Ingrid Dykstra

Die Seele weist
den Weg
Ingrid Dykstra

Die Seele weist den Weg

Aufstellungsarbeit mit Kindern und Jugendlichen

Mit einem Vorwort von Jirina Prekop

Kösel
Dieses Buch widme ich in tiefer Verbundenheit meiner Nichte Maxine.

© 2004 by Kösel-Verlag GmbH & Co., München
Printed in Germany. Alle Rechte vorbehalten
Druck und Bindung: Kösel, Krugzell
Umschlag: Kaselow Design, München
Umschlagmotiv: ZEFA/Grace
ISBN 3-466-30661-2

Gedruckt auf umweltfreundlich hergestelltem Werkdruckpapier
(säurefrei und chlorfrei gebleicht)
Inhalt

Vorwort .......................................................... 9
Einleitung ...................................................... 11

Teil I

Wie Ordnungen auf Kinder und Jugendliche wirken

Einführung......................................................... 16
Was passiert in den Seelen der Kinder bei Familien-
schicksal?......................................................... 19
Die Un-Ordnung ................................................ 22
Die Suche nach dem Platz ................................. 24
Die Sucht als Suchbewegung der Seele .......... 26
Alkohol und Drogen ........................................ 29
Magersucht ....................................................... 30
Bulimie.............................................................. 32
Autoaggressives Verhalten .............................. 33
Psychosen ........................................................ 34
Die inneren Bilder und ihre Bedeutung ............ 36
Der äußere Ausdruck innerer Bilder .................. 37
Wenn die systemische Liebe erkannt wird .................. 43
Wenn Kinder sterben wollen ................................. 45
Die übersprungene Generation .............................. 46
Der Sprung von der Vergangenheit in die Gegenwart . . . 47

Teil II
Systemisches Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen
49

Die Wichtigkeit der Familienordnungen für Kinder und Jugendliche ............................... 50
»Ich bin groß und du bist klein« ......................... 51
»Jedes Kind hat einen Vater und eine Mutter« . . . 52
Die Reihenfolge der Geschwister ....................... 53
Eltern sind dem Kind ein Gegenüber .................. 55
Die Eltern-Kind-Stunde ..................................... 61
Beispiele praktischen Arbeitens ........................ 63
Die Zauberfliese ............................................. 63
Die Kindergruppe ........................................... 68
Das Arbeiten mit Fotos ..................................... 71
Das Arbeiten mit Imagination ............................. 75
Die Arbeit mit Symbolen .................................. 77
Das Prinzip des Stellvertreters ............................ 79
Das Arbeiten mit Hypothesen ............................. 84
Die Aufstellung ............................................. 88
Welche Praktik in welchem Alter? ...................... 92
Was kann und darf man Kindern und Jugendlichen zumuten? ................................. 95
Was Eltern tun können ................................. 98
Was Therapeuten tun können ................................. 99
Die zeitliche Dimension ................................. 101

Teil III
Die Seele weist den Weg – exemplarische Aufstellungen

»Ich habe keine Familie mehr« – Alice, 14 Jahre, Bulimie ................................. 109
»Das Andenken« – Nadine, 13 Jahre, Magersucht ................................. 113
»We are family« – Till, 11 Jahre, Verhaltensauffälligkeiten ................................. 117
Die Richtigstellung – Fred, 10 Jahre, soziale Schwierigkeiten ................................. 123
»Wir schaffen das« – eine Pflegefamilie stellt auf ................................. 126
»Ich bin einer von euch« – Alex, 17 Jahre, endogene Psychose ................................. 134
Nachbetrachtung ................................. 143
Räume ................................. 144
Danksagung ................................. 145
Das Institut für Systemische Familienordnungen (ISFO) ................................. 146
Literatur ................................. 147
Im Februar 2004 hörte ich Ingrid Dykstra auf einem Kon-
gress mit dem Titel »Wachse und gedeihe, liebes Kind« spre-
chen. Wie wichtig diese Arbeit ist, dachte ich. Denn unsere
Kinder wachsen zwar, aber sie gedeihen nicht. In Bezug auf
die materielle Versorgung scheint es ihnen an nichts zu feh-
len. Sie sind von Spielzeug aller Art umgeben, haben Zugang
tzu allen TV-Kanälen und zum Internet. Seelisch aber leiden
viele Kinder unter einer immer größeren Not. Diese äußert
sich in Ängsten, Unruhe, Hyperaktivität, Depressionen und
Aggressivität. Die Zahl der drogenabhängigen und kriminel-
len Jugendlichen nimmt zu. Ein ähnliches Bild der Verunsi-
cherung geben auch viele Eltern ab. Als wären sie selber noch
Kinder, die nach Bemutterung und Orientierung verlangen
würden.

