

HARDY JÚLIA

Ősökről, magunkról – instant módon

A Hellinger-féle családállítás ellentmondásai

Nagy divatja van manapság a családállításnak; laikusok össze is keverik a családterápiával, pszichodrárával. Gyors, egyszerű, mélynek látszó, afféle „vilám-gyógyulás”, pszicho-show, gyors megtisztulás, azonnali katarzis. A családállítás azzal kecsegtet, hogy 20–40 perc alatt egy ismeretlenekből álló csoportban, ha valaki feltesz egy számára fontos kérdést, akkor a „mindentudó mező” és a karizmatikus vezető segítségével választ kap súlyos, egzisztenciális, egészségügyi dilemmáira. A bölcs vezető „kőbe vésett” törvények alapján ítél az illető helyzetéről, családjáról, elmondhat egy rituális, sztenderdizált „oldási formulát”, és ezzel meg lehet szabadulni családi átkoktól, függőségektől, pszichiátriai betegségektől, fenyegető öngyilkosságtól, elfelejtett ősök sötét titkaitól. A méltánytalanságok kisimulnak, kezdetét veszi a gyógyulás; sánták járnak, vakok látnak, a némák megszólalnak. S mindezt egy könnyű megmerítkezéssel a lelki élet „tisztító fürdőjében”, majd utána személytelenül tovább lehet állni.

Manapság, amikor „nincs idő a fájdalomra” – miként egy közismert fejfájás csillapító reklámja állítja –, ez lehetne a szlogenje a családállításnak is, hisz kinek van ideje hónapokig, évekig bajmóldni lelki bajokkal egy terapeutánál, mindenféle érzésekbe bonyolódva elköteleződni önismereti csoportban, vagy családterápiára járni? Ezt a sok macerát, hosszadalmas gyógyítási folyamatot látszólag meg lehet úszni egy családállítási szösszal, ahol a nagy tudású családállító kinyilatkoztatja ítéletét, s az mindent megold.

Mennyire vágyunk erre ősidóktól fogva! Mennyire szomjazzuk elbizonytalanodott értékeink, kétségeink, ránk szakadó lehetőségek túlkínálata láttán, hogy végre valaki mondja meg,

hogyan kell élnünk, mit kell csinálnunk, mi a jó, a helyes, és mi a rossz. És itt még a Lélekkel is lehet találkozni – ne firtassuk, melyikkel –; valami rajtunk túlmutatóval, ami transzcendentális, misztikus és tuti... A hellingeri családállítás az ezoterikus „pszicho-boom” körébe tartozik; mellette járhatunk indián izzasztó kunyhóba, vagy őskiáltásra, járhatunk tűzön, nyerhetünk táv-vagy reiki gyógyítóktól kozmikus energiát és így tovább.

„Sok út, útkereszteződés – útjelző nélkül” – így jellemzi R. Welter-Enderlin, svájci családterapeuta a posztmodern világot. Hellingernél aztán van útjelző, meg kőtábla és tévedhetetlen „isten vezető” is.

Valószínűleg megváltoztak érzékelési mintázataink, elvárásaink. Klipeken, computer játékokon, reklámokon iskolázódott figyelmünk, ezért támad bennünk igény a „gyorstapasz-szerű” lelki megkönnyebbülésre, megvilágosodásra. Korunk embere, mintha egy szűk résen keresztül nézné az előtte elsuhanó tájat, azt érezvén, épp hogy be tudja fogadni, biztos le van maradva, esélye sincs megérteni és összerakni az Egészet. Rossz lelkiismeretünk állandósul a felületességünkért, amivel a saját életünk, családunk és világunk felé közelítünk. Ugyanakkor megmaradt a vágyódás is a mélyebb megértésre, ami manapság a pop-spiritualitás és pop-pszichotechnikák színes piacán nyer kielégülést. Persze, már a „posztmodern” és a „New Age” fogalmak is áldozatul estek az info-szórakoztató technológia diktálta tempó általános, eszméket, korstílusokat sem tisztelő elévülési száguldasának, átadván helyüket új fogalmaknak, amelyek hasonlóan kérészetűek és feledhetőek.

