

Rudolf Klein

Andreas Kannicht

**Einführung in die
Praxis der systemischen
Therapie und Beratung**

Carl-Auer



Rudolf Klein • Andreas Kannicht

Einführung in die Praxis der systemischen Therapie und Beratung

Vierte Auflage, 2020



Carl-Auer

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)
Prof. Dr. Dirk Baecker (Witten/Herdecke)
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)
Prof. Dr. Jörg Fengler (Köln)
Dr. Barbara Heitger (Wien)
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)
Prof. Dr. Heiko Kleve (Witten/Herdecke)
Dr. Roswita Königswieser (Wien)
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg)
Tom Levold (Köln)
Dr. Kurt Ludewig (Münster)
Dr. Burkhard Peter (München)
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)
Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)
Dr. Rüdiger Retzlaff (Heidelberg)
Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)
Dr. Wilhelm Rotthaus (Bergheim bei Köln)
Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)
Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)
Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)
Jakob R. Schneider (München)
Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)
Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)
Dr. Therese Steiner (Embrach)
Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)
Karsten Trebesch (Berlin)
Bernhard Trenkle (Rottweil)
Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler (Köln)
Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)
Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)
Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)
Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)
Prof. Dr. Jan V. Wirth (Meerbusch)

Umschlaggestaltung: Uwe Göbel

Satz: Verlagsservice Hegele, Heiligkreuzsteinach

Printed in the Czech Republic
Druck und Bindung: FINIDR, s.r.o.

Vierte Auflage, 2020
ISBN 978-3-89670-571-6 (Printausgabe)
ISBN 978-3-8497-8229-0 (ePub)
© 2006, 2020 Carl-Auer-Systeme Verlag
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren und zum
Verlag finden Sie unter: <https://www.carl-auer.de/>.
Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten haben, können Sie
dort auch den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstraße 14 • 69115 Heidelberg
Tel. +49 6221 6438-0 • Fax +49 6221 6438-22
info@carl-auer.de

Inhalt

Vorwort

1. Probleme: Ihre Bedeutung in der systemischen Therapie und Beratung

- 1.1 Systemtheoretische Überlegungen
- 1.2 Beobachter und Beobachtungen
- 1.3 Bewertungen und Erklärungen von Lebensproblemen
- 1.4 Bewertungen und Erklärungen von Problemsystemen

2. Veränderungen: Schwellenphänomene und Übergänge

- 2.1 Zugänge zur Therapie
- 2.2 Ritualtheoretische Überlegungen
- 2.3 Die therapeutische Begegnung
- 2.4 Zur therapeutischen Haltung in der systemischen Therapie
- 2.5 Interventionen, Kommentare und Empfehlungen
 - 2.5.1 Umdeutung oder Reframing
 - 2.5.2 Beobachtungsaufgaben
 - 2.5.3 Verhaltensaufgaben
 - 2.5.4 Rituale

3. Erste Einblicke in die Praxis

- 3.1 Arbeitskontexte: Bezogene Autonomie und autonome Bezogenheit
- 3.2 Auftragskonstruktion: Wer möchte was, wann, wie oft, wie lange, von wem, wofür?
- 3.3 Klienten-Therapeuten-Beziehungen: Kunden, Klagende und Besucher
- 3.4 Die Balance von Problem und Lösung: Vom Guten des Schlechten – vom Schlechten des Guten
- 3.5 Öffnende und schließende Angebote: Erhöhung und Reduzierung von Komplexität
- 3.6 Der Einfluss Dritter: Helfen und Fürsorge
- 3.7 Ressourcenorientierung: Vorhandene und (noch) nicht genutzte Kräfte

4. Zur therapeutischen Selbststeuerung: Vom Driften und Navigieren

- 4.1 Zuhören
 - 4.1.1 Achtsames Zuhören
 - 4.1.2 Interessiertes Nachfragen
 - 4.1.3 Aktives Infragestellen
- 4.2 Fokussieren
 - 4.2.1 Fokussieren der aktuellen Bühne
 - 4.2.2 Fokussieren der Hintergrundbühne
 - 4.2.3 Fokussieren der Lösungsbühne
- 4.3 Positionieren
 - 4.3.1 Frames
 - 4.3.2 Angebote
 - 4.3.3 Konfrontation

5. Tiefere Einblicke in die Praxis: Drei Fälle mit drei Varianten

- 5.1 Zirkuläres Fragen
- 5.2 Lösungsorientierung
- 5.3 Externalisierungen

Anmerkungen

Literatur

Über die Autoren

Vorwort

Die Praxis der systemischen Therapie und Beratung hat sich seit Anfang der 1980er Jahre in einer Art entwickelt, dass man nicht mehr von „der“ systemischen Therapie und Beratung sprechen kann. Stattdessen findet man unter ihrem Dach zunehmend unterschiedliche Richtungen, die sich zwar alle auf einen hinreichend ähnlichen metatheoretischen Überbau beziehen – die Systemtheorie und den radikalen Konstruktivismus –, gleichzeitig aber so unterschiedlich sind, dass sich dieses Haus wohl noch eine ganze Weile in einem kreativen Anbau- und Umbauprozess befinden und sich in ihm differenzieren wird.

So erfreulich dies für die Theorie und Praxis der systemischen Therapie und Beratung ist, so schwierig ist es für Autoren, eine Einführung in eine Methode zu schreiben, die sich in einem permanenten Wandel befand, befindet und befinden wird.

Angesichts dieser Vielfalt an Ideen und Vorgehensweisen mussten wir eine Auswahl treffen, die es Lesern möglich macht, eine Vorstellung von der derzeitigen Praxis der systemischen Therapie und Beratung zu bekommen. Damit sagt diese Auswahl natürlich immer etwas über uns als Autoren aus. Die vorliegende Variante hat folgende Inhalte:

Das *erste Kapitel* befasst sich mit der Frage, was in der systemischen Therapie und Beratung unter einem Problem verstanden wird.

