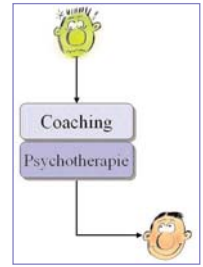


# Newsletter

## Coaching & Psychotherapie



### Herzlich Willkommen!

In dieser Ausgabe geht es um die Verwendung von Genogrammen als Möglichkeit, schnell und übersichtlich ein Familiensystem darzustellen. Außerdem werden Sie vielleicht erstaunt sein, was Sokrates mit Möhrengrün gemeinsam hat. Zur Erinnerung: Sokrates war der griechische Philosoph, welcher die Menschen durch Fragen zu neuen Einsichten führte.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen

Ihr *Norman Ehlert*

## Sokratische Fragen in der Praxis

Neulich war ich im Supermarkt einkaufen. Ich kam mit vollen Tüten heraus und dachte mir, es wäre eine gute Idee, meine Last etwas zu verringern. Ich drehte also das Grün der Möhren ab und legte es auf das Regal der Blumen, die vor dem Supermarkt standen.

Eine Frau kam vorbei und meinte, es sei ziemlich unhöflich, das Grün dort zu lassen. Es entwickelte sich zwischen uns das folgende Gespräch:

Ich: "Ich dachte, es wäre vielleicht nett, dieses Grün dem Supermarkt zu schenken."

Sie: "Das macht man doch nicht!"

Ich: "Wer hat Ihnen das denn gesagt?"

Sie: "Das weiß man doch!"

Ich: "Ach so, dann ist das gar nicht Ihre eigene Idee?"

Sie: (Pause) "Es ist unhöflich, das Grünzeug dort hinzulegen!"

Ich: "Es ist unhöflich, dem Supermarkt etwas zu schenken?"

Sie: "Das ist kein Geschenk, die freuen sich da nicht darüber!"

Ich: "Woher wissen Sie das? Haben Sie denen schon einmal so ein Geschenk gemacht?"

Sie: "Nein."

Ich: "Kennen Sie jemanden, der dem Supermarkt schon mal so ein Geschenk gemacht hat?"

Sie: "Nein."

Ich: "Woher wissen Sie das dann?"

Sie: (???)

Ich: "Freuen Sie sich nicht über Geschenke?"

Sie: "Ja, schon."

Ich: "Sehen Sie. Die im Supermarkt bestimmt auch."

Sie: "Wenn es ein Geschenk ist, warum geben Sie es dann nicht persönlich ab?"

Ich: "Wissen Sie, ich bin etwas schüchtern und bescheiden. Ich erwarte keinen Dank."

Sie: "Warum schenken Sie dann dem Supermarkt nichts Größeres?"

Ich: "Ich denke, für den Anfang sollte es nichts so Protziges sein. Hinterher würden die das gar nicht annehmen."

Sie: (Pause)

Ich: "Oder sind Sie vielleicht neidisch auf dieses Geschenk?"

Sie: (Pause) "Das ist gar kein Geschenk, das ist ja nichts wert."

Ich: "Wie, mein Möhrengrün ist gar nichts wert?!?"

Sie: "Na endlich verstehen Sie es mal!"

Ich: "Wie, die nehmen im Supermarkt Geld für Sachen die nichts wert sind und freuen sich dann noch nicht mal, das man ihnen es kostenlos zurückschenkt?!?"

Sie: (???)

Ich:



## Das Genogramm (Teil 1)

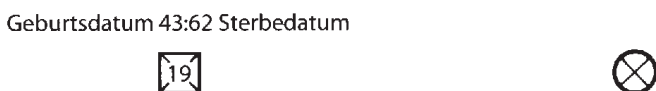
Ein Genogramm ist eine gute Möglichkeit, Familiensysteme übersichtlich darzustellen. Mit Hilfe von wenigen Symbolen können die Anzahl der Familienmitglieder sowie die Reihenfolge im System verdeutlicht werden. Weibliche Personen erhalten als Symbol einen Kreis, männliche Personen werden als Quadrat gezeichnet. Als Indexpatient bezeichnet man die Person, für welche das Genogramm erstellt wird, sie wird mit einer Doppellinie gekennzeichnet.



