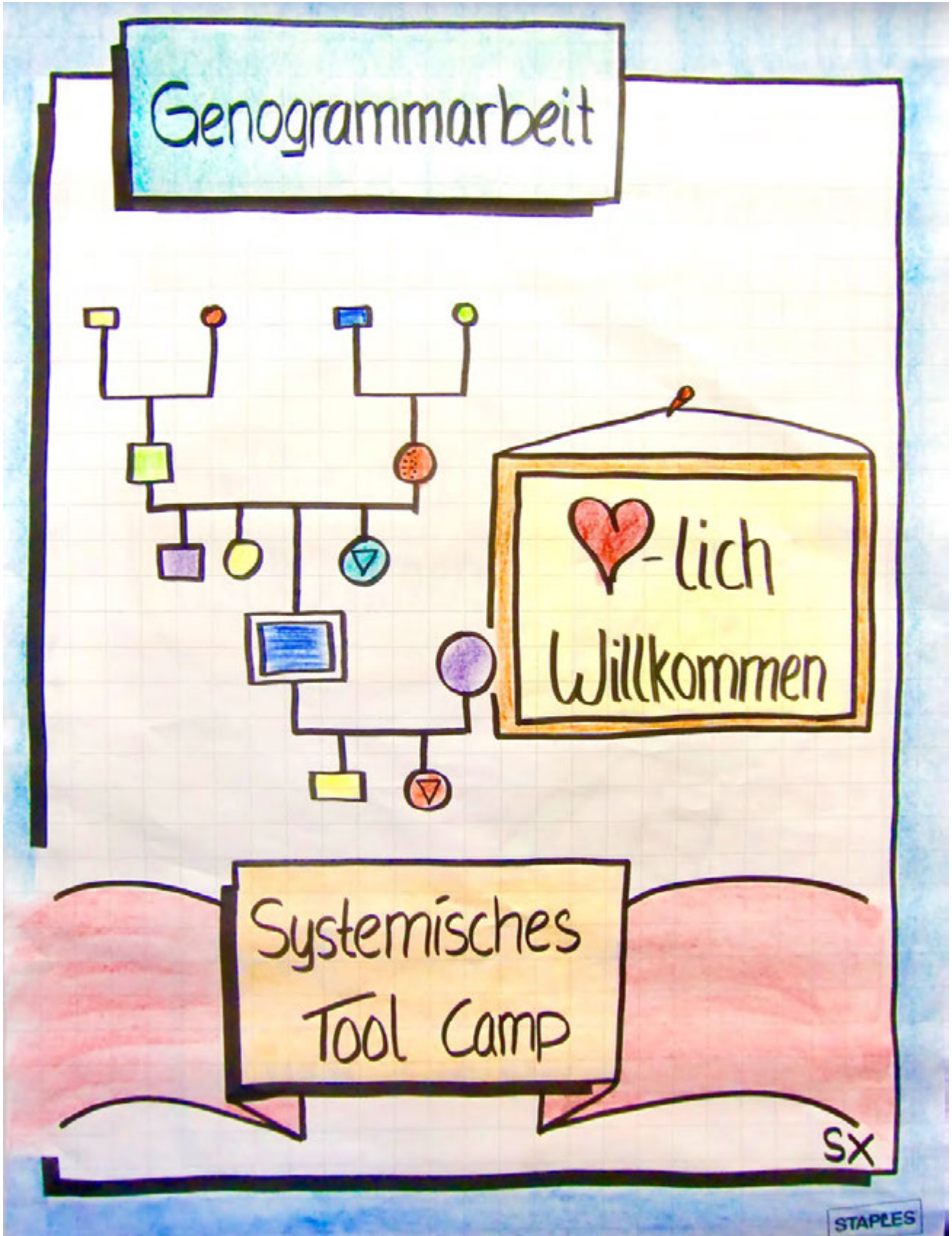


Systemisches Tool Camp

Baustein 6: Genogrammarbeit



*Kapitel aus: „Handwerkszeug der systemischen Beratung“,
dem Buch zur Weiterbildung „Systemisches Tool Camp“*

Genogrammarbeit – Das Ganze ist immer mehr als die Summe seiner Teile

Veronika Völler, Thilo Leipoldt

6.1 Lernziele

- Genogrammarbeit kennenlernen
- Geeignete Anwendungsmöglichkeiten erkennen
- Eigenes Genogramm erstellen und auswerten
- Unterstützende Fragestellungen bei der Erstellung des Genogramms mit Coachees
- Das Genogramm mit dem Coachee auswerten (Hypothesen ableiten): Welche Muster werden sichtbar, die für die Bearbeitung der aktuellen Fragestellung hilfreich sind?
- Implikationen für den weiteren Coaching-Prozess ableiten.

6.2 Einführung

Menschen sind in größere interaktive Systeme eingebunden. Paolo Freire formulierte diesen Umstand sehr treffend und anschaulich: „Niemand geht irgendwo alleine hin, auch wenn er äußerlich gesehen alleine ankommen mag. [...] Wir alle tragen die Erinnerung an zahlreiche Strukturen mit im Gepäck, unser Selbst ist voll von unserer Geschichte und von unserer Kultur“¹ So betrachtet, existieren weder die in Systeme eingebundenen Menschen noch ihre Probleme bzw. Lösungen für diese Probleme in einem Vakuum² – das Problem ist unausweichlich mit dem Kontext verbunden.

Das einflussreichste dieser Systeme, in die wir eingebunden sind, ist unsere Familie. Genogrammarbeit ist ein Instrument, um die Prägungen und Verhaltensmuster, die wir aus unserem Familiensystem bewusst oder unbewusst übernommen haben, zugänglich zu machen. Mithilfe der Genogrammarbeit lassen sich die Bedeutsamkeit und der Einfluss unserer Familie, unserer Wurzeln, der an uns vererbten Strukturen sowie den anerzogenen Werten und kulturelle Gegebenheiten erfassen, rekonstruieren, darstellen und analysieren.

