

# **Systemische, Lösungsorientierte und Ericksonische Psychotherapie auf konstruktivistischem Hintergrund gesehen**

## **Die Stärke der Kombination**

**M.E.G.-Jahrestagung Bad Orb 2006**

- 1. Konstruktivistischer Hintergrund heißt....**
- 2. Psychotherapie als Veränderung vorgetragener menschlich beklagter Phänomene**
- 3. Theorien und Modelle für Veränderung führen zu Tools- nicht umgekehrt**
- 4. Was heißt das für die Psychotherapie**
- 5. Historische Entwicklung Systemisch-Lösungsorientierten Ericksonschen Vorgehens**
- 6. Haltungen- systemischer- lösungsorientierter- Ericksonscher Psychotherapie**
- 7. Gemeinsamkeiten im Vorgehen**
- 8. Unterschiede im Vorgehen**
- 9. Vorschlag die jeweiligen Stärken zu kombinieren**
- 10. Schaubild**

## „Konstruktivistischer Hintergrund“ heißt:

- **Die Botschaft ist empfängerbestimmt**  
*(im Unterschied zu: z.B. einfach input- oder beziehungsbestimmt)*
- **Der Wirklichkeitsausschnitt, die Perspektive, die Aussage sind beobachterbestimmt**  
*(im Unterschied zu: z.B. objektiv diagnostizierbar, kategorisierbar)*
  - der Aufmerksamkeitsfokus schafft Wirklichkeit
  - im Zirkel zwischen BetrachterIn und Betrachtetem entsteht Wirklichkeit
- **Phänomene sind systembestimmt**  
*(im Unterschied zu: z.B. intrapsychisch bestimmt, kausal vergangenheitsbestimmt)*
  - Emergenz- Phänomene entstehen im Zirkel oder im System
- **Bewertungen und Verhaltensweisen sind kontextbestimmt**  
*(im Unterschied zu: z.B. personenbestimmt und damit über Kontexte gleichbleibend)*
  - in welchem Kontext macht etwas Sinn
- **Wirklichkeit ist austauschbestimmt**  
*(im Unterschied zu: z.B. bleiben beim Hingucken und im Austausch gleich)*
  - Sie entsteht durch den sozialer Austausch von Narrationen/Geschichten mit relevanten Anderen und ist so

**Es geht um Veränderung vorgetragener menschlich beklagter Phänomene.**

**Konstruktivistische Konzepte** gehen davon aus,

- dass beklagte Phänomene nicht Wahrheit abbilden, sondern beschriebene, innerlich erzählte, sozial ausgetauschte und nun im Kontext Psychotherapie dargestellte Wirklichkeit
- Sie glauben nicht an objektive Expertenbegutachtung und –Behandlung und wecken das Expertentum der Klientin
- Sie streben Veränderung im inneren und äußeren System einer Person an
- Sie streben an Bedeutungsgebung (Wirklichkeit 2ter Ordnung) und das Kommunizieren darüber zu verändern
- Sie stehen damit im Unterschied zu Modellen, die Störungen historisch - kausal erklären und standardmäßige Expertenkonzepte/ Programme zur Behebung haben: „Was macht man bei.....“

Aus **Konstruktivistischer Erkenntnis** folgt dann das, was wir z.B. auch bei Erickson finden

- **Wahrnehmen, Denken und Handeln in Möglichkeiten,**
- **Fokus auf Ressourcen und Utilisation**
- **Arbeit mit der Selbstorganisation der Klientin/ eines Systems**

## Theorien und Modelle für Veränderung führen zu Tools

- Persönlichkeitstheorien - wie entwickelt sich und wie funktioniert Persönlichkeit
- Modelle für Störung - wie entstehen Störungen
- Modelle für Behandlung - wie sie infolge dessen zu „behandeln“ sind wobei ein konstruktivistisches Verfahren nicht „behandelt“, hier ist die Klientin die Kundige
- „TherapeutInnentheorie“ - was denke ich, wie und ob Veränderung möglich ist
- Die Modelle drücken sich dann letztlich in den Tools aus