**Abbildung 2.1** Geschlechtssymbole



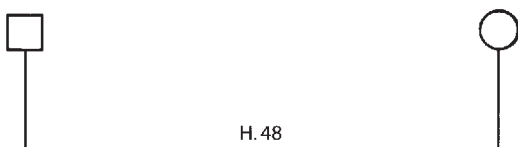
**Abbildung 2.2** Indexpatient/in



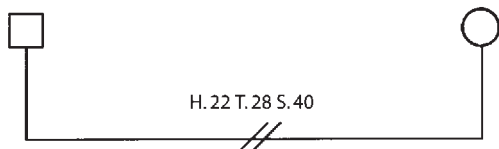
**Abbildung 2.3** Geburts- und Sterbedaten

Partner werden durch eine Linie verbunden. Über diese Linie kann das Anfangsjahr der Beziehung geschrieben werden, Doppelringe zeigen eine Ehe an, zwei Striche durch diese Linie eine Trennung. Man kann es auch durch H (Heirat) und S (Scheidung) markieren.

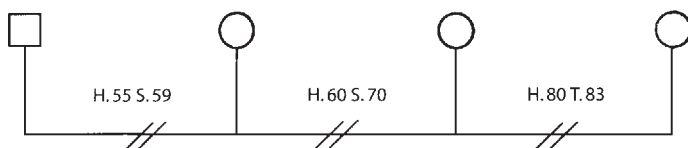
**Abbildung 2.4** Symbole für Schwangerschaften, Fehlgeburten, Abtreibungen und Totgeburten



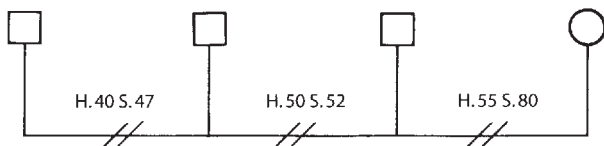
**Abbildung 2.5** Eheliche Verbindungen



**Abbildung 2.6** Trennungen und Scheidungen



**Abbildung 2.7** Ein Mann mit mehreren Ehefrauen



**Abbildung 2.8** Eine Frau mit mehreren Ehemännern

Von dieser Linie ausgehend werden senkrechte Striche gezogen, von denen dann Symbole gezeichnet werden, welche die Kinder darstellen. Die ältesten Kinder stehen rechts von den jüngeren. Ein Genogramm ist eine Momentaufnahme zum jeweiligen Zeitpunkt, daher können in die Symbole das jeweilige Alter der Personen geschrieben werden.

Bei toten Personen wird zwei Diagonalen in das Symbol geschrieben und das Todesdatum daneben geschrieben. Meist enthält ein Genogramm die Struktur des Familiensystems bis hin zu den Großeltern.

Man kann dabei auch erkennen, ob z.B. einer der Großeltern oder Eltern früh verstorben ist, ob es traumatische Ereignisse gab oder ob jemand in die Fußstapfen von Eltern oder Großeltern getreten ist.

Zu sehen ist auch, wie oft z.B. jemand verheiratet war und welche Kinder aus diesen Beziehungen stammen. Es wird auch sichtbar, ob eine Person ein Einzelkind ist oder aus einer kinderreichen Familie stammt sowie welche Position sie in der Geschwisterreihe einnimmt. Wenn eine Person z.B. nach einem toten Geschwister auf die Welt kommt, könnte es sein, dass die Eltern sich nicht genug um diese Person kümmern konnten, da sie noch um das tote Geschwister trauerten. Die Person wird dann vermutlich ein Gefühl von Mangel und vielleicht die Überzeugung entwickeln, kein Recht auf eigene Bedürfnisse zu haben.

