

Eine gute Anwendung von Familienaufstellungen

Eine Familienaufstellung erweist sich bei vielen Handlungsfeldern als sehr sinnvoll und unterstützend:

- Gruppentherapie und Einzelpsychotherapie,
- Ambulante, teilstationäre, stationäre Rehabilitation,
- Heimaufenthalte (Kinder, Jugendliche, Erwachsene) mit unterschiedlichen Indikationen,
- Beratung bei verschiedenen Indikationen und Aufgabenstellungen (z.B. Berufsfindung, Begleitsymptome im Berufsleben, Verhaltensprobleme, Lernstörungen u.v.a.).

Meine langjährigen Erfahrungen mit Familienaufstellungen zeigen, dass diese sehr wertvoll und unterstützend im Rahmen von längeren Beratungen, Psychotherapien, stationären und teilstationären Rehabilitationen und in langfristig angelegten Betreuungsverhältnissen sind. Die dortigen Prozesse verlaufen intensiver und lösungsorientiert - die Selbstverantwortung für das eigene Leben und die Motivation zur Überwindung von Belastungen steigt erheblich an. Das erweiterte, individuelle Verständnis vom eigenen Dasein weckt oftmals Selbstheilungskräfte im besonderen Maße.

Die Erfahrungen lassen die Frage, ob eine Familienaufstellung eine Psychotherapie in Kurzform darstellt, klar beantworten: eine Familienaufstellung stellt keine Psychotherapie dar. Im guten Sinne kann sie eine Psychotherapie - und die eben genannten anderen Arbeitsformen - unterstützen und die Arbeit intensivieren.

Erst die neue Perspektive in der Interaktion, die Perspektive der Familie und der familienbezogenen Lebenserfahrungen, lässt es zu, dass wir unser Anliegen, unsere Belastungen, Krankheiten und Störungen im angemessenen, erweiterten, nämlich biografischen Rahmen verstehen.

Ein Großteil aller Belastungen und Symptome lässt sich auf die Verstrickungen im familiären Rahmen zurückführen. Wir erfahren in der Familienaufstellung, wie unser Dasein im Zusammenhang der Generationen und der Ausrichtungen in der Familie von Vater und Mutter auf vielfältige Weise geprägt worden ist.

Wir haben die Möglichkeit, diese "vergessenen" emotionalen Zusammenhänge erneut zu erleben und eine gute Lösung und Antwort auf unser Anliegen zu finden.

So unterstützt die Familienaufstellung die Arbeit der Psychotherapeuten, Ärzte, Berater, Supervisoren, Erzieher und Anderer.

Ich will diese Form der Zusammenarbeit am Beispiel einer ambulanten Therapie erläutern: Eine ambulante Therapie erfolgt in einem Zeitraum von zwölf Monaten nach den Kriterien eines Leistungsträgers (z. B. Rentenversicherung). Die Arbeitsform stellt die Gruppentherapie dar. In zeitlichen Abständen von 3-4 Monaten wird ein zweitägiges Seminar Familienaufstellungen im Gruppenrahmen angeboten. Der einzelne Teilnehmer, der sein Anliegen aufstellen kann, profitiert in besonderem Maße davon; aber auch die gesamte Gruppe. In der Nacharbeit zum Seminar wird deutlich, dass hier sehr viele individuelle Themen in guter Weise weiter behandelt worden sind.

Diese Form der Nutzung von Familienaufstellungen variiert von Einrichtung zu Einrichtung und ist natürlich abhängig von den jeweiligen Voraussetzungen der Institution. Die Familienaufstellung kann im Rahmen von kleineren oder größeren Gruppen zur Anwendung kommen.
(siehe auch hier: *Verlauf einer Familienaufstellung und Systemaufstellungen in Unternehmen und Beruf*)