

Bindung, Ausgleich und Ordnung

(Bert Hellinger, Vortrag ORF)

"Die Familie ist so etwas wie ein System, in dem **Bindung, Ausgleich und Ordnung** eine wesentliche Rolle spielen. Das gleiche gilt auch für die Beziehung zwischen Mann und Frau. Mit dem Auftauchen des ersten Kindes wird aus einer Paarbeziehung eine Familie. Damit kommt es auch innerhalb der Beziehung zwischen Mann und Frau zu einer Veränderung. Einerseits muss der Liebespartner geteilt werden, andererseits kommt ein anderer neu dazu. Nur zu leicht kann es zu Spannungen und Kränkungen kommen, die entscheidenden Einfluss auf die Beziehung zwischen den Partnern, die Beziehungen der Kinder zu den Eltern und umgekehrt haben können.

Die Voraussetzungen dafür, dass eine Beziehung gelingt, sind, dass in ihr drei wesentliche Bedürfnisse erfüllt werden.

Das Bedürfnis nach BINDUNG

- Hier geht es um das Bedürfnis, sich zu einer anderen Person, Mutter, Vater, Partner oder auch zu einer bestimmten Gruppe zugehörig zu fühlen.
- Sobald es aber Bindung gibt, wirkt das Gewissen durch die Furcht vor dem Ausschluss aus der Beziehung, wenn ich mich schuldig mache im Sinne der Beziehung. Das Gefühl der Unschuld, uns im Sinne der Bindung zu verhalten, erleben wir als Geborgenheit und Nähe, und auch als Sicherheit.
- Nun leben wir aber nicht nur in einer Beziehung und einer Bindung. Denn, was der einen Beziehung dient, das kann der anderen schaden, und was in der einen Unschuld bedeutet, das stürzt uns in der anderen in Schuld.
- Und so stehen wir dann für eine Tat vor vielen Richtern. Während uns der eine verurteilt, spricht uns der andere frei.

Beispiele aus der Praxis

Am stärksten erleben wir das Gewissen mit Bezug auf die Bindung an jene Familie, der wir entstammen – der Herkunftsfamilie. Unser Gewissen bindet uns an diese für unser Überleben wichtige Gruppe, gleich, welche Bedingungen uns hier gesetzt werden.

Diese Bindung wird vom Kind als Liebe und Glück erlebt und das Kind ist ihr auch treu. Als Kind haben wir ein gutes Gewissen, wenn wir uns so verhalten, dass wir sicher sein können, ganz dazu zu gehören. Tun wir hingegen etwas, was unsere Eltern als gegen sie gerichtet empfinden, so bekommen wir ein schlechtes Gewissen. Dies muss jedoch keineswegs immer bewusst sein. Tun wir also etwas gegen die Bindung, dann gefährden wir auch unser Recht auf Zugehörigkeit zu dieser Gruppe.

"Immer aber geht es beim Gewissen um Bindung und Bindungsliebe, und um die Furcht vor Trennung und Verlust".

Genau genommen haben natürlich auch Eltern ein unterschiedliches Gewissen, das sich wiederum an den Bedingungen ihrer Ursprungsfamilien orientiert. Dies kann sehr rasch zu Konflikten führen, wenn Vater und Mutter sich gegenseitig nicht als gleich gültig anerkennen, d.h. die Werte der Mutter nicht die gleiche Geltung haben wie die Werte des Vaters.

B. HELLINGER sagt dazu Folgendes: *"Wenn die Mutter in den Kindern den Vater achtet und liebt und der Vater in den Kindern die Mutter achtet und liebt, dann gibt es keinen Zwiespalt, dann gibt es Einheit".*

In jeder Beziehungsgemeinschaft gibt es eine Bindung, die durch das Gewissen reguliert wird, sei es nun bei einem Paar, in einer Familie oder auch in einem Arbeitsteam.

