

Ilke Crone

# **Das vorige Jetzt**

Familienrekonstruktion  
in der Praxis

Mit einem Vorwort von Tom Levold

2018

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)  
Prof. Dr. Dirk Baecker (Witten/Herdecke)  
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)  
Prof. Dr. Jörg Fengler (Köln)  
Dr. Barbara Heitger (Wien)  
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)  
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)  
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)  
Prof. Dr. Heiko Kleve (Witten/Herdecke)  
Dr. Roswita Königswieser (Wien)  
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)  
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg)  
Tom Levold (Köln)  
Dr. Kurt Ludwig (Münster)  
Dr. Burkhard Peter (München)  
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)  
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)

Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)  
Dr. Wilhelm Rothaus (Bergheim bei Köln)  
Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)  
Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)  
Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)  
Jakob R. Schneider (München)  
Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)  
Dr. Therese Steiner (Embrach)  
Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)  
Karsten Trebesch (Berlin)  
Bernhard Trenkle (Rottweil)  
Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler (Köln)  
Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)  
Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)  
Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)  
Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)

Themenreihe »Systemische Therapie und Beratung«

hrsg. von Tom Levold

Reihengestaltung: Uwe Göbel

Satz: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten

Genogramme: erstellt mit der InGeno-App der Forschungsgruppe  
von Dr. Dirk Rohr, Universität zu Köln, und Prof. Dr. Mario Winter,  
Technische Hochschule Köln

Printed in Germany

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck



Erste Auflage, 2018

ISBN 978-3-8497-0217-5 (Printausgabe)

ISBN 978-3-8497-8118-7 (ePUB)

ISBN 978-3-8497-8117-0 (PDF)

© 2018 Carl-Auer-Systeme Verlag  
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg  
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren  
und zum Verlag finden Sie unter: [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de).

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Vangerowstraße haben,  
abonnieren Sie den Newsletter unter <http://www.carl-auer.de/newsletter>.

Carl-Auer Verlag GmbH  
Vangerowstraße 14 • 69115 Heidelberg  
Tel. +49 6221 6438-0 • Fax +49 6221 6438-22  
[info@carl-auer.de](mailto:info@carl-auer.de)

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>8</b>
<b>1 Einleitung</b> .....	<b>13</b>
1.1 Aufbau des Buches .....	15
1.2 Wer soll das lesen? .....	18
1.3 Familie .....	19
1.4 Konstruktion und Wirklichkeit .....	22
1.5 Und nun zum unterlassenen »re« .....	25
1.6 Familienrekonstruktionen im Schatten? .....	26
<i>Hypothesen zum »Schattendasein«</i> .....	27
1.7 Ziele der Familienrekonstruktion .....	30
<i>Was gäbe es zu gewinnen?</i> .....	33
<b>2 Familie und Bindung</b> .....	<b>35</b>
2.1 Allgemeines zur Bindungstheorie .....	35
2.2 Bindung und Irritationen .....	38
2.3 Innere Arbeitsmodelle und Mentalisierung .....	47
2.3.1 ... <i>unter optimalen Bedingungen</i> .....	48
2.3.2 ... <i>wenn Irritationen (be)hindern</i> .....	50
2.4 Risikofaktoren und Resilienz .....	57
<b>3 Trauma</b> .....	<b>61</b>
3.1 Allgemeines zu Trauma .....	61
3.2 Traumafolgen .....	63
3.3 Man-Made Disasters .....	67
3.3.1 <i>Trauma durch Krieg und Flucht</i> .....	70
3.3.2 <i>Transgenerationale Weitergabe in Familien</i> .....	71
3.4 Mein persönliches Verständnis von Trauma .....	85
<b>4 Bindung und Trauma</b> .....	<b>88</b>
4.1 Trennungen und Verluste .....	88
4.2 Vernachlässigung und häusliche Gewalt .....	92
4.3 Erziehung im Nationalsozialismus .....	94
<b>5 Multikomplexität der Themen</b> .....	<b>103</b>

<b>6 Familienrekonstruktion</b> .....	<b>115</b>
6.1 Begriffe .....	115
6.2 Familienrekonstruktion als Selbsterfahrung .....	117
6.3 Familienrekonstruktion in der Gruppe .....	121
6.4 Familienrekonstruktion in Triaden .....	124
6.5 Fragen, Anliegen, Ziele .....	125
6.6 Familienrekonstruktion als Prozess .....	129
6.7 Familienrekonstruktion in Vorbereitung .....	131
6.7.1 <i>Annäherung</i> .....	133
6.7.2 <i>Biografien</i> .....	133
6.8 Familienrekonstruktion in Beg-Leitung .....	133
6.9 Familienrekonstruktion in Aktion .....	138
6.9.1 <i>Genogramme</i> .....	139
6.9.2 <i>Beziehungsskulpturen</i> .....	146
6.9.3 <i>Familienrekonstruktion in mehreren Akten</i> .....	147
6.10 Familienrekonstruktion in Abschlussrunden .....	151
6.11 Familienrekonstruktion im Übergang .....	152
6.12 Familienrekonstruktion für die Praxis .....	154
<b>7 »Wie Liebe zu den Kindern verbindet« – Laura (46)</b> .....	<b>156</b>
<b>8 Rituale als essenzielle Verdichtung</b> .....	<b>184</b>
8.1 Wut und Schmerz .....	186
8.2 Versöhnung und Integration .....	189
8.3 Würdigung, Anerkennung und Abgrenzung .....	191
8.4 Rituale in der Gegenwart .....	192
<b>9 Was bleibt?</b> .....	<b>195</b>
9.1 Über das Gelingen und andere Fragen .....	199
9.2 Multikomplexe Wirklichkeitskonstruktion .....	200
<b>10 Gemeinsamkeiten mit und Unterschiede zu anderen Formaten</b> .....	<b>202</b>
10.1 (System-)Aufstellungen .....	205
10.2 Familienstellen .....	210
<b>11 Wer kann hier was von wem lernen?</b> .....	<b>215</b>
11.1 Erkenntnisse aus einem Gespräch mit Tom Levold .....	216
<b>12 Weiterdenken</b> .....	<b>218</b>

<b>Danksagung</b> .....	<b>222</b>
<b>Literatur</b> .....	<b>224</b>
Allgemein .....	224
Filme und Romane zum Thema .....	232
<i>Filme</i> .....	232
<i>Romane</i> .....	233
<b>Über die Autorin</b> .....	<b>234</b>

# 1 Einleitung

Mein Gehirn leistet mir bisweilen gute Dienste – es merkt sich Gelesenes, speichert Gehörtes, stellt Fragen und findet manchmal Antworten. Es zweifelt auch. Es stiftet Beziehungen und hilft mir zu erkennen, wer Freund und wer Feind ist. Es hilft mir auch, (vermeintlich) Wichtiges von (vermeintlich) Unwichtigem zu unterscheiden. Manchmal spielt es mir Streiche und bringt mich auf »dumme« Gedanken.

Zum Beispiel auf die Idee, ein Buch zum Thema »Familienrekonstruktion« zu schreiben. Diese Idee ist schon ein paar Jahre alt ...

Seit 2005 arbeite ich als Lehrende am Bremer Institut für systemische Therapie und Supervision und begleite im Rahmen von Selbsterfahrung Weiterbildungsteilnehmer in ihren Familienrekonstruktionen. Seit mehr als zehn Jahren also unterstütze ich Menschen, die in Familienrekonstruktionen ihre Familien und ihr eigenes »Gewordensein« erforschen und entdecken, und etwa genauso lange habe ich das Gefühl, dass sich bestimmte Erfahrungen, Empfindungen und Themen über die Einzelnen hinweg ähneln. Das erschien mir eine bedeutsame Wahrnehmung – so bedeutsam, dass es sich vielleicht lohne, darüber zu schreiben. Insbesondere der Aspekt der mehrgenerationalen Perspektive und das »Erbe« aus vorhergehenden Generationen schienen mir vielversprechend.

