

Reinert Hanswille (Hg.)

Basiswissen Systemische Therapie

Gut vorbereitet in die Prüfung



V&R



Reinert Hanswille (Hg.)

Basiswissen Systemische Therapie

Gut vorbereitet in die Prüfung

Mit Beiträgen von Sebastian Baumann, Ulrike Borst, Reinert Hanswille,
Björn Enno Hermans, Christina Hunger-Schoppe, Jürgen Kriz, Hans Lieb
und Matthias Ochs
sowie Cartoons von Björn von Schlippe

Mit 16 Abbildungen und 12 Tabellen

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2022 Vandenhoeck & Ruprecht, Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen,
ein Imprint der Brill-Gruppe
(Koninklijke Brill NV, Leiden, Niederlande; Brill USA Inc., Boston MA, USA;
Brill Asia Pte Ltd, Singapore; Brill Deutschland GmbH, Paderborn, Deutschland;
Brill Österreich GmbH, Wien, Österreich)
Koninklijke Brill NV umfasst die Imprints Brill, Brill Nijhoff, Brill Hotei,
Brill Schönigh, Brill Fink, Brill mentis, Vandenhoeck & Ruprecht, Böhlau,
Verlag Antike und V&R unipress.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: [clivewa/shutterstock.com](https://www.clivewa/shutterstock.com)
Cartoons: Björn von Schlippe



Satz: SchwabScantechnik, Göttingen



Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISBN 978-3-647-40781-4


Inhalt



Das (etwas andere) Vorwort ...	13
1 Einführung	17
<i>Reinert Hanswille</i>	
1.1 Geschichte und Entwicklung	17
1.2 Berufspolitik	17
1.3 Für wen ist das Buch?	19
1.4 Genderperspektive	19
1.5 Inhaltliche Orientierungen und Definitionen	20
1.6 Begrenzungen	24
1.7 Was Sie inhaltlich erwartet	25
2 Erkenntnis- und wissenschaftstheoretische Grundlagen I: Konstruktivismus	31
<i>Matthias Ochs und Jürgen Kriz</i>	
2.1 In aller Kürze	31
2.2 Konstruktivismus	33
2.2.1 Biologischer/radikaler Konstruktivismus	35
2.2.2 Sozialer Konstruktionismus	40
2.2.3 Relationaler Konstruktionismus und Dialogismus	42
2.2.4 Gemäßigter beziehungsweise psychologischer Konstruktivismus	45
? Fragen zu Kapitel 2	48
3 Erkenntnis- und wissenschaftstheoretische Grundlagen II: Systemtheorien	51
<i>Jürgen Kriz und Matthias Ochs</i>	
3.1 Erkenntnis- und wissenschaftstheoretische Einordnung der Systemtheorien	51
3.1.1 Einfaches Ursache-Wirkungs-Modell	53
3.1.2 Prinzipien nichtlinearer dynamischer Systeme	54
3.2 Grundlegende Konzepte der Systemtheorie	56
3.3 Soziologische Systemtheorie (Autopoiese, Selbstreferenz, operationale Geschlossenheit)	60
3.4 Synergetische Systemtheorie	66
3.4.1 Grundkonzepte der Synergetik	66
3.4.2 Personenzentrierte Systemtheorie	70
3.4.3 Kleine Begriffstabelle zur Synergetik	74
? Fragen zu Kapitel 3	75


4	Methodentheorie und Wirkfaktoren	79
	<i>Ulrike Borst, Christina Hunger-Schoppe, Sebastian Baumann und Matthias Ochs</i>	
4.1	Einordnung und Prämissen	79
4.2	Methodentheorie: Wie ändert sich der Mensch (in Therapie)?	88
4.3	Systemische Praxis: Was tun Therapeut:innen?	92
4.4	Welche spezifischen Wirkfaktoren/Wirkmechanismen der Systemischen Therapie sind anzunehmen?	95
4.5	Wie werden allgemeine Wirkfaktoren in der Systemischen Therapie realisiert?	98
4.6	Folgerungen für die Praxis: Fallkonzeption und Grundhaltung	103
	Fragen zu Kapitel 4	104
5	Rahmungen und Grundhaltungen Systemischer Therapie	107
	<i>Reinert Hanswille und Ulrike Borst</i>	
5.1	Rahmen und Rahmungen	107
5.2	Rollen in Rahmen, systemische Arten der Rahmung	110
5.3	Therapeutische Haltungen	113
5.3.1	Allgemeine Variablen	113
5.3.2	Allparteilichkeit und Neutralität	114
5.3.3	Neugier	115
5.3.4	Lösungs- und Zukunftsorientierung	116
5.3.5	Ziel- und Auftragsorientierung	117
5.3.6	Ressourcenorientierung	118
5.3.7	Kontextorientierung und Zirkularität	119
5.3.8	Hypothesenorientierung	121
5.3.9	Wertschätzung	123
5.3.10	Humor	124
5.3.11	Beziehungsorientierung	125
5.3.12	Arbeit auf Augenhöhe	127
	Fragen zu Kapitel 5	128
6	Settings der Systemischen Therapie: Einzeltherapie, Paar- und Sexualtherapie, Familientherapie, Mehrpersonensetting	133
	<i>Enno Hermans</i>	
6.1	Historie, Entwicklung und klassische Settings Systemischer Therapie	133
6.2	Familientherapie/Mehrpersonensetting als neues Setting der PT-Richtlinie	135
6.3	Systemische Einzeltherapie	137
6.4	Therapie mit Paaren und systemische Sexualtherapie	140
6.5	Systemische Therapie mit Kindern und Jugendlichen und weitere Settings	141
6.6	Netzwerkarbeit und ökosystemische Ansätze	143
	Fragen zu Kapitel 6	144

