

Eibenweg 12a D-76149 Karlsruhe-Neureut
 Tel. 0721-705847 CLARO Handy 0160 90900230
info@claro-vita.net / www.claro-vita.net

Vom Problemfokus zum -> Lösungsfokus

Von der „konstruierten Wirklichkeit“ (Prof. Dr. Paul Watzlawick u.A. / MRI Palo Alto) > über die „entdeckte Wirklichkeit“ (Heribert Döring-Meijer FroL / CLARO Karlsruhe) zur gefundenen Wirklichkeit mit diversen Formen von Aufstellungen im Rahmen „Systemischer Beratung“ und der Aufarbeitung und Begleitungsmöglichkeiten von Traumata

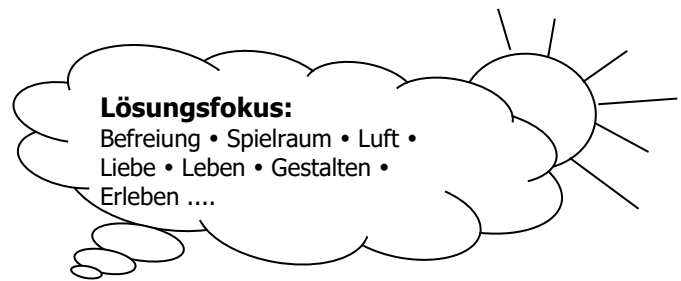
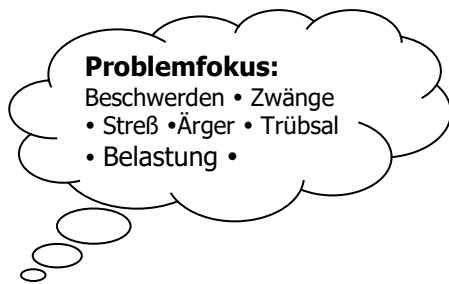
Zur Entwicklung der systemischen Arbeit

In der psychotherapeutischen Einzeltherapie, in Coaching, Beratung und Supervision im letzten Jahrhundert stießen „Berater“, Psychotherapeuten, Psychiater mit ihren „Patienten / Klienten“ immer häufiger an Grenzen des Machbaren. Tiefenpsychologische Konzepte und Individuum bezogene Vorgehensweisen standen im Vordergrund. Wirklichkeit war vorgegeben und erschien unabänderlich auch weil Traumata oft nicht erkannt wurden! Menschen mit „sogenanntem krankem Verhalten“ wurden „behandelt“, mit Medikamenten still gelegt oder aus dem „System“ herausgenommen (z. B. Sündenböcke / Symptom träger / Indexpatienten) → und Traumata häufig nicht erkannt ← und kamen in die Psychiatrie / Heime / Anstalten etc..)

Viele pathologischen, selbst- und fremdschädigenden Reaktionen wie Sucht, Gewalt, Autoaggression, sexueller Missbrauch, traumatische Erlebnisse, hatten angesichts vielfacher Erfahrungen – auch schon in der Herkunftsfamilie (Herkunftssystem) - aus Sicht der Behandelnden / aber auch der Betroffenen „fasst“ eine Form von „Normalität“. Die Erfahrung eines Unterschieds (Unterschiede > die den Unterschied machen), also die Erfahrung mit einer anderen Wirklichkeit, die einen Unterschied zu der eigenen sozialen Wirklichkeit ausmachte, fehlte häufig. Die Zugehörigkeit zu einer „bestimmten“ gesellschaftlichen Klasse / Schicht und die entsprechenden beziehungsweise fehlenden Informations-, und Kommunikationsmöglichkeiten verfestigte solches Verhalten zusätzlich.

Daraus erwuchs dann vor ca. 50 Jahren die Erkenntnis Systeme sind - wie auch in der z. B. in der Natur - „lebendig und offen“ und auch Familien, Organisationen etc. wirken als Systeme. Gleichzeitig entwickelte sich die humanistische und ganzheitliche Psychotherapie und Beratung als dritte Kraft und die Gruppentherapie.

