

Übergänge in Familien aus systemischer Sicht

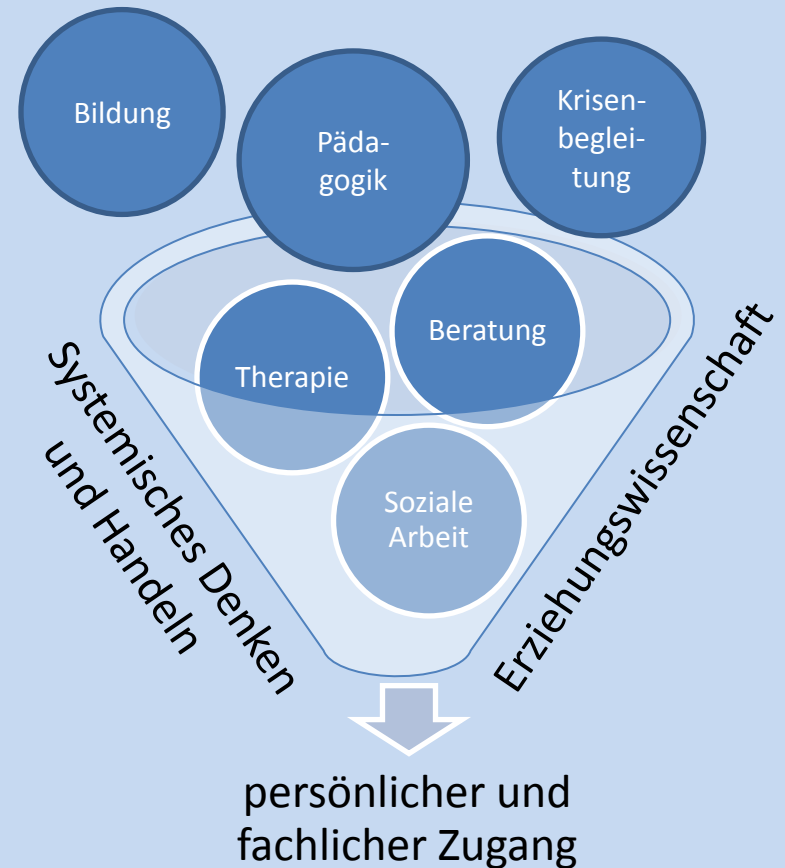
26. November 2015
Würzburg

Prof. Dr. Renate Zwicker-Pelzer
KatHO-NRW

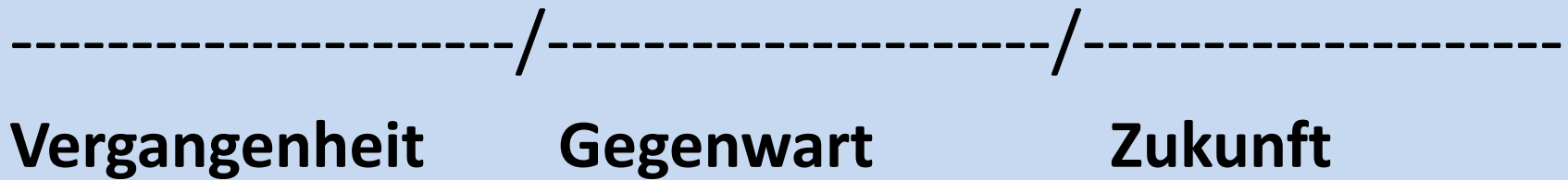
Persönlicher und fachlicher Zugang zum Thema

Arbeitsgebiete in der eigenen Professionalität als Pädagogin, Weiterbildnerin und Erziehungswissenschaftlerin

- vom guten Verschnitt des Pädagogischen mit Beratung, Therapie und Sozialer Arbeit
- Engagement in der Weiterentwicklung des systemischen Denkens und Handelns in der DGSF
- Krisenbegleitung von Familien in und nach Trennung



Pädagogische Implikationen



Was sind eigentlich Krisen?

Krise, von griechisch krisis = Entscheidung, entscheidende Wendung, Wendepunkt, wird im Vokabular systemtherapeutischer Begriffe, Konzepte besonders von Simon und Stierlin definiert als „Situation der gestörten Innen-/Außenanpassung eines Individuums oder eines Systems“.

