

## **Konzept des Seminars „ Familienrekonstruktion - Arbeit mit der Herkunftsfamilie“ von Marika Eidmann und Margarete Hecker**

(Anlehnung an das Konzept Virginia Satir, Weiterentwicklung unter Einbezug unterschiedlicher Methoden)

Ich werde im Folgenden beschreiben, wie Margarete Hecker<sup>1</sup> und ich in einer Seminarwoche vorgehen, welche Haltung wir wichtig finden und welche Ziele wir verfolgen. Wir haben in den letzten Jahren mehrere Familienrekonstruktionen zusammen geleitet.

Die langjährige Erfahrung von Margarete mit dieser Arbeit und ihr Hintergrund als Zeitzeugin der Kriegs- und Nachkriegsgeschichte, von Fluchterfahrung und Wiederaufbau, ist dabei eine große Bereicherung.

### **Ziele:**

Das Konzept beinhaltet, die Entwicklung einer Familie über drei Generationen anzuschauen, ihre Beziehungsgeschichte zu verfolgen, den jeweiligen geschichtlichen, sozialen und gesellschaftspolitischen Kontext zu sehen und zu vertiefen.

Dabei interessiert uns, wie die Familienmitglieder gelebt haben, wie sie Entscheidungen getroffen und welche Ereignisse ihr Leben beeinflusst haben.

Ziel ist es, den Teilnehmern ein vertieftes und erweitertes Verständnis für ihre Herkunftsfamilie und deren Bedeutung für ihr heutiges Leben zu ermöglichen.

Die Methode der Familienrekonstruktion entwirft neue, kraftvolle Bilder der Herkunftsfamilie und erweitert das Wissen über deren Geschichte.

### **Wir gehen u.a. folgenden Aspekten nach:**

- Wie und unter welchen Bedingungen haben die Familienmitglieder gelebt?
- Was hat sie geprägt, was haben sie gelernt?
- Welche positiven Erfahrungen und Kräfte gibt es und was war schwierig in der Entwicklung?
- Wo sind die Ressourcen, die Schätze?
- Welche Sehnsüchte, Wünsche und Gefühle haben Familienmitglieder bewegt und bewegen den Menschen, der die Rekonstruktion macht?

Wesentlich ist uns die genaue Betrachtung des gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Kontextes, in dem die Familie gelebt hat und heute lebt.

Ohne dieses Wissen kann die Entwicklung des einzelnen und des Gesamtsystems nicht vertieft verstanden werden.

Lernmuster, die in einem früheren Kontext nützlich waren, sind zu einem späteren Zeitpunkt vielleicht nicht mehr entwicklungsfördernd. In der Rekonstruktion geht es u.a. darum, solche nicht mehr funktionellen Muster zu erkennen und gegebenenfalls zu verändern.

Die Rekonstruktion ist eine Reise durch das eigene Leben und das der Vorfahren.

Durch die Wiederbelebung von aufgestauten, abgewehrten Gefühlen findet ein Durcharbeiten vergangener Erfahrungen statt mit der Chance, manches zu verabschieden, anderes zu integrieren, sich mit der eigenen Geschichte zu versöhnen und neue Wege einzuschlagen.

---

<sup>1</sup> Dr. Margarete Hecker, em. Professorin der Evangelischen Fachhochschule Darmstadt

Die Seminargruppe hat dabei eine zentrale Bedeutung.

Durch die Übernahme von Rollen durch die Gruppenmitglieder kann ausgedrückt werden, was bisher vielleicht ein Tabu war, kann aus der Beobachterposition vieles in einem größeren Zusammenhang gesehen und gefühlt werden.

Die Gruppe fühlt mit, verstärkt, erweitert den Blickwinkel und hat eine tragende Funktion.

Im Sinne eines Containment hält sie auch heftigste Gefühle aus und gibt Schutz und Geborgenheit.

Wesentlich ist das kollektive Erleben und Erfahren, sich mit der eigenen Geschichte eingebunden zu fühlen in ein größeres Ganzes.

### **Vorgehen:**

Am Anfang steht die Information über Methode, Vorgehen und Ziele der Familienrekonstruktion.

Mit Hilfe einer Phantasiereise kommen die Teilnehmer in einen ersten Kontakt mit ihren „Ahnen“.

Wir nehmen uns viel Zeit zu hören, mit welchen Erwartungen, Befürchtungen und Vorerfahrungen die einzelnen da sind und bemühen uns um eine Atmosphäre der Offenheit und des sicheren Rahmens.

