

Wann kann systemische Familientherapie schaden?

Dr. med. Robert Langlotz

Wir haben es zum Teil mit suizidgefährdeten Patienten zu tun. Wir wissen, daß wir es nicht verhindern können, daß manche ins Leiden oder sogar in den Tod gehen.

Der phänomenologische Ansatz verpflichtet uns, ihnen die Wirklichkeit, so wie sie bei der Aufstellung deutlich wird zuzumuten, ohne Wertung. Je weniger wir jemanden retten wollen, um so größer ist die Wirkung der Arbeit.

Unsere Arbeit erfordert also die Demut, der eigenen Ohnmacht zuzustimmen, und den Mut, dem Klienten die Wirklichkeit, die ans Licht kommt, zuzumuten.

Der Therapeut mutet dem Klienten seine eigene Wahrnehmung zu, auch wenn er weiß, daß er sich irren kann.

Dennoch erscheint es sinnvoll, sich darüber Gedanken zu machen,

- welche Klienten besonders gefährdet sind,
- durch welche Art von Interaktionen diese Klienten belastet, d.h. gefährdet werden.

Wenn jemand gehen will

Beim Aufstellen wird manchmal deutlich, daß jemand, der Klient oder ein Familienmitglied, gehen will.

Manchmal ist dies entlastend, vor allem wenn der Kontext deutlich wird. Es kann aber auch Panik auslösen.

Wenn z.B. der eigene Vater gehen will, weil er selbst den Vater und den Bruder früh verloren hat, dann erläutere ich das dem Klienten manchmal mit folgenden Worten: ~~Wenn der Vater~~ Herz ist bei seinem Bruder, bei seinem Vater. Vielleicht will er ihnen in den Tod folgen. Damit kann er 90 Jahre alt werden, aber es prägt sein Leben, seine Einstellung zum Leben, zur Ehefrau, zu den Kindern.

Schuldgefühle

Besonders gefährdet erscheinen mir Klienten, die sich schuldig fühlen weil sie entweder:

- für die Elternteile schwere Schuld übernommen haben,
- ihr Leben schicksalhaft mit dem Unglück oder Tod eines anderen verbunden ist, z. B. dem Tod der Mutter im Kindbett,
- sie sich selbst schuldig fühlen (Abtreibung, leichtfertige Ehescheidung, Tendenz einem anderen in den Tod zu folgen und damit die Familie zu verlassen).

Jeder Satz des Therapeut, der als Wertung oder Verurteilung aufgefaßt werden kann, ist für diese Klienten eine zusätzliche Belastung. Zum Beispiel Sätze wie:

„Du hast deinen Vater verspielt“

„Du hast deine Kinder verspielt“

„Wenn Eltern sich leichtfertig trennen, stirbt manchmal ein Kind“.

Daraus folgt:

- Konfrontierende Aussagen oder Sätze vorsichtig formulieren z. B.: „Vielleicht habe ich dich verspielt“ und dann die Reaktion beim Klienten und beim Stellvertreter z. B. des Vaters abwarten.
- Auch bei offensichtlicher eigener Schuld des Klienten nicht werten oder urteilen.
- Nur mit Klienten zu arbeiten, die selbst arbeiten wollen und ein Anliegen haben.

Manche Klienten werden von Angehörigen oder Therapeuten geschickt,. Sie sind vielleicht nicht bereit, sich der verborgenen Dynamik zu stellen. Das kann auch ein Schutz sein, den der Therapeut achten muß.

- Auch wenn in dieser Situation ein Kind des Klienten belastet ist, darf der Therapeut den Elternteil nicht konfrontieren, z. B. um das Kind zu retten. Dies wäre Übergriff und Anmaßung.

Paradoxien

Das Leben ist gekennzeichnet durch Paradoxien. Die Wirksamkeit des phänomenologischen Vorgehens besteht unter anderem darin, daß diese Paradoxien deutlich werden.

- Je weniger der Therapeut mit Absicht oder Konzept handelt, um so größer ist die Wirkung.
- Der Therapeut macht dem Klienten die unbewußte Dynamik deutlich, auch wenn sie schlimm erscheint, ohne zu werten oder zu urteilen.
- Obwohl unser Handeln weitgehend durch schicksalhafte Verstrickungen bestimmt wird, müssen wir zu den Folgen stehen.
- Jeder ist Täter und Opfer zugleich.
- Leid verbindet uns mit unserer Herkunftsfamilie und drängt uns gleichzeitig zu einer Lösung.
- Leid beeinträchtigt uns und läßt Kräfte wachsen, die wir ohne das schwere Schicksal nicht hätten.

