Supervision

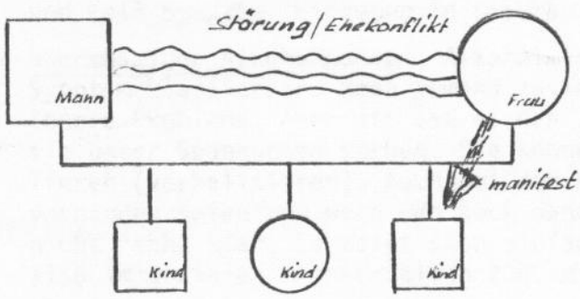
Vortrag von Frau Dr. Davatz anlässlich der 57. Supervisions-Sitzung
vom 13. November 1980 im SPD Königsfelden

Familientherapie - Familiensystemtheorie

Ein prinzipielles Konzept (zum Anfang) ist folgende Theorie:

Wenn Stress auftritt in einer Familie, kann dies sich in verschiedenen Personen manifestieren.

Also: Man versucht immer, die Familie als ganzes, als Organismus zu betrachten und nicht nur das Individuum alleine.



Aus klinischer Erfahrung weiss man, dass sich Stress in der Familie z.B. manifestiert als

1. Ehekonflikt

2. Symptom bei einem Ehepartner (Das kann den Mann oder die Frau betreffen.)

2.1. Psychisches Symptom

d.h. psychiatrische Krankheit im Sinne einer Depression, Suizidversuch, Neurosen, alle psychischen Probleme bis zu Schizophrenie.

2.2. Physisches Symptom

als körperliche Krankheit, und zwar nicht nur psycho-somatische Krankheit. Bei den psycho-somatischen Krankheiten wird in der Medizin schon lange akzeptiert, dass ein Zusammenhang besteht zwischen emotionellem Stress und physischer Krankheit. Aber je länger man forscht über die Zusammenhänge von Geist und Körper, die Wechselwirkungen zwischen zentralem Nervensystem und Körper, umsomehr erkennt man, dass chronischer Stress eine wichtige Rolle spielen kann bei der Entwicklung einer Krankheit.

Am Anfang des Stresses kann natürlich die Krankheit nur funktionell aussehen. Der Patient hat vielleicht nur funktionielle Magenbeschwerden, d.h. Beschwerden, die wieder vergehen. Wenn aber der Stress über viele Jahre hinweg besteht, ergeben sich schlussendlich lokale Veränderungen am Organ und es kann sogar Krebs entstehen. (Dies im Sinne dieser Theorie). In dem Sinne ist keine Krankheit ausgeschlossen, d.h. Stress kann sich in Form einer Krankheit in einem der Ehepartner manifestieren.

https://adhs.expert

2.3. Soziales Symptom

d.h. sozial-aberierendes (?averierend) Verhalten. Dies hängt natürlich immer ab von der Gesellschaft, denn in der einen Gesellschaft ist ein Verhalten akzeptiert und in einer andern Gesellschaft ist das genau gleiche Verhalten nicht akzeptiert. Also ist ein soziales Symptom umweltabhängig.

Beispiele von sozialen Symptomen:

- extrem viele Affären, die nicht akzeptiert werden von einer Gesellschaft (Wenn im Orient ein Mann viele Frauen hat, dann ist dies normal und kein Symptom. Hingegen in unserer Gesellschaft wäre es ein Symptom.)
- übermässiger Alkoholkonsum Alkoholmissbrauch ist auch als psychisches Symptom klassierbar. Wenn jemand zuviel trinkt, hat er meistens schon innere Probleme. Aber oft ist es den Trinkern gar nicht bewusst, dass sie unter Spannungen stehen. Sie können oft nur sehr schlecht formulieren (verbalisieren). Auch bei der Hypothese, dass emotionale Probleme vorhanden seien und wenn man auch danach sucht, ist es dem Patienten nicht recht klar. Es zeigt sich einfach gerade im Alkoholmissbrauch, also im sozialen Missverhalten z.B. mit Schlägereien.
- jegliches Delinquentenverhalten

