



Systemisches Coaching: der Schlüssel für eine powervolle Patchworkfamilie

Abschlussarbeit von Gudrun Schumann
zur Systemischen Coaching-Ausbildung

Abschluss im September 2023

Inhaltsverzeichnis

Summary	3
1. Definition: Was ist eine Patchworkfamilie?	3
2. Warum ist das Coaching in Patchworkfamilien wertvoll?.....	4
3. Wie funktioniert Patchworkfamilien-Coaching?.....	4
4. Was heißt systemisches Coaching eigentlich?.....	4
5. Systemische Fragen	5
5a. Die Skalierungsfrage am Beispiel von Patchworkfamilien	6
5b. Die Ressourcenfrage am Beispiel von Patchworkfamilien	7
6. Konfliktcoaching	8
6a. Konfliktstile.....	8
6b. Ok-Ok-Modell.....	10
6c. Gewaltfreie Kommunikation	11
7. Fazit:.....	13
8. Quellenverzeichnis	14

Summary

Coaching im System „Patchworkfamilie“ zielt darauf ab, neu entstandenen Familien in schwierigen Situationen zu helfen und ihre Beziehungen zu verbessern. Es geht darum, die zusammengewürfelten Lebensgemeinschaften dabei zu unterstützen, ihre Kommunikation zu verbessern und ihre Konflikte zu lösen. In dieser Hausarbeit werde ich mich mit dem Konzept von Patchworkfamilien auseinandersetzen und untersuchen, wie das Coaching dazu beitragen kann, dass alle an der Patchworkfamilie Beteiligten glücklicher werden oder glücklich bleiben. Durch das systemische Coaching können Bedürfnisse, Gefühle und Wünsche aufgedeckt werden, die bislang im Unterbewusstsein schlummerten. So soll ein besseres Verständnis füreinander entwickelt und die Beziehungsdynamik positiv beeinflusst werden.



1. Definition: Was ist eine Patchworkfamilie?

Wenn ein Elternteil eine Beziehung mit einem:r neuen Partner:in eingeht, nannte man diesen Teil früher „Stiefmutter“ oder „Stiefvater“. Und die sind - wie wir aus den Märchen wissen - böse und gemein. Heute nennt man eine neu zusammengewürfelte Lebensgemeinschaft „Patchworkfamilie“. Das klingt viel freundlicher - nach einem bunten Flickenteppich. Die "normale" Kleinfamilie, bestehend aus Mama, Papa und Kind, ist heute nicht mehr die Norm, denn immer mehr Familien leben das unkonventionelle Gefüge der „Patchworkfamilie“. Etwa sieben bis 13 Prozent deutscher Familien, so schätzt man, leben heute als Patchworkfamilie zusammen. (Quelle: *apomio.de*) Genaue Statistiken gibt es nicht. Kein Wunder, bei so vielen Varianten: Entweder bringt die Mutter ihre Kinder mit in die neue Beziehung oder der Vater. Oder die Kinder von beiden Elternteilen leben in der Familie. Manchmal leben auch Kinder aus einer früheren Beziehung bei dem:r Ex-Partner:in und kommen nur am Wochenende zu Besuch. Oft kommen auch noch gemeinsame Kinder aus der neuen Beziehung dazu - es gibt viele Familienformen und jede Patchworkfamilie ist anders. Der bunte Flickenteppich, der nach außen so schön lebensfroh erscheint, birgt auch zahlreiche Ängste, Fragen und Schwierigkeiten. Die vielen bunten Flecken an den passenden Stellen zusammenzufügen, erfordert viel Geduld, Arbeit und Liebe. Es gibt keine Patentrezepte, wie aus den einzelnen Familienmitgliedern eine Familie entsteht. Doch es gibt ein paar Methoden und

Unterstützungsmöglichkeiten aus dem systemischen Coaching, die das Zusammenwachsen und -leben der Familie erleichtern können.

2. Warum ist das Coaching in Patchworkfamilien wertvoll?

Familiencoaching ist wichtig, weil es Familien in schwierigen Situationen helfen kann, ihre Beziehungen zu verbessern und ihre Probleme zu lösen. In vielen Familien gibt es Konflikte und Spannungen, die zu Streitigkeiten und schlechter Kommunikation führen können. Das Coaching hilft den Familienmitgliedern, ihre Probleme anzusprechen und auf eine positive Art und Weise zu lösen. Darüber hinaus können Familienmitglieder durch das Coaching lernen, wie sie auf eine Weise miteinander umgehen können, die ihre Beziehungen stärkt und aufrechterhält.

