

Gliederung

1. Einführung

- 1.1. Persönliche Betrachtung
- 1.2. Psychologische Beratung
 - 1.2.1. Beratung – ihre Abgrenzung zur Therapie
 - 1.2.2. Beraterpersönlichkeit
 - 1.2.3. Faktoren eines Beratungsgesprächs
 - 1.2.3.1. Äußere Faktoren
 - 1.2.3.2. Innere Faktoren

2. Systemische Therapie

- 2.1. Familie und Familientherapie/Beratung
- 2.2. Frühe Entwicklung der Familientherapie
- 2.3. Entwicklung zur Familientherapie
- 2.4. Heutige Familientherapie

3. Das „Selbstwert – Prozess- Modell“ nach Virginia Satir unter teilweiser Einbeziehung des Fallbeispiels

- 3.1. Therapieziele
- 3.2. Diagnose
 - 3.2.1. Selbstachtung / Selbstwert
 - 3.2.2. Kommunikationsmuster
 - 3.2.3. Familienregeln
- 3.3. Der zyklische Prozess der Therapie
 - 3.3.1. Allgemeines
 - 3.3.2. Kontaktaufnahme – erste Stufe
 - 3.3.3. Chaos – zweite Stufe nach Kontaktaufnahme
 - 3.3.4. Integration - dritte Stufe
 - 3.3.5. Der Therapeut als Leiter des Prozesses

4. Ablauf der Beratung

- 4.1. Diagnostische Betrachtungen
 - 4.1.1. Frau W.
 - 4.1.2. Sohn – Tobias
- 4.2. Therapieplanung
- 4.3. Planung der ersten Familienberatung
 - 4.3.1. Datenerfassung/Kontaktaufnahme
 - 4.3.1.1. Bestimmung des Wunschzustandes
 - 4.3.1.2. Bestimmung des aktuellen Zustandes
 - 4.3.2. Systemumwandlung
- 4.4. Konsolidierung der Veränderungen
- 4.5. Andere Möglichkeiten der Beratung

5. Schlussbetrachtung

1. Einführung

1.1. Persönliche Betrachtung

Meine bisherige berufliche Entwicklung hat mich immer wieder mit Themen und Personen konfrontiert, die nach Kenntnissen in der Psychologie verlangten. Egal ob ich mit Personalarbeit oder als Führungskraft in einem großen Konzern beschäftigt war.

Mein eigenes Leben war von Krankheit und familiären Problemen begleitet. Die Suche nach Konzepten zur Lösung, Bewältigung und Unterstützung hat mich nach eigener Gesundung zur Ausbildung an der Paracelsus Schule bewogen, um mir hier die Grundlagen für ein Wissen anzueignen, dass es mir ermöglicht zukünftig anderen Menschen beratend zur Seite stehen zu können.

Meine Arbeit als psychologische Beraterin empfinde ich auf der Basis dieser Ausbildung verbunden mit eigenen Wegerfahrungen als Fortsetzung meiner persönlichen Entwicklung. Mein Ziel ist es eine hochwertige Beratungstätigkeit zu leisten, dafür werde ich mich auch weiterhin neben dem Sammeln von praktischen Erfahrungen mit weiterführenden theoretischen Ansätzen beschäftigen.

Für die vorliegende Arbeit habe ich mich für die Thematik der Familienberatung entschieden, da ich bereits erste Erfahrungen in der Beratung von Familien und einzelnen Familienmitgliedern sammeln konnte.

Der von mir in der vorliegenden Arbeit bevorzugte Lösungsansatz nach Virginia Satir beinhaltet ein sehr komplexes Geschehen, welches sich in Abhängigkeit der Reaktionen der Familienmitglieder gestaltet. Zur Verdeutlichung dieses komplexen Prozesses habe ich ab und an Annahmen zu Entwicklungen während der Beratung eingeführt. Diese sind an den entsprechenden Stellen auch kenntlich gemacht und dienen dazu Aussagen zu treffen, die den möglichen Prozess gut beschreiben können.

1.2 Psychologische Beratung

1.2.1 Beratung – ihre Abgrenzung zur Therapie

Die Beratung ist ein wichtiges Teilgebiet der angewandten Psychologie.

Unter Beratung versteht man eine zeitlich begrenzte Hilfeleistung, die durch einen Berater erfolgt. Sie ist vor allem erzieherisch unterstützend und problemlösend orientiert. Ihr Ziel ist meist Verhaltensänderung, Förderung von Problembewältigungskompetenz und Selbsterkenntnis. Ich nenne es gern –Hilfe zur Selbsthilfe–.

„Ein zentrales Beratungsziel ist, dem Ratsuchenden zu helfen mit seinem Problem selber fertig zu werden, da der Berater das Problem nie stellvertretend für den Ratsuchenden lösen kann.“

(11 / S. 21)

Die Definition des Beratungsbegriffes hat auf Grund der notwendigen Abgrenzung zum Begriff Therapie Bedeutung. Auf der Suche nach einer Definitionen für Beratung findet man sehr verschiedene Auslegungen, die eine Abgrenzung zur Therapie nicht immer verdeutlichen:

„In der deutschen Psychologie jedoch wird Beratung in Theorie und Praxis der psychosozialen Arbeit noch allzu oft als „kleine Therapie“ verstanden und behandelt“. (2 / S. 80)

Die nachfolgende umfassende Definition von Dietrich halte ich für meinen Anspruch an die Berater Tätigkeit für klar abgrenzend:

„Beratung ist in ihrem Kern jene Form einer interventiven und präventiven helfenden Beziehung, in der ein Berater mittels sprachlicher Kommunikation und auf der Grundlage anregender und stützender Methoden innerhalb eines vergleichbaren kurzen Zeitraums versucht, bei einem desorientierten, inadäquatbelasteten oder entlasteten Klienten einen auf kognitiv - emotionale Einsicht fundierten aktiven Lernprozess in Gang zu bringen, in dessen Verlauf seine Selbsthilfebereitschaft, seine Selbststeuerungsfähigkeit und seine Handlungskompetenz verbessert werden können.“ (2 / S. 81)

Im Unterschied zur Tätigkeit des Beraters behandelt der Therapeut pathologisches Erleben und Verhalten das meist in der individuellen Persönlichkeitsstruktur des Klienten verankert ist. Ziel der

Therapie ist die Behebung von physischen und Verhaltensstörungen, Förderung der individuellen Entwicklung, Auflösung fehlgeleiteter Denkmuster.

In dieser Arbeit werde ich für den Ratsuchenden zusätzlich den Begriff Klient verwenden. Bei theoretischen Beschreibungen werden Begriffe wie Therapie und Patient mit dem Hintergrundwissen der hier vorgenommenen Abgrenzungen verwendet.

1.2.2. Beraterpersönlichkeit

Mitgebrachte Gefühle des Klienten, wie Angst, Scham, Hilflosigkeit sollten in der Beratung möglichst bald gegen Hoffnung und Vertrauen eingetauscht werden können. Dies erfordert, dass der Berater eine für die Beratung hilfreiche zwischenmenschliche Beziehung aufbauen kann.

Rogers hat im Rahmen seiner Persönlichkeits- und Entwicklungspsychologie dafür sechs Bedingungen des Therapeuten beschrieben. Die drei wesentlichsten Aspekte / Verhaltenseigenschaften sollten m.E. auch vom Berater verinnerlicht werden:

Akzeptanz: Akzeptieren und Achten des Klienten ist Grundvoraussetzung jeder Beratung. Der Berater muss auf den Klienten bedingungslos zugehen können ohne eine Bewertung nach Wertkriterien vorzunehmen.

Werden dem Klienten positive Wertschätzung und emotionale Wärme entgegengebracht, erfährt dieser damit Anerkennung und Vertrauen; mitgebrachte Spannungs- und Angstgefühle können gemindert oder aufgehoben werden.

Empathie: Das Bemühen des Beraters um einführendes Verstehen geben dem Klienten Mut sein Inneres nach und nach selbst zu erforschen.

Indem der Berater sich in die Gefühlslage des Ratsuchenden einfühlt, kann er ihm z. B. durch vorsichtige aber doch gezielte Rückfragen helfen, seine Gefühle auszudrücken, ohne sie hinter anderen Aussagen verstecken zu müssen.

Kongruenz: Echtheit im Verhalten des Beraters ermöglicht dem Klienten Vertrauen zu entwickeln. Es ist deshalb für den Klienten sehr wichtig, dass das nonverbale mit dem verbalen Verhalten des Beraters übereinstimmt. Das ermöglicht dem Klienten sich zu öffnen und sich seiner eigenen Person zuzuwenden, statt voller Vorsicht sein Gegenüber (Berater) zu beobachten.

Der Berater kann sich nur offen den Wünschen, Ängsten, Aggressionen der Ratsuchenden (hier verschiedenen Familienmitgliedern) zuwenden, wenn er selbst recht gut ausbalanciert und für die Beratungstätigkeit positiv motiviert ist. Eigene Psychohygiene ist sehr wichtig.

So ist es auch mir ein Bedürfnis in regelmäßigen Abständen als Teilnehmer in einem psychologischen Seminar eventuell neu entstandene Probleme zu bearbeiten.

Außerdem schätze ich unseren kleinen Arbeitskreis von 3 psychologischen Beraterinnen, der zwar erst im Aufbau ist, in dem wir uns zu auftretenden Problemen in unserer Arbeit austauschen.

1.2.3 Faktoren eines Beratungsgesprächs

1.2.3.1 Äußere Faktoren

Neben der Persönlichkeit des Beraters ist die Einbeziehung einer Vielzahl weiterer Faktoren für die erfolgreiche Beratung von Bedeutung.

Raumgestaltung: Die räumlichen Gegebenheiten müssen dem Aufbau einer positiven Atmosphäre dienlich sein. Dazu trägt auch eine helle und freundliche Raumgestaltung mit einer für die Situation passenden Sitzgruppe bei.

Für die hier vorgestellte Arbeit ist außerdem genügend Raumgröße notwendig, dass auch beim Aufstellen von Familienmitgliedern (Skulptur) genügend Bewegungsfreiheit bleibt. So bietet auch meine kleine Einrichtung einen großen Beratungsraum an, indem es ohne „Stühlerücken“ möglich ist Elemente aus der Familie zu stellen.

