Wigry 2021

Das Bonner Ressourcen Modell
Rahmungsmodell für Entwicklung
Meta-Interventionen

Hypno-Systemisch-lösungsfokussierte Kommunikation

AML Institute Bonn

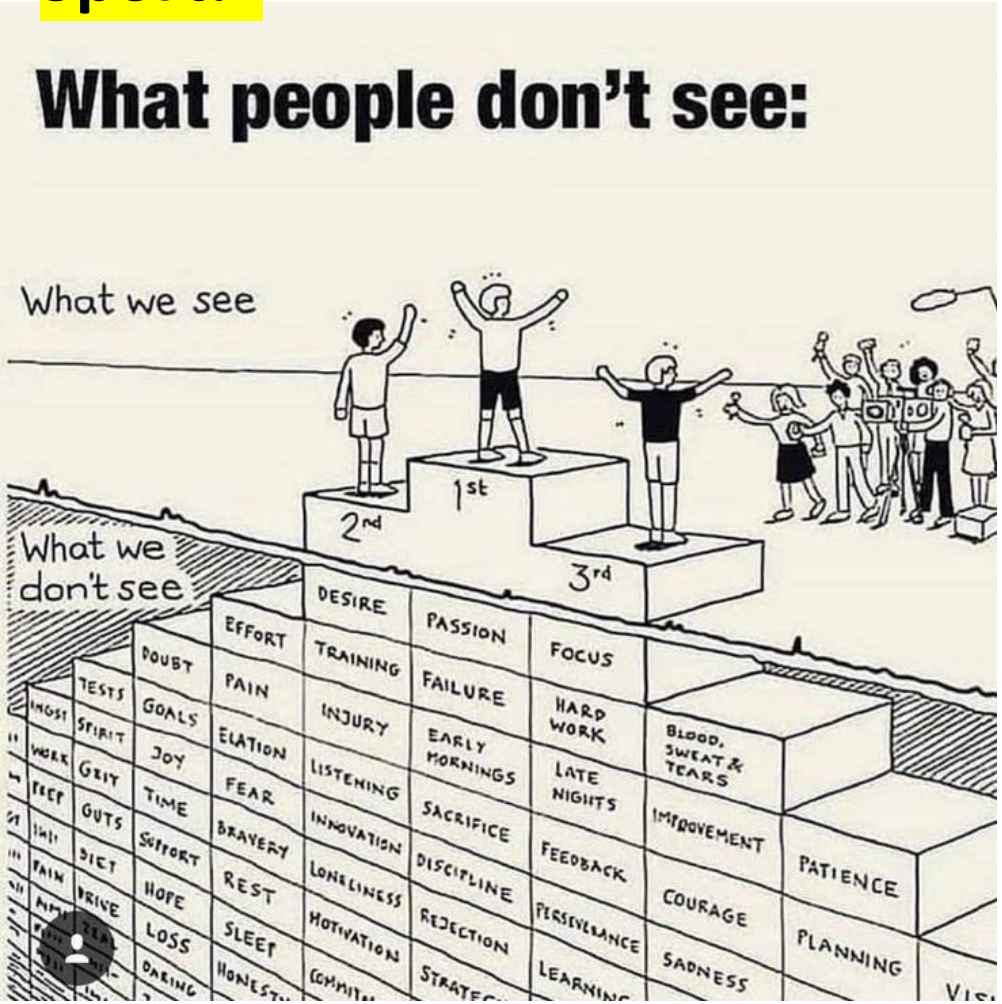
Institut Systeme DGSF
Milton Erickson Institut MEG
www.institut-systeme.de

Anne. M. Lang

Vorspann- wie kommt es zum Konstruktivismus- Systemik

Für die, die der Hintergrund interessiert:

Sport:



Psychotherapie:

What people don´t see

What we see: Tools

Kontext - Ausübung:
Regeln, Auswahl; Richtlinie, Leitlinie
Markt an Aus-, Weiterbildung

Fachliche – Hypothesengebäude:
Erklärung eines Verfahrens

- Was Störungen sind….
- Wie Störungen entstehen…..
- Wie sie anzugehen sind

Was ist das Vehikel der Arbeit? …
Was ist das, das hilft?...
Wirkfaktoren…..