7	Systemische Gruppenkonzepte	147
	<i>Enno Hermans</i>	
7.1	Ein kurzer Überblick	147
7.2	Historie und Praxis systemischer Gruppentherapie	148
7.3	Wirkfaktoren und Besonderheiten der Gruppentherapie	149
7.4	Besondere Konzepte und Kontexte	151
7.5	Stand der Forschung	157
7.6	Ausblick	157
	Fragen zu Kapitel 7	159
8	Systemische Entwicklungskonzepte	161
	<i>Ulrike Borst und Matthias Ochs</i>	
8.1	Einordnung	161
8.2	Bedeutsamkeit kontextueller Faktoren für Entwicklung	162
8.3	Menschliche Entwicklung als dynamischer Prozess	167
8.4	Systemisch-familientherapeutische Perspektiven auf ausgewählte Entwicklungskonzepte	169
8.5	Entwicklungsaufgaben von Kindern und Jugendlichen	171
8.6	Familienentwicklungspsychologie: normative Krisen und nicht-normative Krisen	172
8.7	Entwicklung in Stief-, Adoptiv- und Pflegefamilien sowie Familien mit alleinerziehendem Elternteil: Chancen und Risiken	175
8.8	Familie und Krankheit	177
	Fragen zu Kapitel 8	179
9	Diagnostik in der Systemischen Psychotherapie	181
	<i>Christina Hunger-Schoppe, Matthias Ochs und Ulrike Borst</i>	
9.1	Allgemeine Kennzeichen der Klassifikation und Diagnostik psychischer Störungen	181
9.1.1	Welche Hintergründe von Klassifikationssystemen sind mitzudenken?	181
9.1.2	Wie steht es um Objektivität, Reliabilität und Validität von Diagnosen?	182
9.1.3	Was ist zu beachten, wenn wir über Diagnosen reden?	182
9.1.4	Wie stark handlungsleitend soll die Diagnose für die Therapie sein? ...	183
9.2	Diagnosen als soziale Konstruktion	185
9.2.1	Wahrheit@sozial verhandelte Realitäten	185
9.2.2	Fakten (Objektivität)@Denkkollektive (Subjektivität)	187
9.2.3	Eigenschaften (Charakter)@Kontextbezug (Situation)	188
9.3	Diagnostik als Intervention und Bestandteil der Therapie	190
9.4	Kennzeichen und diagnostische Aspekte sozialer Interaktionen	191
9.5	Indikationen und Kontraindikationen	192
9.5.1	Indikationen	192
9.5.2	Kontraindikationen	195

9.6	Multimodale und multimethodale systemtherapeutische Diagnostik	198
9.6.1	Fragebogen	198
9.6.2	Szenische Methoden und Interviews	202
9.6.3	Rating	203
	Fragen zu Kapitel 9	204
10	Systemische Überlegungen zur Entstehung und Aufrechterhaltung von Störungen	209
	<i>Hans Lieb und Sebastian Baumann</i>	
10.1	Einordnung und Prämissen	209
10.1.1	Ein Dilemma	209
10.1.2	Die Begriffe »Störung« und »Krankheit«	212
10.1.3	Systemische Therapie im Kontext der Psychotherapierichtlinie	215
10.1.4	Fallkonzeptionen: störungsübergreifend, störungsspezifisch, störungsrelevant	216
10.2	Systemische Erklärungen von Entstehung und Aufrechterhaltung psychischer Störungen	218
10.2.1	Kausalität in der Entwicklung von selbstorganisierten Systemen	218
10.2.2	Das biopsychosoziale Modell aus systemischer Perspektive	220
10.2.3	Erklärungen 1: Muster und Ordnungsbildung	222
10.2.4	Erklärungen 2: Konstruktionen – die Perspektive von Sinn und Bedeutung	225
10.2.5	Erklärungen 3: die Rolle der Kommunikation	228
10.2.6	Erklärungen 4: Krisen und Entwicklungsaufgaben	230
10.2.7	Erklärungen 5: generationenübergreifende Muster	231
10.2.8	Erklärungen 6: funktionale Erklärungen – Symptome und Störungen als Lösungen	234
10.3	Therapierelevanz der Erklärungsmodelle	236
	Fragen zu Kapitel 10	237
11	Klassische Kernkonzepte intra- und interpersoneller Dynamiken in Paarbeziehungen, Familien und Gruppen	243
	<i>Jürgen Kriz</i>	
11.1	Frühe Konzepte der Familientherapie – zu eng und doch fundamental?	243
11.2	Beiträge der Familientherapie für die heutige Systemische Therapie.	246
11.2.1	Psychoanalytisch orientierte Grundkonzepte	246
11.2.2	Struktureller Ansatz	249
11.2.3	Entwicklungsorientierter Ansatz	250
11.2.4	Strategischer Ansatz	251
11.3	Die Verschränkung von intra- und interpersonellen Prozessen	253
11.4	Kollusion – ein Prototypus systemischer Ebenenverschränkung	255
11.5	Axiome der Kommunikation und Kommunikationsprobleme	258
	Fragen zu Kapitel 11	262