## Das ist nicht ohne weiteres umgekehrt - ein Tool führt nicht zum Modell

d.h. Der Hintergrund bestimmt die Wirkung

Das widerspricht den beliebten Integrationsgedanken

(z.B. „analytisch verstehen, systemisch handeln, suggestiv intervenieren“ (Prof. Fürstenau))

- Es ist also interessant, sich mit den Hintergründen von Behandlung und ihren Tools zu beschäftigen
- In Kenntnis der Hintergründe wirken die (systemischen, Lösungsorientierten und Ericksonschen) Tools verstärkt
- Dann gelingt es auch, neue Tools zu kreieren

Das heißt nun für **Psychotherapie und Beratung**:

**Feste Kategorien u. Diagnosen als unzureichende Reduzierung von komplexerer Wirklichkeit werden wieder erweitert**

- Vom Begutachten hin .....zur Utilisation des Vorhandenen und zur Unterstützung des im Prozess Entstehenden
- Vom Ergründen, Verstehen einer Störung oder der Empathie hin..... zum Stattdessen, zum Erweitern, zur Empathie mit dem Veränderungswunsch und besonderen Ressourcen
- Vom Problemfokus ...hin zur gezielten Aufmerksamkeit auf Ressourcenaktivierung und Erfahrungsermöglichung
- Von festen Persönlichkeitsteilen .....zum Beachten von wirklichkeitsschaffenden Glaubensannahmen und Konstruktionen

## Historische Entwicklung

### Systemtheorie und Konstruktivismus

#### Gregory Bateson:

Beobachtermetapher: Nutzen; Dissoziation; Bewusst-Unbewusst; Trennung Problem/ Person;  
Vogelperspektive usw.;

Information als Unterschiedsbildung: Unterschiedsfragen; Sprung in den Zukunftsraum

#### Paul Watzlawick:

Kommunikation und Interpunktion von rückbezüglichen Zirkeln  
Selbsterfüllende Prophezeiung als Als-Ob Suggestion als Zirkel von Beobachterin und  
Beobachtetem

#### Humberto Maturana:

Selbstorganisation: Menschen als informational geschlossene Systeme, die sich ständig immer  
wieder selbst erzeugen

#### Heinz v. Förster, Ernst v. Glasersfeld:

Viabilität, Gangbarkeit und Nützlichkeit statt generell Gültiges. Diese beziehen sich auf die Person,  
den Kontext, das System, die Prozessphase usw.

#### Milton Erickson, :

Utilisation von allem möglich und daraus bilden sich Ressourcen – Ressourcen sind auch nicht fest  
im Fokussieren und Tun Wirklichkeit erschaffen

**Steve de Shazer:** Wunderfrage; Vorausschauen, um darin Unterstützung für die Gegenwart zu bekommen;  
Rückbezüglichkeit; Skalierung

## Haltungen

<u>Systemisch-konstruktivistisch</u>	<u>Lösungsorientiert</u>	<u>Ericksonian Style</u>
<p><b>Systemisches Paradigma</b> Symptome entstehen zwischen den Personen, nicht (nur) in den Personen Symptome in Systemen kreieren sich ständig in selbstbezüglichen Organisation</p> <p><b>Weg von „Unfähigkeit“ hin zu Beschreibung der rückbezüglichen Zirkeln</b></p> <p><b>Hin zur Befähigung von Verantwortung und Freiheit</b></p> <p>Wir erfinden Wirklichkeit durch den Blick/ Beobachtungsausschnitt darauf und dies in einer speziellen systemischen und kontextuellen Situation</p>	<p>Keine Theorie, sondern konsequentes konstruktivistisches Prinzip Was sich mit <b>suggestiven Prinzipien</b> deckt:</p> <p><b>Weg von „Unfähigkeit“ hin zur Ausnahme und dem Entstehenden</b></p> <p>Erfahrungen der eigenen Wirksamkeit verändern. Diese zu ermöglichen helfen.</p>	<p>Unorthodox – nicht von einer Theorie abgeleitet kein Standardvorgehen</p> <p><b>Weg von „Unfähigkeit“ hin zu „Ressource und zum inneren Wissen“</b></p> <p>Nicht den Menschen „durchanalysieren“ und dadurch „reifer“ machen, sondern ihm in seiner Besonderheit erreichen und ihn durch <b>Angebote</b> zu neuen Erfahrungen erweitern</p>

