

Tobias von der Recke / Ursula Wolter-Cornell



Dimensionen systemischer Familienrekonstruktion

Lebensentwürfe in familiärem,
historischem und politischem Kontext



Tobias von der Recke/Ursula Wolter-Cornell

Dimensionen systemischer Familienrekonstruktion

Lebensentwürfe in familiärem,
historischem und politischem Kontext

Vandenhoeck & Ruprecht

Mit 12 Abbildungen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-45381-1

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: www.v-r.de

Umschlagabbildung: © Ernst Reifgerst »Herrenlehen«

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,

Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /

Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.

www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Inhalt

Geleitwort von Stephan Marks	9
Vorwort	13
1 Einleitung	19
1.1 Wozu dieses Buch? Notwendigkeit und Nutzen für Kolleginnen und Kollegen, die beraterisch-therapeutisch arbeiten	19
1.2 Wie wir zur Familienrekonstruktion kamen – autobiografische Meilensteine: Von der Politik zur Familienrekonstruktion und wieder zurück	23
2 Familienrekonstruktion als systemische Methode: theoretische Fundierung, historische, aktuelle und eigene Entwicklungen	29
2.1 Ein persönlicher Weiterbildungsbericht	29
2.2 Theoretisch Nützlichens	35
2.3 Die historisch-gesellschaftspolitische Perspektive	43
2.4 Ziele der Familienrekonstruktion	60
3 Handwerkszeug: Wie funktioniert Familienrekonstruktion praktisch? Von der individuellen Vorbereitung bis zu den »Risiken und Nebenwirkungen«	67
3.1 Der gute Ort für Familienrekonstruktionen und die erforderliche Zeit	67
3.2 Vorbereitung und Recherche	68
3.2.1 Chronologien	70
3.2.2 Genogramme	71
3.2.3 VIP-Karte	74
3.2.4 Überlebensregeln	75

3.3 Die Familienrekonstruktion im Seminarhaus	77
3.3.1 Arbeit in den Dreiergruppen (Triaden)	79
3.3.2 Das Vorgespräch mit dem Star, seiner Kleingruppe und dem Therapeutenteam	81
3.3.3 Ausgewählte Methoden: Skulptur, Aufstellung, Lebenslinie, Geburtinszenierung, Zurückcrutschen, Chor, Verantwortungsrückgabe, Schicksalswürdigung, Gesprächsrunde, »unmögliche« Gespräche, neue Wirklichkeiten, Zauberladen, historische Informationen	85
3.3.4 Nach dem Abschluss einer Rekonstruktion und zum Ausklang der Woche	110
3.3.5 Aus der Packungsbeilage: Risiken und Nebenwirkungen einer Familienrekonstruktion ...	111
4 Wie wirkt Familienrekonstruktion?	117
4.1 Allgemeine Bemerkungen und ein Beispiel	117
4.2 Versöhnung, Befriedung und Heilung alter Wunden	123
4.3 Verankerung – Verwurzelung	126
4.4 Kräfte – Ressourcen	127
4.5 Grenzen ziehen – Klären der Verantwortung	128
4.6 Realitäten herstellen	129
4.7 Lebendige Beziehungs- und Handlungssysteme herstellen	132
4.8 Zusätzliche Entwicklungschancen für Weiterbildungs- teilnehmende	134
5 Wie kann Familienrekonstruktion in anderen Kontexten genutzt werden?	137
5.1 Therapie und gutes Essen	138
5.2 Frauenworkshop	141
5.3 Männer sind anders und Frauen auch	143
5.4 Familienrekonstruktion in der Supervisionsweiterbildung	144
5.5 Rekonstruktion im Rahmen von Teamsupervision und Organisationsentwicklung	146
5.5.1 Sucht- und Drogenberatung	146
5.5.2 Universitätsbibliothek	149

6 Wie lassen sich die Erkenntnisse aus der Rekonstruktionsarbeit politisch umsetzen – jenseits vom therapeutischen Setting?	153
7 Was ich als Therapeut oder Therapeutin bei der Familienrekonstruktion wissen und können sollte	161
Literatur	165
Anhang 1: Fallbeispiele und ihre thematischen Schwerpunkte	169
Bericht 1: Als Tochter und Frau im Familienunternehmen ...	170
Bericht 2: Nachbeelterung	174
Bericht 3: Zerstörerische Familie	176
Bericht 4: Spätfolgen eines Euthanasieverbrechens	185
Bericht 5: Transgenerationale Weitergabe von Schuldgefühlen	188
Bericht 6: Eine Frau entdeckt die Liebe zum toten Vater und gibt Verantwortung zurück	192
Bericht 7: Eine Bindung nur über Strukturen und ihre Umwandlung in Gefühle	197
Bericht 8: Eine bäuerliche, erstgeborene Tochter findet zu sich selbst	201
Bericht 9: Der Krieg ist vorbei!	207
Bericht 10: Sexueller Missbrauch und Verlust von Mitgefühl	211
Bericht 11: Schamweitergabe und die Kraft der Rekonstruktionsgruppe	215
Bericht 12: Flucht aus der DDR – Entwurzelung und aberkannte Trauer	218
Bericht 13: Konstruktion von Zukunft	222
Bericht 14: »Gehirn aus, Herz an!«	225
Bericht 15: Zur Wirkung auf die Therapeutenpersönlichkeit .	228
Anhang 2: Auszüge aus den Ethik-Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGSF) e. V.	231
Anhang 3: Gesellschaftspolitische Grundwerte der DGSF ...	237

