

GOETHE-UNIVERSITÄT Frankfurt am Main | Fachbereich Gesellschaftswissenschaften Institut für Soziologie -
Schwerpunkt Biotechnologie, Natur und Gesellschaft

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Vorab einige lose zusammen getragene Leitgedanken

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

„Man kann die Dinge auch anders sehen“.

„Beratung und Therapie bedeuten die Kunst, sinnvolle, öffnende Fragen zu stellen und schöpferische Formulierungen zu (er)finden“.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

„Wenn es nur eine einzige Wahrheit gäbe, könnte man nicht hundert Bilder über dasselbe Thema malen.“

PABLO PICASSO

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

„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.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Unsere Auffassungen über das, was „wirklich“ oder „wahr“ ist sind raum-zeitlich variable soziale Konstrukte. Sie werden von Beobachtern* erzeugt und kommuniziert. Kommunikation und Konsensbildung verschaffen Beobachtergemeinschaften auf Zeit Wissen und Erkenntnis.

* Man sollte den Begriff nicht gendern, sonst entsteht der Eindruck, Beobachter seien Personen. „Beobachter“ steht für die logische Prozedur des Unterscheidens und Beschreibens in einem selbstreferentiellen Prozess, der alle am Prozess Beteiligten, auch den Beobachter, verändert.

Maturana hat in einigen Arbeiten von „Beobachter und Beobachterin“ gesprochen und damit einige Verwirrung gestiftet.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Die therapeutische Beziehung ist durch einen öffnenden Dialog gekennzeichnet, in dem schöpferische Fragen, die Unterschiede erzeugen, eine bedeutende Rolle spielen.

Man kann das auch mit dem Begriff vertrauten Begriff „Probehandeln“ beschreiben: Beratung und Therapie schaffen einen geschützten, vom Handlungsdruck des Alltags entlasteten Raum für experimentelles Denken.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

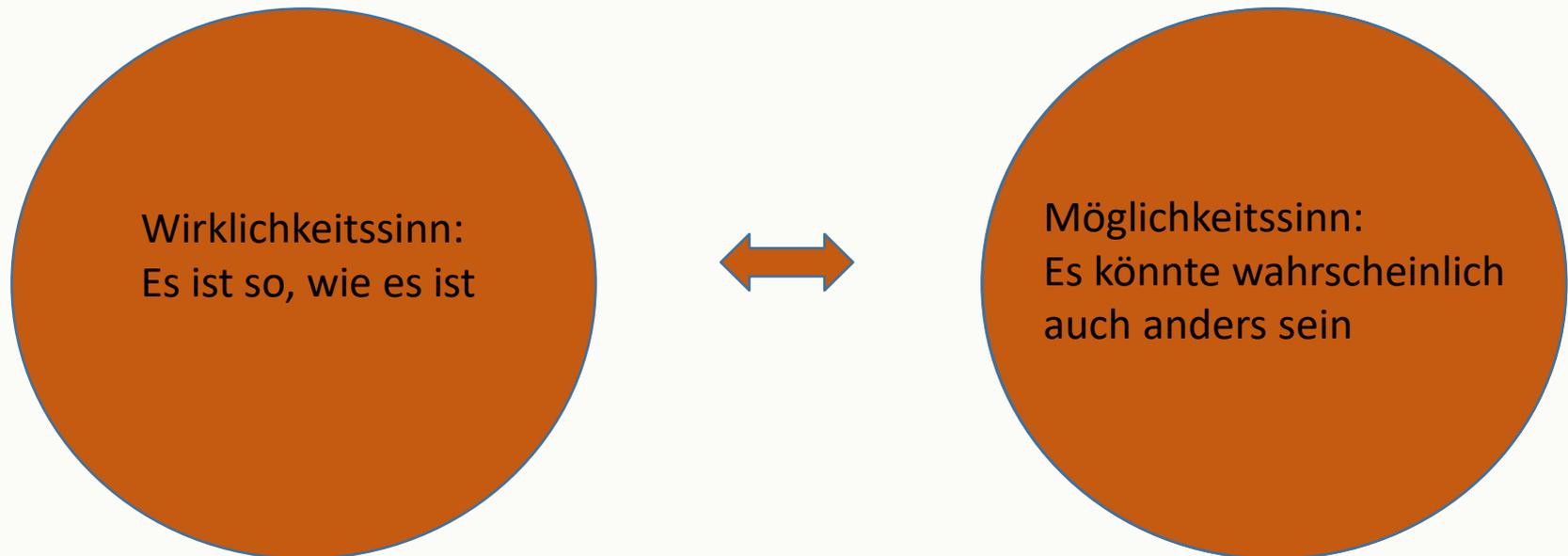
Wir haben schon darauf hingewiesen: Das erfordert eine wache, kritische, jederzeit offene Geisteshaltung, gerade auch gegen den Zeitgeist:
„Wer einmal gelernt hat, dort zu zweifeln und zu fragen, wo die *Normen es verbieten*, kann grundsätzlich nie wieder aufhören.“

(Franz Oppenheimer, System der Soziologie, Band I, 539, Hervorhebung durch W. Sch.)