Bert Hellinger egy ideig katolikus szerzetes volt, Dél-Afrikában hittérítőként tevékenykedett, ahol elbeszélése szerint megihlette a zuluknál tapasztalt őstisztelet, s ez döntő hatással volt saját gyakorlatára. Filozófiát, teológiát, pszichoanalízist, tranzakció analízist és hipnózist is tanult, majd a 80-as években kezdte meg családállítási gyakorlatát Németországban. A 90-es évektől szerte Európában, az utóbbi években pedig Kelet- és Közép-Európában terjednek tanai. Szeánszai olykor több száz fő részvételével zajlanak. Az ilyen nyilvánosság előtti megszegyenülés nehezen viselhető el; a sajtóban ezek nyomán elkövetett öngyilkosságokról is olvashattunk.

Ma már a német nyelvterületen sehol nem szalonképes, ezen országok családterápiás egyesületei élesen elhatárolódnak a családállítóktól. Ebben közrejátszott a pszichoterápiás attitűddel ellentétes, erősen tekintélyelvű világképe, kinyilatkoztatásszerűen ítélkező normativitása, valamint a náciizmussal kapcsolatos kétes megnyilvánulása is.

Pszichoterápiás és családterápiás praxisom során leginkább a hellingeri családállítások sérültjeivel találkozom, s nem a csodásan megvilágosodottakkal. Amikor egy feleség úgy dönt, elhagyja férjét, mivel a családállításon azt mondták neki, ő csak a méhen belül meghalt ikertestvérét látta a férjében és ezért ra-

gaszkodott hozzá, akkor nehéz észérveket találni. Vagy amikor az apja által szexuálisan molesztált lánynak meg kell köszönnie, hogy életet adott neki, akkor az értetlenség a felháborodással keveredik bennem.

Ilyen tapasztalataim ellenére igyekszem bemutatni, mi is a családfelállítás, más néven „szisztematikus fenomenologikus családterápia”, s főleg, hogy milyen más pszichoterápiás tanokból „extrahálta” saját gondolatait és gyakorlatát. Kitérek továbbá a családterápia mai trendjeire, gondolati horizontjára és a pszichodráma sajátosságaira is.

A családállítás forrásai

A családterápiához és más pszichoterápiákhoz hasonlóan az egyént kapcsolati rendszerével együtt, komplexen kezeli. Mindannyiunkat leginkább a minket körülvevő emberi közeg, leggyakrabban a családunk befolyásol, annak aktuális világa, többgenerációs öröksége. Ezért amit érzünk, gondolunk, ahogy párt választunk vagy akár megbetegszünk, ha nem is determinált a családunk által, de minden választásunk hátterében jelen van a család.

Hellinger leginkább a Böszörményi-Nagy Iván megalkotta kontextuális családterápiából merített, de annak zavarba ejtő komplexitását mellőzve. Amikor ő egy családdal dolgozott, az egyes családtagokat igyekezett megérteni, elemezni, ám a családot mint egészt is. Ot dimenzióját különítette el a minket meghatározó kapcsolati valóságnak. Az első az „adott tények” dimenziója: idetartozik a nemünk, testi és egészségi adottságaink, képességeink, hányadik helyet foglaljuk el a testvérsorban, szegény vagy gazdag családba születtünk, milyen égöv alatt élünk, milyen a bőrszínünk, mennyire tanult a környezetünk, háború vagy béke vesz körül stb.

A második dimenzió a pszichikai valóságunk, amelyben tükröződik az élettörténetünk, a kapcsolati tapasztalatunk, a személyiségünk, ahogy bizalommal vagy gyanakvással fordulunk a világ felé, zárkóztunk vagy közlékenyek vagyunk, takarékosak vagy adakozóak. Idetartoznak belső konfliktusaink, lélektani elhárítási mechanizmusaink is.

