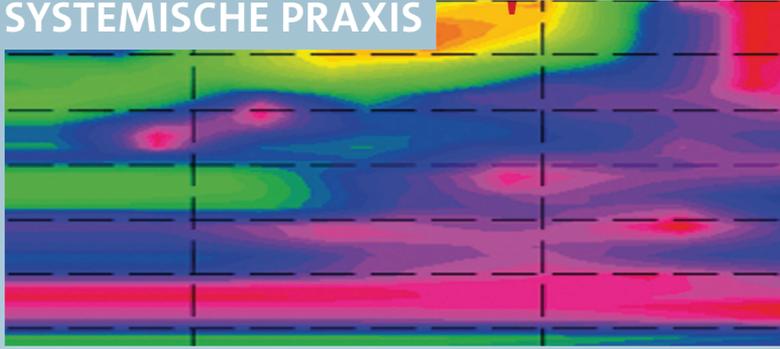


SYSTEMISCHE PRAXIS



Systemische Einzeltherapie

Grossmann

HOGREFE



Systemische Einzeltherapie

Systemische Praxis

Band 3

Systemische Einzeltherapie

von Univ. Doz. Dr. Konrad Peter Grossmann

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Günter Schiepek, Prof. Dr. Wolfgang J. Eberling,
Dr. Heiko Eckert, Dr. Matthias Ochs, Prof. Dr. Christiane Schiersmann,
Dipl.-Psych. Rainer Schwing, Prof. Dr. Dr. Peter A. Tass

Systemische Einzeltherapie

von
Konrad Peter Grossmann

HOGREFE



GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD · PRAG
TORONTO · BOSTON · AMSTERDAM · KOPENHAGEN
STOCKHOLM · FLORENZ · HELSINKI

Univ. Doz. Dr. Konrad Peter Grossmann, geb. 1958. 1979-1980 Studium der Psychologie und Psychopathologie in Salzburg. 1980 Dissertation. 2005 Habilitation. Ausbildung in systemischer Familientherapie (ÖAGG), systemischer Supervision (ÖAGG/IGST) und Mediation (ÖBM); Weiterbildung in Verhaltenstherapie (AVM), klientenzentrierte Therapie (ÖGWG), Hypnotherapie (MEGA) und Traumatherapie (FJB). Seit 2006 Mitarbeiter der Ambulanten Systemischen Therapie Wien (AST/Wien). Seit 1995 Lehrtherapeut für Systemische Familientherapie (lasf/Wien). Lehrtätigkeit an der FH für Soziale Arbeit/Linz und der Universität Klagenfurt..

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

© 2014 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen · Bern · Wien · Paris · Oxford · Prag · Toronto · Boston
Amsterdam · Kopenhagen · Stockholm · Florenz · Helsinki
Merkelstraße 3, 37085 Göttingen

<http://www.hogrefe.de>

Aktuelle Informationen · Weitere Titel zum Thema · Ergänzende Materialien

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Umschlaggestaltung: Daniel Kleimenhagen, Hildesheim
Satz: ARThür Grafik-Design & Kunst, Weimar
Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2463-7

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

*„Was singt Ihr Leute da?“
„Wir singen das Land herbei.
Dann kommt das Land schneller.“
(Bruce Chatwin, Traumpfade)*

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung	9
2 Das Erstgespräch	17
2.1 Die prozessuale Struktur des Erstgesprächs	17
2.2 Die Sinngrenze von Therapie	18
2.3 Prämissen systemischer Modellbildung	20
2.4 Ein stresstheoretisches Verständnis bio-psycho-sozialer Leidens- zustände	21
2.4.1 Distress	22
2.4.2 Physiologisch-affektive Verarbeitung	29
2.4.3 Kognitive Verarbeitung	30
2.4.4 Coping	30
2.4.4 Die Dynamik des Selbst	32
2.5 Therapeutische Implikationen	34
2.6 Symptombezogene Diagnostik im Erstgespräch	34
2.6.1 Formen symptombezogener Diagnostik	36
2.6.2 Licht und Schatten	40
2.7 Leitdifferenzen	42
2.8 Systemimmanenz von Lösungen	43
2.9 Das Entwickeln der Therapiebeziehung	44
2.9.1 Empathie	45
2.9.2 Wertschätzung, Respekt und Neutralität	46
2.9.3 Kooperation	46
2.9.4 Ressourcenorientierung	47
2.9.5 Dosierte therapeutische Führung	47
2.10 Die Berücksichtigung unterschiedlicher Therapiemotivation	47
3 Folgegespräche	51
3.1 Die Prozessarchitektur therapeutischer Folgegespräche	51
3.2 Die Sinngrenze von Folgegesprächen	53
3.2.1 Das Kriterium der Gewährleistung der existenziellen Sicherheit ..	54
3.2.2 Das Kriterium der aktuellen Stabilisierung in der Gegenwart ...	54
3.2.3 Das Kriterium der affektiven Relevanz	55
3.2.4 Das Kriterium der Kooperation	56
3.3 Verwandlungen	56
3.3.1 Problemaktualisierung	59
3.3.2 Problemdissoziation	60
3.3.2 Problem-Lösungs-Übergänge	66
3.3.3 Lösungsaktualisierung	70
3.4 Interventives Handeln	75
3.4.1 Die Plastizität von Interventionen	76
3.4.2 Die Wahl des therapeutischen Mediums	77

