

BA IHP, Modul 18 | WS 2016/2017

Kompetenzfokussierte Beratung

Grundsätzliches zur Bedeutung von wissenschaftlicher Theorie für Beratung und Therapie

Heuristik: Auf heuristischer Ebene geht es um die Suche nach Ideen für ein fallbezogenes therapeutisches Vorgehen („Was könnte für eine Klientin mit geistiger Behinderung und einer Zwangsstörung hilfreich sein?“)

Begründung: Hier geht es um die Frage, wie sich therapeutisches Vorgehen rational begründen lässt. Man spricht heute auch von „Evidenzbasierung“ pädagogisch-therapeutischen Handelns, welches nicht beliebig, sondern wissenschaftlich angeleitet ist („Wie begründe ich im geschilderten Fall meine Idee eines strukturierten Verhaltenstrainings?“)

Aber: Für viele „Fälle“ gibt es noch gar keine bewährte wissenschaftliche Theorie, so dass experimentieren notwendig ist

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Beratung

Leitprinzip

„Man kann die Dinge auch anders sehen“.

Der ethische Imperativ

„Handle stets so, dass die Anzahl der Wahlmöglichkeiten größer wird“
(Heinz von Foerster)“

Die anklingende (Basis)Philosophie heißt: Es ist gut, stets in einer Weise zu handeln, welche die Freiheit des anderen und die der Gemeinschaft vergrößert. Je größer die Freiheit, desto größer die Wahlmöglichkeiten und desto eher ist auch die Chance gegeben, für die eigenen Handlungen Verantwortung zu übernehmen. Nur wer frei ist, also immer auch anders agieren könnte, kann verantwortlich handeln.

Systemisch orientierte Diagnostik

- Systemdiagnostik (Grenzen, Rollen, Beziehungen, Wechselwirkungen etc.)
- Suche nach Mustern (nicht Ursachen) und Sinnhaftigkeit
- Konstruktivistische Bescheidenheit und Hypothesenbildung
- Berücksichtigung der individuellen Anschlussfähigkeit
- Fachkraft ist Teil des Systems
- Dynamik statt Statik
- Ressourcenorientierung
- Diagnostik hat bereits Wirkung

Systemisch orientierte Diagnostik

„Systemische Interventionen sehen ein Problem als Geschehen, an dem verschiedene interagierende Menschen beteiligt sind. Störungen, Probleme und Anlässe werden somit im sozialen Kontext betrachtet und behandelt.“

Von Schlippe, Arist / Schweitzer, Jochen (2010): Systemische Interventionen. Göttingen: Vadenhoeck & Ruprecht, 7-14 und 40-61

Zirkuläre Fragen laden dazu ein, sich auf den vermuteten Standpunkt Dritter zu begeben und aus dieser Perspektive zu erzählen. „Was meinst Du, was Deine Mutter denkt, wenn...?“.

Der Gegenbegriff ist das altvertraute „lineare Fragen“: „Was tust Du, wenn Du nicht in die Schule gehst?“; meistens sind solche direkten Fragen ziemlich unfruchtbar.

Zirkuläre Fragen - drei Beispiele

„Was würde Ihre Tochter sagen, wenn ich sie fragen würde, ob ihre Eltern sich noch lieben?“

„Wenn Sie wollten, dass Ihre Frau sich einen Freund sucht, wie könnten Sie das am ehesten schaffen?“

„Was denkt ihr Mann, wenn Sie mit Ihrem Sohn gemeinsam in den Judo-Kurs gehen?“

F. B. Simon, Ch. Rech-Simon: Zirkuläres Fragen – Systemische Therapie in Fallbeispielen – Ein Lernbuch (Carl-Auer)

Triadisch-zirkuläre Fragen machen eine Person zum Beobachter und Kommentator der vermuteten Kommunikation zwischen zwei anderen Personen; diese Frageform erbringt Informationen über die Beziehung zwischen insgesamt drei Personen.

Zum Beispiel: In der Familiensitzung, in der es um das Schulschwänzen des Sohnes Paul geht, richten die Therapeuten die Frage an Paul, was er meint, was Mutter und Vater abends, wenn sie gemütlich beisammen sitzen, miteinander über das Thema „Schule“ erzählen?

Positives Konnotieren bedeutet das (hypothetische) Herausarbeiten sinnvoller und nützlicher Aspekte von Verhaltensweisen, insbesondere von den sogenannten problematischen, für den jeweiligen familiären Kontext.

Das Ziel lautet: Weg von der Defizitperspektive hin zu einer ressourcenorientierten Beschreibung, Lockerung festgefahrener Einstellungen, Denkmuster und Bewertungen.

Positives Konnotieren

Frage: Wie könnte man das Schulschwänzen von Paul positiv konnotieren?