Orientiert an Virginia Satir arbeiten wir mit dem „Star / Guide“ Modell.

Jeder Teilnehmer/ jede Teilnehmerin wählt eine/n Begleiter/in für die Rekonstruktion aus.

Wir steigen ein mit einer ausführlichen Arbeit am Familiengenogramm über drei Generationen. Die zentrale Frage/ das Thema des „Stars“, bildet den roten Faden, an dem wir uns in der Begleitung durch die Familiengeschichte orientieren.

Welche Szenen wir nachstellen, rekonstruieren, entscheiden wir im Prozess.

Oft beginnen wir mit der Entwicklungsgeschichte der Großeltern und Eltern, je nach aktueller Situation kann auch ein anderer Einstieg möglich sein.

- Wie und wann haben Großeltern, Eltern sich kennen gelernt?
- Wie haben sie ihre Familie aufgebaut?
- Welche Muster, Werte und Regeln waren wesentlich?
- Welche davon wirken heute noch?
- Was ist gut gelungen in der Familie?
- Was hat sich nicht entwickeln können, konnte nicht gelernt werden?

Wir suchen nach Antworten auf ungeklärte Fragen, wenn möglich nach Lösungen.

Und stellen besonders die „Schätze“, die Ressourcen im Familiensystem heraus.

Wir interessieren uns für die Geschichten, die in der Familie erzählt werden und deren Bedeutungen.

Wenn möglich arbeiten wir so lange, bis die Fragen des „Stars“ beantwortet sind und ein Lösungsbild steht. Immer geht es dabei um das Verstehen wollen dessen, was geschah und um das Anerkennen der damit verbundenen Bemühungen.

Wesentlich ist es uns, den Bogen zu spannen zwischen dem, was geschehen ist und der heutigen Situation. Dabei arbeiten wir mit unterschiedlichen, in der Regel szenischen Methoden (Aufstellungen nach Virginia Satir und psychodramatische Arbeit).

Wir sind achtsam, wenn Teilnehmer traumatische Lebenserfahrungen hatten und überprüfen sorgfältig, ob diese im Rahmen der Rekonstruktion angeschaut werden sollen.

Mit dem Wissen der heutigen Traumatherapie arbeiten wir stabilisierend und ressourcenorientiert, eine mögliche Retraumatisierung achtsam vermeidend.

Am letzten Tag gibt es für jede Teilnehmerin / jeden Teilnehmer Auswertungsfragen, mit deren Hilfe jede/r den Prozess reflektieren kann und wichtige Anstöße, offene Fragen und nächste Schritte festhalten kann.

Wir vermitteln den Teilnehmern, das Leben und Familiengeschichten für uns Prozesse sind, in denen es viele Bilder, viele Wahrnehmungen, viele „Wahrheiten“ und viele Lösungen gibt. Für uns steht das prozessorientierte Denken und Handeln, die Erlaubnis, immer wieder neu zu entscheiden, kreative Wege zu suchen und zu gehen, im Mittelpunkt unserer Begleitung bei der Reise durch die Familiengeschichten.

Marika Eidmann

Darmstadt 23.12.2007

**Zur Person:**

Dipl. Sozialarbeiterin, Systemische Therapeutin und Lehrtherapeutin (DGSF, EAP), Supervisorin (DGSv), Gruppenanalytikerin / Lehrgruppenanalytikerin (DAGG). Berufliche Erfahrung in stationärer und teilstationärer Psychiatrie, Jugendhilfe, Paar- und Sexualberatung und Arbeit im Notruf gegen sexuelle Gewalt. Freiberuflich in eigener Praxis als Therapeutin, Supervisorin sowie in der Aus- und Weiterbildung von Beratern / Therapeuten und Supervisoren  
Masterstudium Personalentwicklung.

**Literaturempfehlung:**

Boszormenyi-Nagy, Ivan/ Spark, Geraldine 1981: Unsichtbare Bindungen. Stuttgart: Klett-Cotta  
Heimannsberg, Barbara 1992: Das kollektive Schweigen. Heidleberg: Asanger  
Kaufmann, Rudolf 1990: Die Familienrekonstruktion. Heidelberg: Asanger  
McGoldrick, Monica 1990: Genogramme in der Familienberatung. Bern: Huber  
McGoldrick, Monica 2003: Wieder Heimkommen. Heidelberg: Carl Auer  
Satir, Virginia 1995: Das Satir-Modell. Paderborn: Junfermann