Die meisten Weiterbildungsteilnehmer<sup>1</sup> sind zum Zeitpunkt der Familienrekonstruktion zwischen 30 und 50 Jahren alt – also zwischen 1950/1960 und 1970/1980 geboren. Je nach Literatur werden die Generationen<sup>2</sup> in Europa in Bezug auf den Zweiten Weltkrieg unterschieden in *Kriegskinder* (1930 bis 1945 geboren), *Nachkriegskinder* (1947 bis 1955 geboren) und *Kriegsenkel* (1960 bis 1975 geboren) bzw. *Kriegsurenkel* (nach 1975 geboren). Somit gehörten die meisten Teilnehmer der von mir begleiteten Familienrekonstruktionen der Generation der Nachkriegskinder bzw. Kriegsenkel an. Und als solche sind sie in

---

1 Auch wenn ich als Frau dieses Buch schreibe und mich in Beratungen, Therapien und in Weiterbildungskontexten um eine ausgewogene, genderspezifische Sprache bemühe, werde ich hier überwiegend die männliche Form verwenden. Auch, um die Lesbarkeit zu erleichtern. Insbesondere in der Beschreibung der Fallbeispiele, in denen weibliche Protagonistinnen zu Wort kommen, soll es Ausdruck meines Respekts sein, dennoch die weibliche Schreibweise zu verwenden.

2 Zum Generationenbegriff siehe auch Abschnitt 3.3.2.

komplexer Weise von der Zeit des Nationalsozialismus in Deutschland und dem Zweiten Weltkrieg mehr oder weniger betroffen.

Mein Gehirn lenkte nunmehr die Aufmerksamkeit vor allem auf diesen Aspekt, und ich beschäftigte mich erneut mit der verfügbaren Literatur – angefangen bei Sabine Bode (2005, 2009, 2011, 2016), Wibke Bruhns (2006), Claudia Seifert (2004) oder Michael Schneider und Joachim Süß (2015), die eher eine historisch-journalistische Herangehensweise betrieben, über Mia Roth (2015; siehe im Literaturverzeichnis unter der Überschrift »Romane«), Matthias Lohre (2016), Martin Miller (2016) und Jens Orback (2015), die ihre persönliche Geschichte aufgeschrieben haben, bis hin zu Hartmut Radebold (2005), Radebold et al. (2008), Marie Louise Reddemann (2015), Udo Baer und Gabriele Frick-Baer (2015) und Hans Hopf (2017), die das Thema eher aus einer (psycho)therapeutischen Perspektive angehen.

Gerade Letztere fokussieren nahezu ausschließlich auf den Aspekt der transgenerationalen Weitergabe traumatischen Erlebens und den (in beinahe linear gedachter Form) so (mit)entstehenden therapeutischen Bedarfen in der nachrückenden Generation der Kriegsenkel.

Nun hatte mein Gehirn einiges zu tun – ging es doch auch darum, die verschiedenen Aspekte dessen, was ich in der Begleitung der Familienrekonstruktionen erlebt hatte, und dessen, was ich gelesen hatte, miteinander zu verbinden. Und zwar möglichst so, dass eben nicht (nur) meine eigenen Hypothesen bestätigt würden, sondern im besten Fall etwas »Neues«, auch (zukünftig) »Taugliches« dabei herauskäme.

In gewisser Weise bereichernd und durchaus die Komplexität erhöhend kam hinzu, dass ich mich auch mit den Themen »Bindung« und *Trauma* näher befasst hatte.

Nach einer Blockade – oder auch schöpferischen Pause – ermutigt mich mein Gehirn nun zu dem Versuch einer neuen Ordnung, die mithilfe einer (unzulässigen, aber notwendigen) Komplexitätsreduktion dazu beiträgt, einzelne Aspekte des Themas nacheinander und nicht gleichzeitig zu beschreiben.

Ich bin mir durchaus bewusst, dass manches verkürzt Dargestellte in der Reduktion unvollständig erscheinen muss – und ich nehme auch in manchen Aussagen eine subjektive (Beobachter-)Position ein, die zu Hypothesen und ihrer Verwerfung führt. Andere ziehen andere Schlüsse – die ebenso wichtig und nachvollziehbar sein können. Auch besteht das Risiko, in eigener Kontextblindheit Wichtiges zu übersehen – die Leser seien gewiss: Ich bin in guter Absicht unterwegs und

traue mich zu schreiben, was ich verstanden habe, was ich erfahren habe – und wie ich mir einen Reim darauf mache. Nicht mehr, aber auch nicht weniger!

## 1.1 Aufbau des Buches

Mein Gehirn schlägt mir also vor, zunächst beim Naheliegenden zu beginnen – nämlich den Wörtern: *Familie* und *Konstruktion* (auf das unterlassene »re« werde ich an anderer Stelle zurückkommen).

Dem folgt der Versuch der Hypothesenbildung zu der Frage, welche Bedeutung dem Format »Familienrekonstruktion« heute beigemessen werden kann, was dazu beigetragen haben könnte, dass es eher ein Schattendasein führt und welcher Nutzen für welche praktischen Arbeitsfelder aus Familienrekonstruktionen (oder Teilen daraus) gezogen werden könnte.

»**Bindungstheorie(n)**« werden in einem weiteren Kapitel behandelt (Kap. 2). Hervorgehoben werden vor allem drei Aspekte, die ich im Kontext des Themas »Familienrekonstruktion« für bedeutsam halte: *sichere Bindung* als eine unter mehreren Bedingungen für die Bewältigung schwerer Lebenskrisen, *unsicher-ambivalente* und viel mehr noch *unsicher-desorganisierte* Bindungsmuster als (auslösende) Faktoren für traumatisches Erleben in der Kindheit und der Aspekt der transgenerationalen Weitergabe von eigenem, nicht verarbeiteten traumatischen Erleben der Eltern an ihre Kinder.

Es ist davon auszugehen, dass nahezu alle Menschen, die den Zweiten Weltkrieg überlebt haben, von mindestens einem Aspekt des Grauens mehr oder weniger betroffen waren – viele wahrscheinlich von mehreren. Nationalsozialismus, Rassenhass und Völkermord, Krieg, Zerstörung und Verlust von Heimat, Flucht und Vertreibung haben nachhaltige Spuren in deutschen (und anderen) Familien hinterlassen. Insofern widmet sich ein weiteres Kapitel dem Thema *Trauma* – hier vor allem mit den Schwerpunkten »Man-Made Disasters« und »transgenerationale Weitergabe« und mit verschiedenen Aspekten der »Traumaüberwindung« (Kap. 3).

Die besondere Herausforderung dieser beiden Kapitel besteht für mich darin, einerseits die Komplexität der Themen zu würdigen und eine Art grobe Orientierung zu ihrer Entwicklung und ihren An-

sätzen zu geben. Andererseits aber möchte ich mein Thema im Blick behalten und mich vor allem auf diejenigen Aspekte konzentrieren, die im Kontext »Familienrekonstruktion« von besonderer Relevanz sind. Dabei wird es wahrscheinlich zu Ungenauigkeiten und vereinfachenden Verkürzungen kommen – oder manchem Leser wird vielleicht das eine oder andere dann doch zu ausführlich erscheinen. So ist es nun mal mit den Ambivalenzen und der Qual, Entscheidungen treffen zu müssen. Ich bin mir der partiellen Unvollständigkeit oder Ungenauigkeit durchaus bewusst und nehme in Kauf, an diesen Stellen »tadelig« zu bleiben. In diesem Sinne ist mein Ziel, die Leser anzuregen, sich ein eigenes Bild zu machen und gegebenenfalls selbst das eine oder andere Thema zu vertiefen. Ich hoffe, mir ist es gelungen, dabei die Leistungen der betreffenden Autoren angemessen zu würdigen.