3. Symptom bei einem Kind

d.h. der Stress kann an ein Kind weitergegeben werden und in ihm kann es sich auch wieder auf verschiedene Arten manifestieren, z.B. durch eine körperliche Krankheit, durch ein psychisches Problem (Depressionen, zurückgezogenes Verhalten) oder auch durch soziales Missverhalten, z.B. schlechtes Verhalten in der Schule oder zu Hause (oft zuerst in der Schule), stehlen usw. Man kann sagen, dass bei den Kindern die Störung eher im Verhalten auftritt. Kinder sind auf eine Art noch nicht fähig für psychische Reaktionen (?), d.h. sie haben oft keine Depressionen. Man spricht von Depressions-Equivalenz. Psychiatrisch diagnostiziert man zwar eine Depression, aber was man nach aussen sieht, ist ein delinquentes (deviantes) Verhalten. Z.B. Nichtgehorchen in der Schule, auffällig in der Schule. Es liegt vermutlich an der Entwicklungsstufe des Kindes, dass sich bei ihm Stress eher im Verhalten zeigt oder dann als körperliche Krankheit, wobei aber der Zusammenhang schwerer erkennbar ist.

Gemäss einem kürzlich erschienenen Artikel in einer psycho-somatischen Zeitschrift (!), kann z.B. bei einem Kind der Ausdruck einer Leukämie signifikant mit vermehrten Stressfaktoren (Live-events, d.h. Lebensveränderungen, die stressvoll sind für die Familie) korreliert werden. Das bedeutet, dass eine Beziehung besteht zwischen dem Auftreten der Leukämie beim Kind und vermehrten Geschehnissen, die Stress in der Familie verursachen.

Die Familiensystemtheorie wurde von Murray Bowen rein aus klinischer Erfahrung entwickelt. Sie ist noch nicht statistisch untermauert. In dem Sinne ist sie natürlich angreifbar, d.h. noch nicht bewiesen. Die Forschung läuft aber. (Auch wir sind dazu angehalten, die Theorie als Arbeitshypothese zu verwenden.)

Vergleich zur Freud'schen Theorie Die Freud'sche Theorie ist zwar sehr logisch konstruiert und sehr differenziert aufgebaut und hat für alles Erklärungen. Aber sie ist z.T. zurückgeführt auf wenige kleine Hypothesen,

https://adhs.expert

welche als Axiome (feste Postulationen) nicht mehr überprüft werden. Ich meine: "Diese Postulierungen seien revisionsbedürftig. Wenn aber Postulierungen angegriffen werden können, so fällt die gesamte Theorie zusammen." Die Familiensystem-Theorie beruht hingegen etwas mehr auf Beobachtungen, also nicht nur auf einer Annahme.

Diskussion:

Murray Bowen ist Amerikaner. Es gibt in Amerika jetzt eine ganze Bewegung, d.h. verschiedene Schulen für Familiensystem-Theorie. Ich stelle hier nur eine Schule vor, nämlich jene von Bowen. Er war mein Lehrer. Daher kann ich seine Theorie am besten vorstellen. Ich kenne auch andere.

An der Theorie von Bowen ist spezifisch, dass sie sich mehr mit Aetiologie (Ursachenprobleme) beschäftigt und daran interessiert ist, eine umfassende neue Theorie aufzustellen in der Psychiatrie, nicht nur als Theorie von der Therapie. Viele andere Familientherapeuten sind daran interessiert, Therapie zu machen, d.h. Erfolge zu erzielen und sind nicht so sehr daran interessiert, eine Theorie aufzustellen, woher eigentlich das ganze Problem kommt, sind also mehr auf Intervention ausgerichtet, als auf Ursachenforschung.

Was bezeichnet man als Stress in der Familie?

Es ist relativ schwierig zum Definieren. Ich würde sagen: "Die Familie steht dann unter Stress, wenn sie das Gefühl hat, dass sie den Anforderungen nicht mehr gewachsen ist, und zwar über lange Zeit. Wenn man nur über kurze Zeit das Gefühl hat, man sei den Anforderungen nicht gewachsen, die Belastung geht wieder vorbei und man ist wieder fähig,die Anforderungen zu erfüllen, dann handelt es sich um kurzen Stress, aber nicht um Stress in der Familie in diesem Sinn. Es gibt erst Veränderungen in der Familie und auch in einem Organ, wenn der Stress über eine grössere Zeit andauert. Die allgemeine Verwendung des Terminus "Stress" gilt allerdings auch für kurzen Stress.

