

Bundestagung Multifamilientherapie

23. – 25.05.2018

Essen – Werden

Die Sonne scheint, das Wochenende ist da und drei Tage gefüllt mit multisystemischem Lernen und Staunen liegen hinter mir.

Essen, die viertgrößte Stadt in NRW, 2010 Kulturhauptstadt Europas, mitten in der Landschaft des schwarzen Goldes, dem Ruhrgebiet, zeigte uns TagungsteilnehmerInnen eine überraschend grüne und erholungsbereite Gestalt.

Am Mittwochabend begrüßte uns in dem Mariengymnasium in Essen – Werden die Triade der Organisatoren:

Dorothea Hanswille für das Essener Systemische Weiterbildungsinstitut IFS, Dr. Enno Hermans für den SKF Essen und Christoph Arning, Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, - Psychotherapie und – Psychosomatik in Essen Werden. Von der ersten Minute an wurden wir alle (oft fast unbemerkt) von einer großen Gruppe Schüler und Schülerinnen des Mariengymnasiums und StudentInnen der Katholischen Hochschule Köln betreut und umsorgt – am Morgen und in den Pausen fragte ich mich, ob sie Hilfe von den Heinzelmännchen bekamen oder sogar selber welche waren? Umsichtig, freundlich, gut vernetzt und abgestimmt klappte alles sicher, schnell, freudig und reibungslos ☺)

Professor Dr. Matthias Ochs eröffnete mit seinem Vortrag „Forschung im Kontext von MFT – Stand, Herausforderungen und Perspektiven“ die Tagung. Respektvoll hörte ich ihm zu, wie aufwendig es wohl war, überhaupt herauszufinden, welche Studien es zur MFT gibt und durch welche er sich hindurchgearbeitet hat. Vielen Dank für diese Mühe, die ich als Praktikerin sehr zu schätzen weiß! Ein wenig enttäuschend das Resümee dieser Recherche: MFT ist nicht wirksamer als Einzeltherapie, von mir erhoffte Ergebnisse, die in meinen MFT – Kontexten erfahrene komplexe Wirkkraft sowohl für Familien als auch für MitarbeiterInnen wissenschaftlich belegt zu wissen, waren nicht zu finden. Ein erneuter impliziter Apell an uns Praktiker, unsere Arbeit wissenschaftlich begleiten zu lassen und sich an eigene Forschungsprojekte heranzuwagen!

Passend hierzu bat Prof. Dr. Andrea Goll – Kopka der SRH Hochschule in Heidelberg das Auditorium im Anschluss an den Vortrag um die Mitwirkung bei einer Vorstudie für eine mögliche Multicenterstudie zu Mit freundlichen Grüßen. Kairos gut genutzt füllten viele TeilnehmerInnen den mitgebrachten Fragebogen aus und so können wir gemeinsam vielleicht für die Zukunft MFT Forschungsinteressierte generieren und vernetzen.

Am Donnerstag Morgen geht es weiter mit wertschätzenden und informativen, kontextbezogenen Grußworten der Schulrektorin und Gastgeberin unseres Tagungsortes des Mariengymnasiums und des Bürgermeisters der Stadt Essen.

Inhaltlich startet der Tag mit einem lustmachenden Vortrag von Rainer Schwing zu dem Thema „Liebe, Neugier, Spiel“. Er macht anschaulich deutlich, wie wenig nützlich RCT – Studien für solch komplexe Vorgänge wie MFT sind und nimmt uns mit auf eine Reise über Sindelfingen, Berkeley, Silicon Valley, Berlin, Roseto Pennsylvania und Frome UK. Auf dieser Reise wird deutlich, wie ungemein wichtig und notwendig in Zeiten der Automatisierung und Digitalisierung die Förderung von zwischenmenschlichen Beziehungen und Netzwerken sind. Isolation und Einsamkeit, die Kluft zwischen Armut und Reichtum, sowie mangelnde Zeit für sich selbst und andere fördern die Zerbrechlichkeit von Gesellschaft. Die Soziale Netzwerke – Studie von Holt – Lunstad aus 2010, eine Metastudie, belegt Wirkfaktoren wie emotionale Unterstützung, praktische Unterstützung, Einschätzungs- und Entscheidungshilfen, Information und Beratung. Der Neuroimmunologe Christian Schubert zieht das Fazit: „Wenn ich alle Erkenntnisse zusammenfasse, läuft es auf eines hinaus: Menschliche Beziehungen!“ Es folgt ein Ausflug in seine wissenschaftliche Welt zu der Erkenntnis, dass bei Einsamkeit nachweislich die Entzündungsmarker im Körper steigen und damit der Wunsch nach Rückzug und Ruhe mit der Folge, dass die beteiligten Nerven an motorischen und psychischen Vorgängen im Gehirn Netzwerke aktivieren, sich verknüpfen und wachsen. Ein „Gegengift“ für diesen Kreislauf ist emotionales Lernen mit Erfahrungen von Selbstwirksamkeit und selbstüberzeugter Bewältigung.