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

„Wenn es Wirklichkeitssinn gibt, muss es auch Möglichkeitssinn geben“

Robert Musil



Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Systemisch orientierte Diagnostik – einige Kennzeichen

- 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

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Systemische Betrachtungsweisen, Gesprächsführungs- und Interventionstechniken

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Fragen spielen in der Praxis eine besondere Rolle:

Systemische Fragen sollen neue Perspektiven eröffnen und Klienten/innen helfen, gewohnte, häufig starre, unproduktive Sichtweisen differenzierter zu betrachten.

Systemische Fragen regen im gelingenden Fall Fantasie, alternative Gedanken und Reflexion an.

Das heißt: es gibt öffnende Fragen und abriegelnde, sinnvolle und unsinnige. Die Kunst der Gesprächsführung liegt darin, Klienten/innen zu öffnen und sich auf einen schöpferischen, phasenweise irritierenden, manchmal auch beängstigenden Dialog einzulassen.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Hypothesenbildung und Fragen

Bei der Hypothesenbildung und beim Fragen sollten wir so „dumm“ wie möglich sein und möglichst genau nachfragen, um die Wirklichkeitskonstruktion der Klienten für uns nachvollziehbar zu machen. Hier hilft die Vorstellung des Hypothesenbilders, „er/sie komme als ethnologische/r Feldforscher/in von einem anderen Stern und habe keine Ahnung, wie Menschen ihr Leben führen, was sie denken und fühlen und was wichtig für sie ist.“

Die scheinbar „dummen“ Fragen sind eigentlich intelligente und hilfreiche Fragen. Dabei spielt (wenngleich disziplinierte) Neugier eine wichtige Rolle, „weil sie alte Denkgewohnheiten hinterfragt, neue Zusammenhänge erschließt und weitere Handlungsmöglichkeiten eröffnet.“

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Hypothesenbildung und Fragen – die Haltung der „künstlichen Naivität“ in der Sozialforschung am Beispiel „objektive Hermeneutik“

"Für die Sequenzanalyse der objektiven Hermeneutik ist kennzeichnend, dass ein mögliches spezifisches Vorwissen über den zu analysierenden Gegenstand beziehungsweise Fall methodisch bewusst und kontrolliert (*'in künstlicher Naivität'*) ausgeschlossen wird, soweit es um die Begründung von Lesarten und Interpretationen geht. Forschungspsychologisch ist für die Generierung von Lesarten alles willkommen. Bei der Begründung der Geltung einer Interpretation ist jedoch einzig und allein die objektive Kompatibilität mit dem vorliegenden Text nach geltenden bedeutungsgenerierenden Regeln maßgeblich." Oevermann (1993)

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Zirkuläre Fragen laden dazu ein, sich auf den vermuteten Standpunkt Dritter zu begeben und aus dieser Perspektive zu erzählen.

Der Therapeut fragt „Was meinst Du, was Deine Mutter denkt, wenn...?“. Ein Neurologe fragt einen jungen Schlaganfallpatienten „Was sagt Ihre Frau in den letzten Wochen zu Ihnen, also, was denkt sie, wie es mit Ihrer Reha geht?“

Der Gegenbegriff ist das altvertraute „lineare Fragen“: „Warum gehst Du nicht gerne in die Schule?, „Wie geht es Ihnen nach Ihrer Reha?“ bzw. „Geht es Ihnen nach der Reha bei uns besser?“.

Meistens sind solche direkten Fragen ziemlich unfruchtbar, viele bringen Klienten/innen in Verlegenheit, die Frage „Geht es Ihnen nach der Reha bei uns besser?“ ist zumindest latent suggestiv.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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 einer Familiensitzung, in der es um den schulschwänzenden Sohn Paul geht, richten die Therapeuten an Paul die Frage, was er meint, was Mutter und Vater abends, wenn sie gemütlich beisammen sitzen, über das Thema „Schule“ so alles bereden?

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Zirkuläre bzw. ungewöhnliche 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)

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Zirkuläre Fragen – das Unterrichtsgespräch

Sie können das auch im Unterricht probieren. Sie fragen in einer Reflexionsstunde nicht linear „Wie gefällt Euch unser Unterricht?“, sondern:

„Was glaubst Du Lisa, was sprechen Paula und Daniel in der Pause über unseren Unterricht?“.

Solche Fragen stellen Sie kreisförmig in der Gruppe, so dass jede(r) beteiligt ist.

