

MFK – Info 01/2000

☑ © 2000 by MFK-Info

Vorbemerkung

zum nachfolgenden Artikel über Familien-Rekonstruktion

Die Therapeutin/der Therapeut ist das "wichtigste Instrument" (V. Satir) im therapeutischen Prozeß. Therapeutinnen und Therapeuten werden oft - ohne es zu bemerken - Teil eines dysfunktionalen Systems und blockieren den Veränderungsprozeß, anstatt ihn zum Fließen zu bringen. Individuumszentrierte therapeutische Kenntnisse und Erfahrungen genügen in Familien- und systemischen Therapien nicht. Besonders in der Arbeit mit Familien und Paaren ist es von zentraler Bedeutung, daß sich der/die Therapeut/in klar darüber ist, daß die eigene vergangene und gegenwärtige Entwicklung eine erhebliche Rolle im Verlauf der Therapie spielen kann. Er/Sie hat die Verantwortung, sich mit eigenen Gefühlen wie z.B. Ärger, Liebe, Wut und mit eigenen Blockierungen, Stärken, Grenzen, Wünschen, Vorurteilen, Vorlieben und Werten vertraut zu machen, so daß Projektionen und Vermischungen von "ich" und "du" vermieden werden. Die Kenntnis und Auseinandersetzung mit dem System der eigenen Herkunftsfamilie und den darin herrschenden Regeln und Mustern ist deshalb unserer Meinung nach eine wichtige Voraussetzung für eine verantwortungsvolle therapeutische Tätigkeit.

In unserer dreijährigen Weiterbildung in Familientherapie und systemischer Therapie stellt dieser Selbsterfahrungs- und Entwicklungsprozeß innerhalb der Weiterbildung von Anfang an (1978) eine Besonderheit unseres MFK-Curriculums dar. Jede/r Weiterbildungsteilnehmer/in hat Gelegenheit, eine Familienrekonstruktion nach V. Satir im Verlauf von insgesamt 13 Tagen zu machen. Damals – Ende der 70er, Anfang der 80er Jahre - war dieser Baustein der Persönlichkeitsentwicklung nur bei wenigen Instituten im Weiterbildungs-Curriculum enthalten; mittlerweile haben die meisten systemischen Weiterbildungsinstitute die positive Bedeutung der Arbeit an der persönlichen Familiengeschichte der Teilnehmer/innen erkannt und die Methode der Familien-Rekonstruktion nach Virginia Satir (oder eine Variante davon) in die Weiterbildung aufgenommen.

Wir waren uns immer bewußt, daß bei einer Familienrekonstruktion neben anderen Aspekten der Faktor „Zeit“ eine entscheidende Rolle spielen kann. Als uns Michael erzählte, was sich bei ihm Jahre nach seiner Familienrekonstruktion verändert hatte, bat ich ihn, dies zu dokumentieren. Seine Zusammenfassung des Erlebten stellt für mich ein lebendiges Bild der systemischen Ideen dar: wie das Zusammenspiel einzelner Teile mit großer Wahrscheinlichkeit zur Veränderung in einer Familie beitragen kann. Welche Faktoren letztlich „tatsächlich gewirkt haben“ – wer weiß; für mich ist das Geschehen der Veränderung im Beziehungsgeflecht der Familie ausschlaggebend. Möglicherweise haben wir dazu im Verlauf einer etwa vierstündigen Rekonstruktion einen Beitrag geleistet. Ich freue mich sehr, daß sich Michael die Zeit nahm, um aufzuschreiben, was sich verändert hat. – Vielen herzlichen Dank.

Gaby Moskau

Verstehen, was wirkt

Drei Jahre nach einer Familienrekonstruktion

Michael (ST 96/1)

Im Laufe meiner Tätigkeit als Sozialpädagoge sind mir viele Familien begegnet, die mit ihren Sorgen in unsere Einrichtung kamen. Die eine oder andere Familie vollzog notwendige Veränderungen, manche berichteten von Verbesserungen, manche fanden nicht die Hilfe, die sie suchten.

