

Familientherapeutische Gespräche aus der Perspektive des Kindes

Von Gerda Rasmussen und Ruth Hansen,

deutsche Bearbeitung Robin Menges

Dieser Artikel wurde im „*bladet Psykoterapeuten*“ Oktober 2012 veröffentlicht.

Die Bedeutung des Familientherapeutischen Zugangs

Mit diesem Artikel wollen wir darstellen, warum es sinnvoll ist, Kinder in familientherapeutische Gespräche einzubeziehen. Und auf was wir achten.

Uns fällt auf, dass engagierte, professionelle Fachleute oft zögern, mit der gesamten Familie zu arbeiten und sich stattdessen dafür entscheiden, jedem in der Familie unterschiedliche Angebote zuteilwerden zu lassen, z.B. den Erwachsenen für sich und den Kinder für sich. Dafür kann es gute, fachliche Gründe geben, aber manchmal spielt auch die Sehnsucht des Therapeuten/der Therapeutin eine Rolle, die Kinder vor ihrer eigenen schmerzvollen Wirklichkeit, in der sie leben, zu beschützen.

Viele versuchen durch die Teilung der Familie das Chaos zu strukturieren, da sie fürchten, dass es schwierig sein wird das Wesentliche zu erfassen und sich darauf zu beziehen. Dass eine Familie verwirrend sein kann und viele gegensätzliche Kräfte am Werk sind, können wir nur bestätigen.

Gleichzeitig ist es aber auch unsere Erfahrung, dass wir als Familientherapeuten und Therapeutinnen vielfältige Möglichkeiten haben, wenn wir uns mit der Liebe, die wichtigste Triebfeder für das Verhalten von Kindern und Erwachsenen, verbünden. Denn für Kinder sind noch so einsichtsvolle und einfühlsame Begegnung mit einem Fremden nicht annähernd so wichtig und wesentlich, wie ein anerkennender Blick der Mutter oder des Vaters. Das Arbeiten mit der gesamten Familie prägt also einerseits eine sehr hohe Verletzlichkeit, ist aber auch sehr sinnvoll und wirkungsvoll.

Kinder als Träger des Familienlebens

Wir Menschen müssen Teil einer engen Gemeinschaft sein, um uns zu entwickeln. Kinder entwickeln während der Kindheit und Jugend vor allem durch die Bindungserfahrungen mit ihren Eltern ihre Identität und ihr Selbstwertgefühl (Stern 1997). Jüngste Neuropsychologische Forschung zeigt auch, dass sich neurologische Strukturen durch direkte Interaktion entwickeln (Hart 2006). Kinder und Eltern beeinflussen sich gegenseitig und die Familie entwickelt ein Zusammengehörigkeitsgefühl, welches die Grundlage des Verhaltens, der eigenen Innensicht und der sich entwickelnden Beziehungen ist.

Die Bedeutung dieser Zugehörigkeit trifft insbesondere auf Kinder zu, weil nichts wichtiger ist, als die Erlangung und Aufrechterhaltung der Liebe derer, von denen ihre Entwicklung sowohl auf physischer als auch auf geistiger Ebene zutiefst abhängig ist.

Kinder nehmen innerhalb der Familie sowohl ausgesprochene als auch unausgesprochene Konflikte wahr und reagieren darauf. Häufig haben sie aber sehr wenig Voraussetzung, um zu verstehen was sie spüren und erleben. Sie erfahren Spannungen und neigen dazu zu glauben, dass es um sie geht. Umso schwieriger es für Kinder zu verstehen ist und umso weniger die Erwachsenen die Verantwortung für das, was vor sich geht, übernehmen, desto verletzlicher und anfälliger sind Kinder. Sie fühlen sich nicht wohl und erleben, dass die Probleme ihre Schuld sind. Kinder werden Träger des Missverhältnisses, das sich im Zusammenspiel und innerem Leben der Familie abspielt.

Aber nur selten ertragen die Kinder einfach den Schmerz, sie tun auch was sie können, um das Missverhältnis auszugleichen und das tun sie auch weit über das hinaus was ihnen gut tut.

Oft verkehren sich ihre Versuche in das Gegenteil: Sie werden schwierig im Umgang, hören nicht zu oder scheinen eigensinnig. Dies kann natürlich auch der Fall sein, aber es ist nie ausschließlich der Fall. Dahinter steht immer der Versuch, das zusammenzuhalten, was instabil ist; Es ist ein Versuch das zu verbergen, was sich verboten anfühlt, von dem Schlimmsten abzulenken, für das Notwendige zu kämpfen oder aus demselben Grund sich zu bemühen unsichtbar zu werden. Dies sind alles Versuche zu helfen, die sich aus den Möglichkeiten und Voraussetzungen herausentwickeln, die sie haben.

