

"Das Wesen systemischer Beratung"

Julian Kurzidim

Studienarbeit, FH Braunschweig-Wolfenbüttel

WS 2001/2002

www.kurzidim.de

Vorwort

Das systemische Modell ist für mich eines der interessantesten und auch ungewöhnlichsten Konzepte, die mir in meinem Studium bisher begegnet sind. Ich habe es in einer Vorlesung über Alkoholismus¹ kennengelernt und war vor allem beeindruckt von Ansätzen wie z.B. der Frage nach den positiven Aspekten des Alkoholmißbrauchs - also eines Verhaltens, das ansonsten nur negativ bewertet wird. Kurz: Was ich da hörte, war völlig anders als das, was ich vorher über Beratung/Therapie wußte und zu wissen glaubte.

Die Neugier und Faszination dieser ungewohnten Gedanken machten mir leicht, den systemischen Ansatz als Thema für eine Hausarbeit zu wählen.

Ich nehme an, im Kontext einer Hausarbeit macht es Sinn, auch einem Lehrbuch zu glauben, und möchte die Frage aufwerfen, wie meine Familie darauf reagiert, dass meine Zeit nun nicht mehr von der Erstellung dieser Arbeit beansprucht wird.

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	2
2. Eigenschaften von Systemen	2
3. Grundannahmen / Grundsätze der systemischen Beratung	3
3.1 Zirkularität	3
3.2 Systemisches Verständnis von Problemen / Symptomen	4
3.3 Neutralität	5
3.4 Wertschätzung	6
3.5 Irreverenz	6
3.6 Hypothesenbildung	6
3.7 Verstörung	7
4. Angewandte systemische Techniken	7
4.1 Zirkuläres Fragen	7
4.2 Formen systemischen Fragens	8
4.3 Genogramm / Organigramm	9
4.4 Familienskulptur	10
4.5 Reframing	10
4.6 Das Reflektierende Team	11
4.7 Schlußinterventionen	11
5. Stellungnahme	12
6. Literatur	15

1. Einleitung

Systemisches Denken zieht sich als Geistesströmung durch viele Wissenschaften und hat seine eigene Wissenschaft hervorgebracht - die Kybernetik. Auch der psychisch-soziale Bereich wurde davon beeinflusst. Hier setzte systemisches Denken zuerst Mitte des 20. Jh. in der Familientherapie ein - also bei dem System, mit dem jeder Mensch am meisten verbunden ist.

In den letzten 25 Jahren hat sich daraus der "Systemische Ansatz" entwickelt. Immer neuere Formen dieses Ansatzes wurden geschaffen, immer wieder neue Ideen integriert, modifiziert, durch neue ersetzt - es scheint, als seien systemische Konzepte fast so schnell veraltet wie Computer.

Doch gibt es auch allgemein gültige Dinge, die den verschiedenen systemischen Modellen zu Grunde liegen.

In dieser Hausarbeit möchte ich versuchen, einen Überblick über die grundlegenden Merkmale der systemischen Beratung/Therapie und über ihre typischen Techniken zu geben. Ich habe dabei versucht, die wichtigen Aspekte nach zunehmendem Praxisbezug zu sortieren.

Die Genderfrage habe ich beantwortet, indem ich männliche und weibliche Formen abwechselnd benutze² - dies erscheint mir als der gelungenste Mittelweg zwischen Gleichberechtigung und Lesbarkeit.

2. Eigenschaften von Systemen

Willke definiert ein System allgemein als "*einen ganzheitlichen Zusammenhang von Teilen, deren Beziehung untereinander quantitativ intensiver und qualitativ produktiver sind als ihre Beziehungen zu anderen Elementen.*"³ Im beraterischen Kontext ist dieser Zusammenhang von Teilen eine Organisation von Menschen, in deren Bezugsrahmen das beanstandete Problem auftritt - also z.B. eine Familie.

In Systemen bilden sich Regeln aus, die explizit oder implizit sein können. Explizite Regeln sind im System bekannt und können daher ausgesprochen und auch diskutiert werden.

Implizite Regeln dagegen wirken, ohne den Mitgliedern bewußt zu sein, sie geben sich oft erst durch ihre Überschreitung zu erkennen.

Systeme teilen sich in Subsysteme auf und sind selbst Mitglieder in größeren Systemen.

Zwischen verschiedenen Systemen herrscht Interaktion, und ihre Abgrenzungen zu anderen Systemen sind oft nicht deutlich zu erkennen. Jeder Mensch ist, in verschiedenen Kontexten,

¹ "Der Kreislauf der Sucht. Arbeit mit alkoholkranken Menschen", Dr. med Michael Bohne, WS 2000/01

² so wie es auch v. Schlippe und Schweitzer in ihrem Buch (1999) tun.

Mitglied verschiedener Systeme. Zwischen all diesem bildet sich ein ähnlich verflochtenes Netzwerk wie bei der zirkulären Kausalität. (siehe 3.1)

Ich möchte hier als Beispiel mich selbst erwähnen: Ich gehöre zum System meiner Familie und gleichzeitig zum System "Fachhochschule", das sich für mich in verschiedene Subsysteme - "Vorlesungen" und "Projekt" - aufspaltet. Außerdem habe ich noch diverse Freunde, Bekannte etc., und jedes Mal, wenn ich einkaufe, trete ich mit dem System "Supermarkt" in Interaktion.