3. Wie funktioniert Patchworkfamilien-Coaching?

Coaching in Patchworkfamilien beginnt oft mit einer Einschätzung der Situation durch den Coach. Der Coach arbeitet eng mit der Familie, primär mit den Erwachsenen zusammen, um ihre Bedürfnisse und Herausforderungen zu verstehen und eine gemeinsame Strategie zu entwickeln.

Wie können systemische Coaching-Techniken Patchworkfamilien unterstützen? Im systemischen Coaching gibt es eine Vielfalt von Möglichkeiten, die Patchworkfamilien befähigen, gemeinsam ein glückliches Leben zu führen.

Diese Arbeit soll einen Überblick der Möglichkeiten abbilden, die anwendbar und hilfreich sind. Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit oder Umsetzbarkeit, sondern es handelt sich um eine Auswahl an systemischen Methoden, die Transparenz in das Thema bringen und den Erwachsenen (Elternteilen und/oder Partnern) helfen, Verstrickungen oder Konflikte zu lösen, vor allem selbstwirksam. Das bedeutet: schwierige Situationen oder Herausforderungen aus eigener Kraft, mit Hilfe der Methoden, erfolgreich bewältigen und lösen zu können – was sich auf alle beteiligten Patchworkfamilien Mitglieder positiv auswirken kann.

4. Was heißt systemisches Coaching eigentlich?

„Systeme“ sind in sich geordnete und organisierte Einheiten, die aus verschiedenen Elementen bestehen. Sie beziehen sich aufeinander und existieren nicht losgelöst voneinander.

Die Elemente in einem System interagieren miteinander, um gemeinsame Ziele oder Funktionen zu erreichen. Das erfolgt in der Regel durch Prinzipien oder Mustern, denen gefolgt wird, z. B. existiert eine Struktur und Verhaltensweisen wiederholen sich, um das System zu erhalten und den Zweck des Systems zu erfüllen.

Krisen oder Konflikte entstehen, wenn bisherige Lösungsvarianten in Systemen nicht mehr greifen oder nicht zu einem befriedigenden Ergebnis führen. In dem System „Patchworkfamilie“ kann es verschiedene Ursachen für Konflikte geben, z. B.:

- **Interessen- / Bedürfniskonflikte:** wenn die Interessen / Bedürfnisse der Patchwork-Familienmitglieder nicht miteinander vereinbar sind.
- **Wertekonflikte:** unterschiedliche Prägungen, Überzeugungen aus früheren Erfahrungen passen nicht zusammen.
- **Strukturkonflikte:** mangelnde oder unklare Regeln / Strukturen.

- **Kommunikationsprobleme:** Missverständnisse, mangelnde Kommunikation oder auch Kommunikationsbarrieren, wenn wichtige Informationen nicht effektiv übermittelt werden.
- **Fehlende Kooperationsmechanismen:** innerhalb der Patchworkfamilie bestehen keine Mechanismen, um Konflikte zu lösen oder Kompromisse zu finden.

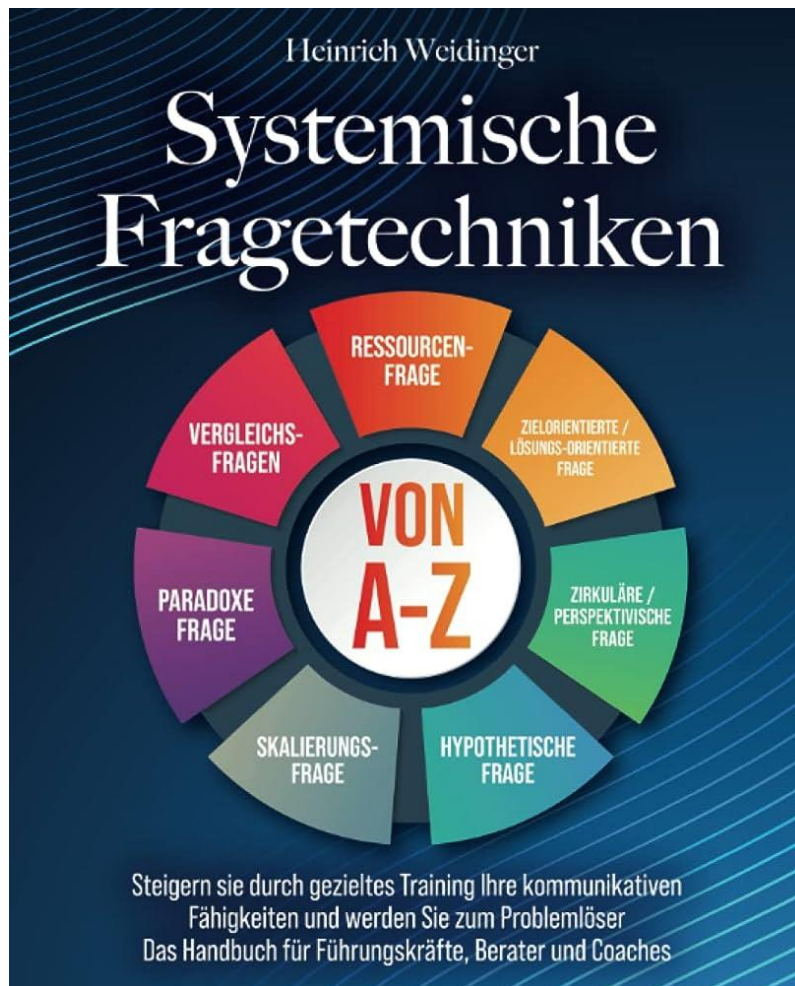
Konflikte in einem System können sich auf verschiedene Arten äußern, verbale Auseinandersetzungen und offene Konfrontationen. Hier ist es ratsam, Konflikte schnell aufzugreifen und entgegenzuwirken. In der systemischen Betrachtung wird davon ausgegangen, dass Menschen und Systeme bereits die Lösungen zur Bewältigung von Krisen und Konflikten in sich tragen. Die eigenen Ressourcen und Handlungsmöglichkeiten sind blockiert, können jedoch wieder entfaltet oder auch erstmalig entdeckt werden. Das systemische Coaching zielt genau darauf ab, die Klienten, hier, die erwachsenen Patchwork-Familienmitglieder zu befähigen, die inneren Ressourcen und die Selbstwirksamkeit wieder zu aktivieren.