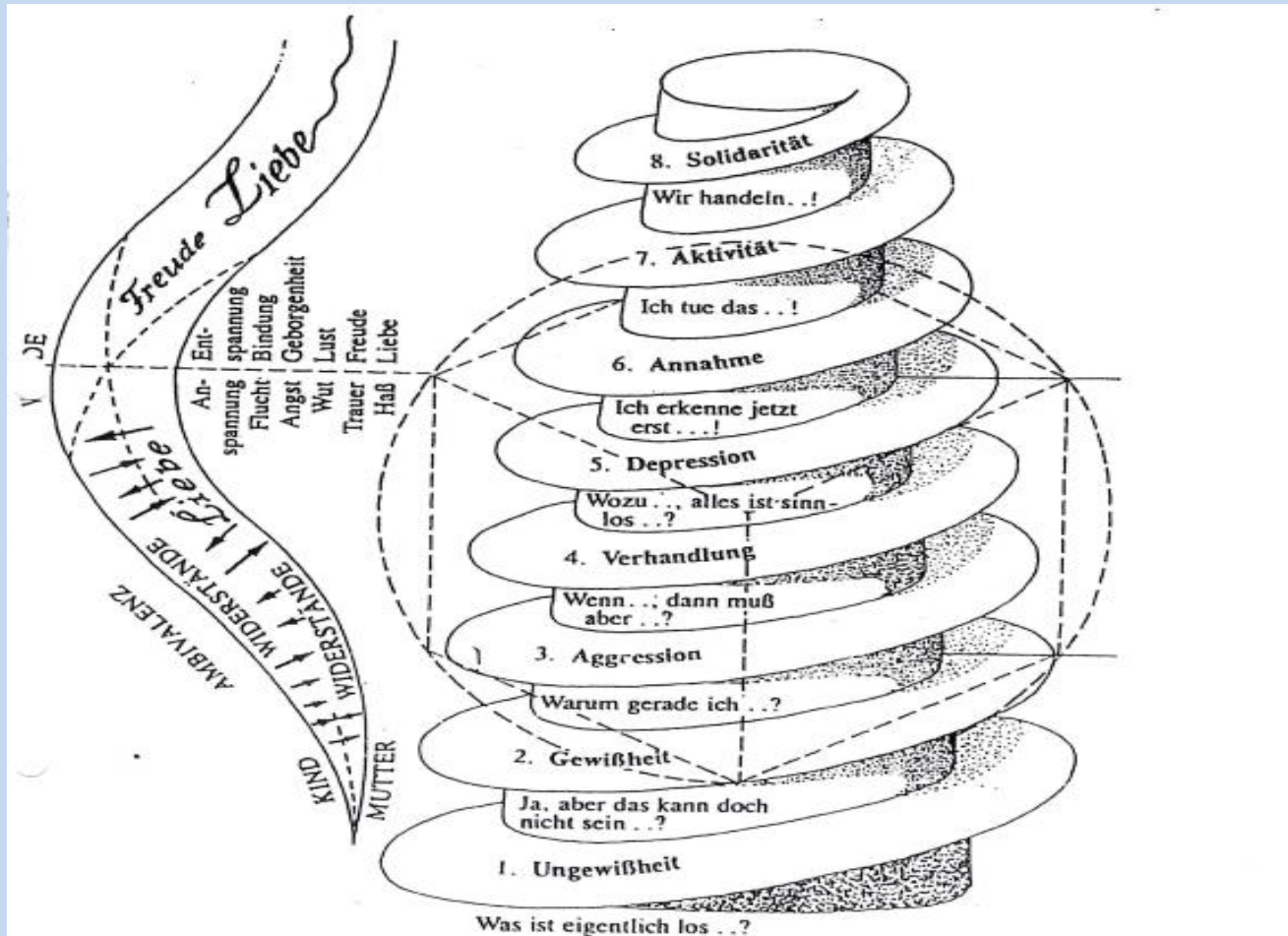
D.h. die bislang bewährten Anpassungsmechanismen reichen nicht mehr aus, um die zur Überlebenssicherung notwendigen Gleichgewichtsprozesse aufrechtzuerhalten. Neue Bewährungsstrategien und entsprechende Umstrukturierungen sind notwendig geworden. (Simon/Stierlin: Die Sprache der Familientherapie. 1992)

Krisen und was es zu unterscheiden gilt

1. Defizitorientierte Sicht
2. Phasische Sicht (Kübler-Ross; Schuchardt)
3. Dynamische und wachstumsorientierte Sicht
4. Ressourcenorientierte Sicht (aus der Sozialen Arbeit und aus der Resilienzforschung)

Krisen**beschreibung** und Krisen**bearbeitung** werden unterschieden.

