

DGSF 19. Jahreskongress Hamburg-  
**Zwischen Vergangenheit und Zukunft - Systemische Dimensionen der Zeit.“**

**„Zwischen Vergangenheit (verhaftet) und Zukunft- (ausgerichtet) -  
Systemische Dimensionen der Zeit.“**

**Prozess und Zeiterleben in der systemischen Veränderungs- Entwicklungsarbeit  
Anne M. Lang**



AML Institute Bonn  
Institut Systeme DGSF  
Milton Erickson Institute M.E.G.

Mit dem Begriff der Zeit unmittelbar verbunden ist der Begriff des Prozesses.

### Konstruktivistischer Zugang:

In der Regel denken wir (auch) in den Therapien zu statisch oder punktuell.  
Klienten fühlen sich eher/zu sehr in

- Problemtrance (Gegenwart)
- an Altlasten, Vergangenheit verhaftet (Vergangenheit).
- Zirkel: Das Problem erzeugt die Verhaftung – eine Verhaftung erzeugt ein Problem?

### Systemisch klassisch:

wir **organisieren** unsere Wahrnehmung über uns/von dem, was geschieht.

Wir **kommunizieren** das was uns auffällt.

Im systemischen Zirkelschluss ordnen wir nach **unseren Maßstäben** die anderen ein.

### **Vergangenheit:**

**Es ist es nicht gleich, welchen Vorgeschichts-Prozess ein Geschehen hat.**

Wo hängt er sich auf? Es ist suggestiv interessant an welchen „Aufhängern“ unserer Biographie wir „kleben“ bleiben.

Altlasten in Beziehungen?

Vorbehandlungen?

### **Noch wo/wie festgehalten?**

Wie fanden sie das?

oder /heute über anstehende Entwicklung und Entscheidung.

Wie finden sie das?

Behandler-/Helfernetzwerke?

**Es ist suggestiv interessant an welchen „Aufhängern“ unserer Biographie wir „kleben“ bleiben und welche uns prägen.**

Unser Eigenberichtsbogen: u.a.

Was hat sie geprägt?

3 prägende Ereignisse in ihrem Leben?

**.....zeitlich variabel fließend: gegenwärtig, zukünftig, zu einem bestimmten Zeitpunkt....**

**1. Es ist nicht gleich, zu welchem Zeitpunkt die Bewertung über ein Tun erfolgt: heute über frühere Entscheidungen oder heute über anstehende Entwicklung und Entscheidung.**

Wie wird die Bewertung festgemacht?

Wie werden Sie am Lebensende darüber denken?

**Wie in einem Jahr?**

**Wie vor einem Jahr?**

**2. Wie wir unsere Erklärungsgeschichten im Nachhinein konstruieren.**

Was hat sie geprägt

3 prägende Ereignisse in ihrem Leben?

**3. Welche uns prägen und wie wir unsere Erklärungsgeschichten im Nachhinein konstruieren.**

Wie sind Ihre Erklärungen? Wie die von anderen Relevanten?

Wo kommen sie her? Wie kommen sie zustande?

## **Springend zwischen Zukunft, Gegenwart und Vergangenheit**

### **1. Hypnosystemisch interessant ist auch ein „Springen“ in der Lebenszeit z.B.**

was sagt der heutige 15jährige zu seinem 50jährigen Vater und was wird der 50jährige später zu seinem 15jährigen Sohn sagen wollen.

### **2. Parallelen im Zeitalter**

Als sie so alt waren wie ihre Mutter in dem Alter z.B. Kind geht aus dem Haus, Krankheit und Alter.

### **3. Vorbilder**

Wie ist das, was sie selbst von ihrer Mutter erfahren haben geprägt davon was sie heute mit ihrem Kind machen? Positiv und negativ.

## **Zeitliche Wiederholung, Muster und Wahrnehmung/Beachtung/ Einordnung als solche**

### **1. Es ist nicht gleich, ob etwas zum ersten Mal oder zum wiederholten Male geschieht.**

Wann ist es ein Muster geworden?

Wann wurde es als Muster von wem benannt? Als Kategorie/Diagnose: Du bist....

#### **Wie war das für sie?**

Was haben sie in der Situation erlebt, empfunden, reagiert, bewertet?

Wann wird es eine Strategie?

Wann bestimmt es einen?

