



## Arbeiten mit dem Familienbrett

Das Familienbrett wurde in der systemischen Familientherapie entwickelt und wird in vielen verschiedenen Ausführungen und Anwendungsgebieten angewendet.

Mit Hilfe von verschiedenen Figuren, Tieren und Formen stellt die Klientin oder der Klient sein soziales System wie die Familie, eine Gruppe oder Team auf. Das Familienbrett ist eine Methode zum Erfassen eines sozialen Systems. Im Unterschied zu anderen Erfassungstechniken bietet das Familienbrett den Vorteil, dass sich die Figuren verschieben lassen und dass man es aus verschiedenen Perspektiven betrachten kann. Das Familienbrett ermöglicht dadurch ein dynamisches Arbeiten. Veränderungen können vorgenommen und gespürt werden. Das Familienbrett gehört zu den Projektionstechniken und ist für die Einzelarbeit geeignet. Zudem findet es Anwendung in der Konfliktbearbeitung in der Paarberatung und in Supervisionen.

**Zum Arbeiten mit der Familienkonstellation kann die Familie, wie sie in der Kindheit erlebt wurde aufgestellt werden. Und das Familienbrett kann auch dafür eingesetzt werden, das aktuelle soziale System, die Familie zu erfassen.**

Die Klienten oder der Klient entscheidet sich welche Figur für sich und die zu stellenden Personen ausgewählt und in welcher Position und Blickrichtung diese auf dem Brett platziert werden möchten. Die Beraterin/der Berater unterstützt die Klientin oder den Klienten darin, Zusammenhänge zu erkennen, den eigenen Lebensstil und die Lebensgestaltung zu verstehen und mögliche Veränderungen anzugehen.

- Sind alle mit dabei? Stehen sie am richtigen Platz?
- Gewählte Formen und Figuren - Welche Figur wurde für wen ausgesucht? Wer hat welche Farbe oder Form (rund oder eckig, gross oder klein) und was verbindet diese Person damit? Steht jemand auf dem Sockel? (Selbst- und Fremdsicht)
- Blickrichtung der gestellten Figuren – Wer schaut sich an? Wo ist ein Blickkontakt möglich, wo nicht? Haben die Eltern alle Kinder in Sicht? Schaut jemand ins Leere?
- Nähe und Distanz – Wer steht am nächsten, wer am weitesten weg?
- Anordnung auf dem Brett – Wie wird der Raum genutzt? Steht jemand am Rand, auf der Kippe? Gibt es leeren Raum? Gibt es Raum für Entwicklung? Wer steht wem im Weg? Wer steht auf welcher Seite? (Hinweis für Konfliktdynamik)
- Betrachtung aus verschiedenen Blickrichtungen – Vogelperspektive, andere Seite