

Matthias Ochs/Rainer Orban

**Familie geht auch
anders Wie
Alleinerziehende,
Scheidungskinder und
Patchworkfamilien
glücklich werden**

Dritte Auflage, 2017

Umschlaggestaltung: Uwe Göbel
Satz: Verlagsservice Hegele, Heiligkreuzsteinach
Printed in Germany
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck



ISBN 978-3-89670-655-3

Dritte Auflage, 2017

© 2008, 2017 Carl-Auer-Systeme Verlag
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten
aus der Vangerowstraße haben, abonnieren Sie den Newsletter
unter <http://www.carl-auer.de/newsletter>.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14 • 69115 Heidelberg
Tel. +49 06221 6438-0 • Fax +49 06221 6438-22
info@carl-auer.de

Inhalt

Einleitung _____	9
Was ist Familie? _____	18
Das Gemeinsame trennt mehr, als es verbindet _____	19
Machtfaktor Familie _____	22
Familie ist nicht nur Vater, Mutter, Kind _____	24
Formen der Familie _____	27
Wie entstand das, was wir heute Familie nennen? _____	28
Festgefügte Rollen: Brötchenverdiener versus Hausfrau ____	29
Der juristische Familienbegriff _____	30
Der genealogische Familienbegriff _____	30
Der religiöse Familienbegriff _____	31
Der psychologische Familienbegriff _____	31
Keine Familie ist gleich _____	32
Was können wir von anderen Kulturen über Familie lernen? _____	35
Unsere Familienideale: Woher sie stammen und warum wir an ihnen festhalten _____	39
Der Unterschied zwischen Landschaft und Landkarte ____	39
Ein Ausflug in die Philosophie und Erkenntnistheorie ____	43
Woher kommt das moderne Familienideal in unseren Köpfen? _____	46
Die Familie von der Antike bis ins Mittelalter _____	47
Von der bäuerlichen zur bürgerlichen und Arbeiterfamilie _____	48
Von der bürgerlichen Familie zur privatisierten Gatten-Kleinfamilie der 1950er- und 1960er-Jahre ____	52
Warum unser Familienideal unglücklich machen kann ____	53

Familiäre Wirklichkeiten heute	57
Buntes Familienallerlei	58
Die biologische Kernfamilie: Ist Blut dicker als Wasser?	62
Zum Begriff der »Kernfamilie« und ihrer Häufigkeit	62
Besondere Herausforderungen und Chancen biologischer Kernfamilien	63
Ein-Eltern-Familien: Ist der Begriff »alleinerziehend« überhaupt sinnvoll?	70
Wie viele Ein-Eltern-Familien gibt es?	70
Wie alleinerziehend sind Alleinerziehende?	71
Alleinerziehende und das Alleinsein	74
Patchworkfamilien	79
»Born of loss«: Patchworkfamilien entstehen durch Abschied und Verlust	80
Das Familiensystem ist größer als der Familienhaushalt	81
Komplexitätsstress unter der Tarnkappe »Normalfamilie«	82
Irgendwie, irgendwo, irgendwann	83
Unterschiedliche Loyalitäten und Bindungen brauchen Raum	84
Powergames: Machtspiele in Patchworkfamilien	89
Trennung und Scheidung müssen keine Katastrophe sein	91
Bewusste Entscheidung für die Trennung	91
Wann trennen sich Paare?	95
Auswirkungen von Scheidung und Trennung	98
Kurz- und mittelfristige Auswirkungen von Scheidung und Trennung	100
Langfristige Auswirkungen von Scheidung und Trennung	104
Positive Auswirkungen von Scheidung und Trennung	111