Vom linear-kausalen Denken	II zum systemischen Denken
Individuum bezogenes Vorgehen	Bearbeitung der Probleme zwischen den Individuen
Mensch mit „krankem“ Verhalten wird behandelt (Medikamente, Psychiatrie)	Beobachtung des Individuums im Umgang mit anderen, wo sein Verhalten eine besondere Bedeutung zukommt (z. B. die Veränderungen im Familiensystem, wenn der Kranke gesund wird)
Herausnahme des Symptomträgers/Sündenbocks aus dem System	Zusammenwirken des Systems bei Auftritt des Symptoms
Wirklichkeit ist vorgegeben und unabänderlich	Wirklichkeit wird konstruiert/Sprache definiert Wirklichkeit
Handlung zieht eindeutige Folgen nach sich	Handlung und Folgen sind von vielen Faktoren abhängig und daher nicht vorhersehbar./ Es ist eine ständige Bewegung zwischen Bewahren und Verändern.
Veränderung von Einflußnahme ist durch außen bestimmbar	Aktive Selbstregulierung/ Systeme sind lebendig und offen



Das systemische Paradigma

>**Gregory Bateson** / MRI Palo Alto und die Palo-Alto-Gruppe um ihn, gingen von der Prämisse aus, daß die Grundeinheit des Lebens und seine Entwicklung **-nicht allein der individuelle Organismus ist**, sondern das jeweilige Bezugssystem, in das der Organismus eingebettet ist. Wesentlich sind hier die Austauschprozesse zwischen Individuum und Bezugssystem.

>**Milton Erickson** amerikanischer Psychiater (1901-1980) Begründer der modernen Hypnotherapie. Er beeinflusste grundlegend die Entwicklung der ressourcen- und lösungsorientierten Kurztherapie wie auch der strategischen und systemischen Familientherapie.

>Stark beeinflusst wurden die verschiedenen systemischen Schulen von der Philosophie **Ludwig Wittgensteins** (1889-1951) der die Philosophie nicht als eine Lehre sondern als Tätigkeit ansah in der die Beachtung der Kommunikation eine besondere Bedeutung zukommt – „Worüber man nicht sprechen kann, darüber muß man schweigen“. Es gibt keine „**überall gültigen Grundwahrheiten**“ – **auch wenn die Erde an vielen Stellen rund ist!**

>Bei der Entwicklung des kurztherapeutischen Ansatzes **Steve De Shazers** spielte die Kenntnis der Werke Wittgensteins eine bedeutende Rolle. Alt-Konstruktivisten **wie Bateson, Glaserfeld und von Foerster** standen alle mit Milton Erickson in Verbindung und Austausch und somit entstand eine Denkrichtung und Wechselwirkung von Philosophie und systemischer Theorie und Praxis.

>Menschliches Verhalten und Erleben ist daher nicht allein als Ergebnis eines intrapsychischen Prozesses zu begreifen, sondern zugleich auch Resultat von Wechselwirkungen zwischen dem Einzelnen und dem ihm umgebenden Kontext. „**Krankheiten**“ wie z. B. Psychosomatik oder Sucht etc. wird **nicht mehr** als Defekte einer individuellen Struktur begriffen, sondern als **schlüssige, sinnvolle und „erst einmal“ angemessene Reaktionsmuster im jeweiligen Kontext**. Jedes Verhalten steht in einem größeren Zusammenhang.

>Das gilt ebenso für die Entwicklung von symptomatischen Verhalten. Wobei hier die Auswirkung des Symptoms im Kontext von besonderer Bedeutung ist.

>Es wurde davon ausgegangen, daß das System auf jeden Einzelnen innerhalb des Systems wirkt (**Zirkularität**). Dadurch vollzog sich obengenannter Paradigmawechsel, denn die Annahme, daß psychische Probleme nicht mehr das Problem eines Einzelnen sind, sondern Wirkungen des Systems sein können, veränderte das Denken und Handeln im therapeutischen und beratenden Bereich entscheidend.

>Weiterhin ging man davon aus, daß in jedem Familienmitglied und in jedem Familiensystem Selbstheilungskräfte und auch der Wunsch nach Veränderung vorhanden sind.

>Verfestigte „**Landkarten**“ -(sie sind nicht das Territorium) - werden verflüssigt.

>Die sogenannte „**Wirklichkeit**“ wird erst einmal als eine **konstruierte Wirklichkeit** begriffen.

>Konstruktivisten beschäftigen sich mit der Frage, wie menschliche Erfahrung zustande kommt.

>Jeder Mensch **konstruiert** sich seine eigene **Wirklichkeit**. Es gibt Wirklichkeits-Konstrukte 1. und 2. Ordnung (nicht die Landkarte ist das Territorium sondern nur eine Beschreibung dessen). Konstruktion geschieht durch Sprache. >Die theoretischen Erkenntnisse von Gregory Bateson, Milton Erickson, Virginia Satir, Paul Watzlawick und Steve de Shazer aber auch Bert Hellinger legten die Grundsteine für die verschiedensten systemischen Modelle und Ansätze.