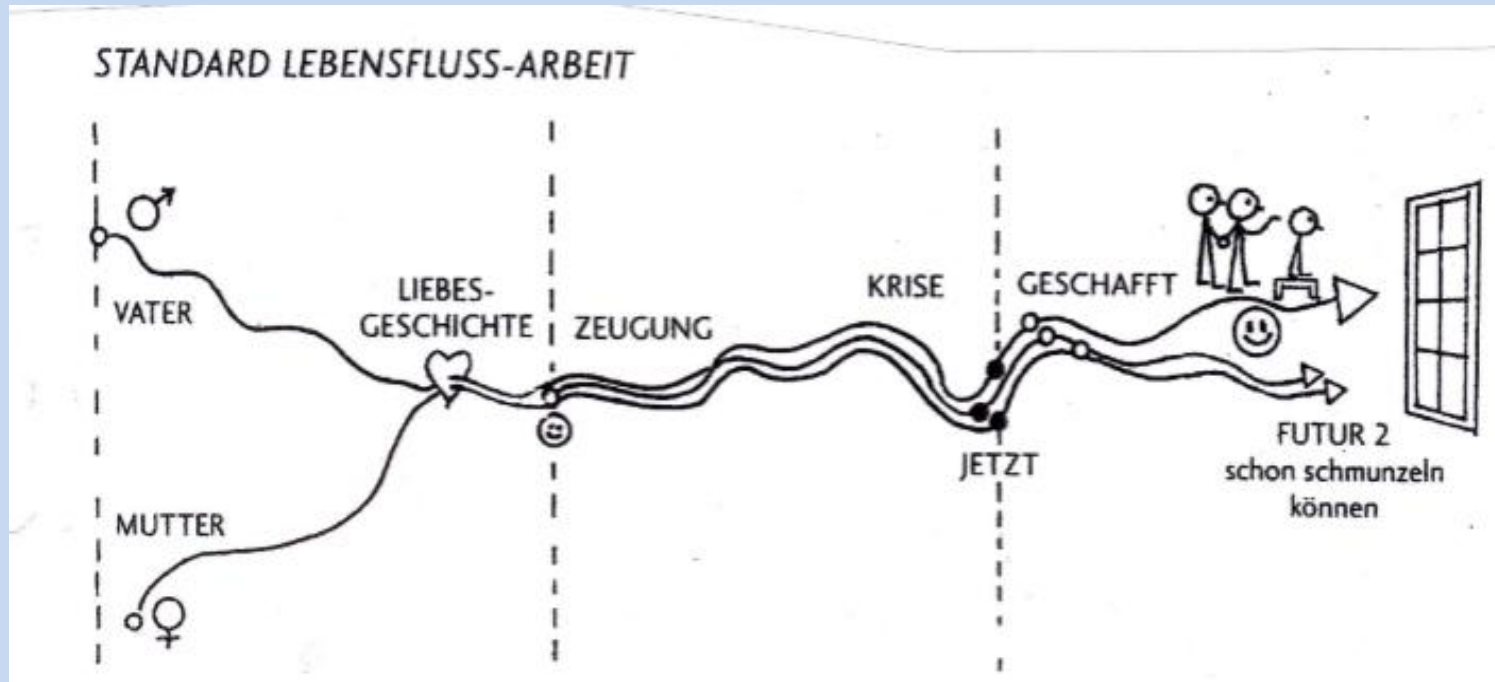
Krisenverarbeitung als Lernprozess in acht Spiralphasen (nach Kübler-Ross, Erika Schuchardt)