Hintergrund und Entstehungsgeschichte ist meine Berufstätigkeit

- Seit 1975: Psychotherapie und berufsbegleitende Entwicklung von Verfahrens-Vorgehen GT, TP, VT seit 1980 ST - hier Systemik 1. Ordnung, 2.Ordnung, heute Lehrende für ST der PT-Kammern, der DGSF
- Seit 2003 bis heute: Weiterbildungsreihe: „Ressourcen erzeugende Beratung“
- Seit 2015 ist diese Weiterbildung 1 Baustein für unsere DGSF zert. Weiterbildung zum „AML Systemischen Coaching“

Systemisches Denken:

- Seit 1990: Entwicklung des Systemischen Denkens zur Systemik 2. Ordnung d.h. Selbstorganisation/ Autopoiese
- Diese Entwicklung der Systemik 2. Ordnung korrespondiert mit konstruktivistischem Denken.

Das alles hat Konsequenzen für die Psychotherapie-Arbeit.

Das Bonner Ressourcen Modell will diese Konsequenzen umsetzen.

Es bietet dafür ein Vorstellung zur Rahmung eines autopoietischen Prozesses in Entwicklung an.

Was ist das „Bonner Ressourcen Modell“ ?

Es verbindet die **Stärken von 3 konstruktivistischen Verfahren zu einem Modell**.

Konstruktivismus: Wirklichkeit ist nicht fest. Sie ist das Ergebnis der Beobachter u. ihrer Kommunikation.

Konstruktivistische Verfahren heißt dann,

1. dass diese Verfahren reflektieren was wir therapeutisch konstruktivistisch machen:

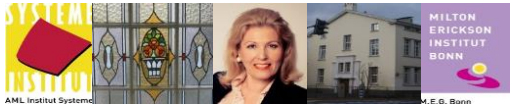
- **Epistemologisch (d.h. erkennend, wahrnehmend, einordnend, versprachlichend**)
- bei limitierter Aufmerksamkeit erzeugen
- bei sprachlich limitierter Kommunikation erzeugen
- Aufmerksamkeit ausrichtend erzeugen

2. dass diese Verfahren im Vorgehen therapeutisch konstruktivistisch umsetzen

- über Kausalität hinaus – Komplexität, Rückbezügliche und vorbezügliche Vernetzung einbeziehen
- über Vergangenheit hinaus - zukünftige Ausrichtung, zukünftig gestalte Vorstellungen nutzen
- über den Fokus der Personen/Intrapsychisches hinaus - Kommunikation, Muster in Beziehung, Systeme, Kontexten, und ihre Wirkung betrachten
- über die Arbeit aus der Fachsicht hinaus – die Selbstorganisation in der Person anregen
- über die statische Fach- Einordnung – den Prozess in der Person selbst gestaltend anregen

Meta-Interventionen als konstruktivistische Umsetzung

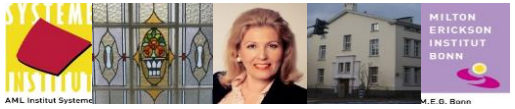
Was sind Meta-Interventionen?



Sie fragen nicht nach dem Inhalt. Sie fragen nach der Einschätzung des Inhaltes. z.B.

- Sie fragen nicht: Wie war es genau?
- **Sie fragen: Wie fanden Sie es wie es war?**
- Sie fragen nicht: was hat ihr Partner gesagt?
- **Sie fragen: Was hat das Ihnen bedeutet, was er gesagt hat?**
- Sie fragen nicht: Wie haben Sie den Tag verbracht?
- **Sie fragen: Was war anders an dem Tag?**
- Sie fragen nicht: Wie geht es Ihnen heute?
- **Sie fragen was haben Sie aus der letzten Stunde gemacht?**

Metafragen fragen nach der Wirklichkeits-Einordnung



Was sehen sie?

Was sehen Sie nicht?

Wie ist es für Sie?

Wie hätten Sie es lieber?

Wie schätzen Sie es ein?