Experientielle/erfahrensbasierte Familientherapie.

Es gibt große Unterschiede wie Kindern in der Familientherapie begegnet wird. Es hängt von dem Kind und der Familie ab, aber nicht weniger davon welche familientherapeutische Ausbildung und welcher persönlicher Stil der Therapeut/die Therapeutin hat.

Die Autorinnen dieses Artikels arbeiten mit der experientiellen/erfahrensbasierten Familientherapie, bei der man mit Hilfe des Dialogs zwischen den verschiedenen Familienmitgliedern erfährt wie das Zusammenspiel ist. Diese Interaktionen können symptomschaffend, -aufrechterhaltend, oder Symptom heilend sein und werden als Ausgangspunkt verwendet, um den Erwachsenen zu helfen, die Verantwortung für mögliche Veränderungen zu übernehmen.

Die experientielle/erfahrensbasierte Familientherapie ist eine Therapieform, bei der der Therapeut direkt in und mit den interpersonellen und intrapersonellen Prozessen arbeitet. Das heißt der Therapeut/die Therapeutin arbeitet mit den Beziehungsprozessen als Grundlage jeglicher individueller Entwicklung, um sich in das Kind auf dessen Prämissen einfühlen zu können, sein eigenes Verhalten abzustimmen und gleichzeitig die Führung zu behalten und authentisch in Kontakt zu sein. Das unmittelbare Leben der Werte wie Gleichwürdigkeit, Authentizität und persönliche Verantwortung spielen eine ganz zentrale Rolle.

Die Sicht auf die Verantwortung der Eltern

Eltern haben sowohl die Macht als auch die Verantwortung für die Atmosphäre in der Familie und für die Art und Weise wie Dinge getan werden. Sie tun immer ihr Bestes, aber es kann sehr schwierig sein, die Verantwortung für Verhältnisse zu übernehmen ohne jemals selber die Gelegenheit gehabt zu haben, dies zu lernen. Ist einem z.B. selber nicht mit Einfühlungsvermögen und Verständnis von seinen Bezugspersonen begegnet worden, kann es schwierig sein, das seinen eigenen Kindern entgegenzubringen.

Eltern haben die Verantwortung dafür, wie sie miteinander und mit ihren Kindern sprechen. Sie haben auch die Verantwortung dafür, ob jemandem während des Sprechens zugehört wird und ob es zugelassen wird, dass Frustration und Kritik den Kontakt miteinander überschatten (oder unterdrückt werden). In der Beziehung zwischen Eltern und Kinder fehlt es oft an einer offenen Einstellung dem Zuhören gegenüber. Eltern glauben oft im Voraus zu wissen, was ihre Kinder meinen und ihnen sagen wollen, oder sie sind häufig darauf bedacht ihren Kindern irgendwas zu sagen und das wird dann zum Ausgangspunkt für Gespräche.

Um auf eine Art und Weise zuzuhören, sodass sich der andere gehört fühlt, muss ein Wunsch vorhanden sein, sich für das Kennenlernen der Sichtweise und für die Reaktionen seines Gegenübers zu öffnen. Wenn man einem Kind zu seinen eigenen Bedingungen zuhört, werden seine Gefühle anerkannt und damit real und greifbar und das stärkt das Selbstgefühl (Schibbye, 2010).

Wenn diese Art von Offenheit im therapeutischen Setting Raum bekommt, erleben Eltern unmittelbar, wie Kinder auch ein Geschenk sind, durch welches sie sich selber besser kennenlernen können - im Guten und Schwierigen. Kinder zeigen auf, wo es Veränderung braucht, wenn Eltern es wagen, etwas von ihnen zu lernen. Sie zeigen wo Eltern es nicht wagen, sie selbst zu sein, aber stattdessen versuchen ihre Rolle als „richtige und gute“ Eltern auszufüllen; also die Eltern zu sein, die sie gerne wären.

Die eigene Unvollkommenheit, das Unvermögen oder Zweifel zuzulassen, genauso wie die eigenen Standpunkte und Bedürfnisse zu zeigen, ist der Weg zu einem besseren Kontakt. Das Wagnis authentisch und verletzbar zu sein, ist die Voraussetzung für wirkliche Nähe zwischen Eltern und Kindern.

Die Beteiligung der Kinder

Es ist unterschiedlich, wie sehr die Kinder in der Familientherapie miteinbezogen werden. Es hängt u.a. davon ab wie alt das Kind ist, wofür man Unterstützung und Verständnis braucht und inwieweit das Kind gewohnt ist, dass ihm offen begegnet wird.

Einige Kinder reden von Anfang an auf eigene Initiative mit, andere sind abwartend und fühlen sich in der Situation deutlich unter Druck.

