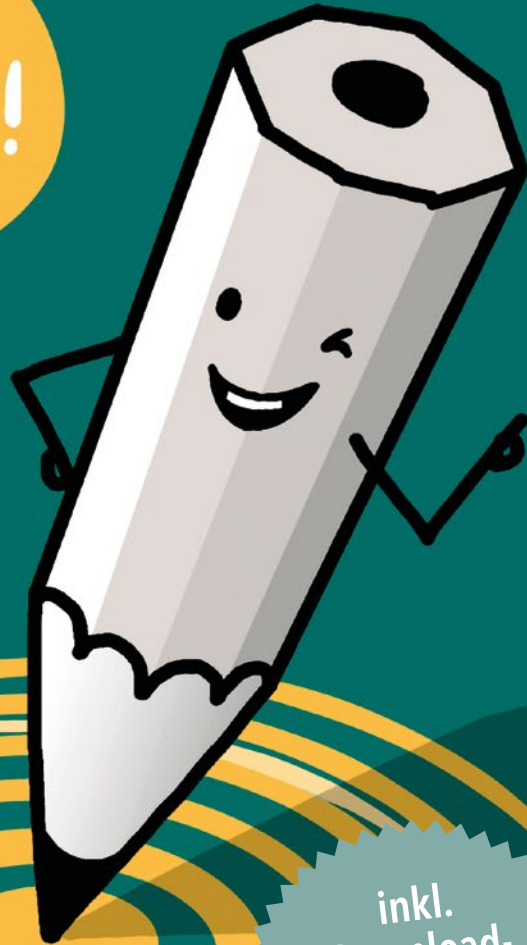


Wiebke Lückert / Franziska Brauner

Systemisch visualisieren

Das Grundlagenbuch

EINFACH
MACHEN!



inkl.
Download-
material zum
Lernen der
Visu-Sprache

V&R

Wiebke Lückert / Franziska Brauner:
Systemisch visualisieren: Einfach machen!



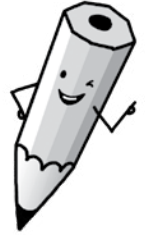
Wiebke Lückert / Franziska Brauner:
Systemisch visualisieren: Einfach machen!

Wiebke Lückert / Franziska Brauner:
Systemisch visualisieren: Einfach machen!

Wiebke Lückert / Franziska Brauner

Systemisch visualisieren: Einfach machen!

Das Grundlagenbuch



Vandenhoeck & Ruprecht

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

© 2022 Vandenhoeck & Ruprecht, Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen,
ein Imprint der Brill-Gruppe
(Koninklijke Brill NV, Leiden, Niederlande; Brill USA Inc., Boston MA, USA;
Brill Asia Pte Ltd, Singapore; Brill Deutschland GmbH, Paderborn, Deutschland;
Brill Österreich GmbH, Wien, Österreich)
Koninklijke Brill NV umfasst die Imprints Brill, Brill Nijhoff, Brill Hotei, Brill Schöningh,
Brill Fink, Brill mentis, Vandenhoeck & Ruprecht, Böhlau, V&R unipress.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: Kirsten Sainio
Illustrationen: Franziska Brauner und Wiebke Lückert

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISBN 978-3-647-40805-7

Inhalt

1	Noch ein Buch über systemisches Arbeiten – muss das sein?	9
1.1	Digitales Zusatzmaterial – vom Buch zum Workshop	11
1.2	Wie wir zum Visualisieren gekommen sind	12
1.3	Herzlich willkommen – wo ist der Einstieg günstig?	13
2	Systemisches Denken und Handeln	17
2.1	Systemische Selbsterkundung	18
2.2	Systemische Held*innen	23
2.2.1	Virginia Satir und die humanistische Familientherapie ...	25
2.2.2	Paul Watzlawick und der Konstruktivismus	32
2.2.3	Salvador Minuchin und die strukturelle Familientherapie	38
2.2.4	Mara Selvini Palazzoli und das Mailänder Modell	41
2.2.5	Steve de Shazer, Insoo Kim Berg und die lösungs-orientierte Therapie	43
2.2.6	Michael White und die narrative Therapie	48
2.3	Zirkularität, Humanismus, Konstruktivismus und die systemische Haltung	49
3	Systemisches Arbeiten mit der Grundausrüstung	53
3.1	Körper – sinnliche Wahrnehmung, Körperhaltungen und Gefühle	55
3.2	Sprache – Kommunikation und Konstruktion von Wirklichkeit	67
3.2.1	Sprache als Zeichensystem	68
3.2.2	Sprache und Konzepte, Vorstellungen und Bedeutungen	70
3.2.3	Konventionalisierung von Sprache	72
3.2.4	Sprache in Beratung, Coaching und Therapie	74
3.2.5	Sprache als Methode – Gesprächstechniken und Fragen	77
3.3	Wahrnehmung, Beobachtung und Austausch	87



4	Einblick in den systemischen Methodenkoffer	91
4.1	Der typische Rahmen für Beratung, Coaching und Therapie	92
4.2	Freie Arbeit mit Bildern – eine Ebene zum Drüberreden	95
4.3	Genogramm – Arbeit mit einer Bildsprache	96
4.4	Lebensfluss und Strukturaufstellungen – das dreidimensionale Bild	101
4.5	Symbolsprachen und Symbolsysteme für neue Perspektiven ...	105
5	Visualisierung in systemischer Arbeit	107
5.1	Visualisierung – eine universelle Sprache	108
5.2	Komplexes wird einfach – mit Bildern auf den Punkt kommen	111
5.3	Visualisierung systemisch nutzen	117
5.3.1	Denken, Verstehen, Lernen und Zuhören mit Stift	117
5.3.2	Mitschreiben und Dokumentieren	119
5.3.3	Kommunikation in Beratung, Coaching und Therapie	119
5.3.4	Erklären, Illustrieren und Präsentieren	124
5.4	Auf die Plätze, fertig, los!	125
5.4.1	Inspirieren lassen – Vokabelbibliotheken und Designvorlagen	127
5.4.2	Just do it – üben, üben, üben und ... einfach machen!	128
6	Ran an den Stift – so geht Visualisieren	129
6.1	Visuelle Vokabeln – Die Grundformen	131
6.1.1	Der Punkt	132
6.1.2	Die Linie	134
6.1.3	Zwei Dimensionen – einfache Formen	137
6.1.4	Das Viereck	138
6.1.5	Das Dreieck	141
6.1.6	Der Kreis	142
6.1.7	Drei Dimensionen – komplexere Formen	145
6.1.8	Mischformen	147
6.1.9	Die Schleife und das Band	153
6.1.10	Die Rolle	155
6.2	Visuelle Vokabeln – Figuren	156
6.2.1	Das Gesicht	156
6.2.2	Gefühle und Mimik	159