Geleitwort von Stephan Marks

In den zurückliegenden Jahrzehnten hat sich die deutsche Gesellschaft einen Umgang mit ihrer nationalsozialistischen Vergangenheit erarbeitet, der anzuerkennen ist: Das Geschehene wurde und wird geschichtswissenschaftlich erforscht; Orte wurden geschaffen, um der Opfer zu gedenken, an unseren Schulen werden die Fakten, Daten, Namen, Zahlen über den Nationalsozialismus und die Leidensgeschichten seiner Opfer vermittelt. Viel über die Geschichte zu lernen, ist notwendig und unverzichtbar.

Etwas anderes ist es jedoch, *aus* der Geschichte zu lernen. Dies lässt sich vergleichen mit dem Lernen über einen entfernten Gegenstand, der uns nicht betrifft – gegenüber einem Lernen *aus* einem begangenen Fehler, der uns verändert und prägt, so dass wir ähnliche Fehler künftig nie wieder begehen. Dies wäre ein Lernen, das uns, die Nachkommen der Anhänger, Mitläufer und Täter des Nationalsozialismus nicht nur kognitiv informiert, sondern auch verändert. Ein solches Lernen ist ein komplexer Prozess, der für unsere Gesellschaft noch aussteht. Wie könnten solche kollektiven Lernprozesse initiiert und begleitet werden?

Diese Aufgabe wird dadurch erschwert, dass in der westlichen Welt Individuum und Gesellschaft traditionell als getrennt gedacht werden, dass Heilung privatisiert und isoliert von gesellschaftlicher Veränderung betrachtet wird. Diese Trennung zwischen seelischer Arbeit mit Emotionen (»innerer Weg«) und politischem Engagement (»der Weg durch die Institutionen«) lässt beide beschädigt zurück.

Ursula Wolter-Cornell und Tobias von der Recke zeigen, wie beide »Wege« zusammenfinden können, denn, so die Autoren, »kollektive Traumatisierung bedarf kollektiver Möglichkeiten ihrer Aufarbeitung – eben auch aus psychotherapeutischen Erwägungen und nicht nur aus politisch-historischer Sicht. Die Seele eines Einzelnen, aber auch die ›Familienseele‹ ist damit überfordert, Ereignisse wie den Ersten oder Zweiten Weltkrieg mit all seinen katastrophalen Anteilen (Gewalt, Vernichtung, Verlust) individuell zu verarbeiten« (S. 14).

»Dimensionen systemischer Familienrekonstruktion« ist endlich ein Buch, das zusammendenkt und zusammenführt, was zusammengehört. Das begründen die Autoren zuallererst an ihrer eigenen Geschichte: von politischem Engagement und Friedensbewegung zur systemischen Theorie und Familienrekonstruktion und wieder zum politischen Engagement.

An einer Fülle bewegender Schicksale belegen die Autoren, wie traumatische Erfahrungen – mit den damit verbundenen Emotionen wie Scham, Schuldgefühlen, Angst und deren »Speicherung« im Körper – transgenerational weitergereicht werden und dass dennoch, Jahrzehnte später, endlich Heilung gelingen kann.

Über 15 Jahre haben die Autoren gemeinsam etwa 75 systemische Familienrekonstruktionen durchgeführt; ihren reichen Schatz an Erfahrungen geben sie den Leserinnen und Lesern durch dieses Buch weiter. Es ist illustriert mit persönlichen Berichten von Teilnehmenden, berührend, herzöffnend; in vielen der geschilderten Erfahrungen habe ich mich wiederfinden und mittrauern können.

