

GESTALT-FAMILIENTHERAPIE ¹

- Prozesstrukturen und Bewusstheit in intimen sozialen Systemen

von Joseph Melnick und Sonia March Nevis

Dieser Artikel skizziert theoretische und methodische Aspekte der Familientherapie aus gestalttherapeutischer Perspektive. Familien werden auf dem Hintergrund der Feldtheorie, des Interaktiven Zyklus des Erlebens und der Systemtheorie betrachtet. Zunächst konzentrieren wir uns auf die Gestaltung, den Ausdruck und den Umgang mit Intimität als grundlegender Dimensionen jeder Familie. Wir beschreiben Intimität vor allem als Widerspiegelung der Art und Weise, in der sich die Familie um Probleme der Macht (im Sinne von Einfluss) und der Sorge (im Sinne von Unterstützung) herum organisiert. Schließlich wird ein Fallbeispiel zur Veranschaulichung unseres Ansatzes dargestellt.

Die Gestalttherapie eignet sich sehr gut sowohl für die Darstellung von Familiendynamiken als auch für die Beratung von Familien, die Hilfe und Unterstützung benötigen. Unser familientherapeutischer Ansatz basiert vor allem auf der Feldtheorie, obwohl er natürlich auf einer umfassenderen gestalttherapeutischen Grundlage steht; wir betonen dabei besonders das Konzept des Interaktiven Zyklus des Erlebens. Aber wir verwenden auch Konzepte, die - obwohl sie in der Feldtheorie schon enthalten sind - vor allem von der Systemtheorie entwickelt und dargestellt wurden. ²

¹ Abdruck mit freundlicher Genehmigung des Hogrefe Verlages – Alle Rechte vorbehalten.

Der Aufsatz ist im *Handbuch der Gestalttherapie* (Hrsg. Reinhard Fuhr, Milan Sreckovic, Martina Gremmler-Fuhr) erschienen.



Das Handbuch kann online bestellt werden:

<http://www.hogrefe.de/programm/handbuch-der-gestalttherapie.html>

Übersetzung des Aufsatzes aus dem Amerikanischen von Reinhard Fuhr und Martina Gremmler-Fuhr. Der Artikel geht auf ein Modell zurück, das die Autoren während vieler Jahre als Trainer für Paarund Familientherapie im Rahmen des *Intimate Systems Program* in Cape Cod/USA entwickelt haben. Wir möchten unseren Kollegen Joseph Chaim Zinker, Ph.D., Stephanie Backman, L.C.S.W., und dem verstorbenen William Warner, Ph.D., danken; ihre Gedanken, Ideen und Präsenz lehrten uns vieles über intime Beziehungssysteme. Wir möchten auch den Mitgliedern der *New England Eaters* und der *Writers' Group* sowie Gloria Melnick, Ph.D., für ihre Kommentare zu Entwürfen dieses Artikels danken.

² Wir sind uns dessen bewusst, dass unser Ansatz, den wir das *Cape Cod* Modell genannt haben, nur einen Zugang zur Familientherapie innerhalb der Gestalttherapie darstellt.

Wir verwenden die Feldtheorie vor allem, um die Hier und Jetzt-Situation der Familie erkennen zu können. Beim Erfassen von Verhaltenselementen wie Emotionen, Sprache und Körperbewegungen beachten wir deren Form auf dem Hintergrund der gesamten Familie sowie die Art und Weise der Interaktion der Familienmitglieder im Therapieraum. Wir beachten auch das, was man vielleicht am besten die „Dimensionen des Feldes“ nennen könnte. Beispielsweise betrachten wir eine Familie im Hinblick auf Fluss und Widerstandsfähigkeit, Emotionalität usw. Auch der Rhythmus, in dem sie sich zwischen Ernsthaftigkeit und Leichtigkeit hin und herbewegen oder die einzigartige Weise der Mischung von Emotionalität und Intellekt spielen eine Rolle.

Zur Unterstützung unserer feldtheoretischen Perspektive verwenden wir auch den Interaktiven Zyklus des Erlebens (Melnick & Nevis, 1994; Zinker, 1994). Dieser Zyklus ist eine Erweiterung und Adaption des Zyklus des Erlebens (Zinker, 1979), der wiederum die Phänomene der Figur-Hintergrundbildung, wie sie zuerst durch die Gestaltpsychologen erforscht und später von Perls und Goodman (Perls u. a., 1951) angewandt wurde, erweiterte und differenzierte.

Der Zyklus ist eine Art „... Folie, die wir über die Interaktionsprozesse des Paares oder der Familie legen“ (Zinker, 1994, 31). Die Verwendung des Interaktiven Zyklus gestattet uns, die Art und Weise zu betrachten, wie die Familie sich auf dem Hintergrund der Dimension der Zeit organisiert. D. h. wir konzentrieren uns auf die Fähigkeit der Familie, sich auf Gespräche einzulassen, Interesse aneinander zu entwickeln, Übereinstimmungen herzustellen, Probleme zu lösen und auf neue Themen und Vorhaben überzugehen. Der Zyklus beschreibt also einen besonderen Aspekt der Familieninteraktion.

Schließlich glauben wir, dass die Feldtheorie und der Interaktive Zyklus des Erlebens trotz ihrer großen Erklärungskraft für die Beschreibung von zwei wesentlichen Aspekten der Familie nicht ausreichend sind, nämlich ihre hierarchische Struktur und die festen, generationsübergreifenden Subsysteme von Eltern und Kindern. Wir verwenden daher Aspekte der Systemtheorie für Erkenntnisse über solche unveränderbaren und unausgewogenen Aspekte der Familien.³ Wir kommen später darauf zurück.

Angesichts dessen, dass der Gestalt-Ansatz und die Familientherapie so gut zueinander passen, ist es für uns erstaunlich, dass im englischsprachigen Raum von Gestaltautoren wenig über dieses Thema geschrieben wurde.⁴ Dieser Mangel spiegelt sich auch bei Präsentationen auf Konferenzen wider (beispielsweise widmeten sich von mehr als hundert Präsentationen auf den zwei Treffen der *Association for the Advancement of Gestalt Therapy* [AAGT] nur zwei dem Thema Familie). Dieses Defizit besteht auch in den Trainingsprogrammen der Ge-

³ Wir sind uns bewusst, dass diese drei Paradigmen mehr Ähnlichkeiten als Unterschiede aufweisen und dass man auch eine Unterordnung des einen unter das andere begründen könnte. Wir halten jedoch die Unterscheidungen in diesem Artikel für gerechtfertigt. Eine umfassendere Beschreibung der Systemtheorien findet sich in Huckabay (1992) und Krauss (1989); die Feldtheorie wird von Parlett (1991, 1997) dargestellt; der Interaktive Zyklus des Erlebens findet sich in Melnick und Nevis (1990) und Zinker (1994).

⁴ Bemerkenswerte Ausnahmen davon sind Espy (1994); Kempler (1974); Kaplan und Kaplan (1982, 1985, 1994); McConville (1995); Papernow (1993); Zinker (1994).

staltinstitute. Obwohl viele Ausbildungsaktivitäten der Einzel-, Paar- und Gruppentherapie gewidmet werden, gibt es fast kein systematisches Training für Familientherapie.⁵

In diesem Artikel beschreiben wir unseren speziellen Ansatz der Arbeit mit Familien. Wir konzentrieren uns auf Anzeichen für Intimität, wobei wir die Betonung auf deren Entstehung und Ausdrucksformen sowie auf den Umgang damit legen. Wir verwenden die Konzepte der Macht und Fürsorge, um die Dynamiken der Intimität in Familien zu beschreiben. Danach werden wir unsere Methoden der Bestandsaufnahme und Intervention erörtern und anschließend ein Fallbeispiel darstellen. Zunächst werden wir jedoch eine Definition von Familie und Elternschaft geben und dann unsere Orientierungswerte und übergeordneten Konzepte darstellen.

