Familienkurs I
vom 26.7.2010

Zusammenfassung aller 6 Konzepte von M. Bowen

U. Davatz, www.ganglion.ch

In der Systemtherapie nach Bowen geht es darum, die Prozessabläufe innerhalb eines Familiensystems zu erkennen über mehrere Generationen hinweg. Die psychische Krankheit stellt darin keine feste Einheit dar im Sinne einer fixen Grösse, sie ist viel mehr stets eine funktionelle Störung innerhalb dieser Familiendynamik über verschiedene Generationen hinweg. Die Weitergabe von Traditionen, Wertvorstellungen und Problemen innerhalb einer Familie bezeichne ich deshalb mit **„sozialer Vererbung"**. Nicht nur Dummheit ist lernbar, auch psychische Krankheit ist lernbar und somit „vererbbar".

Die soziale Vererbung läuft an erster Stelle über die Konditionierung innerhalb der symbiotischen **„Fusionsbeziehung"** zwischen Mutter und Kind ab über einen Konditionierungseffekt. Die Fusionsbeziehung im ganzen Kollektiv des Familiensystems garantiert den Zusammenhalt, die **„Corporate identity"**. Je ängstlicher das Klima im Familiensystem ist, umso enger die Fusionsbeziehung und umso rigider die Regeln und Normen.

Wird die Fusionsbeziehung innerhalb des Kollektivs all zu eng, ist kein Individualismus erlaubt und keine Individualisierung mehr möglich. Sämtliche Individuen müssen sich dem Wohl des Kollektivs unterordnen um die **„Kinselection"**, das Überleben des Kollektivs zu sichern. Will ein Familienmitglied dennoch den Weg der Selbstverwirklichung oder Individuation durchlaufen, muss es ein **„Cut-off"** oder eine gewaltsame Ablösung vom Familiensystem vollziehen. Das Cut-off bringt jedoch mit sich, dass ein gewisser Energiezufluss, eine emotionale Unterstützung durch das Familiensystem verloren geht.

Da Familiensysteme aus Vater, Mutter und Kindern stehen, haben die Eltern als Partner die Tendenz ihre nicht ganz vollzogene Ablösung von der Herkunftsfamilie auf ihren Partner zu übertragen, was dann zum Ehe- oder Partnerkonflikt führt. Kann der Ehekonflikt nicht zwischen den beiden Partnern gelöst werden, wird das Kind mit in diesen hineingezogen und es entsteht eine so genannte **„Dreiecksbeziehung"**. Innerhalb dieser Dreiecksbeziehung wird jedoch kein Konflikt mehr

https://adhs.expert

gelöst, weder der Partnerkonflikt noch der Ablösungskonflikt des pubertierenden Kindes! Die drei Personen bleiben als **„Perpetuum mobile“** aneinander gekettet. Es ist jedoch meistens das Kind, das dabei Schaden nimmt und krank wird.

Treten Störungen innerhalb des Familiensystems auf, weil die Anpassung der verschiedenen Individuen erschöpft ist, können die Störungen in drei verschiedene Kategorien aufgeteilt werden: Psychische Probleme oder Symptome, körperliche Symptome oder soziale Symptome wie Delinquenz. Diese Symptome können bei einem der Ehepartner oder beim Kind auftreten. Eine weitere Art und Weise wie überschüssige emotionale Energie im System absorbiert werden kann, ist durch Ehekonflikt. All diese Mechanismen nenne ich **„Anpassungsmechanismen innerhalb einer Kernfamilie“** oder **„Familienprojektionsprozess“**.

Als systemtherapeutisches Vorgehen, um die gesunde Entwicklung der Familie als Ganzes sowie der einzelnen Familienmitglieder zu fördern, verwendet man in der Systemtherapie nach Bowen den **„Differenzierungsprozess von der Herkunftsfamilie“**. Dieser besteht darin, dass das Individuum, welches man berät, dazu angehalten wird in Person oder in Gedanken, schriftlich Kontakt aufnimmt mit seiner Herkunftsfamilie, insbesondere mit den Eltern und diesen gegenüber eine eigene Position bezieht ohne diese belehren oder überzeugen zu wollen. Es geht darum, dass die Person zu sich steht und sich selbst Gerechtigkeit widerfahren lässt. Die Wahrnehmung des Gegenübers und die eigene „Standpunktbeziehung“ soll dabei so differenziert und genau wie möglich sein. Dieser Differenzierungsprozess ist besonders schwierig im Bereich von emotional geladenen Themen. Je besser die Differenzierung von der Ursprungs- oder Herkunftsfamilie gelingt, umso freier kann sich danach die Person und sämtliche von ihr abhängigen Personen, d.h. vor allem Kinder, entwickeln. Der Differenzierungsprozess macht also Entwicklungsenergie frei.

UD / 26.7.2010

https://adhs.expert