

## **Aufsuchende Familientherapie: Familien auf der Suche**

### **0. Vorbemerkung**

Der nachfolgende Artikel betrachtet Familien sowohl als gesellschaftliches Element als auch einen intimen Beziehungsraum und fokussiert auf die problematische Wechselwirkung belastender äußerer Rahmenbedingungen mit dem Ausbleiben brauchbarer familieninterner Lösungen.

### **1. Wer hätte das gedacht: Familie als Gefahr.**



Familien leben heute gefährlich, so sagen zunehmend genau diejenigen, die Familien gründen könnten, denen aber die persönlichen Begründungen dafür ausgegangen sind. Nahezu alle bekannten Risiken von Lebensplanung ballen sich im offensichtlich abenteuerlichen „Projekt Familie“. Selbst die entsprechenden politischen Diskussionen dazu haben allemal mehr mit parteistrategischer Themenbesetzung zu tun, als mit einer auch nur annähernd angemessenen und nachhaltigen Förderung dieses Projekts. Und dies wissen in der Regel, mindestens aber ahnen die Betroffenen sehr genau: Familie kann sehr riskant werden. Dies gilt nicht nur für Familien, die beispielsweise mit alltäglicher Armut, prekären beruflichen Unsicherheiten, existentiellen Krisen oder massiven Gesundheitsproblemen zu kämpfen haben, sondern auch für die, die zunächst rundherum gut abgesichert erscheinen. Indikatoren für das Risiko sind allgemein bekannt. Beispielsweise würde mit einer solch enormen Scheiter- (Scheidungs-) Quote ein anderes langfristiges Projekt kaum auch nur angedacht, geschweige denn interessant werden.

Unter wirtschaftlichen Gesichtspunkten erweist sich Familie als völlig unsinnig und unter dem Aspekt Gesundheit als einer der Hauptrisikofaktoren. Berufliche Entwicklung und damit auch Wettbewerbsfähigkeit sind für Familien generell erschwert, für Alleinerziehende und Mütter weiterhin nahezu ausgeschlossen. Bevorzugt wird Arbeitsplatzflexibilität, was in der Regel familiäre Anwesenheit und Zuständigkeiten ausschließt. Soziale Beziehungen sind entweder völlig abgeschnitten, mindestens aber belastend geworden oder finden nur noch über die Kinder statt und spätestens an der Ladenkasse des Supermarktes wird die umfassende Ausbeutung des Projekts Familie in Kindereifhöhe zur chronifizierten Zerreißprobe. Statt Hilfen gibt es centgenaue Verwaltungen mit einer entsprechenden Individualisierung des gesellschaftlichen Missstandes, statt finanzieller Anreize ein deutliches Armutsrisiko, fast auf jeden Fall ein familienbedingtes Altersrisiko.

Das Projekt Familie wird den Kräften der freien Marktwirtschaft überlassen und ist für die Familienmitglieder sofort dort wieder beendet, wo es um begrenzte und oft unbezahlbare Versorgungszeiten in Kindertageseinrichtungen oder chronisch unzuverlässige Schulzeiten geht. Das entsprechend anspruchsvolle familiäre Management, für eine professionelle chaotrainierte Vollzeit-Mutter mit mehreren Kindern der ebenso komplexe wie übliche Alltag, lässt sich nicht nur mit beruflichem Management vergleichen, sondern übertrifft im Spektrum planerischen Handelns und krisenzentrierter Improvisation hochgelobtes berufliches Management häufig bei weitem. Wahrgenommen und wertgeschätzt wird dies vergleichsweise selten, honoriert in Geld schon gar nicht.

In der Werbung erscheinen Partnerschaft und Familie ohnehin nur noch in ihrer realitätsfremden und luxuriösen Form, deren alltägliche Funktionstauglichkeit – dann auch noch supernannygereinigt – hinter produktbezogener Idealisierung völlig verschwunden ist. Diejenigen, die dauerhafte Partnerschaft und Familie tatsächlich noch ernst nehmen, werden zunehmend als Vertreter sogenannter „Auslaufmodelle“ betrachtet. Angeblich braucht diese Gesellschaft dringend bildungsstarke Familien und Kinder, aber wenn an irgendeiner Stelle gespart wird, dann zielsicher hier. Darüber lässt sich auch niemand mehr mit geringfügigen Finanzanreizen täuschen, die an anderer Stelle sowieso wieder abgenommen werden. Zeitgemäß müsste es heißen: Familienplanung ist vor allem Finanzplanung. Entsprechend empfinden diejenigen, für die Familie nach wie vor mehr ist als nur ein Wirtschaftsprojekt, oft sehr schmerzhaft, dafür finanziell besonders gemobbt zu werden und damit ohnehin ständig auf der gesellschaftlichen „Minussseite“ zu stehen.