12	Varianten der Systemischen Therapie und manualisierte/ integrative Therapien	267
	<i>Reinert Hanswille</i>	
12.1	Einordnung: Was steckt hinter den Begriffen »Verfahren«, »Methode« und »Technik«?	267
12.2	Varianten der Systemischen Therapie	268
12.2.1	Reden über Lösungen, lösungsorientierte Kurzzeittherapie	269
12.2.2	Reden über Probleme, narrative Therapieansätze	270
12.2.3	Aufsuchende Familientherapie, Home Treatment, Home Visiting	272
12.2.4	Hypnosystemische Therapie	274
12.2.5	Bedürfnisangepasste Behandlung und Offene Dialoge	275
12.2.6	Multifamilientherapie (MFT) (► Kapitel 7)	277
12.3	Manualisierte und integrative Therapien für Kinder, Jugendliche und ihre Familien	278
12.3.1	Attachment-Based Family Therapy (ABFT)	278
12.3.2	Multidimensionale Familientherapie (MDFT)	279
12.3.3	Multisystemische Therapie (MST)	281
12.3.4	Mentalisierungsbasierte Therapie (MBFT oder MBT-F)	282
12.3.5	Familienbasierte Therapie für Jugendliche mit Essstörungen (Family-Based Treatment for Adolescent Eating Disorders; FBT)	284
12.3.6	Funktionale Familientherapie (FFT)	285
12.3.7	Elterncoaching, elterliche Präsenz, gewaltloser Widerstand	286
12.4	Manualisierte und integrative Therapien für Erwachsene	288
12.4.1	Behavioral Couple Therapy for Alcohol and Drug Abuse (BCT)	288
12.4.2	Emotionsfokussierte Therapie und Emotionsfokussierte Paar- und Familientherapie (EFT und EFFT)	289
12.4.3	Leeds Manual für Systemische Therapie	291
12.4.4	Internal Family Systems (IFS) und Ego-State-Therapie (EST)	292
12.4.5	Systemische Paartherapie bei Depression	293
	Fragen zu Kapitel 12	295
13	Techniken und Interventionen in der Systemischen Therapie – ein Überblick	303
	<i>Reinert Hanswille</i>	
13.1	Fragetechniken	303
13.1.1	Zirkuläre Fragen	304
13.1.2	Fragen nach Ausnahmen, in denen das Symptom/Problem nicht auftritt	305
13.1.3	Fragen zur Möglichkeitskonstruktion, hypothetische Fragen, Was-wäre-wenn-Fragen, Fragen nach wünschbaren Alternativen, Futur-II-Fragen	306
13.1.4	Bewältigungsfragen, Verbesserungsfragen, Verschlimmerungsfragen	306
13.1.5	Skalierungsfragen	307
13.1.6	Wunderfragen	308

13.2	Symbolisch-handlungsanregende Interventionen	308
13.2.1	Skulpturen und Aufstellungen	308
13.2.2	Arbeit mit Figuren, Tieren, Stühlen, Familienbrett etc.	310
13.2.3	Timeline, Zeitlinienarbeit, Zeitstrahl, Lebensstrom, Lebensflussmodell	310
13.3	Verbale und vorwiegend intrapersonelle Techniken	311
13.3.1	Metaphernarbeit	311
13.3.2	Externalisierung	312
13.3.3	Reframing und Umdeutung	313
13.3.4	Wertschätzende/positive Konnotation, Komplimente, Anerkennungen	314
13.3.5	Mentalisieren	314
13.3.6	Arbeit mit inneren Anteilen, Ego-State, IFS (Schwartz)	314
13.4	Hausaufgaben, Schlussinterventionen, »Intersession Tasks«	315
13.4.1	Einführung in die Schlussintervention	315
13.4.2	Der Kommentar	316
13.4.3	Die Handlungsvorschläge	317
13.4.4	In den Sitzungen danach	318
13.5	Reflexive Interventionen	318
13.5.1	Reflecting Team	318
13.5.2	Metakommunikation der Therapeut:innen	320
13.5.3	Bedürfnisangepasste Behandlung und offene Dialoge	320
13.6	Prozessorientierte Interventionen	321
13.6.1	Joining	321
13.6.2	Ressourcenaktivierung	322
13.6.3	Rituale	323
13.7	Darstellende Techniken	324
13.7.1	Genogramarbeit	324
13.7.2	Systemzeichnungen	326
13.7.3	Familien-Helfer-Landkarte, Familien-Helfer-Map, Auftragskarussell, Netzwerkarte	326
13.8	Video- und bildgestützte Interventionen	327
13.8.1	Marte Meo	327
13.8.2	Video-Home-Training	328
13.8.3	Videounterstützte Interventionen	328
13.8.4	Kinderorientierte Familientherapie (KOF)	328
13.9	Techniken aus anderen therapeutischen Richtungen	329
	Fragen zu Kapitel 13	330
14	Systemische (Psychotherapie-)Forschung	337
	<i>Matthias Ochs und Jürgen Kriz</i>	
14.1	Evidenzbasierte Medizin	339
14.2	Forschende Diversität, quantitative versus qualitative Herangehensweise	342
14.3	Zwei erkenntnistheoretische Standbeine: Konstruktivismus und Systemtheorien	346
14.3.1	Die soziologische Systemtheorie in der Forschung	346
14.3.2	Die synergetische Systemtheorie in der Forschung	347
14.3.3	Konstruktivismus/Konstruktionismus in der Forschung	348
14.4	Into the Future: Pluralism, Diversity and Sophistication!	350
	Fragen zu Kapitel 14	351

15	Ideen für die Vorbereitung auf die schriftliche und mündliche Approbationsprüfung	353
	<i>Christina Hunger-Schoppe und Reinert Hanswille</i>	
15.1	Grundhaltung: Lösungs- und Problemorientierung	353
15.2	Zeitreise: Wozu nutzt eine Prüfung?	353
15.3	Zuversicht	354
15.4	Effektives und zustandsabhängiges Lernen	355
15.5	Schriftliche Prüfung(svorbereitung): Vom Problem zur Fähigkeit	356
15.5.1	Lerne, wie das IMPP zu denken	356
15.5.2	Format und Bewertung	356
15.5.3	Auswertung	358
15.5.4	Allgemeine Vorbereitung für die schriftliche Prüfung	359
15.6	Mündliche Prüfung(svorbereitung): Vom Problem zur Fähigkeit	361
15.6.1	Lerne, wie die Prüfer:innen zu denken	361
15.6.2	Format und Bewertungen	362
15.6.3	Auswertung	362
15.6.4	Allgemeine Vorbereitung	363
15.7	Gute Zukunft: Und wofür das alles?	364
15.8	Praktische Informationen	364
	Dank	365
	Literatur	366
	Die Autor:innen	396
	Stichwortregister	399
	Abkürzungsverzeichnis	407
	 Link und Code für das Download-Material	410

Das (etwas andere) Vorwort ...

