

## **Trotz allem: Familie**

**Prof. Dr. med. Manfred Cierpka**

Eröffnungsvortrag am 24. April 2011 im Rahmen der  
61. Lindauer Psychotherapiewochen 2011 ([www.Lptw.de](http://www.Lptw.de))

**Kontakt:**

Prof. Dr. Manfred Cierpka  
Institut f. Psychosomatische  
Kooperationsforschung u. Familientherapie  
Universitätsklinikum Heidelberg  
Bergheimer Straße 54

69115 Heidelberg

Herzlich willkommen zu den Lindauer Psychotherapiewochen.

Sie haben es gehört. Fast 3.000 wollten in die Woche der „Liebe“, nur 1.400 wollten primär in die Woche der „Familie“. Herzlich willkommen in der weniger geliebten Woche!

Ich weiß nicht, ob Sie mit Ihrer Familie nach Lindau gekommen sind. Immerhin ist ja Ostern! Wohl eher nicht. Nur wenige nehmen ihre Familie hierher mit. Da mögen natürlich terminliche und ökonomische Gründe eine Rolle spielen. Aber vielleicht sind Sie ja auch froh, mal Ihre Familie zuhause gelassen zu haben? Vielleicht machen Sie sich auch jedes Jahr mal los, getreu dem Motto „ich bin dann mal weg!“ Liebe gibt es schließlich auch außerhalb der Familie, aber soweit wollen wir jetzt nicht gehen.

Das ist natürlich überspitzt und zurecht geschnitzt. Ich weiß, dass Sie sich für das Leitthema „Familie“ interessiert und entschieden haben. Und Familie kann auch jede Menge Spaß machen. An diesem Abstimmungsergebnis mit den Füßen auf dieser Tagung ist aber etwas dran: Die wenigstens suchen hier das Familienleben, Lindau steht eher für Freiheit und Ungebundenheit, sich selber mal was Gutes tun, sich mit anderen treffen, sich mit Kolleginnen und Kollegen austauschen. Familie steht eher für Alltag, Bindung, Verantwortung auch für andere übernehmen, Kompromisse machen. Was kann es schöneres geben, hier das pralle individuelle Leben und zuhause der Hort der Sicherheit und Geborgenheit?

Wer will nicht am liebsten beides, das individuelle Leben hier und die Eingebundenheit in die Familie dort? Die mit diesen konflikthaftern Wünschen verbundene Spannung gehört zu unserem Leben und wir lernen damit umzugehen. Die Interessen für unsere individuelle Lebensgestaltung treffen auf die Interessen unserer Familie. Wir müssen es hinbekommen, unsere individuelle Lebensgestaltung so zu planen, dass das System Familie keinen Schaden nimmt, vielleicht sogar profitiert, durch unsere individuellen außerfamiliären Erfahrungen möglicherweise bereichert wird. Und das gilt auch für Lindau!

Vieles deutet daraufhin, dass diese Spannungen zwischen den individuellen und den familiären Interessen in unserer postmodernen Zeit zugenommen haben und die Familie häufig auch überfordern. Ich werde versuchen, in meinem heutigen Vortrag diese Dilemmata für den Einzelnen und die Familie herauszustellen.

Dazu muss ich über die größeren Möglichkeiten in der individuellen Lebensgestaltung in unserer heutigen Zeit und die Konsequenzen für die Familie sprechen – das Thema der Pluralität der Lebensformen.

Dann werde ich über die zunehmende Sehnsucht nach Familie sprechen, die offensichtlich mit den größeren individuellen Entscheidungsmöglichkeiten einhergeht. Individualität und Familiensinn – 2 Seiten einer Medaille!

Familien benötigen wegen der größeren Herausforderungen an sie Unterstützung, auch von uns Psychotherapeuten, aber nicht nur von uns. Anhand eines Fallbeispiels will ich im Schlussteil die Schwierigkeiten eines Paares bei der Familiengründung veranschaulichen.

Zuvor muss ich aber etwas zur Definition der Familie sagen, dies ist für diesen Vortrag notwendig, aber auch für die folgende Woche, und ich möchte Ihnen ein Modell vorstellen, wie sich eine Familie organisiert, wie sie sich durch das Zusammenleben immer wieder neu kreiert.

## Was bezeichnen wir als Familie? Was macht eine Familie aus?

Ob es schon von Anbeginn der Menschheit Familien gab ist umstritten. Den Ur- und frühgeschichtlichen Gesellschaften wird gelegentlich eine familienlose Organisation, z.B. ein Leben in Horden, hypothetisch zugeschrieben. Auch in manchen Stammesgesellschaften der Neuzeit werden Formen des gesellschaftlichen Zusammenlebens beobachtet, die kernfamilienlos erscheinen, jedoch nicht unbedingt familienlos sind. Familien im Sinne der traditionellen Familie gibt es aber schon lange. Hier ein Bild aus dem alt-ägyptischen Kulturkreis, ein höherer Beamter, seine Frau, seine große Tochter – so steht es jedenfalls im Katalog - und seine beiden kleinen Töchter. Die Soziologie spricht von der „Universalität der Kernfamilie“ und kann dies empirisch ganz gut belegen. Die Familie war natürlich entsprechend den gesellschaftlichen Verhältnissen immer dem Wandel unterworfen. Im letzten Jahrhundert hat sich dieser Wandel enorm beschleunigt. Die Familie als Lebensform hat sich offenbar durchgesetzt, und zwar nicht nur wegen der biologischen Reproduktionsfunktion, die der Sicherung der Generationsfolge durch Weitergabe des Lebens dient. Auch die Sozialisationsfunktion für die Kinder sichert diesen Bestand. Die Familie hat darüber hinaus andere Funktionen, die eher mit dem Zusammenleben der Menschen zu tun haben: Sicherheit vermitteln, Geborgenheit etc. Die Chinesen verwenden seit 2000 Jahren dieses Zeichen für das Wort „Familie“.

家 Familie



Einfach zu erkennen ist das Dach, es symbolisiert das Heim, das materielle zuhause und den Schutz. Das Schriftzeichen unter dem Dach ist von einem Schwein abgeleitet. Sie sehen noch die vier Beine. Warum gerade „Ein Schwein im Haus“ als Familiensymbol? Mit Schweinen verbanden die Chinesen Wohlstand und Geld, da früher die Schweinezucht nur wohlhabenden Familien vorbehalten war, sich also nur reiche Leute Schweinefleisch leisten konnten. Schweine wurden im alten China als intelligente Tiere angesehen und auch für ihren Mut bewundert. Nach einer alten chinesischen Redensart braucht man zum Jagen eines Tigers viel Mut und zum Jagen eines Wildschweins zusätzlich noch einen Sarg. Der Sarg ist für den Jäger, weil Wildschweine lebensgefährlich sind.