Die **Liebe** ist ein biologisches Bedürfnis und sie sorgt bei guten Sozialkontakten und bei Berührung für eine geringere Cortisolausschüttung. Sie heilt den, der sie gibt und auch den, der sie empfängt!

Die **Neugier** und Erkundung sorgt für eine Dopaminausschüttung im präfrontalen Kortex und erzeugt eine lernoffene Haltung im Gehirn.

Das **Spiel** und die damit verbundene Freude bildet das Gehirn, wie evolutionsbiologische Forschungen belegen. Es fördert Humor, Spaß und Lachen und bringt körperliche Aktivierung.

Das Fazit dieses multidimensionalen Vortrags bestätigt mir mehr als die Forschungsergebnisse aus der MFT: Vielfalt fördert Gesundheit, während Isolation Entzündungswerte mit Rückzugstendenzen erhöht!

Es geht weiter mit dem nächsten spannenden Vortrag von Heiner Ellebracht zu dem Thema „Komplexität in MFT und Organisationsentwicklung“.

Ich erfahre etwas über das Wissenszeitalter, in dem wir uns befinden, der Zeit globaler Märkte. Aus dem Industriezeitalter übrig gebliebene Top – Down Strukturen benötigen heute den Mut und die Kraft für komplexe Veränderungsprozesse in ein Miteinander – Füreinander, dem sogenannten „Viral Change“. Veränderung wird möglich durch virale Mobilisierung, also den Aufbau selbstorganisierter Zellen. Es lohnt sich in Betrieben und Institutionen Innovatorennetzwerke zu bilden, um die meist kleine Gruppe der Innovatoren und die frühen Umsetzer zu befähigen, Impulse für Veränderung zu setzen und gleichzeitig Schutzräume für Innovation und Überraschungen zu schaffen. Beispiele hierfür sind QDAM – Workshops (QuerdenkerAndersmacher) und App Space Workshops. Hier gestalten Teilnehmer ihre Agenda selbst und bringen ihre ganz persönliche Expertise ein in einem hierarchiefreien Raum und Dialog. Es erfordert Rollenflexibilität des Einzelnen und das Agieren auf Augenhöhe mit Wertschätzung für die eingebrachten Ressourcen.

Es fällt mir leicht, den Bogen zur MFT zu schlagen, denn es erinnert mich an meine ersten Hospitationen in den Biberacher Familienschulen vor vielen Jahren. Eine der beeindruckendsten Erfahrungen war für mich und mein Team die Überraschung, das wir zunächst bei vielen Anwesenden nicht erkennen konnten, wer nun Klient und wer Mitarbeiter oder Therapeut war. Was für ein gelungenes und wertschöpfendes Klima von Miteinander – Füreinander!

Nach der Mittagspause begann der vierte Vortrag mit Ben Furman und seinem Titel „Das glückliche Familien – Spiel und andere lösungsfokussierte Aktivitäten zur Verbesserung des Wohlbefindens in Familien“.

