

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

- 1 Auf dem Weg zum Systemischen: Prägende Begegnungen
 - 1.1 Die Entdeckung Mailands
 - 1.2 Die epistemologische Revolution
 - 1.3 Kurzzeittherapie und Lösungsorientierung
 - 1.4 Eine märchenhafte Kongressgeschichte
 - 1.5 Reflecting Team und Problemsystem
 - 1.6 Besuch in einem »systemischen Paradies«
- 2 Der Mensch, systemisch betrachtet
 - 2.1 Systemisches Denken
 - 2.1.1 Autopoiese und Kognition
 - 2.1.2 Soziale Systeme
 - 2.1.2.1 Interaktion und Mitglieder
 - 2.1.2.2 Person oder Mitglied – ein Exkurs
 - 2.2 Ein systemisches Menschenbild
 - 2.2.1 Psychische Systeme und Polyphrenie
 - 2.2.2 Relationale Pluralität
 - 2.2.3 Ethische Folgerungen
 - 2.3 Klinische Folgerungen
- 3 Realitäten, Konstruktionen, klinische Theorie
 - 3.1 Begegnung mit einem Guru und die Folgen
 - 3.2 Realität und Konstruktion in der Psychotherapie
 - 3.2.1 Realitäten, Konstruktionen
 - 3.2.2 Realität und Psychotherapie
 - 3.3 Klinische Theorie evaluiert
 - 3.3.1 Individuelle und interaktionelle Probleme

- 3.3.2 Die Aufgaben des Therapeuten
- 3.3.3 Das Dilemma der Diagnostik
- 3.3.4 Die Interventionen
- 3.3.5 Fazit
- 3.4 Sinn
 - 3.4.1 Sinnfindung/Sinnggebung
 - 3.4.2 Sinnsuche
 - 3.4.3 Sinnkrisen
 - 3.4.4 Professionelle Haltung
- 3.5 Systemische Ethik?
 - 3.5.1 Ethik und Moral
 - 3.5.2 Ist systemisch an sich ethisch?
- 4 Entzerrungen
 - 4.1 Psychotherapeut, bleib bei deinem Leisten!
 - 4.2 Differenzierungen
 - 4.2.1 Emotion, Kognition, Sprache
 - 4.2.2 Überlebensdiagnostik – eine systemische Option
 - 4.2.3 Biographische und mehrgenerationale Perspektive
 - 4.2.4 Störungsspezifisches Vorgehen
 - 4.3 Das Regelwerk – Vorteile, Nachteile
 - 4.3.1 Zum Regelwerk
 - 4.3.2 Fazit
 - 4.4 Aktueller Stand und Visionen
- 5 Störungen und Lösungen
 - 5.1 Gesund oder krank? – eine erstaunliche Geschichte
 - 5.2 Psychische Störungen
 - 5.2.1 Grundmodelle psychischer »Störungen«

- 5.2.1.1 Ein systemisches Modell
- 5.2.1.2 Störungsspezifische systemische Therapie?
- 5.2.2 Grundelemente systemischer Therapie
- 5.2.3 Techniken
- 5.2.4 Fazit
- 5.3 Leitlinien für die Psychotherapie
 - 5.3.1 Qualitätssicherung im Spagat
 - 5.3.2 Die Qual der Variablenwahl
- 5.4 Systemische Psychiatrie
 - 5.4.1 Voraussetzungen psychiatrischer Arbeit
 - 5.4.2 Psychiatrische Praxis
 - 5.4.3 Schritte zu einer Erweiterung der Perspektive
- 6 Anwendung
 - 6.1 Das erste Mal
 - 6.2 Elemente
 - 6.2.1 Drei Grundelemente jeder Psychotherapie
 - 6.2.2 Grundelemente der systemischen Therapie
 - 6.2.3 Fazit
 - 6.3 Ressourcen
 - 6.3.1 Ein Fallbeispiel
 - 6.3.2 Für und wider Ressourcenaktivierung
 - 6.4 Hilfreiche Unterscheidungen
 - 6.4.1 Anliegen und Auftrag
 - 6.4.2 Hilfe und Fürsorge
 - 6.4.3 Unliebsame Begriffe
 - 6.4.4 Fazit
 - 6.5 Der Beitrag systemischen Denkens in Kürze