In der modernen soziologischen Betrachtung ist die Familie eine durch Partnerschaft, Heirat oder Abstammung begründete Lebensgemeinschaft, im westlichen Kulturkreis meist aus Eltern bzw. Erziehungsberechtigten und Kindern bestehend, gelegentlich durch im gleichen Haushalt wohnende Verwandte erweitert. Die Familie ist demnach eine engere Verwandtschaftsgruppe. Von Familien sprechen wir, wenn diese Lebensform zumindest aus 2 Generationen besteht, im westlichen Kulturkreis spricht man dann von der „Kernfamilie“. Ein Paar mit einem Hund reicht für die Definition leider nicht aus. Eine Familie (lat. „familia“, Hausgemeinschaft) ist charakterisiert durch das „Zusammenleben“ von Individuen in einer mehrgenerationalen Kleingruppe: „In einer (Ein- oder Zweieltern-) Familie leben mehrere, meistens die zwei Generationen der (leiblichen, Adoptiv-, Pflege-, Stief-) Eltern und der (leiblichen, Adoptiv-, Pflege-, Stief-) Kinder, zusammen. Das Zusammenleben in der Familie ist charakterisiert durch gemeinsame Aufgabenstellungen, durch die Suche nach Intimität und Privatheit und durch die Utopie der

Familie. Bei der Familiengründung bringt jeder Partner seine persönliche Utopie von Familie ein, die sich in der Auseinandersetzung mit den Vorstellungen des Partners und der sozialen Wirklichkeit als Lebensform realisiert. Dadurch wird ein Rahmen für das geschaffen, was die Familie oder eine andere Lebensform an Lebens- und Entwicklungsaufgaben erfüllt (Cierpka 2008, S. 20).“

Familie besteht also nicht per se, sie schafft sich jeden Moment neu durch ihr Zusammenleben. Dabei unterscheidet sie sich von anderen Gruppen durch die Familientradition, ihre gemeinsame Vergangenheit, und die Ziele und Erwartungen an das eigene Leben und das der Kinder.

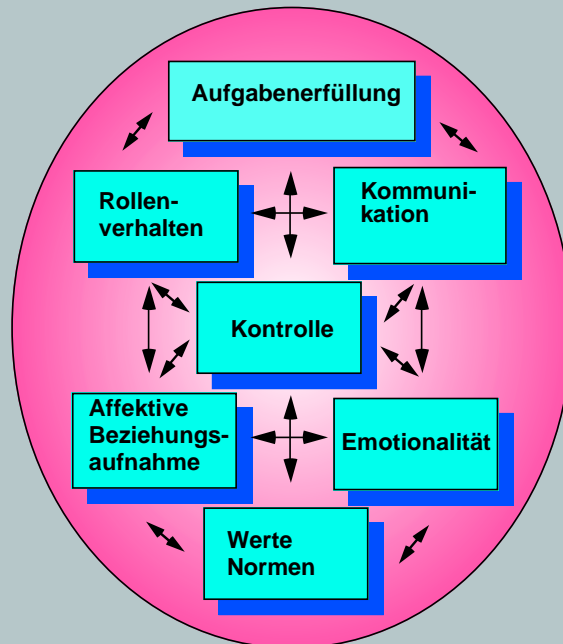
### **Wie funktionieren Familien, wie schaffen sie sich immer wieder neu?**

Wir haben ein Modell entwickelt, das erklären kann, wie Familien funktionieren. Dieses Modell beschreibt, wie Familien die alltäglichen Aufgaben bewältigen, wie sie es jeden Tag schaffen, die Familie aufrechtzuerhalten und darzustellen.

Mit Aufgaben meine ich nicht nur die Aufgaben des Alltags, sondern auch Aufgaben, die das Familienleben mit sich bringt: die Krisenbewältigung von Lebensereignissen, z.B. von Geburt und Tod, chronischer Erkrankung, Behinderung, und dazu kommen die so genannten Entwicklungsaufgaben, die Familien bestehen müssen, damit sich die einzelnen Familienmitglieder entwickeln können. Es benötigt bestimmte familiendynamische Funktionen, die zur Aufgabenerfüllung beitragen. Z.B. das Rollenverhalten. Es müssen Rollen in dieser Kleingruppe zugewiesen werden, die dann von den anderen auch anzunehmen sind, meistens müssen sie verhandelt werden. Dies erfordert eine klare Kommunikation, direkte, kongruente, also echte, Botschaften und echten Austausch untereinander. Dieser Austausch muss in der Emotionalität auch einigermaßen balanciert sein. Die Emotionen dürfen nicht zu intensiv, sie dürfen aber auch nicht zu blande sein, die Kommunikation soll durch balancierte Emotionalität gefördert werden. Dies wirkt sich auf die Bindung in der Familie aus. Diese Bindung, die wir hier affektive Beziehungsaufnahme nennen, muss ebenfalls balanciert werden: Sie darf nicht zu eng sein, aber ebenso wenig zu interesselos. Die Dimension in der Mitte dieses Schaubilds, die Kontrolle, ist wichtig. Mit Kontrolle meine ich, dass die Interaktionen zwischen den Familienmitgliedern immer wieder abgestimmt werden müssen. Das kann entweder zu autoritär oder auch zu sehr im Stil des *laisser-faire* geschehen. Das Familienleben ist natürlich in die Werte und Normen der Gesellschaft eingebunden. Familien sind die Keimzellen der Gesellschaft, und am Beispiel von Frau und Mann wird deutlich, wie sehr gesellschaftlich vermittelte Werte und Normen darauf Einfluss nehmen, welche Rollen in Familien wie zugeteilt und übernommen werden.

# Das 'Familienmodell'

Cierpka (1990)



Dieses Familienmodell zeigt, wie sich das Familienleben organisiert. Und das Familienleben ist durchaus spannend. Alltägliche Auseinandersetzungen haben wir in Familien insbesondere dann, wenn es um die Regeln geht. Regeln sind das Dauerthema in Familien: "Er hält sich wieder nicht an die Regeln", "Sie überschreitet wieder eine Grenze", das Aufräumen des Zimmers, der abendliche Ausgang – immer geht es um Regeln.