Ursula Wolter-Cornell und Tobias von der Recke vermitteln eine Fülle an kreativen Methoden für die systemische Familienrekonstruktion. Besonders angesprochen hat mich ihr Angebot, die familiäre Atmosphäre durch Situationen am Tisch zu rekonstruieren. Denn die Art und Weise, wie gesprochen (oder geschwiegen) wird und wurde, bringt/brachte die jeweilige Wirklichkeitskonstruktion einer Familie, so die Autoren, »mit ihren Regeln, Überzeugungen, Tabus usw. einschließlich der dazu gehörenden Stimmung sehr deutlich zum Ausdruck« (S. 140).

Das Buch vermittelt praktische Anleitungen für die Praxis; was mich aber noch mehr beeindruckt, ist die *Haltung* der Autoren, die

ich auch in unseren persönlichen Begegnungen erfahren durfte und die sich durch das Buch zieht: ihre liebevolle, gelassene Haltung, ihr grundlegender Respekt gegenüber den Teilnehmenden ihrer Workshops, etwa in Bezug auf deren Grenzen («jeder darf – niemand muss») wie auch bezogen auf ihre eigene Begrenztheit.

Ich wünsche diesem Buch eine weite Verbreitung. Ich bin sicher, dass es zu einer konstruktiven Aufarbeitung unserer Geschichte beitragen wird, zu einem Lernen *aus* unserer Vergangenheit.

Stephan Marks

Vorwort

Mit diesem Buch schließt sich der Kreis unserer Beziehung:

Erstmals begegneten wir uns, Autorin und Autor, im Rahmen eines Workshops auf dem Weltkongress für Familientherapie in Düsseldorf vom 15. bis 20. Mai 1998.

Otto Felix Hanebutt berichtete in diesem Workshop über die Folgen des Nationalsozialismus sowie des Zweiten Weltkriegs für die Nachkommen der zweiten und dritten Generation. In der anschließenden Diskussion erzählte ich, Tobias von der Recke, von meinen Erfahrungen bei einer familientherapeutischen Weiterbildung, die ich 1997 in Moskau für Ärzte, Psychologen und Lehrerinnen begonnen hatte. Der Zweite Weltkrieg und Gefühle der Schuld und Scham hatten mich dort sehr bewegt; besonders dann, wenn wir mit den Teilnehmenden deren Familien rekonstruierten und feststellten, dass es praktisch keine Familie gab, in der nicht Großeltern, Eltern oder zumindest andere Verwandte durch den Krieg der Deutschen in Russland zu Schaden gekommen waren.

Das Stichwort Moskau brachte uns im Anschluss ins Gespräch und führte letztendlich dazu, dass wir nach einigen beruflichen »Testläufen« auf deutschem Boden im Dezember 2000 nach Moskau reisten, um dort ein familientherapeutisches Einführungsseminar zu halten. Nachdem wir auch dieses Projekt Schulter an Schulter und erfolgreich hinter uns gebracht hatten, waren wir sehr entschlossen, auch in Zukunft immer wieder zusammenzuarbeiten, sodass wir heute auf 15 kollegiale Jahre und unter anderem etwa 75 gemeinsam durchgeführte Familienrekonstruktionen zurückblicken.

Der Anfang war also geprägt von historischen und politischen Themen, und uns war ohne viele Worte klar, dass wir systemische Familientherapie nicht ausüben und lehren können, ohne diese Themen zu berücksichtigen. Uns war klar: Wir müssen die Wirkung dieser Themen darauf in den Blick nehmen, wie Menschen und Familien ihre Lebensentwürfe konstruieren.

Die Idee, darüber auch zu schreiben, kam uns schon sehr früh. Was uns immer wieder bremste war, dass wir die praktische Arbeit lieber machten, als die Erfahrungen in eine schriftliche Form zu bringen.

Mittlerweile sind wir auch damit beschäftigt, jüngeren Kolleginnen und Kollegen zu vermitteln, wie man Familienrekonstruktionen machen kann und was es unseres Erachtens dafür braucht. Das hat uns zusätzlich angetrieben, endlich dieses Buch zu schreiben. Und wir waren beide froh, damit erneut nicht allein zu sein, sondern es gemeinsam machen zu können.

Mit diesem Buch schließen sich weitere Kreise: von der politischen Arbeit über die Friedensbewegung zur systemischen Therapie und von der Familienrekonstruktion über die historischen Zusammenhänge wieder zum politischen Engagement.

Individuelle Lebensentwürfe werden im Kontext gesellschaftlicher, historischer und politischer Prozesse entwickelt. Weil diese Prozesse auch von kollektiven, traumatischen bzw. traumatisierenden Ereignissen und Perioden (wie Krieg) geprägt sind, stoßen Individuen und Familien hier immer wieder an die Grenzen der Überforderung. Mit anderen Worten: Kollektive Traumatisierung bedarf kollektiver Möglichkeiten ihrer Aufarbeitung – eben auch aus psychotherapeutischen Erwägungen und nicht nur aus politisch-historischer Sicht.