Wir wissen nicht, wie Sie ein Buch im Buchhandel oder bei einem Onlinebuchhändler erwerben – manche suchen ganz gezielt nach einem Titel, von dem sie gehört oder gelesen haben; andere haben eine Leseempfehlung, aus einer Zeitschrift oder von einer Kollegin, oder eine Literaturliste erhalten, etwa im Rahmen eines Studiums oder einer Aus-, Fort- und Weiterbildung, und suchen die entsprechenden Titel; andere haben ein Buch in einer Seminar- oder Vorlesungsveranstaltung gesehen und vor Ort schon einmal reingelesen und wollen es jetzt selbst erwerben; einige kaufen vielleicht bestimmte Bücher, auch weil sie es müssen, um sich auf eine bestimmte Prüfung zielgerichtet vorbereiten zu können, und wieder andere lassen sich durch den Zufall begleiten und stolpern dabei fast zufällig über ein Buch. Aber vielleicht ist es bei Ihnen auch ganz anders ... Vielleicht sitzen Sie gerade in einem gemütlichen Raum mit einer Tasse Tee in der Hand oder in der Natur und die Sonne erwärmt Sie oder Sie sind am Schreibtisch oder in der Bibliothek und schauen mit bangem Blick auf die noch verbleibenden Tage bis zur Prüfung.

Wir, die Autor:innen dieses Buches, wissen natürlich nicht, in welcher Lebenslage Sie sich gerade befinden, wie Sie sich fühlen, welche Aufgaben Ihnen bevorstehen oder was Ihre Motivation war, sich für unser Buch zu interessieren und es in die Hand zu nehmen. Vielleicht beschreiben die folgenden Szenen aber auch Ihre Situation:

- Sie befinden sich kurz vor der schriftlichen Prüfung am Ende Ihrer *Psychotherapieausbildung im Vertiefungsgebiet Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie oder Psychoanalyse* und müssen sich jetzt mit Systemischer Therapie als Prüfungsthema beschäftigen – in diesem Buch finden Sie die systemischen Grundlagen, damit Sie sich gut für diesen Teil der schriftlichen Prüfung vorbereitet fühlen, und Sie entdecken Methoden und Interventionen, die Sie in Ihrer therapeutischen Praxis anwenden können.
- Sie befinden sich in einer *Psychotherapieausbildung im Vertiefungsgebiet Systemische Therapie* und wollen wissen, was Sie über Ihr Vertiefungsgebiet wissen

- sollten – in diesem Buch finden Sie einen fundierten Überblick über den gegenwärtigen State of the Art in der Systemischen Therapie und entdecken vielleicht einige Gedanken, die Sie überraschen und Ihnen etwas Neues bringen.
- Sie sind *Teilnehmer:in einer grundständigen Weiterbildung in Systemischer Therapie oder Beratung* und suchen ein kompaktes Buch, das die Grundbegriffe und Basics der Systemischen Therapie beschreibt – in diesem Buch finden Sie die Grundlagen der Systemischen Therapie von der Erkenntnistheorie, Basiskonzepten und Entwicklungspfaden der Systemischen Therapie, dem Störungsverständnis bis zu den Interventionen und Techniken.
 - Sie haben Ihre *Psychotherapieausbildung oder Weiterbildung bereits abgeschlossen und möchten sich über den Stand der Systemischen Therapie informieren* – in diesem Buch finden Sie einen fundierten Einblick in das systemische Denken und Handeln und bekommen einige Anregungen, wie Sie eine:n Klient:in, eine Symptomatik, eine Familiendynamik anders sehen und verstehen können.
 - Sie studieren *Psychologie, Erziehungswissenschaften, Soziale Arbeit oder Psychotherapiewissenschaften* und suchen ein kompaktes Buch über Systemische Therapie für Ihr Studium – in diesem Buch finden Sie viele Konzepte und Überlegungen, die Sie in Ihrem Studium unterstützen und motivieren können, sich mit Systemischer Therapie vertieft zu beschäftigen.
 - Sie sind als *Ergotherapeut:in, Berater:in, Arzt oder Ärztin, Erzieher:in, Lehrer:in, Pädagog:in, Sozialarbeiter:in, Psycholog:in oder in einem anderen Beruf im psychosozialen oder klinischen Kontext berufstätig* und interessieren sich für Systemische Therapie – mit diesem Buch können Sie Ihr Interesse an Systemischer Therapie anregen und stärken.

Welcher Lern- und Lesetyp sind Sie?

Lesen Sie ein Buch von der ersten Seite bis zur letzten? Dann werden Sie sich der Systemischen Therapie von der Erkenntnistheorie, der Rahmung, dem Störungsverständnis, den Methoden und den Techniken her nähern.

Lesen Sie ein Buch eher nach dem Prinzip »Welches Kapitel interessiert mich besonders oder welche Überschrift ›springt‹ mich an«? Dann können Sie auch interessengeleitet verfahren. Jedes Kapitel steht für sich und kann isoliert verstanden werden. Außerdem finden Sie in »Ihrem Kapitel« viele Hinweise und Verweise auf die anderen Kapitel.

Lesen Sie ein Buch eher über das Stichwortverzeichnis, in dem Sie die Begriffe und Themen suchen, die Sie im Moment benötigen? Dann können Sie sich auch so dem Inhalt nähern, indem Sie genau an die Stellen geführt werden, die Sie besonders interessieren.

Das (etwas andere) Vorwort ...

Wahrscheinlich werden Sie viele aufschlussreiche Dinge lesen, die Sie anregen und neugierig machen, aber es wird auch Passagen geben, welche Sie fordern und die Sie vielleicht zweimal lesen müssen. Sicherlich wird es Abschnitte geben, die Sie innerlich begeistern und neugierig machen, und wieder andere werden Ihren Widerspruch aktivieren. Wir hoffen, dass unsere Begeisterung und unser Interesse für die Systemische Therapie und das systemische Denken Sie mitnimmt und neugierig werden und systemische Ideen nutzen lässt.

Wir wünschen Ihnen mit unserem Buch viel Freude, Anregungen, Ideen, Widerspruch, Lernerfolg und, wenn Sie sich auf eine Prüfung vorbereiten, ein prima Ergebnis!

Reinert Hanswille, Sebastian Baumann, Ulrike Borst, Björn Enno Hermans, Christina Hunger-Schoppe, Jürgen Kriz, Hans Lieb und Matthias Ochs



Gut, dass Papa so viel trinkt, sonst
wüssten wir gar nicht, wovon wir
leben sollten!