- 7 Settings
 - 7.1 Familienpolitik in Deutschland – ein Exkurs
 - 7.2 Die Praxis mit Mehr-Personen-Systeme
 - 7.2.1 Familientherapie
 - 7.2.2 Systemische Familientherapie
 - 7.2.2.1 Ein Fallbeispiel
 - 7.2.2.2 Fazit
 - 7.2.3 Systemische Paartherapie
 - 7.2.4 Ein Beispiel fließender Übergänge
 - 7.3 Die Praxis mit Individuen
 - 7.3.1 Psychische Systeme
 - 7.3.2 Einheitlichkeit oder Multiplizität?
 - 7.3.3 Polyphrenie
 - 7.3.4 Praktische Relevanz
 - 7.3.5 »Teilearbeit«
 - 7.4 Systemische Einzeltherapie
- 8 Rückblicke, Ausblicke
 - 8.1 Es kann auch anders sein ...ein Rückblick
 - 8.2 Brief an die nächste Generation – ein Ausblick
 - 8.3 Zusammenfassung

Quellennachweise

Literatur

Vorwort

Will man mir folgen, dass die eigentliche systemische Therapie als Nachfolgerin der Familientherapie im Jahr 1981 beim Kongress des Instituts für Ehe und Familie in Zürich »geboren« wurde, ist sie im Jahr 2011 ganze 30 Jahre alt geworden, und ich habe das Glück, sie seitdem begleitet und gefördert zu haben. Aus diesen 30-jährigen Erfahrungen nehme ich mir die Berechtigung, zehn Jahre nach meinem zweiten Buch über systemische Therapie (Ludewig 2002) und zwanzig Jahre nach meinem ersten diesbezüglichen Buch (Ludewig 1992) ein drittes, das vorliegende, wohl als letztes dieser Reihe zu verfassen. Handelte es sich beim ersten Buch um eine erste zusammenfassende Darstellung der systemischen Therapie aus einem Guss und ging es beim zweiten Buch um eine um zehn Jahre reifere Stellungnahme zu den Entwicklungen systemischer Praxis, geht es beim vorliegenden Buch um eine nochmals um weitere zehn Jahre gereifere Beobachtung und kritische Würdigung dessen, was in den letzten 30 Jahren aus der systemischen Therapie geworden ist. War das erste Buch in einem zu den wissenschaftlichen Gepflogenheiten passenden distanzierten und unpersönlichen Stil verfasst und hatte ich es gewagt, im zweiten Buch ein wenig persönlicher zu werden, soll das vorliegende Buch eine Art Erfahrungsbericht bzw. eine Erzählung sein, also eine Zusammenfassung meiner persönlichen Beobachtungen und Erkenntnisse zur Umsetzung systemischen Denkens in der Psychotherapie und in der Praxis. Hierzu habe ich eine Auswahl der Themen, die ich im letzten Jahrzehnt in Fachzeitschriften, Fachbüchern und Vorträgen behandelt habe, aus heutiger Perspektive gesichtet und zu einem zusammenhängenden Text verarbeitet. Dabei war es nicht ganz zu vermeiden, dass hier und da Textpassagen wiederholt vorkommen; sie alle auszusortieren hätte das Verstehen des entsprechenden Textes erschwert. Bei einigen Kapiteln habe ich inhaltlich dazu Geschichten eingeflochten, die ich seit 2006 regelmäßig für den Adventskalender des »systemmagazins« (www.systemmagazin.de, vgl. Quellenhinweise) verfasst habe. Sie berichten von Erfahrungen und Begegnungen, die mein professionelles Leben und meine Entscheidung für das Systemische beeinflusst haben; darüber hinaus sollen sie helfen, die theoretischen Inhalte aufzulockern.

