

So hab ich das noch nie gesehen

Systemische Therapie für Verhaltenstherapeuten

von
Hans Lieb

1. Auflage

Carl Auer Verlag 2014

Verlag C.H. Beck im Internet:
www.beck.de

ISBN 978 3 89670 701 7

Zu [Leseprobe](#)

schnell und portofrei erhältlich bei beck-shop.de DIE FACHBUCHHANDLUNG

Inhalt

Einleitung	11
1. Zwei Gründe, dieses Buch nicht zu schreiben, und zwei Gründe, es doch zu tun	11
2. Kennzeichen von Therapieschulen ist ihr Denken, nicht ihr Handeln	12
3. Die hier (nicht) gemeinte Verhaltenstherapie	13
3.1 <i>Die kognitive Wende der Verhaltenstherapie</i>	13
3.2 <i>Merkmale der Verhaltenstherapie:</i> <i>Freier Wille und Störungsorientierung</i>	15
4. Die hier gemeinte Systemtherapie	15
4.1 <i>Die kognitive Wende der Systemtherapie</i>	17
5. Ist Störungsorientierung ein Unterscheidungsmerkmal von Verhaltenstherapie und Systemtherapie?	18
 1. Zwei Fallbeispiele	20
Ein Paar: Verhaltenstherapeutische und systemische Annäherungen	21
<i>Die ersten Fragen eines Verhaltenstherapeuten</i>	21
<i>Die ersten Fragen eines Systemikers</i>	22
Ein Team: Verhaltenstherapeutische und systemische Annäherungen	24
<i>Die ersten Fragen eines verhaltenstherapeutischen</i> <i>Supervisors</i>	24
<i>Die ersten Fragen eines systemischen Supervisors</i>	24
Wozu dienen Fragen?	25
 2. Zehn Unterschiede zwischen Systemtherapie und Verhaltenstherapie – Zehn Kernbereiche jeder Psychotherapietheorie	26
2.1 Erkenntnistheoretischer Ausgangspunkt: Das Unterschiedene (VT) – der Unterscheidungsakt (ST)	27
2.1.1 <i>Verhaltenstherapie: Erfassung des Problems</i>	28
2.1.2 <i>Systemtherapie: Erfassung der Problemauswahl</i>	29
2.1.3 <i>Verhaltenstherapie: Fokus Individuum</i>	30

2.1.4	Systemtherapie: Fokus Unterscheidungsakt und Sprache	30
2.1.5	Was ist eine Unterscheidung?	32
2.1.6	Therapie als Einführung neuer Unterscheidungsmöglichkeiten	33
2.1.7	Erweiterung der therapeutischen Optionen	34
2.1.8	Beobachten erster Ordnung – Beobachten zweiter Ordnung: Therapie als Beobachtung von Beobachtungen	37
2.1.9	Eine Information ist in der Verhaltenstherapie etwas anderes als in der Systemtherapie	39
2.1.10	Die Beziehung des Beobachters zu seinen Beobachtungen	39
2.2	Geltungsbereich der Theorie: »Eine-Welt-Modell« – »Drei-Welten-Modell«	40
2.2.1	Das Eine-Welt-Modell	41
2.2.2	Das Drei-Welten-Modell: System/Umwelt statt Teile/Ganzes	43
2.2.3	Kommunikation und Psyche	47
2.2.4	Ein Team im Stress: »Eine-Welt-Supervision« oder »Drei-Welten-Supervision«	50
2.3	Epistemologie: Objektivität – Konstruktivismus	53
2.3.1	Verhaltenstherapie: Objektivität und Reliabilität	53
2.3.2	Systemtherapie: Sozialer Konstruktivismus und Strukturdetermination	54
2.3.3	Beziehung als Ausgangspunkt des Erkennens	56
2.4	Sprachverständnis: Wiedergabe von Realität – realitätserzeugender Interaktionsraum	56
2.4.1	Sprache und Sprechen – Sender und Empfänger.	56
2.4.2	»Land und Landkarte«	58
2.4.3	Therapeutenlandkarten von Patientenlandkarten	60
2.4.4	Das Verhältnis von Sprache und Realität	61
2.4.5	Die Logik der Sprache ist nicht die Logik des Lebens ..	62
2.4.6	Ereignissprache – Handlungssprache	63
2.4.7	Datenerhebung oder Erzeugung von Unterschieden ..	63