WAS IST EINE FAMILIE?

Eine Familie besteht aus zwei oder mehr Einzelpersonen in einer Mehr-Generationen-Beziehung.⁶ Sie haben eine gemeinsame Vergangenheit und Gegenwart und eine wie auch immer minimale Verpflichtung für eine gemeinsame Zukunft. Familien bestehen aus ständig wechselnden Konfigurationen wie Einzelpersonen, Dyaden, Triaden oder größeren Gruppierungen. Sie stehen in Verbindung mit, sind getrennt von, sind eingebettet in und untergeordnet unter umfassendere Strukturen. Einige dieser Strukturen sind physikalischer Art wie Häuser, Nachbarschaften, Städte und Länder. Andere sind um das Empfinden der Familie für Sinn und Identität herum zentriert und umfassen Dimensionen wie Religionszugehörigkeit, ethnische Identität, Interessen und Hobbys. Moderne Familien bilden Organisationen, die mit ökonomischen, moralischen, rechtlichen, sozialen, religiösen Fragen und mit solchen der Sicherheit umgehen. Familien sind jedoch insofern in ihrem Kern intime Systeme, als die primären Gründe für ihre kontinuierliche Existenz emotionaler Natur sind.

Wie alle intimen Systeme müssen Familien mit Problemen der Fürsorge und Macht umgehen. Mit Fürsorge meinen wir die Art und Weise des Austauschs, d. h. des Gebens und Empfangens von emotionalen, intellektuellen und physischen Unterstützungen. Mit Macht meinen wir die Fähigkeit, innerhalb des Familiensystems Einfluss auszuüben oder beeinflusst zu werden.⁷

Die Art und Weise, wie Familien mit Macht und Fürsorge umgehen, wird biologisch durch den dauerhaften Unterschied zwischen Eltern und Kind begrenzt. Deshalb haben Eltern fast immer das größere Potential zu verletzen oder zu nähren, zu beeinflussen oder beeinflusst zu werden, zu beschämen oder zu unterstützen, zu ermutigen oder zu entmutigen. Dies heißt nicht, dass es nicht auch individuelle beziehungsmaßige Veränderungen in den Mustern der Unterstützung und des Einflusses gibt, die mit dem Altern und der Entwicklung von Kompetenzen (oder dem Verlust von Kompetenzen) innerhalb der Familien verbunden sind.

⁵ Zwei bemerkenswerte Ausnahmen sind das bereits erwähnte *Intimate Systems Program* sowie das *Couple and Family Training Program*, die beide im Rahmen des *Gestalt Institute of Cleveland* durchgeführt werden.

⁶ In diesem Artikel verwenden wir als Darstellungsmodell eine Vier-Personen-Familie mit zwei Erwachsenen und zwei Kindern. Wir wählen diese Familienkonstellation der Einfachheit halber, sind uns aber bewusst, dass moderne Familien viele verschiedene Formen haben und aus einer großen Zahl unterschiedlicher Subsysteme bestehen, die Alleinerziehende, Stieffamilien, Großeltern usw. umfassen.

⁷ Eine ausführliche Erörterung der Themen Intimität und Macht erfolgt in dem Artikel der Autoren über *Paartherapie* in diesem Handbuch.

In den meisten Kontexten sind es jedoch die Eltern, die das Leben ihrer Kinder organisieren sowie den Großteil an Unterstützung, Einfluss und Fürsorge bereitstellen, so dass die Kinder tiefere und komplexere Organisationsformen entwickeln können, sowohl im Hinblick auf das Selbst, als auch in ihren Beziehungen zur Umwelt, sei es emotional, sozial, psychologisch oder physisch. Die Kunst der Elternschaft bedeutet - um ein Wort von Laura Perls aufzugreifen - „gerade genug“ Organisation, weder zu wenig noch zuviel zu übernehmen. Wenn dies gelingt, können die Kinder schließlich mit einer entwickelten Fähigkeit zum gemeinsamen Leben in intimen Beziehungen in die Welt hinaustreten.

Die Komplexität von Familien wird durch die Reichweite von Kompetenzen und Unterschieden in den Lebenserfahrungen bestimmt, aber auch durch die Geschwindigkeit, in der sich interaktioneller Wandel vollzieht. Von größter Bedeutung sind die physischen und psychologischen Veränderungen vor allem der Kinder, die in das Selbstverständnis der Familie integriert werden müssen. In Familien ist jeder gezwungen, sich zu verändern, um sich an diese oft plötzlichen Veränderungen anzupassen. Selbst wenn die Eltern diese Veränderungen zu verleugnen versuchen, gibt es Entwicklungseinschnitte - wie Pubertät und soziale Ereignisse (wie den Erwerb des Führerscheins durch einen Heranwachsenden) -, die nur schwer zu ignorieren sind.

Als wäre das Familienleben an sich nicht schon schwierig genug, ist unsere Elternschaft natürlich von unserer eigenen Geschichte beeinflusst - unserer Erfahrung, selbst Kinder gewesen zu sein und von Eltern versorgt worden zu sein. Vieles von der späteren Elternrolle wird in den frühesten Jahren erlebt und gelernt, wenn wir noch recht unselbständig und dem Einfluss der Eltern ausgesetzt sind. Diese Familienideologien, Schemata, Introjekte, Lebensweisen, Werte und Sorgen werden mit nur geringer Bewusstheit einverleibt und wirken bei Paaren oft im Untergrund. Es ist jedoch erstaunlich, wie die biologischen Rollen des Vater- und Mutter-Seins sie ans Tageslicht bringen, oft ohne Bewusstheit und Überprüfung. Außerdem muss bei einem Elternpaar jeder Erwachsene mit einem bedeutsamen anderen interagieren und die Elternrolle mit ihm teilen, wobei jeder von beiden die historischen Regeln und Introjekte in den gegenwärtigen Kontext ihrer Familie und ihrer Elternschaft zu integrieren versucht. Unterschiede in den Fähigkeiten zur Elternschaft, den Rollen und Überzeugungen vergrößern die Schwierigkeit beim Umgang mit Wachstum und Veränderung.

GRUNDPINZIPIEN

Wie unsere grundlegenden Prinzipien hinsichtlich der Funktionsweise von Familien, gehen auch unsere Überzeugungen von guten Prozessen ganz selbstverständlich aus unserer feldtheoretischen Perspektive hervor. Indem wir Elemente ästhetischer Empfindsamkeit und einen ethischen Rahmen hinzufügen, vervollständigen wir unser Konzept der „guten Form“ (Zinker, 1994).

- Wir glauben, dass es ein mutiger Akt des Vertrauens ist, wenn sich eine Familie in eine therapeutische Praxis begibt, um ihr Innerstes und ihre privaten und wichtigsten Beziehungen zu offenbaren. Außerdem ist diese Fähigkeit, sich an einen „kundigen anderen“ außerhalb des Familiensystems zu wenden, für sich genommen schon ein Akt der Gesundheit und des Funktionierens.⁸

⁸ Diese Annahme ist kulturell begrenzt und trifft auf bestimmte Kulturen und Subkulturen nicht zu.

