

HOCHSCHULE KEMPTEN

UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

MASTERARBEIT

GEMÄß PARAGRAPH 13 DER ALLGEMEINEN PRÜFUNGSORDNUNG DER HOCHSCHULE
KEMPTEN
VOM 04. OKTOBER 2013 IN DER JEWEILS GÜLTIGEN FASSUNG

STUDIENGANG: Supervision, Organisationsberatung und Coaching
(Master of Arts)

AUFGABENSTELLER: Nico Löder (Erstprüfer)

THEMA

Transformationsprozesse in der psychosozialen Beratung

Systemische Ansätze und deren Veränderungspotentiale

Masterarbeit angemeldet: 14.01.2022

Masterarbeit abgegeben: 02.06.2022

VERFASSER: Janika-Maria Hausner
Freudenberg 3b, 87435 Kempten
0176-47656683
janika.hausner@web.de

MATRIKELNUMMER: 362601

Inhaltsverzeichnis

Darstellungsverzeichnis	3
Abkürzungsverzeichnis	3
1 Einleitung	4
1.1 Zielsetzung der Arbeit	5
1.2 Forschungsfragen	6
1.3 Aufbau der Arbeit	6
2 Psychosoziale Beratung	7
2.1 Begriffsklärung und Abgrenzung zur Psychotherapie	7
2.2 Ziel psychosozialer Beratung	8
3 Der systemische Ansatz	9
3.1 Entstehungsgeschichte	10
3.2 Konstruktivismus	12
3.3 Kybernetik 1. und 2. Ordnung	14
3.4 Systemtheorie Niklas Luhmanns	14
3.4.1 Eigenschaften von Systemen	16
3.4.2 Theorie geschlossener Systeme	18
3.4.3 Theorie offener Systeme	19
3.4.4 Theorie operativ-geschlossener Systeme	20
3.4.5 Kommunikation	21
3.5 Systemverständnis und Kommunikationstheorie Paul Watzlawicks	25
3.5.1 Definition und Eigenschaften von Systemen	26
3.5.2 Familie als Beispiel eines zwischenmenschlichen Systems	27
3.5.3 Fünf Axiome menschlicher Kommunikation	29
3.5.4 Paradoxe Kommunikation	31
3.6 Weiterentwicklungen	33
3.6.1 Mailänder Gruppe	33
3.6.2 Heidelberger Schule	34
3.6.3 Schule von Milwaukee	35
3.6.4 Der hypnosystemische Ansatz	36
3.6.5 Der narrative Ansatz	36

4	Grundpfeiler systemischer Beratung im psychosozialen Bereich	37
4.1	<i>Bedeutung von Systemstruktur und -beziehungen für die Beratung</i>	38
4.2	<i>Allgemeine Gesetzmäßigkeiten in Systemen</i>	39
4.3	<i>Umgang mit Konstrukten und Wirklichkeiten in systemischer Beratung.....</i>	40
5	Praxis systemischer Ansätze, Methoden und Tools.....	42
5.1	<i>Systemaufstellungen.....</i>	43
5.1.1	<i>Unterscheidung Familien-, Organisations- und Strukturaufstellungen</i>	44
5.1.2	<i>Formale Ablauf</i>	45
5.1.3	<i>Grundzüge der Aufstellungsarbeit</i>	46
5.1.4	<i>Ziel von Systemaufstellungen.....</i>	47
5.2	<i>Narrationen mit Elementen der Hypnosystemik.....</i>	48
5.2.1	<i>Einfluss hypnosystemischer Elemente</i>	49
5.2.2	<i>Fokussierung von Aufmerksamkeit</i>	49
5.2.3	<i>Hypnosystemisch geprägte Narrationen</i>	50
5.3	<i>Neuro-Imaginatives Gestalten (NiG®)</i>	51
5.3.1	<i>Formale Ablauf</i>	52
5.3.2	<i>Mögliche Formate</i>	53
5.3.3	<i>Erweiterungen und Anwendungsgebiete.....</i>	53
5.4	<i>Genogramm.....</i>	53
5.5	<i>Systemische Fragetechniken.....</i>	54
5.5.1	<i>Ressourcenorientierte Fragen</i>	55
5.5.2	<i>Hypothetische Fragen</i>	56
5.5.3	<i>Wunderfrage</i>	56
5.5.4	<i>Zirkuläre Fragen</i>	57
5.5.5	<i>Weitere Fragetypen</i>	58
5.6	<i>Ziel systemischer Methoden, Tools und Interventionen.....</i>	60
6	Forschungsdesign	61
6.1	<i>Forschungsfragen</i>	61
6.2	<i>Vorstellung und Erläuterungen zur Praxisuntersuchung.....</i>	62
6.3	<i>Darstellung der Expert(inn)en</i>	63
6.4	<i>Beschreibung des Interviewleitfadens</i>	65
6.4.1	<i>Durchführung der Interviews</i>	66
6.4.2	<i>Transkription</i>	66
6.5	<i>Ergebnisdarstellung und Kategorienbildung</i>	67
7	Ergebnisdarstellung	69

7.1	<i>Case Summaries</i>	69
7.2	<i>Methoden</i>	69
7.2.1	Methodenauswahl und -kombination	70
7.2.2	Schulen.....	71
7.2.3	Setting und Anwendungsgebiete	72
7.2.4	Kern und Grundlagen der Methoden	72
7.2.5	Besondere Wirkweisen der Methoden.....	75
7.2.6	Mögliche Stolpersteine, Grenzen und Risiken.....	77
7.3	<i>Individuelle Prozessgestaltung</i>	78
7.3.1	Ablauf eines prototypischen Prozesses.....	79
7.3.2	Interventionen und systemische Fragetechniken	82
7.3.3	Ende oder das Beenden eines Prozesses	83
7.4	<i>Veränderungsprozesse</i>	83
7.4.1	Voraussetzungen für Veränderungsprozesse	84
7.4.2	Rolle von Narrationen, Bildern und Aufstellungen.....	85
7.4.3	Schlüsselmomente für Veränderung	87
7.4.4	Möglichkeiten der Wahrnehmung des Erkenntnisgewinns	88
7.5	<i>Weiteres</i>	89
8	Diskussion	90
8.1	<i>Zusammenfassung</i>	90
8.2	<i>Interpretation</i>	91
8.3	<i>Limitationen</i>	98
9	Fazit und Ausblick	99
	Literaturverzeichnis	102
	<i>Print-Quellen</i>	102
	<i>Online-Quellen</i>	108
	Anhang	110
	<i>Anhang I: Interviewleitfaden</i>	111
	<i>Anhang II: Transkription der Experteninterviews</i>	114

Darstellungsverzeichnis

Darstellung 1: Systemarten.....	16
Darstellung 2: Zusammenfassung des Sampling.....	64
Darstellung 3: Methodeneinsatz.....	70
Darstellung 4: Übersicht über bevorzugtes Setting und Anwendungsgebiete.....	72
Darstellung 5: Prototypischer Ablauf eines Prozesses.....	79

Abkürzungsverzeichnis

Neben den üblichen, standardisierten Abkürzungen werden im Rahmen dieser Masterarbeit weitere verwendet:

d.h.: das heißt

u.a.: unter anderem

v.a.: vor allem

bzw.: beziehungsweise

NiG®: Neuro-Imaginatives Gestalten

KIP: Katathym Imaginative Psychotherapie

ZN: Zeilennummer

1 Einleitung

*„Niemand kann einen anderen davon überzeugen, sich zu ändern.
Jeder von uns hat eine Tür zur Veränderung, die nur von innen geöffnet werden kann.“
– Virginia Satir¹*

Überall auf der Welt streben Menschen nach einem erfüllten Leben. Ein harmonisches Miteinander, glückliche, verlässliche langanhaltende Beziehungen, Autonomie, Gesundheit, (berufliche) Selbstverwirklichung, Geborgenheit, finanzielle Sicherheit und das Leben eigener Träume sind nur ein paar wenige Assoziationen für ein Leben ohne Sorgen und Not.

Die Realität wird jedoch oft anders erlebt: Unbeständigkeit in Beruf und Privat- oder Sozialleben, Ärger und Konflikte, Miss- und Unverständnisse, Krankheit, Überforderung durch Leistungs- und Konkurrenzdruck, Orientierungslosigkeit aufgrund von unendlichen Möglichkeiten, Krisen und Zukunftsangst (vgl. Hüther 2010: S. 13). Hinzukommen noch eigene und fremde Erwartungen an sich selbst sowie gesellschaftliche Normen und Ansichten, wie ein Leben zu leben ist. Ein Gefühl von Zerrissenheit zwischen der Erfüllung eigener Bedürfnisse und denen der Anderen kommt zunehmend auf. Diesen Spagat zu halten, bzw. innerlich auszubalancieren, bringt Menschen oft an ihre persönlichen Grenzen und sprengt ihre Bewältigungsfähigkeiten. Permanente Entscheidungsnotwendigkeiten, die Konfrontation, bzw. der Umgang mit rasanten Veränderungen im Privatem sowie Beruflichen oder in der Gesellschaft sowie Anpassungs- und Flexibilitätsanforderungen belasten und lähmen ohne die richtigen Strategien zusätzlich.

So entstehen beispielsweise laut Gerald Hüther (ebd.: S. 17) Krisen „nicht dadurch, dass etwas wegbricht, sondern weil deutlich wird, dass es so wie bisher nicht mehr weitergeht. Und zwar deshalb, weil man mit den Vorstellungen und Überzeugungen, mit denen man bisher unterwegs war, in ein Dilemma geraten ist“. Veränderung ruft – entweder die Veränderung der Gegebenheiten und der Situation oder des eigenen Verhaltens. Eine dritte Form von Veränderung ist die eines Bewusstseinswandels. Dieser Wandel verhilft zu einer veränderten Haltung, Betrachtung und Beurteilung des gesamten Kontextes (vgl. ebd. 2010: S. 16f.).

Aufgrund all dieser Faktoren steigt die Nachfrage, sowie der Wunsch nach Unterstützung, Persönlichkeitsentwicklung, Bewältigungsstrategien, das Finden von Lösungen, das Zurückfinden in die eigene Kraft und Handlungsfähigkeit oder die Aufarbeitung von privaten und beruflichen Themen in Beratung, Coaching oder Therapie zunehmend (vgl. Bamler/Werner/Nestmann 2013: S. 85, 88).

¹ neverest.at: Virginia Satir – Kommunikation und Selbstwert

Im Feld der Beratung, Supervision, Coaching oder Organisationsentwicklung wird zudem der Begriff „systemisch“ zunehmend allgegenwärtig. Bestimmte Kriterien entscheiden darüber, welche Elemente zusammengehören und wo die Grenze ist, d.h. welche nicht dazugehören und daher nicht Teil eines Systems sind. „Systemisch“ bedeutet daher „ein ganzes System betreffend“ und lenkt in Beratung, Coaching oder Therapie die Aufmerksamkeit auf die jeweiligen relevanten Beziehungskontexte eines Individuums. Um Lösungen oder Ressourcen zu genießen, wird nun der Klient/die Klientin nicht mehr isoliert, sondern in sein/ihr System eingebettet betrachtet (vgl. Dr. Kreuzer (o.D.) und Carl-Auer (o.D.)). Daher gehört auch der systemische Ansatz zu den wesentlichen theoretischen Ansätzen der Beratungswissenschaften.

1.1 Zielsetzung der Arbeit

Die Motivation zu dieser Arbeit ist überwiegend persönlicher Natur. Seit vielen Jahren begleitet mich durch die berufliche Tätigkeit meines Vaters als systemischer Familientherapeut der systemische Blick und wurde zu etwas Selbstverständlichem. Über Umwege und noch vor dem Masterstudium in Supervision, Coaching und Organisationsberatung begann ich Ansätze der Systemischen Pädagogik in meine Lehrtätigkeit zu integrieren. Meine Haltung und Einstellung wandelten sich und ich stellte die Wirkung sowie das Potential des Systemischen fest. Neben den bereits vertrauten Systemaufstellungen lernte ich im Zuge der Weiterbildung in Systemischer Pädagogik auch die Methode des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NiG®) kennen. Sie sprach mich direkt an, jedoch fehlte im beruflichen Alltag oft die Zeit, mich näher mit ihr zu befassen. Im Laufe des Studiums zeigte sich mir immer deutlicher, dass meine persönliche zukünftige Beratungspraxis systemisch basiert sein soll.

Mein Anliegen und persönliches Ziel dieser Arbeit ist daher, das bereits vorhandene passive Wissen in ein aktives, theoretisch fundiertes Wissen umzuwandeln, welches in meiner späteren beruflichen Tätigkeit so Anwendung finden kann. Darüber hinaus geht es ebenfalls darum, mögliche systemische Methoden und Tools in deren Wirkweise und Veränderungspotentialen zu analysieren.

Spannende Hintergrundfragen waren dabei: Was ist das Besondere an der Methode? Wie und warum wirkt sie? Was sind mögliche Grenzen oder Hürden in der Anwendung? Wie gelingt die Umsetzung der Theorie konkret in der Praxis? Worauf kommt es in Beratung an, damit Veränderungsprozesse begleitet und stattfinden können?

Auch für die Beraterpraxis kann dies von Bedeutung sein, da in der Literatur zu einzelnen Methoden oft Praxisbeispiele beschrieben werden, bei denen alles glatt

und optimal abläuft. In der individuellen Umsetzung und Anwendung stößt man dann jedoch meist schnell auf unerwartete Stolperfallen, die einen ins Schleudern bringen.

Um daher Einblicke in die Anwendung, bzw. Methodenumsetzung zu erhalten und deren Wirkweise, Potential und Grenzen zu erfahren, führte ich mit Experten, die bevorzugt mit den einzelnen Methoden arbeiten, qualitative Experteninterviews durch.

Aufgrund der Vielzahl an verschiedenen systemischen Methoden und Tools sowie Anwendungsfelder der systemischen Praxis wird das Thema der folgenden Arbeit auf drei systemische Ansätze im Bereich der psychosozialen Beratung begrenzt. Daneben bildet der systemische Beratungsansatz den theoretischen Bezugsrahmen.

1.2 Forschungsfragen

Im Rahmen dieser Arbeit werden daher die Veränderungspotentiale von drei systemischen Ansätzen/ Methoden näher beleuchtet und untersucht. Als Basis hierfür dienen folgende Forschungsfragen:

- (1) Wie können im systemischen Ansatz Transformationsprozesse begleitet werden?
- (2) Was benötigt es für Veränderung? Was löst sie aus?

1.3 Aufbau der Arbeit

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich zunächst mit den Grundzügen der psychosozialen Beratung und deren Abgrenzung zur Psychotherapie, bevor in Kapitel 3 die theoretischen Hintergründe des systemischen Ansatzes erläutert werden. Die Entstehung, der Konstruktivismus, die Kybernetik 1. und 2. Ordnung, sowie die Systemtheorie Niklas Luhmann als auch die der Palo-Alto Gruppe und die darauf aufbauenden Weiterentwicklungen werden dabei genauer betrachtet. In Kapitel 4 werden die theoretischen Erkenntnisse konkret auf den Beratungskontext bezogen und die Bedeutung / Basis einer systemisch geprägten psychosozialen Beratung wird abgeleitet. Im Folgenden (Kapitel 5) werden systemische Methoden, Tools und Interventionen in ihren zentralen Grundzügen näher beleuchtet. Systemaufstellungen, hypnosystemisch basierte Narrationen, das Neuro-Imaginative

Gestalten NiG® werden neben dem Genogramm und systemischen Fragetechniken dabei exemplarisch angeführt.

Der theoretische Rahmen sowie die Darstellung der einzelnen Methoden bilden die Grundlage der Praxisuntersuchung. Besonderes Augenmerk wird auf die Wirkweise, Anwendung und das jeweilige Veränderungspotential gelegt. In leitfadengestützten Interviews mit ausgewählten BeraterInnen, Coaches und TherapeutInnen wird es ermöglicht, einen Ein- und Überblick über persönliche Einschätzungen, Erfahrungswerte und Meinungen zu erhalten. In Kapitel 7 werden die Ergebnisse der Interviewten Kategorien zugeordnet und dargestellt. Im Folgeschritt werden die Ergebnisse ausgewertet. Dabei werden die wesentlichen Erkenntnisse hervorgehoben, diskutiert sowie in Bezug zu den Forschungsfragen und den theoretischen Betrachtungen gesetzt. Ein abschließendes Fazit fasst das Wesentliche prägnant zusammen und ein Ausblick wird gegeben.

2 Psychosoziale Beratung

2.1 Begriffsklärung und Abgrenzung zur Psychotherapie

Historisch gesehen sind die Psychotherapie und die psychosoziale Beratung eng miteinander verbunden. So zeigen sich viele Einflüsse von psychotherapeutischen Schulen und Konzepten in der psychosozialen Beratung, sodass Beratende über ein breites Repertoire an Methoden und Interventionen verfügen. Dennoch ist die psychosoziale Beratung von der Psychotherapie klar abzugrenzen. Während Ersteres eher einen präventiven Charakter hat, zielt die Psychotherapie laut Psychotherapeuten-Gesetz PsychThG (Fassung vom 15.11.2019, geändert durch Art. 17 G vom 19.05.2020: §1 Satz 2) auf die „Feststellung, Heilung oder Linderung von [psychischen] Störungen mit Krankheitswert“ ab und ist daher eher kurativ orientiert. Um als PsychotherapeutIn zu arbeiten, ist zudem eine Approbation erforderlich.

Die zu bearbeitenden Themen in Beratung oder Therapie ähneln sich und sind in der Basis gleich, unterscheiden sich jedoch massiv in der Tiefe der Be- oder Aufarbeitung sowie dem gewünschten Ziel. Die Psychotherapie ist auf Heilen ausgerichtet und strebt daher entweder eine Behandlung psychischer und psychosomatischer Krankheiten und Leidenszuständen an oder eine Änderung der Person und ihrem Verhalten (vgl. Bamler et al. 2013: S. 81; Wälte/Lübeck 2021: S. 27; Boeger 2018: S. 16-19).

Bei der psychosozialen Beratung steht hingegen nicht das „Heilen von Störungen“ im Vordergrund, sondern die Stärkung von Ressourcen, um aktuelle Lebensprobleme (wieder) bewältigen zu können. Die psychosoziale Beratung ist tendenziell präventiv, rehabilitativ, entwicklungs- und ressourcenorientiert sowie informativ ausgerichtet (vgl. Boeger 2018: S. 16-19).

„Psychosozial“ bezieht sich dabei auf das psychische und soziale Wohlbefinden des Einzelnen in Anbetracht seiner individuellen Lebens- und Alltagsgestaltung, die im gesellschaftlichen/soziokulturellen (Umwelt-)Rahmen eingebettet ist. Daher wendet sich die psychosoziale Beratung als eine professionelle Form der Beratung, an Menschen in ihren verschiedenen Lebensabschnitten und -bereichen. Sie unterstützt dabei, notwendige Ressourcen wieder zu entdecken, um in der eigenen Alltags- und Lebenswelt handlungsfähig zu bleiben und Probleme meistern zu können (vgl. Bamler et al. 2013: 80-81). Sie richtet sich nicht nur an Einzelne, Paare und Familien, sondern auch an Gruppen, Organisationen und Institutionen. Den Schwerpunkt der Beratung bilden herausfordernde Situationen, wie Krisen, Ängste, Probleme oder kritische Lebensereignisse in Alltag oder Beruf sowie die soziale Integration und individuelle Lebensbewältigung in der heutigen Gesellschaft. Sie unterstützt auch bei Verunsicherung, Überforderung, Orientierungslosigkeit oder Entscheidungs-, und Planungsschwierigkeiten sowie der Gestaltung der individuellen Alltags- und Berufswelt. Um in diesen belastenden und überfordernden Situationen klar und gut zu agieren, bzw. gesund zu bleiben, ist es von hoher Bedeutung über entsprechende Ressourcen und Kompetenzen zu verfügen und an die Hand zu bekommen. Dadurch ist es möglich, beweglich und handlungsfähig zu bleiben.

2.2 Ziel psychosozialer Beratung

Eine psychosoziale Beratung greift genau dort, wo Menschen nicht in der Lage sind, eigene bereits vorhandene Ressourcen einzusetzen, abzurufen oder zu reaktivieren, um Schwierigkeiten und Belastungen aus eigener Kraft zu meistern. Auch die Förderung der Eigenverantwortung von Klientinnen und Klienten beinhaltet einen zentralen Stellenwert psychosozialer Beratung.

Ziel der Beratung ist daher, das persönliche Wachstum sowie das subjektive Wohlbefinden, die Gesundheit sowie eigene Entwicklungspotentiale mithilfe von wiederentdeckten Ressourcen und neu gewonnener Kompetenzen zu fördern und zu stärken, damit nicht nur der Umgang mit alltäglichen Heraus- und Anforderungen, sondern auch die Lebensgestaltung gelingt und sich die persönliche Befindlichkeit verbessert (vgl. Wälte/Lübeck 2021: S. 26; Bamler et al. 2013: S. 81, 83, 85, 87).

Der systemische Beratungsansatz mit seinen Theorien, Methoden, Tools und Interventionsmöglichkeiten bietet dabei eine mögliche Grundlage für die Beratung im psychosozialen Bereich.

3 Der systemische Ansatz

*„Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.“
- Aristoteles²*

Aus dem Griechischen kommend, bedeutet der Begriff „systemisch“ wörtlich „das aus mehreren Teilen zusammengesetzte Ganze“ (Boeger 2018: S. 116).

Im Grunde zeichnet sich der systemische Ansatz im beratenden oder therapeutischen Setting durch eine neue Perspektive auf den Menschen aus und unterscheidet sich daher maßgeblich von den traditionellen humanistischen, behavioristischen und psycho-analytischen Theorien. Systemisches Denken beinhaltet Erklärungen, die in erster Linie auf die Systemtheorie und den Konstruktivismus zurückzuführen sind.

Der systemische Ansatz in der Beratung übernimmt daher die Betrachtungsweise, dass sich Personen zusammenschließen und ihre Art der Beziehung untereinander sich von der zu anderen Personen unterscheidet. Dadurch grenzen sie sich von anderen ab und bilden ein System/ eine Einheit. Diese Einheiten organisieren und regulieren sich durch das Zusammenwirken eigener Prozesse und Bewegungen und halten sich so in einem Gleichgewicht. Das Prinzip der Selbstorganisation von Systemen bildet dabei das zentrale Fundament (vgl. Miller 2021: S. 23).

Daher wird nun, statt auf isolierte (abstrakt formuliert) „Objekte“ der Fokus auf die Umwelt, den Kontext und die Relationen zwischen der Einzelnen gelenkt.

Auf die Beratung, Therapie, Supervision oder das Coaching bezogen, bedeutet dies: Zum System dazu gehörende oder im System gefestigte (problem- oder konflikthafte) Strukturen, Prozesse und Muster in Beziehung und Verhalten werden mitberücksichtigt und in den Beratungs- sowie Lösungsfindungsprozess integriert. Denn „eine systemische Betrachtung versteht ein Problem und den Menschen, der sich damit herumschlägt, innerhalb seines Lebenszusammenhangs und abhängig von diesem“ (Schwing/Fryszler 2018: S. 26). Gleichzeitig werden konstruierte, subjektive Wirklichkeitsbilder hinterfragt und der Blick erweitert.

Zudem wird nicht mehr in linearen Ursachen-Wirkungsketten, sondern in zirkulären Erklärungen und Zusammenhängen gedacht. Dies bedeutet, dass eine Ursache nicht mehr eine Wirkung zur Folge hat ($A \rightarrow B$), sondern dass ein Ereignis, Zustand oder

² Boeger 2018: S. 115

Verhalten Ursache und Wirkung in einem für andere Ereignisse, Zustände oder Verhalten sind ($A \rightarrow B$ und $B \rightarrow A$) (vgl. Willemse/von Ameln 2018: S. 7-8; Simon 2009: S. 12-15).

3.1 Entstehungsgeschichte

Viele unterschiedliche Forschungsdisziplinen und Impulsgeber haben dazu beigetragen, den systemischen Ansatz zu prägen, zu entwickeln und zu formen. Als Kernstücke sind hier die Systemtheorie des deutschen Soziologen Niklas Luhmann, das Systemverständnis und die Kommunikationstheorie der Palo-Alto Gruppe, sowie die Erkenntnistheorie des Konstruktivismus zu nennen (vgl. Willemse/von Ameln 2018: S. 7). Darüber hinaus gibt es zahlreiche weitere Therapie- und Beratungsansätze sowie Weiterentwicklungen, die in die Definierung der Systemischen Therapie und Beratung mit hineinfließen, bzw. diese beeinflussen und zu dem heutigen Beratungsansatz machen.

Die Anfänge des systemischen Denkens reichen bis in die Antike zurück und werden u.a. mit Aristoteles und seinem Paradigma „Ganzes und Teil“ assoziiert (vgl. Luhmann 1987: S. 20). Ab den 1930er Jahren des 20. Jahrhunderts wird in der Biologie der Grundstein für die Entstehung der Systemtheorie gelegt, indem einzelne Elemente nicht mehr isoliert voneinander, sondern zueinander in Beziehung setzend betrachtet werden. Ludwig von Bertalanffy (1901-1972), Biologe und einer der Begründer der Systemtheorie, verfasst in den 50er Jahren die „Allgemeine Systemtheorie“ und versteht lebende Organismen als offene Systeme, die über Energie, Materie und Information mit ihrer Umwelt im Austausch sind. Charakteristika offener Systeme sind beispielsweise Ganzheit, (Selbst-)Organisation, unterschiedliche Hierarchien, Zielorientierung und Regulation. Ein System selbst setzt sich aus einer Anzahl von in Wechselwirkung stehenden Bestandteilen zusammen. Dynamische Prozesse und der Kontakt zur Umwelt gewährleisten intern die Ordnung und Organisation von Systemen. Diese allgemein formulierte Definition umfasst grundlegend wesentliche Merkmale eines Systems: Element, Relation, Systemgrenze und Systemumwelt. Damit distanziert sich von Bertalanffy von der Differenz zwischen „Ganzes und Teil“ hin zur Differenz von „System und Umwelt“ (vgl. Willemse/von Ameln 2018: S. 14; Meier-Gantenbein/Späth 2012: S. 296f. und Levold 2016a: S. 47).

In den 1980er Jahren nimmt der Soziologe Niklas Luhmann, ein Schüler Talcott Parsons dessen bisherigen Forschungen/ Erkenntnisse auf und formuliert eine „Theorie sozialer Systeme“. Diese vereint Gedanken und gewonnene Erkenntnisse

aus der „Allgemeinen Systemtheorie“ des Biologen Ludwig von Bertalanffy, sowie der Kybernetik des Mathematikers Norbert Wiener und aus dem Konzept der Autopoiese der Biologen Humberto Maturana und Francisco Varela.

Die Kybernetik beschreibt wissenschaftlich die Steuerung und Regelung von komplexen, dynamischen Systemen. Bestimmte Regelkreise wirken, die die Ordnung, Beziehung und Rückkopplungsprozesse der einzelnen Systemelemente mit dem Ziel steuern, einen gewünschten Zustand konstant aufrechtzuerhalten und zu stabilisieren. Zirkularität und Feedback rücken in den Fokus und lösen zunehmend das linear-kausale Denken ab. In weitere wissenschaftliche Strömungen wird das kybernetische Denken mit dem Begriff der Homöostase übernommen (vgl. Levold 2016a: S. 48-50). Darauf aufbauend entsteht die Kybernetik zweiter Ordnung, die einen das System Beobachtenden miteinbezieht (vgl. König/Volmer 2018: S. 33; Meier-Gantenbein/Späth 2012: S. 297f.).

Daneben wurzelt das moderne Systemverständnis auf dem von den Biologen Humberto Maturana und Francisco Varela entworfene Konzept der Autopoiese. Zunächst biologische Systeme betreffend, kennzeichnet es die Fähigkeit lebender Organismen, dass sie sich aus sich selbst heraus erzeugen. Auch diese Erkenntnis verändert wieder den Blick auf Systeme im Allgemeinen, da ihnen nun zum einen eine gewisse Autonomie interner Prozesse anerkannt wird und zum anderen das System und seine Umwelt klarer differenziert werden (vgl. Ludewig 2016: S. 61-64).

Die Systemtheorie Niklas Luhmann erklärt im Kern, wie soziale Systeme im gesellschaftlichen Kontext funktionieren, d.h. deren Aufbau und Kommunikationsweise. Sein Theorem wird damit zu einer wichtigen Erklärungsgrundlage des heutigen systemischen Ansatzes für Beratung und Therapie (vgl. Meier-Gantenbein/Späth 2012: S. 297f.).

An der Entstehung der systemischen Therapie und Beratung sind maßgeblich ab den 50er Jahren in den USA Nathan Ackermann, Virginia Satir und ihre Arbeit mit Familienskulpturen sowie die Gruppe aus Forschenden am Mental Research Institute in Palo Alto – kurz die Palo-Alto-Gruppe – beteiligt. Sie fangen an, Familie als System zu betrachten und bei (psychischen) Störungen eines Kindes die gesamte Familie miteinzubeziehen. Die Familientherapie entsteht und Paul Watzlawick verfasst aus den Beobachtungen der Therapiesitzungen seine Werke zur menschlichen Kommunikation und ihren Störungen. Diese gelten heutzutage als Grundlektüre der systemischen Familientherapie (vgl. Schwing/Fryszter 2014: S. 17; Wikipedia „Systemische Therapie“).

Ihre Erkenntnisse inspiriert nicht nur in den USA, sondern auch in Europa viele weitere Therapeut(inn)en, sodass mit Maria Selvini Palazzoli und ihrer Mailänder Gruppe die systemische Familientherapie und die Mehrgenerationen-Perspektive entsteht. Mit der konstruktivistischen Wende kam es zu Differenzierungen von Methoden und einer heutigen Abgrenzung verschiedener Schulen: die strukturelle und strategische Familientherapie nach Salvador Minuchin und Jay Haley, die Familientherapie mit Mehrgenerationen (Mailänder Modell und die Heidelberger Schule), der lösungsorientierte Ansatz (Schule der Milwaukee), die Arbeit mit Familienskulpturen nach Virginia Satir, sowie der narrative und dialogische und der hypnosystemische Ansatz (vgl. Wikipedia „Systemische Therapie“; Schwing/Fryszler 2014: S. 15-17; Willemse/von Ameln 2018: S. 15-16).

Auch die Erkenntnistheorie des Konstruktivismus sowie die Kybernetik und darauf aufbauend die Kybernetik zweiter Ordnung sind entscheidende Theorien, auf die sich der systemische Ansatz stützt (vgl. Willemse/von Ameln 2018: S. 7,14f.).

Die Entstehung des systemischen Ansatzes mit seinen zwei entscheidenden Theoriesträngen, sowie die weiteren eben kurz genannten Theoriefundamente werden im Folgenden genauer erklärt.

3.2 Konstruktivismus

*„Die Umwelt, so wie wir sie wahrnehmen, ist unsere Erfindung.“
- Heinz von Foerster³*

Der Konstruktivismus bildet neben der Systemtheorie Luhmanns und der Kommunikationstheorie Watzlawicks einen weiteren theoretischen Bezugsrahmen des systemischen Ansatzes (vgl. Simon 2009: S. 12). Denn sowohl Luhmann als auch die Palo-Alto-Schule, und auch die weiteren Entwicklungen bauen ihr Systemverständnis auf den Grundannahmen der konstruktivistischen Denkweise. Hauptvertreter des Konstruktivismus sind insbesondere Ernst von Glasersfeld (1917-2010), Humberto Maturana und Francisco Varela, Heinz von Foerster sowie Gregory Bateson. Eine Form konstruktivistischer Theorien ist der radikale Konstruktivismus. Radikal in diesem Sinne, weil er mit den bisherigen gültigen Konventionen bricht und völlig neue (steife) Denkpositionen vertritt (vgl. von Glasersfeld 2002: S. 23).

Die Kernaussage des Konstruktivismus im Allgemeinen ist, dass die Wirklichkeit eine wahrgenommene, beobachtete und erfundene Konstruktion ist. Demnach können

³ von Foerster 2002: S.40

Menschen, Systeme oder Beobachter/innen die Realität nicht objektiv abbilden, sondern konstruieren subjektiv geprägte eigene Wirklichkeiten. Unser Bild der Wirklichkeiten ist determiniert von Wissen und Erleben, von unseren individuellen Beobachtungen, Wahrnehmungen, Prägungen, Gedanken, bestimmten Leitunterscheidungen, aber auch von persönlichen Grenzen und blinden Flecken. Danach erkennen und handeln wir (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2003: S. 86-88; Willemse/von Ameln 2018: S. 9-11; Levold 2016b: S. 58; Spektrum „Radikaler Konstruktivismus“).

Wir bauen uns eine möglichst dauerhafte, verlässliche „Welt“ auf der Basis von (kognitiven) Strukturen und Ordnungen, die durch teilweise wiederholtes, vergleichendes Erleben und Erlebten geschaffen werden. Von Glaserfeld (2002: S. 36) bezeichnet dies als den „Fluß des Erlebens“, der den Rahmen für die erlebte Wirklichkeit bildet. Das definieren wir dann als Wahrheit und somit als ein Abbild dessen, „was wirklich ist“. Unsere Wahrnehmung sowie unser Erleben, Wissen, Denken und Tun wird dabei davon bestimmt und gewissermaßen „vorgefiltert“, ob es brauchbar und für unser Bild der Welt passend ist (vgl. Miller 2021: S. 25-26). Das bedeutet, dass das, was wir als Wirklichkeit erleben kein Abbild einer objektiv gegebenen Realität ist, sondern davon beeinflusst ist, mit welcher Brille/ Perspektive wir auf die Welt schauen und nach welchen Parametern wir die Komplexität dieser reduzieren (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 147). Geprägt wird diese primär durch persönliche (enge/nahe) Beziehungen, unser soziales Netzwerk, aber auch durch den (sozio-)kulturellen Rahmen. Dies beinhaltet daher, dass jeder einzelne eine individuelle „Brille“ trägt und die Wirklichkeit/ Welt darüber unterschiedlich definiert und lebt. Grenzen, Schranken sowie blinde Flecken unserer Wirklichkeitswahrnehmung sind daher unweigerlich (vgl. von Glasersfeld 2002: S. 28, 29, 35).

Ein weiterer zentraler Aspekt des Konstruktivismus ist die Beobachtung. Heinz von Foerster geht davon aus, dass „wir als Wahrnehmende *Beobachter* [...]“ und daher „keinesfalls unabhängig [sind]“ (Miller 2021: S. 27). Der/die Beobachtende ist stets mit seiner Beobachtung verbunden und dadurch Teil des Beobachteten, denn laut Jean Piaget (ebd.: S. 27) „beobachten [wir nicht einfach], sondern [...] [vollziehen] gleichzeitig Wirklichkeit strukturierende Aktivitäten“.

Auch die Kybernetik zweiter Ordnung beschäftigt sich mit der Beobachtung der Beobachtung, worauf im Weiteren (siehe Abschnitt 3.3) genauer eingegangen wird.

Kupfer/Simon/Nestmann (2013: S. 1387) beschreiben zusammenfassend:

„Die Welt, wie wir sie wahrnehmen und interpretieren, ist das Resultat unserer Beobachtungen (weniger ihre Ursache) und unser Wissen ist damit auch

immer ein perspektivisches Wissen – gerahmt und geprägt durch unsere spezifischen Blickwinkel und Deutungsmuster.“

Dies hat die Konsequenz, dass es eine objektive, vom Beobachter unabhängige Wirklichkeit nicht gibt, was im Weiteren auch Auswirkungen auf die Interaktion und Kommunikation mit und in sozialen Systemen sowie im Beratungssetting hat, was unter dem Gliederungspunkt „Umgang mit Konstrukten und Wirklichkeiten in der systemischen Beratung“ genauer thematisiert wird (siehe hierzu Abschnitt 4.3).

3.3 Kybernetik 1. und 2. Ordnung

Die Kybernetik beschreibt wissenschaftlich die Steuerung und Regelung von komplexen, dynamischen Systemen. In Systemen wirken bestimmte Regelkreise, die die Ordnung, Beziehung und Rückkopplungsprozesse der Elemente steuern, um einen bestimmten Zustand konstant aufrechtzuerhalten und zu stabilisieren. Zirkularität und Feedback rücken in den Fokus und lösen zunehmend das linear-kausale Denken ab (vgl. Levold 2016a: S. 48-50; Lutterer 2016: S. 86).

Mit der Kybernetik zweiter Ordnung wird ein/eine das System Beobachtende/r (sprich der/die TherapeutIn oder Beratende) miteinbezogen, der/die wiederum selbst Einfluss auf das zu beobachtende System hat. Er/Sie selbst ist in irgendeiner Form geprägt und sozialisiert worden und betrachtet die zu beobachtende Wirklichkeit auf seine/ihre Weise. Gleichzeitig unterstützt er/sie dabei, die Wahrnehmungen des Systems in Frage zu stellen und neue Sichtweisen zu generieren (vgl. König/Volmer 2018: S. 33; Meier-Gantenbein/Späth 2012: S. 297f.). Die Kybernetik 1. und 2. Ordnung helfen dabei, komplexe Systeme zu beschreiben und prägen einen wesentlichen Grundzug des systemischen Ansatzes: Die Zirkularität ersetzt das traditionelle Denken in Ursache und Wirkung.

3.4 Systemtheorie Niklas Luhmanns

*„A difference that makes a difference.“
- Gregory Bateson⁴.*

Der deutsche Soziologe Niklas Luhmann (1927–1998), ein Student Talcott Parsons`, beschäftigte sich seit den frühen 1960er Jahren mit der Entwicklung einer Systemtheorie. Ziel und Interesse Luhmanns Forschungen sind „eine Analyse realer Systeme der wirklichen Welt“ (Luhmann 1987: S. 30). Er will Systeme, die in der Welt real existieren, erkennen und beschreiben und spricht je nach Schaffensperiode von

⁴ Luhmann 1991: S. 112

der Theorie geschlossener Systeme, offener Systeme oder operativ-geschlossener Systeme.

Insbesondere durch sein Werk „Soziale Systeme“ (1984) ist Luhmanns Theoriekonstrukt zu einer Referenztheorie des systemischen Ansatzes geworden (vgl. Levold 2016c: S. 64).

Luhmann fundiert – anders als es zu seiner Zeit üblich war – seine Theorie nicht mehr auf der Unterscheidung von Teil und Ganzem, sondern auf der Differenz von System und Umwelt. Mit dem Begriff Differenz wird beschrieben, dass sich etwas von etwas anderem unterscheidet oder voneinander getrennt werden kann. Ein System kann daher allgemein aufgrund eigener bestimmter Merkmale, Strukturen, Operationen etc. von seiner Umwelt oder von anderen Systemen unterschieden werden und entwickelt erst durch die Unterscheidung von der Umwelt eine eigene Identität. Sie benutzen Grenzen, um diese Differenz zu regulieren und um sich so zu erhalten (vgl. Luhmann 1987: S. 22, 243). Jedes System nimmt nur sich selbst aus seiner Umwelt wahr und aufgrund dessen ist für jedes System die Umwelt eine andere. Die Umwelt wird als „alles andere“ beschrieben und ist viel komplexer als ein einzelnes System. Sie umfasst weitere Systeme, mit denen sich Systeme verbinden können. So sind nicht nur System-/Umwelt Abhängigkeiten, sondern auch System-/Systembeziehungen möglich (vgl. ebd.: S. 36f., S. 249f. und S. 289).

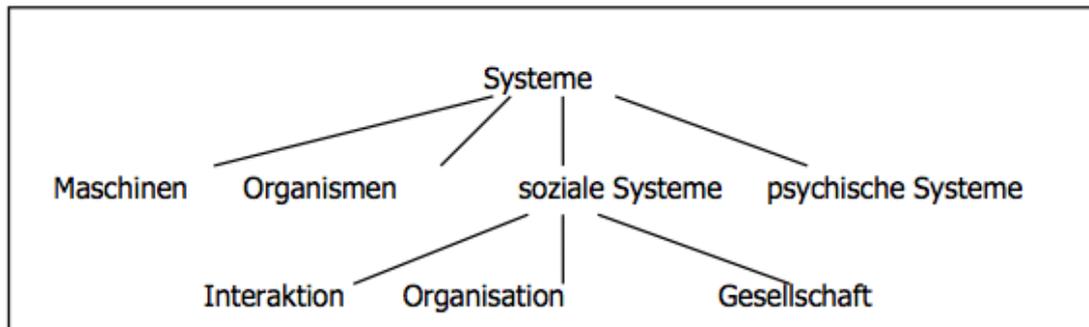
Unter Einbindung der konstruktivistischen Auffassung geht Luhmann davon aus, dass man nur durch Beobachten die Welt erkennen kann. Beobachten bezeichnet er (ebd.: S. 63) als die „Handhabung von Unterscheidungen“, die dabei hilft, etwas als solches zu Bezeichnen und zu Erkennen. Ein Beobachter erkennt und trifft konstant Unterscheidungen, die individuelle Realitäten konstruieren (vgl. Luhmann 2021: S. 45).

Die Ausgangslage von Luhmanns Theoriekonstrukt ist nun folgende:

1. Es gibt eine Realität / Umwelt.
2. In der Realität / Umwelt gibt es Systeme und
3. Systeme differenzieren sich von ihrer Umwelt.

Für den Soziologen Niklas Luhmann stehen vor allem die Gesellschaft und somit die sozialen Systeme im Mittelpunkt seiner Betrachtungen. Er beschreibt die Gesellschaft als ein „umfassendes soziales System“, das viele weitere soziale Systeme in sich trägt (vgl. ebd.: S. 78). Aber aufgrund des Einbezugs weiterer systemtheoretischer Erkenntnisse anderer Disziplinen definiert er Gegebenheiten, die alle Systemarten

betreffen sollen und unterscheidet daher folgende Systemarten: Maschinen, lebende Organismen (= biologische Systeme), soziale und psychische Systeme.



Darstellung 1: Systemarten (Luhmann 1987: 16)

Biologische Systeme umfassen lebende Organismen wie Zellen oder das Immunsystem, psychische das menschliche Bewusstsein und soziale Systeme beschreiben Interaktionen, Organisationen und die Gesellschaft.

3.4.1 Eigenschaften von Systemen

Konkret ist laut Luhmann (1987: S. 46) ein System „organisierte Komplexität“, das aus Elementen und deren Relationen besteht. Luhmann (1987: S. 43) definiert ein Element „als nicht weiter auflösbare Einheit“, das dennoch „mikroskopisch betrachtet, ein hochkomplexes Zusammengesetztes ist“. Demzufolge ist für Luhmann das kleinste Element psychischer Systeme der Gedanke und sozialer Systeme nicht wie angenommen der Mensch, sondern die Kommunikation. So handelt es sich immer, sofern Kommunikation stattfindet, um ein soziales System. Luhmann (1987: S. 67f.) positioniert sich dazu folgend:

„Der Mensch mag für sich selbst oder für Beobachter als Einheit erscheinen, aber er ist kein System. Erst recht kann aus einer Mehrheit von Menschen kein System gebildet werden.“

Dadurch wird der Mensch an sich aus seiner Systemtheorie herausgenommen, da er zwar verschiedene Systemarten in sich verkörpert, jedoch keine Systemeinheit ist (vgl. Simon 2009: S. 87; Luhmann 1987: S. 286f., Luhmann 2021: S. 24f.).

Systeme ziehen Grenzen, organisieren, selektieren, operieren und sind selbstreferentiell. Die Begriffe Selbstreferenz oder auch Autopoiesis bilden einen Theoriekern.

Luhmann (1987: S. 59) beschreibt dies folgend:

„Ein System kann man als selbstreferentiell bezeichnen, wenn es die Elemente, aus denen es besteht, als Funktionseinheiten selbst konstituiert und in allen Beziehungen zwischen diesen Elementen eine Verweisung auf diese Selbstkonstitution mitlaufen lässt, auf diese Weise die Selbstkonstitution also laufend reproduziert. In diesem Sinne operieren selbstreferentielle Systeme notwendigerweise im Selbstkontakt [...].“

Das heißt, alles was sie tun, bezieht sich auf sie selbst und dient der Systemerhaltung, indem sie sich „miteinander verhaken und dadurch Zusammenhänge bzw. Prozesse ermöglichen“ (ebd.: S. 67). Prozesse sind „konkrete selektive Ereignisse [,die] zeitlich aufeinander aufbauen, aneinander anschließen“ (ebd.: S. 74).

Der Begriff „Operation“ beschreibt die entscheidenden Aktivitäten eines Systems, genauer gesagt die Reproduktion ereignishafter Elemente (vgl. ebd.: S. 79). Ein Ereignis entspricht einem „temporalisierte[m] Element“ und kennzeichnet ein zeitliches Operationsmoment, das darauf ausgerichtet ist, dass „etwas anderes anschließt“ (ebd.: S. 77). Biologische Systeme tun dies, indem sie leben; psychische Systeme durch Bewusstseinsprozesse wie Wahrnehmung und Denken und soziale Systeme operieren, dadurch, dass sie kommunizieren. Solange dynamisch eine Operation an eine andere gleichartige Operation angeschlossen wird, arbeitet ein System konstitutiv (vgl. ebd.: S. 79). Weiterhin beobachten Systeme sich und ihre Umwelt, leiten davon Unterscheidungen ab und grenzen sich auf diese Weise von der Umwelt und anderen Systemen ab. Zusammenfassend beschreibt Luhmann (1987: S. 35) dies folgend:

„[Systeme] konstituieren und sie erhalten sich durch Erzeugung und Erhaltung einer Differenz zur Umwelt, und sie benutzen ihre Grenzen zur Regulierung dieser Differenz. Ohne Differenz zur Umwelt gäbe es nicht einmal Selbstreferenz, denn Differenz ist Funktionsprämisse selbstreferentieller Operationen. In diesem Sinne ist *Grenzerhaltung* (boundary maintenance) Systemerhaltung.“

Während Elemente aufgrund von Systemgrenzen entweder Teil eines Systems oder dessen Umwelt sind, können Beziehungen über die Systemgrenze hinaus mit der Umwelt oder anderen Systemen in der Umwelt bestehen (vgl. ebd.: S. 52). Je mehr Elemente sich zu einem System formieren oder die Umwelt eines Systems umfassen, desto höher wird die Komplexität, das heißt die Unbestimmbarkeit, sowohl systemintern als auch in der Umwelt. „Komplexität ist, so gesehen, die Information, die dem System fehlt, um seine Umwelt (Umweltkomplexität) bzw. sich selbst (Systemkomplexität) vollständig erfassen und beschreiben zu können.“ (ebd.: S. 50f.). Damit Systeme dennoch operieren und erhalten bleiben können, müssen sie kontinuierlich selektieren (vgl. ebd.: S. 47-50f.). Mithilfe ihrer systemeigenen Strukturen und Prozessen ist es Systemen möglich, Selektionen zu treffen und dadurch die Komplexität zu reduzieren. Strukturen halten laut Luhmann (1987: S. 73f.) „ein begrenztes Repertoire von Wahlmöglichkeiten offen“, indem sie „die offene

Komplexität der Möglichkeiten, jedes Element mit jedem anderen zu verbinden, in ein engeres Muster ‚geltender‘ [, ...] Relationen“ einschränken.

Die verschiedenen Systemarten operieren getrennt voneinander, jedoch zugleich auch in einer wechselseitigen Abhängigkeit und Koordination, was die „Interpenetration“ bezeichnet. Systeme sind demnach strukturell gekoppelt und aufeinander angewiesen. Am Beispiel von sozialen und psychischen Systemen zeigt sich: ohne Bewusstsein kann Kommunikation nicht existieren. Beide haben sich koevolutiv entwickelt und sind „sinnkonstituierende Systeme“, d.h. sie operieren „sinn“voll, was die Voraussetzung für die Interpenetration schafft (vgl. Luhmann 1987: S. 92; Luhmann 2021: S. 51, 103, 106).

Neben der System-/Umwelt Unterscheidung integriert Luhmann weiterhin die Unterscheidung zwischen Ganzen und Teil in seine Theorie. Die sogenannte Systemdifferenzierung, so wie er es benennt, beschreibt demnach die Differenz von System und Umwelt innerhalb eines Systems. Dies bedeutet, dass ein großes Gesamtsystem sich für seine kleineren Teilsysteme zur Umwelt herausbildet. Dies erhöht die Komplexität, da nun auch die System-Umwelt Kriterien innerhalb eines großen Systems auf unterschiedlichen Ebenen wirken (vgl. Luhmann 1987: 22, 37).

3.4.2 Theorie geschlossener Systeme

Zunächst geht Niklas Luhmann (1987: S. 22) von der Theorie geschlossener Systeme aus, und beschreibt diese „als Systeme, für die die Umwelt ohne Bedeutung oder nur über spezifizierte Kanäle von Bedeutung ist“. Mit Geschlossenheit bezieht er sich auf die Grundeigenschaften von Systemen: Systeme bilden von innen heraus Grenzen und schaffen infolgedessen eine in sich geschlossene Einheit. Sie funktionieren operativ rückwirkend, selbstorganisierend und zirkulär (vgl. Luhmann 2008: S. 58f.). Mittels ihrer Systemgrenzen trennen sie sich von der Umwelt ab.

Jedoch nehmen die aus der physikalischen Thermodynamik kommenden Gesetzmäßigkeiten der Entropie Einfluss auf die Systemtheorie. Ein entropischer Zustand wird erreicht – so besagen sie –, wenn innerhalb eines energetisch geschlossenen Systems Unterschiede so lange ausgeglichen werden, bis sich alles angleicht (vgl. Simon 2009: S. 21).

Dies hat folgende Konsequenzen für die Systemtheorie Luhmanns: Prozesse sind irreversibel. Nach Luhmanns Ansichten aber sorgt die Selbstreproduktion für den Systemerhalt und das Bilden von Strukturen. Im Falle der Entropie ist hingegen eine kontrollierte Anschlussfähigkeit nicht mehr möglich, sodass die Reproduktion aus sich

selbst heraus völlig zufällig geschieht (vgl. Luhmann 1987: S. 80). Strukturen oder Ordnung innerhalb eines Systems werden deshalb aufgebaut, um Komplexität oder Möglichkeiten zu reduzieren und um so wiederum anschlussfähig zu sein. Zudem ist die Herstellung von Ordnung durch den Strukturaufbau mit einer Abnahme der Entropie, bzw. Herstellung von Unterschieden verbunden. Das System durchläuft daher den Prozess einer „negativen Entropie“, die sogenannte Negentropie (vgl. Luhmann 1987: S. 286; Simon 2009: S. 21f.; Luhmann 2021: 536; Luhmann 2008: S. 44-46f.). Entropie muss daher verringert werden, damit Systeme erhalten bleiben und sich nicht auflösen. Dies gelingt, wenn Systeme in einem kontinuierlichen Austausch mit ihrer Umwelt sind (vgl. ebd.: S: 47). So kommt es zu einer Öffnung von Systemgrenzen und seiner Theorie offener Systeme.

3.4.3 Theorie offener Systeme

Da die Entropiegesetze nicht auf biologische, psychische oder soziale Systeme übertragbar sind, werden diese Systeme deshalb im nächsten Schritt als offene Systeme deklariert, auch wenn die Charakteristika geschlossener Systeme weiterhin die Basis für die Theorie offener Systeme stellen. Der Theorie nach bilden offene Systeme weiterhin eine geschlossene Einheit, sind aber auf Austauschbeziehungen mit ihrer Umwelt angewiesen (vgl. Luhmann 1987: S. 35; Luhmann 2008: S. 45).

Luhmann (1987: S. 35) äußert hierzu:

„Systeme sind nicht nur gelegentlich und nicht nur adaptiv, sie sind strukturell an ihrer Umwelt orientiert und könnten ohne die Umwelt nicht bestehen.“

Biologische Systeme leben dies, indem sie sich aus der Umwelt mit Energie versorgen und überschüssige wieder an die Umwelt abgeben. Psychische oder soziale Systeme beziehen aus ihrer Umwelt Informationen, verarbeiten diese und antworten wiederum mit einer Reaktion (vgl. Luhmann 2008: S. 45). Offene Systeme stehen aber nicht nur im Austausch mit ihrer Umwelt, sondern auch in Beziehung mit anderen Systemen. In Bezug auf System-zu-System-Beziehungen hilft das Input-Output-Modell Antworten zu finden.

Von Foerster unterscheidet in triviale und nicht-triviale Maschinen, was von Luhmann aufgenommen und auf Systeme übertragen wird. Triviale Systeme, wie beispielsweise technische Maschinen, sind berechenbar und verwandeln einen determinierten Input konstant in einen gleichen Output. Die Begriffe Eingabe und Ausgabe lassen sich durch Ursache und Wirkung ersetzen und liefern damit die Grundlage für das geradlinig-kausale Denken (vgl. von Foerster 1997: S. 35).

Nicht-triviale Systeme hingegen sind unberechenbar und verhalten sich unvorhersehbar, da der Output von inneren Zuständen oder vergangenen Operationen abhängig und daher variabel ist (vgl. ebd.: S. 38f.). Vor allem Menschen und Tiere, aber auch psychische und soziale Systeme gehören zur Gruppe nicht-trivialer Maschinen, da sie sich verändern und weder steuer- noch berechenbar agieren oder reagieren (vgl. Simon 2009: S. 39f.). Das zum Teil in der Kybernetik entwickelte Konzept der „Black box“ hilft zusätzlich die Prozesse nicht-trivialer Systeme zu erklären. „Black box“ bedeutet, dass aufgrund einer zu hohen Komplexität das Innere eines Systems weder erkenn-, noch analysierbar ist und nur aus dem Außen sichtbarem ein interner Mechanismus abgeleitet werden kann, der Rückschlüsse auf Ordnung, Zuverlässigkeit, Berechenbarkeit sowie Vorhersehbarkeit zulässt (vgl. Luhmann 2008: S. 49).

3.4.4 Theorie operativ-geschlossener Systeme

Da rein geschlossene, bzw. offene Systeme nicht funktionsfähig sind, überarbeitet Luhmann sein Theorem hinsichtlich einer operativen Geschlossenheit von Systemen. Mit der operativen Geschlossenheit meint Luhmann, dass Systeme ihre Operationen betreffend weiterhin als geschlossene Einheiten gesehen werden müssen, jedoch zugleich sich über eine Umwelttoffenheit definieren. Sie können sich nur in Differenz zur Umwelt erhalten und reproduzieren.