3.5	Die Aufrechterhaltung und Vertiefung der Therapiebeziehung	80
3.5.1	Die Rolle des Klienten und des Therapeuten	81
3.5.2	Übertragung	83
3.5.3	Beziehungstestungen	85
3.5.4	Die Gestaltung der Therapiebeziehung	87
4	Zwischenevaluierungen und Therapieabschluss	89
4.1	Zwischenevaluierungen und Feedbackgespräche	89
4.2	Die Prozessarchitektur therapeutischer Abschlussgespräche	90
4.3	Die Auflösung der Therapiebeziehung	92
4.4	Über Langsamkeit	93
5	Zum Abschied	99
Literatur	105
	Diskografie	112
Sachregister	113

1 Einleitung

Thema eines Therapiegesprächs war die ablehnende Haltung eines Klienten sich selbst gegenüber. Die negative Beziehung zum eigenen Selbst war eng mit seiner Erfahrung wiederkehrender depressiver Episoden verbunden, die er durch Alkohol- und Drogenkonsum zu lindern suchte.

Wir sprachen über unterschiedliche „Stimmen“, mit deren Hilfe er sein Selbst kommentierte: Neben einer Stimme des „Nie-gut-genug“ identifizierte er eine Stimme der „Verachtung“, eine leise und selten in Erscheinung tretende Stimme der „Anerkennung“, die an das Gelingen besonderer Leistungen gebunden war, sowie – nach längerem Nachdenken – eine Stimme der „Güte“, die seinen Glauben daran, ein guter Mensch zu sein, abbildete. Aus welchen Quellen auch immer sich therapeutische Metaphorik speist: In unserem weiteren Gespräch wurden diese Stimmen den Mitgliedern einer Rockband (als Bezugspunkt dienten die Rolling Stones) gleichgesetzt, die sich rund um einen Frontman – das Selbst des Klienten – gruppieren.

Ich bat ihn, die gegenwärtige Bedeutung und Gewichtung der einzelnen Bandmitglieder auf dem Systembrett zu veranschaulichen (vgl. Abb. 1). Er positionierte sein Selbst in der Mitte des Bretts mit Blick auf die Stimmen des „Nie-gut-genug“ und der „Verachtung“. Für die Stimme der „Güte“ wählte er eine kleinere Figur, die er hinter dem „Selbst“ platzierte, die Stimme der „Anerkennung“ positionierte er vom Selbst abgewandt am Rand des Systembretts hinter der Figur des Selbst mit diametral entgegengesetzter Blickrichtung.



Abbildung 1: Die problemverbundene Anordnung der „Inneren Band“ des Klienten, abgebildet mit dem Systembrett: Im Vordergrund die Stimmen des „Nie-genug“ und der „Verachtung“, in der Mitte das Selbst des Klienten (weiße Figur), im Hintergrund die Stimme der „Güte“ und (abgewendet) der „Anerkennung“ (rote Figur).

Im Dialog über die Darstellung gingen wir einer Reihe von Fragen nach: Wie war die gegenwärtige Konstellation entstanden? Wann waren die einzelnen Stimmen/Mitglieder zu seiner Band gestoßen? Mit welchen Personen seiner gegenwärtigen wie früheren Lebenswelt waren die einzelnen Stimmen assoziiert? Wie sich zeigte, war die Stimme des „Nie-gut-genug“ eng mit der Stimme seines Vaters verbunden; die Stimme der „Verachtung“ resultierte aus seiner Erfahrung, als Arbeiterkind in einer höheren Schule immer ein Außenseiter gewesen zu sein.

In weiterer Folge sprachen wir darüber, wer in seinem Leben zu den Stimmen der „Güte“ und der „Anerkennung“ beigetragen hatte. Beide Stimmen waren eng mit den wenigen positiv besetzten Personen verknüpft, die zu seiner Entwicklung beigetragen hatten: Mit einem Mönch, in dessen Nähe er einige Jahre gelebt, mit einem Lehrer, der ihn ermutigt und bestärkt, mit einem Therapeuten, der ihn über lange Zeit hinweg begleitet hatte – vor allem aber mit seiner Freundin, mit der er seit kurzem in Liebe verbunden war. Wie sich zeigte, hatten die Stimme der „Verachtung“ und des „Nie-gut-genug“ sein Leben noch vor wenigen Jahren weit mehr dominiert als gegenwärtig.