Bei aller Kürze stellt dies den durchschnittlichen gesellschaftlichen Rahmen für eine gewöhnliche Familie dar. Alle eben angerissenen Themen – und man kann sie, besonders wenn man sich den Alltag von durchschnittlichen Familien anschaut, gar nicht drastisch genug darstellen – müssen in einer Familie immer wieder aktuell verhandelt und organisiert werden, Sommerpausen, Feierabende und Ferien gibt es selbstverständlich dafür nicht. Insofern verwundert es inzwischen nicht mehr, dass insbesondere die leistungsstarken jungen Paare der „génération précaire“ ihre Wünsche nach Familie und Kindern zunehmend aufgeben. Die Sinnhaftigkeit von Kindern in Familien scheint abhanden gekommen zu sein. Familie ist angesichts dieser hohen, gegenwärtigen Risiken, die - wie sonst viele andere - nicht in die Zukunft abgeschoben und damit in der Gegenwart erfolgreich verdrängt werden können, wirklich ein erstaunliches „Projekt“, allenfalls noch biologisch plausibel zu machen. Nicht selten besteht sogar der Eindruck, dass überwiegend die falschen Partner Kinder in die Welt setzen, und diejenigen, die Kindern etwas bieten könnten, genau nicht. Gab es in früheren Diskussionen noch die Terminologie einer "kinderfeindlichen" Gesellschaft, so entsteht derzeit der Eindruck einer "kindergleichgültigen" Gesellschaft. Es scheint aktuell fast unglaublich, dass es Familien immer noch gibt.

## 2. Wie es sein sollte: Familie als ein Ort für Kinder und Eltern und wie Familien nun mal sind.



Familie definiert sich durch die Anwesenheit von Kindern und durch die Verpflichtung der Eltern, für sie zu sorgen. Familie fördert über familiäre Identität und Zugehörigkeit die persönliche Identität und die Entwicklung ihrer Kinder. Aber bereits der familiäre Idealfall dauerhafter Elternschaft mit daraus hervorgegangenen Kindern stellt nur eine von vielen Familienvarianten dar. Familie kann beispielsweise auch eine Stieffamilie, eine zusammengesetzte „Patchworkfamilie“ oder eine Einelternfamilie sein. Liebe, Konstanz, Geborgenheit oder erstes soziales Übungsfeld für Kinder sind häufige assoziative Reflexe zur Familie, aber wie vertragen sie sich mit chronischen Existenzsorgen, Trennung und Scheidung, mit wiederkehrendem oder dauerhaftem Verlust wichtiger Personen oder kindlicher Lebenswelten, mit Alleinerziehung oder der Beziehungsgestaltung zu neuen Elternteilen, mit interkultureller Integration oder mit dem, was bei Nachbarn oder anderen Bezugsgruppen beobachtet und erlebt wird?

Die hier in der Regel anzutreffende „psychologische“ Annahme, dass die frühe Kindheit (und dort besonders alles Problematische oder gar Traumatisierende) das gesamte spätere Erwachsensein kausal determiniere, hat sich schon längst als unhaltbar erwiesen, bleibt aber als nicht nur elterliche Begründung unverändert wirksam und endet nicht selten in einem

„Tanz um das Kind“, was diesem nicht immer gut tut. Im Krisenfall kippt dann das elterliche Erziehungsverständnis in das andere Extrem der rigiden Disziplinierung.

Mit der Idealisierung von Familie droht zugleich auch eine generelle Überforderung der Beteiligten. Ähnlich, wie Ehen und Partnerschaften in Gefahr sind, vor dem Hintergrund individualisierter Lebensaufgaben eher regressiv mit kompensatorischen Erwartungen nach emotionaler Geborgenheit und ungestörter Intimität überlastet zu werden, sind auch Familien mit hohen Erwartungen hinsichtlich ihrer sozialen und pädagogischen Aufgaben konfrontiert und nicht selten eben auch überfordert.

Kommen darüber hinaus noch wirtschaftliche Sorgen oder belastende Beziehungsaufgaben aus den Herkunftsgenerationen hinzu, sind diese Familien schnell an den Grenzen ihrer Leistungsfähigkeit angekommen. Läuft dann etwas in der Entwicklung eines Kindes oder Jugendlichen schief, dann lag es an der Familie, so die häufig anzutreffende erste kausale Schuldzuweisung. Würde sich etwas an der Familiendynamik, also an dem Zusammenspiel aller Mitglieder ändern, dann ginge es dem betroffenen Kind auch wieder besser und sein Problem bzw. Problemverhalten sei nicht mehr notwendig, so lauten die entsprechenden Erklärungen. Dass auch von einem Kind etwas direkt verlangt werden kann, taucht in manchen erzieherischen Selbstverständnissen gar nicht mehr auf.

