

Heinrich Breuer

Familienstellen und soziale Arbeitsfelder

Als die Drogenhilfe in Köln zehn Jahre alt wurde, musste ich als damaliger Leiter einen Vortrag halten. Auf der Suche nach einem Motto, unter das ich den Vortrag stellen konnte, fand ich in Nietzsches „Zarathustra“ folgenden Satz: „Als ich den anderen leiden sah, da schämte ich mich um seiner Scham willen, und als ich ihm half, da verging ich mich hart an seinem Stolz.“ In diesem Satz hatte schon Nietzsche beschrieben, was damals als relativ neue Thesen in die Sozialarbeit eingegangen war. Wir sprachen über Hilfe zur Selbsthilfe, über die hilflosen Helfer, stellten Überlegungen an, ob es nicht Helfer gibt, die ihre Hilfsbedürftigen mehr brauchen als die Hilfsbedürftigen sie.

Mir geht es aber hier nicht um diese Überlegungen aus Sozialarbeit und Sozialpädagogik, sondern mehr darum, was das Familienstellen und die Arbeit mit den Bewegungen der Seele hinzufügen können zu den bekannten Arbeitsfeldern, welche Überlegungen den Blick weiten können und die Helfer unterstützen können in ihren im Regelfall sehr schwierigen Aufgaben.

Ohne Hilfe können wir als Kinder nicht überleben. Unsere Gesellschaft produziert aber auch in großem Ausmaß Menschen, die nach der Kindheit hilfsbedürftig sind, sei es durch Behinderungen verschiedenster Art oder durch neue Umstände, die die Menschen in Hilfsbedürftigkeit hineintreiben. Um diesen Menschen beistehen zu können, entwirft die Gesellschaft immer mehr Berufe, die mit dem Helfen zu tun haben. Helfen scheint also etwas zu sein, das man lernen kann, das zeigen die vielen Curricula der Helferberufe. Theorie und Praxisanleitung greifen ineinander und bereiten die Helfer auf ihre Berufe vor. Aber was kann das Familienstellen methodisch beitragen zum Erlernen des Helfens?

Die Beobachtung, die Wahrnehmung, die Einsicht, die Intuition und der Einklang

Bert Hellinger bezeichnet das Helfen als eine Kunst, zu der ein Können gehört, das man sich durch Übung aneignen kann. Am Erlernen des Helfens sind verschiedene Formen der Erkenntnis beteiligt, als da sind die Beobachtung, die Wahrnehmung, die Einsicht, die Intuition und der Einklang, die er in seinem neuen Buch von den Ordnungen des Helfens beschreibt.

Zunächst müssen wir beobachten lernen. Wenn wir einen Erkenntnisgegenstand beobachten, schauen wir ihn uns genau an, analysieren die Details, vertiefen uns in seine Natur. Der Nachteil der Beobachtung ist gleichzeitig auch ihr Vorteil. Sie sieht die Details klar und abgegrenzt, analysiert die inneren Abläufe, ist aber beschränkt auf den Gegenstand der Erkenntnis. Die Beobachtung ist so gesehen die Haltung, in der man häufig den Wald vor lauter Bäumen nicht sieht.

Die Wahrnehmung eines Erkenntnisgegenstandes hilft uns aus diesem Dilemma heraus. In der Wahrnehmung sind wir distanziert, verschaffen uns einen Überblick, sehen den Gegenstand unseres Interesses an seinem Platz, werden aber nicht durch die Details verführt, sondern achten auf die Einbettung des Phänomens in die Bedingungen seines Umfeldes. Wenn der Blick das Beobachtete in seinen Umfeldbedingungen wahrnimmt, kann im nächsten Schritt Verständnis entstehen. Der Blick geht hinter das Vordergründige, ein Sinnzusammenhang wird deutlich, die Einsicht beginnt.