Für jedes Kind ist die Liebe der wichtigste Halt. Auch die
Eltern waren Kinder – und deren Eltern ebenfalls. Manchmal
ist die Familie aufgrund von Schicksal und Leid komplett in
Unordnung geraten. So haben die Eltern aus Liebe ihre eigenen
Eltern gestützt und dabei ihre Kinder nicht genügend im Blick
haben können. Diese wurden dann zu orientierungslosen Ju-
gendlichen.

Erst wenn das System geordnet ist und die jungen Men-
schen auf der ihnen zugehörigen Stelle leben dürfen, können
sie in sich ruhen und gedeihen. Manchmal brauchen sie dabei
Hilfestellung von außen, um zu erkennen, wo sie hinge hören.

Ingrid Dykstra leistet hier Vorbildliches. Aus ihrer langjäh-
rigen Arbeit mit Kindern und Familien hat sie ihren besonde-
ren methodischen Weg entwickelt, in dem das systemisch-phanomenologische Denken und das Familien-Stellen eine wesentliche Rolle spielen.

Ich hoffe, dass dieses Buch vielen Lesern zu helfen vermag, das Flussbett der Liebe wieder frei zu machen.

Jirina Prekop
Lindau, im Frühjahr 2004
Einleitung

_Anleitung_,
in meinem Buch **Wenn Kinder Schicksal tragen** habe ich aufgezeigt, wie die »Ordnungen der Liebe«, die in Familien wirksam sind, auch die Kinder erfassen und dass gerade sie es sind, die versuchen, auf das verloren gegangene Gleichgewicht im System aufmerksam zu machen, indem sie auffällig oder krank werden.

Ein Schwerpunkt meiner Ausführungen liegt darin, deutlich zu machen, dass es oftmals für das Kind heilsam ist, wenn die Erwachsenen diese Signale als etwas verstehen, das unmittelbar mit ihnen selbst zu tun hat und auf ihrer Seite gelöst werden kann und muss. Wenn es Eltern gelingt, ihre Kinder mit ihren wie immer gearteten Schwierigkeiten unter dem Blickwinkel anzuschauen, dass diese unbewusst aus einer tiefen Bindungsliebe heraus agieren, um vielleicht Verdrängtes oder Schweres von ihnen sichtbar zu machen oder mitzutragen, haben sie in der Regel die Bereitschaft, sich dem zu stellen. Die Familienaufstellung ist ein Weg, zu schauen, welche Belastung auf dem Familiensystem liegt, generationsübergreifende seelische Zusammenhänge zu erkennen und vielleicht das Muster zu durchbrechen, das Unheil und Krankheit nach sich zieht, dessen Feld natürlich auch die Kinder erfasst und ihnen Kraft für die eigene Entwicklung entzieht.

Wenn die Eltern ein schweres Leben führen, können Kinder es nicht leicht haben, da sie sich zugehörig fühlen müssen. Und dazu gehört auch, sich zugehörig fühlen im Schlimmen oder Schweren. So macht es häufig keinen oder nur begrenzten
Sinn, wenn man nur den Kindern therapeutische Hilfestellung anbietet. Viel wichtiger ist, dass die Eltern sich »erleichtern«. Und eine Erleichterung kann sein, das Schwere, was zu einem gehört, überhaupt zu erkennen, auch wenn man es nicht mehr ändern kann.

Der Blickwinkel vom Kind zurück zu den Eltern ist oftmals für das Kind das Erlösende. Einiges an Therapie mit dem Kind wird damit manchmal überflüssig. Gerade die Aufstellungsarbeit mit ihren tief gehenden Prozessen bei den Erwachsenen ist etwas, was auch die Kinder unmittelbar in der Auswirkung erreicht.