**Damit kommen die Verfahren  
aus gleichen Hintergründen und Haltungen  
zu gleichen Konsequenzen im Vorgehen**

## Konsequenzen: Arbeit zur Anregung der Selbstorganisation

<u>Systemisch-konstruktivistisch</u>	<u>Lösungsorientiert</u>	<u>Ericksonian Style</u>
<p><b><u>Konsequenz:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auftragsklärung als selbst organisatorische Arbeit</li> <li>• Zielklärung der Klientin als durchgehende Interventionen</li> <li>• Perspektiven- und</li> <li>• Unterschiedserhebung als Angebote zur Erweiterung</li> <li>• Supervision mit der Klientin als</li> <li>• Konsequenz 2ter Ordnung</li> </ul>	<p><b><u>Konsequenz:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ziel-, Auftragsklärung der Klientin</li> <li>• Zukunftssprung der Klientin</li> <li>• Ausnahmebefragung</li> <li>• Musterunterbrechung</li> <li>• Skalierung selbstorganisatorische Evaluation – aus dem Bauch heraus und digital</li> </ul>	<p><b><u>Konsequenz:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufmerksamkeitsarbeit die innere Zustände verändern und ins Handeln bringt</li> <li>• Fokusarbeit</li> <li>• Erfahrung in der Person bewirken</li> <li>• Utilisieren,</li> <li>• Musterunterbrechen</li> </ul>

## Gemeinsamkeiten im Vorgehen

<u>Systemisch-konstruktivistisch</u>	<u>Lösungsorientiert</u>	<u>Ericksonian</u>
<p><b>Sprache und Kommunikation</b> Konstrukte aufweichen</p> <p><b>Frage- Interventionen</b></p> <p><b>Ersetzen des Konzepts des Widerstands durch</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- angemessene Ankoppelung, Auftragsklärung</li> <li>- Utilisation</li> </ul> <p><b>Betrachtungswechsel, Arbeit mit Perspektiven</b></p> <p><b>Gezielte Verschiebung der Aufmerksamkeit in andere Perspektiven</b></p> <p><b>Auf Kontexte und Emergenz achten Rückkoppelungsschleifen, Zirkel</b></p>	<p><b>Sprache der Ausrichtung</b></p> <p><b>Wunderfrage- Zukunftssprung in das Stattdessen, Ausnahmenbefragung</b></p> <p><b>Ersetzen des Konzepts des Widerstands durch</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- unterschiedliche Klienten: Besucher, Klagende, Klienten</li> <li>- Modifizierungen</li> </ul> <p><b>Betrachtungswechsel</b> beschreibbare Verhaltensweise statt Interpretation und Diagnosen</p> <p><b>Verschiebung der Aufmerksamkeit</b></p> <p><b>Skalierungen- Digitales Prozessskalierung</b> als mitlaufende Evaluation, Fokussierung</p>	<p><b>Sprache und Kommunikation</b></p> <p><b>Fragen:</b> „In die Trance hineinfragen...“</p> <p><b>Ersetzen des Konzepts des Widerstands durch</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- angemessene Ankoppelung</li> <li>- Utilisation</li> </ul> <p><b>Betrachtungswechsel</b> Umdeuten und Konnotieren, kontextvariabel</p> <p><b>Gezielte Verschiebung der Aufmerksamkeit</b></p>