Aufgabenerfüllung in der Familie...  
„Der Abfalleimer muss rausgestellt werden“

*Im Rollenverhalten*

Wer ist diese Woche dran?

in der *Kommunikation*

das habe ich Dir doch schon dreimal gesagt  
und: das höre ich jetzt zum ersten Mal!

in der *Emotionalität*

schrei mich nicht so an!

in der *Affektiven Beziehungsaufnahme*

wir können ihn ja zusammen raustragen  
der Abfall geht mich einen Scheiß an

in der *Kontrolle*

Bitte, stell den Abfall raus oder  
Mach es oder lass es

*Bei Werte und Normen*

Ich kümmerge mich nur um den Bio-Abfall

## Die Pluralität der Lebensformen

Wer die Wahl hat, hat die Qual, dies gilt auch für die Lebensgestaltung von vielen von uns. Sich – was das eigene Leben anbetrifft – manchmal richtig zu entscheiden fällt nicht immer leicht.

Eine Frau, Anfang 40, lebt allein nach gescheiterter Ehe. Sie ist jetzt überzeugt vom Single-Leben. Sie wollte schon immer berufstätig sein, inzwischen hat sie sich ganz ihrem Beruf hingegeben. Sie wollte auch keine Kinder haben, etwas, was die Männer, die sie kennengelernt hat, nie verstanden haben. Sie sagt, es schmerzt schon ein wenig, dass sie sich so entschieden habe. Ihre Muttergefühle würde sie in ihrem Beruf befriedigen. Irgendwie hatte sie bislang keinen Mann kennengelernt, der sie als Frau so akzeptiert wie sie ist. Jetzt ist aber einer aufgetaucht und sie weiß nicht, ob sie noch einmal etwas investieren soll.

Ein Mann, Ende 40, der seit mehreren Jahren geschieden ist, inzwischen jedoch mit einer Freundin zusammenwohnt. Er ist noch unentschieden, ob er erneut eine Familie gründen soll. Er wünscht sich die "selbstverständliche Nähe" einer Familie, andererseits ist er skeptisch, ob er als später Vater noch nachts für ein Kind aufstehen kann (und will). Seine Partnerin drängt auf Paargespräche, sie will das klären.

Eine sogenannte "Patchwork-Familie", ich bezeichne sie lieber als "Fortsetzungsfamilie", die es "gepackt" hat. Fünf Kinder gibt es in dieser Familie. Drei Kinder hat diese Familie inzwischen gemeinsam, aus der ersten Ehe der Ehefrau stammt ein Sohn, die Tochter des Ehemanns aus der früheren ersten Ehe (seine erste Frau war früh verstorben) kommt immer noch zu Besuch. Einige Familiengespräche helfen bei der Entscheidung, ob die „neue Familie“ durch eine Heirat besiegelt werden sollte. Die Partner haben Zweifel, ob das "patchwork" hält.

Und eine weitere Familie, auf die ich im Verlauf dieses Vortrags noch mehrmals zurückkommen werde.

Zum allerersten Gespräch kommt Frau K allein in unsere Eltern-Säuglings/Kleinkind-Sprechstunde, zunächst überraschenderweise ohne ihren knapp 3 jährigen Sohn Felix, mit dem sie ein großes Problem hat. Er sei so trotzig, dass er manchmal ausraste und sich selbst verletze. Die Mutter ist erschöpft, ratlos und untergründig wütend. Ihre Stimme klingt belegt, als ob sie einen Kloß im Hals hat. Sie komme ohne ihren Mann, weil sie sich nicht mehr verstehen. Nachdem sie ihn vor 3 Jahren geheiratet und inzwischen 2 Kinder mit ihm hat, weiß sie jetzt nicht, ob sie sich nicht besser wieder trennen soll. Wir verstehen, dass Frau Kern erst einmal Raum für sich selbst haben wollte und deshalb ohne ihre Familie zum Erstgespräch kommt. Sie sucht ihren Weg, um in dieser Familie nicht unterzugehen.

In all diesen Beispielen wird versucht, die passende Lebensform zu finden. Die Optionen sind vorhanden. Gegenüber der traditionellen Familie sind heute vermehrt die Lebensformen der Alleinlebenden, der Alleinerziehenden, der immer häufiger sich etablierenden nichtehelichen Lebensgemeinschaften, der Scheidungs- und Fortsetzungsfamilien, der Adoptions- und Pflegefamilien und der Migrations-Großfamilien als soziale Realitäten mit ihren Auswirkungen für das Zusammenleben zu beachten.

Konservative Familienpolitiker kritisieren unsere heutige Vielfalt der Lebenswelten. Sie befürchten, dass die tragenden Säulen unserer gesellschaftlichen Ordnung, Stabilität und Entwicklung - verkörpert in der Institution der Ehe und der Familie - gefährdet sind. Die kleinsten Einheiten unserer Gesellschaft, die im Grundgesetz Artikel 6, Absatz 1 als "unter dem Schutz der staatlichen Ordnung" stehend ausgewiesen werden, scheinen in Auflösung begriffen zu sein. In den Medien wird besonders gern über die neuen Beziehungsmöglichkeiten berichtet: Dort liest man, dass z.B. "Lebensgemeinschaften ohne Trauschein" inzwischen in den Tarifverträgen und im Erbschaftsrecht berücksichtigt werden.

Für die Auflösungserscheinungen der Familie werden von den Kritikern meistens die folgenden Zahlen zitiert: Jede dritte Ehe wird heute geschieden. Über die Hälfte aller Familien hat nur noch das perfekte Einzelkind, in knapp drei Prozent der Familien werden vier Kinder geboren. Die Zahl der Singles steigt seit Jahren, liegt in den Großstädten inzwischen bei über 40%.

Die Liebe organisiert sich in unserer Zeit auch außerhalb der staatlichen Regelungen für Ehe und Familie. Dies können Sie im Fernsehen, z.B. in der "Lindenstraße" oder in der „schrecklich netten Familie“ im Fernsehen anschauen. Dort lassen sich - wie in einem Spiegel für unsere Gesellschaft - die Lebensgemeinschaften beobachten.

Sind Ehe und Familie als Lebensformen in eine Krise geraten? Da diese Tendenz nicht nur in der Bundesrepublik sondern in allen westlichen Industrienationen in ähnlicher Weise nachzuweisen ist, wird gefolgert, dass die sogenannte strukturelle Rücksichtslosigkeit moderner Industriegesellschaften gegenüber der Familie, die zunehmende Mobilität sowie ein tiefgreifender Wertewandel hierzu beigetragen haben.

