

Teil 2 des Seminars

# **Beratung und Begleitung von Familien auf der Basis systemischen Denkens**

**- die Familienrekonstruktion -**

Im WS 17/18

-Studiengang Kindheitswissenschaften an der  
FH Magdeburg/Stendal -

*Eure Kinder sind nicht eure Kinder.*

*Sie sind die Söhne und Töchter der Sehnsucht des Lebens nach sich selber.*

**Khalil Gibran**

**Leitung:**

**Matthias Heintz**

**(Dipl.Päd. und Syst. Familientherapeut)**

## die Familienrekonstruktion

Die Familienrekonstruktion ist ursprünglich als gruppentherapeutische Methode aus der Familientherapie hervorgegangen. Diese Methode soll (angehende) Familien-therapeutInnen befähigen, durch Selbstreflexion und Selbsterfahrung der eigenen Familienbiografie die Abgrenzung zu den Konstellationen, Geschichten und Biografien ihrer (zukünftigen) Klienten wachsam zu gestalten. Dies ist meiner Ansicht nach einer der wichtigsten Qualitätsmerkmale professioneller therapeutischer Arbeit. Selbstreflexion und -erfahrung sollte nicht mit dem Abschluss einer Therapieausbildung enden, sondern zur *selbstverständlichen* Haltung therapeutischen Arbeitens werden, z.B. durch Inanspruchnahme von Supervision.

Inzwischen hat sich die Methode der Familienrekonstruktion auch in Teilen der familientherapeutischen Praxis mit Klientensystemen etabliert und bewährt. Inhaltlich soll die Familienrekonstruktion helfen, eine geschärfte Wahrnehmung für die Wirkungen von offenen oder verdeckten Regeln, Traditionen, Tabus aus der Biografie der Herkunftsfamilie zu gewinnen. In diesem Prozess der Bewusstwerdung sollen Verstrickungen, unsichtbare generationsübergreifende Bindungen und Leid erzeugende, tradierte Interaktionsmuster aufgelöst werden. Ebenso können aber auch Ressourcen und Familienschätze wieder ins Bewusstsein geholt und damit hilfreich in die Gestaltung der Gegenwart integriert werden.

In diesem zweiten Teil des Seminars zur Einführung in die Methoden der systemischen Familientherapie möchte ich zwei Elemente der Familienrekonstruktion vorstellen, anhand konkreter Themen der Seminarteilnehmer anwenden und diskutieren. Diese Elemente sind:

**das Genogramm** sowie

**die Familienskulptur - das Stellen von Systemen** (mittels Personen oder anderen symbolischen Darstellungsmedien, wie z.B. dem Familienbrett)

In dieser Auseinandersetzung mit der Methode der Familienrekonstruktion sollen die im ersten Seminarteil erworbenen Kenntnisse erneut angewandt und ausprobiert werden.

## das Genogramm

Auf die Erklärung dessen, was ein Genogramm ist, folgt häufig die Reaktion: „Ach so, ein Stammbaum.“ Tatsächlich gibt es gewisse Parallelen zwischen dem Stammbaum und dem Genogramm. Während der Stammbaum in seiner Aussage für mein Verständnis den inhaltlichen Schwerpunkt auf Vermittlung von Familientradition und biologischer Abstammung legt, verstehe ich das Genogramm vielmehr als eine Art Familienlandkarte. In dieser lässt sich die Entwicklung der eigenen Familienbiografie bzw. die der Klienten, darstellen. In einem möglichst komplexen Umfang können neben den traditionellen Daten, wie sie im Stammbaum auftauchen, wichtige Bezugspersonen, wie z.B. frühere nicht eheliche Partner eines Familienangehörigen oder neue Partner nach einer Trennung bzw. Scheidung mit ins Bild genommen werden oder andere Personen, die einen bedeutsamen Einfluss auf die Familienbiografie genommen haben. Ebenso sollten Fehl- oder Totgeburten bzw. Abtreibungen eingetragen werden, da über diese Ereignisse nicht selten geschwiegen wird, sie aber umso mehr aus dem Verborgenen wirken können.

Diese Landkarte verschafft dem/der Betrachtenden eine wörtlich zu verstehende supervisorische Perspektive auf die Entwicklung und Struktur seiner/ihrer Familie. Allein diese veränderte Perspektive verhilft zu neuen Ideen und Eindrücken. Möglicherweise schließen sich Lücken in dem bisherigen Wissen über die Familie und deren Geschichten. Oder bekannte, tradierte Geschichten bekommen aus dieser Sicht eine andere Färbung, werfen für den Klienten bzw. den Familientherapeuten neue Hypothesen auf. Wiederholungen von Mustern und Symptomen (z.B. Krankheiten) rücken ins Sichtfeld.