¹ Freire (1994), S. 31

² Vgl. McGoldrick et al. (2009), S. 25 90

Alte Prägungen und aus der Familie übernommene Verhaltensmuster können auch in aktuelle berufliche Fragestellungen wirken. Im Coaching kann die Genogrammarbeit daher eine Brücke zwischen Familiensystem und aktuellen Kontexten bauen. Besonders hilfreich ist die Genogrammarbeit, wenn in beruflichen Situationen wiederholende Muster erkannt werden. Genogrammarbeit hilft, die bis heute andauernde Wirkung aus dem Familiensystem zu verstehen und damit eine bewusstere Selbststeuerung zu ermöglichen. Durch diesen systemischen Fokus ist Genogrammarbeit eine große Bereicherung für den Werkzeugkasten jedes systemischen Beraters.

Für einen systemischen Berater ist es wichtig, seine eigenen Prägungen, seine bewussten und unbewussten Interaktionsmuster zu kennen. Die eigene Dynamik mit anderen zu kennen, hilft Übertragungsphänomene in der Coaching-Beziehung zu durchbrechen. Genogrammarbeit leistet durch tiefergehende Selbstreflexion hierzu einen Beitrag.

6.3 Begriffserläuterung und zugrundeliegende Annahme

Genogrammarbeit – grafische Darstellung von Familiensystemen

Ein Genogramm ist eine vereinfachte Darstellung der Familienbeziehungen mit wiederkehrenden Konstellationen.

Von der Darstellung ähnelt das Genogramm einem Familienstammbaum. Inhaltlich geht es darüber hinaus und bildet die Beziehungen zwischen den Personen, Karrieredaten, innerfamiliäre Konflikte, unausgesprochene Familienregeln, Krankheiten, Suchtverhalten, Gewohnheiten oder andere entscheidende historische oder kulturelle Ereignisse, wie zum Beispiel Migration, ab.

In der Regel werden mindestens die letzten drei Generationen (bis zu den Großeltern) der Indexperson abgebildet. Im Coaching ist mit der Indexperson der Coachee gemeint. Alle systemrelevanten Informationen werden zusammen getragen. Durch Abfragen dieses Ausschnittes des Familiensystems, der dazu gehörenden Schicksale, Krankheiten, Stärken, Schwächen, Bindungen, Verstrickungen, Besonderheiten, Verletzlichkeiten des Einzelnen und der Familie, werden Muster sichtbar.³ Die Muster spiegeln wider, wie der Einzelne im Gesamtsystem eingebunden ist.

Ein Genogramm erfasst den Coachee sowohl in seiner historischen Dimension als auch in seinem gegenwärtigen Familiensystem und soziokulturellen Rahmen.⁴ Die Arbeit mit dem Genogramm schafft eine Verbindung aus objektiven Daten über aktuelle und vergangene Generationen zur inneren Repräsentation des Coachees. Das Genogramm einer Person ist eine Art Fingerabdruck des Gesamtsystems.

Das Ziel der Genogrammarbeit ist nicht das visualisierte Genogramm. Das Genogramm macht den Ursprung der heute dysfunktionalen Muster und Gewohnheiten bewusst. In der bewussten Auflösung alter Verstrickungen steckt die Chance auf tiefergehende Veränderung.

³ Döhring-Meijer (2004), S. 24

⁴ Döhring-Meijer (2004), S. 24

Die Arbeit mit dem Genogramm erleichtert es, die Komplexität und den Einfluss des Familiensystems sowohl dem Coachee als auch dem Berater in Erinnerung zu rufen und dabei die „Familiengeschichte als auch die familiären Muster und Ereignisse, die für das Coaching einer Person von andauernder Bedeutung sein können, nicht aus den Augen zu verlieren“⁵.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Genogrammarbeit ein schnelles und übersichtliches Verfahren darstellt, welches in wenigen Sitzungen weitreichende Einblicke eröffnen kann, die oft bis tief in die Kindheit zurückgehen. Mit diesem Verfahren lassen sich tiefer liegende Probleme und damit auch tiefer liegende Lösungen herausarbeiten.

Die Genogrammarbeit hilft, Fragestellungen, Probleme oder Anliegen des Coachees tiefer gehend zu betrachten. Mit der Transparenz des Zusammenhangs von aktuellen Anliegen und unbekanntem Prägungen aus der Vergangenheit eröffnen sich neue Lösungsmöglichkeiten.

Unbewusste Weitergabe von Erfahrungen über Generationen

Dieser weitreichende Einblick in die Muster und Verhaltensweisen jedes einzelnen ist möglich aufgrund des Aufbaus und der Systematik, die Familien unbewusst innewohnt:

„Sämtliche emotionale Erfahrungen, also auch jene, die Menschen in gestörten Beziehungen und unbewältigten Konflikten machen, werden unbewusst mittels mannigfacher intrafamiliärer Übertragungsprozesse an die jeweilige Kindergeneration weitergegeben, so dass sich Beziehungs- und Konfliktkonstellationen von Generation zu Generation wiederholen, jedoch jeweils in eskalierter Form, bis hin zu dem Punkt, wo sie nicht länger verleugnet werden können, wo sie sich gewissermaßen über das Symptom Bahn brechen und so einer Be- und Verarbeitung zugeführt werden.“⁶

Ursprung

Die Grundzüge der Genogrammarbeit wurden in den 1950er Jahren von Murray Bowen in den USA gelegt. Bowen's Systemtheorie stellt den Bezug des menschlichen Verhaltens sowie des emotionalen Funktionierens zu evolutionsbiologischen Prozessen her. Demnach ist die Familie eine emotionale Einheit, welche die Familienmitglieder durch komplexe Interaktionen entscheidend prägt.