A harmadik dimenzió a családi interakciók szintje – javarészt ez áll a rendszerszemléletű családterápia fókuszában. A szűkebb és tágabb rendszerek kölcsönhatásaival, a családi interakciók struktúráképző erejével, a családban elfoglalt szerepekkel, változásokkal, szabályokkal, a családi kommunikáció stílusával, hatalmi viszonyaival. Mindez a transzgenerációs örökségekkel együtt, vagyis a családi múltat is beleértve, ami sokszor tudattalanul is meghatározza döntéseinket. Ha szüleink öt éves korunkban elváltak, a válás veszélye megnő, amikor az a gyerekünk, akivel azonosultunk, öt éves lesz. Vagy ha a családunkban tönkre

szoktak menni az emberek alkoholizmusban, vagy a nők mindig rossz párt keresnek maguknak. Vagy az a család „stílusa”, hogy kiválaszt minden generációban egy jót és tökéleteset, meg egy sikertelen szerencsétlent, akkor ezekkel a mélyben ható erővel kell megbirkóznunk. A család meglehetősen konzervatív, nehezen változó intézmény. Ez nemcsak az állandóságra törekvéséből adódik, hanem abból is, hogy lelünk az ismerős viszonyok között jobban eligazodik, mint az ismeretlenek között, ezért hajlamosak vagyunk tudattalanul újratemetni olyan viszonyokat, amik bár nehezek, de otthonosak.

A negyedik a családi kapcsolatok etikai dimenziója. Ez kétségtelenül eredeti gondolat, és megkülönbözteti Böszörményi-Nagy Iván koncepcióját minden más családterápiás iskolától. Nagy hatással volt rá Martin Buber, akitől indítva azt feltételezi, hogy emberi kapcsolatainkban működik az „érdemszerzés” és a „jogosultság”, vagyis az adok-kapok valamiféle etikai egyensúlya. Mintha a családi kapcsolatokban megőrződne mindaz, ami történt velünk. Metaforája a „napló-főkönyv”, amely virtuálisan meghatározza, hogy egy cselekedet méltányos vagy sem. Az életünket a szüleinktől kapjuk, és a gyerekeinknek adjuk tovább. Tetteinket egy belső arányérzékhez mérjük: etikus vagy sem. Csak ritkán tudunk többet adni, mint amit magunk is kaptunk. Ha zongorázni és balettozni tanítottak, akkor fogom jó szülőnek érezni magam, ha kellő energiát fordítok a gyerekeim többirányú fejlesztésére. Ha anyósom a magatehetetlen édesanyját szociális otthonba viszi meghalni, igazán nehéz helyzetbe kerülök, amikor ő válik hasonlónak, mert jelenbeli cselekedeteink egyben minták is a saját gyerekeink részére, hogyan kell az idősekkel bánni.

Létezik „negatív jogosultság” is, amikor a gyerekkori elhanyagolást adja tovább a szülő. „Destruktív jogosultságról” akkor beszélünk, amikor minket kihasználta, fizikailag, szexuálisan bántalmazta, és az automatikus folytatásnak nagy az esélye. De van ennek a determinisztikus rendszernek a meghaladására két hatékony forma: a szerelem és a pszichoterápia. A pszichoterápiában hosszú és gyakran fájdalmas folyamatban el lehet gyászolni azt a megsértett, elhanyagolt, bántalmazott gyereket, akik valaha voltunk. A teherbíró terápiás kapcsolat megengedni az érzések feltörését, hogy együttérzők tudjunk lenni a saját kiszolgáltatottságunkkal, s meglássuk azt a gyerekeinkben is. Ennek az útja hosszú, mert a bizalmatlanság, a gyanakvó védekezés előbb jön, mint a feltárló érzékenység, a bizalom. A kötődélmélet azt tanítja, hogy korai kapcsolataink tapasztalata, ahogy a minket gondozók reagálnak szükségleteinkre, egész személyiségünket meghatározza egy olyan életkorban, amikor a szavak még nem állnak rendelkezésünkre. A zsigereinkbe íródik bele, ha figyelmes gondozónk a mi igényünk szerint tud reagálni ránk, hogy magunk is értékesek vagyunk, és a világ meg a mindenkor adódó Másik is jó, méltányos és derűs. Ha viszont kudarcokban,

