



SYSTEMISCHE PRAXIS



Grundlagen systemischer Therapie und Beratung

Schiepek
Eckert
Kravanja

Psychotherapie als Förderung
von Selbstorganisationsprozessen

HOGREFE



Grundlagen systemischer Therapie und Beratung

Systemische Praxis

Band 1

Grundlagen systemischer Therapie und Beratung

von Prof. Dr. Günter Schiepek, Dr. Heiko Eckert und Dr. Brigitte Kravanja

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Günter Schiepek, Prof. Dr. Wolfgang J. Eberling,
Dr. Heiko Eckert, Dr. Matthias Ochs, Prof. Dr. Christiane Schiersmann,
Dipl.-Psych. Rainer Schwing, Prof. Dr. Dr. Peter A. Tass

Grundlagen systemischer Therapie und Beratung

Psychotherapie als Förderung
von Selbstorganisationsprozessen

von
Günter Schiepek, Heiko Eckert
und Brigitte Kravanja

HOGREFE



GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD
PRAG · TORONTO · BOSTON · AMSTERDAM
KOPENHAGEN · STOCKHOLM · FLORENZ

Prof. Dr. phil. Günter Schiepek, geb. 1958. 1979–1983 Studium der Psychologie in Salzburg. 1984 Promotion. 1990 Habilitation. Langjährige Vertretung des Lehrstuhls für Klinische Psychologie an der Universität Münster und 1998–2003 Leiter des Forschungsprojekts „Synergetik der Psychotherapie“ am Universitätsklinikum der RWTH Aachen. Seit 2008 Professor an der der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg und dort Leiter des Instituts für Synergetik und Psychotherapieforschung. Geschäftsführer des Center for Complex Systems (Weinstadt).

Dr. rer. pol. Heiko Eckert, geb. 1970. 1992–1997 Studium der Wirtschaftswissenschaft in Wuppertal. 1998–2003 Mitarbeiter im Forschungsprojekt „Synergetik der Psychotherapie“ am Universitätsklinikum der RWTH Aachen. 2006 Promotion. 2002–2010 Unternehmensberater beim Malik Managementzentrum St. Gallen (Schweiz). Seit 2005 Gesellschafter und Geschäftsführer des Center for Complex Systems (Weinstadt). Seit 2010 Managing Director des Center for Transdisciplinary Governance am Institut für Systemisches Management und Public Governance der Universität St. Gallen (Schweiz).

Dr. phil. Brigitte Kravanja, geb. 1958. Studium der Psychologie und Kommunikationswissenschaften in Salzburg. 1997 Promotion. Seit 2000 Klinische und Gesundheitspsychologin am Universitätsinstitut für Klinische Psychologie des Universitätsklinikums der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität der Salzburger Landeskliniken.

© 2013 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen · Bern · Wien · Paris · Oxford · Prag · Toronto · Boston
Amsterdam · Kopenhagen · Stockholm · Florenz
Merkelstraße 3, 37085 Göttingen

<http://www.hogrefe.de>

Aktuelle Informationen · Weitere Titel zum Thema · Ergänzende Materialien

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Umschlaggestaltung: Daniel Kleimenhagen, Hildesheim

Satz: ARThür, Grafik-Design & Kunst, Weimar

Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2475-0

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Vorwort der Herausgeber

Mit dem vorliegenden Band startet im Hogrefe Verlag eine neue Praxisreihe auf dem Gebiet der systemischen Therapie und Beratung. Das Feld hat sich in den letzten Jahren intensiv und schnell entwickelt, so dass es an der Zeit zu sein scheint, einen solchen Versuch zu wagen. Theoretische Modelle zur Funktionsweise komplexer, nichtlinearer Systeme haben sich zunehmend empirisch bewährt, systemische Neurotherapien gewinnen Konturen und bieten sich in Zukunft für eine Kombination mit Psychotherapie an, das Verständnis für Veränderungsprozesse auf sozial-interpersoneller, intrapsychischer und biologischer, insbesondere auch auf neurophysiologischer Ebene einschließlich der Synchronisation dieser Systemebenen wächst und neue Informationstechnologien für Prozessmonitoring und Prozessfeedback wurden erprobt. Die vorliegende Reihe möchte entsprechende Entwicklungen für die Praxis aufbereiten und einschlägige Erfahrungen aus der Praxis für die Praxis zugänglich machen. Die Reihe möchte auch dazu beitragen, schulen- und disziplinübergreifende Entwicklungen in Therapie und Beratung zu fördern und zu unterstützen.