Aber was bedeutet dann Stress in der Familie ganz besonders? Ist nur ein einzelnes Familienmitglied unter Stress? Oder Stress in den Beziehungen?

Alles zusammen kann zutreffen. Ein einzelnes Familienmitglied unter Stress kann Stress auf die Familie übertragen. Wenn man von einem Familiensystem spricht, ist man der Ansicht, dass die Individuen untereinander zusammenhängen. Wenn nur ein Individuum Stress verspürt und Teil eines Systems ist, wird der Stress automatisch weitergegeben an das ganze System.

Definition:

Wenn man die Familie als System betrachtet, dann beeinflusst jede Veränderung an einem Punkt des Systems das ganze System.

Spielt es eine Rolle, welcher Teil des Familiensystems unter Stress steht?

Ich möchte sagen: " Die Eltern sind sicher signifikanter (bedeutsamer). Also wenn die Eltern unter Stress stehen, ist das System mehr gefährdet. Andersherum kann gesagt werden, dass Stress bei einem Kind (Veränderung infolge Krankheit, Schulbeginn etc.) z.B. auch bei der Mutter Stress erzeugt, die ihn wieder zurückgibt an das Kind. So entsteht ein Teufelskreis im System. Das Kind hat Angst - Mutter hat Angst - Kind hat wieder Angst usw. ..... (Ping pong). Stehen die Eltern ohnehin schon unter Stress (viele Kinder, Berufstätigkeit, Fremdsprachigkeit, Stellung, usw.), wenn eine Veränderung eintritt (Adoleszenz, Lehrantritt eines Kindes usw., also normaler physiolo-

https://adhs.expert

gischer Stress), ist das System besonders gefährdet."

Wie kann man Stress abbauen? Muss man konkret etwas ändern?

Dies gehört dann zur Therapie. Erstes Prinzip ist immer: Die Angst im System reduzieren (äquivalent zum Stress). Unter Angst kommt ein System unter Stress, d.h. psychologisch wird Stress als Angst empfunden. Z.B. die einen Mütter werden unter Angst aktiv, sie reden dem Kind zu, sie machen Verbesserungsvorschläge. Andere ziehen sich unter Angst eher zurück in eine Art Fluchtreaktion, sie werden passiver. Solche Verhaltensveränderungen werden natürlich sofort vom ganzen System (den andern Familienmitgliedern) wahrgenommen und bewirken somit wieder einen Teufelskreis. Darum ist die erste Aufgabe des Therapeuten (in meiner Ausbildung) die Angst im System zu reduzieren. Egal welches Symptom auftritt (Alkohol, Delinquenz eines Kindes, Drogen usw.). Der Therapeut muss ruhig dem System gegenübertreten, um so Angst zu reduzieren. Der Therapeut wird in gewissem Grad Teil des Systems. Hat er weniger Angst als das System, kann er beruhigend wirken. Wenn es gelingt, die Angst im System zu reduzieren, kann das Symptom vermindert werden. Auch beim Alkoholiker spielt vielfach der Partner eine Rolle. Wenn eine Frau dauernd ängstlich frägt: "Was hast du jetzt wieder getrunken?", kann der Mann nicht anders als weitertrinken. (Aehnliche Prinzipien wie bei Al-Anon.)

Es kann sein, dass in einer Ehe ein Konflikt gar nicht möglich ist, weil sich vielleicht ein Partner infolge früherer Erfahrung geschworen hat, nie Streit zu haben. Er passt sich intensiv an. Meistens tritt dann das Symptom bei jenem Partner auf, welcher sich überstark anpasst, sich nicht wehrt, immer klein beigibt. Dieses Anpassen kann er im Ueberfunktionieren, d.h.Uebernehmen vieler Aufgaben (immer da sein, alles selber machen usw.) zeigen. Aber das Symptom ist auch bei Unterfunktion möglich, z.B. dominante Frau - schwacher Mann, der nicht mehr weiss, für was er hier ist. Es ist eine Frage der Zeit bis der überfunktionierte Partner ebenfalls dekompensiert (Alkohol, Nervenzusammenbruch etc.).

