

Einführung in die theoretischen Grundlagen der systemischen Therapie

Kurt Ludewig

Heidelberg: Carl-Auer Compact 2005

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort

Teil 1 Systemisches Denken

1. **Was heißt "systemisch"?**
 - 1.1.1 Systemisch denken
 - 1.1.2 Systemische Praxis
2. **Denkvoraussetzungen systemischen Denkens**
 - 2.1 Biologische Voraussetzungen
 - 2.1.1 Der Beobachter
 - 2.1.2 Beobachten
 - 2.1.3 Erkennen
 - 2.1.4 Realität
 - 2.1.5 Kommunikative Brauchbarkeit
 - 2.2 Soziologische Voraussetzungen
 - 2.2.1 System
 - 2.2.2 Kommunikation
 - 2.2.3 Soziales System
 - 2.2.4 Interaktionssystem - das Mitgliedskonzept
3. **Entwurf eines "Menschenbilds" - das systemische Prinzip**
4. **Systemisches Denken und Psychotherapie - zur Geschichte ihrer Kopplung**
 - 4.1 Geschichte
 - 4.2 Differenzierungen

Teil 2 Klinische Theorie

5. **Grundlagen**
 - 5.1 Elemente
 - 5.2 Das "Therapeutendilemma"
 - 5.3 Problem - Anliegen - Auftrag - Vertrag
6. **Konzepte**
 - 6.1 Problem
 - 6.1.1 Differenz krank/gesund
 - 6.1.2 Problemsystem
 - 6.1.3 Lebensproblem/Problemsystem
 - 6.2 Diagnostik
 - 6.3 Ziele
 - 6.4 Therapeutische Beziehung
 - 6.5 Intervention
7. **Methodischer Rahmen**

- 7.1 Kriterien
 - 7.2 10+1 Leitsätze/Leitfragen
 - 7.3 Techniken
8. **Versorgung**
- 8.1 Hilfe und Fürsorge
 - 8.1.1 Grundarten der Hilfe und Fürsorge
 - 8.2 Wirkprinzipien und Ergebnisse
 - 8.2.1. Wirkfaktoren
 - 8.2.2. Ergebnisse und Ausblick

Literatur
Über den Autor

oooooooooooooooooooooooooooo

Vorwort

Systemische Therapie versteht sich als eigenständiger Ansatz der Psychotherapie mit eigener Theorie und Praxis. "Systemisch" hat hier nur beiläufig mit dem zu tun, was traditionell unter systemischer Therapie in der Medizin verstanden wird. Dort wird dieser Begriff zur Unterscheidung von fokalen Therapien verwendet. In der Psychotherapie aber deutet "systemisch" auf einen speziellen, in einer bestimmten Denkweise - dem systemischen Denken - verankerten Ansatz hin. "Systemisch" kennzeichnet hier ein in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhundert erarbeitetes allgemeines Verständnis von Mensch und Welt. Dieses Verständnis hat sich in den unterschiedlichsten Wissenschaften gleichzeitig entwickelt und wird dort jeweils mit Begriffen wie Systemtheorie, Selbstorganisation, Kybernetik, Autopoiese, Synergetik, Konstruktivismus bezeichnet. Im Unterschied zu analytischen Vorgehensweisen zielt dieses Denken darauf, mit Komplexität möglichst wenig reduktionistisch umzugehen. Systeme, also komplexe Gegenstände, werden zur Grundlage des Beobachtens und Denkens gemacht. Dabei sind Beobachter diejenigen, die Systeme durch Beobachten konstituieren. Beobachter sind daher Ausgangspunkt und Instrument bei der Auseinandersetzung mit den Welten, die sie als Produkt ihres Beobachtens erzeugen.

Die heutige systemische Therapie gibt es meiner Zeitrechnung nach erst seit Anfang der 1980er Jahre. Im Jahr 2005, in dem dieses Buch verfasst wird, ist sie nicht einmal ein Vierteljahrhundert alt. Als wohl jüngste Form der Psychotherapie ist sie gewissermaßen die legitime Tochter ihrer Vorgängerin, der Familientherapie, und sie kann als ihre Weiterentwicklung angesehen werden. Das "Geburtsjahr" der eigentlichen systemischen Therapie lege ich auf das Jahr 1981. In diesem Jahr begann eine konzeptionelle Entwicklung, die weit über die damals eher verstreuten und zuweilen widersprüchlichen Konzepte der Familientherapie hinausging und der familientherapeutischen Praxis erstmals eine kohärente theoretische Begründung gegeben hat. Man hatte begonnen, neuere Konzepte aus unterschiedlichen Wissensgebieten zu übernehmen,

insbesondere systemwissenschaftliche und konstruktivistische Positionen wie das Autopoiese-Konzept und die Kognitionstheorie nach Humberto Maturana, die Kybernetik 2. Ordnung nach Heinz von Foerster, den Radikalen Konstruktivismus nach Ernst von Glasersfeld und die soziale Systemtheorie nach Niklas Luhmann. Dies alles half nicht nur, den theoretischen Rahmen zu erweitern und zu festigen, sondern darüber hinaus die Familientherapie von dem allzu engen Korsett des eigenen Settings zu befreien. Durch ihre Einschränkung auf die Arbeit nur mit Familien hatte sie sich zu eng eingeschnürt und zugleich jede erweiternde Eigenentwicklung konzeptionell erschwert.