Biologische, soziale und psychische Systeme sind nicht nur operativ geschlossen, sondern auch selbstreferentiell und selbstorganisierend. Selbstorganisation in einem operativ geschlossenen System bedeutet, dass Strukturen nicht von außen in ein System geholt werden können, sondern dass „Strukturen eines operational geschlossenen Systems [...] durch die eigenen Operationen aufgebaut werden [müssen]“ (Luhmann 2008: S. 101). Da ferner die systemeigenen Strukturen die Operationen bestimmen, handelt es sich um einen sich gegenseitig bedingenden Kreislauf (vgl. ebd.: S. 108). Der Biologe Humberto R. Maturana und später auch Varela führen dazu den Begriff „Autopoiesis“ ein.

„Autopoiesis heißt in der Definition von Maturana, dass ein System seine eigenen Operationen nur durch das Netzwerk der eigenen Operationen erzeugen kann“ (Luhmann 2008: S. 109). Luhmann übernimmt den Begriff in sein Theorem und beschreibt ein „autopoietisches System“, als ein System, das sich selbst erschafft und durch ständiges Reproduzieren erhält (vgl. Luhmann 2021: S. 97 und Luhmann 2008: 110). Sie sind operativ geschlossen, da sie ihre Elemente, Strukturen und Prozesse nicht aus der Umwelt beziehen können, sondern selbst produzieren. Um sich zu erhalten, reproduzieren sie sich selbstständig durch ihre eigenen systeminternen

Operationen. Ereignisse schließen an vorherige gleichartige Ereignisse und getroffene Selektionen zirkulär innerhalb des Systems an. Am Beispiel sozialer Systeme bedeutet dies: sie kommunizieren und kommunizieren und können nur kommunizieren. Dennoch sind Systeme gleichzeitig umweltoffen, da sie sich nur in Differenz zur Umwelt reproduzieren und erhalten können.

System und Umwelt unterscheiden sich maßgeblich durch die jeweilige Komplexität voneinander. Die Komplexität, oder besser gesagt der Horizont an Möglichkeiten, der Umwelt ist unüberschaubar und teilweise auch überfordernd. Um jedoch handlungsfähig zu bleiben, muss die Komplexität reduziert, das heißt die Menge an Möglichem begrenzt werden. Sinn hilft dabei die Komplexität und Selbstreferenz zu verarbeiten, bzw. damit umzugehen (vgl. Luhmann 1991: S. 95).

Die operationale Geschlossenheit basiert auf eigenen systeminternen Regeln, die zu internen Operationen führen. Auch wenn sie der Umwelt gegenüber offen sind, dann nur, wenn sie auf sie Bezug nehmen. Als Soziologen interessieren Luhmann insbesondere die operativ-geschlossenen sozialen Systeme, deren autopoietische, sinnverarbeitende Operationsweise die Kommunikation darstellt. Sobald Kommunikation stattfindet, handelt es sich daher immer um soziale Systeme. Bevor im Folgenden genauer auf die Definition von Kommunikation und ihre Schwierigkeiten eingegangen wird, möchte ich ein zusammenfassendes Zitat Luhmanns (1997: S. 24) anführen:

„Ein Kommunikationssystem ist deshalb ein vollständig geschlossenes System, das die Komponenten, aus denen es besteht, durch die Kommunikation selbst erzeugt. In diesem Sinne ist ein Kommunikationssystem ein autopoietisches System, das alles, was für das System als Einheit fungiert, durch das System produziert und reproduziert. Daß dies nur in einer Umwelt und unter Abhängigkeit von Beschränkungen durch die Umwelt geschehen kann, versteht sich von selbst.“

3.4.5 Kommunikation

Kommunikation ist laut N. Luhmann nicht dem herkömmlichen Verständnis des menschlichen Handelns oder der Informationsübertragung gleichzusetzen. Auch ist es kein zweistelliger Prozess, bei dem eine Mitteilung von Seiten des Absenders gesendet und von einem Empfänger empfangen wird. Anstatt wie üblich von „Sender“ und „Empfänger“ zu sprechen, geht Luhmann (1987: S. 191) davon, dass „mindestens zwei informationsverarbeitende Prozessoren vorhanden sind, die sich aufeinander und übereinander auf sich selbst beziehen können.“ Diese nennt er „Alter“, den Mitteilenden und „Ego“, den Adressaten (vgl. ebd.: S. 195).

Kommunikation bezieht sich seiner Auffassung nach auf eine Einheit dreier Selektionen. So definiert Luhmann (2021: S. 190) folgend:

„Kommunikation ist [...] eine Synthese aus drei Selektionen. Sie besteht aus Information, Mitteilung und Verstehen. Jede dieser Komponenten ist in sich selbst ein kontingentes Vorkommnis.“

Insgesamt ist Kommunikation demnach ein nach Sinn „Prozessieren von Selektion“ in drei Schritten (vgl. Luhmann 1987: S. 194).

Aufgrund dessen, dass Systeme in Austauschbeziehungen mit ihrer Umwelt und weiteren Systemen gehen und soziale Systeme dies insbesondere über Kommunikation realisieren, ist das Funktionieren sowie der Ablauf des Prozesses von Interesse. Dies wird im Folgenden zunächst genauer beschrieben, um dann auch auf die Anschlussfähigkeit sowie mögliche Unwahrscheinlichkeiten von Kommunikation eingehen zu können.

Kommunikationsprozess

Der Kommunikationsprozess beginnt laut Luhmann mit der Information. Ein System (Alter) beobachtet seine Umwelt und generiert Information, indem es selektiv seine Aufmerksamkeit auf etwas lenkt, meist eine Irritation. Es unterscheidet dies von etwas anderem und schreibt ihm aufgrund seiner Abweichung eine Bedeutung zu. Denn laut Luhmann (1991: S. 112) ist „Information [...] nichts anderes, als ein Ereignis, das eine Verknüpfung von Differenz bewirkt – a difference that makes a difference“.

Eine Information ist demnach ein Unterschied, der einen Unterschied macht. Sie ist dabei eine willkürlich getroffene Wahl aus einer Fülle an vielen verschiedenen Möglichkeiten oder Irritationen. Hierbei wirkt Sinn unterstützend, weil er den Möglichkeitshorizont begrenzt. Denn „[g]eht man vom Sinnbegriff aus, ist als erstes klar, daß Kommunikation immer ein selektives Geschehen ist. Sinn läßt keine andere Wahl als zu wählen. Kommunikation greift aus dem je aktuellen Verweisungshorizont, den sie selbst erst konstituiert, *etwas* heraus und läßt *anderes* beiseite.“ (Luhmann 1987: S. 194 und vgl. auch Luhmann 2021: S. 46).

Als zweites kommt die „Selektion der Mitteilung“. Aus den nun im System konstituierten informativen Ereignissen selektiert und wählt Alter wieder beliebig aus, welche Information (Was) er mit welchem Verhalten (Wie) dem Adressaten Ego mitteilen möchte – oder nicht. Die bewusste oder unbewusste Entscheidung für eine Mitteilung, ein Mitteilungsverhalten ist gleichzeitig wiederum eine Entscheidung gegen viele andere mögliche und daher kontingent (vgl. Luhmann 1987: S. 195). Daraus ergibt sich dann die Differenz von Information und Mitteilung. Sowohl für Alter, als auch für Ego ist es unerlässlich, Information und Mitteilung zu unterscheiden, bzw.

voneinander zu trennen. Sofern dies nicht passiert, tritt lediglich eine „Wahrnehmung von informativen Ereignissen“ ein (ebd.: S. 198).

Die Differenz von Information und Mitteilung ist Verstehen und bildet die Basis der dritten Selektion. Verstehen ist erst dann möglich, wenn Ego „in der Lage [ist], das Mitteilungsverhalten von dem zu unterscheiden, was es mitteilt“ (ebd.: S. 198). Verstehen bezieht sich hierbei allerdings nicht auf das Inhaltliche, sondern auf die Auffassung/Wahrnehmung/Interpretation Ego's, dass es sich um eine an ihn adressierte Mitteilung handelt. Da Verstehen auf der Differenz zwischen Information und Mitteilung fundiert, muss auch Ego diese Unterscheidung/Auswahl mit seinen Konsequenzen erkennen, damit Kommunikation gelingt (vgl. Luhmann 2021: S. 97 und Luhmann 1987: S. 196). So äußert Luhmann (1987: S. 203):

„Kommunikation kommt nur zustande, wenn diese zuletzt genannte Differenz [zwischen Information und Mitteilung] beobachtet, zugemutet, verstanden [...] wird.“

Dies bedeutet daher zusammenfassend: Der letzte Schritt der „koordinierten Selektivität“ bildet für Luhmann die Essenz von Kommunikation (vgl. Luhmann 1987: S. 212). Denn erst mit dem Verstehen, d.h. der Meinung Egos, dass eine Mitteilung erfolgte und seiner Fähigkeit, Information und Mitteilung zu unterscheiden sowie diese Differenz zu verwenden, erfolgt Kommunikation. Nimmt Ego Alter's Absicht, ihm etwas mitteilen zu wollen, nicht wahr, so liegt nach Luhmanns Theorie keine Kommunikation vor (vgl. Luhmann 1987: S. 195f, 198, 208 und Luhmann 2021: S. 291, S. 259).

Anschlusskommunikation

Systeme existieren nur so lange, wie sie anschlussfähig operieren. Wie kommt es nun laut Luhmann zu Anschlusskommunikationen?

Die dritte Selektion, das Verstehen, ist hierfür wesentlich und liefert die Basis für die Anschlussfähigkeit weiterer Kommunikationen, da bereits vorselektiert wurde und dadurch manche Anschlüsse ausgeschlossen werden (vgl. Luhmann 1987: S. 196). Erst in Hinblick auf die Anschlussfähigkeit der Kommunikation spielt das Verständnis auf inhaltlicher Ebene eine Rolle und wird von Luhmann (ebd.: S. 203) als eine „vierte Art von Selektion“ bezeichnet. Hierbei geht es um das „Verstehen“ im Sinne von Annehmen oder Ablehnen der inhaltlich auf einen Sinn reduzierten Mitteilung. Das Differenz-Verstehen wird in Sinn-Verstehen transformiert. Sie ist nicht mehr Teil der dreiteiligen selektiven Kommunikationseinheit, sondern leitet eine anschließende Kommunikationseinheit ein und wird von Ego als neuwertige „Information“ verwendet.

Ego wird so zu Alter und eine neue dreiteilige Kommunikationseinheit entsteht (vgl. Luhmann 2021: S. 83; Luhmann 1987: S. 203-205 und Luhmann 2008: S. 260).

Unwahrscheinlichkeiten der Kommunikation

Aus evolutionärer Sicht beschreibt Luhmann kommunikativen Erfolg jedoch als unwahrscheinlich (vgl. Luhmann 1987: S. 217). Als Unwahrscheinlichkeit bezieht er sich dabei auf Hürden, die gegeben sind und überwunden werden sollten. Damit Kommunikation möglich wird, bedarf es einiger Anforderungen, die erfüllt werden müssen. All diese beruhen auf mehreren kontingenten Selektionen, d.h. Selektionen, die so oder auch anders ausfallen können. Hinzu kommt, dass mind. zwei Instanzen beteiligt sind, die wie eine „black box“ für den jeweils anderen intransparent sind, ihr Handeln also als kontingent und unkalkulierbar beobachtet wird. Beide Seiten (Alter und Ego) verhalten sich, sich selbst betreffend und für den anderen jeweils anderen kontingent. Dadurch kommt es zur doppelten Kontingenz, die verschiedene Unwahrscheinlichkeiten von Kommunikation bewirkt:

So ist es unwahrscheinlich, dass Ego versteht, was Alter meint, denn „Sinn kann nur kontextgebunden verstanden werden, und als Kontext fungiert für jeden zunächst einmal das, was sein eigenes Wahrnehmungsfeld und sein eigenes Gedächtnis bereitstellt“ (Luhmann 1987: S. 217).

Eine zweite Schwierigkeit betrifft das Erreichen von Empfängern:

„Es ist unwahrscheinlich, daß eine Kommunikation mehr Personen erreicht, als in einer konkreten Situation anwesend sind; [...] Das Problem liegt in der räumlichen und in der zeitlichen Extension. Das Interaktionssystem der jeweils Anwesenden garantiert in praktisch ausreichendem Maße Aufmerksamkeit für Kommunikation. Über die Grenzen des Interaktionssystems hinaus können die hier geltenden Regeln jedoch nicht erzwungen werden. Selbst wenn die Kommunikation transportable und zeitbeständige Sinträger findet, wird es jenseits von Interaktionsgrenzen unwahrscheinlich, daß sie überhaupt Aufmerksamkeit findet. Anderswo haben Leute etwas anderes zu tun“ (ebd. 1987: S. 218).

Die dritte Unwahrscheinlichkeit bezieht sich auf den Erfolg der Kommunikation. Auch wenn Ego eine an ihn adressierte Mitteilung als solche versteht, ist damit noch nicht garantiert, dass er sie annimmt oder befolgt. Erst durch die Annahme hat Kommunikation Erfolg:

„Erfolg hat die Kommunikation nur, wenn Ego den selektiven Inhalt der Kommunikation (die Information) als Prämisse eigenen Verhaltens übernimmt. [...] Kommunikativer Erfolg ist: gelungene Kopplung von Selektionen.“ (ebd. 1987: S. 218).

Wichtig ist daher, die Unwahrscheinlichkeiten in Wahrscheinlichkeiten zu transformieren. Dabei helfen Kommunikations- und Verbreitungsmedien, wie beispielsweise Sprache, Schrift, Druck und Funk. Sie fördern nicht nur das Verstehen,

sondern ermöglichen auch eine höhere Reichweite. Hinzu kommen noch symbolisch generalisierte Kommunikationsmedien, die zur Annahme motivieren und dadurch einen Erfolg sichern (vgl. ebd.: S. 220-222).

Die Kommunikation betreffend ist daher abschließend festzuhalten:

„Kommunikation [kann] nicht als Handlung und der Kommunikationsprozeß nicht als Kette von Handlungen begriffen werden [...]. Die Kommunikation bezieht mehr selektive Ereignisse in ihre Einheit ein als nur den Akt der Mitteilung. Man kann den Kommunikationsprozeß deshalb nicht voll erfassen, wenn man nicht mehr sieht als die Mitteilungen, von denen eine die andere auslöst. In die Kommunikation geht immer auch die Selektivität des Mitgeteilten, der Information, und die Selektivität des Verstehens ein, und gerade die Differenzen, die diese Einheit ermöglichen, machen das Wesen der Kommunikation aus.“ (Luhmann 1987: S. 225f.).

Autopoietisch, operativ-geschlossene soziale Systeme bestehen aus Kommunikation und beschreiben, regulieren sowie organisieren sich über Kommunikation selbst. Sie nehmen Bezug auf und zu ihren Umwelten und treten erst nach Irritation durch Beobachtung „neuer Information“ in Reflexion. Sie können auf alle sozialen Systeme der Gesellschaft übertragen werden. Die Theorie sozialer Systeme unterstützt zudem dabei, die zugrundeliegende Organisation und Funktion von Systemen zu verstehen. Daher bildet sie einen Baustein des systemischen Beratungsansatzes.

3.5 Systemverständnis und Kommunikationstheorie Paul Watzlawicks

Neben dem Soziologen Niklas Luhmann legt u.a. auch die sogenannte Palo-Alto-Schule den Grundstein für eine systemtheoretische Sichtweise sowie die systemische (Familien-)Therapie und Beratung. Die Palo-Alto-Schule ist eine Gruppe aus Forschenden – inspiriert von Gregory Bateson und bestehend u.a. aus Therapeut(inn)en, Psycholog(inn)en und Sozialarbeiter(inne)n wie John Weakland, Don D. Jackson, Paul Watzlawick, Jay Haley und Virginia Satir – am Mental Research Institute (MRI) der Stanford Universität in Palo Alto in Kalifornien. Das Mental Research Institute, kurz die Palo-Alto-Schule, gilt neben der Systemtheorie Luhmanns als einer der Impulsgeber im systemischen Feld (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 96). Zudem bilden ihre Forschungen und Erkenntnisse die Grundlage für die Arbeit vieler Familientherapeut(inn)en und Weiterentwicklungen der systemischen Beratung und Therapie.

Die Forschenden des MRI fingen an, die Prinzipien der Allgemeinen Systemtheorie von Bertalanffy in den Bereich der Psychotherapie und der Sozialarbeit zu übertragen, indem sie Familien und später auch Organisationen als (soziale) Systeme sahen. Sie stellten zudem fest, dass Menschen oftmals – gebunden an ihren Kontext

– auf unterschiedliche Weise agieren und reagieren (vgl. Willemse/von Ameln 2018: S. 15). Dennoch interessiert sie besonders die Interaktion, Beziehung, Kommunikation und das Kommunikationsverhalten in zwischenmenschlichen Systemen. Sie gehen von offenen Systemen aus, da lebende Systeme auf wichtige lebenserhaltende Austauschbeziehungen zu ihrer Umwelt angewiesen sind und in Austausch mit Stoffen, Energien oder Informationen gehen müssen (vgl. Watzlawick/Beavin/Jackson 1982: S. 117).

Ein für den systemischen Ansatz richtungsweisendes Werk ist das von Gregory Bateson und Jürgen Ruesch gemeinsam verfasste Buch „Kommunikation. Die soziale Matrix der Psychiatrie“. Gregory Bateson gilt als einer der Pioniere im systemischen Denken und Begründer der systemischen Psychotherapie. In seinem Werk beschreibt er, gemeinsam mit Jürgen Ruesch, erste Erkenntnisse der zwischenmenschlichen Kommunikation, die von Watzlawick aufgegriffen werden und das Fundament seiner pragmatischen Kommunikationstheorie bildet (vgl. König/Volmer 2018: S. 50). Die soziale Matrix der Psychiatrie“ ist in der Hinsicht für den systemischen Ansatz richtungsweisend, denn es betrachtet aufmerksam die zwischenmenschliche Kommunikation statt des Individuums. So verdeutlichen und definieren sie die Matrix der Kommunikation folgend: Sie legt den Fokus auf „umfassendere“ statt auf „kleine Gestalten“, auf Prozesse statt auf Strukturen, auf „Ganzheiten“ statt auf „Teile“, auf Organismen statt auf einzelne Organe und Organsysteme, auf „Interaktion“ statt auf „das Individuum“ und auf Systeme, „in die der Beobachter eingeschlossen ist“ statt auf Systeme „außerhalb des Beobachters“ (vgl. Bateson/Ruesch 1995: S. 285).

Zunächst gilt es nun aber, das Systemverständnis der Palo-Alto-Schule genauer zu betrachten. Sie orientieren sich in der Definition und den dazugehörigen Parametern an der Allgemeinen Systemtheorie von Bertalanffy (vgl. König/Volmer 2020: S. 265).

3.5.1 Definition und Eigenschaften von Systemen

Im Interesse der Palo-Alto Gruppe stehen soziale Systeme, die laut Bateson (Bateson/Ruesch 1995: S. 305) aus „teilnehmenden Individuen“ bestehen, die durch Kommunikation ihre Beziehung und ihr Verhalten gestalten. Auf diese Weise tritt im Gegensatz zu Luhmann, der Mensch wieder als zentrales Systemelement in den Fokus. Ein System besteht daher aus in Beziehung und Interaktion stehenden sowie kommunizierenden Personen (= Elemente) und verhält sich laut Watzlawick et al. (1982: S. 119) wie ein „zusammenhängendes, untrennbares Ganzes“ – ähnlich zu einem Mobile. Jedes Element eines Systems ist mit den anderen Elementen so

verbunden, dass eine Regung in einem Teil Auswirkungen auf alle anderen Elemente hat und damit Schwankungen/ Veränderungen im ganzen System auslöst. Denn alles Verhalten ist Kommunikation und jede Veränderung wird ausbalanciert (vgl. ebd.: S. 119-120).

In langanhaltenden zwischenmenschlichen Systemen, wie beispielsweise eine Familie, kommt es zu Wiederholungen in Kommunikationsabläufen und -verhalten. Dadurch schleifen sich dann systemstabilisierende Muster, Regeln und Dynamiken in Verhalten und auf der Beziehungsebene der Individuen ein, die sich wechselseitig bedingen und verfestigen (vgl. ebd.: S. 125). Denn aus der Kybernetik ist bekannt, dass in komplexen Systemen zirkuläre Rückkopplungsmechanismen wirken. So wird die Frage nach Ursache und Wirkung hinfällig, denn sie sind beides zugleich und bedingen sich dadurch gegenseitig (vgl. ebd.: S. 122). Jedes System hat eine klare Grenze, ist aber dennoch der Umwelt gegenüber offen. So kann es innere Inputs, d.h. Handlungen einzelner Mitglieder als auch äußere, zum Beispiel Umwelteinflüsse, erhalten, sich daran anpassen oder darauf einstellen, sowie modifizieren (vgl. ebd.: S. 130, 136f.). Die Umwelt umfasst die „Summe aller Objekte“, die einerseits durch Veränderungen ihrerseits das System beeinflussen oder andererseits auf Verhaltensänderungen im System reagieren (vgl. ebd.: S. 117).

Neben der Umwelt des Systems sowie die zirkuläre Dynamik eines Systems ist es Systemen weiterhin möglich, intern kleinere Teilsysteme zu bilden.

Die Äquifinalität, ein weiteres wesentliches Kriterium des offenen Systemverständnisses der Palo-Alto-Schule wird von Bertalanffy (1962: S. 7, zit. nach Watzlawick et al. 1982: S. 122) folgend erklärt:

„Die Stabilität offener Systeme ist durch das Prinzip der Äquifinalität gekennzeichnet; d.h., im Gegensatz zum Gleichgewicht in geschlossenen Systemen, die durch ihre Anfangszustände determiniert sind, können offene Systeme einen von Zeit und Ausgangszuständen unabhängigen Zustand einnehmen, der nur durch die Parameter des Systems bedingt ist.“

Dies zeigt, dass bei der Analyse zwischenmenschlicher Interaktion weniger die Fragen nach Ursache und Wirkung der Beziehung von Bedeutung sind, sondern vor allem die Frage nach Organisation, Struktur und determinierten Mustern & Regeln in Systemen essenziell ist, die Veränderungen / Dysbalancen auslösen (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 122-124).

3.5.2 Familie als Beispiel eines zwischenmenschlichen Systems

Die Palo-Alto Gruppe, bestehend aus vielen Psycholog(inn)en, Berater(inne)n und Psychiater(inne)n fing an, in ihre Beratungs- und Therapieprozesse von psychisch Kranken die Familienangehörigen miteinzubeziehen. Dabei stellten sie fest, dass

allgemeine Eigenschaften von Systemen auch auf Verhaltensformen in Familien übertragbar sind. So kam es, dass Familien als regelgesteuerte, soziale, offene Systeme aufzufassen sind. Die „Objekte“ eines Familiensystems sind die einzelnen Familienmitglieder. Das Verhalten oder eine Zustandsänderung (Beispiel: gesundheitlich) jedes Einzelnen hängt von allen anderen ab und hat auch wieder Auswirkungen auf deren Verhalten oder Wohlbefinden. Denn alles Verhalten ist Kommunikation und jede Veränderung wird ausbalanciert. So werden aus zwischenmenschlicher Sicht in Familiensystemen Eigenschaften, d.h. die Art und Struktur der (Beziehungs-)Interaktion, eher dem System Familie als dem „einzelnen Individuum“ zugeschrieben. Das System Familie hat eine klare Grenze, ist aber dennoch aufgrund von Außenbeziehungen und einem Außenkontakt der Umwelt gegenüber offen (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 119ff).

In Familien wirken zudem systemstabilisierende, „homöostatische Mechanismen“, die darum bemüht sind, ein gestörtes System wieder in einen, wenn auch so wie von Watzlawick et al. benannten pathologisch krankmachenden, Gleichgewichtszustand zurückzuführen (vgl. Watzlawick et al.: S. 128). Oft gelingt dies mithilfe von negativen Rückkopplungsmechanismen, die Veränderungen, meist in Form von Belastungen aus der Umwelt oder von Familienmitgliedern entgegenwirken. Dennoch gibt es auch positive Rückkopplungen in Form der Variable „Zeit“. Das System hat dadurch die Möglichkeit, zu wachsen, sich zu verändern, neue Regelkreise zu definieren sowie an Erfahrungen zu lernen, bzw. Entwicklungen zu vollziehen. Ein konkretes Beispiel hierfür ist die Ablösung der Kinder und ihre Individuation (vgl. ebd.: S. 134 und König/Volmer 2018: S. 56). Außerdem gibt es auch in Familien Regeln, die innerhalb der Systemgrenze für Struktur, Ordnung, Stabilität und Ausgleich sorgen. Watzlawick verwendet hierfür die Begrifflichkeiten „Kalibrierung“, im Sinne der Einstellung eines Systems und die „Stufenfunktion“ (Watzlawick et al. 1982: S. 135). Die Stufenfunktion unterstützt gleichermaßen wie Rückkopplungen das System in seiner Umweltanpassung. Intrafamiliäre Änderungen, wie beispielsweise Tod oder Psychose eines Mitglieds, aber auch starke äußere Umwelteinflüsse, wie Schulbeginn oder Heirat eines Kindes können Neu-Einstellungen und damit eine Neuorientierung (in Verhalten) des Systems verursachen (vgl. ebd.: S.136f.).

Um die Beziehung und das Kommunikationsverhalten von Personen in zwischenmenschlichen Systemen zu beschreiben, formulieren Watzlawick et al. fünf Axiome menschlicher Kommunikation. Die Kommunikation dient als Ausdrucksmittel der systemerhaltenden Wirkmechanismen eines Systems. Denn jede einzelne Mitteilung trägt zur Kontextdefinierung bei und bedingt den weiteren Verlauf der Interaktionen. Aber nicht nur Mitteilungen und Kommunikationsverhalten, sondern auch die

Definierung der Beziehung, die gewählte Interpunktion sowie subjektive Konstruktionen haben Einfluss auf einerseits die Art und Weise des Mitteilens, andererseits die Reaktionsmöglichkeiten des Interaktionspartners (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 126-127). Aufgrund der vielen Parameter, die Kommunikation unterschwellig beeinflussen, kann sie in der Hinsicht paradox sein, dass sie beziehungszerstörend sowie zugleich systemstabilisierend wirkt.

Im Folgenden werden kurz die einzelnen fünf Grundsätze menschlicher Kommunikation beschrieben, bevor auf paradox wirkende Mechanismen eingegangen wird.

3.5.3 Fünf Axiome menschlicher Kommunikation

*„Man kann nicht nicht kommunizieren.“
- Paul Watzlawick⁵*

Das 1. Axiom „Man kann nicht nicht kommunizieren“ bezieht sich darauf, dass jedes Verhalten – verbal oder nonverbal – in irgendeiner Form einen Mitteilungscharakter hat und somit Kommunikation ist. Bewusst oder auch unbewusst werden Signale gesendet, die das Gegenüber beeinflussen und Auswirkungen auf ihr Verhalten hat. So wird eine im Zug sitzende, schlafende Person meist nicht angesprochen, da sie den anderen mitteilt, „Ich bin müde, ich schlafe, Bitte nicht stören, ...“ (vgl. ebd.: S. 50-53). So findet in dieser Situation ein Kommunikationsaustausch statt, denn durch unser Verhalten sind wir in ständiger Kommunikation mit unserer Umwelt. Verhalten, so Watzlawick et al. (ebd. 1982: S. 51), „hat kein Gegenteil [...]: Man kann sich nicht *nicht* verhalten. Wenn man also akzeptiert, daß alles Verhalten in einer zwischenpersönlichen Situation Mitteilungscharakter hat, d.h. Kommunikation ist, so folgt daraus, daß man, wie immer man es auch versuchen mag, nicht *nicht* kommunizieren kann.“.

Das 2. Axiom besagt: „Jede Kommunikation hat einen Inhalts- und einen Beziehungsaspekt, derart, daß letzterer den ersteren bestimmt und daher eine Metakommunikation ist.“ (ebd.: S. 56). Dieser Grundsatz zwischenmenschlicher Kommunikation beschreibt, dass in einer Mitteilung zwei Botschaften stecken. Zum einen eine objektive Information und zum anderen eine persönliche Definition des Beziehungsangebots von Seiten des Senders an den Empfänger. Oft kommt der Beziehungsaspekt im Nonverbalen zum Ausdruck und spielt eine entscheidende Rolle für das Ge- oder Misslingen von Kommunikation (vgl. ebd.: S. 53-54).

⁵ Watzlawick et al. 1982: S. 53

In dem Theorem sprechen Watzlawick et al. von einer kreisförmigen statt linear-kausalen Kommunikationsstruktur. Es gibt nicht, wie herkömmlich vertreten, eine Ursache mit der Kommunikation beginnt, sondern Sprache und/oder Verhalten eines jeden Gesprächspartners ist immer Ursache und Wirkung zugleich. Ein häufig angeführtes Beispiel hierfür ist: Ein Ehemann geht abends in die Kneipe, weshalb seine Frau nörgelt – vs. – Die Frau nörgelt und aufgrund dessen zieht sich der Ehemann abends in die Kneipe zurück. Dieses Beispiel zeigt, dass aus jeder Perspektive das Verhalten des anderen der Auslöser ist und wird infolgedessen subjektiv als sogenannte Interpunktion/Beginn der Kommunikation wahrgenommen – eine häufige Quelle für Missverständnisse oder Konflikte. So formulieren Watzlawick et al. ein 3. Axiom, welches folgendes besagt: „Die Natur einer Beziehung ist durch die Interpunktion der Kommunikationsabläufe seitens der Partner bedingt.“ (vgl. ebd.: S. 57-59).

Der vierte Leitsatz der Kommunikationstheorie Watzlawick's schließt an das erste Axiom an und besagt: „Menschliche Kommunikation bedient sich digitaler und analoger Modalitäten.“ (Watzlawick et al. 1982: S. 68). Die verbale Kommunikation (Worte, Sprache, Schrift) gebraucht den digitalen Kommunikationsmodus, die nonverbale den analogen (vgl. Willemse/von Ameln 2018: S. 96). Die Unterscheidung und damit einhergehend die Bedeutung der beiden Modi für die Kommunikation gelingt mittels eines Beispiels: Das Wort und die Bedeutung „Tränen“ ist auf digitaler Ebene klar, auch wenn die einzelnen Buchstaben und Zuschreibung eher zufällig und willkürlich miteinander verbunden sind. Dennoch weiß jede Person, die der Sprache mächtig ist, worum es geht – auch wenn das Lesen oder die Aussprache des Wortes keine emotionale Reaktion hervorruft (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 62). Auf analoger Ebene hingegen ist dies – ohne eines Kontextrahmens oder ergänzender digitaler Information – nicht unbedingt eindeutig. Hier können Tränen ein Ausdruck von Freude, aber auch Trauer oder Schmerz sein (vgl. Willemse & von Ameln 2018: S. 98). So erklären Watzlawick et al. (1982: S. 68): „Digitale Kommunikationen haben eine komplexe und vielseitige logische Syntax, aber eine auf dem Gebiet der Beziehung unzulängliche Semantik. Analoge Kommunikationen dagegen besitzen dieses semantische Potential, ermangeln aber die für eindeutige Kommunikationen erforderliche logische Syntax.“. So liegt eine erhöhte Wahrscheinlichkeit gelingender Kommunikation dann vor, wenn digitale und analoge Botschaften als übereinstimmend erlebt werden (vgl. Ebbecke-Nohlen 2009: S. 39).

Mit dem fünften und letzten Grundsatz gehen Watzlawick et al. auf zwei mögliche Beziehungs-/Interaktionsformen in zwischenmenschlicher Kommunikation ein.

Interaktionen können demnach symmetrisch oder komplementär sein. Eine symmetrische Interaktion beschreibt eine auf Gleichheit beruhende Beziehung. Beide Partner sind auf einer Ebene, verhalten sich „spiegelbildlich“ und sind bemüht, Unterschiede zu vermeiden (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 69). Demgegenüber steht die komplementäre Interaktion. Hier stehen Gesprächspartner auf zwei Positionsebenen, die „auf sich gegenseitig ergänzenden Unterschiedlichkeiten basieren“ (ebd.: S. 69). Beispiele für natürlich komplementär orientierte Beziehungen sind: Mutter – Kind, Arzt – Patient oder auch Lehrer – Schüler, Rat suchende – Rat gebende, Fragender – Antwortender, etc. (vgl. ebd. 1982: S. 69). Diese Beispiele zeigen, dass „sich beide in einer Weise [verhalten], die das bestimmte Verhalten des anderen voraussetzt, es gleichzeitig aber auch bedingt“ (ebd.: S. 70).

3.5.4 Paradoxe Kommunikation

*„Wo Paradoxien menschliche Beziehungen vergiften, entsteht Krankheit.“
- Paul Watzlawick⁶*

Im vorherigen wurden die typischen Muster der Kommunikation zwischen Menschen näher beleuchtet. Die Unterscheidung in Inhalt- und Beziehungsebene, die Konzepte der Interpunktion sowie analogen und digitalen Kommunikation sowie die Unterscheidung von symmetrischen und komplementären Interaktionen sind in allen Kommunikationssituationen relevant.

Jedoch verläuft Kommunikation nicht immer reibungslos und den fünf wesentlichen Axiomen getreu. Widersprüchliche, gar paradoxe Mitteilungen und Signale sind möglich und haben – teilweise auch massive – Auswirkungen auf das Verhalten des Empfängers, den Kommunikationsfluss sowie die Beziehungsgestaltung der Interagierenden. Alle fünf Axiome bieten das Potential, Störungen in Kommunikation hervorzubringen (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 173-174). So bekräftigt Watzlawick (ebd. S. 185): „Wo Paradoxien menschliche Beziehungen vergiften, entsteht Krankheit“.

Allgemein liegen Paradoxien in der zwischenmenschlichen Kommunikation dann vor, sobald es in einer Nachricht zwei unvereinbare Signale auf der verbalen und nonverbalen Ebene gibt. Laut Sautter (2009: S. 51) spricht man in der Kommunikation „von Paradoxien, wenn die nonverbale Ebene, die den Rahmen definiert, wie eine Botschaft verstanden werden soll, in diametralem Widerspruch zu der gleichzeitig erfolgten verbalen Aussage steht. Damit widerspricht das Element dem Rahmen.“

⁶ Watzlawick et al. 1982: S. 185

Als Beispiel für eine paradoxe Kommunikation kann hier eine Person angeführt werden, die mit geballter Faust und einem Lächeln im Gesicht zu seinem Gegenüber sagt: „Nein, ich bin nicht wütend.“. Mit der sogenannten „paradoxe[n] Kommunikation“ Watzlawicks et al. (1982: S. 171) werden insbesondere die Doppelbindungstheorie, aber auch widersprüchliche Handlungsaufforderungen sowie Voraussagen in Verbindung gebracht (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 173-174).

Die Theorie der „Doublebinds“, oder Doppelbindungen / Doppelbotschaften gilt als die Geburtsstunde der Systemischen Familientherapie und prägte deren Entwicklung maßgeblich, auch wenn sie bis heute umstritten und nicht empirisch bewiesen ist (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 194; Sautter 2009: S. 49; von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 97-98). Der Begriff „Doublebind“ bezieht sich auf bestimmte Strukturen zwischenmenschlicher Wechselbeziehungen, die in sich keine Kongruenz aufweisen (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 195). Eine existentiell bedeutsame, enge Beziehung der beteiligten Personen bildet die Basis. Das Gefährliche – und für die systemische Familientherapie Wesentliche – an den Doppelbotschaften ist, dass der Empfänger in seinen Reaktionsmöglichkeiten gelähmt wird und nur über den Wechsel in die Metakommunikation, sprich die Kommunikation über die Kommunikation aus der Situation herauswachsen kann. Im System Familie werden Kinder nun bereits von klein auf in ihrem ersten System'kontakt' weitgehend geprägt. Wenn nun dort paradoxe Kommunikationsmuster die vorherrschende Beziehungsstruktur abbilden, werden sie als normal (und existenzsichernd) wahrgenommen sowie „trainiert“ und später unbewusst verwendet. Beim Gegenüber wird dann entweder ein eigenes „Trauma“ getriggert oder er antwortet „gesund“, indem er nicht in die Falle tappt, d.h. die Widersprüchlichkeit wahrnimmt und zum Ausdruck bringt (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 197f.; Sautter 2009: S. 54-56).

Für das System- und Kommunikationsverständnis der Palo-Alto Gruppe, v.a. durch Watzlawicks Axiome geprägt, sind zusammenfassend folgende Aspekte entscheidend: Systeme bestehen aus Menschen, die nach bestimmten, eigendynamischen Mustern und Regeln sich verhalten, kommunizieren und in Beziehung gehen. Durch ihre Sprache, ihre Art der Kommunikation und Beziehungsgestaltung kreieren sie eigendynamische Prozesse und Strukturen, die in ihrer individuell konstruierten Welt, also innerhalb ihrer Systemgrenze, als richtig und angebracht verstanden werden. Individuelle Wahrheiten, Prägungen und Wirklichkeiten in Auffassung, Beziehungs-, Kommunikationsgestaltung und Verhalten entstehen, die möglicherweise im Umweltkontakt zu Irritationen und Konflikten führen können (vgl. Watzlawick et al. 1982: S. 195, 209-212).

Die Systemtheorie nach Luhmann, sowie das Systemverständnis und die Kommunikationstheorie der Palo-Alto Gruppe/ Watzlawicks unterscheiden sich in einigen Punkten, bzw. unterliegen unterschiedlichen Auslegungen. Gleichzeitig lassen sich aber auch Parallelen sowie gegenseitige Bezüge und Einflüsse finden. Einig sind sie sich auch in der Integration kybernetischer und konstruktivistischer Erkenntnisse.

Gemeinsam bilden sie die Basis des systemischen Ansatzes und den daraus entstandenen Weiterentwicklungen in systemischen Beratungs- und Therapiekonzepten, Methoden, Tools und Interventionen. Aufgrund dessen rahmen sie diese Arbeit.

3.6 Weiterentwicklungen

Während in der klassischen Systemtheorie – ein Vertreter davon ist Niklas Luhmann – vor allem ein System als Form der Kommunikation betrachtet wird, geht es in der systemischen Familientherapie insbesondere um die Beziehungen unter den Menschen. Die Palo-Alto Gruppe, mitunter Watzlawick und Virginia Satir liefern hierzu erste Impulse, auf denen die folgenden weiteren Schulen aufbauen.

3.6.1 Mailänder Gruppe

Die Mailänder Gruppe, bestehend aus den vier Therapeut(inn)en Maria Selvini Palazzoli, Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin und Guiliana Prata, entwickelte das „Mailänder Modell“, das für die Entwicklung der systemischen Beratung und Therapie wesentlich ist. Maria Selvini Palazzoli, die mit Magersüchtigen psychoanalytisch arbeitete, gewann durch Gregory Bateson eine systemische Perspektive und gründete 1967 das erste familientherapeutische Zentrum in Italien. In den Anfängen wurde das Team der Mailänder Gruppe in ihrer Arbeit mit Familien mit magersüchtigen/schizophrenen Mitgliedern oder schizophrenen Interaktionsmustern viel von Watzlawick begleitet und unterstützt (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2003: S. 26-27; Wikipedia „Systemische Therapie“).

Ihrer Auffassung nach wird eine Familie als ein „regelgeleitetes System“ betrachtet (von Schlippe/Schweitzer 2003: S. 28), in dem sich Regeln und Muster im Verhalten entwickeln – ähnlich zu Spielregeln in einem Spiel. Ziel des Therapieprozesses und der verwendeten Interventionen ist es daher, nicht den Klienten zu verändern, sondern „so schnell wie möglich das Familienspiel aus dem Gleichgewicht zu bringen, es zu verändern und die Regeln auszutauschen, nach denen die familiäre Interaktion organisiert ist“ (ebd.: S. 30).

Hierfür entwickelten sie eine Methode, die zentral für den Mailänder Ansatz und ein Vorläufer des reflektierenden Teams ist. Auch das „Zirkuläre Fragen“ geht auf die Mailänder Gruppe und deren Ansatz zurück (vgl. ebd.: S. 32).

3.6.2 Heidelberger Schule

In fachlicher Zusammenarbeit mit der Palo-Alto Gruppe und den Mitgliedern des Mailänder Modells entstand unter der Leitung des deutschen Psychoanalytikers Helm Stierlin's in den 1980er Jahren die Heidelberger Schule, deren Mitglieder Namen wie Gunthard Weber, Fritz B. Simon, Gunther Schmidt, Jochen Schweitzer und Arnold Retzer sind. Helm Stierlin gilt im deutschsprachigen Raum als einer der Pioniere der Familientherapie, da er u.a. bei G. Bateson und Ivan Boszormenyi-Nagy lernte. Auf den Ungarn I. Boszormenyi-Nagy geht die Mehrgenerationenperspektive zurück, die von H. Stierlin aufgenommen wurde und heute ein wesentlicher Bestandteil systemischer Therapie und Beratung ist (vgl. Wikipedia „Systemische Therapie“; Boeger 2018: S. 131-132).

Nach Stierlin hat eine Person zwei Grundbestrebungen in seiner Entwicklung – einerseits den Wunsch nach Selbstentfaltung und Abgrenzung, genannt Individuation, andererseits die Sehnsucht nach emotionaler Nähe und Bezogenheit zu den Mitmenschen. Als psychisch gesund bezeichnet er diejenigen, denen es gelingt, beide Fähigkeiten ergänzend und in Balance zu entwickeln. Treten jedoch Individuationsstörungen auf, beruhen diese auf der Art des familiären Bindungs- und Beziehungsmuster sowie dem damit einhergehenden Ablösungsspielraum.

Um Antworten zu finden, hilft u.a. die Mehrgenerationenperspektive, die sich darauf bezieht, dass Konflikte, Bindungs-/Beziehungsmuster oder Rollenzuschreibungen oftmals von Generation an Generation delegiert oder weitergegeben werden. Die Versöhnung, Aufdeckung des Konflikts, die Anerkennung und Betrauerung stehen hier an erster Stelle, bevor neue Wege und Perspektiven gesucht werden (vgl. ebd.: S. 131-132). Als Methoden und Tools für die Mehrgenerationenperspektive eignen sich das Genogramm oder die Arbeit mit Aufstellungen.

Insgesamt kennzeichnet sich die Heidelberger Gruppe nicht nur durch Stierlin's Impulse aus, sondern wird insbesondere mit der systemisch-konstruktivistischen Perspektive und dem narrativen Ansatz in Verbindung gebracht (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2003: S. 40f.; von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 35).

3.6.3 Schule von Milwaukee

*„Der Lösung ist es egal, wie das Problem entstanden ist.“
- Steve de Shazer⁷*

Der lösungsorientierte Ansatz – auch als die Schule von Milwaukee oder die lösungsfokussierte Kurzzeittherapie bezeichnet – wird mit Steve de Shazer und seiner Frau Insoo Kim Berg in Verbindung gebracht. De Shazer, der der Schule des Mental Research Institute in Palo Alto entstammt und sowohl von Milton Erickson als auch dem österreichischen Philosophen Ludwig Wittgenstein beeinflusst wurde, begründete 1978 gemeinsam mit seiner Frau und weiteren Teammitgliedern das „Brief Family Therapy Center“ (BFTC) in Milwaukee/Wisconsin in den USA (vgl. Wolf 2016: S. 75f.).

Sein Therapieansatz kennzeichnet sich v.a. dadurch aus, dass er sich massiv von der Problemgeschichte und Problemsicht des Klienten abwendet und den Fokus auf Ziele, Wünsche und Ausnahmen des Problems legt. Steve de Shazer (Boeger 2018: S. 150) äußert hierzu: „Problem talk creates problems, solution talk creates solutions“. Indem der Blick auf vergangene Episoden, in denen das Problem nicht vorhanden war, gelenkt wird, versucht der Therapeut an unbewusst verankerte Lösungs- oder Veränderungsressourcen anzuknüpfen, auf die der Klient bereits zurückgreifen konnte. Denn es ist davon auszugehen, dass jedes System die Ressourcen besitzt, die zur Problemlösung benötigt werden, aber bis dato unbenutzt blieben. Die Wunderfrage oder die Problemskalierung und damit einhergehend die Frage nach Unterschieden/Ausnahmen/Ressourcen bilden gute Instrumente, um mögliche Ressourcen oder Ausnahmen des Problems herausarbeiten zu können. Auch der Einsatz von kleinen Hausaufgaben wirkt unterstützend, da sie eine Musterunterbrechung und Umsetzung der Ausnahmen im Alltag anregen (vgl. Sautter 2009: S. 71; Boeger 2018: S. 152-153).

Sowohl das Mailänder Modell als auch die Methode der Heidelberger Gruppe sowie die Schule von Milwaukee wurzeln auf dem Ansatz der Palo-Alto Gruppe. Dennoch unterscheiden sie sich enorm. Während das Mailänder Modell „stark an kybernetischen Konzepten sich selbst erhaltender familiärer homöostatischer Regelmechanismen und der Möglichkeit gezielter strategischer Interventionen ausgerichtet ist“, setzt die Schule von Milwaukee auf das „Prinzip der Kooperation“ zwischen Klienten und Therapeut (Wolf 2016: S. 76, 77). Der Therapeut als

⁷ Homepage „Heilpraktikerpraxis für Psychotherapie“

Beobachtender beeinflusst das Beobachtete (= Klientensystem) und wird damit Teil der konstruierten Wirklichkeit des Klienten. Klient und Therapeut kooperieren daher auf die Art und Weise, dass sie konstant in Wechselwirkung agieren und auf das Verhalten des Anderen antworten (vgl. Wolf 2016: S. 77; Sautter 2009: S. 70).

3.6.4 Der hypnosystemische Ansatz

Die hypnosystemische Therapie geht maßgeblich auf den Facharzt für psychosomatische Medizin und Psychotherapie Gunther Schmidt zurück. Er verbindet Elemente der Hypnotherapie nach Milton Erickson mit systemisch-konstruktivistischen Modellen zu einem ganzheitlich-lösungsfokussierenden und kompetenzaktivierendem Konzept. Im Fokus der Betrachtung steht das Generieren einer Lösungs trance bei (bewussten/unbewussten) intrapsychischen Prozessen. Dabei geht es allerdings nicht darum, den Klienten in eine hypnotische Trance zu versetzen. Der Begriff Trance bezeichnet im hypnosystemischen Ansatz „[a]lles Erleben, bei dem Unwillkürliches dominiert“ (Schmidt 2016: S. 80). Klient(inn)en werden unterstützt, eigene Ressourcen wieder zu entdecken und anzuwenden, und hilft wertvolle Signale aus dem Unbewussten wahrzunehmen (vgl. Schmidt 2016: S. 78-81; Wikipedia „Hypnosystemische Therapie“).

3.6.5 Der narrative Ansatz

*„Die Identität eines Menschen besteht aus der Summe der Geschichten,
die er über sich zu erzählen weiß.“
- Henriette Schildberg⁸*

Michael White und David Epston gelten als zentrale Vertreter des narrativen Ansatzes im Feld der systemischen Therapie und Beratung. Der narrative Ansatz versteht, dass sich (soziale) Systeme, bzw. Kommunikationssysteme über Kommunikation selbst beschreiben und sich durch das Erzählen von Geschichten stabilisieren. So vertreten Unterschiedliche Wirklichkeitsbilder, Erfahrungen und Gedanken kommen in Geschichten gebündelt zum Ausdruck und werden in ihnen auf bestimmte Weise strukturiert, interpunktiert und mit jeder Wiederholung gefestigt. So kreieren soziale Systeme gemeinsam durch das Teilen von Erzählungen ihre Wirklichkeit (vgl. Willemse/von Ameln 2018: S. 16; von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 59-60). Denn „es sind nicht die *Erfahrungen*, die Menschen prägen, sondern die *Geschichte*, die er

⁸ Schildberg 2001: S. 24f., zit. nach Palmowski 2014: S. 50

oder sie bzw. das jeweilige soziale Bezugssystem aus den Erfahrungen macht“ (von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 60).

Ziel der narrativen Therapie ist es, problematische Aspekte einer Erzählung zu dekonstruieren und alternative/neue „Erzähllinien“ zu erfinden (ebd.: S. 62).

Teil und Basis des narrativen Ansatzes ist neben dem Konstruktivismus auch der soziale Konstruktivismus. Der Konstruktivismus besagt, wie schon bereits erwähnt, dass Vorstellungen über Wirklichkeiten auf Beobachtungen und Konstruktionen beruhen. Der soziale Konstruktivismus erweitert dies um die Komponente Sprache und soziales Miteinanderreden. Das heißt, Wirklichkeitsvorstellungen sind soziale Konstruktionen, die wir im Gespräch mit unserer Sprache und unseren Erzählungen erzeugen, fortschreiben und verändern. Sprache rückt in den Mittelpunkt. Sie wird nicht mehr als „informativ verstanden, sie bildet Sachverhalte nicht mehr ab, sondern sie wird formativ, das heißt, sie erzeugt Wirklichkeit“ (Palmowski 2014: S. 42). Indem wir uns also erzählen, formen und kreieren wir Wirklichkeiten und Identitäten. Diese können sich je nach Art und Bedeutung der Erzählung – auch in unterschiedlichen Kontexten – unterscheiden (vgl. Palmowski 2014: S. 42f., von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 122f.).

4 Grundpfeiler systemischer Beratung im psychosozialen Bereich

*„Kein Problem kann durch dasselbe Bewusstsein gelöst werden, das es kreiert hat.“
- Albert Einstein⁹*

Das systemische Denken unterscheidet sich maßgeblich von den traditionellen humanistischen, behavioristischen und psycho-analytischen Beratungs- und Therapieansätzen. Indem der Blick auf das Ganze gerichtet, bzw. ein Individuum in seinem (privaten, gesellschaftlichen wie beruflichen) Lebens-, Beziehungskontext eingebettet betrachtet wird, hat dies nicht nur Auswirkungen auf die Art und Weise der Beratung, sondern auch auf die Haltung des/der Beratenden sowie das Ziel.

Der Theorie nach sind soziale Systeme autopoietisch, selbstreferentiell, selbstorganisierend und -steuernd, sowie autonom. Aufgrund von eigenen Strukturen, Dynamiken, Prozessen, Mustern und Regeln unterscheiden sie sich von ihrer Umwelt und ziehen von innen heraus Grenzen. Ähnlich zu einem Mobile sind die einzelnen Elemente miteinander in einem Zusammenspiel verbunden und systemerhaltende Mechanismen im Inneren eines Systems sorgen für den Ausgleich von Dysbalancen,

⁹ Palmowski 2014: S. 42

das Aufrechterhalten des Gleichgewichts und die stetige Reproduktion. Dabei wird alles, was von außen einwirkt und nicht passt, zunächst als Störung erlebt (vgl. Boeger 2018: S. 116-117; Meier-Gantenbein/Späth 2012: S. 299-300). Solange ein System funktioniert, gibt es kein Problem. Wenn jedoch pathologische, dysfunktionale Strukturen und Prozesse überwiegen, sowie Systemelemente weg- und ausbrechen oder nicht mehr ihren Beitrag zur Aufrechterhaltung des Gleichgewichts leisten können, bzw. wollen, bedarf es Veränderung. Auch wenn sich Systeme selbst regulieren, ist dennoch manchmal Unterstützung von außen notwendig. Dies zeigt folgendes Beispiel: ein Systemmitglied will nicht aus dem System fallen, sondern lediglich seine Position – aus welchen Gründen (persönlich, beruflich, gesundheitlich, etc.) auch immer – verändern. Ein innerer Konflikt zwischen Autonomie/Individuation und Zugehörigkeit/ Bezogenheit zum System etabliert sich (vgl. Madelung/Innecken 2006: S. 31). Aus eigenen Kräften gelingt ihm/ihr das jedoch nicht, sodass er/sie beratende Unterstützung benötigt. Was bedeutet dies nun für die Beratung?

Dies sowie die grundlegende systemisch-konstruktivistische und systemisch-phänomenologische Betrachtungsweise werden im Folgenden dargestellt. Im weiteren Verlauf werden drei systemische Methoden in ihrer Praxis vorgestellt, bevor sich im empirischen Teil der Blick auf die Wirkweise und Veränderungspotentiale im Rahmen dieser Methodeneinsätze richtet.

4.1 Bedeutung von Systemstruktur und -beziehungen für die Beratung

Ein Blick in die Tiefe von Systemen ist Bedingung, um diese wandeln zu können, worauf die Theorie U von Carl Otto Scharmer verweist. Denn hinter sichtbaren Prozessen und Dynamiken liegen verborgene Kräfte, Spannungen und Regeln, die es zu beobachten, zu beschreiben, zu verstehen und behutsam – sofern nötig – aufzudecken gilt (vgl. Müller-Christ/Pijetlovic 2018: S. 83).

In der systemischen Beratung oder Therapie wird daher der Fokus insbesondere auf Wechselwirkungen, Interaktionen und die Kommunikation von Menschen gelegt. Dies zeigt, dass v.a. die Kultur, das Beziehungsgefüge, mögliche Konstrukte und Gesetzmäßigkeiten sowie Ressourcen von Bedeutung sind. Es wird nicht nach der Ursache, also dem Warum für ein bestimmtes Verhalten gefragt und geforscht, sondern man geht davon aus, dass jedem Verhalten eine gewisse Funktion, gar Nützlichkeit oder Sinnhaftigkeit im jeweiligen Kontext zugrunde liegt. Daher gilt es die Funktion des Verhaltens zu eruieren, um so neue Impulse und Sichtweisen setzen zu können. Denn autopoietische Systeme sind von außen, d.h. im beratenden Setting, von Beratenden nur indirekt beeinflussbar, indem sie zu veränderten Perspektiven, Bildern und Konstrukten eingeladen werden können.

Zunächst interessiert die im Äußeren sichtbare Systemkultur und -struktur. Wie funktioniert, bzw. organisiert sich das System? Wer hat oder übernimmt welche Rolle/Funktion, bzw. ist wie eingebunden? Während das Familiensystem meist überschaubar ist, ist insbesondere im organisationalen Bereich die Theorie sozialer Systeme nach Luhmann eine große Stütze, da hier v.a. die Kommunikation sowie die Definition über die Funktion und weniger die einzelne Person im Fokus steht. Dadurch ist Komplexität in großen Kontexten gut reduzierbar.