Von besonderem Interesse sind auch weiße Stellen im Genogramm, d.h., die Stellen, an denen auffallend viele Fragezeichen auftauchen, Informationen fehlen, die dem Genogrammersteller nicht zugänglich waren. Was haben diese Stellen zu bedeuten? Gab es keine Informanten mehr? Wurden hier Geschichten nicht weitererzählt? Und wenn ja, warum? Sind diese Stellen eventuell ein Hinweis auf ein Familiengeheimnis, ein Tabubereich? Wenn ich diese weißen Flecken im Gesamtkontext des Genogramms betrachte und/oder vor dem historischen Gesellschaftskontext sowie des lebensweltlichen Kontextes dieser Familie, entstehen dann neue Ideen und Hypothesen über das, was nicht bekannt ist?

Neben den sog. harten Daten sollten, so möglich, auch sog. weiche Daten mit in das Genogramm hineingenommen werden, also beispielsweise Spitznamen, die auf Eigenschaften oder besondere Ereignisse hinweisen, die mit der betreffenden Person bzw. deren Familie verbunden sind. Aber auch bestimmte Krankheiten, die wiederholt auftauchen oder die Beschreibung einer bestimmten Familienatmosphäre können anhand von Symbolen und Metaphern dargestellt werden.

Die Bilder und Geschichten der Menschen, die wir mit Hilfe des Genogramms uns vor

Augen führen, können durch Fotos, Briefe oder andere Zeitdokumente, die in einem engen Zusammenhang mit deren Lebensgeschichte stehen, vertieft werden.

Der therapeutische Blick und die gemeinsame Vertiefung in ein Genogramm sollte die historische und lebensweltliche Einbettung der Menschen und ihrer Geschichten unbedingt mit einbeziehen. *Wie hat der Nationalsozialismus konkret in diese Familie hineingewirkt? Was hat der Großvater im ersten bzw. zweiten Weltkrieg gemacht? Welche Auswirkungen hatte es als protestantische Frau, in einer katholisch geprägten Region zu leben? Was würden die Großeltern darüber erzählen, wie sie als strenge Muslime nach ihrer Migration das Leben im Ruhrpott erlebten? Was bedeutete es, als gläubige Christen in der DDR zu leben?* Diesen Kontext in die Betrachtung einer Familienbiografie hineinzunehmen, kann für den Klienten bereits eine entscheidende Perspektivänderung bewirken.

In der therapeutischen Beschäftigung mit dem Genogramm gelten die gleichen Spielregeln, wie generell für familientherapeutisches Handeln: Achtung und Respekt gegenüber dem Klienten und seiner Familienbiografie und zugleich eine neugierige, freie, manchmal auch eine freche Haltung gegenüber moralischen Inhalten, Denkverboten, Tabus, Dogmen und allen Wertungen, die sich in den Kategorien von Gut und Böse, Richtig oder Falsch bewegen. Ich erinnere in diesem Zusammenhang an die in Teil 1 erwähnte Zielrichtung des Biokybernetikers von Förster:

„Handle stets so, dass du die Anzahl der Möglichkeiten vergrößerst!..“

Dies bedeutet hier für mich, die gemeinsame Schau des Therapeuten mit dem Klienten auf dessen Genogramm immer mehr zu erweitern, zu differenzieren, sodass in dessen Blick ein vielschichtiges Bild seiner Familienbiografie wächst. Dies wäre meiner Ansicht nach ein wichtiger Bestandteil des therapeutischen Prozesses, der die Klienten aus einer verengten Sicht herausführen und damit die Handlungsspielräume erweitern helfen soll.

## die Familienskulptur - das Stellen von Systemen

Das Stellen von Systemen im Rahmen der Familienrekonstruktion intensiviert und vertieft die Arbeit der Therapeutin mit dem Klienten an dessen Familiengeschichte. In der Regel folgt dieser Schritt einer ersten ausführlichen Betrachtung des Genogramms, wie sie oben beschrieben wurde.

Der Vorteil des Stellens von Familiensystemen liegt in seiner Gewichtung auf der non-verbalen Ebene und das Nutzen einer, wie ich es nenne, unmittelbaren, emotionalen und intuitiven Intelligenz des Menschen. Es ist die Kraft, die meinem Verständnis nach, Moreno (Begründer des Psychodramas) mit dem Begriff *Spontaneität* verband.

Der Ausgangspunkt für eine Familienskulptur richtet sich nach dem therapeutischen Setting und dem Verlauf einer Rekonstruktion. Das Thema der Skulptur kann sich auf eine Fragestellung der *Gegenwartsfamilie* oder auf einen bestimmten Abschnitt, eine bestimmte *Geschichte* in der Familienbiografie beziehen.

