

## Aspekte zur Sinnzentrierten Partner- und Familientherapie

- Skript zum Seminar auf der Herbsttagung des ABILE am 15.09.2012 -

### I. VIKTOR FRANKL zum Thema Individuum und Gemeinschaft

„Die Bedeutung von Individualität, dem Sinn menschlicher Persönlichkeit ist jeweils gerichtet und bezogen auf Gemeinschaft. ...In der Richtung auf Gemeinschaft transzendiert der Sinn des Individuums sich selbst...Die individuelle Existenz braucht nicht nur die Gemeinschaft, um selber sinnvoll zu werden, sondern umgekehrt braucht auch die Gemeinschaft die individuelle Existenz, um selber Sinn zu haben.“

"Die gute Einzigartigkeit wäre dann diejenige, welche auf eine Gemeinschaft gerichtet ist, für die ein Mensch als einzigartiger Wertbedeutung hat."

"Wahre Gemeinschaft ist wesentlich Gemeinschaft verantwortlicher Personen."  
(*Ärztliche Seelsorge*, Kap. "Gemeinschaft und Masse")

### II. Die wesentlichen Aspekte der sinnzentrierten Partner- und Familientherapie

- Die einzelne Person wird nicht als Symptomträger eines gestörten Systems gesehen, sondern als Individuum innerhalb einer Gemeinschaft.
- Der einzelnen Person wird die **Freiheit** zugestanden, auch anders handeln zu können als bisher.
- Diese Änderung der bisherigen Verhaltensweise ist unabhängig von dem Verhalten anderer. Anderenfalls ist sie nicht mehr freiwillig.
- Der einzelne wird auf seine **Verantwortung** hin angesprochen.
- "Da ist mehr als eine Gegebenheit, die man für gut oder schlecht befindet, da ist etwas einem Aufgegebenes, dem man sich gegenübergestellt befindet."
- (*E. LUKAS: "Psychologische Vorsorge" S.145*)
- Um dieser personalen Fähigkeiten ansichtig zu werden, werden Einzelgespräche vor dem gemeinsamen Gespräch angeboten.
- "Nicht nur der Ist-Zustand, nicht nur das Seiende wird betrachtet, sondern auch das **"Werdbare"**, das Sinnmögliche, das, was noch entstehen kann, und zwar kraft personaler Entscheidungen. (*E. LUKAS "Psychologische Vorsorge" S.145*)

### **III. Gespräch mit einzelnen Familienmitgliedern vor dem gemeinsamen Gespräch**

- Vor dem gemeinsamen Gespräch sollte mit jedem Familienmitglied mindestens ein Einzelgespräch geführt werden.
- „Im Einzelgespräch kann geprüft werden, ob einer der Beteiligten oder gar beide seelisch krank sind. Liegt eine Krankheit vor, muss sie psychotherapeutisch behandelt werden.“ ( E. LUKAS: *Lehrbuch der Logotherapie S. 198*)
- „Im Einzelgespräch kann sich jeder ausweinen und ausklagen, ohne dass es den anderen aufregt.“ ( s.o. S. 199)
- Im Einzelgespräch kann und sollte herausgearbeitet werden, ob bei dem Einzelnen die Bereitschaft und der Wille gegeben ist, in Gemeinschaft mit dem anderen zu leben. E.Lukas nennt es die „Gretchenfrage“ in der sinnzentrierten Familientherapie: “ Gibt es im Freiraum des Betreffenden überhaupt noch ein Ja zum anderen?“
- Wenn deutlich wird, dass es kein gemeinsames Ziel gibt, ist es sinnlos, die Paartherapie / Familientherapie fortzusetzen. ( s.o.)

Wenn es sich um Partner- oder Elterngespräche im Rahmen einer Einzeltherapie handelt, hat es sich als sinnvoll erwiesen, vor dem gemeinsamen Gespräch Einzelgespräche mit dem Partner oder den Eltern durchzuführen.