Eine Verortung in der systemischen Landschaft und der Versuch einer differenzierten Auseinandersetzung mit verwandten Formaten wie dem »Familienstellen« (Schneider 2001, 2016) und Aufstellungen (besonders Familienaufstellungen) (Drexler 2015; Eidmann 2009; Nazarkiewicz u. Kuschik 2015) finden sich gegen Ende des Buches (Kap. 10).

Im Hauptteil des Buches wird das Format *Familienrekonstruktion*<sup>3</sup> im Detail beschrieben. Nach einer eher prozessorientierten Beschreibung dessen, was wir praktisch tun, folgen Kapitel zu einzelnen Methoden und Interventionen (Kap. 6 und 8).

Das Herzstück ist unseren Erfahrungen mit Familienrekonstruktionen (die sich vor allem in den – grau unterlegten – Fallbeispielen niederschlagen) gewidmet. Ich bin allen unseren Fortbildungsteilnehmern sehr dankbar für ihre Bereitschaft zur Mitwirkung an diesem Buch – mein besonderer Dank gilt Georg, Dorothea, Laura, Anja und Clemens<sup>4</sup> für die Bereitstellung umfangreichen Datenmaterials und die Zeit, die sie mir und dem Buch gewidmet haben. Ich habe sie im Herbst 2016 noch einmal interviewt – für manche war das »Wiedereintauchen in die eigene Familiengeschichte« herausfordernd, für andere hat es wieder neue Perspektiven eröffnet. Die *Familiengeschichten* von Anja, Dorothea und Clemens werden im Verlauf des Buches in meh-

---

3 Ich beziehe mich auf die Erfahrungen, die ich am Bremer Institut für systemische Therapie und Supervision machen konnte. Wenn ich »wir« schreibe, meine ich das Team des Bremer Instituts – mit Wiebke Otto (seit 1989) und Hans Schindler (von 1989 bis 2013) – und mich (seit 2005).

4 Um die Anonymität der Protagonisten zu wahren, habe ich Namen (und, wo nötig, auch Orte) verändert. Alle Texte wurden von den Protagonisten gegengelesen und freigegeben.

renen Teilen beschrieben – Georgs Familie findet sich fast vollständig in Kapitel 5, und Laura habe ich ein eigenes Kapitel (7) gewidmet.

Bei der Auswahl der Fallbeispiele folgte ich verschiedenen Kriterien: Es sollten möglichst Frauen und Männer repräsentiert sein, und sie sollten in Bezug auf das Alter der Eltern auf unterschiedliche Weise von den Ereignissen des Zweiten Weltkrieges »betroffen« sein.

»Hier ist die Schwierigkeit die der Perspektive. Nehme ich die Perspektive der jüngsten Generation an, dann sind bei drei Generationen die ältesten Familienmitglieder Großeltern. Nehme ich die Perspektive der mittleren Generation an, dann sind die ältesten untersuchten Familienangehörigen die Eltern, während die jüngsten die Kinder sind. Es ist also wichtig, vor einer Falldarstellung festzulegen, aus welcher Perspektive man von wem in einer Familie spricht« (Völter 2008, S. 99; Hervorh. im Orig.).

In Bezug auf das Erleben des Zweiten Weltkrieges und die dabei eingenommene Perspektive sprechen Radebold et al. (2008) von »Referenzgeneration«. In den Fallbeispielen ist die Referenzgeneration die der Eltern, die Perspektive der Protagonisten die der Kinder.

Insofern kommen fünf Personen zu Wort (drei Frauen und zwei Männer), die zwischen 1954 und 1982 geboren sind. Die entsprechende Elterngeneration ist zwischen 1926 und 1951, die der Großeltern zwischen 1886 und 1931 geboren.

Die jeweils unterschiedliche »Betroffenheit« in Abhängigkeit vom jeweiligen Lebensalter in der Zeit des Nationalsozialismus (1933 bis 1945) und des Zweiten Weltkrieges (1939 bis 1945) der Eltern, aber auch die Auswirkungen des Ersten Weltkrieges (1914 bis 1918), der Weimarer Republik und der Weltwirtschaftskrise (1929 bis 1932) werden in den Fallbeispielen deutlich und bestätigen die Einschätzungen der Biografieforscher. Diese bezeichnen die Jahrgänge 1905 bis 1920 als »erste kriegsbetroffene Generation«.

»Bei ihren Kindern müssen wir deshalb von einem komplexen Gemisch von Faktoren ausgehen: nationalsozialistische Erziehung, gepaart mit der Erfahrung von Ausgrenzung und Gewalt gegenüber Juden, anderen Minderheiten sowie Kranken und Schwachen, belastende bis traumatisierende Kriegserfahrungen, Verlust von Vätern, Bewusstwerdung des verbrecherischen Charakters des NS-Regimes und des Holocaust« (Radebold et al. 2008, S. 8).

Die Kinder dieser »zweiten kriegsbetroffenen Generation« (zwischen 1927 und 1932 geboren) repräsentieren (1950 bis 1975 geboren) demnach dann die »dritte (jetzt indirekt) kriegsbetroffene Generation«.

»Sie vermitteln inzwischen zunehmend deutlicher, welche Folgen diese – ihnen allerdings oft unbekannte – Kriegskindheit ihrer Eltern hatte und noch hat. So klagen sie insbesondere über den Widerspruch zwischen äußere Sicherheit gebender Verwöhnung und psychischem Desinteresse dieser Eltern an alltäglichen Schwierigkeiten, und über innere Unerreichbarkeit bei gleichzeitig unbekannter Familienvorgeschichte« (ebd., S. 9).

Die Protagonisten in diesem Buch (in den Fallgeschichten von Georg, \*1954, Dorothea, \*1960, und Laura, \*1970) gehören demnach zur dritten, indirekt betroffenen Generation. Wie die »Geschichte« dann in der darauffolgenden – nach Radebold der »vierte[n] (wiederum indirekt) kriegsbetroffene[n] Generation« (nach 1975 geboren) hineinwirkt, ist noch wenig erforscht. Einblicke mögen die Fallgeschichten von Anja (1980) und Clemens (1982) geben.

So, sagt mein Gehirn, jetzt kann es losgehen, oder? Und wer glaubt, das Schreiben eines (fachlichen) Buches sei ausschließlich eine Leistung des Gehirns – der hat sich wohl auch getäuscht, meint das Herz.

## 1.2 Wer soll das lesen?

Dieses Buch richtet sich an angehende systemische Berater und Therapeuten, die hiermit ihr Wissen um ein erlebnisorientiertes Verfahren erweitern können. Die Leser können unseren Prozess in den Familienrekonstruktionen nachvollziehen, einzelne Interventionen einordnen und verstehen und an dem konkreten Erleben der Teilnehmenden teilhaben. Dabei werden gruppensystemische Aspekte ebenso deutlich beschrieben wie Qualitätskriterien und Haltungsaspekte in der Prozessbegleitung. Insbesondere die Kapitel 9 und 10 laden dazu ein, Familienrekonstruktionen und Aufstellungsformate differenzierter wahrzunehmen und voneinander unterscheidbar zu machen.