Die Art des Einstiegs in eine Aufstellung richtet sich danach, ob der Therapeut

- a) direkt mit einer Familie arbeitet oder
- b) mit einem Klienten im Rahmen einer Gruppe (z.B. einer Ausbildungsgruppe) oder
- c) in einem Paar- bzw. Einzelsetting arbeitet.

Zu a) Wenn die Familienmitglieder bereit sind, sich selbst als Skulptur zu stellen, bittet die Therapeutin ein Mitglied, das nicht im Zentrum eines familiären Konfliktes steht, aufzustellen. Das Stellen soll ohne Worte geschehen. Die Reihenfolge bestimmt der Aufstellende. Hilfreich ist, wenn der Aufstellende das jeweilige Familienmitglied mit „Tuchführung“ an den Schultern mit beiden Händen an den Platz führt, der für ihn intuitiv stimmig ist. Das jeweilige Familienmitglied lässt sich möglichst mit geschlossenen Augen führen. Ist dieser Ort gefunden, können dann noch Feinheiten wie *Gestik*, *Mimik*, *Körperhaltung*, *Oben/Unten - Relationen* (z.B. mithilfe von Podesten, am Boden sitzen oder liegen) sowie die Ausrichtung auf die anderen Familienmitglieder modelliert werden. Zuletzt stellt der Aufstellende sich selbst in diese Konfiguration. Erst wenn die Skulptur des Aufstellenden für ihn stimmt, findet das Stellen einen ersten Abschluss.

Sollten Personen gestellt werden, die nicht an der Sitzung teilnehmen (etwa ein Onkel oder eine Schwiegermutter), so kann diese Person mittels eines leeren Stuhles in die Skulptur integriert werden.

Zu b) Im Rahmen einer Gruppe verläuft die erste Phase des Stellens wie oben beschrieben. Die Aufstellende sucht sich diejenigen Personen aus der Gruppe,

die am ehesten die Rolle eines bestimmten Familienmitgliedes einnehmen könnten. Auch für sich selbst sucht sie eine Rollenspielerin aus der Gruppe und stellt sie in die Skulptur.

Falls die Aufstellende keine passende Person für eine Rolle findet oder nicht genügend Gruppenmitglieder vorhanden sind, kann ersatzweise wie oben beschrieben mit leeren Stühlen gearbeitet werden.

Zu c) In diesem Setting kann der Aufstellende mithilfe von leeren Stühlen, eines Familienbrettes oder anderen symbolischen Darstellungen eine Familienskulptur gestalten (ich arbeite z.B. gerne mit Steinen oder Spielzeugtieren). Auch hier gilt die gleiche Grundhaltung: Zeit lassen, ohne Worte und am Ende nochmals überprüfen lassen, ob wirklich alle bedeutsamen Personen im Bild sind.

Im folgenden Schritt ist es wichtig, die gestellten Personen zu befragen, wie sie sich in ihren Positionen fühlen, wie sie sich im Verhältnis zu den anderen gestellten Personen fühlen und ob, wenn es sich um Familienmitglieder handelt, diese Skulptur etwas von dem Empfinden des Betreffenden in seiner Familiensituation widerspiegelt.

Im Hinblick auf den Prozess der Familienrekonstruktion ermöglicht die Skulpturarbeit ein vielschichtiges Nacherleben und Verstehen dessen, warum sich zu einer bestimmten Phase eine Konstellation herausgebildet hat, die zur damaligen Zeit für diese Familie u.U. als einzige Lösungsmöglichkeit erschien, später aber, unter veränderten Bedingungen, eine das Leben verengende und destruktive Kommunikation erzeugte.

In einer Skulptur mit Rollenspielern kann der Aufstellende zu seinen Gefühlen, Eindrücken und Ideen befragt werden. Eine hilfreiche Intervention kann auch darin bestehen, ihn zu bitten, in seine Position in dieser Skulptur zu gehen. Was verändert sich beim Klienten? Kommt es zu neuen Impulsen?

Im Einzel- oder Paarsetting mit einer symbolischen Skulptur können anhand hypothetischer Fragen die verschiedenen Personen der Reihe nach befragt werden, also z.B.: „Angenommen, Ihr Vater stünde tatsächlich in dieser Position, was würde er sagen, wie es ihm an dieser Stelle geht?“. So könnte der Klient Position für Position abschreiten und aus der Rolle der jeweiligen Familienmitglieder sprechen.

