



Mirosława Britzkow
Susanne Jermies

Familiencoaching

Ein Praxishandbuch

 hogrefe

Britzkow/Jermies
Familiencoaching

**Programmbereich
Psychologie**



Mirosława Britzkow
Susanne Jermies

Familiencoaching

Ein Praxishandbuch

Hogrefe Verlag

Programmleitung: Dr. Susanne Lauri
Lektorat: Lydia Zeller, Zürich
Herstellung: Daniel Berger
Abbildungen mit freundlicher Genehmigung von fotolia
Illustration: Detlef Jermies
Umschlagbild: © andresr, iStockPhoto
Umschlaggestaltung: MetaDesign, Berlin; Claude Borer, Basel
Druckvorstufe: krug.: wort.bild.daten. GmbH, Norderstedt
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Finidr s.r.o., Český Těšín
Printed in Czech Republic

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.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen oder Warenbezeichnungen in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen-Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe Verlag
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel: 0041 (0)31 300 4500
Fax: 0041 (0)31 300 4593
verlag@hogrefe.ch
www.hogrefe.ch

1. Auflage 2015
© 2015 by Hogrefe Verlag, Bern
(E-Book-ISBN [PDF] 978-3-456-95540-7)
ISBN 978-3-456-85540-0

Danksagung

Es ist uns ein Anliegen, uns bei all den Personen zu bedanken, die dazu beigetragen haben, dass dieses Buch entstehen konnte.

Unser Dank gilt besonders den Familien, mit denen wir arbeiten durften und die uns ihr Vertrauen entgegenbrachten. Die Freude und die Offenheit, mit denen sie uns begegneten, bleiben unvergessen. Die gute Zusammenarbeit hat uns inspiriert.

Danken möchten wir natürlich auch unseren eigenen Familien, für die liebevolle Unterstützung und Geduld.

Erwähnen möchten wir auch die vorzügliche Kooperation mit Frau Dr. Susanne Lauri und Herrn Daniel Berger vom Hogrefe Verlag.

Unser weiterer Dank geht an Sven Fischer aus Mainz, Svenja Schmeling aus Elmshorn und Lydia Zeller aus Zürich für die Korrekturarbeit.

Über Rückmeldungen und einen regen Austausch mit den Lesern dieses Buches über die Mailadresse susanne@jermies.net würden wir uns sehr freuen.

Mirosława Britzkow und Susanne Jermies April 2015

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Prof. Dr. Waldemar Pallasch / Anmerkungen der Autorinnen 10 / 11

Kapitel 1 – Theoretische Grundlagen

1.1 Die Familie	14
1.1.1 Die Familie – ein besonderes soziales System	14
1.1.2 Der Begriff „Familie“ – Versuch einer Definition	16
1.1.3 Kommunikation in der Familie	19
1.2 Das Coaching	24
1.2.1 Coaching – eine professionelle Beratungsform	24
1.2.2 Coaching und Beratung – Gemeinsamkeiten und Unterschiede	26
1.2.3 Coaching und Psychotherapie – Gemeinsamkeiten und Unterschiede	27
1.2.4 Der Coaching-Prozess	28
1.3 Das Familiencoaching	30
1.3.1 Familiencoaching – eine spezifische Form der Beratung	30
1.3.2 Der Familiencoaching-Prozess	32
1.3.3 Familiencoaching – das Arbeitsfeld	36
1.4 Zusammenfassung	38
1.4.1 Familien professionell unterstützen	38
1.5 Kindeswohlgefährdung	40
1.5.1 Der Schutzauftrag für Kinder	40

Kapitel 2 – Der Gesamttablauf

2.0 Eine gemeinsame Reise	46
2.0.1 In zehn Schritten vom Problem zum Ziel	46

Step 1

2.1 Die Gespräche	48
2.1.1 Gesprächsführung	48
2.1.2 Die Struktur der Familie	50
2.1.3 Gespräche mit der Familie im Familiencoaching-Prozess	51
2.1.4 Gespräche mit Kindern und Jugendlichen	52
2.1.5 Methoden und Techniken der Gesprächsführung	54
2.1.6 Gespräche mit Kindern und Jugendlichen	55
2.1.7 Das Erstgespräch mit der Familie	56
2.1.8 Haus, Baum, Hund – Kreative Übung	58
2.1.9 Der gemalte Dialog – Kreative Übung	59