Die Seele eines Einzelnen, aber auch die »Familienseele« ist damit überfordert, Ereignisse wie den Ersten oder Zweiten Weltkrieg mit all seinen katastrophalen Anteilen (Gewalt, Vernichtung, Verlust) individuell zu verarbeiten.

Familienrekonstruktion verstehen wir vor diesem Hintergrund als *einen* Beitrag zur kollektiven Aufarbeitung, die ja eigentlich einer »Gesellschafts-Rekonstruktion« bedürfte. So etwas gibt es freilich nicht im engeren Sinne. Initiativen wie etwa Aktion Sühnezeichen

nach dem Zweiten Weltkrieg sehen wir aber durchaus als einen wichtigen Teil einer solchen »kollektiven Rekonstruktion«.

Wir haben in unseren Familienrekonstruktionen immer wieder Menschen getroffen, deren Lebensentwürfe wie heldenhafte (im besten Sinne des Wortes) Versuche anmuten, menschliche und (wieder) gutmachende Antworten auf historische, aber auch aktuelle politische Ereignisse deutscher Geschichte zu geben. Wir haben diese »Helden« immer als solche gewürdigt und gesehen (und gefühlt), mit wie viel Verzicht, Überforderung und anderen einschränkenden Konsequenzen dies verbunden ist. All das kennen wir auch gut aus unseren eigenen Biografien.

So gut und wichtig es ist, Wiedergutmachung, Versöhnung und Frieden ins Leitbild des persönlichen Lebensentwurfs zu integrieren, so problematisch erscheint uns gleichzeitig die Verlockung, aus diesem Engagement eine zu große Bedeutung für den eigenen Lebenssinn zu schöpfen. Wenn in individuellen Lebensentwürfen kollektive Themen zu stark bestimmend waren oder sind, besteht zum einen die große Gefahr, das nicht allzu lange durchzuhalten (Burn-out, Depression) und darüber auch zu vereinsamen, zum »Spinner« zu werden. Die andere Gefahr ist die einer manischen (»größenwahnsinnigen«) Entwicklung, wie wir sie bei verschiedensten »Helden« der deutschen (Nachkriegs-)Geschichte annehmen, deren Start immer auch einen guten Kern im Sinne der aufrechten Suche nach Alternativen hatte (Andreas Baader, Ulrike Meinhof, Otto Muehl und viele andere).

Natürlich erklären kollektive Themen nicht ausschließlich individuelle Entwicklung; natürlich ist immer auch die Frage, wie sich der familiäre Mikrokosmos entwickelt hat, mit welchen Ressourcen und Nöten Mutter und Vater ihre Beziehung und die Elternschaft ange treten haben. Und es ist immer die Frage, welche (subjektiven) Entbehrungen, Enttäuschungen und Verletzungen das genau in dieser Familie groß werdende Kind einladen, sich mit den großen, kollektiven Themen zu beschäftigen oder eben weniger oder auch gar nicht.

Unsere Hypothese ist, dass sich Menschen sehr unterscheiden, was ihre »Durchlässigkeit« angeht. Die einen grenzen sich sehr robust, manchmal auch rigide von allem ab, was nicht unmittelbar die eigene Existenz und die nächsten Mitmenschen betrifft – was

immer auch als Überlebensstrategie gesehen werden kann und muss. Andere nehmen sich die Dinge in der Welt (zu) sehr zu Herzen, so wie es eine Teilnehmerin formuliert hat: »Jedes Leid wird an meine Ufer gespült«.

Mit unseren etwa 75 Rekonstruktionen bei ca. 900 Teilnehmenden sehen wir uns gewissermaßen immer wieder an der Schnittstelle von individueller und gesellschaftlicher Entwicklung. Unsere Vision ist, dass die Menschen, die zu uns kommen, für die kollektiven Themen und ihre Folgen sensibilisiert werden, wenn sie davon noch ganz unberührt sind oder sein wollen, und dass die, die zu viel davon tragen, auch von den Ersteren entlastet werden. In guter Verbindung mit allen, die Psychotherapie wie wir auch als eine (friedens)politische Arbeit verstehen, könnte darüber eine Bewegung werden, die zunehmend erfolgreicher einen Beitrag dafür leistet, dass kollektive Katastrophen immer unwahrscheinlicher werden.

Wir sind sehr dankbar für die vielen Jahre dieser intensiven Zusammenarbeit, die wir immer wieder als Geschenk erlebt haben und erleben. Wir danken unseren Ehepartnern sehr, dass sie diese professionelle »Liebschaft« immer wieder wohlwollend begleitet haben.