- Als Gestalttherapeuten wertschätzen wir den ästhetischen Prozess des Systems, das wir beobachten. Daher achten wir auf die Bewusstheit, die Qualität des Kontakts und die Fähigkeit, gemeinsame Interessen zu schaffen und zu erörtern, ihnen nachzugehen, sie wieder loszulassen und wieder von vorn zu beginnen.
- Wir interessieren uns für die Bildung, Zerstörung sowie die veränderlichen Formen der Subsysteme und Allianzen und dafür, wie Gruppen entstehen, sich miteinander verbinden bzw. mit anderen Systemen und Subsystemen Verbindungen aufnehmen.
- Wir achten auf die Grenze zwischen den Einzelpersonen, zwischen Subsystemen und zwischen der Familie und ihrer Umgebung. Wir beachten diese Grenzen nicht nur in physischer Hinsicht, sondern auch im Hinblick auf Starre/Flexibilität/Durchlässigkeit/Undurchlässigkeit und Offenheit/Geschlossenheit.
- Wir haben kein Interesse an statischen Vorstellungen über gute oder schlechte Funktionsweisen. Statt dessen versuchen wir herauszufinden, wo die Erfahrung blockiert, verzerrt und verarmt ist usw.; auch, wann die Erfahrung verwurzelt, widerstandsfähig, erfüllend und befriedigend ist.
- Wir unterstützen die Kompetenz der Familien und ihre Fähigkeit, Unterstützung einzufordern und anzunehmen, zu ermutigen und ermutigt zu werden, zu hören und gehört zu werden, zu fragen und zu antworten, herauszufordern und herausgefordert zu werden, und dies mit Interesse und Hingabe. Eine der wichtigen Formen der Kompetenz beinhaltet die Art und Weise, wie man sich durch den Zyklus des Erlebens bewegt.
- Wir respektieren die Erfahrung der Menschen, wie sie ist. Dies geht auf unsere phänomenologischen Wurzeln zurück, die uns nahelegen, nicht an eine absolute Wahrheit zu glauben. Wir können die Erfahrung von einem anderen Menschen niemals kennen. Als Folge davon versuchen wir, nahe an den phänomenologischen Daten zu bleiben, wenn wir Muster beschreiben, Rückmeldungen geben und ganz allgemein, wenn wir mit und für die Familie Bedeutungen finden. Wenn wir Rückmeldungen geben, geschieht dies in einer offenen, nicht festlegenden Art und Weise.
- Wir widmen uns den Mustern zwischen den Menschen und nicht den individuellen Eigenarten. Das heißt nicht, dass innerpsychische Erfahrungen nicht wichtig seien. Wir glauben nur, dass die eleganteste und wirksamste Form der Familientherapie an den Interaktionen zwischen den Personen und zwischen den Subsystemen ansetzt.
- Wir glauben vor allem, dass jeder festgefahrene Konflikt im schlimmsten Fall ein misslungener Versuch ist, das Leben erträglich zu machen.
- Wir glauben, dass Familienprobleme, ganz unabhängig von ihrem Inhalt, auf den sie oft zurückgehen, Versuche sind, sich zu verändern. Dysfunktionalität ist ein unglücklicher Versuch zur Veränderung. Gutes Funktionieren andererseits bedeutet die Fähigkeit, Veränderung zu handhaben und zu integrieren.
- Veränderung in Familien umfasst das natürliche Streben zu größerer Komplexität und Differenzierung.

INTIMITÄT, MACHT UND FÜRSORGE

Intimität

Intimität in Familien entwickelt sich auf dem Hintergrund von generationsübergreifenden Erfahrungen im Lebenszyklus einschließlich Geburt und Tod, Krankheit und Gesundheit, Verbundenheit und Abgrenzung. Ein intimes Familiensystem ist in hohem Maß selbstkorrek-

tiv. Seine Mitglieder sind fähig, sich sowohl an neue Erfahrungen anzupassen und diese zu integrieren, als auch auf eine Fülle interner und externer Veränderungen - seien sie entwicklungsmaßiger, emotionaler, physischer oder psychologischer Art - zu reagieren.

Individuelle Ressourcen sind in intimen Familien ein Bestandteil des gesamten Systems. Eltern stellen ihre individuellen Ziele zum Wohl der Kinder und der Familie als Ganzes teilweise zurück.

Intimität ist sowohl im Hinblick auf die Struktur als auch die Form ein ästhetisches Phänomen. Um dieses zu beschreiben, verwenden wir den Interaktiven Zyklus des Erlebens (s. Melnick & Nevis, 1994; Zinker, 1994). Der Zyklus beschreibt „ein Erfahrungskontinuum, das mit Empfindung beginnt und durch die Phasen der Bewusstheit, Aktivierung, des Kontakts, des Abschlusses und Rückzugs läuft" (Zinker, 1994, 298). Daher achten wir auf die Fähigkeit der Familie, gemeinsame Strukturen zu entwickeln, sie abzubauen, wenn sie nicht mehr relevant und für das Leben nützlich sind, und sich auf neue Organisationsformen hinzubewegen. Eine wichtige Perspektive, aus der man die Ästhetik des Innenlebens einer Familie verstehen kann, bezieht sich darauf, wie sie Einfluss (Macht) ausübt und Unterstützung (Fürsorge) gibt, diese handhabt und verändert. Diesen Aspekten wenden wir uns nun zu.

Macht und Fürsorge

Es gibt viele Perspektiven, aus denen man Macht und Fürsorge betrachten kann. Macht beispielsweise kann als Merkmal begriffen werden, das die Einzelpersonen in die Beziehung einbringen und das Formen annimmt wie physische Stärke, emotionale Ausdrucksfähigkeit, Entscheidungsfähigkeit usw.

Wir können Macht auch betrachten als relationales Merkmal einer Familie, also als gewohnheitsmäßige Art und Weise, wie sich die Familienmitglieder gegenseitig beeinflussen. Merkmale wie Geschlechtszugehörigkeit, physische Stärke und Kompetenz helfen oft, diese festen Muster zu bestimmen. Andere Merkmale sind eher psychologisch begründet und daher komplexer. Beispielsweise ist das relative Interesse einer Person oft ein entscheidender Faktor. Wer sich also mehr dafür interessiert, entscheidet vielleicht, in welches Kino man geht, wo man die Ferien verbringt, wo man essen geht und wie viele soziale Kontakte man mit andern pflegt.

Die Perspektive, die wir bei der Erörterung von Macht und Fürsorge einnehmen, ist feldtheoretisch begründet. Macht beispielsweise wird als beeinflussende Dynamik gesehen, die zwischen den Familienmitgliedern entsteht. Wir achten darauf, wie diese entsteht, wie man mit ihr umgeht und wie die Mitglieder darüber verhandeln, und wir analysieren die Stärken und Schwächen dieser Beeinflussungsmuster. Sind diese Muster erstarrt oder fließend, emotional oder intellektuell, verbal oder nonverbal?

Fürsorge begreifen wir in ähnlicher Weise. So, wie es für eine Person notwendig ist, dass sie Einfluss ausübt und beeinflusst wird, um effektiv zu funktionieren, muss man auch liebevoll zu ihr sprechen, sie sanft berühren und sie mit Sorgfalt und Respekt behandeln. Wir achten also darauf, wie die Bedürfnisse nach Fürsorge in der Familie ausgedrückt und beantwortet werden. Sind die Muster erstarrt oder fließend? Ist die Art und Weise, Unter-

stützung zu geben, komplex oder begrenzt? Wird die Fürsorge in einer Weise gezeigt, die der Situation und dem Entwicklungsalter der Kinder angemessen ist?

Wir betrachten die Muster von Macht/Einfluss und Fürsorge/Unterstützung genau. Tatsächlich sind alle verhaltensmäßigen Interaktionen, sogar die relativ rigiden, immer das Ergebnis komplexer und vielfältiger Einflüsse, die im Augenblick des Kontakts bedeutsam werden. Beispielsweise hängt in den meisten Familien die Entscheidung darüber, wer das Abendessen kocht, von viel mehr ab als vom Geschlecht oder Können. Die Entscheidung kann auch vom Hunger in der Familie abhängig sein oder von ihrer finanziellen Situation, von Diätplänen sowie davon, wer im Augenblick am meisten Energie hat. Es kann auch abhängen von den Normen zur Dimension von Abhängigkeit - Unabhängigkeit (z. B.: „Jedes Familienmitglied ist für sein eigenes Essen verantwortlich“) oder Großzügigkeit - Egoismus (z. B.: „Obwohl Papi erschöpft ist, kocht er zum Wohl der ganzen Familie - ohne Murren“).

