

## **"Der Kranke als Symptomträger im kranken System Familie"**

Ein Cartoon illustriert die Familientherapie so: in das Sprechzimmer der Ärztin kommt eine ganze Familie, die ein Familienmitglied vor sich herschiebt mit dem Kommentar: "Frau Doktor, das ist unser Symptomträger!"

"Familientherapie" oder "Systemische Therapie" bedeutet in der Praxis nicht unbedingt, die ganze Familie mit zum Arzt zu schleppen, aber Krankheitssymptome werden immer im Zusammenhang mit der Familie, dem sozialen Umfeld des Patienten gesehen. Ein englischer Dichter sagt: "Niemand ist eine Insel" - jeder ist Teil eines Ganzen. Jeder Mensch lebt in einem Netzwerk sozialer Beziehungen, die von der Herkunftsfamilie, neu geschaffenen und angeheirateten Familien, Freunden, der "peer group" (die besonders für Kindes und Jugendliche so wichtige Gruppe der Gleichaltrigen) bis zu den Mitmenschen am Arbeitsplatz und im größeren sozialen Umfeld reichen. Das System miteinander lebender Menschen ist der Boden auf dem sich die verschiedensten Beschwerden bilden können.

Die "schwächste Stelle" des Systems bricht, das schwächste Glied der Kette, z.B. ein Kind bekommt ein Symptom, aber krank ist eigentlich das ganze System. Deswegen ist es z.B. nicht sehr sinnvoll ein kleines, chronisch krankes Kind zu behandeln, ohne auf die familiäre Situation einzugehen und nach Systemischen Ursachen zu forschen. In der Familien - Therapie geht es allerdings immer um Verständnis für Zusammenhänge und Auslöser, niemals aber um eine Schuldzuweisung an Eltern oder Partner. Die schmollende oder anklagende Haltung mancher Ehefrau "Du machst mich krank", "mir geht es so schlecht, weil Du mich so behandelst..." bringt uns den möglichen Lösungsschritten nicht näher, sondern delegiert nur wieder die Verantwortung für das eigene Befinden an andere.

Familientherapie bedeutet auch, dass nicht nur der "Symptomträger" sondern auch nicht körperlich kranke Mitglieder des Systems Unterstützung Stütze und Beachtung brauchen.

Welche konkrete Aufgabe oder Funktion können Symptome im System Familie haben?

### Krankheit als Flucht, als Entlastung:

Wird der Druck im System unerträglich (Leistungsdruck, Zwänge, emotionale Erpressung...) suchen manche Menschen Zuflucht in der Krankheit. Wie ein Rettungsring hilft das Krankwerden, sich den Anforderungen zu entziehen. Die akute Krankheit bringt eine plötzliche, sofortige Entlastung, die chronische, oder immer wiederkehrende Beschwerden deuten eher einen langsamen, schleichenden Rückzug an

Schonung, Abstand, Rückzug, Befreiung von Unerwünschtem wird möglich.

Wird diese Funktion eines Symptoms nicht erkannt, dann wird eine Symptom - beseitigende Therapie oft gar nicht angenehm erlebt, sondern als ein Wegnehmen des Schutzes und der Erleichterung die die Krankheit bietet. Häufig stellt sich ein neues Symptom ein, um das alte "kranke Gleichgewicht" wieder herzustellen.

### Krankheit als Wunscherfüllung

Besonders der Wunsch nach Beachtung, Zuwendung oder einer "Sonderstellung" kann zu Krankheiten, die gerade die Aufmerksamkeit von Eltern oder Partner erzwingen, führen. So erkranken manche Erstgeborene, wenn ein Baby die Aufmerksamkeit der Mutter abzieht. In Familien mit wenig gelebter Zärtlichkeit ließe sich Hautkontakt z.B. auch durch ein mehrmals täglich Eingecremt - werden - müssen erzwingen.

### Die Macht des Kranken über die anderen

Krankheit kann auf eine sehr subtile Art unbewusst Macht ausüben. Alle anderen Familienmitglieder müssen sich z.B. nach dem Allergiker richten. Das sofort fiebernde Kind verhindert, dass die Eltern einmal alleine wegfahren. Die immer zum richtigen Zeitpunkt einsetzenden Herzattacken des Vaters bremsen die Loslassversuche der erwachsenen Tochter

### Symptome mit "Familientradition"

Die Familientherapie zeigt oft negative Verhaltensmuster auf, die sich wie traditionelle Tänze von einer Generation auf die nächste vererben. unbewusst werden Eigenschaften, Einstellungen, aber auch Schicksalsanteile von Eltern und Großeltern übernommen. Erst das Bewusstwerden dieser Automatismen macht es möglich, aus den psychologischen "Familienschienen" auszusteigen und z.B. nicht wieder in 3.Generation einen Alkoholiker als Partner zu haben oder allein erziehend zu leben, weil laut Familientradition immer die Partner verloren gehen. Scheinbar zufällig Schicksalhafter wird es als "soziale Vererbung" erkannt, bekommt eine gewisse Logik und Struktur und persönliche alternativen zu den sozial vererbten Mustern öffnen sich.

### Krankheit bringt Fehlendes ins System herein.

Wenn wesentliche Themen in einer Familienstruktur keinen Platz haben, unterdrückt und nicht gelebt werden, brechen sie oft in Form von Beschwerden eines Familienmitgliedes über die Familie herein. So haben zu Beispiel scheinharmonische Familien, die alle Konflikte und Auseinandersetzungen unterdrücken oft hochaggressive Kindern. Völlig verzweifelt stehen die lieben, freundlichen Eltern, die nie streiten, vor einem kleinen Brutalo. Auf diese dramatische Weise wird das Thema Konfliktbewältigung und gesunder Umgang mit Aggression und eigener verdrängter Wut hineingeführt.

Sehr Leistungs- und Erfolgsorientierte Eltern müsse zum Beispiel bei einem "Lernverweigerer" ihre eigenen Werte und Motive hinterfragen.

Die systemische Therapie hilft Zusammenhänge zu erkennen und gemeinsame Lösungen zu finden. Wohl gemerkt: niemand ist schuld - aber jeder ist betroffen und damit auch verantwortlich. Jede Krankheitserfahrung bringt die Chance zu persönlichem und sozialem Lernen.