Die These der *strukturellen Rücksichtslosigkeit* meint, dass in der Regel von Wirtschaft und Politik oder auch von sozialen Diensten auf die Sonderbedürfnisse und -belange von Familien, insbesondere mit kleinen Kindern, keine Rücksicht genommen wird. Solange die Erfordernisse der Wirtschaft und die Organisation des Arbeitsplatzes für wichtiger gehalten werden als die Erziehung und Entwicklung von Kindern, solange wird in einem Konfliktfall zwischen beiden immer zugunsten des Arbeitsplatzes und der Wirtschaft entschieden, mit der Konsequenz, dass diejenigen, die Kinder zu erziehen haben, hier strukturell benachteiligt werden. Ein Beleg hierfür ist, dass das Kinderbetreuungsangebot immer wieder an die Arbeitszeit angepasst wurde, eigentlich müsste es jedoch so sein, dass die Arbeitszeit an die Bedürfnisse von Kindern angepasst wird.

Auch die These der *steigenden Mobilität* hängt stark mit den Anforderungen der Wirtschaft zusammen. Wenn berufliche Karriere einen Wohnortwechsel voraussetzt, so ist dies für jemanden, der allein lebt, sehr viel leichter zu bewerkstelligen als für jemanden, der in der Familie lebt. Besonders schwierig wird es in jenen Fällen, in denen Mann und Frau erwerbstätig sind, weil ein Wohnortwechsel häufig für einen der Partner eine Erwerbslosigkeit mit sich bringt. Dies hat zur Konsequenz, dass man entweder auf Karrieremöglichkeit oder aber auf Ehe und Familie verzichtet.

Neben diesen beiden Thesen wird als drittes häufiger auf den Wertewandel der letzten 50 Jahre hingewiesen. Hierzu heißt es, dass von einem wachsenden Teil der Bevölkerung die Tendenz zur Selbstverwirklichung und Kreativität den eher sekundären Tugenden wie Verpflichtung, Disziplin und Fleiß vorgezogen werden. Die Konsequenz daraus ist, dass man lieber in eher unverbindlichen Lebensgemeinschaften lebt, als sich den Verpflichtungen einer Ehe und Familie unterzieht, so argumentieren jedenfalls die Traditionalisten.

## **Die Sehnsucht nach der (traditionellen) Familie**

Vielleicht sind Sie überrascht über eine andere Zahl, die auch den Normalfall beschreibt:

Verblüffend ist nämlich, dass 85% der Kinder und Jugendlichen bis 18 Jahre in der Bundesrepublik in vollständigen Familien, mit ihren leiblichen, in erster Ehe verheirateten Eltern aufwachsen. Studien belegen, dass zwei Drittel aller Kinder bis zur Volljährigkeit bei beiden, miteinander verheirateten Eltern leben. Die Volljährigkeit der Kinder bedeutet heutzutage nicht die Trennung von der Familie. In einem Bundesland mit einer hohen Hochschulichte wie Baden-Württemberg leben 30% der Studenten noch zuhause. Hotel Mama wird nicht nur von den Kindern angesteuert. Auch die Eltern hängen an den Postadoleszenten. Sie werden Hubschrauber-Eltern genannt, es sind

Eltern, die über ihren Kindern kreisen und sofort zur Landung ansetzen, wenn diesen bis in die Dreißiger Jahre hinein Ungemach droht.

Nichtsdestotrotz: Für die 30-65-jährigen sind Ehe und Familie nach wie vor die weit überwiegende Lebensform. In dieser Altersgruppe sind 77 % der deutschen Bevölkerung verheiratet und leben mit ihrem Ehepartner zusammen.

Eine vorurteilsfreie Bewertung des Wandels der Familienformen, wie er sich aus empirischen Daten ergibt, muss zu dem Ergebnis kommen, dass Ehe und Familie nach wie vor die dominanten Lebensformen in unserer Gesellschaft sind. Die meisten Menschen wollen in gesicherten Beziehungen verantwortlich zusammenleben, sie wünschen sich Kinder und sind bereit, dafür andere Möglichkeiten der Lebensgestaltung hintanzustellen. Über 80% der deutschen 18-55-jährigen stimmen der Aussage zu: "Ehe bedeutet Sicherheit und Geborgenheit".

Es scheint so, als ob die Familie in der Zeit, in der Kinder groß gezogen werden, die meiste Stabilität aufweist. Dies entspricht auch unserer klinisch-psychotherapeutischen Erfahrung. Oftmals bleiben Eheleute trotz heftiger Zerwürfnisse solange zusammen, bis die Kinder aus dem Haus gehen. Kinder halten auch die Ehe zusammen, fühlen sich für die Aufrechterhaltung der Ehe ihrer Eltern verantwortlich - manchmal in einem so hohen Maß, dass sie ihre eigenen Entwicklungsmöglichkeiten zurückstecken oder sogar erkranken.

Die Pluralität der Lebensformen gilt also überwiegend für die Zeit ohne Kinder. Junge Menschen leben zwar immer häufiger ohne Trauschein zusammen, wenn sie aber Kinder haben wollen, möchten sie eine Familie gründen, die man - im Lebensentwurf - getrost als die herkömmliche Familie bezeichnen darf. Etwa 80 % stimmen der Aussage zu: Mein zentrales Lebensziel ist es, zu heiraten, Kinder zu haben und ein glückliches Familienleben zu führen. Sie sehen: Trotz allem: Familie!

Die größeren Wahlmöglichkeiten in der Lebensform und die Sehnsucht zur Familie scheinen die beiden Seiten einer Medaille zu sein. Je instabiler und optionaler das gesellschaftliche Zusammensein erlebt wird, umso mehr wird die Sicherheit und Zuverlässigkeit der Familie gewünscht. Der Familiensinn wird gesucht. Die Familie soll all das an Sicherheit und Geborgenheit ersetzen, was draußen im „harten“ Leben nicht zu bekommen ist.

Es kann nicht übersehen werden, dass angesichts von Individualisierung und Pluralisierung in unserer Gesellschaft die Bedingungen von Gemeinsamkeit in Ehe und Familie immer neu ausgehandelt werden müssen. Ein allgemein verbindliches Muster, wie es früher die bürgerliche Ehe und Familie darstellte, fehlt heutzutage. Der Familienalltag muss für jede Lebensform neu gefunden werden.