6.2.3	Der Körper und die Körperhaltung	161
6.2.4	Gestik mit Armen und Händen	164
6.2.5	Typische Ausstattungen	166
6.2.6	Figuren in Aktion	167
6.3	Visuelle Vokabeln weiterentwickeln	171
6.4	Schrift und Text in Visualisierungen	172
6.5	Konturen, Farbe und Schatten	174
6.5.1	Arbeiten mit nur einer Farbe	175
6.5.2	Arbeiten mit vielen Farben	177
6.6	Ausstattung für systemisches Visualisieren	178

7 Einblicke in unsere systemische Visualisierungspraxis ... 183

7.1	Beispiele für Denken, Verstehen, Lernen und Zuhören mit dem Stift	184
7.1.1	Drei Schritte für mehr Klarheit	184
7.1.2	Ressourcenschonende Konzeption in Wort und Bild	187
7.1.3	Neues lernen	191
7.1.4	Mitschreiben und Dokumentieren	192
7.1.5	Öffentliches Visualisieren	195
7.2	Ad-hoc-Visualisierungen	199
7.3	Visualisierung anregen mit Arbeitsblättern	203
7.4	Illustrationen als Begleitung von Informationen	204
7.5	Just do it – Unterstützung und Inspiration durch andere	208

8 Systemisches Visualisieren 211

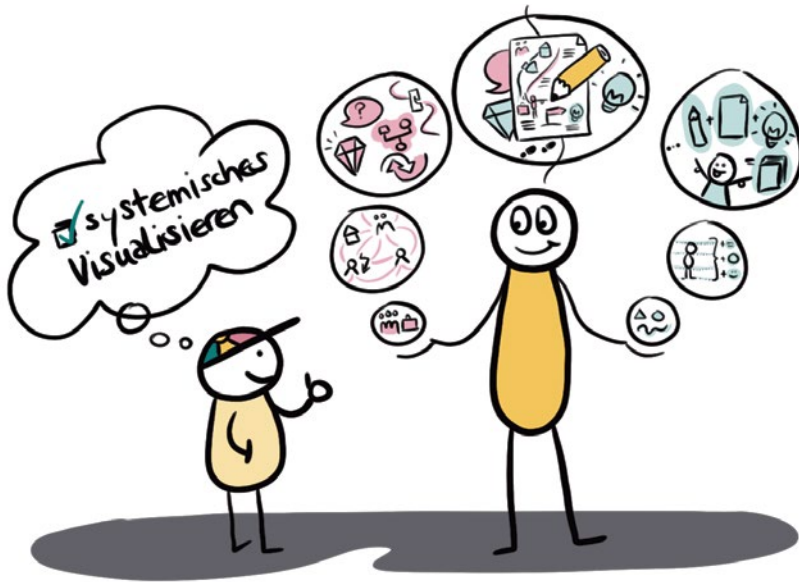
Dank	217
Literatur	219



Wiebke Lückert / Franziska Brauner:
Systemisch visualisieren: Einfach machen!

1 Noch ein Buch über systemisches Arbeiten – muss das sein?

Jepp. Es muss. Warum? Ganz einfach: Die systemische Arbeit mit Menschen und die Visualisierung über Bildsprache und Text ergänzen sich perfekt und befördern sich gegenseitig – beides zusammen gibt einen unglaublichen Schub für die Arbeit mit Menschen und auch für das gesamte Restleben. Systemisches Visualisieren ist ein Zusammenspiel aus einer umfassenden, lösungsorientierten Perspektive, einer menschenfreundlichen Haltung in psychosozialer Arbeit und einer nahezu universellen Sprache mit hohem individuellem Identifikationswert.



Systemisches Arbeiten und Visualisierung – Explain it like I am five



Was ist systemisches Arbeiten? Der einzelne Mensch und mögliche Auffälligkeiten oder Störungen in seinem*ihrem Verhalten werden nicht länger nur für sich betrachtet. Das Verhalten wird stattdessen im Zusammenhang – eben in einem bestimmten System – gesehen und verstanden. Damit gibt es weniger Notwendigkeit für potenziell stigmatisierende Diagnosen oder andere eindimensionale Zuschreibungen – die Verantwortung für Veränderung liegt nicht nur auf den Schultern einer Person, sondern es gibt mehrere Menschen im System, die zu Veränderungen und Lösungen beitragen können.

Der systemische Ansatz kommt ursprünglich aus der Familientherapie, prägt mittlerweile aber die begleitende Arbeit mit Menschen in unterschiedlichsten Feldern, seien es Sozialpädagogik, Beratung, Coaching, Therapie, (Aus-)Bildungssituationen oder auch ganz andere Kontexte. Zentrales Werkzeug in systemischer Arbeit ist die Sprache. Sie ist nicht nur Kommunikationsmittel: Vor allem werden mit ihr Wirklichkeiten verhandelt und neue Perspektiven eröffnet. Auch andere erfahrungs- und erlebnisorientierte Methoden werden von systemisch arbeitenden Menschen angewandt, um alle bisher gedachten Hypothesen, Erklärungen und Gedanken für die Suche nach einer Lösung zu nutzen, auch bisher noch nicht oder nicht mehr Bewusstes.

Dazu werden alle Sinne und der gesamte Körper, dessen Erinnerungen und/oder Ideen mit einbezogen. Viele systemische Methoden arbeiten mit Vergegenständlichung oder Abbildung von Situationen bzw. Konstellationen. Die Systeme werden so in den Raum oder auf den Tisch geholt und von allen Seiten betrachtet. Klassische Methoden sind beispielsweise das Erstellen von Familienstammbäumen (Genogramme) oder die Darstellung von Lebensläufen oder (Familien-)Systemen mit Seilen und verschiedenen Figuren.