Im Genogramm können dann durch Strichellinien Symbole eingekreist werden, um deutlich zu machen, welche Personen in einem System zusammengehören, z.B. Eltern mit einem leiblichen Kind und dem Kind der Mutter aus vorheriger Ehe.

## Das Genogramm (Teil 2)

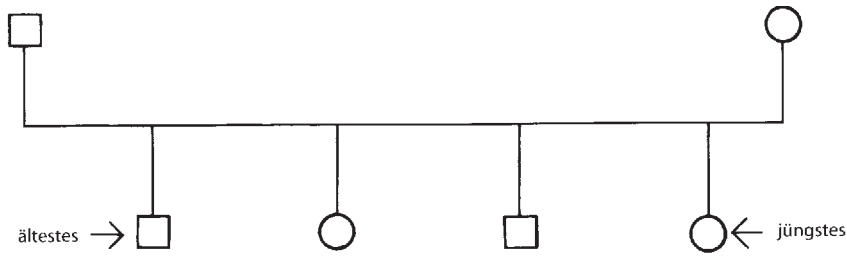


Abbildung 2.12 Geschwisterreihe

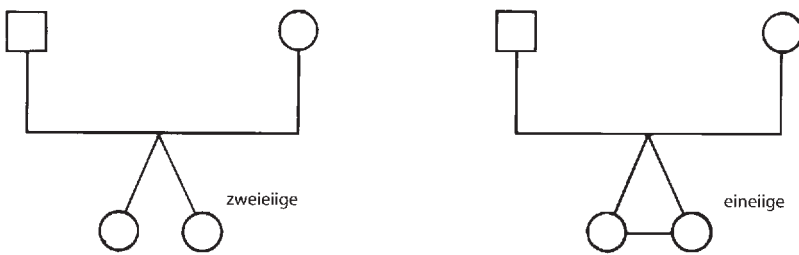


Abbildung 2.15 Zwillinge

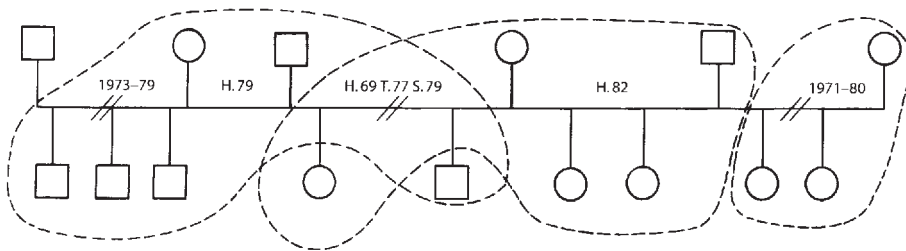


Abbildung 2.16 Haushalte mehrerer Stieffamilien

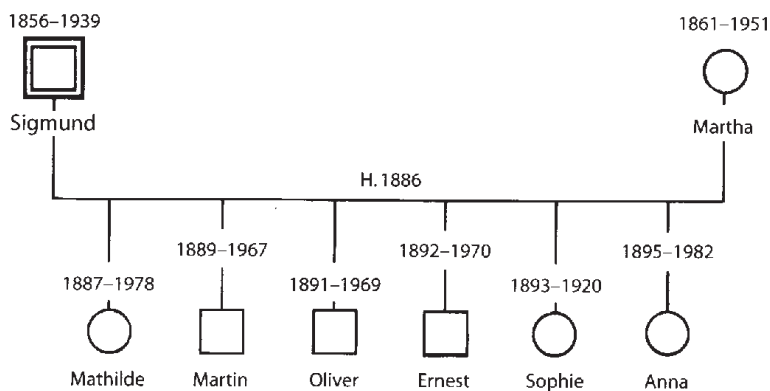


Abbildung 2.17 Familie Freud – Kernfamilie

Im Genogramm von Sigmund Freud sieht man u.a. dass er von 1856 bis 1935 gelebt hat, 5 Jahre älter als seine Frau Martha war und mit seiner Frau insgesamt 6 Kinder hatte.