→

Die Einsicht entsteht aus Beobachtung und Wahrnehmung. Beobachtung und Wahrnehmung sind in ihr zusammengefügt, Beobachtung und Wahrnehmung erhalten einen Sinn. Nur wenn wir Einsichten haben, können wir feststellen, dass wir sinnvoll handeln und sinnvoll helfen können. Die Einsicht ist also schon auf das Handeln gerichtet, ist aber meist zu allgemein, als dass sie aus sich heraus Handeln ermöglicht.

Die plötzliche Einsicht in den nächsten Schritt, die Einsicht in das, was getan werden kann, nennt Bert Hellinger Intuition. Die Einsicht stellt zwar den Gesamtzusammenhang her, lässt aber verschiedene Handlungsmöglichkeiten offen. Mithilfe der Intuition gleichen wir die verschiedenen Möglichkeiten ab und finden die angemessene Form des Handelns. So wie Wahrnehmung und Beobachtung verwandt sind, sind auch Intuition und Einsicht verwandte Prozesse, das eine allgemeiner und breiter, das andere präziser und detaillierter.

Vor allem beim helfenden Handeln kommt dann noch der Einklang dazu. Um in Einklang zu kommen, muss ich mich von den Bildern lösen, die zwischen mir und dem anderen stehen, also vom Urteilen, wie ich oder der andere sein sollten, von eigenen Absichten, von einengenden moralischen Instanzen. Der Einklang erfordert von mir, mich auf den anderen einzuschwingen, ihn in seinem hintergründigen Handeln und im Hinblick auf seinen nächsten Schritt von innen her zu erfassen. Um dies zu können, muss ich in Einklang sein mit seinen Wurzeln, vor allem seinen Eltern. Ich muss aber auch sein Schicksal begreifen können, das heißt seine Möglichkeiten und seine Begrenzungen, seine Schuld und die Folgen seines Verhaltens. Und ich darf dann für einen Augenblick Zugang finden zu etwas, was Bert Hellinger „Weisheit“ nennt und was er wie folgt beschreibt:

*„Der Weise stimmt der Welt zu, wie sie ist,
ohne Angst und ohne Absicht.
Er ist versöhnt mit der Vergänglichkeit und strebt nicht
über das hinaus, was mit dem Tod vergeht.
Er behält den Überblick, weil er im Einklang ist,
und greift nur ein, soweit der Fluss des Lebens es verlangt.
Er kann unterscheiden: geht es oder geht es nicht,
weil er ohne Absicht ist.
Weisheit ist die Frucht von langer Disziplin und Übung,
doch wer sie hat, der hat sie ohne Mühe.
Sie ist immer auf dem Weg und kommt ans Ziel,
nicht weil sie sucht.
Sie wächst.“ (aus „Ordnungen des Helfens“)*

Überleben durch Hilfe

Als Nesthocker und Herdentiere werden wir unser Leben lang von helfenden Personen begleitet. Nur die Hilfe der Eltern oder anderer Menschen sichert unser Überleben als

Säugling, wir werden gestützt, wenn wir laufen lernen, wir haben Anleitung beim Schreiben und Lesen, finden Trost bei Kummer und Traurigkeit. Ohne Hilfe von anderen können wir uns nicht entwickeln, selbst Kaspar Hauser muss Hilfe von außen gehabt haben, sonst wäre er verhungert. Hilfe bekommen wir, wenn wir krank sind, wenn wir bedürftig sind, wenn wir alt sind und sterben. Dieses Bekommen und Nehmen ist die Voraussetzung dafür, dass in uns der Impuls entsteht, auch zu geben. Denn wir wollen selbst auch helfen, einen Beitrag leisten zum Ganzen. In den Familienaufstellungen wird immer wieder deutlich, wie stark die Identifizierung mit einem anderen Schicksal vom Wunsch zu helfen getragen wird, wie sehr dieser Wunsch uns dazu verleitet, uns einzumischen. Er lässt uns zwischen die Eltern treten, verleitet uns zu Parentifizierungen, lässt uns unausgeglichene Kontobücher in den Familien erspüren und verführt uns zu der Illusion, wir seien in der Lage, den Ausgleich zu leisten. Das Familienstellen lehrt uns auch, dass unser Wunsch zu helfen oft eine Anmaßung ist, dass wir uns größer machen, als wir sind, uns über andere erheben und die Größe des Schicksals der Menschen, die vor uns waren, nicht aushalten. Hilfe zu bekommen und anderen zu helfen kennzeichnet also menschliches Leben. Wir helfen uns gegenseitig. Wenn wir etwas bekommen, meldet sich der innere Seismograph, der auf Ungleichgewicht reagiert, und wir verspüren ein Bedürfnis zum Ausgleich.

