

## FAMILIENSTELLEN - WER GEHÖRT ZUM SYSTEM?

Das **Genogramm** ist Bild dafür, wer alles zum Familiensystem gehört. **Dazu zählen:**

- Vater und Mutter
- lebende Geschwister
- Fehlgeburten, Totgeborene, abgetriebene, weggegebene Geschwister
- frühere Partner der Eltern (1. große Liebe, frühere Ehepartner, ...)
- Onkel und Tanten (also die Geschwister der Eltern)
- Großeltern -(evtl. auch Geschwister der Großeltern oder deren frühere Partner )
- Urgroßeltern

Außerdem spielen im Familiensystem eine Rolle (gehören dazu):

- Menschen, die durch die Familie ein Leid erlitten ("Opfer")
- Menschen, durch die die Familie einen Vor- / Nachteil hatte (Helfer)
- Menschen, die der Familie Leid zufügten ("Täter")

Es kann durchaus hilfreich sein, für die eigene Familie einen Stammbaum zu zeichnen und auch noch lebende Angehörige nach Familiengeschichten zu fragen, an die man selbst keine Erinnerung hat. Dabei kommt oft Erstaunliches und Bedeutsames ans Tageslicht. Das sind die ersten Schritte. Insbesondere für uns Deutsche sind auch die Kriegsgeschehen insofern von Bedeutung, daß diese sich auch häufig in der zweiten und dritten Generation belastend auswirken.

Im Zusammenhang mit dem Familiensystem sind auch alle **bedeutsamen Ereignisse und Schicksalsschläge** zu sehen. Hier sind etwa zu nennen:

- Kriegsgeschehen (Gefangenschaft, Opfer- oder Tätergeschehnisse)
- schwere Krankheiten, früher Tod oder Suizid eines Familienmitglieds
- Ausschluss oder Isolation: war/ist jemand isoliert?
- Unfälle und Rettungen
- schwierige Geburten oder Geburten, bei denen Mutter/Kind starb
- Klostereintritte oder Priesterschaften
- Adoptionen
- Auswanderung, Flucht oder Heimatverlust
- Mißbrauchsfälle

Beachten Sie auch welche **Beziehungsqualitäten es gibt**, dh. wo wurde der Kontakt abgebrochen, gab es Scheidungen / Trennungen, Ausgrenzungen oder Ablehnungen, wo gibt es besonders nahe Beziehungen, welche Erwartungen belasten die Beziehung etc..