In einem dritten Schritt geht es nun um die Suche nach Veränderungsmöglichkeiten, die es dem Klienten und dem Familiensystem ermöglichen, eine für ihre Bedürfnisse positive, lebendige und autonome Kommunikation zu entwickeln, die bestehende Symptome, Verstrickungen und

Grenzüberschreitungen auflösen oder zumindest vermindern können. Dies wird durch die Aufforderung und Ermutigung der Therapeutin an die Aufstellende initiiert, Veränderungen in der Skulptur vorzunehmen, die sie sich als Lösung aus einer schwierigen Situation vorstellen kann. Aber auch die aufgestellten Personen werden gefragt, wie es ihnen mit dieser Veränderung geht und ob sie ihrerseits etwas ändern möchten an ihrer Position und Haltung. Ebenso kann die Therapeutin Veränderungen an der Skulptur als Impulse anbieten, um Alternativen auszuprobieren.

Die Skulpturarbeit sollte dann beendet werden, wenn alle Beteiligten für sich neue, zugängliche Bilder zu einer bestimmten Frage- oder Problemstellung gewonnen haben, die größere Handlungsspielräume für das Zusammenleben aufzeigen.

Das Stellen von Systemen bezieht sich nicht allein auf den Bereich der Familienrekonstruktion, sondern kann auch als Interventionsmöglichkeit zu einer aktuellen Fragestellung einer Familie oder irgendeiner anderen Form von Lebensgemeinschaft genutzt werden. Ebenso kann dies eine lebendige und wahrnehmungsdifferenzierte Form der Intervention im Rahmen einer Team- oder Einzelsupervision sein.

## **zur Frage der Ausbildung in der Systemischen Familientherapie**

Auch wenn jemand für sich die Entscheidung getroffen hat, eine Ausbildung in Systemischer Familientherapie machen zu wollen, halte ich es für wichtig, dass der- bzw. diejenige sich gezielt auf einen weiteren Klärungsprozess einlässt. Verschiedene Ausbildungsinstitute bieten hier Infotage und Vorkurse an, in denen eine inhaltlich-methodische Einführung angeboten wird. Im Rahmen solcher Veranstaltungen kann jede/r diese Entscheidung nochmals gründlich überprüfen. Zugleich ist es für den Anwärter eine gute Gelegenheit, das Institut, einen Teil seiner LehrtherapeutInnen und die inhaltliche Ausrichtung kennenzulernen. Auf der Beziehungsebene lässt sich für beide Seiten die Wahrscheinlichkeit einer guten, lebendigen und konstruktiven Zusammenarbeit klären. Insbesondere die Infotage sind wichtig dafür, herauszufinden, welche Voraussetzungen auf materieller (auch finanzieller!) und inhaltlicher Ebene das Institut setzt, um dort eine Ausbildung machen zu können. Ob ein Institut überhaupt Infotage und Vorkurse anbietet, ist für mich bereits ein wichtiges Qualitätskriterium.

Weitere, für mich wichtige Qualitätsmerkmale möchte ich in Frageform benennen:

Wie gestalten sich die ersten Kontakte? Habe ich den Eindruck, dass die Mitarbeiter des Institutes engagiert und interessiert wirken? Wie werde ich brieflich bzw. persönlich angesprochen (Umgang mit Grenzen)? Duzen mich die MitarbeiterInnen ohne vorhergehende Rückfrage?

Wie strukturiert wirkt das Ausbildungscurriculum? Gibt es einen Lehrtherapeuten oder ein Team von Ausbildern pro Gruppe?

Bietet die Ausbildung eine Verflechtung von Theorie, Übung und Selbsterfahrung (siehe Qualitätskriterien der SG im Anhang)?

Welchen Anteil hat berufsbegleitende Supervision im Rahmen der Ausbildung?

Welchen Eindruck macht der äußere Rahmen des Institutes auf mich? Sind die Räumlichkeiten sorgsam und freundlich gestaltet?

\*\*\*\*\*



**Literatur:**

*Mit Familien reden - Gesprächsmuster und therapeutische Veränderung*

Bandler/Grinder/Satir

München, 4. Auflage 1993

*SpielArt - Konzepte systemischer Supervision  
und Organisationsberatung, Mappe 1, 2, 3*

el Hachimi/Stephan

Göttingen 2000

*Familienbande sichtbar machen -  
die Arbeit mit dem Genogramm  
Mack-Hampe, Helga*

Internet: [www.famili.de/download/arbeit-mit-genogramm.pdf](http://www.famili.de/download/arbeit-mit-genogramm.pdf), Zugriff am 18.11.2017

.....  
*Zirkuläres Fragen - Systemische Therapie in Fallbeispielen  
Ein Lernbuch*

Simon/Rech-Simon

Heidelberg, 4. Auflage 2001

*Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*

v. Schlippe/Schweitzer

Göttingen, 4. Auflage 1997

.....  
**Leitung:**

**Matthias Heintz**

**Obere Str. 16**

**37130 Gleichen-Sattenhausen**

**0172-9341531 Praxis**

[beratungpluspraevention@gmx.de](mailto:beratungpluspraevention@gmx.de)

[www.beratungpluspraevention.de](http://www.beratungpluspraevention.de)