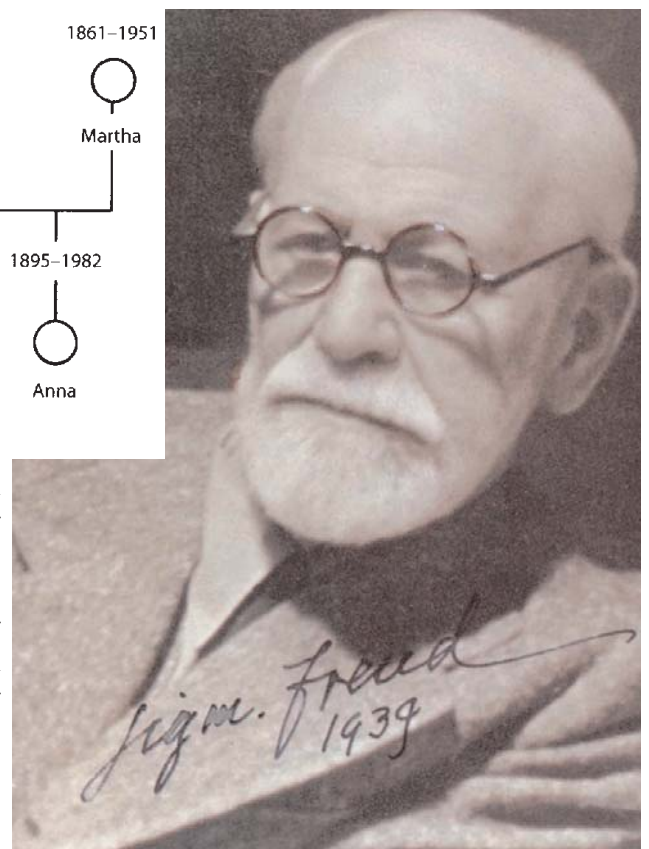
Das erste Kind war eine Tochter (Mathilde) und wurde ein Jahr nach der Eheschließung geboren. Die Geschwister kamen im Abstand von 1-2 Jahren danach zur Welt. Die vorletzte Tochter Sophie wurde nur 27 Jahre alt.

Anna Freud, welche später die Arbeit ihres Vaters weiterentwickeln sollte, war das jüngste Kind der Familie.

Das Genogramm ermöglicht es, vor einer Therapiestunde schnell wieder den Überblick über das Familiensystem des Klienten zu erhalten. Durch die Vereinheitlichung der Symbole können aber auch andere, die sich mit einem Genogramm auskennen, rasch einen Eindruck vom Familiensystem gewinnen.



Sigmund Freud mit Frau Martha



## Das Genogramm (Teil 3)

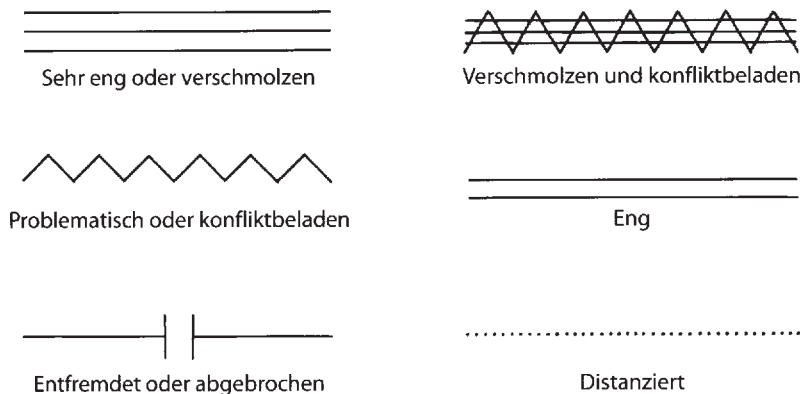


Abbildung 2.21 Beziehungslinien

Im Genogramm lassen sich auch die Beziehungen der einzelnen Familienmitglieder zueinander darstellen. Eine Doppellinie deutet eine enge Beziehung an, eine dreifache Linie sogar eine sehr enge oder verschmolzene Beziehung. Ist die dreifache Linie durch eine Zickzacklinie ergänzt, dann ist die Beziehung nicht nur verschmolzen, sondern auch konfliktbeladen.