Step 2

2.2 Die Vereinbarung	60
2.2.1 Familiencoach und Coachee schließen eine Vereinbarung	60

Step 3

2.3 Das Problem	62
2.3.1 Die Problembeschreibung	62
2.3.2 Die Definition	64
2.3.3 Die Problemklassen	65
2.3.4 Die Problemerkennung im Familiencoaching-Prozess	66
2.3.5 Das Problem erfassen – Praktische Übung	68
2.3.6 Das Problem erfassen – Kurzform der Übung	70

Step 4	
2.4 Die Zielformulierung	72
2.4.1 Ziele, Werte und Motivation im Familiencoaching	72
2.4.2 Ziele – vielfältige Definitionen	76
2.4.3 Kriterien zur Formulierung von Zielen im Familiencoaching-Prozess	79
2.4.4 Der Drache als Symbol in der Zielformulierung	80
2.4.5 Gemeinsam das Ziel formulieren – Praktische Übung	82
2.4.6 Gemeinsam das Ziel formulieren – Kurzform der Übung	84
Step 5	
2.5 Die Lösungen	86
2.5.1 Lösungsmöglichkeiten finden	86
2.5.2 Lösungen mit der Familie erarbeiten – Praktische Übung	88
2.5.3 Lösungen mit der Familie erarbeiten – Kurzform der Übung	92
Step 6	
2.6 Die Ressourcen	96
2.6.1 Vielfalt der Definitionen	96
2.6.2 Methodenauswahl zur Ressourcenarbeit	99
2.6.3 Die Ressourcenkarten	100
2.6.4 Meine, deine, unsere Ressourcen – Kreative Übung	110
2.6.5 Die Familien-Ressourcen-Wiese – Kreative Übung	111
2.6.6 Ressourcenliste für Kinder – Beispiele	112
2.6.7 Ressourcenliste für Jugendliche und Erwachsene – Beispiele	113
Step 7	
2.7 Die Hindernisse	114
2.7.1 Hindernisse erkennen und überwinden	114
2.7.2 Die Hindernisse – Definition	116
2.7.3 Hindernisse überwinden	117
2.7.4 Hindernisse überwinden – Praktische Übung	118
2.7.5 Hindernisse überwinden – Unsere Notizen	120
2.7.6 Hindernisse überwinden – Kurzform der Übung	121
Step 8	
2.8 Die Umsetzung	122
2.8.1 Die Umsetzung – Für Handlungsschritte planvoll Aufgaben übernehmen	122
2.8.2 Handlungsschritte – Praktische Übung	124
2.8.3 Handlungsschritte – Kurzform der Übung	125
2.8.4 Lösungspuzzle – Konkretisierung und Umsetzung	126
2.8.5 Lösungspuzzle – Kurzform der Übung	127
Step 9	
2.9 Die Überprüfung	128
2.9.1 Die Überprüfung – Das schon Erreichte sichtbar machen	128
2.9.2 Die Überprüfung – Unsere Checkliste	129
Step 10	
2.10 Am Ziel	130
2.10.1 Das Ziel ist erreicht	130

Kapitel 3 – Das Handwerkszeug

3.1	Einleitung	134
3.1.1	Der Familiencoach und sein „Handwerkszeug“	134
3.2	Bilder für Familienwege	136
3.2.1	Bilder und Symbole in Beratung und Therapie	136
3.2.2	Familienbilder und Bilderwelten innerhalb des Familiencoaching-Prozesses	138
3.2.3	Basiselemente	140
3.2.4	Symbole	141
3.2.5	Die Meereswelt	142
3.2.6	Die Welt des Waldes	144
3.2.7	Die Bergwelt	146
3.2.8	Die Welt der Pferde	148
3.2.9	Die Welt des Fußballs	150
3.3	Kreative Alternativen	152
3.3.1	Das bin ich – das sind wir	152
3.3.2	Das Familien-Fotoalbum	153
3.3.3	Das Problem	154
3.3.3.1	Probleme genauer betrachten	154
3.3.3.2	Die Systematisierung der Probleme	157
3.3.4	Die Zielformulierung	158
3.3.4.1	Etappenziele als Teile des Weges	158
3.3.5	Die Lösungen	160
3.3.5.1	Die ersten kleinen Schritte	160
3.3.5.2	Lösungen kreativ darstellen	161
3.3.5.3	Lösungsmatrix mit einer Familie	162
3.3.5.4	Lösungsmatrix mit einer Familie – Praktische Übung	163
3.3.5.5	Lösungsmatrix mit einer Familie – Kurzform der Übung	165
3.3.6	Die Ressourcen	166
3.3.6.1	Das ReFaFa	166
3.3.6.2	Die Ressourcen-Wäscheleine	167
3.3.6.3	Ressourcenarbeit mit Seilen: Die Familien-Ressourcen-Schatztruhe	168
3.3.6.4	Die Familien-Ressourcen-Schatztruhe – Kurzform der Übung	170
3.3.6.5	Die Familien-Ressourcen-Collage	171
3.3.6.6	Ressourcenarbeit mit Silhouetten	172
3.3.6.7	Komplimente als Ressource	173
3.3.6.8	Das multikulturelle Ressourcenbild	174
3.3.6.9	Der interkulturelle Ressourcenbaum	175
3.3.6.10	Die Ressourcenräume	176
3.3.6.11	Das Familienwappen	177