Bowen's Erkenntnisse über die Mechanismen, nach denen das emotionale System einer Familie funktioniert, liefern bis heute neue Sichtweisen, Probleme in menschlichen Beziehungssystemen zu lösen.

Ursprünglich wurden diese Kenntnisse in der Familientherapie genutzt, um Familienmitglieder darin zu unterstützen, sich von unbewussten Mustern und Verhaltensweisen zu lösen und Selbstdifferenzierung anzustoßen. Eine größere Differenzierung ermöglicht die „Abnahme an emotionaler Reaktivität und Zunahme an Selbstverantwortung in [dem] eigenen emotionalen System“⁷. Dieses Verfahren unterstützt die Beteiligten dabei, aktuelle Probleme in der Kernfamilie

⁵ Vgl. McGoldrick et al. (2009), S. 15

⁶ Roedel (1990)

⁷ Groß (2012), S. 16

zu lösen und auch im Allgemeinen weniger „Gefangener“ seiner unbewusst steuernden Gefühle zu sein. Außerdem bietet es eine Möglichkeit, negativ oder emotional belastete Themen für den Coachee umzuformulieren. Dieser Perspektivenwechsel ist oft entscheidend, um an Verhaltensänderungen zu arbeiten.

Schon damals wurde sowohl mit mehreren Familienmitgliedern als auch in Einzelsettings gearbeitet.

6.4 Anwendungsmöglichkeiten im Coaching

Im Coaching eignet sich die Arbeit mit dem Genogramm immer dann, wenn der Coachee wiederkehrende Muster in seinem Berufsleben erfährt, wenn er das Gefühl hat, sich in diesen Situationen auf eine Art und Weise zu verhalten, über die er denkt, dass er das gar nicht selbst sei.

Coaching-Anliegen scheinen zuerst unabhängig von dem historischen oder aktuellen Familiensystem und erst bei Aufdeckung des vollständigen Genogramms, lassen sich die Zusammenhänge erkennen: Alte Interaktionsmuster, die der Coachee nun als Führungskraft wieder lebt, oder Probleme mit dem eigenen Vorgesetzten, die an eine schwierige Konstellation aus der Vergangenheit erinnern.

6.5 Die vier Phasen der Genogrammarbeit im Coaching

Die Arbeit mit dem Genogramm lässt sich in einen laufenden Coaching-Prozess integrieren. Sie läuft in vier aufeinanderfolgenden Phasen ab. Die Phasen variieren in Länge und Intensität.



1. Phase: Genogrammarbeit rahmen und Einverständnis einholen

2. Phase: Genogramm erstellen

3. Phase: Genogramm anliegenbezogen auswerten und Hypothesen bilden

4. Phase: Ressourcen aktivieren und Vergangenes hilfreich integrieren

Abbildung 1:
Phasen der Genogrammarbeit aus dem STC Baustein

1. Phase: Genogrammarbeit rahmen und Einverständnis einholen

Die Arbeit mit dem Genogramm gibt schnell tiefe Einblicke in die Geschichte und das Wesen des Coachees. Ein direkter Zugang zu emotional besetztem Familienmaterial in aller Komplexität wird durch das Genogramm gewährt.⁸

Daher ist eine Vorbereitungsphase im Coaching entscheidend. Der Einsatzzweck und der Fokus der Genogrammarbeit werden gemeinsam gesetzt. Auch ist es als Coach wichtig, nochmals auf die vereinbarte Vertraulichkeit hinzuweisen. Wie oben erwähnt, gibt die Genogrammarbeit schnell tiefe Einblicke. Dem Coachee sollte dies vor Beginn der gemeinsamen Arbeit erläutert und sein Einverständnis eingeholt werden.

2. Phase: Genogramm erstellen

Die Erstellung des Genogramms im Coaching wird im Einzelsetting durchgeführt.

Die Detailtiefe kann variieren und von einem weniger als 10- minütigen Gespräch über die wichtigsten demographischen Aspekte „über die generationsübergreifende Aufzeichnung des emotionalen Systems einer Familie bis zu systemischen Hypothesen für strategische Interventionen, zur Entwicklung projektiver Hypothesen über das Aufspüren unbewusster Anteile in Genogramm Interviews“ reichen.⁹

Daneben kann der Fokus auf spezielle Aspekte wie zum Beispiel den kulturellen oder religiösen Hintergrund gelegt werden.

Weitere Blickwinkel des Genogramms können auf der vertikalen oder horizontalen Betrachtung liegen. Klassisch ist die vertikale Betrachtung, welche den familiären Kontext – die Familiengeschichte sowie die Verhaltens- und Beziehungsmuster, die von einer Generation zur nächsten weitergegeben werden – umfasst. Hierzu zählen neben den oben aufgeführten Aspekten auch Einstellungen, Tabus, Erwartungen, Etikettierungen und besetzte Themen, mit denen die Mitglieder der Familie aufwachsen.¹⁰

Die horizontale Betrachtung fokussiert den größeren gesellschaftlichen Kontext, in dem sich die betrachtete Person befindet. Dies umfasst die „erweiterte Familie“, den Freundeskreis, die jeweiligen Netzwerke, andere gesellschaftliche Verbindungen, gegenwärtige Ereignisse und sozialpolitische Entscheidungen, die zu einem bestimmten Zeitpunkt relevant für das Individuum oder die Familie sind.