Sicher könnte man sich auf den Standpunkt stellen, dass eine solche Reihe keineswegs früh oder zu früh, sondern vielmehr spät oder zu spät kommt. Praxiskonzepte mit dem Label „systemisch“ gibt es ja seit mindestens drei Jahrzehnten und mehrere deutschsprachige wie internationale Verlage haben systemische Literatur und Praxisreihen im Programm. Dennoch sind wir der Meinung, dass eine wissenschaftlich fundierte, aktiv forschende und disziplinübergreifende, transdisziplinäre Psychotherapie und Beratung erst im Entstehen begriffen ist, erst langsam Kontur gewinnt. Eine Fundierung der Praxis im Spektrum von Theorien und Methoden komplexer, selbstorganisierender Systeme ist keineswegs selbstverständlich, ebenso wie der Einsatz von Methoden des internetbasierten Prozessfeedbacks in Therapie und Beratung. Ziel systemischer Therapien müsste es in diesem Verständnis sein, schulenübergreifend zu wirken und die Einteilung unserer Profession nach Schulen hinter sich zu lassen. Wie das genau funktionieren kann, steht heute noch nicht fest, so dass die vorliegende Reihe auch die Qualität von Werkstattschriften und Experimentierberichten aus dem Labor „Praxis“ haben muss.

Wir können bislang (noch) nicht davon ausgehen, dass Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sowie Beraterinnen und Berater so etwas wie Systemkompetenz, also die Fähigkeit, komplexe, nichtlineare Vernetzungen und Dynamiken zu verstehen, zu modellieren und mit Verstand, Herz und Hand zu fördern als ihre genuine Basiskompetenz mitbringen. Für unser professionelles Denken und Handeln bereitet das kontraintuitive, nur sehr begrenzt prognostizierbare und eigendynamische Verhalten komplexer Systeme, also zum Beispiel von Menschen und ihren sozialen Beziehungen, einiges an Problemen, besser gesagt: an Herausforderungen. Aus- und Weiterbildungen sollten sich diesen stellen und dabei Systemkompetenz fordern und fördern. Diese Buchreihe möchte einen Beitrag dazu leisten.

Menschen, soziale Systeme, aber auch Gehirne sind zwar nicht linear steuerbar, aber wir können einiges zur Unterstützung ihrer Selbstorganisationsprozesse tun. Genau dies trifft das Selbstverständnis dieser Reihe: Therapie und Beratung stellen die professionellen

Voraussetzungen zur Förderung selbstorganisierender Prozesse bereit. In diesem Sinne wollen wir die Therapie- und Beratungspraxis ein wenig systemischer, menschlicher machen.

Das Herausgeberteam

Wolfgang Eberling, Heiko Eckert, Matthias Ochs, Günter Schiepek, Christiane Schiersmann, Rainer Schwing und Peter Tass

Inhaltsverzeichnis

1 Was ist Systemische Therapie?	9
2 Am Ende der Therapieschulen	15
2.1 Welchen Beitrag leisten Interventionen und Behandlungstechniken?	16
2.2 Laien in der Psychotherapie	16
2.3 Der „Dodo-Bird“-Effekt	17
2.4 Allegiance: Die Identifiziertheit mit dem eigenen Ansatz	18
2.5 Sudden Changes	19
2.6 The Heroic Client	21
2.7 Sollen wir uns an Manualen orientieren?	23
2.8 Die Therapeutin	24
2.9 Die therapeutische Beziehung	24
2.10 Psychotherapie als komplexes System	25
3 Psychotherapie als Schaffen von Bedingungen für Selbstorganisation	29
3.1 Was ist Synergetik?	29
3.2 Wie funktioniert Selbstorganisation?	33
3.3 Neuronale und psychische Selbstorganisation	35
4 Bedingungen für die Förderung von Selbstorganisation: Die generischen Prinzipien	39
4.1 Stabilitätsbedingungen	39
4.2 Identifikation von Mustern des relevanten Systems	40
4.3 Sinnbezug	40
4.4 Kontrollparameter und Veränderungsmotivation	42
4.5 Destabilisierung und Fluktuationsverstärkung	42
4.6 Kairos, Resonanz und Synchronisation	45
4.7 Gezielte Symmetriebrechung	46
4.8 Stabilisierung neuer Muster	47
5 Synergetisches Prozessmanagement	51
6 Das Synergetische Navigationssystem (SNS)	55
6.1 Ambulatory Assessment und Real-Time-Monitoring in der Psychotherapie	55
6.2 Funktionalitäten des SNS	57