Wir sind uns bewusst, dass rigide Formen des Einflusses und der Unterstützung normal und in vieler Hinsicht System erhaltend sind. Sie schaffen einen stabilen Bezugsrahmen für gemeinsame Sinngestaltungen, Verhaltensweisen und Normen, die wichtig für das dauerhafte Selbstverständnis der Familie sind und gleichzeitig Konflikt, Chaos und Verwirrung verringern. Diese strukturellen Muster von Macht und Fürsorge können jedoch problematisch werden, wenn die Familie nicht über die Flexibilität verfügt und auch nicht die notwendigen Mittel hat, um neue Wege zu finden, um Bedürfnisse angesichts von Problemen und Krisen, die oft mit Veränderung einhergehen, zu befriedigen. Einige dieser Probleme rühren vom fehlenden Sinn der Muster von Einfluss und Unterstützung in der gegenwärtigen Familiendynamik her. Andere sind die Folge von überholten Vereinbarungen, die während der Zeit des Kennenlernens und Sich-Zusammenfindens als Paar auf der Grundlage vielfältiger Mythen getroffen wurden. Wieder andere gehen auf die Kindheit zurück, wenn die zukünftigen Eltern die Familienstrukturen ihrer eigenen Eltern ohne Bewusstheit und Verständnis übernommen und verinnerlicht haben.

ZIELE DER GESTALT-FAMILIENTHERAPIE

Jedes Paradigma der Psychotherapie organisiert sich um eine Reihe impliziter und expliziter Ziele herum. Diese Ziele sind vielleicht subjektiver Art wie z. B. Einsicht oder Glück, oder sie sind eher objektiv wie z. B. Verhaltensänderung. Wir halten die Gestalttherapie insofern für einzigartig, als ihr Ansatz Veränderungen in einer ganzen Reihe grundlegender Dimensionen anstrebt: intellektuell, emotional, verhaltensmäßig und beziehungsweise. Unsere Ziele sind die folgenden:

- Wir fühlen uns verpflichtet, die Bewusstheit einer Familie von sich selbst zu erhöhen. Am meisten interessiert uns die gesteigerte Bewusstheit ihres Prozesses, d. h. der Art und Weise, wie sie miteinander interagieren. Wir leiten sie dazu an, nicht nur darauf zu achten, was sie tun, sondern auch, wie sie es tun.
- Unser vorrangiges Ziel ist es, den Familien zu helfen, sich ihrer Kompetenzbereiche für die Interaktionen sowohl untereinander als auch mit der Umwelt bewusst zu werden und diese zu erweitern. Daher bringen wir der Familie bei, wie sie sich ihrer bereits entwickelten Kompetenzen bewusst werden können, und wir unterstützen neues Lernen in diesen Bereichen. Wir verwenden Gestalt-Experimente, um der Familie zu helfen, neue Kompetenzen zu üben und zu integrieren.

- Wir unterstützen die Neugier der Familie nicht nur aneinander, sondern auch an der Familie als Ganzem. Neugier bringt Interesse hervor, das notwendig für die Entwicklung emotionaler Bindungen ist. Diese Bindungen nehmen die Form des Sorgens an. Wir lehren die Mitglieder der Familie, wie sie füreinander und für die Familie als Ganzes sorgen können.
- Wir unterstützen die Familie dabei, neue Probleme zu lösen, indem wir sie ermutigen, sich mit jeder neuen Einsicht, die aus unseren Interventionen und Beobachtungen hervor geht, auseinanderzusetzen.
- Mit Hilfe des Interaktiven Zyklus des Erlebens unterweisen wir die Familie in der Ästhetik guten Kontakts. Wir bringen ihnen bei, wie sie Empfindungen austauschen, Aufgaben anpacken, Kontakt aufnehmen, ihre Erfahrungen assimilieren und ihnen Bedeutung geben können.

WAS BRINGT FAMILIEN IN DIE PSYCHOTHERAPIE?

Sehr häufig reagieren Familien, die in die Psychotherapie kommen, auf Veränderungen im Lebenszyklus. Der Kern des Problems besteht darin, dass ihr Veränderungsprozess nicht angemessen verläuft, was zu Macht- und Fürsorgedynamiken führt, die nur wenig verstanden und genutzt werden können. Das Ergebnis ist normalerweise ein disharmonischer und nicht-ästhetischer Veränderungsprozess, der meistens zwei Ergebnisse hat: Wenn die Veränderung zu schnell erfolgt, führt dies zu Chaos und Verwirrung. Wenn die Veränderung nicht schnell genug erfolgt, mündet dies in ein System, das durch Langeweile, Überdruß und Desinteresse gekennzeichnet ist. In beiden Fällen ist die Veränderung nicht erfolgreich aufgenommen worden und konnte nicht in das Familiensystem integriert werden.

Häufig handelt es sich bei dem eingebrachten Problem um ein schwieriges Kind: John ist hyperaktiv, Jane ist beim Drogenkonsum erwischt worden, George macht ins Bett, Helen will ihre Hausaufgaben nicht machen. Der identifizierte Patient hat typischerweise nicht die emotionalen und intellektuellen Ressourcen, um sich zu verteidigen oder den Fokus des Familiensystems zu verschieben. Was dem Therapeuten oft als Verhaltensstörung beschrieben wird, ist der beste Versuch des Kindes, einen Familienprozess von sich aus zu handhaben. Die Arbeit des Therapeuten besteht darin, sowohl den Fokus als auch den Umgang mit der Veränderung auf die Erwachsenen hin zu verschieben.

Um Veränderungsprozesse in Familien zu verstehen, muss man auf die zwei primären Subsysteme, die Eltern und die Kinder, achten. Die natürliche Ordnung führt zu einer hierarchischen Trennung zwischen Eltern und Kindern, die auf Ungleichheit und Unausgewogenheit beruht, während das Mann/Frau-Subsystem auf Gleichheit und Ausgewogenheit beruht (s. Melnick & Nevis, *Paartherapie*, in diesem Handbuch). Das Kindersubsystem ist eine Kombination von beidem.

In der natürlichen Trennung zwischen Eltern und Kindern haben Eltern die primäre Verantwortung für Fürsorge und Macht. Die Verantwortung der Kinder besteht darin, sich versorgen und beeinflussen zu lassen.⁹ Probleme entstehen dann, wenn diese Ordnung in erhebli-

⁹ Eine offensichtliche Ausnahme sind erwachsene Kinder, die mit alternden Eltern umgehen. Wenn dies geschieht, gibt es oft eine Umkehrung der sorgenden Rollen, was zu Unbehagen und Streß im Familiensystem führen kann.

chem Maß umgekehrt wird, wenn also generationsübergreifende Subsysteme rigide werden oder es zu einer Triangulation kommt.¹⁰ Beispielsweise kann sich die Mutter mit dem Sohn gegen den Vater verbünden, oder Vater und Tochter gegen die Mutter. In einer gesunden Familie sind die Eltern in der Lage, mit allen Kindern leicht Beziehungen aufzunehmen und dabei die natürliche Ordnung der Unausgewogenheit und Ungleichheit zu akzeptieren.

DER BEGINN DER ARBEIT

Erfolgreiche Psychotherapie geht mit Handlung und Einfluss einher und ist daher eine Form der Einmischung. Ganz gleich, wie empfindsam, treffend und hilfreich eine Intervention sein mag - sie ist eine Unterbrechung, eine Kritik des Familiensystems. Darüber hinaus ist jede Intervention außerdem potentiell sehr machtvoll, denn wenn sie auf die richtige Weise geschieht, betrifft sie alle Familienmitglieder. Erfolgreich in einer Familie zu intervenieren, ist daher eine äußerst heikle therapeutische Operation, die viel Geschick erfordert.