Die horizontale Betrachtung ermöglicht es, die Familie im Kontext der Gesamtsituation zu beurteilen.¹¹

⁸ Vgl. McGoldrick et al. (2009)

⁹ McGoldrick et al. (2009), S. 18

¹⁰ Vgl. McGoldrick et al. (2009), S. 26

¹¹ Vgl. McGoldrick et al. (2009), S. 17

Das Informationsnetz der demografischen Daten

Die Datenerfassung stellt die Grundlage der Genogrammarbeit dar. Hierbei ist zu beachten, dass man bei der Ermittlung objektiver Daten beginnt und sich von dort immer weiter ausbreitet bis zur Ableitung von Hypothesen über Muster und Verhaltensweisen. McGoldrick et al. (2009) sprechen von einem Informationsnetz, in dem relevante Informationen hängen bleiben und welches sich in einem immer weiter werdenden Umkreis ausbreitet:

- „Vom aktuellen Problem zum umfassenden Kontext.
- Vom unmittelbaren Haushalt zur erweiterten Familie und zu komplexeren sozialen Systemen.
- Von leichten, wenig bedrohlichen Fragen zu schwierigen, möglicherweise angstausslösenden Themen.
- Von offensichtlichen Tatsachen zu Einschätzungen der Funktionalität und der innerfamiliären Beziehungen bis hin zu hypothetisierten Familienmustern.“¹²

Man beginnt mit den biologischen und rechtlichen Beziehungen der Familienmitglieder (demografische Informationen) über die zu betrachtenden Generationen – dem Grundgerüst der grafischen Darstellung (s. Abbildung 2 ein beispielhaftes Genogramm). Jedes Familienmitglied wird nach seinem Geschlecht – männlich (Kästchen) weiblich (Kreis) dargestellt. Das Geburtsjahr wird links oben neben das Symbol der Person gesetzt und das aktuelle Alter in das Symbol (wenn die Person schon verstorben ist, wird das Todesalter in das Symbol, vermerkt mit einem Kreuz geschrieben). Ehepaare sind durch nach unten versetzte Querlinien verbunden (Ehemann links, Ehefrau rechts – das H mit Jahreszahl zeigt das Heiratsjahr an). Kinder werden in Reihenfolge der Geburt von links nach rechts durch senkrechte Striche mit der Paarlínie ihrer Eltern verbunden. Die unterschiedlichen Darstellungsoptionen (Legende) sind in Kapitel 6 dargestellt.

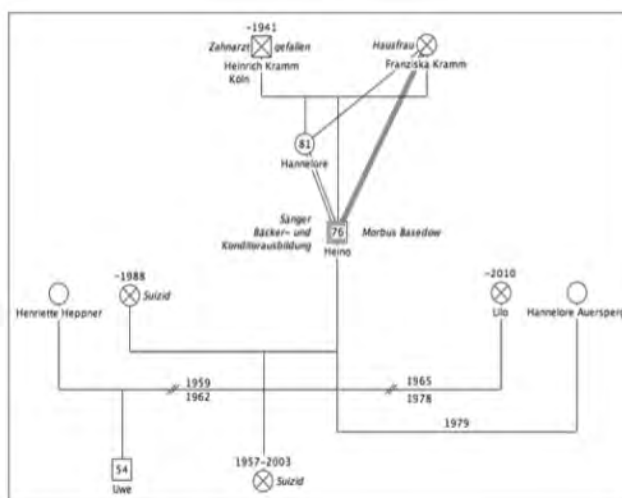


Abbildung 2: Beispiel-Genogramm Heino

¹² Vgl. McGoldrick et al. (2009), S. 70

Die Datenerfassung orientiert sich stets am Anliegen des Coachees. Bei Coaching-Themen zur Beziehungsgestaltung können die folgenden Fragen zu Distanz, Nähe und Dominanz im Familiensystem, Familienregeln und -werte hilfreich sein:

- Gibt es Familienmitglieder, die sich besonders nahe stehen? Wie nah standen Sie Ihrer Mutter/Ihrem Vater? Wie nah standen Ihre Geschwister Ihren Eltern? Wie nah standen Sie...
- Gibt es Familienmitglieder, zu denen eine große Distanz bestand? Schwarze Schafe? Was führte in Ihrer Familie dazu, ein schwarzes Schaf zu werden?
- Gibt es Familienmitglieder, die in einem ernsthaften Konflikt miteinander standen oder stehen?
- Wie wurde mit Konflikten umgegangen?
- Wer hilft, wenn Hilfe gebraucht wird?
- Wem vertrauen sich die Familienmitglieder an?
- Wie sind die Machtverhältnisse in den familiären Beziehungen? Gibt es Familienmitglieder, die von anderen eingeschüchtert werden? Gibt es Familienmitglieder, die größere Macht haben, darüber zu bestimmen, was in den Beziehungen geschieht?
- Wie wurden Sie als Kind bestraft? Wie Ihre Geschwister?
- Gilt ein Familienmitglied der Familie bei den anderen allgemein als Schlichter oder Seelentröster? Als besonders problematisch? Als kränkelnd? Als exzentrisch? Als böse? Als egoistisch? Als besonders stark? Als besonders schwach? Als dominant? Als unterwürfig? Als erfolgreich? Als Versager? Wer gilt als warmherzig? Als kalt? Als fürsorglich...
- Was meinen Sie, wie Ihr Bruder die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrer Mutter/Vater/andere Bezugsperson beschreiben würde?
- Wie hätte Ihr Vater Sie beschrieben, als Sie 13 Jahre alt waren, so alt wie Ihr Sohn jetzt?

3. Phase: Genogramm anliegenbezogen auswerten und Hypothesen bilden

Nachdem die Daten erfasst und erfragt sind, werden aus dem erstellten Genogramm Hypothesen abgeleitet, welche entscheidende Hintergrundinformationen zum heutigen Anliegen des Coachees bieten. Das Genogramm gibt wichtige Hinweise für die weitergehende Exploration. Die Hypothesen stellen keine Tatsachen dar, sondern sind getroffene Vermutungen. Ein Genogramm ist die Landkarte des Coachees und gibt Orientierung zu seinen Mustern und Prägungen.¹³ Die Leitfrage zur Hypothesenbildung lautet: Welche Muster werden sichtbar, die für die Bearbeitung der aktuellen Fragestellung hilfreich sind?