Etwa so ähnlich, wie lange Zeit Konflikte, Probleme und daraus resultierende Erkrankungen individualisiert und auch nur so behandelt wurden, wird nun Verursachung und Aufrechterhaltung von Problemen der Familie zugeschrieben. Individuelle Verantwortlichkeiten drohen damit schnell in familiären Kontexten zu verschwinden.

Besonders groß ist die Gefahr, den anfangs beschriebenen Rahmenbedingungen, gewissermaßen als „Multiproblemrahmen“, zu wenig Beachtung zu schenken und sie allenfalls als einen weiteren Aspekt familiärer Unzulänglichkeiten einzuschätzen.

Familie ist genau betrachtet kein festes, strukturiertes Gebilde – auch wenn es für Kinder ein Ort der Sicherheit und Förderung und für Jugendliche ein Rückhalt sein sollte – sondern ein privater Rahmen für die alltäglichen Lebens – und Entwicklungsaufgaben aller Mitglieder. Hier trifft man grob auf zwei unterschiedliche Typen familiärer Selbstverständnisse:

Im Kontext "familiärer Selbstlosigkeit" werden recht schnell die berechtigten Bedürfnisse der Erwachsenen aus den Augen verloren, so dass in solchen Familien häufig Kinder anzutreffen sind, die Respekt, Verzicht und Rücksichtnahme nicht kennengelernt haben. Nicht selten wird hier zu früh gefördert und die Erfüllung von Anforderungen erst verspätet mit Konsequenzen versehen.

Im Kontext "familiärer Gleichgültigkeit" wird die Förderung von Kindern zurückgestellt zugunsten der Bedürfniserfüllung der Erwachsenen, die Kinder werden als zu fördernde Personen nicht mehr wahrgenommen und haben hier nicht selten quasi zwischen Hunden und Katzen keinen besonderen, sondern eher einen äußerst willkürlichen Wert. Der familieninternen Bedeutungslosigkeit von Kindern steht hier nicht selten eine unbedingte Wahrung der äußeren Form gegenüber.

Selbst wenn die elterlichen Erziehungsvorstellungen zeitgemäß brauchbar sein sollten - etwa mit der eingängigen Formel des "Förderns und Forderns" - stehen angesichts der schnellen gesellschaftlichen Veränderungen die jeweils aktuellen Entwicklungsaufgaben der Kinder von heute nicht selten in besonders starkem Kontrast zu geläufigen elterlichen Erziehungsvorstellungen. Zu keinen früheren Zeiten wurde Heranwachsenden ein solches prekäres Ausmaß an Umgang mit Komplexität und Unsicherheit abverlangt, sehr viel nachhaltiger als früher wird individuelle Lebensplanung mit ständiger Weiterentwicklung von persönlicher Identität, Werten und Beziehungsfähigkeit gebraucht. Während frühere Generationen noch auf Erfahrungen ihrer Eltern „bauen“ konnten, können Kinder und Jugendliche heute elterliche Biografien und Erfahrungen kaum noch attraktiv oder brauchbar

finden. Ungebundenheit und Unverbindlichkeit mit geringen Ansprüchen an Engagement und Identifikation, pragmatische Bindungen auf Zeit („Lebensabschnittsgefährten mit befristeten Arbeitsplätzen“) und insbesondere die Vermeidung von ganzheitlicher Verantwortung charakterisieren die bevorstehenden Aufgaben. Angesichts dieser unübersichtlichen Entwicklungsaufgaben in den gegenwärtigen Gesellschaften polarisieren sich immer deutlicher Selbstlosigkeit und Sinngebung im Dienste von Gemeinschaften bis hin zur Radikalisierung auf der einen und individualistische Lebensplanung und Bindungslosigkeit auf der anderen Seite.

Auf dieses große Spektrum sehr komplexer Lebensaufgaben sollen Familien ihre Kinder angemessen vorbereiten können?

### 3. Multiproblemfamilien: Familien im Multiproblemrahmen



Multiproblemfamilien sind Familien, die mit den im ersten Abschnitt beschriebenen Rahmenbedingungen nicht fertig geworden und den im zweiten Abschnitt angedeuteten familiären und individuellen Aufgaben nicht gewachsen sind. Aus der Notwendigkeit heraus, sich nicht „nicht“ verhalten zu können, wird auf Lösungen zurückgegriffen, die ihrerseits Nachteile mit sich bringen, aber als Lösung zunächst ausreichen. Unter problematischer Lösung wird dabei verstanden, dass die jeweilige Familie anfangs zu einer eigenen diagnostischen Einschätzung gelangt ist und einen zumindest vorläufigen Lösungsversuch vorgenommen hat, der mit seinen Vor- und Nachteilen die Aufrechterhaltung eines erträglichen Status Quo gewährleistet. Dieser hat aber in der Regel einen hohen emotionalen oder konflikträchtigen Aufwand aller Beteiligten zur Folge oder wird als Symptom oder Verhaltensauffälligkeit von einem Familienmitglied, in der Regel einem entsprechend „talentierten“ Kind, verantwortlich übernommen.