Das Bedürfnis nach AUSGLEICH

- Das Bedürfnis nach Ausgleich bezieht sich auf den *Ausgleich zwischen Geben und Nehmen*. Es gibt keine dauerhafte Beziehung ohne diesen Ausgleich.
- Zwischen Eltern und Kindern gibt es natürlich keinen vollständigen Ausgleich. Die Mutter oder der Vater, die bzw. der vielleicht wegen des Kindes mehrmals seinen Schlaf unterbrechen muss, bekommt dafür keinen Ausgleich. Gerade dieses Defizit führt ja dann auch dazu, wenn Eltern oft enttäuscht sagen: Von Kindern kann man sich eben keinen Dank erwarten. Gleichzeitig machen sie jedoch damit auch Schuldgefühle, um so wenigstens einen gewissen Ausgleich zu bekommen.
- Der eigentliche Ausgleich findet zwischen Eltern und Kindern auf einer anderen Ebene statt, auf der Verbindung zur nächsten Generation, d.h. zu den Kindeskindern, also wenn das einstige gestillte Baby inzwischen als Mutter ihr Kleinkind stillt und versorgt.
- Der Ausgleich zwischen Mann und Frau bezüglich Geben und Nehmen ist jedoch recht bedeutsam. Nur zu oft wird ein entstandenes Ungleichgewicht mehr oder weniger lange übersehen, was sich dann in verschiedensten Konflikten äußern kann, die gar kein Streitpunkt wären, gäbe es den Ausgleich zwischen den zwei Personen.
- Wo es um Ausgleich von Geben und Nehmen geht, bewirkt das Gewissen, dass wir, wenn wir uns schuldig fühlen, ein Gefühl der Verpflichtung haben. Die Unschuld hingegen erleben wir als Freiheit von Verpflichtung – oder als Anspruch, etwas zu bekommen, wenn wir gegeben haben.

Das Bedürfnis nach ORDNUNG

- Das Bedürfnis nach Ordnung ist ein Bedürfnis nach verlässlichen Spielregeln. Dies bedeutet, dass einerseits in einer Beziehung, sei es nun zwischen Mann und Frau oder zwischen Eltern und Kindern, gewisse Spielregeln vorhanden sein und eingehalten werden müssen, auf die sich jeder Beteiligte verlassen kann.
- Diese Spielregeln bestehen zu einem wesentlichen Teil aus *Grenzen*. Gibt es klare Grenzen, so weiß jeder, woran er ist. Er weiß damit auch, wann er eine Grenze überschreitet. Auch für Kinder ist es wichtig, von Eltern klare Grenzen zu bekommen, weil diese auch so etwas wie einen festen Halt darstellen.
- Kinder haben es manchmal gerade deshalb schwer, wenn Vater und Mutter, vielleicht dann auch noch Großeltern, verschiedene Ordnungen leben und dem Kind dann auch an verschiedenen Stellen die Grenzen setzen. Kinder nutzen das dann auch aus.
- Hat jemand in Bezug auf die Ordnung eine Grenze übertreten, dann erlebt er dies als Schuld, d.h. als Übertretung und als Furcht vor Strafe. Die Unschuld erleben wir als Gewissenhaftigkeit und Treue.

Zum Schluss ein **Beispiel**, das gleichzeitig veranschaulicht, wie verbunden diese drei Elemente "**Bindung-Ausgleich-Ordnung**" sind, wie sehr sie aber auch miteinander in Konkurrenz stehen.

Die Mutter hat dem Kind für ein Vergehen eine Strafe angedroht. Das Kind hat nicht darauf gehört und hat die von der Mutter gesetzte Grenze überschritten. Es weiß dies auch und empfindet seine Schuld als Übertretung.

Erteilt nun die Mutter die angedrohte Strafe, so handelt sie entsprechend der Ordnung. Gleichzeitig belastet sie aber die Bindung. Lässt sie hingegen Milde walten, so verstößt sie gegen die Ordnung, tut jedoch gleichzeitig etwas für die Bindung.

(Ergänzende Bemerkungen zum Workshop: Arbeit mit dem Systemo-Board, Österreichtagung der Schulpsychologie Österreich, März 2010, Henzinger)