

Herzlich  
Willkommen

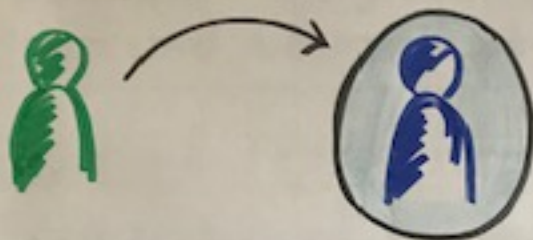
zum Mini-Workshop

"Systemisch Arbeiten"

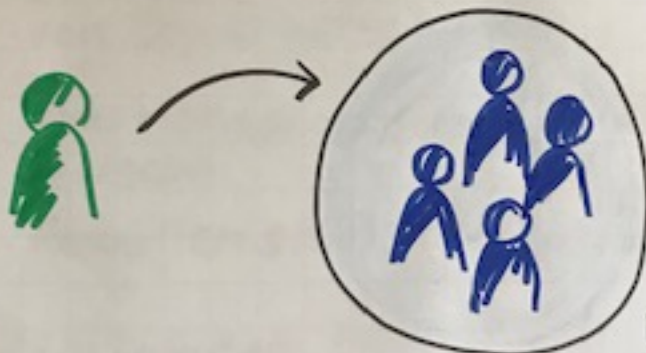
mit

Annette Westenburg

# Entwicklung des systemischen Ansatzes



Diagnose  
Problem -  
Ursache



Die Familie wird mit  
einbezogen

**Kybernetik  
1. Ordnung**

Zusammenhänge und  
Regeln eines Systems  
werden beschrieben



Alles Gesagte wird  
von einem Beobachter  
gesagt.

**Kybernetik  
2. Ordnung**

Zweck des Zwecks?

Therapeut Teil des Systems  
mitdenken

## Strukturelle Familientherapie

(ab 50')

- Bedeutung von Struktur und Grenzen in Familien
- Probleme basieren auf dysfunktionaler, nicht entwicklungsgerechter fam. Struktur
- Familie = regelgesteuertes System: erkennbar und beeinflussbar

## Experimenteller Ansatz

(ab 60')

- Selbstwertregulation in Familien, Wirkung von Doppelbotschaften
- Emotionsaustausch, Nähe - Distanz - Wünsche
- Familienskulptur

## Mailänder Modell

(ab 70')

- psychodynamische u. bindungstheoretische Konzepte, Zirkularität, Neutralität
- Transgeneration, fam. Delegation
- Zwei-Kammer-Methode; Mentalisierung

→ Reflecting Team (80')  
Tom Andersen

## Lösungsorientierter Ansatz

85

Schule von Milwaukee, Kurzzeittherapie

- Fokus auf Ressourcen und Lösungen
- Unterbrechungen, Ausnahmen
- Diagnostisches Raster
- Wunderfrage

## Narrativer Ansatz

Heidelberger Schule

- Konstruktion von Realität durch Sprache
- Dekonstruktion dominanter Erzählungen
- Entdeckung von Alternativerzählungen

# Erkenntnistheorie und Konstruktivismus

1. Wie nehmen wir die Welt wahr?  
→ biologisch



2. Wie verarbeitet unser Gehirn  
Informationen?



3. Mitteilung über Sprache
- Anschlussfähigkeit
  - Ko-Existenz
  - Ausschluss



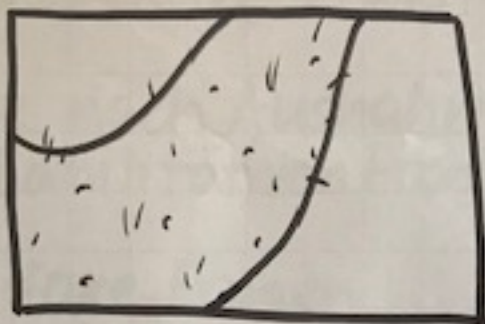
# Systemische Prinzipien

- ▷ Einzelne Elemente sind auf -einander bezogen / voneinander abhängig
- ▷ Zirkularität: Wird ein Element verändert, verändert sich das ganze System
- ▷ Intransparenz: Regeln sind nicht vollständig erkennbar
- ▷ Steuerbarkeit ist nicht direkt gegeben
- ▷ Systeme streben nach Gleichgewicht und Selbsterhaltung
- ▷ Phasen hoher und niedriger Aktivität
- ▷ Bildung stabiler Subsysteme

## Systemische Haltung

- ▷ Ich kann nur versuchen, zu verstehen  
(ich weiß nicht, was mein Gegenüber denkt und braucht)
- ▷ Menschen sind nicht instruierbar
- ▷ Jeder ist Experte/in für sein eigenes Leben, Probleme und Lösungen
- ▷ Es gibt unterschiedliche Sichtweisen, nicht "richtig" und "falsch"

# Meine Haltung zu Problemen von anderen Menschen





# Systemische Methoden

## 1. Fragen

- Zirkuläre Fragen  
Beziehungssysteme aufdecken  
Perspektive erweitern
- Frage nach Ausnahmen  
Stabilität von Problemen hinterfragen
- Paradoxe Fragen  
Verwirrung  
Umkehrschluss
- Frage zu Funktion und Nutzen  
Stabilität von dysfunktionalen  
Konstellationen
- Wunderfrage  
Blick u. Öffnung für Lösung  
• Skalierung