Aufpassen: Das zirkuläre Fragen bewirkt erfahrungsgemäß eine ziemliche Dynamik, bekommen Sie keinen Schrecken! Vielleicht wird Daniel wütend darüber, was Lisa über Ihn so alles Denkt, vielleicht freut er sich auch überschwänglich...

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Positives Konnotieren - Beispiel

Paul schwänzt die Schule. Frage: Wie könnte man das Schulschwänzen von Paul positiv konnotieren? Also als konstruktiven Beitrag zum Familienleben?

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Antwortmöglichkeit: Das Schulschwänzen beschreiben als hilfreichen Ausdruck der Bemühung, Druck aus der Familie zu nehmen, keine schlechten Noten Heim bringen zu müssen, den Eltern nicht sagen zu müssen, dass die Lehrerin sie in die Sprechstunde einbestellt haben...

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Wie gesagt, Paul schwänzt die Schule. Nehmen wir weiter an, der Vater in der Familie geht abends regelmäßig nach der Arbeit in seiner Stammkneipe einen (oder auch mehrere) Biere trinken, was der Mutter missfällt und regelmäßig zu lebhaftem Streit führt.

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

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Überraschende Fragen - Verschlimmerungsfragen

Überraschendes Fragen ist immer ziemlich interessant. Etwa wenn jemand sein Anliegen wie folgend präsentiert: „Ich ärgere mich jeden Tag über meinen Kollegen“, wird jemand anders fragen: „Was könnten Sie tun, damit Sie sich nicht mehr über ihren Kollegen ärgern?“. Im Unterschied dazu stellt die systemische Beraterin/Therapeutin eine überraschende Frage, hier eine Verschlimmerungsfrage: „Überlegen Sie sich mal, was sollte denn ihr Kollege tun, damit Sie sich noch mehr über ihn ärgern?“.

„Verschlimmerungsfragen lassen sich in der Regel nicht schnell beantworten, verführen oft zu einem Schmunzeln und damit zu einer humorvollen Distanzierung vom Problem.“ Ohne Querdenken und überraschendes Fragen gibt es keinen Fortschritt.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Verschlimmerungsfragen – eine Variation

„Was müssten Sie tun, um garantiert durch die bevorstehende Prüfung zu fallen?“

„Wie könnten Sie es anstellen, dass Ihr Chef Sie auf der Stelle rauswirft?“

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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 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, von Differenzen wirkt dem Mythos entgegen, dass alle Familienmitglieder gleiche fühlen, meinen und denken.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Zukunftsfragen:

An ein Paar gerichtet „Was denken Sie, wo stehen Sie beide in fünf Jahren, wenn sich nichts ändern würde?“

Zirkulär gefragt: „Was glauben Sie Frau Müller, denkt Ihr Mann, wo sie beide in fünf Jahren stehen?“ „Was glauben Sie Herr Müller, denkt Ihre Frau, wo sie beide in fünf Jahren stehen?“.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Fragen nach Vorbildern:

Die Frage nach Vorbildern: „Wer ist denn Ihr großes Vorbild in Ihrem Leben?“. Möglicherweise wird der Klient bzw. die Klientin einen König aus der Geschichte, eine Präsidentin, einen berühmten Schauspieler oder einen populären Fußballspieler nennen. Im weiteren Verlauf des Gesprächs fragt die Beraterin/Therapeutin: „Angenommen, Ihr Vorbild wäre jetzt in Ihrer Situation. Wie würde er sich entscheiden? Was würde Ihr Vorbild sagen und tun?“.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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 gerahmt: „Im Moment erscheinen Ihnen die Dinge sinnlos“.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Hausaufgaben für den Zeitraum zwischen den Sitzungen geben.

Welche Hausaufgabe könnte man einem Paar geben, das permanent massiv übers Geld streitet?

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Eine Möglichkeit: Empfehlung an ein Paar, jeden zweiten Tag am Abend am 20.00 Uhr genau eine halbe Stunde über Geld streiten; nur über Geld und kein anderes Thema.

(Die Art der Intervention setzt eine gewisse Vertrautheit mit den Lebensgewohnheiten der Klienten voraus. Wenn es zum Ritual des Paares gehört, abends um 20.00 Uhr die Tagesschau zu sehen, ist die hier gewählte Urzeit natürlich unsinnig).

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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 (Mo, Do, Do) und über einen genau festgelegten Zeitraum (bis zu den Sommerferien) verschrieben, nicht zur Schule zu gehen; sein Bruder führt darüber zur Kontrolle ein Tagebuch, und die Eltern überprüfen dies allabendlich nach dem Abendessen.

Am Ritual sollten möglichst alle mit einer Aufgabe beteiligt sein.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Am Rande noch eine Anmerkung: Schulschwänzen, das „Leitsymptom“ der vorgestellten Familie, führt auf ein schwieriges Terrain. Wegen der Schulpflicht, auch wegen der vielen beteiligten Personen und Institutionen. Von daher kann es diverse mehr oder weniger erfreuliche, meistens überraschende Reaktionen von Seiten Dritter auf die „ritualisierte Verschreibung Schule zu Schwänzen“ geben.

