

Familienkreise zeichnen



Familienkreise zeichnen ist wie ein «systemischer» Schnappschuss. Es ist, als ob der Arzt und die Patientin gemeinsam wie Adler mit scharfen Augen über der Familiensituation der Patientin kreisen. Nichts ist falsch oder schlecht: Der Patient ist Experte für sich selbst.

Dessiner des «cercles de constellation familiale» revient à prendre une sorte de sorte de cliché «systémique» de la situation familiale, un peu comme si médecin et patient-e l'examinaient ensemble, en décrivant autour de grands cercles, tel un aigle au regard perçant. Rien n'est faux ni mauvais: le patient est l'expert de son propre moi.

Bernhard Panhofer

Ein Workshop am WONCA-Kongress 2003 in Ljubljana: «Drawing family circles – a quick and easy tool in Family Medicine»

Mein persönliches Interesse am systemischen Ansatz

Ich bin Arzt für Allgemeinmedizin in einer (noch) ländlichen Gegend in Oberösterreich. Zusätzlich bin ich Psychotherapeut (klientenzentrierte Psychotherapie nach C. Rogers). Dieses Wissen integriere ich in den Hausarzt-Alltag. Neben meiner Praxistätigkeit bin ich Lehrbeauftragter am Institut für Allgemeinmedizin der Medizinischen Universität Wien. Zudem wirke ich als assoziiertes Vorstandsmitglied in der ÖGAM (Österreichische Gesellschaft für Allgemein- und Familienmedizin) mit.

Familienkreise als «easy tool» in der Systemischen Hausarztmedizin

Auf der Suche nach systemischen Ansätzen in der Allgemeinmedizin fand ich im empfehlenswerten Buch «Familienmedizin für die Praxis» von Hegemann, Asen, Tomson (Schattauer Verlag) einen Abschnitt: «Familienkreise, und wie man aus ihnen herausfindet». Die vorgeschlagene Familienkreismethode (FKM) begann ich im Praxisalltag zu verwenden und war überrascht über die hohe Akzeptanz bei den PatientInnen und den erstaunlich effektiven therapeutischen Input. So begann ich, die von den Patienten gezeichneten Kreise wie andere medizinische Befunde aufzubewahren und zu kommentieren. Dadurch konnte ich den Therapieprozess dokumentieren und in späteren Konsultationen verschiedene Phasen des Prozesses untereinander vergleichen.

Die Weitergabe eines für gut befundenen Werkzeugs

Meine Erfahrungen gab ich an befreundete, psychosomatisch interessierte KollegInnen weiter, die diese Methode ebenfalls anwandten. Wir tauschten unsere Erfahrungen aus. Erstaunt waren wir vor allem darüber, welche Fülle an Informationen mit der FKM in kurzer Zeit erfasst werden kann – ein bedeutender Faktor in der Hausarztmedizin.

Die Möglichkeit, die Familienkreismethode an einem Workshop in Ljubljana einem internationalen Kreis von KollegInnen vorstellen zu können, habe ich gerne angenommen, wenn auch mit einer gewissen «Angst vor dem eigenen Mut»; denn es war für mich eine erstmalige Herausforderung, einen Workshop über die FKM, dazu erst noch in Englisch, zu leiten. Die Generalprobe im Rahmen unsers Qualitätszirkels überzeugte mich aber vollends, dass ich mich auf europäisches Parkett begeben durfte.

Was sind Familienkreise?

Das Zeichnen von Familienkreisen gehört zu den Familiendiagnose-Techniken, hat jedoch gleichzeitig auch eine therapeutische Auswirkung. Die Systemische Familiendiagnose wird in der Psychotherapie und Psychiatrie häufig benutzt, ist in der Allgemeinmedizin aber wenig bekannt. Meist benötigt man viel Zeit dazu und die Anwesenheit der ganzen Familie. Dies ist jedoch mit der Familienkreismethode nicht der Fall, wie wir gleich sehen werden.