Zeit: Der Beratungsumfang sollte zeitlich vereinbart werden (voraussichtliche Anzahl und die Dauer der Beratungsgespräche). Diese Aussagen sind auch für die finanzielle Überlegung des Ratsuchenden wichtig, da Beratung in der Regel durch die Klienten zu bezahlen ist.

Der Hinweis auf ggf. Notwendigkeit einer Konkretisierung wird dabei von mir gegeben.

1.2.3.2. Innere Faktoren

Vertrag: Nach einem Erstgespräch sollte ein Vertrag vorgeschlagen werden, der die Rechte und Pflichten beider Seiten definiert. Damit gibt es eine eindeutige Aussage, die beiden Seiten auch eine gewisse Sicherheit bezüglich der Verbindlichkeit der Beratungstätigkeit gibt.

Rahmen: Es ist wichtig zu Beginn ein Ziel für die Beratung zu formulieren, damit ist auch der Auftrag definiert.

Äußerlich erkennbare Merkmale erleichtern dabei die Erkenntnis, ob das Ziel erreicht wurde. Nachfolgende Fragen können dazu eingesetzt werden:

„Woran werden Sie erkennen, dass die Therapie ein Erfolg ist?“

„Woran wird ihr Partner erkennen, dass sie keine Beratung mehr brauchen?“

„Was wird sich an ihrem Verhalten am deutlichsten verändern?“

Fragetechniken: Unter der Vielfalt der Techniken möchte ich das Zirkuläre Fragen kurz näher erläutern, da es auch in meiner Arbeit zur Anwendung kommt.

Innerhalb der Mailänder Gruppe wurde eine zirkuläre Auffassung für das Seelenverständnis für besser als eine lineare Auffassung gehalten.

„Als Zirkularität wird ein Verständnis bezeichnet, dass sich von Ursache-Wirkungs-Prinzip löst und Regelkreise an ihre Stelle setzt.“ (9 / S.35)

„Dabei wird das Verhalten eingebunden gesehen in miteinander vernetzte Feedback-Schleifen die, jede für sich, Ausgangspunkt und Endpunkt von Veränderungen sind.“(9 / S. 35)

Der Therapeut ist sich seiner Einbindung bewusst und lässt sich vom Feedback der Familie leiten. Das zirkuläre Fragen findet praktisch so statt, dass jemand über einen anwesenden Dritten befragt wird.

Ein Klient wird aufgefordert, seine Vermutungen darüber zu äußern, was eine bestimmte Handlung wohl für diesen Dritten bedeutet.

Komplexe Handlungsabläufe sollen so besser sichtbar gemacht werden. Jedes Familienmitglied wird gezwungen, sich in Beziehung zu den anderen zu setzen und die lineare persönliche Perspektive mit dem ganzen System in Verbindung zu bringen.

Besonders in der Familientherapie ergeben sich daraus einige Vorteile:

- Zu einem Verhalten oder Sachverhalt kommt es somit zu mehreren Betrachtungsweisen aus verschiedenen Blickwinkeln.
- Für alte Probleme entstehen neue Darstellungen.
- Der Untersucher kann neutral bleiben, er muss nicht Partei ergreifen.

- Die Sensibilität für in der Familie stattfindende Prozesse wird erhöht. Es wird u.a. in Frage gestellt, ob es nur eine Wahrheit gibt.
- Relativierung der Wahrnehmung des Patienten durch Hören und Einbeziehen anderer Auffassungen.

Beziehung Berater zu Klient: Jeder Klient wird von mir durch das Geben der Hand begrüßt. Dabei nehme ich kurz Blickkontakt auf und nicke dem zu Begrüßenden freundlich vertrauensvoll zu. Es ist gerade in der Familientherapie wichtig, dass sich jeder während der Begrüßung sicher sein kann, dass ihm gerade jetzt die volle Aufmerksamkeit gehört. Es erfolgt damit Aufwertung der Person und jeder kann das Gefühl spüren beim Berater ein einzigartiges vollwertiges Systemmitglied sein zu dürfen.

Dem Klienten kann im weiteren Gesprächsverlauf durchaus mitgeteilt werden, dass man die geschilderten Gefühle auch von anderen Personen kennt, Gefühle der verschiedensten Art eben einfach legitim sind.

Kurz eingefügte Beispiele aus eigenen Erfahrungen können zur Unbefangenheit der Situation beitragen und verbessern die Beziehung.

Ratsuchende, so fordert Rogers, sollten freiwillig in die Beratung kommen. In der täglichen Beratungspraxis ist dies nicht immer der Fall, oft werden Partner oder auch Kinder und Jugendliche regelrecht gedrängt zur Beratung zugehen. Die Bereitschaft zur Mitarbeit und der Wunsch nach Veränderung ist dann nicht von vorne herein gegeben.

Die Beziehung zwischen Berater und Klient sollte deshalb auch hinsichtlich der Unterscheidung: ob der Klient ohne eigenes Anliegen geschickt wurde („Besucher“); ob er zwar ein Anliegen hat, aber nicht unbedingt etwas dagegen unternehmen will („Klient“); ob er ein Anliegen und den Wunsch hat aktiv zur Lösung beizutragen („Kunden“) abgeprüft werden. Gerade in der Familienberatung haben wir es oft mit einer Mischung zu tun, da meist ein Mitglied den Anstoß gab, in die Beratung zu gehen und die anderen dieses Anliegen mehr oder weniger mit gleicher Intensität mittragen.

Für die weitere Arbeit ergeben sich daraus unterschiedliche Aufträge und Ansprüche an den Berater als auch unterschiedliche Möglichkeiten und Notwendigkeiten der Beratung, die den Bedürfnissen des jeweiligen Klienten entsprechen müssen.

2. Systemische Therapie

2.1 Familie und Familientherapie/Beratung

Die **Familie** ist die erste Gruppenerfahrung der meisten Menschen und damit auch erster Träger der Sozialisation.

Heute kann man davon ausgehen, dass bestimmte interne Spannungen zwischen Eltern und Kindern ein wichtiges Zeichen geistiger Lebendigkeit und damit ein positives Gesundheitsmerkmal der Familie sein können. „Die klassische Harmonievorstellung muss revidiert werden“ (7 / S.30). Die Unfähigkeit der Familienmitglieder Konflikte oder Kontroversen auszuhalten und miteinander zu klären weist auf einen Defekt des Familiensystems hin.

Eltern bürden ihren Kindern die Folgen ihrer eigenen unbewältigten seelischen Störungen auf. Kinder spüren sehr gut, wie es um ihre Eltern steht und tragen oft unbewusst Probleme für ihre Eltern. Aber auch falsche Eindrücke von den Erlebnissen der Eltern bei den Kindern können zu Problemen führen.

Es ist deswegen wichtig, die Probleme der Familie offen zu besprechen und miteinander zu entscheiden. Kann innerhalb des Familienverbandes keine Klärung erfolgen, sollte Hilfe durch Familienberatung oder Therapie in Anspruch genommen werden.

Familientherapie gründet auf einem besonderem Paradigma, nicht das Individuum wird beobachtet und mit den familiären Einflüssen in Zusammenhang gebracht, sondern hier wird die **Familie als**

System beobachtet. „Was Familienmitglieder als Störung oder Pathologie entwickeln, ergibt sich aus den Wechselbeziehungen der aufeinander bezogenen Familienmitglieder“ (2 / S.174). Patient ist in der Familientherapie die Familie selbst.

Mit Hilfe unseres Fallbeispiels kann man dieses wie folgt beschreiben: Tobias reagiert in der von der Mutter beschriebenen Weise u.a. auf Grund der Störung der Beziehung seiner Eltern, die untereinander und zu ihm in Wechselbeziehung stehen. Die Familienbeziehung sprich Familie ist krank.

„Die Familientherapie richtet sich dementsprechend nicht auf die Veränderung der Persönlichkeit des Symptomträgers, sondern auf die Veränderung des Interaktionsmusters innerhalb der Familie.“ (8 / S.29)

In der Familientherapie hat man meist mit mehr oder weniger **geschlossenen Familiensystemen** zu tun. Diese funktionieren nach festen und unverrückbaren Regeln. Die Anpassung an diese Regeln wird über die Entwicklung und das Leben der eigenen Wünsche und Ziele gestellt. Veränderungen werden gar nicht oder nur schwer zugelassen, weil sie das bisherige Gleichgewicht stören würden und man dann die Sicherheitszone des bisher Bekannten (wenn auch nicht zufriedenstellenden) verlassen müsste. Der eigene Selbstwert der einzelnen Familienmitglieder wird in Frage gestellt bzw. dem System geopfert. Stößt dann ein Mitglied der Familie an die Grenzen seiner Bewältigungsfähigkeiten, bricht das System zusammen. Ein oder auch mehrere Mitglieder der Familie entwickeln dann Symptome.

Im Gegensatz dazu haben in einem **offenem Familiensystem** die Familienmitglieder die Möglichkeit ein eigenes Selbstwertgefühl zu entwickeln, jeder hat Wahlmöglichkeiten in seinen täglichen und den großen Lebensentscheidungen. Kontrolle und Macht werden hier nicht als ein von außen kommendes nicht beeinflussbares Etwas erlebt, sondern jeder erlebt ein Gefühl von Kontrolle und Macht über sein eigenes Schicksal.

Beide kurz beschriebenen Systeme existieren kaum in dieser kurz beschriebenen „Reinform“. Betrachtet man Familien so findet man das diese tendenziell entweder mehr zum offenen oder mehr zum geschlossenen System neigen.

Bezüglich der Beratertätigkeit im Vergleich zur Arbeit des Therapeuten stellt Richter heraus, dass es hier zwar etwas lockerer, weniger systematisch und oft kürzer abläuft, aber er unterstreicht, dass die Arbeit „... das gleiche subtile und genaue Verständnis des Familienkonflikts voraussetzt“ (7 S.132).

2.2 Frühe Entwicklung der Familientherapie

Familientherapie gibt es im engeren Sinne erst seit Mitte des 20. Jahrhunderts.