Auch wenn es sich bei den Familienrekonstruktionen um eine systemische Arbeit in Gruppen handelt, die mit systemfremden Repräsentanten arbeitet, können auch systemische Therapeuten für ihre

Arbeit mit einzelnen Klienten von diesem Buch profitieren. Gerade die Bezüge zwischen bindungstheoretischen Aspekten und Erkenntnissen aus der Traumaforschung geben hilfreiche Anregungen zur Hypothesenbildung im Kontext der jeweiligen Familiengeschichte. Außerdem erhalten systemische Therapeuten zahlreiche Hinweise auf eine historisch, gesellschaftlich und politisch bedeutsame Zeit und die (möglichen) Auswirkungen auf innerfamiliäre Beziehungen.

In systemischer Therapie und Beratung Lehrende mögen sich anregen lassen, die eine oder andere Idee in die eigene Konzeption von Selbsterfahrungseinheiten aufzunehmen oder das eigene Handeln zu reflektieren.

### 1.3 Familie

»Die Familie [...] ist trotz aller Beschränkungen, die sie uns auferlegt, und der Herausforderungen, die sie an Einzelne stellt, als Ort der Zugehörigkeit und existenzieller Grunderfahrungen unersetzlich« (Weber, Vorwort in McGoldrick 2003, S. 8).

Auch wenn hin und wieder von einer »Auflösung der Familie« die Rede ist, so bleibt doch der biologisch-menschliche Ursprung erhalten. Wir alle stammen von zwei anderen ab – unserer Mutter und unserem Vater – und bilden mit ihnen die sogenannte primäre Triade. Diese erste Triade ist das erste einer Reihe von (verschiedenen) Systemen, in die wir im Laufe unseres Lebens einbezogen werden. Und dies bleibt auch gültig, wenn Eltern sich trennen oder Familien auseinanderbrechen.

Als Kinder bleiben wir unseren Eltern lebenslanglich verbunden – auch wenn wir gegebenenfalls gern die Scheidung einreichen würden. Das, was wir in unseren Familien erleben, wirkt in uns weiter und formt unsere Identität – je mehr wir darüber wissen, umso größer wird die persönliche Freiheit.

»Die Vorstellung von ›Familie‹ ist aufs Engste verknüpft mit unserem Bewusstsein davon, wer wir sind in dieser Welt [...]. Wenn Sie wissen, was Sie von Ihrer Familie ererbt haben, kann Ihnen dies die Freiheit geben, Ihre Zukunft zu verändern« (McGoldrick 2003, S. 13).

Der Begriff *Familie* wird in mindestens zwei Bedeutungen gebraucht – zum einen ist die jeweilige Herkunftsfamilie gemeint, also in erster Linie Eltern und Geschwister. Zum anderen meint *Familie* aber auch

im weitesten Sinne »Verwandtschaft«, also Zugehörigkeit in einem größeren Rahmen sowohl in vertikaler (Großeltern, Urgroßeltern usw.) als auch in horizontaler Richtung (Tanten, Onkel, Cousins, Nichten und Neffen usw.). Den verschiedenen psychologisch-soziologischen Betrachtungen der Familie liegen folgende Kriterien zugrunde:

»Gemeinsam ist ihnen als ›intimes Beziehungsgefüge‹ der ›gemeinschaftliche Lebensvollzug‹, der die Familie deutlich von anderen Freundes-, Arbeits- oder Sportgruppen abhebt [...]. Familie ist also das für einen oder mehrere Menschen existenziell wichtigste Bezugssystem, in dem am stärksten das seelische, körperliche, soziale und materielle Wohlergehen gesucht und gefunden wird [...]« (von Schlippe u. Schweitzer 2012, S. 131).

Das, was wir über Familien denken und (zu) wissen (meinen), und die Frage, wie diese Systeme kommunizieren, interagieren und wirken, ist von vielen namhaften systemischen Autoren in Grundlagenwerken und Lehrbüchern ausführlich beschrieben worden (u. a. von Schlippe u. Schweitzer 1996, 2012; Levold u. Wirsching 2014) und wird hier nicht Gegenstand der Darstellung sein.

Wenn es um den Kontext »Familienrekonstruktion« geht, stehen folgende Fragen im Vordergrund:

- Wie ist die jeweilige Familie zeitgeschichtlich und räumlich verortet?
- Welche historischen Ereignisse spielen eine Rolle?
- Mit welchen Wünschen, Hoffnungen und Erwartungen werden Lebensentwürfe gestaltet?
- Wie werden Entscheidungen getroffen?
- Wie kommunizieren die Familienmitglieder miteinander?
- Wie gestalten die Familienmitglieder ihre Beziehungen zueinander?
- Wie werden Rollen, Aufgaben und Funktionen entschieden und gelebt?<sup>5</sup>
- Wie werden Konflikte gelöst?
- Welche Bewältigungsstrategien entwickeln familiäre Systeme?

---

<sup>5</sup> Hier beziehe ich mich vor allem auf frühe familientherapeutische Ansätze, wie die strukturelle Familientherapie nach S. Minuchin (vgl. Minuchin u. Nichols 1993).

- Wie grenzen sich familiäre Subsysteme voneinander ab (oder eben auch nicht)?
- Welche transgenerationalen Muster werden deutlich?
- Und natürlich: Auf welche Art und Weise wirken sich diese Aspekte auf das bisherige und jetzige Leben der Protagonisten aus, bzw. welche Schritte erscheinen hilfreich dabei, zukünftiges (Er-)Leben zu erleichtern, zu verbessern oder zu befrieden?

Wie sich eindeutige Rollen, Aufgaben und Funktionen in Familien entwickeln, zeigt folgendes *Fallbeispiel*.

### **Frauen und Männer: Die Familie des Vaters – Clemens (31), Teil I**

Auf der Seite der väterlichen Großeltern heiratet in einem streng katholischen Umfeld eine Heuersfrau<sup>6</sup> (\*1920) einen sechs Jahre älteren Bauern (\*1914) aus der Nachbarschaft (angemessener Altersunterschied, gleiches Milieu). Nach der Geburt von drei Töchtern wird (endlich) ein Sohn – Clemens' Vater – geboren (1953), an den sich hohe Erwartungen richten und der der ganze Stolz des Vaters ist. In der Familie herrscht eine klare Rollentrennung zwischen Frauen und Männern – die Frauen beten, kümmern sich um Haushalt und Kinder, während die Männer »ihren Mann stehen«. In dieser Familie werden Töchter von Müttern und Großmüttern erzogen und Söhne von Vätern. So erlebt der Sohn eine enge Verbindung zum Vater, der ihm »alles beibringt, was ein Junge lernen soll, um ein Mann zu werden«. Ein starker katholischer Glaube vermittelt christliche Werte und steckt einen (starren) Rahmen, aus dem man nur schwer hinauskommt.

#### ***So weit bin ich noch nicht***

Der Vater verstirbt 1977 plötzlich an einer Krebserkrankung. Der Sohn ist zu diesem Zeitpunkt 25 Jahre alt und verliert damit seinen ganzen Halt. Außer der Einsamkeit – nun ist er der einzige Mann in einem Haushalt von vier Frauen – spürt er eine große »Aufgabe« auf sich zukommen. Er wird nun die Verantwortung für die Familie übernehmen müssen. Während die Frauen sich gegenseitig trösten und Kraft aus ihrem Glauben ziehen können, bleibt er allein.

<sup>6</sup> <https://de.wikipedia.org/wiki/Heuerling> [31.7.2017] (Hervorh. im Orig.): »Die *Heuerlinge* oder auch *Heuerleute* waren selbstständige Landwirte, die weder Wohnung noch Grundeigentum besaßen, sondern diese von ihren Bauern im Gegenzug für regelmäßige Abgaben in Form von Naturalien oder Geld sowie einer meist unentgeltlichen Arbeitsverpflichtung gestellt bekamen.«

Er übernimmt die Verantwortung für den Hof und die Verpflichtung, für seine Mutter zu sorgen – auch wenn er unsicher ist, wie er es machen soll und ob es ihm gelingen wird, diesen Anforderungen gerecht zu werden.