Was ist Visualisierung? Visualisierung im engeren Sinne ist ebenfalls eine Sprache. Eine, die nicht mit Buchstaben, Lauten, Wörtern und Sätzen arbeitet, sondern mit Bildern. Menschen tauschen sich seit jeher mittels Bildern aus, von Höhlenmalerei bis zum Bahnhofs-Piktogramm, vom Strichmenschen zum Rembrandt. Bildsprache ist im Unterschied zu Schrift- und Sprechsprachen sehr wenig festgelegt und reglementiert. Sie ist schnell erlernbar (eigentlich können wir sie alle schon) und fast universell einsetzbar. Deshalb gehört Visualisierung (im Folgenden mitunter auch nur »Visu« genannt) in den Instrumentenkoffer systemisch arbeitender Berater*innen. Dass sie dort bislang ein Schattendasein führt, wollen wir ändern.

Es kommt noch ein weiterer Grund hinzu: Visualisierung als systemische Methode bereichert das Denken und macht einfach Spaß. Das erfahren wir in unserer Beratungsarbeit: Visualisierung lässt unseren Austausch mit Klient*innen, unsere Trainings und Workshops bunter und fröhlicher werden. Wir kommen schnell-

ler auf den Punkt. Wir verstehen uns selbst und andere besser und befördern Entwicklung und Veränderung. Deshalb ordnen wir diese Technik der systemischen Grundausrüstung zu und zeigen, wie sie den Methodenkoffer bereichern kann. Das ist sowohl für Menschen interessant, die schon lange systemisch arbeiten und mal (wieder) etwas Neues ausprobieren wollen, aber ebenso für Visualisierende aus allen Bereichen, die neugierig auf systemisches Denken und Arbeiten sind, und natürlich auch für Personen, die beides (besser) kennenlernen wollen.

Also Stifte gespitzt halten – wir präsentieren im Folgenden unser Verständnis von systemischer Arbeit in Wort und Bild. Außerdem erklären und zeigen wir, wie Visualisieren geht!

1.1 Digitales Zusatzmaterial – vom Buch zum Workshop

Um zu ermöglichen, dass unsere Leser*innen tatsächlich »Einfach machen!«, stellen wir umfangreiches digitales Zusatzmaterial bereit – quasi der Workshop zum Buch. Das Online-Material ist im Webshop (<https://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com>) beim Buch unter »Downloads« abrufbar.

Einfach ausdrucken und analog bearbeiten oder downloaden für die direkte digitale Bearbeitung! Falls das nicht möglich ist, sind irgendein Blatt Papier und ein Stift sowie ein Blick auf das digitale Material ebenfalls völlig ausreichend.

□ Es lohnt sich ein Blick ins digitale Arbeitsmaterial

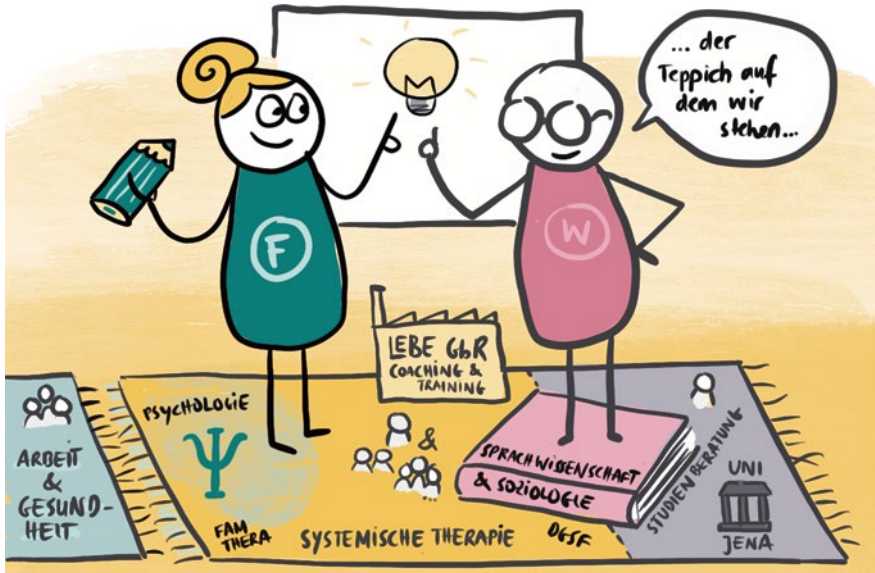


Nutzungshinweis für digitales Material



1.2 Wie wir zum Visualisieren gekommen sind

Wir verstehen uns als **systemische Visualistinnen**: Wir sprechen mit Bildern und malen mit Worten! Dabei haben wir das große Ganze im Blick und suchen nach dem Wesentlichen, nach Zusammenhängen und der Ordnung, die aus dem jeweiligen System auftaucht.

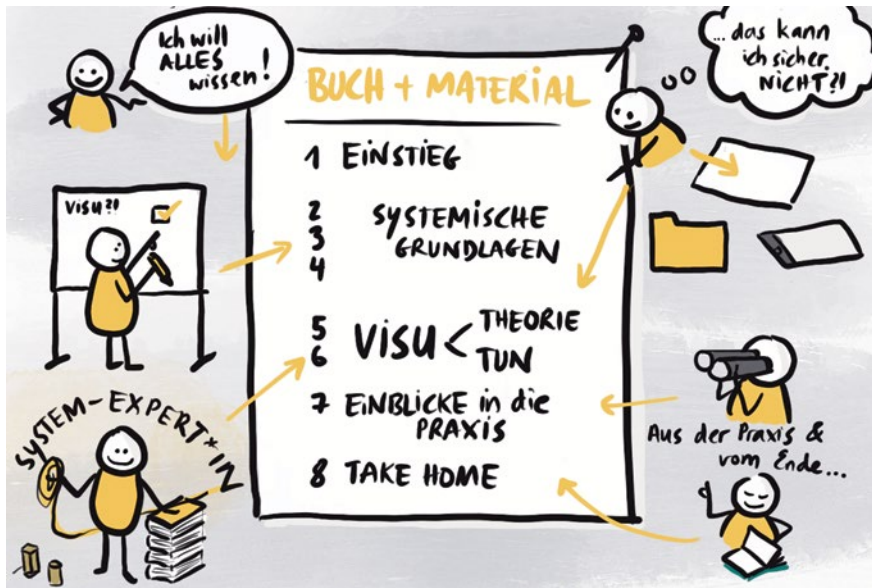


Wer schreibt hier eigentlich?