Der FKM verwandte Methoden sind: Das *Genogramm* als bekanntes und häufig verwendetes diagnostisches Instrument, welches die Familiengeschichte über drei Generationen beschreibt; die *Familienaufstellung* (nach Hellinger), die sich für Gruppen eignet, aber aufwändig ist; das *Familienbrett*, welches der FKM am ähnlichsten ist – man ar-

Tabelle 1. WHO – wellbeing five (Version 1998). © Psychiatric Research Unit, WHO Collaborating Center for Mental Health, Frederiksborg General Hospital, DK-3400 Hillerød; www.cure4you.dk/354.

Die folgenden Aussagen betreffen Ihr Wohlbefinden in den letzten zwei Wochen. Bitte markieren Sie bei jeder Aussage die Rubrik, die Ihrer Meinung nach am besten beschreibt, wie Sie sich in den letzten zwei Wochen gefühlt haben.

In den letzten zwei Wochen ...	Die ganze Zeit	Meistens	Etwas mehr als die Hälfte der Zeit	Etwas weniger als die Hälfte der Zeit	Ab und zu	Zu keinem Zeitpunkt
... war ich froh und guter Laune	5	4	3	2	1	0
... habe ich mich ruhig und entspannt gefühlt	5	4	3	2	1	0
... habe ich mich energisch und aktiv gefühlt	5	4	3	2	1	0
... habe ich mich beim Aufwachen frisch und ausgeruht gefühlt	5	4	3	2	1	0
... war mein Alltag voller Dinge, die mich interessieren	5	4	3	2	1	0

Punktberechnung: Der Rohwert kommt durch einfaches Addieren der Antworten zustande. Der Rohwert erstreckt sich von 0 bis 25, wobei 0 geringstes Wohlbefinden / niedrigste Lebensqualität bezeichnet und 25 grösstes Wohlbefinden / höchste Lebensqualität. Den Prozentwert von 0–100 erhält man durch Multiplikation mit 4. Der Prozentwert 0 bezeichnet das schlechteste Befinden, 100 das beste.

beitet mit Figuren, die vom Patienten gestellt werden. Die letzten zwei Methoden gehören, wie die FKM, zu den sogenannten *Skulptur-Methoden*. Zwei *nicht systemische Fragebögen* sind in der Familienmedizin zudem etabliert: «WHO-well-being-five» (Tabelle 1) und «Familien-APGAR» (Tabelle 2). Beides sind Screening-Tests und können allenfalls zur FKM führen.

Tabelle 2. Familien-APGAR-Fragebogen. Aus: Smilkstein G. The family APGAR: a proposal for a family function test and its use by physicians. J Fam Pract 1978;6:1231–9.

	Almost always	Some of the time	Hardly ever
I am satisfied with the help that I receive from my family when something is troubling me.			
I am satisfied with the way my family discusses items of common interest and shares problem-solving with me.			
I find that my family accepts my wishes to take on new activities or make changes in my life-style.			
I am satisfied with the way my family expresses affection and responds to my feelings such as anger, sorrow, and love.			
I am satisfied with the amount of time my family and I spend together.			

Scoring: The patient checks one of three choices which are scored as follows: "Almost always" (2 points), "Some of the time" (1 point), or "Hardly ever" (0 points). The scores for each of the five questions are then totaled. A score of 7–10 suggests a highly functional family. A score of 4 to 6 suggests a moderately dysfunctional family. A score of 0 to 3 suggests a severely dysfunctional family.