Ich arbeite oft mit seinem Ich – Schaff's Programm und durfte ihn schon mehrmals vortragend und im Workshop erleben. Auch dieses Mal machte es mir großes Vergnügen, ihn zu erleben in seiner humorvollen, leichten, spielerischen und nahbaren Art. Er ließ uns nach einer Inspiration von der Neugestaltung des Spiels „Flaschendreher – mit Komplimenten“ direkt mit unseren Sitznachbarn in Kontakt kommen und uns in Triple – Loben üben. Jemand erzählt eine kleine eigene Erfolgsgeschichte der letzten Tage, erhält von den anderen Ausrufe der Verwunderung, eine oder mehrere Bestätigungen der gemeisterten Schwierigkeit und darf den Bitten um Erklärung folgen. Eine kleine Übung, die mich gleich in Vernetzung gebracht hat mit drei netten Menschen!

Ben Furman zeigte uns seine Fähigkeit, komplexe Dynamiken und Themen mit Hilfe längst bekannter und beliebter Spielideen reduziert und nachvollziehbar zu utilisieren für die MFT. So z.B. das Spiel „Himmel und Hölle“ mit solchen Inschriften wie: „Ich mag dich, weil...“, „Ich denke, du hast schöne...“, „Ich mag mit dir...machen“, „Du bringst mich zum Lachen, wenn du...“ etc.

Das „glückliche Familie Spiel“ unterstützt die Fähigkeiten einander zu helfen und sich im Danke sagen zu üben. Jedes Familienmitglied wählt eine Fähigkeit, die der Familie nutzt und es entstehen Antworten auf die Fragen, wie Erinnerung, Lob und Unterstützung gelingen kann.

Gerne hätte ich in seinem Workshop noch Weiteres gelernt, doch ich hatte mich für den Nachmittag anders entschieden und besuchte zunächst den Workshop von P.Scherzberg und J.Bohla mit dem Titel „Zaubern in der Multifamilientherapie“.

Ich durfte zwei begeisterte Kolleginnen erleben, von der eine bei Annalisa Neumeier therapeutisches Zaubern gelernt hatte. Sie verzauberten uns mit vielen Darbietungen und hüteten dabei das Geheimnis der Magie.

Interessant waren die vielen Praxisbeispiele aus ihrem Arbeitskontext der Kinder- und Jugendpsychiatrie und ihre Erfahrungen der Wirkkraft solcher Techniken. Ich fand durch ihr umfangreich vorbereitetes Material in diesem Workshop eine alte wunderbare Erinnerung wieder: In meinen Kindertagen tröstete mich meine Großmutter manchmal mit einem kleinen Papier, einem aus farbigem Pergamentpapier ausgeschnittenen Schmetterling, der als flaches Blättchen auf meiner Handfläche zum Leben erwachte und sachte begann, mit den Flügeln zu schlagen....

Der nächste Workshop führte mich in eine ganz andere Welt.

Andrea Goll – Kopka und H. Spierling widmeten sich der „Forschung rund um MFT: Practitioner Research – Multicenterstudie – Mixed Methods – Abschlussarbeiten – Was lässt sich verwirklichen? Lust und Spaß an Forschung trotz enger Ressourcen?“

Zunächst freute ich mich über den Besuch von Holger von der Lippe, der jeden Forschungsinteressierten einlud, sich mit der bereits bestehenden Forschergruppe der DGSF zu vernetzen und vielleicht an den bestehenden Ideen, z.B. einen Antrag bei dem DFG – Forschernetzwerk zu stellen oder an der großen Idee eines Versorgungsforscherprojektes mitzuarbeiten.

Als Praktikerin und Unerfahrene im Bereich der Forschung erlebte ich diesen Workshop sehr ermutigend und vernetzend! Wir tauschten uns in heterogener Gruppe aus über die bereits vorhandenen Ansätze, über Stolpersteine, Hindernisse und tauschten Interessen und Fragen aus. Zu guter Letzt fand ich Kontakt zu einer Studentin, die auf der Suche ist nach einem MFT – Projekt für ihre Master – Thesis zu Bindung und MFT mit qualitativem Forschungsteil.

Mit meinem Jugendhilfeträger suchen wir seit geraumer Zeit genau so einen Kontakt, um ein ambulantes Konzept MFT im Rahmen der Hilfen zur Erziehung wissenschaftlich begleiten zu können. Eine perfekte Passung!