Lehrerinnen oder Lehrer von Paul könnten Protest anmelden „wie man nur so einen Unsinn machen könne“, sie könnten sich an Vorgesetzte wenden, um diesem Protest Nachdruck zu verleihen. Vielleicht bekommen Sie auch einen ambivalent-freundlichen Beschwerdeanruf vom örtlichen Jugendamt...

Vielleicht vom lokalen Familiengericht... (Wenn Eltern etwa in einem Sorgerechtsstreit dort erzählt haben, dass sie Schulschwänzen empfehlen).

Also: Für lebendige Kommunikationen ist meistens gesorgt.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Hypothetische Fragen, z.B. Wunder-Fragen, sollen gedankenexperimentell andere, neue Zukunftsmöglichkeiten eröffnen. Sie wenden sich an den Möglichkeitssinn. Zum Beispiel in Form von „Was-wäre-wenn“, die man auch als „Wunder-Fragen“ formulieren kann.

„Wenn über Nacht eine gute Fee käme und das Problem wegzaubert, woran merken Sie das morgen früh als erstes?“

Beispiel aus der Familientherapie mit dem schulschwänzenden Paul:

„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“?.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Die Wunderfrage „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“? können Sie auch Skalieren: Für wen würde sich am meisten ändern, für wen am zweitmeisten, am drittmeisten...

Sie können auch triadisch-zirkulär fragen: Zum Beispiel an den Vater gewandt „Was meinen Sie, wenn Mutter und Tochter sich unterhalten, wer würde mehr Veränderung sehen (befürchten, erhoffen)“.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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

„Wann bzw. wo nässt Paula nicht ein“?

Wer ist dabei, wer reagiert wie, in welcher Situation ist das so, was war vorher, was ist nachher, zu welcher Zeit und an welchem Ort?

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Ressourcenorientiertes Fragen. Etwa: "Wie haben Sie dieses oder jenes Problem früher gelöst?" "Wie haben Sie andere, ähnliche Situationen gemeistert?" Haben Sie eine Freundin mit einem ähnlichen Problem, wie hat die das gelöst?"

„Was würden Sie einer guten Freundin raten, die sich in einer ähnlichen Situation wie Sie befindet?“.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Opfer-Täter-Schematismen durchbrechen – wie kommen Menschen aus der passivierenden „Objekt-Situation“ heraus?

Zum Beispiel könnte man fragen :

„Wenn Sie wollten, dass Ihre Mutter genau das tut, was Sie jetzt beklagen, wie könnten Sie das erreichen?“

„Wenn Sie wollten, dass ihr Mann Sie schlägt, wie müssten Sie das anstellen?“

„Wenn Sie wollen, dass Ihre Frau einen Eifersuchtsanfall bekommt, was sollten Sie tun?“

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Metaphernarbeit: 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.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Fragen nach dem Sinn der aktuellen (Problem)Situation: Was ist gut an der Situation, wie sie gerade ist? Was sollte sich auf keinen Fall ändern? Was soll/darf so bleiben?