Wie man es macht

- Indikation: Wann immer die Ärztin auf die Idee kommt, dass die Krankheit des Patienten mit seiner Familie oder Umwelt zu tun hat, oder wenn die Beratungsursache unklar ist, lädt sie den Patienten ein, einen Familienkreis zu zeichnen. Nützliche Wörter sind: «überraschend», «neu», «einfach», «klar» ...
- Der Arzt zeichnet einen Kreis auf ein Blatt Papier und erklärt, wie es geht.
- Der Patient wird gebeten, sich selbst und seine Familienmitglieder als Kreise innerhalb (oder auch ausserhalb) des grossen Kreises einzuzeichnen. Auch Freunde, Feinde, die Arbeit, Gott, Hobbies, Haustiere usw. können plaziert werden – was immer die Patientin für wichtig erachtet. Das Zeichnen sollte nur wenige Minuten dauern. Manche Patienten wollen kurz allein gelassen werden.
- Die Kreise werden bezeichnet, um sie auch später identifizieren zu können.
- Die Patientin wird ermutigt, ihre Interpretation der Zeichnung zu beschreiben und über Gefühle und Bedeutungen zu besprechen.
- Nützliche reflektive Fragen sind: Mögen Sie das Bild? Ist da etwas für Sie Überraschendes? Wollen Sie etwas ändern? Was brauchen Sie für die Veränderung? Der Arzt soll alle Erklärungen des Patienten akzeptieren, selbst wenn sie für ihn skurril erscheinen sollten. Gut gemeinte Ratschläge sind zu unterlassen, denn die Patientin ist die Expertin für ihre Umwelt.
- Der Patient und die Ärztin sprechen über die Ressourcen und Ideen des Patienten, z.B. darüber, ob

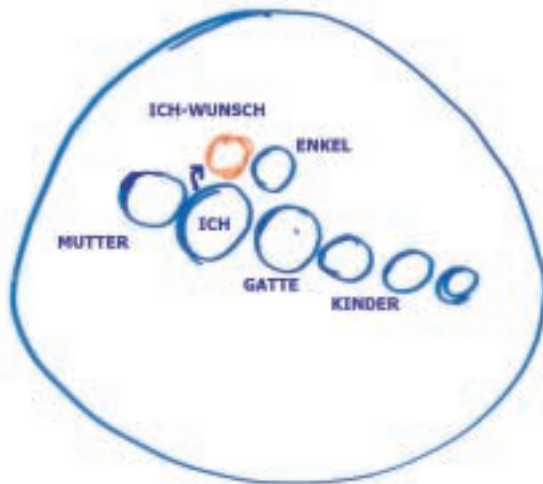


Abbildung 1

Die 51jährige Frau leidet an Juckreiz im Gesicht. Zitate aus dem Gespräch: «Im Bauch zieht es sich zusammen.» «Meine 75jährige Mutter jammert ununterbrochen, ich muss immer da sein, auch nachts, sie klebt an mir. Ich muss immer für alle verfügbar sein.» Die Kreise zeichnet die Frau sehr schnell, in kaum einer Minute. Auf die Frage, was anders sein solle, meint sie: «Ich würde viel lieber mehr Kontakt zum kleinen Enkelkind haben, der macht mir so Freude, ein wenig weg von der Mutter.» Ich fordere sie auf, ihren Wunsch als neuen Kreis in einer anderen Farbe einzuzeichnen.

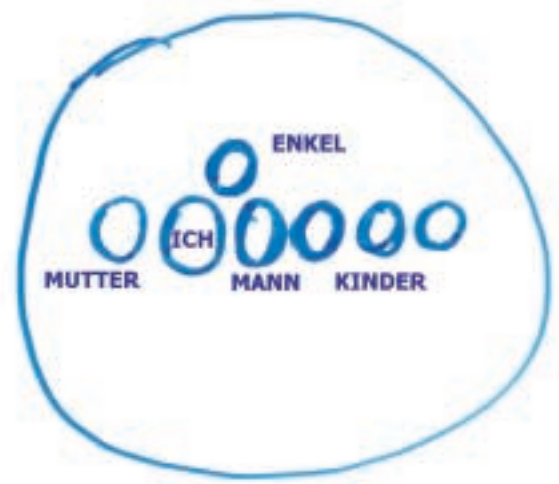


Abbildung 2

Dieselbe Frau, 3 Monate später: «Ich kann jetzt sogar nein zu meiner Mutter sagen, es geht mir viel besser. Jaja, ich weiss ich bin wie ein Sandwich.» Ich sehe ein leises Lächeln. Das Bild ist scheinbar nur minimal verändert, aber Tochter und Mutter «kleben» nicht mehr aneinander. Insgesamt wirkt das Bild ruhiger.