Im 18. und 19. Jahrhundert existierten bestimmte Erkenntnisse und Konzepte in der Psychiatrie, die aus heutiger Sicht familientherapeutisch gedeutet werden können. Trenckmann (4) verweist z.B. auf eine seit Ende des 18. Jahrhunderts bekannte Erkenntnis, dass akut psychisch Kranke, die in ihren Familien belassen werden, wenig Aussicht auf rasche Heilung haben. Überraschende Verbesserungen wurden dann festgestellt, wenn eine Unterbringung der Kranken in einer fremden Familie erfolgte. Diese Tatsache konnte durch die damals vorherrschenden Theoriesysteme psychischen Krankseins nicht erklärt werden.

Die Psychoanalyse **Sigmund Freuds** wertete seelische Leiden, die zuvor auf körperliche insbesondere zentral nervöse Störungen zurück geführt wurden, als Ausdruck und Folge innerpsychischer und zwischenmenschlicher Prozesse. Der Mutter-Kind-Beziehung wird hierbei eine besondere Bedeutung zuerkannt.

Seine Psychoanalyse beschäftigt sich u.a. mit den vergangenen und verinnerlichten Familieneinflüssen und orientiert sich vordergründig am Einzelpatienten. Aktuelle familiäre Beziehungen, die im Hier und Jetzt ablaufenden Prozesse zwischen den Familienmitgliedern spielten dabei noch nicht die entscheidende Rolle.

Alfred Adler hat Ende der zwanziger Jahre ganze Familien in den Rahmen der damals noch bekannten Erziehungsberatung einbezogen. So führte er in den 30iger Jahren in London Familiengespräche durch.

Auch andere, wie z.B. **Wilhelm Reich**, der die systemischen Vernetzungen zwischen Konflikten, abwehrend bewältigenden Kommunikationsmustern (Charakterstrukturen) und entsprechenden verspannten Muskelsystemen beschrieb haben einen Einfluss auf die Entstehung der Familientherapie. So sei noch **Eric Berne** erwähnt, in dessen Skriptanalyse die Familie primär nur hinsichtlich ihrer Indoktrinationen in der Vergangenheit eine Rolle spielt, damit als Urheber der zu neurotischen Kommunikationsmustern geronnenen Symptome.

Das Psychodrama von **Moreno** bot eine interessante Möglichkeit, zwar nicht direkt im sozialen System Familie sondern in der Therapiegruppe, mit den Positionen der anderen (z.B. Vater, Mutter) zu experimentieren. Mit dieser Methode lassen sich probeweise andere Strukturen im System arrangieren und vor allem auch erfahren, wenn auch nur in Bezug auf eine Person aus dem gesamten System.

Nicht unerwähnt kann in dieser Darstellung bleiben, dass es besonders die Forschung im Hinblick auf die Erklärung der Schizophrenie war, die den Zusammenhang bzw. die Einbeziehung des sozialen Feldes nahe legten. (Sullivan, Levy)

Auf dieser sehr bedeutende Tatsache wird im weiteren Verlauf der Einführung nicht mehr eingegangen.

Die o.g. frühen Entwicklungen bezogen sich noch auf die Betrachtung bestimmter Eigenschaften einzelner Familienmitglieder.

In den 50er Jahren kam es zur stärkeren Verschiebung der Perspektive auf Muster pathogener Beziehungen in der Familie insgesamt. Es kam in größerem Umfang zur Entwicklung spezifischer Konzepte und Interventionstechniken für Familien.

2.3 Entwicklung zur Familientherapie

Einer der Begründer der Familientherapie in den USA ist **Nathan Ackermann**, der in New York Familien mit emotional gestörten Kindern therapierte. Familien sollten Einsichten in ihre Probleme bekommen, die er als Manifestationen zurück liegender Erfahrungen verstand.

1959 wurde in Palo Alto das MRI (Mental Research Institute) von **Virginia Satir**, Don Jackson, und Jules Riskin gegründet. Dazu kamen später Paul Watzlawick, Jay Haley, John Weakland, John Bell.

Die Palo-Alto-Schule „... wird auch als die Kommunikationsschule der Familientherapie bezeichnet“ (3). Im Mittelpunkt der Arbeit steht die jeweils gegenwärtige Interaktion in der Familie speziell die Kommunikationsmuster. Mit der Herausarbeitung der vier Kommunikationstypen (werden später im Text erläutert) hat Satir dazu ihren besonderen Beitrag geleistet.

Durch spezielle Ausbildungsprogramme in der Familientherapie ist das MRI auch in Europa bekannt geworden.

In den sechziger Jahren entwickelte **Salvadore Minuchin** den Ansatz der strukturellen Familientherapie. Die Differenzierung des Familiensystems in Subsysteme, deren Abgrenzung und Interaktionsstrukturen stehen hier im Mittelpunkt der Arbeit. Beeinflusst wurde diese Arbeit auch durch J.Haley, der einige Jahre bei Minuchin arbeitete. Haley selber begründete später die strategische Familientherapie.

In Deutschland ist besonders **Horst Eberhard Richter** zu nennen, der ab 1960 Familientherapie durchführte.

Helm Stierlin begann in Heidelberg Ende der 60iger Jahre mit Familientherapie.

„Die deutschsprachige Familientherapie blieb stärker einer familiendynamischen Sicht der familiären Störungen verbunden und versuchte systemische Gesichtspunkte mit psychodynamischen zu integrieren“ (Asanger), d.h. länger dauernde Perspektiven familiärer Entwicklungen wurden stärker in die Betrachtungen einbezogen.

Zu gleicher Zeit begannen in Italien Maurizio Andolfi sowie **Mara Selvini Palazzoli** mit familien-therapeutischer Arbeit. Sie suchte Neuorientierung in ihrer jahrelangen Arbeit mit Magersüchtigen und entschloss sich nun, die ganze Familie zu sehen. Mit ihrer Gruppe („Mailänder Gruppe“) hat sie großen Einfluss auf die europäische Entwicklung, besonders durch ein berühmt gewordenes Setting: 2 Therapeuten im Raum und zwei Therapeuten hinter einer Spiegelwand. Aber auch durch die Einführung der paradoxen Intervention, „ dem Klienten wird sein eigenes Symptomverhalten „verschrieben“, was, ob er die Verschreibung akzeptiert oder nicht, zur Verhaltensänderung führen soll.“ (2 / S.675)

Insgesamt gesehen ist Familientherapie ein Sammelbegriff für ein Vielzahl von unterschiedlichen Vorgehensweisen auf der Basis einiger gemeinsamer Konzepte, die hauptsächlich in der Ausrichtung des therapeutischen Handelns auf Inhalt und Struktur der familiären Interaktionsprozesse zu sehen sind.

Das Symptom wird nicht aus der individuellen Lebensgeschichte eines Patienten, sondern aus der aktuellen Familiensituation verstanden. Damit beziehen wir uns in dieser Arbeit eher auf die Gegenwart als auf die Historie.

Im Gegensatz zu früheren Entwicklungen ist man inzwischen bereit, mit den in die Beratung kommenden Familienmitgliedern zu arbeiten, anstatt der vollständigen Familie.

Das ist notwendig, denn nicht immer sind alle bereit, in die Beratung zu kommen.

Auf das Systemverständnis braucht dann nicht verzichtet zu werden. „Wie in einem System von kommunizierenden Röhren beeinflusst das Verhalten des *einen* auch immer das Verhalten der nicht anwesenden *anderen*.“ (9 /S. 17)

2.4 Heutige Familientherapie

Der Begriff Familientherapie wird heute zunehmend durch den umfassenderen -Systemische Therapie- ersetzt, systemische Familientherapie wird dann als ein Anwendungsbereich, neben zum Beispiel systemischer Einzeltherapie, Paartherapie, Gruppentherapie etc. genannt.

Systemisch ist die Betrachtungsweise eines Problems, die Art und Weise wie der Betrachter sein Bild von der Wirklichkeit konstruiert.

„Nicht das Objekt ist entscheidend, sondern die Prozesse, die im Betrachter zu dem führen, was er für wahr hält (9 / S.173).

Innerhalb der Familientherapie gibt sehr viele und sehr unterschiedlich gründliche Ausbildungen. Diese sind entweder systemisch oder an Verhaltenstherapie und/oder den Methoden der humanistischen Therapie orientiert.

Familientherapie-Konzepte können nach Kriz wie folgt eingeteilt werden:

1. Psychoanalytisch orientierte Konzepte
2. Strukturelle Konzepte
3. Erfahrungszentrierte Familientherapie – Konzepte
4. Strategische Familientherapie – Konzepte
5. Narrative Familientherapie – Konzepte

Eine detaillierter Betrachtung und Erläuterung dieser Einteilung ist in dieser Arbeit nicht vorgesehen.

Methoden der Punkte 1 und 3 finden in der vorliegenden Arbeit hauptsächlich Anwendung und werden dazu erläutert.

3. Das „Selbstwert – Prozess- Modell“ nach Virginia Satir unter teilweiser Einbeziehung des Fallbeispiels

Grundlage meiner Arbeit ist das o.a. Modell, welches ich unter teilweiser Einbeziehung der Aspekte unseres Fallsbeispiels (jeweils kursiv dargestellt) erläutern werde.

Das Hauptaugenmerk der Satirischen Methode liegt auf der Steigerung des Selbstwertes aller Mitglieder des Systems, damit kann das Familiensystem grundlegend zum Positiven beeinflusst werden.

Die therapeutische Methode des Selbstwertprozessmodells basiert auf den von Satir aufgestellten Thesen über den Veränderungsprozess, die gleichzeitig die Basis für den therapeutischen Prozess sind:

1. Der Mensch ist auf Veränderung und Wachstum ausgerichtet und zu jeder Art der Verwandlung fähig.
2. Der Mensch trägt bereits alles in sich, was er zu seiner Entfaltung braucht.
3. Im System der Familie beeinflusst jeder alle anderen Personen und Ereignisse und wird seinerseits auch davon beeinflusst.
4. Die Persönlichkeit und Überzeugung des Therapeuten sind seine wichtigsten Handwerkszeuge.