Und wir haben vielen anderen zu danken:

Ich, Ursula Wolter-Cornell, danke vor allem meinen Lehrern und da im Besonderen Gisal Wnuk-Gette und Werner Wnuk. Durch sie konnte ich meine politischen mit meinen therapeutischen Ambitionen verbinden. Von ihnen habe ich das Instrument Familienrekonstruktion gelernt und die Bedeutung von Flucht, Vertreibung, Schuld und Kriegsverbrechen für die Familien und unsere Arbeit. Und meinem Mann bin ich dankbar für seine Geduld, seine Fürsprache und seinen immerwährenden Appell, dass dieses Buch geschrieben werden muss.

Ich, Tobias von der Recke, danke meinem Lehrer Martin Kirschenbaum, der meine Therapeutenidentität nachdrücklich geprägt hat; und ebenso meinem Lehrer an der Universität Professor Heiner Keupp, der mich gelehrt hat, Psychotherapie in ihrer historischen und politischen Dimension zu verstehen und zu praktizieren. Ich danke meinem Chef in der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie Professor Joest Martinius, der meine ersten sys-

temischen Schritte großzügig begleitet und gefördert hat. Und aus tiefem Herzen bedanke ich mich bei meiner Frau für ihre Liebe, Fürsorge, kritischen Hinweise und klugen Reflexionen.

Besonders danken wir Imke Heuer vom Verlag Vandenhoeck & Ruprecht für ihre großartige Unterstützung und Peter Manstein für das gewissenhafte Lektorat.

Gemeinsam sprechen wir allen Teilnehmenden unseren Dank aus, die uns durch ihr großes Vertrauen tiefe Einblicke in ihre Geschichte gewährt haben. Durch sie haben wir unendlich viel gelernt.

Und schließlich: Ein Dankeschön an alle Kolleginnen, Kollegen und Teilnehmenden, die uns durch ihre Familienrekonstruktionsberichte erst ermöglicht haben, dieses Buch zu schreiben!

Ursula Wolter-Cornell und Tobias von der Recke

1 Einleitung

1.1 Wozu dieses Buch? Notwendigkeit und Nutzen für Kolleginnen und Kollegen, die beraterisch-therapeutisch arbeiten

Seit einigen Jahren sind wir mehr und mehr damit beschäftigt, jüngeren Kolleginnen und Kollegen zu vermitteln, wie systemische Beratung, Familientherapie und Supervision gelernt werden können.

Familienrekonstruktion, also die gute Erkundung autobiografischen Terrains, ist ein wichtiger Baustein innerhalb dieser Lehre. Ähnlich wie in anderen therapeutischen Schulen geht es darum, das eigene Großwerden in der Herkunftsfamilie aufrichtig zu untersuchen, offene Fragen zu identifizieren und, so gut es geht, zweckmäßige Antworten darauf zu finden.

Beraterinnen, Coaches, Therapeuten und Supervisorinnen sollten auch deshalb eine gute Landkarte ihrer Autobiografie entwickeln, um im professionellen Kontext nicht ihre Klienten mit der eigenen Geschichte zu verwechseln. Therapeutisches Arbeiten birgt ja immer die Verführung in sich, Klienten etwas zuteilwerden zu lassen, was wir selbst in unserem Großwerden so vermisst haben (so gebraucht hätten). Dabei kann es zu Missverständnissen kommen, die Klienten eher schaden als nutzen.

Wer beispielsweise die Trennung seiner Eltern als schmerzhaften und leidvollen Einschnitt erlebt hat, wird als Therapeut womöglich die anstehende Trennung eines Klientenpaars eher verhindern

als konstruktiv unterstützen wollen. Und wer eigene Traumatisierungen nicht bearbeitet hat, wird an dieser Stelle möglicherweise blinde Flecken entwickeln, die professionelles Arbeiten mit ähnlich traumatisierten Klienten einschränken. Und schließlich geht es auch darum, für sich zu klären, mit welchen Klienten (Einzelnen, Paaren, Familien) ich gut arbeiten kann und mit welchen vielleicht eher nicht, weil sie mich zu sehr an eigene Erfahrungen heranbringen und meine professionelle Souveränität einschränken (z. B. bei Themen wie Gewalt oder sexuellen Missbrauch).

Mit anderen Worten: Wer ein guter Berater, Therapeut oder Supervisor werden möchte, sollte mindestens einmal auch ein »guter Klient« gewesen sein. Auf die Bedeutung der Familienrekonstruktion als ein wichtiges Verfahren der Selbsterfahrung in diesem Sinne hinzuweisen, ist ein Ziel dieses Buches.

