



Fragen zur Familiengeschichte

Vor einer eigenen Aufstellung kann es sehr aufschlussreich sein, mit Eltern, Großeltern oder anderen Verwandten über die folgenden Fragen zu sprechen. Sie helfen, Zusammenhänge und mögliche Verstrickungen mit den Ereignissen und Erfahrungen vorausgegangener Generationen zu erkennen. Wenn möglich, bringe eine Art Stammbaum (Genogramm) zur Aufstellung mit.

1. Wer gehört zur Kern-Familie? Auch Halbgeschwister!
2. Gab es vor dem Ehepartner (dem eigenen, der Eltern, Großeltern) eine oder mehrere bedeutsame Beziehung bzw. Ehe?
3. Wie alt waren die Eltern, als sie sich kennen lernten und als sie heirateten?
4. Wie haben sich die Eltern kennengelernt?
5. Falls die Eltern nicht geheiratet haben: was war der Grund dafür?
6. Sind sie inzwischen getrennt? Falls ja, warum?
7. Wie viele Geschwister haben Mutter/Vater und wie alt sind sie? Auch Halbgeschwister!
8. Gibt es nichteheliche Geburten?
9. Wurde ein Kind an Pflegeeltern oder Verwandte weggegeben?
10. Wurde ein Kind adoptiert?
11. Ist jemand in der Familie homosexuell?
12. Gibt es Familienmitglieder, die aus der Familie ausgeschlossen sind?
13. Gab es wichtige Ereignisse im eigenen Leben, im Leben der Eltern, der Großeltern?
14. Hat jemand in der Familie ein besonderes Schicksal?
15. Gibt ein behindertes Familienmitglied?
16. Bis Sie 15 Jahre alt wurden, ist in dieser Zeit jemand aus der Familie früh verstorben?
17. War ein anderes Familienmitglied jünger als 15 Jahre, als Vater/Mutter, Geschwister starb?
18. Ist ein Familienmitglied tot geboren oder vor dem 30. Geburtstag gestorben?
19. Gab es Abtreibung in der Familie?
20. Starb eine Frau an den Folgen einer Geburt oder trug sie schwere Schäden davon?
21. Gab es Verbrechen/Gewalt/sexuellen Missbrauch in der Familie?
22. Hat ein Familienmitglied Verbrechen begangen?
23. Gab es Selbstmord in der Familie?
24. Gab es Aufenthalte in der Psychiatrie?
25. Gab es Aufenthalte im Gefängnis?
26. Wurde ein Familienmitglied Opfer eines Verbrechens?
27. Gab es Vertreibung/Flucht?
28. Ist jemand ausgewandert?
- 29.



30. War jemand in den Nationalsozialismus verwickelt?
31. Ging ein Familienmitglied bankrott?
32. Gab es Familiengeheimnisse, Tabu-Themen?

Diese Fragen sollten mit aller gebotenen Vorsicht und großem Respekt erörtert werden. Es geht bei keiner Frage darum, einen Schuldigen zu finden, anzuprangern oder gar zu verurteilen! Bedenkt man, dass jeder einzelne im Familiensystem in seiner Verstrickung sitzt, öffnet sich der Blick für die Zusammenhänge einer Familienseele und ihres Schicksals. Die Anerkennung dieser Vernetzung und die persönliche Beteiligung sind der Schlüssel zur Lösung