3.1 Therapieziele

Das **erste** Ziel, welches Virginia Satir bei ihrer Arbeit mit Familien oder auch anderen Gruppen verfolgt kann wie folgt definiert werden: „...die Erweiterung der in jedem liegenden Möglichkeiten, sich auf Lebendigkeit und Verwirklichung seines Menschseins hin zu entwickeln. In der Familientherapie ist es ihr Ziel, die Bedürfnisse jedes einzelnen Familienmitglieds nach unabhängigem Wachstum einerseits und die Einheit des Familiensystems andererseits zu integrieren“. (5 / S. 153)

Die Schwerpunkte der Arbeit richten sich dabei hauptsächlich auf folgendes:

Die Familie muss von Anfang an die Möglichkeit spüren, dass das Leben noch ganz andere Möglichkeiten für sie bereit hält. Sie dürfen wieder Hoffnungen bezüglich ihrer eigenen Wünsche und Ziele, egal ob diese neue oder alte Träume zur Grundlage haben, entwickeln. In dieser Atmosphäre entwickelt sich gleichzeitig die positive Energie, die für den Veränderungsprozess von jedem Familienmitglied benötigt wird.

Frau W. muss wieder spüren, dass auch in der jetzigen schweren Situation die Gestaltung ihres eigenen weiteren Lebens durchaus von Wichtigkeit ist. Sie ist dem von ihr geschildertem Prozess nicht hilflos ausgeliefert, sondern es gibt Möglichkeiten ihn aktiv und auch in ihrem eigenen Interesse und denen ihrer Kinder mitzugestalten, um so wieder ein funktionierendes Familiensystem zu schaffen

Inhalt des **zweiten** Zieles ist die „Stärkung und Erweiterung der Bewältigungsfähigkeiten der einzelnen Familienmitglieder.“ (5 / S. 153) Hier liegt der Schwerpunkt eben auf der Bewältigungsfähigkeit, denn wir können in der täglichen Praxis immer wieder erleben, dass in Familien gleiche Problemstellungen aktuell werden, aber es nur in einer oder einem Teil der Familien größere Schwierigkeiten eintreten. In anderen Familien wird aus der gleichen Problematik eine Schwierigkeit entstehen bzw. das Problem als solches gar nicht wahrgenommen. Nicht das Problem ist also hier der Auslöser, sondern die mangelnde Fähigkeit es zu bewältigen.

Familie W. ist eine unter vielen anderen Familien, die getrennt leben. Es gibt durchaus Familien, in denen nach erfolgter Trennung ein Partner oder auch beide neue Partnerschaften eingehen und die Betreuung der gemeinsamen Kinder trotzdem fast reibungslos abläuft. Es ist also im Fallbeispiel davon auszugehen, dass neue Bewältigungsmuster für die neuen und alten Themen, Aufgaben und Probleme für alle Familienmitglieder erarbeitet werden müssen, damit für jeden die Möglichkeit entsteht Entscheidungen zu treffen, die für ihn gut sind. Es wird in dieser Arbeit also nicht darum gehen, ob sich die Eheleute scheiden lassen sollen, ob die neue Partnerin weiter mit bei den Besuchen des Vaters bei seinen Kindern anwesend sein soll, etc. Ziel wird es sein individuelle Bewältigungsmuster für alle Familienmitglieder aufzustellen, die es jedem ermöglichen dass es ihm besser geht und das es besser in der Lage ist, mit allen anderen umzugehen.

Verbunden mit dem eben beschriebenen Ziel ist das **dritte**, den Klienten die Möglichkeit bewusst zu machen, dass sie im Leben die Möglichkeit und Fähigkeit haben, zu wählen. Die Erkenntnis über die Wahlmöglichkeit – egal bei welchen Entscheidungen – trägt für den Klient zur Verbesserung und vor allem Festigung des Gefühls bei, dass er Klient in der Lage ist seine Probleme bewältigen zu können.

Unsere Frau W. wird nach der Bewusstwerdung, dass sie in den Entscheidungen des täglichen Lebens Wahlmöglichkeiten hat, z.B. bei der Gestaltung des Besuchsrechts, spüren können, dass auch sie kompetent auf die Gestaltung des Familienlebens einwirken kann. Sohn Robert wird u.a. Möglichkeiten zur Kontaktgestaltung zur Katze des Vaters aufgezeigt bekommen und damit ebenfalls erkennen können das er seine Entscheidungen auswählen kann.

Virginia Satir untersucht das Leben der Familie mit dem Ziel, die darunter liegende Dynamik zu verstehen, die zum sich zeigenden Problem bzw. vorliegenden Verletzungen geführt hat. Für sie ist das sich zeigende Symptom innerhalb einer Familie einer Warnlampe im Auto gleich, welche anzeigt, dass im System des Autos irgendetwas nicht in Ordnung ist. Bricht hier ein Teil zusammen, wird das ganze System mehr oder weniger beeinträchtigt.

Symptome sind hier die Verhaltensauffälligkeiten von Tobias.

Satir untersucht wie sich Familienmitglieder untereinander verhalten, auf welche Weise sie sich selber und gegenseitig blockieren, wie sie sich und andere verletzen.

„Meine Behandlung ist darauf gerichtet, diese blockierte Energie freizusetzen und umzulenken, d.h. ich arbeite mit ihrer Selbstachtung, ihren Kommunikationsformen und mitmenschlichen Regeln, so wie sie sich auf die acht Ebenen des Selbst beziehen.“ (5 / S. 155)

Schwerpunkt der Arbeit ist es, Gesundheit auf allen Ebenen zu entwickeln und freizusetzen, damit wird das Symptom überflüssig und verkümmert mangels Nutzung.

Tics von Tobias können im Ergebnis verschwinden

3.2 Diagnose

In der klassischen Therapie und in der Beratung beginnt die Untersuchung mit einem ausführlichem Erstgespräch, in dem der psychische Befund und die Anamnese (eigene und Familie) erhoben werden. Beschwerden, Probleme werden vom Klient geschildert, es wird nachgefragt um eine Übersicht zur Lebensgeschichte und Befindlichkeit des Klienten zu erhalten.

Die Familie ist ein System, dem zufolge steht jeder zu jedem in Beziehung, so dass Veränderungen bei einem Teil automatisch Veränderungen bei den anderen Teilen bewirken. Dies ist ein wechselseitiger Prozess.

Daraus folgt, dass wir im Rahmen der Diagnose die Reize und Wirkungen innerhalb eines Familiensystem erkennen müssen, wenn wir Veränderung bewirken wollen.

In der Diagnose nach Satir werden Informationen und Daten gesammelt und dabei gleichzeitig das Familiensystems unter Bedingungen, die von menschlicher Wärme des Therapeuten zu seinen Klienten sowie Entfaltungsmöglichkeiten dieser gekennzeichnet ist, beobachtet.

Besonderes Augenmerk liegt dabei auf nachfolgenden Punkten.

3.2.1 Selbstachtung / Selbstwert

Nach Satir wird das Gefühl des eigenen Wertes nicht angeboren, sondern in der Familie erlernt. Ihrer Meinung nach sind Menschen, die sich selbst als Ganzheit erleben und das Gefühl besitzen, selbst etwas wert zu sein, fähig mit allen Herausforderungen des Lebens in schöpferischer und angemessener Weise umzugehen.

Jeder Mensch muss sich selber lieben und achten, unabhängig von Sichtweisen anderer Personen.

Machen sich Menschen von anderen Familienmitgliedern in ihrem Fühlen und Denken abhängig, blockieren sie ihr eigenes Leben.

In der Therapie begegnen wir oft Menschen mit niedrigem Selbstwertgefühl, sie sind ängstlich und unsicher und damit beschäftigt über das nachzudenken, was andere Menschen von ihnen denken. Innere eigenen Gefühle werden ignoriert und in Belastungssituationen sinkt der Selbstwert noch mehr. Kinder, die in einer Familie aufwachsen, in der mindestens ein Elternteil Probleme mit der Anerkennung seines Selbstwertes hat, können schwer ein eigenes Selbstwertgefühl aufbauen. Sind beide Elternteile betroffen, haben die Kinder keine Möglichkeit ein eigenes Selbstwertgefühl zu entwickeln.

Frau W. gibt selber an, dass sie harmoniesüchtig sei, aber auch durch die Beobachtung spürt man, dass sie für die Familienharmonie sehr viel tun würde. Nun sehen wir auch bei Tobias ähnliche Entwicklungen. Er erlebt seine Mutter, die ihre Bedürfnisse unter die der anderen stellt, bzw. ohne Selbstwert. Der Fallschilderung kann man nicht entnehmen, dass sich seine Mutter zum Beispiel gegen den Vater aufgelehnt hätte, als er begann die Freundin im Zusammenhang mit den Besuchen bei seinen Kindern in ihren Haushalt mitzubringen. Damit wird ihre eigene persönliche Sphäre ja doch erheblich eingeschränkt und sie missachtet ihre eigenen Gefühle. Es ist anzunehmen, dass sie nach außen kooperativ wirken wollte und Streit vermeiden wollte. Für Tobias, aber auch seine Mutter ist für die psychische Gesundheit die Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls im Rahmen der Beratung erforderlich.

Im Beobachtungsprozess niedriges Selbstwertgefühl zu erkennen erfordert einiges an Geschick, da Klienten zur Verbergung dieses Umstandes Abwehrmechanismen entwickeln.

Meine Beobachtungen werden auf folgendes gerichtet sein:

Wie stellen sich die einzelnen Familienmitglieder dar? Wie kommunizieren sie nonverbal? Wie verläuft Prozess der verbalen Kommunikation? Welchen Inhalt hat die verbale Kommunikation?

Im nachfolgenden Punkt werden Möglichkeiten zur Erkennung des Selbstwertes dargestellt.

3.2.2 Kommunikationsmuster

Menschen wollen sich einander mitteilen, besonders auch in Familien. Deswegen erfordert ein gesundes Familienleben eine gesunde Kommunikation. Nicht immer haben alle Familienmitglieder das Handwerkszeug um dies auch in die Realität umsetzen zu können. Somit kommt der Veränderung/ Anpassung des familiären Kommunikationsprozesses eine große Bedeutung zu.

Grundlage hierzu ist wieder die genaue Beobachtung und damit Erkenntnisgewinnung über die derzeitig vorherrschenden Kommunikationsmuster.