Lassen Sie mich noch einige dieser Anforderungen an die heutigen Familien schildern. Denken Sie zum Beispiel an die Möglichkeiten der Selbstbestimmung in unserer Gesellschaft, man spricht von "Individualisierungsgewinnen" und dem Paradox des Sozialitätsverlustes auf der anderen Seite. Damit ist gemeint, dass dem Gewinn an origineller Selbstentfaltung - jeder kann und soll in einer modernen Gesellschaft etwas aus sich machen können - ein Verlust an Gemeinsamkeit in der Familie gegenüberstehen kann. Die Kleinfamilie trifft sich zum Beispiel zum Essen höchstens einmal am Tag, in der Regel zum Abendessen. In dieser kurzen Zeit des Essens soll dann Raum bleiben für die gegenseitigen Mitteilungen, für die zukünftigen Planungen, für die Streitereien und den alltäglichen Frust. Ich bin sicher, Sie kennen diese Überforderungssituation bei Tisch. Störungen in einer Familie zeigen sich wie im Brennspiegel bei der täglichen Mahlzeit.

Ein anderer Widerspruch besteht zwischen der großen generationenübergreifenden Offenheit zwischen Eltern und Kind und der größeren Diskontinuität im Zusammensein von Eltern und



Kindern. Damit ist gemeint, dass wir heutzutage in der Regel kindzentriert in der Familie leben. Fast alles wird mit den Kindern besprochen. Es gibt fast keine Tabus mehr. Zu keiner Zeit wurde so frei über Sexualität in der Familie gesprochen wie jetzt. Das Bewusstwerden des Kindesmissbrauchs ist ein Beweis dafür. Es scheint zu einem kollektiven Phänomen der Bewusstwerdung von Kindesmissbrauch gekommen zu sein. Plötzlich kann darüber gesprochen werden, obwohl wahrscheinlich der Kindesmissbrauch mindestens in diesem Ausmaß schon immer vorhanden war.

Leider haben wir aber immer weniger Zeit, um mit unseren Kindern zu sprechen. Die größere Diskontinuität entsteht durch die Flexibilisierung der Arbeitswelt. Damit geht die häufigere Abwesenheit der Väter und Mütter einher.

Ein weiteres Dilemma für Eltern ist die Zunahme in der pädagogischen Anspruchshaltung mit dem entsprechenden Druck, nun jedes Verhalten gegenüber den Kindern zu reflektieren. Dies führt zu einem Autoritätsverlust, der die Rollen für die Familienmitglieder unklarer werden lässt. Der Autoritätsverlust der Eltern führt dazu, dass das Modell für die Kinder, das zur Identifikation dient, flexibler und weniger greifbar wird. Grenzen müssen gesucht werden, sie sind nicht einfach gegeben.

Ein anderes Paradox besteht zwischen der größeren Partnerschaftlichkeit und Gleichheit zwischen Frauen und Männern, die auch zu einer größeren Kompliziertheit im Alltagsleben führt. Die Frage ist, wer, wann, für welche Kinder zuständig ist, wer, wann für den Haushalt zuständig ist und ähnliches.

Mit diesen genannten Schwierigkeiten und Widersprüchlichkeiten muss die Familie in der Moderne zurechtkommen, das Familienleben ist dadurch nicht einfacher geworden, sondern eher anspruchsvoller, wenngleich eben mehr Möglichkeiten für die Einzelnen geschaffen worden sind.

An diesen Erwartungen und den entsprechenden Enttäuschungen kann eine Familie zerbrechen. „Der größte Klassiker sind die hohen Erwartungen, meist der Frauen an die Männer“, sagt der Bielefelder Psychologe Detleff Vetter. „Viele Frauen sind dann glücklich, wenn sie in Beziehungen glücklich sind. Sie haben dann zu hohe Erwartungen an die Partnerschaft. Ich sage dann immer: Das schafft kein Mensch, und erst recht kein Mann!“, so der Therapeut Vetter.“ Ich glaube nicht, dass es so einfach ist. Sicher ist aber, dass durch die Zunahme der Sehnsucht nach einer harmonischen, idealtypischen Familie das Ehe- und Familienleben überfrachtet und auch überfordert wird. Das Grundproblem im zukünftigen Zusammenleben könnte sein, mit den sich zuspitzenden Diskrepanzen zwischen Familienideal und Familienrealität fertig zu werden.

Und wegen diesen gesellschaftlich bedingten Überforderungen benötigen Familien heute vermehrt Hilfestellungen.

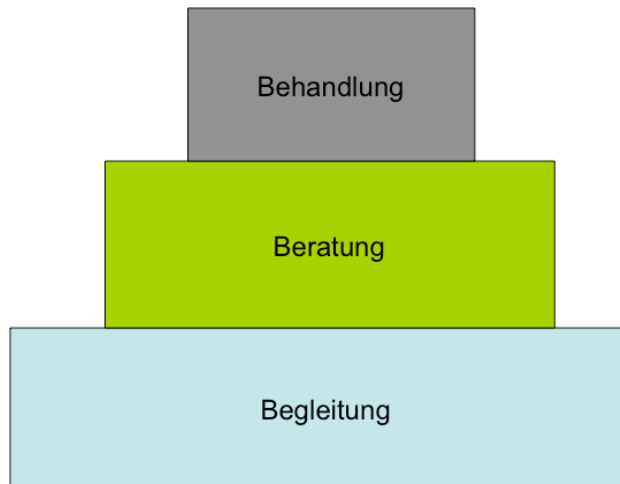
## **Die Unterstützung für die Familie**

Die Politik scheint sich der Familie mehr und mehr anzunehmen. Dies kann man an der zunehmenden Bedeutung des Bundesfamilienministeriums im Vergleich zu den anderen Ministerien ablesen. Vor der Amtszeit von Frau von der Leyen spielte das Familienministerium eine nachrangige Rolle, jetzt rückt es mehr und mehr in den Fokus. Familienpolitische Unterstützungsprogramme werden nicht nur diskutiert sondern glücklicherweise auch umgesetzt: Die Elternzeit auch für den Vater, die Schaffung von Kinderkrippenplätzen, der Ausbau der Frühen Hilfen und das neue Kinderschutzgesetz.