Wenn man erfolgreich intervenieren will, muss man fähig sein, Einfluss auszuüben. Der erste Schritt besteht darin, dass wir uns sowohl der Familieneinheit anschließen, als auch dass wir unseren hierarchischen Platz in der Familieneinheit schaffen. Damit dies geschehen kann, muss sich der Familientherapeut auf die Familiendynamik einstimmen. Jede Familie ist einzigartig. Sie ist von der Umwelt durch eine Reihe von Grenzen getrennt, die vom Physischen bis zum Psychologischen und vom Offensichtlichen bis zu sehr tief verborgenen Bereichen reichen. Der Anschluss an eine Familie geschieht jeweils auf unterschiedliche Weise und hängt vom Respekt vor der heiklen Balance der systemischen Struktur ab, während sich eine starke und effektive Kontaktaufnahme an der Grenze vollzieht (Minuchin, 1974).

Man muss nicht nur in der Lage sein, sich der Familie als Ganzes anzuschließen, sondern auch rasch und effektiv Kontakt mit den einzelnen und Untergruppen aufnehmen können. Rascher und effektiver Kontakt ist eine wichtige Metapher, denn sie beinhaltet eine fließende Präsenz. Sie erfordert die Fähigkeit, sich in ein begrenztes Feld (sei dies der einzelne, das Subsystem oder die Familie) hineinzubegeben und es auch wieder zu verlassen, und dies auf leichte, elegante und respektvolle Weise.

Um dies verwirklichen zu können, muss der Therapeut über eine Reihe von Kompetenzen verfügen. Dies schließt die Fähigkeiten ein, sowohl unmittelbaren und machtvollen Einfluss auszuüben als auch fast unsichtbar im Hintergrund zu bleiben.¹¹ Man muss in der Lage sein, sowohl zu beeinflussen als auch nicht zu beeinflussen, Wirkung auf die Familie zu haben und gleichzeitig ihre Abhängigkeit vom Therapeuten gering zu halten. Die Familienmitglieder müssen lernen, wie sie sich nähren, stärken und gegenseitig auf respektvolle Weise beeinflussen können, ohne sich dabei auf den Therapeuten zu verlassen. Wir glauben, dass sie der Schöpfer ihres Schicksals sind, dass sie die Ressourcen und das Potential für Veränderung

¹⁰ Viele Familientherapeuten haben ausgiebig darüber geschrieben. Wir empfehlen dem interessierten Leser Haley, 1979 (Strategische Schule) oder Minuchin, 1974 (Strukturelle Schule).

¹¹ Die Entwicklung und Nutzung der Präsenz des Therapeuten ist in der Gestalttherapie seit langem bekannt und anerkannt (z. B. E. Nevis, 1987; Zinker, 1994).

haben. Es ist unsere Aufgabe, ihren Prozess des Entdeckens mit Respekt und Demut zu unterstützen.

Wenn der Therapeut einmal von der Familie akzeptiert ist, muss er die Fähigkeit besitzen, als verfügbare Präsenz und nicht als eines ihrer Mitglieder mit ihnen zusammen zu sein. Wir müssen zu jemandem werden, der auf ihrer Seite steht; nicht auf der Seite einer Person oder einer Gruppierung zu Lasten einer anderen, sondern auf der Seite der Familie als Ganzem. Vor allem muss der Therapeut in der Lage sein, die Qualität der Familie zu sehen und sie ihr widerzuspiegeln. Auf diese Weise bekommen die Familienmitglieder einen Eindruck von sich selbst in einer lebendigen Beziehung, während sie sich gleichzeitig dessen bewusst werden, was sie noch zu lernen haben.

EINSCHÄTZEN, INTERVENIEREN UND EXPERIMENTIEREN

Nach der Kontaktaufnahme und nachdem wir eine unterstützende Grundlage für unsere Arbeit geschaffen haben, gehen wir fokussierender vor. Wir beginnen damit, dass wir die Familienmitglieder in ihrem Gespräch miteinander beobachten. Bald unterbrechen wir ihr Gespräch, um ihnen etwas darüber zu sagen, was wir bei ihrer Interaktion beobachten. Erst sagen wir ihnen etwas über ihre kompetente und gut entwickelte Seite und danach etwas über die Kehrseite oder die unentwickelten Aspekte. Schließlich führen wir Gestalt-Experimente mit ihnen durch.

Bestandsaufnahme

Wie in früheren Veröffentlichungen erläutert (Melnick & Nevis, 1994, 1998), beschäftigten sich gestalttherapeutische Bestandsaufnahmen in erster Linie mit dem Prozess in der Gegenwart. Wir etikettieren nicht in reifizierender Weise, sondern erweitern die Bewusstheit der Familie von ihren Interaktionsmustern.¹²

Zur Bestandsaufnahme lösen wir uns von der Familie, um Daten über die fortlaufende Erfahrung zu sammeln. Dies ermöglicht es uns, konzeptionell variabel zu bleiben. Diese Fähigkeit, unterschiedliche Konzepte heranzuziehen, schließt den ständigen Wechsel der Perspektiven ein. Manchmal erfahren wir die Interaktionen emotional; oder wir betrachten sie aus der Distanz vor einem umfassenderen sozialen Hintergrund. Genaue Bestandsaufnahme erfordert darüber hinaus die Fähigkeit, drei verschiedene Folien über die Familie zu legen: Feld, Interaktiver Zyklus des Erlebens und Systemsicht.

Wenn wir die Feldtheorie verwenden, beachten wir wiederkehrende Familienmuster. Muster sind weder gut noch schlecht. Sie sind ein „eingefrorener Prozess“. Diese wiederkehrenden Organisationsformen der Erfahrung können in Energie, Emotionen, Farben, Wörtern, Blicken, im Tonfall usw. ihren Ausdruck finden. Wir widmen uns dem, was gewohnheitsmäßig hervortritt, was die Familie also immer wieder tut.

¹² Wir sind uns bewusst, dass diese Muster nicht unabhängig vom Therapeuten existieren. Unsere Gegenwart im Raum hat immer eine Wirkung. Sie wirkt sich auf alle Interaktionen aus. Wir beeinflussen die Familie, mit der wir arbeiten, ständig (und werden von ihr beeinflusst).

Wir verwenden die phänomenologische Sprache des Interaktiven Zyklus des Erlebens, um das Interaktionsverhalten der Familie zu beschreiben. Wie kompetent sind die Familienmitglieder in der ganzen Bandbreite der Bewusstheit? Wie kontaktvoll gehen sie miteinander um? Wer spricht zu wem, und wie wird Kontakt zwischen ihnen aufgenommen? Interessieren sie sich für irgend etwas und gehen sie diesem Interesse nach? Sind sie in der Lage, sich gegenseitig einzubeziehen, eine gemeinsame Figur zu bilden und die Erfahrung zu vollenden und abzuschließen? (Zinker, 1994)

Wir entlehnen zur Bereicherung auch Konzepte aus der Systemtheorie. Wir beachten unterschiedliche Gruppierungen und ihre hierarchischen Beziehungen zueinander. Wie ist die Gender-Hierarchie? Dominieren die männlichen Familienmitglieder das Gespräch, während die weiblichen eine eher passive Rolle einnehmen? Bestimmen eher die Kinder als die Eltern den emotionalen Ton der Unterhaltung? Bleiben Subsysteme bestehen, ganz gleich, welche Aufgaben zu erledigen sind? Oder sind sie statt dessen chaotisch und kommen nie zu einer guten Form?