Der Coach kann Techniken wie systemische Fragen, Perspektivwechsel und Rollenspiele oder auch Konfliktstile anwenden, um die Kommunikation und das Verständnis füreinander zu verbessern. Darüber hinaus kann der Coach Hilfestellung geben, um die eigenen Ressourcen zu aktivieren, die der Patchworkfamilie helfen können, ihre Ziele zu erreichen. Dabei spielt die Haltung des Coachs eine elementare Rolle. Der Coach führt den Prozess, baut eine Beziehung zu dem Coachee / den Coachees auf und geht sensibel auf den Coachee ein und achtet auf Körpersignale, die bedeutsam sein können. Nachdem Coach und Coachee eine Verbindung aufgebaut haben, wendet der Coach je nach Thema die passenden Methoden an. Für Patchworkfamilien bieten sich viele Optionen an, ich stelle einige davon vor:

5. Systemische Fragen

Systemische Fragen sind im systemischen Coaching ein Grundelement. Sie spielen in allen Phasen des Coachings eine wichtige Rolle, schon beim ersten Kennenlernen bis hin zum Abschlussgespräch. Sie werden meist als offene Frage formuliert und regen den Klienten zum Nachdenken und zur Selbstreflexion an. Durch systemische Fragen können Zusammenhänge aufgedeckt und Denkblockaden gelöst werden. Sie helfen den Befragten, eigene Lösungen zu entwickeln. Da davon ausgegangen wird, dass der Klient alle Ressourcen und Kompetenzen besitzt, um das Problem selbst zu lösen, sind die unterschiedlichen Fragetechniken immer lösungsorientiert. Es gibt sehr unterschiedliche Fragetypen, die je nach Situation, Problem und Wirkung eingesetzt werden können.

Mögliche Fragetechniken nach dem Autor Heinrich Weidinger können sein:



5a. Die Skalierungsfrage am Beispiel von Patchworkfamilien

Diese Art von systemischen Fragen bietet ein gutes Grundgerüst, um den aktuellen Standpunkt festzulegen und in weiterführenden Gesprächen Vergleiche ziehen zu können.

Manchmal können Klienten Unterschiede von Situationen, Zuständen, Empfindungen schwer in Worte fassen. Dieses kann durch Skalierungsfragen vom Klienten einfach und nachvollziehbar artikuliert werden. Sie eignen sich hervorragend, um die Größe eines Problems zu messen oder Rückschlüsse auf Befinden und/oder Leidensdruck der Familienmitglieder zu erhalten. Die Skalierungsfrage kann bei der Festlegung des Ist- und Soll-Zustandes helfen und dabei unterstützen, Aussagen und Zielvorstellungen konkreter zu machen. Zum Beispiel:

- *Auf einer Skala von 1-10, wie wohl fühlst du dich in deiner Patchworkfamilie?*
- *Angesprochen auf deine Situation zu Hause, wie sehr belastet dich die Situation auf einer Skala von 1-10?*
- *Auf einer Skala von 1-10, wie zufrieden bist du derzeit mit der Kommunikation in deiner Patchworkfamilie?*
- *Was kannst du tun, um die Situation um einen Punkt zu verbessern?*

- *Woran erkennst du, dass du auf einer 10 bist?*



5b. Die Ressourcenfrage am Beispiel von Patchworkfamilien

Die Ressourcenfrage ist eine effektive Coaching-Technik, die in verschiedenen Kontexten angewendet werden kann – auch in Patchworkfamilien. Sie öffnet den Blick auf Stärken und Fähigkeiten der Patchwork-Familienmitglieder und löst das angenehme Gefühl der Selbstwirksamkeit aus.