Das Buch gliedert sich in acht Kapitel. Nach einer persönlich gehaltenen Einführung über meine Annäherung zum Systemischen folgt im zweiten Kapitel eine ausführliche Auseinandersetzung mit dem Menschenbild aus systemischer Perspektive. Dabei versuche ich, den drei Bereichen, die den Menschen konstituieren – dem biologischen, psychischen und sozialen Bereich –, gerecht zu werden und sie zu einem polysystemischen Ganzen, einem »Menschenbild«, zusammenzuführen. Im dritten Kapitel geht es um wichtige Fragen des metatheoretischen Überbaus: des systemischen Denkens. Nach einer versuchten Klärung des Verhältnisses von Realität und Konstruktion, die oft miteinander vermischt werden, geht es hier in erster Linie um eine Reevaluation der klinischen Theorie einschließlich der Bedeutung von Sinn und Ethik. Das vierte Kapitel befasst sich mit Entwicklungen der systemischen Therapie, vor allem im Zusammenhang mit der Tatsache, dass dieses Verfahren im Dezember 2008 in Deutschland als wissenschaftlich anerkannt wurde. Diese lange ersehnte Anerkennung hat aber wie bei jeder anderen Form der Konsolidierung mindestens zwei widersprüchlich erscheinende Konsequenzen: Sie ermöglicht zum einen die berufliche Etablierung der systemisch orientierten Praktiker innerhalb des legalen Rahmens und bannt dadurch die Gefahr, dass die systemische Praxis in den Abgrund des »unter fernem Liefen« abrutscht, sie birgt aber zum anderen die entgegengesetzte Gefahr, als Teil des Mainstreams und so auch im wahrsten Sinne des Wortes des Establishments sich anpassend auf dem Erreichten auszuruhen und ihre weiterführende Fortentwicklung zu vernachlässigen.

In den folgenden Kapiteln 5, 6 und 7 geht es um Aspekte der Praxis. Das fünfte Kapitel befasst sich mit der mittlerweile leidigen Frage, inwiefern sich die systemische Therapie einen Störungsbegriff aneignen muss, um im Konzert der Psychotherapien ernst genommen zu werden. In diesem Sinne sind in den letzten Jahren einige Bücher erschienen, die befugt oder unbefugt als die Lehrbücher gehandelt werden und die sowohl der Systemischen Therapie¹ als Ganzer als auch einzelnen Disziplinen wie Psychiatrie und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie

¹ Martin Rufer (2012, S. 45 f.) schlägt vor, zwischen systemischer und Systemischer Therapie zu unterscheiden, wobei erstere – mit »s« – die Umsetzung systemischen Denkens in die Praxis und die zweite – mit »S« – die bereits anerkannte und etablierte Therapieform meint.

ganze Kataloge von »systemisch«-störungsbezogenen Maßnahmen empfehlen. Das weicht aber grundsätzlich und nachhaltig von der bisher vertretenen Auffassung ab, dass systemisches Arbeiten weder einen Krankheits- noch einen Störungsbegriff benötigt, und hat bekanntlich zu manchen hitzigen Diskussionen im Feld geführt. Ich vertrete in diesem Kapitel nach wie vor die Auffassung, dass systemische Therapie, ohne auf einen Störungsbegriff zurückzugreifen, sinnvoll und hilfreich mit menschlichem Leiden umzugehen vermag. In diesem Kapitel behandle ich auch die Frage nach geeigneten Leitlinien für die Psychotherapie und setze mich mit dem Projekt auseinander, systemisches Arbeiten in der Psychiatrie zu etablieren.

Das sechste Kapitel behandelt zum einen wichtige konzeptuelle Aspekte der Praxis und zum anderen die Arbeit mit Mehr-Personen-Systemen und Individuen. Der erste Teil befasst sich mit den Grundelementen jeder Psychotherapie sowie mit dem Ressourcenkonzept und hilfreichen Unterscheidungen für die Praxis wie jener von Anliegen und Auftrag, Hilfe und Fürsorge. Darüber hinaus diskutiere ich einige im systemischen Kontext bisher wenig beachtete Konzepte wie Macht, Manipulation, Gewalt und Kontrolle.

Kapitel 7 behandelt die verschiedenen Settings, in denen systemisches Arbeiten Anwendung findet. Dabei geht es zunächst um eine kritische Stellungnahme zur aktuellen Familienpolitik in Deutschland. Im Weiteren geht dieses Kapitel auf die Familientherapie im Allgemeinen und auf die systemische Familientherapie im Besonderen sowie auf die Paartherapie und abschließend auf die systemische Arbeit mit Individuen ein.

Das Buch endet im Kapitel 8 mit einem Rückblick auf Vergangenes und einen Ausblick auf Künftiges. Der Rückblick enthält Fragmente aus einem von Günter Reich mit mir geführten Interview, der Ausblick besteht aus Ausschnitten aus einem im Jahr 2010 verfassten Brief an die nächste Generation systemischer Therapeuten².

² Die in diesem Buch zur erleichterten Lektüre verwendete männliche Form schließt selbstverständlich auch die weibliche Form mit ein.