(Fortsetzung folgt.)

Nun, nachdem der Begriff *Familie* eingeführt ist, kommen wir also zum zweiten Bestandteil des Wortes »Familienrekonstruktion« – der *Konstruktion* oder, genauer, der »Konstruktion von Wirklichkeit«.

## 1.4 Konstruktion und Wirklichkeit

Eine der zentralen Erkenntnisse der systemischen Erkenntnistheorie liegt darin anzunehmen, dass es keinen Sinn ergibt, Dinge (seien es Gegenstände, Systeme, Verhalten oder anderes) zu beschreiben, ohne gleichzeitig zu erkennen, dass die Beschreibung über einen *Beobachter* entsteht. Damit ist die Beschreibung einer – wie auch immer wahrgenommenen – Wirklichkeit immer eine subjektive Beschreibung

»Die Umwelt, so wie wir sie wahrnehmen, ist unsere Erfindung« (von Foerster 1981, S. 40)« (von Schlippe u. Schweitzer 2012, S. 121).

Es sind also nicht die Dinge an sich, sondern vielmehr die Art und Weise, wie sie von einem Beobachter wahrgenommen werden, die (psychische und soziale) Wirklichkeiten erzeugen. Darüber kann auch nicht hinwegtäuschen, dass Gruppen von Personen in der Beobachtung eines Phänomens zu ähnlichen oder gleichen Ergebnissen kommen und so alltagsprachlich von erlebter Wirklichkeit sprechen (vgl. von Schlippe u. Schweitzer 2012). Eine der Kernfragen bezieht sich nun darauf, wie wir zu solchen *Wirklichkeitskonstruktionen* gelangen:

»Kernfrage des Konstruktivismus ist, auf welche Weise wir aktiv an der Konstruktion unserer eigenen Erfahrungswelt Anteil haben, wie wir also Ordnung, Stabilität und Vorhersehbarkeit der Alltagswelt (mit anderen zusammen) herstellen. Die Ordnung der Welt entsteht aus dieser Sicht erst im Akt des Erkennens, durch das Vornehmen von *Unterscheidungen*« (von Schlippe u. Schweitzer 2012, S. 147; Hervorh.: I. C.).

Erst mit dem Erkennen von Unterschieden und der Anwesenheit eines Beobachters wird Wirklichkeit wahrnehmbar und beschreibbar – und

bleibt dennoch zutiefst subjektiv. Dabei muss besonders betont werden, dass es selbstverständlich durchaus Rahmenbedingungen oder »Realitäten« gibt, die Möglichkeiten eröffnen oder auch begrenzen:

»Wirklichkeitskonstruktion ist auch eine *Qualität des gesellschaftlichen Umfeldes*, nicht nur der Familie [...]. Um entscheiden zu können, ob man schwimmen gehen will oder nicht, muss erst einmal ein Schwimmbad in der Nähe sein und genügend Geld, um den Eintritt zu bezahlen [...]. Vorgegebene Strukturen wie fehlende Kindergartenplätze, fehlende Erwerbsarbeitsstellen und fehlendes eigenes Einkommen erzwingen vielfach diese zwar sozial konstruierten, aber nichtsdestoweniger »harten« Wirklichkeiten« (ebd., S. 148; Hervorh.: I. C.).

Gerade in Bezug auf unterdrückende, gewaltorientierte politische Gesellschaften betont Jegodtka (2013, S. 22; Hervorh.: I. C.) eine (humanistisch) notwendige Differenzierung des Verständnisses von Wirklichkeitskonstruktion – u. a. in Bezug auf den Nationalsozialismus:

»Traumatisierung durch Verfolgung im Nationalsozialismus fand in einem gesellschaftlichen Kontext statt, in dem Ausschluss und Eliminierung von Menschen gebilligtes Ziel war, dessen Umsetzung im Rahmen bestehender Machtstrukturen ermöglicht wurde. Die subjektive Erfahrung des Verfolgtwerdens fand in einem Kontext politisch motivierter Gewalt statt. Dies stellte keine subjektive Konstruktion dar, sondern bedeutete reale Erfahrung von Lebensgefahr. [...] Ich gehe davon aus, dass die Auseinandersetzung mit *soziopolitischen* Traumatisierungen es erforderlich macht, die subjektiven inneren Landkarten als Ausdruck individueller Konstruktion und zugleich als Versuch der subjektiven Rekonstruktion der Erfahrung zu verstehen und darüber hinaus den verursachenden Kontext als Realität zu benennen.«

Das bedeutet auch eine *klare, wertorientierte Positionierung* gegenüber Menschenverachtung und Gewalt auch in anderen Kontexten und ist eben nicht gleichbedeutend mit einer grundsätzlichen Aufgabe konstruktivistischer Ideen. Es geht hier vielmehr um die Frage nach der Übernahme von Verantwortung für das, was geschehen ist, oder das, was ich anderen zugefügt habe. Dieser Aspekt gilt vor allem auch für innerfamiliäre Traumatisierungen von Kindern. Es ist

»von entscheidender Bedeutung, ob der Vater sein Verhalten verändert und die Verantwortung für die von ihm ausgehende Gewalt übernimmt.

Dazu gehört, dass er bereit ist, über das Furchtbare zu sprechen, seine Verantwortung dafür zu benennen und Reue zu zeigen. Zur Reue wiederum gehört die ausgesprochene Erkenntnis, dass die Gewalttaten an der Mutter (möglicherweise auch direkt am Kind) falsch waren, nicht ungeschehen gemacht werden können« (Korittko 2016, S. 152).

In unserem Kontext der Familienrekonstruktionen werden diese Aspekte insofern bedeutsam, als es eben genau nicht darum geht nachzuweisen, wie es in einer Familie »wirklich« war. Die Protagonisten geben ihre Wahrnehmung<sup>7</sup> in Form von kommentierten Genogrammen, nachempfundenen Biografien und lebendigen Skulpturen Ausdruck. Sie zeichnen ihr jeweils sehr subjektives, persönliches Bild ihrer Familie. Und auch die Repräsentanten geben mit ihren Wahrnehmungen ihre (ebenfalls subjektive) Sicht hinzu.

»Die Arbeit in der sogenannten ›Rekonstruktion‹ dient dem Versuch, die komplexe Vernetzung lebensgeschichtlicher Daten mit der heutigen Lebenssituation so zu (er)finden, dass eigene Stärken und Schwächen für die systemische Tätigkeit verantwortungsvoll als mögliche Ressourcen genutzt werden können« (Molter 1998, S. 5).

Die an der Familienrekonstruktion Teilnehmenden erweitern ihr Verständnis von familiären Konstellationen, Herausforderungen und Bewältigungsstrategien und können dieses Wissen in ihren jeweiligen Arbeitsfeldern als systemische Berater und Therapeuten nutzen. Und – sie werden sich eigener Grenzen, im Sinne persönlicher Befangenheit, bewusst. Hierbei ist nicht nur die individuelle Erfahrung in der eigenen Rekonstruktion bedeutsam, sondern vor allem auch die Erfahrung in der Rolle als Repräsentant in den Familien der anderen Gruppenmitglieder.

Wenn die Rekonstruktionsprozesse gut gelingen, erhalten die Protagonisten neue, andere Informationen, die ihre bisherigen Bilder vervollständigen. So entstehen neue (ebenfalls subjektive) Bilder und Familiengeschichten. Bei gleichzeitiger Anerkennung des Leids und der Not wird aber auch die jeweilige Erinnerungsgeschichte mit »Realitäten« im oben beschriebenen Sinne konfrontiert.

---

<sup>7</sup> Gunther Schmidt spricht in diesem Zusammenhang auch von »Wahrgebung«, um den subjektiven Charakter von Bedeutungszuschreibung und Wirklichkeitskonstruktion zu unterstreichen.