¹³ Vgl. McGoldrick et al. (2009), S. 30

In jedem Fall gilt bei der Hypothesenbildung das Sparsamkeitsprinzip, nach dem nur für das Coaching relevanten Hypothesen nachgegangen werden sollte. Besonders auf kritische Veränderungen, Verschiebungen und traumatische Erfahrungen ist bei der Hypothesenbildung zu achten.

Hilfreiche Fragen zur Hypothesenbildung

- Wenn Sie Ihr Genogramm betrachten: Welche Beziehungsmuster treten in Ihrer Familie wiederholt auf?
- An welcher Stelle sehen Sie Parallelen zu Ihrem heutigen Anliegen?
- Wo erkennen Sie die problematischen Muster in Ihrem Familiensystem wieder?
- Was von damals wirkt noch heute?
- Stellen Sie sich vor, wir würden Ihren besten Freund das Genogramm zeigen. Welche Parallelen würde er zu Ihrem heutigen Anliegen sehen?

Über den Erkenntnisgewinn, der am Ende dieser Phase steht, werden Coachees die Zusammenhänge ihres heutigen Anliegens und ihres Familiensystems bewusst. Dies alleine ist häufig ein großer Gewinn für den Coachee. Am Ende einer solchen Sitzung lohnt es, den Coachee mit einer Beobachtungsaufgabe in den Alltag zu entlassen:

- Welchen Unterschied macht das Wissen darüber im Umgang mit Ihrem Anliegen?

Damit wird dem Coachee der Druck genommen, direkt etwas anders machen zu müssen.

4. Phase: Ressourcen aktivieren und Vergangenes hilfreich integrieren

In der letzten Phase der Genogrammarbeit geht es um die Integration der Vergangenheit und die Aktivierung der Ressourcen. Oft ist dies ein Prozess, der nicht in einer Coaching-Sitzung abgeschlossen werden kann. Eingeschliffene Verhaltensmuster lassen sich nicht wegzaubern. Hier braucht das Ausschleifen Zeit. Der Prozess lässt sich über unterschiedliche Methoden begleiten. Eine verbreitete Methode ist die Aufstellungsarbeit. Eine lösungsorientierte Variante bietet das Gesundheitsbild nach Dr. Harry Merl¹⁴ zum Thema Verzeihen. Folgende Fragen fördern die Integration:

- Welche besonderen Stärken und Fähigkeiten konnten Sie aus der damaligen Situation entwickeln?
- Was braucht es für Sie noch, um sich mit dem Vergangenen zu versöhnen / Frieden zu finden?
- Gibt es andere Familienmitglieder mit ähnlichen Themen? Wie gehen diese mit dem Thema um?

¹⁴ weitere Informationen unter www.gesundheitsbild.de

- Was würde Ihnen eine unterstützende Person aus Ihrem Familiensystem bezogen auf Ihr Anliegen raten?
- Was lernen Sie aus Ihrem Genogramm bezogen auf Ihr persönliches Anliegen?
- Wie helfen Ihnen die Erkenntnisse aus der Genogrammarbeit im Umgang mit Ihrem Anliegen?

Auch kann der anschließende Coaching-Prozess unterstützen, neue Verhaltensweisen zu erlernen und das Verhaltensrepertoire des Coachees zu erweitern.

6.6 Legende zur Erstellung eines Genogramms¹⁵



Abbildung 4: Grundinformationen

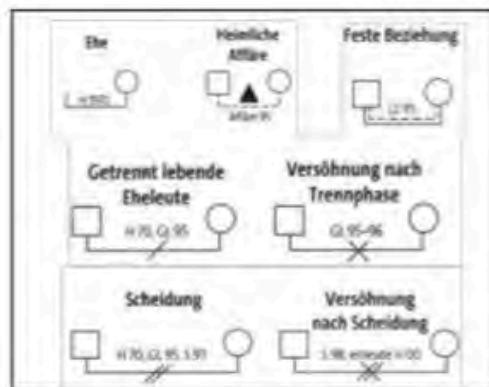


Abbildung 5: Informationen aus dem Beziehungsstatus

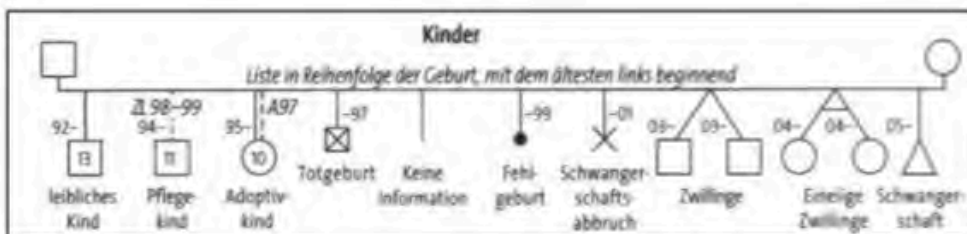


Abbildung 6: Informationen über Kinder

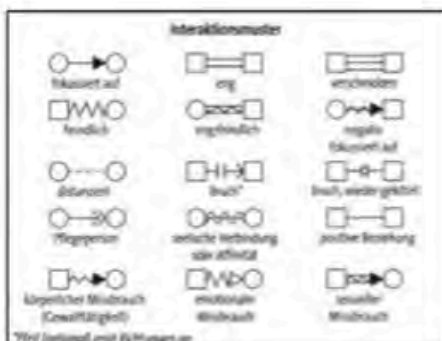


Abbildung 7: Interaktionskultur



Abbildung 8: Grafische Darstellung des Haushaltes

¹⁵ McGoldrick et al. (2009)