Eine systemische Weltsicht berücksichtigt in ihren Urteilen all diese Eigenschaften.

Wesentlich für sie ist, *"dass es um die Betrachtung der Beziehungen zwischen und nicht der Natur von Phänomenen geht."*⁴ So ist in einer systemischen Beratung das gesamte System Klient - nicht ein einzelner Mensch. Der Mensch, aufgrund dessen Symptomatik die Beratung initiiert wurde, wird daher nicht als "Patient", sondern als "Indexpatient" bezeichnet.

3. Grundannahmen / Grundsätze der systemischen Beratung

3.1 Zirkularität

Der wichtigste Aspekt der systemischen Denkweise ist die Ablösung des linearen durch das zirkuläre Kausalitätsmodell.

Lineare Kausalität trennt die Ereignisse in Ursachen und Folgen: Die Ursache "A" zieht die Folge "B" nach sich.

In der systemischen Theorie wird von diesem Denkmodell Abstand genommen. Statt dessen wird eine zirkuläre Weltsicht bevorzugt. In dieser kommen zwar auch lineare Ursache-Wirkung-Hypothesen vor; doch setzt sich das Weltbild aus einer unendlichen Anzahl von diesen zusammen, die sich gegenseitig beeinflussen, Kreisläufe bilden, mit vielen anderen Kausalketten verbunden sind und auf diese Weise ein nicht zu entflechtendes Netz bilden. In diesem Netz ist jedes Ereignis gleichzeitig eine Folge und eine Ursache vieler anderer Prozesse, zwischen "Ursachen" und "Folgen" kann also nicht mehr unterschieden werden. Aus diesem Denken ergibt sich, dass es unmöglich ist, das ratsuchende System in "gute" und "böse" Teile aufzuspalten; denn das, was als "gut" oder "böse" erscheint, ist auch nur ein Prozess im Netzwerk der "Ursache-Folgen" und "Folge-Ursachen" - einfacher: der Ereignisse. Auch die Mitglieder des Systems werden auf diese Weise angesehen: *"Eine Aufteilung in 'Schuldige' und 'Opfer' kann nicht mehr vorgenommen werden."*⁵

³ zitiert nach v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 55

⁴ v. Schlippe 1984, S. 22

⁵ Fachlexikon der Sozialen Arbeit, S. 946

Eine weitere Folge⁶ des zirkulären Modells ist die Unmöglichkeit, das System in all seinen Zusammenhängen zu überschauen: "*Wird die Idee der Zirkularität oder der zirkulären Kausalität auf die Erklärung menschlichen Verhaltens angewendet, so heißt das, dass es unmöglich ist, objektiv zu wissen, wie die Pfeile der Kausalität zu ziehen sind.*"⁷ Dies führt dazu, dass verlässliche Vorhersagen über das Verhalten eines Systems - z.B. als Reaktion auf eine therapeutische Intervention - nahezu unmöglich sind.

Im Endeffekt ist die ganze Welt ein zirkuläres System, und wenn sich der Einsatz von FCKW in einer Zerstörung der Ozonschicht auswirkt, ist auch das ein Folgeereignis an einer Stelle, an der vorher niemand mit einem Problem gerechnet hätte⁸.

3.2 Systemisches Verständnis von Problemen / Symptomen

Als Problem gilt allgemein "*etwas, das von jemandem einerseits als unerwünschter und veränderungsbedürftiger Zustand angesehen wird, andererseits aber auch als prinzipiell veränderbar.*"⁹ In der systemischen Betrachtung liegt ein Problem nicht nur bei der Einzelperson, sondern vor allem in den Beziehungen dieser Person und in ihrem System allgemein: "*Ein Symptom, ein Problem, eine Krankheit sind keine Dinge, sondern Prozesse, gebildet durch Handlungen und Kommunikationen verschiedener Personen.*"¹⁰ Probleme sind in diesen beiden Definitionen Ereignisse wie alle anderen auch - nur mit dem Unterschied, dass sie als negativ empfunden werden.

Eine Änderung der Systemeigenschaften oder eines Mitglieds, wie sie in verschiedenen Intensitäten ständig geschieht, zieht zirkulär Reaktionen der Mitglieder nach sich. Wenn das System überhaupt nicht verlassen werden kann (z.B. Familie) und/oder eine große Abhängigkeit von ihm besteht (z.B. Arbeitsplatz), muß auf eine solche Änderung im Rahmen des Systems und seiner Regeln reagiert werden.

Auch implizite Regeln, die unbewußt im System wirken, können ein Problem darstellen - dann ist ein Symptom der "*Ausdruck des Ausgeklammerten, des Verborgenen, des Ungesagten, des Unbekannten*"¹¹.