Professionalisiert haben sich unsere Zugänge zu systemischer Arbeit und Visualisierung während unserer unterschiedlichen Aus- und Weiterbildungen und beruflichen Erfahrungen. Wir kommen fachlich aus der Psychologie, Sprachwissenschaft und Soziologie und haben Freude am Sprechen, an Gesprochenem und Geschriebenem. Besonders, wenn Metaphern und Bilder Sprache und Texte bereichern. Inzwischen arbeiten wir gemeinsam in eigener systemischer Coaching- und Beratungspraxis und nutzen Visualisierung in unseren Coachings, Trainings und Workshops als Methode zur Dokumentation, für Arbeitsblätter oder Flipcharts, zum Erklären oder zur Illustration, für konzeptionelles Arbeiten und zum gemeinsamen Denken.

1.3 Herzlich willkommen – wo ist der Einstieg günstig?

Jede*r Leser*in wird einen eigenen Weg durch das Buch und das digitale Zusatzmaterial finden und ist dazu eingeladen, auch mittendrin anzufangen und kreuz und quer zu lesen – ganz in Abhängigkeit davon, aus welcher Richtung und mit welchem Ziel Buch und Lesende zusammenkommen. Selbstverständlich sind im Text Hinweise für Querverbindungen enthalten.



Herzlich willkommen – Zielgruppen und Lesehinweise

Vielleicht lohnt es sich für die Entscheidung zum Loslesen zu überlegen, wo ein guter Startpunkt ist. Dazu eignet sich der erste Ausflug ins digitale Zusatzmaterial.



- **Wer neugierig auf alles ist**, fängt einfach vorne an und folgt unserer Sortierung.
- **Wer schon viel Visu-Expertise mitbringt**, aber bisher nur wenig über das systemische Denken und Arbeiten weiß, kann gut mit Kapitel 2, 3 und 4 loslegen.



Kapitel 2, 3 und 4 – Systemisches

Wir starten in die systemische Perspektive mit einer kurzen Selbsterfahrung und nehmen unsere persönlichen Held*innen in den Blick: Was haben wir von diesen Menschen gelernt, was hat uns inspiriert? Außerdem zeigen wir die wesentliche systemische Arbeitsweise: Beobachtung und Austausch. Dabei spielen die Wahrnehmung aller Sinneseindrücke, der Körper und Gefühle sowie die Sprache eine große Rolle. Weil wir auch Visualisierung als Sprache verstehen, erklären wir Sprache als

Regel- und Symbolsystem sowie zentrales Kommunikationsmittel und Arbeitswerkzeug in systemischer Arbeit. Ein Blick auf einige typische systemische Methoden macht deutlich, wie mit Bildern und Symbolen gearbeitet wird. Visualisierung passt in diese Arbeitshaltung und das Methodenrepertoire hervorragend hinein!

- **Leser*innen mit systemischer Vorerfahrung** und entsprechend breitem Methodenrepertoire mögen vielleicht gleich beim Visualisieren in Kapitel 5 einsteigen.

Wir zeigen, was Visualisierung im engeren Sinne über die bekannten systemischen Methoden hinaus ist, was Visualisierung als Sprache und Kulturtechnik ausmacht und wie Visualisierung funktioniert. Außerdem erklären wir, wie man mit dem Stift denken, dokumentieren, kommunizieren und Wissen oder Ideen präsentieren kann.



Kapitel 5 – Visualisierung in systemischer Arbeit

- **Falls Finger und Stift nach den ersten Seiten schon ungeduldig zucken:** Ran ans Digi-Material und an Kapitel 6! Denn dort geht es sofort los mit »Einfach machen!« und die Visu-Sprache ausprobieren.

Ausgehend von ganz einfachen Zeichen, die jede*r zeichnen kann, zeigen wir, wie visuelle Vokabeln – gegenständliche Symbole ebenso wie Figuren – entwickelt werden. Auch Kombinationen dieser Symbole und die Verwendung von Farbe und Perspektive erklären wir. Nahelegend, dass es hier besonders viel digitales Material gibt!



Kapitel 6 – Ran an den Stift

- **Wer mehr von unseren eigenen Erfahrungen sehen und dazu lesen will,** um sich von den Ergebnissen her dem Thema zu nähern: Kapitel 7 ist die richtige Tür.

Hier zeigen wir verschiedene Beispiele von Visualisierung aus unserem Tagesgeschäft. Das digitale Zusatzmaterial sowie die Illustrationen im Buch sind ebenfalls Beispiele, die verdeutlichen, wie wir arbeiten. Das Buch ist in den frühen 2020er Jahren entstanden, und wir haben beim Schreiben sowie in unserer Praxisarbeit vom gesamtgesellschaftlichen Digitalisierungsschub profitiert – vorher hatten wir fast nur mit Stiften und auf Papier gezeichnet, unsere Lernkurve im digitalen Feld war und ist steil. Wir sind neugierig darauf, wie diese Reise weitergeht. Die Wahrnehmung der Welt passiert in Körper und Kopf, egal, ob man mit Papier und Stift oder digital arbeitet und auch egal, ob man sich leibhaftig begegnet oder über die digitale Bande. Wir arbeiten mit dem, was da ist!



Kapitel 7 – Einblicke



- **Und wer lesen will, was unsere Schlussfolgerungen für systemisches Arbeiten und Visualisieren sind:** Das steht am Schluss. Es soll ja Leute geben, die Bücher von hinten anfangen ...