>**Für die systemische Praxis** spielt der **Konstruktivismus** als **theoretischer Hintergrund** eine **wichtige Rolle**. Denn sie geht mit psychischen Wirklichkeiten um, in denen der Paradigmenwechsel von der Objektivität zur „Inter-Subjektivität“ sich als sehr fruchtbar erweist. Diese „Inter-Subjektivität“ sieht die Welt nicht nur vom eigenen Standpunkt aus, sondern sieht sie auch in dem Bewußtsein, dass alles untrennbar miteinander verbunden ist.

Wichtige Systemiker und Modelle:

- Salvador Minuchin
- Boszormenyi-Nagy (Mehrgenerationenperspektive)
- Milton-Erickson
- Steve De Shazer
- Helm Stierlin (Heidelberger Modell), Gunthard Weber, Gunther Schmidt, Fritz Simon
- Selvini Palazzoli (Mailänder Modell)
- Virginia Satir / Paul Watzlawick / Palo Alto (Mental Research Institute in Kalifornien)
- Bert Hellinger (Mehrgenerationenperspektive, Ordnungen der Liebe, Bewegungen der Seele etc.)
- Gunthard Weber (Organisationsaufstellungen / Zweierlei Glück)
- Heribert Döring-Meijer (Familienstammbaumarbeit / „Die entdeckte Wirklichkeit“)

„Erfundene“ (konstruierte) Wirklichkeit Paul Watzlawick, „entdeckte“ (suchende) Wirklichkeit Heribert Döring-Meijer, „gefundene“ (beobachtete) Wirklichkeit Bert Hellinger

Grundannahmen des Konstruktivismus (Mailänder Team, MRI Palo Alto, IGST Heidelberg)

.....

- ⇒ *Wirklichkeit 1. Ordnung/2. Ordnung (Landschaft/Landkarte oder analog „Fakten/Stories“)*
- ⇒ *Ausgehend von der Wirklichkeit erster Ordnung konstruieren wir uns durch Beschreibung und Bedeutungsgebung selbst unsere Wirklichkeit, die wir dann für „wirklich“ oder auch für „wahr“ halten*
- ⇒ *Die Konstruktion geschieht durch Sprache*
- ⇒ *Jedes (!) menschliche Verhalten ist sinnvoll, wenn man es im Kontext betrachtet (Beispiel: Schiedsrichter)*
- ⇒ *Jedes menschliche Verhalten stellt deshalb erst einmal aus der individuellen Sicht des Individuums in seinem Kontext einen sinnvollen Problemlösungsversuch dar, der wertzuschätzen ist*
- ⇒ *Oftmals wird die Lösung, d. h., der Lösungsversuch, selbst zum Problem (Bsp.: Schlafstörungen / Schlaf – tabletten, Depressionen / Suchtmittel)*
- ⇒ *„Mehr desselben“ als Lösungsversuch für einen nicht funktionierenden Lösungsversuch (Sucht)*
- ⇒ *Allparteilichkeit/Neutralität und Nichtwissen als Grundhaltungen des Therapeuten*

Interventionstechniken:

- ⇒ *Zirkuläres Fragen (Gewinnen und Einbringen von Informationen durch: „Unterschiede, die einen Unterschied machen“)*
- ⇒ *Positive Konnotation / Umdeutung (⇒„Reframing“ NLP)*
- ⇒ *Paradoxien*
- ⇒ *Symptomverschreibungen*
- ⇒ *Der Therapeut konstruiert gemeinsam mit seinen Kunden/Klienten neue Wirklichkeiten. Diese müssen nicht „wahr“ oder „richtig“ sein, sondern nur hilfreicher als die bisherigen Konstruktionen*

Erst wenn der Klient/Patient/Kunde/Einzelne seinen Platz im System annehmen will (**Beispiel Mobile**), er diesen Platz gesehen und begriffen hat und seine Bereitschaft (Entscheidung) für eine mögliche veränderte Lebenshaltung steht (Auftragskontext muß stimmen) kann mit der „eigentlichen“ **systemischen Familien- ,oder Einzeltherapie** begonnen werden.