Im Verlauf der Weiterbildung beim MFK verdichtete sich mein Fokus notwendigerweise auf die Frage, was denn nun hilfreiche Veränderungen bewirkt. Die Idee, dass es darauf vermutlich keine eindeutige Antwort gibt, kam auf einem recht einfachen und gleichzeitig schwierigen Umweg zustande. Nämlich im Nachdenken über die Folgen meiner eigenen Familienrekonstruktion, die Kernbestandteil jeder systemischen Ausbildung beim MFK ist.

Im Zentrum meiner Rekonstruktion stand vor drei Jahren die Frage, wie ich mich in dem Konflikt, der zwischen meiner Mutter, meiner Tante und meiner Großmutter seit dem Tod meines Großvaters besteht, verhalten sollte. Die ganze Geschichte zu erzählen, würde den Rahmen eines MFK-Infos sprengen und von meiner Kernfrage wegführen. Nur soviel: es ging um Erfahrungen von Krieg, Tod von Kindern, Neid und Loyalität.

Der Konflikt selbst rankt sich um die Frage, wer hat mehr bekommen, sowohl an Zuwendung als auch an Geld. Die Familienrekonstruktion hat mir über die Familiengeschichte und auch über den Konflikt viele Erkenntnisse und Antworten gegeben. Wohlgermerkt mir. Diese Erkenntnisse weiter zu geben, zu vermitteln, oder gar der Mutter eine Therapie zu empfehlen, waren Dinge, die eindeutig nicht meine Aufgabe waren und deren Vermeidung Teil dessen war, was ich in der Folge der Rekonstruktion veränderte.

Was mir im Gedächtnis blieb war ein Satz von Gaby, den ich so wiedergebe, wie er mir in Erinnerung ist. Vielleicht hat Gaby ihn damals anders formuliert, wer weiß ...

„Du hast die Freiheit und die Wahlmöglichkeit, Kontakt zu Deiner Großmutter und zu Deiner Mutter und auch zu Deiner Tante aufzunehmen – falls Du selbst dies willst.“ Meine Reaktion war damals eindeutig: „Das mit der Großmutter ist o.k., das werde ich tun, da werde ich mich künftig aus dem Konflikt raushalten. Aber der Kontakt zur Tante, nie, das ist undenkbar...!“

Was ist nun in den folgenden Jahren geschehen ?

An eines habe ich mich kategorisch gehalten: Ich halte mich so weit wie möglich aus Konflikten heraus, die nicht meine sind. Das sah im Familienalltag so aus, dass ich die Großmutter (die im Haus gegenüber dem Haus der Mutter wohnt) besuchte, genauso wie ich die Mutter besuchte, genauso wie den Vater (meine Eltern sind geschieden).

Die Begründung war einfach: es ist nicht mein Konflikt und mir ist es wichtig, mit allen meinen Frieden zu haben. Was ich mir an Belehrung gegenüber der Mutter nicht verkneifen konnte, zumal es mir eine sehr wichtige Erkenntnis zu sein schien: wenn die Großmutter stirbt (was bei einer Frau weit über 80 leider nicht auszuschließen ist), wird der Konflikt und die dauernd gestellte Schuldfrage bei denen bleiben, die weiterleben. Dann wird sich vielleicht ein schlechtes Gewissen oder gar Reue einstellen, doch eine Klärung wird dann kaum noch möglich sein. Jemanden im Unfrieden sterben zu lassen ist etwas Grausames, vor allem für die, die mit der Erinnerung weiterleben. Seinen Frieden machen kann jeder nur selbst; auf den anderen zu hoffen, ist eine Illusion.

Das Wissen um meine Rolle in dem familiären Konflikt ist auch im beruflichen Alltag von Nutzen. Denn auch im beruflichen Alltag gelingt es mir nun deutlich schneller, zu begreifen, wessen Konflikt ich austrage - häufig eben nicht eigene. Mich dann weder als Mittler, noch als Koalitionspartner benutzen zu lassen, ist ein Gewinn für mein Leben. Dass ich als Scheidungskind gut trainiert darin bin, zu vermitteln oder in unterschiedliche Koalitionsangebote zu geraten und daß mir dies deswegen vermutlich häufiger begegnen wird, als „untrainierten“, ist klar. Aber ich erkenne heute meinen Anteil schneller, nichts weiter.