Beispiel der dynamischen – wachstumsorientierten Sicht

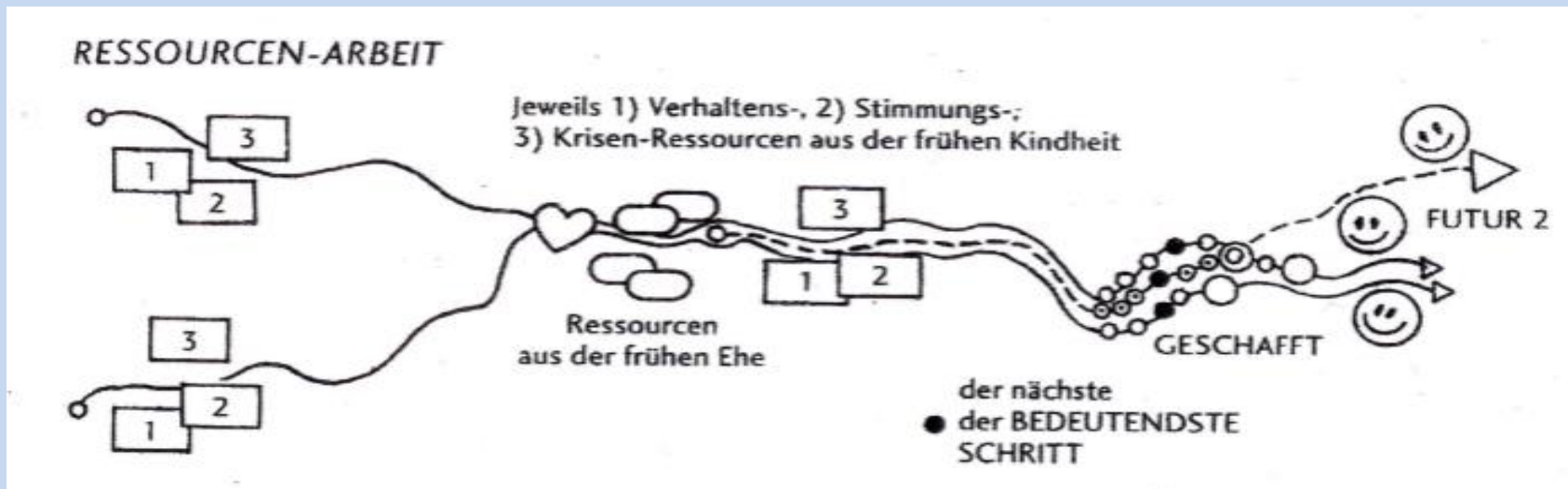
1. Definition von Krisen nach Wnuk-Gette/Wnuk verstehen sich in Anlehnung an Stierlin/Simon. Bewährte Anpassungsmechanismen reichen nicht aus zur Überlebenssicherung.
2. Veränderungen 1. Ordnung als Veränderung einzelner im System zum Erhalt des Gleichgewichts; und Veränderungen 2. Ordnung als Veränderung des Systems
3. Drei Wendekomplexe (personelle Vergrößerung/Verkleinerung, Veränderung eines Familienmitglieds, Veränderung des sozialen Milieus)

Lebensflussmodell (Nemetschek)



Das Lebensfluss-Modell nach Nemetschek als Bild für

- Auf und Ab im Leben
- Ressourcenbrille
- Nahsicht (statt Weitblick)
- „Geworden“ wegen der Krisen



Standard Lebensfluss-Arbeit

Fokussieren Sie bitte einen kritischen Wendepunkt in Ihrem Leben. Erarbeiten Sie diesen Wendepunkt mit diesen Analyse-Fragen:

1. Was passierte um den Wendepunkt herum?
Wer war dabei?
2. Was geschah damals außerhalb, ökosystemische, historisch-gesellschaftlich, also im Kontext?
3. Wo waren die Eltern, Geschwister und andere wichtige Menschen?
4. Von wem habe ich Hilfe bekommen?
5. Von wem habe ich keine Hilfe bekommen, obwohl ich sie erwartet habe?
6. Was habe ich erhofft, was habe ich befürchtet, was noch Schlimmeres eintreten könnte?
7. Was habe ich selber unternommen, um mit dieser Krisenzeit fertig zu werden?
8. Was habe ich Positives aus der Bewältigung der Krise erfahren und gelernt, was ich heute noch aus der Ressource habe?

Kombination von Lebensfluss-Arbeit mit Ressourcen-Arbeit

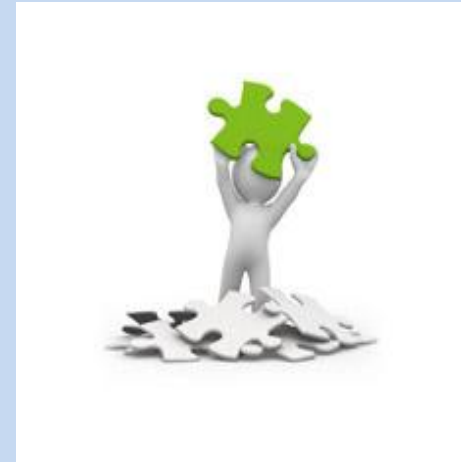
Verhaltens – Ressourcen

Stimmungs – Ressourcen

Krisen - Ressourcen

Problem – Ressource - Veränderungswunsch

Entwicklung



Individuation als soziale Herausforderung

Individuation – ICH-Integrität als

- entwicklungspsychologische
- psychodynamische und
- familiendynamische Herausforderung