„Die Bewertung der allgemeinen Kommunikationsmuster der Familie gibt dem Therapeuten Informationen darüber, wie die Familienmitglieder ihre Beziehungen untereinander erleben., wieweit sie Nähe und Intimität ausdrücken können, wie Informationen weiter gegeben werden, welche Bedeutung sie der Kommunikation zumessen und wie sie sich ganz allgemein entsprechend verhalten können.“ (5 / S.161)

Satir beschreibt vier dysfunktionale Kommunikationsformen bzw. Haltungen, deren Einschätzung im Ergebnis die Richtlinien für die therapeutische Intervention liefern. Dabei ist ihr bewusst, dass die meisten Menschen diese Kommunikationsformen abwechselnd benutzen, aber in der Regel hat jeder Mensch eine bevorzugte Haltung:

Der Versöhnliche versucht anderen zu gefallen und versteckt dahinter seine Verletzbarkeit. Er tut das was von ihm erwartet wird, denn dann wird er aus seiner Erfahrung heraus wenigstens nicht abgelehnt. Selber fühlt er sich wertlos.

Lösung: Der Wunsch anderen zu gefallen kann in Zärtlichkeit und Mitleid umgewandelt werden. Diese Wahlmöglichkeit kann man ihm bewusst machen.

Diese Haltung ist teilweise bei Frau W. festzustellen, wie oben unter der Darstellung ihres Selbstwertes beschrieben. M.E. ist dies aber nicht ihre bevorzugte Haltung, mit dem Hintergrund weitere Informationen aus der Beratung wäre das zu überprüfen.

Der Ankläger versucht andere zu kontrollieren und ist grundsätzlich anderer Meinung, was ihm die Möglichkeit gibt, sich wichtig zu fühlen. Er leidet aber unter Einsamkeits- und Versagensgefühlen. Lösung: anklagende Haltung in Fähigkeit zur Selbstbehauptung transformieren. Damit kann er sich durchsetzen, diese Fähigkeit braucht jeder Mensch in realistischem Maße.

Frau W. hat Bezugspunkte zu diesem Typ. Sie wirkt anklagend, ohne die Trennung ihres Mannes würden die Probleme ihrer Kinder nicht in diesem Umfang existieren; aber auch fordernd: Schnelles Reden und Herausstellen der Verhaltensweisen der anderen. Sie stellt sich als Chef dar, der nun entscheiden muss, wie es weiter geht. Da sie dies nicht kann, will sie Unterstützung einholen. Ihre Gedanken und Gefühle aber sind: Ich bin einsam und erfolglos.

Der Rationalisierer. Jeder Aspekt des Lebens wird für ihn zu einer intellektuellen Erfahrung, die das innere Selbst umgeht und die Betäubung jedes Gefühls garantiert. Distanz und Kontrolle werden nach Außen vermittelt, innerlich ist das Gefühl von großer Verletzlichkeit geprägt.

Lösung: Rationalisieren wird zum kreativem Umgang mit der Intelligenz. Einsatz der Intelligenz zum Selbstschutz führt zu Isolation.

Der Irrelevante versucht mit Stress so umzugehen, als gäbe es ihn nicht. Er orientiert sich auf etwas anderes. Innerlich hat er das Gefühl von Entfremdung und Vernachlässigung.

Lösung: Umwandlung der irrelevanten Haltung in Spontaneität und Humor.

Diese geschilderten Haltungen sind erlernt und nicht genetisch bedingt, somit ein Feld für die therapeutische Intervention.

3.2.3 Familienregeln

Sie umfassen das Repertoire das nach Auffassung der Familienmitglieder in ganz bestimmten Situationen angewandt bzw. nicht angewandt werden sollte.

Offene ausgesprochene Regeln sind dabei jedem bekannt, u.a. Essenszeiten. Verdeckte Regeln sind unausgesprochene Regeln, obwohl sie jedem bewusst sind.

Im Rahmen der Diagnose nach Sati ist die Aufdeckung der geltenden Familienregeln ein wichtiger Bestandteil. Diese Regeln beeinflussen das Verhalten aller Familienmitglieder und auch ihre Beziehungen untereinander entscheidend, ohne das dies den Beteiligten tatsächlich bewusst ist.

Folgende Fragen sind u.a. im Allgemeinen und im *Fallbeispiel* für die diagnostischen Betrachtung zu stellen:

- Sind die Regeln auf dem neuesten Stand und einer eventuell veränderten Situation angemessen?
Welche Regeln wurden nach dem Auszug des Vaters aufgestellt? Darf der Vater jederzeit in die Wohnung der Frau W. und der Kinder? Welche Absprachen gibt es bezüglich gemeinsamen Kontaktes von Vater und Kindern?
- Wie geht die Familie mit den individuellen Unterschieden ihrer Mitglieder um?
Darf Frau W. in einer ihr unpassenden Situation Herrn W. den Zugang zur Wohnung verwehren? Welche Möglichkeiten hat Robert um mit der Katze zu spielen?
- Welche Regeln gibt es für den Informationsaustausch?
Wie haben die Kinder von der Trennung der Eltern erfahren? Wie wurden Sie in die Gestaltung der Besuchsregelung einbezogen. Was wissen sie über die Rechte und Kompetenzen der Freundin des Vaters?
- Was dürfen die Familienmitglieder von dem was sie fühlen, sehen und hören, ausdrücken? Können eigene Erfahrungen allen mitgeteilt werden, oder gelten für die Eltern andere emotionale Regeln als für die Kinder?
Dürfen die Kinder über ihre Gefühle bezüglich der Veränderungen in ihrer Familie reden. Dürfen die Kinder vor allem Tobias über ihre Ängste reden, ganz allein gelassen zu werden. Werden die Kinder mit ihren Problemen ernst genommen?.
- Welche Regeln gelten für den Ausdruck von Zuneigung und Ärger?
Ärger und Streitigkeiten können Ausdruck von großem Kontaktbedürfnis sein.
Dürfen die Kinder die Katze des Vaters lieb haben, ohne der Mutter weh zu tun? Dürfen sie vor den Augen der Mutter ggf. freundschaftliche Zuneigung zur Lebenspartnerin des Vaters zeigen? Wie zeigt Frau W., dass sie ärgerlich über die Anwesenheit der Freundin des Vaters ist?
- Ist es den Familienmitgliedern möglich, die Regeln einzuhalten?
Z.B. nie streiten – das bedeutet wer die Macht hat gewinnt. Um beim letzten Beispiel zu bleiben: hier hat diese Herr W., der einfach die Entscheidung zur Anwesenheit seiner Lebenspartnerin trifft.

Für den Therapeuten gibt es zahlreiche Interventionsmöglichkeiten auf dem Gebiet der Familienregeln.

Unklare und missverständliche Familienregeln weisen auf mangelnde Kommunikation hin. Wichtig ist es die gegenwärtigen Dysfunktionen zu erklären.

Familie W. werden im Rahmen der Beratung diese Schwierigkeiten bewusst gemacht, es werden neue Kommunikationsmuster eingeübt werden.

Mit Hilfe der Beratung kann die Familie die Gültigkeit ihrer Regeln überprüfen und in Frage stellen, ggf. aussortieren und neue hinzufügen.

Zusammenfassend kann man sagen, dass es meine Aufgabe als Berater ist, die Familie zu unterstützen, sich ihrer die harmonische Entwicklung des Familienlebens störenden Familienregeln bewusst zu werden sowie sie bei der Umformung in neue Regeln zu unterstützen.

3.3 Der zyklische Prozess der Therapie

3.3.1 Allgemeines

Die Ausführungen unter diesem Punkt dienen vorerst nur der grundsätzlichen theoretischen Betrachtung des Modell nach Satir.

Diese Verfahrensweise scheint im Gegensatz zur Gestaltung der Punkte 3.1 und 3.2 zu stehen. M.E. konnte somit jeweils der Bezug zum Fallbeispiel deutlich gemacht werden.

Da der Beratungsprozess in dieser Arbeit nicht in seiner Vollständigkeit erfasst werden kann bietet sich die vorerst nur theoretische Erläuterung, wie der Prozess in seiner Gesamtheit in der Praxis gestaltet werden sollte, an.

Der Therapieprozess soll dem Klienten das System Familie in seiner Gesamtheit lebendig werden lassen. Aufgabe ist es, den Klienten Zugang zu ihren eigenen Ressourcen schaffen, ihnen die Nutzung dieser aufzeigen um damit neue Bewältigungsstrategien zu aufzubauen.

3.3.2 Kontaktaufnahme – erste Stufe

Zunächst sind unter Einbeziehung der Beratereigenschaften und eines entsprechenden Umfelds Informationen über den Prozess des Familienlebens und das Familiensystem zu sammeln.

Nach Satir bieten sich folgende Fragen an:

Wie bewältigt diese Familie ihr Leben in bestimmten Situationen?

Was geht dort vor?

Was ist da, aber nicht gefestigt?

Welche Ressourcen haben die einzelnen Familienmitglieder?

Wie sprechen die Familienmitglieder übereinander?

Wie sprechen sie miteinander?

Welche Regeln gelten in dieser Familie?

Welche Gefühle sind bereits „öffentlich“?

Wieviel physische und emotionale Nähe erträgt jeder vom anderen?

Welche Abwehrmechanismen wurden von den Einzelnen entwickelt?

Was muss verändert werden?

Was möchte ich erreichen?

Wie erreiche ich dieses Ziel,

Sind die Familienmitglieder bereit für die Erfahrungen?

Besonders zu erwähnen ist, dass im Rahmen dieser Methode vor Abschluss der Systemdiagnose bereits mit Interventionen begonnen wird. Ziel des Beraters ist es mitzuteilen, wie er bestimmte geschilderte Situationen sieht, ohne Schlüsse daraus zu ziehen. Zu vermitteln, dass andere Menschen eine Situation nicht zwangsläufig genauso sehen müssen wie sie selbst. Damit wird das Verständnis für das System und seine Dynamik in Gang gesetzt.

Eine besondere Form zur diagnostischen Informationsgewinnung ist die „Skulptur“. Mit ihrer Hilfe kann eine Situation sehr viel schneller deutlich gemacht werden, als dies durch verbalen Austausch über die Wahrnehmungen der Einzelnen möglich wäre.

Diese Methode hat auch auflockernden Charakter, Bewegung wird möglich, manchmal ist es auch einfach lustig. Die Bewusstheit über eine Situation wird sehr verstärkt.