frusztrációkban és bántalmazásban van részünk, akkor önmagunkat értéktelennek, a világot veszélyesnek, a partnereinket pedig kiszámíthatatlannak vagy gonosznak érzékeljük. A sokszor megismétlődő interakciók története mintha így összegződne, és tenné értelmezhetővé a nehezen emészthető bibliai igazságot: „Mindannak, akinek van, még adnak, attól meg, akinek nincs, még azt is elveszik, amije van.” (Lk 19,26)

Böszörményi-Nagy Iván azt is tanítja, hogy mindenkinek, aki a családhoz tartozik, jogosultsága van a család felhalmozta javakra, legyenek ezek anyagiak vagy szellemiek, és hogy alapvető igényünk a figyelemre és törődésre szintén kielégítésre vár. Amikor egy gyermeket méltánytalanul mellőznek, kitagadnak, akkor nemcsak az illető élete keseredik meg, hanem az egész családra nézve is hatással van az elkövetett igazságtalanság. Ha ezt a tapasztalatot társadalmi szintre terjesztjük ki, akkor beláthatjuk, hogy a Holokauszt vagy a romagyilkosságok nemcsak azokat töltik el rémülettel, akik származásukkal célpontjai lehetnek egy ilyen támadásnak, hanem az egész közösségnek azt üzenik, ez megtörténhet egyszer veletek is, nem vagytok biztonságban.

Az ötödik a transzcendentális dimenzió; ebbe a világkép konkrét tartalmától függetlenül mindazt beleértendő, amit az ember a végső dolgokról, életről, halálról, Istenről, az életünk céljáról gondol.

Parentifikáció, lojalitás

A családterápia irodalma a kontextuális családterápiával együtt sokat foglalkozik a generációs határokkal és az életkornak megfelelő szerepekkel. A rosszul funkcionáló családokban a szülők közötti nyílt vagy rejtett konfliktusok gyakran a gyerekek bevonásával zajlanak. Ezt „triangulációnak” nevezik. Az egyik elkeseredett szülő egy vagy több gyermekét szövetségként, bizalmasként bevonja a konfliktusba, vagy a gyerek is kerülhet ugyanilyen mechanizmusok mentén villámhárító, avagy akár bűnbak szerepbe. Még a beszélni nem tudó, totyogó kisgyerekek is „rátanulhatnak” arra, hogy a szüleik közötti veszekedésekbe, feszültségekbe aktívan beavatkozzanak, vagy valamilyen rosszkodással, eleséssel, esetleg gyengéd, szeretetet adó mellállással reagáljanak. Tudattalanul így szinte a „szülők szülőivé” válnak, „parentifikált” gyerekké. Alkoholista, súlyosan veszekedő családokban egy-egy gyerek az aktív, közbeavatkozó, megmentő szerepet veszi fel, míg más gyerek próbál láthatatlanná válni, eltűnni a szobájába, holott maga is végigszenvedi a családi drámát.

Böszörményi-Nagy Iván bevezette a lojalitás fogalmát a családterápiába, vagyis azt, hogy az egyén gyakran a saját érdekei elé helyezi a család érdekeit. Az olyan családokban például, ahol a pokoli rossz házasságot fenntartják a szülők, míg a gyerekek

fel nem nőnek, a kamasz gyerekek megteszik azt a „szívességet”, hogy sosem nőnek fel, skizofrénekké válnak, vagy kriminalitással, függőséggel biztosítják a szüleiknek az életfogytiglani gondozás lehetőségét. E tudattalanul zajló folyamatok háttérében az a félelem munkál, hogy szétesik a család a sikeres individuáció, leválás után. Böszörmény-Nagy meghasadt lojalitásnak nevezi azt a helyzetet, amikor az egyik szülőt választva a gyerek kénytelen elárulni a másik szülőt, mert azok éles ellentétben vannak egymással.