Auch wir – damit meine ich diejenigen die im psychosozialen Feld tätig sind - bemühen uns entsprechende Unterstützungssysteme zu etablieren. Insbesondere belastete Familien und arme

Familien (wobei beides nicht zusammenhängen muss) benötigen Hilfestellungen, die an den Bedürfnissen ausgerichtet sein müssen. Diese Familien haben oft nicht die Wahl in den Lebensoptionen, sie sind den Lebensumständen ausgeliefert.

Wir unterscheiden drei Stufen in der Unterstützung von Familien, die mit einer zunehmenden Intensität der Betreuung verbunden sind: Begleitung, Beratung und Behandlung.



Das dreistufige Versorgungskonzept (GAIMH 2000)

Nach der Definition der GAIMH soll Begleitung niedrigschwellig und auf die Alltagsbewältigung ausgerichtet sein. Begleitung kann bereits pränatal bspw. in Form von Geburtsvorbereitungskursen beginnen und nach der Geburt beispielsweise Elternschulen, Betreuungsangebote und heilpädagogische Früherziehung abdecken. Begleitung soll präventiv wirken, indem sie hilfreiche Informationen gibt, vorhandene Ressourcen aktiviert, bestehende Netzwerke nutzt und neue Netzwerke schafft.

Eine Begleitung von belasteten Familien ist sehr häufig indiziert, oft auch nur temporär notwendig, um Familien in Krisen zu helfen. Gerade für diese Familien, die oft selbst nicht in der Lage sind, sich um eine externe Hilfe zu bemühen, werden spezifische Interventionsformen benötigt. Unser Projekt „Keiner fällt durchs Netz“ ist ein solches primär und sekundär präventives Projekt, das wir inzwischen in vielen Stadt- und Landkreisen implementiert haben. Als unterstützende Intervention nutzen wir Hausbesuche der Familienhebammen.

### **Beratung**

Die Beratung ist ein Prozess der gemeinsamen Erarbeitung von entwicklungs- und beziehungsförderlichen Lösungen bei unterschiedlichsten Belastungs- oder Krisensituationen. Beratung sollte auftrags-, lösungs- und ressourcenorientiert sein. Oft reicht bei vielen Familien eine zeitlich sehr begrenzte problembezogene Beratung aus.

Entsprechend anstehende Entwicklungen beim Kind oder Krisensituationen der Familie beim Übergang von einer lebenszyklischen Phase zur nächsten (Ablösungsprozesse), Verluste (Verwitwungen, Scheidungen) oder schwere bzw. chronische Erkrankungen legen bestimmte Beratungsthemen nahe. Die Paare und Familien können in dieser Belastungssituation unterstützt werden.

Ein Beispiel ist die Eltern-Säuglings-Beratung. In einer Expertise zum Stand der psychosozialen Prävention/Frühintervention in Deutschland im Auftrag der BZgA (Cierpka et al. 2006) fanden wir 2006 schon 355 Anlaufstellen für Eltern in Deutschland, allerdings mit sehr unterschiedlichen Merkmalen der Strukturqualität. Die Angebote erfolgen auf einem recht hohen

Qualifikationsniveau. Es mangelt aber an gesetzlich verankerten Finanzierungen, so dass die entsprechenden Institutionen immer noch zu dünn gesät sind.

### **Psychotherapie**

Die Psychotherapie eines Familienmitglieds mit krankheitsrelevanten psychischen und/oder somatisch-funktionellen Störungen im Paar- oder Familiensetting findet in Deutschland in der Regel im Rahmen der psychotherapeutischen Versorgung statt.

Eine psychotherapeutische Behandlung von Paaren und Familien kann auch zur nachhaltigen Verbesserung der Beziehungsqualität zwischen den Partnern oder zwischen Kind und Eltern führen. Meistens ist es dann keine Kassenleistung.

Wenn Eltern und Kind zur Beratung oder Psychotherapie kommen, sind sie in einer erheblichen Krise. Solche Krisen sind beim Übergang von der Partnerschaft zur Elternschaft sehr häufig.

### **Die Psychotherapie in und mit der Familie**

Wir kommen wieder zu Familie Kern. Sie erinnern sich: Frau Kern kam, weil sie mit ihrem trotzenden Sohn Felix in heftige Konflikte geriet. Das Problem der Mutter wird beim zweiten Termin sehr plastisch. In diesem Gespräch demonstriert der dreijährige Felix im Therapiezimmer, welche Macht er über seine Mutter besitzt. „Nein! Nein! Nein!“ schreit er immer wieder. Er will nicht spielen. Er will auf den Schoß der Mutter, dann wieder runter – rauf und runter. Er macht sich steif, wälzt sich auf dem Boden.

Mit Schweißflecken unter den Armen und vor Ohnmacht flackerndem Blick versucht die Mutter, den Jungen zu beruhigen. Er aber schlägt sie, sie streicht ihm über den Kopf. „Diesen Wahnsinn habe ich mehrere Stunden am Tag“, sagt sie beinahe schreiend, um ihren Sohn zu übertönen. "Ich habe Angst, dass ich ihm etwas antue." Keine Frage, diese Mutter, diese Familie ist in Not. Zum dritten Gespräch kommt auch der Vater mit. Er kann die Aufregung und Belastung seiner Frau nicht nachvollziehen. Er kommt mit Felix klar. Wenn seine Frau seiner Meinung nach eindeutiger wäre, wäre das Problem mit Felix schnell geregelt.

Allerdings ist er wenig zuhause. Von Beruf Tischler muss er zurzeit das Haus seiner Mutter renovieren. Als drittältester von neun Kindern hat er offenbar die Rolle seines Vaters übernommen, der vor 5 Jahren aus dem gemeinsamen Haushalt auszog und seitdem alleine lebt. Der Vater weigerte sich arbeiten zu gehen, so dass sich die Familie entschloss, ihm den Aufenthalt in der Familie zu kündigen.

Jetzt hat Herr K. eine eigene Familie und noch die Mutter, also beide Familien in einem Haus. „Und dann sitze ich eben immer zwischen allen Stühlen“.

Das Fallbeispiel verdeutlicht die Unterscheidung von drei Ebenen in der Familiendiagnostik. Ich betrachte jedes Familienmitglied in seinen individuellen Eigenschaften, auf der interpersonellen Ebene beobachte ich die Interaktion zwischen den Familienmitgliedern und ich richte einen Blick auf die Familie als System. In einer solchen Mehrebenendiagnostik - Individuum, Dyade, Familie als System, Gesellschaftliche Einbettung - sind die Beziehungen zwischen den Familienmitgliedern entscheidend.