Wie finden Sie das?

Wie sieht es ein anderer?

Diskussion: Wer kann den so was beantworten?

Alle Menschen.

Verschiedene Ebenen der Wahrnehmung.

Der Vorteil von Meta-Interventionen:

Diese Meta-Interventionen haben Implikationen.

- Sie implizieren Selbsteinschätzen, Selbstverantwortung, Selbst-Bewusstsein – all das was es für Veränderung braucht bzw. das, was wieder entstehen wird.

Was, wenn die Person sie nicht beantwortet?

- Frage modifizieren? Beispiele….

Übung:

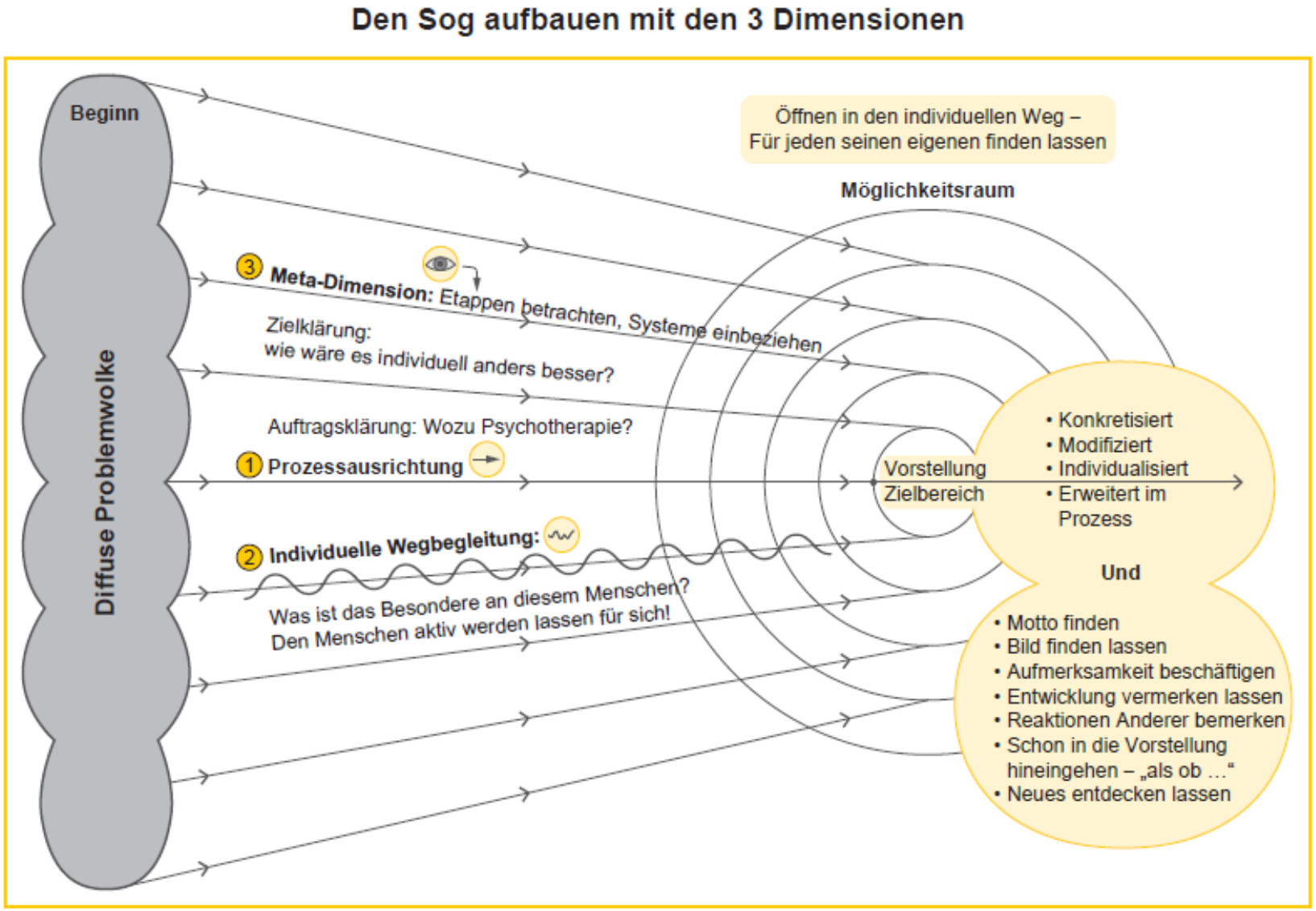
Veranschaulichung I. - der Zopf

Der Zopf: 3 Dimensionen des Bonner Ressourcen Modells

1. Prozessdimension:
   Zentrierung und Ausrichtung auf Entwicklung
2. Schleifendimension:
   Befähigen zum Finden der individuellen Art