Relativ unproblematisch ist der Ausgleich von Geben und Nehmen zwischen Ebenbürtigen, also zwischen Menschen, die auf einer Ebene miteinander sind wie zum Beispiel Paare, Freunde, Bekannte. Der eine gibt etwas, der andere gibt zur rechten Zeit zurück, und beide sind wieder frei. Die Beziehung wird durch das Geben und Nehmen reicher, es gibt ein Mehr an miteinander gelebter Erfahrung. Geben und Nehmen führen auch zwischen Ebenbürtigen zum Wachstum der Beziehungen untereinander. Nehmen und Geben zwischen Ebenbürtigen erfordert in der Regel die Gegenseitigkeit, das heißt den Ausgleich dem gegenüber, der gegeben hat.

Schwieriger ist der Ausgleich zwischen Menschen, die sich auf unterschiedlichen Ebenen befinden, denn der Ausgleich ist unter diesen Bedingungen nur begrenzt möglich. Eltern und Kinder befinden sich auf unterschiedlichen Ebenen, aber auch Hilfsbedürftige und Helfer. Durch die Eltern kommt unser Leben zu uns, durch sie sind wir eingebunden in den Kreislauf von Werden und Sterben. Unabhängig von all dem, was sie später noch dazugeben, ist hier der Ausgleich nicht möglich. Es bleibt nur Anerkennung und Dank. Die Entlastung gelingt durch Weitergeben an andere, zum Beispiel an die eigenen Kinder.

Nehmen und Geben zwischen Personen auf unterschiedlichen Ebenen hat also ein Gefälle. Das, was der Helfer dem Bedürftigen oder die Eltern den Kindern geben und was die Hilfsbedürftigen von den Helfern und die Kinder von den Eltern nehmen, fließt nicht oder nur zum Teil an die

Gebenden zurück, sondern fließt weiter an andere, die der Hilfe bedürfen. In Familien gerät es in das Kontobuch des Systems, in größeren sozialen Systemen in die jeweils ihnen zugehörenden Kontobücher, die es in sich aufnehmen und weitertragen. Das Geben wird dadurch größer, denn es hat nicht nur den Gegenüber, sondern auch das Spätere im Blick. Der Helfer wird dadurch mit dem Späteren verbunden, sein Helfen selbst wird reicher, größer und erlangt durch die Einbindung in die Zeit Fortbestand und Dauerhaftigkeit. In dieser Form wirkt das Helfen auf den Helfer zurück, seine Seele wird gestärkt durch den Rückfluss, und die Kraft zu geben erneuert sich. Deshalb können Eltern trotz großer Belastungen immer wieder geben, und deshalb können Menschen in helfenden Berufen ihre ihnen sehr viel abfordernde Arbeit über Jahrzehnte machen, ohne ausgebrannt zu sein und selbst psychisch Schaden zu nehmen. Dies gelingt nur, wenn wir selbst genommen haben. Und es gelingt vor allem nur, wenn die, die Hilfe suchen, das, was wir geben können und wollen, auch tatsächlich brauchen. Denn nur dann wird der Gegenüber das, was wir anbieten, auch nehmen, und unser Hilfeimpuls verpufft nicht im Leeren.

