



Psychotherapie | Informationen Juni 2002 | 06

1



Aktuell für Sie:

Wichtige Änderung> aufgrund der schwankenden Punktwerte in den letzten zwei Jahren, ist eine Veränderung der Praxisstruktur unausweichlich geworden; meine freundliche und engagierte Mitarbeiterin, Frau Andrzejak wird zum 12.06.02 leider hier aufhören. Ich bedaure das sehr, wir sahen jedoch beide nach Erwägung der Alternativen nur diese klare Lösung.

Telefonkontakt, Erreichbarkeit> auf dem Anrufbeantworter/Faxgerät können Sie weiterhin alle Nachrichten und Anliegen hinterlassen; ich werde dort auch Zeiten und Erreichbarkeiten hinterlassen, in denen Sie mich persönlich sprechen können.



Zitat des Monats:

Wer ein schlechtes Gedächtnis hat, wird auch seine Fehler wiederholen.

Aus China

Wer keinen Fehler machen darf, kann auch nichts richtig machen.

Lebensweisheit



Aktivitäten:

Selbsterfahrungsgruppe Herbst> im Herbst wird eine **Selbsterfahrungsgruppe** angeboten; bitte beachten Sie den Einleger und melden Sie sich bei Interesse bald an

:) Methoden kennenlernen:

"Systemische Therapie" ist die Sammelbezeichnung für eine bestimmte Art des Denkens und Handelns, das vor etwa 40 Jahren mit der Familientherapie einsetzte und sich im Laufe der Zeit von dort her weiterentwickelt hat. Heute wird eher von systemischer Therapie bzw. systemischer Praxis gesprochen, um zum einen zu verdeutlichen, daß es nicht zwangsläufig die Familie sein muß, die im Zentrum der Aufmerksamkeit steht, zum anderen, daß die Arbeitsfelder neben der therapeutischen Arbeit im Gesundheits- und Sozialwesen auch in Supervision und Organisationsberatung bis hin zur Politik liegen. Der Film soll in das Methodenspektrum dieses weiten Feldes einführen.

In dem folgenden Text soll zunächst ein kurzer Überblick über die Entwicklung von der Familientherapie zur systemischen Therapie gegeben werden, anschließend werden zu den jeweiligen



Psychotherapie | Informationen Juni 2002 | 06

2

methodischen Bestandteilen des Filmes kurze vertiefende Erläuterungen gegeben und durch beispielhafte Literaturangaben ergänzt.

In den ersten 50 Jahren unseres Jahrhunderts und sogar z.T. bis heute war Psychotherapie eine Angelegenheit zwischen zwei Personen: dem Therapeuten und seinem oder ihrem Klienten. Die Abstinenzregeln waren sehr streng, so daß über lange Zeit es kein Therapeut gewagt hätte, überhaupt Verwandte eines Klienten für ein gemeinsames Interview zu sehen. Dieses änderte sich langsam in den 50er Jahren. An verschiedenen Plätzen auf der Welt begannen mutige TherapeutInnen, mit Familien statt nur mit Einzelpatienten zu arbeiten. Sie riskierten nicht selten, dabei ihre Reputation zu verlieren, weil ein Scheitern der Behandlung vielleicht auch ein Ende ihrer Karriere als Psychotherapeut bedeutet hätte.

Als man begann, "Probleme" mehr und mehr als Bestandteile sozialer Systemstrukturen wahrzunehmen und nicht als "Eigenschaften" einzelner Personen, wurden die Veränderungen, die sich aus dem Perspektivenwandel ergaben, z.T. als so dramatisch erlebt, daß sie als "Paradigmawechsel" bezeichnet wurden: psychische Störungen konnten nicht mehr als individuelle Prozesse gesehen werden, ja der Begriff "Krankheit" selbst war - und ist - nicht mehr angemessen für Phänomene, die offensichtlich eng verbunden mit sozialen Prozessen sind.

Eine buddhistische Lehrgeschichte zum Abschluss

Schlechter als ein Clown

In China lebte ein junger Mönch, der sehr ernsthaft den Dharma übte.

Dieser Mönch fand etwas, das er nicht verstand. Also ging er zu seinem Meister und fragte diesen. Als der Meister die Frage hörte, begann er zu lachen. Der Meister stand auf und ging weg, und lachte immer noch.

Der Mönch war durch die Reaktion seines Meisters sehr verwirrt. Die nächsten drei Tage konnte er weder essen noch schlafen oder vernünftig denken. Nach drei Tagen ging er wieder zu seinem Meister und erzählte diesem, wie verwirrt er war.

Als der Meister das hörte, sagte er: »Mönch, weißt Du, was Dein Problem ist? Dein Problem ist, *Du bist schlimmer als ein Clown!*«

Der Mönch war empört, das zu hören: »Ehrenwerter Herr, wie können sie so etwas sagen?! Wie kann ich schlimmer als ein Clown sein?«



Psychotherapie | Informationen Juni 2002 | 06

3

Der Meister erklärte es: »Ein Clown freut sich, wenn er Leute lachen sieht. Und Du? Du bist verwirrt, weil ein anderer gelacht hat. Sag mir, bist Du nicht schlechter als ein Clown?«

Als der Mönch das hörte, begann er zu lachen. Er war erleuchtet.



Literaturtipps:

Joachim Hesse. (1997) **Systemisch-lösungsorientierte Kurztherapie**, Vandenhoeck u. R., Göttingen>
Führende Vertreter der systemischen Kurztherapie geben in diesem Buch einen grundlegenden Überblick über die theoretischen Grundlagen, die praktischen Implikationen systemischen Vorgehens und über die erfolgreichen Techniken, wie effektive Lösungsgespräche geführt werden können.

© Dipl.-Psych. Wolff Henschen 2002