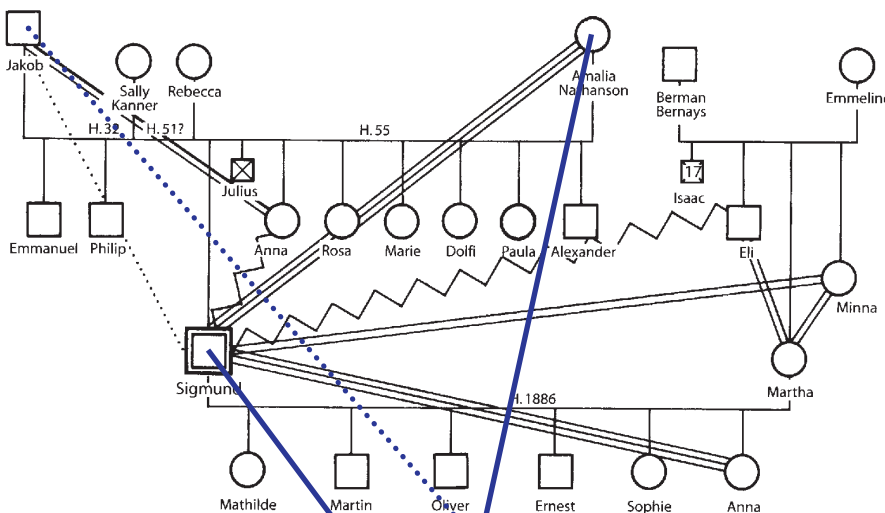


Abbildung 2.22 Familie Freud – Beziehungsmuster

Im Genogramm von Sigmund Freud sieht man z.B. die sehr enge Beziehung zu seiner jüngsten Tochter Anna, welche später ja auch in seine Fußstapfen getreten ist. Man kann überlegen, ob der Name Anna von seiner nächsten Schwester übernommen wurde, zu welcher eine konfliktbeladene Beziehung bestanden hatte. Sigmund Freud hatte eine bevorzugte Position in seiner Familie inne. Zum Beispiel wurde das Klavier seiner Schwester Anna entfernt, als er sich an der Musik störte.

Zur jüngeren Schwester seiner Frau (Minna) besaß Freud eine enge Beziehung, was sich auch darin zeigte, dass er sie später mit in den Haushalt der Familie aufgenommen hatte. Wie eng die Beziehung war, lässt sich schwer sagen, aber es ist schon interessant, dass Minna keine eigene Ehe gegründet hat.

Sigmund Freud war der Erstgeborene seiner Mutter. Vom Erstgeborenen erwartet man meist große Dinge, wie Freud ja auch bewies. Zur eigenen Mutter hatte Freud eine sehr enge Beziehung, die ihn sehr mochte. Freud verehrte sie und man vermutet, dass seine Theorie des Ödipuskomplex auch mit der Bewunderung zu seiner Mutter zu tun hat. Zum Vater gab es eher eine distanzierte Beziehung.

Quelle der Abbildungen: Genogramm in der Familienberatung von McGoldrick und Gerson (leider vergriffen)



© norman-ehlert.de

**norman-ehlert.de**

Königsteiner Straße 61  
45529 Hattingen

Tel.: 02324-685552

Fax: 02324-9022031

mail: info@norman-ehlert.de

Internet: www.norman-ehlert.de