

KONRAD PETER GROSSMANN FÜNFZEHN SONGS



AS TEARS GO BY

Thema eines vor kurzem stattgefundenen Therapiegesprächs mit einem jungen Mann war seine ablehnende Haltung sich selbst gegenüber: Diese negative Beziehung zum eigenen Selbst

war eng mit seiner Erfahrung wiederkehrender depressiver Episoden verbunden, die er durch exzessiven Alkohol- und Drogenkonsum zu lindern suchte.

So kamen wir ins Gespräch 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 – gruppierten.

Ich bat ihn, die gegenwärtige Bedeutung und Gewichtung der einzelnen Bandmitglieder auf dem Systembrett zu veranschaulichen. 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.

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 verwoben; die Stimme der „Verach-

tung“ knüpfte an seine Erfahrung an, als Arbeiterkind in einer höheren Schule immer ein Außenseiter gewesen zu sein.

In der weiteren Folge redeten 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 hatte, mit einem Lehrer, der ihn ermutigt und bestätigt hatte, 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 Stimmen 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: Angenommen diese Entwicklung würde einen weiteren guten Fortgang nehmen, 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 „Wertschätzung“ repräsentierten, links und rechts von seinem „Selbst“ positionierte (die kleine Figur der „Wertschätzung“ 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.

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 der Therapiestunde gepasst hätte – Mick Jagers „As tears go by“. Die musikalische Metaphorik erinnerte mich daran, dass es unter anderem die Liebe zur Musik war, die mich zur systemischen Therapie geführt hatte. Diesem Bezug/Dieser Liebe möchte ich mit den folgenden Zeilen meine Referenz erweisen.

LANG EH ICH DICH KANNT

„Lang eh ich dich kannte, warst du mir schon nah ...“ lautet die Anfangszeile des gleichnamigen Lieds der österreichischen Folkband „Liederlich Spielleut“, die sich auf ihrem Album „Verloren oder was“ findet. Ähnlich erfinde ich mir meine Geschichte in Bezug auf Systemische Therapie: Lange ehe ich sie kannte, waren mir systemische Ideen und Praktiken durch die Musik, die ich hörte, schon nahe.

Musik und Psychotherapie bergen eine Reihe von Gemeinsamkeiten: Beide bewegen das Gemüt – sie trösten (wie Nat King Coles „Mona Lisa“), beruhigen (wie Mozarts „Zauberflöte“), aktivieren (wie „Romeo und Juliet“ von den Dire Straits), versöhnen (wie Dvorcaks zweiter Satz der „Symphonie aus der Neuen Welt“) usf. Musik ist „Anstiftung“ (vgl. Hametner, 2006): Durch ihre Fähigkeit, emotionale Reaktionen hervorzurufen, war Musik schon früh mit Heilung assoziiert (vgl. Spitzer, 2005). Bis in die Frühantike diente sie nicht nur als verbindendes Medium sozialer Gemeinschaften, sondern auch als tranceinduktives Verfahren, mit dessen Hilfe Götter angerufen bzw. Ressourcen aktiviert oder Dämonen vertrieben bzw. Problemzustände externalisiert wurden. In der klassischen Antike ging man davon aus, dass biopsychosoziale Problemzustände in einer inneren „Unordnung“ von Kräften gründeten, die mittels Musik geordnet und harmonisiert werden konnten. Bereits Pythagoras soll Lieder dazu verwendet haben, negative Gemütszustände oder unkontrollierte Leidenschaften auszugleichen. Nach Platon und Aristoteles sollte sich mit Hilfe von Rhythmus und Melodie die Harmonie zwischen Körper und Seele, zwischen Geist und Gefühl wiederherstellen lassen.

In der Renaissance und im Barock diente Musik unter anderem der Regulation des Blutkreislaufs, dessen Disharmonie als Ursache von Leidenszuständen gedacht wurde. Mozart und Händel schrieben heilende Musik für Menschen, die unter chronischen Kopfschmerzen oder Melancholie litten. Bach komponierte seine „Goldberg-Variationen“ für einen von quälender Schlaflosigkeit Betroffenen, der – so der Mythos - durch das wiederholte Hören der Komposition wieder zu seiner Ruhe und Ausgeglichenheit fand (vgl. Decker-Voigt &

Weymann, 1996). Die heilende Kraft der Musik spiegelt sich nicht zuletzt in der Entwicklung der Musiktherapie wieder¹.