Auf jeden Fall ist es wichtig, dass der Therapeut von Anfang an erzählt, was passieren wird und welchen Zweck das Gespräch verfolgt. In dem Zusammenhang soll deutlich werden, dass seine Meinung und Gedanken willkommen sind, aber das Kind selbst wählen darf, ob es nur zuhören, im gleichen Raum spielen und malen oder sich beteiligen will. Es ist sehr wichtig, dass dies dem Kind freigestellt wird und dass das Kind keine Verantwortung für den Inhalt oder die Stimmung im Therapieraum (auch indirekt) bekommt.

Im Laufe des Gesprächs und wenn die Erwachsenen (Eltern und Therapeut/Therapeutin) entschieden haben, wo das Hauptthema liegt, wird das Dilemma oder die Last des Kindes konkreter und deutlicher. Die therapeutische Aufgabe besteht darin, gemeinsam mit den Eltern die Reaktionen und die Wirklichkeit des Kindes aus seiner Sicht zu verstehen, das Kind zu sehen, ohne erziehen zu wollen oder es auf andere Weise zu korrigieren oder zu belehren. Der Weg dahin führt oft durch den Schmerz der Eltern, als Eltern nicht zu genügen.

Wenn Eltern es wagen zuzuhören und Verantwortung zu übernehmen, wird das sehr schnell an den Kindern unmittelbar erkennbar. Sie werden ruhig, schlafen vielleicht auf Papas Schoss ein oder können sich konzentriert dem eigenen Spielen widmen.

Nach diesem Wendepunkt und in möglichen, nachfolgenden Gesprächen ist es nicht unbedingt notwendig, dass die Kinder dabei sind. Sie können oft eine Hilfe sein, entweder direkt durch ihre Beteiligung oder als Gefühlsbarometer, aber wesentlich ist, dass die Erwachsenen die Arbeit selbst in Form von gemeinsamer (Paar-) Therapie fortsetzen. Wir empfehlen oft, dass die Kinder zum Abschluss eines Behandlungsprozesses eingeladen werden, damit alle Familienmitglieder ihre Perspektiven auf die Veränderungen im Familienleben darlegen können.

Familietherapie ist nicht immer das sinnvollste Angebot, weder für das Kind noch für die Erwachsenen, wenn es z.B. um Paarprobleme, sexuelle Probleme, Untreue oder Kindheitstraumen geht.

Manchmal handelt es sich auch um Erwachsenen Angelegenheiten, die nicht direkt mit dem Kind zu tun haben, das Kind aber Folgen davon trägt wie zum Beispiel Stress, Missbrauch eines Elternteils oder psychische Krankheit. Die Behandlung der Erwachsenen kann deshalb Familiengespräche umfassen, in denen die Perspektive des Kindes miteinbezogen wird. Der Therapeut/die Therapeutin hilft der Familie das Schwierige und oft Tabuisierte zu benennen. Wenn es in einer Familie fast unmöglich ist über gewisse Themen zu sprechen, ist es schwer für das Kind zu begreifen, aber es spürt das Unausgesprochene. Wenn die Erwachsenen die Gefühlszustände des Kindes mit Worten ergänzen, kann das Kind 'seine Gefühle als seine eigenen zurückbekommen' (Stern, 1997).

Letztendlich kann sich das Kind auch in einer Situation befinden, in der es weder der Mutter noch dem Vater möglich ist, mit sich selbst und miteinander zu arbeiten. Das bedeutet natürlich, dass dem Kind eine andere Form von Hilfe angeboten werden soll und muss! Aber auch hier macht es immer noch Sinn, sich die Familienperspektive vor Augen zu halten.

Die Verantwortung des Familientherapeuten

Eine zentrale Fähigkeit eines Familientherapeuten/ einer Familientherapeutin ist die Fähigkeit einen tragfähigen Kontakt mit jedem einzelnen der Familie herzustellen. Die Qualität der Beziehung im Therapiesetting ist die Grundlage und das Stärkste, was in der Therapie wirkt (Yalom 2002). Es geht darum eine wertschätzende Atmosphäre herzustellen, wo jeder sich traut sich seinen eigenen Erlebnissen und Wahrnehmungen zu öffnen und gleichzeitig ertragen kann, den Wahrnehmungen und Erlebnissen der anderen zuzuhören. Das Familiensystem ist eine komplexe Einheit, das sowohl Verständnis für das einzelne Familienmitglied, als auch Verständnis für die anderen Familienmitglieder und für das Verhältnis, welches sie mit der Zeit entwickelt haben, erfordert.

Wie Schibbye (2010) es ausdrückt: 'Wir schaffen die Voraussetzungen dafür, wer wir für einander werden'. Uns mit der gesamten Familie zu verbünden ist deswegen die beste Art, für das Kind Sorge zu tragen.