Intervenieren: Erweiterung der Kompetenz

Wenn wir uns einmal der Redundanzen bewut sind (sei es in Begriffen von Mustern, Systemen und Subsystemen oder familiärem Interaktionsstilen), dann intervenieren wir. Wir bieten unsere Beobachtungen an und untermauern sie mit phänomenologischen Daten. Beispielsweise könnte unsere erste Beobachtung, „Wir beobachten, dass sie eine Familie sind, die in der Lage ist, sich harte Dinge zu sagen“, ergänzt werden von: „Erinnern Sie sich, George, wie sie in der Lage waren, ihren Ärger über Sally wegen der vergessenen Nachricht auszudrücken, und wie Sie, Sally, in der Lage waren, Mary ihre Enttäuschung über drei Punkte klarzumachen?“ Wir bieten eine positive Sichtweise dieser Muster an, denn sie wurden geschaffen und verfeinert, um die Integrität der Familie zu bewahren.¹³

Rückmeldungen geben wir in offener Weise. Wir laden die Familienmitglieder ein, mit uns ins Gespräch zu kommen, bis wir gemeinsam eine Beobachtung geschaffen haben, die sie verstehen, sich aneignen und assimilieren können. Es ist unser Ziel, ihre Bewusstheit von redundanten und oft überentwickelten Formen der Interaktion zu erhöhen. Feste Muster stellen schließlich auch verlässliche Bedeutungen dar, und jede Erfahrung kann auf unterschiedliche Weise Bedeutung erhalten.

Die Erweiterung der Bewusstheit reicht oft aus, um neue Bedeutungsbildungen zu ermöglichen. Nach der paradoxen Theorie der Veränderung (Beisser, 1970) löst die Fokussierung auf das, was ist, was figural ist und hervortritt, Veränderung aus. Indem man chronische Interaktionsmuster in ihr Bewusstsein bringt und deren Qualität hervorhebt (Zinker, 1994), ist die Familie in der Lage, sich absichtsvoller zu verhalten. Oft werden sie unmittelbar neugierig darauf, wie sie miteinander umgehen, und sie beginnen, sich auf neue Weise zu se-

¹³ Wir betrachten die Familie durch eine „Kompetenzbrille“. Wenn wir unseren Ansatz Trainees vorführen, fragen sie zunächst, ob wir nicht einfach *Reframing* durchführen, „paradoxe Interventionen“ einsetzen und „den Widerstand nutzen“, oder die positiven Aspekte pathologischer, „fixierter“ Gestalten herausuchen, die in Wirklichkeit eine Beeinträchtigung der Familie darstellen. Keine dieser Erklärungen treffen zu, denn wir betrachten die Familie tatsächlich aus der Perspektive der Kompetenz. Was ursprünglich hervortritt, spiegelt immer Qualität wider, indem es die bestmögliche Weise ist, in der die Familie ihre gegenwärtigen Erfahrungen organisieren kann.

hen. Manchmal wird auf fast magische Weise Energie freigesetzt, und sie interessieren sich für das, was (noch) nicht vorhanden ist.

INTERVENIEREN: DARSTELLUNG DER UNENTWICKELTEN SEITE

Manchmal geschieht dieser Sprung von dem, was ist, zu dem, was (noch) nicht ist, nicht auf natürliche Weise. Die Familie ist vielleicht in ihren alten Mustern festgefahren oder sie hat zuviel Angst vor Neuem und Unsicherem, um an den Nachteilen eines wiederkehrenden und redundanten Musters interessiert zu sein. Sie ist manchmal nicht in der Lage zu begreifen, daß alte, habituelle Muster - obwohl sie nützlich sind - sie auch daran hindern, neuere, lebendigere Muster zu entwickeln. Als Folge davon kann die Reaktion der Familie auf sich verändernde Umweltaforderungen unflexibel, überholt und dem Kontext nicht angemessen sein.

Wenn die Familie nach einiger Zeit nicht neugierig auf ihre unterentwickelte Seite wird, intervenieren wir aktiver und gezielter, indem wir sie in einen Dialog verwickeln und ihnen die positiven und negativen Aspekte eines redundanten und nicht mehr Kontext angemessenen Musters verdeutlichen. Zweck dieses Gesprächs ist es, den Prozess der Assimilation in Gang zu setzen und die Familie darin zu unterstützen, die therapeutische Erfahrung sinnvoll zu nutzen.

Intervenieren: Das Experiment

Selbst wenn die Familienmitglieder sich ihrer Musterbildungen bewusst geworden sind - deren guten und schlechten Seiten -, ist Bewusstheit manchmal nicht genug. Muster sind stark eingravierte Gewohnheiten, die in die Grundstrukturen und das Gewebe der Familie eingebettet sind. Diese Muster müssen verhaltensmäßig, also durch Tun, verändert werden.

Auch wenn die Familie manchmal willig ist, kann ihre Energie oder ihr Interesse an Veränderung manchmal zu gering sein. Schließlich ist es oft leichter für die Familie, bei dem zu bleiben, was sie kennen, statt eine neue Art des Seins, des Sich-Aufeinander-Beziehens, der Organisation und der Interaktion zu riskieren. Das Experiment ist ein strukturiertes Verhaltensereignis (oder eine Reihe von Ereignissen), das dazu dient, nach einem spezifischen Problem zu suchen, es zu klären oder zu lösen (Zinker, 1977; s. a. Staemmler, *Gestalttherapeutische Methoden und Techniken*, in diesem Handbuch). Es ist ein „sicherer Notfall“, in dem es der Familie möglich ist, nicht nur neue Arten des Seins zu erproben, sondern auch neue Interaktionsgewohnheiten zu entwickeln (s. Melnick, 1980; Zinker, 1977, 1994). Der Therapeut kreiert eine Situation, in der die Familie neues Verhalten lernen oder die wachsende Bewusstheit ihrer unentwickelten Seite vergrößern kann.

Abschluss

Die harte Arbeit in der Therapie-Sitzung ist umsonst, wenn die Familie nicht in der Lage ist, Erfahrungen zu artikulieren und sie mit ihrer Art des Interagierens zu verbinden. Idealerweise ist es unser Wunsch, Worte für das zu finden, was sie gelernt haben. Zum Abschluss fordern wir die Familie auf, über die neuen Erfahrungen zu sprechen, so dass sie hervortreten und bemerkbar werden können, und daher auch länger anhalten. Danach gehen wir dann

vom therapeutischen Gespräch zum Small-Talk über, um die Familie bei der Rückkehr zu ihrer normalen Umgangsweise miteinander zu begleiten.

DIE FAMILIE SMITH ¹⁴

Wir erhalten einen Telefonanruf von Frau Laura Smith. Mit angespannter, sorgenvoller und müder Stimme nennt sie den Grund ihres Anrufes. Ihr siebenjähriger Sohn wurde wegen ungebührlichen und destruktiven Verhaltens von der Schule suspendiert. Der Sozialarbeiter hat Familientherapie empfohlen.

Eine Woche später betreten Laura, gefolgt von ihrem Mann Martin und ihren zwei Kindern Howard und Donna die Praxis voller Lebendigkeit und Energie. Die Liebe der Eltern und ihre Hingabe an die Kinder ist leicht zu sehen. Sie widmen sich ihnen unmittelbar, setzen sie auf den Boden und arrangieren Spielzeug um sie herum. Nachdem die Familienmitglieder vorgestellt wurden, beschreibt Laura das Dilemma, das sie zur Familientherapie veranlasst hat.

Wir danken ihr für ihre Offenheit und Ehrlichkeit. Dann sprechen wir kurz mit jedem Familienmitglied, um ein erstes Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit zu vermitteln und unsere Präsenz deutlich zu machen. Martin und Laura beginnen darüber zu reden, wie überlastet und müde sie sich häufig fühlen. Sie sprechen über ihre Schuldgefühle, da sie nicht soviel Freude am Familienleben haben, wie sie sich wünschen.