A kontextuális családterápia így az egyes családokat rendkívül komplex rendszernek tekintve kezeli.

Miben más Hellinger tanítása?

Hellinger ezt a családi kontextust konkretizálja, leegyszerűsíti, de egyben misztifikálja is: „családi klánról” beszél, mintegy „családi lélekről” és „mindentudó mezőről”, amely együtt mozog és sérül, szigorú törvényszerűségek irányítják. Hellingernél kőbe véssett törvényszerűségekként tüntetik fel a családhoz tartozás jogát. Ha valakit kitagadtak, vagy szomorú sorsát úgy akarták elfelejteni, hogy hallgattak róla – például öngyilkosság, elmebetegség, kriminalitás miatt –, akkor az „odatartozás törvénye” sérül. Azt tartja, hogy ez a megsértett törvény egy más családtagnál, akár egy későbbi generációban, valaki másnál „kiköveteli a jussát”, és öntudatlanul ismétli vagy próbálja jóvátenni a megsértett érdeket. A megsértett „rend” megbünteti azt, aki nem vette figyelembe. Ezért kvázi nem tud/mer sikeres és boldog lenni, míg a letagadott/kitagadott rokon életének igazsága nem kerül elismerésre.

A „hely törvénye” arra utal, mintha mindenkinek meg lenne a saját rögzített helye a családjában, illetve a kiterjesztett családban, a klánban. Ez részben vonatkozik a „parentifikált gyerek” jelenségére, amikor a gyerekek kerülnek kvázi szülői szerepbe, kárpótolni akarván szomorú szülőjüket a boldogtalanságukért, vagy bizalmasukká válnak a másik szülővel vívott harcokban. Ekkor Hellinger is azt a helyes elvet képviseli, hogy kinek-kinek a saját generációs szerepében kell élnie, nem pedig mások helyén. Ennek a „törvénynek” a másik vonatkozása már sokkal problematikusabb, mivel az elsőszülötteknek, az első feleségeknek plusz privilégiumot nyújt. Azt állítja, azért érdemelnek kiemelt figyelmet, elismerést ezek az „elsők”, mert ők készítették elő a helyet az utánuk jövőknek.

A hellingeri rendszerben mintha tovább élne a feudalizmus birtokokat egyben tartani akaró racionalitása, ahogy az örökösödési szokásokkal leegyszerűsítettek sokféle nehéz döntési helyzetet. Amikor Hellinger a történeti-szokásjogi gyakorlatot lélektani, egyetemes törvény rangjára emeli, akkor nem vesz tudomást a jelen társadalmi tapasztalatáról, sokszínűségéről, ezért

önkényessé és avíttá válik. Világképe egy több száz éves, talán soha sem volt katolikus hagyományban horgonyozza le, amiben a tekintély megfellebbezhetetlen, a tanítás egyetemes és kételytelen volt.

A családfelállítás fő eszköze a családszobor. Ez a rendkívül hatásos, erős módszer a pszichodramából került át a családterápiába. Virginia Satir és William F. Nerin, a családrekonstrukció módszerének kidolgozói használták sokat, de ma is közkedvelt eszköze mind a családterápiának, mind a pszichodramának, önismereti csoportoknak. Lényege, hogy egy család kapcsolati viszonyait térben, vizuálisan megjelenítse, amikor az egyes szereplők közötti közelség–távolság, mozdulat, tekintet, érintés eszközeivel lehet viszonyaink bennünk élő szubjektív képét kifejezni. Ha családterápiában használják, akkor ahány családtag, annyiféle szobor készül el. Lehet jelen idejű és vágyott szobrot is készíteni. Nagyon gazdag információt jelent a terápiában, amikor egyenként végigkérdezzük, ki hogy érzi magát, honnan kap támogatást, szeretetet, kinek a közelségére vágyik, mit jelent neki az a pozíció, amibe valamelyik családtagja tette őt. Ez a folyamat erősen konfrontatív, lehetőséget ad az eltérő látásmódok és a jelentésadás különbségeinek kidomborítására. De a terapeuta számára a család közös vagy eltérő stratégiája is láthatóvá válik, ahogy kifejezik különbségeiket, vagy igyekeznek elfedni véleményüket. A pszichoszomatikus beteggel élő családoknál nagyon jellemző az egység, az egyformaság vágya, ahol szinte hiányzik az individualitás igénye. A családtagok visszajelzéseivel sok rejtett érzés kerül felszínre, hallatlanul gazdagodik és elmélyül a családi kommunikáció.