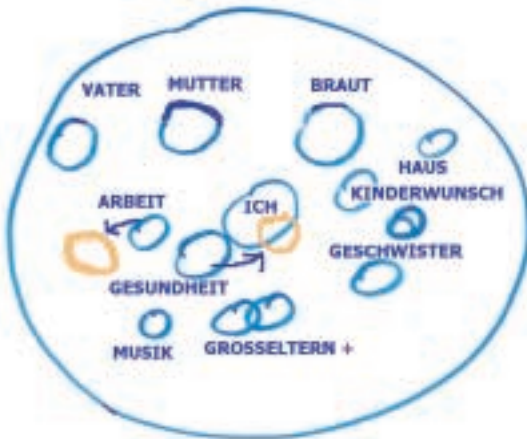


Abbildung 3

Der 41jährige Mann leidet an Schlaflosigkeit, ist müde, hat Angst vor Arbeitsplatzverlust, ist kraftlos, depressiv, schon seit Wochen, es wird immer schlimmer. Heirat in einem Monat, er hat schreckliche Angst, dass die Hochzeitsfeier «daneben geht» – weil er so kraftlos ist. Den Kreis für «Gesundheit» zeichnet der Patient erst zuletzt ein und erkennt, dass diese ausserhalb seiner Person ist; er meint, die wäre ihm lieber in seinem Ich-Kreis drinnen. Ja, und die Arbeit hätte er lieber nicht so wichtig nahe, jetzt, wo er doch eine Familie gründen will. Den Patienten lud ich zu täglichen 10minütigen Gesprächen ein, wobei wir wiederholt seinen Familienkreis zur Hand nahmen. Er nahm auch eine Antidepressivum ein. Die «depressive Phase» besserte sich überraschend schnell. Er feierte eine wunderbare Hochzeit.

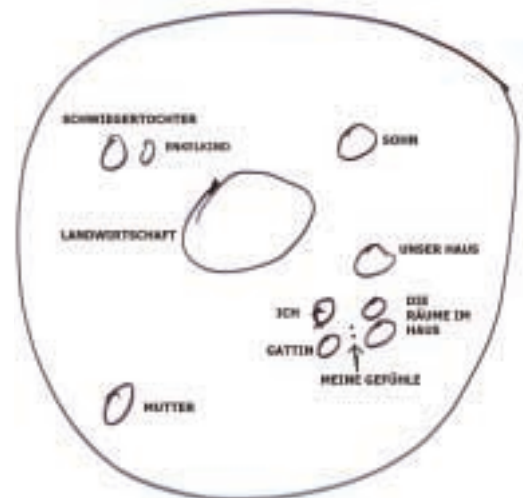


Abbildung 4

Der 61jährige Landwirt kommt selten in unsere Praxis. «Ich finde keinen Platz mehr in meinem eigenen Haus. Alles ist zu laut, ich halte niemanden mehr aus, ich muss mich dauernd über alle ärgern.» Durch sein Zeichnen bekomme ich einen tiefen Einblick in seine Familie: «Landwirtschaft» ist sein zentraler Lebensinhalt, «Gefühle» sind kleine Körnchen. Empathie entsteht.

es für ihn einen anderen, besseren Platz im Kreis geben könnte; das kann dann in einer anderen Farbe eingezeichnet werden. Ein therapeutischer Prozess entwickelt sich weiter.

■ Oft befinden sich die Patientinnen beim Zeichnen in einem Hypnoid. Man kann den möglichen hypnotischen Zustand am Ende der Konsultation durch ein banales Ritual, z.B. Falten des Blattes oder verbal durch kurzes Rückerinnern auf den Behandlungsanlass, beenden.