6.7 Weiteres Beispiel: Familie Fonda¹⁶

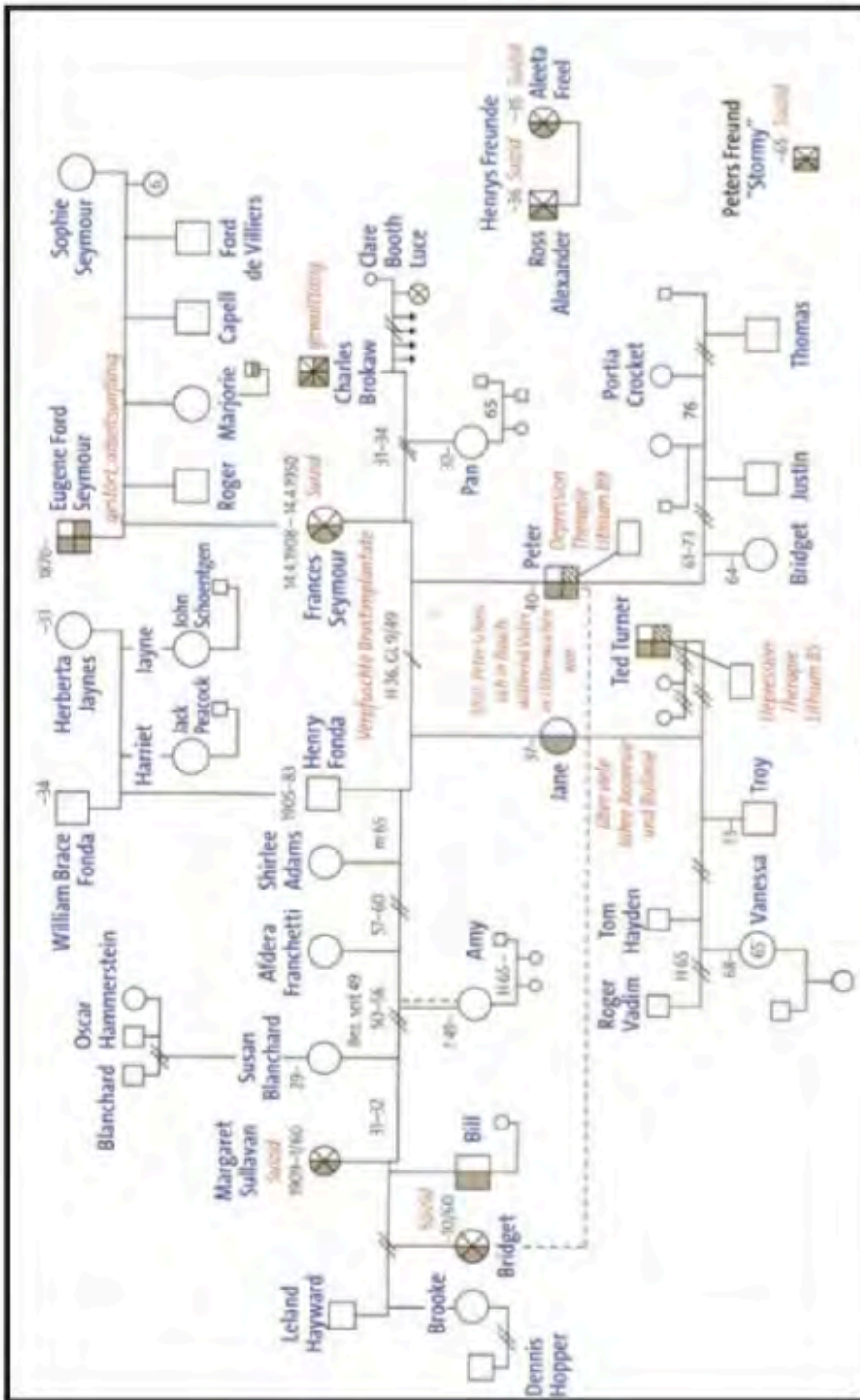


Abbildung 9: Genogramm: Familie Fonda

¹⁶ McGoldrick et al. (2009)

Literaturverzeichnis

Bowen, M. (1978). Family therapy in clinical practice. New York: Jason Aronson.

Döring-Meijer, H. (2004): Genogramm- / Familienstammbaumarbeit als Vorklärung in der systemischen Therapie. In: Systemische Aufstellungs-Praxis 1 (2004), S. 24ff. (Download unter <http://www.claro-vi-ta.net/pdf/download/genogrammarbeitalsvorklaerung.pdf>).

Freire P. (1994). The pedagogy of hope. New York: Continuum. Groß A. (2012). Die Bowensche Familiensystemtheorie. Göttingen:

Vandenhoeck & Ruprecht.

Hildenbrand B. (2011). Einführung in die Genogrammarbeit. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.

McGoldrick M., Gerson R., Petry S. (2009). Genogramme in der Familienberatung. Bern: Verlag Hans Huber.

Roedel (1990). Praxis der Genogrammarbeit. Broadstairs: Borgmann.

Auszug aus dem Baustein „Genogrammarbeit“ des systemischen Tool Camps

Was tun, wenn die Biographie des Coachees seine berufliche Fragestellung beeinflusst?



*„Niemand geht irgendwo alleine hin, auch wenn er äußerlich gesehen alleine ankommen mag. [...] Wir alle tragen die Erinnerung an zahlreiche Strukturen mit im Gepäck, unser Selbst ist voll von unserer Geschichte und von unserer Kultur“¹⁷
Paulo Freire (* 1921; † 1997; brasilianischer Pädagoge)*

Einleitung

Menschen sind in Systeme eingebunden. Menschen sind von Systemen, in denen sie aufgewachsen sind, geprägt. So betrachtet, existieren weder Menschen noch ihre Anliegen, Probleme und Lösungen für diese Probleme in einem Vakuum¹⁸ - Anliegen, Probleme und Lösungen sind unausweichlich mit dem Kontext verbunden.