Das Instrument Familienrekonstruktion bietet einen profunden Zugang zu den bis ins Heute wirkenden alten Lebenssituationen, zu einengenden frühkindlichen Erfahrungen, Tabus und zu dem Leid vergangener Generationen ebenso wie zu den tragenden Kräften der eigenen Biografie. Im lebendigen Verbinden und in respektvoller Auseinandersetzung mit Ressourcen und Abgewehrtem lassen sich diese Lebenssituationen transformieren und in einen neuen Wahrnehmungsrahmen setzen. Wachstum und Entwicklung, die den vorherigen Generationen nicht möglich waren, werden nun freigesetzt. »Erst die Akzeptanz, das Annehmen und die Aussöhnung mit der Geschichte und den Vermächtnissen der Familie macht es möglich, eigene Entscheidungen zu treffen und eigene Wege zu beschreiten« (Stierlin, 1982, zit. n. Conen, 1993, S. 48).

Ein zweites Ziel ist, die Familienrekonstruktion in ihrer theoretischen und praktischen Entwicklung zu verstehen und historische Meilensteine dieser Entwicklung kennenzulernen (Kapitel 2). Verschiedene systemische Konzepte wie der Konstruktivismus, narrative Ansätze, strukturelle und erlebnisorientierte Ansätze, Aufstellungsarbeit, aber auch Anleihen aus anderen Schulen (Psychodrama, Gestalttherapie, Hypnose und Körpertherapie) spielen hier eine wichtige Rolle, die wir im Dienste einer Theorie der Familienrekonstruktion integrieren können.

Schließlich geht es uns auch darum, Familienrekonstruktion

an ihren Schnittstellen zu anderen, sehr aktuellen theoretischen Modellen zu beschreiben: Stephan Marks' Arbeiten zum Thema Scham, Luc Ciompis Beiträge zur Affektlogik, psychoanalytische Konzepte wie Arno Gruens Arbeiten und neurobiologische Erkenntnisse der letzten Jahre, wie sie z. B. von Gerald Hüther veröffentlicht wurden.

Ein drittes Ziel ist es, Familienrekonstruktion als praktisches Konzept in all seinen Facetten vorzustellen, sodass Kolleginnen und Kollegen eine Idee davon bekommen, wie sie Familienrekonstruktion ganz praktisch leisten können (Kapitel 3). Hier beschreiben wir den gesamten Prozess einer Familienrekonstruktion von der individuellen Vorbereitung der Teilnehmenden über die zweckmäßigen Rahmenbedingungen (Ort und Zeit) und die Kleingruppenarbeit im Rahmen der Familienrekonstruktion sowie die verschiedensten Möglichkeiten der Durchführung der Familienrekonstruktion im Plenum bis hin zu den Wirkungen, Risiken und Nebenwirkungen von Familienrekonstruktionen.

Ein weiteres Ziel ist die Beschreibung der Wirkung von Familienrekonstruktion anhand von Beispielen im Hinblick auf bestimmte »Themen des Lebens« wie z. B. Schuld, Selbstsabotage und -verletzung, Leistungsdruck, Bindung und Bindungslosigkeit.

Und schließlich ist unser Ziel, eine wesentliche Dimension der Familienrekonstruktion zu beschreiben: Die historische und die politische Dimension dieser Arbeit hatte in der Geschichte der Familienrekonstruktion und auch in unserer Arbeit zunächst eine eher untergeordnete Bedeutung, was sich aber für uns in den letzten Jahren sehr verändert hat. Die deutsche Geschichte des 20. Jahrhunderts wie die aktuellen gesellschaftspolitischen Entwicklungen und ihre Wirkungen auf individuelle und familiäre Entwicklungen sind sehr in den Fokus unserer Arbeit gerückt.

Es erscheint uns als sehr wichtig, dass Kolleginnen und Kollegen historische und politische Fakten in der Arbeit mit Familienrekonstruktionen berücksichtigen und erkennen, dass individuelle und familiäre Schicksale nicht ausschließlich auf individueller und familiärer Ebene verarbeitet und gelöst werden können. Für kollektive Schicksale wie in der Zeit des Nationalsozialismus und des Zweiten Weltkriegs bedarf es eines über das Individuelle und Familiäre

hinausgehenden Kontextes im Sinne von Zeugenschaft und Verteilen des Schicksals auf viele Schultern.

Im Laufe all der Jahre haben wir als Therapeuten viele Erfahrungen sammeln können und überzeugende Erfolge mit dieser geschichtlichen Kontexterweiterung. Und auch das Wissen um transgenerationale Weitergabe von Problemen hat längst Einzug in die Therapie(forschung) gehalten.

Familienrekonstruktion ist ein therapeutisches und auch friedenspolitisches Instrument, das den Verlust des Mitgefühls, den Kampf um Demokratie, gegen Gewalt und Terror ebenso zum Gegenstand hat wie psychische Gesundheit, Seelenfrieden, Selbstwertstärkung und Schamgefühle.