1 Einführung

Reinert Hanswille

In diesem Kapitel erfahren Sie etwas über den Kontext dieses Buches und was die Autor:innen bewogen hat, ein Werk über die Systemische Therapie zu schreiben, mit dem besonderen Fokus der Vorbereitung auf die schriftliche Prüfung.

1

1.1 Geschichte und Entwicklung

Die Systemische Therapie ist in ihrer gesamten Geschichte durch einen ständigen Wandel gekennzeichnet. Die theoretischen, konzeptionellen und methodischen Grundlagen haben sich, wie in allen Therapieverfahren, weiterentwickelt und für unterschiedliche Kontexte spezifiziert, neue Konzepte sind hinzugekommen, andere sind in den Hintergrund getreten.

In Deutschland beginnt die Geschichte der Systemischen Therapie (ehemals Familientherapie) in den frühen 1970er Jahren. Anfänglich fühlten sich viele Familientherapeut:innen als Teil einer avantgardistischen Bewegung (weg von der Therapie mit Einzelnen, hin zur Arbeit mit Systemen). Inzwischen gibt es eine institutionelle Konsolidierung (zwei große Dachverbände mit mehr als 12.000 Mitgliedern und mehr als 120 Weiterbildungsstätten), die Systemische Therapie ist in vielen Arbeitsfeldern nicht mehr wegzudenken (Supervision, Pädagogik, Beratung, Seelsorge, Medizin) und in einigen Bereichen gilt das systemische Arbeiten als Verfahren der Wahl (z. B. in der Jugendhilfe und der Organisationsentwicklung).

1.2 Berufspolitik

In Deutschland haben sich die systemischen Verbände seit den 1990er Jahren um eine berufspolitische Anerkennung bemüht. Ein erster Antrag auf wissenschaftliche Anerkennung der Systemischen Therapie (Schiepek, 1999) wurde vom

Wissenschaftlichen Beirat abgelehnt. Der zweite Versuch wurde 2007 gestartet (von Sydow, Beher, Retzlaff u. Schweitzer, 2007). Am 14.12.2008 wurde das Gutachten des Wissenschaftlichen Beirats für die Systemische Therapie veröffentlicht, seitdem gilt sie als wissenschaftlich fundiertes Verfahren der Erwachsenen- sowie der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie. Damit durften Approbationsausbildungen im Vertiefungsgebiet Systemische Therapie angeboten werden. Die ersten Ausbildungsgänge starteten bereits kurze Zeit danach. Weitere zehn Jahre später wurde der Systemischen Therapie für Erwachsene durch den Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) die sozialrechtliche Anerkennung ausgesprochen. Dieser Schritt steht für den Bereich der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie bedauerlicherweise noch aus. Im Herbst 2021 hat der G-BA, 13 Jahre nach der wissenschaftlichen Anerkennung, endlich das Verfahren zur sozialrechtlichen Anerkennung der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie im Verfahren Systemische Therapie angestoßen. Es bleibt zu hoffen, dass dann bald der lange Anerkennungsweg der Systemischen Therapie in Deutschland erfolgreich abgeschlossen wird. Inzwischen gibt es über zwanzig Ausbildungsstätten, die eine Ausbildung im Vertiefungsgebiet Systemische Therapie anbieten.

Seit der Anerkennung durch den Wissenschaftlichen Beirat muss Systemische Therapie nun auch in den Approbationsausbildungen der Vertiefungsgebiete Verhaltenstherapie (VT), tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie (TP) und Psychoanalyse (PA) unterrichtet werden und in der schriftlichen Approbationsprüfung begegnen den Prüflingen Fragen zur Systemischen Therapie. Nach der sozialrechtlichen Anerkennung sind die systemischen Prüfungsanteile noch präsender geworden.

Innerhalb der systemischen Dachverbände war der Weg ins Gesundheitssystem nicht unumstritten. Viele Systemiker:innen hatten und haben große Bedenken, ob der systemische Ansatz nicht »seine Seele verkauft«, indem er z. B. nun mit vermeintlich stigmatisierenden, pathologisierenden und reifizierenden Psychodiagnosen hantiert, nur um die sozialrechtliche Anerkennung zu erzielen. Andere sahen in der Anerkennung überwiegend Vorteile (Hanswille, 2020a, 2020b; Levold, 2020; Levold, Loth, von Schlippe u. Schweitzer, 2011). Die Zukunft wird zeigen, wie die Integration in das deutsche Gesundheitswesen die Systemische Therapie verändern wird.

Durch die berufsrechtliche Anerkennung, und erst recht nach der sozialrechtlichen, ist für viele junge Kolleg:innen eine Approbation im Vertiefungsgebiet Systemische Therapie attraktiv geworden. Aus Studierendenbefragungen wissen wir etwa, dass sich viele von ihnen schon seit Langem gern für dieses Vertiefungsgebiet entschieden hätten, und in vielen Psychotherapeutenkammern der Bundesrepublik lässt sich heute der »Zusattitel in Systemischer

Therapie« erwerben. Auch in der ärztlichen Weiterbildung kann Systemische Therapie als Verfahren gewählt werden. Ebenso findet Systemische Therapie in den Behandlungsleitlinien der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) seit einigen Jahren peu à peu Eingang, z. B. auch in die aktuelle Nationale Versorgungsleitlinie (NVL) Depression.

In berufspolitischer Hinsicht wird die Systemische Therapie inzwischen selbstverständlich als viertes Richtlinienverfahren akzeptiert und das systemische Denken hat bereits in einem gewissen Maße Eingang in die Psychotherapierichtlinie des G-BA gefunden. Auch wenn der berufspolitische Weg fast zwei Jahrzehnte umfasste, ist es für viele Beobachter:innen des Feldes immer noch ungewohnt, die gestiegene Bedeutung der Systemischen Therapie zu akzeptieren.