Durch Bezugnahme auf biologische Konzepte zur menschlichen Autonomie und Selbstorganisation erfuhr der Diskurs über Psychotherapie eine theoretische Erweiterung mit weit reichenden Konsequenzen. Die daraus abgeleitete biologische Epistemologie (Erkenntnistheorie) legte die Bausteine für ein "neues" Verständnis menschlicher Interaktionen und so auch der Entstehung leidvoller menschlicher Probleme und ihrer Psychotherapie. Der Psychotherapie war es nun möglich, sich von der seit dem 19. Jahrhundert bestehenden zu engen Anlehnung an naturwissenschaftliche und medizinische Konzepte abzulösen. Die mögliche Alternative, sich an die akademische Psychologie des 20. Jahrhunderts anzukoppeln, hatte sich wegen der allzu positivistischen Orientierung dieser Disziplin als wenig sinnvoll erwiesen.

Im "Mutterland" der Familientherapie, den Vereinigten Staaten von Nordamerika, stieß diese neue Entwicklung nur teilweise auf Gegenliebe. Die etablierte Familientherapie bediente sich strukturalistischer Ideen und sollte nicht destabilisiert werden. In Europa hingegen, besonders im nördlichen Europa, stießen diese neuen Gedanken auf starkes Interesse. Sie sollten von da an einen wichtigen Einfluss auf die weitere theoretische und konzeptionelle Entwicklung der systemischen Therapie haben. Außer der Umfokussierung auf biologische Aspekte erfuhr hier die systemische Therapie unter Verwendung der sozialen Systemtheorie nach Niklas Luhmann eine deutliche Verankerung im Bereich des Sozialen.

Dennoch gibt es bei alledem keine Systemische Therapie, auf die man sich verbindlich beziehen könnte. Es gibt vielmehr eine zunehmende Zahl unterschiedlicher Richtungen, die sich mehr oder weniger stark voneinander unterscheiden und doch im Hinblick auf übergeordnete Begründungen ausreichend ähnlich sind. Diese Gemeinsamkeiten finden sich im Wesentlichen im (meta)theoretischen Überbau, vor allem im Verweis auf konstruktivistische und systemtheoretische Denkvoraussetzungen. Ein Denken unter solchen Voraussetzungen beruht auf einer Pluralität von Sichtweisen und kann daher keine Einheitlichkeit vorschreiben. Deshalb ist in der systemischen Therapie schon aus theorieimmanenten Gründen unausweichlich, mit Vielfalt zu rechnen. In diesem Sinne geht die Auswahl und Interpretation der in diesem Band behandelten Themen auf mein Verständnis zurück - dafür übernehme ich ausdrücklich die Verantwortung. Dennoch und zur Beruhigung der schon an dieser Stelle eventuell verunsicherten Leserinnen und Leser möchte ich anfügen, dass mein Verständnis von systemischer Therapie durchaus im Einklang steht mit dem *state of the art* im In- und Ausland. Darüber hinaus deckt sich die hier

vertretene Auslegung weitgehend mit dem Positionspapier, mit dem sich der deutsche Dachverband *Systemische Gesellschaft* eine theoretische Plattform gegeben hat. Etwaige Unterschiede betreffen meistens nur Detailfragen.

Die vorliegende Einführung beansprucht naturgemäß nicht, eine vollständige Übersicht des aktuellen Wissensstands unter Einbeziehung der gesamten, mittlerweile beträchtlich gewachsenen Fachliteratur zu sein. Sie kann nur bei den ersten Schritten in das Thema hinein behilflich sein. Dennoch wird sie bedacht sein, die behandelten Themen nicht durch überzogene Vereinfachungen zu verfälschen. Diejenigen, die es präziser oder ausführlicher haben wollen, seien zunächst auf das anhängige Literaturverzeichnis verwiesen, welches zu jedem Abschnitt neue, vertiefende und weiterführende Literatur benennt. Sie seien darüber hinaus unter anderem auf mein 1992 erschienenes und nach wie vor aktuelles Buch *Systemische Therapie* sowie auf meinen 2002 erschienenen, ergänzenden Band *Leitmotive systemischer Therapie* verwiesen.