

## **Auch „Familienkutschen“ brauchen Pflege und Inspektion**

Sein Auto regelmäßig zu pflegen, zu warten und in fachmännische Inspektion zu geben, finden die meisten selbstverständlich. Doch auch „Familienkutschen“ also die eigenen Beziehungen zum Partner, zu den Kindern, zu den Eltern laufen besser, wenn sie gepflegt, „gewartet“ und vom Fachmann oder -frau zweitweise begleitet werden, das ist vielen ein eher ungewohnter Gedanke. Dabei kann Familienleben ziemlich stressig sein: es gibt ständig Krach oder jeder geht dem anderen aus dem Weg, einer schießt quer oder alle sind genervt, Paare liegen im Dauerclinch oder Eltern fühlen sich von ihren Kids überfordert. Doch damit muss sich niemand abfinden.

Die Fachleute für Wege aus der Paar- oder Familienkrise heißen systemische Berater oder Familientherapeuten. Sie bieten Familienberatung oder Therapie an Jugendämtern, in Ehe- Lebens oder Beratungsstellen, an Kliniken und an anderen Einrichtungen und natürlich in freier Praxis an.

## **Was machen Familientherapeuten in ihrer „Werkstatt?“**

Mit Hilfe eines Familientherapeuten können Sie neue, vielleicht ungewohnte Blicke auf den Familienstress werfen, Sie helfen dabei, neue, entwicklungsfördernde Spielregeln in der Familie auszuhandeln und oft schon vorhandene, aber auch noch verborgene Lösungen für eine Krise zu entdecken.

## **Was heißt eigentlich systemisch?**

Jeder von uns ist ein Teil eines „Systems“: Wir leben in einem „Familiensystem“, wir arbeiten z.B. in einem „Unternehmen oder Firmensystem“ oder einem „Beförderungssystem“

Das jeweilige System ist ein Ganzes, dem wir angehören und wenn einer sich nicht wohlfühlt oder ein Problem hat, geht das alle an – davon sind systemische Therapeuten überzeugt.

So wie auch ein Auto nur sicher fahren kann, wenn alle Teile gut zusammenwirken, ist es auch immer mit einer Familie: wenn ein Kind z.B. Bettnässt oder Schulversagen auffällt, zeigt es damit, dass es im ganzen „Familiensystem“ ungelöste Konflikte gibt, dass auch die „Familienkutsche“ nicht mehr störungsfrei läuft.