Nicht selten stellt sich in der alltäglichen familientherapeutischen Arbeit gerade die konflikt- und symptombalancierte Lösung der Familie als der für alle Beteiligten optimale Bewältigungsversuch heraus; optimal deswegen, weil er sowohl unmissverständlich die familiäre Notlage und Überforderung zum Ausdruck bringt, als zugleich auch eine zeitweilige Lösung darstellt.

In der Regel beinhaltet dieser vorläufige familiäre Lösungsversuch also einen hohen Preis, mindestens für sein „engagiertes“ Familienmitglied, das aber gleichzeitig seinerseits selbst eine innere Balance für sein „Engagement“ durch offene oder verdeckte familiäre Gratifikationen herstellt.

Eskalieren oder chronifizieren sich die familiären Konflikte weiter, reichen mit Sicherheit die familiären Gratifikationen irgendwann nicht mehr aus, und die Familie insgesamt gerät aus ihrer Balance in die Krise. Dies vollzieht sich in der Regel über immer deutlichere „Problemsignale“. Das beschämende familiäre Eingeständnis, nun doch externe Hilfe zu benötigen, wird sich anfangs - gewissermaßen als Eintrittskarte - vermutlich auf das signalisierende Familienmitglied beziehen, häufig ein Kind. Dies aktiviert dann Helfersysteme beispielsweise aus den Bereichen des Gesundheitswesens oder der Jugendhilfe zunächst dort, wo je nach fachlichen Kompetenzen und Verständnis der „Helfer“ die Problemlagen diagnostiziert werden. Insofern trifft man entsprechend der unterschiedlichen fachlichen Sichtweisen auch auf unterschiedliche Problemdefinitionen und Ursachenbeschreibungen zur gleichen Familie. Hier entsteht der Eindruck der sogenannten Multiproblemfamilie, die sich auf den ersten oberflächlichen Blick sicherlich mit mehreren Problemen herumschlägt, die aber bereits verschiedene Helfersysteme herangezogen oder „verschrieben“ bekommen hat. Diese angeschlossenen Helfersysteme entwickeln

entsprechend ihrer unterschiedlichen Problemverständnisse auch unterschiedliche Veränderungsstrategien und generieren damit ihrerseits den Eindruck des „Multiproblems“. Wird es für die familiäre Stabilität gebraucht, dann können sich diese angeschlossenen Hilfen erschöpfen oder manchmal auch mit ihren unterschiedlichen Lösungsansätzen neutralisieren. Im Dienste externalisierter familiärer Konflikte können sich Helfer sogar mit Streitigkeiten darüber, was denn nun die angemessene Hilfe sei, gegenseitig blockieren und in chronifizierter Form sogar selbst zum Problem werden.

Nicht selten besteht angesichts dieser Familien ein Eindruck von sowohl tiefer Ratlosigkeit und Resignation („Wir haben wirklich schon alles versucht“) als auch ein starker Veränderungsdruck („So kann es jetzt auf keinen Fall weitergehen“).

#### **4. Nachhaltige Familientherapie:**

##### **Vom Multiproblemrahmen zur lösenden Rahmung.**



Familien sind ihrem Selbstverständnis entsprechend Selbsthilfeeinrichtungen. Sie ziehen zur Bewältigung ihrer Lebensaufgaben sowohl die Erfahrungen ihrer Vergangenheiten, den spezifischen Reichtum ihrer Kulturen als auch die Netzwerke ihrer aktuellen Beziehungen heran. Die nicht selten unbewussten, manchmal aber auch sehr präsenten eigenen Wünsche, Phantasien, Lebensentwürfe, Enttäuschungen und Ängste ihrer Mitglieder wurzeln in den Herkunftsgenerationen der Eltern, stehen oft in Zusammenhang mit sehr handfesten kritischen oder gar traumatischen Ereignissen und aktualisieren sich in den familiären Interaktionsmustern bei der Bewältigung von Gegenwart.

Familien wissen selbst sehr genau um ihre feinabgestimmten Beziehungsgeflechte und deren Störanfälligkeiten. Die entsprechende problem- oder symptomorientierte familiäre Choreographie sichert den Selbsterhalt der Familie über eine ausbalancierte Belastungsfähigkeit. Entsprechend "talentierter" Familienmitglieder übernehmen hier die Verantwortung, oft um den hohen Preis heftiger, in der Regel individualisierter Symptome oder eskalierter Konflikte.