Als problematisch empfundenen Verhalten von Individuen gilt in diesem Ansatz als Versuch, aus der eigenen Perspektive heraus angemessen auf ein als problematisch empfundenen System zu reagieren. "*In der Systemtherapie werden Symptome als positive Lösung betrachtet, die Werte und Ereignisse eines Systems ebenso schützen wie die Gefühle, die*

⁶ Entschuldigung für diese Formulierung. Genau genommen müßte es heißen: Eine der unendlich vielen Kausalbeziehungen, die das Netzwerk der Zirkularität bilden

⁷ Furman und Ahola 1996, S. 42

⁸ vgl. Kriz 1997, S. 87ff.

⁹ v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 103

¹⁰ ebd., S. 141

¹¹ Tröscher-Hüfner 1994, S. 41

sich darum ranken."¹² Die Ausbildung eines Symptoms erscheint dem Indexpatienten (meist unbewußt) als geeignete Reaktion auf das System bzw. als das kleinere Übel.

Zur Bedeutung eines Symptoms können vier Möglichkeiten genannt werden:¹³

- Es ist ein Hinweis auf eine ineffektive Lösung eines Problems.
- Es stabilisiert die Beziehungen im System.
- Es verleiht dem Indexpatienten Macht im System.
- Es steht metaphorisch für andere Probleme im System.

Wenn sich ein Symptom bei einem Systemmitglied zeigt, ist es im System ein Ereignis und wirkt wieder zirkulär auf das System zurück. Da es im Normalfall auch auf andere Systeme des Indexpatienten wirkt und bei Problemen professionelle Hilfe gesucht wird, wächst um das Problem ein neues System, das aus dem Indexpatienten, seinem System und den verschiedenen Helfern besteht.

3.3 Neutralität

Aus der Annahme, dass jedes Verhalten in einem System den Sinn hat, das System in einem erträglichen Zustand zu halten, hat sich die Grundhaltung der Neutralität - oder auch Allparteilichkeit - entwickelt. Dies bedeutet: Die systemische Beraterin muß sich dem Klientensystem gegenüber so verhalten, dass sie den Eindruck erweckt, dass sie es, sein Verhalten und seine Probleme weder als positiv noch als negativ ansieht. Den Klienten sollte sie natürlich Empathie entgegenbringen und sich in die Sichtweise jedes einzelnen hineinversetzen können, doch sollte sie dies bei allen Systemmitgliedern in gleichem Maße tun. Neutralität gegenüber allen Aspekten des Systems bewahrt die Therapeutin davor, sich in Konflikten auf eine Seite zu stellen und dadurch bei der anderen Seite ihren therapeutischen Einfluß zu verlieren.

v. Schlippe und Schweitzer nennen drei Arten der Neutralität¹⁴:

- Neutralität gegenüber Personen: Der Berater stellt sich nicht eine Seite des Konflikts und "verbündet" sich auch nicht mit einem der Klienten.
- Neutralität gegenüber Problemen/Symptomen: Der Berater zeigt nicht, ob er das Problem der Klienten als Problem ansieht oder nicht, also auch nicht, ob er es beseitigen oder beibehalten würde.
- Neutralität gegenüber Ideen/Lösungsversuchen: Der Berater zeigt nicht, ob die Ideen, Problemerkklärungen und Lösungsversuche seiner Klienten seiner Meinung nach richtig oder falsch sind.

¹² ebd., S. 36

¹³ nach v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 109f.

3.4 Wertschätzung

Obwohl v. Schlippe und Schweitzer die "wertschätzende Konnotation" unter "Kommentare" im Praxisteil ihres Buches einordnen¹⁵, möchte ich sie hier als Grundhaltung einordnen, denn sie zieht sich als solche durch alle systemischen Techniken.

"*Jedes Verhalten macht Sinn, wenn man den Kontext kennt.*"¹⁶ Auch wenn der Kontext des Verhaltens nicht immer erkennbar ist, ergibt sich aus diesem Grundsatz des systemischen Modells, dass das Verhalten der Klienten mit einem angemessenen Verständnis bedacht werden sollte. Schließlich gilt es als Versuch der Problemlösung. Natürlich sollte diese Wertschätzung allen Systemmitgliedern gelten.

Wertschätzung muß nicht bedeuten, dass jedes Verhalten vom Berater als positiv bewertet wird, da es den eigenen Überzeugungen des Beraters auch widersprechen könnte. Sie ist vielmehr die Anerkennung, dass das problematisierte Verhalten im Kontext des Systems und des handelnden Mitglieds für dieses als positiv gilt.

3.5 Irreverenz

Der systemische Ansatz zeigt zwar "*Respekt gegenüber Menschen*"¹⁷, aber "*Respektlosigkeit gegenüber Ideen*"¹⁸. Er lehnt festgelegte Regeln, Dogmen, Tabus und Gewißheiten ab. Denn diese gelten in systemischer Betrachtung nicht nur selbst als eine Quelle für Probleme, sondern engen auch die Möglichkeiten zur Lösungsfindung ein: "*Alles, was die Zahl der Möglichkeiten einschränkt ... steht systemischem Arbeiten entgegen.*"¹⁹ Irreverenz ist eine Aufforderung an systemische Therapeutinnen, auch die eigenen Überzeugungen auf den fallspezifischen Nutzen zu hinterfragen. Daraus ergibt sich in letzter Konsequenz, dass auch die Grundsätze der systemischen Beratung "über Bord geworfen" werden sollten, falls die Beraterin dies im konkreten Fall für sinnvoller hält.

