

Wer Kindern helfen will, muss Eltern stärken!

Kooperationsfokussierte Elternarbeit im Krankenhaus



Eva Tillmetz

Wenn ein Kind oder ein Elternteil schwer oder länger erkrankt, wirkt sich dies auf das ganze Familiensystem aus. Neben der körperlichen Beeinträchtigung müssen emotionale Belastungen sowie soziale Folgen bewältigt werden. Schließt sich an eine akute Erkrankung ein chronischer Krankheitsprozess an, folgen Umstellungen im Alltag, berufliche Veränderungen, oft eine neue Rollenverteilung in der Familie. Im Sinne einer systemischen Familienmedizin entstand ein kreatives Handwerkzeug für Therapie, Beratung und Coaching, das Eltern in ihrer Kommunikation und Kooperation stärken möchte: FIB – FAMILIE IN BALANCE. Das systemische Planspiel, das als Analysetool und Gesprächsbegleiter Eltern und professionellen Helfer*innen schnell einen Überblick über das Familiensystem vermittelt. Gemeinsam lassen sich dann Wege erarbeiten, wie die Familie all ihre Ressourcen nutzen und die Eltern als Team für ihre Familie sorgen können.

Als angehende Kinderkrankenschwester machte ich vor vielen Jahren eine mich tief bewegende Erfahrung, als ich für ein achtjähriges Mädchen auf der Kinderonkologie zuständig war. Sybilla war so glücklich, wenn ihre Eltern sie täglich besuchten. Jede freie Stunde verbrachten die Eltern bei ihrer todkranken Tochter. Gleichzeitig hatten sie zuhause für noch zwei kleinere Geschwister zu sorgen. Eines Tages suchten die Eltern das Gespräch mit mir. Sie vertrauten mir ihre Ängste und Sorgen an. Ich spürte ihr unendliches Leid, das viel tiefer war, als das, was Sybilla erlebte. Wer kümmerte sich um Sybillas Eltern? Außer dem Krankenhauseesektor fand ich damals niemanden, der sich für sie zuständig fühlte. Meine Begegnung mit Sybillas Eltern veränderte grundlegend meinen Blick auf Kinder, Krankheit und Krankenhaus. Damals verstand ich: Wer Kindern helfen will, muss Eltern stärken. Nie ist nur ein einzelner Mensch krank. Insbesondere die Krankheit eines Kindes lässt sich niemals isoliert betrachten.

Die Lebenssituationen von Familien mögen höchst unterschiedlich sein: da

erfährt die Mutter dreier kleiner Kinder, dass sie Brustkrebs hat und gerät in Panik. Der getrennt lebende Vater in der psychosomatischen Klinik bangt, wie er zu seinen Kindern Kontakt halten kann. Die suchterkrankte Mutter muss dringend in die Klinik, weiß aber nicht, wohin mit ihrem kleinen Sohn. Wenn ein Kind oder ein Elternteil schwer oder länger erkrankt, gerät der meist so schon anstrengende Familienalltag ins Wanken, das gesamte Familiensystem erfährt radikale Veränderungen. Letztlich sind alle in der Familie davon betroffen, leiden mit, verlieren ihren sicheren Alltag, müssen sich anpassen, zurückstecken. Zukunftsplanungen werden über den Haufen geworfen. Familienaufgaben und -regeln müssen neu ausbalanciert werden.

Niemand ist alleine krank: Die Stärken des Familiensystems nutzen

In meiner heutigen Arbeit als systemische Paar- und Familientherapeutin erlebe ich, dass jedes Familienmitglied auf Krankheit unterschiedlich reagiert, Ängste, Wut, Verzweiflung und Zuversicht auf seine eigene Weise spürt und

sie unterschiedlich ausdrückt. Alle Beziehungen verändern sich. Hier mehr Nähe, dort mehr Distanz. Wer alle Fäden in der Hand hielt, kann wegbrechen und wer bislang am Rand stand, kann zur zentralen Figur werden. Eine neue Balance des Gebens und Nehmens entsteht. Bereits bestehende emotionale Belastungen wie berufliche Unsicherheiten, Partnerschafts- oder Generationenkonflikte können aufflammen, untergründig weiterschwellen oder aber auch an Bedeutung verlieren und erlöschen. Gerade in dieser schwierigen Situation, wenn es gilt zusammenzuhalten, kann eine Familie zu neuer Stärke heranwachsen und ungeahnte Fähigkeiten entwickeln. Viele Familienmitglieder und Freund*innen sind bereit zu helfen, wenn sie wissen, womit sie sich wirksam einbringen können. Dazu brauchen sie ein Familienmitglied, das den Überblick hat, und jemanden, die*der alle an einen Tisch holt, um herauszufinden, was jede*r benötigt und geben kann.