Im Detail: Wie kann man Angst wegnehmen? Muss man Angst zuerst bewusst machen, damit man sie wegnehmen kann?

Es ist nicht einfach, man kann auch etwas falsch machen und so noch mehr Angst erzeugen. Ein Beispiel von schlechtem Vorgehen wäre, wenn ein Mann als Alkoholiker bei einer dominanten Frau in Unterfunktion steht und dann der Therapeut allzu schnell mit guten Ratschlägen an diese Frau gelangt, so erhöht er nur die Angst. Kritik erhöht immer die Angst. Die kritisierte Person war ja der Ansicht, alles recht gemacht zu haben. Also beim ersten Kontakt aufpassen, um nicht zu schnell systemverändernd wirken zu wollen. Eine Methode ist: Zuerst eher Fragen stellen (anamnestisch arbeiten), Blickwinkel erweitern und nicht nur vom Symptom reden. Je mehr man sich nämlich auf das Symptom konzentriert, umso mehr kann man es verstärken. Oft bleiben "Alkoholtherapeuten" am Symptom hängen. Selbstverständlich muss man zur rechten Zeit mit dem Symptom Kontakt aufnehmen, sonst hat der Patient dauernd Angst, weil er nicht weiss, ob es der Therapeut schon gemerkt hat oder nicht. Gelassenheit dem Symptom gegenüber baut Angst ab und fördert die Gesprächsbereitschaft. (Vertrauen).

(Schluss der 1. Diskussionsrunde)

(Spezifische Methoden der Familientherapie)

https://adhs.expert

Konzept der Differenzierung und der Fusion

Geschichtliche Herkunft: Analytische Therapeuten stellten fest, dass z.B. zwischen Mutter und Kind, hauptsächlich bei schizophrenen Kindern, eine extrem starke Bindung besteht und dass man diese Kinder als System behandeln muss. An solchen Fällen hat man erstmals auch festgestellt, dass man das Individuum nicht einfach im leeren Raum behandeln kann, sondern nur zusammenhängend im System. Man hat z.B. schizophrene Kinder im Spital behandelt. Im Spital ging alles bestens und ohne Symptome. Solche Kinder kehrten aber völlig dekompensiert von ihren Wochenendurlauben zu Hause ins Spital zurück. Die Arbeit über Jahre wurde innerhalb von wenigen Minuten völlig zerstört. Daran hat man festgestellt, dass quasi das schizophrene Individuum kein selbständiges Individuum ist, sondern mit der Mutter zusammenhängt und dass keine Veränderung im schizophrenen Kind errreicht werden kann, wenn nicht auch die Mutter in die Behandlung miteinbezogen wird. Man betrachtete schliesslich diese enge Mutter-Kind-Beziehung, genannt symbiotische Beziehung, auch über die Adoleszenz hinaus. Die symbiotische Mutter - Kind - Beziehung beim Kleinkind ist normal (für den Säugling sogar lebensnotwendig, hat doch die Mutter Mechanismen, die sie die geringsten Geräusche des Kindes z.B. in der Nacht schneller hören lassen als irgend jemand anders.). Wenn sich aber die Mutter einem adoleszenten Kind oder einem erwachsenen Kind gegenüber gleich verhält, wie gegenüber einem Säugling, so ist dieses Verhalten pathologisch, also ein Problem.

BOWEN veränderte daher den Begriff symbiotische Beziehung für die Zeit nach der Adoleszenz und bezeichnete sie als Fusion. Aus der Beobachtung dieser Fusion entwickelte man eine Therapie, resp. einen Therapiebegriff, resp. ein Therapieziel, was dann die Differenzierung wäre. Differenzierung in der Therapie bedeutet Lockerung der engen Beziehung. Zuerst betrachte man die Fusion und Differenzierung nur zwischen Mutter und Kind und schliesslich auch zwischen Mann und Frau, also in der Ehe. Auch in der Ehe kann man von einer Fusion-Beziehung reden, d.h. die beiden Ehepartner sind extrem eng voneinander abhängig. Sie können auf eine Art nicht funktionieren ohne den andern. Eine gewisse Abhängigkeit zwischen Ehepartnern besteht eigentlich immer auch in einer normalen Ehe. Aber eine überstarke Abhängigkeit ist ein Problem. Auch hier besteht das Problem mit der Angst, denn eine überstarke Abhängigkeit zwischen zwei Ehepartnern ermöglicht eine viel leichtere Kommunikation von Angst. Dadurch entsteht ein System, welches sich viel leichter aufschaukelt, sozusagen negativ aufschaukelt. Es kann sich aber auch positiv auswirken. Wenn z.B. ein Psychotiker, der grosse Schwierigkeiten hat, eine Beziehung eingeht, kann es vorübergehend ausgezeichnet gut gehen. Die Gefahr ist aber gross, dass vom Guten alles verlorengeht und aus der wunderbaren Liebesbeziehung ein Konflikt entsteht. Ein überfusioniertes Ehepaarsystem ist sehr viel empfindlicher als alle möglichen negativen Einflüsse. Sobald es einem Teil schlecht geht, überträgt es sich sofort auf den andern Teil und beide sind am Ende. (Gleich negative Aufschaukelung).