Erste Ordnung des Helfens

Wir sind hier bei dem, was Bert Hellinger „die erste Ordnung des Helfens“ nennt. Wir können nur geben, was wir selbst haben, und wir dürfen nur erwarten und nehmen, was wir auch tatsächlich brauchen. Geben und Nehmen sind daher nur innerhalb bestimmter Grenzen möglich, die Helfer und Hilfsbedürftige anerkennen müssen. Als Helfer müssen wir in der Lage sein, diese Grenzen zu erkennen, und uns ihnen fügen.

Als Helfer müssen wir wissen, was wir haben und geben wollen, und als Hilfsbedürftige müssen wir uns darüber klar werden, was wir brauchen. Auf der Seite des Klienten entstehen sofort Schwierigkeiten, wenn er etwas will, was er nicht braucht. Wenn er es bekommen und nehmen würde, würde das Nehmen nur rechtfertigen können, wenn er auf Dauer in der Rolle des Hilfsbedürftigen bleiben und somit erneut und erneut beweist, dass er es braucht. Probleme entstehen auch, wenn er etwas will, was der andere nicht hat. Er wird dann unzufrieden sein und das, was der andere geben kann, nicht achten und von ihm keinen Gebrauch machen können.

Im umgekehrten Fall entstehen Schwierigkeiten auf der Seite des Helfers, wenn er etwas geben will, was er nicht hat. Er muss dann so tun, als habe er das, was benötigt wird, aber der Hilfsbedürftige wird sich des Placebos schnell bewusst werden und sich im günstigen Fall abwenden, im ungünstigen Fall zum Dauergast werden. Probleme entstehen beim Helfer auch, wenn er – verführt durch Mitleid oder Ähnliches – etwas gibt und durch das Geben dem anderen etwas abnimmt, das der allein tragen kann. In diesem Fall wird der Hilfesuchende geschwächt und er bleibt weiter bedürftig, wo er autark sein könnte.

Wenn der Helfer die Grenzen des Helfens achtet, dann muss er nicht gerechtfertigte Erwartungen zurückweisen und häufig auch angesichts von Leid auf das Helfen verzichten. Im Familienstellen sprechen wir dann davon, dass wir dem anderen sein Schicksal zumuten müssen und dürfen. Wir müssen lernen, demütig zu sein und unsere Größe richtig einzuschätzen. Dann geraten wir schnell in Konflikte mit uns selbst, denn ein Teil in uns möchte gern „lieber Junge“ oder „liebes Mädchen“ sein. Unsere eigenen Schicksalsbindungen melden sich in diesen Wünschen zu Wort, und wir spüren dann ihre verführerische Kraft. Auf der anderen Seite geraten wir in Konflikte mit den in der Gesellschaft vorherrschenden Meinungen über das Helfen und werden oft angefeindet. Soziale Arbeit soll ja Defizite ausgleichen, Schmerzen verringern, Ungerechtigkeit beseitigen. Diese Haltung, dass die angemessenere Form der Hilfe oft darin besteht, dem anderen zuzumuten, was er trägt, wird in der Öffentlichkeit nur selten verstanden.

Zweite Ordnung des Helfens

Die zweite Ordnung des Helfens wendet sich den Umständen zu, unter denen Hilfe stattfinden soll. Helfen soll ja Überleben sichern und Entwicklung und Wachstum fördern. Wachstum, Entwicklung und Überleben finden immer unter konkreten äußeren und inneren Bedingungen statt. Die äußeren Umstände definieren andere Begrenzungen als die inneren. So setzt die Arbeit mit Behinderten bestimmte und andere Bedingungen als die mit Süchtigen, die mit Kriegsoptionen oder mit Opfern von Trauma andere als die mit Mördern und anderen Tätern. Wer als Helfer die äußeren Umstände nicht wahrnimmt, sie ignoriert, bagatellisiert oder verleugnet, kann den Anforderungen des Helfens nicht gerecht werden. Das gilt natürlich auch für die inneren Umstände, das heißt die Bedingungen, die in der Person und im System des Hilfesuchenden zu finden sind. Dazu gehören vor allem die persönlichen Verstrickungen des Klienten, seine Einbindung in sein System, sein Gewissen und seine Form der „blinden Liebe“ und des magischen Denkens.