Während sie ihre Situation beschreiben, ist leicht zu erkennen, warum dies so ist. Sie sind beide ganztätig mit ihrer Karriere beschäftigt, die ihnen viel bedeutet. Martin ist Professor für Sprachen an einer Universität am Ort, und Laura ist Ärztin in einer gut gehenden medizinischen Praxis. Sie leben weit entfernt von ihren Verwandten. Daher gibt es keine Möglichkeit, viel Unterstützung durch die Verwandtschaft zu erhalten. Wir danken ihnen noch einmal für ihre Klarheit und Offenheit und erklären ihnen, dass wir daran interessiert sind zu beobachten, wie sie miteinander umgehen. Wir möchten sie als Familie kennenlernen. Wir bitten sie, miteinander zu reden und machen deutlich, dass sie sich, wann immer sie es möchten, an uns wenden können, und dass wir sie unterbrechen werden, wenn wir glauben, etwas Sinnvolles einbringen zu können. Dann lehnen wir uns zurück und beobachten.

Bei der Betrachtung der Familie Smith verwenden wir jetzt alle drei theoretischen Perspektiven: Feldtheorie, bestimmte Aspekte der Systemtheorie und den Interaktiven Zyklus des Erlebens. Bei der Beobachtung der Familie aus der Feldperspektive merken wir, dass der Fokus des Gesprächs oft wechselt, also selten lange bei einer Person oder Gruppe von Personen bleibt. Ihre Interaktion scheint flüssig und manchmal chaotisch zu sein: Ihre Aufmerksamkeit

¹⁴ Wir möchten mit diesem verdichteten Fallbeispiel nicht den Eindruck erwecken, daß die Therapie immer so schnell und glatt vonstatten geht. Wir gehen auch nicht davon aus, daß sich Lernen so leicht verwirklichen läßt. Tatsächlich würde diese Familie wahrscheinlich die nächsten Therapiesitzungen benötigen, um ihre Bewusstheit über ihr grundlegendes Interaktionsmuster weiter zu erforschen und zu vertiefen. Im Laufe der Zeit würden wir uns auch auf verschiedene Aspekte des Familienfeldes konzentrieren, um dessen introjektive Seiten zu erforschen, beispielsweise die Beachtung des Entwicklungsstands der Kinder, und herauszufinden, ob biologische Unterschiede zu Howards Verhalten beigetragen haben. Es ist jedoch wichtig, daran zu erinnern, dass viele wichtige Veränderungen tatsächlich das Ergebnis weniger Sitzungen sind, wenn Kompetenz anerkannt und Experimente für Veränderung unterstützt werden.

scheint sich demjenigen zuzuwenden, der als letzter gesprochen hat, ganz gleich, was gerade vorher war.

Aus einer Systemperspektive ist zu beobachten, dass die natürliche Gruppenteilung in Eltern und Kinder selten aufrechterhalten wird. Es sieht so aus, als ob Howard und Donna selten miteinander zu tun haben, statt dessen sprechen sie hauptsächlich mit ihren Eltern. Martin und Laura reagieren auf diese Unterbrechungen, indem sie mit ihrem Gespräch aufhören und sich auf geduldige und kontaktvolle Weise unmittelbar dem unterbrechenden Kind zuwenden.

Themen werden selten gründlich diskutiert, und es ist etwas Unvollkommenes in ihrem Gespräch. Hinsichtlich des Zyklus bemerken wir, dass sich kaum eine zwingende Figur entwickelt, die vom Interesse und der Energie der Familie getragen, geschweige denn abgeschlossen wird. Ganz gleich, wie weit sie in ihrem Gespräch gekommen sind - sei es der Beginn, die Mitte oder das Ende -, die Smiths halten inne in dem, was sie gerade tun, und wenden sich mit voller Energie jedem zu, der ein Bedürfnis oder einen Wunsch äußert. Das Ergebnis ist, daß die Smiths nicht in der Lage sind, sich auf ein befriedigendes Gespräch zwischen zweien, viel weniger noch zwischen Vieren einzulassen.

Hier sollte noch einmal hervorgehoben werden, dass diese Beobachtungen und Beschreibungen aufgrund unserer Perspektive zustande kommen, die sich an der Ästhetik des Figur-Hintergrund-Prozesses (der guten Gestalt) und an unseren Werten im Hinblick auf die Bedeutung natürlicher Hierarchien und Subsysteme in Familien orientieren. Unser Ziel bei dieser Bestandsaufnahme ist es, ein Bild des phänomenologischen Prozesses der Familie im Hier und Jetzt des therapeutischen Augenblicks entstehen zu lassen.

Die erste Intervention: Erhöhung der Kompetenz

Wie zuvor angedeutet, dient unsere erste Intervention der Unterstützung der Kompetenz der Familie. Wenn eine Familie in unsere Praxis kommt, dann geschieht dies oft mit einem Empfinden der Niederlage oder Scham. Die Erwachsenen, die zu uns kommen oder veranlasst werden, zu uns zu kommen, müssen die Tatsache anerkennen, dass sie nicht in der Lage sind, ein angemessenes und fürsorgliches Familienleben zu führen und sie daher nicht wachsen und sich entwickeln können. Dies ist eine schwierige Erfahrung für alle Eltern, da sie dem biologischen Auftrag, ihren Kindern Sicherheit und Unterstützung zu gewähren, zuwiderläuft.

Wir intervenieren, indem wir auf ihre Lebendigkeit und ihr hohes Maß an Energie hinweisen, und sie für ihre Art, aufeinander einzugehen, bestätigen. Martin und Laura freuen sich darüber. Sie liefern einige Informationen, die unsere Beobachtungen unterstützen. Sie erwähnen (während sie immer wieder innehalten und sich ihren Kindern zuwenden, um auf deren Unterbrechungen zu reagieren), dass ihrer beider Elternpaare ungebildet und im Ausland geboren sind. Ihre Eltern waren aufgrund ihrer anderen Kultur kaum in der Lage, ihre Bedürfnisse und Wünsche als Kinder anzuerkennen und zu unterstützen. Daraufhin hatten Martin und Laura unabhängig voneinander geschworen, engagierte Eltern zu sein. Sie hielten sich bisher an dieses Versprechen. Unglücklicherweise haben sie wenig Ahnung von dem Preis, den sie und ihre Kinder für dieses flexible Aufeinandereingehen zahlen.

Unser nächster Schritt dient der Verstärkung dieser thematischen Bewusstheit. Wir fordern sie auf, sich wieder einander zuzuwenden, und nachdem wir sie eine Zeitlang beobachtet haben, weisen wir noch einmal darauf hin, wie bereitwillig sie aufeinander eingehen, und wir unterstützen unsere Beobachtung mit phänomenologischen Daten. An dieser Stelle fangen die Eltern an, ihre Antwortbereitschaft etwas unterschiedlich zu sehen und gestehen einander ihre Bereitwilligkeit ein, ihre Gespräche dauernd von ihren Kindern unterbrechen zu lassen. Sie wenden sich uns zu, um diese Einsicht mitzuteilen.

Zweite Intervention: Verdeutlichen des Unterentwickelten

Wir nutzen diese Gelegenheit, um mit Martin und Laura zu sprechen. Wir erklären ihnen, dass jedes Licht auch seinen Schatten hat, und dass diese starke Antwortbereitschaft auf ihre Kinder trotz vieler positiver Seiten auch eine Menge Energie verbraucht und zu einem chronischen Zustand der Unabgeschlossenheit zwischen den Eltern führt. Wir äußern auch die Vermutung, dass ihre Gewohnheit, so schnell aufeinander zu reagieren, etwas mit der fehlenden Flexibilität und einem allgemeinen Zustand der Erschöpfung zu tun haben könnte. Wir fragen sie, ob dies Sinn machen könnte. Beide Eltern nicken zustimmend. Sie wenden sich wieder einander zu und fahren in ihrem Dialog fort.