In solchen Fällen versuchte Bowen die engere eheliche Beziehung zu differenzieren, also beiden Individuen zu helfen, selbständig zu werden. Es wäre auch eine Aufgabe des Therapeuten, der mit der Frau eines Alkoholikers arbeitet, welche an nichts anderes mehr denkt, als an ihren alkoholischen Mann, ihr zu helfen, dass sie sich nicht nur ein negatives Ziel gibt. D.h. sie soll sich nicht mehr so sehr auf den Mann beziehen und ihn in Ruhe lassen.

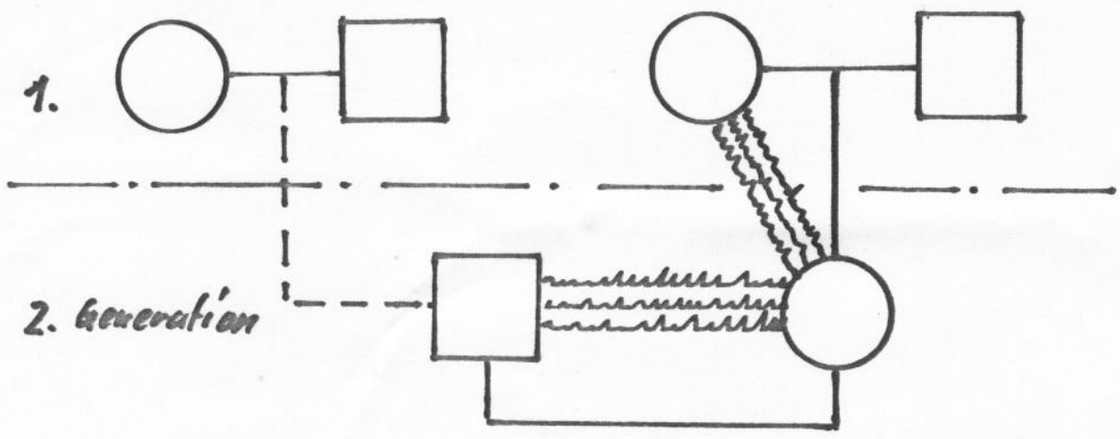
https://adhs.expert

Denn die bisherigen Bemühungen dieser Frau waren ja negative Ziele, an und für sich genau gleich, wie das Aufhören des Trinkens auch ein negatives Ziel ist. Dieser Frau sollte man die Aufgabe geben oder ihr zeigen, wie sie wieder ein Leben für sich selber leben kann, unabhängig davon, ob ihr Mann trinkt oder nicht. Sie kann vielleicht Sachen machen, welche sie schon lange machen wollte, sich aber nicht getraute, weil sie ja immer auf ihren Mann aufpassen musste. Man muss der Frau ein positives Ziel geben. D.h. sie soll für sich selber etwas tun. (Uebrigens:Das Al-Anon-Prinzip "in Liebe loslassen" geht in ähnliche Richtung.) Die Beziehung soll aber nicht einfach aufgelöst werden, denn dies würde auch wieder Angst und damit Reaktionen (trinken) auslösen.