Frage: Wie kann man das Schulschwänzen von Paul positiv konnotieren?

Antwortmöglichkeit: Schulschwänzen beschreiben als hilfreichen Ausdruck der Bemühung, Druck aus der Familie zu nehmen, keine schlechten Noten Heim bringen zu müssen.

Nehmen wir weiter an, der Vater in unserer Beispiel-Familie geht abends regelmäßig nach der Arbeit einen (oder auch mehrere) trinken, was der Mutter missfällt und regelmäßig zu Streit führt.

Frage: Wie könnte man die Kneipenbeuchte des Vaters positiv konnotieren?

Wie könnte man die Kneipenbeuchte des Vaters positiv konnotieren?

Antwortmöglichkeit: Der Vater will erst einmal Dampf ablassen und den Frust von seiner Arbeit loswerden, bevor er heimkommt; er will sich in eine lockere Stimmung bringen. Das ist eine gute Sache, die unbedingt gepflegt werden sollte!

Skalenfragen: Skalenfragen beschäftigen sich mit Rangfolgen bzw. Hierarchien zwecks Verdeutlichung von Unterschieden. Zum Beispiel: Der Therapeut bittet Familienmitglieder auf einer Skala von 1 bis 10 bestimmte Einordnungen, Einschätzungen oder Bewertungen vorzunehmen. Beispiel: auf einer Skala von 1 (am wenigsten unglücklich) bis 10 (am meisten unglücklich) sollen alle Familienmitglieder eine Einschätzung des „glücklich Seins“ aller vornehmen.

In eine ähnliche Richtung zielt: Die Therapeutin erkundigt sich in einer Sitzung, in der es um einen schulschwänzenden Jungen (Paul) geht, danach: „Wer von Ihnen ist am meisten beunruhigt, wenn Paul nicht in die Schule geht?“ „Wer am zweit meisten?“ „Wer am wenigsten?“ Die dabei avisierte Herausarbeitung von Unterschieden wirkt dem Mythos entgegen, dass alle Familienmitglieder Gleiches meinen und denken.

Reframing: Umdeutung bzw. Neuinterpretation des Rahmens von Prozessen und Sachverhalten, um Bedeutungsveränderungen zu initiieren; so wie ein „Bilderrahmen“ die Aufmerksamkeit fokussiert, Stimmungen erzeugt oder Interpretationen anregt.

Zwei Beispiele: Der Satz "Meine Mutter mischt sich ständig in mein Leben ein und bevormundet mich" wird umgewandelt in: "Ihre Mutter interessiert sich sehr für Sie / nimmt intensiv an Ihrem Leben teil"; oder, der Satz „Alles hat keinen Sinn“ wird in eine bestimmte Zeit eingerahmt: „Im Moment erscheinen Ihnen die Dinge sinnlos“.

Hausaufgaben für den Zeitraum zwischen den Sitzungen geben

Welche Hausaufgabe könnte man für ein Paar formulieren, das sich ständig massiv übers Geld streitet?

Mögliche Hausaufgabe

Empfehlung an ein Paar, jeden **zweiten** Tag am Abend **genau eine halbe Stunde** über Geld streiten.

Paradoxe Intervention, ritualisierte Verschreibung beinhaltet die Verschreibung des problematischen Verhaltens, wobei dieses sozusagen als „Handlung“ (intentional) ausgeführt werden soll.

Beispiel aus der Familientherapie mit dem schulschwänzenden Jungen: Paul bekommt an bestimmten Tagen und über einen genau festgelegten Zeitraum hinweg verschrieben, nicht zur Schule zu gehen; sein Bruder führt darüber zur Kontrolle ein Tagebuch und die Eltern überprüfen dies abends.

Hypothetische Fragen sollen gedankenexperimentell andere, neue Zukunftsmöglichkeiten eröffnen. Zum Beispiel in Form von „Was-wäre-wenn“, die man auch als „Wunder-Fragen“ formulieren kann.

Beispiel aus der Familientherapie mit einem schulschwänzenden Jungen:
„Angenommen, Paul wäre über Nacht plötzlich zu einem fleißigen, begeistert in die Schule gehenden Jungen geworden, was würde sich dann für wen in der Familie ändern“?.

Ausnahmen zum beklagten Sachverhalt erfragen, um die prinzipielle Änderbarkeit von als statisch angenommenen Sachverhalten zu verdeutlichen sowie dessen Kontextgebundenheit.

„Wann bzw. wo nässt Otto nicht ein“?

Ressourcenorientiertes Fragen. Etwa: "Wie haben Sie dieses oder jenes Problem früher gelöst?" "Wie haben Sie andere, ähnliche Situationen gemeistert?"

Kurzer Exkurs: Was sind Ressourcen?