Die äußeren und inneren Umstände des Helfens konfrontieren uns mit schweren Schicksalen und Impulsen, diese Schicksale wenden zu wollen. Wir halten das oft nur schwer aus, kommen in Konflikte, fangen zum Beispiel an zu urteilen, dass wir es besser haben als der Klient. Wenn wir dann aus diesem Mitleid heraus anfangen zu handeln, verstricken wir uns schnell mit unserem Klienten. Die Hilfe, die wir anbieten, ist dann oft nicht die, die der andere braucht, sondern die, die uns ein ruhiges Gewissen macht. Und dann verkehrt sich die Helfer-Hilfesuchender-Relation. Wir werden zu denen, die nehmen, und unsere Klienten geben, wenn sie das von uns Angebotene nehmen.

→

Die zweite Ordnung des Helfens verlangt von uns daher, dass wir uns den Umständen des Helfens fügen, sie anerkennen und innerhalb der Grenzen und des Rahmens bleiben, die die Umstände setzen. Unser Helfen bekommt Kraft, wenn wir uns mit dem Klienten gemeinsam die Umstände anschauen, sie respektieren und ihnen ins Auge schauen. Dann sind wir in der Lage, unserem Klienten innerhalb des ihm gesetzten Rahmens zu Lösungen zu verhelfen. Wenn wir diesen Rahmen überschreiten wollen, die Umstände nicht wahrnehmen, sie vielleicht zudecken oder verleugnen, dann verlieren wir an Kraft, führen unseren Klienten in Illusionen und müssen notwendigerweise trotz oder wegen bester Absichten scheitern.

Dritte Ordnung des Helfens

Verführbar sind wir wegen unseres Einfühlungsvermögens in fremdes Leid, aber auch wegen des Gefalles, das zwischen dem Helfer und seinem Klienten besteht. Dieses Gefälle wird schnell den Beziehungen gleichgesetzt, die wir als Kinder unseren Eltern gegenüber erlebt haben. Die Eltern waren die Großen, wir waren die Kleinen, die Eltern waren reich, wir waren arm, die Eltern waren stark, wir waren bedürftig etc. Und weil Eltern und Kinder sich lieben, kann, solange die Kinder klein sind, das Geben und Nehmen fast grenzenlos sein. Mit der Zeit setzen die Eltern aber Grenzen, die den Kindern die Ablösung ermöglichen. Um gute Eltern zu bleiben, müssen sie die Erwartungen der Kinder enttäuschen, sie müssen sich zurücknehmen, Helfen verweigern, den Kindern negative Erfahrungen und Scheitern zumuten.

Als Helfer und als Hilfesuchende stehen wir in Gefahr, eine Neuaufgabe der Beziehung zu starten, wie sie zwischen Eltern und kleinen Kindern besteht. Die Helfer wenden sich dann ihren Klienten zu wie Eltern, deren Kinder noch völlig unmündig sind. Die Klienten ihrerseits betrachten die Helfer wie neue Eltern, die gekommen sind, die alten Defizite auszugleichen, und die ihnen jetzt alles geben wollen, was das Leben ihnen bisher vorenthielt. Wenn beide sich darauf einlassen, sind sie in einem schlimmen Dilemma gefangen. Der Helfer kommt als besserer Elternteil zunächst in die Situation, alles geben zu müssen. Später muss er dann anfangen, Grenzen zu setzen, um die Ablösung einzuleiten. Im günstigeren Fall hat er nur eine lang andauernde Hilfebeziehung vor sich, im ungünstigen wird er von seinem Klienten adoptiert. Vielleicht gibt er dann irgendwann nach schwerem Streit, schwerer Krankheit, Stellenwechsel, Versetzung oder Beförderung die Verantwortung für seinen Klienten ab, aber wir können damit rechnen, dass der Klient dann auf jeden Fall der helfenden Institution erhalten bleibt. Der Helfer, der zu lange in der durch die Helfer-Klient-Beziehung definierten Überlegenheit verbleibt, sie sich vielleicht sogar wünscht und sie aufrechterhalten will, schadet sich zudem auf Dauer selbst. Er wird nur wenige Beziehun-

gen von Gleich zu Gleich haben, also nur wenige ebenbürtige Beziehungen zu gleichrangigen Erwachsenen, und Probleme entwickeln, seinen Platz unter den Erwachsenen zu besetzen.