   und des individuellen Weges
3. Metadimension:
   Überblick durch Draufblick verschaffen,
   Befähigen durch Stärken der Bewältigung

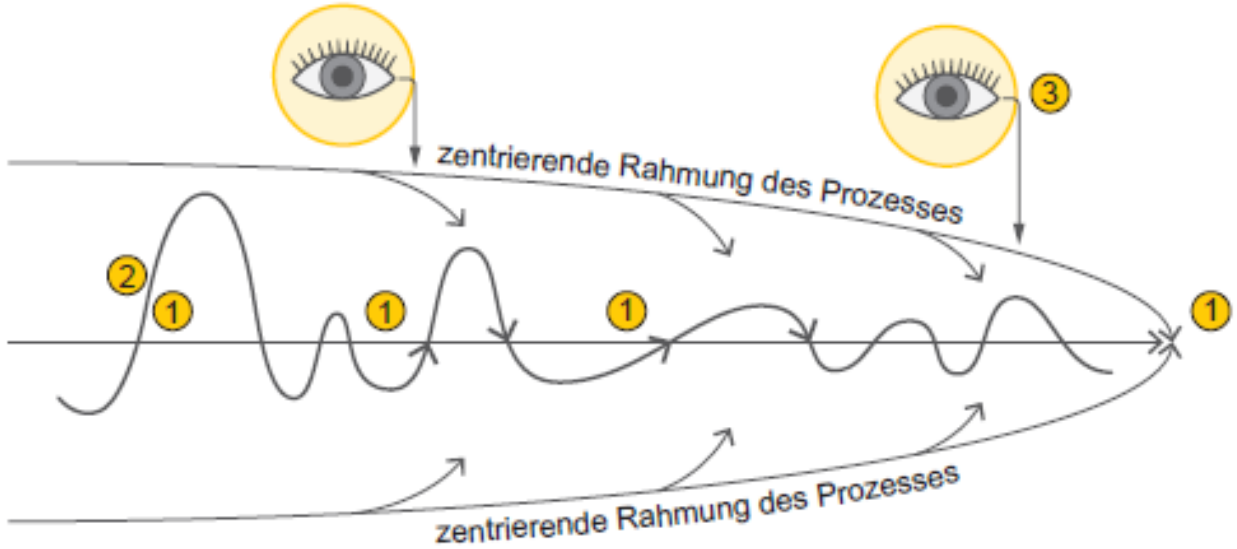
Bei gleichem konstruktivistischem Philosophie-Hintergrund
- Setzen die 3 Dimensionen unterschiedlich unterstützende Schwerpunkte
- Werden diese im Vorgehen integriert, aufgegriffen und eingeflochten

Veranschaulichung II. Die 3 Dimensionen im Prozess



Veranschaulichung III. Die 3 Dimensionen

Rahmungs-Intervention zur Herstellung des Soges der Entwicklung



1. Prozessdimension De Shazer
2. Schleifendimension M. Erickson
3. Meta-Dimension Systemisch
   - Fokussiert, neue Entwicklung erzeugend
   - Bezugsysteme einbeziehen