Visualisieren im engeren Sinne und systemisches Arbeiten sind in unterschiedlichen Töpfen und zu unterschiedlichen Zeiten gewachsen. Sie haben viele Gemeinsamkeiten und ergänzen sich hervorragend. Es kann sich sowohl für Visualisierende lohnen, etwas über systemische Methoden, Haltungen und Kompetenzen zu erfahren, als auch für systemisch arbeitende Menschen, sich mit Visualisierung zu beschäftigen.



Kapitel 8 – Systemisches Visualisieren

Systemisches Visualisieren für alle!

Aber nun genug der Vorrede. Nicht vergessen: Papier oder Digi-Material bereitlegen, den analogen Stift spitzen oder den digitalen Stift aufladen ... Jetzt geht's los!

2 Systemisches Denken und Handeln



Wir springen rein in die Welt des systemischen Arbeitens. Dazu starten wir bei den Lesenden selbst, um zu zeigen, dass Einzelne nicht nur für sich stehen, sondern immer Teil von Systemen sind. Systemen, in die sie hineinwirken und die auf sie selbst wirken. Für jede*n Leser*in wird dieser wechselseitige und zirkuläre Bezug auch im digitalen Zusatzmaterial erfahrbar (Kapitel 2.1).



Zirkuläre Bezüge

Außerdem erzählen wir Auszüge aus unserer eigenen systemischen Lerngeschichte, und zwar anhand von Menschen, die wir inspirierend finden. So bekommen Hintergründe, Theorien, Haltungen, Entwicklungen oder auch bestimmte Methoden ein »Gesicht«. Alles, was mit Menschen und Bildern verknüpft ist, können wir uns besser merken. Am Ende jedes Unterkapitels in diesem Buchabschnitt gibt es deshalb einen »Spickzettel« (Kapitel 2.2).



2.1 Systemische Selbsterkundung

Wir sind alle Systeme, jeder Mensch ist eins, und es gibt darüber hinaus für jede und jeden von uns verschiedene größere und kleinere Systeme oder Kontexte, in die wir in unterschiedlichen Rollen eingebunden sind oder waren. Das alles prägt uns und beeinflusst unsere Arbeit, unser Verständnis der Welt – unser *Sosein*, wie wir eben (geworden) sind. Um andere Menschen professionell begleiten zu können, ist es wichtig, eigene Themen reflektiert und blinde Flecken kennengelernt zu haben (Schiersmann, in Tippelt u. v. Hippel, 2010). In vielen Beratungs- und/oder Therapieausbildungen sind die Selbsterfahrung und der hohe praktische Anteil deshalb ein unverzichtbares Element. Im digitalen Material der folgenden Seiten finden sich einige erste Anregungen, wie systemische Visualist*innen sich selbst als System im System erkunden können.



Begleiter*in an sich

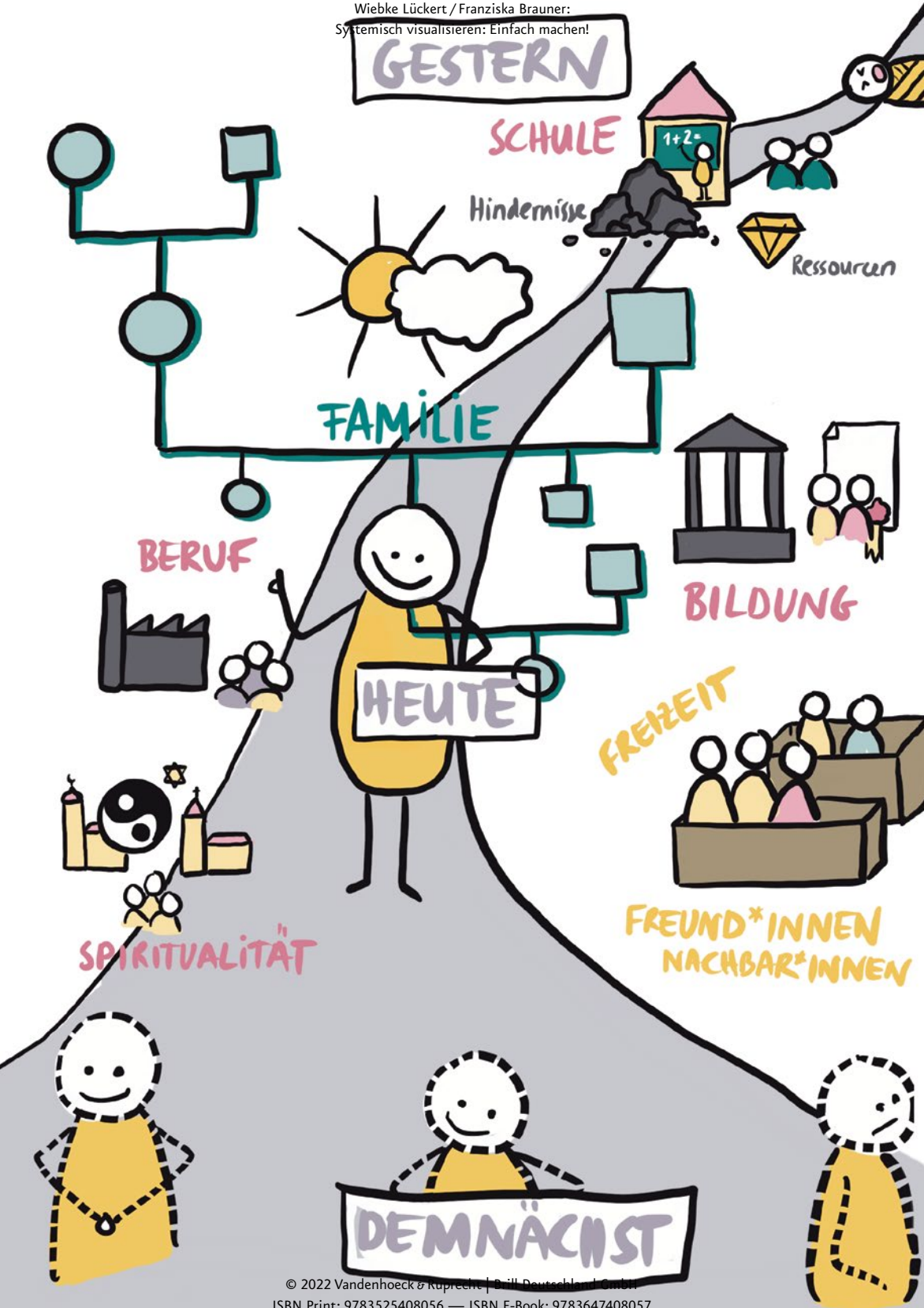
Die **zeitliche Dimension** eröffnet den Blick darauf, dass es jeden Menschen einerseits hier und jetzt gibt, zum Beispiel in einer aktuellen Begegnung. Doch es existiert andererseits auch eine Version dieses Menschen von gestern, von vorgestern, eine Jugendversion, eine Kinderversion, ein kleines Baby. Veränderung und Entwicklung sind nicht nur immer möglich, sondern wahrscheinlich. Es gibt von jeder Person unendlich viele zukünftige Versionen, zu denen Menschen demnächst werden könn(t)en. Die Metapher des Lebensflusses (Kapitel 4.4) eignet sich, um diese biografische Perspektive einzunehmen und sich klarzumachen, dass man nicht zweimal in denselben Fluss steigen kann, selbst wenn es immer der gleiche ist. Für biografische Erforschung können verschiedene Fragestellungen und Themen im **Gestern**, **Jetzt** und **Demnächst** in den Blick genommen werden. Zum Ausprobieren gibt es im Digi-Material eine Übung mit einem Thema der Wahl.