Umgekehrt schadet sich der Klient, wenn er den Helfer als Elternteil definiert, denn er gerät in einen Loyalitätskonflikt mit den eigenen Eltern und muss auf Dauer dem Helfer beweisen, dass seine Eltern die besseren Eltern waren und sind. Er wird dann das Hilfsangebot nur begrenzt oder gar nicht nutzen, undankbar und anspruchlich sein, vorwurfsvoll und unzufrieden etc.: Die Kreativität der Hilfesuchenden macht auch vor der Ausgestaltung der Unzufriedenheit nicht Halt. Die dritte Ordnung des Helfens verlangt daher von uns, dass wir einen Erwachsenen, der Hilfe sucht, als Erwachsenen behandeln und dass wir alle Versuche, uns in eine Elternrolle zu drängen, zurückweisen. Die von einigen psychotherapeutischen Schulen geforderte Übertragungsbeziehung ist dem Helfen schädlich. Der Helfer tritt den eigenen inneren Impulsen, eine solche Beziehung zuzulassen, entgegen und lässt sich auch von seinem Klienten nicht in eine solche Rolle drängen. Als Helfer sind wir am besten gegen alle Versuchungen geschützt, wenn wir den Eltern unseres Klienten einen sicheren Platz in unserem Herzen geben, wenn wir sie mit all ihren Begrenzungen achten und mit ihrem Schicksal in Einklang sind. Und wenn die Eltern der Klienten in uns an einem guten Platz repräsentiert sind, können die Klienten ihnen nicht mehr ausweichen, und wir führen sie an die mit den Eltern notwendigen Lösungen heran.

Vierte Ordnung des Helfens

Zu einer Elternbeziehung werden wir oft auch verführt, weil der Klient uns als Einzelner gegenübertritt und wir damit die hinter ihm stehende Familie oft nicht mehr wahrnehmen. Wenn wir die beeindruckenden Ergebnisse systemischer Arbeitsansätze ernst nehmen wollen, müssen wir unsere Klienten in ihr System hineinstellen und herausfinden, wen der Klient vielleicht besonders braucht und wem er etwas schuldet. Unsere Aufgabe ist es, ihn in dem Kreis seines aktuellen Systems und der Systeme, aus denen dieses entstand, zu sehen. Wenn wir auf diese Art einen Überblick gewinnen, dann wird schnell deutlich, wer in der Familie vor allem Hilfe, Achtung und Anerkennung braucht. Der Helfer fühlt sich weniger in den Klienten ein, sondern mehr in dessen System. Er ist vor allem empathisch mit dem System und nicht mit dem Klienten. Er ist dann parteilich mit der Person, die im System die größte Last trägt, und die ist häufig nicht der Klient. Die vierte Ordnung des Helfens beschreibt diese Empathie mit dem System. Nach diesem Verständnis würde der Helfer an Kraft verlieren, wenn er Personen aus der Familie nicht ins Spiel brächte, die besondere Bedeutung für das System haben und deren Beitrag gewürdigt werden muss.