3.6 Hypothesenbildung

Auch wenn das Verhalten eines Systems nicht vorhersagbar ist und ein Außenstehender ohnehin nicht das gesamte systemimmanente Regelwerk erkennen kann²⁰, ist doch die Aufstellung von Hypothesen eine Technik der systemischen Beratung.

¹⁴ nach v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 120

¹⁵ ebd., S. 175ff.

¹⁶ ebd., S. 179

¹⁷ ebd., S. 122

¹⁸ ebd., S. 122

¹⁹ ebd., S. 116

²⁰ Genauso wie es auch einem Mitglied des Systems unmöglich ist.

Eine Hypothese ist eine vorläufige Problemerkklärung, die im Verlauf der Beratung bestätigt oder widerlegt wird. Aus dem in seiner Gesamtheit unüberschaubaren zirkulären Netzwerk der Ereignisse wird also ein kleiner Teil isoliert betrachtet. Dies bringt immerhin einen Ansatz von Ordnung hinein, etwas, "an dem man sich festhalten kann".

Wichtig ist, dass es sich nicht um Thesen, sondern nur um Hypothesen handelt - immer muß die Möglichkeit berücksichtigt werden, dass die Wirklichkeit ganz anders ist. Hier können Hypothesen auch dazu eingesetzt werden, die bisherige Problemerkklärung durch Alternativen in Frage zu stellen: *"So geht es nicht darum, die eine richtige Hypothese zu finden. Vielmehr führt gerade die Vielfalt der Hypothesen auch zu einer Vielfalt von Perspektiven und Möglichkeiten."*²¹

3.7 Verstörung

Aus der Annahme, dass man einem System keine Anordnungen geben kann, wie es sich zu verhalten hat (die sog. "instruktive Interaktion"), hat sich das Konzept der Verstörung herausgebildet, das den meisten systemischen Techniken zu Grunde liegt. Bei der Verstörung geht es darum, *"zunächst mehr Chaos zu erzeugen, mehr Deutungen in der Lebenswelt zuzulassen, damit die fast dinghaft erstarrten Prozesse wieder flüssig werden."*²² Eine Verstörung wird erreicht, indem das zu beratende System einen Anstoß erhält, der den alten, als problematisch empfundenen Systemzustand destabilisiert. Wenn er überwunden ist, kann sich ein neuer Zustand herausbilden, der - so ist das Ziel - weniger Probleme mit sich bringt. Es läßt sich jeder Übergang eines Systems in einen anderen Zustand als Verstörung bezeichnen, in einer systemischen Beratung wird versucht, einen solchen Übergang durch Interventionen der Beraterin auszulösen. Ob eine Intervention zu einer verändernden Verstörung führt und ob diese das Problem verändert, entscheidet sich an der Reaktion des Klientensystems.

4 Angewandte systemische Techniken

4.1 Zirkuläres Fragen

Das zirkuläre Fragen ist das charakteristische Instrument der systemischen Beratung. Mit Hilfe dieser Technik wird der Fokus der Beratung weg von den Eigenschaften der Einzelpersonen hin zu denen der Beziehung gelenkt - und damit die systemische Sichtweise auf Probleme angeregt.

²¹ ebd., S. 117

²² Kriz 1997, S. 58

Der Unterschied zwischen zirkulären und sonstigen Fragen ist dieser: Thema einer zirkulären Frage sind die Auswirkungen eines Problems nicht auf den Indexpatienten, sondern auf das System, in dem das Problem auftritt. Durch zirkuläres Fragen *"wird die übliche Regel ... 'jeder spricht nur für sich!' radikal durchbrochen, indem reihum jedes Familienmitglied über bestimmte Beziehungsaspekte zwischen zwei oder mehreren befragt wird."*²³ Damit folgt es der Grundannahme, dass das Problem in der Beziehung der Systemmitglieder liegt und nicht in einem einzelnen Individuum.

Diese Art des Fragens ist außerdem eine praktische Umsetzung des ersten Axioms von Paul Watzlawick: *"Man kann nicht nicht kommunizieren."*²⁴ Alles, was ein Mensch innerhalb eines Systems tut und von anderen wahrgenommen wird, ist immer auch Kommunikation. Es ist daher naheliegend, diese systeminterne Kommunikation und die Art, wie sie von den Empfängern interpretiert wird, zu erforschen.

Eine zirkuläre Frage ist nicht z.B.: "Wie geht es Ihnen im Moment?", sondern: "Wie, vermuten Sie, reagiert Ihre Frau auf Ihren derzeitigen Gefühlszustand?" Diese Frage zielt auf die Meinung des Klienten über die Beziehung zu seiner Frau, auf seine Vermutungen über seine Frau und darauf, was er selbst über sie denkt. Auch die Frau erhält diese (für sie neuen) Informationen über die Beziehung aus der Sicht ihres Mannes und gelangt dadurch auch zu einer neuen Sichtweise auf das System.