Beim Stellen einer Skulptur werden auf der Basis eines Bildes, das sich der Therapeut von einem Vorgang in der Familie gemacht hat, die Familienmitglieder aufgefordert ihre Beziehung zueinander als Skulptur aufzustellen. Kommunikations- und Beziehungsmuster werden mit Hilfe von Gesten, Körperbildern, Komponenten wie Nähe und Distanz aufgezeigt. Satir liefert in ihren Ausführungen dazu gute Anleitungen (12).

Auch einzelne Familienmitglieder können die Familie aus ihrer eigenen Sicht darstellen.

Im weiteren richtet sich die Aufmerksamkeit auf die Wünsche und Ziele der Familienmitglieder an diese Beratung (Therapie). Sind alle anwesend, werden auch alle einzeln befragt.

Da es bisher schon einigen Austausch zwischen den Klienten sowie Berater und Klient gab, besteht jetzt auch die Bereitschaft der Klienten ihre wichtigen Themen anzusprechen.

An dieser Stelle kann ein Vertrag geschlossen werden.

Erwartungen, die Dauer und die Anzahl der Sitzungen können darin festgelegt werden.

Die hier beschriebene Methode lässt aber völlig offen, ob sich im Laufe der Beratungen Veränderungen hierzu erforderlich machen.

3.3.3 Chaos – zweite Stufe nach Kontaktaufnahme

Diese Phase kann beginnen, wenn die Klienten willens und fähig sind etwas mitzuteilen, dass für sie bis dahin unaussprechlich war.

Die Klienten werden vom Berater unterstützt die Grenzen ihrer Abwehr zu überschreiten. Dabei kommen Sie mit vielen Bereichen und Gefühlen in Kontakt, die sie aus Angst vor sich selbst und vor den anderen bisher verbergen mussten.

Alle erlebten Schmerzen und Brüche innerhalb der Familie. Alle Verletzungen die erlebt wurden, können dabei zum Ausdruck gebracht werden. Das ist ein sehr schmerzlicher Weg, der für den Prozess erforderlich ist.

Es ist dies eine Phase von Konfusion und Durcheinander, eben Chaos.

Für die Betroffenen ist dieses Geschehen von großen Ängsten begleitet, sie haben Befürchtungen das es zu einer Katastrophe kommen könnte, sie sind sehr unsicher.

Im weiteren Verlauf werden diese Gefühle dann schwächer, denn der Klient erlebt immer wieder, dass eine Auflösung möglich ist und auch eintritt. Somit kann er immer besser dieses erste schlechte Gefühl mit dem guten Gefühl der nachfolgenden Auflösung assoziieren. Bewältigung eines Problems und persönliches Wachstum werden zur bekannten Konsequenz aus der vormals unbekanntem angstmachenden und deshalb verdrängten Situation.

Der Prozess dieser Offenlegung verletzbarer Bereiche kündigt die Bereitschaft zu grundlegenden Veränderungen an. Ist der Klient dazu bereit, dann ist der Durchbruch geschafft. Er ist damit auf dem Weg zu sich selbst.

Wichtig ist, dass der Berater den Klienten in dieser Phase immer wieder in die Gegenwart „holt“. Der Klient ist mit den auf- und überschwelenden Emotionen beschäftigt, die ihre Eindrücke in der Vergangenheit haben und gleichzeitig für Zukunftsängste sorgen.

In der Gegenwart kann der Klient seine Aufmerksamkeit auf die Realität richten, anstatt auf die sonst beherrschende Einbildung.

In dieser Phase werden keine Entscheidungen für die Zukunft getroffen.

3.3.4 Integration - dritte Stufe

Der fließende Übergang in die dritte Phase ist daran zu erkennen, dass sich ein Gefühl von Hoffnung und Bereitschaft zur Veränderung zeigt. Es ist gewissermaßen eine Ruhepause, die dazu genutzt werden kann das anstehende Thema mit dem Therapeuten durchzuarbeiten. Ein Thema wird abgeschlossen

Danach beginnt der Kreislauf mit der Eröffnung eines neuen Themas von vorn, wobei der Phase der Kontaktaufnahme nicht mehr die große Bedeutung zukommt.

Es ist für den Berater wichtig die gerade laufende Phase zu erkennen, besonders da es für die Familienmitglieder durchaus sich zeitlich unterscheidende Phasen geben kann. Es ist wichtig, dass alle in die Integrationsphase gekommen sind.

Steht nur begrenzte Zeit zur Verfügung sollte deshalb mit der Chaos-Phase bis zur zweiten Sitzung gewartet werden.

3.3.5 Der Therapeut als Leiter des Prozesses

In dieser Funktion werden nicht für die Klienten Entscheidungen getroffen sondern durch Sachkenntnis wird geholfen, Entscheidungen selber fällen zu können.

Der Leiter führt durch den Prozess, wobei er auf alle Risiken aufmerksam macht. Immer wieder wird die Bereitschaft der Klienten überprüft, den Weg weiter gehen zu wollen.

In Abstimmung mit den individuellen Bedürfnissen der Familie wird der Berater auf das Tempo einwirken. Es ist egal ob Fortschritt in kleinen oder großen Sprüngen erreicht wird. Wichtig ist, dass immer alle Beteiligten mit im Boot sind.

In dieser prozessorientierten Therapie hat ein im Moment auftauchendes Bedürfnis Vorrang vor der generellen Zielrichtung. Dazu ist es notwendig, dass der Therapeut neue Bedürfnisse und Störungen erkennt.

Der Therapeut kann nicht nach einem genauem Ablaufschema arbeiten. Er muss innerhalb der Sitzung schnell umschalten können.

Er sollte offen für das tatsächliche Ergebnis sein, auch wenn er ursprünglich auf etwas ganz anderes hinaus wollte.

Der sehr bewegte Prozess erfordert vom Leiter innere Kongruenz, Gleichgewicht und Stärke. Wichtig ist auch bescheiden zu sein, sprich die Grenzen der eigenen Wahrnehmung zu akzeptieren. Es ist immer wieder zu überprüfen, ob die Deutung dem Sachverhalt entspricht.

„Der Therapeut muß also an seiner eigenen Intuition entlang arbeiten, ohne seine Wahrnehmung absolut zu setzen.“ (5 S. 183)

4. Ablauf der Beratung

4.1 Diagnostische Betrachtungen

4.1.1 Frau W.

In Ergänzung der unter Punkt 3.2. aufgeführten Aspekte ergibt sich aus der Fallbeschreibung, dass Frau W. agierend auftritt, sie sprudelt gleich nachdem die Tür hinter ihr geschlossen ist alles heraus.

Hauptsächlich thematisiert sie die Probleme der Kinder, besonders von ihrem Sohn Tobias. Über diesen Bericht gibt sie aber dann auch indirekt Informationen zur eigenen Person.

Bezüglich ihrer Haltung als „Anklägerin“ und teilweise „Versöhnliche“ verweise ich auf die vorherigen Ausführungen.

Eine hohe Erwartungshaltung an ihre Kinder ist ebenfalls festzustellen. Das die Kinder diese nicht in vollem Umfang erfüllen, können belastet Frau W. Ich nehme an, dass Frau W. in Tobias eine Fortsetzung des eigenen selbst (u.a. Harmoniesucht) sieht. Es fällt ihr schwer zu sehen, dass ihr Kind auch schwach ist, in ihren Augen damit versagt. Sie könnte dies als eigene Schuld erleben, aber auch als Anklage. Im Prozess der scheinbar notwendigen „Verteidigung“ bilden sich aus Verzweiflung negative Impulse gegen das Kind, hier beschrieben wird zum Beispiel Ärger und Ungeduld. Die Mutter kann sich als groß, stark und aktiv darstellen, solange sie in Tobias ihre Schwächen verwirklicht findet.

Sie möchte, dass sich die anderen ändern. Eigener Ärger und Ungeduld im Zusammenhang mit den „Tics“ von Tobias, wird als von außen veranlasst gesehen. Die Tatsache das ihr Mann ausgezogen ist und eine ungünstige Besuchsregelung existiert stellt sie als gegeben dar, eigene Einflussmöglichkeiten oder Anteile lässt sie nicht erkennen. Gefühle ihre Person betreffend bringt sie hierzu nicht an.

Es gibt auch Tendenzen, dass sie den Einfluss des Vaters auf die Kinder verringern will bzw. eine gewisse Eifersucht entwickelt, z.B. mit der Aussage, dass Robert sich leicht ködern lasse. Hier spürt man Einsamkeit und Hilflosigkeit im Umgang mit Gefühlen.

Keineswegs unbeachtet dürfen die vorhandenen Ressourcen von Frau W. bleiben. Sie beweist durch ihr Kommen auch, dass sie Probleme klären möchte und dies mit früheren Probleme auch selber getan hat.

Sie ist bereit im Interesse ihrer Kinder ein gutes Miteinander in ihrer Elternfunktion zu gestalten.

4.1.2 Sohn –Tobias

Betrachtet man die von Frau W. beschriebenen Verhaltensweisen ihres Sohnes Tobias ist festzustellen, dass hier auch Ansprüche der Eltern an sich selber auf die Kinder wirken.

„Je mehr Eltern unter dem Druck eigener ungelöster Konflikte leiden, umso eher pflegen sie –wenn auch unbewusst- danach zu streben, dem Kind eine Rolle vorzuschreiben, die vorzugsweise ihrer eigenen Konfliktentlastung dient.“ (6 / S.16)

In den Rollentypen nach Richter werden neben den Merkmalen der normalen Eltern-Kind-Beziehung auch die Gefahren einer neurotischen Erkrankung beim Kind beschrieben, falls die Eltern in ihrer teils bewussten, teils unbewussten Einstellung, dem Kind sehr einseitig eine Rolle vorschreiben.

In der vorliegenden Fallschilderung ist zu spüren, dass die Mutter die Harmoniesucht beim Sohn als nicht positiv empfindet, sich ablehnend äußert. Es ist zu prüfen, ob Tobias die Harmoniesucht und vielleicht auch andere Verhaltensweisen stellvertretend für die Mutter übernommen hat, damit nicht zu seinem persönlichen Selbst finden kann, sich als nur „eine Seite“ der Mutter empfindet.

Unter zur Hilfenahme der von Horst E. Richter herausgearbeiteten Rollentypen zeichnet sich eine Zuordnung „Das Kind als Substitut der negativen Identität (Sündenbock)“ ab, bzw. Rolle des schwachen Teils. Dies ist ggf. durch weitere Beobachtungen zu belegen.