Gemeinsame Gespräche mit dem Partner oder den Eltern im Rahmen einer Einzeltherapie sollten nicht zu Beginn der Therapie durchgeführt werden, um erst eine Vertrauensbildung zwischen Patient und Therapeut zu ermöglichen. )

### **IV. Das gemeinsame Gespräch**

- Zu Beginn wird jeder Einzelne aufgefordert, das an dem / den anderen zu nennen, was er an ihm /ihnen wertschätzt.
- Jedes einzelne Familienmitglied wird gebeten, seine Probleme in Bezug auf die Partnerschaft / die Familie zu äußern. Dabei ist darauf hinzuweisen, dass der Partner / die anderen Familienmitglieder nicht direkt darauf antworten, sondern zunächst einmal nur zuhören.
- E.LUKAS bietet eine weitere Möglichkeit zum Gesprächsbeginn an, mit dem Unterschied, dass jedes Mitglied äußert, worüber sich sein Partner seiner Meinung nach ärgert. Damit ist er aufgefordert, Distanz zu sich zu nehmen und in die "Haut" des anderen zu schlüpfen; die Aspekte der Selbstdistanzierung und der Selbsttranszendenz werden betont. (*Lehrbuch der Logotherapie S. 205*)

- Wenn ein gemeinsames Gespräch im Rahmen einer Einzeltherapie stattfindet, sollte zuerst die Person angesprochen werden, die sich in der Einzeltherapie befindet. Das vermittelt ihr ein Gefühl des Vertrauens und der Sicherheit. Sie kann ihre Stellungnahme auch hintenan stellen.
- Jedes einzelne Familienmitglied wird gebeten, zu dem bisher Gesagten Stellung zu nehmen.
- Möglicherweise kommen Missverständnisse aus der Vergangenheit zur Sprache. Diese sollten in Ruhe ausdiskutiert werden.
  
- Der sprachliche Umgang miteinander sollte thematisiert werden. ) (Kommunikation !)  
 „Im aktiven Zuhören schulen“ ( S. 200)
- „Beim Ballastabstreifen helfen“ ( S.202)
  
- Jeder Einzelne wird gefragt, welche Vorstellungen er in Bezug auf eine gelingende Partnerschaft / ein gelingendes Familienleben hat, wobei er seine eigene Person mit einbeziehen soll.
- Jeder Einzelne wird gefragt, welchen Beitrag er dazu leisten kann. Dabei ist darauf zu achten, dass dieser Beitrag freiwillig und ohne Anspruch auf Gegenleistung geäußert wird. Sonst ist er nicht "echt" und entspricht nicht einer persönlichen Leistung. (E.LUKAS: "Finale Vorleistung")
- Wie beurteilen der Partner / die anderen Familienmitglieder die genannten Beiträge? Freuen sie sich darüber und sehen sie die Vorschläge als konstruktiv im Sinne des gemeinsamen Zieles?
- Wenn Zweifel von Seiten des Partners / der anderen Mitglieder an den Vorschlägen geäußert werden, sollte der Therapeut versuchen zu unterbinden, in dem er vor allem an das Vertrauen in Bezug auf die Echtheit des Gesagten appelliert.
- Sehen die übrigen Familienmitglieder eventuell Möglichkeiten, dem anderen Hilfestellungen bei der Verwirklichung seiner Vorhaben zu geben?
- Möglicherweise sind Zwischenschritte deutlich geworden. Der Therapeut sollte mit den Familienmitgliedern herausarbeiten, für welchen Schritt jetzt Entscheidungen zu treffen sind.
- Wenn alle Gesprächsteilnehmer es wünschen, kann u.U. ein „Vertrag“ ( oder ein Gesprächsprotokoll) aufgesetzt werden, in dem alle Teilnehmer ihren zu leistenden Beitrag festhalten. Ob und welche "Maßnahmen" bei Nichteinhalten des Vertrags gültig werden sollten alle Familienmitglieder gemeinsam besprechen.

#### Literatur:

- Elisabeth Lukas: „Lehrbuch der Logotherapie“, 1998 Profil Verlag

- Elisabeth Lukas: „Psychologische Vorsorge, 1989 Herder Verlag
- Elisabeth Lukas: Sinn in der Familie, 1995 Herder Verlag
- Viktor Frankl: „Ärztliche Seelsorge“, 1982 Verlag Huber