

3



Theorie



Das Ziel der meisten Theorien der Familientherapie besteht darin, zu erklären, wie psychische Probleme und Beziehungsprobleme aus der Funktionsweise und der Dynamik der Familiensysteme heraus entstehen. Zu beachten ist, dass wir bewusst davon sprechen, dass diese Probleme „entstehen aus“ und nicht davon, dass sie „verursacht werden durch“. Der Grund ist, dass die Systemtheorie einen Sprachgebrauch im Sinne einer linearen Kausalität nach dem Ursache-Wirkung-Prinzip meidet, und zwar zugunsten eines komplexeren Verständnisses, wie bei Tanzpartnern, die gegenseitig Einfluss aufeinander nehmen: Da ist das Paar, das tanzt, die anderen Tänzer um es herum, die Musik und die Umwelt. Alle diese Elemente zusammen sind notwendig, um zu erklären, was bei den Tanzpartnern gut oder schlecht läuft.

Später werden wir noch darauf eingehen, wie die anfängliche Schwerpunktsetzung auf die familieninterne Dynamik zu dem späteren Denkansatz bezüglich der Rolle der größeren Systeme bei den Problemen des Einzelnen und bei Beziehungsproblemen führte. Zuerst konzentrieren wir uns jedoch auf die grundlegenden Fragen und klassischen Konzepte, die von den Gründern der Familientherapie dargelegt wurden.²

Klassische Fragen, auf die die Theorie der Familientherapie eingeht

Jede Theorie stellt eine Reihe von Fragen, von denen sie geleitet wird und die sie zu beantworten versucht. Und in dem Zuge, wie Theorien mit der Zeit weiterentwickelt werden, erweitern sie für gewöhnlich ihre Reichweite, da neue Fragen aufgeworfen werden. Die ursprünglichen Fragen, auf die die Theorie der Familientherapie eingegangen ist, waren Folgende:

1. *Wie entwickelt das Individuum Symptome in der Familie?* Dies war die Hauptfrage bei der Entwicklung der Familientherapie, wobei zunächst

der Fokus auf Schizophrenie und dann auf ein breites Spektrum psychosozialer Probleme gerichtet wurde, einschließlich Depression, Angststörungen, psychosomatischer Krankheiten, Verhaltensstörungen in der Kindheit sowie Drogenmissbrauch.

Wenn ein „neues“ Problem erkannt wurde, wie beispielsweise Bulimie und Borderline-Persönlichkeitsstörung, versuchten die Theoretiker der Familientherapie das Problem im Sinne seines familiären Kontextes zu verstehen. Manchmal liegt die Betonung darauf, wie die Familiendynamik zum Entstehen eines bestimmten Problems führt (wie etwa Oppositional Defiant Disorders (Störungen des Sozialverhaltens mit oppositionellem Trotzverhalten bei Kindern) dadurch entstehen, dass die Eltern ihre Stellung oder Autorität gegenseitig untergraben), und ein andermal darauf, wie die Familie sich um die Störung herum organisiert und damit das Problem endlos fortschreibt (wie im Falle von Angststörungen oder Alkoholismus, wo die Störung vielleicht schon bestanden hat, bevor sich die Familie so eingerichtet hat, wobei die Familiendynamik jedoch dafür sorgt, dass sie fortbesteht). Alle Theorien der Familientherapie stellen nachdrücklich den Familienprozess im Hier und Jetzt in den Vordergrund, wobei einige auch längerfristige Prozesse in der Herkunftsfamilie betonen.

2. *Wie halten Familien ein Niveau an zwischenmenschlicher Verbundenheit aufrecht, das sowohl emotionale Bindung als auch individuelle Autonomie ermöglicht?* Verschiedene Theoretiker gehen in unterschiedlicher Weise auf diese Frage ein.

Aus der Sicht von Bowen (1978) neigt die Familie zu zwischenmenschlichen Verstrickungen oder Überinvolvierung; optimales Funktionieren setzt eine Förderung der Selbstdifferenzierung und die daraus resultierende Fähigkeit voraus, emotionale Bindungen ohne Verlust der Autonomie aufrechtzuerhalten.

In den Augen von Minuchin (1974, dt. 1977) tendiert die Familie zu den Extremen von Verstrickung oder Disengagement (Loslösung), wobei Ersteres den Zusammenhalt der Familie auf Kosten des Individuums fördert und Letzteres dem Gegenteil Vorschub leistet. Minuchin betonte auch die Bedeutung differenzierter Subsysteme in der Familie; eine klare, aber flexible Grenze, die das elterliche Subsystem vom Subsystem der Kinder trennt, fördert zum Beispiel die Trennung innerhalb des Kontextes der zwischenmenschlichen Unterstützung. Auf den Begriff der *Grenze* werden wir später in diesem Kapitel noch ausführlicher eingehen.

3. *Wie kommt es dazu, dass ein Familienkonflikt nicht mehr zu bewältigen ist?* Familienkonflikte sind ein wesentlicher Punkt, mit dem sich die

Theorien der Familientherapie beschäftigen – die Gründe dafür sind offensichtlich. Ein Kernansatz zum Verständnis von Familienkonflikten stützt sich auf die Systemdynamik, die zuerst von Bateson in den 1930er Jahren identifiziert wurde: Die Kreisprozesse, wonach negative Interaktionen symmetrisch auf ein destruktives Niveau eskalieren (Watzlawick et al. 1967, dt. 1969). Der durch den Vater ausgeübte Zwang löst beispielsweise rebellische Reaktionen bei seinem Sohn aus, was zu weiteren Ausübungen von Zwang seitens des Vaters und erhöhten Widerständen seitens des Sohnes führt – und so wird die Eskalation fortgesetzt. Ein zweiter Ansatz besteht darin, die Rolle Dritter (Dreiecksmuster) bei der Aufrechterhaltung unlösbarer Konflikte zu untersuchen. Ein verdecktes Bündnis zwischen Mutter und Sohn könnte dem anhaltenden offenen Konflikt zwischen Vater und Sohn zugrunde liegen (Haley 1976, dt. 1977).

Ein dritter Ansatz zu der Frage nicht zu bewältigender Familienkonflikte konzentriert sich auf die Eigenschaften des Familiensystems insgesamt, wie beispielsweise übermäßige Verbundenheit oder Verstrickung, wodurch ernsthafte Konflikte durch die Versuche von Familienmitgliedern entstehen würden, ihre Autonomie zu behaupten und zu schützen (Minuchin 1974, dt. 1977).

4. *Wie können Familien dysfunktionale Muster ändern?* Hier ist der Hauptfokus darauf gerichtet worden, wie Therapeuten Familien helfen können, eine Änderung herbeizuführen. Aus der Sicht von Familientherapeuten besteht die Einheit der Systemveränderung im Allgemeinen aus einem Therapeuten und einer Familie (Haley 1976, dt. 1977). Der Therapeut nutzt die therapeutische Beziehung, um neue Familienmuster hervorzulocken, die die Familie zu Hause verinnerlicht. Kapitel 4 geht auf die wesentlichsten Mechanismen der Veränderung in der Familientherapie ein.

Die Theorie der Familientherapie geht auf Dutzende weiterer wichtiger Fragen zu Familien ein. Wir denken jedoch, dass die meisten davon unter den vier vorstehend dargelegten Fragen subsumiert werden können.

Klassische Konzepte

Nur relativ wenige Konzepte werden in allen Theorien der Familientherapie genutzt. Nichtsdestotrotz gehört eine Reihe von Konzepten zum allgemeinen Sprachgebrauch, weil sie den Status klassischer Ideen der ersten