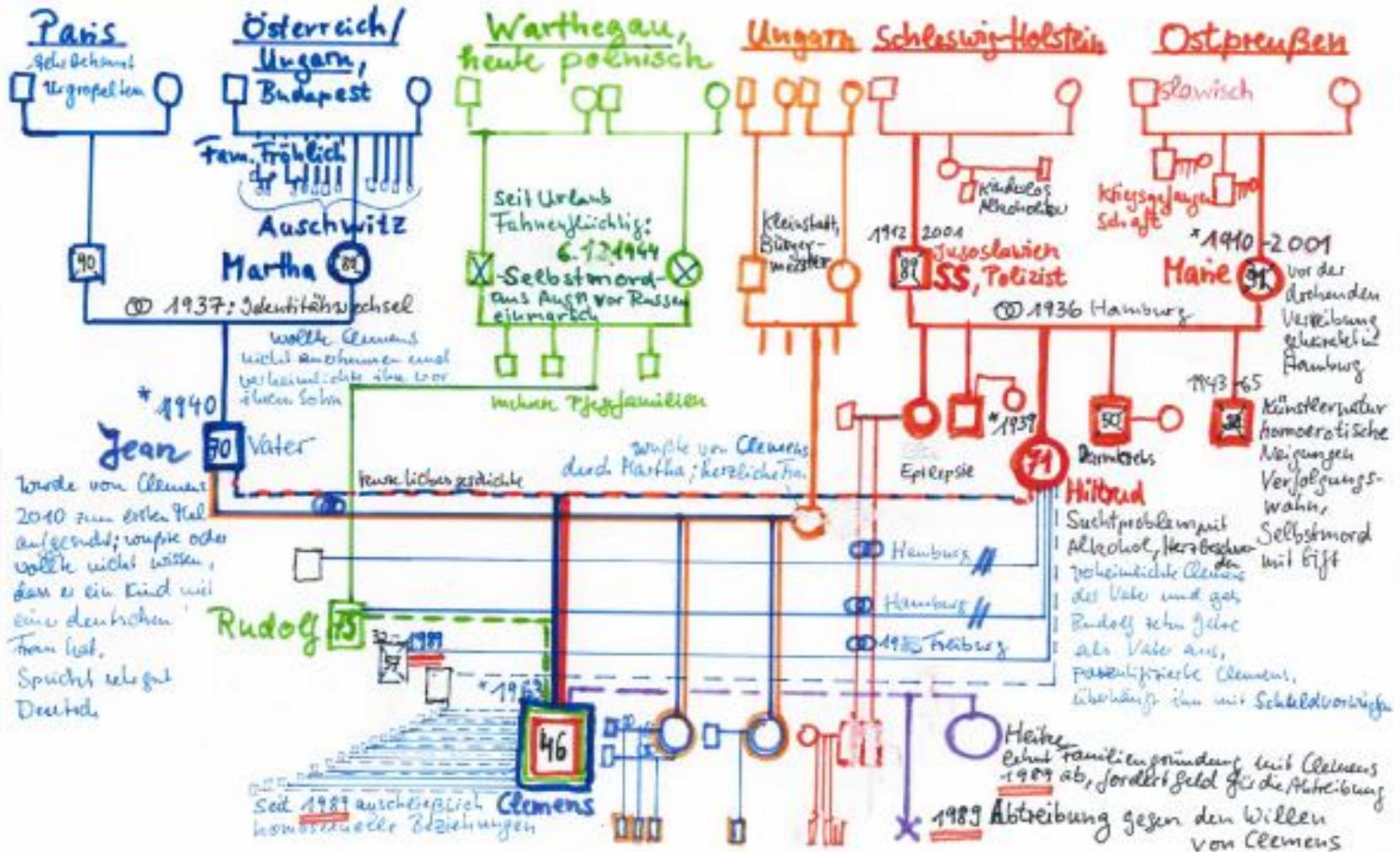
Bsp.: „Ich bin berufsunfähig geworden, habe Zeit Freunde zu treffen, zu lesen, zum Fußball gehen, kann länger schlafen morgens...“.

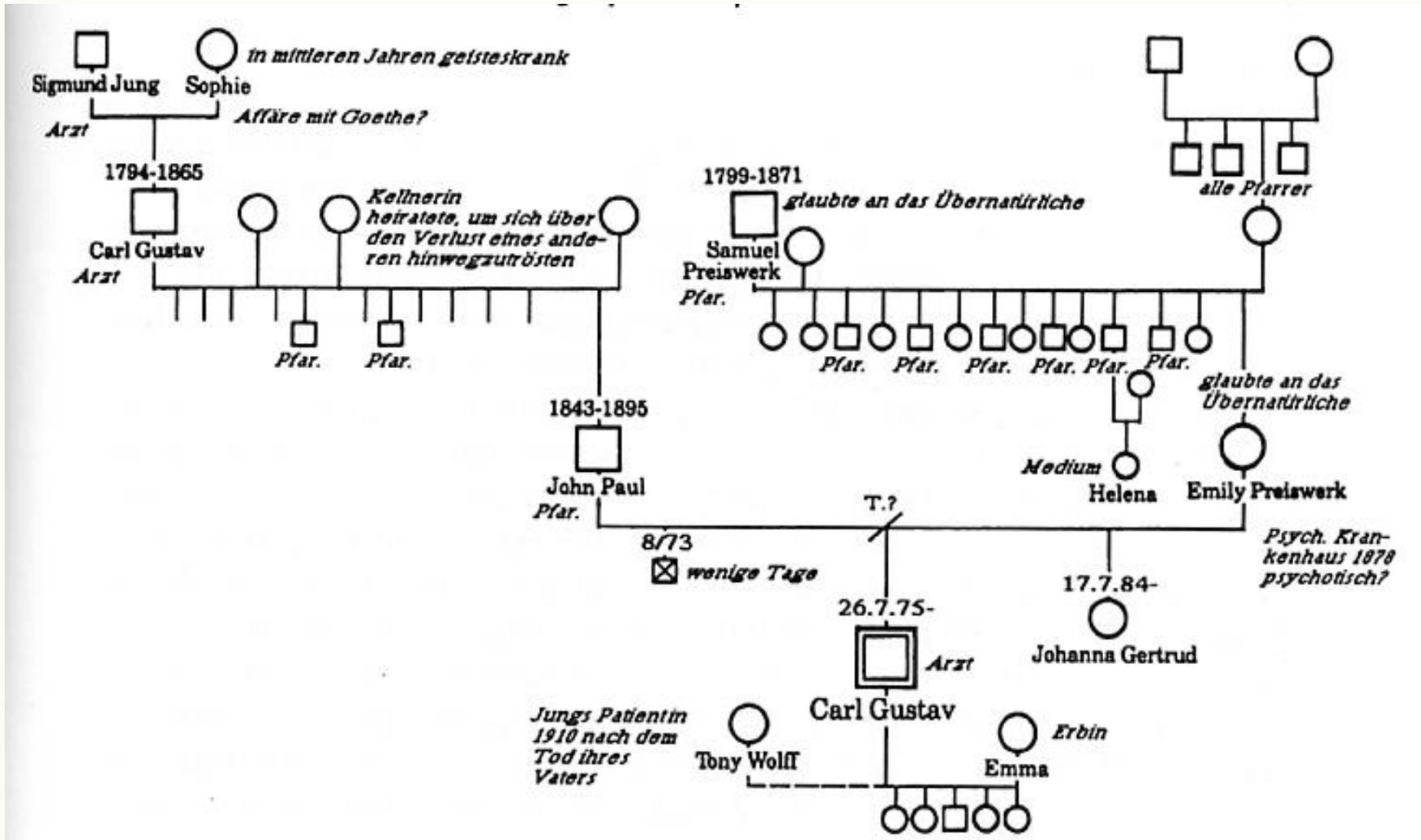
Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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