- Das persönliche Ich begegnet der Umwelt, es wächst und stabilisiert sich mit anderen Menschen (am Du zum Ich werden)
- Die relevante soziale Umwelt gilt es neu zu ordnen und trotz widriger Umstände „resilient“ zu sein. (vgl. Untersuchungen von Emmy Werner auf Hawaii)

Systemisch betrachtet sind Krisen immer Irritation(en)

- sich selbst neu zu justieren
- auf neue Lebensherausforderungen aufmerksam zu werden
- in der (scheinbaren) Easy-Welt stimmt einiges nicht
- Erzählgemeinschaften anregen mit dem Fokus auf das Gelingende trotz der Krise. Denn: Sich – vergewissern geht nur mit anderen Menschen und im Kontakt
- Übergänge begleiten in der Bildungsarbeit mit Familien als Herausforderung

Wendezeiten – Übergänge – Wachstum – Reifung

(Perle und Muschel – Bild)

Das Neun-Felder-Modell (NFM)

- Es vereint die lebenszyklische Sicht, die Ressourcen-Sicht und beachtet die Ebenen von Vergangenheit- Gegenwart und Zukunft

Wunsch/ Bedürfnis (Ebene 3)	Wie haben Sie Ihren Wunsch/Ihr Bedürfnis damals erlebt?	Welche Veränderung wünschen Sie sich?	Was würde die gewünschte Veränderung für Sie bedeuten?
Ressource (Ebene 2)	Welche Fähigkeiten waren damals hilfreich – und was haben Sie damals getan?	Was wäre für Sie jetzt hilfreich? Was wollen Sie jetzt dafür tun?	Wie wollen Sie dies auch in Zukunft sicherstellen – und was wollen Sie für diese Veränderung tun?
Problem (Ebene 1)	Welche Erfahrungen haben Sie mit dem Problem?	Was genau erleben Sie momentan als Problem?	Wie, glauben Sie, wird sich das Problem in der Zukunft entwickeln?
	Vergangenheit (Ebene 4)	Gegenwart (Ebene 5)	Zukunft (Ebene 6)

Geeignete systemische Interventionen

- Arbeit nach dem Neun Felder Modell (NFM)
- Zeitstrahl/ Timeline-Arbeit /Lebenslinie
- Ressourcen- Arbeit
- Entwicklungs-Tagebuch
- Netzwerk-Arbeit
- ..
- ..



Literatur

- Christina Berndt: Resilienz. Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft. München 2013
- Erik Erikson: Identität und Lebenszyklus. Frankfurt 1974 und ff.
- Sigrun-Heide Filipp, Peter Aymanns: Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Stuttgart 2010
- Andreas Langosch: Ressourcenorientierte Beratung und Therapie. München 2015
- Tom Levold, Michael Wirsching (HG): Systemische Therapie und Beratung- das große Lehrbuch. Heidelberg 2014
- Peter Nemetschek: Systemische Familientherapie mit Kindern, Jugendlichen und Eltern, 2006
- Joseph Rieforth, Gabriele Graf: Tiefenpsychologie trifft Systemtherapie. Göttingen 2014
- Rainer Schwing, Andreas Fryszter: Systemisches Handwerk. Göttingen 2016
- Erika Schuchardt : Jede Krise ist ein neuer Anfang. Aus Lebensgeschichten lernen. Düsseldorf 1985
- Helm Stierlin: Sinnsuche im Wandel. Heidelberg 2010
- Helm Stierlin: Individuation und Familie. Frankfurt 1994

Bildquellen

- http://static-content.springer.com/image/art%3A10.1007%2Fs00278-014-1041-9/MediaObjects/278_2014_1041_Fig2_HTML.jpg
- <http://blog.datacracker.com/wp-content/uploads/2013/04/Figure-Sitting-With-Question-Mark.jpg>
- http://blogrh.bearingpoint.com/wp-content/uploads/2011/04/Fotolia_4599028_Subscription_XL2.jpg
- Zeitschrift Publik Forum, EXTRA THEMA, 11/2014