## Weitere Gemeinsamkeiten im Vorgehen

Systemisch	Lösungsorientiert	Ericksonian
<p><b>Analoge nichtlineare Darstellung wie Skulpturen-</b>(Aufhebung der Kausalität)</p> <p><b>Aufgaben- Intervention:</b> Beobachten als Unterbrechen der Unwillkürlichkeit</p> <p><b>Skulpturen</b></p> <p><b>Schlussinterventionen</b></p> <p><b>Settingsmodalität:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Systemanwesenheit Kurzzeitarbeit</li> <li>• Einwegscheibe (Systemik !1ter Ordnung)</li> <li>• Sitzungsunterbrechungen</li> <li>• Reflekting Team</li> </ul>	<p><b>•Aufgaben- Intervention:</b> Beobachten</p> <p><b>Schlussinterventionen</b></p> <p><b>Settingsmodalität:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Veränderung vor der Therapie bereits durch die Ausrichtung (Fokus auf Veränderung)</li> <li>• Kurzzeittherapie</li> <li>• Schlusskommentar</li> </ul>	<p><b>Analoges</b> wie Bilder, Metaphern <b>Rituale</b> wie Trance,</p> <p><b>Aufgaben- Interventionen:</b> Beobachten, um neue Erfahrungen zu machen, neue Erfahrungen durch Handeln</p> <p><b>Posthypnotische Aufträge</b></p> <p><b>Seetingsmodalität:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurzzeitarbeit</li> <li>• Trancearbeit (Innere Ressourcen aufsuchen)</li> <li>• Ungewöhnliche Settings</li> <li>• Schlussinterventionen mit Aufgaben</li> </ul>

## Toolunterschiede

Mehr systemisch:	Mehr Lösungsorientiert	Mehr nach Erickson:
<p><b>Prozessführung</b> durch</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielklärung immer wieder</li> <li>• Auftragsklärung immer wieder</li> <li>• Kontextklärung immer wieder</li> </ul> <p><b>Frage-Interventionen</b> zur Wirklichkeitserfindung</p> <p><b>Arbeit mit dem System</b></p> <p><b>Arbeit mit dem Beratungssystem- Meta-Reflexion</b> das sich vom angefragten Problemsystem zum gestalteten Lösungssystem gestaltet</p> <p><b>Veränderungsneutral</b> allparteilich zu Veränderung und Nichtveränderung</p>	<p><b>Prozessführung</b> über</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• konsequente Frageausrichtung</li> <li>• am Problem vorbei in den Lösungsraum</li> <li>• zielorientiert</li> <li>• zukunftsorientiert</li> </ul> <p><b>Arbeit mit Skalierungen</b></p> <p><b>Arbeit mit Einzelnen, Teams</b></p> <p>Störung hat „keine Funktion“</p> <p><b>Parteiisch mit dem Klienten und seinem Anliegen</b></p>	<p><b>Führung in innere Suchprozesse</b></p> <p><b>Arbeit mit Aufmerksamkeit, Bedeutung</b></p> <p><b>Angebote</b> in Fragen, Sprache, Geschichten usw.</p> <p><b>Arbeit mit inneren Suchprozessen</b></p> <p>Arbeit mit Bewusstseinszuständen</p> <p><b>Ressourcen</b> und voraussetzend und suggestiv Veränderung implizierend</p> <p><b>Arbeit mit den inneren Möglichkeiten</b></p> <p><b>Glaube an die inneren Möglichkeiten eines jeden Menschen</b></p> <p><b>Lernen und Experimentieren als Bereicherung</b></p>

**Aufgrund ihrer eigenen unterschiedlichen Stärken sind sie daher gut kombinierbar:**

**Systemisches Vorgehen:**

- in der Prozessführung
- Metareflexion = Reflexion des gemeinsamen Prozesses –  
**Supervision mit der Klientin**
- **Systemische Einbettung in relevantes System**