Im Weiteren ist das Beziehungsgefüge von Bedeutung. Wie wird innerhalb des Systems Beziehung gelebt, definiert und gestaltet? Wovon ist sie geprägt? Welche (verborgenen) Bindungen und/oder Verstrickungen liegen vor? Die gelebten oder definierten Beziehungen innerhalb eines Systems unterliegen meist bestimmten systemeigenen Regeln und Muster. Auch die Art der Kommunikation liefert Hinweise auf die (teilweise unsichtbaren) Beziehungsgeflechte eines Systems. Diese beruhen zum Teil auf allgemeinen Gesetzmäßigkeiten, sind aber auch Ergebnis und Dynamik stetiger Adaption und Eigenständigkeit/ Autonomie. Um hier als Beratende Einblicke zu bekommen, kann das Genogramm, sowie die Methode der Systemaufstellungen hinzugezogen werden (vgl. Palmowski 2014: S. 35; Boeger 2018: S. 116f.; Ebbecke-Nohlen 2009: S. 43-44; Müller-Christ/Pijetlovic 2018: S. 84-85).

Neben möglichen zugrundeliegenden prägenden Konstrukten nehmen auch Verletzungen in allgemeinen Systemgesetzmäßigkeiten Einfluss auf die Balance in sozialen Systemen und sind daher Bestandteile der Beratung. Bevor auf die Bildung von Konstrukten und die Bedeutung dessen im systemisch beratenden Kontext eingegangen wird, werden kurz wesentliche Grundgesetze von sozialen Systemen beschrieben.

4.2 Allgemeine Gesetzmäßigkeiten in Systemen

Unterschwellig, in der Tiefe von sozialen Systemen wirken Muster und Regeln – unabhängig von Person und Beziehung –, die mittlerweile als allgemeine, grundlegende Gesetze anerkannt werden. Dass dem so ist, zeigt sich immer wieder in der systemischen Praxis. So verschwindet zum Beispiel ein Problem oder ein Symptom erst durch Wiederherstellung oder Anerkennung dieser allgemeinen Gesetzmäßigkeiten und nicht durch den Austausch einer Person. Einige zentrale Grundsteine sind das Recht auf Zugehörigkeit, sowie auf Anerkennung und Wertschätzung. Die Zugehörigkeit zu einem sozialen System (Familie, Organisation etc.) ist für das Überleben existentiell notwendig und auch jeder Beitrag, jede Leistung will gesehen und gewürdigt werden. Weitere sind das Gleichgewicht von Geben und

Nehmen, die Einhaltung von Ordnungen. So haben Frühere aufgrund ihrer längeren Systemteilnahme Vorrang vor Späteren, aber ein neues Teilsystem vor dem altem, bzw. das Gesamtsystem vor dem Einzelnen. Grundlegend ist auch die Anerkennung von dem, was ist, denn im Anerkennen des So-Seins können systemeigene Kräfte aktiviert werden. Für das Gesunden des Systems ist das Schaffen eines Ausgleichs essenziell (vgl. Müller-Christ/Pijetlovic 2018: S. 86-90).

In der systemischen Beratung ist das Bewusstsein dieser tiefen Ebene in Systemen für Transformations- und Veränderungsprozesse unerlässlich.

Zudem braucht es das Wissen von und um Konstrukte und verschiedenen Umwelt- und Wirklichkeitssichten.

4.3 Umgang mit Konstrukten und Wirklichkeiten in systemischer Beratung

*„Bei unserer Wahrnehmung der Welt vergessen wir alles, was wir dazu beigetragen haben, sie in dieser Weise wahrzunehmen.“
- Francisco Varela¹⁰*

Miller (2021: S. 25) beschreibt Wirklichkeit als „eine subjektgebundene Konzeption“ eines jeden Einzelnen. In zwischenmenschlicher Interaktion, bzw. Kommunikation sowie auch im beratenden Setting passiert nun folgendes: Mit meinem Bild der Welt und Blick auf Wirklichkeit, welches/welcher von Kindheit an durch bestimmte Erfahrungen, Muster und Regeln in Verhalten, Kommunikation und Beziehung geprägt, konstruiert und reproduziert wurde, begegne ich anderen und verhalte mich ihnen gegenüber, bzw. kommuniziere mit ihnen dementsprechend. „Meine Wirklichkeit“ spiegelt sich daher in der Art und Weise meines (gelernten) Beziehungs-, Kommunikations- und Interaktionsverhaltens/-angebots wider. So schaffen meine gelebten Systeme Konstrukte über Wirklichkeiten, erhalten und definieren sich darüber und grenzen sich auch dadurch von anderen ab. Aber auch mein Gegenüber wird von seinen eigenen, geprägten Konstrukten determiniert und empfindet diese zunächst als real und wirklich. Signale und Botschaften, die von einem Beobachtenden an einen anderen Beobachtenden gerichtet werden, treffen möglicherweise auf ähnliche Konstrukte und werden als kongruent und passend wahrgenommen. Die Folge ist ein eher reibungsloser Austausch, bzw. anders gesagt: zwei subjektive, aber vorwiegend stimmige Wirklichkeiten treffen aufeinander und werden zu einer (objektiv) geteilten Wirklichkeit. Anders verhält es sich jedoch, wenn zwei Wirklichkeitskonstruktionen aufeinandertreffen, die nicht übereinstimmen. Irritationen, Kommunikationsschwierigkeiten bis hin zu Unverständnis in Aussagen,

¹⁰ Varela 2002: S. 306

Reaktion und Verhalten sind die Folge, da das beobachtete Handeln und Kommunizieren nicht in die eigene perzeptive Wirklichkeit und Wahrheit eingeordnet werden kann (vgl. Miller 2021: S. 25-29; Groth 2017: S. 24; Boeger 2018: S. 123f.; Willemse/von Ameln 2018: S. 64; Ebbecke-Nohlen 2009: S. 48).

Daher kann Wirklichkeit aus vielen möglichen Perspektiven betrachtet werden. Dies trifft auch auf die Wahrnehmung und Sicht auf ein Problem zu. Laut von Schlippe & Schweitzer (2016: S. 147) ist Wirklichkeit „das Produkt wirksamer Unterscheidungen“, für die wir als selbstreferentielle, nichttriviale Person in hohem Maße eigenverantwortlich sind. Auch bei Entstehung von Konflikten und Problemen sind wir durch unsere „Brille“ und Welt-Konstruktion beteiligt. So wird unter anderen Einflüssen eine andere Wirklichkeit aufgebaut, gelebt und ein Problem aus einer anderen Perspektive wahrgenommen, bzw. gar nicht als Problem betrachtet (vgl. Palmowski 2014: S. 39; Ebbecke-Nohlen 2009: S. 30, 47-48; von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 147).

Einige verfügen nun über Ressourcen, Erfahrungen und Fertigkeiten, um mit nicht-identischen Wirklichkeiten umgehen zu können. Andere hingegen eher nicht und verstricken sich, da sie die Situation aufgrund ihrer Parameter interpretieren und entsprechend anders, befremdlich oder gar unpassend darauf reagieren. Dabei kommt es oft zu Schwierigkeiten in Kommunikation, unausgesprochenen Konflikten, Unterstellungen oder unverhältnismäßig emotional konnotierten Äußerungen. Ein Beispiel hierfür ist die Geschichte mit dem Hammer von Paul Watzlawick (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 14). Um sich selbst sowie den anderen zu verstehen und Lösungs-, sowie Verhaltensstrategien an die Hand zu bekommen, wird gerne auf Beratung / Coaching zurückgegriffen.

Von Bedeutung in Beratung ist daher, die bestehenden Konstrukte kennenzulernen, sowie im Prozess zu reflektieren. Welche Welten bestehen? Wie wird Wirklichkeit konstruiert? Wie wird sie erzählt? Was ist die Selektion? Und, welches Ereignis steckt möglicherweise dahinter?

Wirklichkeiten verfestigen sich nicht nur in den Wahrnehmungen, Deutungen und Sichten, sondern auch in den Erzählungen darüber. Ein Ziel der systemischen Beratung ist deshalb, den Klienten darin zu unterstützen, ihre Perspektive auf die Welt, sowie individuelle Wirklichkeitskonstruktion und eigene blinde Flecken ins Bewusstsein zu rücken, zu irritieren und somit Transformationsprozesse anzuregen, bzw. zu begleiten. Durch die Erarbeitung/das Aufzeigen weiterer möglichen Sichtweisen, ist eine Änderung in Unterscheidung und Wahrnehmung möglich. Werden Verfestigungen und Erstarrungen beseitigt, aktiviert das die Selbstregulation des Systems, da alle notwendigen Ressourcen hierfür vorhanden sind (vgl. Madelung 1996: S. 193). Denn „erst wenn wir erkannt haben, dass die Art und Weise, wie wir

die Welt und unsere Mitmenschen sehen, auch anders möglich wäre, ist es möglich, neue und hilfreichere Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln.“ (Willemse/von Ameln 2018: S. 10). Wichtig ist dabei allerdings, zu berücksichtigen, dass „alles, was gesagt wird, [...] von einem Beobachter gesagt [wird]“ (Palmowski 2014: S. 37) und eine Haltung des Nicht-Wissens einzunehmen. Das Nicht-Wissen bezieht sich genau auf die Möglichkeit der unterschiedlichen Wirklichkeits-Sichten und ermöglicht das Sich Einlassen auf Neue und das Zurückstellen eigener. Demnach ist es hilfreich und gewinnbringend, den Fokus auf den einzelnen, sowie weitere systeminterne Beobachtende(n) zu lenken, anstatt sich auf das Objekt/Thema auszurichten.

Neben der soeben genannten systemisch-konstruktivistischen Perspektive, auf der einige Methoden und Tools basieren, gibt es auch die systemisch-phänomenologische Perspektive. Letztere ist v.a. im Kontext der Familien- und Systemaufstellungen vertreten und wird daher auch unter diesem Kapitelpunkt genauer beleuchtet (siehe 5.1.3).

5 Praxis systemischer Ansätze, Methoden und Tools

*„Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung.“
- Antoine de Saint-Exupéry¹¹*

Nicht mehr der Einzelne mit seinem Problem bildet das Zentrum, sondern die Person in den kontextbezogenen Wechselbeziehungen. Das bedeutet, dass insbesondere die Prozesse, die die Beziehungen konstituieren den Beratenden interessieren. Zum einen sind das die Kommunikations- und Interaktionsmuster zwischen Systemmitgliedern und zum anderen seine subjektiv konstruierten Bilder der Beziehung, Beziehungspartner und dem Kontext. Auch im vorherigen Kapitel zeigte sich, dass systemisch basierte Beratung vielschichtig und von verschiedenen Faktoren abhängig ist.

Daher ist das Ziel systemischer Methoden, Tools und Interventionen zunächst, die problemerhaltenden Wirklichkeiten, Auffassungen und Prozesse des Klienten zu erfassen, dann zu irritieren, um dann den Blickwinkel zu erweitern und neue Möglichkeitsräume und Handlungsalternativen generieren zu können. Dies geschieht stets eingebettet in den Systemkontext, d.h. auch die Funktion und der „Sinn“ des Problems im System werden mit einbezogen sowie neu entwickelte Lösungen auf die

¹¹ <https://gutezitate.com/zitat/154410>

Handlungsmöglichkeiten in diesem Systemkontext abgestimmt (vgl. Wikipedia „Systemische Therapie“).

Da der systemische Ansatz interdisziplinär ist und daher Elemente aus vielen verschiedenen Beratungsansätzen vereint, können praktizierende Beratende auch auf eine Reihe von Methoden, Tools und Interventionen zurückgreifen.

Alle Methoden, Tools und Interventionen auf Basis des systemischen Ansatzes eint neben der Kontextbezogenheit, die Lösungs- und Ressourcenorientierung. Dies bedeutet, dass nicht Defizite, Traumata der Vergangenheit sowie die Suche nach Ursachen von Problemen im Vordergrund stehen, sondern gezielt nach Lösungsmöglichkeiten und Kraftquellen gesucht wird (vgl. Madelung/Innecken 2006: S. 33).

Drei dieser Methoden, sowie eine Auswahl an möglichen, zentralen Fragetechniken im systemisch beratenden Kontext werden genauer beleuchtet, bevor diese dann auf ihre Wirkweise und ihre Transformations-, bzw. Veränderungspotentiale empirisch untersucht werden.

5.1 Systemaufstellungen

*„Anerkennen, was ist.“
- Bert Hellinger¹²*

Systemaufstellungen, bzw. Familienaufstellungen im beratenden oder therapeutischen Setting sind räumliche, szenische Darstellungen von Beziehungsstrukturen innerhalb eines sozialen Systems, mithilfe derer innere Bilder eines Systems nach Außen gebracht werden können (Weinhold et al. 2014: 13).

Die externalisierte szenische Darstellung eines Anliegen sowie die repräsentative Wahrnehmung der StellvertreterInnen liefert Hinweise auf Struktur, Beziehungsfüge und Kommunikation des aufgestellten Systems. Kombiniert mit Interventionen durch den/die Beratende(n)/ Therapeuten/Therapeutin sind Perspektivwechsel, Blickwinkel-erweiterungen und die Gewinnung lösungsrelevanter Informationen möglich (vgl. Weber 2012: 32f.). Aufgrund des Einsatzes und Hilfeleistung von Stellvertretenden wird diese Methode gerne im Gruppensetting verwendet. Für das Einzelsetting kann beispielsweise auf Figuren oder Skulpturen zurückgegriffen werden.

Vorläufer dieser Methode sind u.a. im Psychodrama Jakob L. Morenos, in der Familientherapie nach Virginia Satir, in der Mehrgenerationenperspektive Ivan

¹² Titel von Hellinger/ ten Hövel (2007)

Boszormenyi-Nagys oder das nach 1978 in Deutschland entwickelte Familienbrett von Kurt Ludewig und seinen Mitarbeitenden.

Auch wenn Bert Hellinger insbesondere in seinen letzten Schaffensjahren zunehmend in Kritik geriet, setzte er mit den Familienaufstellungen den Grundstein für die Arbeit mit Aufstellungen und eine Vielzahl an Weiterentwicklungen, sowie beispielsweise die Systemischen Strukturaufstellungen (Matthias Varga von Kibéd u. Insa Sparrer) und die Organisationsaufstellungen (Gunthard Weber u.a.) (vgl. Weber 2012: 33 und Weinhold et. al 2014: S. 19, 32f.).

Neben Bert Hellinger und seinem systemisch-phänomenologischen Zugang prägt auch die Heidelberger Schule mit dem systemisch-konstruktivistischen Ansatz die Aufstellungspraxis maßgeblich. Außerdem ist eine zentrale Studie zur Wirksamkeit von Systemaufstellungen zu nennen. Diese ist unter dem Titel „Dreierlei Wirksamkeit. Die Heidelberger Studie zu Systemaufstellungen“ (Weinhold et al. 2014) veröffentlicht worden.

5.1.1 Unterscheidung Familien-, Organisations- und Strukturaufstellungen

Systemaufstellungen können in Familien-, Organisations- und Strukturaufstellungen untergliedert werden. Dabei unterscheiden sie sich nicht wesentlich im Ablauf, Setting und Rahmen. Zudem können sie manchmal auch nicht strikt voneinander getrennt werden, sowie das beispielsweise bei einer Aufstellung zu einem Familienunternehmen der Fall sein könnte.

Dennoch setzen sie unterschiedliche Schwerpunkte und Ziele.

Familienaufstellungen betreffen konkrete Kontexte von Individuen und zielen v.a. auf das Lösen von Verstrickungen und ungewollten Bindungen. Die Herstellung von Ordnung, gesunden Bindungen sowie des Ausgleichs steht im Vordergrund.

Diese Prinzipien greifen auch bei Organisationsaufstellungen, die eine Variante der Familienaufstellungen ist. Bei Organisationsaufstellungen geht es insbesondere um die Verbesserung der Funktionsfähigkeit von Unternehmen und Organisationen. So spielt nicht nur die Analyse der Beziehungsebene, sondern auch die der Sachebene von Unternehmen eine tragende Rolle.

In Strukturaufstellungen können lediglich die Strukturen von Systemen aufgestellt werden. Darin können neben Personen auch abstrakte Systemelemente (wie Fokus oder innere Anteile) berücksichtigt werden. Verschiedene Formate bilden die Grundlage, sowie beispielsweise die Tetralemma-Aufstellung (vgl. Müller-Christ/Pijetlovic 2018: S. 13f.; Hartung/Spitta 2020: S. 17).

5.1.2 Formale Ablauf

Ein Aufstellungsprozess kann grundlegend grob in zwei Prozessphasen unterteilt werden. Die erste Phase, auch der hypothesenverdichtende Prozess genannt, dient dem Bestätigen vorhandener Zusammenhänge sowie der Entwicklung/ dem Aufzeigen neuer. Sie beginnt mit einem Eingangsinterview, indem zunächst das Anliegen, bzw. der Auftrag geklärt wird. Gleichzeitig versucht der/die Aufstellungsleitende bereits gezielt relevante strukturelle Systeminformationen einzuholen sowie mögliche Parameter zu erfragen, an denen ein für den Klienten/die Klientin gewinnbringender und zieldienlicher Prozess erkennbar wird. Bei familiären Anliegen kommen auch frühere Generationen zum Tragen, da davon ausgegangen wird, dass nachfolgende tendenziell in verschiedenen Formen mit diesen verstrickt sein könnten – insbesondere dann, wenn diese ausgegrenzt oder vergessen werden. Im Folgenden einigen sich KlientIn und AufstellungsleiterIn darüber, welche Systemelemente benötigt werden, um das Anliegen möglichst sinnstiftend abzubilden. Nachdem der/die KlientIn daraufhin Stellvertretende aus der Gruppe ausgewählt hat, stellt er diese von einem inneren Bild geleitet im Raum auf. Von Bedeutung sind dabei lediglich Abstände, Blickrichtungen und Winkel der Stellvertretenden zueinander. Daraufhin werden die Stellvertretenden aufgefordert auf ihre Körperwahrnehmungen, Empfindungen und Gefühle, Veränderungen und Impulse sowie deren Bezüge und Beziehungen zu den anderen Stellvertretenden zu achten, um sie dann nacheinander abfragen zu können. Bereits das erste aufgestellte Systembild eröffnet viele wertvolle Hinweise und Informationen über Struktur, Beziehungsgefüge und Kommunikation im System. Falls die körperlichen Reaktionen und Empfindungen zu stark werden und auch die vom Klienten/ von der Klientin gewählten Position der Stellvertretenden sich nicht stimmig anfühlt, können die Stellvertretenden nach Auffordern der Aufstellungsleitung ihren Impulsen folgen, um ihre Position zu verändern und eine andere einzunehmen. Oftmals werden die Stellvertretenden dann zu ihren veränderten Empfindungen befragt.

Die zweite entscheidende Phase im Aufstellungsprozess fokussiert die Suche und Erarbeitung von Veränderungs- und Lösungsmöglichkeiten. Der/die Aufstellungsleitende folgt dabei bestimmten grundlegenden Heuristiken, die bereits unter dem Gliederungspunkt 4.2 genannt wurden. Gerade im Kontext der Familien- oder Organisationsaufstellungen gelten die Ordnung im System, der Ausschluss bzw. die Zugehörigkeit zum System sowie der Ausgleich von Geben und Nehmen zu wichtigen systemischen Grundsätzen, die verletzt werden können. Denn Ziel der Systemaufstellungen ist es, verborgene Dynamiken, Loyalitäten und Ungeordnetes in Wirklichkeiten, Struktur, Kommunikation und Beziehung sicht- und erlebbar zu

machen und eine Basis für neue gesunde Bilder in Strukturen und Beziehung zu schaffen. Dies gelingt durch das Bewegen und Umstellen der Stellvertretenden zu einem lösenden Bild, durch den Ausdruck von Gefühlen und lösenden Sätzen sowie mögliche Rituale. Dabei hat der/die Aufstellungsleitende die Möglichkeit, den Klienten/die Klientin in die Aufstellung hineinzuholen. Die lösenden Sätze, oder auch von B. Hellinger (1995: S: 89ff.) als „Sätze der Kraft“ bezeichnet, unterstützen das visuell wahrgenommene neue Bild zu verinnerlichen und im System zu verfestigen. Die Aufstellung wird klar an einem Punkt von dem/der Leitenden beendet und endet für alle beteiligten Stellvertretenden mit dem Herauslösen aus der eingenommenen Rolle. Hierfür gibt es verschiedene Möglichkeiten oder Rituale, sowie beispielsweise das Abklopfen des Körpers (vgl. Weber 2012: S. 33-35; Steiner 2020: S. 114-133 und von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 70-73).

5.1.3 Grundzüge der Aufstellungsarbeit

Phänomen der repräsentativen Wahrnehmung

Ein faszinierendes jedoch für die Aufstellungsarbeit zentrales (Wirk-)Element ist das Phänomen der Stellvertretung, das auch als repräsentative Wahrnehmung bezeichnet wird. Die aus der Gruppe gewählten Stellvertretenden können im Prozess der Aufstellung plötzlich körperliche Empfindungen, Gefühle und Emotionen sowie Bewegungsimpulse, gar Wortwahl und Gesten entwickeln und verbalisieren, die zum jeweiligen Anliegen des Klienten/ der Klientin stimmig sind. So wird „der Körper der Repräsentanten [...] also als Wahrnehmungsorgan für die Beziehungsstrukturen eines fremden Systems genutzt“ (Drexler 2015: S. 71). Wie ist das möglich?

Ein weiteres Phänomen, welches in Systemaufstellung auftaucht, ist das von Albrecht Mahr genannte „wissende Feld“ (Schneider 2014: S. 191), das auch als Begründungsgrundlage für die stellvertretende Wahrnehmung dient. Damit bezieht er sich auf eine unbewusste Informationsweitergabe von Generation zu Generation in Familien, die in Systemaufstellungen durch die repräsentative Wahrnehmung sichtbar wird. Stellvertretende sind im Aufstellungsprozess mit allen im System „gespeicherten“ Informationen verbunden. Dadurch ermöglichen sie uns den Zugang zu unendlich vielen verborgene, unbewusste Informationen und Dynamiken. Auch wenn mithilfe von Theorien der Quantenphysik versucht wird, das Phänomen der stellvertretenden Wahrnehmung zu erklären, ist dies wissenschaftlich fundiert nicht ganz möglich. Dennoch haben Unmengen an Aufstellungsprozessen (verdeckt oder offen) und Demos gezeigt, dass es funktioniert. So bildet es ein wesentliches Hilfsmittel zum Lesen von Systemen sowie zur Externalisierung innerer Bilder und

Wirklichkeiten. Wichtig ist dabei allerdings, dass jene von den Stellvertretenden intuitiv getätigten Äußerungen lediglich mögliche Informationen zu Strukturen liefern, aber nicht als richtige Wahrheiten betrachtet werden sollten. Es gilt immer ihre Stimmigkeit zu prüfen (vgl. Schneider 2014: S. 191-197; Müller-Christ/Pijetlovic 2018: S. 159-163)

Systemisch-phänomenologische Perspektive

Bert Hellinger ergänzt den konstruktivistischen Ansatz der systemischen Beratung und Therapie um eine phänomenologische Betrachtungsweise. An die Seite der Vorstellung von Wirklichkeit stellt er die Wahrnehmung von Ordnung, der er sogar den Vorrang gibt. Denn laut ihm determiniert „die Wahrnehmung dessen, was ist“ die Arbeit an und mit den Konstrukten (Madelung 1996: S. 172). Eine gefundene steht einer erfundenen Wirklichkeit gegenüber (vgl. ebd.: S. 194).

Der systemisch-phänomenologische Ansatz geht davon aus, dass Probleme im Zusammenhang eines komischen, dysfunktionalen Familienbildes stehen und eine Ordnung gesucht werden muss, die die Ursprungsordnung und somit den Fluss der Liebe wieder herstellt. Dabei spielt die „Wahrnehmung unbewußt gesteuerter körperlicher Veränderungen und psychosomatischer Reaktionen, die die stellvertretenden Personen beitragen, zusammen mit der Wahrnehmung und dem Erfahrungswissen des Therapeuten die entscheidende Rolle.“ (ebd.: S. 194).

Im Vergleich dazu vertritt der systemisch-konstruktivistische Ansatz die Ansicht, dass das Verflüssigen oder Auflösen von verfestigten Mustern und Konzepten zentral ist und durch Einladung zu alternativen Sichten und Verhaltensformen die Selbstregulierung von Systemen aktiviert werden kann (vgl. Schneider 2014: S. 200; Madelung 1996: S. 172-173 und 193-194).

Prägnant zusammengefasst unterscheiden sich die systemisch-phänomenologische und systemisch-konstruktivistische Perspektive folgend: Erstere zielt auf eine „gefundene Wirklichkeit“ und zweite auf die „erfundene Wirklichkeit“ ab (Madelung/Innecken 2006: S. 50).

5.1.4 Ziel von Systemaufstellungen

Letztendlich geht es bei der Arbeit mit Systemaufstellung darum, dass es ein Tool und eine Möglichkeit ist, (verborgene) Wirkmechanismen, Dynamiken und innere Bilder in Struktur, Beziehung und Kommunikation aufzudecken – zu externalisieren. Jede Aufstellung ist eine Einladung, die eigene Perspektive, Grenze sowie den bestehenden Kontext und Rahmen zu öffnen und zu vergrößern.

Denn v.a. im Familienkontext kommt es oftmals zu Verletzungen systemischer Grundsätze, die wiederum Verstrickungen und (krankmachende) Bindungen im System verursachen können. So übernehmen beispielsweise Kinder oder nachkommende Generationen alles Mögliche und lassen sich diverse Strategien einfallen, um den fortlaufenden Systemerhalt zu gewähren und Ungeordnetes oder Dysbalancen auszugleichen. Damit sich neue, lösende Bilder, Wirklichkeiten sowie Sichtweisen und Haltungen entfalten können ist es zuvor jedoch unerlässlich, das, was ist und so wie es ist, anzuerkennen (vgl. Madelung/Innecken 2006: S. 31).

5.2 Narrationen mit Elementen der Hypnosystemik

*„Wir erfinden uns, indem wir uns erzählen.“
- Winfried Palmowski¹³*

Die Basis für die Arbeit mit Narrationen im beratenden und therapeutischen Setting bildet die narrative sowie hypnosystemische Therapie – grundlegend zurückführbar auf Milton Erickson und Gunther Schmidt. Soziale oder lebende Systeme beschreiben sich selbst über Kommunikation. Je nach Kontext und Situation selektiv gewichtet, werden eigene Erfahrungen und das persönliche Erleben interpretiert und auch unterschiedlich zum Ausdruck gebracht. Dadurch entstehen jeweils unterschiedliche Bilder, Wahrnehmungen und Gedanken von uns selbst, unseren Beziehungen sowie Auffassungen, die zu Geschichten (gebündelt / geformt) werden. Durch wiederholtes Erzählen verfestigen sich die einzelnen Geschichten mehr und mehr und sind auf diese Weise für die eigene Identitätsentwicklung tragend (vgl. Schubert/Wälte/Meyer 2021: S. 263; Kronbichler 2016: S. 71-72). So sind wir „letztendlich die Summe der Geschichten, die wir über uns zu erzählen wissen“ (Palmowski 2014: S. 50). Erkennen wir an, dass wir über unsere erzählten Geschichten uns verschiedene Identitäten entwerfen können, so ist es auch möglich, diese zu verändern, indem wir unsere Geschichten und Erzählungen verändern, d.h. konkret sie anders als bisher erzählen. Dadurch können einengende/ limitierende Sichtweisen und Interpretationen dekonstruiert und neue Identitäten sowie Wirklichkeiten geformt werden (vgl. Palmowski 2014: S. 50, 52; Kronbichler 2016: S. 74).

Die narrative Therapie befasst sich mit dem Erkunden, In-Frage-Stellen sowie mit der Dekonstruktion im Sinne eines Neu- oder Wiederverfassens problemfokussierter Geschichten, um daraus mögliche Lösungen und neue Blickwinkel generieren zu können (vgl. Kronbichler 2016: 71f.; Schubert/Wälte/Meyer 2021: S. 263).

¹³ Palmowski 2014: S. 50

5.2.1 Einfluss hypnosystemischer Elemente

Hierbei kann der Einbezug systemischer sowie hypnotherapeutischer (nach M. Erickson und G. Schmidt) Grundprinzipien, Sichtweisen und Herangehensweisen im Prozess zudem unterstützend und richtungsweisend wirken. Laut Stelzer-Rothe (2018: S. 100) umfasst Hypnose „alle Interaktions- und Kommunikationsprozesse, die rituell eingesetzt werden, um bestimmte Erlebnis- und Bewusstseinszustände anzuregen. Die im Ergebnis beobachtbaren Bewusstseinszustände werden in dieser Systematik als ‚Trance‘ bezeichnet“.

5.2.2 Fokussierung von Aufmerksamkeit

In der heutigen modernen Hypnotherapie erweitert sich laut Schmidt (2004: S. 183) der Trancebegriff und umfasst „alle Erlebnisprozesse, bei denen unwillkürliches Erleben vorherrscht.“ Kennzeichnend für Trancezustände sind Beschreibungen wie: tief entspannt, ganz nach innen gerichtet, im Flow, Tagträume, auf der Welle der Energie oder des Problems surfen, aber auch ein so genannter Tunnelblick oder konzentrierter Ausdruck (vgl. Schmidt 2004: S. 41; Lang 2012: S. 426; Herrmann 2010: S. 95f.). So können zwei wesentliche Grundrichtungen von Trance unterschieden werden: die Wunsch- oder Lösungs trance, sowie die Problem- oder Symptomtrance (vgl. Schmidt 2004: S. 183f.).

Das ‚sich in Trance befinden‘ wird dabei gleichsam als ein Prozess der Aufmerksamkeitsfokussierung. Beschrieben wird sie als „eine selbst organisierte Form des assoziativen Zusammenfügens von sinnlichen Erlebniselementen“ (Schmidt 2004: S. 48). Es bedeutet, dass der Fokus des Klienten/der Klientin systematisch auf bestimmte Aspekte seiner/ihrer Erlebniswelt gelenkt wird, auf denen weitere – für den Prozess wichtige – ziel- und lösungsdienliche Überlegungen aufbauen können. Alles andere wird dabei überwiegend ausgeblendet. Durch das Fokussieren der Aufmerksamkeit können innere, auch unbewusste Erlebnismuster abgerufen, reduziert, intensiv gesucht, sowie in Bewegung gebracht und zieltunlich (imaginativ) wieder erlebbar gemacht werden. So wirken sie bei der Suche / Entwicklung bestimmter gewünschter Ergebnisse unterstützend (vgl. Stelzer-Rothe 2018: S. 100, 103f.; Herrmann 2010: S. 95-96).

Trancezustände erlauben es, auf wichtige dissoziierte Erfahrungsschätze, die im Problem oder mit einem Symptom verdrängt, bzw. vergessen wurden, wieder zugreifen zu können. Daher erleben und erfahren wir in der Trance nichts Neues. Wir suchen durch gezieltes, systematisches Fokussieren die im Unbewussten gespeicherten (eigene bereits vorhandene) Ressourcen, stärkende Kompetenzen

oder Potentiale, die für die Entwicklung stimmiger Lösungen benötigt werden. Denn Probleme/ Symptome verweisen nicht auf einen Mangel an Kompetenz oder Ressourcen, sondern darauf, dass sie dissoziiert sind, d.h. außerhalb der Wahrnehmungs- und Erlebnispalette (vgl. Herrmann 2010: S. 96; Schmidt 2016: S. 81f.).

Auch der hypnosystemische Ansatz basiert auf den Annahmen, dass lebende Systeme sich selbstorganisierende, autopoietische Systeme sind, die ihre Wahrnehmungen von innen heraus auf Basis eigener determinierten Strukturen selbst erzeugen. So können diese durch Umwelteinflüsse zwar gestört oder irritiert, jedoch nicht von außen bestimmt werden. Aufgrund dessen ist es auch nicht möglich, den Klienten/die Klientin in Trance zu versetzen. Ein/eine BeraterIn, bzw. TherapeutIn kann den Klienten/die Klientin nur dazu einladen sowie den Rahmen dafür schaffen, bzw. den Raum für Alternativerfahren und Veränderungsprozesse halten (vgl. Schmidt 2010: S. 31, 34; Schmidt 2004: S. 49; Lang 2016: S. 427).

5.2.3 Hypnosystemisch geprägte Narrationen

Letztlich geht es auch bei Narrationen in Kombination mit der Hypnosystemik darum, Veränderungsprozesse in Muster, Perspektive und Kommunikation einzuleiten sowie die Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. Das Bilden, bzw. Wahrnehmen und insbesondere das (imaginative) Erleben von Unterschieden in bisher vorherrschenden Mustern kann Veränderung auslösen. Der Grund dafür ist, dass nicht nur auf unbewusster Ebene wechselwirkende Neuorganisationsprozesse im System entstehen können, sondern auch alternative Blickwinkel und damit einhergehend konstruktive Lösungen. Muster, die Ausdruck des Wechselwirkungsnetzwerkes in Systemen sind, haben bei Veränderung Auswirkungen auf das Ganze – siehe hierzu wieder das Beispiel des Mobiles (vgl. Schmidt 2004: S. 38, 156; Schmidt 2010: S. 32f.; 106). Laut Schmidt (2004: S. 183) gilt:

„[W]enn alles Erleben als selbst ‚gewebte‘, konstruierte Muster verstanden werden kann, wird auch das Erleben von Problemen jeweils individuell und interaktionell konstruiert, und dieses Erleben kann auch wieder ‚umkonstruiert‘ werden.“

Dies gelingt mithilfe von Narrationen, welche durch gewisse Trancezustände und der Nutzung unwillkürlicher Prozesse lösungs- und ressourcenorientiert unterstützt werden können. Klient(inn)en werden mithilfe von Trancephänomene dazu angeregt, imaginativ neue oder alternative Erzähllinien und konstruktive Lösungsgeschichten zu entwerfen sowie Zugang zu ihren dissoziierten Ressourcen zu finden. Denn

Lösung kann sich dann entfalten, wenn sich die Differenz zwischen Ist und Soll auflöst (vgl. Schmidt 2004: S. 48, 81, 185).

5.3 Neuro-Imaginatives Gestalten (NiG®)

*„Die einzigen Menschen, die das gesamte Bild sehen,
sind jene, die aus dem Rahmen treten.“
- Salman Rushdie¹⁴*

Ein weiteres systemisches Vorgehen ist das sogenannte „Neuro-Imaginative Gestalten“ – kurz NiG®.

Das NiG®, grundlegend von Eva Madelung entwickelt und kontinuierlich von Barbara Innecken erweitert, verknüpft das systemisch-konstruktivistische Modell (Heidelberger Schule), das systemisch-phänomenologische Familien-Stellen (nach Bert Hellinger) und Elemente der Strukturaufstellungen (nach Varga v. Kibéd, Insa Sparrer), den lösungsorientierten Ansatz Steve de Shazers mit Elementen des NLP (Neuro-Linguistisches Programmieren), der Kunsttherapie sowie der Körperarbeit (vgl. Madelung/Innecken 2006: 11, 14, 21-23, 29).

Neben der Sprache wird hierbei verstärkt die Aufmerksamkeit auf skizzenartige Bild-Gestaltungen sowie auf unbewusste körperliche Signale gerichtet. Diese bildhaften Darstellungen, die im Gespräch mit dem/der Beratenden intuitiv und zügig angefertigt werden und innere Wahrheiten von Klient(inn)en abbilden, werden daraufhin in den beratenden oder therapeutischen Prozess als Bodenanker integriert (vgl. Madelung 1996: S. 196; Madelung/Innecken 2006: S. 19ff.). Mithilfe der Skizzen geht der/die KlientIn mit seinem Unbewussten in Kontakt, was Einfluss auf ihn/sie im Weiteren nimmt. Ein zirkulär wirkender „Dialog mit dem Unbewussten“ entsteht (Madelung/Innecken 2006: S. 43). Indem der/die KlientIn stetig die Perspektiven ändert und wechselt, wird der Fokus auf den systemischen Beziehungszusammenhang, bzw. den Kontext gelenkt. Hinzukommt die aus dem NLP kommende Metaposition, die neben den Skizzen eine zentrale Rolle im NiG® einnimmt (vgl. ebd.: S. 33f., 69f.). Außerdem gehört die Wahrnehmung körperlicher Empfindungen zu einem weiteren zentralen Bestandteil der NiG® Praxis, da sie den Klienten/die Klientin in einen trance-ähnlichen Zustand versetzt, der verändernde und lösende Prozesse begünstigt/ unterstützt. Somit wird der Körper als „Quelle der Intuition“ und als Prozess-Parameter genutzt (Madelung/Innecken 2006: S. 25-26, 43; Madelung 1996: S. 196-197).

¹⁴ Steiner 2020: S. 114

5.3.1 Formale Ablauf

Im NiG® werden innere Zustände und Vorstellungen kreativ mit der nicht dominanten Hand auf DinA4 Blätter skizziert. Diese werden dann auf dem Boden verteilt und in Beziehung zueinander ausgelegt. Dabei werden die Klienten von ihrer eigenen „Psychogeographie“ geleitet – unbewusst wissen sie genau, an welchen Platz ihre Skizzen gehören (vgl. Madelung/Innecken 2006: S. 38). Ein weiteres weißes, leeres Blatt wird außerhalb des Kontextes ausgelegt und vertritt den Ort der Metaposition. Beginnend mit der Position der Metaebene betritt der/die KlientIn nacheinander die einzelnen Bodenanker und spürt in seinen/ihren Körper. Dadurch „nimmt er sie nicht mehr nur visuell wahr, sondern ‚erlebt‘ sie mit seinem ganzen Körper. Auf diese ganzheitliche Weise lässt sich sowohl die Qualität und Ausdruckskraft einer einzelnen Zeichnung als auch das Beziehungsgeflecht zwischen den ausgelegten Skizzen wahrnehmen“ (ebd.: S. 60). Er/Sie bekommt dadurch Eindrücke, welche Gefühle, Auffassungen und Empfindungen auf den Plätzen der anderen im Bezugskontext möglich sind. Sie liefern die Basis für Hypothesen und einen Perspektivenwechsel. Außerdem befindet sich der/die KlientIn laut E. Madelung & B. Innecken (ebd.: S. 43) im konstanten „Dialog mit dem Unbewussten“. Wie bereits kurz erwähnt, senden seine/ihre Skizzen und Äußerungen über visuelle und körperliche Wahrnehmungen Botschaften an das Unbewusste, die wiederum Rückwirkungen auf ihn/sie zeigen. Ein weißes Blatt als sogenannte „Metaposition“ wird abseits und außerhalb des Kontextrahmens ausgelegt und hinzugezogen. Sie unterstützt, aus dem Rahmen zu treten und das Geschehen von außen zu betrachten. Auf ihr stehend, betrachten und reflektieren Klienten ihre Situation/ ihr Problem/ ihr problematisches Beziehungsgefüge mit Abstand „dissoziiert“ und neutral. Durch einen stetigen Wechsel zwischen körperlichem Erleben der unterschiedlichen Positionen und dem Blick von außen von der Metaposition ist es möglich, das Ganze mit allen (auch neuen) Facetten, Perspektiven und Befindlichkeiten wahrzunehmen als auch sich auf Wesentliches zu reduzieren (vgl. ebd.: S. 54). Dabei können die kreativen Bilder die Körperwahrnehmungen sowie der Blick aus der Metaebene im Arbeiten mit dem NiG® wichtige Impulse, Wahrnehmungen und Befindlichkeiten aus dem Unbewussten ans Licht bringen und im Verlauf veränderte Positionen annehmen, um gemeinsam im Prozess Hypothesen zu entwickeln und neue lösende innere Bilder zu generieren.

Der/Die Beratende leitet konstant den Prozess und Klienten an und gibt für den Prozess wichtige Impulse. Dabei greift er/sie auf Anleitungen zur Körperwahrnehmung, systemische Fragetechniken und Grundelemente des Familien-Stellens (Ordnungen, Anerkennung, Verneigung oder positive Absicht)

zurück. Rituale, aus der Verstrickung lösende „Sätze der Kraft“ (ebd.: S. 58) nach Bert Hellinger und entwickelte Empfehlungen aus der Metaposition komplementieren den Prozess.

5.3.2 Mögliche Formate

Insgesamt gibt es eine Reihe von Elementen, die jeweils einen unterschiedlichen Fokus setzen. So zielt beispielsweise das sogenannte Format „der Lebensweg“ auf die Suche nach Ressourcen für einen nächsten wichtigen Schritt ab. Dabei werden als Ausgangspunkt Skizzen für die problemhafte gegenwärtige Situation, das positiv formulierte „gemäßes Ziel“ sowie Ressourcen aus der Vergangenheit angefertigt (vgl. Madelung/Innecken 2006: S. 80-82; Madelung 1996: S. 198-200). Weitere Elemente sind einmal „durch die Augen des Anderen“, das dazu anregen soll, eine konflikt- oder problemhafte Situation aus den verschiedenen Beteiligtenperspektiven zu betrachten oder die „Musterunterbrechung“, die Ausnahmen und Unterschiede aufzeigt (vgl. Madelung/Innecken 2006: S. 53, 71-72).

5.3.3 Erweiterungen und Anwendungsgebiete

Barbara Innecken und auch ihre Kollegin Silke Humez haben das NiG® konstant weiterentwickelt, sodass es nun einige Abwandlungen und Erweiterungen gibt. So ist es auch möglich, statt mit bildhaften Skizzen mit farbigen Filzstücken oder Symbolen oder im Online-Format zu arbeiten.

Dadurch kann NiG® nicht nur im Einzel-, Paar- oder Familiensetting, mit Kindern sondern auch in Gruppen, Organisationen und in Supervision in Präsenz oder Online eingesetzt werden (vgl. ebd.: S. 122-125, 130).

5.4 Genogramm

Die Anfänge des Genogramms machten Monica McGoldrick und Randy Gerson, die es bereits in den 80er Jahren des letzten Jahrhunderts in die Familientherapie einsetzten (vgl. Neumann 2015: S. 57).

Unter einem Genogramm versteht man eine graphische Darstellung eines Klientensystems in Form eines Stammbaums. Mithilfe bestimmter Symbole (z.B. ein Kreis für weibliche, ein Kästchen für männliche Personen, unterschiedliche Linienarten) werden meist alle Mitglieder, deren Beziehungen und entscheidende Muster, die die (Familien-)Strukturen des Systems bestimmen, über mindestens drei Generationen hinweg abgebildet. Zudem kann es mit weiteren wichtigen Daten und

Informationen, wie Konflikte, Krankheiten und Süchte, bedeutsame Lebensveränderungen, etc. gefüttert werden (vgl. Palmowski 2014: S. 116-117; Boeger 2018: S. 148).

Der Einsatz des Genogramms im Beratungsprozess hilft dabei, Informationen sowie einen Überblick über das Klientensystem zu erhalten, es zu visualisieren und zeichnerisch komplexe Zusammenhänge zu erfassen. Dennoch dient die (gemeinsame) Gestaltung / Erstellung eines Genogramms nicht nur der reinen Daten- und Informationsgewinnung, sondern viel mehr als Grundlage für lebhaftere Erzählungen, weiterführende Fragen sowie die Hypothesenbildung. Beispiele für mögliche Fragen sind Fragen nach Ausnahmen oder auch nach positiven Veränderungen über die Generationen hinweg. Dabei wird der Fokus auf verborgene Ressourcen und eigene Erfolge gelenkt (vgl. Palmowski 2014: S. 118; Neumann 2015: S. 52, 54; von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 275-276).

Denn „das Wichtigste bleiben [...] die Geschichten, die zu den Genogrammdaten erzählt werden. Sie bilden den Hintergrund für ein neues Verständnis der Gegenwart“ (Palmowski 2014: S. 118).

Außerdem wird es genutzt, um die Störung/das Problem zu kontextualisieren, d.h. es in den dazugehörigen Systemkontext zu verorten. Systemisch betrachtet ergibt jegliches Verhalten Sinn und liefert Hinweise auf Rückwirkungen, Systemdynamiken und Muster (vgl. Schwing/Fryszter 2018: S. 66-67).

Neben dem Genogramm, welches meist für die Familienstrukturen verwendet wird, gibt es auch das Organigramm. Dieses wird im Bereich der Organisationsberatung angewendet und beschreibt hierarchische Strukturen in Entscheidungs- und Organisationsabläufen. Auch hier soll es insbesondere Gespräche über Arbeitsbeziehungen, -strukturen und -dynamiken einleiten (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 38).

5.5 Systemische Fragetechniken

*„Wichtig ist, dass man nicht aufhört zu fragen.“
- Albert Einstein¹⁵*

Systemische Fragetechniken umfassen eine Reihe von unterschiedlich ausgerichteten Fragen, die alle mehr oder weniger auf den Grundpositionen des systemischen Ansatzes beruhen. Sie dienen allgemein zur Informationsgewinnung,

¹⁵ <https://gutezitate.com/zitat/167793>

aber auch um Systemzusammenhänge, Wirklichkeitskonstrukte zu erfassen und zu hinterfragen. Auch bezwecken sie, wechselseitige Abhängigkeiten und Rückwirkungen auf den Klienten ins Bewusstsein zu rücken, verborgene Ressourcen zu (re)aktivieren sowie das System und deren „Realitäten“ zu irritieren. Die Absicht dahinter ist, die Reflektion über sich und das Gegenüber anzuregen, neue Sichtweisen zu eröffnen, Konstrukte und Muster zu (de)konstruieren, auf versteckte Kraftquellen wieder zurückzugreifen, Ziele, Lösungen und Wünsche zu formulieren, um letztlich den Handlungs- und Erweiterungsspielraum im Allgemeinen zu vergrößern (vgl. Patrzek 2021: S. 3-4 und 9-10).

Im Folgenden werden einige zentrale Fragetechniken im systemisch beratenden/therapeutischen Kontext genauer erklärt.

5.5.1 Ressourcenorientierte Fragen

Ressourcenorientierte Fragen zielen darauf ab, verborgene Ressourcen wieder an die Oberfläche und ins Bewusstsein zu bringen, um Lösungen oder alternative Verhaltens- und Kommunikationsformen zu induzieren/kreieren.

Dabei wird erkundet, über welche Potentiale, Fähigkeiten, Stärken und Kraftquellen der/die KlientIn bereits verfügt, jedoch verlernt oder vergessen hat, darauf zurückzugreifen, bzw. sie zu nutzen. Das Suchen oder Schauen auf problemfreie „Inseln“ in aktuellen oder vergangenen belastenden Situationen, erweitert und befreit den Blick des Klienten/der Klientin und stärkt das Vertrauen in eigene Kompetenzen, die wiederum für Lösungs- und Veränderungsprozesse essenziell sind. Ressourcenorientiertes Fragen bedeutet dabei auch, herauszufinden, welche Fähigkeiten oder Ressourcen entwickelt werden könnten. Zudem wird dabei gleichzeitig der Blick weg vom Problem, hin zu allgemein Positivem und Stärkendem gerichtet (vgl. Madelung 1996: S. 73f.; Schubert/Wälte/Meyer 2021: S. 261; von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 59).

Beispiele sind (von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 50):

- Was möchten Sie in Ihrem Leben gern bewahren, wie ist es?
- Was machen Sie gern, gut, etc.?
- Was müssten sie tun, um mehr davon zu machen?

Um verborgene Kraftquellen wieder zugänglich zu machen, sowie auf das Problem bezogen zu bleiben, eignen sich auch die sogenannten Fragen nach Ausnahmen und Unterschieden gut (ebd.: S. 50):

- Wann, wo, wie lange ist das Problem nicht aufgetreten?
- Was haben Sie damals anders gemacht?

Im systemischen Ansatz der Beratung wird davon ausgegangen, dass jede*r Klient/in die Lösung kennt und in sich trägt, sowie über die nötigen Mittel (=Ressourcen) zur Problemlösung verfügt, denn Systeme haben die Fähigkeit, sich selbst zu regulieren. Doch manchmal sind diese ihm nicht mehr zugänglich und müssen (re)aktiviert werden.

5.5.2 Hypothetische Fragen

Hypothetische Fragen ähneln „Gedankenexperimente[n]“. Sie „laden ein zu kreativem Denken, geben der Phantasie eine Chance und aktivieren den Möglichkeitssinn.“ (Patzek 2021: S. 22). Indem durch sie ein fiktives vergangenes, gegenwärtiges oder zukünftiges Ereignis in Relation zu einer möglichen Konsequenz in Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft gesetzt wird, laden sie zu „Als-ob-Realitäten“ und „unbedrohliche[m] Probehandeln“ ein (von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 56).

Beispiele für hypothetische Fragen sind:

- Angenommen, Ihnen würde morgen die Nachfolge Ihres Chefs angeboten werden, was würde sich dadurch verändern, oder wie würden Sie darauf reagieren?
- Was wäre, wenn Sie nicht den Familienbetrieb übernommen hätten, was würden Sie dann jetzt tun?
- Stellen Sie sich vor, unser Gespräch würde Ihnen helfen, was wäre die kleinste Veränderung in Ihrem Leben, an der Sie das erkennen könnten?

5.5.3 Wunderfrage

Die Wunderfrage gilt als eine Sonderform hypothetischer Fragen und wird oft mit Steve de Shazers lösungsorientierten Kurzzeittherapie assoziiert. Sie kombiniert Elemente der Hypnotherapie Milton Ericksons und der systemisch-konstruktivistischen Ansätze. Die Wunderfrage lenkt den Blick konstruktiv und schnell auf mögliche Veränderungen, sobald das Ziel erreicht, das Problem gelöst oder ein Symptom verschwunden ist. Dadurch versetzt sie den Klienten/die Klientin in eine Lösungstrance und lädt zu Imaginationen und Phantasiereisen ein.

Beispiele hierfür in Reinform sowie in Variation sind:

- „Angenommen, über Nacht geschieht ein Wunder und am nächsten Morgen ist das Problem gelöst. Woran würden Sie dies merken? Was wäre am nächsten Morgen anders?“
- „Stellen Sie sich vor, eine gute Fee kommt und löst für Sie über Nacht das Problem. Was wäre am Morgen danach anders?“

Sie unterstützt den Klienten/die Klientin, seine Problemsicht zu verlassen und sich imaginativ eigene Lösungsideen vorzustellen, sowie zu entwickeln. Gleichzeitig bekommt der/die Beratende mithilfe dieser Interventionstechnik Eindrücke in die Dimension einer wünschenswerten Veränderung / Lösung. Auch wenn Klienten in irrealen Welten denken / schweifen, stellen sie dennoch oftmals fest, dass geträumte Änderungen „nach einem Wunder“ relativ leicht hand-, umsetz- und realisierbar sein könnten (vgl. Patrzek 2021: S. 54; Boeger 2018: S. 152; von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 59f.).

5.5.4 Zirkuläre Fragen

Zirkuläre Fragen bilden den Kern der systemischen Fragen und greifen ein zentrales Grundprinzip des systemischen Ansatzes auf, nämlich die zirkulären Wechsel- und Rückwirkungen (von Verhalten, Kommunikation, Handlung und Beziehung) in einem System. Entwickelt wurden sie von der Mailänder Gruppe und von der Heidelberger Schule übernommen. Sie basieren zudem auf den Annahmen des Konstruktivismus, der besagt, dass subjektive Konstruktionen einer Wirklichkeit und Zuschreibungen gemacht werden und auf dem ersten Axiom Watzlawicks „Man kann nicht *nicht* kommunizieren“. Alles gezeigte Verhalten ist nicht nur Kommunikation, sondern bedient gleichzeitig wechselseitige Beziehungsdefinitionen und Erwartungs-Erwartungen. Dort setzen zirkuläre Fragen an, da sie es ermöglichen, Vermutungen über im System gebildete Verhaltensweisen im Beziehungskontext, als auch über Fremdperspektiven zu stellen (vgl. Madelung 1996: S. 75; Patrzek 2021: S. 24; Boeger 2009: S. 139; von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 251).

„Da das Verhalten von Menschen nicht von dem bestimmt wird, was andere Leute tatsächlich denken, sondern von dem, was sie denken, was die anderen denken, empfiehlt es sich, ganz direkt und ungeniert nach Vermutungen und Spekulationen über andere zu fragen“ (Simon & Rech-Simon 2004: S. 21).

Ein von von Schlippe/Schweitzer (2016: S. 253-254) beschriebenes Beispiel ist folgend zusammengefasst:

Helmut weint. Die erste naheliegende Frage ist daher nun:

- „Warum weinst du?“

Bei zirkulären Fragen interessiert jedoch das Verhalten in Zusammenhang mit den systeminternen Beziehungen als auch die Sichtweisen oder „Realitäten“ der anderen Systemmitgliedern. Insofern wird einbezogen, dass seine Frau Hannelore sein Weinen wahrnimmt, und auch dass Helmut weiß, dass sie es bemerkt.

Der/die Beratende kann nun weiter fragen:

- „Was denkst du Helmut, was dein Weinen für Hannelore bedeutet?“

Zudem kann er den Sohn Stefan miteinbeziehen, indem er fragt:

- „Was denkst du, Stefan, was es bei deiner Mutter auslöst, deinen Vater weinen zu sehen?“

Auf diese Weise erhalten der/die BeraterIn einerseits Informationen, andererseits erzeugen sie dadurch Informationen innerhalb des Systems.

Bezogen auf das obige Beispiel: Durch das sich Hineinversetzen in Hannelore, bekommt Helmut Auskünfte über eine mögliche Bedeutung seines Verhaltens für Hannelore. Hannelore wiederum erfährt etwas über die (un)bewusste Absicht Helmut's und beide erhalten durch ihren Sohn ein Feedback über ihre Beziehung (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 254).