1.3 Für wen ist das Buch?

Wir wollen mit diesem Buch einen Überblick über die zentralen Inhalte der Systemischen Therapie geben und orientieren uns dabei am Gegenstandskatalog des Instituts für medizinische und pharmazeutische Prüfungsfragen (IMPP). Wir hoffen, dass viele Ausbildungskandidat:innen sowohl in ihrer Ausbildung wie auch in Vorbereitung auf die Prüfung mit dem Buch arbeiten und ihr Wissen über die Systemische Therapie mit ihm ausweiten und bündeln. Kolleg:innen aus den Vertiefungsgebieten VT, TP und PA finden hier einen kompakten Überblick über die Wissensbestände der Systemischen Therapie. Außerdem wünschen wir uns, dass auch viele Kolleg:innen, die sich in systemischer Weiterbildung befinden oder diese bereits absolviert haben, das Buch nutzen, um sich über den aktuellen Stand der Systemischen Therapie zu informieren und ihr Verfahren in der gesamten Breite kennenzulernen. Nicht zuletzt ist es auch ein Band für Studierende, die in ihrer Hochschulausbildung Bekanntschaft mit der Systemischen Therapie machen.

1.4 Genderperspektive

Wir unterscheiden in diesem Buch nicht explizit zwischen Inhalten, die für psychologische Psychotherapeut:innen oder für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut:innen Bedeutung haben. Wenn wir in diesem Buch von Psychotherapeut:innen sprechen, meinen wir immer Kolleg:innen aus beiden Berufen.

Unter den Autor:innen fand eine kreative Diskussion statt, welche gendersensitive Schreibweise wir in diesem Buch nutzen wollen. Da im klinischen

Feld in der Mehrzahl Frauen zu finden sind und insgesamt wahrscheinlich auch die Leserinnen die Mehrheit darstellen, sprach vieles dafür, überwiegend die weibliche Form zu nutzen. Allerdings ist uns in der komplexen und teilweise hitzig geführten öffentlichen Debatte über generisches Maskulinum, Gender und Gendersterne, diverse Geschlechtsidentitäten jenseits des binären Schemas etc. bewusst, dass wir nicht alle Anliegen zufriedenstellen können. Das bedauern wir – uns ist aber keine Lösung bekannt, die alle Möglichkeiten gut integriert.

Wir möchten in unserem Buch alle Menschen ansprechen. Frauen und Männer sowie jene, die sich nicht als Frau oder Mann beschreiben. Deshalb haben wir versucht, so zu formulieren, dass sich alle Geschlechter angesprochen fühlen (z. B. Teilnehmende). Ist so eine umfassende Formulierung nicht möglich, wird der Genderdoppelpunkt verwendet (z. B. Patient:innen). Der Doppelpunkt zieht das Wort nicht auseinander wie der Unterstrich oder das Sternchen und bezieht trotzdem alle Personen mit ein (anders als z. B. die bisherige Variante mit dem Binnen-I). In manchen Fällen sind allerdings besonders die Adressat:innen zu berücksichtigen. Dann kann es angebrachter sein, eher auf genderneutrale Personenbezeichnungen zurückzugreifen.

1.5 Inhaltliche Orientierungen und Definitionen

»Systemisch« ist in Mode. In fast allen Kontexten wird, wie bei einem projektiven Test, vieles damit assoziiert und draufprojiziert. Systemisches aber gibt es nicht an sich, so wie einen Stuhl oder, abstrakter, das Land Niedersachsen. Sondern »systemisch« wird verwendet, um damit beobachtete Phänomene in einer bestimmten Art und Weise ihrer Dynamik zu beschreiben – was daher grundsätzlich theorie- oder zumindest konzeptgeleitet ist. Diese Beobachter:innenabhängigkeit sollte immer im Hinterkopf mit bedacht werden, wenn wir das Wort »systemisch« benutzen.

Systemische Prozesse finden sich in Wirtschaft und Politik, an der Börse, in der Physiologie, in der Biologie, in der Klimaforschung und in vielen anderen Gebieten – eben überall dort, wo wir es mit lebenden, komplexen Systemen zu tun haben – deshalb ist die Systemtheorie auch eine Strukturwissenschaft, deren Grundprinzipien, z. B. bezüglich der synergetischen Systemtheorie, der Unterscheidung zwischen Mikro-, Meso- und Makroebene, zwischen Ordnungs- und Kontrollparametern, Hysteresedynamiken oder des Blicks auf Bifurkationspunkte, gegenstandsbereich- und phänomenübergreifend Anwendung finden (also unabhängig davon, ob es sich um das Elbhochwasser, das Gehirn, Ströme

von Menschen in der Fußgängerzone oder eine Familientherapiesitzung, in den Natur-, Human-, Sozial-, Kultur- und Geisteswissenschaften handelt). Systemisch gearbeitet wird in der Schule, der Supervision, der Organisationsberatung, der Mediation, der Personalentwicklung, der tiergestützten Therapie, der Heim-erziehung, der Jugendhilfe, in der Therapie, im Innovationsmanagement, dem Gesundheitscoaching und vielen anderen Feldern.

Unter den systemischen Praktiker:innen lässt sich nicht selten eine Praxis beobachten, in der »systemisch« beschrieben wird mit:

- Ich benutze systemische Fragen und das Genogramm.
- Ich mache gern Aufstellungen und arbeite mit dem Familienbrett.
- Ich arbeite immer mit der gesamten Familie.
- Für mich ist die Arbeit mit Ressourcen besonders zentral.
- In der Systemischen Therapie gibt es kein Richtig und Falsch.
- ...

Oder die sich in Erwartungen an Aus- und Weiterbildung ausdrückt wie:

- Ich möchte meinen Handwerkskoffer erweitern.
- Ich will die bedeutsamen systemischen Tools erlernen.
- Ich brauche systemische Techniken, damit ich mich sicherer fühle.
- ...

Gleichzeitig lässt sich eine regelrechte »Pandemisierung« des systemischen Arbeitens in Deutschland beobachten, mit einer starken Tendenz zu »Mutationen« des systemischen Denkens und Arbeitens. Das geht nicht selten einher mit einer Trivialisierung, in der die Systemische Therapie auf einen, zugegeben interessanten, Werkzeugkasten oder eine Toolsammlung reduziert wird und bei der die erkenntnistheoretische Rahmung der Systemischen Therapie, die theoretischen konzeptionellen Grundlagen vernachlässigt werden (eine Tendenz, die vor allem bei den sogenannten Tooligans beobachtet wird).