4.2 Formen systemischen Fragens

Natürlich geht es auch in einer systemischen Beratung um das Sammeln von Informationen über das Problem und mögliche Lösungswege. Daher gibt es von üblichen Therapeutenfragen auch zirkuläre Formen, die ich hier kurz vorstellen möchte.

Dem Ziel, das Problem kennenzulernen und zu beschreiben, dienen "Fragen zur Wirklichkeitskonstruktion". Diese kreisen um das Problem und um seine verschiedenen Definitionen. Zirkulär kann hier nach den verschiedenen im System vorhandenen Problembeschreibungen und die Reaktionen darauf gefragt werden - z.B. auf wen das Symptom der Indexpatientin den meisten Einfluß ausübt oder in welchem Kontext es bevorzugt auftritt. Der "Auftragskontext", also das System, das die Therapie angeregt / angeordnet hat, ist ebenfalls ein Feld, das einer systemischen Betrachtung bedarf, und auch, wer inner- und außerhalb des Systems das meiste Interesse an einer Veränderung und wer an einer Beibehaltung des Problems hat.

²³ ebd., S. 58

²⁴ zitiert nach v. Schlippe 1984, S. 32

Lösungen des Problems können durch "Fragen zur Möglichkeitskonstruktion" erarbeitet werden. Hier wird nicht die Wirklichkeit besprochen, sondern Gedankenspiele um das System und sein Problem durchgeführt. Sie können auch unrealistische Szenarien behandeln, ja, sie sollen es sogar. Der Sinn dieser Fragen liegt darin, die Kreativität der Systemmitglieder zu aktivieren; dies eröffnet die Chance, dass das System selbst eine akzeptable Lösung findet. Auch kann der Therapeut hier Wege ins Gespräch einführen, die er zur Problemlösung beschreiten würde. Die Klienten müssen diese zwar nicht übernehmen, kann sie aber als Ansatzpunkt für eigene Lösungsideen benutzen. Auch "Verschlimmerungsfragen" können gestellt werden: dies sind Fragen danach, was die Klienten tun müssten, um das Problem zu verschlimmern. Sie sind nicht als Lösungsvorschläge gedacht, sondern durch sie kommt ans Licht, welche Interaktionen vermieden werden sollten, da sie das Problem aufrecht erhalten.

4.3 Genogramm / Organigramm

Genogramme (in Familien) bzw. Organigramme (in Organisationen) ermöglichen es, das ratsuchende System in einfacher Bildform darzustellen - sie sind sozusagen eine Landkarte des Systems. Sie sind für die Beraterin vor allem ein Instrument zur Hypothesenbildung, für die Klienten eine bildliche Darstellung (und damit Bewußtmachung) des Systemzusammenhangs.

Das Genogramm basiert auf einem Stammbaum der ratsuchenden Familie, der so weit zurückreicht, wie es nach Meinung der Familie bzw. der Beraterin sinnvoll erscheint. Für jedes Familienmitglied wird ein Symbol mit den Lebensdaten in eine Zeichnung eingetragen. Dafür hat sich eine Symbolsprache herausgebildet, die ich im Rahmen dieser kurzen Abhandlung nur erwähnen möchte²⁵.

Im Unterschied dazu ist das Organigramm eine Weiterentwicklung des offiziellen Organigramms der zu beratenden Einrichtung. Dieses wird präzisiert: für eine Abteilung, die im offiziellen Organigramm nur als Abteilung eingetragen ist, kann ein internes Organigramm erstellt werden, in dem Mitarbeiter in ihren Funktionen und Machtbeziehungen eingetragen sind.

In diese Darstellung kommen dann zu den Personen weitere Merkmale: Berufe, Interessen, informelle Beziehungen, Krankheiten, Probleme und sonstige Auffälligkeiten. Auch "*'weiche' Informationen*"²⁶, also Daten, die nicht im Lebenslauf auftauchen, und "*weiße Stellen*"²⁷, das sind Mitglieder bzw. Bereiche, von denen nichts bekannt ist, werden hinzugefügt: z.B. den Personen und/oder dem System zugeschriebene Eigenschaften, Tabus oder die Beschreibung der Familien- oder Arbeitsatmosphäre.

²⁵ siehe v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 130

²⁶ ebd., S. 131

4.4 Die Familienskulptur

Die Technik der Familienskulptur bietet einen metaphorischen Zugang zu den systeminternen Vorgängen. *"Sie 'unterläuft' ... viele an Sprache gebundene Abwehrphänomene wie Rationalisierungen oder Intellektualisierungen. Das ermöglicht ein unmittelbareres Vordringen zu den eigentlichen Themen der Familie."*²⁸

Sie besteht daraus, dass die Familienmitglieder Positionen, Haltungen und Abstände zueinander einnehmen, die den derzeitigen Zustand der Familie deutlich aufzeigen. Dies geschieht am besten nach den Anweisungen eines Familienmitglieds, das vom aktuellen Problem möglichst wenig betroffen ist.