Schritte zur Anwendung der Ressourcenfrage in Patchworkfamilien:

Kontext verstehen: Bevor Ressourcenfragen angewendet werden, ist es wichtig, den Kontext der Patchworkfamilie zu verstehen. Welche spezifischen Herausforderungen oder Konflikte bestehen? Welche Dynamiken und Beziehungen sind relevant?

Fragen formulieren: Die Fragen werden offen formuliert, um die Aufmerksamkeit auf die Stärken und Ressourcen zu lenken.

Zum Beispiel:

- Welche besonderen Fähigkeiten oder Talente bringst du in die Familie ein?

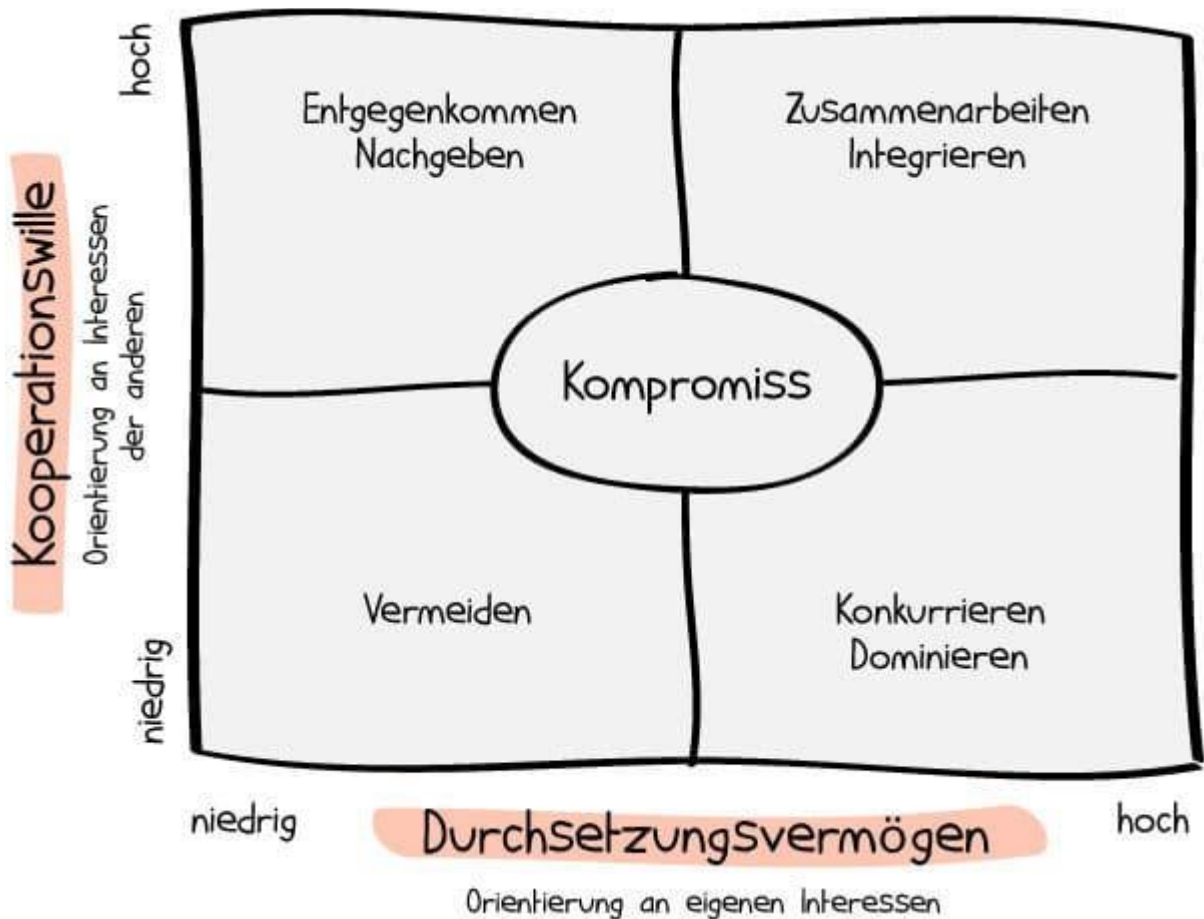
- Welche positiven Erfahrungen oder Strategien aus deiner Vergangenheit könnten helfen, die aktuelle Situation zu bewältigen?
- Gibt es bestimmte Wege, wie du bereits erfolgreich mit ähnlichen Herausforderungen umgegangen bist?