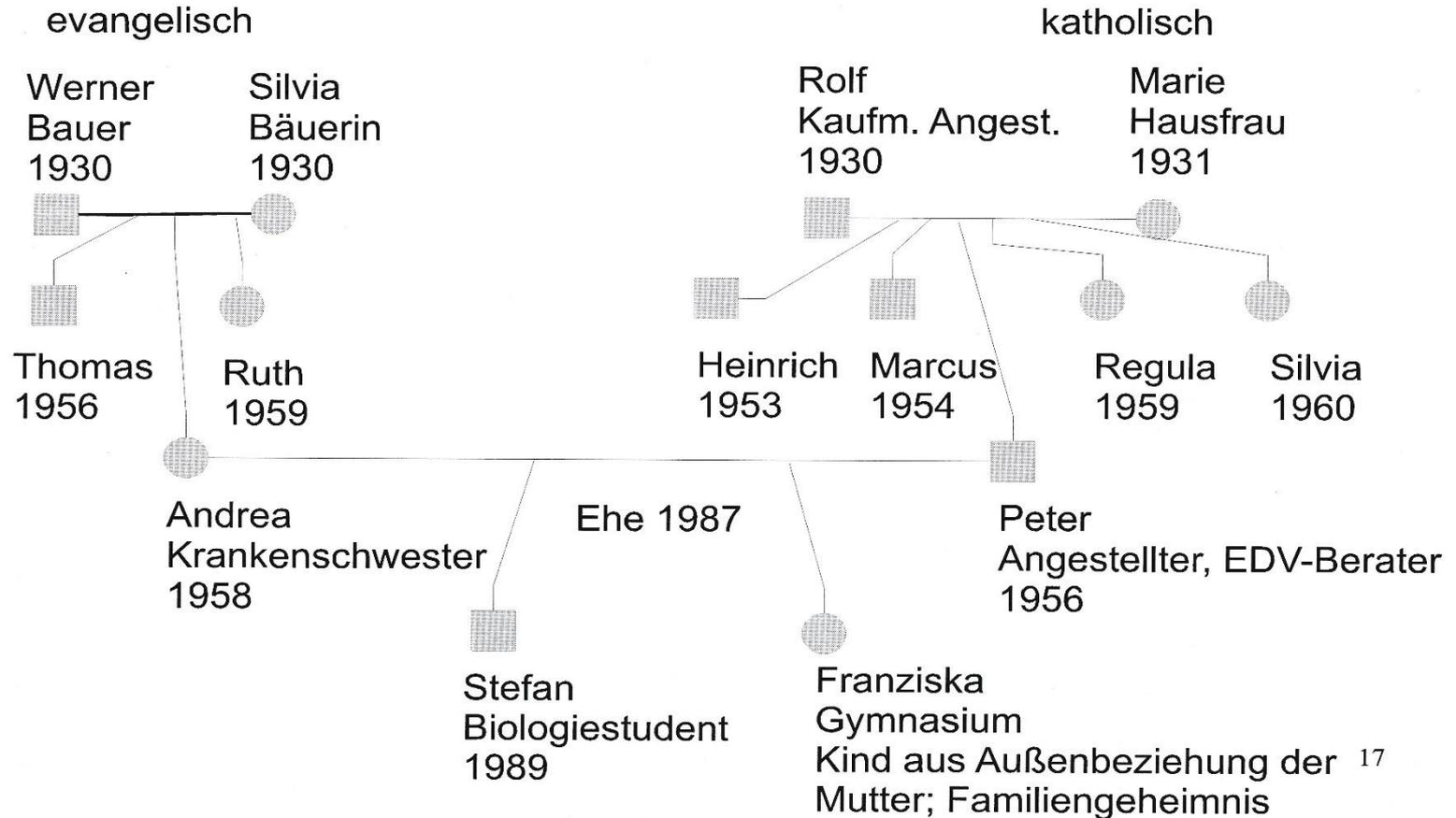
Genogramme fertigen Therapeuten/innen auch zu Supervisionszwecken an.