M.E. gibt es vorerst keine Veranlassung Frau W. eine Vorstellung ihres Sohnes Tobias bei einem Fach-Kinder-Therapeuten bezüglich einer klinischen Diagnose zu empfehlen. Sollten im Verlaufe des Beratungsgespräche sich neue Überlegungen ergeben bzw. nach abgeschlossener Familienberatung die Symptome unverändert weiter bestehen, ist diese Entscheidung zu überprüfen.

Eine Zuordnung zu einer Verhaltensweise nach Satir ist mit den vorliegenden Informationen nicht ausreichend möglich.

Ergänzend ist anzumerken, dass nach bei meinen weiteren Betrachtungen davon ausgegangen wird, dass nach erfolgreicher Familienberatung sich dieser Konflikt für Tobias auflösen kann, da er als Sündenbock nicht mehr benötigt wird.

4.2. Therapieplanung

Es ist wichtig dass ich Frau W. umfassend zuhöre, alle Aussagen ernst nehme und sie als leidenden Menschen verstehe, die mit ihren Angehörigen nicht mehr klar kommt. Damit ist viel gewonnen, denn so kann sich Frau W. als „Mitpatienten“ organisieren, über ihre eigenen Belastungen erzählen und diese mit einbringen. Richter beschreibt das so, der Klient „steigt - wenn meist auch sehr vorsichtig und zögernd – von seinem Sockel als gebieterischer Auftraggeber und bietet sich seinen Blößen dar.“ (7 / S. 141)

Aus dem Erstgespräch ergeben sich neben den erwähnten diagnostischen Betrachtungen auch Wunschvorstellungen der Ratsuchenden bezüglich der angestrebten Veränderungen. Frau W. beschreibt es so, „sie wisse nicht, wie sie sich in dieser Situation eigentlich verhalten solle“. Daraus kann ich den Wunsch ableiten, dass sie sich Hilfestellungen wünscht um mit der veränderten Situation klarzukommen.

Unter Punkt 3.1. wurden bereits die wichtigsten Ziele dargestellt.

Nach meiner eigenen Abklärung der Prioritäten auf der Grundlage der Schilderungen und meine Nachfragungen werde ich Frau W. eine gemeinsame Familienberatung vorschlagen und begründen. Die dargestellte Problematik hat Auswirkungen auf alle Familienmitglieder. Besonders die Situation, dass der Vater einen eigenen Wohnsitz hat, erfordert in meinen Augen die gemeinsame Arbeit innerhalb der Familienberatung. Zwischen den Eltern sind wichtige Regelungen zu treffen, die auf das Wohl der Kinder wirken. Im Interesse der Kinder ist es erforderlich, dass beide Elternteile gemeinsam ihre Rolle auch im täglichen Leben übereinstimmend weiterleben. Die Trennung der Beiden erfolgt in der Paarbeziehung und nicht in der Elternbeziehung. Dies sollte in der Beratung allen deutlich werden, denn würde die Trennung auch hier erfolgen wäre es schädlich für die weitere Entwicklung der Kinder, die auf die Erfahrungen, Kraft und Einflüsse von Mutter und Vater angewiesen sind.

Ich gehe bei meinen weiteren Betrachtungen davon aus, dass der Vater diesen Vorschlag der Mutter annimmt. Hintergrund für diese Überlegung ist, dass er sich auch jetzt sehr um seine Kinder bemüht. An ihrer Entwicklung großen Anteil nimmt.

Die Lebenspartnerin des Vaters die hier sicher ebenfalls auf die Geschehnisse in der Familie wirkt, werde ich nicht mit einbeziehen. Sollte sich auf Grund bestimmter Entwicklungen eine Notwendigkeit der Einbeziehung ergeben, kann das neu entschieden werden.

Für die erste Familienberatung werde ich lediglich um Anwesenheit von Herr und Frau W. bitten. Die Kinder sollten zur nachfolgenden Beratung teilnehmen.

Einen Vertrag werden wir im Rahmen der ersten Familienberatungsstunde vereinbaren, dieser wird auch Zahlungsmodalitäten enthalten.

Die Zielvorstellungen werde ich bei Anwesenheit des Mannes und später in Anwesenheit der Kinder um die jeweiligen Ziele des Mannes und der Kinder vervollständigen.

4.3. Planung der ersten Familienberatung

4.3.1 Datenerfassung/Kontaktaufnahme

4.3.1.1 Bestimmung des Wunschzustandes

Die Anwesenheit von Herrn W. und später auch der Kinder ist für mich ein wichtiges Signal, dass Familie W. den gegenwärtigen Zustand als unbefriedigend empfindet und die Bereitschaft vorhanden ist, meine Hilfe anzunehmen.

Als erstes werde ich versuchen herauszufinden, welche Veränderungen sie sich wünschen.

Ich werde mir von beiden einzeln die Lebensbedingungen für sich und die gesamte Familie unter den aktuellen Lebensumständen beschreiben lassen, die die jeweiligen Wünsche zufrieden stellt.

Was will die Familie?

„Was wünschen Sie für sich selbst und Ihre Familie?“

„Auf welche Weise genau würden sie gerne sich und ihre Familie verändern?“

„Was erhoffen sie für sich selbst und was für ihre Familie in dieser Beratung?“

„Wenn ich Ihnen einen Zauberstab gäbe, was würden Sie verändern?“

„Was erhoffen sie für die Beziehung zu ihren Kindern?“

„Wie genau soll das Zusammenleben mit ihren Kindern in Zukunft ablaufen?“

„Auf welche Weise sollen Zusammenkünfte mit ihren Kindern gestaltet sein?“

„Wie sollen Absprachen mit ihrer Frau erfolgen?“

Im Ergebnis können neben anderen Informationen viele Vorstellungen der Familie in Form von Substantiven vorliegen, z.B.

Herr W.: kein Streit, mehr Toleranz; Frau W: mehr Verständnis, mehr Hilfe.

Nun kommt es darauf an, dass ich gemeinsam mit den Klienten die fehlenden Informationen zu diesen Substantiven erarbeite, um damit zum Beispiel das Substantiv „Toleranz“ in einen erlebbaren und nachvollziehbaren Prozess überführen zu können.

Fragen dazu sind:

„Von wem wollen sie mehr Toleranz?“

„Auf welche Weise wollen sie diese bekommen?“

„Zu welchen Themen erwarten sie mehr Toleranz?“

Damit wird dem Klient geholfen das Ereignis „Toleranz“ im Prozess darzustellen. Danach können wir uns mit diesem Prozess auseinandersetzen, wir haben Leben hinein gebracht.

Wichtig ist dieser Vorgang auch deshalb, weil jeder mit einem zwar gleichem Wort einen ganz anderen Prozess im beschriebenen Sinne verbindet. Die Kenntnis über diese unterschiedlich interpretierten Prozesse der Beteiligten ist für die weitere Arbeit unbedingt notwendig.

Jetzt und auch im weiteren Verlauf muss ich neben verbalen Informationen sehr genau auf äußere Anzeichen (nonverbale) des agierenden aber auch des nichtagierenden Familienmitgliedes achten, so auf Veränderung im Tonfall, Hautfarbe, Atmung, Gesichtsausdruck, Haltung und Gestik.

Alles was mir dabei auffällt werde ich versuchen mit den Beteiligten zu klären. Die Klienten kommen auf diese Weise mit Gefühlen in Kontakt, denen sie sich vorher nicht bewusst waren.

Die erste Phase versuche ich so zu steuern, dass es zu einer ersten gemeinsamen Erfahrung der Familie kommt, die sich als Modell für ihr zukünftiges Verhalten eignet. Zur Erläuterung, der gemeinsame Wunschzustand könnte eine Besuchsregelung betreffen.

Frau W. wird aufgefordert mit Worten, Bildern, Gestik zu schildern, was ihr an der gegenwärtigen Praxis der Besuchsregelung nicht gefällt und was sie sich wünscht. Danach befrage ich Herrn W. inwieweit die gebrachten Beschreibungen und Handlungen mit seinen Wünschen zusammenhängen. Gemeinsamkeiten werde ich herausstellen und verdeutlichen.

Nachdem die Familie ihre Hoffnungen aber auch Ängste ansprechen konnte, kann ich beginnen Informationen zum gegenwärtigen Stand der Familie zu sammeln. Eine sichtbare Grenze gibt es da nicht, die Prozesse gehen fließend ineinander über.

4.3.1.2 Bestimmung des aktuellen Zustandes

Mir stellt sich jetzt die Frage, was geschieht gegenwärtig in der Familie, welche Regeln gelten, welche Ressourcen sind vorhanden, welche aktuellen Muster in der Auseinandersetzung herrschen vor, was genau hat sich durch den Auszug des Vaters verändert, wie verhalten sich die Familienmitglieder zur Freundin.

Durch die oben beschriebene Arbeitsweise wird immer besser deutlich, was neben den sichtbaren Veränderungen (Auszug, neue Freundin des Vaters) zur gegenwärtigen Situation geführt hat. Ich zeige auf, dass bevorstehende notwendige Veränderungen lediglich eine Folgerung eines nun beginnenden Lernprozesses sind.

Entscheidend für den Verlauf ist auch die Erkennung der Kommunikationsmuster der Klienten, wie für Frau W. unter Punkt 3.2.2 beschrieben.

In vielen Familien die in die Beratung kommen herrschen „geeichte“ Kommunikationszyklen. Das sind Abläufe, die fest im Familienprozess verankert sind und von allen als unveränderbar betrachtet werden. So kann zum Beispiel das Verhalten eines Partners, sein gegenüber beim Sprechen nicht anzusehen, zu Rückschlüssen des anderen Partners führen, dass er missachtet wird. Dies führt dann bei ihm zu sogenannten Generalisierungen, immer wenn der Partner redet und nicht herschaut fühlt sich der andere automatisch missachtet. Weitere Informationen werden nicht einbezogen, es findet keine Überprüfung dieses Gefühls statt. Die sich aus meiner Informationssammlung ergebenden Generalisierungen werden Familie W. aufgezeigt und gleichzeitig das Vertrauen vermittelt, dass sie verändert werden können.