## 1.5 Und nun zum unterlassenen »re«

Bisher habe ich das »re« in Familienrekonstruktion vernachlässigt. Ich könnte es auch durch ein »de« ersetzen oder in ein »neu« überführen.

Familienrekonstruktionen finden in Gruppen statt, wobei die Gruppenmitglieder in der jeweiligen Rekonstruktion die Familienmitglieder der Protagonisten repräsentieren. Der Prozess der Familienrekonstruktion folgt einer gleichen (und insofern verlässlichen, sicheren) Struktur. Jeder Protagonist hat das gleiche Zeitfenster zur Verfügung, die Arbeit dauert bei jedem etwa drei Stunden, wir beginnen jeweils in der Generation der Großeltern und arbeiten uns bis in die Gegenwart vor. Der Protagonist wählt seine Repräsentanten und seine *Beg-Leitung*<sup>8</sup> und stellt (für ihn relevante) Bilder. Im Prozess des *Rekonstruierens* – im Sinne von (Wieder-)Herstellung bekannter Bilder erfährt der Protagonist in der Regel über die Repräsentanten, aber auch über die Beg-Leiter »Neues« über seine Familie, das heißt, die Geschichte, wie sie bisher in Erinnerung ist, erfährt in gewisser Hinsicht eine *Dekonstruktion*. Insbesondere, wenn es in den Familien wohlgehütete Geheimnisse gibt oder die Familie entschieden hat, bestimmte Themen aus der Erzählung auszuklammern, kann diese Dekonstruktion schmerzhaft, beschämend oder enttäuschend sein. So kommt es beispielsweise vor, dass der geliebte Großvater durch die Rekonstruktion als SS-Mann im Nationalsozialismus »enttarnt« wird, was für die Protagonisten erst einmal schwer zu verkraften ist. Das führt manchmal dazu, dass die Protagonisten diese neuen Informationen eher nicht wollen und mit hohem Aufwand daran arbeiten, ihre »alten« Bilder zu bestätigen – das versuchen wir in der Beg-Leitung behutsam zu verändern.

So entstehen neue Variabilitäten und neue Perspektiven auf bisherige Gewissheiten oder Wahrheiten, die die Wahlmöglichkeiten dessen, was »wa(h)r«, erhöhen. Dies gilt selbstverständlich in gleichem Maße für Wahrheiten, die bislang als hinderlich, belastend, verstörend, irritierend betrachtet wurden und denen im Zuge der Re- und Dekonstruktion ein neuer Sinn verliehen werden kann.

---

8 In unserem Selbstverständnis ist eine Familienrekonstruktion ein kokonstruktiver Prozess zwischen uns als leitenden Lehrtherapeutinnen und der Gruppe. Wir nehmen unsere Leitungsverantwortung in der Prozesssteuerung ernst und können doch im Sinne der Selbstorganisation und Koproduktion nicht mehr als begleiten. So habe ich mich für die ungewöhnliche Schreibweise »Beg-Leitung« entschieden.

Nach erfolgter Re- und Dekonstruktion familiärer Wirklichkeiten schließt die Rekonstruktion mit Ideen zur *Neukonstruktion* ab.

So gestaltet, wird aus Herkunft so etwas wie »Hinkunft«, kann ein »Mitnehmen des Nützlichen« aus der Vergangenheit in der Gegenwart wirken und in »Zukünftiges« überführt werden – wenn möglich, in einer neuen, anderen Klarheit und mit einem Zugewinn an Sinnhaftigkeit.

## 1.6 Familienrekonstruktionen im Schatten?

*Familienrekonstruktion* ist ein von Virginia Satir in den 1960er-Jahren entwickeltes Format, welches mithilfe verschiedenster Elemente versucht, eine mehrgenerationale Perspektive auf das eigene »Gewordensein« zu gewinnen. Ausgehend von dem satirischen entwicklungsorientierten Ansatz, hat die Familienrekonstruktion vor allem zum Ziel, sich von familiären Begrenzungen, schädlichen Glaubenssätzen, vererbten, untauglichen Bewältigungsstrategien zu lösen und die Kräfte und Ressourcen des eigenen Selbst zu entfalten und zu stärken.

Satir veranstaltete auch die ersten Weiterbildungsseminare, in denen sie angehenden Familientherapeuten ihr entwicklungsorientiertes Bild ebenso zu vermitteln suchte wie ihre Ideen davon, wie die Art und Weise, wie Familien »funktionieren«, in lebenden Skulpturen verdeutlicht werden kann.

Seitdem sind die Zugänge zu Familienrekonstruktionen verschieden:

- Menschen mit einem persönlichen Anliegen – wir könnten sie auch »Klienten« nennen – machen sich auf die Suche nach einem entsprechenden Gruppenangebot und einem passenden Anbieter (Schmidt 2003).
- Klienten in systemischer Therapie gelangen gemeinsam mit ihrem Therapeuten an einen Punkt, an dem eine Familienrekonstruktion (beiderseits) als hilfreich erachtet wird. Daraufhin sucht entweder der Therapeut nach entsprechenden Möglichkeiten, oder der Klient wählt ein entsprechendes Format – während er weiterhin therapeutisch begleitet wird.
- Menschen, die sich für eine berufsbegleitende Weiterbildung zum systemischen Berater oder Therapeuten entscheiden, wählen (mehr oder weniger aktiv) einen Anbieter, der Familienrekonstruktionen durchführt.

Familienrekonstruktionen sind heute in den Hintergrund getreten und führen ein Schattendasein innerhalb der systemischen Landschaften. Nur noch wenige Institute führen mit ihren Teilnehmern Familienrekonstruktionen durch – andere Formate der Selbsterfahrung haben die Rekonstruktionen abgelöst. Bei genauerer Betrachtung finden sich jedoch einzelne Elemente der Familienrekonstruktion auch dort wieder – sei es die Arbeit mit einem Genogramm; Skulpturarbeit zu spezifischen Fragen oder Anliegen; die Verwendung von Familienfotos zur Unterstützung einer verbundenen, emotionalen Erzählweise; oder die Verwendung zeit- und lebensgeschichtlicher Chronologien. So weisen einige Institute ihre Selbsterfahrungsseminare mit Hinweisen auf »Elemente der Familienrekonstruktion« aus.

In Gesprächen mit Lehrtherapeutinnen und anderen fallen Sätze wie »Profis in der sozialen Arbeit brauchen das nicht«, »Es gibt vielfältige, leichtere Zugänge zu sich selbst, die auch eher für die praktische Arbeit taugen«, »Das ist was für angehende Therapeuten, nicht jede Beraterin will sich so intensiv mit den eigenen Wurzeln beschäftigen« oder »Wer sich intensiv mit der eigenen Herkunft befassen will, kann das ja auch in anderen Kontexten tun«.

Andere wiederum stehen Selbsterfahrungselementen in der systemischen Therapieausbildung grundlegend skeptisch gegenüber. Gerade unter konstruktivistischen Perspektiven könne berechtigterweise infrage gestellt werden, was sich denn da »gemeinsam rekonstruiert« in einer Familienrekonstruktion. Und die Frage sei, welche Formen der Selbstreflexion und/oder -erfahrung für angehende systemische (Familien-)Therapeuten hilfreich, nützlich oder auch notwendig sein sollten. Auf der Jahrestagung der Systemischen Gesellschaft 1998 in Hamburg wurde dieser Aspekt durchaus kontrovers diskutiert (vgl. Levold 1998; Ludewig 1998; Molter 1998).