»Scheidungskinder« lassen sich in ihrem späteren Leben selbst vermehrt scheiden _____	115
Was tun und lassen bei Trennung und Scheidung? _____	116
Die Falle der sich selbst erfüllenden Prophezeiungen	116
Die Simulation einer biologischen Kernfamilie _____	117
Der wichtigste Schutzfaktor für Kinder:	
Eine gute Beziehung zum »aushäusigen« Elternteil __	118
Der zweitwichtigste Schutzfaktor für Kinder:	
Ein geringes Konfliktniveau nach der Scheidung __	126
Was hilft Eltern, aus Scheidungen und Trennungen gestärkt hervorzugehen? _____	128
Wie können Eltern ihren Kindern helfen, aus einer Scheidung oder Trennung gestärkt hervorzugehen? _	130
So stärken Sie das »Immunsystem« Ihrer Familie _____	137
Überbehütung schadet: Muten Sie Ihrer Familie Höhen und Tiefen zu _____	137
Krisen und Tragödien gehören dazu _____	138
Verwundbarkeit und Leistungsfähigkeit _____	141
Was zeichnet ein gut funktionierendes familiäres Immunsystem aus? _____	142
Die Ebene der einzelnen Familienmitglieder _____	142
Die Ebene der Familie als Ganzes _____	151
Was kann Familie leisten? _____	160
Investieren Sie in Ihre Kinder _____	160
Kinder brauchen Geborgenheit _____	164
Berechenbarkeit: Kinder wollen es einfach und überschaubar _____	168
Sorgen Sie für eine klare Tagesstruktur _____	168
Stiften Sie durch Rituale »heilige Zeiten« _____	169
Legen Sie Wert auf klare Verantwortlichkeiten _____	170
Kinder brauchen starke Eltern _____	172
Familientherapie als Hilfe zur Selbsthilfe _____	175

Abschluss und Ausblick	179
Was ist Familie?	179
Was kann Familie leisten?	180
Future Families: Ein familienpolitischer Ausblick	181
Erforderliche gesellschaftspolitische Maßnahmen	182
Wie wichtig ist Wandel?	186
Literatur	188
Über die Autoren	195

Einleitung

»Es kommt nicht auf die Familienform an sich an, sondern auf die Beziehungsqualität innerhalb der jeweiligen Familienform.«

Froma Walsh, Professorin für Familientherapie

Was hat das Thema »alternative Familienformen« eigentlich mit »Lebenslust« – so lautet ja der Titel dieser Ratgeberreihe, in der das vorliegende Buch erscheint – zu tun? Man denkt doch bei Alleinerziehenden eher an einsam zu bewältigende, auslaugende Erziehungs- und Lebensanstrengungen; Patchworkfamilien assoziiert man mit chronisch überforderndem Beziehungsstress an allen Ecken und Enden; Scheidungskinder stehen im Verdacht, einen sozusagen »lebensunlustigen« Trennungsschaden fürs Leben abbekommen zu haben. Ist es da nicht geradezu zynisch, zumindest sehr unsensibel oder – im günstigsten Falle – naiv, solche Problemthemen mit »Lebenslust« in Verbindung zu bringen?

Nun, diese Frage führt im Grunde direkt ins Herz des Buches, nämlich dass es letztlich eine Frage der Perspektive ist, mit welchen Bewertungen und Gefühlen wir alternativen Familienformen begegnen. Es bleibt am Ende eine Frage unserer Bewertung und Haltung (die wiederum unsere Erfahrung und unser Handeln beeinflussen), ob wir alternative Familienformen als mit Mühsal beladen, krankmachend und außerhalb der Normalität auffassen – oder als Chance für reife und erfüllende Beziehungen, als Bereicherung an Vielfalt sowie als normalen, organischen Teil gesellschaftlichen Lebens.

Die Entscheidung für eine dieser Sichtweisen kann uns niemand abnehmen – keiner der »Experten«, die in den Medien ihre Meinungen verkünden, keine Freunde und Bekannten mit ihren wohlmeinenden Ratschlägen und Erfahrungen und auch keine wissenschaftlichen Studien. Letztere werden uns in diesem Buch hin und wieder dennoch beschäftigen, weil sie manche erstaunlichen und überraschenden Ergebnisse zum Thema beitragen. Ein