Veranschaulichung IV „Das Vehikel“

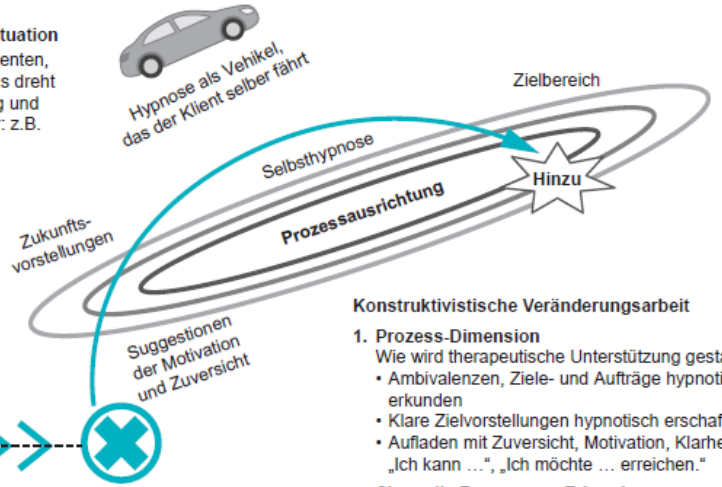
Hypnose als Vehikel

Üblich eingerichtete Problemtrance
Sowohl individuell als auch interaktiv und dann auch psychotherapeutisch, d.h. alles kreist um das Problem

Klient kommt „eingerichtet“ in seiner Situation
d.h. komplexe Situation mit vielen Komponenten, die er selbst und die Therapie fokussiert. Es dreht sich aber weiter um die Problemeinrichtung und exemplarisch wiederkehrende Denkmuster: z.B.
… Verhaltensmuster
… Körpergefühl
… Verhaltensgewohnheiten
… Selbstbild
… Kompensation, Bedürfnis
… Beziehungsmuster
… Ambivalente Bedürfnisse
… Erlerntes, Erworbenes, Genetisches
… Lebenswelten und Besonderheiten
… Kultur und ihre Erklärungen, Ansichten, Bewertungen
… usw.

Therapeutisches Vorbereiten in neue Vorstellungen
… hypnotisches Erkunden

Das Bonner Ressourcen Modell
Unterstützung für die individuelle Selbstorganisation, Stärkung zur Bewältigung in Entwicklung



Traditionelle Psychotherapie-Verfahren und Psychologie halten sich hier auf.
(unabhängig ob Einzel- oder Gruppentherapie)
Exemplarisch therapeutische Denkmuster (= Suggestionen):
… Warum ist es so?
… Wie ist es?
… Welche Diagnose?
… Das ist, weil…
… Das kommt daher…
… Krankheitseinordnung…
… Ersatzhandlungen…
… Hypothesen…
… Das braucht…
… Das geht nicht, ohne dass der Klient das macht…
… Als Therapeut*in muss man das…, das… machen…
… Interventionen zu Diagnose X… usw.

Konstruktivistische Psychotherapie – Das Bonner Ressourcen „Modell“
Vorgehen:
… Fokussiert von Beginn an auf Entwicklungs-vorstellungen
… Fokussiert günstig in Ressourcen
… Orientiert bewusst die Aufmerksamkeit auf das Angestrebte