Demnach wird gezielt nach Vermutungen und Auffassungen über Beschreibungen und Muster gefragt, sowie die Wahrnehmungen und „Realitäten“ aller Systemmitglieder einbezogen. So verdeutlichen zirkuläre Fragen nicht nur (familiäre) Dynamiken, Beziehungs- und Verhaltensmuster, sondern liefern auch Erkenntnisse über subjektiv „erfundene“, konstruierte Wahrnehmungen, Definitionen und Zuschreibungen. Sie fördern die Empathie und das Verständnis für andere Systemmitglieder. Im Weiteren animieren sie dazu, das eigene System mit einem Außenblick zu betrachten, neue Sichtweisen und Denkprozesse zu entwickeln und gewohnte Interpunktionsmuster ihrer Wirklichkeit in Frage zu stellen. Bekannte, eingeschliffene Konzepte werden irritiert, wodurch sich neue bilden können, denn: Neue Blickwinkel ermöglichen neues Verhalten (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 255; Patrzek 2021: 24,29; Schubert/Wälte/Meyer 2021: S. 260f.; Schwing/Fryszter 2018: S: 219f.).

Letztendlich ist alles, was gezeigt oder gesagt wird, eine Botschaft an einen anderen. Wie und was den/die Empfänger/in dabei erreicht und wie er/sie sie erlebt, ist allerdings abhängig von seinen/ihren subjektiven Wahrnehmungen und Deutungsmustern. Bei den zirkulären Fragen stehen daher nicht die Sender im Vordergrund, sondern der Fokus wird durch das zirkuläre Fragen auf die Empfänger der Nachrichten gerichtet, denn „Kommunikation wird beim Empfänger gemacht.“ (Willemse/von Ameln 2018: S. 64).

5.5.5 Weitere Fragetypen

Insgesamt gibt es eine Vielzahl an möglichen Fragetechniken im systemisch beratenden Kontext. Einige weitere, darunter problem- oder lösungsorientierte Fragen, werden im Folgenden noch kurz angeschnitten.

Problemorientierte Fragen

Problemorientierte Fragen stellen den Sinn, Nutzen und Zweck eines Problems, Symptoms oder einer Krankheit, sowie problemerhaltendes oder -verschlimmerndes Verhalten in den Vordergrund. Sie zielen darauf ab, dahinterliegende systemstabilisierende Gründe zu eruieren.

Mögliche Fragen wären:

- Warum ist es gut, das Problem zu haben?
- Wofür ist Ihr Problem hilfreich?
- Was müssten Sie tun, um das Problem zu verschlimmern oder zu verewigen?

Auch wenn die Fragen auf den ersten Eindruck ungewöhnlich und irritierend erscheinen, beinhalten sie Ideen für lösende Veränderungen und die systemstabilisierenden Wechselwirkungen (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 58, 60).

Lösungsorientierte Fragen

Lösungsorientierte Fragen stehen den problemorientierten Fragen gegenüber. Denn je mehr sich auf das Problem ausgerichtet wird, desto stärker sind problemerhaltende Mittel im Vordergrund und Auswege, Strategien oder Ressourcen schwinden aus der Wahrnehmung. Lösungsorientierte Fragen fokussieren daher gezielt den Blick auf Wünsche, Ziele, Visionen und Veränderungen, mögliche Lösungsideen und Ressourcen. Sie regen das Denken im Möglichen an und erschaffen so (neue) Möglichkeitsräume. Mithilfe einer Vielfalt von Fragetechniken kann dies gelingen.

Darunter fallen u.a. die sogenannten Fragen nach Ausnahmen des Problems und Unterschieden, ressourcenorientierte Fragen, sowie hypothetische Fragen und zuletzt die Wunderfrage, die im Folgenden genauer dargestellt werden. (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2010: S. 58f.; Schubert/Wälte/Meyer 2021: S. 261).

Weitere Möglichkeiten

Um den Rahmen nicht zu sprengen, werden weitere nur beispielhaft aufgelistet. Diese sind: Fragen zur Anliegen-, Auftrags- oder Überweisungskontextklärung, zur Wirklichkeitskonstruktion (Erfragen des Problempakets, der Erwartungen, sowie Problembeschreibungen, -erklärungen und -bedeutung) und skalierte Fragen.

Ein weiteres zentrales Instrument im systemischen Ansatz bildet das „Reframing“, was wörtlich übersetzt bedeutet: „einem Sachverhalt einen neuen Rahmen (frame) geben oder in einen neuen Zusammenhang stellen“ (Madelung 1996: S. 73). Es

irritiert und dekonstruiert Perspektiven und (innere) Bilder und schafft so eine Basis für Veränderungsprozesse.

Selten werden sie im Beratungs- oder Therapieprozess in ihrer Reinform und als alleiniges Werkzeug verwendet, sondern meist miteinander und auch in andere kombiniert und in andere Interventionen integriert (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 255). So könnte beispielsweise die Wunderfrage mit zirkulären oder skalierenden Elementen verbunden werden (Beispiel: Angenommen, es geschieht über Nacht ein Wunder, wer würde das am Morgen als erstes/ am meisten/ am wenigsten bemerken? Woran würde es deine Frau/ deine Kinder/ dein Chef merken? etc.) und bieten so in vielfältiger Weise Aufschluss und Interventionspotential.

5.6 Ziel systemischer Methoden, Tools und Interventionen

*„Handle stets so, daß weitere Möglichkeiten entstehen.“
- Heinz von Foerster¹⁶*

Systemische Fragen im Allgemeinen bieten abschließend formuliert die Chance und das Potential, einerseits die bekannte/ vertraute/ gelebte Sichtweise der Klienten zu verstören. Andererseits eröffnen sie alternative Blickwinkel, wie die/eine „Wirklichkeit“ auch wahrgenommen werden könnte und regen die Imagination an. Sie sind weniger der Informationsgewinnung dienlich, sondern können als Instrument für die Informationserzeugung, die gezielte Fokussierung von Aufmerksamkeit und Wahrnehmung sowie für die Stimulierung von Assoziationen und Bildern genutzt werden (vgl. Schmidt 2004: S. 81, 158). Letztlich fördern sie, dass sich der Klient/die Klientin „praktisch um sich selbst kümmern kann“ (Stelzer-Rothe 2018: S. 104). Zugleich gibt jede Antwort Auskunft über die jeweilige Perspektive und Art, wie die Dinge zu sehen seien (vgl. von Schlippe/Schweitzer 2016: S. 249-250). So gesehen, befinden sich der/die Beratende und der/die KlientIn im konstanten wechselseitigen „engagierten Austausch von Wirklichkeitsbeschreibungen“ (ebd.: S. 249).

Systemische Fragen können in der Arbeit und im Prozess mit den drei möglichen Methoden unterstützend wirken. Sie sind neben dem Einsatz von Aufstellungen, Narrationen und Imaginationen Türöffner, um den Klienten/ die Klientin auf dem Weg in innere Tiefen sowie in Veränderungs- und Erkenntnisprozessen behutsam zu begleiten und in die „richtige“ Richtung zu führen.

Letztendlich geht es in jedem systemischen Tool darum, (verborgene) Wirkmechanismen, Dynamiken und innere Bilder in Struktur, Beziehung und Kommunikation aufzudecken – zu externalisieren, sowie eigene Ressourcen zu re-

¹⁶ von Foerster 2002: S. 60

aktivieren. Denn „Interventionen sind bestenfalls Unterschiede, die für den Klienten einen Unterschied machen“ (Carl-Auer Verlag: Systemisches Coaching in 16 Zitaten). Deshalb sind jede Methodik und Intervention eine Einladung, die eigene Perspektive, Grenze sowie den bestehenden Kontext und Rahmen zu öffnen und zu vergrößern, sowie in Entfaltung und Entwicklung zu gehen, um wieder gestärkt und klar handlungsfähig zu werden.

In den wesentlichen theoretischen Grundzügen wurden nun drei systemische Methoden, sowie weitere Tools (exemplarisch das Genogramm und systemische Fragetechniken) dargelegt. Wie diese nun konkret in der Praxis Anwendung finden, welche Wirkweisen und Veränderungspotentiale sie haben, soll nun empirisch untersucht werden.

6 Forschungsdesign

Im folgenden Kapitel wird die Praxisuntersuchung dargelegt und begründet. Mittels einer leitfadengestützten Interviewbefragung von Expert(inn)en auf qualitativer Basis werden die Forschungsfragen untersucht und anschließend gegenübergestellt. Es wird zudem begründet, warum erstes Expertenwissen von Interesse ist und zweitens diese Art der Evaluation ausgewählt wurde. Im Anschluss wird das Sampling, sowie der Aufbau des Interviewleitfadens sowie das Vorgehen in den Interviews dargestellt. Zuletzt werden das Auswertungsverfahren und auch die gebildeten Kategorien zur Auswertung beschrieben und erläutert.

6.1 Forschungsfragen

In Bezug auf die Forschungsfragen wurde zunächst einmal die theoretische Komponente, der systemische Ansatz in seiner Tiefe mit unterschiedlichen Methoden, Tools und Interventionen genauer beleuchtet. Auf dieser Basis ergibt sich der Fokus dieser Arbeit auf verschiedene systemische Methoden, deren Wirkweise und Veränderungspotentiale in der psychosozialen Beratung. Daher lassen sich folgende Forschungsfragen ableiten:

- (1) Wie können im systemischen Ansatz Transformationsprozesse begleitet werden?
- (2) Was benötigt es für Veränderung? Was löst sie aus?

Denn vor dem Hintergrund der systemischen Ansätze in der psychosozialen Beratung geht es darum, auf unterschiedliche Wege, bzw. mittels verschiedener Methoden und Interventionen vorherrschende perpetuierte Muster in Verhalten, Kommunikation und Auffassung zu erfragen, zu irritieren sowie Transformations-/ Veränderungsprozesse einzuleiten. Letztere äußern sich nicht nur in Änderung der Sichtweise, oder des Verhaltens, sondern auch in Bezug auf Haltung, Bewusstsein und Kommunikation.

6.2 Vorstellung und Erläuterungen zur Praxisuntersuchung

Begründung für Experteninterviews

Bei der Auswahl von Interviewteilnehmenden habe ich mich für die Befragung von Expert(inn)en entschieden. Dies hat folgende Gründe: Ich persönlich finde es zum einen sehr gewinnbringend, explizit Stimmen und Meinungen zu den einzelnen Ansätzen, Praktiken und der persönlichen Vorstellung von Veränderungspotential und Wirkweise Ihrer bevorzugten Methode zu hören. Zum anderen können sie langjährige Erfahrungen mit ihren jeweiligen Tools vorweisen und somit Einblicke in ihre Prozessgestaltung und deren besondere Wirkweise liefern. Ein Zugang zu wertvollem Expertenwissen aus unterschiedlichen Sichtweisen wird dadurch ermöglicht. Denn „[d]ie Perspektive eines Interviewpartners auf das eigene Handeln ist zwar nicht unbedingt ‚wahrer‘ als die Perspektive anderer Beteiligter, aber sie ist einzigartig und häufig reicher an Details“ (Gläser/Laudel 2010: S. 151). Daher stellt sich die Frage, welche verschiedene Vorstellungen, Meinungen und Sichtweisen vertreten Experten und Expertinnen, die systemisch beratend tätig sind, hinsichtlich den Forschungsfragen? So können die einzelnen Erfahrungswerte der PraktikerInnen das Verhältnis zwischen Theorie und Praxis genauer beleuchten.

Daher habe ich mich für eine empirische Ausarbeitung und Datenerhebung der Fragestellung mittels leitfadengestützten Experteninterviews entschieden.

Erhebungsverfahren

Experteninterviews gehören neben vielen weiteren Interviewformen und -arten zur qualitativen Forschungsmethode. Hierbei werden Personen mit speziellem Fachwissen leitfadengestützt hinsichtlich ihrer Perspektiven, Handlungsweisen und Meinungen befragt (vgl. Scribbr (o.D.)). Für ein Erhebungsverfahren auf sprachlicher Basis im Allgemeinen spricht, im Gegensatz zum Beispiel zur Beobachtung, dass wir das „Subjekt selbst zur Sprache kommen lassen können“ (Mayring 2002: S. 66). Im Rahmen von Experteninterviews können das problemzentrierte, als auch das

narrative Interview von der Gruppendiskussion unterschieden werden. Da alle qualitativ basierten Interviewformen hinsichtlich der Offenheit und der qualitativen Auswertung weitgehend übereinstimmen, ist die Frage nach der Strukturiertheit von Bedeutung. Während im narrativen Interview, der/die Interviewte sich überwiegend auf sich selbst und seine/ihre Erinnerungen bezieht, stellt der/die Interviewte im Rahmen des problemzentrierten Interviews innerhalb der zentralen, den Themenbereich betreffenden Fragen, seine/ihre persönliche Sicht dar (vgl. Mayring 2002: S. 67). Weitere wesentliche Merkmale des problemzentrierten Interviews sind nach Mayring (vgl. Mayring 2002: S. 69) folgende:

- Die Fragestellung wird durch sprachliche, subjektive Aussagen vom/von der Interviewten selbst formuliert und betrachtet.
- Eine Vertrauenssituation soll geschaffen werden.
- Durch offene, ohne Antwortvorgaben gestellte Fragen werden die Interviewten mithilfe des Interviewleitfadens auf bestimmte Themenbereiche gelenkt und können so ihre individuellen Erfahrungen schildern.

Aufgrund all dieser Vorüberlegungen und wesentlichen Aspekte habe ich mich für die Form des teilstrukturierten, problembezogenen Interviews entschieden. Durch die offene, einem Gespräch ähnliche Form des Interviews erhoffe ich mir mehr eine gute Vertrauensbasis, um den Raum für offene und reflektierte Antworten zu schaffen. Im Nachhinein werden die Interviews dann inhaltlich transkribiert und nach Kategorien ausgewertet.

Als theoretische Grundlage dient hier die Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring. Die Hauptkategorien, bzw. Auswertungsparameter werden deduktiv mit Erstellung des Interviewleitfadens festgelegt. Induktiv werden dann mögliche Unterkategorien abgeleitet. Die Basis hierfür bilden allerdings die Forschungsfragen. Abschließend werden die Ergebnisse dann gegenübergestellt, diskutiert, auf die Forschungsfragen überprüft, sowie deren Bedeutung für die Literatur, Theorie und praktische Implikation analysiert.

6.3 Darstellung der Expert(inn)en

Bei der Definition des Samplings, bzw. als Experte/Expertin, wird für jede genannte Methode im systemischen Ansatz jeweils ein/e Vertreter/in herangezogen, der/die diesen in seiner/ihrer beratenden oder therapeutischen Praxis einsetzt.

Die wesentlichen Aspekte des Samplings (Gender, ID, Profession und Tätigkeit, Methode und Interviewdauer) werden im Folgenden tabellarisch aufgelistet und kurz erläutert.

<i>Gender</i>	<i>ID</i>	<i>Profession und Tätigkeit</i>	<i>Methode</i>	<i>Interviewdauer</i>
männlich	I1	Berater, Trainer und Coach (selbstständig) weitere Schwerpunkte: ▪ Hypnotherapie	Narrationen, Imaginationen	1:25:44 Std.
weiblich	I2	Beraterin und Therapeutin (in eigener Praxis) weitere Schwerpunkte: ▪ Familien- und Systemaufstellungen ▪ Traumatherapie (Somatic Experience SE)	NiG, Aufstellungen	1:00:35 Std.
männlich	I3	Coach, Mentor und Therapeut (selbstständig) weitere Schwerpunkte: ▪ Lehrtherapeut nach DGfS ▪ Kathathym Imaginative Psychotherapie (KIP)	Aufstellungen, KIP	1:34:02 Std.

Darstellung 2: Zusammenfassung des Sampling (eigene Darstellung)

I1 hat ein eigenes Coaching-Modell entwickelt, welches für ihn seine bevorzugte Methode darstellt. Dieses baut auf systemischen Ansätzen und Elementen der Hypnotherapie nach Milton Erickson. I2 und I3 haben insgesamt jeweils zwei bevorzugte Methoden, mit denen sie beratend und therapeutisch tätig sind. Bei I2 ist das neben dem NiG® auch die Arbeit mit Aufstellungen. Bei I3 ist das die Imaginationsarbeit nach KIP (Katathym Imaginative Psychotherapie). Die KIP, von Hans Carl Leuner in den 50er Jahren entwickelt, ist eine psychodynamische Therapiemethode aus dem Bereich der Tiefenpsychologie. Im Zentrum stehen therapeutisch eingeleitete und begleitete Imaginationsreisen, die Zugang zu unbewussten Prozessen, Wünschen, Mustern sowie stärkenden Ressourcen schaffen können (vgl. Oegatap „KIP“).

Während I2 sich im Interview insbesondere auf das NiG fokussiert, thematisiert I3 beide und stellt Verbindungen zwischen beiden Methoden her.

Um die Anonymität der Beteiligten zu wahren, wurden für die Darstellung der Ergebnisse eigens verwendete ID's verwendet. Diese setzen sich aus dem Kürzel I für InterviewpartnerIn und einer Zahl von 1-3 zusammen, d.h. I1, I2 und I3.

Ferner wurde den Interviewteilnehmenden vor dem Interview zugesichert, dass ihre Daten vertrauensvoll und anonym verarbeitet und nur im Rahmen dieser Masterarbeit verwendet werden. Hierfür gaben alle drei Interviewteilnehmenden ihr Einverständnis.

6.4 Beschreibung des Interviewleitfadens

Für die Befragung wurde vorab ein Interviewleitfaden erstellt, um den Verlauf und die Fragen zu strukturieren sowie das Gespräch thematisch lenken zu können. Die Interviewten haben den Leitfaden im Voraus per Mail erhalten, damit sie sich bei persönlichem Wunsch und Bedarf darauf vorbereiten und daran orientieren können. Insgesamt dient der Leitfaden dahingehend unterstützend, im Interview wesentliches nicht zu vergessen, ohne die Befragten in ihren Erzählungen und Ausführungen einengen, beschränken oder unterbrechen zu wollen.

Ziel der Experteninterviews ist es, im Sinne einer Werkstattpraxis herauszufinden, wie Transformationsprozesse im systemischen Ansatz in der psychosozialen Beratung begleitet, ermöglicht und bewirkt werden können. Denn in der beratenden Tätigkeit geht es schlussendlich darum, gemeinsam mit dem Klienten/der Klientin neue Wege, Sichtweisen zu finden und/oder Entwicklungsschritte zu gehen. Dies beinhaltet immer eine Erkenntnis oder ein Moment im Prozess, welche/s im Klienten/in der Klientin in Resonanz geht und der Schlüssel für neue Erfahrungs- und Handlungsräume bildet. Unterschiedliche Methoden auf systemischer Basis bedienen sich dafür unterschiedlichen Zugängen sowie Mitteln und bergen daher möglicherweise unterschiedliche Potentiale.

Der Interviewleitfaden, der auch im Anhang unter Anhang I zu finden ist, gliedert sich in drei Fragekategorien.

Die erste Fragekategorie beschäftigt sich mit der Methode und deren Wirkweise. Sie fokussiert den Kern, das Setting sowie die Schulen, die das Fundament bilden. Außerdem wird auf die besondere Wirkweise, sowie Grenzen, Risiken und Stolpersteinen der bevorzugten Methode eingegangen.

Die zweite Fragekategorie legt den Schwerpunkt auf die individuelle Gestaltung des Beratungsprozesses der Expert(inn)en. Hier werden die Expert(inn)en angeregt aus ihrer Praxis zu erzählen und von einem prototypischen Ablauf eines Prozesses, angefangen mit der Kontaktaufnahme bis hin zum Beenden zu berichten.

In der dritten Fragekategorie wird der Blick gezielt auf die Gestaltung von Veränderungsprozessen gerichtet. Dabei wird nach der Rolle von Narrationen, Imaginationen, Aufstellungen und weiteren Interventionen sowie nach dem Schlüsselmoment gefragt. Außerdem ist von Interesse, woran der/die Beratende merkt, dass Erkenntnisse verinnerlicht werden und Transformation geschieht.

6.4.1 Durchführung der Interviews

Aufgrund der anhaltenden Gesundheitskrise sowie den unterschiedlichen Wohnorten der Expert(inn)en wurden die Interviews nach Einwilligung und Wunsch der Interviewteilnehmenden online per Zoom an drei aufeinanderfolgenden Tagen durchgeführt.

Vor Beginn der Aufzeichnung war Raum für das Kennenlernen, das Einfinden in den virtuellen Raum, das Klären von offenen Fragen sowie einen kurzen Überblick über den Ablauf. Auch das Einverständnis über die Aufnahme und Verwendung dieser im Rahmen der Masterarbeit, sowie die Information über das anonyme Behandeln der personenbezogenen Daten wurden im Vorgespräch von allen Interviewteilnehmenden eingeholt.

Technisch gesehen verliefen die Interviews fast ohne Schwierigkeiten und Probleme. Bei I1 war trotz vorherigem Testen eine Aufnahme per Zoom nicht möglich, sodass ich selbst das Interview per Mobilgerät aufgenommen habe und auch der Interviewte I1 anbot, eine weitere Aufnahme zu tätigen und mir diese im Nachhinein zukommen zu lassen. Bei I2 und I3 funktionierte hingegen die Aufnahme per Zoom reibungslos. Das Interview von I3 musste außerdem aufgrund von Telefonanrufen mehrmalig unterbrochen werden.

Da alle Befragten intensiv, ausführlich und mit einigen Beispielen und Geschichten geschmückt auf meine Fragen antworteten, dauerten die Interviews in allen Fällen länger als 60 Minuten (I1: ca. 86 Min.; I2: ca. 60 Min. und I3: ca. 98 Min.). Die Zeiten von I1/I3 und I2 unterscheiden sich dahingehend etwas stärker, da I2 sich sehr genau und mit vielen Notizen auf das Gespräch vorbereitete.

Das Interview endete mit dem Dank zur Teilnahme und zur Offenheit meinerseits den Teilnehmenden gegenüber sowie einem kurzen Nachgespräch. Außerdem erhielten die Interviewten noch die Möglichkeit, Aspekte zu nennen und zu erläutern, die eventuell im Interview durch meine Fragen nicht abgedeckt waren, bzw. für sie darüber hinaus noch von Bedeutung waren. Während I1 die Nachsorge bei auftauchenden offenen Fragen anbot, erfragte I2 im anschließenden Austausch die Möglichkeit der Veröffentlichung des transkribierten Interviews auf der Homepage des eigenen Instituts.

6.4.2 Transkription

Nach der Durchführung der Interviews werden diese transkribiert. Für die Verschriftlichung der Aufzeichnung wird vordergründig die sinngemäße, inhaltsverdichtende Transkription verwendet, aber mit vielen wörtlichen Passagen

angereichert und ergänzt. Für diese Form der Transkription und gegen eine Reinform des zusammenfassenden Transkripts habe ich mich entschieden, da es oftmals sehr schwierig war, die Abschnitte auf das Wesentliche zusammenfassend herunterzubrechen, ohne dass zu viele oder kleine Detailinformationen verloren gehen. Zudem sind sinngemäße Transkripte oft schwer kontrollierbar als auch subjektiv geprägt oder gewichtet (vgl. Gläser/Laudel 2010: S. 193). Mein Anliegen war es, die Aussagen und auch den Interviewverlauf zunächst möglichst inhaltsgetreu vorliegen zu haben, um im zweiten Schritt dann in die Analyse und Interpretation gehen zu können. Die Zusammenfassungen der Abschnitte, auch wenn sie oft sehr ausführlich waren, sind trotzdem hilfreich und dienen der Informationskomprimierung auf die wesentlich genannten Aspekte. Sie sorgen zudem für eine bessere Struktur und Übersichtlichkeit.

Daher wird das Transkript jeweils chronologisch in Sinnabschnitte untergliedert, die teils stichpunktartig in Nominalform, teils in ganzen Sätzen das Genannte wiedergeben. Wörtliche Passagen werden dabei mit Anführungszeichen („...“) markiert. Nichtverbale Äußerungen sowie ein Räuspern oder „Ähm“, Wiederholungen und Pausen werden dabei ausgelassen. Verwendete Abkürzungen in gesprochener Sprache wie beispielsweise „wär“ oder „ich sag“ etc. bleiben erhalten und werden nicht an die Standardorthografie angepasst. In I3 wird allerdings in Klammern das Läuten des Telefons im Hintergrund vermerkt, da dies zu kurzen Unterbrechungen im Interview führte. Anmerkungen im Allgemeinen werden in Klammern mit dem Zusatz „Anmerkung“ ergänzt. Ich, als Interviewende werde mit „J.“ abgekürzt, die Interviewten jeweils mit „I.“. Außerdem sind zur besseren Gliederung und Lesbarkeit Schlüsselbegriffe in Fragestellung fett und Fragen im Allgemeinen kursiv hervorgehoben worden. Die fortlaufende Zeilennummerierung ermöglicht in der Ergebnisdarstellung, bzw. Auswertung ein Zitieren und die Zeitangaben ein Wiederfinden des entsprechenden Abschnittes auf der Audiodatei. Die Transkription der Experteninterviews sind unter Anhang II zu finden.

6.5 Ergebnisdarstellung und Kategorienbildung

Die Ergebnisdarstellung, bzw. -auswertung und -interpretation erfolgt nach der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring. Da insbesondere der Inhalt und die persönliche Meinung sowie Sichtweisen der Experten und Expertinnen interessieren, wird als Analysetechnik die „Zusammenfassung“ gewählt. Denn laut Mayring (2010: S.65) ist das „Ziel der Analyse [...], das Material so zu reduzieren, dass die

wesentlichen Inhalte erhalten bleiben, durch Abstraktion ein überschaubares Corpus zu schaffen, der immer noch Abbild des Grundmaterials ist.“

Dafür werden die Transkripte in mehreren Schritten paraphrasiert, systematisch gekürzt sowie auf die wesentlichen Inhalte reduziert (vgl. Mayring 2010: S. 68-70). Mithilfe der gewählten Kategorien können die Ergebnisse dann gebündelt, zusammenfassend und deskriptiv gegenübergestellt werden, bevor sie im Weiteren dann analytisch ausgewertet und interpretiert werden. Die Basis hierfür bilden die Forschungsfragen sowie die Theorie.

Anhand des Interviewleitfadens, der Forschungsfragen und der vorhandenen drei Fragekategorien ergeben sich folgende Hauptkategorien:

1. Methoden
2. Individuelle Prozessgestaltung
3. Veränderungsprozesse
4. Weiteres

Im Prozess der Reduktion und Zusammenfassung des Materials werden weitere Unterkategorien induktiv, d.h. aus dem Material heraus entwickelt, gebildet und festgelegt. Aufgrund der Vielfalt an Informationen sowie den weitumfassenden Hauptkategorien erscheint diese Herangehensweise der Kategorienbildung als sinnvoll.

Daraus ergeben sich dann folgende Unterkategorien:

Kategorie 1 umfasst Methodenauswahl und -kombination, Schulen, Setting und Anwendungsgebiete, Kern und Grundlagen der Methoden, besondere Wirkweisen der Methoden als auch mögliche Stolpersteine, Grenzen und Risiken.

Kategorie 2 untergliedert sich in Ablauf eines prototypischen Prozesses, Interventionen und systemische Fragetechniken und das Ende, bzw. das Beenden eines Prozesses.

Kategorie 3 wird in Voraussetzungen für Veränderungsprozesse, die Rolle von Narrationen, Bildern und Aufstellungen, Schlüsselmomente für Veränderung sowie Möglichkeiten der Wahrnehmung des Erkenntnisgewinns unterteilt.

7 Ergebnisdarstellung

Zu Beginn der Ergebnisdarstellung steht ein kurzes Case Summaries. Im Weiteren werden dann die Antworten der drei Experten/Expertinnen anhand von den Hauptkategorien und ihren jeweiligen Unterkategorien zusammenfassend dargestellt, bevor sie im nächsten Kapitel (siehe Kapitel 8) in Hinsicht auf die Forschungsfragen sowie Literatur ausgewertet und interpretiert werden.

7.1 Case Summaries

Die Case Summaries dienen dazu, einen ersten Überblick über die zentralen Themen der Interviews zu geben und ihre jeweilige Besonderheit darzustellen.

I1, als Berater, Coach und Hypnotherapeut tätig, gestaltet seine Prozesse gerne im Dialog und initiiert Veränderungsprozesse bevorzugt narrativ.

I2 arbeitet überwiegend psychotherapeutisch mit dem NiG®, eine Form von Aufstellungen, sowie mit Familien- und Systemaufstellungen im Allgemeinen. Ihr Anliegen im NiG® ist es, mit externalisierten inneren Bildern Veränderungsprozesse anzustoßen.

I3, als Coach, Mentor und Psychotherapeut tätig, arbeitet mit Imaginationen (KIP) sowie Systemaufstellungen, mit dem Ziel, innere Bilder zu verändern und dysfunktionale Strukturen und Bindungen in Richtung funktional zu wandeln.

Alle drei Experten/Expertinnen sind Ende 50 bis Anfang 70 und weisen daher langjährige Erfahrungen in ihren Methoden auf.

7.2 Methoden

Die erste Kategorie umfasst die Unterkategorien Methodenauswahl, Schulen, das bevorzugte Setting und Anwendungsgebiete, Kern und Grundlagen der Methoden, ihre besondere Wirkweisen sowie mögliche Stolpersteine, Grenzen und Risiken.

Aufgrund dessen, dass I3 gerne die Systemaufstellungen mit der Katathym-Imaginativen Psychotherapie (KIP) kombiniert, werden in der ersten Kategorie noch jeweils beide Methoden ausführlicher dargestellt. Jedoch in Kategorie 2 „Individuelle Prozessgestaltung“ und Kategorie 3 „Veränderungsprozesse“ bezieht sich I3 vorwiegend auf Systemaufstellungen und erwähnt ab und zu Verknüpfungspunkte beider Methoden. Der Fokus dieser Praxisuntersuchung liegt auf systemischen Methoden. Daher wird die Katathym-Imaginative Psychotherapie (KIP) auch in Kapitel 8 „Diskussion“ nicht explizit berücksichtigt.

7.2.1 Methodenauswahl und -kombination

Für ihre systemischen Beratungs-, Coachings- und Therapieprozesse wählen die Experten/Expertinnen folgende Methoden aus:

I1 arbeitet in Beratung und Coaching mit einem selbst entwickelten Modell, welches aus sieben Schritten (S7 bis S1) besteht sowie systemisch fundiert ist (vgl. I1, ZN 13-15; 37f.). Des Weiteren integriert er das Verständnis von Energien nach Heike Bruch, die Methode des Fokussing, die Arbeit auf drei Ebenen (rational, imaginativ und emotional) sowie hypnotherapeutische Grundaspekte und die Metaphorik (vgl. I1, ZN 58f., 74-78, 94-98, 123-129, 221-254). Insgesamt ist es sein Anliegen in Beratungs- und Coachingprozessen lösungsorientiert und „den gesamten Raum der Persönlichkeit zu nutzen. Und dieser Raum besteht eben aus den drei Ebenen: der rationalen Ebene, der imaginativen, also sensomotorischen Ebene, wo die ganzen Bilder sind und der somatisch-emotionalen Ebene, wo die ganzen Treiber sind, die ganzen Energien [...]“ (I1, ZN 322-327).

I2 arbeitet überwiegend systemisch beratend/ therapeutisch und verwendet dabei die Methoden des Neuro-Imaginativen Gestaltens (NiG®), die Aufstellungsarbeit, das Genogramm sowie die therapeutische Trauma Arbeit (vgl. I2, ZN 692f., 703-706, 795f., 995-1004). Die Aufstellungsarbeit wird dabei je nach Art des Anliegens von I2 entweder im NiG® integriert oder als alleinstehende Methode verwendet (vgl. I2, ZN 863-867).

I3 demgegenüber arbeitet überwiegend mit drei Methoden: die Imaginationsarbeit, die auf der tiefenpsychologisch orientierten Methode der Katathym-Imaginativen Psychotherapie (KIP) basiert, den Systemaufstellungen sowie dem Genogramm (vgl. I3, ZN 1228-1230, 1330f., 1689). Des Weiteren bezieht I3 Trauma therapeutische Elemente in seine Arbeit mit hinein (vgl. I3, ZN 1270f.). Insgesamt vereint I3 beide Methoden gerne in systemische Beratungs-/ Coachings- oder Therapieprozesse und empfindet es als eine „äußerst effiziente Kombination“ (I3, ZN 1332-1334).

ID	Methodeneinsatz
I1	<ul style="list-style-type: none">▪ das selbst entwickelte Modell (S7 bis S1)▪ Verständnis von Energien nach Heike Bruch▪ die Arbeit auf drei Ebenen in Anlehnung an das MacLean Modell▪ hypnotherapeutische Elemente und die Metaphorik▪ die Methode des Fokussing
I2	<ul style="list-style-type: none">▪ das NiG®▪ die therapeutische Trauma Arbeit▪ die Aufstellungsarbeit▪ das Genogramm

-
- I3
- die Katathym-Imaginative Psychotherapie
 - die Systemaufstellungen
 - das Genogramm
 - die therapeutische Trauma Arbeit
-

Darstellung 3: Methodeneinsatz (eigene Darstellung)

7.2.2 Schulen

Das selbst entwickelte Modell von I1 ist systemisch und beruht „vor allem auf dem Konzept des Viable System Models, weiterentwickelt zum Universal Management System, erstmal von Stafford Beer und zweitens dann von Raymond Malik in Sankt Gallen und ich habe es nochmal ein bisschen weiterentwickelt und für das Coaching, bzw. für [den] Beratungsprozess angepasst“ (I1, ZN 15-20). Hinzukommen die Lösungsorientierung nach de Shazer und weitere, Elemente der Hypnotherapie, das Verständnis von Energien nach Heike Bruch sowie das MacLean Modell über das dreieinige Gehirn (vgl. I1, ZN 74-78, 94, 109-111, 354-360).

Aufgrund dessen, dass nach I2 (vgl. ZN 929-947) das NiG® Einflüsse und Elemente aus vielen verschiedenen Schulen beinhaltet, werden diese in Listenform aufgeführt:

- die Hypnotherapie von Milton Erickson und die von ihm geprägte „Weisheit des Unbewussten“
- die systemische Familientherapie (in den USA: die Palo-Alto Gruppe am Mental Research Institute, in Deutschland: Helm Stierlin)
- das NLP (auch konstruktivistisch orientiert und Basis der Metaposition)
- die Brief Family Therapy von Steve de Shazer (z.B. die Wunderfrage)
- Bert Hellinger und sein phänomenologischer Ansatz
- die Traumatherapie
- die Kunsttherapie, sowie
- die Körpertherapie

Insgesamt empfindet I2 die vielen Einflüsse und Elemente als Profit der Methode.

Die von I3 verwendete KIP ist eine anerkannte Psychotherapiemethode, die tiefenpsychologisch fundiert ist und auf Hans Carl Leuner zurückgeführt wird (vgl. I3, ZN 1257-1529). Als Pionierin der Trauma Arbeit nennt I3 Luise Reddemann. In Bezug auf Systemaufstellungen äußert I3 lediglich die Namen Bert Hellinger und Matthias Varga von Kibéd als Beispiele für Vertreter und, dass es viele weitere Vorreiter gibt (vgl. I3, ZN 1270f., 1435-1437).

7.2.3 Setting und Anwendungsgebiete

Während I1 bevorzugt individuell mit Menschen im Dialog und Interaktion arbeitet, entscheiden sich I2 und I3 jeweils abhängig vom Anliegen und der dafür geeigneteren Methode für das Einzel- oder Gruppensetting (vgl. I1, ZN 11f., 23, 116-122 / I2, ZN 860-867 / I3, ZN 1295-1314, 1657, 1664-1666, 1681). Lediglich I2 erwähnt, dass das NiG® auch Online möglich ist, jedoch von ihr persönlich nicht präferiert wird (vgl. I2, ZN 909-923).

In Bezug auf Anwendungs- und Einsatzmöglichkeiten äußern I2 und I3, dass sie ihre Methoden sowohl für private, familiäre, als auch betriebliche und berufliche Themen und Kontexte als geeignet empfinden. Im beruflichen Kontext würde I2 jedoch das Setting anpassen und statt mit Skizzen mit Filz als Bodenanker arbeiten (vgl. I2, ZN 903-907 / I3, ZN 1270-1290, 1321-1331, 1372f., 1364f.).

ID	Bevorzugtes Setting	Anwendungsmöglichkeiten
I1	<ul style="list-style-type: none"> ▪ individuell mit Menschen ▪ mit Organisationen 	
I2	<ul style="list-style-type: none"> ▪ NiG®: ▪ v.a. im Einzelsetting ▪ große, kollektive Themen besser in Gruppen-aufstellungen ▪ auch Online möglich 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Familie, Paare, Einzelne ▪ in beruflichen Kontexten (z.B. Team, Schwierigkeiten)
I3	<p><u>KIP</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ v.a. im Einzelsetting ▪ in der Gruppe möglich <p><u>Aufstellungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ v.a. in Gruppen ▪ im Einzelsetting, mithilfe von Bodenankern/ Gegenständen möglich 	<p><u>KIP</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Traumatherapie ▪ bei Ängsten, Herausforderungen & Einschränkungen in beruflichen, privaten Kontexten ▪ Prüfungscoaching & Krisenintervention ▪ In Einzel-, Paar- & Familientherapie ➔ in allen Bereichen menschlicher Problematiken <p><u>Aufstellungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ In Einzel-, Paar- & Familientherapie ▪ Im Coaching ▪ In familiären und betrieblichen Kontexten

Darstellung 4: Übersicht über bevorzugtes Setting und Anwendungsgebiete (eigene Darstellung)

7.2.4 Kern und Grundlagen der Methoden

Aufgrund dessen, dass die interviewten Experten/Expertinnen jeweils ein Pool an verschiedenen Methoden und Techniken für ihre Prozesse auswählen und

anwenden, wird der Kern, bzw. werden die Grundlagen, auf denen die einzelnen Methoden beruhen im Folgenden kurz näher dargestellt.

I1 nennt, dass es in seinem eigenen Modell (S7 bis S1) darum geht, eine Vertrauensbasis zu schaffen, die Situation zu analysieren, Werte und Normen des Klienten/ der Klientin zu verstehen, sowie die Strategie/ Vision, das Ziel und den Systemkontext zu erfahren (vgl. I1, ZN 40-54, 158-163). Für einen Überblick über die einzelnen Schritte, siehe Darstellung 5 (in Abschnitt 7.3.1). Dabei beschreibt I1 (ZN 80-83) den Kern seiner Methode folgend:

„Für Veränderungsprozesse ist es notwendig, mit S7 bis S1 zu arbeiten. Der Kern dabei ist S3. Das bedeutet dabei: Was machen wir als nächsten Schritt? Und was sind die kleinen benötigten Schritte zur Veränderung?“

Dabei ist es ihm besonders wichtig, auf drei Ebenen zu arbeiten: der rationalen, der imaginativen und der emotionalen. Die rationale Ebene betrifft den Verstand, die Sprache, d.h. den Austausch von Gedanken, bzw. das Finden einer gemeinsamen Sprache (vgl. I1, ZN 62-64, 152-155). Die imaginative Ebene zeigt laut I1 (ZN 65f.) „die Bilder oder Images, welche die Leute antreiben, bzw. die sie verfolgen“. Es ist notwendig, diese Bilder zu finden, denn sie führen durch emotional somatische Reaktionen auf die emotionale Ebene und setzen dort für Veränderungsprozesse notwendige Energien frei (vgl. I1, ZN 66-78, 156). Um zu den Energien zu gelangen, bzw. diese zu regulieren, achtet I1 als Hypnotherapeut zudem auf die unter- und unbewusst ablaufenden Prozesse sowie die Metaphorik. Letztere bewirkt Emotion oder anders formuliert, das Spüren dieser (vgl. I1, ZN 94-98, 123-125). Den Kern des Fokussing beschreibt I1 (ZN 225-229) folgend:

„Ein körperliches Signal wird als Ur-Signal verwendet und dient als Basis und behutsame Hinführung für den Prozess, um mögliche Bilder, die mit diesem Signal verbunden sind, aufdecken zu können. Diese Bilder helfen auch in weiteren Schritten, Fakten aufzudecken.“

Neben all diesen Faktoren sieht I1 die Sprache und den Dialog als Grundelement, bzw. zentralen Kern seiner Arbeit/ Methodik (vgl. I1, ZN 116f.). Über Gedanken werden Geschichten erzählt sowie Bilder zum Ausdruck gebracht. Er (I1, ZN 117-122) sieht es „als ein Werkzeug für die Begegnung und Berührung [...]. Denn mit Sprache ist es möglich, Herzen zu berühren. Es ist das Energiezentrum und schlägt entweder vorwärts (Richtung Veränderung, Produktion) oder rückwärts (Protest oder Unwille gegenüber Veränderung und Resignation)“.

Als Grundlagen oder Kern des NiG® bezeichnet I2 den „NiG® Brückenbau“ (I2, ZN 695). Dieser bezeichnet die Brücke zwischen dem systemisch-konstruktivistischen und systemisch-phänomenologischen Vorgehen und ermöglicht dadurch, das Hin- und Hergehen dazwischen (vgl. I2, ZN 695-710). Ein weiteres Basiselement der

Methode ist die Grundannahme des „existentiellen Paradoxes“ nach Eva Madelung (I2, ZN 713). Es besagt, dass jedes Individuum ein Grundbedürfnis nach Autonomie/ eigener Entwicklung und Bindung in sich trägt. Paradox daran ist, dass beide Bedürfnisse gesehen und gelebt werden möchten (vgl. I2, ZN 712-719). I2 merkt diesbezüglich an, dass die paradoxen Bestrebungen nach Autonomie und Bindung in allen Ansätzen der Psychologie vertreten sind, jedoch „nicht auf die spezifische Weise, wie wir Systemiker es machen“ (I2, ZN 732f.). Die im Prozess spontan erstellten Skizzen, die „als Botschaften des Unbewussten“ gesehen werden, sowie die Metaposition, die „eher den kognitiven Teil anspricht, also die Reflektion und die kognitive Einordnung“ gehören zudem zum Kern des NiG® (I2, ZN 749-753). Auch die klientenzentrierte Arbeitsweise bildet ein Grundelement des NiG®, d.h. „die Deutungshoheit bleibt beim Klienten“ und es geht überwiegend darum, „die Schritte des Klienten mit[zu]begleiten“ (I2, ZN 738-743). So wird überwiegend im Pacing gearbeitet, im phänomenologischen Bereich ist es jedoch möglich, mehr ins Leading zu gehen und den Klienten zu führen (vgl. I2, ZN 744-748). Der Einsatz von phänomenologischen Aufstellungen unterstützt außerdem, unbewusste Bindungen in beispielsweise dem Familiensystem sichtbar zu machen, die möglicherweise der Verwirklichung von Autonomie entgegenstehen können (vgl. I2, ZN 727-730). Für I2 erfüllt das Genogramm die Funktion, um einen Überblick über die Geschichte und persönliche Hintergründe zu bekommen sowie den Blick für das Wesentliche im System zu schärfen (vgl. I2, ZN 995-1004).

I3 bezeichnet den Kern im KIP darin, dass fast alle in der Lage sind, innere Bilder, einen inneren Film ähnlich zu einem Traum zu entwickeln (vgl. I3, ZN 1232- 1234). Durch Induktion eines Entspannungszustands (ähnlich zu einer leichten Trance) und der Vorgabe eines Einstiegsmotivs wird der Klient/ die Klientin angeregt, „sich in eine imaginäre Innenwelt zu versetzen und sich damit auseinanderzusetzen“ (I3, ZN 1236-1242).

Der Kern der Aufstellungen laut I3 (ZN 1438-1444) ist, dass „innere Bilder in die äußere Welt projiziert und durch Menschen oder auch Gegenstände im Raum dargestellt werden. Das heißt, in der Aufstellungsarbeit werden innere, psychische, auch seelische Kräfte, Wirkfaktoren, zum Beispiel Vater, Mutter, Großvater, aber auch Werte oder andere Bewusstseinsfelder, durch Stellvertreter räumlich dargestellt“. Dadurch werden innere Zustände im Außen sichtbar und „können nun in einen konstruktiven Dialog und Auseinandersetzung kommen, mit dem Ziel, dass mehr Energie im System fließt, dass Frieden einkehrt und sich das ganze System entspannen kann, damit das Leben besser gelingt“ (I3, ZN 1479-1484). Im Bereich der Systemaufstellungen sieht I3 zudem das Phänomen der stellvertretenden

Wahrnehmung, das nach Albrecht Mahr benannte „wissende Feld“, sowie die von Matthias Varga von Kibéd geprägte „transverbale Sprache“ als grundlegende Faktoren/ Elemente der Methode. Das Phänomen der stellvertretenden Wahrnehmung bezieht sich darauf, dass mithilfe von Menschen „über Körperempfinden, Emotion und wie sie sich als Stellvertreter eines inneren Zustandes fühlen und [berichtet werden kann] und es werden die Beziehungsqualitäten zwischen den einzelnen Protagonisten dargestellt“ (I3, ZN 1454-1459). Das „wissende Feld“ besagt, dass „im System die Weisheit oder das Wissen auf einer tieferen Ebene vorhanden ist.“ (I3, ZN 1768f.). Zu Beginn einer Aufstellung öffnet sich dieses Feld und durch Intuition und Vertrauen darauf wird es der Aufstellungsleitung zugänglich und kann zur Prozessentfaltung und Lösungsfindung beitragen (vgl. I3, ZN 1591-1599, 1758f., 1767-1771). Des Weiteren ist Aufstellungsarbeit eine „transverbale Sprache. Also ein Ausdruck, das Mitteilen von Etwas ohne Worte, sondern durch Handlung, durch Raumveränderung. [Denn] die Aufstellungspositionsveränderung ist eine Mitteilung oder Information, die Wirkung zeigt“ (I3, ZN 1921-1927). Letztlich geht es laut I3 in beiden Methoden darum, innere seelische Zustände und in uns verankerte systemische Strukturen durch Gegenstände räumlich darzustellen (vgl. I3, ZN 1450-1453).

7.2.5 Besondere Wirkweisen der Methoden

Alle drei Experten bezeichnen die Verbindung/ Verknüpfung von Verstand und Körper sowie die Arbeit mit inneren Bildern als wesentliche Wirkweisen ihrer Methoden, auch wenn hierfür jeweils unterschiedliche Zugänge gewählt werden.

I1 betont, dass es entscheidend ist, alle drei Ebenen anzusprechen und zu berücksichtigen. Sich darauf beziehend, spricht I1 (ZN 215, 336) von „head-heart-gut Geschichte“ oder einer „mind-body-Begegnung“. Die Gründe hierfür und folgend die Wirkweise erklärt I1 (ZN, 281-293) auf diese Weise:

„Also die tiefliegenden Muster [und Blockaden] sind den meisten Personen vom Verstand her nicht mehr zugänglich, sie sind nur über den Körper zugänglich. Deswegen arbeite ich gerne einerseits vom Verstand her. [...] [Aber] das Generieren von Bildern geschieht mehr aus einer Emotion heraus und weniger aufgrund einer begründbaren rationalen Ebene. Daher interessiert mich, woher das Bild kommt, denn es liefert Rückschlüsse auf Emotionen, die im Körper verankert sind. So ist ein Wechsel auf die Ebene des Körpers möglich.“

So geht es seiner Meinung darum, dass Gedanken über Sprache und Geschichten zunächst zu Bildern werden. Diese sollen dann dahingehend verändert werden, dass sie nicht mehr hemmen, sondern treiben/ bewegen/ motivieren und auf diese Weise zu Emotionen und Energien führen (vgl. I1, ZN 97-103). Denn Sprache allein bewirkt nicht unbedingt emotionale Veränderung, wird jedoch benötigt, „um zur Tat zu

kommen. Es ist das Spannen vom rational gestellten Vorhaben hin zur tatsächlichen körperlich beteiligten Umsetzung. Gute, bewegende Gründe sind essenziell zur Energieaufbringung, um etwas zu erreichen“ (I1, ZN 139-144).

I2 (ZN 766) dagegen bezieht sich auf ein „ganzheitliches Erleben auf den Blättern“ und erläutert weiter (I3; ZN773-778):

„Es ist ein großer Schritt in Richtung innere Bilder verändern. Innere Bilder sind ja nicht nur visuelle Bilder, es sind auch Fühlbilder und Berührungsbilder, es sind ganzheitliche Bilder. [Denn] [d]urch die Körpererfahrungen auf den Bildern und in den verschiedenen Rollen können vorhandene innere Bilder und Sichtweisen verändert werden. Dadurch hat der Klient die Chance, innere abgespeicherte Bilder durch neue Erfahrungen zu neuen Bildern zu verändern, neue Bilder werden integriert. Das macht die Arbeit aus.“

Die Externalisierung innerer Bilder sowie das Auslegen der spontan gefertigten Skizzen (= „Botschaften des Unbewussten“) im Raum bewirkt eine veränderte Wahrnehmung darauf und ermöglicht zugleich Abstand und Sicherheit (vgl. I2, ZN 750, 843f., 848, 851-854). Daneben beinhaltet auch die Metaposition, die den kognitiven Anteil anspricht, einen entscheidenden Wirkfaktor. Denn im Prozess „soll sich Wahrnehmung im besten Fall erweitert haben und die Metaposition bezieht sich auf die erweiterte Wahrnehmung“ (I2, ZN 830-832). Beide miteinander, d.h. die Skizzen und die Metaposition, haben „inspirierende Perspektivenwechsel, die zu Wechselwirkungen führen und so einen Wechselwirkungsprozess initiieren. Meiner Ansicht nach ist das die Wirkungsweise des NiG®“ (I2, ZN 754-757).

Weitere Wirkungen auf den Klienten/ die Klientin sind: das Gefühl der Selbstermächtigung, durch das Hin- und Hergehen wird Beweglichkeit (wieder) erfahrbar, das Zurückgewinnen von Handlungsfähigkeit, die Stärkung von Selbstfürsorge sowie die Möglichkeit, Perspektivwechsel zu vollziehen und neue Sichtweisen einzunehmen (vgl. I2, ZN 782-824).

Als wesentliche Wirkfaktoren der KIP beschreibt I3 die ressourcenorientierte Ich-Stärkung, das Zurückkommen in eine Selbstermächtigung, d.h. „re-empowerment“, sowie das Probehandeln, bzw. das Probe-Erleben. Ressourcenorientiert deshalb, da über die Imagination momentan oder bisher nicht verfügbare Kräfte nutzbar gemacht werden können. Auch das imaginative Probehandeln bewirkt eine konstruktive Auseinandersetzung mit einer herausfordernden oder angstgeladenen Situation, aktiviert gezielt dafür benötigte Fähigkeiten und Kompetenzen und verknüpft die Situation mit dem Gefühl der Bewältigung und einer positiven Erfahrung (vgl. I3, ZN 1264-1269, 1277-1287, 1347-1351, 1366-1371). Des Weiteren können in der Imagination heilsam wirkende Emotionen und Gefühle auftauchen, da das Gehirn

„nicht zwischen innerer und äußerer Wirklichkeit unterscheidet, wenn die Bilder dieser inneren Wirklichkeit klar und stark sind“ (I3, ZN 1243-1245).

Eine besondere Wirkweise und als auch Voraussetzung der Systemaufstellungen ist nach I3 das Phänomen der stellvertretenden Wahrnehmung, welches bereits unter 7.2.4 genauer beschrieben wurde (vgl. I3, ZN 1454-1463, 1490-1495). Mithilfe der Stellvertreter(inn)en, ihren Wahrnehmungen und Äußerungen können „dysfunktionale Bindungen in Richtung funktional – durch Würdigung, Akzeptanz, Hineinnehmen von bisher Ausgeschlossenem/ Verdrängten“ gewandelt werden (I3, ZN 1466-1468). Zudem kennzeichnet die Wirkungsweise der Systemaufstellungen folgendes: Der Klient/ die Klientin kann den Aufstellungsprozess sehen und die Externalisierung seiner inneren Wahrheiten, Emotionen, Zustände und Bilder beobachten sowie Veränderungen in Richtung Lösung und Ordnung wahrnehmen. Am Ende der Aufstellung kann der Klient/ die Klientin mit hinein, um die Veränderungen im System sowohl visuell als auch körperlich und emotional zu erleben (vgl. I3, ZN 1551-1564). Dieser neue Blick auf die geänderten Faktoren wirkt laut I3 (ZN 1565) „im Nachgang der Aufstellung [heilsam weiter]“.

7.2.6 Mögliche Stolpersteine, Grenzen und Risiken

Als Hauptstolpersteine im Prozess betrachtet I1 das Nichterreichen aller Ebenen, die von Martin Seligmann definierte „learned helplessness“ sowie (teilweise tief) im Unbewussten vorliegende Blockaden. Letztere setzt I1 mit Stolpersteinen gleich. Daher ist es notwendig, diese mithilfe von Interventionen, Fragen sowie der Methode des Fokussing im Prozess in S6 aufzudecken. Denn oftmals behindern unbewusste Blockaden, den Drang sowie die Verwirklichung von Veränderungen (vgl. I1, ZN 192-195, 206-211, 219-254, 257-280).

I3 sieht im Gegensatz zu I1 sowohl bei Systemaufstellung als auch in KIP die größte Gefahr beim/bei der CoachIn, BeraterIn sowie TherapeutIn. Folgende Gründe führt er auf: Neben mangelnder Empathie, (Selbst-)Erfahrung und Containing-Kompetenz (d.h. die Fähigkeit, einen sicheren emotionalen Raum zu halten), nennt er zudem fehlende Präsenz sowie das Zu-viel-Wollen (vgl. I3, ZN 1390-1424, 1579f., 1591-1593). Auch wenn der Klient/ die Klientin nicht in den Mittelpunkt gestellt sowie das Anliegen unklar geklärt wird und dadurch kein klarer Fokus herausgearbeitet wird, dann fehlt „der Fluss des Stimmigen“, was weitere Stolpersteine in Aufstellungen sein können (vgl. I3, ZN 1581-1590). Die Arbeit mit Stellvertretenden in Aufstellungen birgt ein weiteres Risiko. So ist es möglich, dass sie nicht konzentriert sind oder eigene Themen in den Prozess mit hineinbringen und so „ihr eigenes Drama [reinszenieren]“ (I3, ZN 1619f., 1624). Hierfür braucht es Erfahrung, Wissen, Präsenz und Kompetenz,

um unterscheiden zu können, was gehört in den Prozess und ist stimmig und was nicht. Auch mithilfe von Rückfragen beim Klienten/ bei der Klientin kann die Stimmigkeit überprüft werden (vgl. I3, ZN 1631-1637). Denn wenn das geschieht, dann bleibt laut I3 (ZN 1638-1641) „die Aufstellungsarbeit eine sehr hilfreiche Methode, um Strukturen -pathologische Strukturen hin in ein gesundes, funktionierendes System hineinzubegleiten“.