Beispiel: Auch wenn es sich zu Beginn einer Patchworkfamilie oft nicht so anfühlt – Teil einer Patchworkfamilie zu sein kann eine positive Erfahrung bedeuten. Denn wenn erst einmal die anfänglich stressigen Übergangsphasen überstanden sind, dann lassen sich immer wieder positive Aspekte ausmachen: mehr Unterstützung durch ein größeres Familiensystem; größere Flexibilität in den Möglichkeiten des Zusammenlebens und der Bewältigung von Problemen; und letztlich eine stärkere Widerstandsfähigkeit gegenüber den oft nicht zu vermeidenden Widrigkeiten und Krisen, die das Leben wie Treibgut einfach mit sich bringt. Und all das hat unseres Erachtens eben sehr viel auch mit Lebenslust zu tun.

Sechs Jahre ist es her, dass die erste Version des vorliegenden Buches erschienen ist. Für Alleinerziehende, Patchworkfamilien und Scheidungskinder ist es seitdem nicht leichter geworden, in alternativen Familiensituationen zu leben. Dies hängt vor allem mit dem gestiegenen ökonomischen Druck auf Familien zusammen. Alleinerziehende müssen beispielsweise für den Lebensunterhalt tiefer in die Tasche greifen, ohne dass ihr Einkommen im gleichen Maß gestiegen wäre. In Patchworkfamilien muss mehr Geld für Mobilität ausgegeben werden, um das Familienleben aufrechterhalten zu können. Die Kosten für qualitativ gute Kinderbetreuung sind weiterhin zu hoch. Immer mehr Alleinerziehende und Trennungskinder enden in Armut und Hartz IV.

Ein Ergebnis dieser ökonomischen Entwicklung stellt möglicherweise die in den vergangenen Jahren um zwei bis drei Prozent gefallene Scheidungsrate in Deutschland dar. Diese Vermutung untermauert jedenfalls unsere familientherapeutische Erfahrung der letzten Jahre: Paare mit einem ökonomisch schwachen Hintergrund trennen sich trotz desolater oder gar kaputter Beziehung häufig nicht mehr, da sie zu Recht befürchten, dass eine Trennung zum finanziellen Ruin der Familie führen würde. Wen wundert's, wenn (wie wir dies teilweise in unserer Familienberatungs- und Jugendhilfepraxis erleben) in solchen Familien

mit Aggression und Gewalt auf die unhaltbare Beziehungssituation reagiert wird.

Um es gleich vorwegzunehmen: Wir wollen mit diesem Buch nicht einer leichtfertigen Trennung das Wort reden. Das wäre völlig unsinnig und tatsächlich schädlich für alle Beteiligten. Wir halten es im Gegenteil mit dem Motto, das die Psychologin Christine Tafler von der Würzburger Paarschule pointiert formuliert: »Lieber etwas Neues mit dem Alten als das Alte mit einem Neuen!«

Wer aber angesichts der tendenziell leicht gefallenen Scheidungsraten nun jubiliert, dass endlich wieder geordnete Verhältnisse in Deutschland einkehren, ist auf dem Holzweg: Die Familiengeschichtlerin Stephanie Coontz hat herausgefunden, dass Scheidung und Trennung Konstanten darstellen, die in allen Kulturen zu allen Zeiten mehr oder weniger gleichbleibend zu finden sind. Völkerkundler und Anthropologen berichten von hohen Trennungsraten in Jäger- und Sammlergesellschaften. Die höchsten jemals dokumentierten Scheidungsraten waren in Malaysia und Indonesien in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts zu finden. Auch war Scheidung nicht zu allen Zeiten und in allen Völkern eine mühevoll angelegene Angelegenheit. Bei den Schoschonen-Indianern etwa reichte es aus, wenn die scheidungswillige Frau die Kleider und Habseligkeiten ihres Mannes außerhalb des Tipis platzierte – und schon war die Scheidung »rechtskräftig«. Im traditionellen Japan musste ein Mann lediglich in einer dreieinhalbzeiligen Mitteilung seinen Wunsch nach Scheidung formulieren, um diese zu vollziehen. Was sich aber je nach Kultur und Zeit verändert, sind die Gründe für Scheidung und Trennung – auch hierzu erfahren Sie mehr in diesem Buch.