Wenn diese Paradoxien nicht geachtet werden, kann die Arbeit gefährlich werden.

- Wenn ich jemanden retten will, werde ich zum Macher, die Arbeit zum Instrument, der Klient zum Objekt. Ich werte, ich maße mir an, das Schlimme zum Guten wenden zu wollen. Die Folge: ich blähe mich auf, schreibe mir selbst die Wirkung zu. Die Arbeit verliert an Wirkung. Ich fühle mich schuldig wenn es zu einem Mißerfolg kommt.
- Das Aufstellen mit der Absicht, z. B. bei einer Ehescheidung für die Kinder einen guten Platz zu finden, ist gefährlich. Wie fühlt sich ein Elternteil, wenn er mit dem Bewußtsein aufstellt, daß davon das Schicksal der Kinder abhängt? Wie fühlt sich dabei der Therapeut? Wie fühlt sich der Elternteil, dem die Kinder abgesprochen werden? Besonders dann, wenn er vielleicht selbst die Aufstellung gar nicht wollte?
- Auch bei schwerer Schuld, wie Mord, steht es dem Therapeut nicht zu, zu urteilen. Wenn bei der Aufstellung

das Bild auftaucht, daß ein Familienmitglied seinen Platz in der Familie verloren hat, dann achtet das der Therapeut, indem er ihn ziehen läßt.

- Oft fühlen sich Eltern schuldig, wenn Kinder etwas für sie tragen, ins Leiden oder sogar in den Tod gehen wollen. Wir können gar nicht anders, als unseren Kindern unsere Verstrickung zuzumuten, und müssen auch die Verstrickungen der Kinder achten. Wenn wir uns dafür schuldig fühlen oder uns zu sehr um die Kinder sorgen, geben wir ihnen noch mehr zu tragen.

Diese Dynamik könnte man als symbiotische Eskalation bezeichnen, sie führt manchmal zur Dekompensation, z. B. zum Suizid.

Symbiotische Eskalation ...

Hier ein Beispiel für eine solche Eskalation. Eine Therapeutin kommt zum Seminar, weil sie die Kette der Selbstmorde unterbrechen möchte. Die Mutter hatte sich umgebracht, sie wollte dem früh gestorbenen Vater folgen. Der Vater, Psychiater, fühlte sich dafür schuldig, daß er den Selbstmord seiner Frau nicht verhindern konnte und brachte sich ebenfalls um. Eine Schwester der Klientin lebt tausend Kilometer entfernt, ohne Arbeit, Alkoholprobleme, suizidal. Die Klientin, selbst Therapeutin, fühlt sich suizidgefährdet.

... und wie sie gelöst wird

Nachdem sie die Eltern geachtet und genommen hat, stelle ich sie der Stellvertreterin der Schwester gegenüber und lasse sie folgende Sätze sagen: „Ich achte es, daß du unseren Eltern folgen möchtest. Wo immer dein Schicksal dich hinführt, ich stimme dem zu, ich darf da nicht eingreifen,

wenn du gehst, wirst du mir sehr fehlen“. Die Klientin wurde sehr traurig, sie war jedoch auch entlastet.

Am nächsten Tag berichtet sie, ihre Schwester habe angerufen, es ginge ihr besser, sie habe sich telefonisch um eine Stelle beworben und eine Zusage erhalten.

Ein Jahr später war die Schwester in einer Selbsthilfegruppe, es ging ihr besser.

Die genannten Paradoxien sind Ausdruck der paradoxalen Struktur der Wirklichkeit. Wer sie achtet, ist im Einklang mit der Wirklichkeit. Laotse sie im zweiten Vers so beschrieben:

Wenn wir Schönes als schön bezeichnen, gibt es Häßliches.

Wenn wir Gutes als gut bezeichnen, gibt es Schlechtes.

Daher zeigen sich Haben und Nichthaben gemeinsam.

Schwer und Leicht ergänzen einander.

Lang und Kurz widersprechen einander.

Hoch und Tief ruhen aufeinander.

Stimme und Klang schwingen miteinander.

Vorne und Hinten folgen einander.

Daher wandert der Weise umher, ohne zu handeln, und lehrt
ohne Worte.

Die zehntausend Dinge entstehen und vergehen unaufhörlich.

Hervorbringen und doch nicht in Besitz nehmen.

Wirken und sich doch keinen Verdienst anrechnen.

Das Werk tun und es dann vergessen.

So wird es von Dauer sein.