2.5	Aufmerksamkeitssteuerung:	
	Störungsorientierung – Selbstorganisation	65
2.5.1	Therapeutische Steuerung der Patientenaufmerksamkeit	67
2.5.2	Aufmerksamkeitssteuerung durch den Kontext	68
2.6	Erklärung: Monokausalität – zirkuläre Kausalität	69
2.6.1	Erklärungsmodell als Schulenidentität	69
2.6.2	Verhaltenstherapeutisches und systemtheoretisches Erklären.	70
2.6.3	Erklären des Erklärens.	75
2.6.4	Systemisch funktionale Erklärungen in der Verhaltenstherapie	76
2.7	Bewertungskriterien: systemexterne – systeminterne	78
2.7.1	Von der therapeutischen Kunst, gleichzeitig positiv und negativ zu bewerten	78
2.7.2	Bewerten aus systemtheoretischer Sicht	79
2.7.3	Bewertung durch Therapeuten	80
2.7.4	Verdichtete und verdünnte Sprache.	82
2.8	Therapieziele: Zielorientierung – Zieloffenheit.	84
2.8.1	Ziele in der Verhaltenstherapie	84
2.8.2	Ziele in der Systemtherapie	85
2.9	Veränderungsmodell: Einflussnahme – Perturbation.	88
2.9.1	Zur Dialektik von Veränderung und Bewahrung in den Therapieschulen	88
2.9.2	Sprache der Veränderung – Sprache der Anerkennung	90
2.9.3	Vom Erklären und Verstehen zum heilsamen Handeln	91
2.9.4	Assimilation und Akkommodation	93
2.10	Wirkvariable: Methode/Technik –	
	Musterunterbrechung	95
2.10.1	Wirkvariablen in der Psychotherapieforschung	95
2.10.2	Wirkvariablen in Verhaltenstherapie und Systemtherapie	96

3. Systemtherapie für Verhaltenstherapeuten: Praxis	99
3.1 Settingsvariablen: Rahmenbedingungen der Psychotherapie	99
3.1.1 <i>Therapiedauer</i>	99
3.1.2 <i>Frequenz</i>	100
3.1.3 <i>Einbeziehung von Angehörigen</i>	101
3.1.4 <i>Eröffnungszüge: Erste Fragen</i>	103
3.1.5 <i>Sitzordnung bei Paar- und Familiengesprächen</i>	103
3.1.6 <i>Beendigung der Therapie</i>	104
3.1.7 <i>Beziehungsgestaltung</i>	104
3.1.8 <i>Umgang mit therapeutischer Macht</i>	106
3.2 Wissensbestände für den Systemblick	109
3.2.1 <i>Vom Individuum zum System</i>	110
3.2.2 <i>Beobachtung von Kommunikation</i>	111
3.2.3 <i>Kommunikationsstile nach Satir</i>	112
3.2.4 <i>Gregory Bateson: Komplementäre und symmetrische Kommunikationsmuster</i>	119
3.2.5 <i>Kennzeichen eines Systems sind seine Wiederholungen</i>	123
3.2.6 <i>Personen, Systemdiagnose und Chaostheorie</i>	127
3.2.7 <i>Der Platz im System</i>	129
3.2.8 <i>Wenn Beziehung: Welche Beziehung?</i>	133
3.2.9 <i>Dimensionen des (Über-)Lebens sozialer Systeme</i>	140
3.2.10 <i>Diagnose Krieg</i>	147
3.2.11 <i>Paar- und Familientypen</i>	149
3.2.12 <i>Externalisierung:</i> <i>Das Symptom als Gast im System</i>	151
3.2.13 <i>Der Systemblick in der Einzeltherapie</i>	152
3.2.14 <i>Zeit und Historie: Systemvergangenheit und Systemzukunft</i>	157
3.3 Mit Systemen reden: Systeme interviewen	162
3.3.1 <i>Anlass? Anliegen? Auftrag?</i> <i>Fragen, die zum Therapiekontrakt führen</i>	163
3.3.2 <i>Inhalte: Wonach fragen, um das System kennenzulernen?</i>	165
3.3.3 <i>Erstellung visueller Landkarten: Genogramme – Systemzeichnungen – Aufstellungen</i>	170
3.3.4 <i>Fragestile</i>	179
3.3.5 <i>Jeder zu jedem Thema: Stockwerkfragen</i>	181