Glücklicherweise finden Konzepte der systemischen Familienmedizin

immer mehr Anwendung in Kliniken. Studien zu körperlichen wie zu psychiatrischen Erkrankungen belegen, dass sowohl betroffene Patient*innen als auch Angehörige profitieren, wenn Familienmitglieder in die Therapieplanung und den Behandlungsverlauf einbezogen werden: Heilungschancen verbessern sich, die Compliance bei Therapieanschlüssen steigt, alle Familienmitglieder fühlen sich in ihrer Selbstwirksamkeit gestärkt. Auch das zukünftige Zusammenleben als Familie wird gestärkt, wenn Eltern und Kinder in der Krise erfahren, dass sie es miteinander schaffen und aktiv mit der Überforderungssituation umgehen können. Diese positiven Prozesse werden von FIB – FAMILIE in BALANCE sichtbar gemacht und gefördert.

**Familie in Balance –
Stärkung der Elternkooperation**

In Krisensituationen ist es wichtig, einen Überblick zu gewinnen über Ressourcen, die zur Krisenbewältigung zur Verfügung stehen. Zusammen mit Eltern entwickelte ich in meiner Praxis ein Handwerkszeug, das genau das leistet: FIB – FAMILIE IN BALANCE bietet als reichhaltiger Werkzeugkoffer unzählige Möglichkeiten für Patient*innen, Angehörige oder auch einem multiprofessionellen Team, all die Din-

ge sichtbar zu machen, die in der Not-situation berücksichtigt werden sollten: die tägliche Organisation der Familie, der aufmerksame Blick auf jedes Kind und die Eltern, deren Räume für Selbst- und Paarfürsorge, deren berufliche Entscheidungen sowie die Einbindung von Helfenden, sei es aus den Herkunftsfamilien, dem familiären oder professionellen Umfeld. So kommen die Ressourcen-Schätze der Familie ans Licht.

**Vielfältige Einsatzmöglichkeiten
als Analysetool, Planspiel oder
Gesprächsleitfaden**

Die FIB-Materialien – hauptsächlich Bildkarten – können an unterschiedlichsten Orten und in verschiedenen Settings verwendet werden, im Patient*innenkontakt, im Angehörigen-gespräch oder im multiprofessionel-len Team. Als Mini-Intervention am Krankenbett kann spontan mit nur einzelnen Karten gearbeitet werden, beispielsweise um Informationen über bekannte und unbekannte Familien-mitglieder zu erhalten. Im angekündigten Familiengespräch kann auf einem großen Besprechungstisch die gesamte Familiensituation dargestellt werden und alle Anwesenden haben die Möglichkeit, ihr Erleben, ihre Ängste, Hoffnungen und ihre Lösungs-ideen einzubringen. In Fallbe-

sprechungen können unterschiedliche Erfahrungen aus Kontakten mit Patient*innen und Angehörigen zusammengetragen und visualisiert werden.

Die meisten Materialien sind textfrei, so dass große und kleine Menschen, unabhängig von ihrem Bildungsniveau, damit erreicht werden. Die sogenannten „Lebensfelder“ sind auf ihren Rückseiten in sechs Sprachen übersetzt (Deutsch, Englisch, Französisch, Polnisch, Russisch und Türkisch), was auch einen interkulturellen Einsatz ermöglicht.

Miteinander ins Gespräch kommen, sich über unterschiedliche Sichtweisen austauschen, einander verstehen lernen – das sind wichtige Ziele, die mit Hilfe dieses spielerischen Zugangs erreicht werden können. Nebenbei oder aber auch ganz gezielt können Berater*innen und Therapeut*innen mit FIB – FAMILIE IN BALANCE die elterliche Kommunikation und Kooperation fördern. Angeregt durch die Visualisierung werden Eltern und helfende Familienmitglieder ermutigt, ihr Familienleben zu reflektieren, selbstwirksam zu planen und gemeinsam zu gestalten. Drei Spielphasen unterstützen den lösungsorientierten Prozess: So leben wir. – Davon träumen wir ... – Das schaffen wir! Neben dem freien Einsatz der Materialien stehen Berater*innen und Therapeut*innen zehn verschiedene Anleitungen zur Verfügung, um je nach den zeitlichen Möglichkeiten und je nach Setting (Einzel, Paar und Gruppe) Eltern zu begleiten.

**Potenziale des systemischen
Planspiels – Ressourcenstärkung
im primären sozialen Netz**

Zentrales Medium des systemischen Planspiels sind die sogenannten Lebensfelder. Sie repräsentieren verschiedene Lebensbereiche wie Beruf, Paarbeziehung, und soziales Netzwerk. Das Zusammenspiel dieser Lebensfelder werden im Regensburger Familienentwicklungsmodell vorgestellt; es bildet die theoretische Grundlage des systemischen Planspiels.

