

Die Familie ist eines der **stärksten sozialen Systeme**. Jedes Familienmitglied - und jede andere für die Familie relevante Bezugsperson - beeinflusst durch sein Handeln das gesamte Familiensystem.

Somit wird in der **systemischen Familienberatung** oder in der **systemischen Familientherapie** nicht jedes Familienmitglied mit seinem Denken, Fühlen und Handeln isoliert betrachtet sondern in der Beziehung zu den anderen Familienmitgliedern gesehen.

Probleme, Symptome oder Störungen in der Familie sind somit Ausdruck der aktuellen Beziehungsbedingungen untereinander.

[Mehr zur systemischen Familientherapie](#)

Eine Familienberatung oder eine Familientherapie ermöglicht andere Perspektiven und neue Lösungen.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass die **Familie aus dem Gleichgewicht** gerät und Probleme trotz Lösungsbemühungen weiter bestehen oder sich verschärfen, **unterstützt** eine **Familienberatung** oder eine **Familientherapie** dabei, dass Sie Ihr Familienleben aus einem anderen Blickwinkel als bisher betrachten können.

Wenn Sie erleben, dass **Situationen** sich **wiederholen**, eine sinnvolle Kommunikation nicht oder nur eingeschränkt möglich ist, Gespräche eskalieren und das Familienleben eher als belastend empfunden wird, gibt Ihnen die Beratung die Möglichkeit, bestimmte Mechanismen zu erkennen und **wirksam zu verändern**

n
werden Handlungsspielräume erweitert und der Weg zu
neuen Lösungen
wird frei.

. Damit

In einer wertschätzenden Gesprächsatmosphäre berate ich Familien mit dem Ziel, dass

- die Handlungsmöglichkeiten der Familienmitglieder und der gesamten Familie erweitert werden,
- Handlungsmuster und Vorannahmen erkannt und verändert werden können,
- die Kommunikation untereinander verbessert wird,
- die Ressourcen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Möglichkeiten) der einzelnen Familienmitglieder und der gesamten Familie deutlich werden,
- neue Sichtweisen auf die Familie möglich werden.

Familienberatung oder **Familientherapie** und die damit verbundenen Gespräche verstehe ich als **lösungsorientierte Kurzzeitintervention**.

Das bedeutet, der Blick richtet sich

vom Ist-Zustand

recht schnell auf den

Soll-Zustand

Ihrer Familie.

Der Umfang meiner beratenden Tätigkeit richtet sich nach Ihrem Auftrag und Anliegen. Die durchschnittliche Anzahl der Beratungsgespräche liegt bei **6-8 Sitzungen**. Die Abstände zwischen den Gesprächen sollten sich von einmal wöchentlich bis hin zu einmal monatlich vergrößern, um den eingeleiteten Veränderungen Raum und Wirkung zu geben.