Abschließen kann ich diesen Teil erst dann, wenn ich die beschriebenen Informationen bis zu einem gewissen Grade verstanden und vor allem die Kluft zwischen Gegenwart und Wunschvorstellung beurteilen kann.

4.3.2 Systemumwandlung

In einer Beratungseinheit kann man nicht alle Themen bearbeiten. Die Arbeit muss für alle Beteiligten übersichtlich verlaufen. Deswegen richte ich den Blick auf das jeweils Wichtigste,

Aus dem bisherigem Prozess ergeben sich Wünsche und Ziele zu verschiedenen Themen. Der Ist-Zustand, konnte aufgezeigt werden. Das Thema, dass das größte Konfliktpotential beinhaltet, wird nunmehr in diesen Umwandlungsprozess einbezogen.

In der ersten Beratungsstunde werden wir hauptsächlich mit der Kontaktaufnahme beschäftigt sein, der erste Versuch eine Systemumwandlung einzuleiten wird wahrscheinlich das Thema Besuchsregelung betreffen.

Ziel ist es also nun, die für die Herbeiführung des gewünschten Zustandes erforderlichen Veränderungen einzuleiten (damit Familie W. sich künftig auseinandersetzen kann, ohne das es laufend zu neuen "Brüchen" kommt).

Bezüglich der Besuchsregelung werden Fragen aufgeworfen mit dem Ziel Varianten der Handlungsmöglichkeiten / Perspektiven zu entwickeln:

- Auf welche Weise kann der Vater Kontakt zu seinen Kindern haben?
- Welche Möglichkeiten hat Frau W., ihre Privatsphäre abgrenzen?
- Was genau ist dem Vater wichtig daran, die Kinder in der gewohnten Umgebung zu besuchen?
- Auf welche Art kann die Lebenspartnerin Kontakt zu den Kindern bekommen?

Daraus werden sich Vorschläge entwickeln, die wieder gemeinsam, unter Einbeziehung von stetigen Rückmeldung von allen Beteiligten geprüft werden.

Als zweites Beispiel, auch Roberts Wunsch die Katze des Vaters in den Ferien betreuen zu dürfen, erfordert nicht meine Entscheidung, hier müssen wieder Perspektiven aufgezeigt werden. Also nicht „Warum soll die Katze nicht bei Robert sein?“ sondern „Wie könnte das Ziel erreicht werden, dass Robert die Nähe zur Katze erfahren kann?“; „Was genau verbindet Robert mit der Katze?“ .

Ableitend aus diesen Fragen können verschiedene Vorschläge zusammengestellt werden:

Die Katze bleibt nur eine Woche in den Ferien bei Robert. Robert wird eine Woche bei seinem Vater verbringen, da hat er gleichzeitig die Nähe der Katze. Robert bekommt ein eigenes Haustier.

Zu beiden geschilderten Sachverhalten kommt es nicht auf ausgefallene Varianten an, sondern es geht einfach um die Sichtbarmachung von *Wahlmöglichkeiten*. Der Denkprozess ist nicht mehr festgefahren, er geht in neue Richtungen, ist wieder offen.

Die Einbringung meines eigenen Blickwinkels kann hier unterstützend wirken.

Erkannte *Generalisierungen* müssen aufgebrochen werden, indem wir die Benutzung von Rückmeldungen einführen und üben.

Beispiel: Vater bringt seine neue Freundin 2 bis 3 mal in der Woche mit in den Haushalt der Mutter und der Kinder. Vielleicht hat er dabei einen ganz bestimmten Blick oder Worte, die automatisch den Widerstand der Mutter bisher erstickt haben. Jetzt lernt es die Mutter Rückmeldung zu geben, das sie das nicht wünscht. Vorher hat sie es geschluckt und fühlte sich handlungsunfähig. Jetzt spürt sie die Kraft, dass sie mitbestimmen kann. Sie wird aufgefordert ihre Gefühle zu äußern, dass was sie empfindet.

Entstandene und erkannte Spannungsfelder können wir gemeinsam verringern, indem wir Stück für Stück Blockaden auflösen. Das muss so erfolgen, dass es für alle Beteiligten sichtbar, nachvollziehbar und erlebbar wird.

Beispiel (erst in der Stunde möglich in der auch Kinder anwesend sind): Frau W. ist über Tics von Tobias ärgerlich.

Dieses Bild werde ich von beiden als Skulptur darstellen lassen. In dem Wechsel des Bildes vom ärgerlichem Schauen der Mutter zum „normalen“ schauen, werden wir auch einen Wechsel in der Reaktion des Kindes spüren. Tobias „mit Tic“ erfährt Ablehnung und wird dies im Bild automatisch zum Ausdruck bringen. Reagiert die Mutter nicht auf den Tic und schaut „normal“ wird Robert keine Angst darstellen. Der Vater und Robert werden dann aufgefordert über ihre Beobachtungen zu berichten, auch die Mutter und Tobias selber werden über ihre Empfindungen befragt. Für alle entsteht eine völlig neue Erfahrung.

Durch den Berater muss jetzt sichergestellt werden, dass die Veränderung von allen bemerkt wird. Dieser Prozess setzt eine neue Ablaufkette in Gang, die die alte unerwünschte ablöst.

4.4 Konsolidierung der Veränderungen

Jede Sitzung ist ein Baustein und damit Grundlage des Aufbaus einer neuen tragfähigen Familiengeschichte.

Zum Abschluss der Sitzung ist es mir sehr wichtig, jedem Familienmitglied den aus der Sitzung gezogenen Gewinn zu sichern. Dazu ist es wichtig, dass ich eine Rückmeldung über die Sitzung gebe, dabei wirke ich gleichzeitig als Modell für die kongruente Kommunikation, die ich den Familienmitgliedern vermitteln möchte. Davon ausgehend, dass in der ersten Sitzung zwischen Herrn und Frau W. eine neue Besuchsregelung vereinbart werden konnte, werde ich zunächst an den bekannten Ausgangszustand erinnern. Dann werde ich die einzelnen Schritte nochmals wie einen Film ablaufen lassen. Wie gestaltete sich der Einstieg, auf welche Art und Weise haben beide zusammengearbeitet um zu erkennen, was sie eigentlich wollen. Welche Erfahrungen haben sie in den einzelnen Schritten gemacht. Auf spezielle Handlungen meinerseits und der zu Beratenden wird nochmals eingegangen. Alles was entscheidend zur Veränderung beigetragen hat wird herausgestellt. Dabei beobachte ich die Familie um zu erkennen, ob sie das Geschehene verinnerlichen konnten.

Auch die Familienmitglieder werden aufgefordert Rückmeldung zu geben, womit ich gleichzeitig wieder die klare Kommunikation demonstriere. Auch in dieser Phase gebe ich jedem die Möglichkeit, jederzeit Fragen zu stellen, falls sie Teile ihrer Erfahrungen nicht so recht einordnen können.

In der Regel erteile ich Familien auch Hausaufgaben. In unserem Fallbeispiel ist die Durchführung auf Grund der zumeist bestehenden räumlichen Trennung schwierig. Mein Vorschlag könnte hier sein, dass die Familie beim nächsten Besuch des Vaters ohne Beisein der Freundin über die Ergebnisse und Erfahrungen der ersten Sitzung bezüglich der Besuchsregelung spricht. Vorerst die Eltern allein, dann aber unter Hinzuziehung der Kinder, damit diese auch schon ein Gefühl von der neuen Stimmung zwischen den Eltern spüren können und damit gleichzeitig motiviert werden an einer zukünftigen gemeinsamen Sitzung teilzunehmen.

4.5 Andere Möglichkeiten der Beratung

Familientherapie ohne Familie könnte ggf. ein zweiter Weg der Beratung sein, falls der Vater es doch ablehnen sollte an der Therapie teilzunehmen. Auf Grund der hohen Kontaktbereitschaft zu seinen Kindern, gehe ich aber nicht davon aus.

Systemische Einzeltherapie als Kurztherapie wäre dann meine Alternative.

Besonders im Modell aus Milwaukee (Steve Shazer u.a.) legt man nicht Wert auf die Anwesenheit der ganzen Familie. Die grundlegende Philosophie hier ist „...das ein komplexes Problem keine komplexe Lösung verlangt“. (S.57 / 9)

Auch hier sind konkrete Formulierung von Therapiezielen, die zwar bescheiden aber erkennbar sein müssen, Voraussetzung.

Die zirkuläre Fragetechnik, jemanden über eine Dritten in dessen Gegenwart zu befragen, wird durch die hypothetisch eingeführte dritte Person abgesichert. Zum Beispiel: Wenn ihr Sohn Tobias hier wäre, was würde er zur Anwesenheit der Lebenspartnerin ihres Mannes äußern?

Entscheidend ist es, andere Sichtweisen mit einzuführen um dadurch die Realisierung der Wahrnehmung durch andere Auffassungen auch hier zu ermöglichen.

Spezielle Interventionen ergänzen auch hier die Arbeit, die in ihrem Umfang hier nicht beschrieben wird.

Auch eine **Familienaufstellung nach Bert Hellinger** im Rahmen einer Gruppe von Ratsuchenden kann als Alternative angeführt werden. Hier erlebt der Ratsuchende über die Äußerungen der Stellvertreter für seine Familie, was in seiner Familie passiert. Er kann von außen zusehen (da er auch für sich einen Stellvertreter aufstellt), wie seine Familie agiert und reagiert. Welche Gefühle in bestimmten Situationen aufkommen und was sich die Familienmitglieder an Veränderungen wünschen. Durch das bewegte Stellen, die Stellvertreter nehmen die Wunschpositionen ein, kann dann auch die Veränderung erlebt und gefühlt werden.

5. Schlussbetrachtung

Ziel der Arbeit war es, unter der Thematik „Familienberatung, zur vorgegebenen Fallschilderung einen Lösungsansatz darzustellen. Ausgehend von einer Übersicht über die Entwicklung der Familientherapie habe ich mich für den Lösungsansatz nach Virginia Satir das „Selbstwert-Prozess-Modell“ entschieden. Nicht immer war es ganz leicht, den praktischen Beratungsprozess als solchen mit vollem Leben zu erwecken. Viel zu verschieden sind die Richtungen, in die Beratung gehen kann. Die Arbeit zeigt einige dieser Möglichkeiten auf.