"Die Familiendiagnostik untersucht und beschreibt Interaktionen und ihre Veränderungen zwischen den Familienmitgliedern, den Subsystemen, und analysiert die Dynamik der Familie als systemisches Ganzes. Sie untersucht die unbewussten Phantasien, Wünsche und Ängste der Familie auf dem Hintergrund der Familiengeschichte und der Lebensentwürfe für die Zukunft, um zu einem Verständnis für die bedeutsamen Interaktionssequenzen und deren Funktionalität zu kommen" (Cierpka, 2008, S. 22).

**Diese Definition beinhaltet verschiedene Aussagen:**

1. Untersucht werden die Interaktionen der Familienmitglieder und deren Veränderungen nach einer Intervention. Im Erstgespräch diagnostiziert man ein charakteristisches Netzwerk von Beziehungen, das im sog. Strukturbild der Familie querschnittartig (horizontale Perspektive) festgehalten werden kann. Die Familienstruktur ergibt sich aus den individuellen, persönlichen Bedürfnissen einerseits und den Anforderungen der Familie andererseits. Die Familienstruktur ist durch zeitüberdauernde repetitive Beziehungsmuster bestimmt. Dysfunktionale dyadische und triadische Beziehungsmuster können als Bündnisse und Koalitionen bzw. trianguläre Prozesse (Schweitzer & von Schlippe, 2006) zwischen den Familienmitgliedern notiert werden. Für die Strukturdiagnose spielt die Grenzthematik und die hierarchische Dynamik eine wichtige Rolle (Minuchin, 1977).

2. Familien sind jedoch nicht nur querschnittartig durch ihre aktuellen Beziehungen zu erfassen. Familien haben eine Vergangenheit, die mehrere Generationen zurückreicht. Wir sprechen von der Tradition der Familie und dem kulturellen Kontext. Die Untersuchung des Hintergrunds der Familiengeschichte und der Lebensentwürfe für die Zukunft findet im Längsschnitt statt (vertikale Perspektive). Dies ist mit der Mehrgenerationenfamilienperspektive gemeint.

3. Die aktuelle Familiendynamik ist gekennzeichnet durch die Schnittstellen der strukturellen, horizontalen mit der longitudinalen, vertikalen Perspektive. Jede Interaktion wird durch die Struktur der Familie und ihre Geschichte zu einem Zeitpunkt X bestimmt, genauso wie die Interaktionen in ihrer Redundanz die Struktur der Familie und ihre Zukunft beeinflussen.

Carter und McGoldrick (1988) beschreiben, wie sich die entwicklungsbedingten Anforderungen, denen Familien vor allem am Übergang von lebenszyklischen Phasen ausgesetzt sind, sowohl aus vertikalen (longitudinalen) als auch aus horizontalen (strukturellen) Stressoren zusammensetzen. Dieses Stressmodell ist lediglich eine Explikation der Grundannahme, dass alle familiendynamische Prozesse sowohl strukturell als auch historisch determiniert sind.

### **Was ist die horizontale Dynamik bei Familie Kern?**

Nachdem der Vater von Herrn K. seine Frau und seine Familie verlassen hatte, nahm Herr K. seine Stelle gegenüber den Geschwistern und auch als Partnersubstitut bei der Mutter ein. Nachdem er seine Frau heiratete und selbst eine Familie gründete, „sitzt er zwischen allen Stühlen“, wie er selbst sagt. Er kann den Vorwurf seiner Frau nicht verstehen, dass er sie als ihr Partner im Stich lässt. In seinem Erleben tut er alles für beide Familien. Frau K. gelingt es nicht, eine gute Beziehung zur Schwiegermutter aufzubauen. Statt ihr Grenzen zu setzen, zieht sie sich zurück und macht ihrem Mann Vorwürfe. Ihr Sohn Felix wird ihr Bündnispartner.

Was ist die transgenerationale Dynamik? Dazu greifen wir auf das Hilfsmittel des Genogramms zurück (zusammenfassend Reich et al. 2008). Das Genogramm besitzt zwei Funktionen: Als graphische Darstellung wichtiger Daten und Beziehungen in Familien über mindestens drei Generationen erlaubt es, rasch einen Überblick über die Familie, ihre Entwicklung und die Entwicklungshemmungen und damit die potentiellen Probleme zu bekommen. Darüber hinaus entwickeln Therapeuten auf der Grundlage des Genogramms Annahmen über die Familiendynamik. Sie achten besonders darauf, welche „weißen Flecken“ das Genogramm zeigt (was also an Information von der Familie „vergessen“ wurde), welche Lebensereignisse sich in bestimmten Entwicklungsphasen der Familiengeschichte häufen und in welchem zeitlichen Zusammenhang Veränderungen oder belastende Ereignisse im erweiterten Familiensystem mit der Entwicklung der Symptomatik des Indexpatienten in Zusammenhang stehen.

Durch die vertikale, historische Perspektive über mindestens drei Generationen werden die gegenwärtigen Strukturen und Konflikte in ihrer Entwicklung erfasst. Die sich wiederholenden Muster werden deutlich, wenn die Probleme der Gegenwart zu den Entwicklungen der Vergangenheit, den belastenden Ereignissen und emotional besetzten Problemen in Beziehung gesetzt und so Fixierungen und Stagnationen der familiären Entwicklung sichtbar werden.

Wichtige Ereignisse der Familiengeschichte treten oft an bestimmten „Knotenpunkten“ gehäuft auf, da das gesamte System hier unter einer Spannung steht (vgl. Reich et al., 2008). Der Übergang von

der Partnerschaft zur Elternschaft ist ein solcher Knotenpunkt. Die Geburt des ersten Kindes erfordert Umstrukturierungen, die oft krisenhaft verlaufen.

Aus den Gesprächen mit den Eltern von Felix ergab sich das folgende Genogramm:  
Frau K. (34 J.) ist von Beruf Erzieherin, sie übt ihren Beruf zur Zeit nicht aus. Gleich nach ihrem Schulabschluss ist sie von zu Hause ausgezogen, lebte eine Zeitlang im Ausland sehr eigenständig in einer Großstadt. Sie war als jüngere Tochter bei 2 Geschwistern sehr stark auf den Vater fixiert, der sie aber wenig beachtete. Der Mutter wirft sie vor, dass diese sich nie gegen ihren Mann und vor allem nie gegen ihre eigene Schwiegermutter durchsetzen konnte. Bei einem Besuch in ihrer Heimatstadt lernte Frau K. ihren jetzigen Ehemann kennen. Inzwischen haben die beiden 2 Kinder Felix und den 1-jährigen Timo. Herr K. ist 35 Jahre alt, hat 8 Geschwister und ist von Beruf Tischler, sein Vater ist Zimmermann. Dieses Handwerk ist auch in seiner Schwiegerfamilie vertreten. Herr K. fühlt sich seiner Herkunftsfamilie sehr verbunden. Es ist für ihn unvorstellbar, seinen Heimatort zu verlassen. Als Flüchtlinge waren die Eltern in dieses Dorf gezogen und hatten wieder Wurzeln geschlagen. Nach dem Weggang des Vaters war es Herr K., der die Verantwortung für die große Familie übernahm.