Wir möchten in diesem Buch bewusst die Verbindung zwischen komplexeren (nicht aber unbedingt deshalb komplizierten) theoretischen Überlegungen, systemischen Perspektiven zur Diagnostik und Entwicklung psychischer Krankheiten, konzeptionellen Überlegungen und methodischen Interventionen versuchen und damit die Verbindung der unterschiedlichen Ebenen Systemischer Therapie aufzeigen. Das Buch will auch der oft spürbaren Tendenz entgegenwirken, »systemisch« bedeute: »Alles ist systemisch, wenn nur mehrere Personen beteiligt sind oder die Wunderfrage gestellt wird.« Es will zeigen, was über Systemische Therapie gewusst werden sollte und was als essenziell angesehen werden kann.

Wir gehen in diesem Buch von einem Verständnis Systemischer Therapie aus, wie es unter anderem durch den G-BA und das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) beschrieben wurde. Wir orientieren uns weitgehend an folgenden, eher steinbruchartigen Definitionen von Systemischer Therapie, die sicherlich nicht von allen geteilt werden, die »systemisch« arbeiten:

- Der G-BA beschreibt Systemische Therapie in § 18 der Psychotherapie-Richtlinie: »Die Systemische Therapie fokussiert den sozialen Kontext psychischer Störungen und misst dem interpersonellen Kontext eine besondere ätiologische Relevanz bei. Symptome werden als kontraproduktiver Lösungsversuch psychosozialer und psychischer Probleme verstanden, die wechselseitig durch intrapsychische (kognitiv-emotive), biologisch-somatische sowie interpersonelle Prozesse beeinflusst sind. Theoretische Grundlage sind insbesondere die Kommunikations- und Systemtheorien, konstruktivistische und narrative Ansätze und das biopsychosoziale Systemmodell. Grundlage für Diagnostik und Therapie von psychischen Störungen im Sinne dieser Richtlinie ist die Analyse der Elemente der jeweiligen relevanten Systeme und ihrer wechselseitigen Beziehungen, sowohl unter struktureller als auch generationaler Perspektive und eine daraus abgeleitete Behandlungsstrategie. Der Behandlungsfokus liegt in der Veränderung von symptomfördernden, insbesondere familiären und sozialen Interaktionen, narrativen und intrapsychischen Mustern hin zu einer funktionaleren Selbst-Organisation der Patientin oder des Patienten und des für die Behandlung relevanten sozialen Systems, wobei die Eigenkompetenz der Betroffenen genutzt wird. Schwerpunkte der systemischen Behandlungsmethoden sind insbesondere
 - Methoden der systemischen Gesprächsführung und systemische Frage-techniken
 - Narrative Methoden
 - Lösungs- und ressourcenorientierte Methoden
 - Strukturell-strategische Methoden
 - Aktionsmethoden
 - Methoden für die Arbeit am inneren System
 - Methoden zur Affekt- und Aufmerksamkeitsregulation
 - Symbolisch-metaphorische und expressive Methoden« (G-BA, 2020, S. 13 f.).
- Von Schlippe und Schweitzer (2012, S. 31) betrachten Systemische Therapie als einen besonderen Kontext systemischen Arbeitens, »nämlich als ein Heilverfahren im Gesundheitswesen – also dort, wo implizit und explizit

Menschen als ›gesundheitslich gestört und handlungsbedürftig‹ angesehen werden«. Systemische Familientherapie wiederum sehen sie als Setting Systemischer Therapie an. Wobei zu betonen ist, dass Systemische Therapie sich in einer Vielzahl therapeutischer Settings im ambulanten und stationären Bereich realisieren lässt, unter anderem im Familiensetting, im Einzel- und Gruppensetting (IQWiG, 2017, S. 2).

- Und das IQWiG sieht folgende Kernmerkmale der Systemischen Therapie (IQWiG, 2017, S. 39):
 - »Ätiologische Konzepte beziehungsweise Störungsmodelle: Beispielsweise wird Umgebungsfaktoren, biologischen, sozialen und gesellschaftlichen Aspekten bei der Entstehung psychischer Störungen ebenso eine Bedeutung beigemessen wie Wirklichkeitskonstruktionen.
 - Annahmen über das Wirkprinzip und Ziel von Interventionen: Beispielsweise sollen Veränderungen durch die Auflösung problematischer Kommunikationsmuster erreicht werden.
 - Konkrete Behandlungsmethoden: Ein Beispiel sind symbolisch-metaphorische Methoden, welche relevante Systeme, Systemmitglieder und deren Beziehungen untereinander symbolisch-visuell darstellen (beispielsweise Genogramme).
 - Konzepte zur Indikationsstellung: Beispielsweise hängt die Indikation zur systemischen Therapie nicht nur von der Art und Schwere der Störung ab, sondern auch von störungsübergreifenden Aspekten, die neben individuellen unter anderem auch soziale Faktoren umfassen.
 - Allgemeine Aspekte des Therapeutenverhaltens, der therapeutischen Grundhaltung und Beziehungsgestaltung sowie der Behandlungsplanung: Beispielsweise wird einer von Allparteilichkeit und Neutralität geprägten therapeutischen Grundhaltung ein hoher Stellenwert beigemessen.«

Systemische Therapie kann hierbei verstanden werden als dynamisch-interaktive Umsetzungen der »praktizierte[n] Erkenntnistheorie« (von Schlippe u. Schweitzer, 2019): Realisiert werden diese erkenntnistheoretischen Grundannahmen mittels dynamisch-interaktiver Umsetzungen (Kriz, 2014b), also einer von den Psychotherapeut:innen zu erbringenden Transferleistung von der Epistemologie in konkrete psychotherapeutische Techniken, Methoden und Haltungen, die auch als dynamisch-interaktive Prinzipien konzeptualisierbar sind. Beispiele für solche aus den theoretischen Grundannahmen abgeleiteten Prinzipien Systemischer Therapie sind etwa die generischen Prinzipien (Haken u. Schiepek, 2010; Rufer, 2012) oder die praxeologischen Grundorientierungen (Ochs, 2020a).