□ Mein Leben
als Fluss



Jede*r kennt **unterschiedliche Systeme**, in denen Menschen in jeweils verschiedenen Rollen agieren, mit unterschiedlichen Funktionen eingebunden, mit vielen Menschen vernetzt und in Beziehung zueinander sind. Im Verlauf des

Meine Systeme und ich >>>





- Meine Systeme und ich
- Meine Familie und ich

Lebens sind Menschen Mitglieder verschiedener (Bildungs-)Institutionen, sind Kita-Kind, Schüler*in, danach vielleicht in beruflicher oder akademischer Ausbildung. Daran können sich spezifische berufliche Kontexte anschließen. Wenn der Lebenslauf nicht so »standardisiert« verläuft, sondern reicher ist an Weggabelungen, Umwegen (die ja bekanntlich die Ortskenntnisse erweitern), Raststätten oder unfreiwilligen Pausen, so durchlaufen wir doch alle im Wesentlichen die gleichen und dennoch verschiedene Systeme, wie beispielsweise auch Pflegeeinrichtungen, Hilfefunktionen, Vereine oder Organisationen. Zusätzlich werden Menschen durch übergreifende Merkmale wie Kultur, Religion und andere gesellschaftliche Aspekte wie das politische System beeinflusst. Auch dafür eignet sich die visuelle Auseinandersetzung.

Eine **biologische Familie** hat jede*r von uns. Selbst dann, wenn man sie nicht kennt. Die bewährte Methode, um sich damit auseinanderzusetzen, was die Familie Menschen – auch über mehrere Generationen – mitgegeben hat, ist der eigene Stammbaum. In der Welt des systemischen Arbeitens heißt dieser **Genogramm** (Kapitel 4.3).

Darüber hinaus gibt es **Freundschaften**, **Nachbar*innen** oder auch **Wahlverwandtschaften** bzw. **logische Familien** – das System der relevanten sozialen Beziehungen (im digitalen Zusatzmaterial findet sich auch ein Impuls zu »Meine Beziehungen und ich«, siehe auch Kapitel 5.3.3).

Eine Erkundung der eigenen Person in all diesen Dimensionen ist nicht mit dem Ausfüllen einiger Arbeitsblätter abgeschlossen. Es gibt noch viel mehr zu entdecken an sich selbst und dem eigenen *So-(geworden)-Sein*. Die Begleitung durch Berater*innen, Coaches oder Therapeut*innen, zum Beispiel im Rahmen der Selbsterfahrung während einer systemischen Ausbildung, unterstützt und erweitert eigene Reflexionsprozesse. Dadurch lassen sich andere – und mehr – Erkenntnisse gewinnen, als wenn man allein auf vermeintlich Bekanntes schaut. Man erklärt einer dritten, fremden Person das eigene *Sosein*, und dabei findet Selbstklärung statt. Unser digitales Material eignet sich für erste Explorationen und auch als erster Einblick in Visu-Arbeitsmaterialien.

Damit die Arbeit mit Menschen nicht unterkomplex wird, kann, darf oder sollte sich jede Person, die im psychosozialen Feld tätig ist, neben dem eigenen *Sosein* auch vor Augen halten, dass alle Menschen, mit denen wir interagieren und arbeiten, jeweils Systeme in Systemen sind. Jede*r Einzelne steckt ebenfalls in einer spezifischen, bunten und einzigartigen Konstellation. Jede*r bringt eine vergleichbar komplexe Landkarte der Vielfalt mit und verhält sich dementsprechend, das heißt er*sie versteht, denkt und nimmt die Welt aus dieser eigenen Position und vor dem Hintergrund der individuellen Erfahrungen wahr. Mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit sind die verschiedenen Handlungslogiken und Weltansichten von Beratungsperson und Klient*innen nicht immer übereinstimmend. Für Beratende ist eine Sensibilität für diese Verschiedenheit, verbunden mit Neugierde und einer offenen Werthaltung, unverzichtbar.