3.3.6	Zur Informationserzeugung benutzte Wahrnehmungskanäle	181
3.3.7	Vorsprachliche Unterscheidungen	184
3.3.8	Vergleichen und vergleichen lassen	185
3.3.9	Lösungsorientierte Fragen	186
3.3.10	Vier Fragemodi – vier Antwortmodi: Faktenfragen – strategische Fragen – zirkuläre Fragen – reflexive Fragen	187
3.3.11	Von der Einzeltherapie zur Paar- und Familientherapie: Wie man Angehörige einladen und das Gespräch eröffnen kann	206
3.4	Systemische Interventionen	208
3.4.1	Verhaltenstherapeutische Interventionen aus systemtheoretischer Sicht: Einführung neuer Gewohnheiten	208
3.4.2	Die Architektur systemischer Intervention: Kreation von Neuem durch Verstörung des Alten	208
3.4.3	Andere Seiten andichten: Kompositionen neuer Lebensmelodien	212
3.4.4	Interventionen bei eskalierenden Systemen: Gleichheitsdiagnosen	213
3.4.5	Veränderung durch Einführung neuer Bewertungen ..	215
3.4.6	Veränderung durch Aufmerksamkeitslenkung	223
3.4.7	Verändern durch Erklären – Veränderung von Erklärungen	227
3.4.8	Interventionen auf der Verhaltensebene: Veränderung von Interaktionsmustern	239
3.4.9	Veränderung durch Systemaufstellungen	242

4. Systeminformationen und Systeminterventionen in verhaltenstherapeutischen Fallberichten 244

5. Evaluation: Wem nützt die Systemtherapie? 246

5.1	Nutzen des systemischen Ansatzes für Patienten	247
5.2	Nutzen für Angehörige, Paare und Familien	249
5.3	Gesundheitsökonomischer Nutzen des Systemansatzes	250
	Versorgungsrelevanz des systemischen Ansatzes	251

6. Was Therapeuten brauchen: Eigentherapie, Selbsterfahrung und Selbstreflexion aus systemtheoretischer Sicht	252
6.1 Traditionelle Selbsterfahrungskonzepte	252
6.2 Lösungen für Probleme, die sich aus dem traditionellen Selbsterfahrungskonzept ergeben	254
6.2.1 Lösung I: Selbsterfahrung als Selbstanwendung therapeutischer Methoden	254
6.2.2 Lösung II: Selbstreflexion des Systems – Unterscheidung zwischen System und Umwelt	255
6.3 Selbsterfahrung und Selbstreflexion	257
6.3.1 Die Selbsterfahrungsgruppe: Das Thema des einen ist immer auch das Thema der anderen	257
6.3.2 Selbsterfahrung ist keine Therapie: Die Bedeutung des Kontextes für Selbsterfahrung	258
6.3.3 Von der Unendlichkeit in Selbsterfahrung bearbeitbarer Themen und der Notwendigkeit einer Auswahl	259
6.3.4 Das Themenspektrum der Selbstreflexion	260
Danksagung	262
Literatur	263
Über den Autor	271