Fünfte Ordnung des Helfens

Natürlich kann diese Haltung zu Konflikten mit Klienten führen, die ihre Helfer als Ersatzeltern sehen wollen und die Beziehung zu den Helfern als Eltern-Kind-Beziehung strukturieren. Diese Klienten leben oft in tiefem Konflikt mit den Wurzeln ihres Lebens, und dies führt uns zur fünften Ordnung des Helfens. Familienstellen ist Versöhnungsarbeit, vor allem im Hinblick auf die Eltern. Die Tatsache, dass wir häufig nur das Gute von den Eltern wollen, das Schlimme und das Unzureichende beklagen, uns darüber beschweren, bindet uns an die alten Konflikte und hält uns fest in der Vergangenheit. Die darüber hinaus vorgenommene Unterscheidung von Guten und Bösen in der Familie führt zu Ausschluss und Ausgrenzung, verstärkt die Bindung an Vergangenes und steht damit in Widerspruch zum Grundgedanken des Helfens, das ja Fortschritt, Weiterentwicklung und Wachstum fördern soll. Der Helfer steht im Dienste der Versöhnung, wenn er der Spaltung der Eltern in Gut und Böse und der Verurteilung einzelner Familienmitglieder entgegentritt. Er schadet dem Prozess der Versöhnung, wenn er andere aus dem System verurteilt, sich moralisch entrüstet und Wiedergutmachung fordert. Das, was der Klient als schlimm, ungerecht und böse klassifiziert, braucht in der Seele des Helfers Platz. Er nimmt damit in seiner Seele etwas vorweg, was dem Klienten noch bevorsteht, was er sich noch aneignen muss. Die fünfte Ordnung des Helfens beinhaltet also die Liebe zu jedem Menschen, wie er ist. Das heißt, der andere darf anders sein, darf all die Unterschiede besitzen, die ihn auszeichnen. Er darf Platz haben im Herzen des Helfers, und das, was sich im Herzen des Helfers versöhnt, kann sich dann auch im System des Klienten versöhnen.

Schematische Handlungsanweisung?

Bert Hellinger warnt davor, die Ordnungen des Helfens als schematische Handlungsanweisung zu betrachten. Sie erschließen sich, wenn sie verbunden sind mit einer Form der Wahrnehmung, bei der man sich auf eine Person ausrichtet, sich frei macht von persönlichen Empfindungen und erspürt, was als nächster Schritt für diese Person notwendig ist. Dann kommt aus dem eigenen Inneren eine Antwort, die zum Handeln führt. Diese Wahrnehmung führt zu begrenzten Interventionen, der nächste Schritt wird aufgezeigt, dann zieht der Helfer sich wieder zurück. Sie belässt dem anderen seine Würde und lässt ihn in seiner Verantwortung für sein Leben und sein bisheriges Tun.

In der Auseinandersetzung mit den Ordnungen des Helfens ist mir klarer geworden, was Hilfe zur Selbsthilfe wirklich ist. Sie können als Anleitung dienen, das eigene Helfen zu überprüfen, und vor allem dafür, wie der Helfer sich zurücknehmen kann. Sie seien noch einmal kurz zusammengefasst:

Grundsätze des Helfens

1. Man kann nur geben, was man hat. Man darf nur nehmen, was man braucht.
2. Man darf nur so weit eingreifen, wie es die Umstände gestatten.
3. Helfer müssen die von den Hilfesuchenden angetragene Elternrolle zurückweisen.
4. Helfer sind parteilich vor allem mit dem System und – wenn erforderlich – erst danach mit dem Klienten.
5. Grundlage des Helfens ist eine liebevolle und achtungsvolle Beziehung zum Menschen, so wie er ist.