GENOGRAMM EINES KRIEGSENKELS





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



Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Genogrammanalyse

- „Objektive Daten“: Geburts-, Heirats- und Sterbedaten, Daten zu Ausbildungen und ausgeübten Berufen, Wohnorte, Religionszugehörigkeit,
- über mindestens drei Generationen,
- Heranziehen sozialhistorischer Daten (Archivmaterialien, Ortschroniken, Informationen über die historische Entwicklung von Berufen, historische Prozesse spezifischer Orte, Regionen und Gesellschaften etc.),
- Gegenstand der Sequenzanalyse dieser Daten: die Rekonstruktion von fallspezifischen Handlungs- und Entscheidungsmustern, die von Generation zu Generation tradiert (reproduziert bzw. transformiert) werden.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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

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

usw.

Neutralität der Therapeutin bzw. des Therapeuten, das Prinzip der Allparteilichkeit

Auch wenn über Verhalten gesprochen wird, das gültigen sozialen Normen zuwiderläuft, also etwa Misshandlung, Suizidgedanken, Inzest, illegale Drogen, Gesetzesbrüche oder auch nur die scheinbar harmlose Frage, wie lange schlafen normal ist oder ab wann bzw. welcher Menge Alkoholkonsum problematisch wird, sollten Therapeuten/innen sich persönlicher Bewertung enthalten, sonst wird man leicht zum „sozialen Kontrolleur“.

Drei Formen der Neutralität bzw. der Allparteilichkeit:

- Neutralität gegenüber Personen: Der Berater/die Beraterin, Coach, Mediator, Supervisor, Therapeut, steht nicht „auf einer Seite“. Er begegnet allen Beteiligten mit Empathie und Annahme, aus gleich großer Nähe und Distanz,
- Neutralität gegenüber Problemen und Lösungen: Berater/innen bewerten nicht nach gut/schlecht-, positiv/negativ-Schematismen, sowohl im Hinblick auf das Problem, als auch was potenzielle Lösungen anbelangt,
- Neutralität gegenüber Ideen: Es gibt in Kulturen und Gesellschaften sehr unterschiedliche Lebensweisen, Werthaltungen, Normen, usw. In der beraterischen Situation begegnen Therapeuten/innen dieser Vielfalt und den sie verkörpernden Menschen mit Respekt und Achtung.

Neutralität und Allparteilichkeit bedeuten **n i c h t** :

Dass Beraterinnen und Therapeuten keine eigenen Werthaltungen haben dürfen. Ganz im Gegenteil: In der Konfrontation mit fremden Überzeugungen werden die eigenen besonders bewusst.

Grob gesprochen: Verstehen und Akzeptanz bedeuten nicht Verständnis oder Billigung. Empathie für einen Menschen heißt nicht, all seine Handlungen gut zu finden. Aber: Beratung, Therapie, Coaching, Mediation, sind keine „Erziehungsprogramme“.

Arbeit mit Gewalttätern zum Beispiel ist in der Regel **k e i n e** Therapie und auch **k e i n** Coaching und **k e i n e** Mediation, sondern strukturierte Täterarbeit! Man spricht hier auch von Programmen oder Trainings. Dementsprechend sind Mittel und Ziele unterschiedlich. Und: In der Regel handelt es sich um Zwangskontexte. Berater/innen kommt hier auch die Funktion sozialer Kontrollausübung zu.

Neutralität, Normativität und die feinen Unterschiede

In einer Supervision schildert eine Therapeutin den Fall eines getrennt lebenden Paares im mittleren Alter und formuliert dabei folgenden Satz:

„... das Paar hat sich schon nach fünf Jahren getrennt...“

Man könnte über diese Beschreibung lange diskutieren, u.a. auch mittels Hinzuziehung weitere Textpassagen. Konzentrieren wir uns auf das Wort *„...schon...“*. Was könnte das mitteilen? Einige Gedanken:

- Denkt die Therapeutin vielleicht, das Paar hätte zu schnell aufgegeben?
- Ab wieviel Jahren Beziehung darf man sich trennen?
- Sind fünf Jahre für eine Paarbeziehung wenig oder viel, kurz oder lang?
- Existiert in dieser Hinsicht irgendeine Norm bzw. ein Standard?
- Wie sieht das implizite Lebensmodell der Therapeutin aus?