Das *zweite Kapitel* behandelt die Frage, auf welche Weise Veränderungsdynamiken konzipiert werden können und was in Veränderungsprozessen bedacht werden sollte.

Im *dritten Kapitel* wird ein erster Einblick in die Praxis der systemischen Therapie gegeben. Dabei werden zentrale Vorgehensweisen beschrieben und ihre Bedeutung anhand eines Therapieverlaufs aufgezeigt.

Im *vierten Kapitel* wird die Frage erörtert, welche Selbststeuerungsmöglichkeiten Therapeuten und Beratern zur Verfügung stehen, mit deren Hilfe sie der Komplexität therapeutisch-beraterischer Prozesse gerecht werden können.

Im abschließenden *fünften Kapitel* werden drei systemtherapeutische Interview- bzw. Fragetechniken in Aktion gezeigt. Dazu werden drei unterschiedliche Interviewsequenzen in Form von Transkripten präsentiert, und das jeweilige Vorgehen wird kommentiert.

Bei allen Ausführungen sollte in Erinnerung bleiben, dass wir keine prinzipielle Unterscheidung zwischen Therapie und Beratung sehen. Entsprechend haben wir den Titel des Buches gewählt. Um die Lesbarkeit des Textes nicht unnötig zu erschweren, benutzen wir beide Begriffe wechselweise. Leser, die sich über die im Buch angesprochenen Themen näher informieren wollen, verweisen wir auf die Literaturliste.

Auch in diesem Vorwort sollen Danksagungen nicht fehlen. Sie sind uns ein großes Bedürfnis. Wir bedanken uns an erster Stelle bei Gunthard Weber, unserem Lehrer, Förderer und Kollegen, der uns die Tür zu diesem Buch geöffnet hat.

Wir bedanken uns auch bei all den Kolleginnen und Kollegen, die im Laufe der letzten Jahre unendlich viel für die Entwicklung der systemischen Therapie und Beratung geleistet haben. Wir haben uns redlich bemüht, möglichst viele dieser Arbeiten zu berücksichtigen - und doch ist es uns nur zu einem Bruchteil gelungen. Unser Dank gebührt auch unseren Ausbildungskandidatinnen und -kandidaten, deren kritische Rückfragen viel zu unserer Konzeptentwicklung beigetragen haben, sowie unseren Kolleginnen und Kollegen, mit denen wir unsere Ausbildungscurricula gemeinsam planen und durchführen.

1. Probleme: Ihre Bedeutung in der systemischen Therapie und Beratung

Der Ausgangs- und zugleich Dreh- und Angelpunkt für systemtherapeutische Bemühungen ist ein „Problem“ oder eine „Störung“. Ohne Probleme würde man weder über Lösungen noch über Therapien nachdenken, geschweige denn darüber sprechen.

Bevor eine Annäherung an die Frage erfolgen kann, was in der systemischen Therapie unter einem Problem verstanden wird, müssen einige systemtheoretische Überlegungen vorgeschaltet werden.

1.1 Systemtheoretische Überlegungen

In der modernen Systemtheorie geht man bei der Betrachtung lebender Systeme von einer auf den ersten Blick merkwürdig erscheinenden Position aus: der Unterscheidung von biologischen, psychischen und sozialen Systemen (Luhmann 1991). Damit ist gemeint, dass Menschen drei Systemebenen repräsentieren und jedes dieser Systeme eine eigene Arbeits- oder Operationsweise hat.

Die Operationen der drei Systeme können folgendermaßen unterschieden werden: Das biologische

System verwirklicht sich durch chemisch-physikalische Prozesse. Diese führen zum Aufbau biologischer Strukturen, die dazu dienen, das biologische Leben und Überleben zu sichern. Das psychische System verwirklicht sich durch kognitiv-emotionale Prozesse und entwickelt kognitiv-emotionale Erlebens- und Sinnstrukturen, die Orientierung geben und dadurch auch die eigenen Möglichkeiten begrenzen können. Das soziale System verwirklicht sich durch kommunikative Prozesse, die bestimmte Kommunikationsabläufe wahrscheinlicher machen als andere und so den Aufbau kommunikativer Muster ermöglichen.¹

Jedes dieser drei Systeme vollzieht seine Operationen der jeweiligen inneren Struktur entsprechend, also strukturdeterminiert (Maturana 1985; Maturana u. Varela 1987) und autonom. Dennoch kann kein System ohne die jeweils anderen existieren. Psychische Prozesse ohne biologische Grundlagen und kommunikative Abläufe sind genauso wenig denkbar wie kommunikative Prozesse ohne psychische Abläufe und biologische Grundlagen. Daher entfällt in dieser Konzeption die Idee einer biologischen, psychischen oder sozialen Dominanz. Die Systeme stellen vielmehr – und das ist die zweite ungewöhnliche Sichtweise – Umwelten füreinander dar.

Dieses System-Umwelt-Verhältnis wird mit dem Begriff der strukturellen Koppelung (Maturana u. Varela 1987) bezeichnet. D. h., die parallel in den jeweiligen Systemen ablaufenden autonomen Operationen führen zwar über eine Koppelung der jeweiligen Strukturen zu wechselseitigen Beeinflussungen bzw. Irritationen. Allerdings kann kein System die Auswirkungen in den jeweils anderen Systemen einseitig festlegen: Das psychische System kann die chemisch-physikalischen Abläufe im biologischen System nicht steuern. Das kommunikative System kann nicht