Der Tag klang aus mit einer Schifffahrt auf dem Baldeneysee von Essen Werden nach Essen Kupferdreh bei schönem Wetter. Nach dem Tag voller Inspiration, gemeinsamem Lernen und Begegnen ging es weiter mit guter Stimmung und allen Sinnen. Wir genossen Luft, Wasser und grüne Landschaften mit Förderturm. Im Lokal Lukas – Bahnhof angekommen feierten viele TeilnehmerInnen gemeinsam mit Referenten und OrganisatorInnen bei gutem Essen, Trinken und viel Tanz unterstützt von einer Life – Band. Viel zu spät fuhr ich nach Hause ;)

Freitag morgen begann der Tag mit Emma Morris aus London und ihrem Vortrag „Intercultural Multi – Family – Therapy“. Sie nahm die Bühne ein und ließ uns teilhaben an ihrer Unsicherheit: ihr Flug war ausgefallen und am Abend hörte sie von der Irritation einiger TeilnehmerInnen, dass sie nur Englisch spricht. Sie nahm sich vor, langsam und deutlich zu sprechen und ich fand sie sehr gut zu verstehen. Emma Morris begeisterte mich mit ihrer Authentizität und ihrer spürbaren Lust in komplexen Feldern zu arbeiten. Sie liebt Herausforderungen und beschreibt aus ihrer praktischen Erfahrung in interkulturellen MFT – Kontexten vier Challenges:

1. Die Sichtweite ist eingeschränkt, wir können wie bei dem Eisberg – Modell nur die Oberfläche sehen, also nur einen sehr kleinen Teil.
2. Die Landschaft verändert sich beständig durch die permanent miteinander agierenden Teile.
3. Manchmal müssen wir Off-Road gehen, um Scham und Stigmatisierung zu reduzieren. Wir müssen herausfinden, was die Familien eint.
4. Wir müssen uns auf fremdes und potentiell gefährliches Gebiet begeben, also Vorurteile und Bewertungen testen.

Es scheint mir fast unerheblich, aus welchen Kulturkreisen die Familien kommen, gelten diese Herausforderungen doch auch bei den Kulturunterschieden innerhalb eines Landes oder sogar einer Stadt.

Auch Emma Morris gibt mir ganz praktische Ideen für die Praxis mit, so z.B. Die Aufforderung, 10 Wörter aufzuschreiben, die mich selbst beschreiben – und es sind überwiegend kulturell geprägte Wörter.

Die Verbindung zur griechischen Mythologie , zur Geschichte von Ariadne und Theseus, leitete uns über in die Sinnhaftigkeit von interkultureller MFT. So wie Ariadne ihrem Theseus mit einem Faden half, wieder aus dem Labyrinth zu finden und den Minotaurus zu besiegen, so können wir ebenfalls einen Faden nutzen um den Wunsch nach Veränderung, nach Unterstützung, nach Zusammenhalt und sicherem Ankommen zu erfüllen. Einen einzigen Faden hält im Kreis jeder in der Hand und beschreibt, welchen Teil seiner Kultur er einbringt und festhält. Wie hältst du den Faden? Sanft, feste, kämpferisch, lose,...?

Verschiedene Fäden oder Seile repräsentieren verschieden Themen wie Religion, Sexualität, Geschlecht, Rollen, etc. Wie sind die Familienmitglieder mit dem jeweiligen Thema verbunden?

Dicke Seile, lang und farbig, und dünne Seile, was unterscheidet sie?

Manchmal sagen die dünnen Seile etwas über Themen, die nicht so leicht sprechbar sind.

Emma Morris macht auf eine sanft webende Art in ihrem Vortrag deutlich: Das analoge Arbeiten inmitten der Komplexität und Diversität von interkultureller MFT, das Einsetzen von Metaphern und Geschichten, die zeit- und grenzenlose tiefe Bedeutung zwischenmenschlicher Themen und Sehnsüchte auf der ganzen Welt hilft uns miteinander über Kulturen zu sprechen und repräsentiert einen sicheren Weg des Navigierens!