7 Fallbeispiel	63
7.1 Probleme und Ressourcen	63
7.2 Therapieverlauf mit Ordnungsübergang	65
7.3 Systemmodellierung	73
8 Die Verschränkung von Monitoring und Therapie	77
8.1 Therapeutische Effekte von Feedbacksystemen	77
8.2 SNS-basierte Therapiegespräche	80
8.3 Reaktive Messungen	84
9 Konzeptionelle Entwicklungen	85
9.1 Dynamische Mustererkennung und Prozesssteuerung als Komponenten therapeutischer Praxis	85
9.2 Evidenzbasierung und relativ rationale Begründung des Vorgehens	86
9.3 Das Verhältnis von common factors und generischen Prinzipien	88
9.4 Das Selbstorganisationsmodell als mögliche Synthese von medizinischem Modell und dem Modell unspezifischer Wirkfaktoren ...	90
10 Was sind systemische Therapien?	92
10.1 Systemische Neurotherapien	92
10.1.1 Echtzeit-Neurofeedback mit fMRT	92
10.1.2 Neuromodulation	93
10.2 Systemische Therapien	95
Literatur	97
Sachregister	111

1 Was ist Systemische Therapie?

Systemische Therapie und systemische Beratung sind in den letzten Jahrzehnten beliebt geworden. Heute zählt der systemische Ansatz zumindest im deutschsprachigen Raum zu den drei am weitest verbreiteten Psychotherapierichtungen, neben Verhaltenstherapie und tiefenpsychologischen Verfahren. Der Beginn der systemischen Praxisentwicklungen dürfte auf die frühen 1980er Jahren zurück zu datieren sein, und die Wurzeln und Vorläuferkonzepte sind – je nach Betrachtung – noch deutlich älter. Inzwischen wurden weitere Therapieansätze entwickelt, z. B. achtsamkeits- und mentalisierungsorientierte Verfahren, Schematherapie, emotionsfokussierte Therapien und andere. Die Systemische Therapie gehört nicht mehr zu den neuen Ansätzen, ein vielleicht einmal vorhandenes Provokationspotenzial ist verblasst, und störungsspezifische (Schweitzer & von Schlippe, 2009) wie auch tätigkeitsfeld- und settingspezifische Varianten (Greve & Keller, 2010; Ruf, 2005; Tatzert & Schubert, 1997) haben sich etabliert. Die wissenschaftliche Anerkennung als Therapieform erfolgte in Deutschland im Jahr 2008.

Um so erstaunlicher ist es, dass bis heute unklar bleibt, was unter Systemischer Therapie (als Eigenname für eine Therapieschule wird das Adjektiv „Systemisch“ hier mit großem Anfangsbuchstaben geschrieben) oder systemischer Praxis überhaupt zu verstehen sei. Das mag die Konsequenz einer fast inflationären Wortverwendung oder aber des bei Therapieschulen immer auch bestehenden Vermarktungsinteresses sein. Systemische Ansätze haben sich zudem das Image einer besonders leicht zu erlernenden Vorgehensweise erworben, was begrifflicher Präzision nicht unbedingt förderlich ist.

Fragt man bei Google nach, so wird Systemische Therapie auch als Systemische Familientherapie bezeichnet, welche vor allem auf interpersonelle Beziehungen fokussiert: „... systemische Zusammenhänge und interpersonelle Beziehungen [...] werden] als Grundlage für die Diagnose und Therapie von seelischen Beschwerden und interpersonellen Konflikten betrachtet“. Wilhelm Rothhaus weist auf der Homepage der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie (DGST) auf das Verhältnis des Individuums zu seinen sozialen Bezügen hin: „Psychische Krankheiten werden als Störung der System-Umwelt-Passung definiert. Individuelle Symptome werden als Ergebnis von krankheitserzeugenden und -aufrechterhaltenden Beziehungsmustern im Kontext der wichtigen Bezugspersonen gesehen. Diese Personen werden deshalb nach Möglichkeit in den therapeutischen Prozess mit einbezogen“. Zudem verweist er aber auch auf die „... dynamische Wechselwirkung zwischen den biologischen und psychischen Eigenschaften einerseits und den sozialen Bedingungen des Lebens“ andererseits, sowie auf Anwendungen außerhalb der Familientherapie, nämlich im Bereich der Einzel- und Paartherapie.

Das Setting der Familientherapie scheint wichtig, ist aber offenbar weder notwendig noch hinreichend für eine Definition Systemischer Therapie. Familientherapie gab und gibt es auch außerhalb des systemischen Ansatzes, z. B. in der Psychoanalyse (Richter, 1962, 1970) oder in der Verhaltenstherapie bzw. in psychoedukativen Ansätzen (dort mit umfassender empirischer Fundierung: Sexton et al., 2004; Hahlweg & Weidemann, 1999; Hahlweg et al., 2006; Heinrichs et al., 2008). Ähnliches gilt für die Therapie mit Paaren