Musik, die mit Gesang bzw. Text verbunden ist, leistet zusätzlich noch anderes: Sie transportiert (metaphorische) Beschreibungen von Erfahrung und bettet diese in überindividuelle „ready mades“ - sie liefert Worte/Sätze für das, was wir nur schwer beschreiben können, sie generiert Narrative, mithilfe derer wir eigene Erfahrung, Wünsche, Ängste, Sehnsüchte ordnen und verstehen können und die uns das Gefühl vermitteln, mit unserer Erfahrung nicht allein zu sein; sie vermittelt Selbst- und Weltwissen, manchmal sogar Weisheit, die uns hilft, zu leben und zu überleben. All diese Aspekte verbindet Musik mit Therapie.

Es gibt Musik für jede (therapeutische) Gelegenheit: für das Einzelsetting, für das Paarssetting, für das familientherapeutische Setting („Teach your children well“ von Crosby, Stills, Nash and Young ist ein Beispiel dafür). Es gibt störungs- und lösungsspezifische Musik. Es gibt Musik für Problemaktualisierungen (wie Dylans „Lay down your weary tune“) und für Lösungsaktualisierungen. Es gibt Musik für den (therapeutischen) Beziehungsaufbau und Musik für die Auflösung des Therapiesystems. Gute Musik und gute Therapie wecken „Hoffnung ... auf Genesung und Normalität“ (Haley, 1981, S. 18); gute Musik erfüllt zudem jene Kriterien, die Ludwig als essenziell für hilfreiche (therapeutische) Interaktion denkt: Sie ist nützlich, respektvoll und schön (vgl. Ludwig, 1988).

TAKE A SAD SONG AND MAKE IT BETTER

„Take a sad song and make it better ...“, so Lennon und McCartney in ihrem Klassiker „Hey Jude“: Psychotherapie ist der Versuch, das „Lied“ von KlientInnen, Partne-

¹ Traditionell wird zwischen rezeptiver und aktiver Musiktherapie unterschieden: In der rezeptiven Musiktherapie wird therapeutische Wirkung durch das Hören von Musik erzielt; in der aktiven Musiktherapie werden KlientInnen zum Musizieren motiviert. Nach dem Zweiten Weltkrieg entstanden die heutigen Formen der aktiven Musiktherapie – unter anderem jene der systemischen Musiktherapie (Zeuch et al., 2004). In Analogie zur Psychotherapie wird zwischen Einzelmusiktherapie und Gruppenmusiktherapie unterschieden.

rInnen, Familienmitgliedern ein bisschen besser zu machen, unter anderem, indem sie ihre „affektive Lebensmelodie“ moduliert (vgl. Russinger, 2009, pers. Mitt.). Damit Menschen sich verändern, bedürfen sie des Rahmens einer positiven Therapiebeziehung: eines Rahmens der Empathie, des Respekts, der Wertschätzung und Neutralität, der Kooperation und der Ressourcenorientierung. Sie ist jener stabilisierende Wirkfaktor, welcher der mit Veränderung einhergehenden Labilisierung von KlientInnen entgegenwirkt.

Eine positive Therapiebeziehung stellt mit Hubble, Duncan und Miller (ihre Publikation trägt den Titel „The Heart and Soul of Psychotherapy“, was ein wunderbarer Songtitel wäre) neben der „Hoffnung und positiven Veränderungserwartung von KlientInnen“, neben „Theorie- und Technikfaktoren“ und sog. „extratherapeutischen Faktoren“² den zentralen Wirkfaktor hilfreicher Therapien dar (vgl. Hubble et al., 2001). Zusammenfassend bezeichnen die Autoren diese Wirkfaktoren als die sog. „big four“. Dank dieser Überschrift sind diese „big four“ mit den „big four“ meiner Jugend – den Beatles – eng verbunden³.

HALF OF WHAT I SAY IS MEANINGLESS

Kurz nach dem Tod seiner Mutter Julia schrieb John Lennon einen gleichnamigen Song, der mit der Textzeile „Half of what I say is meaningless/but I say it just to reach you ...“ beginnt.

Gleich Lennon glaube ich, dass die Hälfte dessen, was ich meinen KlientInnen mitteile, für sie unter einem transformativen Blickwinkel ohne Bedeutung ist: Es birgt keine inhaltliche Erweiterung des Erzählten, kein erweitertes Verstehen, keine Anregung oder Dekonstruktion, es spiegelt „nur“ mein empathisches Anschließen.