Die Anwendung der Ressourcenfrage in Patchworkfamilien kann dazu beitragen, die Selbstwahrnehmung und das gegenseitige Verständnis zu fördern. Indem sie die Stärken und Fähigkeiten der Familienmitglieder erkennen und nutzen, können sie die Familie unterstützen, gemeinsam mit Herausforderungen umzugehen und eine positive Dynamik zu schaffen.

6. Konfliktcoaching

Konflikte in Patchworkfamilien entstehen oft dann, wenn gelernte Verhaltensmuster der „alten“ Familie mit denen der neuen Familie zusammenprallen und nicht miteinander vereinbar sind. Diese treten im täglichen Leben auf und werden mit der Zeit als störend und belastend empfunden. Schon bei dem Störgefühl kann der Coach ansetzen und über verschiedene Konfliktmethoden zur Auflösung verhelfen.

6a. Konfliktstile: Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, mit einem Konflikt umzugehen. Das Modell von Kenneth Thomas stellt fünf verschiedene Verhaltensstile dar. Der Coach kann dieses Modell nutzen, um herauszufinden, welches Verhalten in Konflikten am häufigsten gezeigt wird.



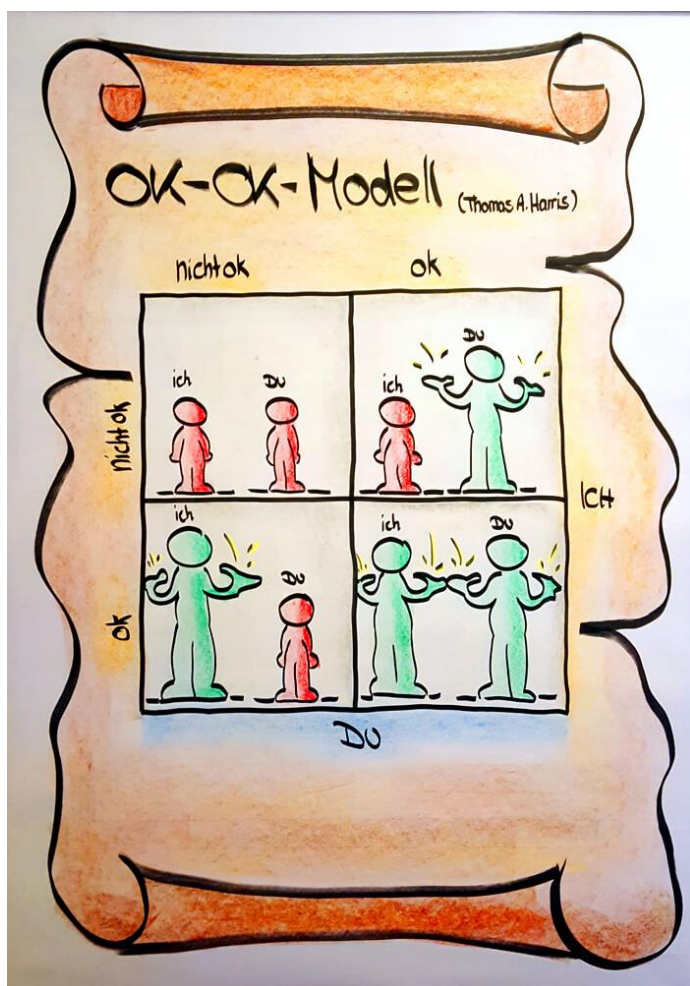
1. **Vermeiden:** hierbei wird versucht, den Konflikt zu umgehen oder zu vermeiden, indem man das Problem ignoriert oder ausweicht. In Patchworkfamilien könnte dies bedeuten, vorübergehend auf bestimmte Themen zu verzichten, um die Harmonie zu bewahren. Dieser Stil kann in Situationen nützlich sein, in denen die Familie Zeit benötigt, um sich zu beruhigen und später konstruktiv über das Problem zu sprechen.
2. **Konkurrieren / Dominieren / Durchsetzen:** dieser Stil beinhaltet eine starke Betonung der eigenen Position und Interessen, oft ohne viel Rücksicht auf die Bedürfnisse oder Meinungen der anderen. In Patchworkfamilien kann dieser Stil in Fällen angewendet werden, in denen klare Entscheidungen oder Grenzen erforderlich sind, z. B. bei finanziellen Angelegenheiten oder der Festlegung von Regeln.
3. **Kompromiss:** beim Kompromiss versuchen die Parteien eine gemeinsame Lösung zu finden, bei der jeder etwas nachgibt, um zu einer akzeptablen Mittelposition zu gelangen. In Patchworkfamilien kann dieser Stil dazu beitragen, gemeinsame Lösungen zu finden, die die Bedürfnisse und Wünsche aller Familienmitglieder in Einklang bringen.
4. **Zusammenarbeiten / Integrieren:** hier wird gemeinsam nach einer Lösung gesucht und die Bedürfnisse und Interessen beider Seiten werden berücksichtigt. In Patchworkfamilien kann dieser Stil verwendet werden, um Konflikte auf tiefgreifendere Weise anzugehen, indem man sich gegenseitig unterstützt, Ideen austauscht und gemeinsame Entscheidungen trifft.