Wenn Eltern, die Probleme mit ihren Kindern haben, den Weg in unser Institut finden, führe ich ein Gespräch mit den Erwachsenen und lasse mir deren Bilder und Gedanken aufzeigen. Meine Kollegin arbeitet parallel mit den Kindern und hat somit Einblick in die kindlichen Bilder aus dem Familiensystem. Wenn die Familie gegangen ist, setzen wir uns zusammen und tauschen die Bilder aus. Und die Erfahrung zeigt, dass die Kinder immer dicht an das Wesentliche der Familie angebunden sind, häufig sogar dichter als ihre Eltern. Sie haben unbewusst einen Zugang zu dem, was wirklich ist in ihrem System. Oft sind die Eltern aufgrund unserer Rückmeldungen überrascht. In vielen Fällen ist es so, dass sie geglaubt hatten, ihre Kinder wüssten nichts von bestimmten Ereignissen. Oder sie sind tief berührt, weil sie erkennen, mit welcher tiefen Liebe ihre Kinder eigentlich vor ihnen stehen und sie auf etwas aufmerksam machen, was bei ihnen selbst vielleicht verschüttet ist. Für uns bedeutet das, in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen noch einmal mit einem weiteren Blick hinzuschauen und ihnen auch auf dieser Ebene noch bewusster zu begegnen. Und wir überprüfen unseren Grundsatz, ob es in jedem Fall für das Kind hilfreicher ist, die Lösung hauptsächlich auf Seiten der Erwachsenen zu belassen, wenn deutlich wird, dass sie über das Maß hinaus belastet sind.
Es zeigt sich, dass in vielen Fällen die Kinder und ganz besonders die Jugendlichen erst Ruhe finden, wenn sie auf dieser ganz tiefen, unbewussten Ebene angesprochen werden und heilsame Bilder erfahren. So haben wir zum einen begonnen, in der direkten Arbeit mit ihnen viele Elemente aus der klassischen Aufstellungsarbeit mit einfließen zu lassen, und sie zum anderen mit zu den Aufstellungen ihrer Eltern einzuladen, wenn sichtbar und spürbar ist, dass sie schon jahrelang durch das, was in dem System wirksam ist, belastet sind. In diesem Fall braucht ihre Seele genauso die Möglichkeit, zunächst die belasteten Bilder, die sie gefühlsmäßig sowieso kennen und wahrnehmen, zu sehen und das heilende Bild der Zuordnung des Schicksals im System in sich aufnehmen zu können. Wir erleben, mit welcher Würde selbst kleine Kinder solche Aufstellungen mitverfolgen und sogar an entscheidenden Stellen in den Aufstellungen Hinweise geben, an denen man deutlich sehen kann, welch tiefes Empfinden sie für diese Art der Arbeit haben. Das wiederum hat mich ermutigt, auch direkt mit Kindern und Jugendlichen in die Aufstellungsarbeit zu gehen. So hat sich unsere Arbeit insbesondere mit Kindern und Jugendlichen im Laufe der letzten Jahre noch einmal grundlegend erweitert und vertieft.

Insbesondere bei Jugendlichen erweist es sich als hilfreich, so zu arbeiten. Wir arbeiten in unserem Berufsalltag viel mit Jugendlichen, die aus der Bahn geraten sind. Häufig kommen sie über das Jugendamt zu uns, weil sich verzweifelte Eltern dort hinwenden, wenn ihre Kinder ihnen entgleiten und zum Beispiel drogen- oder alkoholabhängig werden, die Schule verweigern, in kriminelle Kreise geraten etc.