In vielen Fällen ist diese „Hälfte“ noch zuwenig: Geht

man mit Grawe davon aus, dass achtzig Prozent aller TherapieklientInnen über stark negative Bindungserfahrungen sowohl in ihrer Biografie wie auch in ihrer aktuellen Lebenswelt verfügen (vgl. Grawe, 2004) und dass sie diese Erfahrung auf die Beziehung zu ihren TherapeutInnen im Sinne einer negativen Bindungserwartung „übertragen“, so ist mehr als die Hälfte dessen, was ich sage, „meaningless“. Es ist darauf ausgerichtet, KlientInnen eine Korrektur ihrer Bindungserfahrung im Kontext der therapeutischen Bindung zu vermitteln (vgl. Merl, 2006).

„I'll take your part when darkness comes“, so Paul Simon und Art Garfunkel in ihrem Song „Bridge over troubled water“.

Simon und Garfunkel hatten sich Mitte der 50er Jahre gefunden. 1964 nahmen sie das Album „Wednesday Morning, 3 A.M.“ auf, das unter anderem eine Cover-Version von Dylans „The times are a-changing“ und Simons Komposition „Sounds of Silence“ enthielt. 1966 erschien das „Parsley, Sage, Rosemary and Thyme“ mit dem Traditional „Scarborough Fair“, dessen komplexe Stimmführung mir nachträglich als eine wunderbare Einführung in die therapeutische Arbeit mit Mehrpersonen-Settings scheint.

Mit dieser Textzeile formulieren Simon & Garfunkel jenen Grundsatz „therapeutischer Präsenz“ (vgl. Rogers, 1972) bzw. „aktiver therapeutischer Solidarität“ mit KlientInnen, der auch im Zentrum des Beziehungsverständnisses langsamer systemischer Therapie steht (vgl. Grossmann & Russinger, 2011).

Wenige MusikerInnen haben die Idee der Solidarität so konsequent besungen und auch zu leben versucht wie Joan Baez. Baez kam 1941 in New York zur Welt. Ihre biografischen Erfahrungen – vor allem die soziale Ausgrenzung aufgrund ihrer mexikanischen Abstammung und ihrer dunklen Hautfarbe – prägten ihre künstlerische wie politische Karriere. 1959 startete sie diese mit Auftritten in einem Folk-Club in Cambridge, einer Hochburg des amerikanischen Folk-Revivals. Beim Newport Folk Festival spielte sie erstmals vor einem größeren Publikum. Auf einer Tournee lernte sie Bob Dylan kennen und lieben. Die Partnerschaft mit Dylan endete 1963, während dessen

² Zu diesen zählt unter anderem die Unterstützung wichtiger sozialer Anderer für therapeutische Veränderungsprozesse: Veränderung – so schon die Beatles – geht einfacher mit „a little help from ... friends“.

³ Aus einer Folk-Perspektive würde allerdings die Assoziation der „big four“ mit der kanadischen Folkband Crosby, Stills, Nash and Young näher liegen.

England-Tournee – besungen wurde diese Trennung Jahre später in ihrem Lied „Diamonds and rust“.

Auf dem Civil Rights March 1963 sang sie Pete Seegers „We Shall Overcome“, das in den folgenden Jahren zu ihrem künstlerischem Markenzeichen wurde. Ende der 60er Jahre trat sie auf dem Woodstock-Festival auf und nutzte

GUTE MUSIK UND GUTE THERAPIE WECKEN „HOFFNUNG ... AUF GENESUNG UND NORMALITÄT“; GUTE MUSIK ERFÜLLT ZUDEM JENE KRITERIEN, DIE LUDEWIG ALS ESSENZIELL FÜR HILFREICHE (THERAPEUTISCHE) INTERAKTION DENKT: SIE IST NÜTZLICH, RESPEKTVOLL UND SCHÖN.

dieses Forum (wie jedes ihrer Konzerte) dafür, gesellschaftliche Missstände zu thematisieren. Ihr von Gandhi beeinflusster Pazifismus führte sie zur Gründung des kalifornischen „Institute for the Study of Nonviolence“. Sie war und ist eine zentrale Stimme der amerikanischen Friedens- und Bürgerrechtsbewegung.