Wenn Sie nun dieses Buch in die Hand nehmen, werden Sie sich womöglich die Frage stellen: »Warum noch ein Ratgeber zum Thema Familie?« Die Frage ist sehr berechtigt und hat auch uns umgetrieben. Diesen Ratgeber dennoch zu schreiben war ein sehr bewusster Entschluss. Wir beide arbeiten als Therapeuten

seit vielen Jahren intensiv mit Familien und beschäftigen uns daher auf vielen Ebenen mit dem Thema Familie. Da ist zum einen die theoretische Beschäftigung, die Forschung, das Sichten und Verfassen von Fachliteratur, aber auch das alltägliche therapeutische und beraterische Arbeiten mit Familien, das Erleben von deren Schwierigkeiten, Fähigkeiten und Möglichkeiten und das Lernen von ihnen. Jeder Klient, jede Familie hat uns durch ihren individuellen Umgang mit den vorhandenen Schwierigkeiten mindestens genauso viel gelehrt (und damit beigetragen zu diesem Buch) wie alle theoretische Beschäftigung mit diesem Thema. Zudem sind wir beide selbst Väter von Kindern. Vielfältige und knifflige Herausforderungen, wie sie sich für eine Familie stellen, kennen wir auch persönlich sehr gut.

Einen weiteren wichtigen Aspekt, der uns dazu motivierte, unsere Erfahrung und unser Knowhow zu Papier zu bringen, stellt die immer wieder aufflammende öffentliche Diskussion um Familie und Erziehung dar. Wie niemandem von uns entgangen sein dürfte, tobt seit einigen Jahren ein regelrechter Kampf um das Thema, der sich seit der Pisa-Studie noch verschärft hat. Da schreiben auf einmal Journalisten und Nachrichtenmoderatoren Bücher mit Titeln wie *Der Erziehungsnotstand* oder *Die Erziehungskatastrophe* (für Eltern sehr ermutigend, finden Sie nicht auch?). Politiker-gattinnen, Wirtschaftsfunktionäre und Verfassungsrichter fühlen sich plötzlich dazu berufen, ihre vermeintlichen pädagogischen Erkenntnisse und familienideologischen »Einsichten« zum Besten zu geben. Es ist schon frappierend, dass die öffentliche Diskussion um Familie von Personen des öffentlichen Lebens geprägt wird, die offensichtlich über viel zu wenig Hintergrundwissen und Fachkompetenz verfügen und somit der Komplexität des Themas in keinsten Weise gerecht werden können. Dabei steht mittlerweile ein sehr fundiertes familienpsychologisches und -therapeutisches (Forschungs-)Wissen zur Verfügung.

Dieser Ratgeber richtet sich grundsätzlich an alle Eltern. Speziell werden jedoch diejenigen unter Ihnen angesprochen, die

Trennung, Scheidung, Alleinerziehen und Familienneugründung, also die ganze Palette von Übergangsphasen und damit verbundenen Schwierigkeiten rund um Familie erfahren (haben). Wir wollen Ihnen, basierend auf dem aktuellen Stand der Familienforschung und auch auf unseren praktischen familientherapeutischen Erfahrungen, konkrete Hilfestellungen und Anregungen geben. Wir möchten Sie dazu einladen, sich das Thema Familie, Veränderung von Familie und Familienideal aus verschiedenen Perspektiven anzuschauen.

Auch wenn wir uns nicht scheuen werden, Ihnen Ratschläge zu unterbreiten, so versuchen wir doch immer zu bedenken, dass »Ratschläge auch Schläge« sein können. Wir halten nichts davon, mit erhobenem Zeigefinger darüber zu dozieren, was richtig und was falsch ist. Aus unserer Sicht ist der Druck auf Familien zurzeit bereits groß genug. Menschen, die familiäre Schwierigkeiten haben oder familiäre Veränderungs- und Umbruchphasen erleben, hegen oftmals schon genügend Zweifel und Schuldgefühle und müssen nicht noch zusätzlich verunsichert oder gemaßregelt werden. In diesem Zusammenhang muss auch der viel beschworene Mythos von der »Idealfamilie« genannt werden, der seine zersetzende und schwächende Kraft eben genau dann entfaltet, wenn Menschen, warum auch immer, seinem »Ruf« nicht mehr folgen (können) und eigentlich Stärkung und Selbstversicherung bräuchten.