Ich bin überzeugt, dass mit den Ordnungen des Helfens ein wichtiges Instrument geschaffen wurde, das es den Helfern gestattet, innezuhalten und zu überprüfen, wie es um die geplante Hilfe bestellt ist. Wenn ich diese Anregungen in meine Arbeit aufnehme, wird mein Hilfsangebot wahrscheinlich kleiner werden, aber wohl auch präziser und angemessener. Die Selbstverantwortung meines Klienten gerät mehr in den Blick, und meinem eigenen Helfen und seinen Möglichkeiten stehe ich hoffentlich demütiger gegenüber. Der Klient und sein System werden größer, ich werde kleiner und gelange hoffentlich zu mehr Achtung gegenüber dem Schicksal dessen, der mir anempfohlen ist. Als Helfer werde ich von anderen vielleicht mehr angegriffen, weil ich nur das tue, was notwendig ist, unangemessene Rollen zurückweise und den Gegenüber seinem Alter gemäß behandle. Es ist in der Öffentlichkeit vielleicht auch schwer verständlich zu machen, dass ich in der Arbeit mit Kindern bestrebt bin, die Eltern der Kinder in Amt und Würde zu belassen und wieder einzusetzen. Und wenn ich ernst nehme, dass das Ganze mehr ist als die Summe seiner Teile, und der Familie Vorrang gebe vor dem Einzelnen, der zu mir kommt, erhalte ich bestimmt nicht nur Beifall. Dazu kommen die Schwierigkeiten, die wir in der Versöhnungsarbeit mit den Entrüsteten haben, die bedenkenlos mit dem Blick nur auf den Klienten in Schicksale eingreifen und oft alles nur schlimmer machen. Aber wenn ich bereit bin, meinen Wunsch, zu helfen und mich selbst zu überprüfen, den Kontext angemessen berücksichtige und mich von Urteilen und persönlichen Absichten frei mache, dann habe ich ein Instrument gefunden, das es mir ermöglicht, meine Arbeit mit Achtung und Respekt vor den Familien und den Schicksalen in den Familien weiter fortzusetzen.

Abschließen möchte ich meine Ausführungen mit einem Text von Bert Hellinger über die Achtung:

„Achten heißt in erster Linie: anerkennen. Jemanden achten heißt, ich anerkenne, dass er da ist, dass er so ist,

wie er ist, und dass er, wie er ist, auch richtig ist. Das schließt ein, dass ich mich selbst auf diese Weise achte. Dass ich achte, dass ich da bin, dass ich so bin, wie ich bin, und dass ich so, wie ich bin, auch richtig bin.

Wenn ich mich und den anderen so achte, verzichte ich darauf, mir ein Bild zu machen, wie ich und der andere sein sollten. Ohne dieses Bild gibt es kein Urteil darüber mehr, was besser wäre. Kein gemachtes Bild tritt mehr zwischen mich und die Wirklichkeit, wie sie sich zeigt. Dadurch ist auch ein Zweites möglich, das auch zur Achtung gehört: Ich liebe die Wirklichkeit, wie sie sich zeigt. Das heißt vor allem: Ich liebe mich, wie ich bin; ich liebe den anderen, wie er ist; und ich liebe, wie wir unterschiedlich sind. Danach ist noch ein Drittes möglich, vielleicht das Schönste, das auch zur Achtung gehört: Ich freue mich über das Wirkliche, wie es sich zeigt. Ich freue mich über mich, wie ich bin; ich freue mich über den anderen, wie er ist, und ich freue mich über die Unterschiede, dass ich anders bin als er und er anders ist als ich.

Diese Achtung hält Abstand. Sie dringt nicht in den anderen ein, und sie erlaubt auch dem anderen nicht, in mich einzudringen, mir etwas aufzuerlegen oder über mich nach seinem Bild zu verfügen. Daher können wir uns achten, ohne etwas voneinander zu wollen.

Wenn wir einander brauchen und etwas voneinander wollen, müssen wir noch auf ein Viertes achten: Fördern wir uns gegenseitig oder hemmen wir in uns und im anderen die eigene Entfaltung? Wenn wir anerkennen müssen, dass wir so, wie wir sind, die Entfaltung beim anderen behindern, dann führt uns die Achtung nicht zusammen, sondern auseinander. Dann achten wir, dass jeder seinen eigenen Weg gehen darf und gehen muss. Die Liebe und die Freude über mich und den anderen werden dadurch eher vertieft als gemindert. Wieso? Die Liebe und die Freude sind hier, so wie die Achtung – gelassen.“ (aus „Gedanken unterwegs“)

(gehalten als Vortrag auf dem Kölner Kongress „Gute Lösungen finden II“ vom 5. bis 7. Dezember 2003)