Neutralität, Normativität und die feinen Unterschiede

Mit diesem Beispiel, das man in jeder Hinsicht weiter bearbeiten müsste, möchte ich sagen: Es sind häufig die feinen, impliziten Konzeptionen über „gelingendes Lebens“ und die dabei tragenden idealisierenden Normen, die unsere Bemühung um die therapeutisches Verstehen mitsamt der Haltung namens Neutralität schwierig machen.

Permanente, institutionalisierte Selbstreflexion und Selbstkritik via Fallkommunikation sind unabdingbar.

Ähnlichkeiten systemischer Therapie zur

„Lösungsorientierten Kurztherapie“, Begründer: Steve de Shazer

Grundannahmen:

- Klienten und Klientinnen 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.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Philosophische Grundlagen der systemischen Therapie

- Konstruktivismus
- Radikaler Konstruktivismus
- Konstruktivismus
- Postmoderne-Philosophie

Da wir im Seminar über diese philosophischen Orientierungen bereits ausführlich gesprochen haben, hier nur noch eine knappe Zusammenfassung.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Philosophische Grundlagen der systemischen Therapie: 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

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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.

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Gegenspieler des Konstruktivismus: der naive Realismus

In anderen Worten: Im Alltag gehen wir in der Regel von der ontologischen Annahme aus, dass die von uns wahrgenommene Erfahrungswirklichkeit nicht ausschließlich in unserem Bewusstsein als Vorstellung oder Idee existiert (das wäre die Position des Idealismus), sondern unabhängig von unserem Bewusstsein besteht (das ist die Position des Realismus).

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Radikaler Konstruktivismus in der radikalen Kritik – ein Beispiel:

„Der sogenannte „Konstruktivismus“ ist ... die gefährlichste moderne geistige Tendenz, und, so darf man wohl sagen, eine der am weitesten verbreiteten Auffassungen. Er verbindet zwei Kantische Ideen mit dem modernen Relativismus, nämlich die Idee, dass wir die uns bekannte Welt mit Hilfe unserer Begriffe herstellen, und die, dass wir eine von uns unabhängige Welt durch unsere Erkenntnis nicht erreichen können.“

(Hans Albert 1996, S. 14 f)

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Postmoderne-Philosophie

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

betont werden Heterogenität, Zufall, Unplanbarkeit, Spontaneität, prinzipielle Offenheit der Zukunft,

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

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

Postmoderne-Philosophie

Führender Vertreter: Jean-François Lyotards. Bekannt wurde seine Rede vom „Ende der großen Erzählungen“

Die einzelnen modernen „Erzählungen“ legen der Welterklärung jeweils ein zentrales Prinzip zugrunde (z. B. Gott, Subjekt, Geist), um auf dieser Grundlage zu allgemeinen Aussagen und Erklärungen zu kommen

Große Erzählungen: Marxismus, Liberalismus, Psychoanalyse, Darwinismus, Aufklärung, Christentum

Fritz B. Simon

Systemisches Denken und Handeln

Zum Abschluss: Zehn Gebote des systemischen Denkens

Studienbrief SB0310, Kaiserslautern 2014, 107ff.

Zum Abschluss: Zehn Gebote des systemischen Denkens

1. Mache Dir stets bewusst, dass alles, was gesagt wird, von einem Beobachter gesagt wird.
2. Unterscheide stets das, was über ein Phänomen gesagt wird, von dem Phänomen, über das es gesagt wird.
3. Wenn Du Informationen (be-)schaffen willst, triff Unterscheidungen!
4. Trenne in Deiner inneren Buchhaltung die Beschreibung beobachteter Phänomene von ihrer Erklärung und Bewertung
5. Der Status quo bedarf immer der Erklärung!
6. Unterscheide Elemente, Systeme und Umwelten!
7. Betrachte soziale Systeme als Kommunikationssysteme, d. h. definiere ihre kleinsten Einheiten (Elemente) als Kommunikationen.
8. Denke daran, dass die Überlebenseinheit immer die Einheit aus einem System und seinen relevanten Umwelten ist!
9. Orientiere Dein Handeln an repetitiven Mustern!
10. Betrachte Paradoxien und Ambivalenzen als normal, erwarte sie – und freue Dich an ihnen!

GOETHE-UNIVERSITÄT Frankfurt am Main | Fachbereich Gesellschaftswissenschaften Institut für Soziologie -
Schwerpunkt Biotechnologie, Natur und Gesellschaft

Techniken, Interventionsweisen und Methoden in der systemischen Therapie

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