### **Die Inszenierung der Familiendynamik**

In den Familiengesprächen erarbeiten wir uns ein psychodynamisches Verständnis für die Probleme. Für diese Dynamik sind das unbewusste und vorbewusste aktuelle interpersonelle Kräftespiel, die aktuell wirksamen Wünsche, Ängste und Abwehrmechanismen bei den Einzelnen und die daraus resultierenden transaktionalen Muster der Familie entscheidend. Diese stellen sich im therapeutischen Raum als familiäre Beziehungskonflikte und in der Beziehung zwischen dem Therapeuten- und dem Familiensystem dar (Reich et al., 2007). Insofern ist die familiendynamische Diagnostik in erster Linie Beziehungsdiagnostik.

Im Laufe der Beratungsgespräche mit Familie K. verstanden wir Therapeuten immer besser (meine Frau und ich führten diese Gespräche), dass das prononcierte Nein von Felix von Frau K sehr ambivalent erlebt wurde. Einerseits machte es sie hilflos andererseits bewunderte sie ihren Sohn unbewusst wegen seiner Stärke. Felix konnte sich ihr gegenüber machtbewusst ausdrücken, was ihr selbst gegenüber ihrem Mann und der Schwiegerfamilie nicht gelang. Es fiel ihr sehr schwer, Felix gegenüber so konsequent zu sein wie ihr Mann oder ihre Schwiegermutter. Da sich ihre eigene Mutter nie gegenüber der Großmutter wehren konnte und sich dieser zeitlebens ausgeliefert fühlte, verurteilte Frau K ihre eigene Ohnmacht gegenüber ihrer Schwiegerfamilie, ihrem Ehemann und ihrem Sohn selbst am meisten, weil sie sich an das Verhalten ihrer Mutter erinnert fühlte. „So schwach wollte ich niemals werden!“

Weil sie sich mit Felix Stärke identifizierte, fiel es ihr schwer, ihm Grenzen zu setzen.

In den Familiengesprächen konnte sie zunehmend ihre eigenen Wünsche ihrem Ehemann mitteilen. Sie war als sehr selbständige Frau in das Haus der Schwiegermutter gezogen, in dem sie nicht mal eine eigene abgegrenzte Wohnung hatten. Als sie in der Schwangerschaft mit Felix erfuhr, dass sie in dieses Haus ziehen wird, fühlte sie zum ersten Mal den Kloß im Hals. Als sie dann einzog, kamen die Schwestern ihres Mannes täglich mit ihren Kindern zu Besuch und sie sah keine Möglichkeit, ihr eigenes Leben mit ihren Kindern zu gestalten.

In einer Skulptur mit Figuren aus dem Szenokasten verdeutlichte sie uns und ihrem Ehemann ihre prekäre Situation. Beide Partner stellten mit den Figuren das Real- und später das Wunschbild ihrer Familie. Im Wunschbild legte Frau K. die Geschwister ihres Mannes außerhalb des Kastens ab. Lediglich der Schwiegermutter gestand sie eine randständige Position zu. Ihre Worte reichten nicht aus, die Skulptur war aber mehr als deutlich. Sie sieht sich der Familie ausgeliefert und wünscht sich nur noch, die gesamte Familie los zu werden. Der Ehemann sagte darauf hin: „Ich wusste nicht, wie schlimm es für Dich ist!“

Familie Kern nahm in der Familientherapie erfolgreich einen zweiten Anlauf. Der Ehemann bekannte sich deutlicher zu seiner Frau. Die Familie zog ins Erdgeschoss, dort konnten ihre Kinder auf der Terrasse spielen. Für die Schwiegermutter wurde eine abgeschlossene Wohnung im ersten Stock gebaut, wo sie zusammen mit einem Bruder von Herrn Kern wohnt. Frau Kern sprach sich mit der Schwiegermutter aus. Sogar ein Jahr nach der Beendigung der Familientherapie hielt sich das Paar an unsere Empfehlung, regelmäßig einmal in der Woche zusammen auszugehen.

Ich komme zum **Schluß**

Letztendlich gelang es auch Familie Kern, ein Familienleben zu gestalten, das nicht im Gegensatz zu den individuellen Interessen Einzelner stand. Die Kunst ist es, die Umsetzung von individuellen Interessen zu fördern und dabei das Familienleben aufrecht zu erhalten. Nur so kann die Familie eine ihrer zentralen Aufgaben erfüllen, die Kinder selbstbestimmungsfähig zu machen, darin ist sie eigentlich auch nicht ersetzbar.

Im Sinne der Selbstverwirklichung haben die Frauen den Wandel gefordert und ihn auch bewirkt. Die Frauen haben dabei die Familie nicht in Frage gestellt, sie haben nur darauf gedrängt, ihre eigene Entwicklung mit der Entwicklung der Familie vereinbar zu machen. Die Politik muss für die Familien und insbesondere für die Frauen die förderlichen Entwicklungsmöglichkeiten schaffen, damit die gewachsenen Anforderungen an Partnerschaftlichkeit in der Familie und im Beruf bewältigt werden können.

Den Familiensinn muss natürlich jede Familie selbst stiften. Das Ideal des lebenslangen, dauerhaften Zusammenlebens existiert nach wie vor. Die Menschen wünschen sich den Hort der Familie. Manchmal schaffen sie und wir es natürlich nicht, weil die Diskrepanz zwischen der Idealbildung der eigenen Familie und der Realität in der "Beziehungskiste" zu groß geworden ist. Die heutigen Familien benötigen mehr Unterstützung, unter anderem von staatlichen Stellen, manchmal – und immer häufiger - jedoch auch von uns Psychotherapeuten und Familientherapeuten.

Deshalb freue ich mich sehr, dass Sie sich für dieses Thema und diese Woche entschieden haben.