Eigenschaften der Familienkreismethode

Die FKM ist

- *schnell*, weil die Methode leicht zu erklären ist;
- *semiotisch* begründet, weil der Patient Zeichen benützt und die Familie zuerst auf einer nonverbalen Ebene beschreibt;
- *narrativ*, weil der Patient seine Geschichte erzählt und seiner Zeichnung Bedeutung gibt;
- basiert auf *Empathie*, weil der Arzt in der Welt der Patientin spazierengeht;
- *systemisch*, weil sie Beziehungen beschreibt;
- *konstruktivistisch*, weil der Patient seine Wahrheit erzählt, wie er sie sieht;
- *prozessorientiert*, weil sie eine Aussicht für Veränderung bietet;
- kann *«evidence-based»* sein, wenn sie als Werkzeug in unserem Hausarzt-Alltag evaluiert würde.

Familienkreise ziehen Kreise am Workshop in Ljubljana

Am Workshop in Ljubljana liess ich die 30 Teilnehmenden in Zweier- und Dreiergruppen während ca. 30 Minuten ihre eigene Familie und was dazu gehörte gegenseitig aufzeichnen. ÄrztInnen von Singapur über die Schweiz bis nach Norwegen tauschten ihre intimen Bilder über die eigenen Familien aus. Mit zunehmender Dauer entfaltete sich eine lebhaft, ja vergnügliche Stimmung im Raum.

Aufgrund der erlebten Selbsterfahrung waren die TeilnehmerInnen einhellig erstaunt über die Vielfalt und die «richness» der Methode und darüber, wie intensiv und umfassend diese die eigene Person wahrnehmen lässt. Eine Teilnehmerin meinte, das wäre sicher eine geeignete Methode, um die innere Welt von Krebskranken zu erfassen. Eine Teilnehmerin aus Singapur fragte sich, ob dieses Tool auch in der Gesellschafts- und Familienstruktur von Singapur funktionieren würde.

Ein herzlicher Dank geht an die PatientInnen, deren Familienkreise mit ihrem Einverständnis für den Workshop und diese Arbeit verwendet werden dürfen.

Vom 17.–23. Januar 2004 findet in Lech am Arlberg die 3. Wintertagung der ÖGAM statt. In diesem Rahmen gibt es vom Autor dieses Artikels jeweils ein Seminar über Familienkreise auf Deutsch und Englisch. Es gibt vor Ort auch Kongress-Tageskarten. Das Kongressprogramm kann über die Website der SGAM (www.sgam.ch) eingesehen werden.

Literatur

- 1 Hegemann T, Asen E, Tomson P. Familienmedizin für die Praxis. Stuttgart, New York: Schattauer; 2000.
- 2 McDaniel SK, Hepworth J, Doherty WJ. Medical Family Therapy. New York: Basic Books; 1992.
- 3 Kochen MM. Allgemein- und Familienmedizin. Stuttgart: Hippokrates; 1998.
- 4 Cierpka M, Hrsg. Handbuch der Familiendiagnostik, Berlin, Heidelberg, New York: Springer; 2003.
- 4 Iseli C, Keil WW, Korbei L, Nemeskeri N, Rasch-Owald S, et al., Hrsg. Identität – Begegnung – Kooperation. Person-/Klientenzentrierte Psychotherapie und Beratung an der Jahrhundertwende. Köln: GwG-Verlag; 2002.
- 5 Smilkstein G. The family APGAR: a proposal for a family function test and its use by physicians. J Fam Pract 1978;6:1231–9.

Dr. med. Bernhard Panhofer

Arzt für Allgemeinmedizin und Psychotherapeut

Arzt für Homöopathie

Lehrbeauftragter am Institut für Allgemeinmedizin

der Medizinischen Fakultät der Universität Wien

A-4841 Ungenach 35

panhofer@ungenach.at