Ein positives Ziel kann man beiden Partnern geben z.B. auch dem Mann, indem er sich nicht mehr so viel auf das Trinken konzentrieren soll. Vielmehr soll er andere Sachen machen oder darüber nachdenken, wo er überhaupt im Leben steht, was er gerne verändern möchte oder wo er unzufrieden ist in seinem Leben ganz unabhängig vom Alkohol. So kann ihm geholfen werden, selbständiger zu werden. Die Therapie zielt darauf ab, beide Ehepartner selbständiger werden zu lassen, d.h. die Difusionsbeziehung wird differenziert. Differenzierung ist also etwa gleichzusetzen mit Individualisierung, Erwachsenerwerden, Selbständigerwerden, eine ausgeglichene Person werden.

Für das Vorgehen sind verschiedene Arten möglich. Es gibt verschiedene Theorien und verschiedene Methoden zum Individualisieren. Eine Theorie und Therapie, welche BOWEN entwickelte, wird zurückgeführt auf die Ursprungsfamilie. Er machte nämlich die Erfahrung, dass er beim Differenzieren in der Ehetherapie immer an einem gewissen Punkt anstand. Er fand per Zufall heraus, dass eine Beruhigung eintrat, wenn die Patienten Kontakt aufnahmen mit dem System ihrer Ursprungsfamilie. Er prägte danach den Begriff: Differenzierung der Ursprungsfamilie.

Daraus entstand die Theorie, dass alle Probleme, welche in der Ehebeziehung auftreten, ursprünglich aus der Beziehung zur eigenen Mutter entstammen. Also, was man an Konflikten gehabt hat mit seiner eigenen Mutter, wird auf die Ehe übertragen.



https://adhs.expert

Es muss nicht spiegelbildlich oder analog übertragen werden. Die Uebertragung kann verändert erfolgen. In der Therapie versucht man eine Verbindung herzustellen zwischen dem, was in der Ehe passiert und dem, was in der eigenen Kindheit passierte. Dabei darf man aber nicht nur isoliert die Erlebnisse, welche man als Individuum gehabt hat, betrachten, sondern man muss auch auf die Interaktionen achten. Sobald man die Beziehung zur Ursprungsfamilie betrachtet, muss man natürlich auch die Beziehung der Eltern, also zwischen Vater und Mutter betrachten usw. So kann man x - Generationen zurückgehen. Man entdeckt so oft bestimmte Muster, wie z.B. das Trinken bei Familien über viele Generationen hinweg. Das Thema kann entweder Alkohol oder extreme Abstinenz sein. Oft kann man beide Themen in beiden Ursprungsfamilien verfolgen. Ein Beispiel: Die Ahnengalerie des Mannes zeigt viele Alkoholiker und die Ahnengalerie der Frau zeigt viele Abstinente. Beim kleinsten Alkoholkonsum des Mannes reagiert die Frau extrem gegen den Alkohol. Die enge Beziehung löste schliesslich den Teufelskreis mehr Trinken - mehr Reaktion - mehr Trinken - usw., aus. (Dies muss aber nicht immer zutreffen.) Es besteht auch die Gefahr, dass Vorurteile verstärkend wirken.

Beim Differenzieren der Ursprungsfamilien besteht auch die Gefahr, dass beide Systeme gegeneinander ausgespielt werden. Eine mögliche Haltung des Therapeuten ist dann, die Ehepartner darauf hinzuführen, dass jeder mit dem eigenen System allein umzugehen versteht, ohne Einmischung beim andern System. Es bewirkt auf eine Art die Loslösung (Differenzierung) von der eigenen Sippe. Eine gewaltsame Loslösung (z.B. jeglichen Kontakt abbrechen oder alles anders machen)ist auch problematisch.

Jeder Loslösungsprozess verursacht normalerweise Stress, wie z.B. eine Geburt und bringt normale gewisse Konflikte mit sich, welche dazugehören. Wenn die Konflikte allzu gross oder gar nicht vorhanden sind, ist es auch wieder ein Zeichen, dass das System nicht recht funktioniert. Ein nicht vollzogener Loslösungsprozess kann sich z.B. bei einer Jungehe später in Ehekonflikten zeigen. Oft sind Unverheiratete oder Personen, die spät heiraten, nicht losgelöst.

Schluss des ersten Teiles

Aufgezeichnet ab Tonband z.T. mit geringfügigen kleinen Kürzungen durch Benedikt Stalder, Boswil.

https://adhs.expert