Durch den "Aufbau" der Skulptur werden die beteiligten Personen mit der Perspektive des Anweisenden bekannt gemacht, sie können dann ihre eigenen Gefühle und ihre Meinung zu ihrer Position äußern. Auch können sie Änderungswünsche äußern und damit ihre Sicht auf das System äußern.

Die Familienskulptur kann den Beteiligten auch helfen, das System aus der Perspektive eines anderen Mitglieds zu sehen. Dazu tauschen die Mitglieder die Plätze und nehmen die Positionen des/der jeweils anderen ein. Auch lösungsorientiert kann die Familienskulptur eingesetzt werden, indem sie den gewünschten Idealzustand der Familie darstellt.

4.5 Reframing

"Reframing" kommt vom englischen Wort "frame" (Rahmen) und ist die praktische Umsetzung der Annahme, dass jeder Nachteil auf einem anderen Gebiet ein Vorteil ist²⁹. Es bedeutet die Umdeutung eines Problems, die Änderung der Sichtweise. Das Problem selbst wird so beibehalten, wie es ist, aber es wird in einen neuen Rahmen gestellt, der ihm eine andere Bedeutung gibt. Diese ist dann nicht mehr eine negative, sondern eine positive. Das bekannteste Beispiel des Reframings ist das Glas, das im defizitorientierten Kontext als halbleer, im ressourcenorientierten Kontext aber als halbvoll angesehen werden kann³⁰. Um ein Reframing zu erzielen, muß sich ein systemischer Berater bei dem Problem seines Klienten fragen: *"Welcher Kontext wäre denkbar, unter dem das Problem sinnvoll wäre, ja, vielleicht sogar die beste Lösung darstellen würde?"*³¹

Die Klientin hat möglicherweise bis zu diesem Punkt ihr Problem nur im negativen Rahmen gesehen. Reframing ist hier ein Mittel, die Problemsicht der Klientin um eine andere

²⁷ ebd., S. 131

²⁸ v. Schlippe 1984, S. 100

²⁹ vgl. v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 179

³⁰ nach Satir 1990, S. 445f.

³¹ v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 179

Perspektive zu erweitern und neue Handlungsspielräume aufzuzeigen. Auch wird dadurch die alte Sichtweise verstört: *"Wenn 'alles auch anders sein' könnte, anders gesehen werden könnte, ist schon viel dafür getan, dass die Dinge nicht mehr so festgefahren und rigide erlebt werden wie bisher."*³²

4.6 Das Reflektierende Team

In der systemischen Therapie wurde schon länger mit einem Team von Therapeuten gearbeitet, das den Beratungsprozeß von einem anderen Raum aus verfolgte und das sich in der Mitte und/oder am Ende einer Sitzung mit dem beratenden Therapeuten besprach. Angeregt durch ein technisches Versehen entwickelte Tom Andersen daraus das "Reflektierende Team"³³: Die Diskussion des Beraters mit seinem Team findet nicht mehr im "stillen Kämmerlein" statt, sondern die Klienten hören mit - entweder über Lautsprecher oder im gleichen Raum.

Das Reflektierende Team bespricht den bisherigen Verlauf der Sitzung. Jedes Teammitglied bringt seine eigene Meinung über das Klientensystem ein. Doch weil es in der systemischen Weltsicht weder "richtig" noch "falsch" gibt, wird die Meinung als Vermutung geäußert und außerdem in einen wertschätzenden Rahmen gestellt. Das Gespräch selbst sollte in für die Klienten verständlichen Worten geführt werden.

Die Klienten hören, dass über sie gesprochen wird, was ihre Aufmerksamkeit erweckt. Sie bekommen die verschiedenen Meinungen der Teammitglieder zu hören und werden dadurch mit neuen Ideen und Sichtweisen konfrontiert.

4.7 Schlußinterventionen

Am Ende einer systemischen Beratungssitzung können Schlußinterventionen gegeben werden. Es sind Vorschläge oder Aufgaben, zu deren Ausführung die Klienten geraten werden, z.B. wie sie sich bis zur nächsten Sitzung verhalten könnten, was sie ändern und was beibehalten sollten.

Neben der für systemische Techniken typischen "Verstörung" liegt ihre Aufgabe vor allem darin, in der Verstörungsphase dem Klientensystem eine gewisse Sicherheit zu geben: Sie können dieser Phase der Unsicherheit einen Sinn geben. Dies ist um so wichtiger, je größer die Bedeutung des Problems im System ist, je aufwendiger also die Umstellung auf einen Zustand ohne dieses Problem zu sein droht.

Inhalt einer Schlußintervention kann z.B. der Rat sein, einen Tag lang so zu tun, als ob das Problem schon gelöst wäre oder ein problembezogenes Ritual zu etablieren. Auch gibt es

³² ebd., S. 180f.

³³ ebd. S. 38

hier Formen, die mehr als Anregung zur Verstörung und weniger als befolgbare Ratschläge erscheinen - z.B. der Rat, das Problem vorläufig noch so zu belassen, wie es ist, es zu variieren oder "*mehr desselben [zu] tun*"³⁴ - es zu verstärken..