Konstruktivistische Veränderungsarbeit

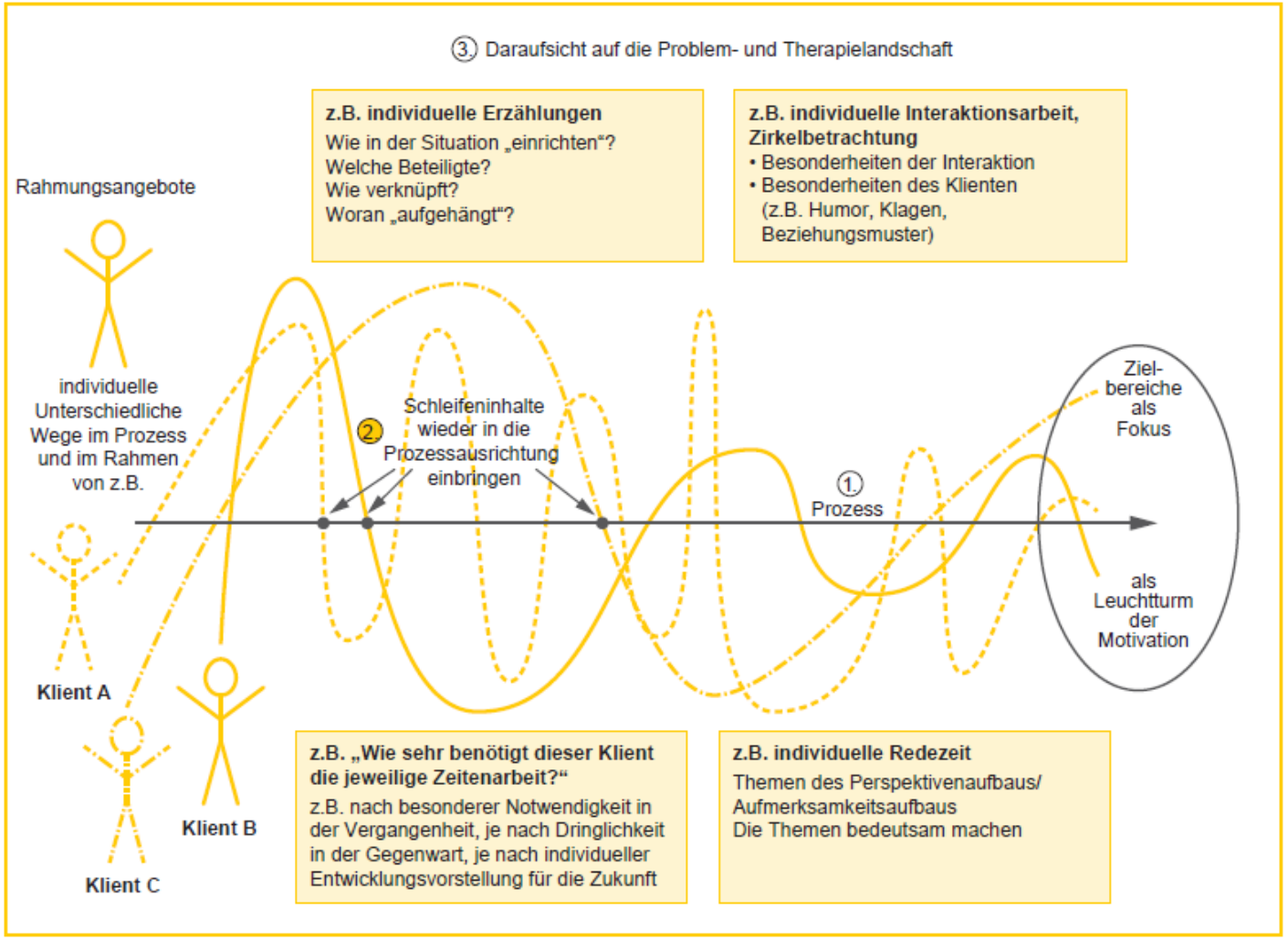
1. **Prozess-Dimension**
   Wie wird therapeutische Unterstützung gestaltet?
   - Ambivalenzen, Ziele- und Aufträge hypnotisch erkunden
   - Klare Zielvorstellungen hypnotisch erschaffen
   - Aufladen mit Zuversicht, Motivation, Klarheit, Kraft, „Ich kann …“, „Ich möchte … erreichen.“

   Sinnvolle Fragen zum Erkunden:
   - Angenommen es wäre schon so, wie wäre es dann anders?
   - Was ist Ihr Ziel? Wo geht die Reise hin?
   - Was verbinden Sie damit?
   - Wie können Sie Ihre Fähigkeiten dazu einsetzen? … usw.

   Wozu Hypnose? Der Klient beantwortet das selbst, individuell
   - Bild zur Ist- und Sollsituation dazu… und was ist der Unterschied
   - Motto dazu…
   - Vorstellung dazu …
   - Ritual dazu … usw.
2. **Schleifen-Dimension: Hypnose Erickson**
   - Fokussieren individueller Ressourcen und besonderer Fähigkeiten
   - Erzeugen von Aktivität in Entwicklung
   - Generieren von Kraft und Motivation
   - Utilisieren von Vorhandenem
3. **Meta-Dimension**
   - Systemische Einbettung
   - Systemische Draufsicht
   - System und Kontext einbeziehen

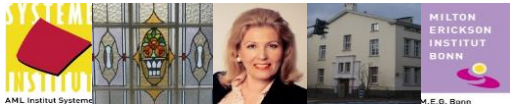
Veranschaulichung

Individuelle Ausgestaltung der Schleifenarbeit ② Im Bonner Ressourcen Modell – zur Ergänzung der ① und ③ Dimension



deShazer, Erickson, Systemik II.