Kapitel 4 – Anhang

4.1	Beispiele aus unserer Arbeit	180
4.2	Literatur	186



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Das vorliegende Buch ist das Ergebnis praktischer Erfahrungen, die beide Autorinnen als praktizierende Familiencoachs sowie als Ausbilderinnen zum Familiencoaching erworben haben. Adressaten dieser Schrift sind aber nicht nur Familiencoachs und Familiencoaching-Ausbilder, sondern ebenso Pädagogen, Sozialpädagogen, Heilpädagogen, Erzieher, Ergotherapeuten, Lerntherapeuten sowie diejenigen, die sich mit dem Themenfeld „Familie“ beschäftigen.

Familiencoaching als eine spezifische, allerdings relativ neue Beratungsform in diesem Themenfeld hat sich inzwischen etabliert und erfreut sich einer immer stärker werdenden Nachfrage. Die bisher vorliegenden Konzeptionen zum Familiencoaching sind Bemühungen mit dem Anspruch, Familiencoaching zu professionalisieren. „Professionalisieren“ bedeutet zum einen, die relevanten theoretischen Inhalte und Aspekte einer Familie in der heutigen Zeit zu betrachten, zu analysieren und aufzuarbeiten, zum anderen Interventionsmöglichkeiten aufzuzeigen, die der jeweiligen Thematik bzw. Problematik gerecht werden.

Die vorliegende Schrift wird diesem Anspruch in hohem Maße gerecht. Vorgelegt wird ein sehr thematisch-strukturierter Leitfaden zum praktischen Familiencoaching, der unter der Überschrift „Eine gemeinsame Reise: In zehn Schritten vom Problem zum Ziel“ in sehr übersichtlicher Reihenfolge schrittweise die Prob-

leme, die Ressourcen, die Zielformulierungen, die Hindernisse, die Lösungen und andere Teilschritte thematisiert. Zu jedem Schritt werden im Einleitungstext in sehr verständlicher Form die notwendigen theoretischen Informationen geliefert. Vor allem aber sind es die vielen Interventionsmöglichkeiten, also die Methoden, die Verfahren, die Anleitungshinweise und Arbeitsvorlagen, die diese Schrift für die praktische Familiencoaching-Arbeit auszeichnen.

Ich habe dieses Buch mit sehr hohem Interesse gelesen und für meine eigene Coaching-Arbeit viel gelernt. Wer sich mit Familiencoaching befasst, kommt nicht umhin, in dieses Buch hineinzuschauen. Und „Schauen“ ist mein letztes Stichwort: Die grafische, in Teilen sogar künstlerische Gestaltung des Gesamtwerkes, nicht nur der Veranschaulichungs-, Arbeits- und Anleitungsblätter, hat mich sehr angesprochen und dazu beigetragen, immer weiter zu blättern.

Ich wünsche dem Buch viele Leser und eine positive Resonanz in dem Sinne, mit anderen Familiencoachs in einen konstruktiven Austausch zu treten.

Prof. Dr. Waldemar Pallasch
zertifiz. DBVC Senior Coach
Institut für Pädagogik
der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel
Kiel, im April 2015

Anmerkungen der Autorinnen

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Wir laden Sie ein auf eine Reise „In zehn Schritten vom Problem zum Ziel“. Diese „Reise“ kann individuell an die Wünsche und Bedürfnisse der Familien angepasst werden. Unser Buch ist als Anregung und Ideensammlung zu verstehen. Es stellt kreative Vorschläge und vielfältiges Material zur Verfügung und ist aus der Praxis für die Praxis entstanden.