Daher sollten Sie bei allen Anregungen und Vorschlägen, die wir Ihnen machen, stets bedenken: Wir kennen Sie nicht! Wir wissen nicht, was individuell für Sie und Ihre Lebenssituation am besten passt! Wir wissen aber, was *allgemein* hilfreich und was eher nicht hilfreich sein kann. Wir sind sicher, dass in diesem Buch für jeden von Ihnen etwas dabei ist. Suchen Sie sich das für Sie Passende einfach heraus. Das andere lassen Sie sozusagen am Wegesrand liegen.

Eine unserer professionellen Grundhaltungen ist es, dass wir andere Menschen nicht dahingehend ändern können, so zu han-

deln, zu denken oder zu fühlen, wie wir das gern hätten – auch nicht annähernd. Kein Therapeut, kein Ratgeber kann dies. Wir werden Sie mit diesem Buch nicht ändern können, so wie Sie auch nicht Ihre Partner, nicht Ihre Kinder ändern können. Wir alle können uns nur selbst ändern – wenn wir es denn wollen (und es mag in verschiedenen Lebenssituationen gute Gründe dafür und dagegen geben).

Eine weitere Grundüberzeugung von uns ist, dass es vielen Menschen in Familien allein dadurch schon besser gehen könnte, wenn sie ihre Bewertungen und Vorstellungen dessen, was Familie ist, sein sollte und sein kann, verändern würden. Wir sind uns bewusst, dass eine solche Veränderung der Vorstellungen gerade beim Thema »Familie« extrem schwer ist. Der Mythos von der Idealfamilie, an dem wir uns alle mehr oder weniger orientieren, ist verflixt stark und tief in unsere Seelen eingegraben. Der Familiensoziologe Reinhard Sieder schreibt dazu (2007, S. 21):

Wie viele Mythen wirkt auch der abendländische Familienmythos in zweifacher Weise: Zum einen hält er Frauen, Männer und Kinder in seinen betörenden Bildern gefangen. Zum anderen verdeckt er die Fraglichkeit dessen, was er verspricht. Die Wahrheit des Mythos ist Fiktion. Nur eine Fiktion kann von den zahlreichen, verschiedenen und sich ständig verändernden Wirklichkeiten ein einziges starkes Bild der »Familie« abstrahieren: Mann und Frau leben als Paar mit ihren Kindern glücklich unter einem gemeinsamen Dach.

Wir wollen in diesem Buch einige Ideen dazu entwickeln, wie man trotz dieses starken Familienmythos ein wenig toleranter und wohlwollender mit sich selbst und mit anderen Menschen umgehen kann – mit Menschen, die in alternativen Familienformen leben, mit Menschen, die sich an diesem Mythos (warum auch immer) nicht uneingeschränkt orientieren (können). Wir werden Ihnen daher zunächst einen umfassenden Einblick in die

Geschichte der Familie und Definitionsmöglichkeiten von Familie geben und uns ansehen, wie Familienideale und -mythen historisch entstanden sind und sich in unseren Köpfen und Herzen ständig wieder neu gestalten. Anschließend werden wir uns mit einigen ausgewählten Familienformen (biologische Kernfamilien, Ein-Eltern-Familien und Patchworkfamilien) eingehender beschäftigen und Ihnen ausführlich den aktuellsten Erkenntnisstand zum Thema Trennung und Scheidung vorstellen.