Wir haben oben erwähnt, dass Authentizität und Verletzbarkeit wichtige Voraussetzungen für die Nähe zwischen Eltern und Kindern sind. Dieselben Qualitäten gelten für den Therapeuten/die Therapeutin in der Entwicklung eines tragfähigen, persönlichen Kontaktes mit der Familie als Ganzes und jedem einzelnen. Das Wagnis einen gegenwärtigen Kontakt zu knüpfen, offen zuzuhören und sich berühren zu lassen, schafft die Grundlage für eine

authentische, gleichwürdige, therapeutische Begegnung - wohl wissend, dass die Beziehung zwischen dem Therapeuten und der Familie in der Grundstruktur ein asymmetrisches Machtverhältnis ist.

Wir können das Kind nur so weit erreichen, wie wir auch imstande sind, seine Eltern zu erreichen. Als Familientherapeuten müssen wir sowohl das Dilemma des Kindes verstehen, wie auch die Versuche der Erwachsenen ihr Bestes zu tun. Wir müssen auch den Mut haben, die Bereiche zu beleuchten, in denen die Eltern trotz allem ihre Kinder vernachlässigen, missverstehen oder in anderen Bereichen auf das Kindeswohl nicht eingehen.

Wenn wir als Familientherapeuten authentisch hinter dem stehen, was wir vermitteln, können wir als glaubwürdige Rollenmodelle dazu beitragen einen Ort zu schaffen, wo durch Offenheit und gemeinsame Verantwortlichkeit die Möglichkeit geschaffen wird, uns selbst und einander besser kennen zu lernen. Dies kann heilend und befreiend sein, sowohl für Kinder als auch für Erwachsene.

Literatur

Juul, Jesper og Jensen, Helle: Pædagogisk Relationskompetence, Apostrof 2002
(auf Deutsch: Vom Gehorsam zur Verantwortung: Für eine neue Erziehungskultur, Beltz 2012)

Yalom, Irvin: Terapiens Essens, Gyldendal 2002
(auf Deutsch: existentielle Psychotherapie, EHP, 2010)

Hart, Susan: Betydningen af samhørighed, Hans Reitzel Forlag, 2006
(englisch: The Impact of Attachment, Norton & Company, 2010)

Hart, Susan: Hjerne, samhørighed og personlighed, Hans Reitzels Forlag, 2006
(englisch: Brain, Attachment, Personality: An Introduction to Neuro-Affective Development, Karnac 2008)

Schibbye, Anne-Lise Løvlie: Relationer, Akademisk Forlag 2010

Stern, Daniel: Moderskabskonstellationer, Hans Reitzel Forlag 1997
(deutsch: Die Mutterschaftskonstellation: Eine vergleichende Darstellung verschiedener Formen der Mutter-Kind-Psychotherapie, Klett-Cotta 2006)

http://www.dfti.dk/files/Familieterapeut_Udd/TEORETISK_GRUNDLAG.pdf

(auf Deutsch

www.igfb.org/mm_uploads/Grundlagen_unserer_Ausbildung_Ruth_Hansen_Robin_Menges.pdf

Autorinnen:



Gerda Rasmussen (DK) führt seit vielen Jahren eine private Praxis in Aarhus, in der sie Therapie, Supervision und Unterricht anbietet und als Beraterin für Institutionen arbeitet. Sie war ursprünglich Sozialarbeiterin und ließ sich später zur Familientherapeutin im Kempler-Institut ausbilden. Sie ist Lehrtherapeutin des dänischen familientherapeutischen Instituts, DFTI.



Ruth Hansen (DK) ist klinische Psychologin und Familientherapeutin, und auf Psychotherapie und Supervision spezialisiert. Seit 1985 unterrichtete sie als Lehrtherapeutin Familientherapie, Supervision und Beziehungskompetenz am Kempler-Institut. Sie ist Gesellschafterin und Co-Leiterin des dänischen, familientherapeutischen Instituts, DFTI. Sie arbeitet seit vielen Jahren als Beraterin für Institutionen, als Supervisorin und Personaltrainerin und hat eine private Praxis für Einzel-, Paar- und Familientherapie.

Deutsche Bearbeitung und Veröffentlichung:



Robin Menges (A) ist klinische Psychologin und Family Counselor. Sie arbeitet in freier Praxis mit Einzelpersonen, mit Familien und Paaren, sowie als Supervisorin und Vortragende. Sie ist Gründerin und Leiterin der IGfB – Internationale Gesellschaft für Beziehungskompetenz in Familie und Organisation und arbeitet in enger Kooperation mit dem dfti.dk an der Entwicklung dieser Familientherapeutischen Angebote im Österreichischen, Süddeutschen und Schweizer Raum.

Vielen Dank an Tine Madsen für die deutsche Rohfassung!