So wendete sich unser Dialog der Zukunft zu. Wir gingen von der Annahme aus, dass diese Entwicklung einen weiteren guten Fortgang nähme: Wie würde sich die Konstellation seiner Band in den nächsten ein bis zwei Jahren wandeln? Der Klient illustrierte diesen Unterschied auf dem Systembrett, indem er jene beiden Figuren, welche die „Güte“ und die „Anerkennung“ repräsentierten, links und rechts von seinem „Selbst“ positionierte (die kleine Figur der „Anerkennung“ wurde durch eine größere ersetzt). Auch die Stimme des „Nie-gut-genug“ erfuhr eine Veränderung. Der Klient ersetzte sie durch zwei Figuren, wobei die erste weiterhin das „Nie-gut-genug“, die zweite hingegen eine produktive Stimme „hilfreicher Selbstkritik“ repräsentierte (vgl. Abb. 2).



Abbildung 2: Die mehr lösungsverbundene Anordnung der „Inneren Band“ des Klienten: Die Stimme der „Verachtung“ ist aufgeteilt in eine Stimme der „Verachtung“ und der „hilfreichen Selbstkritik“ (rechts im Bild), die Stimmen der „Anerkennung“ und der „Güte“ finden sich näher beim Selbst des Klienten.

Das Gespräch endete mit einer Klärung und Konkretisierung des dargestellten Unterschieds – der Klient beschrieb eine Reihe von Zeichen, an welchen er wie auch seine Freundin die beschriebene Verwandlung erkennen würden – und einer abschließenden Würdigung des Klienten durch das Reflektierende Team.

Nach der Therapiestunde fiel mir der Song ein, der zu unserem Gespräch gepasst hätte: „As Tears go by“ von den Rolling Stones.

*It is the evening of the day
I sit and watch the children play
Smiling faces I can see but not for me
I sit and watch as tears go by ...*

„As Tears go by“¹: Therapie – so dachte ich nach dieser Stunde – ist im guten Fall ein Rahmen, in welchem Unglück vergeht oder leichter wird. Es ist der Versuch, aus einem „sad song“ von Klienten ein besseres Lied zu machen – eines, das weniger mit Belastung und Einschränkung einhergeht, eines, das mit der Linderung und Auflösung bio-psycho-sozialer Leidenszustände verbunden ist, eines, das mehr mit der Erfahrung von Glück und mit einer Erweiterung der Möglichkeiten von Klienten verknüpft ist².

Im Sommer 2011 lud mich Günter Schiepek ein, an einer Schriftenreihe zur Systemischen Therapie mitzuwirken. Zum Zeitpunkt dieser Einladung beschäftigte mich die Analogie zwischen Psychotherapie und jener Musik, die in den 1960er und 1970er Jahren zeitgleich mit der Systemischen Familientherapie entstanden war – der englischen Beatmusik und dem Revival der amerikanischen Folkmusik (Grossmann, 2012a). Diese Analogie bildete den Hintergrund des hier vorliegenden Textes, der rund um „Songlines“ der Prozess- und Beziehungsgestaltung sowie der Modellbildung langsamer systemischer Einzeltherapie kreist. Es mag sein, dass das Hören einzelner Lieder – jener von Joni Mitchell, jener der Beatles, jener von Bob Dylan, jener von Peter Ratzenbeck und anderen –, von welchen im Text die Rede ist, das Verständnis des Erzählten vertiefen und anreichern kann.

Einzeltherapie ist heute ein anerkanntes und selbstverständlich erscheinendes Setting Systemischer Therapie. Das war nicht immer so: Publikationstitel wie „Familientherapie ohne Familie“ (Weiss & Haertel-Weiss, 1995), Legitimationsdiskurse rund um einzeltherapeutisches Vorgehen (deShazer, 1985, 1992a) wie auch die Tatsache, dass die 1994 erschienene Metaanalyse zur Wirksamkeit von Psychotherapien von Grawe, Donati und Bernauer (1994) kein einziges Wirkergebnis zu systemischer Einzeltherapie anführt, verdeutlichen den langen Weg, der für die Etablierung systemischer Einzeltherapie erforderlich war.

Systemische Therapie wurde in ihren beiden ersten Jahrzehnten mit „Familientherapie“ bzw. „Systemischer Familientherapie“ gleichgesetzt. Ihre zunehmende Verankerung im psychotherapeutischen Feld verdankte sie nicht zuletzt ihrer – aus heutiger Sicht zuweilen

- 1 Rund um die Entstehung von „As Tears go by“ kursiert folgende Geschichte: Das Lied sollte als Kontrapunkt zur bis dahin dominanten Verknüpfung der Rolling Stones mit Bluesmusik dienen. Andrew Oldham, ihr Manager, sperrte Jagger and Richards in der Küche ein und gab ihnen die Kriterien des für das neue Image der Band gewünschten Liedes vor – es sollte ein Song „mit Ziegelmauern rundherum, ohne Fenster und ohne Sex“ sein (Büttner, 1997, S. 87).
- 2 Für eine gendergerechte Formulierung verwende ich kapitelweise abwechselnd eine weibliche und männliche Scheibweise.