

# Familien-Systemische-Grundsätze

nach Peter Kleylein + Dr. Hans-Peter Zimmermann

## Was bedeutet „systemisch“?

- \* Ich betrachte nicht das Individuum allein, sondern nehme es wahr in seinen Beziehungen.
- \* In therapeutischer Hinsicht ist das prägendste System die Herkunftsfamilie (Eltern, Geschwister).
- \* Die Herkunftsfamilie kann über mehrere Generationen hinweg dein Leben beeinflussen (oft bis zu den Urgroßeltern).

## Weitere Systeme

- \* Gegenwarts-/Wahl-Familie (Partner, Kinder)
- \* Dorfgemeinschaft
- \* Organismus
- \* Firma

## Verschiedene „Bilder“ einer Familie:

- \* Das äußere Bild der Familie: Vater aber eigentlich „Stiefvater“, weil 2. Mann der Mutter, Mutter, Geschwister + Halbgeschwister
- \* Das innere Bild der Familie: leiblicher Vater, leibliche Mutter + Geschwister

Das äußere Bild ist in diesem Fall eine Lebensgemeinschaft, aber **keine echte Familie**.

## Seinen Platz finden

- \* Es geht darum, dass jeder seinen systemisch richtigen Platz findet.
- \* Dabei ist ein Platz nicht wertend gemeint.
- \* Der erste Platz ist nicht besser als der zweite; er ist nur anders...
- \* ...und jeder Kampf gegen den richtigen Platz führt zu Störungen.

## **Die Rolle der Eltern, Großeltern, Urgroßeltern, Ur.....ahnen**

Hätte nur einer von ihnen das Leben nicht weiter gegeben,  
dann gäbe es mich nicht.

### **Die Rolle der Eltern**

- \* Der Vater ist immer der Mann, der mich gezeugt hat.
- \* Die Mutter ist immer die Frau, die mich geboren hat.
- \* Biologisch gesehen, bestehe ich zu 50% aus meiner
- \* Mutter und zu 50% aus meinem Vater.
- \* Wenn ich einen Elternteil „verteufle“ oder „verleugne“, verleugne ich die Hälfte von mir.
  - \* Was immer meine Eltern sonst getan haben, sie haben mir auf jeden Fall das Leben geschenkt.
  - \* Ich kann dieses Geschenk annehmen, oder ich kann es aus irgendwelchen (irrelevanten) Gründen ablehnen.
  - \* Wenn ich es ablehne, schade ich mir selbst, meinem Partner und meinen Kindern.

### **Der Energiefluss:**

- \* Die Energie fließt von den Eltern zu den Kindern.
- \* Die Eltern geben, das Kind nimmt.

### **Wer ist systemisch wirksam?**

- \* Geschwister
- \* Halbgeschwister  
(vor allem wenn die Ordnung gestört ist)
- \* Eltern
- \* Frühere Partner oder Wunsch-Partner der Eltern
- \* Geschwister der Eltern
- \* Großeltern (selten auch deren Geschwister)
- \* Urgroßeltern
- \* frühe Bezugspersonen (z.B. Adoptiveltern, Heimleiter)

### **Vier Ursachen-Bereiche:**

- \* **traumatisch:** zwischen Gegenwart + Geburt
- \* **systemisch traumatisch:** zwischen Geburt + Zeugung
- \* **systemisch:** frühere Generationen
- \* **karmisch:** frühere Leben

### **Die drei Grundkräfte**

- \* Zugehörigkeit
- \* Ordnung
- \* Ausgleich

#### **Kraft 1: Zugehörigkeit**

- \* In der Tiefe der Seele ist jeder Mensch in Dankbarkeit mit seinen Eltern verbunden.
- \* Das Gefühl der Zugehörigkeit ist ein existenzielles Bedürfnis.
- \* Zugehörigkeit muss sich niemand „verdienen“; jeder ist zugehörig zu seiner Familie, unabhängig von seinen Fähigkeiten und Taten.

#### **Kraft 2: Ordnung**

- \* Wer zuerst da war, kommt an erster Stelle.
- \* Die Rangfolge geht im Uhrzeigersinn von früher nach später.
- \* Ganz rechts steht derjenige, der die Verantwortung für die Sicherheit des Systems hat.
- \* Wird die Ordnung nicht anerkannt, kommt es zu (zum Teil fatalen) Störungen.

#### **Kraft 2: Ordnung**

- \* Ordnung bedeutet auch:
- \* Jeder trägt sein Schicksal selbst.
- \* Oft tragen Kinder etwas für die Eltern.
- \* Wenn das Kind die Ordnung anerkennt („Ich bin nur das Kind“), ist es entlastet und kann wiederum seine Kinder befreien von fremden Lasten.
- \* Jedem ist sein Schicksal zumutbar.
- \* Aber nur sein eigenes.

### **Kraft 3: Ausgleich**

- \* Familie und Sippe verhalten sich so, als hätten sie eine gemeinsame Seele.
- \* Daher werden Störungen der Ordnung oft von späteren Generationen ausgeglichen.
- \* Die Großen geben, die Kleinen nehmen. Einziger Ausgleich: Der Dank.
- \* Der Gebende darf nur so viel geben, wie der Nehmende nehmen kann und will.

### **Verstrickungs-Grunddynamiken**

#### **1. „Ich folge dir nach“**

- \* „Wenn du tot bist, will ich auch nicht leben.“
- \* „Wenn du krank bist, will ich auch leiden.“
- \* „Wenn du unglücklich bist, will ich auch auf mein Glück verzichten.“
- \* „Wenn ihr euer Hab und Gut verloren habt, will ich auch arm bleiben.“

### **Verstrickungs-Grunddynamiken**

#### **2. „Ich tu's für dich“**

- \* „Lieber verschwinde ich als du.“ (z.B. Magersucht)
- \* „Lieber bin ich krank, dann kannst du gesund sein.“
- \* „Lieber leide ich unter Papas sexueller Gewalt als du, liebe Mama.“ (Missbrauch)
- \* „Lieber sterbe ich als du.“ (z.B. Vater ist depressiv, möchte sterben, Kind bekommt tödliche Krankheit)
- \* „Lieber trage ich deine Last.“
- \*

### **Verstrickungs-Grunddynamiken**

#### **3. „Ich sühne für dich.“ oder „Ich mach' es wie du.“**

Identifizierung mit einer Person, die aus dem Familiensystem ausgeschlossen wurde.

#### **Gründe für den Ausschluss können sein:**

- Scham (Behinderung, außereheliche Kinder, Alkoholismus, Suizid, Homosexualität)
- Schuld (Nationalsozialismus, unrechtmäßiges Erbe, Schweres Verbrechen, Missbrauch)
- Schmerz (Früher Tod eines Kindes, Tragischer Unfall)

## Beziehungs-Ebenen

Diese Aussagen zeugen von einer fatalen Verwechslung der Beziehungs-Ebenen:

- \* Mann zur Ehefrau: „Du bist die einzig Richtige für mich.  
Du darfst mich nie verlassen.“
- \* Mutter zur Tochter: „Ich hätte dich gerne näher.  
Ich möchte dich umarmen.“
- \* Mann zum Sohn: „Du bist mein bester Kumpel.  
Mit dir kann ich über alles reden.“