Die eigentliche Überraschung im Hinblick auf Gabys Satz ist das, was mich auf die Frage „Was wirkt?“ so beschäftigt. Ich habe meine Tante tatsächlich wieder besucht, als ich meine Großmutter bei ihr abholte. Sie war in keinsten Weise unfreundlich, sie zeigte Verständnis für den Loyalitätskonflikt, in dem ich mich Jahre lang befand und sie schien traurig darüber zu sein, dass der Konflikt unlösbar erschien, denn zu viele Jahre waren bereits vergangen. Zu Gaby hatte ich damals gesagt „unmöglich!“.
Zugegeben, eine interessante Wendung.

Was im Herbst 1999 geschah, war für mich ein kleines Wunder (obwohl niemand die dazu passende Frage gestellt hatte). Meine Großmutter war beim Essen mit meiner Tante in einem Nachbardorf ohnmächtig geworden. Man vermutete einen Schlaganfall. Für mich war klar, dass ich meine Großmutter im Krankenhaus besuchen würde. Überrascht war ich, als meine Mutter mich bat, sie mit ins Krankenhaus zu nehmen.

Sie hatte in dieser Zeit, wie sie später erzählte, eine Vielzahl an Romanen gelesen. Wie es scheint, beschäftigen sich viele Romane mit Familiengeschichten oder gar Familiendramen. Etwas, was mir nicht so bewußt war, da ich selten Romane lese. Neuerdings übrigens wieder öfter ...

Diese Geschichten, und wer weiß was sonst, gaben den Ausschlag für meine Mutter, den Besuch zu wagen. Die Situation war eigenartig, das war im Krankenzimmer nicht zu übersehen. Die beiden haben wenig gesprochen, doch am Ende machte meine Großmutter den entscheidenden Schritt und bat meine Mutter, „endlich wieder gut zu sein“. Diese nahm das Versöhnungsangebot an. In der Folge, als meine Großmutter wieder zu Hause war, wurde sie von meiner Mutter mit Essen versorgt und im Haushalt unterstützt. Es war übrigens kein Schlaganfall, keiner weiß so genau, was es war. Meine Großmutter hatte im letzten Jahr einfach sehr viel Gewicht verloren und war deutlich geschwächt (angeblich die Schilddrüse). Durch das gute Essen kam sie wieder zu Kräften und gräbt heute wieder ihren Garten um, sägt Holz, mäht ihren Rasen, wie eh und je. Sie selbst sagt, es waren die vielen Gebete, die geholfen haben. Die Krankheit sei der Weg gewesen, mit dem Gott den Konflikt gelöst hätte. Meine Tante hat übrigens vor kurzem meine Mutter auf der Straße angesprochen, ob es denn nicht möglich sei, dass die beiden wieder miteinander reden. Es ist möglich. Inzwischen habe ich meine Tante getroffen, in der Küche meiner Mutter! Bis vor einem viertel Jahr undenkbar.

So hat sich letztlich der scheinbar unlösbare Konflikt in nichts als Erinnerung daran aufgelöst. Was hat nun die Veränderung bewirkt? Gabys Satz? Die Besuche bei der Großmutter? Die Romane? Die Gebete? Die Krankheit und die Angst vor dem Tod? Die Zeit, die vergangen ist?

Ich weiß es nicht, denn es gibt darauf keine Antwort. Was mir als Lehre bleibt, ist folgendes: Jede noch so kleine Veränderung, jeder noch so kleine Funke Hoffnung verdient es, beachtet zu werden, denn er könnte das entscheidende Element für die Lösung sein. Und manche Lösungen dauern eben etwas länger - was sind schon Jahre Aus heutiger Sicht ☑MFK-Info