HEIMWEH NACH HEIMAT

Vor einigen Monaten sah ich Bilder von der Oberfläche des Saturnmondes Titan: Sie stammten von der Raumsonde Huygen aus dem Jahr 2004 und zeigen eine flache Landschaft mit Wüstensand, in der einzelne Steine liegen – sie gleichen jenen Steinen, die man bei uns auf der Erde in Flusstälern findet, abgerundet durch die Kraft des strömenden Wassers.

Die Annahme, dass es auf dem Titan Flüssigkeit gibt – trotz der 1 Milliarde Kilometer Entfernung zur Sonne – wurde ein Jahr später durch Aufnahmen vom Nord- und Südpol des Mondes bestätigt: Hier getätigte Röntgenaufnahmen zeigen eine schroffe Oberflächenstruktur mit eingelagerten schwarzen Flecken – diese Flecken entstehen bei Röntgenaufnahmen, wenn ein fotografiertes Objekt vollkommen flach ist, wie dies etwa bei der Oberfläche eines Sees der Fall ist. Tatsächlich handelt es sich bei diesen Flecken um riesige Methanseen,

die in ihrem Ausmaß dem Kaspischen Meer vergleichbar sind. Titan verfügt über einen methanologischen Flüssigkeitskreislauf, so wie die Erde einen hydrologischen Kreislauf besitzt: Methan steigt als Gas hoch, regnet in Form von großen Tropfen auf die Oberfläche (ich denke mir Methantropfen ähnlich wie Blätter, die im Herbstwind langsam zur Erde gleiten), wo sie in der Nähe der Pole gefrieren oder Seen bilden. Die hier entspringenden Flüsse formen die Täler und Hügel, ehe das Methan erneut verdunstet.

Die Täler des Titan erinnern mich an all die Flussläufe, an denen ich gerne entlang wandere. Titan gleicht meiner Heimat, der Erde.

Eines jener Lieder, die mir beim Betrachten der Bilder des Titan durch

den Kopf gingen und die diese Sehnsucht nach Bindung thematisieren, ist Bettina Wegners „Heimweh nach Heimat“: „Ich hab“ – so der Refrain – „Heimweh nach Heimat/wo das auch sein mag“.

Bettina Wegner wurde in West-Berlin geboren. Nach der Gründung der DDR übersiedelte sie mit ihren Eltern nach Ost-Berlin, wo sie in einer Bibliothek arbeitete und ein Schauspielstudium begann. Nachdem sie 1968 Flugblätter gegen die Intervention der Warschauer-Pakt-Staaten im Prager Frühling geschrieben und verteilt hatte, wurde sie verhaftet und zu einer Freiheitsstrafe auf Bewährung verurteilt. Nach ihrer „Bewährung in der Produktion“ besuchte sie die Abendschule, holte ihr Abitur nach und absolvierte eine Ausbildung als Sängerin.

In ihrem künstlerischen Schaffen war sie zunehmenden staatlichen Restriktionen ausgesetzt; nach ihrem Eintreten für den Liedermacher Wolf Biermann 1976 wurden ihre Auftrittsmöglichkeiten immer weiter beschnitten. 1983 wurde sie vor die Wahl gestellt, ins Gefängnis zu gehen oder ausgebürgert zu werden. Sie zog nach West-Berlin. Der Verlust der Heimat stellt ein wiederkehrendes Thema ihrer Lieder dar.

Einer der Gründe für die hohe Bedeutung der therapeutischen Bindung ist, dass sie das Bedürfnis von Klienten

tInnen nach Zugehörigkeit – nach „Heimat“ - abzudecken sucht (vgl. Merl, 2006).

Diese Bedarfsdeckung gründet in der Fähigkeit von TherapeutInnen, trotz aller Unterschiede von Erfahrung, Gender, Weltbild, Status, Alter usw. in Bezug auf ihre KlientInnen Analogien der Erfahrung und des Erlebens herstellen zu können.

BOTH SIDES NOW

„I’ve looked on life from both sides now ...“, so die Anfangszeilen des Refrains von Joni Mitchells Ballade „Both sides now“. Sie formuliert musikalisch, was White unter Bezug auf die Qualität der therapeutischen Kooperation als „two-way-account of therapy“ beschreibt (vgl. White, 1998): Positive therapeutische Kooperation bedarf der Gleichwertigkeit der Teilnehmer des Therapiedialogs, sie gründet nicht in einem „privileged knowledge“ von TherapeutInnen, sondern in einem „bescheidenen Expertentum“ (vgl. Weingarten, 1999).