Sie treten sofort wieder in eine lebhafte (wie üblich) Diskussion über die Nachteile ihrer gewohnheitsmäßigen Art und Weise, miteinander umzugehen, ein. Wir sind erstaunt, dass die Kinder trotz ihres relativ jungen Alters dies zu begreifen scheinen; z. B. dass diese Art des Zusammenseins trotz vieler positiver Seiten auch zu Chaos und Stress führt.

Das Experiment

Nachdem wir schließlich noch etwas weiter beobachtet haben, gestalten wir ein Experiment. Wir fragen die Familie, ob sie bereit wären, das Gegenteil von dem zu tun, was sie normalerweise tun. Wir fordern die Erwachsenen und auch die Kinder auf, jeweils miteinander zu reden, ohne sich zu unterbrechen. Wir begründen das Experiment, indem wir erklären, dass es für viele Familien ganz normal sei, längere Zweiergespräche zwischen den Eltern bzw. den Kindern zu führen, dass es aber Martin und Laura zunächst seltsam finden würden, weniger auf die Kinder einzugehen. Wir erklären weiterhin, dass dies Vorteile mit sich bringen könnte. (Während wir das Experiment erklären, erhalten wir die Gelegenheit, das zu praktizieren, was wir predigen, indem wir mit den Unterbrechungen durch jedes der beiden Kinder umzugehen haben.) Martin, Laura und die Kinder stimmen zu, einen Versuch zu machen. Die Eltern nehmen sich vor, ihr Gespräch ungeachtet irgendwelcher Unterbrechungen weiterzuführen, auch wenn dies hart sein sollte.

Martin und Laura fangen an, miteinander zu reden, und wie erwartet, unterbricht sie Howard bald darauf. Sie versuchen, ihn zu ignorieren, aber er ist hartnäckig. Bald sind sie frustriert. Martin sagt Howard, dass er ihr Gespräch unterbricht, und dass dies schlechtes Benehmen ist. Die Situation verschlimmert sich tatsächlich. Howard fängt zu weinen an. Schließlich nimmt Laura Howards Hand, streichelt ihm über den Kopf und setzt ihn neben seine Schwester. Laura sagt ihm, dass „Mami und Papi mit ihm reden werden, wenn wir mit unserem Gespräch fertig sind“. Zum Erstaunen von Laura und Martin scheint dies zu funktionieren. Innerhalb weniger Minuten verlieren die Kinder das Interesse am Gespräch der El-

tern und fangen an, miteinander zu spielen. Beide Eltern werden sich bewusst, wie angenehm diese Situation ist. Sie sagen, wie es für sie ist, genug Zeit zu haben und lächeln. Sie fangen an, sich zu entspannen.

Abschluss

Wir bitten die Familie, sich wieder uns zuzuwenden, und bestätigen sie für die gute Arbeit, die sie getan haben. Wir werden dann spezifischer und wenden uns zuerst an die Kinder und sagen ihnen, wie schön sie miteinander spielen. Sie strahlen. Dann wenden wir uns den Erwachsenen zu und machen ihnen ein Kompliment für ihre Fähigkeit, sich einander zuzuwenden, auch wenn sie unterbrochen werden. Sie fassen jeweils das in ihren eigenen Worten zusammen, was sie gelernt haben. Wir bestätigen die Familie noch einmal darin und verabschieden uns von ihnen.

ZUSAMMENFASSUNG

Familien sind in ihrem Kern intime Beziehungssysteme. Damit meinen wir, dass diese Beziehungen komplex, multifunktional, dauerhaft und weitreichend sind. Indem wir die vielfältigen Betrachtungsweisen der Feldperspektive, einige Aspekte der Systemtheorie und des Interaktiven Zyklus des Erlebens verwenden, schätzen wir die Fähigkeit der Erwachsenen, sich selbst und ihre Kinder zu organisieren, ein und lehren die Familie diese Fertigkeit des Umgangs miteinander.

Die Fähigkeiten der Bewusstheit, des Kontakts und der Assimilation werden als ein Maßstab für gutes Funktionieren verwendet und als die beste Unterstützung für die Aufgabe der Veränderung angesehen, die ja ein ständiger Prozess ist, während sich die Familie weiterentwickelt. Unter den gleichen Perspektiven schätzen wir den Entwicklungsstand der Kinder ein - ihre Fähigkeit zu lernen. Unsere Absicht ist es, die Familie in ihrem potentiellen Wachstum zu unterstützen, indem wir ihre Bewusstheit erhöhen und mit ihnen experimentieren.

LITERATUR

- Beisser, A. (1970). The paradoxical theory of change. In J. Fagan & LL. Shepherd (Hrsg.), *Gestalt Therapy Now* (77-80). New York: Harper & Row.
- Espy, J. (1994). The Character-Disordered Family System. *The Gestalt Journal* XVII, 2, 93-106.
- Haley, J. (1978). *Problem Solving Therapy*. New York: Harper & Row.
- Huckabay, M. (1992). An Overview of the Theory and Practice of Gestalt Group Process. In E. Nevis (Hrsg.), *Gestalt Therapy: Perspectives and Applications* (303-330). San Francisco: Jossey-Bass.
- Kaplan, M. & Kaplan, N. (1982). Organization of Experience Among Family Members in the Immediate Present: A Gestalt/Systems Integration. *Journal of Marital and Family Therapy* 8, 5-14.
- Kaplan, M. & Kaplan, N. (1985). The Linearity Issue and Gestalt Therapy's Theory of Experiential Organization. *Psychotherapy*, 22, 5-15.
- Kaplan, M. & Kaplan, N. (1994). Process of Experiential Organization in Couple and Family Systems. In G. Wheeler & P. Backman (Hrsg.), *On Intimate Ground* (109-127). San Francisco: Jossey-Bass.

- Krauss, M. A. (1989). *Beyond Homeostasis: Toward Understanding Human Systems*. Gestalt Institute of Cleveland Review III, 1, 7, 8.
- McConville, M. (1995). *Adolescence: Psychotherapy and the Emergent Self*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Melnick, J. (1980). The Use of therapist-imposed structure on Gestalt therapy. *Gestalt Journal*, 3,4-20.
- Melnick, J. & Nevis, S. (1992). Diagnosis: The Struggle for a Meaningful Paradigm. In E. Nevis (Hrsg.), *Gestalt Therapy: Perspectives and Applications* (57-78). San Francisco: Jossey-Bass.
- Melnick, J. & Nevis, S. (1994). Intimacy and Power in Long Term Relationships; A Gestalt Theory-Systems Perspective. In G. Wheeler & P. Backman (Hrsg.), *On Intimate Ground* (291-308). San Francisco: Jossey-Bass.
- Melnick, J. & Nevis, S. (im Druck). Diagnosis in the Here and Now: A Gestalt therapy Approach. In L. Greenberg & J. Watson (Hrsg.), *Experiential Psychotherapy: Foundations and Differential Treatment*. New York: Guilford.
- Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Nevis, E. (1987). *Organizational Consulting: A Gestalt Perspective*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Nevis, E. (Hrsg.). (1992). *Gestalt Therapy: Perspectives and Applications*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Papernow, P. (1993). *Becoming a Step Family: Patterns of Development in Remarried Families*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Parlett, M. (1991). Reflections on Field Theory. *British Gestalt Journal*, 1, 69-51.
- Parlett, M. (1997). The Unified Field in Practice. *Gestalt Review*, 1, 9-15.
- Perls, F. u. a. (1951). *Gestalt Therapy*. New York: Julian Press.
- Wheeler, G. & Backman, P. (Hrsg.). (1994). *On Intimate Ground*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Zinker, J. (1977). *Creative Process in Gestalt Therapy*. New York: Brunner/Mazel (deutsch 1982: *Gestalttherapie als kreativer Prozeß*. Paderborn: Junfermann).
- Zinker, J. (1994). *In Search of Good Form*. San Francisco: Jossey-Bass (deutsch 1997: *Auf der Suche nach gelingender Partnerschaft*. Paderborn: Junfermann).