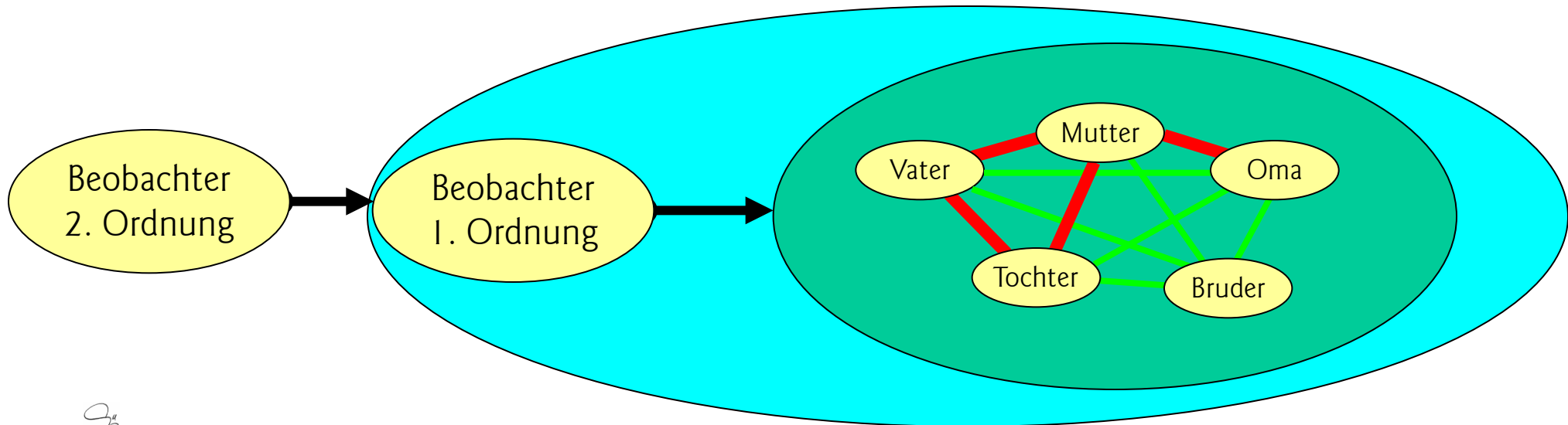


Grundsätze systemischer Therapie - Thesen

Menschliches Erkennen ist selbstreferentiell und rekursiv – es ist **struktur determiniert** (Basis in Systemwissenschaften wie Kybernetik, System- u. Regelungstheorie sowie Informations- und Kommunikationstheorie)

- z.B.: Bilder und Begriffe: Sich zeichnende Hände von Escher – „Betriebsblindheit“
- z.B.: Metaphern: Sich im Kreis drehen – Katze beißt sich in den Schwanz - Teufelskreis
- z.B.: Paradoxien: Der alte Kreter sagt: „Alle Kreter lügen“



Grundsätze systemischer Therapie - Thesen

1. Phänomene werden nicht isoliert, verdinglicht und personalisiert betrachtet, sondern als Produkt bzw. Folge von Wechselbeziehungen. Individuelle Eigenschaften verflüchtigen sich so zu Elementen eines dynamischen Geschehens.
 - Nicht: Maria hat Magersucht. – sondern: Wenn der Vater ... und in Situation X auch die Mutter, dann isst Maria nichts.
2. Wenn das Augenmerk auf Wechselbeziehungen gerichtet wird, werden nicht mehr einseitige, monokausal, lineare oder eindimensionale Ursache-Wirkungs-ketten konstruiert, sondern das Verständnis konzentriert sich auf das sich gegenseitig Bedingende, ist zirkulär, rekursiv und vielseitig. So gerät die wesentliche Eigenschaft lebender Systeme, ihre Selbstreferenz, in den Blick: Annahmen und Verhalten wirken – oft verstärkend – auf sich selbst zurück. (-> Bateson)
3. Wechselwirkendes menschliches Verhalten hat die

Grundsätze systemischer Therapie - Thesen

3. Wechselwirkendes menschliches Verhalten hat die Tendenz, zu Mustern zu gerinnen, die nach bestimmten eingeschliffenen Regeln funktionieren. Diese können nur aus dem Kontext heraus verstanden werden.
 - Marsmensch beobachtet ein Fußballspiel der Bundesliga vom Stadionsdach aus.
4. Der Therapeut setzt zwar bei der Vernetztheit der Systeme an, geht aber nicht davon aus, dass die Individuen Opfer ihres Systems sind, sondern setzen Eigenverantwortung und Entscheidungsfähigkeit voraus.
 - Nicht: Wann bekam sie die Magersucht? – sondern: Wann entschied sie sich, sich so zu verhalten?
5. Nicht nur das Verhalten der Systembeteiligten ist von Bedeutung, sondern auch deren Einstellungen und Meinungen. Je engstirniger, eindimensionaler diese sind, um so enger werden die Handlungsspielräume.
 - z.B.: Autoritäre Systeme, fundamentalistische Ideologien, Sekten

Grundsätze systemischer Therapie - Thesen

6. Auch die Ideen von der Realität, von dem, was für wahr gehalten wird, wirken häufig wie sich selbst erfüllende Prophezeiungen. Sie lösen die Probleme nicht, sondern verstärken sie weiter.
 - „Du musst jetzt einfach essen!“, wird nicht helfen, sondern verstärkend wirken.
7. Systeme sind das, was Beobachter als Ganzheit erkennen, Probleme sind Gefühle des Unbehagens einzelner Personen. Wichtig ist alle Beteiligten eines Problemsystems zu erfassen und zu beteiligen. (-> Netzwerke)
 - z.B.: Familie plus enge Freundinnen, Lehrer, Sozialarbeiter, betreuende Ärzte etc.
(Es gibt keine vom Beobachter unabhängige Wirklichkeit. Bereits die Beobachtung wirkt auf das Beobachtete zurück -> Kybernetik 2. Grades -> Mailänder Modell: Spiegeltechnik)
8. Ziel ist es, im Prozess zwischen Therapeut und beratenem System, diesem und seinen Mitgliedern neue Wirklichkeiten zu zeigen, zu eröffnen und dann auch zu erzeugen.

Grundsätze systemischer Therapie - Thesen

9. In der systemischen Therapie ist die Lösungs- und Zukunftsorientierung viel stärker ausgeprägt als die Problem- und Vergangenheitsorientierung.
10. Das Menschenbild nimmt grundsätzlich von jedem Individuum und auch von jedem System an, dass es die Möglichkeiten zu einer Lösung in sich trägt und diese im Moment aber leider nur noch nicht nutzen kann.
11. Netzwerke sind stets hilfreich, um erarbeitete Lösungsmöglichkeiten in die Praxis umzusetzen, Sie bieten z. B. Vätern die Möglichkeit, mit Vätern etwas von ihren neuen Rollen im System zu erfahren, um so Bestätigung und Anhaltspunkte für die eigene Praxis zu erwerben. Gleiches gilt natürlich auch für Mütter, Töchter und Söhne.