Die Entwicklung der Systemischen Theorie ist seit ihren Anfängen in den 1940er und 1950er Jahren bis heute aus verschiedenen Quellen gespeist. Entsprechend vielfältig zeigen sich die Theoriebildung, die Praxiskonzepte und technischen Zugänge. Wir haben versucht, diese Unterschiedlichkeit in den einzelnen Kapiteln zu spiegeln. Anders als in den anderen Psychotherapieverfahren zeigt sich das unter anderem in den erkenntnistheoretischen Quellen und systemischen Forschungsansätzen. Es finden sich unterschiedlichste systemische Theoriekonzepte, die sich manchmal auch zu widersprechen scheinen – aber dieser »systemische Antagonismus« trug und trägt viel zur Weiterentwicklung systemischer Theorie, Praxis und Forschung bei. Das ist ein Dilemma, welches in den anderen Richtlinienverfahren scheinbar weniger ausgeprägt ist – aber eben nur »scheinbar«, wie Kriz (2014b) etwa bezüglich der psychodynamischen Verfahren veranschaulicht hat – und deshalb wirkt es in deren Lehrbüchern manchmal leichter, einen eindeutigen Wissensstand wiederzugeben.

Anders die systemische Welt: Sie präsentiert sich wie ein großer bunter Mischwald mit den unterschiedlichsten Baumarten. Alle sorgen dafür, dass der Boden humusreich ist und damit die Vegetation gut versorgt und das Wachstum der Bäume gesichert ist. Die Sorten stehen gleichwertig nebeneinander und bilden eine abwechslungsreiche Landschaft, die der Umwelt Sauerstoff zuführt. Der systemische Wald lässt sich aber dadurch eben auch schwieriger beschreiben als ein reiner Tannen- oder Buchenwald, in dem sich alle Bäume ähneln. Der systemische Mischwald ist gekennzeichnet durch Unterschiede und Buntheit. Diese Buntheit wollten wir auch über die Sichtweisen und Sprachstile der Autor:innen spiegeln. Im Schreibprozess haben uns der gemeinsame Austausch und die Diskussionen über die Themen und Fragen angeregt und manche Standpunkte und Textpassage geschärft. In vielen Bereichen haben wir uns in den Positionen und deren Darstellungen aneinander angenähert, in anderen haben wir unsere Unterschiedlichkeit bestehen lassen, das wird auf den folgenden Seiten deutlich.

1.6 Begrenzungen

Die Systemische Therapie ist in ihren vielfältigen theoretischen Grundlagen, Konzepten, Ansätzen, Interventionen und Methoden mit einer großen Wiese mit unzähligen unterschiedlichen Gräsern und Blumen gut zu vergleichen. Wir als Autor:innenteam wollten und mussten uns auf die bedeutsamsten Themen und Fragen beschränken, von denen wir denken, dass sie zum Kern der Sys-

temischen Therapie gehören und über die angehende Psychotherapeut:innen Bescheid wissen sollten. Dabei haben wir uns am Gegenstandskatalog des IMPP orientiert und damit auch Schwerpunkte gesetzt.

Uns ist bewusst, dass die Leser:innen bestimmte Themen und Fragestellungen vermissen werden oder sich wünschen würden, andere Inhalte ausführlicher beschrieben zu sehen. Auch aus unserer Sicht hätten viele Gedanken mehr Platz verdient, weil wir sie nur in ihren Grundsätzen darstellen konnten oder es wünschenswert wäre, sie bekannter zu machen.

Dadurch, dass wir uns auf Themen konzentrieren wollten, die im engeren Sinne therapeutisch bedeutsam sind, mussten wir andere vernachlässigen, die in Coaching, Supervision, Organisationsentwicklung und anderen Feldern systemischen Arbeitens aber wichtig zu wissen wären.

1.7 Was Sie inhaltlich erwartet

Wenn Sie die Einführung, das heißt das erste Kapitel, geschafft haben, folgen 14 weitere Kapitel, die Sie inhaltlich durch die »Höhen und Tiefen« der Systemischen Therapie führen. Wir hoffen, Sie erleben die Kapitel ähnlich einer Wanderung: Mal führt der Weg durch ein teilweise bekanntes Gebiet, dann geht er durch ein unbekanntes Terrain, mal ist er leicht zu beschreiten, dann wieder anstrengend und beschwerlich. Mit genug Verpflegung, Flüssigkeit, gutem Schuhwerk und etwas Kondition kann jede Wanderung zu einer bereichernden Erfahrung werden. Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen bei der systemischen Wanderung durch dieses Buch. Folgendes wird Ihnen dabei begegnen:

In ▶ Kapitel 2 erläutern Matthias Ochs und Jürgen Kriz, inwieweit erkenntnistheoretischer Konstruktivismus eine wesentliche Verstehensgrundlage der Theorie und Praxis systemischer Psychotherapie darstellt. Hierbei sind vor allem der radikale/biologische Konstruktivismus, der soziale/relationale Konstruktivismus sowie der gemäßigte Konstruktivismus von Bedeutung.

▶ Kapitel 3 gibt einen einführenden Überblick über die zentralen Konzepte, die der praktischen Arbeit Systemischer Therapie zugrunde liegen. Systemische Therapie fußt konzeptionell in Systemtheorie(n), welche die Entstehung, die Überstabilisierung und die Veränderung von Strukturen beschreiben und erklären. Dabei sind unter Strukturen (auch Ordnungen, Muster, Attraktoren genannt) sowohl leidvolle Symptomatiken in ihrer Erlebens- und Verhaltensdynamik zu verstehen als auch z. B. familiäre Interaktionsmuster, die so mit den Symptomatiken verbunden sind, dass sie sich gegenseitig stabilisieren, aber auch zur Veränderung beitragen können. Aus unterschiedlichen Traditionen heraus