## 2. Ressourcen

Lösbarkeit mit vorhandenen Möglichkeiten

## 3. Wertschätzung / Anerkennung v. Leid

Gestaltung der Beratungsbeziehung  
Öffnung, Stabilisierung

#### 4. Skalierung

Konkretisierung, Einordnung, kleine Schritte möglich machen

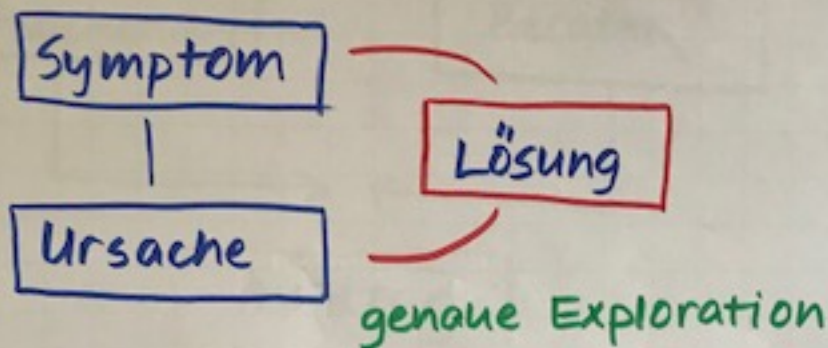
#### 5. Reframing

Bedeutung, Zusammenhang wird verschoben,  
neuer Rahmen gesetzt

Genogramm

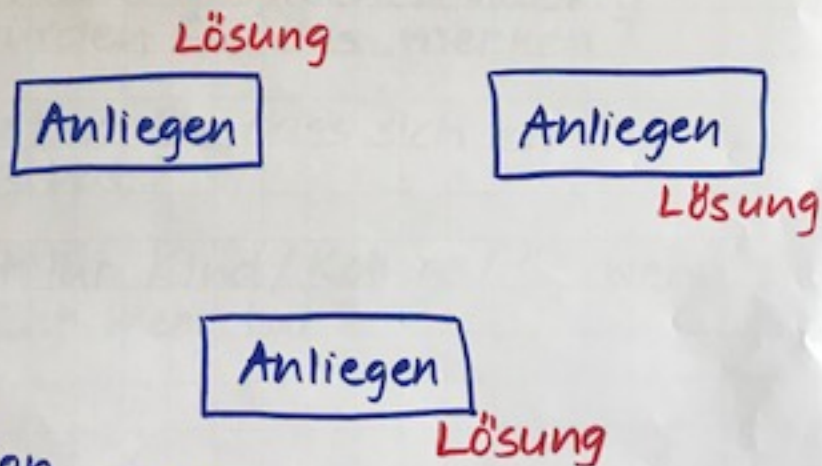
Familienbrett

## Probleme im medizinischem Modell



## Systemische Sichtweise

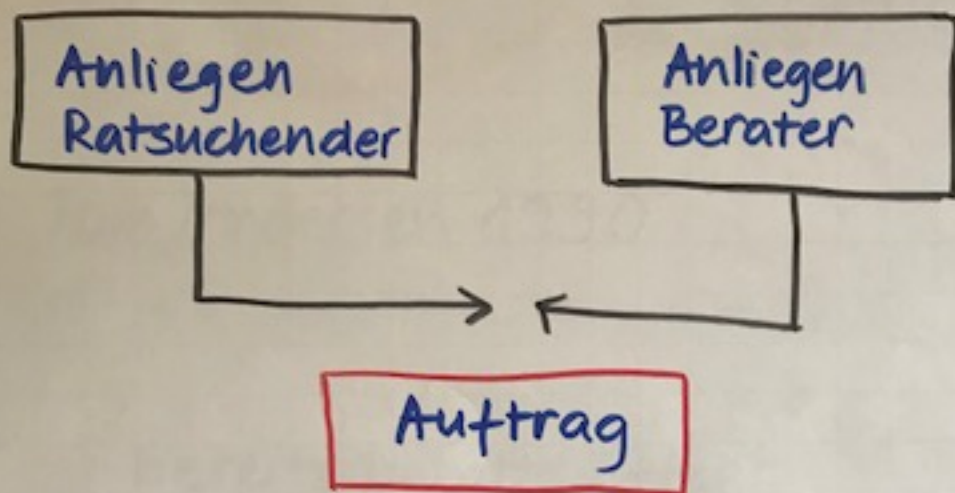
Problem



→ Tiefe Exploration der Problematik führt zu Problemtrance

→ Anliegenklärung

# Anliegenklärung



## Fragen

- ▷ Wobei kann ich behilflich sein?
- ▷ Angenommen, es hat Sinn gemacht, dass wir heute gesprochen haben, woran würden Sie das merken?
- ▷ Woran merken Sie, dass sich etwas verbessert hat?
- ▷ Was macht Ihr Kind/Kollege/?, wenn es xy nicht mehr tut?

# Reflecting Team

Tom Andersen 1990

→ systemische Revolution

- ▷ bereits Debatte Effekt
- ▷ Nimbus therapeutische 'Allmacht' durchbrochen
- ▷ Modell u Struktur des systemischen Ansatzes kongruent
- ▷ sorgsamer Umgang mit Sprache  
≙ Haltung

Freiraum für Gedankenaustausch  
Spiel mit Bedeutungen

# Ablauf

① Gespräch therapeutisches System

- ↳ Informationen durch angemessen ungewöhnliche Fragen
- ↳ Möglichkeit für Beschreibungen

20-25 Min

② Reflexionsphase

- Metalog über Sitzung
- ↳ ungerichtete Kommunikation
- nicht Stellung beziehen, Erweiterung

5-10 Min

③ Jeder im ratsuchenden System kann Stellung beziehen

## Regeln für das RT

- zuhören, ausreden lassen
- keine Diskussion, Dialog
- neue Perspektiven schaffen
- eher suchend, konjunktivistisch
- nicht diagnostizierend
- unterschiedl. Meinungen
- Wertschätzung