Ambivalent ist an Schlußinterventionen, dass sie einerseits den Klienten eine Sicherheit bieten, andererseits aber auch als Ausdruck der Überlegenheit des Beraters angesehen werden können. Bei Klienten, die zu dieser Sichtweise neigen oder ihn gar als "Erlöser" ansehen, kann als alternative Technik das Splitting angewandt werden: Den Klienten wird kein Ratschlag gegeben, sondern verschiedene Möglichkeiten werden wertschätzend berücksichtigt, z.B. dass die Beraterin sich nicht entscheiden kann, ob sie das Problem beibehalten oder beseitigen würde. Hier entscheiden die Klienten, ob sie sich für die eine oder die andere Seite entscheiden oder vielleicht auch eine dritte Möglichkeit finden.

5. Stellungnahme

Das systemische Modell hat sich aus der Erkenntnis, die Kausalitätszusammenhänge nicht vollständig überschauen zu können, aus der Bewertung von Ereignissen zurückgezogen und sie durch die Grundsätze der Neutralität und Wertschätzung ersetzt. Auch das Konzept der Verstörung basiert auf dieser Einsicht, denn es greift nicht regelnd in das System ein, sondern beschränkt sich auf einen Anstoß und vertraut darauf, dass das System sich selbst neue Regeln gibt.

Ich persönlich habe wenig Probleme mit der systemischen Sichtweise, denn auf Grund meiner Lebenserfahrung neige ich selbst zu dieser. In Konflikten habe ich z.B. oft die Meinung "Du bist in Ordnung, aber wir passen nicht zueinander". Diese Sichtweise ist eine Verlagerung des Problems weg vom "Gegner" hin zur Beziehung, und auch eine Umsetzung der Grundannahme, dass jedes Verhalten in seinem Kontext Sinn macht.

Auch die Wirksamkeit einer Verstörung habe ich (d.h. mein "psychisches System") selbst erfahren, als ich den Namen meiner Ex-Freundin zufällig in der Zeitung las. Den chaotischen Zustand des Aufkommens verdrängter Erinnerungen habe ich schließlich mit einem Reframing beendet, nämlich der Erkenntnis, dass ich die Beziehung damals brauchte.

Ich hatte bei der Beschäftigung mit der systemischen Therapie manchmal den Eindruck, dass sie einem "Schuß im Hühnerstall" ähnelt: eine Intervention, die die Hühner aufscheucht, und wenn sie zur Ruhe kommen, sitzen sie in einer anderen Anordnung. Eine wirksame Verstörung kann zwar auch auf eine solch "unprofessionelle" Weise erzeugt werden, sie widerspricht aber dem beraterischen Selbstverständnis. Eine systemische Therapeutin wird sich zusammen mit ihren Klienten mit dem System beschäftigen und dabei erarbeiten, wie dieser Schuß am besten abzugeben ist, um in die gewünschte Richtung zu wirken.

³⁴ ebd., S. 187

Ein "*schöpferisches Chaos in der Psychotherapie*"³⁵, das die instruktive Interaktion für unmöglich erklärt und statt dessen unsichere Konzepte wie die Zirkularität und die Verstörung anbietet, widerspricht menschlichen Vorstellungen zu Berechenbarkeit und Ordnung, die Jürgen Kriz beschreibt³⁶. Nach Kriz neigen Menschen dazu, vor dem Chaos Angst zu empfinden und daher eine Ordnung einzurichten. Diese an sich notwendige Handlung übertreiben sie gelegentlich bis zu einem Punkt, an dem die Ordnung erstickend-destruktiv wirkt.

Die Grundsätze der systemischen Beratung haben hier einen Doppelcharakter. Einerseits sind sie ein Schritt hin zu einer aus dem Chaos entstehenden Selbstorganisation, andererseits werden sie selbst dem Ordnungswunsch angepaßt. Irgend eine Ordnung braucht der Mensch, und so bringt er sie auch in die systemische Beratung hinein. Der Ansatz, Hypothesen aufzustellen, zeigt dies: Einerseits bietet eine Hypothese eine vorläufige Ordnung, andererseits fördert es das Chaos, dass andere Hypothesen alternative Ordnungen anbieten.

Obwohl er sehr ungewöhnlich und chaotisch wirkt, kann der systemische Ansatz für Inpatienten interessant sein, denn er löst das Problem vom Einzelindividuum ab. Für einen Menschen, der bisher im System vorwiegend symptomorientiert betrachtet wurde und dem Botschaften wie "Du bereitest uns nur Kummer"³⁷ oder gar "Du bist das Problem" übermittelt wurden, kann dies eine große Entlastung sein. Die Ablösung des Problems darf natürlich nicht übertrieben werden. Dann endet sie in der These "Das System ist an allem schuld", was auch unzutreffend ist, denn die Mitglieder sind das System.

Wie erwähnt, gibt es in der systemischen Denkweise weder Täter noch Opfer. Daher hat das systemische Modell die Verantwortung so geregelt, dass ein Mensch nicht für Einflüsse verantwortlich ist, die das System auf ihn ausübt, aber dafür, wie er diese Einflüsse interpretiert und für seinen Einfluß auf das System³⁸.