Uns ist es ein Herzensanliegen, mit den vielen unsinnigen Argumenten rund um dieses letztgenannte Thema »aufzuräumen« und die medial und bedauerlicherweise auch von manchen selbsternannten »Fachleuten« erzeugten Geister von trennungsgeschädigten Kindern und Scheidungswaisen zu vertreiben. Dass Scheiden (immer noch) wehtut und auch lang anhaltende Spuren des Schmerzes und der Verletzlichkeit hinterlassen kann, ist klar und wird auch von der Forschung bestätigt. Auch sind Trennung und Scheidung keine Bagatellereignisse, die mit »Happy Talk« und durch das Aufsetzen einer rosaroten Brille bewältigt werden können. Wer sich leichtfertig trennt und diese Trennung dann schönreden will, der wird sein blaues Wunder erleben: Der renommierte Scheidungsforscher Paul Amato hat herausgefunden, dass solche Expartner hinterher unglücklicher als vorher sind.

Aber, und das ist entscheidend: Scheidung und Trennung münden nicht automatisch in eine Katastrophe. Im Gegenteil: Die meisten Menschen, die von Scheidung und Trennung betroffen sind, unterscheiden sich langfristig betrachtet bezüglich ihrer körperlichen und seelischen Gesundheit nicht von Menschen ohne diese Erfahrung. Dies werten wir als Anzeichen dafür, dass wir Menschen in der Regel mit einer Widerstandskraft ausgestattet sind, die es uns erlaubt, mit den Widrigkeiten des Lebens einigermaßen klarzukommen – mehr noch: die es uns Menschen ermöglicht, an diesen Widrigkeiten auch zu wachsen. Oder, wie es die blinde Schriftstellerin Helen Keller so wunderbar formulierte:

»Ist die Welt voller Leid, so ist sie doch auch voller Beispiele für dessen Überwindung.«

Ein weiteres Kapitel widmet sich der Frage, wie Familien, unabhängig von der Familienform, sich und ihr »familiäres Immunsystem« nachhaltig stärken können – also Widerstandsfähigkeit bzw. Resilienz (das ist der Fachausdruck dafür) entwickeln. Im vorletzten Kapitel wollen wir Ihnen dann noch einmal mit der Beantwortung der Frage »Was kann Familie leisten?« Mut machen. Das letzte Kapitel fasst noch einmal einige wichtige Aspekte zusammen.

Bei der Bezeichnung von Personen haben wir uns aus Gründen der besseren Lesbarkeit für die männliche Form entschieden. Sie werden also überall die männliche Form finden, wobei damit grundsätzlich (wenn es nicht ausdrücklich anders vermerkt ist) immer beide Geschlechter gemeint sind. Aus unserer Sicht ist die Emanzipation mittlerweile so weit fortgeschritten, dass sie sich vom sprachlichen Ballast ihrer frühen Tage befreit hat und uns diese – lediglich stilistisch motivierte – Verkürzung sicherlich verzeihen wird.

Wir weisen in den Kapiteln hier und da auf wissenschaftliche Studien und Untersuchungen hin; interessierte Leserinnen und Leser finden am Ende des Buches das zugehörige Literaturverzeichnis. Dort sind alle Arbeiten und Publikationen aufgeführt, auf die wir uns im laufenden Text beziehen.

Wir möchten allen, die uns aktiv wie passiv unterstützt haben, ein Dankeschön sagen. Wir wissen, es war nicht immer einfach. Ein persönlicher Dank gilt Herrn Dipl.-Psych. Markus Töpfer für anregende Feedbacks und Herrn Dipl.-Pol. Jens Ochs für seine hilfreichen Rückmeldungen – und das, obwohl er in dieser Zeit gerade Vater wurde. Mit einer tiefen Verbeugung bedanken wir uns von Herzen bei Frau Dr. med. Sibylle Riffel für ihre Zeit, ihre Genauigkeit und ihren großen Sachverstand.

Die vorliegende, komplett überarbeitete und aktualisierte Fassung des Buches wäre ohne die fundierte und sehr angenehme

Unterstützung des Carl-Auer Verlags sicher nicht realisiert worden. Ein dickes Dankeschön geht daher an dieser Stelle an das Verlagsteam!