Insofern haben Familien im Krisenfall zunächst und auch ganz legitim wenig Interesse daran, sich durch therapeutische Maßnahmen, die sich auf die Mitbeteiligung der gesamten Familie beziehen, noch weiter zu belasten, sondern aktivieren zunächst bewährte individuelle Lösungen im Kontext vorliegender Lebenserfahrungen, familiärer Wertvorstellungen und Moral. Sie werden diese familiengerechten individuellen Lösungen besonders dann bevorzugen, wenn es für alle Familienmitglieder eher selbstverständlich ist, eigene und unmittelbar praktische Lösungen selbst zu realisieren und es dem familiären Selbstverständnis weniger entspricht, über die Probleme zu kommunizieren, nachzudenken oder gar zur Bewältigung Fachleute aufzusuchen. Dies führt oft wohl auch zu vorläufigen Lösungen, deren Nachteile früher oder später aber umso nachhaltiger deutlich werden und dann als unzureichende Lösungsversuche erst recht in die Krise führen, unter Umständen sogar chronifiziert werden. Merkmale dieses Zustandes sind Destruktivität, Instabilität, Chaos oder resignative Verwahrlosung oder eben eine individualisierte symptomatische Lösung. Das „engagierte“ Familienmitglied, nicht selten eben das noch entwicklungs- und abhängigkeitsbedürftige Kind oder Jugendliche, übernimmt in diesem familiären Zustand über eigenes Problem- oder Symptomverhalten die Aufgabe, sowohl die familiären Beziehungen abzusichern als zugleich auch die Veränderungsnotwendigkeit zu signalisieren. Die alltägliche Leistungsfähigkeit familiären Konfliktmanagements kann bei Kumulation von Störungen vor allem dann an die Grenze ihrer Regulationsmöglichkeiten gelangen, wenn für die akuten Störungen noch keine familiären Erfahrungen vorliegen und die Familie bis dahin

gewohnt war, mit ihren eigenen kurzfristigen und praktischen Lösungen erfolgreich zu sein. Die bis dahin vertraute Bevorzugung unmittelbarer eigener Lösungen wird dann unter Umständen zur Hemmschwelle gegenüber externen Hilfsangeboten.

Vor dem Hintergrund der Alltagserfahrung, dass "späte Reparaturen" immer aufwendiger und teurer sind, wird nun der "Preis" deutlich, den die Familie hinnehmen muss, sei es in der Form von Geldleistungen, zeitlichem Aufwand, externer Kontrolle oder sogar als amtlicher Eingriff. Familiäre Intimität wird jedenfalls jetzt aufgehoben durch behördliche Auflagen, durch gerichtliche Verfahren und sich daran anschließende Zwangsaufträge.

Es scheint zunächst eine paradoxe Situation vorzuliegen: Je bindungsstärker eine Familie ist, beispielsweise aus ihrem kulturellen Selbstverständnis heraus, desto wirksamer sind die internen familiären Wahrnehmungen, Bewertungen und Lösungsversuche und desto geringer die Durchlässigkeit für externe Hilfen. Je bindungsschwächer die Familie ist, desto unverbindlicher auch die familiäre Identität mit einem entsprechenden Übermaß an externen Einflüssen. Im ersten Fall wird die Familie hinsichtlich ihrer Lösungsversuche eine verantwortliche Eigenständigkeit betonen, im zweiten Fall eher ein Selbstverständnis dahin, dass Lösungen grundsätzlich von außen und von anderen kommen müssen.

Systemische Familientherapie respektiert und würdigt zunächst alle familiären Lösungsversuche und schafft einen vertrauensvollen Rahmen für die gemeinsame Untersuchung der jeweiligen Vor- und Nachteile dieser Bemühungen. Gemeinsam mit den Therapeuten werden die Überweisungskontexte und die realen Rahmenbedingungen der Familie beleuchtet und die Arbeitsaufträge mit ihren inhaltlichen Veränderungskriterien formuliert. Die Familie erhält genaue Informationen darüber, wie ihr Anteil an Mitarbeit aussieht und was die Therapeuten ihrerseits dazu beitragen werden.

Die Familie fokussiert ihre Aufmerksamkeit weniger auf die Suche nach Ursachen mit der nicht immer brauchbaren Annahme, erst bei einem Wissen um die Ursachen auch Änderungen vornehmen zu können. Die Familienmitglieder im systemischen Arbeitskontext suchen auch nicht mehr nach Schuldigen oder Verantwortlichen, sondern richten ihre Aufmerksamkeit auf die typischen interaktionellen Verhaltensmuster zwischen Problemträger, Problemrahmen und Familienmitgliedern.

Untersucht werden gemeinsam die Funktion und die Bedeutung problemtypischer oder symptomatischer Verhalten im familiären System. Dies geschieht wiederum nicht nur in den Therapiesitzungen, sondern wird gerade zur Überprüfung der Alltagstauglichkeit neuer Lösungen in Form von zwischenzeitlichen Aufgaben mitgegeben. Solche Aufgaben können sich auf Beobachtung bzw. Wahrnehmung oder auch auf experimentelle Verhaltensalternativen beziehen.

