WORKING PAPER · FACHVORTRAG

Systemisches Arbeiten in Familien

Haltung vor Methode · Ressourcen sehen · Wechselwirkungen verstehen

Bettina Dauenhauer · Systemische Beraterin und Supervisorin SG · IseF

Dieses Working Paper begleitet den Vortrag. Es bietet Orientierung, Reflexionsfragen und Platz für persönliche Notizen.

> **Kernbotschaft**
>
> Systemisches Arbeiten beginnt nicht mit einer Fragetechnik. Es beginnt mit einer Haltung - und diese Haltung wird auch nonverbal kommuniziert.

1 · Persönlicher Ausgangspunkt der Referentin

2012 entschied ich mich für die Ausbildung zur systemischen Beraterin und Supervisorin. Zuvor hatte ich vermutlich häufig aus dem Bauch heraus systemisch gearbeitet. Die Ausbildung sollte meinen Bauch professionalisieren: intuitives Vorgehen fachlich einordnen, reflektieren und um fundierte Konzepte erweitern.

Das wurde zu einer tatsächlichen (Arbeits)Erleichterung: Nicht länger für jede Familie die richtige Lösung finden zu müssen, ermöglichte es, Verantwortung passend zu verteilen, Ressourcen zu nutzen und gemeinsam tragfähige nächste Schritte zu entwickeln.

Persönliche Resonanz:

_____

2 · Systemisches Denken in Kürze

Systemisches Arbeiten entwickelte sich aus Systemtheorie, Kybernetik, Kommunikationstheorie sowie Familien- und Kurzzeittherapie. Es betrachtet Schwierigkeiten nicht isoliert als Eigenschaft einer Person, sondern im Kontext von Beziehungen, Bedeutungen, Lebensbedingungen und wiederkehrenden Wechselwirkungen.

Grundannahmen

- Verhalten ergibt Sinn, wenn sein Kontext mitgedacht wird.
- Wirklichkeit wird perspektivisch wahrgenommen; niemand besitzt die ganze Wahrheit.
- Veränderungen eines Teils wirken auf das gesamte System zurück.
- Familien verfügen auch unter Belastung über Kompetenzen und Ressourcen.
- Kleine, passende Schritte können größere Entwicklungen anstoßen.
- Die Fachkraft ist Teil des Hilfesystems und beeinflusst den Prozess.

> **Prüffrage**
>
> Welche Annahmen werden gerade wie Tatsachen behandelt?

3 · Haltung vor Methode

Eine Methode wird nicht allein durch ihre Form systemisch. Entscheidend ist, ob sie offen, respektvoll, neugierig und kooperativ eingesetzt wird. Die Familie bleibt Expertin ihrer Lebenswelt; die Fachkraft gestaltet Prozess, Transparenz, Beteiligung und Schutz.

Eine systemische Haltung zeigt sich in

- Respekt, Wertschätzung und Allparteilichkeit.
- Nichtwissen, Neugier und vorläufigen Hypothesen.
- Ressourcenorientierung und Zuversicht, ohne Belastungen kleinzureden.
- Auftragsklärung, Kooperation und nachvollziehbaren Grenzen.

Defizitblick in Ressourcenblick übersetzen

- Nicht nur: Was stimmt nicht? Sondern auch: Was gelingt bereits?
- Nicht nur: Wer verursacht es? Sondern: Welche Wechselwirkungen wirken?
- Nicht nur: Wie lösen wir das? Sondern: Was wäre ein machbarer nächster Schritt?

> **Kinderschutz**
>
> Systemische Haltung ersetzt weder Gefährdungseinschätzung noch Schutzauftrag. Ressourcenorientierung darf Risiken nicht beschönigen.

4 · Methoden als Einladungen zum Perspektivwechsel

Systemische Fragen

- Ressourcen: Was funktioniert trotz der Belastung?
- Ausnahmen: Wann war es zuletzt etwas weniger schwierig?
- Perspektivwechsel: Was würde Ihr Kind dazu sagen?
- Skalierung: Wo stehen Sie heute von 1 bis 10?
- Zukunft: Woran wäre morgen ein kleiner Unterschied erkennbar?
- Auftrag: Was wäre heute ein hilfreiches Ergebnis?

Reframing

Reframing bietet einen neuen Bedeutungsrahmen an. Es beschönigt Verhalten nicht, sondern sucht nach Fähigkeiten, positiven Absichten oder Schutzfunktionen: Aus 'kontrollierend' kann 'sucht Sicherheit' werden; aus 'unmotiviert' vielleicht 'schützt sich vor weiterer Enttäuschung'. Ein Reframing bleibt ein vorsichtiges Angebot, keine neue Wahrheit.