5. **Entgegenkommen / Nachgeben:** dieser Stil beinhaltet, dass eine Partei ihre eigenen Interessen zugunsten des anderen aufgibt, um den Konflikt beizulegen. In Patchworkfamilien könnte dieser Stil dazu führen, dass sich ein Familienmitglied zurücknimmt, um den Frieden zu bewahren. Dies kann in Maßen hilfreich sein, sollte jedoch nicht zu einem dauerhaften Ungleichgewicht führen.

Die effektive Anwendung von Konfliktstilen in Patchworkfamilien fördert ein Bewusstsein für die individuellen Persönlichkeiten, Werte und Bedürfnisse der Familienmitglieder. Der Coach kann dieses Modell nutzen, um einen konkreten Konflikt in der Patchworkfamilie anzuschauen, ein Ziel definieren zu lassen und alle fünf Konfliktstile darauf anzuwenden. Sobald die einzelnen Stile durch den Coachee bewertet werden, ist schon erkennbar, welcher Stil zu einer Lösung führen kann, womit sich der Coachee am wohlsten fühlt und wie er den ausgewählten Stil im nächsten Konflikt anwenden kann. Die Fähigkeit, verschiedene Stile je nach Situation einzusetzen, können dazu beitragen, Konflikte auf eine Weise zu bewältigen, die die Beziehungen stärkt und eine harmonische Familienatmosphäre fördert.

6b. Ok-Ok-Modell

Grundsätzlich hilft auch das Ok-Ok-Modell von Thomas Harris, um die Haltung und Herangehensweise an einen Konflikt zu verändern. Das Modell beschreibt vier Grundhaltungen, wie Menschen sich selbst und andere erleben und bewerten. Die Haltungen prägen unsere Kommunikation, die wiederum Konflikte begünstigen oder beschwichtigen können.



- **Ich bin nicht ok / du bist nicht ok:** diese Haltung macht eine Kommunikation schwierig.
- **Ich bin ok / du bist nicht ok:** das wertet mein Gegenüber ab und zeigt, dass ich mich überlegen fühle.
- **Ich bin nicht ok / du bist ok:** diese Haltung wertet die eigene Person ab und das Gegenüber wird als „stärker/besser“ wahrgenommen. Hier überlässt man die Entscheidungen meist dem Gegenüber.
- **Ich bin ok / du bist ok:** diese Haltung ermöglicht eine Kommunikation auf Augenhöhe und ist eine sehr gute Basis, um den Konflikt konstruktiv zu lösen.

6c. Gewaltfreie Kommunikation

Die Gewaltfreie Kommunikation, kurz GFK, ist ein von Marshall B. Rosenberg entwickeltes Handlungskonzept mit dem Ziel, Beziehungen zu fördern und wertschätzend und friedvoll miteinander zu kommunizieren. GFK bietet besonders in Patchworkfamilien viele Vorteile, da sie hilft, Konflikte zu lösen, Beziehungen zu stärken und eine gesunde Kommunikationskultur zu etablieren.

Hier sind einige Vorteile der Gewaltfreien Kommunikation in Patchworkfamilien:

Verständnis und Empathie fördern: GFK legt einen starken Fokus auf Empathie und Verständnis für die Gefühle und Bedürfnisse aller Familienmitglieder, unabhängig von ihrer Herkunft und Erfahrungen. Dies unterstützt Patchworkfamilien dabei, sich besser in die Perspektiven der anderen hineinzusetzen und somit Konflikte auf einer tieferen Ebene zu lösen.