Diejenigen jedoch, die Familienrekonstruktionen durchführen, und auch die, die daran teilnehmen, würdigen sie als »Herzstück« der Weiterbildungen und als besonders intensive persönlichkeitsbildende Arbeit und möchten diesen Teil keinesfalls missen (siehe auch Abschn. 6.2).

### **Hypothesen zum »Schattendasein«**

Meiner Ansicht nach gibt es mehrere Hypothesen zu der Frage, warum Familienrekonstruktionen derzeit in den Schatten geraten sind.

Zum einen hat es vielleicht etwas mit »Zeit- und Pioniergeist« zu tun. Waren Familientherapeuten zunächst eher psychoanalytisch

ausgerichtet (analog zu den Pionieren in den USA oder in Italien), entwickelte sich die Familientherapie Mitte der 1970er-Jahre zunehmend in eine eigenständige Richtung (mit einer gemeinsamen Plattform in der Zeitschrift *Familiendynamik* – seit 1976). Für diese »erste Generation« systemischer Familientherapeuten stellte sich die Frage nach »eigener therapeutischer Erfahrung als Klient« in der Regel nicht, da sie bereits über eine Therapieausbildung verfügten, die eigene Lehrtherapien beinhaltet.

Zum anderen: Mit der Gründung vieler Weiterbildungsinstitute in den 1980er-Jahren kamen zunehmend andere professionelle Gruppen in die Weiterbildungen zum systemischen Familientherapeuten. Nun stellte sich die Frage von Selbsterfahrung und -reflexion neu – und insofern anders, als verschiedenste Disziplinen (neben Medizinern und Psychologen nun auch u. a. Pädagogen, Sozialwissenschaftler, Theologen) Interesse an systemischen Ideen bekundeten.<sup>9</sup>

Nun könnte man heute, retrospektiv betrachtet, vielleicht sagen, dass sich spätestens Anfang der 1990er-Jahre eine Binnendifferenzierung vollzog, die zum Teil zu sehr kontroversen Diskussionen führte. Während die einen vor allem auf das »System Familie« fokussierten und in diesem Sinne eine intensive Auseinandersetzung mit der eigenen Herkunftsfamilie für angehende Familientherapeuten für unabdingbar hielten, konzentrierten sich die anderen eher auf das »System« (und verschiedenste systemtheoretische Annahmen und Modelle). Man könnte auch sagen: Die einen folgten dem entwicklungsorientierten Ansatz Satirs und integrierten Familienrekonstruktionen in ihre Weiterbildungen, während die anderen sich an luhmannscher Systemtheorie, dem sozialen Konstruktivismus, der Selbstorganisation und der Kybernetik II. Ordnung orientierten (und andere Formen der Selbstreflexion bevorzugten). Möglicherweise ist durch die Entwicklung von der systemischen Familientherapie zur systemischen Therapie auch die Familienrekonstruktion in den Schatten geraten.<sup>10</sup>

Mit *Ordnungen der Liebe* von Bert Hellinger (1994) eröffneten sich andere Perspektiven auf das familiäre Beziehungsgeschehen. Familienaufstellungen wurden durch ihn und seine Schüler an ver-

---

9 Ein Überblick über die Entwicklung von der systemischen Familientherapie zur systemischen Therapie findet sich in von Schlippe und Schweitzer (2012) sowie in Levold und Wirsching (2014).

10 Bis heute haben sich die Modelle und Orientierungen in der systemischen Beratung und Therapie um ein Erhebliches vervielfacht und in Teilen auch ausdifferenziert (siehe auch von Schlippe u. Schweitzer 2012, S. 34 f.).

schiedenen Orten populär. Die Aufstellungsarbeit in kleinen und größeren Gruppen versprach »Lösungen« in kürzester Zeit und mit vergleichsweise geringem therapeutischen Aufwand (oder auch Anspruch). Nicht zu unterschätzen ist hier möglicherweise die – was die mittelbaren Folgen des Nationalsozialismus und des Zweiten Weltkrieges angeht – zunehmend deutlicher gewordene Betroffenheit einer Kriegsenkelgeneration. Anders – und vielleicht auch unfreundlich – formuliert (so meint der kritische Zensor in meinem Gehirn): Es war parallel zu den Entwicklungen bei Hellinger ein »Markt« entstanden. So könne

»das ansteigende psychotherapeutische und öffentliche Bewusstsein der Auswirkungen seelischer Traumata über Generationen hinweg, wie es sich unter anderem auch in der rasanten Verbreitung der Aufstellungsarbeit zeigt, als Folge der gesellschaftlichen Verarbeitung der Geschichte des nationalsozialistischen Deutschland und der Kriegs- und Nachkriegszeit« (von Bülow 2004, S. 20 f.)

betrachtet werden.

Die »Aufstellungsarbeit nach Hellinger« (wie sie später genannt wurde) löste jedoch in der systemischen Szene zum Teil heftige kontroverse Diskussionen aus. Viele waren mit der doch manchmal direktiven Vorgehensweise nicht einverstanden, andere kritisierten Hellingers Haltung gegenüber Frauen oder auch seine teilweise abwertend klingende Sprache. Einigen systemischen Kollegen missfiel vor allem die Tatsache, dass durch Veröffentlichungen G. Webers die hellingersche Aufstellungsarbeit als »systemisch« bezeichnet wurde:

»Dadurch, dass Bert Hellingers Arbeit unter dem Etikett ›systemisch‹ gehandelt wurde, wurden alle, die dieses Etikett ebenfalls verwendeten, mit ihm in ›einen Topf‹ geworfen. Da individuelle Identität über die Zugehörigkeit zu spezifischen sozialen Systemen definiert wird, entstand die Notwendigkeit, sich abzugrenzen« (Simon 2015, S. 15 f.).

Heute lassen sich die verschiedensten Zugänge zu individuellen Themen wie den familiären Konstellationen ganz wunderbar als voneinander abgegrenzt beschreiben – eine Weiterentwicklung, die zunehmend dazu beiträgt, dass auch Klienten und Kunden wissen (können), was im Angebot gemeint und enthalten ist (siehe dazu auch Kap. 10).

Gleichwohl halten sich »Missverständnisse« lange, und auch wir machen immer wieder die Erfahrung in unseren Weiterbildungen,

dass (noch) unerfahrene Teilnehmer die Begriffe »Familienstellen«, »Familienaufstellung«, »Aufstellung« und »Familienrekonstruktion« synonym verwenden – manchmal werden wir auch (mit eher skeptischem Unterton) direkt gefragt, ob die Familienrekonstruktion »nach Hellinger« durchgeführt wird.

Vielleicht könnte die Entwicklung der Lehre in systemischer Therapie in Deutschland tatsächlich in Phasen oder Epochen beschrieben werden: In den Anfängen gab es die deutliche Orientierung an grundlegenden Richtungen (wie der *strukturellen Familientherapie*, *strategischen Ansätzen*, der *Mailänder Schule*, dem *entwicklungsorientierten Ansatz* nach V. Satir usw.), seit Anfang der 1990er-Jahre einen »Hype« um verschiedenste Aufstellungsformate, frei nach dem Motto »Wir stellen auf, was anliegt«, und seit etwa 2005 gilt eher das Motto »Möglichst kurz und lösungsorientiert« oder »Hauptsache, bunt und vielfältig und praktisch für die Praxis«.

Nicht zuletzt mögen auch die wissenschaftliche Anerkennung der systemischen Therapie und in der Folge die Bemühungen um eine berufs- und sozialrechtliche Anerkennung dazu beitragen, die einzelnen Elemente in Weiterbildungen auf den Prüfstand zu stellen. Nicht zwangsläufig im Sinne einer bereichernden Persönlichkeitsentfaltung der systemischen Therapeuten, sondern vielmehr mit Blick auf »Passungen« in einem aktuell bedeutsamen Gesundheitswesen – mit allen Risiken und Nebenwirkungen, die hier nicht Gegenstand der Beschreibungen sein werden (vgl. Levold u. Wirsching 2014, S. 544 ff.).