Unsere Absicht ist es, Ihnen ein praktisches Buch an die Hand zu geben, das kreative Ideen für die tägliche Arbeit mit Familien bereithält. Dem kommt auch entgegen, dass Familiencoaching ein offenes Angebot ist, das dem Bedarf und den Möglichkeiten der Familie angepasst werden kann und sollte. Die in dem Buch vorgestellten Methoden und Techniken haben wir erlernt oder selbst entwickelt und den Bedürfnissen der Familien angepasst. Sie haben sich allesamt in der Praxis bewährt. Dennoch möchten wir Sie einladen, unsere vorgestellten Methoden und Techniken in Ihrem Sinne zu modifizieren.

Der ressourcenorientierten Arbeit mit den Familien sollte unserer Meinung nach besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Das Erkennen und Nutzen der Stärken der einzelnen Familienmitglieder und der Familie als System

erleichtert das Erarbeiten von Lösungsmöglichkeiten und das Erreichen von Zielen. Der Familiencoach begleitet die Familie nur so lange, bis diese ihr Ziel erreicht hat.

Dieses Buch soll nicht als „strikte Arbeitsanleitung“ verstanden werden. So individuell die Familien und ihre Mitglieder sind, so unterschiedlich gestalten sich die Familiencoaching-Prozesse. Aus unserer Erfahrung können wir sagen, dass besonders Kinder die Schritte innerhalb des Familiencoaching-Prozesses gerne kreativ und auf ganz persönliche Art und Weise mitgestalten.

Wir weisen darauf hin, dass Familiencoaching eine Therapie nicht ersetzen kann. Es ist als ein Angebot zur Unterstützung von Familien mit Kindern und/oder Jugendlichen gedacht.

Etwaige Abstraktionen in den Illustrationen dieses Buches sind bewusst eingebracht worden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Begleitung und Unterstützung der Familien auf deren Weg zum Ziel.

Mirosława Britzkow und Susanne Jermies



Theoretische Grundlagen

1.1

Die Familie

Die Familie – ein besonderes soziales System

1.1.1

Die Gesellschaft ist im ständigen Wandel und in Entwicklung. Die Familie, die in der Soziologie als Keimzelle der Gesellschaft betrachtet wird, verändert sich aufgrund historischer und kultureller Einflüsse fortwährend. In der heutigen Zeit existiert weltweit eine Vielzahl unterschiedlicher Formen von Lebensgemeinschaften und Familien. Die Familie wird überwiegend als wichtigstes soziales System bezeichnet. Ihre Einzigartigkeit in unserer Gesellschaft ergibt sich aus ihrer inneren Struktur, die das System Familie kennzeichnet.

Watzlawick et al. (1967, 117) beschreiben diese einzigartige Struktur innerhalb ihrer Definition des Familiensystem-Begriffs: „Systeme sind Ganzheiten. Alles, was existiert, existiert in ganzheitlichen Zusammenhängen. Als System betrachtet, ist die Familie ein Ganzes, etwas qualitativ anderes als die Summe ihrer Teile, mit denen sie sich und diese untereinander in Wechselwirkung befindet: Jeder Einzelne ist mit dem anderen so verbunden, dass eine Änderung des einen automatisch eine Veränderung des gesamten Systems mit sich bringt.“

Die von Watzlawick et al. beschriebene Wechselwirkung findet ihren Ausdruck in der Kommunikation der Familienmitglieder untereinander. Indem die Mitglieder der Familie miteinander kommunizieren, erhält und stabilisiert sie ihre Beziehung. Dieses verdeutlichen Watzlawick et al. (1969/1999, 116): „Zwischenmenschliche Systeme sind demnach zwei oder mehrere Kommunikanten, die die Natur ihrer Beziehung definieren.“

Auf die Gesellschaft bezogen, stellt das System Familie eine eigene Konstante dar, die die Gesellschaft definiert, aber auch gleichzeitig von ihr definiert wird. So kommt es zu einer einzigartigen Wechselwirkung zwischen den Systemen Familie und Gesellschaft. Als gesellschaftliche Institution soll die Familie sowohl die Kontinuität als auch die Veränderung der Gesellschaft gewährleisten. Richter (2006, 43) betont diese

voneinander abhängige Beziehung folgendermaßen: „Als System hat sie die Funktion, sich zu erhalten, als Bündnis sichert das System die für eine funktionale Sozialisation der Kinder notwendige Kontinuität und Nähe.“

Innerhalb der Familie sind deren Mitglieder emotional miteinander verbunden. Sie nehmen am Leben der anderen Familienmitglieder während bestimmter Lebensabschnitte mehr oder weniger intensiv teil. Neben der Aufgabe der Sozialisation hat die Familie des Weiteren die Aufgabe, die Intimisierung von Beziehungen zu pflegen. Denn emotionale Nähe fördert Vertrauen und Loyalitätsbindung, fördert das Zugehörigkeitsgefühl.