Um eine Integration des systemisch-phänomenologischen Ansatzes nach Bert Hellinger in die fortlaufende Therapie beziehungsweise „**Systemische Therapie und Beratung**“ nach der Mailänder Schule, dem Heidelberger Modell, der Palo Alto Gruppe mit Patienten / Klienten zu ermöglichen, war in der Regel (Ausnahmen bestätigen die Regel) **folgende Vorarbeit notwendig -> oder aber schon ausreichend!**

Die entdeckte Wirklichkeit (Heribert Döring-Meijer) ist ein Bindeglied / Zwischenschritt zwischen der konstruierten und der gefundenen Wirklichkeit. Mit Hilfe des ausgefüllten Familienstammbaums (Genogramm) und eines ressourcen-, und lösungsorientierten Vorgesprächs und Vorgehensweise werden erste Arbeitshypothesen / Annahmen gebildet, die dann in der folgenden Arbeit mit dem **Familienbrett**, einer **Skulpturarbeit** oder auch **Strukturaufstellung** zu einer nachhaltigen guten Lösung führen kann. Oder wir haben „Neues“ entdeckt / konstruiert, dass dann bereits einen Prozeß in Gang setzt - wozu es keinerlei

Aufstellung mehr bedarf. Nicht immer benötigt es eine Aufstellung. **Die entdeckte Wirklichkeit** ist manchmal anstoßend und ausreichend genug für einen „heilenden“ Prozeß. In dem „sogenanntem Schlechten“ befindet sich nicht nur auch „Gutes“ sondern auch einige Ressourcen für Lösungen weil das sogenannte „Schlechte“ (z.B. Sucht / oder Angst als „Schutz vor Schlimmeren“) - durchaus auch funktionierte.

Der systemische Therapie--oder Beratungsweg im Rahmen der entdeckten Wirklichkeit:

- mit Klient Familienstammbaum nach HDM erstellen
- Einbezug weiterer psychotherapeutischer Verfahren der human. Psychotherapie (evtl. Gestalt- und Körpertherapie, Psychodrama, Musiktherapie etc.)
- neue Körperwahrnehmung und neues Körpererleben
- Ressourcenorientierung < > Lösungsorientierung - „**mehr machen von dem was gut ist und funktioniert**“
- Vergleiche von „Problem-Mustern“ mit „gewünschten Mustern“ oder „Ausnahmen“
- Erleben von eigener Gestaltungsfähigkeit und Stärke
- Erlernen von alternativen Mustern der Lebensgestaltung und Ablösung von alten Mustern
- „**Altes**“ übersetzen in Informationen über **berechtigte, anerkennenswerte Bedürfnisse**
- Eventuell Familien- und Angehörigengespräche
- Anschauen der **Systemdynamik** mit **Klötzen** / dem **Familienbrett**. (nach Döring-Meijer) mit dem Patienten
- Skulpturarbeit Gruppe / Utensilien
- Strukturaufstellungen
- 10 Lösungsorientierte Handlungsimperative in Beratung und Coaching nach HDM

Bert Hellinger: „Familienaufstellungen zeigen“ hingegen „die gefundene Wirklichkeit“ durch die „Aufstellungsarbeit“ und die „Bewegungen der Seele“.

.....

Phänomenologischer Ansatz nach Bert Hellinger

- ⇒ *Das „wissende Feld“ zeigt die Wirklichkeit/die Wahrheit für diesen Augenblick*
- ⇒ *Der/die Therapeut/in vertraut aus einer Haltung der absichtslosen Mitte dem, was sich ihm/ihr zeigt*
- ⇒ *Der/die Therapeut/in arbeitet nur mit den Fakten (d. h., mit der Wirklichkeit erster Ordnung)*
- ⇒ *Der/die Therapeut/in steht eher auf der Seite der Täter/der „Bösen“/der Ausgeschlossenen*
- ⇒ *Wir sind in einer „großen Seele“, die uns „in den Dienst nimmt“. Daraus resultieren generationenübergreifende systemische Verstrickungen*
- ⇒ *Die Ordnungen dieser „großen Seele“ - die sogenannte Ursprungsordnung – übt auf die Systemmitglieder eine bestimmte Wirkung aus. Die wichtigsten Ordnungen sind:*
 - ⇒ *Das gleiche Recht auf Zugehörigkeit (⇒Existenz)*
 - ⇒ *Der Vorrang des Früheren vor dem Späteren (⇒Wachstum)*
 - ⇒ *Der Vorrang des Neuen vor dem Alten (⇒Entwicklung)*
 - ⇒ *Der Ausgleich von Geben und Nehmen (⇒Individuation)*
 - ⇒ *Die Grenzen des Gewissens (Eigenes, Familie, Sippe, Organisation)*
 - ⇒ *Täter / Opferausgleich*

Interventionen:

- ⇒ *Wiederherstellung der Ursprungsordnung durch*
- ⇒ *Stellungsarbeit*
- ⇒ *Hereinnahme ausgeschlossener/vergessener Systemmitglieder*
- ⇒ *Umstellung des Bildes mit schrittweiser Annäherung an das Lösungsbild*
- ⇒ *Prozeßarbeit*
- ⇒ *Rituale*
- ⇒ *„lösende Sätze“*

.....