*Matthias Ochs, Rainer Orban
Darmstadt/Sulingen im Juli 2008*

Was ist Familie?

»Die ganze Familienideologie ist ein sehr regressives Konzept. Die großen Werke der Weltliteratur handeln nicht von Familienglück, sondern von Familienhorror.«

Jack Nicholson

Kaum ein Begriff der öffentlichen Diskussion und des alltäglichen Gebrauchs scheint uns so klar und deutlich umrissen wie jener der Familie. Jeder von uns weiß, was Familie ist, (fast) jeder hat Familie erfahren, ist in einer Familie aufgewachsen. Jeder von uns hat das berechtigte Gefühl, bei diesem Thema kompetent mitreden zu können. Doch gibt es *die* Familie als feste Größe überhaupt?

Genauso wie die Gesellschaft ständig im Wandel und in Entwicklung begriffen ist, ändert sich auch die Familie. Familie wurde zu verschiedenen historischen Zeiten und in verschiedenen Kulturen teilweise ganz unterschiedlich begriffen. Zudem existieren auf der Welt auch zum heutigen Zeitpunkt sehr unterschiedliche Formen der Lebensgemeinschaft und Familie, wie es auch in Deutschland verschiedene Auffassungen darüber gibt, was Familie ausmacht.

Es mag platt klingen, aber unsere familientherapeutische Erfahrung zeigt uns ganz deutlich: Jede Familie ist wirklich anders und funktioniert nach recht eigenen Regeln – auch hier in Deutschland. In jeder Familie werden ganz eigene Geschichten erzählt und offen oder verdeckt Vorstellungen darüber ausgetauscht, was sich gehört und was nicht, wie zwischenmenschliche Beziehungen funktionieren und wie auch nicht. Natürlich lassen sich aus wissenschaftlicher Distanz auch Ähnlichkeiten zwischen Familien finden, die sich als »typisch« beschreiben lassen: z. B. die »Sucht« nach Harmonie in Familien, deren Mitglieder psychosomatische Symptome entwickeln – wir selbst haben solche

wissenschaftlichen Untersuchungen bei Familien mit Kopfschmerzkindern durchgeführt.

Aber für die konkrete familientherapeutische Arbeit sind solche Schubladen oft wenig hilfreich. Deshalb verhalten wir uns als Familientherapeuten eher wie Völkerkundler, die mit der Neugier eines Entdeckers sozusagen fremde Welten erkunden. Diese Haltung ist uns therapeutisch deshalb auch so wichtig, weil wir sonst zu schnell in die Falle des »Ach, das kennen wir ja schon« tappen und unsere Offenheit dafür verlieren, was tatsächlich in den Familien passiert und welche Fähigkeiten und Kräfte in den Familienmitgliedern und deren Freunden, Verwandten und Bekannten stecken.

Wir möchten Ihnen im Folgenden mit einem Rückblick in die Geschichte der Familie und mit einem kurzen Einblick in die Familientheorie vermitteln, auf welcher unterschiedlichen Weise Familie begriffen werden kann und welches Verständnis von Familie unserem Buch zugrunde liegt.

Das Gemeinsame trennt mehr, als es verbindet

Wir erinnern uns an viele Geschichten aus unserer Kindheit: Kindergeburtstage, Einschulung, Kommunion, Weihnachten, der Tannenbaum. Vergilbte Fotos, verwackelte Super-8-Filme. Spontan und fast selbstverständlich fallen uns ähnliche Dinge ein, doch ist gerade dieses innerliche, intuitive, uns alle scheinbar verbindende Wissen auch das, was das Thema Familie so schwierig macht. Denn mehr, als unser Wissen uns tatsächlich verbindet, trennt es uns.

Paula und Rike sind Schwestern. Paula ist 27 und Rike 21 Jahre alt. Beide sind bei ihren leiblichen Eltern aufgewachsen. Paula hat eine sehr schwierige Beziehung zu den Eltern, Rike eine weitestgehend unkomplizierte. Die Eltern haben sich vor zwei Jahren