Ugyanezt a módszert a pszichodráma csoportokban úgy használják, hogy a benne élő szubjektív kép alapján csak egyetlen családtag mutatja be a családot.

A módszert a családállításon is így használják, ám a hatás értelmezése eltérő. Míg a pszichodramában minden visszajelzés hipotetikusán alkalmazunk, fenntartva a tévedés jogát és az emberi tapasztalatok, érzések „mintha” jellegét, a hellingeri módszer kinyilatkoztat, diagnosztizál és az értelmezések egyértelműségét sugallja. Hiszen ők „képviselési érzékelés”-ről beszélnek, mintha belépnének az eredeti családi klán valós erőterébe, és az ott átélteket tudják közvetíteni. „Mindent tudó mezőről” vagy „morfogenetikus mezőről” beszélnek, amely reprodukálódik az idegenek között. Ezért ha valaki lefele néz, azt egyértelműen a veszteségekre, el nem gyógyult személyekre való utalásnak értelmezik. Persze, melyik családban nincs veszteség...

Csupán az a baj, hogy a családállítás vezetőjét felruhazzák egyfajta tévedhetetlen prófétai-pszichológusi hatalommal, s ez nagyon idegen a pszichoterápia világától.

Drámavezetőként gyakran megéljük, hogy amikor egy csoporttag családszobrot épít fel a csoport tagjaiból, és rácsodálkozunk arra, mennyire jó visszajelzéseket adnak, mennyire „szinte

az eredeti családtag is mondhatta volna” érzésünk támad, mint ha megelevenedne a család valósága a dráma színpadán, és kataritikus pillanatokot élünk át, nos, akkor nem egy „energetikai mező” szólal meg, hanem az a képességünk működik, hogy bele tudjuk élni magunkat egymás helyzetébe. Ha felveszünk egy testtartást, a protagonista instruálta közelség-távolság és egymás felé tett mozdulataink révén az a nagyon komplex beleérző képességünk működik, ahogy megértünk szcenikus helyzeteket, és saját tapasztalatainkkal, érzéseinkkel hozzuk őket kapcsolatba. A beszéd kialakulása előtt is elemi érdekünk, hogy tudjunk tájékozódni az emberi viszonyokban, hangulatokban, szándékokban. Ezért tudjuk felidézni a saját testünkben is, hogy egy mozdulat milyen belső érzelmi állapottal jár. Ha az anyánktól távol, minden családtag háta mögött állunk, akkor a helyzetünket tudjuk „olvasni”, még akkor is, ha nem ismerjük az eredeti szereplőket.

A családterápia mai trendjei nagyon eltérnek a mindent tudó szakértő szerepétől, kultuszától. Ma a családok viselik a felelősséget saját életfontosságú döntéseikért, nem a terapeuta. Ennek nem a felelősség elhárítása az oka, hanem annak tudata, hogy a családok mindig előnyben vannak hozzánk képest, amikor a saját életüket mérlegelik. Manapság a szociális konstrukcionizmus értelmében úgy tekintünk a családokra, mint akik a maguk belső világának, jelentésrendszerének a megalkotói. Sajnos vagy szerencsére nincs egyöntetűség, nincsenek minden helyzetre érvényes törvények és egyértelmű ítéletek. A sokféleséggel kell számolnunk. Ma nem beszélünk az „igazságról”, mivel tisztában vagyunk a többértelműséggel és a terápia dialogikus voltával. Amennyit terapeutaként tekintélyben nyernénk, annyit vesztenénk a klienseink passzivitásával, ha átvennénk helyettük az ítékezés, döntés felelősségét. Türelem és egy teherbíró terápia kapcsolat kell ahhoz, hogy bármilyen „igazság” emészthető és elfogadható legyen. Meg kell ismernünk az adott család saját jelentéskötéseit és viszonyait. Ma már sok család „kilóg” a hagyományos normalitás kategóriákból, összetételében és egyedi történetében egyaránt. Nem szuszakolhatjuk bele őket egy archaikus világ családmodelljébe.