Die Zusammenarbeit mit den Jugendämtern war zu Beginn schwierig und langwierig. Es gab anfänglich auch Berührungssängste mit den jeweils zuständigen Jugendamtsmitarbeitern, aber unsere Arbeit überzeugte schnell, weil viele Prozesse in den Beratungen für die Familien deutlich kürzer wurden, da die zugrunde liegende Dynamik schneller sichtbar wurde.
Das war etwas, was im Gegensatz zu anderen Beratungsstellen neu war. Und dieses Neue sprach sich herum und machte neugierig. So kamen zum Tag der offenen Tür, den wir extra nur für Jugendamtsmitarbeiter gestaltet hatten, die meisten zu der Veranstaltung, die auf der Einladung ausgeschrieben war als »FamilienaufstellungsDemonstration«. Wir saßen in einem großen Kreis mit ca. 20 Personen und ein Mitarbeiter stellte einen Fall vor, bei dem er nicht wusste, ob ein Jugendlicher, der bei seinem Vater lebte, wieder zu seiner Mutter, die stark belastet war, zurückgegeben werden konnte. Er neigte zu einer Entscheidung, war aber unsicher damit. Das bot sich gut als »Supervisionsaufstellung« an, die sehr berührend verlief und in der dieser Mitarbeiter deutlich mit seiner eigenen Geschichte in Kontakt kam. Er konnte aus der Aufstellung heraus erkennen, was ihn bei seiner Entscheidungssuche geleitet hatte. Er konnte nun eine gute Lösung sehen und wirkte sehr erleichtert. Und diese Lösung war genau die, zu der er vorher nicht tendiert hatte. Das Ergebnis ließ die Teilnehmer sehr ernst und nachdenklich werden und es war eine gute Basis geschaffen, um unser Konzept Erfolg versprechend vorzustellen.


Von diesen Erfahrungen möchte ich gerne in diesem Buch berichten und ich hoffe, dass es sowohl Eltern als auch KollegInnen gleichermaßen erreicht und anregt.
Teil I

Wie Ordnungen auf Kinder und Jugendliche wirken
Einführung

Da es in den folgenden Ausführungen darum geht, aufzuzeigen, wie die systemisch-phänomenologische Arbeit für Kinder und Jugendliche zugänglich gemacht werden kann, möchte ich Lesern, denen diese Art der Unterstützung noch weniger vertraut ist, diese Methode im Wesentlichen kurz erklären.

Den Begriff der systemischen Phänomenologie hat Bert Hellinger in seiner Arbeit mit Familienaufstellungen geprägt. Einige Auszüge aus dem Artikel »Menschen sind nicht so frei, wie sie gerne glauben« auf der Internetseite von Bert Hellinger (www.hellinger.com) mögen dies verdeutlichen:


So sind auch Kinder an ihr Familiensystem gebunden und für sie gelten dieselben Bedingungen. Ein Kind muss sich als zugehörig empfinden, um sich in der Familie und damit im Leben sicher zu wissen. Diese Zugehörigkeit in der Tiefe der Seele meint eine Zugehörigkeit mit allen Konsequenzen, auch eine Zugehörigkeit im Schlimmen oder Schwernen. Dieses Schlimme oder Schwere kommt über die Eltern zu den Kindern und la-


Wenn der Klient gesammelt seine Familie aufgestellt hat, passiert etwas Merkwürdiges: Die ausgewählten fremden Personen, welche die Familienmitglieder vertreten, fühlen wie die wirklichen Personen, die sie darstellen, sobald sie in der Aufstellung stehen. Sie können die Gefühle dieser Personen äußern und bekommen zum Teil sogar die Körpersymptome, die die Familienmitglieder haben oder hatten, wenn sie bereits verstorben sind, ohne dass sie darüber etwas wissen können. Das können beispielsweise heftige Kopf- und Rückenschmerzen oder Herzrasen sein, aber auch eine kalte Körperseite, Lähmungserscheinungen, Zittern etc. Des Weiteren können Gefühle auftauchen wie Trauer, Sehnsucht, Angst, oder es bilden
sich Sätze, die sich den Stellvertretern aufdrängen, mit denen sie zwar häufig nichts anfangen können, weil sie scheinbar aus dem Nichts kommen, die für den Aufstellenden jedoch äußerst sinnvoll oder bekannt sind.

Aufgrund dessen, wie die Personen zueinander stehen und was auftaucht, kann eine Grunddynamik sichtbar werden, die sich häufig völlig unbewusst beim Klienten in Krankheit und Unglück äußert. Es gibt drei Grunddynamiken, die in Aufstellungen immer wieder sichtbar werden, als Erstes: »Ich folge dir nach in den Tod«, zweitens: »Lieber sterbe ich als du« oder »Lieber gehe ich als du« und als Drittes: »Sühne für persönliche Schuld«.