Die 3 Verfahren und warum die?



Das konstruktivistische Motto ist:

Selbstorganisation anregen, günstig ausrichten

1. **de Shazer:** selbstorganisatorische Ausrichtung: Prozess-Dimension
2. **Erickson:** für jeden eigene Therapie entwerfen: Schleifen-Dimension
3. **Systemik:** Fokus, Wahrnehmungskonstruktion, Sprache, System beachten: Meta-Reflektions-Dimension

Damit wird Systemische Philosophie konstruktivistisch umgesetzt:

Autopoietisch prozessausrichtend

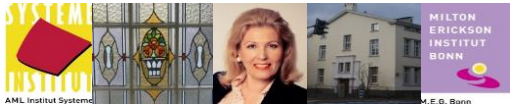
Systeme einbeziehen

Wie werden konstruktivistisch Probleme gesehen?

1. Reduktionen

Reduktionen wieder erweitern

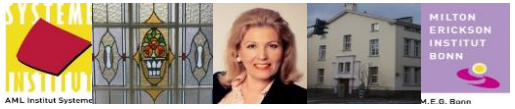
1. Reduktionen wieder erweitern



Erkunden der komprimierten Reduktion

- Wie bisher mit Thema/Problem umgegangen? es gibt immer ein Umgehen.
- Wo ist es anders? Es gibt immer ein anders.
- Wie sollte es anders besser sein? Dazu gibt es immer eine Antwort.
- Welche Fähigkeiten liegen vor, die einzusetzen sind? Dazu gibt es Antworten.
- Welche anderen Perspektiven sind da? Es gibt immer andere Perspektiven.
- Was wäre die erste Erleichterung, der erste Schritt? Gib es immer.
- Was macht Sie sonst noch aus? Dazu gibt es immer Antworten.
- Was sagen andere für Sie relevante Personen? Gibt es immer. U.U. vergangene, verstorbene, unbekannte usw.
- Wie sieht es von oben aus? Gibt es immer.
- Wie sieht es als Darstellung aus? Gibt es immer.
- Welches Bild passt dazu? Gibt es immer.
- Wie wird es sich im Ziel anfühlen? (hier Gefühl, da keine Problemtrance!)

2. Form der Widergabe innerer Wirklichkeit beachten



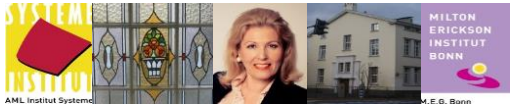
Die innere Wirklichkeit, die innere Welt:

- Ausgedrückt in Sprache. Problemsprache. Normalsprache.

- Ausgedrückt in einer Darstellung.
  - Aufgezeichnet linear
  - Aufgelegt in Timeline auf dem Boden
  - Aufgelegt mit Klötzchen – 3dimensional
  - Als lebende Skulptur

- Ausgedrückt in einem Bild/ einer Metapher.
  - Wie geht das Bild weiter als Film?

3. In den Prozess bringen



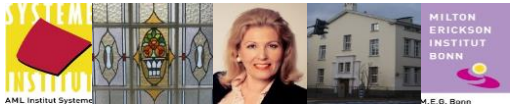
Von der Statik in die Bewegung

- Was ist/ wäre für Sie Entwicklung?
- Und was ist die Vorstellung davon?
- Und was ist die Einsatzbereitschaft dazu?

- Was ist die Motivation dafür?
  - Wieviel – von 100%/vom Kuchen/ auf der 10ner Skala
  - Zweispalt-
  - Was/wer spricht dagegen-

Auch hier von oben, als Bild, als Darstellung- Film

4. Der individuelle Weg – konstruktivistisch I.



Was heißt **Utilisieren**?