A hellingeri családállítások másik súlyos problémája az, hogy ott 20–40 perc alatt kell valamit mondani, ami jelentős, „ütős”. Ebben a „teljesítménykényszerben” csakis leegyszerűsített, sablonos igazságok derülhetnek ki.

További probléma a személyes rokon- és ellenszenvek kérdése: ha egy hosszú időn keresztül együtt dolgozó önismereti csoportban valamelyik vezető esetleg nem elég odafigyeléssel, komolysággal fordul egy csoporttag felé, akkor – mivel az egész csoport előtt zajlik minden – a csoporttag és a csoport is be tudja számítani az egyszeri véleménybe az esetleges torzítást. Ellenben, ha csak egyszer találkozunk, és meg kell mondani az egyedül üdvözítő ítéletet egy családról, a karizmatikus vezető szava

minden ellensúly nélkül felértékelődik, nincs mód a korrekcióra, a más nézőpontból történő mérlegelésre. Amit „üzen”, tanít egy csoportfolyamat, az a saját magunkért való felelősségvállalás, az önállóság és autonómia értéke. Ezt nem lehet ráolvasásszerű formában átadni.

„Én vagyok a Kicsi, Te a Nagy” – kezdődik sok oldási formula. A mai pszichoterápiák nem ezt a tudatot kívánják megerősíteni. Ezért, bár Hellinger családállítási módszerének vannak értékelhető elemei, szinte semmi ellensúlya sincs a terapeuta esetleges önkényességének. Ez a helyzet pedig, ha nem kellő önismerettel bíró, alkalmas személyiség vezeti a terápiát, könnyen visszaélésekre vezethet.

Ahogy Jean-Paul Sartre mondja: „az ember szabadságra ítéltetett”. Ezen még Bert Hellinger sem segíthet.

Irodalom

- Angster Mária: *Családállításról röviden*, kézirat, 2008.
- Böszörményi-Nagy Iván – Baebara R. Krasner: *Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa*, Budapest, 2001.
- Carr, Alan: *Family Therapy. Concepts, Process and Practice*, Wiley, London, 2003.
- Eerenbeemt, Else-Marie van den – Ammy van Heusden: *A változó egyensúly*. Böszörményi-Nagy Iván egyéni- és családterápiás módszere, 2001.
- Gallovích Ervin: *Let's talk about Hellinger*. Workshop, MCSE Vándorgyűlése, Kecskemét, 2004.
- Hardy Júlia: *Családfelállításról a családterapeuta szemével. Pszichoterápia*, 2008–2009.
- Hardy Júlia: *Ilyennek még sohase láttalak*. Családterápia és pszichodráma, in *„Kezdetben volt a találkozás”*. A 20 éves Magyar Pszichodráma Egyesület ünnepi tanulmánykötete, Budapest, 2009.
- Hellinger, Bert: *A szeretet rendje*, Budapest, 2012
- Hilgers, Micha: *Psychotherapie – Alte Ordnungen. Die Psychoszene hat einen neuen Star: Bert Hellinger. Sein Konzept der „Familienaufstellung“ befriedigt die Sehnsucht nach einfachen Lösungen, Deutsches Allgemeines Sonntagsblatt*, 2000.
- Simon, Fritz B.: *Jeder hat das Recht auf einen Guru*, Furche, 2004.
- Simon, Fritz B. – Arnold Retzer: *Bert Hellinger und die systemische Psychotherapie. Zei welten, Psychologie Heute*, 1998.