Objekte: Dinge unserer materiellen Umwelt, Wohnung, Kleidung, Kommunikation, Fortbewegung

Soziale Lebensumstände: Zufriedenstellende Partnerschaft, berufliche und materielle Sicherheit, Status

Personale Merkmale: Gesundheit, Selbstwirksamkeitsüberzeugung, positives Selbstkonzept, Bewältigungsoptimismus, soziale Kompetenz, Kompetenz sich Hilfe zu mobilisieren und annehmen zu können, Belastbarkeit

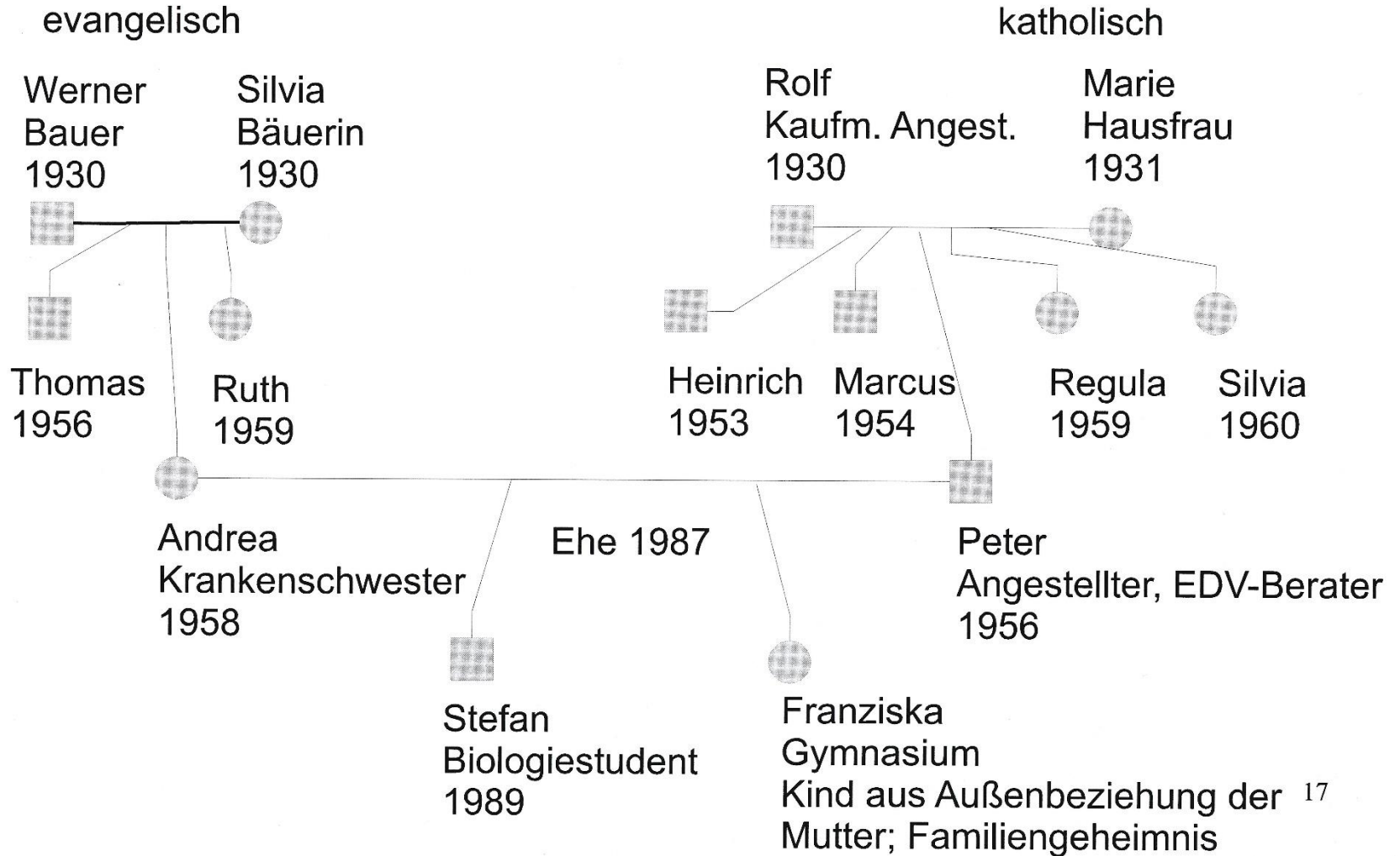
Energieressourcen: „Mittel“, um die angestrebten Ziele zu erreichen, also Geld, Vertrauensvorschuss bei Mitmenschen, Wissen

Metaphern Arbeit, Parabeln und Geschichten als Umgehungstechnik für Widerstände und um Distanz zu eingefahrenen Sichtweisen oder Gewohnheiten zu schaffen.

