

Thema: Weder somatisch noch psychisch, sondern systemisch..., Januar 2022

Anne M. Lang:

Liebe Liste,
zur Diskussion über chronische, somatische Zustände in der letzten Zeit,
weil wir uns hier in den Instituten natürlich sehr in Lehre und
Psychotherapiepraxis damit beschäftigen, möchte ich noch hinzufügen,
eigentlich gibt es m. E. weder rein somatisch noch rein psychisch. Wir sind
ja immer beides und noch mehr - nämlich systemisch.

Und systemisch heißt für mich, Phänomene/ Störungen in Beziehungen und in
den entstehenden Prozessen in ihren Systemen zu sehen und gerade nicht beim
Intrapersonalen und festen Zuschreibungen und Erklärungen zu bleiben.
Entstehende Interaktionen/ Beziehungen prägen die Phänomene und uns mit und
das wirkt auf sie zurück.

Wir verlieren das nur i.d.R. aus den Augen und fokussieren u.U. nur das
eigene Eingordnete.
Dieser mit den Fokussierungen einhergehende Prozess und seine Elemente
bestimmen dann weiteres Geschehen, differenzieren sich aus, verstärken sich,
blenden viel Anderes, Vorhandenes aus.

Systemisch gesehen könnte man folgenden Prozess sehen:

1. Der Fokus entscheidet wie der Prozess weiter geht. Er geht mit den
Fokussierungen jeweils anders weiter.
2. Er geht mit unseren und mit den fachlichen Erklärungen anders
weiter. Die jeweiligen Erklärungen entscheiden wie der Prozess weitergeht,
d.h.,
 - o gehe ich die somatische Fokussierung/Fixierung kann ich nichts bis
wenig tun außer Medikamente nehmen, Ärzten vertrauen, spezialisierte
Heilverfahren aufsuchen, Abwarten auf neue Erkenntnisse usw.. Damit bin ich
dann sehr beschäftigt und das zieht wieder Aufmerksamkeit, Energie. Das gibt
einen bestimmten Weg.
 - o Gehe ich mit psychischer Fokussierung/Ausrichtung weiter, heißt das,
ich kann u.U. was tun an Aktivität, Selbstwirksamkeit und Verantwortung,
Ressourcen sehen, erzeugen.
 - o bei beiden Wegen der Fokussierung nimmt das Psychische das
Körperliche in diesem Prozess mit und das Körperliche das Psychische.
Jetzt was heißt also weder.... noch,.... sondern: Systemisch:
 - ☑ Systemisch sehen wir den weiteren Prozess, der immer entsteht:
 - o andere wichtige Elemente bestimmen mit und kommen dazu:
Fixierungskultur, Familienmitglieder und die somatischen Phänomene als
Elemente,
 - ☑ Folgen der Fokussierung u. Fixierung: Systemische Folgethemen mit
zusätzlichen Schwierigkeiten:
 - o Konflikte mit anderen Systemen, die auf Einseitigkeiten, die
entstehen, reagieren mit ihrer Norm: Schule, Arbeitsplatz, Beziehungen,
Familien, Behandler. Diese verfestigen wieder den Prozess.
 - ☑ Es entstehen prägende Themen:
 - o des Ernst -genommen- werdens, des Respekts, der Augenhöhe, des
Rechthabens, des Kampfes um die eigene Wahrnehmung. Im gewissen Sinne kommt

man nicht mehr zurück, weil dieser Kampf um die Wahrnehmung natürlich auch psychisch wichtig ist.

☒ Medizinische, psychologische und andere Behandler mit ihren Systemen kommen dazu und hier gibt es wieder deren fachliche, unterschiedliche Fokussierungen, Erklärungen. Da existieren ja viele Unterschiede. Das ursprüngliche System erweitert sich mit weiteren Elementen und verhärtet. Die Auflösung der Fixierung wird schwieriger.

Viele Grüße aus Bonn mit den guten Wünschen zum Jahresbeginn 2022!
Anne Lang

AML Institute

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

2 Fachinstitute - Hypno-Systemische Kompetenz

Leitung: Dipl.-Psych. Anne M. Lang

Reuterstr. 20 - 53113 Bonn

Tel.: 0228 / 94 93 120

info@institut-systeme.de

www.institut-systeme.de

www.hypnose.de