Arbeitsmethoden sind je nach theoretischem Selbstverständnis der Therapeuten u.a. systemische Fragetechniken, zukunftsorientierte Hypothesenbildungen, Umdeutungen, Ausnahmefragen und psychoedukative Informationsvermittlung.

Eine besondere Arbeitsmethode stellt die gemeinsame Arbeit eines Therapeuten und einer Therapeutin als Co-Therapeuten dar. Dies beinhaltet nicht nur die Möglichkeit unterschiedlicher Beziehungsgestaltungen von Männern und Frauen, sondern eröffnet auch eine Arbeitsteilung in der unmittelbaren Therapiesituation hinsichtlich Beobachten und Intervenieren. Darüber hinaus können die Co-Therapeuten auch als "Reflektierendes Team" auftreten oder auch mit aufgeteilten Sichtweisen und Parteilichkeiten arbeiten.

Besondere Aufmerksamkeit erhalten die familiären Ressourcen, die nicht selten erst im Prozess der gemeinsamen Arbeit sichtbar werden. Systemische Therapie geht grundsätzlich vom Vorhandensein familiärer Ressourcen aus, die aber für brauchbare Lösungen vorerst blockiert erscheinen. Die Entdeckung ihrer eigenen familiären Ressourcen ist nicht selten das wichtigste Veränderungsmittel im Therapieprozess überhaupt. In den Ressourcen stecken die

Verhaltensalternativen, die zu nützlicheren Lösungen führen können und damit letztlich eine "problematische Lösung" überflüssig machen.

Solche Ressourcen können unvermutete kreative Ideen sein, die in veränderten Beschreibungsrahmen überhaupt erst sichtbar werden. Es kann die Wiederentdeckung früherer Fähigkeiten sein, nicht selten geht es um die Aufhebung von Geheimnissen und einem damit nicht weiter notwendigen Aufwand familiärer Verschwiegenheit. Häufig ist die Wiederaufnahme einer bis dahin vermiedenen Beziehung die Eröffnung einer wichtigen Ressource. Es kann allgemein um eine offenere Kommunikation gehen oder um veränderte Beziehungsgestaltungen.

Systemische Familientherapie hilft, solche Ressourcen zu aktivieren und unterstützt die familiären Kräfte, passende und damit nachhaltige eigene Lösungen finden zu können und ein zukünftiges effektiveres Krisenmanagement zu entwickeln.

## 5. Wer sucht, findet auch: Aufsuchende Familientherapie



Aufsuchende Familientherapie ist eine Veranstaltung zwischen Rekonstruktion und Demonstration. Mit Demonstration ist die familiäre Bühne gemeint, auf der sich - vor den Augen und nicht selten auch mit Einbeziehung der Therapeuten - die familiäre Inszenierung abspielt. Mit Rekonstruktion ist die gemeinsame Arbeit gemeint, Vergangenheit so weit verständlich zu machen, dass in Zukunft alternative Verhaltensoptionen sichtbar und als familiäre Lösungen anwendbar werden können.

Es werden also - quasi life - die hemmenden oder destruktiven Interaktionsmuster der Familie unterbrochen, um alternative Rahmungen und Verständnisse zu eröffnen, die wiederum ressourcen- und lösungsorientierte Interaktionen nach sich ziehen können.

Aufsuchende Familientherapeuten erleben sich dabei unmittelbar im Problemsystem und beobachten, was dies „mit ihnen macht“.

In der Lebenswelt der Familie können sie dabei Informationen nutzen, die sie sonst nicht zur Verfügung hätten und die sonst von der Familie - weil für diese ganz selbstverständlich - auch nicht berichtet worden wären. Die wiederum daraus abgeleiteten unmittelbaren Interventionen haben einen entsprechend zeitnäheren und handlungsorientierten Bezug und können somit in dieser Hinsicht wirkungsvoll gestaltet werden. Ein Nachteil dieser quasi miterlebten Situationen liegt im Unterbleiben der späteren familiären Berichterstattung des eigenen Erlebens. Genau in diesen Berichten werden aber nicht selten implizite Lösungen - zunächst unbeachtet - kommuniziert.

Aufsuchende Familientherapeuten stehen zu Beginn der Zusammenarbeit vor der Aufgabe, ihr Eindringen in die Familie in eine Einladung umzuwandeln.