"Da suchen Sie die Nadel im Heuhaufen" ist ein sprachlich-bildhafter Versuch, um eine gewaltige, augenscheinlich aussichtslose, auf jeden Fall extrem aufwendige Suchanstrengung zu verdeutlichen.

Genogrammanalyse. Das Genogramm veranschaulicht relevante Familiendaten, prekäre Entscheidungssituationen, besondere Ereignisse, Brüche, Widersprüche, Traumata, in der Regel über drei Generationen hinweg. Sie dienen Familien und Therapeut-/innen dazu, Übersicht zu gewinnen und dabei neue, zuweilen überraschende Aspekte in den Blick zu nehmen. Genogramme fertigen Therapeut-/innen auch zu Supervisionszwecken an.

Genogramm des Paares Müller-Merker, Süddeutschland (Dorf) (anonymisiert) (S. 63)



Systemisches Denken bedeutet **die Loslösung unseres Denkens** von Schematismen nach dem Muster

- richtig oder falsch
- gut oder böse
- unschuldig oder schuldig
- subjektiv oder objektiv
- gesund oder krank
- Immer oder nie

USW.

Ähnlichkeiten systemischer Therapie zur **„Lösungsorientierten Kurztherapie“**, Begründer: Steve de Shazer

Grundannahmen:

- Klienten bringen das Nötige für den Therapieerfolg mit
- sie sind Experten ihrer Lebenswelt und besitzen ausreichende (wenngleich vielleicht aktuell verschüttete) Ressourcen
- kein Problem besteht „immer“, es gibt stets Ausnahmen, die pädagogisch und therapeutisch genutzt werden können
- was funktioniert, sollte man häufiger tun und beibehalten
- kleine Schritte können zu großen Veränderungen führen
- Therapie sollte so kurz und minimal wie möglich gehalten werden

Philosophische Grundlagen der systemischen Therapie

- Konstruktivismus
- Radikaler Konstruktivismus
- Postmoderne-Philosophie

Konstruktivismus

(von lateinisch con „zusammen mit“, struere „bauen“)

Der Konstruktivismus gehen davon aus, dass ein erkannter Gegenstand vom Betrachter selbst durch den Vorgang des Erkennens konstruiert wird

Konstruktivismus

- im Zentrum stehen nicht ontologische Was-Fragen, sondern epistemologische Wie-Fragen, es geht nicht um das „Wesen“ der Dinge, sondern den Prozess der Erkenntnis
- maßgeblich ist die Fokussierung auf den Beobachter als unterscheidende und beschreibende Instanz
- es gibt keine einzig-absolute und raum-zeitlos gültige Wahrheit, weil der Beobachter nicht unabhängig von der Erkenntnis ist
- von Interesse sind Pluralität und Differenz, Vielfalt und Heterogenität

Der radikale Konstruktivismus

- die Wirklichkeit, die wir erleben, ist zu einhundert Prozent unser subjektives Konstrukt, unser geistiges Erzeugnis
- wir können kein „sicheres Wissen“ über die von uns gedachte Realität haben
- Wissen wird nicht passiv aufgenommen, weder durch die Sinnesorgane noch durch Kommunikation
- Wissen wird vom denkenden Subjekt aktiv aufgebaut
- die Funktion der Kognition ist adaptiver Art, und zwar im biologischen Sinn des Wortes, und zielt auf Passung oder Viabilität
- Kognition dient der Organisation der Erfahrungswelt des Subjekts und nicht der ‚Erkenntnis‘ einer objektiven, ontologischen Realität“

Gegenspieler des Konstruktivismus: der naive Realismus

Der Mensch geht normaler Weise davon aus, dass die Welt, die er um sich herum wahrnimmt, auch unabhängig von ihm so existiert. Und diese Welt, die er sieht, das ist die Welt schlechthin. Eine andere Welt gibt es nicht. Die Dinge sind also im wesentlichen so, wie sie uns erscheinen

In diesem Verständnis nimmt der Wahrnehmende eine rein passiv-rezipierende Position ein

Postmoderne-Philosophie

Der auf rationale Durchdringung und Ordnung gerichteten Moderne stellt die Postmoderne eine prinzipielle Offenheit, Vielfalt und Suche nach Neuem entgegen

Betont werden Heterogenität, Zufall, Unplanbarkeit, Spontaneität, prinzipielle Offenheit der Zukunft, Chaos

Postmoderne kann als Kritik an den (omnipotenten und grenzenlosen) Fortschritts- und Machbarkeitsversprechungen der Moderne interpretiert werden

Literatur:

Systemische Praxis und Postmoderne

Herausgegeben von Jochen Schweitzer, Arnold Retzer und Hans Rudi Fischer
Suhrkamp 1992

Das Ende der großen Entwürfe

Herausgegeben von Hans Rudi Fischer, Jochen Schweitzer und Arnold Retzer
Suhrkamp 1992