Oft wirken Generationen vor uns noch in unser heutiges System hinein. Krankheit, Unfall, Selbstmord, Depression, aber auch Probleme in Partnerschaften, Ehe und Familien können Folgen solcher systemischen Verstrickungen sein. Besonders Kinder haben die Tendenz, für ihre Eltern »einzuspringen«, wenn sie diese gefährdet sehen, auch um den Preis eigenen Unglücks und Versagens. Oder sie fangen an, das Schwere oder Schlimme ihrer Eltern zu wiederholen – auch das ist Zugehörigkeit im systemischen Sinne. Die Kinder verstehen natürlich nicht, was sie treiben oder was sie treibt. Sie sind oft genug selber höchst unglücklich mit der Situation, ohne es in der Hand zu haben, etwas daran zu ändern. Man muss sich also fragen: Welches Bild bringen sie zum Ausdruck und wo im System gehört es wirklich hin?
Was passiert in den Seelen der Kinder bei Familienschicksal?


Damit Kinder sich gut und kraftvoll entwickeln können, brauchen sie ihre Eltern von Angesicht zu Angesicht. Nur so können sie ihre jeweiligen Anteile, die sie von den Eltern haben, erkennen und entwickeln. Die Eltern müssen sie ihnen »spiegeln«. Wenn man das Bild vom Spiegel nimmt, wird klar, dass man sich nicht erkennt, wenn man vor der Rückseite des Spiegels steht. Wenn nun die Kinder von ihren Eltern gesehen werden wollen – was sie dringend brauchen, damit ihre Bedürfnisse fürs Leben und Überleben gestillt werden können –, bleibt ihnen nichts anderes übrig, als dorthin zu gehen, wohin
ihre Eltern schauen und wo diese beschäftigt sind. So laufen sie durch das Schicksalsfeld der Erwachsenen und der Vergangenheit, nehmen dann praktisch einen Abdruck dessen mit, was dort wirkt – und sie nehmen etwas auf sich, was ihnen gar nicht gehört. Mit all der Energie des Schweren oder Schlimmen, was zu diesem Schicksal gehört. Um dem Ausdruck zu geben, was sie als Gefühl von dort mitbringen, entwickeln die Kinder ihre eigenen Bilder und Mechanismen, die dann oft von den Erwachsenen nicht mehr erkannt werden, obwohl sie unmittelbar aus ihrem System kommen. Die Eltern leiden sozusagen unter einer systemischen Blindheit. Um wieder sehend zu werden, brauchen sie eine Spiegelung von außen.

Diese ganzen Vorgänge verlaufen sowohl bei den Erwachsenen (als Kinder ihrer Eltern) und natürlich auch bei den Kindern zutiefst unbewusst. Für die Seelen der Kinder ist das hoch belastend. Sie haben wenig Kapazität für ihre eigene Entwicklung und werden oft sogar krank daran. Das macht es auf der äußeren Ebene auch so schwierig, Hilfestellung zu leisten, wenn man als Helfer um diese tiefen Vorgänge und Dynamiken nicht weiß.

Ich möchte das an einer Übung veranschaulichen, die ich gern bei Seminaren oder Weiterbildungswochenenden für interessierte Therapeuten, Pädagogen etc. anwende. Sie, liebe Leser, können die Übung einmal vor Ihrem geistigen Auge mitmachen, um ein Gefühl für die Wirkung zu bekommen:

und schaut – und lasst euch von euren Eltern anschauen – jeder kann für sich einmal nachspüren, wie alt er sich vielleicht gerade fühlt.

Nun stellt euch vor, hinter euren Eltern steht deren Schicksal, was immer dort auch auftaucht, es gehört zu ihnen. Und egal, ob ihr es erkennen könnt, ihr kennt es, wisst, wie es sich anfühlt.

Wenn es sich zu schwer anfühlt, geht noch einen Schritt oder zwei zurück, bis ihr wieder eure Eltern im Blick habt und weiterhin schauen könnt.

Stellt euch vor, ihr verneigt euch leicht und sagt zu ihnen: »Ich achte euer Schicksal« – wie schauen sie dann? Und wie fühlt ihr euch dann?