In KIP bezeichnet I3 (ZN 1383-1387) eine herabgesetzte körperliche oder psychische Fähigkeit zu imaginieren sowie die Angst und emotionale Abwehr von „Überflutung von innerem Material“ als Grenze.

I2 nennt zu große, kollektive Themen aufgrund ihrer Übersichtlichkeit und Komplexität als Grenze in der Praxis mit dem NiG® (vgl. I2, ZN 861-867). Stolpersteine, die allerdings nicht als unbedingt gravierend bezeichnet werden, sind das Empfinden des NiG® als „ungewöhnliches Verfahren“ sowie Behauptungen -oft von Männern-, nicht zeichnen zu können (I2, ZN 879ff.). Die Risiken liegen ihrer Ansicht nach in den unbewussten, verborgenen Traumata der Klient(inn)en. Diese können entweder getriggert werden oder zum Widerstand bei den Klient(inn)en führen. Dennoch ist es für sie als Traumatherapeutin eine Chance, sie in die Arbeit zu integrieren, sobald sie ins Bewusstsein oder an die Oberfläche kommen (vgl. I3, ZN 870-877, 889). Mit Handwerkszeug, der Beobachtung des Körpers sowie mithilfe der Metaposition als neutraler, sicherer Ort ist es möglich, mit den Stolpersteinen, Grenzen und Risiken umzugehen (vgl. I2, ZN 894-898).

7.3 Individuelle Prozessgestaltung

Die Kategorie „Individuelle Prozessgestaltung“ untersucht die persönliche Arbeitsweise und gliedert sich in folgende Unterkategorien: Ablauf eines prototypischen Prozesses, Interventionen und systemische Fragetechniken sowie das Ende oder das Beenden eines Prozesses. Die Ergebnisse dieser Unterkategorien werden im Folgenden ausführlich dargestellt.

7.3.1 Ablauf eines prototypischen Prozesses

ID	Prototypischer Ablauf
I1	<ol style="list-style-type: none">1. Aufbau von Vertrauen, Beziehung, Klärung und Herstellung der Resonanz, Erwartung und des Ziels (S7)2. Situationsanalyse auf drei Ebenen (S6)3. Kennenlernen von Werten, Normen, Glaubenssätzen (S5)4. Frage nach Leitbild, Vision, Strategie und Ziel (S4)5. Erarbeiten von taktischen Zielen und nächsten Schritten (S3)6. Finden von Ressourcen (S2)7. Umsetzung (S1)
I2	<p>Erstkontakt: Aufbau von Beziehung, Vertrauen, Sicherheit, kurze Klärung der Resonanz, des Anliegen, des Ziels</p> <ol style="list-style-type: none">1. Anliegenklärung: Wo liegt das Wesentliche?2. evtl. Erstellung eines Genogramms3. Erstellung der Skizzen4. kurzer Blick auf und erster Eindruck von Skizzen5. Auslegen der Skizzen nach eigener Psychogeografie6. Auslegen und Betreten der Metaposition7. Betreten der Skizzen und Beginn der Körperarbeit8. Phase der Veränderungen9. Letzte Empfehlung der Metaposition10. Abschlussgespräch
I3	<p>Erstkontakt und Vorgespräch: Gewinn von Vorinformationen, Bitte um Genogramm und emotionalen Lebenslauf sowie Entscheidung der Methode</p> <ol style="list-style-type: none">1. Frage nach Anliegen: Was wäre das gute Ergebnis?2. Check / Erstellung Genogramm3. Aufstellung der Stellvertretenden4. Frage nach Befinden der Stellvertretenden5. Interventionen in Richtung Lösung6. Beenden der Aufstellung7. Entrollen der Stellvertretenden8. Nachgespräch und Klärung von Offenem

Darstellung 5: Prototypischer Ablauf (eigene Darstellung)

I1 und I2 nutzen den Erstkontakt und das Vorgespräch v.a., um eine sichere Vertrauensbasis zu schaffen, den Rapport aufzubauen, kurz das Anliegen, Ziele und Erwartungen sowie die Resonanz zueinander zu klären, bzw. herzustellen. Dagegen interessieren I3 mehr Vorinformation zu körperlicher oder psychischer Gesundheit, Diagnosen sowie systemische Hintergründe, ein Familienstammbaum und emotional wichtige Ereignisse. Davon ausgehend entscheidet I3 dann, mit welcher Methode er arbeitet (vgl. I1, ZN 435-451/ I2, ZN 956-966/ I3, ZN 1646-1694).

I1 (ZN 452-461) vertritt hierzu folgende Meinung:

„[Es geht] v.a. darum, den Klienten bei seinen aktuellen Vorstellungen abzuholen und herauszufinden, wo will er denn eigentlich hin, mit den Mitteln, die er am Anfang unseres Prozesses finden kann. Aber der Prozess ist ja gerade dazu da, diese Mittel zu erweitern. [...]. Entscheidend für den Prozess ist es, dass ich mit dem Klienten kompatibel, resonant werde und wir gegenseitig abchecken, ob wir füreinander passen“.

Auch I2 bekräftigt, dass der Erstkontakt, bzw. der Beziehungsaufbau darin, nicht unterschätzt werden darf und für den weiteren Prozess wesentlich ist (vgl. I2, ZN 965f.).

Im nächsten Schritt spricht I1 von der Situationsanalyse (S6) unter Berücksichtigung aller drei Ebenen sowie möglicher Blockaden (vgl. I1, ZN 206-208, 464-466). I2 und I3 hingegen nennen es die Anliegenklärung. I2 (ZN 969-984) führt diese Phase im Prozess folgend aus:

„So in der Regel geb' ich dem `ne Viertelstunde und nicht mehr. Menschen, gerade wenn sie neu sind, wollen viel und gerne sprechen. Hier ist es immer wieder ein Kunststück, sie nicht zu stoppen und sie gleichzeitig dorthin zu führen, wo das Wesentliche liegt. Und ich merke immer wieder, zu viele Informationen ersticken das Wesentliche. Also sehe ich meine Aufgabe darin, immer wieder durch kleine Interventionen zurückzulenken, auf das, wo es wesentlich ist. Also hier, was das Herz bewegt. Und das ist ja auch sichtbar. Also, wenn die Klienten da angekommen sind, dann weiß ich, jetzt sind wir richtig und dann können wir auch mit dieser Phase des Anliegenklärens aufhören. Das merkt man, oft haben sie Tränen in den Augen oder sie werden die Mimik verändert sich deutlich, wo sie vorher unruhig waren, werden sie ruhig, das Aufatmen, da gibt's mehrere so körperliche Anzeichen, die mir zeigen, ja da ist es, wo das Wesentliche liegt.“

Gerade bei neuen Klient(inn)en integriert I2 die Erstellung eines Genogramms in die Anliegenklärung. Das Genogramm bietet ihr einen Überblick über die persönliche Geschichte sowie familiäre Hintergründe und unterstützt, den Blick für das Wesentliche zu schärfen (vgl. I2, ZN 995-1004). Auch I3 arbeitet aus denselben Gründen gerne mit dem Genogramm, welches der Klient/ die Klientin entweder bereits im Voraus oder er selbst im Prozess erstellt (vgl. I3, ZN 1709-1712). In der Anliegenklärung geht es I3 v.a. darum, weniger das Problem zu erfassen, sondern lösungsorientiert zu arbeiten, d.h. den Blick und Fokus auf ein mögliches gutes Ergebnis zu lenken (vgl. I3, ZN 1695-1708).

Die Prozesse der Experten/Expertinnen I1, I2 und I3 unterscheiden sich in der Hinsicht, dass I1 seinen Prozess v.a. im Dialog und narrativ gestaltet, I2 und I3 dagegen eher im Setting einer Aufstellung – mit Bodenankern oder Stellvertretern – arbeiten.

In S5 möchte I1 Werte, Normen und Glaubenssätze kennenlernen. Im Weiteren interessiert dann – unter Berücksichtigung der aktuellen Situation und der persönlichen Werte in S4 – das Leitbild, die Vision oder das Ziel. Dabei nimmt I1 immer Bezug auf den Körper, Bilder/ Assoziationen und Images sowie Hemmer und Treiber der Klient(inn)en (vgl. I1, ZN 467-480, 504-511). Die Erarbeitung von taktischen Zielen, bzw. möglichen Schritten dorthin wird in S3 realisiert, bevor in S2 nach möglichen, unterstützend wirkenden sowie nutzbaren Ressourcen im Systemkontext gesucht wird (vgl. I1, ZN 481-497). Der letzte Schritt S1 betrifft die Umsetzungsphase, „für die Energie benötigt wird. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass energetische Einsichten gekommen sind, z.B. Tschaka, ja das mache ich! Das

hat geklickt. Statt, Joa, das mach ich. – Also im Kopf, im Herzen und im Bauch spricht nichts dagegen“ (I1, ZN 498-502).

Bevor I2 den Aufstellungsprozess beginnt, werden zunächst die Skizzen erstellt. Nach einem kurzen Blick auf das Gemalte und einem groben, ersten Eindruck über Gemeinsamkeiten oder Unterschiede, werden die Skizzen der eigenen Psycho-geografie des Klienten/ der Klientin folgend im Raum als Bodenanker ausgelegt (vgl. I2, ZN 1005-1027).

„Auch ein neuer Klient weiß sehr genau, wo er die Blätter platzieren will. Absolut, es geht da um Zentimeter; es ist wie beim Aufstellen in der Gruppe auch – verbunden mit einem inneren Bild: [I]ndem ich die [Anmerkung J.H.: die Skizzen] auslege, gebe ich mein inneres Bild, wie es im Moment ist, nach außen. [...]. [Die Psycho-geografie] drückt sich aus. Wir haben eine eigene Vorstellung, wie wir [im System] zueinander stehen.“ (I2, ZN 1015-1026).

Grundsätzlich beginnt I2 die Aufstellung gerne mit dem Auslegen und Betreten der Metaposition. Diese befindet sich in räumlicher Distanz zu den ausgelegten Skizzen und ermöglicht so, einen Überblick über das Ganze auf kognitiver Ebene, die visuelle Wahrnehmung von Gemeinsamkeiten, Unterschieden, Distanzen, Entfernungen und Blickrichtungen der Skizzen (vgl. I2, ZN 1048-1062). Laut I2 (ZN 1051f., 1063f.) hat sie die Funktion eines neutralen, „sichere[n] Hafen[s]“ und unterstützt, den Klienten/die Klientin zu einer „distanzierten Betrachtung“ zu kommen. Nach einer ersten Wahrnehmung auf der Metaposition werden die Skizzen nacheinander betreten und die Körperarbeit beginnt. Mithilfe eines Fragekatalogs ist es möglich, die Körperwahrnehmungen abzufragen und den/die KlientIn so in das Spüren körperlicher und emotionaler Reaktionen zu führen (vgl. I2, ZN 1065-1073). Das Hin- und Hergehen zwischen den Skizzen und Metaposition, die Veränderung von Position sowie die Folge von Impulsen charakterisieren die Veränderungsphase (vgl. I2, ZN 1074-1085). Mit dem Betreten von Meta und einer letzten Empfehlung dieser endet der Prozess. Die Metaposition wirkt im gesamten Prozess unterstützend und liefert wichtige Hinweise auf mögliche Ressourcen und nächste Schritte, Tipps sowie Ratschläge. Zum Schluss führt I2 noch ein abschließendes Gespräch mit ihrem Klienten/ ihrer Klientin (vgl. I2, ZN 1096-1099, 1108-1111).

Wie bereits genannt, arbeitet I3 mit Stellvertretenden. Diese werden in Hinblick auf Beziehungen und Dynamiken aufgestellt und anschließend nach ihrem Befinden befragt. Meist beginnt er im Familienkontext mit Stellvertreter(inn)en für den/die KlientIn und seine/ihre Eltern. Anhand dessen, wie sich der Prozess entfaltet, bzw. was sich in der Aufstellung zeigt, können – jeweils unter Berücksichtigung systemischer Grundprinzipien – weitere für den Prozess wesentliche Elemente oder relevante Personen hinzugefügt oder umgestellt werden. Durch Interventionen, wie lösende Sätze oder Würdigung, Anerkennung und Integration von Ausgegrenztem kann Veränderung in Richtung Lösung/ Entspannung initiiert werden (vgl. I3, ZN

1462, 1467f, 1714-1744). I3 (ZN 1811-1820) beendet auf folgende Art und Weise die Aufstellung:

„Dann, wenn das Eigentliche gesehen wird. Und dann sage ich: Hier lassen wir es jetzt stehen und wirken. [Wir] halten einen Augenblick inne und dann achte ich darauf, dass kein Gerede beginnt, sondern sage: Die Aufstellung ist hiermit beendet! Das ist ein rituell wirkender Satz. Damit kommen die Stellvertreter wieder aus ihren Rollen heraus und ich füge den Satz hinzu: Indem ihr auf eure Plätze zurückgeht, seid ihr wieder ganz ihr selbst. Die Aufstellung ist beendet. Bitte öffnet die Fenster, Türen usw. als ganz klarer Ausdruck – die Aufstellung ist beendet und damit ist dieses Feld [Anmerkung J.H.: das wissende Feld] auch wieder geschlossen.“

Danach folgt ein Nachgespräch, die Wahrnehmung der Veränderung des Klienten/der Klientin sowie die Klärung von Offenem (vgl. I3, ZN 1821-1827).

7.3.2 Interventionen und systemische Fragetechniken

Alle drei Experten I1, I2 und I3 erachten die Wunderfrage nach de Shazer als ein wichtiges und wertvolles Tool (vgl. I1, ZN 446f./ I2, ZN 940f./ I3, ZN 1949f.). So erklärt I3 (ZN 1949-1956):

„Meiner Meinung nach ist es sinnvoll, denn durch die Wunderfrage wird der Blick auf eine positive Lösung gelenkt. Das, was bisher undenkbar war, wird durch die Wunderfrage quasi zur Seite geschoben und auf einmal hab`ich den Blick auf das Wunder. Dieser bekannte Satz: `Energy flows where attention goes`, zeigt, dass wenn ich den Blick auf das Neue lenke, fließt dorthin Energie und die Möglichkeit, dass sich dieses Neue etabliert, ist eröffnet [...]“

Auch im Mehrwert von zirkulären Fragen sind sich alle drei Experten/Expertinnen einig. Während I1 die zirkulären Fragen überwiegend dazu verwendet, nutzbare Ressourcen im Systemkontext zu entdecken sowie den Lösungsraum zu erweitern, empfindet I2 die an Metaposition gerichteten Fragen als Form des zirkulären Fragens (vgl. I1, ZN 494-497/ I2, ZN 1141f., 1150f.). I2 (ZN 1143-1147) verwendet sie, um herauszufinden, „wie die Person – auf Kenntnis der Person selber (Anmerkung J.H.: sprich der Klient/die Klientin selbst) darauf reagieren würde und welche Vorschläge sie möglicherweise benötigt; auch möglich ist es rückzufragen, ob etwas eine Handlungsoption für den/die KlientIn wäre [oder nicht]“. I3 teilt die Meinung von I1 in der Hinsicht, dass durch das zirkuläre Fragen der Blick geöffnet und der Kontext in seinen Facetten erweitert wird (vgl. I3, ZN 1958-1961).

Um Blockaden aufzudecken, zu verstehen und zu hinterfragen, fragt I1 zudem problemorientiert (vgl. I1, ZN 206-211). Als weitere hilfreiche Interventionen und als „Schlüsselwerkzeug“ für Transformationsprozesse in Aufstellungen erachtet I3 außerdem das Verbalisieren sowie Externalisieren des Erlebens, der Einsatz von rituell wirkenden, lösenden Sätzen, nonverbalen Gesten (z.B. Verneigung) sowie das Umstellen oder Einnehmen anderer Positionen. Dadurch öffnen sich neue Räume

und es können Dysbalancen im System ausgeglichen werden (vgl. I3, ZN 1874-1887, 1909-1937).

7.3.3 Ende oder das Beenden eines Prozesses

Hier gilt es einerseits zwischen Sitzung und Prozess zu unterscheiden, denn ein Prozess kann auch über mehrere Sitzungen andauern. Im Gegensatz zu I1, der sich in den Antworten eher auf einen Prozess bezieht, thematisiert I2 Möglichkeiten, eine Sitzung zu beenden. I1 überlässt die Entscheidung, wann ein Prozess zu Ende ist, beim Klienten/ bei der Klientin und betrachtet aufgrund der Vertrauensbasis die Beziehung zwischen Beratenden und BeraterIn als „Lebensbeziehung“, die eine große Ressource ist (vgl. I1, ZN 626f., 639-648).

I2 äußert den zeitlichen Rahmen einer Sitzung als wesentlichen Faktor. Als Möglichkeiten, eine Sitzung gut zu beenden, sieht sie (ZN 1112-1125) den Einbezug von Meta:

„Auch hier ist wiederum die Metaposition eine wichtige Technik, der man erklären kann, [...], ich nenne mich immer die Assistentin der Metaposition und ich frag` dann: Jetzt ist die Zeit rum, was machen wir denn jetzt? Was braucht die Person noch? [...]. Und oft kommen da auch sehr unerwartete, überraschende Lösungen von Meta: `Also die Frau Soundso, die muss jetzt noch, oder sollte jetzt noch`.“

Eine weitere Möglichkeit, eine Sitzung abzuschließen, ist auch die Aufgabe, weitere Informationen und Fakten aus dem Familiensystem einzuholen (vgl. I2, ZN 1130-1134).

I3 betrachtet eine Aufstellung als Prozess und beendet diesen beim Eindruck, den wesentlichen Punkt erreicht zu haben, um dem Potential der Wirkungsentfaltung Raum zu geben. So erklärt er (I3, ZN 1803-1812):

„Dann, wenn ich den Eindruck habe, jetzt ist der Energielevel, das, warum es im Anliegen des Klienten ging, wenn das erreicht ist. Und dann gehen ich nicht weiter, um möglichst viele Tränen und Juhu-Rufe zu sammeln, dann wenn der entscheidende Link eingeloggt ist. Wenn das, worum es im Anliegen des Klienten ging, sich in der Erfüllung in der Bewegung aufeinander-zu stattfindet. Dann ist die stärkste Energie, das Einatmen vorhanden – ein energetisches Einatmen. Wie soll ich es anders formulieren? Dann, wenn das Eigentliche gesehen wird. Und dann sage ich: `Hier lassen wir es jetzt stehen und wirken`.“

7.4 Veränderungsprozesse

Kategorie 3 „Veränderungsprozesse“ umfasst die benötigte Basis für Veränderungsprozesse, die Rolle von Narrationen, Bildern und Aufstellungen, das Schlüsselmoment für Veränderungswahrnehmung sowie Möglichkeiten der Wahrnehmung des Erkenntnisgewinns.

7.4.1 Voraussetzungen für Veränderungsprozesse

Nach Ansichten der Experten I1, I2 und I3 tragen verschiedene Faktoren dazu bei, damit Erkenntnisse und Einsichten beim Klienten/bei der Klientin landen, bzw. verinnerlicht und Emotionen gezeigt, bzw. gelebt werden können. Als wesentlich beschreibt I1 gegenseitiges Vertrauen sowie eine gemeinsame Sprache mithilfe dieser Bezüge zu den anderen beiden Ebenen hergestellt werden können – Stichwort „mind-body-Begegnung“ (vgl. I1, ZN 41, 152-187, 336). Bezüglich der Relevanz einer Vertrauensbasis führt I1 (ZN 629-636) aus:

„Meine Feststellung aber ist: das Entscheidende ist, ein gutes Vertrauensverhältnis aufzubauen. Vertrauen, bzw. die emotionale Intelligenz ist das Gold des 21. Jahrhunderts für mich – nicht Daten.

Wir brauchen zukünftig mehr emotionale Intelligenz statt künstlicher Intelligenz, weil wir uns immer mehr von uns selbst entfremden durch Normen, die uns andere vorgeben, durch die Virtualität.“

Ebenso I2 äußert, dass 50% eines erfolgreichen Prozesses von der Beziehung zwischen KlientIn und BeraterIn/ TherapeutIn/ CoachIn abhängt und ergänzt den Faktor Sicherheit (vgl. I2, ZN 1160f., 1162):

„Denn, wenn ich unsicher bin und Angst habe, ist Veränderung gefährlich oder scheint gefährlich“ (I2, ZN 1054-1057).

Neben I2 geht auch I3 auf die Notwendigkeit von Sicherheit ein. So sollte seiner Meinung nach die Aufstellungsleitung in der Lage sein, „einen sicheren emotionalen Raum zu halten, in dem der Klient sich fallen lassen kann, weil er unbewusst spürt, da bin ich geborgen“ (I3, ZN 1399-1401).

I1 und I2 sind sich des Weiteren auch dahingehend einig, dass ein Gewinn an Erkenntnis nicht unbedingt in der gleichen Sitzung zu erwarten ist, sondern es manchmal Zeit und Raum für Reflektion und Verarbeitung bedarf (vgl. I1, ZN 365f./ I2, ZN 1191-1196). I1 (ZN 366-373) erklärt dies folgendermaßen:

„Meiner Ansicht nach dauert ein Coaching von einer Begegnung bis zur nächsten Begegnung. So kommt die Erkenntnis oft nicht in derselben Sitzung, sondern in den Zeiten zwischen den Begegnungen. Es muss erstmal durch die Windungen durch, erstmal bewegt werden, dann in tiefere Schichten gelangen, dort geprüft werden, dann vielleicht auch verifiziert werden, usw.“.

Sowohl I1 als auch I3 erwähnen den Wert von Präsenz der Beratenden, bzw. Therapeuten. I1 erklärt dies damit, dass es ihm wichtig sei, „selbst mit [seinen] drei Ebenen voll drin zu sein“ und betont die „awareness in the moment“ (I1, ZN 570f., 667). I3 hingegen spricht von Containing und Präsenz und äußert:

„Die Aufgabe des Aufstellungsleiters [ist es,] präsent [zu] sein und im Containing besser in der Lage [zu] sein, diese inneren Prozesse geschehen zu lassen.

[...]

Als Leitung ist es dabei [auch] wichtig, den Klienten nicht zu vergessen, bzw. links-liegen zu lassen, sondern immer beobachtend und emotional anwesend

zu sein, um den Prozess mitzubegleiten und dafür zu sorgen, dass der Klient mit im Flow des Geschehens dabei ist. Manchmal dissoziieren Klienten und koppeln sich von dem Aufstellungsgeschehen ab – der Klient sollte nicht verloren gehen.“ (I3, ZN 1549-1551, 1606-1613).

Weitere Grundlagen für Veränderungsprozesse sind laut I1 das Aushalten von Pausen sowie das Selbst-Entdecken und Finden Lassen von Erkenntnissen (vgl. I1, ZN 388-391, 249-251). Denn „was sie selber gefunden haben, dazu stehen sie“ (I3, ZN 392). Auch I3 betont, dass es wichtig ist, mithilfe von Interventionen Schlüsselmomente anzuregen, neue Fakten zum Wohl des Systems zu schaffen und ebenfalls über Erfahrung und Know-How der systemischen Grundstrukturen zu verfügen (vgl. I3, ZN 1754, 1787-1795, 1909-1937). Auch das Folgen der eigenen Intuition ist für die Arbeit mit Aufstellungen laut I3 (1763-1766 und 1760-1762) wesentlich:

„Es geht um und es braucht Intuition: Intuition funktioniert dann, wenn ich offen bin, nichts will, mich einfach -was heißt einfach- zur Verfügung stelle, indem ich still bin, präsent bin und wahrnehme, was an Weisheit, an Wissen vorhanden ist.

[Dann können] Impulse und ein Gefühl [aufkommen], das ein Hinzufügen oder Umstellen von Stellvertretern bewirkt oder man stellt eine Frage, die plötzlich die Türen öffnet.“

Daher sind neben der Intuition auch eine nichts-wollende, im Dienst des Systems stehende, sich zurücknehmende und wertungsfreie Haltung der Aufstellungsleitung und das Folgen seiner Impulse grundlegend für Veränderungsprozesse (vgl. I3, ZN 1591-1593, 1631-1635).

7.4.2 Rolle von Narrationen, Bildern und Aufstellungen

Für I1 spielen insbesondere Narrationen und Bilder zentrale Rollen im Beratungs- oder Coachingprozess. I1 arbeitet mit Narrationen, um einerseits Interventionen zu initiieren und andererseits von der rationalen Ebene über die imaginative auf die emotional somatische Ebene zu führen (vgl. I1, ZN 559-562, 306-312). Mithilfe des vom Hypnotherapeuten Steven Gilligan geprägten „trance dance“ beschreibt I1 die Art und Weise, wie es möglich ist, über Narrationen Interventionen einzuleiten:

„[Der `trance dance`] beschreibt, dass man mit den Klienten/Klientinnen selber tanzt, und zwar auf den Ebenen. Das heißt, ich selbst bringe Geschichten ein und mit meinen Geschichten, die ich erzähle und möglicherweise für passend (d.h. mit Werten und Strategien thematisch in Resonanz geht) empfinde, führe ich sie (Anmerkung J.H.: die Klient(inn)en) in gewissermaßen in ihren eigenen Film hinein“ (I1, ZN 573-579).

Wie I1 außerdem über Narrationen den Bezug zu Emotion und Körper herstellt, erläutert er folglich:

„Auch Narrationen, meistens Geschichten, spielen sich auf drei Ebene ab: das rationale Narrativ, d.h. der Plot, muss – zumindest im Kopf simuliert – mit

Bildern gefüllt werden. Denn, ohne Bilder ist es eine Beschreibung, aber keine Story. Eine Story aber löst körperliche Reaktionen, wie Weinen, Lächeln, Herzschnellen aus. Das sind die Bilder, die berühren. Daher bitte ich die Klienten, mir die Bilder, bzw. die Geschichte zu erzählen“ (I1, ZN 300-306).

Um Lösungen oder erstrebenswerte Veränderungen in alten Mustern, bzw. Verhalten zu generieren ist es auch möglich, eine Geschichte neu zu erzählen.

Denn „indem ich simuliere und [...] erzähle, wie es anders hätte laufen können, bzw. wie [die Geschichte] anders sein sollte, [...] lernt [man] aus den eigenen erzählten Geschichten, wie man es das nächste Mal machen könnte und so gelingt es einem auch immer besser, sich das nächste Mal auch so zu verhalten [...]“ (I1, ZN 613-620).

I1 benötigt die Narrationen, um an die treibenden oder hemmenden Bilder zu kommen, die wiederum Emotionen auslösen (vgl. I1, ZN 66-69). Das Zusammenspiel der Ebenen, aber v.a. die Bilder und Emotionen, betrachtet I1 (ZN 65f., 188-190) als „Dreh- und Angelpunkt [...], weil nur die die Energie mobilisieren können“, welche für die Umsetzung benötigt wird.

In der Arbeit mit dem NiG® sind laut I2 weitgehend die selbst gestalteten Skizzen und die Rolle von Meta von Bedeutung. Die Skizzen werden als „Botschaften des Unbewussten“ gesehen und externalisieren auf diese Art und Weise innere (teilweise unbewusste) Bilder und Wirklichkeiten (vgl. I2, ZN 749f., 843f.). Bereits das Nach-Außen-Bringen innerer Bilder zeigt Wirkungen in Wahrnehmung, Reflektion und Distanzierung, die durch Meta verstärkt werden können (vgl. I2, ZN 1045f.). Denn „äußere Distanz ermöglicht innere Distanz“ (I2, ZN 1035). Auch diese beiden Elemente des NiG® stehen laut I2 für die Verknüpfung von kognitivem Erkennen und Reflektieren und emotional-körperlichem, ganzheitlichem Erleben (vgl. I2, ZN 751f., 844f., 1106f.).

Sowohl I2 als auch I3 empfinden Aufstellungen in der Hinsicht in Prozessen als wertvoll, da sie unbewusste Bindungen und Spannungen, innere Bilder, Zustände sowie Unordnungen im System räumlich sichtbar machen und abbilden (vgl. I2, ZN 727-730/ I3, ZN 1531-1538). Mögliche (teilweise auch angeregte) Veränderungen im System kann der Klient/ die Klientin einerseits mit Abstand beobachten, andererseits ermöglicht die Aufstellung mit Stellvertretenden zugleich das parallele Mit-Erleben. Das heißt, der Klient/ die Klientin sieht neue Bilder, nimmt Veränderungen und emotionale, körperliche Reaktionen im Aufstellungsraum und zugleich in sich wahr (vgl. I3, ZN 1538-1547).

7.4.3 Schlüsselmomente für Veränderung

I1 äußert klar, dass es im Beratungs- oder Coachingprozess ein Schlüsselmoment gibt: sobald sich das Rationale über Bilder mit dem Körper, mit der Emotion und mit dem Unbewussten verbindet (vgl. I1, ZN 317-332).

„Denn der Durchschlag kommt auf der emotionalen Ebene – möglich durch das Verabreichen einer Substanz oder durch Veränderung der Chemie des Körpers des Klienten/der Klientin dahingehend, indem ich ihn Bilder finden lasse, – nicht meine Bilder, denn meine Bilder wirken weniger gut als ihre Bilder-, die dann bei denen eine Hormonausschüttung in Form von Energie, Adrenalin oder Oxytozin bewirken“ (I1, ZN 563-569).

So teilt I1 (ZN 333f.) Einsteins Ansicht, dass „die Lösung des Problems nicht im selben Raum [ist], in dem das Problem entstand“.

Demgegenüber steht I2 (ZN 1158f.), die die Auffassung vertritt, dass „es viele Momente [sind]. Es ist ein Mosaik“. I2 (ZN 1173, 1183f.) beschreibt es, als ein „multifaktorielles Geschehen“, welches „wohl vorbereitet durch das Ganze ist“. Damit bezieht sie sich auf folgende Faktoren (vgl. I2, ZN 836-838, 1165-1173, 1179):

- die Veränderung innerer Bilder
- die Externalisierung dieser inneren Bilder
- die Aufstellung und Körper-, Emotionserfahrungen
- der Vollzug von Perspektivwechsel und -erweiterungen
- der Einbezug von Meta und daraus resultierende veränderte Empfindungen auf den Blättern
- der Einsatz zieldienlicher und lösungsorientierter Fragen und Interventionen

Insbesondere die Wechselwirkung zwischen der neutralen, kognitiv veranlagten Metaposition und den „assozierten Positionen“ der Skizzen, die körperliche und emotionale Reaktionen hervorrufen, können neue, erweiterte Sichtweisen und Erkenntnisse entstehen lassen und sich im Klienten/in der Klientin verankern (vgl. I2, ZN 1092-1095). Auch wenn I2 sich nicht auf ein spezifisches Schlüsselmoment festlegen kann, merkt sie an, dass Klienten manchmal einen einzelnen lösenden Satz als Schlüsselmoment erleben (vgl. I2, ZN 1179-1183).

I3 benennt zwei wesentliche Schlüsselmomente im Prozess einer Aufstellung: das Wahrnehmen und Erleben des Prozesses außerhalb und innerhalb des Aufstellungsraums sowie das von Bert Hellinger geprägte „Anerkennen, was ist“. Dabei zeichnet sich das Schlüsselmoment, bzw. die Einsicht laut I3 (ZN 1938-1943) insbesondere durch das optische, emotionale und somatische Wahrnehmen und Erleben aus:

„[Das Neue] wird von dem Klienten dann wahrgenommen, erstmal von der Position des Beobachters, und dann an die Stelle seines Stellvertreters hineingenommen, um dann diese neue Position auch nochmal optisch auf sich wirken zu lassen. Optisch das eine, aber auch emotional und somatisch.“

Auch das „Anerkennen, was ist“ empfindet I3 (ZN 1961-1970) als ein wesentliches Schlüsselmoment:

„[Denn] indem ich anerkenne, was ist, bin ich angekommen in der Wirklichkeit und nicht mehr reduziert in meine eigene subjektive Wirklichkeitskugel.

Indem ich anerkenne, was ist, schafft es neue Energie und Verständnis. Damit kann ich dann adäquat umgehen. Es ist eine reifere Prozesshaftigkeit, die sich daraus ergibt, indem ich die Positionen anderer erkenne und meine Position dann daran angleichen kann oder überdenken kann, um am Ende für alle Beteiligten eine lebensdienlichere Ebene zu erreichen.“

7.4.4 Möglichkeiten der Wahrnehmung des Erkenntnisgewinns

Wirkungen, das Verinnerlichen des Neuen sowie für Veränderungsprozesse notwendige Einsichten sind laut I2 besonders im Körper, bzw. in Körperreaktionen bemerk- und beobachtbar. Als Beispiele hierfür nennt I2 das Auf- oder Durchatmen, ein Leuchten der Augen und/oder die Veränderung des Gesichtsausdrucks sowie der Gesichtsfarbe (vgl. I2, ZN 843-846, 1187-1190). Auch I3 bestätigt, dass Veränderungen an diesen und weiteren körperlichen Reaktionen feststellbar sind. Er fügt zudem noch Tränen oder ein bestätigendes Kopfnicken hinzu (vgl. I3, ZN 1747, 1810, 1822-1824).

Einig sind sich I1 und I3 hingegen in der Hinsicht, dass ein Erkenntnisgewinn v.a. an einem veränderten energetischen Zustand der Klient(inn)en oder im Aufstellungsraum zu erkennen ist, d.h. wenn die Energie wieder fließt (vgl. I1, ZN 375f./ I3, ZN 1803-1809, 1827). Außerdem betont I1, dass sich neben einem energetischen Wandel auch die Rolle des Klienten/ der Klientin verändert. Ausführungen dazu von I1 (ZN 374-387, 403-405, 582-587) sind folgende:

„Der wichtigste Punkt, an dem ich merke, dass ein wirklicher Ruck durch die Sache gegangen ist, ein neuer Zustand erreicht ist, ist der energetische Zustand, das energetische Verhalten der Leute.

Dies kündigt sich oft durch Aussagen wie ´Hm, das macht Sinn` an. Es zeigt mir, dass sie sich damit beschäftigen, oft werden sie erstmal ruhiger.

Und dann, wenn sie selber für sich eine Möglichkeit der Inkorporierung dessen, was da Sinn macht, gefunden haben, dann werden sie wieder lauter und fragen nach den nächsten Schritten.

Der energetische Shift bewirkt, dass Klienten vom Beratungssuchenden hin zum Gesprächsführenden wechseln, die Führung des Prozesses übernehmen und proaktiv fragen oder sich mitteilen.“

„Klienten werden dann kreativer, aktiver, sie finden ihre Stärke. Sie werden mobil, sie sehen einen Ausweg, sie sehen einen Weg, in dem ein Herz ist.“

„Erzeugende Resultate meiner Interventionen merke ich besonders im Energieshift der Klienten, d.h. von einer aufmerksamkeitsgerichteten, passiven Energie hin zu einer aktiven Energie in Richtung einer unmittelbaren Handlungsbereitschaft, die sich durch ein gehobenes Energieniveau signalisiert.“

Wesentlich für I3 ist auch das Wahrnehmen der Veränderung im Raum sowie der spürbaren Erleichterung beim Klienten/ bei der Klientin, der/die nun den Blick heben und in die Weite richten, aufatmen sowie ein Gefühl von Freiheit und Lebensfreude entwickeln kann (vgl. I3, ZN 1745-1750). Insgesamt jedoch ist für I3 der Körper im Allgemeinen ein wichtiger Parameter, um Veränderungsprozesse wahrzunehmen. So geben ihm nicht nur die Körperreaktionen des Klienten/ der Klientin und der Stellvertretenden ein Feedback, sondern auch sein eigener (vgl. I3, ZN 1834-1856).

7.5 Weiteres

Insbesondere die Stellvertreterfähigkeit hebt I3 (ZN1515-1523) als Bewusstseins-training hervor:

„Aufstellungsarbeit ist eine der besten Wege, das Bewusstsein zu entwickeln. Man wird affektiver, schwingungsfähiger, die Toleranz, aber auch die Resilienz wird verstärkt. Es ist wie ein Probehandeln – wie man es aus der Verhaltenstherapie kennt – in einer Rolle und geht nachdem ich aus der Rolle wieder draußen bin, wieder in den vorherigen Zustand, aber angereichert mit den Erfahrungen, die ich in dem besonderen Raum der Aufstellungen erlebt habe. Das ist bereichernd. Das ist bewusstseinsbildend.“

Interessant ist, dass sowohl I1 als auch I3 die Metapher einer „Hebamme“, bzw. „Hebammenkunst“ verwenden:

„Das ist die Hebammenkunst, der mäeutische Prozess, der sokratische Prozess. Da ist man gerne Hebamme, wenn man sieht:
‘Ah, das ist ein neuer Weg geboren – vielleicht – für jemanden. Eine neue Möglichkeit ist geboren worden‘.“
(I1, ZN 419-423)

„Das, was im System ist, was tabuisiert oder verborgen ist, soll herauskommen dürfen, in einem geschützten Raum – im Schutz der Klienten. Deswegen ist der, der es leitet, verantwortlich für den Schutz des Prozesses, für den Schutz der Entwicklung. Wie eine Hebamme, die der Frau hilft, das Kind auf die Welt zu bringen. [...] Es ist, wie wenn man in dem Buch des Lebens ein neues Blatt wendet. Und dann beginnt die Geschichte, sich weiterzuentwickeln, die gelebt wird und irgendwann wird ein neues Blatt aufgeschlagen. Wie eine Hebamme.“
(I3, ZN 1888-1893 und 1990-1904)

Ein weiterer Aspekt, den I1 benennt und ausführt, ist, dass er gerne in „Zyklen und Spiralen denkt“ (I1, ZN 535). Damit bezieht sich I1 darauf, dass es in Prozessen wesentlich ist, mit auftauchenden Veränderungen mitzugehen. Dies bedeutet möglicherweise, dass das Ziel bzw. die Ausrichtung neu zu definieren oder anzupassen ist als auch sich aktuelle Ausgangslagen oder Anliegen in Prozessen ändern können. Ein Vor- und Rückwärtsgehen im Modell (S7-S1) kann dabei unerlässlich werden (vgl. I1, ZN 536-548).

8 Diskussion

Der folgende Teil beschäftigt sich mit der Überprüfung der Fragestellungen und den dazugehörigen Befunden. Ziel der Untersuchung mittels der leitfadengestützten Experteninterviews und den daraus abgeleiteten beschriebenen Kategorien ist es, zu analysieren, welche Veränderungspotentiale systemische Methoden und Tools haben. Eine Auswahl von drei auf dem systemischen Ansatz beruhenden Methoden, ihre Wirkweisen, Besonderheiten und Veränderungspotentiale werden in der Theorie beschrieben, die in Beratung, Coaching und Therapie Anwendung finden. Die Ausgangslage der Praxisuntersuchung sind folgende Forschungsfragen:

- (1) Wie können im systemischen Ansatz Transformationsprozesse begleitet werden?
- (2) Was benötigt es für Veränderung? Was löst sie aus?

8.1 Zusammenfassung

In einer systemisch fundierten psychosozialen Beratung gibt es diverse Wege und Möglichkeiten, mit Klient(inn)en zu arbeiten und deren Transformationsprozesse, d.h. deren Wunsch nach Veränderung in Verhalten, Bewusstsein, Perspektive und Einstellung zu unterstützen.

Die Studie hat gezeigt, dass drei Methoden hierfür geeignet sind. Das sind Narrationen, das NiG® sowie Systemaufstellungen.

Außerdem kommt es für Veränderung, bzw. Transformation von Perspektive, Haltung, innerer Bilder/ Zustände oder das Gewinnen einer neuen Erkenntnis auf drei zentrale Punkte an:

Erstens, die Verbindung von Kopf, Emotion und Körper.

Zweitens, Lösungen und Erkenntnisse wollen und müssen selbst entdeckt und gewonnen werden.

Drittens, verschiedene Bedingungen setzen den Rahmen für das Gelingen von Beratungsprozessen.

In welchem Maß die Ergebnisse, bzw. Äußerungen und Erfahrungen der Interviewpartner/innen die Behauptungen und Untersuchungen der Theorie und der Forschung belegen, soll im Folgenden aufgezeigt und diskutiert werden.

8.2 Interpretation

Methoden

Eine Methode ist, so wie auch in der Theorie beschrieben, hypnosystemisch basierte Narrationen. Auch wenn Sprache sowie die Art und Weise des Erzählens meist keine sonderlich bemerkenswerte Veränderung auslöst, bzw. für Veränderungsprozesse ausreicht, kann sie für Transformationsprozesse dennoch eine große, gar unerwartete Kraft haben. So hat die Studie ergeben, dass sich in ihr viele Hinweise auf Wahrnehmung, Bilder, Assoziationen und damit verbundene Emotionen verstecken und somit auch narrativ im Dialog nicht nur das rationale angesprochen, sondern auch Bezüge zu emotional-somatischen Verbindungen hergestellt werden können. Nach Kenntnis der Theorie und Analyse dieser, sagt die Theorie, dass das Ziel von Narrationen eher das Erzählen und Neu- oder Um-„Erzählen“ persönlicher Geschichten ist, wovon sich dann Lösungen ableiten lassen (Kronbichler 2016; von Schlippe/Schweitzer 2016). Inwieweit man mit Sprache aber auch emotional bewegen und innere Bilder verändern kann und wie wichtig es daher ist, mit dem Klienten/der Klientin eine gemeinsame Sprache zu finden, bzw. zunächst eine gemeinsame Referenz herzustellen, konnte man aus der Theorie in diesem Maß nicht ableiten.

Zudem hat die Studie bezüglich der Narrationen ergeben, dass diese in ein selbst entworfenes Modell (S7 bis S1) eingebettet verwendet werden. Es enthält Elemente der Hypnotherapie und basiert auf den systemischen Modellen des Viable System Modells und des Sankt Gallener Management Modells (kurz SGMM). Beide Modelle sind systemisch, weichen aber dennoch von der Theorie dieser Arbeit ab. Eine Erklärung hierfür könnte sein, dass das SGMM überwiegend im Kontext der systemischen Organisationsberatung im Bereich Management Anwendung findet, der Schwerpunkt dieser Arbeit aber auf dem systemischen Ansatz in der psychosozialen Beratung liegt und daher verstärkt die Systemtheorie nach Luhmann sowie die Entwicklung systemischer Therapie und Beratung aufbauend auf der Palo-Alto Gruppe im Fokus steht. Dennoch ist eine Ableitung, bzw. Verwendung des Modells S7 bis S1 auch für die, bzw. in der psychosoziale(n) Beratung oder im Coaching denkbar, da es eine lösungsorientierte Struktur aufweist und im Kern die Überwindung von Blockaden darstellt, um wieder beweglich und handlungsfähig für nächste Schritte in Richtung Veränderung zu werden. Dabei werden die Narrationen als Mittel verwendet, um an Emotionen und körperliche Empfindungen zu kommen.

Die Untersuchung zeigt zudem, dass auch das NiG® in der Praxis weitgehend eine geeignete Methode ist, um Transformationsprozesse in der systemisch basierten psychosozialen Beratung zu begleiten. Im Interview wird bestätigt, dass das NiG® den Fokus auf die Arbeit mit inneren Bildern und Perspektiven sowie die Veränderung dieser und Integration neuer legt. Hervorzuheben ist dabei die Art und Weise, wie dies gelingt. Dabei spielt die Wirkung und die Relevanz des Zusammenspiels zwischen den emotional-körperlich behafteten Skizzen und der kognitiv besetzten Metaposition eine entscheidende Rolle. Unter Führung kann der Klient/die Klientin das Ganze entweder von außen durch die Installation von Meta analysieren, reflektieren und beurteilen oder im Inneren durch das Betreten der Skizzen körperlich und emotional ganzheitlich spüren. Dies wird auch von (Madelung/Innecken 2006) belegt. Es zeigt, dass eine Umsetzung der Theorie in der Praxis 1:1 möglich ist. Zudem kann man für die Praxis schlussfolgern, dass auch ein kreativer Zugang so wie im NiG®, es ermöglicht, in die Tiefe zu gehen und den Klienten/die Klientin ins Erleben und Spüren zu bringen, jedoch jederzeit zurück in eine neutrale, kognitive und distanzierte Außenperspektive gewechselt werden kann. Gerade im Umgang oder bei Auftauchen starker körperlicher und emotionaler Reaktionen kann dies sich daher als große Stütze und Ressource erweisen, den Raum zu halten, sowie für Klient(inn)en die eigene Handlungsfähigkeit und Lösungsfindung (wieder) zu stärken. Die Integration einer Metaebene in den Beratungsprozess unterstützt zudem, im Rahmen der psychosozialen Beratung zu bleiben und ein Entgleiten in therapeutische Prozesse zu unterbinden.

Weiterhin zeigen die Ergebnisse, dass das NiG® bei zu großen, kollektiven Themen an seine Grenzen stoßen kann. Als Beispiele für große, kollektive Themen nennt I2 Anliegen in größeren Familienkontexten (viele Familienmitglieder oder Einbezug mehrerer Generationen). Häufige Gründe dafür sind Unübersichtlichkeit und eine zu große Komplexität. Weitere Gründe könnten sein, dass Prozesse dann zu langwierig werden, die Aufnahme- und Reflektionsfähigkeit der Klient(inn)en abnehmen und das „zu Viele“ in eine Überforderung oder Starre bei jenen führen kann. Auch der/die BeraterIn ist dann neben der Prozessleitung noch zusätzlich stärker gefordert, den Raum zu halten, sowie alles im Blick zu haben, bzw. sich im Prozess nicht zu verlieren. In der Praxis sollte das NiG® daher eher in kleineren Settings (Einzel oder Gruppe) im Bereich Stärkung der Persönlichkeit, Wiederentdecken von Ressourcen, Zielerreichung oder Veränderung der Perspektive eingesetzt werden. Bei den von I2 exemplarisch genannten großen, kollektiven Themen, die weit in die Tiefen und Vollen des Systemkontextes gehen, sind demnach andere Methoden wie Familienaufstellungen besser geeignet (I2; Schneider 2014; Steiner 2020). In der Theorie wird diesbezüglich darauf eingegangen, dass das NiG® auch in Gruppen gut

-aber etwas abgewandelt- anwendbar ist und andere Methoden ergänzt. Auch sind Empfehlungen zu finden, jedoch werden Grenzen nicht explizit beschrieben (Madelung/Inneck 2006).

Auch die dritte Methode, Systemaufstellungen, eignet sich im Großen und Ganzen gut, um Transformationsprozesse zu begleiten. Die szenische, räumliche und externalisierte Darstellung innerer Zustände, Bilder, Wirklichkeiten und Beziehungen in Systemen ermöglicht die Wahrnehmung von Ist- und gewünschten Soll-, bzw. Lösungszuständen über verschiedene Kanäle: optisch aus der Beobachtungsperspektive, sprachlich aufgrund von Äußerungen der Stellvertreter/innen und emotional-somatisch. Letzteres in der Hinsicht, dass Emotionen und körperliche Reaktionen nicht nur in den Stellvertreter/innen auftauchen, sondern auch im Klienten/in der Klientin selbst. Dies kann auch so aus der Interview- und Literaturanalyse belegt werden (I3; Weinhold et al. 2014).

Die Ergebnisse legen zudem dar, dass Systemaufstellungen effizient sind, um unbewusste Bindungen, Dynamiken und innere Wirklichkeiten im Außen sichtbar zu machen (I2; I3; Weber 2012; Weinhold et al. 2014). Allerdings kann das Tool bei mangelnder Erfahrung und fehlender Präsenz der Aufstellungsleitung sowie einem unklaren Fokus an seine Grenzen stoßen. Denn einerseits sind Stellvertreter/innen gut und hilfreich, um innere Bilder, Zustände und Beziehungsstrukturen räumlich darzustellen. Andererseits bietet es ihnen die Bühne, ihr eigenes Drama zu reinszenieren (I3). So neigen Stellvertreter/innen dazu, körperliche und emotionale Reaktionen zu theatralisch auszuleben, wenn das Thema/ Anliegen eigenen Themen ähnelt. Aufstellungsleitende dürfen daher die von Stellvertretenden gezeigten Empfindungen grundsätzlich nicht als wahr betrachten, sondern müssen diese anhand von Erfahrung und Wissen überprüfen und richtig deuten. Kritisch zu betrachten ist auch die Äußerung im Interview, „[...] mit dem Ziel, dass mehr Energie im System fließt, dass Frieden einkehrt und sich das ganze System entspannen kann, damit das Leben besser gelingt“ (I3, ZN 1482-1484). Nachvollziehbar ist, den Energiefluss, d.h. die Strukturen und Ordnungen im System wiederherzustellen und auch durch Veränderung eines Teils das System wieder in Balance/ Entspannung zu bringen. Dies wird u.a. auch von Watzlawick et al. 1982 und Boeger 2018 als Ziel systemischer Beratung und Therapie betrachtet. Als irritierend kann dabei das Wort „Frieden“ sowie „damit das Leben besser gelingt“ empfunden werden, denn dies würde bedeuten, dass Aufstellungsarbeit gleich Friedensarbeit ist und dadurch das Leben erleichtert. „Frieden“ im Sinne von Lösungen finden, klingt stimmig. Allerdings wird „Frieden“ oft mit einer „heilsamen Ruhe / heilen Welt“ verbunden– was dann bedeuten würde, dass eine Aufstellung dazu in der Lage wäre, ein System von

Dysbalance und Unordnung zu befreien und in eine totale heilsame Ruhe und Struktur zu wandeln. Möglich ist diese Wortwahl und Betrachtung aus dem Kontext der Psychotherapie, sowie auf Basis der systemisch-phänomenologisch geprägten klassischen Aufstellungsarbeit nach Bert Hellinger. Eine weitverbreitete Ansicht in der systemischen Theorie ist, Systemaufstellungen als ein Tool zu betrachten, um innere Bilder, Zustände, Dynamiken, Wirkmechanismen und Beziehungsformen zu externalisieren und zu alternativen Perspektiven und Verhaltensformen einzuladen, bzw. Wege zu finden, den Kontext zu vergrößern. Die Theorie besagt zudem, dass autopoietische, operativ-geschlossene Systeme von außen nicht beeinflusst werden können, sondern nur aus sich selbst heraus agieren und reagieren (Luhmann 1987; Weinhold et al. 2014). Aufgrund dessen ist es ratsam, Systemaufstellungen als ein Tool zu betrachten, das dabei unterstützt, systemische Bindungen und Strukturen sichtbar zu machen, um Antworten auf eine Frage aufzuzeigen, bzw. einen Faktor/ ein Element in Relation zu dem jeweiligen Beziehungs- und Systemkontext zu setzen und möglicherweise in Richtung Besserung zu verändern – nicht mehr und nicht weniger.

Zusammengefasst verdeutlicht die Auswertung der Ergebnisse, dass Berater/innen jede der drei Methoden mit ihren unterschiedlichen Herangehens- und Wirkweisen anwenden können, um Wandlungsprozesse von Klient/innen in deren Haltung, Perspektive und Verhalten zu unterstützen. Mit Bildern und somit Emotionen gefüllte Narrationen, das NiG® mit seiner Wechselwirkung zwischen imaginativen Skizzen und kognitiven Reflektionen oder Systemaufstellungen, die räumlich und szenisch innere Aspekte externalisieren. Der Effekt letzterer sind nicht nur emotional-somatische Reaktionen, sondern auch optische Wahrnehmungen und sprachliche Rückmeldungen.

Zudem analysiert die Studie Voraussetzungen für Veränderungsprozesse. Diese sind wesentlich, damit neue Bilder, Perspektiven oder Haltungen entstehen können.

Voraussetzungen

Bezüglich der Voraussetzungen für Transformationsprozesse ist ein zentrales Ergebnis der Studie, dass für Veränderung die Arbeit mit dem Körper, mit bewussten und unbewussten tief verankerten Anteilen, Prozessen und Beschreibungen/ Auffassungen sowie die Verknüpfung des rationalen analytischen Denkens mit körperlichem und emotionalem Erleben unerlässlich ist. Nach Worten von I1 (ZN 336) eine „mind-body-Begegnung.“ zu schaffen. Das heißt, der Prozess, das Gesagte oder

Neue muss über die Emotionen mit dem Körper in Resonanz gehen. In der Tiefe, im Körper und mittels Emotionen können Unterschiede wahrgenommen und gemessen werden. Daher geht es letzten Endes darum, den Klienten/die Klientin ganzheitlich mit all seinen/ihren Ebenen und Lagen wahrzunehmen, anzusprechen und in die verschiedenen Ebenen achtsam zu führen, um darüber den Rahmen, bzw. Kontext zu erweitern. Denn eine rationale Einsicht löst noch keine Veränderung aus, bzw. schafft es nicht, die nötigen Motoren zu aktivieren (I1, I2). Das Durchleben von positiven und negativen Emotionen und die Wahrnehmung von körperlichen Veränderungen bringen Wandlungen ins Bewusstsein und machen sie erlebbar. Sie sind die Treiber und mobilisieren die nötige Energie (I1; I2; I3). Der Körper des Klienten/der Klientin kann dadurch als Feedback-Barometer für das Wahrnehmen von Veränderungsprozessen genutzt werden. Als Beispiele hierfür werden ein energetischer Shift, Auf- oder Durchatmen, Erleichterung, Veränderung der Gesichtsfarbe und des Gesichtsausdruckes, sowie Tränen oder ein Leuchten der Augen genannt (I1; I2; I3; Schneider 2014). Systeme ganzheitlich mit all seinen Ebenen, Strukturen und Elementen wahrzunehmen wird auch in der Theorie als Fokus systemischer Beratung und Therapie betrachtet (Müller-Christ/Pietlovic 2018)

Die Relevanz eines ganzheitlichen Erlebens und Verarbeitens knüpft an eine weitere Erkenntnis aus der Studie an: Klient(inn)en Lösungen zu präsentieren, bzw. zu erklären, bewirkt keine langfristige Veränderung. Sie müssen andere Bilder, Sichtweisen oder Handlungsweisen nicht nur innerlich verankern/ aufnehmen, sondern vor allem auch selbst entdecken und bewusst erkennen. Auch wenn dies von Klient(inn)en oft als Schlüsselmoment bezeichnet wird, bedeutet dies für (angehende) Berater/innen, dafür zu sorgen, dass dem so ist (I1; I2).