## 1.7 Ziele der Familienrekonstruktion

Neben anderen erlebnisaktivierenden Formaten in der systemischen Therapie scheinen Familienrekonstruktionen besonders geeignet, persönliche Entwicklung, Wachstum und Veränderung zu befördern. Das von Virginia Satir in den 1960er-Jahren entwickelte Verfahren wurde bereits damals in Ausbildungskonzepte für systemische Therapeuten übernommen und in ihnen angewendet. Satir definiert vor allem drei Ziele, die mit einer Familienrekonstruktion erreicht werden können:

»Erstens soll sie die Quellen frühen Lernens aufdecken. [...] Im Prozess der Familienrekonstruktion erhält der Protagonist oder ›Star‹, wie der Klient bei dieser Übung meist genannt wird, die Gelegenheit, die Geheimnisse seines Lebens zu rekonstruieren und die fehlenden Teile des Puzzles aufzuspüren. [...]

Zweitens entwickelt der Star eine Bewusstheit der Menschlichkeit seiner Eltern. Viele Menschen tragen ihr Leben lang das Elternbild in sich, das sie entwickelt haben, als ihr eigenes Überleben ganz von den Eltern abhängig war. Das ergibt ein verzerrtes Bild von ihren Eltern als Menschen damals und heute. [...]

Drittens gibt die Familienrekonstruktion dem Star die Gelegenheit, den Weg zum eigenen Menschsein auszubauen« (Satir u. Baldwin 1988, S. 199 f.).

Nerin (1989) befasst sich in der Frage nach möglichen Zielsetzungen oder Chancen in Familienrekonstruktionen vor allem mit dem, was Kinder in ihrer Entwicklung in der Familie lernen und mit welchen dysfunktionalen Mustern sie als Erwachsene zu überleben suchen, und sieht in der Familienrekonstruktion unter anderem eine Chance für experimentelles Ausprobieren, neues Lernen und andere Erfahrungen:

»Wir lernen in unserer Herkunftsfamilie also fünf Dinge, die auf unser Leben einwirken: wie wir mit anderen kommunizieren, an welchen Regeln wir uns orientieren, was bestimmte Erfahrungen bedeuten, wie wir mit Bedrohung umgehen und wie wir die größtmögliche Bedrohung von uns abwenden.

Zu den dysfunktionalen Mustern, die häufig in Familien gelernt werden, gehören: Angst vor Nähe, Verleugnung von Gefühl, die Notwendigkeit, das eigene Selbstbewusstsein auf Kosten anderer aufzublähen (ich bin besser als du), und das Bedürfnis, ständig den eigenen Willen durchzusetzen. Bei einer Familienrekonstruktion erhält der Entdecker die Möglichkeit, sich in einigen ursprünglichen Szenen, in denen er dieses dysfunktionale Muster gelernt hat, anders zu verhalten« (Nerin 1989, S. 55 ff.).

Kaufmann (1990, S. 10) sieht den Nutzen von Familienrekonstruktionen vor allem in der Ab- oder Loslösung von nicht mehr nützlichen Mustern:

»Familienrekonstruktion dient dazu, eine Entknotung, Entbindung des Familienerbes zu erreichen, das uns als selbstverantwortliche Erwachsene zu sehr behindert, uns den alltäglichen Aufgaben unseres Lebens in einer adäquaten Weise stellen zu können.«

Schmidt (2003, S. 14) sieht die Chancen und Möglichkeiten einer Familienrekonstruktion darin,

»sich mit bisher ungeklärten, chronisch konflikthaften Beziehungen im Familiensystem [...] auseinanderzusetzen, sich die Perspektive aller Beteiligten zu verdeutlichen, mit neuen Möglichkeiten der Konfliktlösung zu experimentieren, auf diese Weise die eigene Position im Familiensystem zu reflektieren, neu zu gestalten und so auch direkt oder indirekt zu einer Veränderung der Beziehungen im Familiensystem und der Balance von Autonomie und Verbundenheit beizutragen.«

Die Beziehungen zu den Eltern und der Familie neu zu sehen, sich zu versöhnen und zu befrieden, die eigenen Wurzeln anzuerkennen und sich dort zu verankern, Kräfte und Ressourcen zu entdecken und für sich zu nutzen, aber auch Grenzen zu ziehen und Verantwortung zu klären – das steht für von der Recke und Wolter-Cornell (2016, S. 60 ff.).

Die am Bremer Institut im Rahmen der Weiterbildungen durchgeführten Familienrekonstruktionen folgen dem Weinheimer Modell (Kaufmann 1990, S. 37). Die Familienrekonstruktion ist verbindlicher Bestandteil des Curriculums in der Weiterbildung zur systemischen Beratung. Wir sehen uns in der satirischen Tradition und halten eine intensive Auseinandersetzung mit der eigenen Herkunft für eine sinnstiftende Voraussetzung für die spätere beraterische oder therapeutische Arbeit mit Familien.

Dabei verfolgen wir vor allem folgende Ziele:

- Wachstum und Entwicklung der eigenen Persönlichkeit
- Stabilisierung und Stärkung eines aufrechten Selbstbewusstseins im Umgang mit der eigenen Geschichte, den eigenen Ressourcen, Fähigkeiten und Leistungen
- Erfahren verschiedenster Familiensysteme mit unterschiedlichen Themen, Mustern, Bewältigungsstrategien
- Kennenlernen verschiedenster Lösungsmöglichkeiten unter Anwendung systemisch-konstruktivistischer Sprache
- Entwicklung eines ressourcenorientierten Blicks auf die eigene Herkunftsfamilie
- Rekonstruktion dessen, was war und ist – Dekonstruktion hinderlicher Lernerfahrungen, Muster und Bewältigungsstrategien und Neukonstruktion persönlicher Autonomie und Verbundenheit

- sensibles Wahrnehmen und Erkennen der Bedeutung historischer Ereignisse und politischer Verhältnisse für innerfamiliäre Beziehungen.

Wir folgen der Philosophie der satirischen *fünf Freiheiten*, wie sie von Satir (Satir u. Baldwin 1988, S. 142) als essenziell benannt wurden:

»Meine fünf unveräußerlichen Freiheiten:

zu sehen und zu hören –  
was in mir ist und mit mir ist  
und nicht, was dort sein sollte,  
dort war oder vielleicht sein könnte!

Zu sagen – was ich fühle und denke  
und nicht, was ich sagen sollte!

Zu fühlen – was ich fühle  
und nicht, was ich fühlen sollte!

Zu fragen – was ich möchte,  
und nicht zu warten, warten, warten  
auf Erlaubnis!

Zu wagen – was mich reizt,  
statt immer nur ›Sicherheit‹ zu wählen!

Ich probier's einfach aus!«

Auch wir als Begleiter nehmen für uns in der Beg-Leitung diese Freiheit(en) ernst. An anderer Stelle wird gesondert auf die Rolle und Aufgabe der Beg-Leiter (siehe Abschn. 6.8) eingegangen.

### **Was gäbe es zu gewinnen?**

Nun stellt sich ja so manchem vielleicht die Frage, welches der Gewinn daraus sein könnte, sich heute wieder auf ein ›fast vergessenes Format‹ zu besinnen.

Meiner Ansicht nach sind dies mehrere Aspekte:

- Die Struktur der Familienrekonstruktionen bietet einen vornehmlich neutralen Rahmen für die »Erzählung der Geschichte« – im Unterschied zu Aufstellungsformaten, die explizit ein Thema fokussieren und mit der subjektiven Interpunktion in der Zeit den Beginn und das Ende markieren.