Und nun sagt ihr zu ihnen: »Bitte schaut freundlich, wenn ich mich nun umdrehe und auf mein Schicksal schaue ...«

Dann dreht ihr euch um – und schaut auf euer Schicksal, was immer dort auch auftaucht. Vielleicht eine Person, vielleicht eure Kinder, vielleicht eine Idee ... Manche können es schon erkennen, für manche ist es erst einmal nur ein Gefühl, dass da vorn etwas ist, etwas, das untrennbar mit euch verbunden ist, euer eigenes Schicksal.

Mit diesem Umdrehen werdet ihr erwachsen, werdet ihr frei für das, was euch bestimmt ist. So wie es euren Eltern bestimmt war, euch auf diese eine besondere Weise in die Welt zu setzen. Das Wichtigste habt ihr von ihnen bekommen.

So kommt jetzt langsam mit dem, was hinter euch liegt, und mit dem, was vor euch liegt, wieder zurück in diesen Raum und in diese Zeit. Und öffnet langsam die Augen.

Eine häufige Rückmeldung von Personen, die diese Übung nachvollzogen haben, ist, dass sie eine Ahnung davon bekommen haben, welche Belastung ihre Eltern tragen oder welche Belastung sie selbst als Kinder ihrer Eltern mittragen, was ihnen bis jetzt gar nicht so bewusst war. Und das ist der Punkt:
Ist es ihnen nicht so bewusst, haben sie natürlich auch kein Be-
wusstsein dafür, wenn sich gerade diese Belastung bei den Kin-
dern äußert, die sie quasi durch ihr Verhalten ausdrücken.

Wenn man bei dem Bild bleibt, dass die Eltern ihren Kin-
dern den Rücken zudrehen, weil sie auf etwas anderes schau-
en, ist vielleicht auch verständlicher, wieso es ihnen oft so
schwer fällt, ihre Kinder zu verstehen. Unter diesem Gesichts-
punkt kann man als Therapeut oder Pädagoge mit einem ganz
anderen Blick sowohl auf die Eltern als auch auf die Kinder
schauen.

Ich habe zu Beginn meines systemisch-phänomenologi-
schen Schauens häufig die Erfahrung machen müssen, dass
mein Vor-Urteil, welches manchmal auch mit einer inneren
Empörung oder Verurteilung der Eltern einherging, total
falsch und unangebracht war, und so manches Mal habe ich
mich geschämt dafür, wenn sichtbar wurde, was diese Eltern
eigentlich tragen und was wiederum ihnen die Kapazität ent-
zog, um ausreichend auf ihre Kinder zu schauen.

Die Un-Ordnung

Wenn Eltern zu mir kommen, denen das Verhalten ihrer Kin-
der unverständlich ist, lasse ich sie manchmal aufzeichnen
oder mit Gegenständen sichtbar machen, welches innere Bild
sie von ihrer Familie eigentlich haben und wie die Familienmit-
glieder miteinander in Beziehung stehen: Wer steht bei wem,
er ist nah, wer steht womöglich weiter weg etc. Wenn man
um die systemischen Grundordnungen weiß, kann man das
gut als diagnostisches Mittel handhaben. Häufig sieht man
dann, dass ein oder mehrere Kinder nah an einem Elternteil
stehen. Für mich fast immer ein Hinweis dafür, dass diese den
Erwachsenen stützen, ihm »zur Seite stehen«. Dann kann man
Familienaufstellungen: Hilfe auch für junge Menschen


Anhand vieler Fallbeispiele zeigt Ingrid Dykstra, dass Familienaufstellungen ein gutes Mittel sind, Kindern und Jugendlichen auf dieser Ebene zu begegnen. Mit großem Einfühlungsvermögen beschreibt sie, wie mit den jeweiligen Altersstufen gearbeitet werden kann und wann Einzel- oder Gruppenarbeit sinnvoll ist.

Psychologen, Kinder- und Familientherapeuten erhalten wertvolle Anregungen für den Einsatz der systemischen Arbeit im Bereich Kinder- und Jugendtherapie. Eltern finden mit diesem Buch zu einem anderen Bewusstsein für die Schwierigkeiten ihrer Kinder.