Dass Joni Mitchell beide Seiten des Lebens kennt, spiegelt sich in ihrer Biografie wieder. In einer kanadischen Kleinstadt aufgewachsen und mit den Liedern von Pete Seeger groß geworden, begann sie nach dem Abitur ein Kunststudium in Toronto, das sie jedoch abbrach, als sie schwanger wurde. Sie gab ihr Kind zur Adoption frei. Nach einer weiteren schmerzhaften Trennung begann sie, eigene Lieder zu schreiben. Sie ging nach New York. David Crosby – späteres Mitglied von Crosby, Stills, Nash and Young – produzierte 1968 ihr erstes Album.

Mitchell war nach Woodstock eingeladen, konnte aber das Festivalgelände aufgrund des enormen Andrangs nicht erreichen. Ihr Song „Woodstock“ wurde dennoch zu einer nachträglichen Hymne auf das Festival (vgl. Fleischer, 1976).

THROUGH THE HILLS AND OVER VALLEYS

Als ich jung war, streifte ich in den Ferien oft durch die

Hügel und Täler Schottlands und Irlands. Ich zeltete an kleinen Seen und Flüssen, las Joyce und O’Faolin und verbrachte die Abende in kleinen Pubs, in denen sich die FolkmusikerInnen trafen, um gemeinsam zu musizieren. Damals lernte ich die schottische und irische Folkmusik lieben: die Lieder von Dougie MacLean, von Andy Irvine, von Les Brown, die traditionellen Folksongs, in welchen die unglückliche Liebe, die Schönheit der Landschaft, der Traum der Befreiung von englischer Herrschaft und natürlich „the beauty of the ladies“ besungen wird.

Jahre später wurde mir die Textphrase „through the hills and over valleys“ aus Cathie Ryans Ballade „Here’s to

GUTE FOLKSONGS SIND EINFACH UND KLAR STRUKTURIERT. DIESES MERKMAL TEILEN SIE MIT DEM, WAS ICH ALS GUTE THERAPIE DENKE: GUTE THERAPIE IST EINFACH IN IHRER „LOGIK“, IN IHRER ZIELSETZUNG, IN IHREM AUFBAU.

you“ zum Synonym für ein Herzstück des Therapieverständnisses langsamer systemischer Therapie: für die Verwandlung von Potenziallandschaften bzw. leidvoller Fühl-Denk-Verhaltensmuster von KlientInnen.

In der Sprache der Synergetik lässt sich Therapie „als Ausformung alternativer Attraktoren (Potenzialtäler) vorstellen ... (.) Das Persönlichkeitsspektrum erweitert sich und die dispositionelle Vielfalt erhöht sich: Die Form der Landschaft wird komplexer. Der Einzugsbereich (Bassin) des ursprünglichen „Störungsattraktors“ verringert sich und auch die Wahrscheinlichkeit, diesen zu erreichen, wird kleiner.“ (Haken & Schiepek, 2006, S. 44).

AMERICAN TUNE

Gute Folksongs sind einfach und klar strukturiert. Dieses Merkmal teilen sie mit dem, was ich als gute Therapie denke: Gute Therapie ist einfach in ihrer „Logik“, in ihrer Zielsetzung, in ihrem Aufbau.

Viele Folksongs folgen einem Drei-Schritte-Schema, das auch die Prozessdramaturgie langsamer systemischer

Therapie prägt: Sie formulieren in der ersten Strophe eine Problemsituation - ein dominantes/problemassoziiertes Potenzialtal -, in der zweiten Strophe einen Potenzialübergang und in der abschließenden dritten Strophe eine Lösungserfahrung, was sich als Aktivierung und Bahnung eines alternativen Potenzialtals bzw. einer „alternative story“ lesen lässt (vgl. Grossmann, 2009). In analoger Weise lässt sich Therapie mit van Gennepp und White als dreiphasiger Prozess lesen, der sich aus einer „Separationsphase“, einer Phase des Übergangs („Liminalphase“) und einer Phase der Reorganisation („Reinkorporationsphase“) zusammensetzt (vgl. Gennepp, 1986; vgl. White, 2000). In der „Separationsphase“ steht die Auflösung bisheriger dominanter Identitätskonstrukte von KlientInnen im Vordergrund. Die Separationsphase zielt auf ein Sowohl-als-auch von Problemaktualisierung wie Problemdissoziation.

