



FRANZISKA MÜLLER
Institut für Beratung & Gesundheit
ZSR-ASCA F345749

Familienberatung lösungsorientiert und allparteilich



FRANZISKA MÜLLER
Institut für Beratung & Gesundheit
ZSR-ASCA F345749

Die Familie

Die Familie zeigt sich in den verschiedensten Formen:
ehelich, nicht-ehelich, Ein-Eltern-Familie, Patchwork-Familie....

Jede Familie entwickelt über die Beziehungen innerhalb dieses Familiensystems ihren ganz eigenen Charakter. Geprägt werden diese Eigenheiten durch geltende Familienregeln, Rituale und der Kommunikation der Familienmitglieder untereinander.

Nicht nur der Kontakt zum erweiterten Familienkreis, wie Großeltern und Verwandte, sondern auch Freunde und Kollegen, der Kindergarten, die Schule - das gesamte soziale Umfeld - wirken in die Familie hinein.

Das Familienleben verändert sich laufend und wird mitgeprägt von den Entwicklungsschritten der Kinder - von der Geburt bis zur Pubertät und noch darüber hinaus, sind die Eltern mit wachsenden Herausforderungen in den jeweiligen Familienphasen konfrontiert, die es gilt zu meistern und immer wieder neue Lösungswege für die anstehenden Veränderungen zu finden.

Eltern sind auch Partner

Die Basis für ein gutes Zusammenleben in der Familie ist die Partnerschaft der Eltern. Außerdem ist jede Mutter und jeder Vater auch noch sich selbst, hat eigene Bedürfnisse und Vorstellungen, wie das Leben gestaltet werden sollte.

Beide Partner wurden ihrerseits durch viele Erfahrungen und Erlebnisse aus den jeweiligen Herkunftsfamilien geprägt und bringen diese mit in die Familie hinein.

Daraus sind bestimmte Denk-, Gefühls- und Handlungsmuster entstanden, die für sie einmal im Leben dienlich waren. Heute jedoch können sie in der Entwicklung einschränken. Hier zeigt sich häufig, dass unterschiedliche Muster und Regeln aus den Herkunftsfamilien zu Streitigkeiten und Konflikten führen können.



FRANZISKA MÜLLER
Institut für Beratung & Gesundheit
ZSR-ASCA F345749

In der Familienberatung gehen wir unter anderem folgenden Fragen nach:

- Wieviel Raum nimmt sich das Paar für die Beziehung?
- Wie kommunizieren die Partner untereinander?
- Welche Bedürfnisse, Wertvorstellungen und Ziele werden gemeinsam verfolgt?
- Wieviel Freiheit räume ich mir bzw. dem Partner ein?
- Gibt es unterschiedliche Meinungen über Erziehungsstile?
- Wie wird mit den Kindern kommuniziert?
- Was wünschen sich die Eltern, was die Kinder?
- Und viele mehr

Familie mit Kleinkindern

Die Geburt des ersten Kindes ist für die meisten Eltern ein großartiges Erlebnis, eine Zeit der Freude und des Glücks. Viele junge Eltern haben ihre eigenen Vorstellungen, wie sich das Leben mit dem neuen Familienmitglied gestalten soll. Sie wollen alles gut und richtig machen.

In diese völlig neue Lebenssituation müssen die frischgebackenen Eltern jedoch erst hineinwachsen. Sie haben jetzt die Verantwortung für dieses neue Wesen. Sich an das Kind zu gewöhnen, es kennenzulernen und seine "Sprache" immer mehr zu verstehen ist Herausforderung pur und bedeutet ein Höchstmaß an Zeitaufwand und Zuwendung.

Neben vielen positiven Erfahrungen und Erlebnissen, die das Familienleben mit sich bringt, birgt diese Vielzahl von Anforderungen auch Konfliktstoff. Rund um die Versorgung des Neugeborenen tauchen eine Flut von Fragen auf und die vielen Informationen in den Medien können zu tiefer Verunsicherung führen.