Das einflussreichste dieser Systeme, in die wir eingebunden sind, ist unsere Familie. Alte

¹⁷ Freire (1994), S.31

¹⁸ Vgl. McGoldrick et al. (2009), S.25

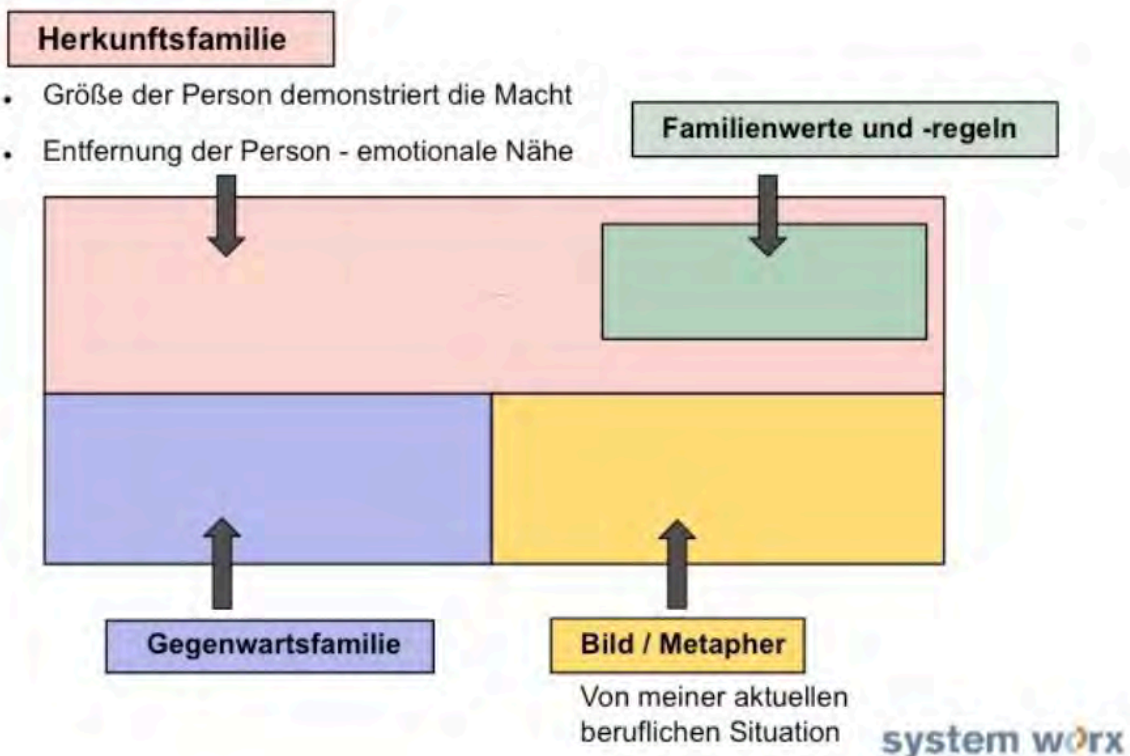
Prägungen und aus der Familie übernommene Verhaltensmuster können auch in aktuelle berufliche Fragestellungen wirken.

Das Einbeziehen des Familiensystems im Coaching baut eine Brücke zwischen dysfunktionalem Verhalten im aktuellen Kontext und alten Verhaltensmustern. Coaching-Themen im Spannungsfeld zwischen Anforderungen der beruflichen Rolle und der individuellen Prägung lassen sich wirkungsvoll mit biografischen Methoden bearbeiten. Besonders nützlich ist das Arbeiten mit biographischen Methoden, wenn in beruflichen Situationen nicht passende, sich wiederholende Verhaltens-Muster erkannt werden.

Die Methode „Ich in meinen Kontexten“ richtet die Aufmerksamkeit auf den Zusammenhang von aktueller beruflicher Situation, dem heutigen Familiensystem und dem familiären Herkunftssystem. Die Methode hilft dem Coachee, die bis heute andauernde Wirkung aus dem Familiensystem zu verstehen, neue Perspektiven auf die berufliche Fragestellung zu erhalten und damit eine bewusstere Selbststeuerung zu ermöglichen.

Methode - „Ich in meinen Kontexten“

Schritt 1: Der Klient gestaltet ein Bild nach folgender Vorlage:



Schritt 2: Mit folgenden Leitfragen lässt sich die Auswertung starten:

- Welche Familienwerte und –regeln waren und/oder sind wichtig?
- Welche Regeln sind bis heute stärkend?
- Welche Regeln werden heute als belastend erlebt?
- Welche Gemeinsamkeiten zwischen den drei Bereichen werden sichtbar?
- Welche Muster, bezogen auf das Anliegen, sind erkennbar?
- Welche Hypothesen lassen sich dem Coachee anbieten?
- Welche Auswirkungen wünsche ich mir durch die hier gewonnenen Erkenntnisse?

Systemisches Tool Camp

Systemische Methoden sicher anwenden, üben und reflektieren

Inhalte

Das systemische Tool Camp dient dazu, die Lücke zwischen systemischer Ausbildung und sicherem Einsetzen systemischer Methoden im Arbeitsalltag zu schließen. Wir trainieren gemeinsam systemische Tools von den Basiswerkzeugen systemischen Arbeitens wie Auftragsklärung, Hypothesenbildung und Fragen bis hin zu speziellen Techniken wie Externalisierung, Aufstellung oder Genogrammarbeit. Besonderen Wert legen wir darauf, die systemischen Interventionen auszuprobieren, zu üben und zu reflektieren. Nur durch dieses aktive und intensive Erfahren systemischer Tools bekommen Sie die Erfahrung, um diese in der Praxis sicher und handwerklich „sauber“ anzuwenden. So gefestigt in Ihrer Beraterrolle können Sie mit Wissen und Erfahrung die gelernten systemischen Methoden vielfältig im Alltag einsetzen.