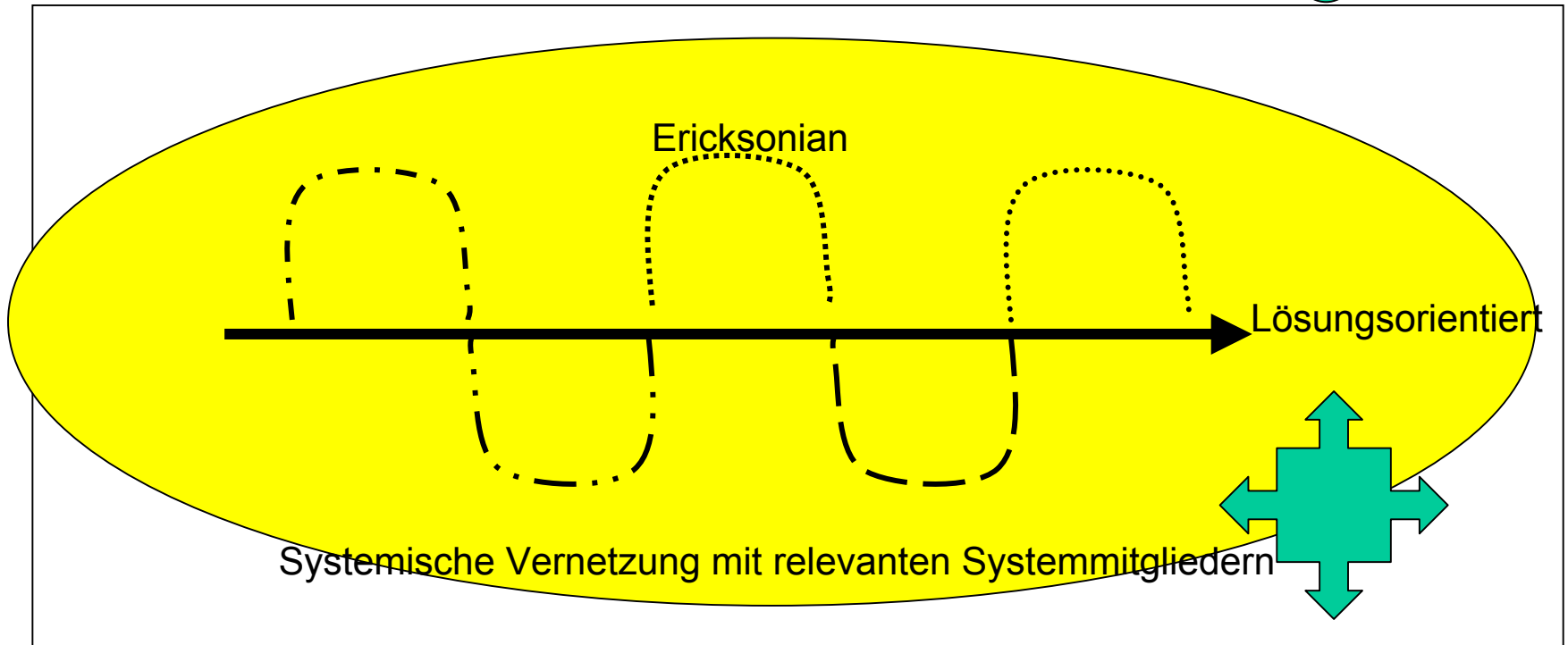
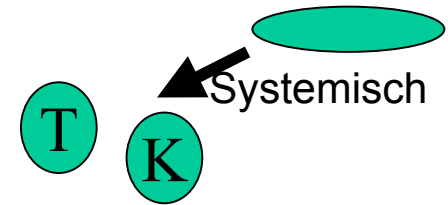
**Lösungsorientiertes Vorgehen:**

- Stringente Lösungsausrichtung in der Prozessführung

**Ericksonsches Vorgehen:**

- Schleifenführung hin zu erweiternden Suchprozessen

Expertentum der Therapeutin  
Expertentum der Klientin



**Danke für Ihre Aufmerksamkeit !**

Folien auf meiner Homepage: [www.institut-systeme.de](http://www.institut-systeme.de)

**Herzlich willkommen zum**  
**Workshop dazu am Sonntagvormittag (Steigenberger)**  
**„Prozessarbeit“ und „Schleifenarbeit“**  
**im Ericksonschen, Systemischen und Lösungsorientierten Vorgehen**

**Kontakt: Email: [info@institut-systeme.de](mailto:info@institut-systeme.de)**