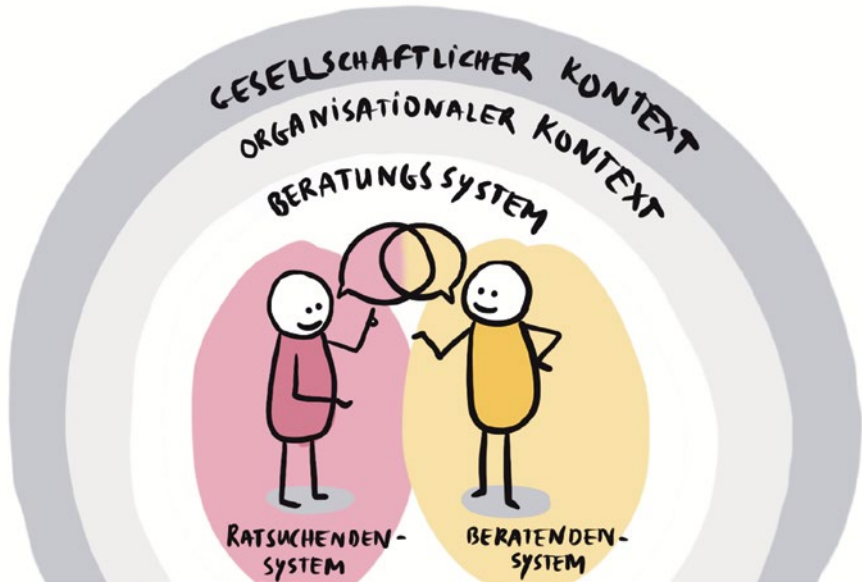
Als Profis sind Beratende in weitere Systeme eingebunden. Es gibt ein **systemisches Kontextmodell**, in dem die verschiedenen Ebenen in Wechselwirkung miteinander stehen und aktiv und bewusst gestaltet werden können. Zwischen Berater*innen (Beratendensystem) und Ratsuchenden (Ratsuchendensystem) entsteht ein drittes lebendiges System, nämlich die Arbeitsbeziehung, der Beratungsprozess oder das Beratungssystem. Dieses ist als solches wiederum eingebunden in den organisationalen und gesellschaftlichen Kontext oder Rahmen (Abbildung: Systemisches Kontextmodell nach Schiersmann, S. 22).

In systemischen Beratungseinrichtungen gibt es ein Selbstverständnis bezüglich des eigenen Arbeitens und der Standards von guter Beratung, im besten Fall schriftlich festgehalten in einem Leitbild, andernfalls in den Köpfen und Herzen der Mitarbeitenden (Kapitel 4.1). Dazu kommen spezifische Strukturen wie der Organisationsaufbau und sich daraus ergebende Prozessabläufe, Kommunikationswege und Arbeitskulturen. Auch die räumlich-sächliche Infrastruktur, die Stellenausstattung und -besetzung sowie Finanzierungsaspekte gestalten die Gesamtsituation.



Alle sind Systeme im System





Systemisches Kontextmodell nach Schiersmann (eigene Darstellung nach Tippelt u. v. Hippel, 2010, S. 753)

Aus unserer Erfahrung zeigt sich die Bedeutung des organisationalen Umfelds vielfach in kollegialen Fallberatungen (z. B. nach Tietze, 2010) oder bei professionell begleitetem Austausch über die Beratungspraxis in Super- bzw. Interventionen. Wenn es im Beratungsgeschehen zu Schwierigkeiten kommt, ist es manchmal die Organisation als »Dritte im Bunde«, die das Beratungsgeschehen mit beeinflusst und bedingt. Das ist beispielsweise auch dann der Fall, wenn Systemiker*innen in Praxen oder Kliniken mit Diagnosen arbeiten müssen, um Abrechnungsanforderungen erfüllen zu können. An diesem Beispiel wird schon deutlich, dass der gesamtgesellschaftliche Kontext und das jeweilige System (Politik, Wirtschaft, Nation, Kultur, Religion, Weltanschauung etc.) ebenfalls eine Rolle für das Beratungsgeschehen spielen. Für diese Betrachtungsebene haben wir kein digitales Material im Angebot, verweisen aber auf den Qualitätsentwicklungsrahmen für Beratungseinrichtungen aus dem Feld Bildung, Beruf und Beschäftigung, wie er vom Nationalen Forum Beratung in Bildung, Beruf und Beschäftigung e. V. herausgegeben wird (nfb, 2014c).

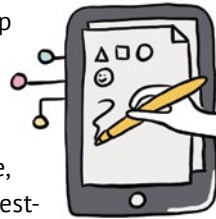
Für systemisch arbeitende Menschen ist diese Kompetenz, das große Ganze im Blick zu haben und dabei zugleich das persönliche und professionelle *Sosein* und die Strukturen und Systeme, in denen systemische Arbeit stattfindet, zu kennen, mindestens genauso wichtig, wie bestimmte Methoden und Interventionen

zu kennen und anwenden zu können. Letztlich geht es bei der professionellen Begegnung mit einzelnen Personen, Gruppen, Teams oder Organisationen darum, eine Arbeitsatmosphäre zu gestalten, die lösungs- und ressourcenorientiert ist und Menschen oder Systeme in Bewegung bringt.

2.2 Systemische Held*innen

Systemisches Arbeiten, Systemische Therapie und Beratung sind ein weites und hoch spannendes Feld. Es gibt viele Möglichkeiten, sich dieses Feld zu erschließen und es zu verstehen. Eine davon ist es, assoziativ ranzugehen, beispielsweise indem die Anfänge einer bestimmten Entwicklung bzw. Strömung in den Blick genommen werden, um ein Bild entstehen zu lassen, ein Gefühl für die Zeit, den Ort und die Menschen zu entwickeln, die zu jener Phase prägend waren für das systemische Arbeiten. In einem Workshop zum systemischen Denken (Triebiger, 2021) haben wir einmal frei zum Esalen Institute gebrainstormt, einer Bildungseinrichtung im kalifornischen Big Sur, die heute noch existiert. Welche Bilder, Wahrnehmungen, Gerüche, welche Musik, welche Literatur tauchen auf, wenn die Westküste Kaliforniens und die 1960er Jahre im Raum sind ...?

□ Freies Assoziieren
zu einer Wiege
des systemischen
Ansatzes



Esalen wurde als interdisziplinärer Lern- und Begegnungsort 1962 gegründet. Bis heute finden dort jährlich ca. 500 Workshops zu ganz unterschiedlichen Themen statt. Gerade in den Gründungsjahren haben sich hier viele verschiedene Menschen aus den unterschiedlichsten Disziplinen getroffen und miteinander gedacht, gelernt und diskutiert. Aus der Musik zum Beispiel Bob Dylan und Joan Baez, aus der Literatur Aldous Huxley und Ray Bradbury, aus der sozial- und verhaltenswissenschaftlichen Ecke Erich Fromm und Frieda Fromm-Reichmann ebenso wie Virginia Satir, Timothy Leary und Paul Watzlawick, zudem Naturwissenschaftler wie Abraham Maslow, James Lovelock, Carl Sagan und Heinz von Foerster oder Ethnologen wie Carlos Castaneda und Gregory Bateson, um nur einige zu nennen.