Auch lassen die Anforderungen zu jeder Tages- und Nachtzeit die Eltern übermüdet und überfordert sein. Hinzukommt, dass eigene Bedürfnisse und Interessen der Eltern in dieser Zeit zurückgestellt werden müssen. Die reduzierten sozialen Kontakte, der Verzicht der Berufstätigkeit eines Elternteils und die zunächst eingeschränkte Bewegungsfreiheit können dazu beitragen, dass Einsamkeit und Isolation entstehen.

Bei Alleinerziehenden sind es vielleicht Schuldgefühle, da man das Kind nur zu bestimmten Zeiten selbst versorgen kann und es ansonsten außerhalb der Familie untergebracht ist.



FRANZISKA MÜLLER
Institut für Beratung & Gesundheit
ZSR-ASCA F345749

Familie mit älteren Kindern

Der Eintritt des Kindes in den Kindergarten und später die Schule sind weitere Entwicklungsphasen für die Familie. Das Kind ist nun Leistungsanforderungen, einer Bewertung seiner Kenntnisse und seines Verhaltens ausgesetzt. Der Kreis derer, die mit der Erziehung des Kindes beschäftigt sind weitet sich auf die ErzieherInnen und LehrerInnen aus. Unweigerlich wirkt das mit in die Familie hinein.

Die Schule bekommt innerhalb der Familie/Erziehung einen besonderen Stellenwert, und viele Gespräche der Eltern drehen sich um Schulthemen, wie die Noten der Kinder, hat es Anschluss und Freunde in der Klasse, kann es sich genug konzentrieren, wird es die Anforderungen bewältigen, welchen Schulabschluss wird es machen können u.v.m.

Mit zunehmendem Alter wird das Kind immer eigenständiger, unabhängiger von den Eltern und möchte viele Dinge selbst bestimmen. Grenzen werden ausgelotet und bei Jugendlichen oft bis zum Letzten ausgereizt. Das bietet eine Menge Anlässe zu Diskussionen und Auseinandersetzungen. Wie lange darf ich wegbleiben? Wieviele Stunden darf ich vor dem Computer sitzen? Welche Computerspiele spielen? Warum darf ich dieses oder jenes nicht?

Familienalltag

Der Alltag bietet Konfliktstoff genug. Es kommt zu Streitereien zwischen den Eltern oder mit den Kindern und selbstverständlich haben auch die Geschwister untereinander manche Auseinandersetzung zu klären. Ein gewisses Maß an "Streitkultur" ist notwendig, ja sogar gesund, wenn sich so ein Streit konstruktiv auswirkt und bestimmte Kommunikationsregeln eingehalten werden - das gilt für Eltern wie für Kinder. In der Familie lernen die Kinder, dass zwei sich wertschätzende Menschen auch einmal aneinander geraten können, doch hinterher wieder gut miteinander sind und sich vertragen.

Kommt es im Zusammenleben allerdings gehäuft zu schwierigen und belastenden Situationen, dass Missverständnisse, Sprachlosigkeit und Streit den Alltag bestimmen, führt dies zu einer Überforderung der ganzen Familie. Gerade Kinder und Jugendliche fühlen sich dadurch oft unverstanden und beginnen sich nicht mehr recht in das Familienleben einfügen zu wollen. Sie verhalten sich "auffällig".



FRANZISKA MÜLLER
Institut für Beratung & Gesundheit
ZSR-ASCA F345749

Die Familienberatung bietet eine Fülle von Möglichkeiten, Konflikte innerhalb des Familiensystems zu erkennen und sichtbar zu machen. Es bedarf oftmals einer Änderung des Blickwinkels, einer anderen Perspektive, um die eigenen Fähigkeiten und Ressourcen für neue Wege und Lösungsmöglichkeiten zu entdecken.

Sie werden dahingehend begleitet, neue Handlungsmöglichkeiten in kleinen Schritten in Ihren Alltag zu integrieren.

Wir hoffen, Ihnen einen Einblick in das Thema Familienberatung gegeben zu haben und stehen Ihnen selbstverständlich im Institut mit kompetenter Betreuung in allen Fragen rund um das Thema Konflikte und deren Lösung in der Familie zur Verfügung.

Ihre Franziska Müller und Karen Diekmann