Die das tägliche Leben auszeichnende Nähe untereinander fördert in seltenen Fällen jedoch auch den Missbrauch innerhalb der Familie. Dieser Missbrauch drückt sich dann in Gewalt und Ausbeutung der schwächeren Familienmitglieder aus und lässt diese häufig schutzlos zurück. Aus diesem Grund sind Grenzen innerhalb der Familie unabdingbar.

Durch die enge Bindung und die Nähe im gemeinsamen täglichen Leben ist es wichtig, Grenzen zwischen den Generationen zu etablieren. Oftmals werden diese Grenzen jedoch nicht eingehalten. So muss man sich beispielsweise ins Bewusstsein rufen, dass sexuelle Übergriffe gegenüber Kindern zum Großteil in den eigenen Familien stattfinden.

Aufgrund der auf die Familie zukommenden Aufgaben für die Gesellschaft als Ganzes, die wir soeben näher definiert haben, verwundert es nicht, dass die Familie in unserer Kultur und unserem Rechtssystem eine Vorrangstellung gegenüber anderen sozialen Systemen innehat. Diese drückt sich u.a. dadurch aus, dass „ihre Grenzen als besonders schutzwürdig“ gelten. (ebd. 77) Die Familie nimmt einen Schutzraum ein, z. B. die Wohnung oder das Haus. So schützt

Die Familie als Teil der Gesellschaft
Die Familie und ihr Umfeld
Die Familie und ihre Familienkultur

**Die Herkunft der Familie, nahe und
ferne Verwandtschaft**



**Beziehungsebene der
Familienmitglieder**

**Individuelle Probleme der
Familienmitglieder und Probleme
der Familie**

die grundgesetzlich garantierte Unverletzlichkeit des Wohnraums die Familienmitglieder vor eventueller Gewalt durch ihre soziale Umwelt.

Durch die entsprechende Nutzung des eigenen Wohnraums entstehen familiäre Binnenräume als Außengrenzen, als Zeichen der Familienidentität, aber auch als Ort des Familienrituals. So ist das Wohnzimmer beispielweise ein Ort des familiären Aufeinandertreffens und der Erholung. (vgl. ebd., 78)

Jede Familie hat ihre eigene Geschichte – ihre Herkunft, die nahe und ferne Verwandtschaft, die sich durch die Zeit hindurch und aufgrund familiärer Prozesse verändert. Gleichzeitig ist die Familie ein Teil der Gesellschaft, ist in ihre Umwelt integriert und pflegt ihre eigene Familienkultur. Die Beziehungsebene der Familienmitglieder, deren individuelle Probleme und die Probleme der Familie an sich sind prägend für das Zusammenleben. Jede Familie hat somit ihre spezifische Biografie (siehe Grafik).

Die Familie entsteht also sowohl im Kleinen in der Beziehung der Familienmitglieder untereinander als auch im Großen innerhalb ihrer Wechselbeziehung mit der Verwandtschaft und ihrer sozialen Umwelt. Somit ist sie Kernpunkt des individuellen sozialen Lebens und der Gesellschaft.

Die Familie ist gleichzeitig individuell und einzigartig, aber auch als integraler Teil der Gesellschaft ein besonderes soziales System und Subsystem. „Die Familie als soziales Subsystem reagiert wie kaum ein anderes System auf gesamtgesellschaftliche Veränderungsprozesse.“ (Pallasch et al. 2013, 36) Durch die Zeiten ändern sich die Anforderungen, die an die Familie und die Familienformen gestellt werden.

Veränderungen in der Gesellschaft beeinflussen auch das System Familie. Es ändert sich jedoch hoffentlich nicht die Einzigartigkeit der Familie und die Tatsache, dass sich die Familienmitglieder gerade innerhalb dieses Systems so zeigen können, wie sie sind, und von allen anerkannt und geliebt werden. So stellt auch Satir (2004, 158) heraus: „Alle Familiensysteme dienen dem Schutz und der Organisation ihrer Mitglieder.“ All dies unterstreicht den Stellenwert der Familie innerhalb der Gesellschaft.

Ihre herausragende Stellung korrespondiert mit der besonderen Bevorzugung durch das Gesetz, das das System Familie stützen und als Keimzelle unserer Gesellschaft bewahren soll. Denn nur so ist gewährleistet, dass die Familie auch in Zukunft ihre vielfältigen Aufgaben in der Gesellschaft und für die Gesellschaft wahrnehmen kann.