Jener Song, der wie wenige andere mit einer Erfahrung der Problemaktualisierung korrespondiert, ist „American Tune“ von Paul Simon: „Many’s the time I’ve been mistaken, and many times confused; and I’ve often felt forsaken, and certainly misused ...“, so die Anfangszeilen. Die Melodie des Songs ist einem Choral von Bachs Matthäus-Passion entnommen.

Damit KlientInnen Problem-Lösungs-Übergänge nachhaltig vollziehen, muss ihre leidvolle Erfahrung und Geschichte gehört werden: Die Erzählung des Leids muss von KlientInnen ausgesprochen, wiedererlebt, aktualisiert werden (vgl. Grossmann, 2005), und sie muss durch TherapeutInnen verstanden, anerkannt, bezeugt, mit- und nachvollzogen werden. Mitteilung und Verstehen der Problemerkfahrung von KlientInnen bilden die Basis der therapeutischen Kooperation. Sie gewährleisten, dass der Therapiedialog sich affektiv bedeutsamen Themen von KlientInnen widmet. Zuweilen ist es nur das verstehende Zuhören, das für KlientInnen jenen Unterschied macht, der einen Unterschied macht: Die Tatsache, dass erzählt werden kann, dass dieses Erzählen nicht mit Abwertung oder Entwertung seitens des Zuhörers/der ZuhörerIn verbunden ist; dass im Verlauf des Erzählens Fragen gestellt werden, die

Zusammenhänge klären oder schaffen; dass die erzählte Erfahrung möglicherweise eine ist, die der Klient/die Klientin mit anderen teilt - all dies kann sich als heilsam oder zumindest entlastend erweisen.

Eine Problemorientierung bzw. „Problemaktivierung“ von TherapeutInnen gewährleistet ein assoziiertes Dialogisieren des Therapiesystems: Das, wovon die Rede ist, ist im „Hier und Jetzt“ des Dialogs der Fall, wird im „Hier und Jetzt“ vergegenwärtigt; es wird nicht nur erzählt, sondern im Erzählen partiell erneut erlebt und unter Umständen handelnd durchlebt. Hilfreiches Erzählen in Therapie ist ein „Erzählen-in“, nicht ein „Erzählen-über“: Dies ermöglicht, dass Problem-Lösungs-Übergänge sich affektiv bedeutsam entfalten.

Erst eine umfassende Problemaktualisierung ermöglicht Problemdissoziation, ermöglicht KlientInnen ein allmähliches Heraustreten aus der Talsohle ihrer Problemerkfahrung, eröffnet Raum für sprachliche Mikrointerventionen, für Dekonstruktion, für Reframing, für unterschiedliche Formen der Problem-Externalisierung u. a.

Die folgende „liminale Phase“ lässt sich als Erprobungsphase für Potenzialübergänge denken: Sie realisiert sich als Erkunden von Problemunterschieden, von Zielen und Sehnsüchten. KlientInnen vollziehen Problem-Lösungs-Übergänge – mithilfe der Wunderfrage, der Timeline, mit Multiple Voices, mittels der Konstruktion von Ausnahmen, mittels Zeitprogression und anderem.

Das es in Therapien um die Entwicklung alternativer Potenzialtälern bzw. um die Bahnung lösungsbezogener Fühl-Denk-Verhaltensmuster geht – um „Unterschiede, die einen Unterschied machen“ -, dieses Motiv deutet sich bereits in Dylans Album „Bringing it all back home“ - und hier am prägnantesten in dem Song „My back pages“- an. 1964 war Dylans Album „Another Side of Bob Dylan“ erschienen; der Titel nahm vorweg, dass sich nun eine andere Seite von Dylan zeigen würde. Tatsächlich war das Folgealbum „Bringing It All Back Home“ ein Wendepunkt: Es barg auf seiner B-Seite Folksongs in gewohnter Qualität – ein wundervolles „Mehr desselben“ –, die A-Seite hingegen zeigte Dylan als Folk-Rock-Komponisten und Sänger, der die Westerngitarre gegen die Elektrogitarre tauschte und nicht mehr als Solist, sondern mit einer Band in Erscheinung trat.