Das heißt, es ist die Aufgabe des Beraters/der Beraterin, mithilfe von richtigen Fragen, Interventionen und Tools den Klienten/die Klientin dorthin zu lenken, dabei Pausen, Stille oder „offene Enden“ (von Sitzungen) auszuhalten sowie den Körper auf emotionale und somatische Reaktionen zu beobachten und entsprechend zu reagieren. Eine tiefgehende, langanhaltende Veränderung braucht Raum und Zeit (I1; I2). Während es vermutlich später um ein Vielfaches automatischer und unbewusster gelingt, kann gerade zu Beginn Übung in Wahrnehmungsfähigkeit und Bewusstsein sowie ein Fragekatalog zur Hand unterstützend und gewinnbringend sein. Dies kann sowohl von Seiten der Expert(inn)en als auch in der Theorie bestätigt werden (I1; I2; I3). So wird in letzterer immer wieder darauf verwiesen, dass autopoietische Systeme sich nur von innen heraus verändern können und auf Irritationen von außen reagieren. Auch erläutert die Theorie, die Rolle und Möglichkeiten von beispielsweise

systemische Fragetechniken in Beratung, Coaching und Therapie (Luhmann 1987; Stelzer-Rothe 2018; von Schlippe/Schweitzer 2010).

Weiterhin braucht Veränderung v.a.: eine Vertrauensbasis, Sicherheit und einen geschützten Raum, Präsenz, Klarheit, eine zurückhaltende nichts-wollende Haltung sowie (Selbst-)Erfahrung und Know-How des Beraters/der Beraterin. Auch die Beziehung zwischen BeraterIn und KlientIn sowie Intuition sind wesentliche Elemente für gelingende Transformationsprozesse. Daraus lässt sich ableiten, dass Klient(inn)en sich zuallererst wohl und aufgehoben sowie verstanden fühlen wollen und müssen, um sich ganz mit allem, was sie beschäftigt, ausmacht und an die Oberfläche kommen könnte, zeigen zu können. So entscheidet nicht nur ein individuell gefüllter Methodenkoffer, sondern auch -und vermutlich sogar mehr- die Persönlichkeit, Präsenz und Sozial- oder Beziehungsfähigkeit des Beraters/der Beraterin sowie die Chemie zwischen BeraterIn und KlientIn den Prozessablauf. Es ist Basis für Beratung im Allgemeinen, und somit auch für das Ge- oder Misslingen von Transformationsprozessen. Ein weiterer Rückschluss daraus ist, dass Prozesse nicht erst bei der Anliegenklärung, sondern bereits im Erstkontakt und dem dort stattfindenden ersten Eindruck und Beziehungsaufbau beginnen. Beide Momente sind für gelingende Prozesse wesentlich. Als Beispiele werden Faktoren wie die Stimme, der Rapport, eine Resonanz auf rationaler, sensorischer und limbischer Ebene, das Abholen des Klienten/der Klientin sowie ein klarer Fokus, bzw. die Suche nach dem Wesentlichen genannt (I1; I2; I3; Madlung/Inneck 2006; Schneider 2014). Mithilfe der Expert(inn)en und ihren Wahrnehmungen ist die Bedeutung zusätzlich bekräftigt und verdeutlicht worden.

Der praktische Einsatz jeder Methode und die Berücksichtigung der Voraussetzungen beweisen die Wirkung und Potentiale, Veränderungen anzuregen und zu begleiten. Gleichzeitig sind Grenzen und Hürden zu beachten.

Grenzen und Hürden

Eine große Hürde oder Gefahr bei Anwendung dieser Methoden im psychosozialen Beratungssetting ist in der Abgrenzung zur Psychotherapie zu sehen. Denn gerade in der Arbeit mit dem Körper und unbewussten Prozessen oder Anteilen sowie der Kontextbezogenheit, d.h. die Berücksichtigung relevanter und naher Bezugspersonen in Familie, Arbeitskontext und Sozialleben, ist es nicht vorhersehbar, was alles unterschwellig brodeln, aktiviert und herausbrechen kann. Ein Beispiel hierfür sind traumatische Erlebnisse oder Prägungen, die unwillentlich

getriggert werden können, infolgedessen mitten im Raum sind und einen behutsamen, kompetenten Umgang sowie Erfahrung, Wissen und Kompetenz fordern. Psychotherapie im Allgemeinen zielt vorwiegend auf die Heilung von Störungen oder Änderung von Personen ab, während die psychosoziale Beratung v.a. die Stärkung einer Person, aber eine Änderung dieser nur in stark abgeschwächter Form anvisiert. Die Äußerungen von Experten bestätigten diese Schlussfolgerung in zweierlei Hinsicht. Einmal dadurch, dass alle drei über mindestens eine therapeutische Ausbildung verfügen und zudem zwei von drei eher psychotherapeutisch als beratend arbeiten. So zeigen die Ergebnisse, dass insbesondere versteckte Traumata, unbewusste Blockaden oder tief verwurzelte Glaubenssätze häufig hinderlich sind (I1; I2; I3).

Auch in der jeweiligen Methodenauswahl lässt sich erkennen, dass die Experten bevorzugt ihre Methode mit Elementen aus weiteren Beratungs- oder Therapiekonzepten kombinieren. Am häufigsten werden diesbezüglich die Hypno- und Traumatherapie, sowie der Einbezug des Genogramms genannt. Aufgrund der körperbezogenen Arbeit und damit einhergehend die Arbeit mit unbewussten Blockaden oder verborgenen Traumata sowie die Einbettung des Klienten/der Klientin in seinen/ihren Systemkontext mit den dazugehörigen Prägungen, Erfahrungen und Erlebnissen deuten die Ergebnisse darauf hin, dass unterschiedliche Kombinationen sowohl sinn-, als auch wirkungsvoll sind. Die Theorie bestätigt, dass eine klare Trennung von Psychotherapie und psychosozialer Beratung nicht immer zu 100 Prozent möglich ist, jedoch sie unterschiedlichen Schwerpunkten und Ausrichtungen unterliegen. Psychotherapie ist eher kurativ, psychosoziale Beratung eher präventiv orientiert. Gleichzeitig bestätigt die Theorie auch bezüglich der Methoden Entwicklungseinflüsse aus der Psychologie und verschiedenen Therapieansätzen (Psychotherapeuten-Gesetz PsychThG 2020; Boeger 2018; von Schlippe/Schweitzer 2016). So entstand beispielsweise die systemische Therapie und Beratung – ein Basisfundament des systemischen Ansatzes – und die darauf aufbauende Entwicklung vieler systemischer Methoden deshalb, weil eine Gruppe von Psycholog(inn)en, Therapeut(inn)en und Psychiater(inne)n anfangen, bei psychischen Störungen eines Klienten/einer Klientin die Familie heranzuziehen – mit dem Ziel, die Störung zu heilen. Auch das NiG® zeigt beispielsweise, dass es auf vielen verschiedenen Schulen beruht und Einflüsse aus unterschiedlichen Therapie- und Beratungsansätzen genießt. Dies kann sowohl von Seiten der Theorie als auch von der Expertin belegt werden (Madelung/Inneck 2006).

Für angehende BeraterInnen und Coaches kann deshalb daraus abgeleitet werden: Methoden werden einerseits nicht in Reinform verwendet, sondern können mit vielen weiteren Tools und auch Elementen aus anderen Beratungssätzen verbunden,

ergänzt und angereichert werden, die als stimmig, bereichernd und wertvoll angesehen werden. Dadurch ist es dann möglich, Prozesse individueller zu gestalten, sowie flexibler und ganzheitlicher auf den Klienten/die Klientin eingehen zu können. Auch die Unterstützung durch das Genogramm bietet die Chance, bereits zu Beginn mögliche Gefahrstellen zu eruieren und vorbereiteter in den Prozess zu gehen. Andererseits sind im psychosozialen Beratungskontext die Grenzen zu kennen, in Prozessen zu bemerken und zu wahren. Beispiele für Grenzen sind die Behandlung psychischer und psychosomatischer Krankheiten sowie Leidenszuständen oder eine Änderung der Person und ihrem Verhalten. Daher erfordert ein angemessener Umgang in Prozessen Klarheit, Präsenz, Bewusstsein sowie Stärke und Kompetenz. Um dem entgegenzusteuern sowie sich selbst nicht nur mit Wissen, sondern auch rechtlich abzusichern, sind möglicherweise zusätzliche therapeutische Aus- und Weiterbildungen erstrebenswert und sinnvoll.

Von der Theorie der Beratung im Allgemeinen ausgehend ist es wichtig, den Klient/innen emotional sowie fachlich zur Seite zu stehen, sie zu fördern, zu unterstützen und zu stärken. Interessanterweise vergleichen in dem Kontext I1 und I3 die Rolle des Coaches/der Coachin oder des Beraters/der Beraterin mit den grundlegenden Aufgaben einer Hebamme. Es verdeutlicht bildhaft, dass der/die BeraterIn, der/die CoachIn, bzw. der/die TherapeutIn eine wichtige Rolle innehat, die Arbeit aber überwiegend beim Klienten/bei der Klientin selbst liegt und nur mit Know-How, Erfahrung und den richtigen Tools unterstützend und behutsam führend zur Seite stehen kann, bzw. sollte.

8.3 Limitationen

Die vorliegende Arbeit setzt sich mit systemischen Ansätzen und deren Transformationspotentiale in der psychosozialen Beratung auseinander. Die Praxisuntersuchung stellt nicht nur einen Bezug zur praktischen Umsetzung her, sondern liefert auch für beginnende Berater/innen wertvolle Erkenntnisse. Dennoch unterliegt sie Beschränkungen. Insbesondere die Anwendung, Umsetzung und Wirkweise einzelner Methoden erfuhr bisher wenig Forschungsaufmerksamkeit. So gibt es Studien zu Systemaufstellungen und deren Wirksamkeit (siehe beispielsweise Weinhold et al. 2014). Jedoch zu anderen Tools oder Ansätzen sind oft nur Beschreibungen oder Manuale inkl. Fallbeispiele in der Literatur zu finden. Daher ist das Ziel der empirischen Forschungsarbeit, Einblicke in Anwendung und Erfahrung sowie persönliche Einschätzungen zu den Wirkweisen und Veränderungspotentiale einzelner systemischer Methoden zu erhalten.

Limitationen der vorliegenden Arbeit und Studie sind jedoch das umfangreiche Thema sowie die Gegenüberstellung dreier verschiedener Methoden. Aufgrund dessen müssen die Theorie, sowie Darlegung und Analyse der systemischen Methoden auf den Kern und die zentralen Aspekte reduziert werden. Andernfalls würde es über den Rahmen dieser Arbeit hinausgehen.

Eine weitere Beschränkung ergab sich bei der Anzahl der Interviewpartner/innen. Da zu jeder Methode lediglich ein Experte/eine Expertin ausgewählt wurde, sind die Einschätzungen und Erfahrungswerte innerhalb der einzelnen Methoden nicht vergleichbar. Für künftige Studien wäre es daher gut, dies breiter zu fächern, d.h. zum Beispiel mehrere Expert(inn)en zur gleichen Methode oder gleiche Partner für verschiedene Methoden zu befragen.

Hingegen bewährt hat sich bezüglich der Methodik und der gewonnenen inhaltlichen Erkenntnisse nicht nur das teilstrukturierte Design des Interviewleitfadens, sondern auch, dass der Leitfaden den Interviewpartner(inn)en vorab zugeschickt wurde.

9 Fazit und Ausblick

Fazit

In dieser Arbeit wurde eine qualitative, leitfadengestützte Expertenbefragung durchgeführt, um mögliche Wirkweisen und Veränderungspotentiale dreier systemischer Methoden zu untersuchen und vergleichend gegenüberzustellen.

Für die Berater-, Coaching- und Therapiepraxis, aber vor allem für beginnende Berater/innen sind die Arbeit und die ermittelten Ergebnisse relevant. Sie liefern Einblicke in die Praxis und schaffen so Orientierung über zentrale Wirkweisen von systemischen Methoden sowie über allgemein gültige Grundvoraussetzungen oder Bausteine. Auch zeigen sie verschiedene Herangehensweisen auf. Neben der Relevanz von Methodenkombinationen offenbaren sie ebenso hilfreiche Erfahrungswerte zu veränderungsauslösenden Momenten oder Wahrnehmung dieser, um Transformationsprozesse im Beratungskontext begleiten zu können.

Die zentralen Ergebnisse und Erkenntnisse dabei sind zum einen die möglichen Grenzen oder Hürden der einzelnen Methoden in ihrer Anwendung sowie deren Möglichkeiten, innere Bilder, Wirklichkeiten, Haltungen und Perspektiven zu erreichen und in neue/andere zu verwandeln.

Ebenso zeigt sich deutlich, welche Bedeutung es in Veränderungsprozessen hat, den Klienten/die Klientin ganzheitlich wahrzunehmen und auf allen Ebenen abzuholen. Dies beinhaltet eine kognitive, rationale Resonanz neben einer emotional-somatischen Berührung – so wie I1 prägnant formuliert, eine „mind-body Begegnung“. Den Körper zu beobachten, auf versteckte bildhafte Hinweise in Sprache und Skizzen zu achten, diese zu nutzen, sowie Bewusstsein zu trainieren sind mögliche Grundbedingungen für beratende, bzw. therapeutische Prozesse.

Außerdem ist entscheidend, den Klient(inn)en Raum und Zeit zu geben, Erkenntnisse/ Einsichten selbst zu gewinnen und sie ebenso wie Lösungen finden und entdecken zu lassen. Denn tragende Veränderungsimpulse kommen von innen aus einem selbst heraus. Dabei zu unterstützen, den Schlüssel zu dieser Tür zu finden, ist die Aufgabe des Beraters/ der Beraterin.

Weitere wesentliche Voraussetzungen für gelingende Beratungsprozesse der Studie zufolge sind neben der Rolle, Haltung, Präsenz und Erfahrung des Beraters/der Beraterin, ein Beziehungsaufbau, sowie Vertrauen und Sicherheit. Damit sich Klient(inn)en wohl- und aufgehoben fühlen und sich mit allem zeigen können, braucht es neben dem Gefühl „verstanden zu werden“ eine geschützte Atmosphäre.

Im Rahmen des systemischen Denkens bekommen Veränderungsprozesse zudem noch eine weitere Bedeutung. Das Besondere an diesem Beratungsansatz ist, dass es ein spezifisches Erkenntnis- und Handlungsmodell ist, das das Individuum und das Problem/die Krise, etc. in Beziehung zu seinem Kontext betrachtet. Das heißt zum einen, beide Spannungskräfte, die Individuation und die Systembezogenheit werden bei der Entwicklung von Alternativen und Lösungen neben individuell gefestigten Wirklichkeitskonstrukten gleichsam berücksichtigt. Zum anderen bezieht sich die Kontextorientierung auf zirkuläre Rückkopplungen. Denn wie in einem Mobile löst eine Veränderung eines Einzelnen Wirkungen auf das Ganze aus. Dadurch lassen sich die selbstregulierenden Wirkmechanismen von Systemen in Richtung Transformation aktivieren.

Ausblick

Betrachtet man abschließend die Ergebnisse der Interviews und die angewendete Methodik, so wird ersichtlich, dass sich dahinter noch weitere Möglichkeiten verstecken, die Untersuchung zu Wirkweise und Veränderungspotentiale verschiedener systemischer Methoden zu erweitern. Auch die zuvor beschriebenen Limitationen deuteten dies bereits an. Für vertiefendes Wissen in der gegebenen

Praxisuntersuchung und/oder einer differenzierteren Betrachtung einzelner Methoden, sind weiterführende Untersuchungen empfehlenswert.

Denkbar wäre zum einen eine Modifikation der Interviewerhebung in Form einer Gruppendiskussion. Dabei kann sich exemplarisch auf eine Methode konzentriert werden, um diesbezüglich einen Erfahrungsaustausch anzuregen und die Kenntnisse und impliziten Annahmen der Diskussionsteilnehmenden vergleichend gegenüberzustellen. Der Vorteil von Gruppendiskussion liegt darin, dass im Gespräch eigendynamische Interaktionen entstehen. Das kann eine größere Bandbreite an Informationen und persönlichen Einschätzungen hervorbringen (vgl. Bogner/Leuthold 2002: S. 155f.).

Ergänzend würde sich auch eine Untersuchung aus Perspektive der Klient/innen anbieten, um insbesondere die Wirksamkeit sowie Veränderungspotentiale am Fallbeispiel darlegen zu können. Möglich wären dabei entweder Einzelfallanalysen, bzw. vergleichende Fallanalysen oder eine Fragebogenerhebung mit mehreren Klienten und Klientinnen oder über eine bestimmte Gruppe von Klienten und Klientinnen. Beide ermöglichen das Aufdecken von Optimierungspotentialen.

Literaturverzeichnis

Print-Quellen

- Bateson, Gregory & Ruesch, Jürgen (1995):
Kommunikation. Die soziale Matrix der Psychiatrie, 1. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
- Bertalanffy, Ludwig von (1962):
General System Theory – a critical review, General Systems Yearbook 7,1.
- Boeger, Annette (2018):
Psychologische Therapie und Beratungskonzepte. Theorie und Praxis, 3. aktual. Aufl., Stuttgart: W. Kohlhammer Verlag.
- Bogner, Alexander & Leuthold, Margit (2002):
„Was ich dazu noch sagen wollte...“ *Die Moderation von Experten-Fokusgruppen*, in: Bogner, Alexander / Littig, Beate & Menz, Wolfgang (Hrsg.) (2002): *Das Experteninterview. Theorie, Methode, Anwendung*, Wiesbaden: Springer Fachmedien, S. 155-172.
- Drexler, Diana (2015):
Einführung in die Praxis der Systemaufstellungen, 1. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Ebbecke-Nohlen, Andrea (2009):
Einführung in die systemische Supervision, Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Foerster, Heinz von (1997):
Abbau und Aufbau, in: Simon, Fritz B. (Hrsg.) (1997): *Lebende Systeme. Wirklichkeitskonstruktionen in der Systemischen Therapie*, Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch Verlag, S. 32-52.
- Foerster, Heinz von (2002):
Das Konstruieren einer Wirklichkeit, in: Watzlawick, Paul (Hrsg.) (2002): *Die erfundene Wirklichkeit. Wie wissen wir, was wir zu wissen glauben?*, 14. Aufl., München: Piper Verlag GmbH, S. 39-60.
- Glasersfeld, Ernst von (2002):
Einführung in den radikalen Konstruktivismus, in: Watzlawick, Paul (Hrsg.) (2002): *Die erfundene Wirklichkeit. Wie wissen wir, was wir zu wissen glauben?*, 14. Aufl., München: Piper Verlag GmbH, S. 16-38.

- Gläser, Jochen & Laudel, Grit (2010):
Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse. Als Instrumente rekonstruierender Untersuchungen, 4. Aufl., Wiesbaden: VS, Verlag für Sozialwissenschaften (Lehrbuch).
- Groth, Thorsten (2017):
66 Gebote systemischen Denkens und Handelns in Management und Beratung, 1. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Hartung, Stephanie & Spitta, Wolfgang (2020):
Lehrbuch der Systemaufstellungen. Grundlagen, Methoden, Anwendung, Berlin: Springer Verlag.
- Hellinger, Bert (1995):
Verdichtetes, München: Kösel.
- Hellinger, Bert & ten Hövel, Gabriele (2007):
Anerkennen was ist. Gespräche über Verstrickung und Lösung, 10. Aufl., München: Wilhelm Goldmann Verlag.
- Herrmann, Peter (2010):
Blockaden lösen. Systemische Interventionen in der Schule, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hüther, Gerald (2010):
Was für Krisen braucht und wie viel Krise verträgt der Mensch? Neurobiologie der Krisenentstehung und Krisenbewältigung, in: Schmidt, Gunther/ Dollinger, Anna & Müller-Kalthoff (Hrsg.) (2010): *Gut beraten in der Krise. Konzepte und Werkzeuge für ganz alltägliche Ausnahmesituationen*, Bonn: manager-Seminare Verlags GmbH, S. 13-20.
- König, Eckard & Volmer, Gerda (2018):
Handbuch Systemische Organisationsberatung, 3. Aufl., Weinheim/Basel: Beltz Verlag.
- König, Eckard & Volmer, Gerda (2020):
Einführung in das systemische Denken und Handeln, 2. aktualisierte und erweiterte Aufl., Weinheim/Basel: Beltz Verlag.
- Kronbichler, Rudolf (2016):
Narrative Therapie, in: Levold, Tom & Michael Wirsching (Hrsg.) (2016): *Systemische Therapie und Beratung – das große Lehrbuch*, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 71-75.
- Kuper, Annett/ Simon, Romy & Nestmann, Frank (2013):
SocioDynamic Counselling: Vance Peavys konstruktivistischer Beratungsansatz, in: Nestmann, Frank / Engel, Frank & Sickendiek, Ursel (Hrsg.) (2013): *Das Handbuch der Beratung, Band 3: Neue Beratungswelten: Fortschritte und Kontroversen*, Tübingen: dgvt-Verlag, S. 1381-1395.

- Lang, Anne M. (2012):
Trance, in: Wirth, Jan V. & Kleve, Heiko (2012): *Lexikon des systemischen Arbeitens. Grundbegriffe der systemischen Praxis, Methodik und Theorie*, Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 426-428.
- Levold, Tom (2016a):
Von Bertalanffys Allgemeine Systemtheorie, in: Levold, Tom & Michael Wirsching (Hrsg.) (2016): *Systemische Therapie und Beratung – das große Lehrbuch*, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 47-50.
- Levold, Tom (2016b):
Radikaler Konstruktivismus, in: Levold, Tom & Michael Wirsching (Hrsg.) (2016): *Systemische Therapie und Beratung – das große Lehrbuch*, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 58-60.
- Levold, Tom (2016c):
Die Systemtheorie Niklas Luhmann, in: Levold, Tom & Michael Wirsching (Hrsg.) (2016): *Systemische Therapie und Beratung – das große Lehrbuch*, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 64-67.
- Ludewig, Karl (2016):
Theorie autopoietischer Systeme – Humberto Maturana, in: Levold, Tom & Michael Wirsching (Hrsg.) (2016): *Systemische Therapie und Beratung – das große Lehrbuch*, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 61-64.
- Luhmann, Niklas (1987):
Soziale Systeme. Grundriß einer allgemeinen Theorie, 1. Aufl., Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch.
- Luhmann, Niklas (1991):
Soziale Systeme. Grundriß einer allgemeinen Theorie, 4. Aufl., Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch.
- Luhmann, Niklas (1997):
Was ist Kommunikation?, in: Simon, Fritz B. (Hrsg.) (1997): *Lebende Systeme. Wirklichkeitskonstruktionen in der Systemischen Therapie*, Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch Verlag, S. 19-31.
- Luhmann, Niklas (2008):
Einführung in die Systemtheorie, in: Baecker, Dirk (Hrsg.) (2008): *Einführung in die Systemtheorie*, 4. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Luhmann, Niklas (2021):
Die Gesellschaft der Gesellschaft, 11. Aufl., Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch.
- Lutterer, Wolfram (2016):
Eine kybernetische Systemtheorie. Über Gregory Batesons, Steps to an Ecology of Mind (1972), in: Baecker, Dirk (Hrsg.) (2016): *Schlüsselwerke der*

Systemtheorie, 2. erweiterte & neu gestaltete Aufl., Wiesbaden: Springer Fachmedien VS, S. 83-91.

Madelung, Eva (1996):

Kurztherapien. Neue Wege zur Lebensgestaltung, München: Kösel.

Madelung, Eva & Innecken, Barbara (2006):

Im Bilde sein. Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer Verlag.

Mayring, Philipp (2002):

Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken, 5. überarb. & neu ausgestattete Aufl., Weinheim [u.a.] Beltz (Beltz-Studium).

Mayring, Philipp (2010):

Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken, 11. aktual. & überarb. Aufl., Weinheim/Basel: Beltz Verlag.

Meier-Gantenbein, Karl F. & Späth, Thomas (2012):

Handbuch Bildung, Training und Beratung. Zwölf Konzepte der professionellen Erwachsenenbildung, 2. überarbeitete & erweiterte Aufl., Weinheim/Basel: Beltz Verlag.

Miller, Tilly (2021):

Konstruktivismus und Systemtheorie, 1. Aufl., Weinheim/Basel: Beltz Juventa (Band 7 der Reihe Soziale Arbeit und ihre erkenntnistheoretischen Zugänge, hrsg. von Hundek, Markus/ Mührel, Eric).

Müller-Christ, Georg & Pijetlovic, Denis (2018):

Komplexe Systeme lesen. Das Potential von Systemaufstellungen in Wissenschaft und Praxis, Berlin: Springer Gabler.

Neumann, Karin (2015):

Systemische Interventionen in der Familientherapie, Berlin/Heidelberg: Springer Verlag.

Palmowski, Winfried (2014):

Systemische Beratung, 2. Aufl., Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer (Band 14 der Reihe Fördern lernen – Prävention, hrsg. von Ellinger, Stephan).

Patrzek, Andreas (2021):

Systemisches Fragen. Professionelle Fragekompetenz für Führungskräfte, Berater und Coaches, 3. Aufl., Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH.

Sautter, Christiane (2009):

Systemische Beratungskompetenz. Ein Lehrbuch, 1. Aufl., Wolfegg: Verlag für Systemische Konzepte.

- Schildberg, Henriette (2001):
Wie wir uns selbst erfinden. Die Kunst der Narration, in: System Schule, Jg. 5, S. 24-28.
- Schlippe, Arist von & Schweitzer, Jochen (2003):
Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung, 9. Aufl., Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co.
- Schlippe, Arist von & Schweitzer, Jochen (2010):
Systemische Interventionen, 2. Aufl., Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG.
- Schlippe, Arist von & Schweitzer, Jochen (2016):
Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I. Das Grundlagenwissen, 3. unveränd. Aufl., Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co.
- Schneider, Jakob Robert (2014):
Das Familienstellen. Grundlagen und Vorgehensweisen, 3. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Schmidt, Gunther (2004):
Liebesaffären zwischen Problem und Lösung. Hypnosystemisches Arbeiten in schwierigen Kontexten, 1. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Schmidt, Gunther (2010):
Hypnosystemische Krisenberatung: Wie Opfer-Erleben zu Empowerment und konstruktiver Lösungsentwicklung transformiert wird, in: Schmidt, Gunther/ Dollinger, Anna & Müller-Kalthoff (Hrsg.) (2010): *Gut beraten in der Krise. Konzepte und Werkzeuge für ganz alltägliche Ausnahmesituationen*, Bonn: managerSeminare Verlags GmbH, S. 21-60.
- Schmidt, Gunther (2016):
Hypnosystemische Ansätze, in: Levold, Tom & Michael Wirsching (Hrsg.) (2016): *Systemische Therapie und Beratung – das große Lehrbuch*, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 78-82.
- Schubert, Franz-Christian/ Wälte, Dieter & Meyer, Melanie (2021):
Methoden der systemischen Paar- und Familienberatung, in: Wälte, Dieter & Borg-Laufs, Michael (Hrsg.) (2021): *Psychosoziale Beratung. Grundlagen, Diagnostik, Intervention*, 2. aktual. Aufl., Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH, S.245-265.
- Schwing, Rainer & Fryszer, Andreas (2014):
Systemische Beratung und Familientherapie. Kurz, bündig, alltagstauglich, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co.
- Schwing, Rainer & Fryszer, Andres (2018):
Systemisches Handwerk. Werkzeug für die Praxis, 9. unveränderte Aufl., Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co.

- Simon, Fritz B. (2009):
Einführung in Systemtheorie und Konstruktivismus, 4. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Simon, Fritz B. & Rech-Simon, Christel (2004):
Zirkuläres Fragen. Systemische Therapie in Fallbeispielen: Ein Lernbuch, 6. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
- Steiner, Andres (2020):
Die Kunst der Familienaufstellung. Ein Praxislehrbuch der Empirischen Psychotherapie, 1. Aufl., Stuttgart: W. Kohlhammer Verlag.
- Stelzer-Rothe, Thomas (2018):
Die theoretischen Grundlagen hypnosystemischen Coachings und ihre Anwendung in der Beratung von Professorinnen und Professoren, in: Stelzer-Rothe, Thomas & Thierau-Brunner, Heike (Hrsg.) (2018): *Einblicke in systemisches Coaching. Theorie, Praxisfälle, Erfahrung*, Berlin: Berliner Wissenschafts-Verlag GmbH, S. 91-115.
- Varela, Francisco (2002):
Der kreative Zirkel. Skizzen zur Naturgeschichte der Rückbezüglichkeit, in: Watzlawick, Paul (Hrsg.) (2002): *Die erfundene Wirklichkeit. Wie wissen wir, was wir zu wissen glauben?*, 14. Aufl., München: Piper Verlag GmbH, S. 294-309.
- Watzlawick, Paul/ Beavin, Janet H. & Jackson, Don D. (1982):
Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien, 6. unveränd. Aufl., Bern/Stuttgart/Wien: Hans Huber.
- Wälte, Dieter & Lübeck, Anna (2021):
Was ist psychosoziale Beratung?, in: Wälte, Dieter & Borg-Laufs, Michael (Hrsg.) (2021): *Psychosoziale Beratung. Grundlagen, Diagnostik, Intervention*, 2. aktual. Aufl., Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH, S. 25-31.
- Weber, Gunthard (2012):
Aufstellungen, in: Wirth, Jan V. & Kleve, Heiko (2012): *Lexikon des systemischen Arbeitens. Grundbegriffe der systemischen Praxis, Methodik und Theorie*, Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 32-36.
- Weinhold, Jan/ Bornhäuser, Annette / Hunger, Christina & Schweitzer, Jochen (2014):
Dreierlei Wirksamkeit. Die Heidelberger Studie zu Systemaufstellungen. 1. Aufl. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme-Verlag (Systemaufstellungen).
- Willemse, Joop & Ameln, Falko von (2018):
Theorie und Praxis des systemischen Ansatzes. Die Systemtheorie Watzlawicks und Luhmanns verständlich erklärt, Berlin: Springer.

Wolf, Ferdinand (2016):

Der lösungsfokussierte Ansatz, in: Levold, Tom & Michael Wirsching (Hrsg.) (2016): *Systemische Therapie und Beratung – das große Lehrbuch*, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag, S. 75-78.

Online-Quellen

Bamler, Vera/ Werner, Jillian & Nestmann, Frank (2013):

Psychosoziale Beratung: Entwicklungen und Perspektiven. Resonanzen. E-Journal für Biopsychosoziale Dialoge in Psychotherapie, Supervision und Beratung, 1(1), 79-91.

Verfügbar unter

<https://www.resonanzen-journal.org/index.php/resonanzen/article/view/193>

(Zugriff am 06.05.2022)

Carl-Auer Verlag:

Systemisches Coaching in 16 Zitaten

verfügbar unter

<https://www.carl-auer.de/magazin/komplexe/systemisches-coaching-in-16-zitaten>

(Zugriff am 06.05.22)

Dr. Kreuzer, Rudolf (o.D.): *Zentrum für Systemisches Denken. Entwicklung von*

Bewusstsein für Risiken und Chancen in Unternehmen und Politik,

verfügbar unter

<https://www.zentrum-systemisches-denken.de/was-heist-systemisch/>

(Zugriff 10.03.22)

Gesetz über den Beruf der Psychotherapeutin und des Psychotherapeuten (Psychotherapeutengesetz – PsychThG) (2020):

Fassung vom 15.11.2019, das durch Artikel 17 des Gesetzes vom 19.05.2020 geändert worden ist.

verfügbar unter

https://www.gesetze-im-internet.de/psychthg_2020/PsychThG.pdf

(Zugriff am 16.03.2022).

Gute Zitate: *Zitate von Antoine de Saint-Exupéry*,

verfügbar unter

<https://gutezitate.com/zitat/154410>

(Zugriff am 06.05.2022)

Gute Zitate: *Zitate von Albert Einstein*.

verfügbar unter

<https://gutezitate.com/zitat/167793>

(Zugriff am 06.05.2022)

Homepage: *Heilpraktikerpraxis für Psychotherapie*,
verfügbar unter
<https://heilpraktiker-psychotherapie-frankfurt.de/loesungsorientierte-kurztherapie>
(Zugriff am 06.05.2022).

Neverest:
Virginia Satir – Kommunikation und Selbstwert
verfügbar unter
<https://www.neverest.at/blog/virginia-satir-kommunikation-und-selbstwert/>
(Zugriff 24.05.22)

Oegatap (o.D.): *KIP (Katathym Imaginative Psychotherapie)*,
verfügbar unter
https://oegatap.at/katathym_imaginative_psychotherapie
(Zugriff am 06.05.2022).

Scribbr (o.D.): *Experteninterviews*,
Verfügbar unter
<https://www.scribbr.de/methodik/experteninterview-bachelorarbeit/>
(Zugriff am 06.05.2022).

Spektrum (o.D.): *Radikaler Konstruktivismus - Metzler Lexikon Philosophie*,
verfügbar unter
<https://www.spektrum.de/lexikon/philosophie/radikaler-konstruktivismus/1718>
(Zugriff am 10.03.2022).

Wikipedia (o.D.): *Systemische Therapie*,
verfügbar unter
https://de.wikipedia.org/wiki/Systemische_Therapie
(Zugriff am 10.03.2022).

Wikipedia (o.D.): *Hypnosystemische Therapie*,
verfügbar unter
https://de.wikipedia.org/wiki/Hypnosystemische_Therapie
(Zugriff am 10.03.22).

Anhang

Anhang I: Interviewleitfaden



Interviewleitfaden

THEMA der Masterarbeit

Transformationsprozesse in der psychosozialen Beratung

- systemische Ansätze und deren Veränderungspotentiale

FORSCHUNGSZIEL

- ◇ Wie können im systemischen Ansatz Transformationsprozesse begleitet werden?
 - ◇ Was benötigt es für Veränderung? Was löst sie aus?
- ➔ *Vor dem Hintergrund der systemischen Ansätze in der psychosozialen Beratung geht es darum, auf unterschiedliche Wege, bzw. mittels verschiedener Methoden vorherrschende perpetuierte Muster in Verhalten, Kommunikation und Auffassung zu erfragen, zu irritieren sowie Transformations-/ Veränderungsprozesse einzuleiten.*

Fragekategorie I

Methode und deren Wirkweise

1. Was ist der Kern Ihrer bevorzugten Methode im systemisch beratenden Prozess, und warum?
2. Auf welche Schulen stützen Sie Ihre Arbeitsweise im Wesentlichen?
3. Wie oder in welchem Setting (mit welchem Klientel) arbeiten Sie bevorzugt? Warum?
4. Was ist die (besondere) Wirkweise Ihrer bevorzugten Methode?
 - Welche Grenzen / Risiken / Stolpersteine birgt die Methode?

Fragekategorie II

Gestaltung Ihres Beratungsprozesses

Angenommen, ein Klient/eine Klientin mit einem Problem, Symptom oder einer Fragestellung ruft bei Ihnen an ...

Wie gehen Sie vor?

Wie gestalten Sie den Prozess?

... und wie geht es dann weiter?

Nach welcher Struktur / welchem Ablauf oder wie arbeiten Sie?

1. Wie eruieren Sie das Anliegen, bzw. für den Prozess wesentliche Informationen?
2. Wie initiieren Sie Interventionen / Veränderung?
3. Was löst Veränderung aus?
4. Was braucht es, um Veränderungen zu ermöglichen?
5. Wovon lassen Sie sich im Prozess leiten?
6. Wie oder wann beenden Sie den Prozess?

Fragekategorie III

Gestaltung von Veränderungsprozessen

1. Welche Rolle spielen Narrationen / Imaginationen / Aufstellungen (und alle weiteren Interventionen) im Prozess?
2. Was ist das Schlüsselmoment für den Beratungsprozess?
3. Wie / woran merken Sie, dass die neue Erkenntnis beim Klienten gelandet, d.h. angekommen / verinnerlicht ist?
4. Woran bemerken Sie den Veränderungsprozess?

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme und Offenheit!

Anhang II: Transkription der Experteninterviews

1	Transkription der Interviews I1, I2 und I3	
2		
3	Interview I1	
4		
5	00:00 - 00:29	Einholen des Einverständnisses der Anonymisierung der
6		personenbezogenen Daten und Klärung von offenen Fragen
7		
8	00:30 – 00:47	<i>J: Frage nach bevorzugter Methode, Kern dieser Methode</i>
9		<i>und Warum?</i>
10		
11	00:48 – 02:38	I: Ich arbeite sehr gerne individuell mit Menschen und auch
12		mit Organisationen ist es möglich.
13		Meine bevorzugte Methode ist die, die ich selbst für das Coaching
14		entwickelt habe. Sie eignet sich auch für die Beratung und ist
15		systemisch. „Sie beruht vor allem auf dem Konzept des Viable
16		System Modells, weiterentwickelt zum Universal Management
17		System, erstmal von Stafford Beer und zweitens dann von
18		Raymond Malik in Sankt Gallen und ich habe es nochmal ein
19		bisschen weiterentwickelt und für das Coaching, bzw. für die
20		Beratungsprozess angepasst“.
21		Und warum?
22		Coaching und Beratung zielen überwiegend auf eine Art
23		Interaktion.
24		→ Erklärung: „Also ich sag‘ es mal so, die Beratung ist ja oftmals
25		so, dass ich den Leuten, Beratung suggeriert ja manchmal was
26		Eigenartiges. Es kommt ja nicht darauf an, ich kann den Leuten
27		keinen fachlichen Rat geben, dann wär‘ ich nach meiner
28		Wahrnehmung ein Experte. Ich kann den Menschen
29		methodologischen Rat und Führung anbieten auf dieser
30		systemischen Ebene. Also Methodologie, wie man als in einem
31		bestimmten Fachgebiet, bzw. in einer bestimmten Rolle, in einer
32		Managementrolle, in einer Leadership Rolle – die unterscheide
33		ich übrigens oft – bestimmte Ziele erreichen kann. Und das geht
34		halt im Dialog.“
35		→ Eine Unterscheidung von Beratung und Coaching ist meiner
36		Meinung nach von vornherein nicht möglich. Daher benutze ich
37		bevorzugt meine Methode von S7 bis S1, „weil ich damit sehr gute
38		Erfahrung gemacht habe“.
39		
40	02:39 – 03:50	Die Methode setzt sich im Prinzip aus der Herstellung eines
41		vertrauensvollen Arbeitsverhältnisses und aus einer gründlichen
42		Situationsanalyse zusammen, auch wenn das Wort Analyse für
43		mich zu rational klingt. Dabei ist es wichtig, die Werte der Klienten
44		zu verstehen (S5), ihre Langzeitausrichtung/ Strategie/ Vision/
45		Leitbild einzubeziehen, konkrete Aufgaben, vor denen sie stehen,
46		zu kennen und zu wissen, mit wem sie interoperieren oder
47		kooperieren und wie sie umsetzen.
48		→ „D.h. wenn ich ein System habe, dann ist das System ja immer
49		eingebettet in einen Kontext mit anderen Systemen, mit anderen

50 Personen, anderen Teams, Organisationen, Kooperationen,
51 Kunden-partner usw. und auch oftmals eingebettet in ein anderes
52 System“
53 → Beispiel: ein Team ist eingebettet in eine Abteilung, die ist
54 eingebettet in eine Firma usw.
55

56 03:51 – 06:00 Mit Individuen, welche selbst ein System sind und auch wieder in
57 ein anderes System eingewoben ist, ist es mir wichtig auf drei
58 Ebenen zu arbeiten: die rationale, die imaginative und die
59 emotionale Ebene. Dieser Ansatz fehlt mir in vielen anderen
60 Modellen.
61 Zur Erklärung der drei Ebenen:
62 → rational: Jedes Individuum hat „immer eine rationale Ebene. Ich
63 kann mit dem Gedanken austauschen, da wird aber meistens
64 noch nicht viel, da kann man schön intellektuell daherreden.“
65 → imaginativ: Die imaginative Ebene zeigt die Bilder oder Images,
66 welche die Leute antreiben, bzw. die sie verfolgen. Denn „diese
67 Images auf der sensomotorischen Ebene, die sind ganz wichtig,
68 weil sie unweigerlich hinführen zu emotional somatischen
69 Reaktionen und das ist das, wo die Energie herkommt. Energie,
70 die entweder sich zurückziehen lässt, wo die Leute sagen, ich
71 hab' kein Bock mich zu verändern, oder es ist meine Aufgabe,
72 diese Energie in Richtung Veränderung zu bewegen.“
73

74 Ich arbeite gerne mit dem Verständnis von Energien, welche auf
75 Heike Bruch, eine Professorin in Sankt Gallen zurückzuführen
76 sind. Sie unterscheidet vier unterschiedliche Energien: die
77 produktive, komfortable als positive und die resignative sowie
78 korrosive (= aggressive Protest-) Energie als negative.
79

80 06:01 – 06:27 Für Veränderungsprozesse ist es notwendig, mit S7 bis S1 zu
81 arbeiten. Der Kern dabei ist S3. Das bedeutet dabei: Was machen
82 wir als nächsten Schritt? Und was sind die kleinen benötigten
83 Schritte zur Veränderung?
84

85 06:28 – 07:00 I stoppt in Sorge vor Monolog seine Erzählungen; Interesse an
86 Erläuterungen von S7-S1 im späteren Interview unter dem Punkt
87 „prototypischer Ablauf“ und Zurückkommen auf Frage 2:
88 *Auf welche **Schulen** stützt das eigens entworfene Coaching*
89 *Modell?*
90

91 07:02 – 08:40 I.: Das eigene Modell basiert auf vielen Schulen: u.a. das
92 Sankt Gallener Modell, zurückgehend auf das Viable System
93 Model von Stafford Beer als systemische Komponente. Als
94 Hypnotherapeut interessieren mich die unter- und unbewussten
95 Prozesse, da es letztendlich darauf ankommt, dort hinzukommen,
96 „wo wir Möglichkeiten finden, die Energie des Körpers zu
97 regulieren. Wichtig ist dabei, dass die Gedanken zu Bildern
98 werden. Und es geht darum, dass wir die Bilder/ Images von

99		Menschen verändern, d.h. von Bildern, die sie hemmen hin zu
100		Bildern, die sie treiben und bewegen.“
101		→ Emotionen, als Energieausdrücke des Körpers folgen dort
102		unweigerlich nach.
103		So wird die Gestaltung von Veränderungsprozessen ermöglicht.
104		
105	08:41 – 08:48	J.: Zusammenfassung des Gesagten von I.: Hypnosystemisch, das Sankt Gallener Modell sowie die Hypnotherapie als Grundschulen
106		
107		
108		
109	08:49 – 09:00	I.: Weitere Einflüsse im eigenen Modell sind beispielsweise die lösungsorientierte Therapie von de Shazer sowie weitere für sinnvoll erachtete Ansätze.
110		
111		
112		
113	09:01 – 09:12	J.: <i>Warum wird die Arbeit im Individualsetting, im Dialog bevorzugt?</i>
114		
115		
116	09:13 – 11:07	I.: Der Dialog als Komponente ist für mich als Linguist eine weitere wichtige Hintergrundtheorie. Die Sprache „als ein Werkzeug für die Begegnung und Berührung zu machen.“ Denn mit Sprache ist es möglich, Herzen zu berühren. Es ist das Energiezentrum und schlägt entweder vorwärts (Richtung Veränderung/Produktion) oder rückwärts (Protest/Unwille gegenüber Veränderung und Resignation). → Hierfür ist die -auch in der Hypnotherapie oft verwendete- Metaphorik notwendig, denn Metaphorik bewirkt Emotion, bzw. das Spüren dieser. Ein Beispiel ist: „Mein Team ist ein Bienenstock oder ein Wespennest“: auf rationaler Ebene ergibt das keinen Sinn, aber im Körper entstehen unterschiedliche Bilder/ Resonanzen/ Assoziationen (Bienen: Gedanke an Honig, viel Arbeiten vs. Wespen)
117		
118		
119		
120		
121		
122		
123		
124		
125		
126		
127		
128		
129		
130		
131	11:08 – 11:19	J.: Gegebene Bilder und Art der Ausdrucksweise als gute Arbeitsgrundlage
132		
133		
134	11:20 – 12:29	I.: Bestätigung dessen und Erklärung der Bedeutung eines Wechsels von der rationalen zur imaginativen Ebene im Dialog, anhand eines Beispiels mithilfe der Wunderfrage: „Was müsste denn passieren, um von einem Wespennest zu einem Bienenstock zu kommen?“ → „Sprache bewirkt nicht unbedingt eine emotionale Veränderung, aber diese ist notwendig, um zur Tat zu kommen. Es ist das Spannen vom rational gestellten Vorhaben hin zur tatsächlichen körperlich beteiligten Umsetzung. Gute, bewegende Gründe sind essenziell zur Energie-aufbringung, um etwas zu erreichen.“
135		
136		
137		
138		
139		
140		
141		
142		
143		
144		
145		
146	12:30 – 12:56	J.: <i>Frage nach besonderer Wirkweise und Stolpersteinen, Grenzen und Risiken.</i>
147		

148
149 12:57 – 18:53 I.: Insbesondere die Stolpersteine sind wichtig. Die benötigte
150 Ausgangslage ist eine gemeinsame Basis, die auf drei Ebenen
151 geschehen muss:
152 1. sich verstehen können, v.a. auch sprachlich, d.h. auf der
153 rationalen Ebene eine Kohärenz herstellen. Hilfreich hierfür ist
154 die Frage nach dem (beruflichem) Hintergrund, damit sie sich
155 gut aufgehoben fühlen.
156 2. das Finden von Bildern, die den Leuten etwas sagen:
157 „Wichtig für mich ist eine kohärente, kompatible Basis. Beispiel:
158 Vertrauen ist wie ein Klettverschluss. Vertrauensbildung
159 bedeutet, sich gegenseitig anfällig und menschlich zu machen.“
160 → Abweichung von herkömmlichen Coachingmodellen, so wie ich
161 es gelernt habe. Coaching gleicht einem Verhör, bei dem ich viele
162 Fragen stelle, aber von mir wenig bis gar nichts preis gebe. Das
163 funktioniert für mich in Beratung nicht.
164 → Bei konträren Einstellungen zwischen Klient und mir, äußere
165 ich –und dieser Mut ist mir wichtig-, dass ich möglicherweise nicht
166 der passende Berater oder Coach bin.
167 Mithilfe von verschiedenen -auch nicht zum Coachingrepertoire
168 gehörenden- Fragetechniken kann auch auf rationaler Ebene das
169 Finden und Erfragen von Bildern angeregt werden. Danach
170 wechsle ich auf die metaphorische Ebene, um den emotionalen
171 Status, Trigger und Glaubenssätze kennenzulernen.
172 → Glaubenssätze bestehen aus einem rationalen und haben oft
173 einen begründbaren starken emotionalen Anteil.
174 → Beispiel hierfür: der willkürlich getroffene Unterschied zwischen
175 meinem und dem Nachbarort liegt in der vorwiegenden
176 Religionszugehörigkeit (katholisch vs. evangelisch). Dadurch oft
177 keine Wahl der Religion, bzw. aufgrund des Wohnorts willkürliche
178 Zuordnung und dennoch die Aussage: Meine Religion ist besser.
179 → „Um dies zu rechtfertigen, werden Sachen konstruiert, bzw.
180 Konstrukte gemacht (weiteres Beispiel: wir auf der Westseite
181 leben viel schöner). Aber eigentlich entstehen Glaubenssätze
182 meist auf völlig unerheblichen Sachen und hindern einen.“
183 → Mein Interesse ist daher die rationale Komponente, aber auch
184 deren emotionale Herkunft, ihren Pool.
185 → „Ich sehe das wie eine Pinnnadel – der bunte Kopf ist gut
186 sichtbar, jedoch reicht die Verankerung bis hin in das limbische
187 System/ dem Emotionalen.“
188 → „Mir ist es besonders wichtig, auf diesen drei Ebenen zu
189 arbeiten und die Bilder und Emotionen als Dreh- und Angelpunkt
190 zu betrachten, weil nur die die Energie mobilisieren können.“
191
192 18:54 – 19:08 J. und I.: J. fasst zusammen, dass ein mögliches
193 Nichterreichen dieser drei Ebenen als Stolpersteine begriffen
194 werden kann und I. bestätigt dies.
195

196 19:09 – 21:56 I.: Stolpersteine sind sehr wichtig, denn „sehr oft ist es nicht,
197 dass sich jemand nicht verändern will, sondern, dass manchmal
198 unbewusste Blockaden vorliegen, welche dazu führen, dass
199 jemand sich nicht verändern will.“
200 → ein Beispiel ist: Menschen nach einem schweren Herzinfarkt
201 müssen Medikamente einnehmen, weil ihre Lebenserwartung
202 davon abhängt. Ergebnis einer Studie: nur 57% tun dies, aber alle
203 wollen weiterleben. Frage Warum? Antwort eines Befragten: „weil
204 sein Vater im Pflegeheim mit 95 Jahren die gleichen nimmt und
205 er sich im Vergleich noch jung und fit fühlt“
206 → Rückschluss aus dem Beispiel: „Blockaden, also Stolpersteine
207 können eine wesentliche Rolle spielen und es ist notwendig, diese
208 in der Situationsanalyse S6 (Was steht dem entgegen?) mithilfe
209 von Interventionen und Fragen (Angenommen, Sie würden ...,
210 was würden Sie dann als nächstes machen und warum haben Sie
211 es noch nicht gemacht?) aufzudecken. Dafür braucht es aber ein
212 Vertrauensverhältnis zwischen mir und dem Klienten/der
213 Klientin.“
214 → Dabei beziehe ich immer auch die Körperwahrnehmung – „ich
215 nenne es immer 'head-heart-gut Geschichte' - mit ein. Das heißt,
216 ich frage: Was geht Ihnen durch den Kopf? Wie fühlen Sie sich in
217 der Brustgegend und im Bauch, also im tiefen Körperbereich?
218
219 Dadurch bekomme ich Signale auch durch Körperreaktionen. Bei
220 auftretenden körperlichen Reaktionen ohne Wissen warum,
221 verwende ich gerne folgende Methode: Fokussing
222

223 21:57 – 29:17 Beschreibung des „Fokussing“, wesentliche Aspekte dabei sind:
224 → raus aus der Kopf-Ebene
225 → „ein körperliches Signal wird als Ur-Signal verwendet und dient
226 als Basis und behutsame Hinführung für den Prozess, um
227 mögliche Bilder, die mit diesem Signal verbunden sind, aufdecken
228 zu können. Diese Bilder helfen auch in weiteren Schritten, Fakten
229 aufzudecken.“
230 → Schilderung eines Beispiels zur Veranschaulichung (Anliegen
231 der Klientin stellt eigentlich kein Problem dar, daher Einbezug des
232 systemischen Kontextes – Freizeit, Sozialleben, etc.; das
233 Gespräch kam auf Partys und ich nahm eine Energie von „peinlich
234 berührt Sein“ wahr – Fluchtenergie, denn eine Wunde -seelisch
235 oder körperlich- versucht man zu schützen; Einbezug des
236 Körpers: Kloß im Hals, Stein im Magen oder Enge in der Brust?)
237 → Was zeigt dieses Beispiel? – Klientin beschreibt einen „Stein
238 im Magen“, was als somatischer Marker betrachtet werden kann.
239 Bei Rückfrage zu möglichen Bildern, die beim Gedanken an den
240 Stein im Magen auftauchen -wichtig, das behutsam zu machen,
241 fast wie Trance, berichtet die Klientin von einer unangenehmen
242 Erfahrung aus der Kindheit und die damalige Unmöglichkeit, bzw.
243 Unfähigkeit, aus der Situation herauszukommen. Als
244 Erfolgsschritt kann nun gesehen werden, dass es ihr möglich war

245 das emotional manifestierte Gefühl auszusprechen. Dadurch
246 kann es nun als „Arbeitsgrundlage“ verwendet werden mit dem
247 „Interventions-Ziel“, Unterschiede von damals zu heute
248 herauszustellen.
249 → Dabei ist es ungemein wichtig und anstrengend, die Pause
250 auszuhalten, bis die Klientin selbst zur Erkenntnis (in diesem
251 Beispiel mit einem Erfolgsschrei) kommt.
252 → die Möglichkeit dieser Methode: das Aufdröseln eines alten
253 Glaubenssatzes „Partys sind nichts für mich“ und die Frage: Was
254 steckt dahinter, bzw. was ist wirklich die Blockade an der Party?
255 → Dies ist der Moment der Erkenntnis, der ein neues Bild
256 ermöglicht.
257 Die „learned helplessness“ ist für mich eine der
258 Hauptstolpersteine (Beispiel des jungen angeketteten Elefanten).
259 → „Je höher die Emotionalität, desto stärker wird wieder die
260 Dialekteinfärbung der Sprache.“
261 → Außerdem wandern viele Stolpersteine tief ins Unbewusste,
262 dass viele sich nicht mehr an die im Weg stehenden Blockaden
263 erinnern.
264

265 29:18 – 30:12 Aufgrund der angesprochenen Momente der
266 Erkenntnisgewinnung, wird nun Fragekategorie III vorgezogen
267 und Fragekategorie II an den Schluss gestellt, um in der Tiefe
268 bleiben zu können.
269

270 *J.: Fokussing und „learned helplessness“ als ein **Schlüssel-***
271 ***moment für Veränderungspotential** bereits genannt, gibt es*
272 *weitere?*
273

274 30:13 – 31:51 I.: Die „learned helplessness“ kommt von Martin Seligman,
275 der bei der Analyse von Tierexperimenten ein paradoxes
276 Verhalten feststellte.
277 Beispiel: Ich kann an der Situation nichts ändern, weil ich das so
278 gelernt habe. Deshalb brauche ich keine Energie zu
279 verschwenden, auch wenn sich evtl. die Verhältnisse verändert
280 haben.
281 → Also die tiefliegenden Muster sind den meisten Personen vom
282 Verstand her nicht mehr zugänglich sind, sie sind nur über den
283 Körper zugänglich. „Deswegen arbeite ich gerne einerseits vom
284 Verstand her (Was geht? Was geht nicht? Wie ist deine Situation?
285 Wie ist die Stimmung bei euch? etc.), aber auch wenn ich dann
286 feststelle, dass die Leute dann sagen: Ja, es ist einfach schlecht
287 bei uns. Du kriegst keinen Fuß auf den Boden. Es ist immer dicke
288 Luft, dann sind das ja schon Bilder.“
289 → Das Generieren von Bildern geschieht mehr aus einer Emotion
290 heraus und weniger aufgrund einer begründbaren rationalen
291 Ebene. Daher interessiert mich, woher das Bild kommt, denn es
292 liefert Rückschlüsse auf Emotionen, die im Körper verankert sind.
293 So ist ein Wechsel auf die Ebene des Körpers möglich.