### **3. Identität**

Und wann wird es schwierig, das zu ändern? Bzw. Welche neue Identität oist damit verbunden.

„Ich werde dann ganz anderes als Nichtraucherin sein.“

Wie schnell kann es anders sein? Glaubensannahmen. Systemträgheit. Komfortzonen: Identität.

# Prozess und Zeiterleben in der systemischen Veränderungs- Entwicklungsarbeit

Anne M. Lang

## Fokussierung

### Worauf schaut die Therapeutin?

Worauf schauen die Patientin?

Worauf schauen die Angehörigen?

Was sind die Ausnahmen?

## Gegenwart

Wie hat sich das entwickelt, dass Sie für eine Therapie entschieden?!

### Diagnose: Gegenwärtig

XYZ seit wann?

Von wem wie eingeordnet?

Von wem anders?

### Jetzt - Gegenwart

Welche Situation bringt sie her?

## Vergangenheit:

Welche Erfahrungen haben Sie mit Therapie gemacht?

Haben Sie Vorerfahrungen mit Hypnose?

## Entwicklung/Ziel/ Ausrichtung- Zukunft- Zukunftsvorstellung:

Wie sollte es sein?

Welche Vorstellung/Ziel/ streben Sie an?

Was steckt im Problem schon an anderem Bedürfnis?

## Prozess

Wie werden wir es in einem Jahr bewerten?

Was soll am Ende stehen?

Der Zustand (Gedanken, Gefühle, Körper, Trance) als eingengter Fokus und wie wird er erweitert?



# Prozess und Zeiterleben in der systemischen Veränderungs- Entwicklungsarbeit

## Anne M. Lang



**Das hypnosystemische Bonner Ressourcen Modell hat unter seinen 3 Dimensionen eine explizite Prozessdimension.**

Es wird dargestellt/demonstriert wie es mit den Vorstellungen von Zeit, Prozess und Zukunft arbeitet, und wie diese motivieren und helfen kann.

Was wird auf der Timeline vom Klienten mitgebracht und ragt in die Gegenwart hineinragt bevor es sich in die Zukunft entwickeln kann.

Wie schauen wir dann mit dem Klienten in diese Zukunft/Vergangenheit? Gegenwart?

**Eine Demo zur Prozessdimension wird das veranschaulichen**



**Eine weitere Dimension des Bonner Ressourcen Modells ist die Metadimension des Daraufblickens und Fokus-vergrößerns.**

Die Timeline beinhaltet Vergangenheit Gegenwart und Zukunft. **Was wird auf der Timeline vom Klienten mitgebracht und ragt in die Gegenwart hineinragt bevor es sich in die Zukunft entwickeln kann.**

**Darstellung: Istzustand- Wunschzustand; Zeichnungen, Abbildungen, Koordinatensysteme usw.**

Wie schauen wir dann mit dem Klienten darauf?

Ist Soll Abgleich Wie kommen wir dahin?

**Eine weitere Dimension ist die individuelle Schleifendimension.**

Diese begleitet individuell diesen Patienten/Klienten mit seinem inneren Zeiterleben, seinen Vorstellung

**Gegenwart: System Beratung**

Wie gestaltet sich diese in der Gegenwart:

Anlass? Entscheidung? System?

Andere Helfersysteme systemisch einbezogen?

Wie wird auf die Beratung geschaut?

# Prozess und Zeiterleben in der systemischen Veränderungs- Entwicklungsarbeit

## Anne M. Lang



### **Im therapeutischen Prozess gibt es zudem ein Zeiterleben der Erfahrungen, die der Klient macht:**

Meist brauchen die Fragen Zeit für Antworten. Es sind dazu Suchprozesse nötig.

Antworten Sie erst, wenn es stimmig ist. Wenn es durch Sie ganz durchgegangen ist.

Gehen Sie zuerst in Suchprozesse nach innen bevor sie antworten

Wenn Sie sich zurück erinnern..... an, wie kommt es ihnen heute vor

Wie ist das Zeiterleben in Trance? Kürzer oder gedehnter.

Die Selbsthypnose als Auszeit: Nicht an „Davor“ und nicht an „Danach“ denken.

USW....

Grüsse aus den AML Instituten Bonn.....

[www.institut-systeme.de](http://www.institut-systeme.de)

Anne.M.Lang@t-online.de