Wenn Eltern mit den Lebensfeldern ihre individuelle Familienlandschaft

Das »Regensburger Familienentwicklungsmodell« – Lebensfelder einer Kernfamilie

	Lebensfelder des Mannes	Gemeinsame Felder	Lebensfelder der Frau
Regenerationsfelder	MEINS Persönliches Feld	ICH & DU Paarfeld	MEINS Persönliches Feld
Arbeitsfelder	MEIN BERUF Berufsfeld	FAMILIENMANAGEMENT Elternfeld	MEIN BERUF Berufsfeld
Zukunftsfelder		VATER MUTTER KIND WELT Eltern-Kind-Beziehung	
Unterstützungsfelder	MEINE HERKUNFTSFAMILIE	UNTERSTÜTZUNG Feld familiennaher Hilfe	MEINE HERKUNFTSFAMILIE

„Seit Mama krank ist ...“ – Phase 1: So leben wir ...



aufbauen, gewinnen sie und gleichzeitig auch ihre Berater*innen schnell einen Überblick über Belastungsfaktoren sowie Ressourcen im Familiensystem. Wechselwirkungen werden für alle verständlich, Gefühle und Bedürfnisse erhalten Raum und Erwartungen können herausgearbeitet werden.

Mit Personenkarten können alle Familienmitglieder, aber auch alle anderen Mitwirkenden ins Bild gebracht werden. Im Beratungsgespräch mit den Eltern kann damit beispielsweise die Familienversorgung während des stationären Aufenthalts oder die nachstationäre Hilfe geplant werden. Ebenso eignen sich die Personen- und Themenkarten für multiprofessionelle Fallbesprechungen und zur Vorbereitung von Hilfeplangesprächen. Im therapeutischen Kontext kann betrachtet werden: Welche Menschen sind heute hilfreich? Welche Beziehungen sind kräftigend? Welche zehrend? Welche Beziehungen verändern sich durch die Krankheit? Wie? Aus welchen Lebensbereichen könnte Unterstützung kommen?

Mit Themenkarten werden zentrale Familienthemen symbolisiert. So kön-

nen spielerisch die Wechselwirkungen zwischen der Krankheit und allen damit in Verbindung stehenden Familienthemen visualisiert und Ressourcen sowie Belastungen herausgearbeitet werden.

Die Gefühlskarten bieten einen Zugang, um mit den oft überflutenden Gefühlen zurechtzukommen. In ihrem Gefühlsausdruck sind Familienmitglieder ausgesprochen unterschiedlich. Manchen fällt es leicht, Gefühle zu zeigen, sie weinen, zetern, schreien und lachen, während sich andere zurückziehen, erstarren oder in ein betont rationales Handeln verfallen. Der Gefühlsausdruck sagt aber nicht notwendig etwas über das Gefühlserleben aus! Jedes Familienmitglied ist emotional betroffen. Hier können die Gefühlskarten helfen, jenseits des unterschiedlichen Gefühlsausdrucks sich und die anderen besser zu verstehen. Sei es in der Beratung einzelner Eltern, des Elternpaares oder aber in einer Elterngruppe. Wo Trauer, Wut und Ängste sein dürfen, wo jeder sich verletzlich zeigen darf, wächst neue Kraft und Zuversicht, manchmal Mut zu Entscheidungen oder Versöhnung mit dem zerbrechlichen Leben.

Moderne Familienformen berücksichtigen

Familie ist heute sehr vielgestaltig. Jede Familienform hat ihre Besonderheiten, die gerade im Krankheitsfall bedeutsam sind und berücksichtigt werden sollten: beispielsweise getrennt erziehende Eltern, Stiefeltern, Regenbogeneltern, Adoptiv- oder Pflegeeltern. Damit all diese Eltern beziehungs-sensibel abgeholt werden können, verfügt die FIB-Erweiterung „Pubertät – Trennung – Patchworkfamilie“ über entsprechende Lebensfelder, auf denen die unterschiedlichen Elternschaften, ob biologisch oder sozial, dargestellt sind. Auch stehen nun mehr Personen- und Themenkarten für Familien mit heranwachsenden Kindern zur Verfügung. Acht weitere Anleitungen beziehen u.a. Jugendliche in das Familienplanspiel mit ein und thematisieren Trennungsverarbeitung und den Wachstumsprozess einer Patchworkfamilie.



Wenn ich heute Mütter und Väter mit den FIB-Materialien begleite, denke ich oft an Sybillas Eltern zurück. Ich stelle mir vor, wir hätten uns zusammengesetzt und ihre Ressourcen aufgespürt: Wir beziehen die Sorge um ihr krankes Kind ein sowie ihre Fürsorge für die gesunden Geschwister, ihre Liebe zueinander und alle für sie hilfreichen Menschen. Wir schaffen Raum für die Themen, die sie beschäftigen, und für alle Gefühle, die sie bedrücken und hoffen lassen. Damit ihre ganze Familie entlastet wird und weiter wachsen kann.

■ *Eva Tillmetz ist Dipl. Theologin, Paar- u. Familientherapeutin (DGSF) und Lehrtherapeutin für systemische Therapie (DGSF),
© info@eva-tillmetz.de*

Info

Weitere Ausführungen zum systemischen Planspiel unter:
www.fib-spiel.de