Es muss eine ausgesprochen experimentelle, Fachgrenzen überschreitende – und beinahe revolutionäre – Atmosphäre gewesen sein, in der die Menschen damals zusammen gearbeitet und gedacht haben. Vielfach wurden bestehende Erklärungsmuster und therapeutische Praktiken durch systemische Erklärungen und Ideen radikal infrage gestellt. Daraus sind neue Interventionsformen und Methoden entstanden, wobei die Pionier*innen nicht selten ihre Reputation aufs Spiel gesetzt und Neues gewagt haben.



Ein anderer Zugang ist das im deutschsprachigen Raum zentrale Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung von Arist von Schlippe und Jochen Schweitzer (2016). Es zeichnet ausführlich und gut lesbar die Geschichte der systemischen Therapie nach und stellt alle wesentlichen Methoden und theoretischen Hintergründe sowie Anwendungsfelder vor. Die ersten Ansätze des familienorientierten Arbeitens liegen demnach schon in der Sozialarbeit des 19. Jahrhunderts, damals allerdings mit eher pathologisierend-forschendem Blick nach Ursachen für psychische Störungen. Beginnend in den 1960er Jahren entstanden dann die wichtigen Schulen der systemischen Therapie, zunächst in den USA, später auch in Europa, Israel und Lateinamerika.



Lernen durch Lesen

Deutlich wird in diesen beiden Varianten des Zugangs zum systemischen Arbeiten, dass es nicht den oder die eine*n Vordenker*in gibt, die*der diese neue Perspektive begründet hat, sondern dass viele Menschen – spricht: ein System – mit ihren Ideen und Experimenten dazu beigetragen haben, dass sich entwickelt hat, was wir heute systemisches Arbeiten nennen.

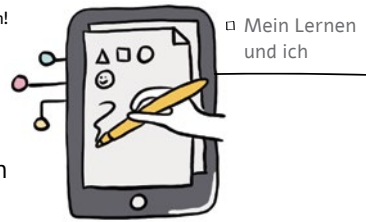
Sehr eindrücklich wurde diesem Umstand vom Projekt der Systemischen Geschichtswerkstatt (Levold et al., 2018a) Rechnung getragen. Die dortige nicht-lineare Online-System-Darstellung der Geschichte

des systemischen Ansatzes bietet sich zum Stöbern an. Es werden Verbindungen zwischen Personen, Organisationen und Instituten, Therapieansätzen, Schlüsselwerken und Zeitschriften sowie über 70 bedeutsamen Ereignissen gezeigt, die jeweils mit weiterführenden Artikeln, Videos und Informationen verknüpft sind.

Wir zeigen im Folgenden einige dieser Menschen und Ideen auf, die uns für die systemische Arbeit und auch für das Visualisieren gute Wegbegleiter*innen waren und sind. Jedes Unterkapitel schließen wir mit einem visuellen »Spickzettel« zu



Individuelle Entdeckungsreise
im Online-System



der betreffenden Person und unseren entsprechenden Learnings ab. Apropos Spickzettel: Gute Gelegenheit, mit dem nächsten Digimaterial mal zu reflektieren, wie lernen bisher gut funktioniert ...

2.2.1 Virginia Satir und die humanistische Familientherapie

Als Erstes picken wir uns Virginia Satir heraus. Sie ist eine Vertreterin der **wachs-tums- und erlebnisorientierten humanistischen Familientherapie** und hat in einer Zeit, als es fast nur Männer in der Familientherapie gab, viele prägende Spuren hinterlassen und ihre besondere Perspektive eingebracht.

Geboren wurde Satir 1916 in Neillsville, Wisconsin, gestorben ist sie 1988 in Palo Alto, Kalifornien. Sie arbeitete zunächst als Lehrerin, dann als Sozialarbeiterin und Therapeutin und wandte sich schon früh der Eltern-Kind-Beratung zu. In Palo Alto gehörte sie zu den Mitgründer*innen des Mental Research Institutes (MRI) und war maßgeblich an der Entwicklung des ersten familientherapeutischen Ausbildungsprogramms in den USA beteiligt. Als Lehrende und Autorin wirkte sie an vielen Instituten und Kliniken in der ganzen Welt, nicht selten wird von ihr als einer »Lichtgestalt« und einem Vorbild gesprochen. Offenbar traf sie oft den richtigen Ton und arbeitete mit einer wunderbar gelungenen Mischung aus Leichtigkeit und Tiefgang, Humor, Schlagfertigkeit und Ernst (siehe z. B. das Interview mit Virginia Satir in Gester, 2017).

Uns und andere inspiriert bis heute ihr optimistisches und humanistisches Menschenbild: der Glaube daran, dass jeder Mensch gut und liebenswert sei, manche es nur (noch) nicht (mehr) wissen. Satir geht in ihrem Ansatz davon aus, dass Selbstwertgefühle nicht angeboren sind, sondern erlernt werden. Die Familie als erste Sozialisationsinstanz ist dafür ein wichtiger Ort – Kindergarten, Schule und andere Institutionen sowie die Peergroups sind weitere –, und nicht immer gelingt dieses wichtige Lernerleben. Sie selbst schilderte es in einem Interview als persönliches Schlüsselerlebnis, eines Tages erkannt zu haben, dass »ich mit allen mehr gemeinsam habe, als dass ich mich von anderen unterscheide« (Gester, 2017, S. 90). Diese Verbundenheit und die Suche nach Gemeinsamkeiten waren bestimmend für ihre therapeutische Haltung und ihr Tun.

Die fünf menschlichen Freiheiten

Sowohl für uns persönlich als auch in unserer systemischen Arbeit sind insbesondere die von ihr postulierten **fünf menschlichen Freiheiten** (Satir, 1994) nicht wegzudenken. Sie legen einen Fokus auf Gefühle und Bedürfnisse und erlauben Menschen, authentisch, also »echt« und bei sich selbst zu sein.