294
295
296 31:52 – 32:20 *J.: Welche **Rolle** spielen **Bilder**, **Narrationen**,*
297 ***Aufstellungen** für Veränderungen?*
298
299 32:21 – 35:10 I.: Bilder ja.
300 Und auch Narrationen, meistens Geschichten, spielen sich auch
301 auf drei Ebenen ab: Das rationale Narrativ, d.h. der Plot, muss -
302 zumindest im Kopf simuliert- mit Bildern gefüllt werden.
303 Denn, „ohne Bilder ist es eine Beschreibung, aber keine Story.“
304 Eine Story aber löst körperliche Reaktionen, wie Weinen/
305 Lächeln/ Herzschlagen aus. Das sind die Bilder, die berühren.
306 → Daher bitte ich die Klienten, mir die Bilder, bzw. die Geschichte
307 zu erzählen. So entsteht ein Wechsel, bzw. Bezug zu dem Körper
308 und dem damit konnotierten Gefühl.
309 → Beispiel: „Transformation gestaltet sich widrig“ – Frage nach
310 einem konkreten Beispiel: „Hans-Peter kommt immer unpünktlich
311 und sitzt in der Cafeteria“ – Herstellen eines Bezugs zum Körper:
312 Wo im Körper spürst du das?“
313 → Anhand eines Wechsels in Dialektsprache, oder einer
314 emotional gefärbten Sprache merke ich, dass es persönlich wird,
315 denn auch die paraverbale Kommunikation ist sehr wichtig.
316
317 35:11 – 35:24 *J.: Das **Schlüsselmoment** Ihrer Meinung nach ist also,*
318 *sobald sich das Rationale mit dem Körper, mit der Emotion, mit*
319 *dem Unbewussten verbindet?*
320
321 35:25 – 37:55 I.: Genau das ist es. Ich formuliere es nochmal mit dem
322 Begriff: „Mein Anliegen ist immer, den gesamten Raum der
323 Persönlichkeit zu nutzen. Und dieser Raum besteht eben aus den
324 drei Ebenen: der rationalen Ebene, der imaginativen, also
325 sensomotorischen Ebene, wo die ganzen Bilder sind und der
326 somatisch-emotionalen Ebene, wo die ganzen Treiber sind, die
327 ganzen Energien, zum Beispiel Flucht oder Kampf, Schmerz oder
328 Vergnügen.“
329 → Viele sind oft immer sehr stark auf der rationalen Ebene und
330 ein Wegholen vom Kopf/ vom Grübeln hin zum Spüren und zum
331 Gefühl bewirkt, dass ich „viel mehr Möglichkeiten habe, Dinge
332 aufzudecken“.
333 → siehe Einstein: Die Lösung des Problems ist nicht im selben
334 Raum, in dem das Problem entstand.
335 → Insgesamt in meiner Methode und Arbeit bemühe ich mich
336 stark um eine Mind-Body-Begegnung, d.h. ich beziehe alle diese
337 Komponenten mit ein. Oft sind Erfahrungen dem rationalen
338 Verstand nicht mehr zugänglich, d.h. Handeln geschieht
339 automatisch und unbewusst. Dies hat die Konsequenz, dass das
340 Handeln/die Erfahrungen in tiefen unbewussten Schichten
341 verankert wird/werden, jedoch verstandes-bewusst nicht mehr
342 erklärbar ist/sind.

343 → Beratung wird dann aufgesucht, wenn „die Leute schon eine
344 ganze Zeit meistens mit sowas (Anmerkung: Erfahrung)
345 rumarbeiten.“
346 → Vorteil von Erfahrungen: guter Umgang mit komplexen
347 Situationen
348 → Nachteil: narrative Auskunft nicht mehr möglich
349

350 37:56 – 38:20 J.: *Zusammenfassung und Hervorhebung der Sinnhaftigkeit
351 des Körpereinzugs in den Prozess, bzw. eine vielschichtige
352 Arbeit*
353

354 38:21 – 39:25 I.: Unterscheidung in drei Ebenen nach dem MacLean
355 Modell:
356 → Instinkte sind ganz hinten im Hirnstamm
357 → tiefverwurzelte, erfahrungsgetriebene und sensorisch
358 getriebene gemachte Erfahrungen im Zwischenhirn
359 → rationale Denkprozesse und Sprache werden im
360 Vorderkomplex ermöglicht
361

362 39:26 – 39:41 J.: *Woran merken Sie, dass die **neue Erkenntnis** beim
363 Klienten **gelandet** ist?*
364

365 39:42 – 43:56 I.: Eine wichtige Faustregel ist, dass eine Erkenntnis nicht in
366 der aktuellen Sitzung bereits da und klar sein muss. Meiner
367 Ansicht nach dauert ein Coaching von einer Begegnung bis zur
368 nächsten Begegnung. So kommt die Erkenntnis oft nicht in
369 derselben Sitzung, sondern in den Zeiten zwischen den
370 Begegnungen.
371 → „Es muss „erstmal durch die Windungen durch/ erstmal bewegt
372 werden, dann in tiefere Schichten gelangen, dort geprüft werden,
373 dann vielleicht auch verifiziert werden, usw.“
374 → Der wichtigste Punkt, an dem ich merke, dass ein wirklicher
375 „Ruck durch die Sache gegangen ist/ ein neuer Zustand erreicht
376 ist“ ist der energetische Zustand, das energetische Verhalten der
377 Leute. Dies kündigt sich oft durch Aussagen wie ‘Hm, das macht
378 Sinn` an. Es zeigt mir, dass sie sich damit beschäftigen, oft
379 werden sie erstmal ruhiger.
380 → „Und dann, wenn sie selber für sich eine Möglichkeit der
381 Inkorporierung dessen, was da Sinn macht, gefunden haben,
382 dann werden sie wieder lauter“ und fragen nach den nächsten
383 Schritten.
384 Der energetische Shift bewirkt, dass Klienten vom
385 Beratungssuchenden hin zum Gesprächsführenden wechseln,
386 die Führung des Prozesses übernehmen und proaktiv Fragen
387 oder sich Mitteilen.
388 → Grundlegend für den Erkenntnisgewinn ist auch, dass die
389 Klienten sie selbst finden und wir als Berater oder Coach sie auch
390 selbst es finden lassen, auch wenn wir vielleicht schon wissen,
391 wohin es gehen könnte.

392 Denn „was sie selber gefunden haben, dazu stehen sie“.

393 → Beispiel: unangenehme Wahrheiten (durch gezielte Fragen

394 und Prozesssteuerung ist selbstgewonnene Erkenntnis möglich,

395 welche oft besser akzeptiert wird)

396

397 43:57 – 44:10 *J.: Ihrer Meinung nach **bemerk**en Sie demnach den*

398 ***Veränderungsprozess** an dem energetischen Shift sowie an der*

399 *Rollenveränderung der Klienten?*

400

401 44:12 – 45:29 I.: Ja, definitiv am energetischen Shift. Auch an der Rolle,

402 v.a. dann wenn vorher ein vertrauensvolles Verhältnis aufgebaut

403 wurde. Klienten werden dann kreativer, aktiver, sie finden in ihre

404 Stärke. „Sie werden mobil, sehen einen Ausweg, sie sehen einen

405 Weg, in dem ein Herz ist.“

406 → Es gibt viele abstrakte Wege (Stufe 1, Stufe 2, Stufe 3), aber

407 so wie die Indianer sagen, ist es erst möglich, den Weg zu gehen,

408 wenn der Weg ein Herz hat, d.h. wenn sie selbst mit diesem Weg

409 verbunden sind.

410 → „Wenn sie selber nicht hier (Anmerkung: Klopfen an den Kopf),

411 sondern hier (Anmerkung: klopfen an das Herz) spüren. Ich ziehe

412 mir jetzt die Schuhe an und gehe diesen Weg! Jetzt gehe ich

413 diesen Weg! Ich bin schon drauf. Ich investiere Energie, nicht nur

414 Gedanken etc.“.

415

416 45:30 – 45:41 *J.: Es ist sicherlich schön, an diesem Moment dabei sein zu*

417 *dürfen, bzw. ihn begleiten zu dürfen, oder?*

418

419 45:42 – 46:06 I.: Ja, unbedingt. „Das ist die Hebammenkunst, der

420 mäuseutische Prozess, der sokratische Prozess. Da ist man gerne

421 Hebamme, wenn man sieht „Ah, da ist ein neuer Weg geboren –

422 vielleicht – für jemanden. Eine neue Möglichkeit ist geboren

423 worden.“

424

425 46:07 – 47:16 *J.: Ein schönes Bild. Danke dafür. Nun würde ich gerne noch*

426 *zu einem **prototypischen Ablauf**, bzw. einer **prototypischen***

427 ***Gestaltung eines Beratungsprozess** kommen. Wie läuft dieser*

428 *für gewöhnlich ab, ausgehend davon, dass ein Klient/eine Klientin*

429 *sie telefonisch kontaktiert?*

430

431 47:17 – 59:11 I.: Zunächst, ein Pauschal-Prozess gibt es nicht, denn der

432 Prozess hängt immer von der Art und Dringlichkeit des Anliegens

433 ab.

434 → Im Allgemeinen aber:

435 1. Aufbau von Vertrauen/ Rapport

436 2. Klärung, bzw. Herstellung einer Resonanz auf rationaler,

437 sensorischer und limbischer Ebene:

438 - auf rationaler Ebene: das Finden einer gemeinsamen Sprache,

439 die am akademischen Background gemessen werden kann)

440 - sensorisch: Mit welchen Bildern schmücke ich meine Sprache?

441 Beispiel: Musiker: Sprache in auditiven Bildern und Tönen
442 - limbisch: Die Suche und das Erfragen von Triggerpunkte, z.B.
443 Frage nach einem schönen Erlebnis
444 3. Erfragen der Intention und Erwartungen an mich als
445 Beratender/Coach
446 4. Frage nach Ziel/ Wunsch, z.B. mit Wunderfrage oder „Was
447 wäre das, was sich erfolgreich entwickeln könnte“
448 → Einwand, dass es sich eigentlich um eine Fakefrage handelt,
449 denn die „Einsichten, die die Leute bekommen in unserem
450 Prozess, führen sie meistens zu Plätzen, die sie vorher nicht
451 gedacht haben“.
452 → Daher geht es v.a. darum, den Klienten bei seinen aktuellen
453 Vorstellungen abzuholen und herauszufinden, „wo will er denn
454 eigentlich hin, mit den Mitteln, die er am Anfang unseres
455 Prozesses finden kann. Aber der Prozess ist ja gerade dazu da,
456 diese Mittel zu erweitern.“
457
458 → Die Punkte 1-4 entsprechen S7 in meinem Modell.
459 Entscheidend für den Prozess ist, dass ich mit dem Klienten
460 kompatibel, resonant werde und wir gegenseitig abchecken, ob
461 wir füreinander passen. Auch mögliche Referenzen interessieren
462 mich. S7 als „Immunsystem“.
463
464 5. Wahrnehmung der Situation (S6) auf den drei Ebenen
465 (rationale, Bilder- und emotionalen Ebene). Allerdings nicht, wie
466 in einem Verhör, sondern spielerisch, wie bei einem Tanz.
467 6. (S5) betrifft das Kennenlernen der persönlichen Werte und
468 Normen, die oft aufgrund ihrer tiefen Verankerung unbekannt
469 sind. Häufig liegen die Anliegen im Bereich der
470 Selbstverwirklichung und können mithilfe von Interventionen
471 hinterfragt werden.
472 → Beispiel: Ableitung von „Was ist mir wichtig im Leben?“ von
473 Aufgaben aus dem Arbeitsleben/Familienleben mithilfe von 3
474 Tabellen: Was gern? Was gar nicht gern? Was neutral? dann
475 Skalierung und Bewertung der Aktivitäten.
476 → die Five-Why Methode eignet sich, um die gern-gemachten
477 Aktivitäten zu bearbeiten.
478 7. (S4) Frage nach Leitbild, Strategie, Ziel, Vision, Long-Term-
479 Purpose. Unter Berücksichtigung der persönlichen Werte und der
480 gegebenen Situation ist es möglich, abzuleiten, wo sie hinwollen.
481 Als taktische Ziele, die erarbeitet werden, können der Vergleich
482 der Werte mit dem Langzeitziel sowie der gegenwärtigen
483 Situation und die Frage nach der Art, wie die Vision in kleinen
484 Schritten erreicht werden will, genannt werden.
485 → manchmal nicht die Frage nach dem nächsten Schritt, sondern
486 ein rekursiver Vorgang, d.h. „ein schrittweises Rückwärts-Gehen
487 vom Endziel. Dies hat großes Potential, da eine Annäherung von
488 einer unbefangenen Seite geschieht und nicht von einem
489 festgefahrenen Status Quo.“

490 → Stolperstein-Frage kommt immer hinzu: Was steht dem
491 entgegen? Sie kommt auch bereits in der Situationsanalyse zum
492 Einsatz im Sinne des Sammelns von problematischen Aspekten,
493 Blockaden und möglichen, vorhandenen Ressourcen.
494 → sehr wichtig: Frage nach weiteren Ressourcen,
495 z.B. Mit wem wird gearbeitet? Mit welchen anderen Systemen?
496 Die Frage zielt auf die Erweiterung des Lösungsraums mit
497 Ressourcen, die genutzt werden könnten.
498 Dann kommt die Umsetzungsphase, für die Energie benötigt wird.
499 → „Aus diesem Grund ist es wichtig, dass energetische
500 Einsichten gekommen sind, z.B. „Tschaka, ja das mache ich. Das
501 hat geklickt.“ statt „Joa, das mach ich.“ – also „im Kopf, im Herzen
502 und im Bauch spricht nichts dagegen“.
503
504 → Das waren die sieben Stufen. Auf allen Stufen ist es wichtig,
505 auf allen drei Ebenen zu arbeiten (rational, imaginativ und
506 emotional) und immer auch die Vorwärts- und Rückwärtsrichtung
507 mit einbeziehen, d.h. was ist von dem gerade Geäußerten
508 produktiv oder negativ auf dieser Ebene?
509 Auch besteht hier die Möglichkeit, auf Glaubenssätze einzugehen
510 und Werte auf den Prüfstand zu stellen.
511 → Werte möglich als „wertvoller Wert oder Gewohnheitswert“
512 „Glaubenssätze sind in der Hinsicht schwierig, da sie neben der
513 rationalen eine tief verwurzelte emotionale Komponente haben.“
514
515 59:12 – 1:00:05 J.: Zusammenfassung des Gesagten: Das Wesentliche für
516 Sie im Prozess ist die konstante Berücksichtigung aller drei
517 Ebenen in allen Schritten und des Checks (Wo geht's hin? Was
518 bremst? etc.). Davon wird das Tempo des Prozesses sowie die
519 Art der Interventionen abhängig gemacht, oder? Davon lassen
520 Sie sich auch leiten?
521
522 1:00:04 – 1:01:31 I.: Ja genau. Der beschriebene Prototyp eines Prozesses
523 gleicht einem Modell und wird nicht immer strikt und konsequent
524 in allen Einzelheiten angewendet. Vor allem bei langfristigen
525 Beratungen wende ich dieses Modell gerne an und greife im
526 Prozess auch immer wieder auf Elemente/ Schritte zurück.
527 „Es gibt Dinge, die sich im Prozess verändern können, und jede,
528 wie Grundwerte oder Strategie, die relativ unverändert bleiben.
529 Davon ausgehend messe ich die Entwicklung an der Situation,
530 wie wir sie bearbeiten (S3 taktische Ziele), wie verändert sich die
531 Situation im Rahmen der Werte, der angelegten Wertmaßstäbe
532 und der strategischen Ausrichtung. Es ist auch möglich, dass
533 Strategien aufgegeben und (nach Reflektion) verändert werden.“
534
535 1:01:32 – 1:04:23 Ich denke gerne in Zyklen, in Spiralen. Zunächst „mache ich das
536 ganze Ding als Grundspirale, zum Beispiel bei längerfristiger
537 Teamberatung mache ich den Prozess in Form eines Workshops
538 richtig durch. Dann greife ich darauf zurück – wohlwissend, dass

539 sich bestimmte Sachen schneller ändern können und manche
540 auch weniger schnell.“
541 → Taktische Ziele ändern sich schneller als die Strategie, aber es
542 ist möglich, dass die Strategie nach Bearbeitung/ Erfüllung
543 bestimmter taktischer Ziele nicht länger aufrechterhalten werden
544 kann oder dass sich lang verankerte Glaubenssätze langsam
545 lösen.
546 → Wenn dieser Glaubenssatz nicht mehr da ist, welche
547 Auswirkungen hat das auf das Gesamtbild und wie ändert sich die
548 Sachlage dadurch?
549

550 1:04:24 – 1:06:00 J. & I. im Gespräch: Rückfrage der Sinnhaftigkeit, Aussprache des
551 Dankes und der bildhaften und beispielgeschmückten
552 Erzählungen, Angebot der Nachsorge, falls beim Transkribieren
553 Fragen auftauchen und abschließend Wiederholung zweier
554 prägnanter, kurz zusammengefasster Fragen:
555 **1. Wie *initiiere* Sie *Interventionen* oder *Veränderung*? 2. Was**
556 ***löst* Ihrer Meinung nach *Veränderung* aus?**
557

558 1:06:01 – 1:10:11 I.: Wie initiiere ich Interventionen?
559 Ich initiiere sie gerne narrativ, arbeite sehr stark interessiert und
560 „führe behutsam auf die Ebene, wo ich die Interventionen
561 stattfinden lassen möchte, was eigentlich meistens auf der
562 imaginativen Ebene ist“.
563 Denn der Durchschlag kommt auf der emotionalen Ebene -
564 möglich durch das Verabreichen einer Substanz oder durch
565 Veränderung der „Chemie des Körpers des Klienten/der Klientin
566 dahingehend, indem ich ihn Bilder finden lasse, -nicht meine
567 Bilder, denn meine Bilder wirken weniger gut als ihre Bilder, die
568 dann bei denen eine Hormon-ausschüttung in Form von Energie,
569 Adrenalin oder Oxytozin bewirken.“
570 Auch ist es für mich wichtig, „in der Beratung voll -mit meinen drei
571 Ebenen- drin zu sein“
572 → Steven Gilligan, ein Hypnotherapeut, hat das generative
573 Coaching entwickelt, der sogenannte Trance Dance. Es
574 beschreibt, dass „man mit den Klienten/Klientinnen selber tanzt,
575 und zwar auf den Ebenen“, d.h. ich selbst bringe Geschichten ein
576 und mit meinen Geschichten, die ich erzähle und möglicherweise
577 für passend (mit Werten und Strategien thematisch in Resonanz
578 geht) empfinde, „führe ich sie in gewisser Maßen in ihren eigenen
579 Film hinein.“
580 → Narrativ also oftmals durch viel Authentizität, durch bestimmte
581 motivierende Geschichten führe ich in Interventionen hinein.
582 → erzeugende Resultate meiner Interventionen merke ich
583 besonders im Energieshift der Klienten, d.h. von einer
584 aufmerksamkeitsgerichteten passiven Energie hin zu einer
585 aktiven Energie in Richtung einer „unmittelbaren
586 Handlungsbereitschaft“, die sich durch ein gehobenes
587 Energieniveau signalisiert.

588 → manchmal ist das jedoch in derselben Session nicht erwartbar
589 – „die wichtigsten Zeiten von Beratung oder Coaching liegen
590 oftmals zwischen den Sessions. Wenn dem so ist, und sie über
591 Entwicklungen und neue Sichten erzählen, gibt das bei mir den
592 Energieshift.“
593

594 1:10:12 – 1:10:36 J.: Das knüpft an das an, was mein Vater in seinen
595 therapeutischen Wochenendseminaren sagt: Die Nächte arbeiten
596 für den Therapeuten.
597

598 1:10:37 – 1:13:17 I.: Die Zeiten dazwischen sind das ganz wichtige. Manchmal
599 gebe ich den Leuten auch Aufgaben – aber nur, wenn sie die
600 Bereitschaft schon haben, z.B. Journaling.
601 → Etwas, was ich den Leuten immer gerne ans Herz lege, ist das
602 Training von Selbstwahrnehmung, denn heutzutage v.a. auch
603 durch die erhöhte Virtualität beeinflusst, nehmen wir uns immer
604 weniger selbst wahr und werden dadurch auch leichter zu Opfern
605 von Fremdsteuerung.
606 → Beispiel für Aufgabe zur Selbstwahrnehmung (mentales
607 Training): gedankliche Reflektion des Tages über positive/ gut
608 gelungene und negative, schlecht Erfahrungen und Erlebnisse.
609 Bei schlechten gehe ganz nach dem Leitsatz „nach dem Spiel ist
610 vor dem Spiel“ vor und überlege neu, wie würdest du es anders
611 machen? Simuliere oder „erzähle dir die Geschichte, wie du sie
612 hättest laufen lassen wollen“
613 → Denn „indem ich simuliere und mir erzähle, wie es anders hätte
614 laufen können bzw. wie sie anders sein sollte, gewinnt man auch
615 immer mehr an Neuroplastizität und lernt aus den eigenen
616 erzählten Geschichten, wie man es das nächste Mal machen
617 könnte und so gelingt es einem auch immer besser, sich das
618 nächste Mal auch so zu verhalten, wie man das gerne hätte vs.
619 wie man es auch einmal aus alten Mustern kennt – durch die
620 Simulation.“
621

622 1:13:18 – 1:13:52 J.: *Das heißt, es gibt zwei Punkte, die das **Ende eines***
623 ***Prozesses**, einer Sitzung markieren – einerseits das Zeitfenster,*
624 *andererseits ja, wann stoppen Sie?*
625

626 1:13:53 – 1:19:52 I.: „Ich stoppe nicht, weil ich nicht sagen kann, hat derjenige
627 noch Bedarf oder nicht“. In meiner Ausbildung habe ich gelernt: 6
628 Coachingsessions und 6 Monate später eine Feedbackereinheit.
629 Meine Feststellung aber ist: das Entscheidende ist, ein gutes
630 Vertrauensverhältnis aufzubauen (Vertrauen, bzw. die emotionale
631 Intelligenz ist das Gold des 21. Jahrhunderts für mich – nicht
632 Daten)
633 → Wir brauchen zukünftig mehr emotionale Intelligenz statt
634 künstlicher Intelligenz, weil „wir uns immer mehr von uns selbst
635 entfremden durch Normen, die uns andere vorgeben, durch die
636 Virtualität“ (Beispiel: junge Mädchen – Instagram → Selbstmord,

637 weil sie nicht das kriegen, was sie suchen: Anerkennung – ein
638 Shitstorm genügt)

639 → durch Vertrauen „Lebensbeziehung“ zwischen Beratenden und
640 Coach/BeraterIn: im Prozess Aufbau einer Beziehung, denn „Ich
641 weiß nicht, wann wir fertig sind und wenn wir fertig sind, dann
642 kommt das Nächste und dann bin ich halt ein Begleiter. Und wann
643 immer ich das kann, wenn es mir wirklich daran gelegen ist, mit
644 den Leuten eine gute Beziehung aufzubauen, dann ist eine
645 Beziehung auch etwas -das kann man dann auch nicht mehr
646 einfach beenden, sondern das ist dann etwas, das ist ein großes
647 Esset- das ist eine große Ressource. Die sollte man dann nicht -
648 wenn es nicht nötig ist- zeitlich begrenzen.“

649 → Beispiel: unser Prozess (Anmerkung: meine Beziehung zum
650 Interviewpartner) – Arbeit in Vertrauenswahrung

651 → eine weitere Geschichte: beim Thema Werte und Strategien
652 eignen sich meiner Meinung nach auch provozierende Fragen gut
653 – Anführung eines Beispiels zum Thema „Erfolg – Was bedeutet
654 Erfolg?“

655

656 1:19:53 – 1:22:38 Beispiel einer eigenen Antwort auf die Frage „Was ist Erfolg?“ im
657 Rahmen eines Circle (Working out loud): Aufgabe war, ein Ziel für
658 die nächsten 12 Wochen festzulegen. Ich „mutig genug, auch aus
659 der Reihe zu tanzen und hab gesagt: Wisst ihr was, ich hab‘
660 keins.“

661 → mein Wunsch war nicht, ein Ziel in 12 Wochen zu erreichen,
662 sondern ich möchte ein „Metaziel haben, dass es mir immer
663 besser gelingt, genau in dem Moment, in dem ich was machen
664 muss, hinterher sagen zu können – ja, das war gut. Also nicht
665 nach Vorne, sondern im Moment etwas zu machen, wo ich sage
666 – Ja, das war gut. Und dazu brauche ich einfach mehr Präsenz,
667 also mehr awareness in the moment. Das will ich trainieren. Das
668 hab‘ ich auch gemacht. Und damit bin ich eigentlich nicht
669 erfolgreich am Ende eines Weges – so nach dem Motto, Hurra –
670 wir haben den Berg erklommen, sondern ich habe, der
671 Haupterfolg liegt in jedem Schritt auf dem Weg. Also die
672 Wanderung ist das Ziel, der Weg ist das Ziel und nicht der Gipfel
673 oder Hawai“ etc.

674 → es ist wichtig, das zu hinterfragen: Was verstehen sie? Denn in
675 unserer VUCA Welt – in der Welt von Volarität und Unsicherheit
676 und Komplexität und Ambivalenz sind viele Ziele, wenn wir sie
677 gestellt haben, nicht mehr erreichbar.

678 → Was ist Erfolg, Vision, Leitbild?

679

680 1:22:39 – 1:25:37 J.: Vielen Dank für das Gespräch, die Geschichten und
681 Beispiele. Ich lerne viel beim Zuhören. Dann folgt ein kurzes
682 abschließendes Gespräch von J. und I.
683
684
685

686 **Interview I2**

687

688 00:00 – 04:57

Überprüfen der Aufnahme; Kennenlernen;

689

690

J.: **Methoden und Wirkweise** – was ist der **Kern, warum?**

691

692

I.: Meine bevorzugte Methode ist das Neuroimaginative Gestalten (NiG), aber zunächst würde ich gerne auf wichtige Grundlagen eingehen.

693

694

Eines der wichtigsten Pfeiler: NiG Brückenbau = Möglichkeit systemisch konstruktivistisch, als auch systemisch phänomenologisch zu arbeiten

695

696

697

→ Ausführungen dazu: Bild eines systemischen Flusses: Ufer – einer Seite konstruktivistische andere phänomenologische Vorgehen, beide durch Brücke verbunden, NiG ermöglicht das Hin- und Hergehen dazwischen – je nach Anliegen des Klienten oder je nach der Veränderung des Anliegens des Klienten.

699

700

701

702

→ Oft ist es so, dass sich das Thema auf ein momentanes Lebensproblem bezieht. Zuerst ist es möglich konstruktivistisch zu arbeiten, jedoch stößt man dann auf ein Hindernis und es macht Sinn auch phänomenologisch das Problem anzuschauen.

703

704

705

706

→ In der Arbeit mit NiG ist es daher möglich, zwischen den beiden (systemisch-konstruktivistisch und systemisch-phänomenologisch) hin- und herzuwechseln, was eine besondere oder große Stärke der Methode ist.

707

708

709

710

→ Beispiele: Entscheidungsfragen, Zielsuche, ...

711

712

Bezug auf Eva (Madelung): Sie vertritt die Grundannahme des „existentiellen Paradoxon“ = alle haben Grundbedürfnis nach Autonomie und Bindung – beides in uns drin – kann sich auch gegenüberstehen.

713

714

715

Beispiel: Familie → Ich möchte im Familiensystem bleiben (es hält mich fest), auf der anderen Seite Bestreben nach Autonomie/eigener Entwicklung. Beides möchte gesehen und gelebt werden, daher der Begriff des „existentiellen Paradox“.

716

717

718

719

720

721 04:58 – 05:03

Nachfrage nach Sinnhaftigkeit

722

723 05:04 – 05:21

J.: bejaht. Bestätigt Aussagen und vergleicht es mit dem Kern der Identität und dem Gefallen wollen/Gerecht werden wollen der Eltern

724

725

726

727 05:22 – 06:18

I.: bestätigt Aussage und ergänzt unbewusste Bindungen in Familie

728

729

→ erst Sichtbarmachung durch phänomenologische Aufstellungen möglich. Verweist darauf, dass Autonomie und Bindung auch in allen Ansätzen der Psychologie vorkommen, aber nicht auf die spezifische Weise, wie wir als Systemiker es machen.

730

731

732

733

→ Verweist auf weitere Grundpfeiler

734

735		
736	06:19 – 06:35	J.& I.: Besprechung des weiteren Vorgehens
737		
738	06:36 – 08:49	I.: Grundsätzlich ist auch die Klientenzentrierung, d.h. die Deutungshoheit bleibt beim Klienten, wird sehr ernst genommen
739		Unterschiede beim phänomenologischen und konstruktivistischen Ansatz: v.a. beim Führungsstil
740		→ im konstruktivistischen Bereich: vorwiegende Arbeit im Pacing: „die Schritte des Klienten mitbegleiten“
741		→ im phänomenologischen Bereich: die Klientenzentrierung bleibt, jedoch mehr Leading, weil „da die unbewussten Verstrickungen manchmal stärker sonst sind, zu stark sind, weil die den Klienten nicht bewusst sind, und dann geht der Wege, die nicht zur Lösung so leicht führen.“
742		weiterer Pfeiler: spontan erstellte Skizzen → werden „als Botschaften des Unbewussten“ gesehen. „Und als Gegenüber dazu die Metaposition, die eher den kognitiven Teil anspricht, also Reflektion und kognitive Einordnung von dem, was wir hier eigentlich machen, mit dieser Aufstellung.“
743		→ Beide miteinander haben „inspirierende Perspektivenwechsel, die zu Wechselwirkungen führen und so einen Wechselwirkungsprozess initiieren“
744		= Meiner Ansicht nach ist das die Wirkungsweise des NiG.
745		
746		
747		
748		
749		
750		
751		
752		
753		
754		
755		
756		
757		
758		
759	08:50 – 09:34	J.: Besprechung des weiteren Vorgehens. <i>Was ist die besondere Wirkungsweise?</i> Bereits gesagt, die Wechselwirkung zwischen kognitiver Reflektion und den Botschaften des Unbewussten. <i>Frage nach weiteren Wirkungsweisen und möglichen Stolpersteinen.</i>
760		
761		
762		
763		
764		
765	09:35 – 11:15	I.: Geht zunächst auf Wirkungen ein. Körper spielt riesige Rolle. Ganzheitliches Erleben auf den Blättern und das in verschiedenen Positionen, bzw. die verschiedenen Rollen der Blätter (Anmerk.: gemalte Blätter des Klienten) spielt entscheidende Rolle.
766		→ „Es ist ein großer Schritt in Richtung innere Bilder verändern. Innere Bilder sind ja nicht nur visuelle Bilder, es sind auch Fühlbilder und Berührungsbilder, es sind ganzheitliche Bilder.“
767		→ Durch Körpererfahrungen auf den Bildern und in den verschiedenen Rollen können vorhandene innere Bilder und Sichtweisen verändert werden.
768		→ „Dadurch hat der Klient die Chance, innere abgespeicherte Bilder durch neue Erfahrungen zu neuen Bildern zu verändern/ neue Bilder werden integriert.“ Das macht die Arbeit aus.
769		
770		
771		
772		
773		
774		
775		
776		
777		
778		
779		
780	11:16 – 11:34	Verweis auf weitere Wirkungsweisen
781		

782	11:35 – 11: 54	Eine wesentliche Wirkung auf die Klienten durch die Arbeit ist, sie bekommen das Gefühl der Selbstermächtigung und der Handlungsfähigkeit.
783		
784		
785		
786	11:55 – 11:57	J.: Gefühl in die eigene Kraft zurückzufinden
787		
788	11:58 – 13:05	I.: Bestätigt und führt weiter aus. Wiederholung der Klientenzentrierung und des Hin- und Hergehens zwischen den Blättern als wichtige Bausteine für den Perspektivenwechsel, das Gefühl der Beweglichkeit wird erfahrbar, man kann andere Sichtweise einnehmen und gewinnt Handlungsfähigkeit zurück.
789		
790		
791		
792		
793		Beispiel: traumatisierte Klienten sind in Erstarrung, ihr inneres Körperbild ist Starre
794		
795		→ durch Hin- und Hergehen (B.: verweist auf therapeutische Traumaarbeit und Integration dieser) und der Ermunterung Impulsen zu folgen, ist es möglich, aus der Starre herauszugehen.
796		
797		
798		
799	13:06 - 13:24	J.: Bewegung wieder zu spüren = aktiv in Veränderung gehen
800		
801	13:25 – 13:59	B.: Selbstermächtigung, Handlungsfähigkeit und rein körperlich geben die Füße dem Stammhirn das Signal: wir können laufen, wir können fliehen. Dies wird als wichtiger Impuls gesehen.
802		
803		
804		
805		
806	14:00 – 14:10	J.: <i>Nachfrage nach weiteren Aspekten der Wirkweise</i>
807		
808	14:11 – 16:08	I.: Bejaht. Selbstfürsorge als ein großes Thema.
809		„Viele Klienten haben das verlernt oder aufgrund einer phänomenologischen Verstrickung der Familie dies nicht wirklich gelernt haben.“
810		
811		
812		→ Selbstfürsorge kann auf Metaposition sehr gut thematisiert werden: „Klient wird durch Begleitung angeleitet sich selber Ratschläge zu geben. Das ist der Abschluss, hier kann Wirkung gut abgelesen werden, im Abschlussblick der Metaposition. Da kommt Selbstfürsorge zum Tragen.“
813		
814		
815		
816		
817		Beispiel von Klientin: aus der Perspektive der Metaposition „Also ich würde ihr empfehlen, mal vor ihrem Mann zu gehen. Was ganz Einfaches. Aber in dem Fall, wollte das entdeckt werden. Es war ihr nicht bewusst.“– auf gemaltem Bild ging sie hinter ihm, ohne dies zu bemerken. Problem: Mann krebserkrank und Beziehungsmodell nicht mehr funktionsfähig.
818		
819		
820		
821		
822		
823		→ Metaposition kann für Ratschläge und kleine Interventionen nützlich sein
824		
825		
826	16:09 – 16:30	J.: bejaht Sinnhaftigkeit des Gesagten. Selbstgegebene Ratschläge des Klienten ist im Spektrum ihrer Wahrnehmung und Möglichkeiten leichter anzunehmen und umzusetzen.
827		
828		
829		

830	16:31 – 16:43	I.: ergänzt: ... oder erweiterte Wahrnehmung. Im Prozess
831		soll sich Wahrnehmung im besten Fall erweitert haben und „die
832		Metaposition bezieht sich auf die erweiterte Wahrnehmung“.
833		
834	16:44 – 16:51	J.: Vorgegebene Lösungen sind wenig/nicht sinnvoll.
835		
836	16:52 – 17:24	I.: bestätigt und führt aus: In der Begleitung besteht die
837		Wichtigkeit darin, die entsprechenden Fragen zu stellen, um zu
838		Lösungen/ Veränderungen zu kommen.
839		→ Metaposition besitzt jedoch große Freiheit – auch zum Veto.
840		
841	17:25 – 17:34	J.: Das sind geführte Wege zur Lösung/Veränderung.
842		
843	17:35 – 18:45	I.: Eine weitere starke Wirkweise hat die Externalisierung der
844		inneren Bilder durch die Skizzen. Die Wirkung wird oft im Körper/
845		bzw. in Körperreaktionen darauf beobachtet (z.B. durch
846		Durchatmen wahrnehmbar).
847		→ Inneres Bild verändert sich durch die Wahrnehmung der Skizze
848		an einem anderen Ort.
849		→ Beispiel für anschließenden Prozess: Mutter wird als Drohbild
850		wahrgenommen bzw. skizziert, dieses Bild wird erstmal aus dem
851		Körper externalisiert „raus aus dem Körper“ und durch Auslegen
852		im Raum kann Abstand dazu und Sicherheit gewonnen werden.
853		Annäherungsversuche sind dann möglich. Dadurch kann Wirkung
854		erzielt werden – alles in einem geschützten Raum.
855		
856	18:46 – 19:10	J.: Besprechung des weiteren Vorgehens. Gibt I. die
857		Möglichkeit zu entscheiden, welches Thema als nächstes
858		besprochen wird.
859		
860	19:11 – 23:12	I.: Methodeneinsatz v.a. im Einzelsetting.
861		Mögliche/erlebte Grenzen bei großen kollektiven Themen ist das
862		Einzelsetting
863		→ große Themen sind besser in Gruppeneinstellungen zu
864		bearbeiten. Begründung: Komplexität mit Aufzeichnungen oft
865		nicht klar darstellbar (zu viele Blätter → Unübersichtlichkeit)
866		Beispiel: Familiengeheimnis, kollektive Thematik, zu viele
867		Familienmitglieder im System etc.
868		
869		Geht nun zu Stolpersteinen und Risiken über.
870		Ein Risiko in der psychotherapeutischen Arbeit sind die
871		getriggerten Traumata. Die Leute kommen mit Traumata, die dem
872		Berater vorher nicht bewusst sind (Beispiel: Aussehen/Stimme
873		des Therapeuten triggert den Klienten).
874		→ Therapeut kann unbewusst Traumata antriggern, kann aber
875		auch „Chance sein, damit zu arbeiten, sobald sie bewusst
876		werden.“
877		→ Unbewusste Traumata können zu Widerstand beim Klienten
878		führen. → Beispiel für weiteren Stolperstein: Klienten empfinden

879 es als „sehr ungewöhnliches Verfahren“ oder Männer behaupten
880 oft mal, dass sie nicht zeichnen können.
881 → wird nicht als großer Stolperstein angesehen
882 → Weiteres Beispiel: Rechtsanwalt – möchte viele Sitzungen
883 nicht malen. I. bittet in späterer Sitzung, ob er nicht wenigstens
884 einen Strich machen kann. Daraufhin zeichnet er diesen. Im
885 weiteren Gespräch zeichnet sich ab, dass der einzelne Strich mit
886 seinem Thema „neue Wohnung“ verknüpfbar ist und im weiteren
887 Beratungsgespräch ergab sich daraus eine Palme, die er für
888 seine neue Wohnung nun kaufen möchte. Big smile!
889 → Risiken sehe ich in den verborgenen Traumatriggern.
890

891 23:13 – 23:32 J.: Jeder Ansatz birgt die Gefahr, dass einem Traumatrigger
892 begegnen können. Bewusstsein dafür ist wichtig.
893

894 23:33 – 24:10 I.: Umgang damit ist mit Handwerkszeug möglich. Bestes
895 dafür ist zum einen die „Beobachtung des Körpers und die
896 Metaposition. Letztere ist von Anfang an als neutrale und sichere
897 Position deklariert. Dorthin kann Klient/in jederzeit zurückkehren“
898 und Sicherheit geben, sonst ist Veränderung nötig.
899

900 24:11 – 24:23 J.: Für wen ist das NiG **geeignet**, welche **Einsatzgebiete** gibt
901 es?
902

903 24:24 – 25:17 I.: Einsatz und Anwendung sowohl für Familien, Paare,
904 Einzelne, aber auch im beruflichen Bereich, zum Beispiel mit
905 Teams oder bei beruflichen Problemen möglich. In diesem
906 Kontext kann das Setting verändert werden (statt Skizzen/Bildern
907 bunte Filze – bekommt sofort einen anderen Anstrich)
908

909 25:18 – 26:02 J. und I.: Austausch über die Übertragung der Methode in das
910 Online-Format während der Gesundheitskrise und die
911 Erfahrungen damit
912 → I.: Ja, das hat meine Kollegin gemacht. „Ich bin fasziniert, wie
913 es funktioniert. Ich mag es nicht, aber ich find's gut.“
914 → J.: kurze Schilderung der Selbsterfahrung der Methode im
915 virtuellen Setting
916

917 26:03 – 26:52 Zu dem Stichwort „mit der Zeit gehen“ berichtet I. darüber, dass
918 sie die Leitung des NiG Instituts an ihre Kollegin abgeben wird.
919 Zwei Gründe hierfür sind der 70. Geburtstag sowie „dass sie
920 (Anmerkung: die Kollegin) am Puls der Zeit ist und ich nicht mehr.“
921 → Ein Online Auftritt mit Onlinetrainings und Lernvideos, bzw.
922 eine Onlinelernplattform wird zunehmend benötigt und ist
923 zukunftsweisend.
924

925 26:55 – 27:11 J.: Auf welchen **Schulen** stützt das NiG? Bereits genannt
926 wurde das systemisch-konstruktivistische Haus, sowie das
927 systemisch-phänomene-nologische Haus, und weitere?

928

929 27:12 – 28:52 I.: Das NiG basiert auf vielen Schulen, die auch in der
930 Weiterbildung ausführlich thematisiert werden.

931 1. die Hypnotherapie von Milton Erickson – „von ihm stammt auch
932 der Ausdruck ‚die Weisheit des Unbewussten‘, mit der wir ja
933 arbeiten“

934 2. die systemische Familientherapie: in Deutschland Helm
935 Stierlin, in den USA die Palo-Alto Gruppe am Mental Research
936 Institute

937 3. das NLP – auch eine konstruktivistische Methode, aus der auch
938 die Metaposition stammt

939 4. die Brief Family Therapy von Steve de Shazer – davon ist viel
940 enthalten, zum Beispiel auch seine Wunderfrage „und sehr gute
941 Tools hat der gehabt, da haben wir viel auch übernommen“

942 5. Bert Hellinger mit seinem phänomenologischen Ansatz

943 6. durch mich die Traumatherapie

944 7. die Kunsttherapie

945 8. die Körpertherapie

946 → die Methode enthält viele verschiedene Elemente und „da
947 profitieren wir sehr von unseren Vorgängern“

948

949 28:53 – 29:28 J.: Das ist möglich, denn es erreicht, führt oder spricht den
950 Körper, bzw. das Individuum dadurch auf vielen verschiedenen
951 Ebenen an.

952

953 29:29 – 30:00 J.: Überleitung zum zweiten Teil des Interviews –
954 *Wie sieht ein **prototypischer Beratungsprozess** aus?*

955

956 30:01 – 34:39 I.: Den telefonischen Erstkontakt verwende ich
957 hauptsächlich zur Klärung „passt es für mich und meine
958 Arbeitsweise“ und gleichzeitig beginnt hier der Rapport – die
959 Beziehung zum Klienten; denn „was er da hört, diese Einstellung
960 bringt er mit, wenn er sich da gut aufgehoben fühlt, denn
961 Sicherheit ist ja eine der obersten Prioritäten“ und der Klang der
962 Stimme. Den Erstkontakt halte ich sehr kurz – das Sprechen über
963 Details ist später möglich. Mich interessiert nur „ganz grob, wo
964 geht’s lang oder wo möchten Sie (Anmerkung: der Klient/die
965 Klientin) hin“. Das ist so das Erste, wichtig und nicht zu
966 unterschätzen.

967 → Struktur: Im NiG gibt einen strukturierten Ablauf, jedoch ist
968 jederzeit ein Abweichen möglich.

969 → Klärung des Anliegens: „So in der Regel geb‘ ich dem `ne
970 Viertelstunde und nicht mehr“; Menschen, gerade wenn sie neu
971 sind, wollen viel und gerne sprechen. Hier ist es immer wieder „ein
972 Kunststück, sie nicht zu stoppen und sie gleichzeitig dorthin zu
973 führen, wo das Wesentliche liegt. Und ich merke immer wieder,
974 zu viele Informationen ersticken das Wesentliche. Also sehe ich
975 meine Aufgabe darin, immer wieder durch kleine Interventionen
976 zurückzulenken, auf das, wo es wesentlich ist. Also hier, was das

977 Herz bewegt. Und das ist ja auch sichtbar. Also, wenn die Klienten
978 da angekommen sind, dann weiß ich, jetzt sind wir richtig und
979 dann können wir auch mit dieser Phase des Anliegenklärens
980 aufhören. Das merkt man, oft haben sie Tränen in den Augen oder
981 sie werden die Mimik verändert sich deutlich, wo sie vorher
982 unruhig waren, werden sie ruhig, das Aufatmen, da gibt's mehrere
983 so körperliche Anzeichen, die mir zeigen, ja da ist es, wo das
984 Wesentliche liegt.“

985

986 J.: Es geht dir vor allem darum, den Körper zu beobachten
987 und durch gezielte kleine Interventionen / Fragen, Veränderungen
988 im Körper wahrzunehmen.

989

990 I.: bejaht und fügt hinzu, „daran kann ich es gut sehen, wenn
991 wir angekommen sind. Ansonsten geht es wirklich darum, den
992 Klienten nicht zu stoppen, aber ihn immer wieder zu ermuntern
993 zum Wesentlichen zurückzukehren.“

994

995 34:40 – 40:47 → beim Erstkontakt mit einer Person: Verbindung der
996 Anliegenklärung mit Aufzeichnen eines Stammbaums –
997 Genogramm-Arbeit. Am Anfang wirkt das unterstützend → wenn
998 es manchmal „ganz besonders verzwickelt ist, nehme ich auch eine
999 ganze Settingstunde nur dafür.“; Anführen eines Beispiels und
1000 Erklärung, dass der Stammbaum auch dazu dient, einen
1001 Überblick über die Geschichte und persönlichen Hintergründe zu
1002 bekommen; Erstellung des Genogramms auf meine Art und für
1003 meinen Blick „Wo sind die Knackpunkte, wo müssen wir evtl.
1004 hinschauen?“

1005 → nächste Schritt nach Verständigung über das Anliegen und des
1006 Angebots der NiG Methode: Erstellung der Skizzen und Erklärung
1007 der nicht-dominanten Hand, warum diese verwendet wird; dieser
1008 Schritt geschieht schweigend, „da sind ja die Klienten ganz bei
1009 sich und erstellen die Bilder“

1010 → gemeinsames, kurzes Anschauen der Bilder für einen ersten
1011 Eindruck: „nur so einen ersten Blicken draufwerfen. Ah ja, hier ist
1012 ja lauter rot und da ist alles schwarz – hm ja, das ist ja ganz schön
1013 unterschiedlich.“

1014 → Auslegen der Skizzen „nach der eigenen Psychogeografie, die
1015 ja sehr präzise ist. Also auch ein neuer Klient weiß sehr genau,
1016 wo er die Blätter platzieren will. Absolut, es geht da um
1017 Zentimeter; es ist wie beim Aufstellen in der Gruppe auch.“ –
1018 verbunden mit einem inneren Bild: „indem ich die auslege, gebe
1019 ich mein inneres Bild, wie es im Moment ist, nach außen. Also ich
1020 zeige es nach außen, möglicherweise ist da aber auch schon ein
1021 Tick drinnen 'Ne', also das will ich jetzt nicht mehr, dem da auf
1022 der Pelle hocken. Nene, also ich tu den jetzt mal zur Seite oder
1023 mich zur Seite`, - das kann da auch schon losgehen; wir sind da
1024 im Prozess.“

1025 → Ausführung zur eigenen Psychogeografie: Sie drückt sich aus.
1026 „Wir haben eine eigene Vorstellung, wie wir zueinander stehen in
1027 der Familie.“; Umsetzung in Entfernungen oder Blickrichtungen
1028
1029 J.: Der Außenblick, bzw. die externalisierte Darstellung durch
1030 die Bilder kann schonmal etwas bewirken, oder?
1031
1032 I.: Ja und „die Wirkung wird verstärkt durch die Installation
1033 der Metaposition. Da gehen wir ein bisschen ins Leading, weil es
1034 da ja darum geht, dass die Metaposition weit genug entfernt ist.
1035 Also Distanz – äußere Distanz ermöglicht innere Distanz. Und der
1036 Klient/die Klientin hat oftmals die Tendenz, da möglichst nah
1037 hinzurucken, zu den ausgelegten Bildern, um auch alles genau zu
1038 sehen. Und da ist es wichtig, dass wir ich dann als Therapeutin
1039 das erkläre, warum es viel viel besser ist, wenn diese weise alte
1040 Frau ganz da hinten in der Ecke steht, weil sie dann nämlich
1041 vielleicht steht sie gerade auch in ihrem Haus oder guckt aus
1042 ihrem Haus, das oben am Berg steht, da runter und da hat sie viel
1043 mehr im Blick.“ – hier (die Position der Metaposition) bleibt es
1044 klientenzentriert, aber mit einem klaren Leading
1045 → Externalisierung bewirkt Reflektion und eine Art Distanzierung,
1046 welche durch die Metaposition verstärkt wird
1047
1048 40:48 – 44:49 → 1. Schritt: Metaposition liegt und Klient stellt sich direkt darauf;
1049 „Bilder sind da noch nicht betreten, weil wir wissen ja nicht, was
1050 für eine Sprengkraft da drin‘ ist. Und deswegen fange ich gerne,
1051 am allerliebsten, mit der Metaposition an, weil das ist ein sicherer
1052 Hafen. Die weise alte Frau kann, ohne jetzt gleich in den nächsten
1053 Trigger mit Papa reinzufallen, das ganz von außen beschreiben,
1054 was sie da sieht.“ – hier zeigt sich wieder der Faktor Sicherheit,
1055 der für die Wirkweise der Arbeit eine große Rolle spielt, „denn,
1056 wenn ich unsicher bin und Angst habe, ist Veränderung zu
1057 gefährlich oder scheint -sagen wir es so.“; hier entsteht ein erster
1058 Überblick über das Ganze und auch auf der kognitiven Ebene wird
1059 hier schon ziemlich viel auf der kognitiven Ebene klar: das
1060 Wahrnehmen von Unterschieden, aber auch von
1061 Gemeinsamkeiten, Eingehen auf Distanzen und Entfernungen,
1062 auf Blickrichtungen
1063 → so wird der Klient auf eine sichere Weise zu einer „distanzierten
1064 Betrachtung“ geführt
1065 → 2. Schritt: Betreten der Skizzen: „die werden dann Stück für
1066 Stück betreten und Körper, Körper, Körper“ – ähnlich zu den
1067 Aufstellungen in einer Gruppe; Abfrage der
1068 Körperwahrnehmungen mittels eines Fragenkatalogs nach 4,
1069 manchmal 5 Standards, „die jeder beantworten kann – egal ob
1070 das jetzt der Manager ist oder ein fünfjähriges Kind.“: Wo schaust
1071 du hin? Wie ist dein Stand? Wie ist deine Haltung? Wie ist dein
1072 Atem? → auch ein hilfreiches Tool für Leute, die sich mit
1073 Emotionen erstmal nicht so leicht tun.