Es ist nicht nur ein fremdes Territorium mit eigenen "Gesetzgebungen", das sie betreten, sondern es geht auch um die ambivalente Aufgabe, sowohl respektvoll Gast als auch hinsichtlich des Auftrags nicht enttäuschend zu sein. Dass diese beiden Aspekte ihrer Anwesenheit und ihrer späteren Interventionen in einem Spannungsverhältnis zueinander stehen, wissen nicht nur sie selbst, sondern weiß auch die Familie, die es jederzeit für die Aufrechterhaltung der eigenen familiären Balance nutzen kann. Insofern haben die aufsuchenden Therapeuten die Aufgabe, sich den vorgesetzten leckeren Kuchen sowohl schmecken zu lassen als auch für nachfolgende Interventionen nutzen zu können.

Unumgänglich ist zu Beginn grundsätzlich die gemeinsame Erarbeitung eines Veränderungsauftrags nicht nur mit der Familie sondern allen angeschlossenen Helfersystemen, in der Regel mindestens mit dem Jugendamt in einer konkreten Hilfeplanung. Um nur einige Aspekte des Auftrags anzudeuten:

- Welche Probleme werden benannt, welche Veränderungen werden gewünscht und woran können die gewünschten Veränderungen erkannt werden?
- Wer hilft noch und mit welcher der Familie bekannten Problemdefinition?
- Welche zu Beginn lediglich angedeuteten, vermutlich aber später auftauchenden Aufträge spielen noch eine Rolle?
- Wie wird Vertrauen und Verschwiegenheit in der beabsichtigten Zusammenarbeit ausgehandelt und wie verträgt sich dies beispielsweise mit der Kontrolle eines Amtes?
- Warum will oder muss diese Familie aufgesucht werden?
- Welche familiären Ressourcen konnten bislang nicht genutzt werden?
- Welche familiären Ressourcen werden in der unmittelbaren therapeutischen Situation sichtbar, dabei von der Familie nicht, von den Therapeuten aber unmissverständlich, erkannt?
- Welche Lösungen hat die Familie bislang selbst versucht und mit welchen Resultaten?
- Wer erschwert bzw. verhindert vorhandene Lösungsansätze?

Bedeutsam wird in aufsuchenden Kontexten die besondere strukturelle Diagnostik der aufsuchenden Familientherapeuten. Sie bezieht sich beispielsweise gerade bei angeschlossenen weiteren helfenden Systemen nicht nur darauf, nicht zu wiederholen, was Helfer anderswo oder zuvor schon versucht haben. Besonders bei andauernden Problemlagen wird beispielsweise die Einschätzung wichtig, ob es sich hier um ein „Schonungssystem“ handelt, das heißt um ein System quasi co-abhängiger Hilfen, in dem schwierige Entscheidungen immer wieder aufgeschoben werden zu Lasten von entsprechend belasteten Kindern. Diese „Schonungssysteme“ können an ihren seriell verabreichten, letztlich aber nutzlosen Hilfen erkannt werden. Spätestens hier wird deutlich, dass eine entsprechende inhaltliche und zeitliche „Passung“ von Hilfsangeboten ebenso bedeutsam für nachhaltige Veränderungen wie systemdiagnostisch anspruchsvoll ist.

Aufsuchende Familientherapie ist ein Angebot an Familien mit sehr unterschiedlichen Indikationen, beispielsweise die Weigerung eines Familienmitgliedes oder auch der gesamten Familie, ein anderes Hilfsangebot anzunehmen oder aufzusuchen, die Versorgung von Kleinkindern, die Erkrankung oder Behinderung eines Familienmitgliedes, ein schweres generalisiertes Angstsyndrom oder andere psychiatrische Auffälligkeiten eines Familienmitgliedes.

Der Impuls für Veränderungen kommt häufig aus Schulen, Kindertageseinrichtungen oder von anderen Helfern oder helfende Einrichtungen, die mit ihren spezifischen Angeboten hinsichtlich der familiären Problemlage nicht ausreichend oder zum angebotenen Zeitpunkt unpassend waren. Die Einleitung einer aufsuchenden Therapie erfolgt in der Regel über den zuständigen Dienst des Jugendamtes, mit gemeinsam vorbereiteten und überprüften Hilfeplänen wird die Effizienz der aufsuchenden Therapie gewährleistet.

Daraus ergibt sich als konzeptueller Kontext eine enge Zusammenarbeit aller angeschlossenen Helfersysteme, was manchmal wiederum in einem Spannungsverhältnis zur Verschwiegenheit stehen kann. In der Regel erscheint es sinnvoll, hinsichtlich der Interpretation als auch der nachfolgenden Interventionen die involvierten Helfer und Dienste einzubeziehen.

Aufsuchende Familientherapie stellt nicht mehr die Betreuung oder Behandlung einzelner Familienmitglieder hinsichtlich spezieller Probleme - ohne diese allerdings aus den Augen zu verlieren - in den Vordergrund, sondern fokussiert ihre Arbeit auf die unmittelbare Sichtbarmachung und damit Veränderbarkeit problemtypischer Verhaltensmuster. Ziel allgemein ist es, symptom- oder problembelastete Lösungen in zweckmäßigere Formen familiärer Problembewältigung und Krisenmanagement dauerhaft zu verändern.