Inzwischen liegen viele Publikationen vor über die Auswirkungen von gesellschaftlichen Bedingungen auf Einzelne. Ereignissen wie Krieg, Flucht, Vertreibung, Vergewaltigungen, Verbrechen gegen die Menschlichkeit oder destruktiver Umgang mit Kindern in Kinderheimen der 1960er und 1970er Jahre sind in diesem Zusammenhang ebenso wie Prügel als Erziehungsmethode (Müller-Münch, 2012) untersucht. Die Einzelnen leiden und mit ihnen deren Familiensysteme. Daneben belegen Therapiestudien die katastrophalen Auswirkungen auf traumatisierte Menschen wie Überlebende des Holocaust oder Kinder von NS-Tätern.

Wir wissen mittlerweile viel über die Auswirkungen von kollektiv entstandenen Themen und Problematiken. Doch immer wieder zeigen uns die Familienrekonstruktionen, wie Menschen mit ungeheurem Kraftaufwand versuchen, diese gesellschaftliche Not individuell oder familiär zu lösen. Hier bietet Familienrekonstruktion ein Instrument, um die kollektive Geschichte mit ihren individuellen Verletzungen wieder in einen größeren Zusammenhang zu stellen. In dieser Betrachtung wird persönliches Leid bearbeitbar, individuell gescheiterte Lösungsversuche werden verständlich und das individuelle Bemühen wird gewürdigt. Diese kollektive, gesellschaftliche und politische Betrachtung erweitert das Verständnis persönlicher Probleme und kann sehr viel zu deren Bewältigung beitragen.

Mit der Kraft einer Gruppe, deren Zeugenschaft, Anteilnahme, Berührung, Empörung und Mitmenschlichkeit, wird eine neue Qualität der Solidarität erfahren, die die Bewältigungsversuche der Teil-

nehmenden würdigt und sie darin unterstützt, eigene Entwicklungsziele anzustreben.

Wir möchten mit diesem Buch einen Beitrag leisten, die aus unserer Sicht vernachlässigte Dimension der gesellschaftlichen Zusammenhänge in den Blick zu nehmen. Bei vielen Problemen zeigen sich Wurzeln in früheren Generationen, die ihrerseits überfordert reagierten und bemüht waren, ihr Lebensschiff auf Kurs zu halten.

Eine solche Kontexterweiterung eröffnet politische Dimensionen unserer Behandlungsräume. Deren Komplexität entsprechend müssen wir unsere therapeutisch-beraterischen Kompetenzen für die Arbeit der Familienrekonstruktion um politische, geschichtliche und soziologische Kenntnisse erweitern, damit wir die familiären Systeme unserer Teilnehmenden, die Entstehung von Problemen und Entwicklung von Überlebensstrategien im zeitlichen Kontext verstehen können.

Wenn Familienrekonstruktion ein guter Rahmen für diese Perspektive ist – und davon sind wir zutiefst überzeugt –, dann bekäme diese Arbeit in ihrer Wirkung auch eine historische und politische Perspektive. Anhand von Beispielen aus unseren Rekonstruktionen werden wir diese Perspektive verdeutlichen und uns an dieser Stelle wieder mit Stephan Marks, Luc Ciompi, Arno Gruen und Gerald Hüther verbinden, in deren Vorschlägen für ein besseres Miteinander in der Gesellschaft und zwischen den Nationen wir uns mit unserer Arbeit durchaus wiederfinden. Mit ihnen teilen wir unsere tiefe Überzeugung von einem humanistischen Menschenbild.

1.2 Wie wir zur Familienrekonstruktion kamen – autobiografische Meilensteine: Von der Politik zur Familienrekonstruktion und wieder zurück

Tobias von der Recke: Meine Mutter, geboren 1923, war in meiner Erinnerung immer zutiefst sozialdemokratisch. Ihre Begeisterung für Hitler und den Nationalsozialismus konnte ich erst Briefen an ihre Eltern entnehmen, die ich lange nach ihrem Tod gelesen habe. Darin hat sie sich unter anderem massiv über die »Schmierereien« der Weißen Rose empört. Das hat mich sehr erschrocken, und wie

um meine Mutter auch nach ihrem Tode zu schützen, habe ich all die Briefe (die übrigens ansonsten sehr unpolitisch waren) sofort weggeschmissen. Rückblickend denke ich mir: Wie viel Scham muss diese reflektierte Frau darüber empfunden haben, vom »Führer« wie sehr viele andere begeistert gewesen zu sein, und wie viel Kraft muss es sie gekostet haben, diese Scham für sich zu behalten bzw. abzuwehren. Und welche Bedeutung hatte das für mich und mein Großwerden? Hängen mein friedenspolitisches Engagement, meine Kriegsdienstverweigerung und meine beruflichen Planungen damit zusammen?