Konfliktlösung: Die GFK bietet klare Werkzeuge zur Konfliktlösung, indem sie mit der „Vier-Schritte-Methode“ eine Struktur für das Ausdrücken von Gefühlen und Bedürfnissen bereitstellt. Familienmitglieder können so ihre Anliegen auf respektvolle Weise ansprechen und gemeinsam nach Lösungen suchen, anstatt in destruktive Auseinandersetzungen zu geraten.

Gemeinsame Werte entwickeln: Durch die Betonung der Bedürfnisse und Werte aller Mitglieder der Patchworkfamilie kann die GFK helfen, gemeinsame Werte zu entwickeln und eine stärkere familiäre Verbundenheit zu schaffen. Dies fördert ein harmonisches Miteinander und unterstützt die Verbundenheit der Familie.

Klare Kommunikation fördern: Die GFK vermittelt durch die Anwendung der Struktur praktische Fähigkeiten zur klaren und respektvollen Kommunikation. In Patchwork-Familien, in denen verschiedene Hintergründe und Perspektiven aufeinandertreffen, kann diese Art der Kommunikation dazu beitragen, Missverständnisse zu minimieren und die Kommunikation insgesamt zu verbessern.

Umgang mit Widerstand und Ablehnung: Patchworkfamilien können mit besonderen Herausforderungen wie Widerstand oder Ablehnung seitens der Kinder oder anderer Familienmitglieder konfrontiert sein. Die GFK lehrt, einfühlsam auf solche Situationen zu reagieren, um das Vertrauen aufzubauen und die Beziehungen zu festigen.

Persönliches Wachstum: Die Gewaltfreie Kommunikation fördert Selbstreflexion und emotionale Intelligenz bei jedem Einzelnen. In Patchworkfamilien kann dies dazu beitragen, alte Muster zu erkennen, persönliche Blockaden zu überwinden und somit eine gesündere und positivere Dynamik innerhalb der Familie zu schaffen.

Respektvolles Miteinander: Die GFK betont respektvolles und wertschätzendes Verhalten. Dies unterstützt Patchworkfamilien darin, sich gegenseitig zu achten und zu schätzen, unabhängig von den Beziehungsgeflechten und Familienkonstellationen.

Die Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation erfordert Geduld, Übung und Engagement. Die Vorteile werden sich im Laufe der Zeit entwickeln, wenn Familienmitglieder gemeinsam daran arbeiten, die Prinzipien der GFK in ihrem Alltag umzusetzen.

Diese Methode ist in vier Schritte unterteilbar: Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis und Bitte.

[Hier beschreibe ich die vier Schritte am Beispiel der Patchworkfamilie:](#)

- 1. Beobachtung:** Dieser Schritt beinhaltet die objektive Beschreibung einer konkreten Handlung oder Situation, ohne Interpretationen oder Bewertungen hinzuzufügen. In Patchworkfamilien kann es helfen, Konflikte zu klären, indem man sich auf konkrete Beobachtungen konzentriert, anstatt auf Vorurteile oder Annahmen.

Beispiel: "Ich habe bemerkt, dass gestern Abend beim Abendessen niemand am Tisch miteinander gesprochen hat."

- 2. Gefühl:** Hier teilt man seine eigenen Gefühle im Zusammenhang mit der beobachteten Situation mit. In Patchworkfamilien kann dies dazu beitragen, Emotionen auszudrücken und eine empathische Verbindung zu schaffen.

Beispiel: "Ich habe mich dabei traurig gefühlt, weil ich den Eindruck hatte, dass das Familiengefühl fehlte."

- 3. Bedürfnis:** Dieser Schritt beinhaltet das Benennen der eigenen Bedürfnisse oder Sehnsüchte, die hinter den Gefühlen stehen. In Patchworkfamilien können unterschiedliche Bedürfnisse und Erwartungen der einzelnen Familienmitglieder zu Konflikten führen. Das Erkennen und Ausdrücken dieser Bedürfnisse kann zu Verständnis und Kompromissen führen.

Beispiel: "Mir ist es wichtig, dass wir als Familie eine offene und herzliche Atmosphäre haben, in der sich jeder gehört und wertgeschätzt fühlt und wir unsere Gedanken und Bedürfnisse austauschen können."

- 4. Bitte:** Im letzten Schritt formuliert man eine konkrete Bitte oder einen Vorschlag, um die eigenen Bedürfnisse zu erfüllen oder eine positive Veränderung herbeizuführen. In Patchworkfamilien kann dies dazu beitragen, gemeinsame Lösungen zu finden und eine kooperative Dynamik zu fördern.

Beispiel: "Könnten wir uns vielleicht darauf einigen, dass wir regelmäßige Familienabende planen, bei denen wir bewusst Zeit miteinander verbringen und uns austauschen?"