Angesichts dieser anspruchsvollen Arbeit sind die familientherapeutischen Standards der Dachverbände auch sehr hoch. Dies betrifft nicht nur die Arbeit zu zweit in Co-Therapie, sondern auch die mehrjährigen Erfahrungen nach Abschluss anerkannter Ausbildungen. Aufsuchende Familientherapie ist mit ihrer Sitzungsanzahl begrenzt und variiert die Sitzungshäufigkeit je nach Entwicklungsbedarf der betroffenen Familie. Finden anfangs Sitzungen häufiger statt, um schwierige Problemlagen nicht noch weiter eskalieren zu lassen, so nehmen in der Regel im Laufe der Zeit die Zeiträume zwischen den Sitzungen zu, um der familiären Eigenverantwortung wieder den gebührenden Platz einzuräumen. Die Qualifikationsmerkmale für diese aufsuchende Arbeit beziehen sich entsprechend der sehr komplexen Aufgabenstellungen nicht nur auf die unmittelbare familientherapeutische Arbeit selbst, sondern auch um einen Erfahrungshintergrund hinsichtlich vernetzter Arbeit und den Dynamiken angeschlossener Helfersysteme, um diese ihrerseits produktiv in Veränderungsprozesse einbinden zu können.

## 6. Am Ende der Suche: Ausblick



Aufsuchende therapeutische Arbeit gewinnt an Bedeutung. Sie stellt gerade wegen ihres hohen fachlichen Niveaus ein Gegengewicht zur derzeit sehr verbreiteten "Trivialisierung" von Veränderungsprozessen in Familien dar. Nicht selten muss sich gerade die aufsuchende Familientherapie mit den Folgen deplatzierten Hilfen durch unqualifizierte Helfer in Familien auseinandersetzen. Es hat sich inzwischen herumgesprochen, dass die nachfolgenden "Reparaturkosten" erheblich niedriger sind, wenn im Sinne niedrigschwelliger, auch interkulturell tiefschwelliger Therapieangebote Familien rechtzeitig aufgesucht werden können. Ebenso deutlich bleibt auch, dass Familien bei allem Respekt vor ihren Selbstregulationsmöglichkeiten eigene Belastungsgrenzen haben und dann vorübergehend externe Hilfen brauchen.

Familiäre Handlungsfähigkeit, also familiäre Gemeinschaft im Denken, Fühlen und Wollen zu erhalten und zu unterstützen gegenüber komplexen Aufgabenstellungen und Problemen, ist ein anspruchsvoller und arbeitsintensiver Prozess. Krisenhafte Störungsanfälligkeiten oder symptomatische Resignation scheinen nicht nur in Problemghettos zuzunehmen, sondern betreffen oft genug auch ganz durchschnittliche Familien. Entsprechende diagnostische Auflistungen werden differenzierter und länger, grundsätzliche Lösungen seltener und letztendlich im Rahmen von familiärer Selbstverantwortung entsorgt.

Die allgemeine Zunahme gesellschaftlicher Verunsicherung und ein zunehmendes Bewusstsein um die Unberechenbarkeit von Zukünften macht Familien das sogenannte "Familienleben" nicht leichter, sofern Eltern oder Elternteile überhaupt noch anwesend sind. Es entsteht nicht selten der Eindruck, dass Eltern - sofern sie nicht selbst in festen Gemeinschaften leben - ihren Kindern kaum noch brauchbare Erfahrungen für deren zukünftiges Leben zur Verfügung stellen können und oft entsprechend resigniert sind. Nicht selten sind angesichts des rasanten und globalen Wandels Kinder und Jugendliche ihren Eltern hinsichtlich moderner Kommunikation ohnehin sogar voraus.

Es besteht aber unverändert die Gewissheit, dass Familie als ein Ort von Rückhalt, Vertrauen, Förderung und Kreativität weiterhin einzigartig bleibt.

---

Der vorliegende, überarbeitete Artikel erschien als "Suchende Familien - aufgesuchte Familien - aufsuchende Familientherapie" erstmalig in TRIALOG, Erziehungs- und Familienberatung im Gespräch Ausgabe 4, 2002, Hrsg.: Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung Brandenburg und Berlin.

Die vorliegende Fassung wurde in 2010 überarbeitet für INSA Berlin, Institut für systemisches Arbeiten. Autor: Michael Stüdemann, Dipl.-Psych., Praxis für Psychotherapie und Supervision, Schulendorfer Str. 7a, 13503 Berlin, ☎(030) 436 1009, e-mail: [michael.stuedemann@web.de](mailto:michael.stuedemann@web.de)