- Gut, dass es passiert ist…..

Was heißt **Reframen**?

- Man könnte auch sagen……..

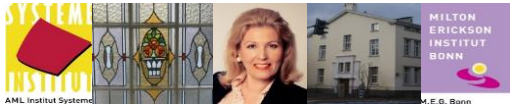
Was hießt **Konnotieren** und Umkonnotieren?

- Die Bewertungsassoziation: halb voll- halb leer

Was heißt **Narrationen** neu verfassen?

- Die „Erzählung“ zu dieser Zeit ohne……

Der individuelle Weg – konstruktivistisch II.



Die Interaktion nutzen- Das Therapiesystem.

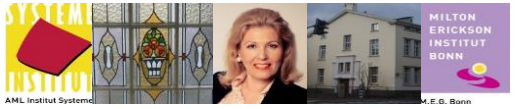
- Welche Interaktion machen wir zusammen?

Ist anders als Übertragung/Gegenübertragung (Was löst dieser Mensch aus?)

- Was ist das Besondere an ihm, an uns?
- Wie gestalten wir zusammen die Stunde?
- Was nimmt er mit?
- Was sage ich zum Schluss?

- Welches Muster ergibt sich?
- Wer arbeitet? Wie?

5. Systemisches Denken

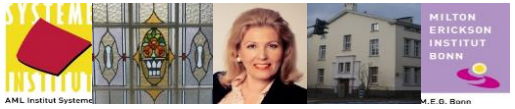


Ich sehe eine Person.

Dahinter steckt ihr System u. das sehe ich nicht.

- Wer weiß, dass Sie hier sind? Was hat/haben er/sie dazu für eine Meinung?
- Wie sieht er/sie auf das Thema/Problem? Perspektive.
- Was ist seine Erklärung?
- Wie reagiert er/sie darauf? Was würde Ihnen von dieser Seite helfen? Wie könnten Sie die Personen (anders) nutzen?
- Wie wird sich die Veränderung auswirken im System?

Zusammenspiel der 3 Dimensionen



1. Prozess des Weges :

Ziel- Auftragsklärung. Ausrichtung des Weges (durch den komplexen Urwald). Vorstellung. Darlegung. **Erkunden**

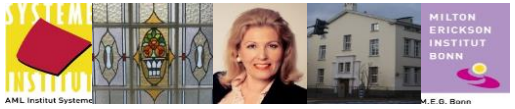
2. Individuelle Weg:

Sehnsucht. Besonderheit. Innere Welten. Zeiten der Aufmerksamkeit. Zustände. Trancen. Analoges. **Anreichern.**

3. Draufsicht auf den Weg:

Wahrnehmung organisieren. Sprache beachten. Einordnung. Normalisieren und seine Vorteile. Kommunikation beachten. Systeme und ihre Muster beachten. System einbeziehen: **Erweitern**

Übungen



Ressourcen-Interview:

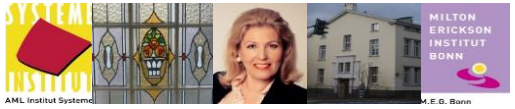
Therapie ohne Inhalt.

Meta-Interventionen:

Demos:

Supervision eines Falls:

Anhang:



Literaturliste:

Arist von Schlippe, Jochen Schweitzer: Gewusst wie – gewusst warum? Vandenhoeck 2019

Kurt Ludewig: Einführung in die Systemische Therapie, Carl Auer 2015

Seminare in den AML Instituten:

Systemische Seminare und systemische Supervision u.a.

Kom 8: Systemische/Hypnosystemische Konzepte : 3./4.9.21 ; 25/26.8.2022

Kom 7: Beratungsaufbau und Beratungsprozess´: 23./24.6.2022

Supervisionen: Do 9.9.21/9.12.21/ 9.03.22 und Fr 10.9.21/ 10.12.21/10.03.2022

Baustein 2: AML Coaching: Ressourcen erzeugende Beratungstermine: 13./14.9.21 Modul 2, 25./26.10.21