Die Gewaltfreie Kommunikation ermöglicht es den Mitgliedern einer Patchworkfamilie, ehrlich und respektvoll miteinander zu kommunizieren, Konflikte zu lösen und eine verbindende Atmosphäre zu schaffen. Indem sie sich auf Beobachtungen, Gefühle, Bedürfnisse und konkrete Bitten konzentrieren, können Familienmitglieder eine positive Veränderung in ihrer Kommunikation und Beziehungsdynamik erreichen und gemeinsam an Lösungen arbeiten.

7. Fazit:

Es gibt viele weitere Methoden aus dem Systemischen Coaching, die Patchworkfamilien helfen können, positive Veränderungen zu fördern und eine gesunde Familienkultur zu etablieren. Es ist eine äußerst wertschätzende und wirkungsvolle Herangehensweise an die komplexen Herausforderungen, die in Patchwork-Familienstrukturen auftreten können, denn das Systemische Coaching berücksichtigt die Vielfalt der Beziehungen, Bindungen und Dynamiken, die in einer Patchworkfamilie vorhanden sind.

Einige Schlüsselaspekte und Vorteile der Anwendung des Systemischen Coachings in Patchworkfamilien sind:

Ganzheitliche Perspektive: Systemisches Coaching betrachtet die Familie als ein komplexes System, in dem jedes Mitglied miteinander verbunden ist. Es berücksichtigt die Wechselwirkungen zwischen den einzelnen Familienmitgliedern sowie die Auswirkungen vergangener Beziehungen und Erfahrungen auf die gegenwärtige Situation.

Lösungsorientierung: Das Systemische Coaching konzentriert sich darauf, gemeinsam mit den Familienmitgliedern Lösungen zu entwickeln und positive Veränderungen anzustoßen. Es ermutigt dazu, Ressourcen zu nutzen und individuelle Stärken zu fördern, um Herausforderungen zu bewältigen.

Kommunikationsverbesserung: Das Systemische Coaching kann helfen, die Kommunikation innerhalb der Patchworkfamilie zu verbessern. Indem es Techniken zur effektiven Kommunikation vermittelt und den Fokus auf aktives Zuhören, Empathie und Respekt legt, können Missverständnisse reduziert und Konflikte gelöst werden.

Konfliktbewältigung: Systemisches Coaching bietet Werkzeuge zur konstruktiven Konfliktbewältigung. Es ermöglicht den Familienmitgliedern, alternative Herangehensweisen zu erkunden, um Konflikte zu lösen und gemeinsame Lösungen zu finden.

Stärkung der Beziehungen: Durch die Fokussierung auf die Stärkung der Beziehungen innerhalb der Patchworkfamilie können systemische Coachingansätze dazu beitragen, Vertrauen, Bindung und Unterstützung zwischen den Mitgliedern zu fördern.

Zukunftsorientierung: Systemisches Coaching hilft dabei, Ziele und Visionen für die Familie zu entwickeln und Schritte zu planen, um diese Ziele zu erreichen. Es fördert einen positiven Ausblick und ermutigt die Familie, gemeinsam eine erfüllende Zukunft aufzubauen.

Insgesamt trägt die Anwendung des Systemischen Coachings dazu bei, Patchworkfamilien bei der Bewältigung von Herausforderungen zu unterstützen und eine starke, harmonische und respektvolle Familienkultur zu schaffen. Es bietet die Möglichkeit, sowohl individuelle als auch gemeinsame Ziele zu erreichen und eine positive Veränderung für alle Familienmitglieder herbeizuführen.

8. Quellenverzeichnis

- [Die Kunst der Kommunikation, P. Flume, 1.Auflage, 2017](#)
- [Praxis-perspektivwechsel.de/systemisches-denken](#)
- [wikipedia.org/wiki/Gewaltfreie_Kommunikation](#)
- [ergotopia.de/blog/gewaltfreie-kommunikation](#)
- [koru.one/ok-modell-von-harris-neu-interpretiert/](#)
- [systemische-beratung-erh.de/wp-content/uploads/Facharbeit_Erika_Reglin-Hormann.pdf](#)
- [sozialeforschung.at/59_Winterleitner_Ricarda_2013.pdf](#)
- [Glückliche Stiefmutter: gut zusammen leben in Patchworkfamilien](#)
- [gerd-conradt.com/2015/11/28/von-der-problemfokussierung-zur-loesungsorientierung-zirkulaere-und-ressourcenfragen/](#)
- [familienhandbuch.de/familie-leben/familienformen/elternschaft/Patchworkfamilien.php](#)
- [Apomio.de/gesundheitsblog/artikel-patchworkfamilien-modell-der-zukunft](#)