Die 10 Trainingseinheiten finden monatlich statt (bis auf die Urlaubsmonate August und September).

Zielgruppen & Nutzen

„**(Wieder-) Einsteiger**“: Sie haben bereits eine systemische Ausbildung und hatten bislang aufgrund der beruflichen Rahmenbedingungen wenig oder keine Möglichkeit, Ihr systemisches Wissen anzuwenden. Wir helfen Ihnen dabei, in den „Fahrersitz“ zu kommen. Durch das intensive Üben von Beratungsgesprächen und die Rückmeldung zu Ihrem Auftreten und Agieren als Berater, machen wir Sie fit für die Beraterrolle.

„**Dranbleiber**“: Sie haben bereits ein erstes Jahr einer systemischen Ausbildung absolviert und möchten nun erst einmal in der Praxis anwenden, was Sie gelernt haben bevor Sie das zweite Jahr der Ausbildung anschließen. Wir begleiten Sie gerne dabei „dran zu bleiben“ und das systemische Handwerkszeug im Alltag anzuwenden. Das systemische Tool Camp ist für Sie eine intensive Übungsgruppe mit Raum zur Reflexion des eigenen Handelns.

„**Erfahrene Hasen**“: Sie sind ein erfahrener Berater, haben Ihre systemische Ausbildung bereits vor vielen Jahren gemacht und schöpfen auch aus vielen anderen Weiterbildungen in Ihrem Werkzeugkoffer. Nutzen Sie das systemische Tool Camp, um Ihr systemisches Fundament wieder aufzufrischen. Schleifen, schärfen und festigen Sie bekannte Werkzeuge und entdecken neue systemische Interventionen. Reflektieren Sie Ihr Wirken in der Beraterrolle durch das versierte Feedback der Lehrbeauftragten und die Reflexion in der Weiterbildungsgruppe.

„**Schnupperer**“: Sie möchten in den systemischen Beratungsansatz hinein schnuppern bevor Sie sich für eine (kosten-) intensive Ausbildung entscheiden. In unserem Tool Camp erfahren Sie die Grundlagen systemischen Wirkens und lernen die wichtigsten Techniken aus dem systemischen Handwerkskoffer kennen. Zur Vorbereitung stellen wir Ihnen einen Selbstlernkurs zu den

Grundlagen der systemischen Beratung zur Verfügung. Dieser Kurs enthält Anwendungsaufgaben mit deren Hilfe Sie sich tiefergehend mit den Grundlagen der systemischen Beratung auseinandersetzen können. Den Abschluss bildet ein 1-stündiges Lerngespräch. Dies ist keine Prüfung, sondern dient der Sicherstellung des Verständnisses der systemischen Grundlagen

Profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung der Lehrbeauftragten, von Ansätzen verschiedener systemischer Lehrinstitute und vom Austausch und dem Üben, Üben, Üben in Ihrer Weiterbildungsgruppe.

Seminarzeiten

Im monatlichen Rhythmus Fr 15:00 – 21:00Uhr Sa 09:00 – 16:00Uhr

Der Einstieg ist zu jedem Zeitpunkt im Jahr bzw. zu jedem Baustein möglich. Aktuelle Termine finden Sie auf unserer Webseite: www.system-worx.com

Trainer

Die Partner und Berater von system worx gestalten die 10 Bausteine

Anmeldung

Per Anmeldeformular auf unserer Webseite unter www.system-worx.com/institut oder formlos schriftlich an office@system-worx.com

Veranstaltungsort

system worx Institut, Kanalstraße 7, 85774 Unterföhring

Teilnehmer-Feedback

„Es gab eine Vielzahl an Dingen, die ich als wertvoll empfunden habe. Vor Allem die richtige Kombination aus Theorie und Praxis, die Vielzahl der Methoden und Techniken, die Beratungsmöglichkeiten, der Raum, neue Methoden und andere Vorgehensweisen auszuprobieren, sich einfach mal trauen, was anders zu machen und zu sehen, was passiert.“

Daniela Dircks, Personalentwicklerin

„Die gute Balance zwischen Theorie und Praxis, mit dem Schwerpunkt auf der praktischen Anwendung war ein großes Plus. Besonders gut gefallen hat mir die große Varianz an Themen.“

Birgit Lösch, HR Development & Education

„Ich hatte mich angemeldet, weil ich in den erlebten Peergroups und den Symposien system worx als sehr kreativ und professionell mit einer positiven Grundschwingung erlebt habe. Deshalb habe ich dem Prototypen einiges zugetraut und ich wurde nicht enttäuscht. Hervorhebenswert ist die Qualität der Vorbereitung (einprägsame Charts, Trainingsfahrplan, ausgewählte Beispiele), sowie die schnelle Nachbereitung mit lesbarem Fotoprotokoll in Ergänzung mit allen Quellen und Unterlagen, die sich im Lauf der jeweiligen Einheit ergeben haben. Danke für die Offenheit zu teilen!“

Susanne Mayer, Beratung und Training

„Die Teilnahme am Tool Camp brachte Teilnehmern folgenden Benefit: Neue wertvolle Begegnungen mit wunderbaren Menschen, neue Kontakte und Freundschaften sind entstanden, eine Gemeinschaft, die miteinander gelernt hat und aneinander gewachsen ist, die sich auszeichnet durch ein hohes Maß an Vertrauen, Wertschätzung und Zuneigung. Durch das Curriculum haben die Teilnehmer Stärkung und Festigung der eigenen Persönlichkeitsentwicklung, Haltung erfahren – wurden sich über ihre eigenen Ressourcen, Kompetenzen bewusster. Ihre eigene Professionalität ist durch Feedback, Begleitung und Unterstützung gewachsen und gestärkt worden.“

Bettina Schmidt, Personalberatung & Coaching