1074 → Prozess: Hin- und Hergehen zwischen den Skizzen, diese
1075 auch zu verlegen, dem Nachgehen von Impulsen bis in den
1076 Prozess der Lösungsfindung hinein, aber „immer wieder
1077 unterbrochen von Metapositionsbeiträgen, die sagt, gerade auch,
1078 wenn es schwierig wird, was weiß ich die Tochter sagt 'Ne, also
1079 zu dem Vater kann ich schlechweg nicht hingehen. Das geht
1080 nicht', und dann würde ich sagen 'Metaposition, mal schauen,
1081 was die weise alte Frau dazu sagt.'- und die hat dann vielleicht
1082 die Idee, jemanden dazuzustellen, der ihr helfen kann, der ihr
1083 Sicherheit geben kann, also Ressourcenvorschläge. Sowas geht
1084 immer sehr gut von Meta, um den Prozess praktisch
1085 aufzuweichen.“
1086

1087 44:50 – 46:25 J.: Der Wechsel zwischen Meta und Skizzen ermöglicht
1088 immer wieder einen Außenblick, das Draußen-Sein und „sich
1089 nicht im Drinnen zu verlieren“, was gefühlt sehr anstrengend sein
1090 kann.
1091

1092 I.: Bejaht und bestätigt das. „Und da haben wir eben die
1093 Wechselwirkung der Perspektiven – diese neutrale Metaposition
1094 und diese, wir nennen sie die, assoziierte Position, wo es um
1095 Körperreaktion und emotionale Reaktion geht.
1096 → der nächste, vorletzte Punkt ist die letzte Empfehlung der
1097 Metaposition: „Meta hat eine gute Empfehlung, einen guten
1098 Ratschlag, was diese Person jetzt als nächsten Schritt tun
1099 könnte.“
1100

1101 J.: Das bedeutet: Rahmen des Prozesses, bzw. Beginn und
1102 Ende jeweils mit der Metaposition?
1103

1104 I.: Ja. Die Metaposition „ist ein ganz wertvolles Tool in der
1105 Arbeit und hat auch, wie ich finde, eine Wirkungsverstärkung –
1106 durch diesen sicheren Raum und auch durch die kognitive
1107 Durchdringung, was da passiert.
1108 → Prozess endet mit einem Abschlussgespräch.
1109 → Hinweis eines idealen Ablaufes, der häufig auch so in der
1110 Praxis stattfindet.
1111

1112 46:26 – 49:08 J.: Wie ist es, wenn es mehrere Sitzungen braucht? *Das
1113 Zeitfenster spielt eine Rolle, aber wo und wie kriege ich einen
1114 guten **Stopp** für den Moment hin, um den Klienten/die Klientin gut
1115 heimgehen zu lassen?*
1116

1117 I.: Ganz wichtig. Auch hier ist wiederum die Metaposition
1118 eine wichtige Technik, „der man erklären kann, also ich führ ja da,
1119 ich nenne mich immer die Assistentin der Metaposition und ich
1120 frag' dann da 'Jetzt ist die Zeit rum, was machen wir denn jetzt?
1121 Was braucht die Person noch?“

1122 → eine gute Sache ist immer Ressourcen zu finden, zu zeichnen
1123 und „oft kommen da auch sehr unerwartete, überraschende
1124 Lösungen von Meta ´also die Frau Soundso, die muss jetzt noch,
1125 oder sollte jetzt noch“
1126
1127 J.: Also das Mitgeben von Zwischentipps, Zwischenaufgaben
1128 oder auch schon ressourcenorientiert Richtung Lösung
1129
1130 I.: Ja richtig. Aber auch Verhaltensweisen oder das Einholen
1131 von Informationen und Fakten, z.B. über das Familiensystem, was
1132 oft bei Aufstellungen eine Rolle spielt. Auch das sind mögliche
1133 Abschlüsse, aber „auf jeden Fall lassen wir natürlich niemanden
1134 heulend rausgehen.“
1135
1136 49:09 – 50:09 J.: *Gibt es neben der Wunderfrage weitere **Interventionen**,*
1137 *Fragetechniken, die du gerne verwendest und für den Prozess*
1138 *wichtig sind?*
1139
1140 50:10 – 51:49 I.: Zirkuläre Fragen im konstruktivistischen Sinn spielen
1141 immer eine große Rolle. Auch an Metaposition gerichtete Fragen
1142 sind eine Form des zirkulären Fragens → Verwendung v.a., um
1143 herauszufinden, wie die Person – auf Kenntnis der Person selber
1144 (Anmerkung: sprich die Klientin selbst) darauf reagieren würde
1145 und welche Vorschläge sie möglicherweise benötigt; auch
1146 möglich ist es rückzufragen, ob etwas eine Handlungsoption für
1147 den/die Klient(in) wäre, denn „die weise alte Frau weiß genau, wo
1148 die Grenzen sind und was Frau B machen würde und was Frau B
1149 nicht machen wird“
1150 → mögliche Formen von Zirkulären Fragen, die viel zum Einsatz
1151 kommen
1152
1153 51:50 – 52:59 J.: Übergang zu Fragekategorie III: „Letztlich hilft das NiG
1154 auch, Veränderungen in Sichtweisen und inneren Bildern
1155 hervorzurufen, ans Licht zu bringen oder ins Bewusstsein zu
1156 rücken. *Was würdest du sagen, **löst Veränderung aus?***
1157
1158 53:00 – 54:40 I.: Meiner Meinung nach sind es viele Momente, „es ist ein
1159 Mosaik“
1160 → vieles davon haben wir schon angesprochen, wie: die
1161 Beziehung des Therapeuten und Klienten (das macht 50% aus);
1162 das Gefühl von Sicherheit, ohne das ein Prozess nicht möglich
1163 ist; „wenn das nicht hinhaut, muss ich mehr kaspern und hab‘
1164 weniger Erfolg.“;
1165 weitere Faktoren: Veränderung der inneren Bilder, die
1166 Externalisierung der inneren Bilder; das Aufstellungsgeschehen
1167 mit den Perspektiven-wechsel; Einbezug der Metaposition mit
1168 ihrer neutralen Perspektive, das wiederum „die Empfindung auf
1169 den Blättern verändert, sie hat ja was zu sagen und das verändert
1170 wiederum den nächsten Besuch auf der Vaterrolle, wo der Vater

1171 plötzlich andere Dinge sagt, bloß weil Metaposition auf etwas
1172 hingewiesen hat.“
1173 → „Ich sehe das wirklich als ein multifaktorielles Geschehen.“
1174
1175 54:41 – 55:00 J.: *Du würdest das also als ein Prozess von*
1176 *Miniveränderungen beschreiben, die dann im Ganzen eine*
1177 *Veränderung in Perspektive, Wahrnehmung auslösen?*
1178
1179 55:01 – 57:33 I.: Ja, auch im Befinden und „für den Klienten sieht es schon
1180 manchmal so aus, als sei genau dieser Satz und das gibt es oft
1181 auch ´Ah ja, das war jetzt der lösende Satz, wie wir es von Bert
1182 Hellinger ja auch kennen, wo das dann platzt, wo es ja, jetzt ist es
1183 da oder sichtbar wird. Aber aus meiner Sicht ist es wohl
1184 vorbereitet durch das Ganze.“
1185 → Denn der gleiche Satz kann für den nächsten Klienten keine
1186 besondere Wirkung haben.
1187 → Veränderung können an bestimmten Körperreaktionen
1188 festgemacht werden: zum Beispiel, ein Aufatmen, Veränderung
1189 der Gesichtsfarbe, des Gesichtsausdruckes, ein Leuchten der
1190 Augen, etc.
1191 → möglich ist aber auch, „dass jemand sagt, ich muss das jetzt
1192 erstmal alles auf mich wirken lassen, wo man dann meinen
1193 könnte, das ist ja jetzt nicht so toll gewesen und in der nächsten
1194 Stunde hat genau diese Person das gebraucht, diese zeitliche
1195 Distanz, um das alles zu sortieren und sagt: ´Woa, das war jetzt
1196 wirklich was, was ich erst im Nachhinein verstanden hab`“.
1197 → meine Ausgangslage und Erfahrung ist: „es gibt
1198 Gemeinsamkeiten von Reaktionen von Klienten und trotzdem ist
1199 jeder ganz unterschiedlich und braucht seine eigene Zeit, sein
1200 eigenes Tempo und seinen eigenen Zugang zur Lösung.“
1201
1202 57:34 – 58:21 J.: Herzlichen Dank für das Interview, Hinweis darauf, dass
1203 sehr viel schon genannt wurde und Öffnung des Raums für
1204 weiteres, was I. gerne noch erzählen würde.
1205
1206 58:22 – 1:00:52 I.: kurz noch zum Schluss
1207 → Dankbarkeit und Respekt für die Methode von Eva Madelung,
1208 die uns von ihr geschenkt wurde und über die Art und Weise, wie
1209 sie uns gelehrt hat, mit Menschen umzugehen.
1210 → Vertretung meinerseits der Methode seit 2003
1211 → Dank auch für das Interview und die Anregung zum
1212 Nachdenken
1213
1214
1215
1216
1217
1218
1219

1220 **Interview I3**

1221

1222 00:00 – 01:20

Aktivierung der Aufnahme; Einverständnis zur Anonymisierung der personenbezogenen Daten; Aussprache des Dankes zur Teilnahme am Interview

1223

1224

1225

1226 01:20 – 01:39

J.: Was ist der **Kern** deiner bevorzugten **Methode**, **warum**?

1227

1228 01:40 – 05:01

I.: Der Kern ist die Imaginationsarbeit, basierend auf der tiefenpsychologisch orientierten Methode der Katathym-Imaginativen Psychotherapie (KIP), die von Hans Carl Leuner begründet wurde und inzwischen weite Verbreitung gefunden hat.
→ Kern: fast alle sind in der Lage zu Imaginationen / Vorstellungen / der Entwicklung innerer Bilder oder eines inneren Films zu etwas, ähnlich zu einem Traum

1229

1230

1231

1232

1233

1234

1235

1236

1237

1238

1239

1240

1241

1242

1243

1244

1245

1246

1247

1248

1249

1250

1251

1252

1253

1254

1255 05:02 – 05:12

J.: Auf welchen **Schulen** stützt diese Methode?

1256

1257 05:13 – 06:26

I.: Die KIP ist eine von Hans Carl Leuner stammende anerkannte Psychotherapiemethode, die tiefenpsychologisch fundiert ist und von Ullmann und weiteren fortgeführt wurde.

1258

1259

1260

1261 06:27 – 06:37

J.: Wie, in welchem **Setting** und mit welchem Klientel arbeitest du bevorzugt, und **warum**?

1262

1263

1264 06:38 – 09:18

I.: Zunächst das Warum der Anwendung, bzw. Wirksamkeit: „Aus jahrzehntelanger Erfahrung kann ich erkennen, dass diese Methode recht wirksam ist. Einmal als ressourcenorientierte, als stärkende Methode, die dem Klienten momentan oder bisher nicht

1265

1266

1267

1268		zur Verfügung stehenden Kräfte können über die Imagination
1269		quasi spielerisch nutzbar gemacht werden.“
1270		→ auch eine Verwendung in der Traumatherapie möglich: Luise
1271		Reddemann als eine Pionierin in diesem Gebiet, z.B. den
1272		sicheren Wohlfühlraum und andere stärkende Motive in der
1273		Traumatherapie
1274		→ „Ich nutze sie aber auch diese Methode, wenn es, und da
1275		haben wir einen Verknüpfungspunkt zur Verhaltenstherapie, zum
1276		Beispiel um Ängste oder Einschränkungen im beruflichen Kontext
1277		zu relativieren oder ganz zu lösen. Stichwort Probehandeln, d.h.
1278		in der Imagination setzt sich ein Mitarbeiter mit seinem Chef
1279		auseinander. Es ist quasi ein Probehandeln. Er setzt sich seinen
1280		Ängsten aus in der Imagination, findet in der Imagination aber
1281		auch Wege, sich mit dem Chef konstruktiv auseinanderzusetzen,
1282		machte die Erfahrung von 'Ich schaffe es! Es passiert nichts
1283		Schlimmes!'. (Telefonklingeln im Hintergrund) Er aktiviert
1284		dadurch Fähigkeiten und Kompetenzen, um nach zwei drei
1285		Sitzungen, sich auf die tatsächliche Realsituation einzustellen und
1286		mit seinem Chef ein konstruktives Gespräch mit gutem Ergebnis
1287		zu führen.“
1288		→ auch oft Einsatz in Prüfungscoachings als Beispiel:
1289		Auseinander-setzung mit Prüfungssituationen und
1290		Herausforderungen.
1291		
1292	09:19 – 09:28	<i>J.: Ist ein Einzel- oder ein Gruppensetting besser geeignet, oder gibt es keine Unterschiede?</i>
1293		
1294		
1295	09:29 – 11:23	<i>I.: KIP wird in erster Linie im Einzelsetting eingesetzt, aber auch in Gruppen ist es möglich, z.B. die Gruppenimagination: ein Team unternimmt gemeinsam eine Imagination, eine (Phantasie-)Reise</i>
1296		
1297		
1298		
1299		→ Anführung eines Beispiels und Erläuterung des Settings: ein
1300		Mitarbeiterteam imaginiert jeder für sich ein Schiff; der erste, der
1301		ein inneres Bild dazu bekommt, teilt sein Bild, „die anderen hören
1302		es und imaginieren aufgrund dieser ersten Äußerung und ihrer
1303		eigenen Imaginationen ein nächstes Bild dazu. Es ist ein
1304		lebendiges, fließendes Bild, wie in einem Film.“
1305		→ Ausführung des Beispiels mit möglichen Ideen (Telefonklingeln
1306		im Hintergrund)
1307		→ anhand der Art und Weise, wie das Ganze stattfindet wird
1308		deutlich, welche Psychodynamik in der Gruppe ist und liefert
1309		Rückschlüsse auf Kompetenzen der einzelnen.
1310		
1311	11:24 – 11:33	Unterbrechung, um den Anruf zu beantworten
1312		
1313	11:34 – 11:47	<i>I.: Imagination meist im Einzelsetting, aber auch in Gruppe möglich.</i>
1314		
1315		
1316	11:48 – 11:54	<i>J.: Welche möglichen Themen, Anliegen eignen sich?</i>

1317		
1318	11:55 – 14:58	I.: Es gibt Kontraindikationen, z.B. bei Drogenmissbrauch, psychotischen Zustände (egal ob substanz-induziert oder aufgrund von Gehirnerkrankungen);
1319		
1320		
1321		→ sonst Imaginationen in allen Bereichen menschlicher Problematiken einsetzbar
1322		
1323		→ Beispiel: Skirennläufer, schwerer Unfall, Resultat: durch Imaginationsarbeit wieder aktiv und erfolgreich
1324		
1325		→ auch Einsatz in: Paarbeziehungsproblematiken, Bearbeitung von kindlichen Belastungen, in der Traumatherapie, in der Projekt-entwicklung sowie in beruflichen Kontexten (Beispiel bei Fragen nach Erfolg eines Produkts, Problemen in Abteilungen, Auswahl von Mitarbeitern) möglich, jedoch die persönlich bevorzugte Methode hier wäre: Systemaufstellungen (zweithäufigste verwendete Methode)
1326		
1327		
1328		
1329		
1330		
1331		
1332		→ Kombination der Systemaufstellungen und Imaginationen möglich und für mich persönlich eine „äußerst effiziente Kombination“
1333		
1334		
1335		
1336	14:59 – 15:30	Absprache über weiteres Vorgehen
1337		
1338	15:31 – 15:43	J.: <i>Was ist die besondere Wirkweise von KIP?</i>
1339		
1340	15:44 – 19:42	I.: Äußere und innere Bilder werden vom Gehirn und vom Körper als subjektive Realität wahrgenommen.
1341		
1342		→ in KIP Unterscheidung von 3 Wirkdimensionen möglich:
1343		1. Konfliktdarstellung und Konfliktbearbeitung auf der Symbolebene
1344		
1345		2. Befriedigung archaischer, grundlegender Bedürfnisse
1346		3. Entfaltung von Kreativität und kreativer Problemlösung
1347		→ Arbeit mit dieser Therapiemethode wirkt „Ich-stärkend, denn die Auseinandersetzung und Bewältigung schwieriger Situationen und die damit verbundenen positiven Erfahrungen und Erfolgserlebnisse in der Imagination haben eine beruhigende, seelisch entlastende Wirkung. Der Körper reagiert auf diese Imaginationen und gelangt in die Ruhe und durch das Erleben positiver imaginiertes Ereignisse hat der Klient ein Erfolgserlebnis. Und da können tief liegende Bedürfnisse, die bisher ungestillt waren in der Imagination erfüllt werden. Und das führt im Laufe der Zeit zu einer Ich-Stärkung, also Persönlichkeitsstärkung. Es handelt sich dabei um eine Nachreifung von, um eine Nachreifung der Persönlichkeit, die zum Beispiel in der Kindheit und Jugend nur unzureichend stattgefunden hat.“
1348		
1349		
1350		
1351		
1352		
1353		
1354		
1355		
1356		
1357		
1358		
1359		
1360		→ das bereits erwähnte Probehandeln ist ein „Bezug zum Hier und Jetzt“ und das Nachreifen kindlicher Aspekte nach dem Ego-State-Konzeptes (entspricht einer inneren-Kind-Arbeit) möglich, denn Klienten regredieren häufig – auch therapeutisch gewollt, d.h. sie gehen in der Emotion, in ihrer Empfindungswelt in ein früheres Entwicklungsstadium; auch bei Traumatisierung nach
1361		
1362		
1363		
1364		
1365		

1366		entsprechender Stärkung und Vorbereitung ist es möglich, wieder
1367		„in eine traumatisierende Situation wieder hineingehen, die neu,
1368		aber mit Hilfe erleben lassen und die Erfahrung machen, 'ich bin
1369		nun nicht mehr ohnmächtig und kann mich dem Täter gegenüber
1370		durchsetzen“ → Zurückkommen in eine Selbstermächtigung „Re-
1371		empowerment“
1372		→ auch Einsatz im Rahmen der Krisenintervention in Einzel-,
1373		Paar- oder Familien-therapie und -coaching
1374		
1375	19:43 – 20:53	Schilderung eines Beispiels zur Angstbewältigung eines 9-
1376		jährigen Junges
1377		
1378	20:54 – 20:59	Resultat: Anwendung der Imagination in einer großen Bandbreite
1379		
1380	21:00 – 21:06	<i>J.: Frage nach möglichen Stolpersteinen, Grenzen und</i>
1381		<i>Hürden</i>
1382		
1383	21:07 – 24:04	I.: Grenzen liegen dann vor, wenn die psychische oder
1384		körperliche Fähigkeit herabgesetzt ist, zu imaginieren, z.B. stark
1385		zwangsgestörte Klienten
1386		→ Angst und emotionale Abwehr vor „Überflutung von innerem
1387		Material“ oder das Auftauchen eines „schwarzen Bildschirms“,
1388		dann Rückgreifen auf andere Methoden, wie Gesprächstherapie
1389		sinnvoll
1390		→ das größte Hindernis in der Imaginationsarbeit liegt beim
1391		Therapeuten: Voraussetzung aller Therapieformen ist, „dass der
1392		Therapeut und wenn ich Therapeut sage, meine ich immer alle
1393		Geschlechter, wenig Empathie hat – zu wenig Empathie, dass er
1394		nicht kongruent ist, also nicht authentisch und dass die
1395		wohlwollende Akzeptanz nicht vorhanden ist.“
1396		→ Carl Rogers Therapeuten Variablen sollten als Maßstab für alle
1397		Therapeuten gelten
1398		→ Containing wichtig: „erst wenn der Therapeut aufgrund von
1399		ausgiebiger Selbsterfahrung in der Lage ist, einen sicheren
1400		emotionalen Raum zu halten, in dem der Klient sich fallen lassen
1401		kann, weil er unbewusst spürt, da bin ich geborgen, dieser
1402		Therapeut versteht mich ohne Worte und ich kann loslassen.“
1403		→ dieser sichere Raum ist Voraussetzung für ein tiefes
1404		gelingendes therapeutisches Geschehen
1405		
1406	24:05 – 24:07	J.: Ja, damit steht und fällt eigentlich alles.
1407		
1408	24:08 – 24:21	I.: wiederholt und bekräftigt dies. Deshalb ist wesentlich,
1409		dass Therapeutenausbildungen sehr viel Praxiserfahrungen
1410		enthalten.
1411		
1412	24:22 – 26:06	J. und I.: Austausch über Auswirkungen, Konsequenzen
1413		und Möglichkeiten, wenn der Therapeut eigene Trigger Filter mit
1414		hineinbringt. Dies sollte verhindert werden, oder zumindest ein

1415 Bewusstsein darüber bestehen. Die Aufarbeitung eigener
1416 Baustellen des Therapeuten sind in Super- oder Intervisionen
1417 möglich.
1418 Dies wird als Sicherheit für den Klienten und für den Therapeuten
1419 gesehen, denn wenn der Therapeut damit beschäftigt ist, seine
1420 blinden Flecken und Baustellen zu schützen, kann er nicht
1421 empathisch den sicheren Raum halten, was Klienten spüren. Der
1422 Therapeut ist dann nicht in der Lage, das zu behandeln, worum
1423 es eigentlich geht. Die Folge ist, dass die Prozesse wenig effizient
1424 und oft langwierig werden.
1425
1426 26:07 – 26:35 *J.: Interesse an Systemaufstellungen, daher die Fragen:*
1427 *Was ist der **Kern dieser Methode** und **warum**? In welchem*
1428 ***Setting** wendest du sie an? Auf welchen **Schulen** basieren sie?*
1429 *Und was ist die besondere **Wirkweise**?*
1430
1431 26:36 – 28:43 I.: Es gibt eine Verwandtschaft zwischen Aufstellungs- und
1432 Imaginationsarbeit.
1433 → in beiden Methoden geht es um die „Darstellung von
1434 emotionalen, von inneren Zuständen, von inneren Bildern.“
1435 → Bert Hellinger, Matthias Varga von Kibed als Beispiele für
1436 Vertreter und es gibt viele Vorreiter, die dafür sorgten, dass die
1437 Systemaufstellungen geboren wurde
1438 → Ziel der Aufstellungsarbeit ist, dass „innere Bilder in die äußere
1439 Welt projiziert und durch Menschen oder auch Gegenstände im
1440 Raum dargestellt“ werden.
1441 → Das heißt: „in der Aufstellungsarbeit werden innere,
1442 psychische, auch seelische Kräfte, Wirkfaktoren, zum Beispiel
1443 Vater, Mutter, Großvater, aber auch Werte oder andere
1444 Bewusstseinsfelder, durch Stellvertreter räumlich dargestellt.“
1445 (Telefonklingeln und Bitte um Unterbrechung)
1446
1447 28:44 – 28:51 Anhalten und Stoppen der Aufnahme aufgrund eines
1448 Telefongesprächs
1449
1450 28:52 – 29:58 I.: Das verwandte beider Methoden, Aufstellungsarbeit und
1451 Imagination ist, dass „innere seelische Zustände, systemische
1452 Strukturen, die in uns sind, durch Gegenstände räumlich
1453 dargestellt werden können.“
1454 → mithilfe von Menschen, dann kann mit dem „Phänomen der
1455 stellvertretenden Wahrnehmung berichtet werden über Körper-
1456 empfinden, Emotion und wie sie sich als Stellvertreter eines
1457 inneren Zustandes fühlen und es werden die
1458 Beziehungsqualitäten zwischen den einzelnen Protagonisten
1459 dargestellt.“
1460 → das ist das Phänomen der stellvertretenden Wahrnehmung:
1461 „wenn man es nicht erlebt hat, kann man es sich kaum vorstellen,
1462 aber es funktioniert.“
1463

1464	29:59 – 31:36	→ Einsatz – gleich wie bei Imagination - im familiären, im Coaching und im betrieblichen Kontext
1465		
1466		→ Ziel: Wandel von dysfunktionalen Bindungen in Richtung funktional – durch Würdigung, Akzeptanz, Hineinnehmen von bisher Ausge-schlossenem/ Verdrängtem
1467		
1468		
1469		→ Seitenblick in die Tiefenpsychologie: vorhandene Themen wie Abspaltung, Verdrängung, Widerstand – das „nicht zusammengefügt sein von psychischen Aspekten, die eigentlich zusammengehören.“
1470		
1471		
1472		
1473		→ in (Familien-)Aufstellungen ist das Auflösen von Schatten möglich, „indem sie gesehen und gewürdigt werden.“ So kann der Klient sich wieder „frei entscheiden für die Herausforderungen seines Lebens, vielleicht endlich beziehungs-fähig wird und ein Ja zu bestimmten Aspekten seines Lebens sagen kann.“
1474		
1475		
1476		
1477		
1478		
1479	31:37 – 32:16	„Der Kern der Aufstellungen ist, es werden innere Zustände nach außen in den Raum gebracht, dadurch sichtbar und können nun in einen konstruktiven Dialog und Auseinandersetzung kommen mit dem Ziel, dass mehr Energie im System fließt, dass Frieden einkehrt und sich das ganze System entspannen kann, damit das Leben besser gelingt.“
1480		
1481		
1482		
1483		
1484		
1485		
1486	32:17 – 32:26	<i>J.: Würdest du sagen, dass die stellvertretende Wahrnehmung eins der besonderen Wirkweisen oder Wirksamkeiten dieser Methode ist?</i>
1487		
1488		
1489		
1490	32:27 – 36:54	I.: Ja, es ist eine Voraussetzung für das Funktionieren dieser Arbeit. „Es ist ein unglaubliches Phänomen unserer Psyche, vielleicht über unsere Spiegelneurone, oder andere psychisch-seelische Aspekte, die wir nicht kennen.“
1491		
1492		
1493		
1494		→ es gibt Theorien über das Funktionieren der stellvertretenden Wahrnehmung; Tatsache ist, es funktioniert.
1495		
1496		→ durch das Aufstellen kann man Unordnungen in einem System deutlicher wahrnehmen und Schritte einleiten, damit dieses System wieder besser funktioniert
1497		
1498		
1499		→ es betrifft alle sozialen Strukturen: „Alles, was ich benennen kann, kann ich auch aufstellen.“ – „Alles, was ich benennen kann, kann ich auch imaginieren.“
1500		
1501		
1502		→ Imagination und Aufstellung von abstrakten Themen, Werten und Begriffen ist möglich
1503		
1504		→ eine Verwandtschaft zwischen beiden Methoden: „Bilder aufstellen und Gestalten“
1505		
1506		→ in der Imaginationsarbeit ist es auch möglich, dem Klienten die Aufgabe zu stellen, ein oder zwei Bilder aus der Imagination zu erstellen
1507		
1508		
1509		→ über das Erstellen von Bildern und über die Emotion können heilsame Prozesse stattfinden, die Probleme verdeutlichen und Lösungsmöglichkeiten aufzeigen
1510		
1511		

1512 → Seitenblick auf die Bibliotherapie, d.h. das Empfehlen
1513 bestimmter Bücher für bestimmte Themen
1514

1515 36:54 – 37:51 Aufgrund der häufigen Stellvertreterstätigkeit sage ich:
1516 „Aufstellungsarbeit ist eine der besten Wege, das Bewusstsein zu
1517 entwickeln. Man wird affektiver, schwingungsfähiger, die
1518 Toleranz, aber auch die Resilienz wird verstärkt. Es ist wie ein
1519 Probehandeln - wie man es aus der Verhaltenstherapie kennt – in
1520 einer Rolle und geht nach dem ich aus der Rolle wieder draußen
1521 bin, wieder in den vorherigen Zustand, aber angereichert mit den
1522 Erfahrungen, die ich in dem besonderen Raum der Aufstellungen
1523 erlebt habe. Das ist bereichernd. Das ist bewusstseinsbildend.“
1524

1525 37:52 – 38:13 *J.: **Warum** ist die Systemaufstellungsarbeit für den Klienten
1526 bereichernd? – Also der Klient bekommt das Bild und
1527 Rückmeldungen von den Stellvertretern.*
1528

1529 38:14 – 40:18 *I.: Richtig. „Der Klient sitzt zunächst neben dem Therapeut,
1530 dem Leiter und beobachtet in diesem geschützten Raum neben
1531 dem Therapeuten das Geschehen im Raum als Ausdruck dessen,
1532 was in ihm an Zustand, an Zuständen vorhanden ist. Er kann
1533 aufgrund dieses geschützten Raumes zuschauen und beobachtet
1534 sozusagen die Auseinandersetzungen im Abstand, die Zustände
1535 und Auseinandersetzungen, die bisher in ihm zum Teil bewusst,
1536 aber auch unbewusst vorhanden waren. Es wird endlich offenbar
1537 – wie in einem Traum – was in Wirklichkeit in ihm durcheinander
1538 oder an Spannungen vorhanden ist. Und der weitergehende
1539 Benefit ist, dass durch das Vorgehen, durch den Prozess
1540 zwischen den beteiligten Darstellern im Raum dieser heilsame
1541 Prozess im Auftrag des Klienten vollzogen werden und er sieht
1542 neue Bilder. Er durchlebt das parallel in sich zu dem, was im
1543 Aufstellungsraum geschieht.“*
1544 → das Bild / der Prozess der Aufstellung bietet Orientierung, zeigt
1545 Möglichkeiten auf und ermöglicht das parallele Mit-Erleben, „so
1546 als ob es auch in ihm und gleichzeitig im Raum hier draußen
1547 geschieht.“
1548

1549 40:19 – 42:25 → Aufgabe des Aufstellungsleiters: präsent sein und im
1550 Containing besser in der Lage sein, diese inneren Prozesse
1551 geschehen zu lassen. „Er sieht sie draußen, er nimmt die
1552 Emotionalität des Prozesses im Aufstellungsraum wahr, der
1553 gleichzeitig in ihm stattfindet und durch die Präsenz des
1554 Aufstellungsleiters ist der Klient, der neben ihm sitzt, besser in der
1555 Lage, dem zu folgen und das Zuzulassen, was bisher in ihm
1556 undenkbar war. So entfaltet sich das Bewusstsein des Klienten
1557 durch das Sehen, durch das emotionale Wahrnehmen der
1558 Zustände seines inneren Systems, welches im Raum dargestellt
1559 / abgebildet ist. Und das trägt zu einer Reifung bei und meistens
1560 kommt dann der Klient mit in die Aufstellung hinein, stellt sich an

1561		diesen neuen Platz und nimmt diesen Blickwinkel nun ein, den
1562		Blick nun auf die in Ordnung gebrachten Themen des Systems –
1563		ob das Familie ist, oder ein soziales oder im beruflichen Kontext.
1564		Und dieser neue Blick dieser geänderten Faktoren wirken nun
1565		heilsam weiter im Nachgang der Aufstellung.“
1566		
1567	42:26 – 42:43	<i>J.: Deiner Meinung nach spielen also die Imaginationen, die</i>
1568		<i>Aufstellungen im Prozess die Rolle des Verbildlichens innerer</i>
1569		<i>Bilder, innerer Zustände in Hinsicht eines heilsamen Prozesses?</i>
1570		
1571	42:44 – 43:12	I.: Ja – eines heilsamen Geschehens, „um einen funktionalen
1572		Zustand wiederherzustellen – zum Wohl, zum guten Gelingen,
1573		zum guten Prozess, zum guten Gelingen eines Systems. Ja
1574		genau.“
1575		
1576	43:13 – 43:21	<i>J.: Gibt es in den Systemaufstellungen auch Stolpersteine</i>
1577		<i>oder Gefahren, Hürden?</i>
1578		
1579	43:22 – 45:59	I.: Ja, beispielsweise eine mangelnde Erfahrung der
1580		Aufstellungsleitung.
1581		→ Klärung des Anliegens sowohl in der Imaginations- und auch
1582		Aufstellungsarbeit wesentlich: Was ist der Auftrag? – wenn das
1583		nicht klar ist, kann es zu Schwierigkeiten in der Aufstellung
1584		kommen; der Auftrag, bzw. der Fokus muss klar sein, denn „wenn
1585		der Aufstellungsleiter den Fokus nicht erfasst, sich vom
1586		eigentlichen Anliegen des Klienten entfernt und in eine andere
1587		Richtung geht, dann findet man häufig, dass sich die Aufstellung
1588		in die Länge zieht. Es ist keine – es ist dieser Flow nicht
1589		vorhanden. Dieser Fluss des Stimmigen fehlt. Wenn also das
1590		Anliegen richtig erfasst ist und der Klient im Mittelpunkt steht und
1591		der Aufstellungsleiter nichts mehr will, sondern sich als
1592		Instrument, als Helfer zur Verfügung stellt, sich öffnet, ganz bei
1593		sich bleibt und dadurch empfänglich ist für Informationen, die im
1594		Feld vorhanden sind – im Familienfeld. Nach Albrecht Mahr öffnet
1595		sich zu Beginn der Aufstellung dieses wissende Feld eines
1596		Systems und wenn der Aufstellungsleiter sich dem öffnet, dann
1597		kommen wie bei einer Intuition die richtigen Maßnahmen, die
1598		notwendig sind, damit zum Wohl des Klienten und des Systems,
1599		ein Prozess sich entfaltet, der dem Ganzen hilft.“
1600		
1601	46:00 – 46:19	J.: Wichtig ist daher also für den/die Aufstellungsleitenden:
1602		Sich zurücknehmen und sich Einlassen auf das, was kommt und
1603		eine klare Anliegen- oder Auftragsklärung.
1604		
1605	46:20 – 47:28	I.: Ja, genau.
1606		→ als Leitung ist es dabei wichtig, den Klienten nicht zu
1607		vergessen, bzw. links-liegen zu lassen, sondern immer
1608		beobachtend und emotional anwesend zu sein, um den Prozess

1609		mitzubegleiten und dafür zu sorgen, dass der Klient „mit im Flow Geschehen dabei ist.“
1610		
1611		→ manchmal dissoziieren Klienten und koppeln sich von dem Aufstellungsgeschehen ab – der Klient sollte nicht verloren gehen; hilfreich hierbei ist das Beisein einer Co-Leitung.
1612		
1613		
1614		
1615	47:29 – 47:38	J.: überspitzt formuliert „sich (Anmerkung: als Aufstellungsleitung) nicht im Schauspiel zu verlieren“
1616		
1617		
1618	47:39 – 48:27	I.: zum Thema Schauspiel: „Aufstellungsleitung muss auch darauf achten, dass die Stellvertreter sich nicht in eigene Themen hineinbegeben und nicht konzentriert sind.“
1619		
1620		
1621		→ manche Stellvertreter – beispielsweise hysterisch strukturierte Menschen neigen dazu, fast bei jeder Rolle theatralisch auf den Boden zu fallen
1622		
1623		
1624		→ „sie reinszenieren ihr eigenes Drama“
1625		→ Aufstellungsleitung benötigt daher die Kompetenz, das zu erkennen und regulierend einzugreifen
1626		
1627		
1628	48:27 – 48:31	J.: ergänzt die Fähigkeit zur Unterscheidung von dem, was in den Prozess gehört und was nicht.
1629		
1630		
1631	48:31 – 49:40	I.: Ganz genau. Hier braucht es viel Erfahrung, Selbsterfahrung und „einen wachen Geist, der im Einklang ist, mit dem, was geschieht. Das heißt, sich in den Dienst dieses Systems stellt und dadurch die Empfindsamkeit besitzt, zu spüren, ist das noch stimmig, was geschieht.“
1632		
1633		
1634		
1635		
1636		→ durch Rückfragen beim Klienten ist die Überprüfung der Stimmigkeit möglich
1637		
1638		→ „Wenn das geschieht, dann bleibt die Aufstellungsarbeit eine sehr hilfreiche Methode, um Strukturen – pathologische Strukturen hin in ein gesundes, funktionierendes System hineinzubegleiten.“
1639		
1640		
1641		
1642		
1643	49:41 – 50:40	J.: <i>Wie ist die Gestaltung, bzw. der prototypische Ablauf eines systemischen Beratungsprozesses?</i>
1644		
1645		
1646	50:41 – 53:22	I.: Anfrage oft per E-Mail oder Anruf: im E-Mail wird oft bereits das Thema beschrieben
1647		
1648		→ Tendenz zur Arbeit mit Aufstellungen:
1649		1. bei Anliegen mit einer anderen Person, oder Spannungen in der Familie und mein Eindruck, dass das Thema relativ klar ist;
1650		2. bei Vorerfahrungen des Klienten mit dieser Methode
1651		
1652		→ Tendenz zur Arbeit mit Imaginationen:
1653		1. bei dem Eindruck, dass es sich um ein inneres, psychisches Thema handelt, was seine eigene Emotionalität betrifft, dann Bevorzugung einer Imagination, „damit er so gestärkt, wenn nötig, in eine Aufstellung mit Menschen kommt.“;
1654		
1655		
1656		

1657 2. „wenn jemand noch ängstlich ist, sich in Gruppen zu bewegen“;
1658 Beispiel: bei organischen Beschwerden im Körper
1659 → „Manchmal zeigt es sich im Lauf einer therapeutischen Arbeit
1660 nach zwei drei Stunden, dass es hilfreich wäre, das Ganze auch
1661 im Außen zu betrachten, indem man das System aufstellt.“
1662 → Angehörige müssen dabei nicht anwesend sein, sondern „das
1663 findet über beschützende Weise mit fremden Personen statt“
1664 → möglich ist auch eine Aufstellung im Einzelsetting mit dem
1665 Klienten - durch Gegenstände auf dem Tisch, Bodenanker oder
1666 Blatt Papier
1667
1668 53:23 – 54:50 Die Anamnese, das Vorgespräch ist immer notwendig: „Ich
1669 brauche erstmal Informationen, um auszuschließen, dass rein
1670 organische Ursachen die Problematik darstellen. Wenn ich den
1671 Eindruck habe, es sind systemische Hintergründe, also
1672 Erfahrungen, die der Klient in der Kindheit oder später gemacht
1673 hat, die durch gestörte Beziehungen entstanden sind, dann
1674 empfehle ich eine Aufstellung.“
1675 → die Abklärung einer psychischen oder organischen Diagnose
1676 und die ärztliche oder anderweitige therapeutische Behandlung
1677 ist wichtig
1678 → im nächsten Schritt kommt die Entscheidung: Psychotherapie
1679 – vielleicht eine, zwei oder zwanzig Stunden oder Aufstellung;
1680 „manchmal, bzw. häufig kombiniere ich beides – entweder in einer
1681 Gruppenaufstellung oder in einem Einzelsetting“
1682
1683 54:51 – 55:09 *J.: Angenommen, folgende Situation: Ein Klient/eine Klientin
1684 hat sich jetzt für ein Aufstellungswochenende oder einen
1685 Aufstellungstag **angemeldet** und die Gruppe beginnt. Wie
1686 arbeitest du dann?*
1687
1688 55:10 – 57:43 *I.: Bitte im Vorfeld an den Klienten, einen
1689 Familienstammbaum zu erstellen und auch einen „emotionalen
1690 stichpunktartigen Lebenslauf, in dem die herausragenden
1691 positiven und negativen Ereignisse aufgelistet sind“
1692 → das ist schon ein therapeutischer Prozess
1693 → wird entweder zuvor per Mail an mich geschickt oder mit ins
1694 Seminar gebracht
1695 → damit zusammen: Frage nach dem Anliegen, auch wenn er mir
1696 das schon im Vorgespräch erzählt hat
1697 → „Ich frage nicht, ‘Was ist dein Problem?’ , sondern meine erste
1698 Frage ist immer: ‘Was wäre das gute Ergebnis unserer Arbeit?’ .
1699 Damit lenke ich erstmal den Blick weg vom Problem, sondern hin
1700 auf den Erfolg, auf das gute Ergebnis. Das macht einen großen
1701 Unterschied. ‘Was ist dein Problem?’ - tauche ich in das Problem
1702 ein. Patienten sind oft sehr auf das Problem fixiert und den Blick
1703 auf das Gute, auf das Ergebnis, auf das Andere – der ist oft noch
1704 gar nicht da. Deswegen meine Frage ‘Was wäre das gute
1705 Ergebnis unserer Arbeit?’ “*

1706		→ wenn der Klient das nicht formulieren kann, dann ist die
1707		Aufgabe des Vorgesprächs: das Fassen eines Ziels, „was einen
1708		positiven Blick auf eine Zukunft eröffnet.“
1709		→ Erstellen oder Blick auf den Stammbaum und aus der
1710		Erfahrung heraus sehe ich, bzw. frage ich beispielsweise nach der
1711		Beziehung der Eltern oder nach der fehlenden/ genommenen
1712		Zugehörigkeit im System
1713		
1714	57:44 – 1:01:07	meistens Beginn der Aufstellung mit Stellvertretern für den
1715		Klienten und seine Eltern
1716		→ Blick auf die Beziehungen und die sich zeigende Dynamik
1717		→ häufig: Hinzufügen der Symptomatik des Klienten und es wird
1718		erkennbar, wie sie sich im System verhält
1719		→ Frage nach dem Befinden der einzelnen Darsteller
1720		→ „Symptomatik gibt oft wichtige Informationen für die einzelnen
1721		weiteren Maßnahmen. Und in dem ich die Symptomatik verdeckt
1722		aufstelle, das heißt, ich gebe dieser Person nur gedanklich eine
1723		Bedeutung – es funktioniert immer -, dann kann der Stellvertreter
1724		für die Symptomatik frei von Vorurteilen oder Meinungen, die er
1725		selbst hat, kann sich nur noch auf seine körperlichen und
1726		emotionalen Wahrnehmungen konzentrieren und kann dadurch
1727		sehr viel klarere Aussagen treffen, die handlungsleitend sind. Und
1728		dann entfaltet sich dieser Prozess. Und dann sieht man, wie
1729		verhält sich die Mutter, starrt sie vielleicht auf den Boden, ist dort
1730		wie festgesaugt, dann liegt der Schluss nahe, dass es sich um
1731		eine verstorbene Person handelt – wen auch immer, und man
1732		könnte einen Stellvertreter dort hinsetzen oder legen. Auf einmal
1733		erkennt man, da ist ein Trauerthema und man kann fragen: Gab
1734		es vielleicht ein verlorenes Kind, oder ein verstorbene
1735		Geschwisterchen oder sowas? Und indem diese, bisher
1736		unbekannten, verdrängten Themen gewürdigt werden und ihren
1737		Platz bekommen, kommt Entspannung in das System und das
1738		Symptom sagt dann, immer noch nicht wissend, was es ist:
1739		Eigentlich könnt' ich jetzt gehen. Es braucht mich hier nicht mehr.
1740		Dann lass ich es rausgehen und das System ist auf einmal wieder
1741		lichtvoller, es ist klarer und die StellvertreterIn für den Klienten ist
1742		erleichtert, kann die Mutter sehen, kann den Schmerz der Mutter
1743		würdigen und die Eltern können sich auf einmal auch wieder
1744		anschauen und es tritt die Veränderung nimmt Raum, dehnt sich
1745		im System aus und führt zu Erleichterung des Klienten, der nun
1746		seinerseits auf einmal in die Weite schauen kann und sagt: 'Ach,
1747		jetzt fühle ich mich frei. Jetzt kann ich aufatmen. Auf einmal hab'
1748		ich wieder Freude. Es kommt wieder Lebensfreude, die bisher
1749		durch die tabuisierte Trauergeschichte der Mutter unterbunden
1750		war.“
1751		
1752	1:01:08 – 1:01:19	J.: <i>Wovon lässt du dich in Aufstellungen leiten?</i>
1753		

1754	1:01:20 – 1:03:38	I.:	Auf kognitiver Ebene: die Erfahrung; „wenn der Aufstellungsleiter sich ganz in den Dienst des Systems stellt, im Einklang ist damit, also nichts auf- und nichts abwertet, sondern in einer stillen, nichtswollenden, sich zur Verfügung stellenden Modus befindet, dann bekommt er ne Information aus dem Feld des Systems – Albrecht Mahr sagt das ´wissende Feld`.“
1755			
1756			
1757			
1758			
1759			
1760			
1761			
1762			
1763			
1764			
1765			
1766			
1767			
1768			
1769			
1770			
1771			
1772			
1773	1:03:39 – 1:04:19	J.:	Am Anfang stelle ich es mir als Aufstellungsleitung herausfordernd vor, auf die Intuition und auch auf das Auftauchen / Sich Zeigen des Wesentlichen zu vertrauen und sich zurückzunehmen.
1774			
1775			
1776			
1777			
1778	1:04:20 – 1:06:25	I.:	Ja, das ist eine Aufgabe und auch eine Herausforderung.
1779			→ Angst und Lampenfieber vor Aufstellungsseminaren, weil „man nicht weiß, was kommt.“
1780			
1781			
1782			
1783			
1784			
1785			
1786			
1787			
1788			
1789			
1790			
1791			
1792			
1793			
1794			
1795			
1796			
1797	1:06:26 – 1:06:32		Bitte um Unterbrechung, Pausieren der Aufnahme
1798			
1799	1:06:33 – 1:06:42	J.:	<i>Wann beendest du die Aufstellung?</i>
1800			
1801	1:06:43 – 1:09:45	I.:	Beenden der Aufstellung dann, „wenn ich den Eindruck habe, dass wir einen wesentlichen Punkt gegenwärtig haben.“
1802			

1803 Dann, wenn ich den Eindruck habe, jetzt ist der Energielevel, das,
1804 worum es im Anliegen des Klienten ging, wenn das erreicht ist.
1805 Und dann gehe ich nicht weiter, um möglichst viele Tränen und
1806 Juhu-Rufe zu sammeln, dann wenn der entscheidende Link
1807 eingeloggt ist. Wenn das, worum es im Anliegen des Klienten
1808 ging, sich in der Erfüllung in de Bewegung aufeinander-zu
1809 stattfindet. Dann ist die stärkste Energie, das Einatmen
1810 vorhanden – ein energetisches Einatmen. Wie soll ich es anders
1811 formulieren? Dann, wenn das Eigentliche gesehen wird. Und
1812 dann sage ich: ´Hier lassen wir es jetzt stehen und wirken.`, halten
1813 einen Augenblick inne und dann achte ich darauf, dass kein
1814 Gerede beginnt, sondern sage: ´Die Aufstellung ist hiermit
1815 beendet!`. Das ist ein rituell wirkender Satz. Damit kommen die
1816 Stellvertreter wieder aus ihren Rollen heraus und ich füge den
1817 Satz hinzu: ´Indem ihr auf eure Plätze zurückgeht, seid ihr wieder
1818 ganz ihr selbst. Die Aufstellung ist beendet. Bitte öffnet die
1819 Fenster, Türen usw. als ganz klarer Ausdruck – die Aufstellung ist
1820 beendet und damit ist dieses Feld auch wieder geschlossen.“
1821 → „Dann wende ich mich dem Klienten zu und sehe die
1822 Veränderung bei ihm. Manchmal ist es ein Kopfnicken, ein
1823 bestätigendes. Manchmal weinen die Klienten vor Erleichterung
1824 oder das Gesicht leuchtet. Ich frage: Ist das für dich jetzt klar?“
1825 → aus den Bemerkungen des Klienten und auch aus seinem
1826 nonverbalen Verhalten ist erkennbar, dass das Anliegen nun
1827 gelöst oder im Fluss ist
1828
1829 1:09:46 – 1:10:10 J.: *Das heißt, am Körper, an der Mimik, an der Gestik, am*
1830 *Verbalen und Nonverbalen und auch am Energielevel, welches*
1831 *du intuitiv spürst, wenn du dich in den Klienten hineinversetzt,*
1832 ***merkst du den Veränderungsprozess?***
1833
1834 1:10:11 – 1:12:36 I.: Ja genau, daran bemerke ich den Veränderungsprozess.
1835 → „Ich merke ihn aber auch an der Reaktion meines eigenen
1836 Körpers. Manchmal bewege ich mich auch in den
1837 Aufstellungsraum hinein, stehe neben einem Stellvertreter, um
1838 den Blickwinkel genau zu sehen, wohin er schaut. Plötzlich
1839 bemerke ich, dass sich mein Bauch verkrampft und hart wird.
1840 Dann frage ich den Stellvertreter: Wie geht es deinem Bauch?,
1841 und er sagt: Ja mein Bauch hat sich total verkrampft und ist hart.
1842 Genau, dann sag ich: Jetzt atme mal durch und lass den Bauch
1843 locker und beschreibe wie das ist, wenn du diese Person A oder
1844 B anschaut.“
1845 → Stellvertreter äußert Angst, woraufhin eine kurze Intervention
1846 folgt, damit die noch bestehende Spannung, z.B. durch eine
1847 Würdigung, gelöst wird oder durch Abstandvergrößerung
1848 → „Dann spüre ich in meinem Körper die Veränderung und spüre,
1849 ja – das passt jetzt.“

1850		→ Austritt aus dem Aufstellungsfeld und zurück zum Klienten:
1851		Rückfrage nach seinem Befinden, wenn er das sieht und nach
1852		dem Befinden des Körpers
1853		→ „das Feedback vom Klienten, von meinem eigenen Körper und
1854		von den aufgestellten Stellvertretern zeigen, dass wir auf dem
1855		richtigen Weg sind oder noch nicht. Dann müssen weitere
1856		Veränderungen vorgenommen werden.“
1857		
1858	1:12:37 – 1:12:47	J.: <i>Daran merkst du dann auch, dass wirklich die neue</i>
1859		<i>Erkenntnis, das Wesentliche verinnerlicht, angekommen,</i>
1860		<i>gelandet ist?</i>
1861		
1862	1:12:48 – 1:13:53	I.: „Genau. Aus der Veränderung wird deutlich, dass sich
1863		etwas bewegt hat und wenn es als Erleichterung wahrgenommen
1864		wird, ist es eine Wandlung, eine Verwandlung. Und dieser
1865		Wandlungseffekt ist auch in der Imaginationstherapie, wenn sich
1866		die inneren Bilder in der Imaginationsarbeit wandeln, hin zu etwas
1867		Harmonischem, einem lebensdienlicheren Zustand – genau
1868		parallel dazu ist es auch in der Aufstellungsarbeit, wenn sich ein
1869		System wandelt.“
1870		
1871	1:13:54 – 1:14:06	J.: <i>Nachfrage zu der Art der angesprochenen „kleinen</i>
1872		<i>Interventionen“?</i>
1873		
1874	1:14:07 – 1:18:53	I.: hilfreiche Interventionen sind:
1875		1. das Verbalisieren des Erlebens: „das Verbalisieren emotionaler
1876		Erlebnisinhalte ist ein Instrument, mit dem Wandlungen, mit dem
1877		etwas verwandelt, geöffnet wird.“ – eine „Verwandlung der bisher
1878		festgebackenen, tabuisierten Familiensituation“, z.B. durch
1879		Verbalisieren einer Trauer. – „ein Gefühl bekommt einen Platz,
1880		wird nicht mehr isoliert und abgespalten, verdrängt“
1881		→ das Verbalisieren emotionaler Erlebnisinhalte als
1882		Schlüsselwerkzeug in Aufstellungen und Imaginationen
1883		2. das Externalisieren des Erlebens, z.B. durch Erstellung eines
1884		Bildes
1885		→ allgemein: „das Ausdrücken in verschiedener Form erleichtert
1886		und transformiert belastende Zustände“ als wesentliches Element
1887		in vielen Therapien
1888		→ „Das, was im System ist, was tabuisiert oder verborgen ist, soll
1889		herauskommen dürfen, in einem geschützten Raum – im Schutz
1890		der Klienten. Deswegen ist der, der es leitet, verantwortlich für
1891		den Schutz des Prozesses, für den Schutz der Entwicklung. Wie
1892		eine Hebamme, die der Frau hilft, das Kind auf die Welt zu
1893		bringen.“
1894		
1895	1:18:54 – 1:19:21	J.: Hebamme als ein schönes Bild. Beratung, Coaching als
1896		eine Art von Hebammentätigkeit, im Sinne davon, dass ein neues
1897		Bild, eine neue Sichtweise auf ein bisheriges festgefahrenes
1898		Problem, Muster entwickelt wird.

1899		
1900	1:19:22 – 1:19:43	I.: bestätigt dies und ergänzt: „Es ist, wie wenn man in dem Buch des Lebens ein neues Blatt wendet. Und dann beginnt die Geschichte, sich weiterzuentwickeln, die gelebt wird und irgendwann wird ein neues Blatt aufgeschlagen. Wie eine Hebamme.“
1901		
1902		
1903		
1904		
1905		
1906	1:19:44 – 1:20:24	J.: <i>eine abschließende, letzte Frage: Gibt es im Prozess ein einzelnes Schlüsselmoment oder viele, wo es Klick macht?</i>
1907		
1908		
1909	1:20:25 – 1:25:09	I.: Meinem Eindruck und meiner Erfahrung nach gibt es viele Werkzeuge, z.B. rituell wirkende Sätze, die beim Aussprechen mit Emotion, Bedeutung, Bewusstheit und Tiefe gefüllt sind eine enorme Wirkung entfalten können. Auch gibt es nonverbale Werkzeuge, wie Gestik (z.B. Verneigung, Handschlag) die einen neuen Raum öffnen und dadurch zum Fließen der Energie beitragen.
1910		
1911		
1912		
1913		
1914		
1915		
1916		→ „Ein sich Verneigen vor etwas drückt eine Haltung aus, und diese neue Haltung bewirkt auf dieser nonverbalen und doch wirkstarken Ebene etwas Neues.“
1917		
1918		
1919		Auch das Umstellen oder das Einnehmen einer anderen Position in der Systemstruktur bewirkt Ruhe und gleicht Dysbalancen aus.
1920		
1921		Die transverbale Sprache, von Matthias von Kibéd benutzt und gesagt: ‚Aufstellungsarbeit ist eine transverbale Sprache.‘. Also ein Ausdruck, das Mitteilen von Etwas ohne Worte, sondern durch Handlung, durch Raumveränderung.“
1922		
1923		
1924		
1925		→ Auch die transverbale Sprache, d.h. die Aufstellungspositionsveränderung, ist eine Mitteilung oder Information, die Wirkung zeigt.
1926		
1927		
1928		
1929	1:25:10 – 1:25:37	J.: Manche von diesen Schlüsselmomenten, so nehme ich an, müssen von dem Aufstellungsleiter initiiert werden, andere, wie die Externalisierung des Erlebens müssen eher gehalten oder ausgehalten, bzw. reguliert werden.
1930		
1931		
1932		
1933		
1934	1:25:38 – 1:27:36	I.: Sie sollten angeregt und ausprobiert werden, um zu sehen, wie es wirkt. „Und wenn ich die Wirkung erlebe, dann kann ich ein Ja dazu sagen und hab neue Fakten geschaffen, zum Wohl des Systems. Und das betrifft alle Beteiligten. Und das kann dann der Klient, der dabei ist oder auch dann hineingenommen wird in die Aufstellung. Es wird von dem Klienten dann wahrgenommen, erstmal von der Position des Beobachters, und dann an die Stelle seines Stellvertreters hineingenommen, um dann diese neue Position auch nochmal optisch auf sich wirken zu lassen. Optisch das eine, aber auch emotional und somatisch.“
1935		
1936		
1937		
1938		
1939		
1940		
1941		
1942		
1943		
1944		→ auch das Anregen von möglichen lösenden Sätzen ist möglich
1945		
1946	1:27:37 – 1:28:15	J.: <i>Wie hilfreich findest du den Einsatz von zirkulären Fragen oder der Wunderfrage?</i>
1947		

1948		
1949	1:28:16 – 1:31:09	I.: Meiner Meinung nach ist es sinnvoll, denn durch die Wunderfrage wird der Blick auf eine positive Lösung gelenkt.
1950		
1951		„Das, was bisher nicht denkbar war, wird durch die Wunderfrage
1952		quasi zur Seite geschoben und auf einmal hab' ich den Blick auf
1953		das Wunder. Dieser bekannte Satz: 'Energy flows where attention
1954		goes.' zeigt, dass wenn ich den Blick auf das Neue lenke, fließt
1955		dorthin Energie und die Möglichkeit, dass sich dieses Neue
1956		etabliert ist eröffnet, erleichtert.“
1957		
1958		„Durch das zirkuläre Fragen wird der Blick geöffnet und man
1959		erkennt die Positionen der anderen und die Vielfalt und auch die
1960		Begrenzung, die vorhanden ist, sodass das, was ist,
1961		wahrgenommen wird. Und dieser Satz, ich glaube er stammt von
1962		Bert Hellinger: 'Anerkennen, was ist.' - indem ich anerkenne, was
1963		ist, bin ich angekommen in der Wirklichkeit und nicht mehr
1964		reduziert in meine eigene subjektive Wirklichkeitskugel.“
1965		→ Indem ich anerkenne, was ist, schafft es neue Energie und
1966		Verständnis. Damit kann ich dann adäquat umgehen. Es ist eine
1967		„reifere Prozesshaftigkeit, die sich daraus ergibt, indem ich die
1968		Positionen anderer erkenne und meine Position dann daran
1969		angleichen kann oder überdenken kann, um am Ende für alle
1970		Beteiligten eine lebensdienlichere Ebene zu erreichen.“
1971		
1972	1:31:10 – 1:34:02	Finden eines Abschlusses, Öffnen des Raumes für weitere
1973		Aspekte, die vielleicht gerne noch genannt werden möchten, I
1974		erzählt eine kurze Geschichte über Zufälle, Wendepunkte und
1975		Wege im Leben, dann Verabschiedung und Aussprache des
1976		Dankes

Eidesstattliche Erklärung

Ich, Janika-Maria Hausner, versichere, dass ich die vorliegende Masterarbeit selbstständig angefertigt, nicht anderweitig für Prüfungszwecke vorgelegt, alle benutzten Quellen und Hilfsmittel angegeben, sowie wörtliche und sinngemäße Zitate als solche gekennzeichnet habe.

Kempton, den 02.06.2022



(Janika-Maria Hausner)