Mein Vater, geboren 1929, ist im Alter von 15 Jahren mit einem der letzten Trecks aus Schlesien geflohen. Erzählt hat er immer nur von der gleich nach dem Aufbruch verlorenen Wurst und seinem damals gefällten Beschluss, in Zukunft nur noch 1. Klasse zu reisen. Mit der ganzen Angst, die mein Vater in dieser Zeit erlebt hat, bin ich erst Jahrzehnte später in Berührung gekommen. Erst dann habe ich verstanden, dass seine Ordnungsliebe (nicht nur von mir gerne auch als zwanghaft beschrieben) sein erfolgreicher Versuch war, derlei bedrohliche Ängste für den Rest seines Lebens auszuschließen. Es ist ihm nach meiner und seiner Einschätzung auch ziemlich gut gelungen.

Als Einzel- und Scheidungskind ging mein Blick schon früh nach oben, aufmerksam habe ich verfolgt, was meine Eltern tun und vor allem, *wie* sie es miteinander machen. So war ich bald mit der Frage beschäftigt, was es brauchen würde, dass sich erwachsene Menschen besser verstehen und vergnüglicher miteinander kooperieren. Rückblickend betrachte ich diese Frage als meine erste große Leidenschaft, und sie ist mir bis heute geblieben. Zwischendrin fanden meine Eltern selbst auch ganz gute Antworten, sodass ich wusste, dass es grundsätzlich möglich sein muss. Aber diese Antworten hatten keine lange Halbwertszeit und so war die spätere Trennung folgerichtig, wenn auch nicht schmerzfrei.

Ich bin bei meiner Mutter verblieben und habe mir flankierend elterliche Figuren außerhalb der Familie gesucht, insbesondere Jugendgruppenleiter und später Jesuiten im Rahmen eines kirchlichen Jugendverbandes. Auch in der Jugendarbeit habe ich mich intensiv mit Beziehungen beschäftigt, vor allem dann, wenn sie nicht funktionierten oder sich destruktiv entwickelten.

Parallel zur Beziehungsarbeit auf vielen Ebenen engagierte ich mich stark in der Friedensbewegung und für die Möglichkeiten des gewaltfreien Widerstands – quasi Beziehungsarbeit auf einer anderen Ebene. Ich verweigerte den Kriegsdienst aus Gewissensgründen, was damals noch mit einer ziemlich abstrusen »Gewissensprüfung« verbunden war. Die Begegnungen mit Protagonisten des Widerstands im »Dritten Reich«, namentlich der Weißen Rose, haben mich sehr berührt und nie wieder losgelassen.

Nach dem Studium der Psychologie habe ich zehn Jahre in der Kinder- und Jugendpsychiatrie gearbeitet. Dort habe ich mit Freude und wachsender Bescheidenheit versucht, meine in der Weiterbildung frisch erworbenen systemischen Kenntnisse als Familientherapeut in den Dienst der Kinder und Jugendlichen und ihrer Familien zu stellen.

Meine erste systemische Weiterbildung als Lehrender habe ich für Psychologen und Ärzte über knapp drei Jahre in Moskau (mit Simultanübersetzung) durchgeführt. Insbesondere dort ist mir wieder die enge Verwobenheit von Familiengeschichten mit historischen und politischen Entwicklungen sehr deutlich geworden. Unvergesslich ist mir ein Genogramm mit etwa 25 Kreuzen in der elterlichen und großelterlichen Generation, alles Menschen, die im Krieg gegen Deutschland gestorben sind, viele von ihnen von deutschen Panzern überrollt.

Die besagte Begegnung mit meiner Koautorin Ursula Wolter-Cornell hat das Bewusstsein für Politisches und Historisches gestärkt und unsere Zusammenarbeit im Rahmen der Familienrekonstruktion hat dem einen guten Platz gegeben. Wieder schließen sich Kreise: Politisches, Historisches und Systemische Therapie kommen zusammen.

Ursula Wolter-Cornell: Meine Eltern, beide Jahrgang 1927, sind Erstgeborene. Meine Mutter ist Tochter eines Kommunisten und einer eher demütigen Mutter, mein Vater ist Sohn eines SS-Offiziers und KZ-Aufsehers in Sachsenhausen und einer sehr dominanten Mutter. Bis heute kann ich mir nicht vorstellen, wie die beiden Familiengeschichten hätten weitergehen können ohne die Flucht meiner Eltern mit uns vier Kindern in den vermeintlich »goldenen« Westen, weit