Nach einer kleinen Pause suchte ich meinen nächsten Raum und war ein wenig aufgeregt und neugierig, denn nun gab ich einen Workshop.

„MAKASI – eine multisystemische Aktivierung von Kraft und Stärke“.

Makasi ist ein Spiel mit Fragekarten, das im MFT – Kontext eines Jugendhilfeträgers gemeinsam mit Kindern und ihren Familien entwickelt wurde. Nach einer kleinen Wissenschaftlichen Einbettung und vor allem auch dem Bezug zu den vielen Dingen, die wir alle in den Vorträgen gehört hatten, machte es mir großen Spaß, nun eine Konkretisierung in Technik mit 28 Menschen umsetzen zu können. Wir haben gerne miteinander gespielt und uns alle auch in Fremdheit zeigen können mit kleinen persönlichen und manchmal berührenden Antworten. Nach dem Spiel gab es eine lebhaft Reflexionsrunde und ein Abschlussritual analog zu einer MFT – Gruppe, bevor wir zu dem Abschlussvortrag gingen.

Filip Caby reflektierte in seinem Vortrag über die Frage „Was lange währt, wird endlich gut? Die Geschichte von einem siamesischen Zwilling, den man besser nicht trennt: das Reflektieren und die MFT.“

Er nahm uns zunächst mit in die Kunst des Verstehens der Hermeneutik und damit auch in den hermeneutischen Zirkel der Erkenntnis, dass ich beim Anschauen ein Bild habe und beim erneuten Anschauen schon etwas anderes sehe. So ist Verstehen die Bildung von Vorurteilen mit dem anschließenden Verändern dieser Vorurteile.

Filip Caby bot uns eine Fülle analoger Übersetzungen an durch die surrealistischen Bilder des belgischen Künstlers Margritte (ein Hinweis auf seine eigene kulturelle Herkunft). Alle Bilder zeigten eine Darstellung, die zunächst verwundert, da scheinbar unpassende Kontexte Gegenstände in ihrer bisherigen Beschaffenheit und Bedeutung zunächst in Frage stellen. Erst die Reflexion hilft uns, den Fokus zu erweitern und neue Möglichkeiten entstehen zu lassen.

So spannte er den Bogen zu Tom Anderson`s „Reflecting Team“ und ließ uns teilhaben an dem Phasenmodell der „Reflektierenden Familien“, mit dem sein Team in der Systemischen kinder- und jugendpsychiatrischen Klinik in Papenburg erfolgreich arbeitet. Dieses Modell hat zum Ziel, den Fokus der Klienten zu erweitern und lässt Eltern und Jugendliche einander zu einer ausgewählten Frage, einem Fokus, beobachten, reflektieren, zuhören und kommentieren. So kann ein erweitertes Netzwerk von Beziehungen entstehen, das durch verschiedene Arten von Kommunikation gebildet wird.

Auch eine schöne Art, Familien bei der Navigation durch ihre Landschaften Sicherheit durch die Struktur zu geben und gleichzeitig eine wertschätzende Feedbackkultur wachsen zu lassen.

Am Ende dieser Tagung gab es nun zum guten Schluss auch noch die Möglichkeit, im Plenum miteinander zu reflektieren, wie wir alle die letzten drei Tage fanden, bevor wir einen musikalisch untermalten Zusammenschnitt der Tagungsfotos schauen durften. Wer hat das denn so schnell gemacht? Super!

Für mich persönlich war es eine sehr bereichernde Tagung, gut gerahmt von freundlichen Heinzelmännchen, die für das leibliche Wohl, die Liegestühle in den Pausen, die Betreuung der Workshopreferenten und das sichere Geleit zum Schiff sorgten.

Von Anfang bis Ende spürte ich die multisystemische Vielfalt, sowohl in der triadischen Planung und Organisation, als auch in der Auswahl von spannenden, berührenden und lehrreichen Vorträgen und Workshops. Ein großes Dankeschön für diesen Tagungsraum, der die Pflege von bereits bestehenden und das Knüpfen von neuen Vernetzungen im Gehirn und zwischen Menschen möglich gemacht hat!

Anke Lingnau – Carduck

Haan, den 6.06.2018