Problematisch kann es sein, wenn auch die systemische Deutung des Problems von den Klienten nicht akzeptiert wird. Wenn ich die in der Literatur erwähnten Fälle lese, in denen die Probleme von Menschen als Versuche, die Konflikte im System auf sich zu konzentrieren, umgedeutet werden³⁹, stelle ich mir die Frage, wer gern Konflikte auf sich konzentriert und ob dies nur deshalb getan wird, weil es das kleinere Übel - und damit immer noch ein Übel - ist. Hier wäre es ratsam, eine dritte Möglichkeit zu erarbeiten, die der Klient für ein Reframing akzeptiert.

³⁵ Kriz 1997, S 38

³⁶ ebd., S. 11ff.

³⁷ Hier haben wir es mit einer "zirkulären Psychokeule" zu tun, die eine Auswirkung des Problems im System thematisiert.

³⁸ vgl. v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 112

³⁹ z.B. v. Schlippe und Schweitzer 1999, S. 180

Schwerer wiegt der Zweifel, den Wilhelm Körner aufwirft: Er beschreibt den Versuch, eine Familie mit Inzestproblematik systemisch zu therapieren⁴⁰ und kritisiert an diesem Beispiel den systemerhaltenden, minimalinvasiven und systemimmanenten Kräften vertrauenden Charakter des Modells. Dies wirft die Frage auf: Zwar scheint auch Inzestverhalten Sinn zu machen, wenn man den Kontext kennt, doch reicht es hier, "nur" einen Anstoß zur Kontextveränderung zu geben? Wo liegt die Grenze, hinter der man nicht mehr darauf vertrauen sollte, dass das System das Problem selbst überwindet, sondern selbst hart ins System eingreifen sollte, mit dem Risiko unabsehbarer Folgen im zirkulären Netzwerk? Ich sehe diese Grenze dort, wo Unschuldige⁴¹ zum heftigen Abreagieren des Problems mißbraucht werden oder andere schwer schädigende Gewalt ausgeübt wird, und halte es für sinnvoller, zunächst diese wirksam zu unterbinden, bevor systemisch nach den Ursachen geforscht werden kann.

Wertschätzung gegenüber dem Täter⁴² oder die Frage nach systemstabilisierendem Handeln des Opfers können m.E. heftige Gegenwehr hervorrufen. Daher sollten diese Dinge nur sehr vorsichtig angesprochen und Täter und Opfer getrennt therapiert werden.

Diesseits dieser Grenze aber halte ich den systemischen Ansatz für ein Modell, das sich der Grenzen seines Einflusses bewußt ist, sie anerkennt und sein Methodenrepertoire an sie angepaßt hat. Seine Grundsätze erinnern alle Beteiligten an die Auswirkungen ihres Tuns und warnen vor Schuldzuweisungen, Vorurteilen und unbedachter Eskalation eines Konflikts - und fordern dazu auf, bei einem Scheitern der Beratung die Gründe überall statt nur bei der jeweils anderen Seite zu suchen.

Ich wünsche mir, dass sich systemisches Gedankengut auch in alltäglichen, nicht therapeutischen Kontexten eine größere Verbreitung findet und von viel mehr Menschen aufgenommen wird - und sei es "nur" als Anregung, die zur Verstärkung der bisherigen Ansichten führt.

⁴⁰ Körner 1992, S. 158ff.

⁴¹ D.h. Personen, die nicht oder nur am Rande in das Problemsystem verstrickt sind.

⁴² Dass ich hier von "Tätern" und "Opfern" schreibe, ist ein Ausdruck meiner Meinung, dass solche Fälle die Grenzen des systemischen Modells überschreiten.

6. Literatur

- Enders, Manfred** (1993): Systemischer Ansatz. In: Fachlexikon der Sozialen Arbeit, 3. Auflage, Seite 946. Frankfurt am Main: Deutscher Verein für öffentliche und private Fürsorge
- Furman, Ben, Ahola, Tapani** (1996): Die Kunst, Nackten in die Tasche zu greifen. Systemische Therapie: Vom Problem zur Lösung. Dortmund: Borgmann
- Körner, Wilhelm** (1992): Die Familie in der Familientherapie. Eine Kritik der systemischen Therapiekonzepte. Opladen: Westdeutscher Verlag
- Kriz, Jürgen** (1997): Chaos, Angst und Ordnung. Wie wir unsere Lebenswelt gestalten. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Satir, Virginia** (1990): Kommunikation - Selbstwert - Kongruenz. Konzepte und Perspektiven familientherapeutischer Praxis. Paderborn: Junfermann
- Schlippe, Arist von** (1984): Familientherapie im Überblick. Basiskonzepte, Formen, Anwendungsmöglichkeiten. Paderborn: Junfermann
- Schlippe, Arist von, Schweitzer, Jochen** (1999): Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung. 6., durchgesehene Auflage. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Tröscher-Hüfner, Ursula** (1994): Was ist ein Symptom, was ist Veränderung systemisch gesehen? In: Systema Nr. 2/1994, Seite 36-45. Weinheim: Institut für Familientherapie