Weitere hilfreiche Zugänge

- Die Sprache und Metaphern der Klient:innen aufgreifen.
- Professionell zurücklehnen: zuhören, Pausen zulassen, nicht sofort retten.
- Genogramm: Beziehungen, Übergänge und Muster über Generationen sichtbar machen.
- Ressourcenkarte: persönliche, soziale, materielle und biografische Ressourcen bündeln.

Interessante Frage oder Methode für die eigene Praxis:

_____

5 · Was ist (für mich) hilfreich

Nähe in der Beziehung – Klarheit in der Rolle, Immer „Sie“ und niemals „du“

Während der Arbeit ist die „Sie Form“ aus meiner Sicht sehr wichtig. In der ambulanten Hilfe ist man sehr nah an der Familie, im Familiensystem und neben der intensiven Arbeitsbeziehung braucht es eine Möglichkeit den persönlichen Freiraum zu erhalten, um fachlich hilfreich sein zu können.

Möglichst 'unbeschrieben' ankommen

Mit entsprechender Erfahrung und dem Einverständnis der Kollegen vom Jugendamt kann es sehr hilfreich sein vor einer Fallübernahme möglichst keine Berichte zu lesen. Zur Prüfung der Kapazität sind lediglich Anzahl und Alter der Kinder, Wohnort, Wochenstunden beziehungsweise Stundenkontingent und voraussichtliche Dauer wichtig. Falldokumentationen enthalten subjektive Einschätzungen und können defizitär formuliert sein. Familien sollen mit einem möglichst offenen Blick ankommen dürfen.

Den Ressourcenblick früh eröffnen

> **Frage im ersten Hilfeplangespräch**
>
> Bei all dem, was jetzt zu hören war, läuft zu Hause sicher auch einiges gut. Was ist das aus Sicht der Familie - und worauf ist sie vielleicht stolz?

Wenn es passt, wird diese Frage auch an anwesende Kinder und Jugendliche gerichtet. Ziel ist, die Problemtrance zumindest teilweise zu unterbrechen, Kooperation zu ermöglichen und glaubhaft zu vermitteln: Es wird nicht nur das Problem gesehen; es besteht Vertrauen darin, dass die Familie bereits einiges gut macht.

Erst Beziehung, dann schwierige Themen

- Auftrag und eigene Rolle verständlich und transparent erklären.
- Nachfragen, was die Familie in der Aufregung verstanden hat.
- Zu Beginn Zeit in eine tragfähige Arbeitsbeziehung investieren.
- Analoge Mittel nutzen: Zettel, Skizzen und Alltagsgegenstände für Aufstellungen.
- Kinder und Jugendliche nach eigenen Lösungsideen fragen.

> **Leitgedanke der Referentin**
>
> „All in“, um „fast out“ zu sein: anfangs viel investieren, damit Familien möglichst bald weniger Hilfe benötigen und wieder stärker in ihre Selbstwirksamkeit finden.

Anknüpfungspunkte für den eigenen Arbeitsstil:

_____

Vier Buchstaben, die einen Unterschied machen können

> **NOCH**
>
> Eine Schwierigkeit oder Fähigkeit als 'noch nicht' zu beschreiben, öffnet einen Entwicklungsraum: Es ist nicht gelungen - noch nicht. Da kann ich nicht - noch nicht. Das kann er/sie nicht – noch nicht. Welche Bedingungen und welcher nächste Schritt könnten einen Unterschied machen?

6 · Übung und Transfer

Fallbeispiel: 'Die unzuverlässige Mutter'

Eine alleinerziehende Mutter mit zwei Kindern im Alter von fünf und acht Jahren sagt den dritten vereinbarten Termin kurzfristig ab. In einer Fallbesprechung oder Mail steht: 'Sie ist unzuverlässig und offenbar nicht wirklich zur Mitarbeit bereit.' Bekannt ist außerdem: Die Mutter arbeitet in wechselnden Schichten, hat keine verlässliche Kinderbetreuung und meldet sich jedes Mal selbst, bevor der Termin beginnt.

Bearbeiten Sie mindestens zwei der folgenden Fragen und tauschen Sie sich anschließend zu zweit aus.

Reflexionsfrage	Notizen
Welche Zuschreibung ist zu hören?	
Welches Reframing ist möglich?	
Welche systemische Frage passt?	
Was wäre ein kleiner nächster Schritt?	

Transfer in den Alltag

Transfer	Notizen
Was könnte in einem nächsten Gespräch ausprobiert werden?	
Was könnte anders gestaltet werden?	
Welcher kleine Unterschied könnte bewirkt werden?	
Woran wäre zu erkennen, dass es hilfreich war?	

Konkreter nächster Schritt:

_____

_____

Viel Spaß und Erfolg beim systemischen Arbeiten!