In der Reinkorporationsphase fungieren TherapeutInnen als Ko-AutorInnen lösungsassoziierter Fühl-Denk-Verhaltensmuster: Sie unterstützen die Aktivierung und Bahnung alternativer Potenzialtärer – „The hard-won meanings should be said, painted, danced, dramatised, put into circulation“ (Turner, 1986, p. 37). „Reinkorporation“ stellt sich ein, wenn KlientInnen eine neue Identitätsstruktur

und einen veränderten sozialen Bezug entwickeln. Im Kontext dieser Phase werden auftauchende Lösungen durch sog. Lösungsaktualisierungen verstärkt und authentisiert: „The client is invited to locate a full account of the unique outcomes in a new, alternative story about her lived experience. The goal of this is to ensure that the person experiences the full significance of the unique outcomes. This process of inviting people to go back to their own experience and bring forth alternative stories about themselves leads them to having a different experience of themselves“ (Kamsler, 1998, p. 64).

COME GATHER 'ROUND FRIENDS AND I'LL TELL YOU A TALE

„Come gather 'round friends and I'll tell you a tale ...“ – so die erste Zeile von Dylans „North Country Blues“. TherapeutInnen lassen sich als Ko-AutorInnen bzw. Ko-MusikerInnen lesen, die gemeinsam mit ihren KlientInnen eine Musik der Lösung generieren. Wie andere Singer-Songwriter auch bedienen sie sich hierbei des Mittels der „Verkleidung“ bzw. des „wrapping“: Sie kleiden zentrale Unterschiedsideen in ein ungewöhnliches Gewand, damit sie für KlientInnen anschlussfähig sind (vgl. Zeig, 1996, pers. Mitt.).

Die Musik der Therapie ist im guten Fall jener Rahmen, in dem KlientInnen wie TherapeutInnen ihre Unterschiedsideen „aussäen“ können und in welchem diese nach und nach reifen.

THERAPEUTINNEN LASSEN SICH ALS KO-AUTORINNEN BZW. KO-MUSIKERINNEN LESEN, DIE GEMEINSAM MIT IHREN KLIENTINNEN EINE MUSIK DER LÖSUNG GENERIEREN. WIE ANDERE SINGER-SONGWRITER AUCH BEDIENEN SIE SICH HIERBEI DES MITTELS DER „VERKLEIDUNG“ BZW. DES „WRAPPING“: SIE KLEIDEN ZENTRALE UNTERSCHIEDSIDEEN IN EIN UNGEWÖHNLICHES GEWAND, DAMIT SIE FÜR KLIENTINNEN ANSCHLUSSFÄHIG SIND.

Therapeutische Interventionen – „Wrappings“ für Unterschiedsideen – könne unterschiedlichste Formen annehmen: jene des Fragens, der Videoscreen-Technik, der Zeitlinie, der Darstellung auf dem Systembrett, der Skulpturierung, der therapeutischen Geschichte oder Metapher usf.

WHY SHOULD I CRY FOR YOU

Potenzialübergänge bzw. Interventionen in Therapien bedienen sich der Erinnerung (bzw. des „Wirklichkeitssinns“) und der Fantasie (bzw. des „Möglichkeitssinns“) von KlientInnen: Im ersten Fall realisiert sich das „Wrapping“ einer zentralen Unterschiedsidee über die Rekonstruktion von lösungsassozierten (vergangenen und gegenwärtigen) (Problem-)Ausnahmen und Unterschieden; im zweiten Fall verwirklicht sich „Wrapping“ in Form des „Was-wäre-wenn“. Dieses „Was-wäre-wenn“ findet seine direkte Entsprechung in John Lenons „Imagine“.

Das Motiv des „Was-wäre-wenn“ liegt auch einem Song zugrunde, den Sting im Rahmen seiner Symphoncities-Tournee vortrug – „Why should I cry for you“.

Im Übergang zu diesem Song erzählte Sting, dass er als Kind seinen Vater, der als Milchmann arbeitete, auf seiner Morgentour durch Newcastle zu begleiten pflegte: Sein Vater habe nicht viel mit ihm gesprochen, und er selbst sei bei ihren morgendlichen Wanderungen seinen Träumen nach-

gehangen. Aber eines Tages habe ihn sein Vater mit zu den Docks genommen und ihm die auslaufenden Schiffe gezeigt. In diesem Zusammenhang sei es zu einem kurzen Gespräch gekommen – sein Vater habe ihm gewünscht, dass er ein gutes und aufregendes Leben führen solle und damit gemeint, sein Sohn möge Matrose werden.

Stings seinem verstorbenen Vater gewidmetes Lied „Why should I cry for you“ gründet in der Vorstellung, was gewesen wäre, wenn er den Wünschen seines Vaters gefolgt wäre und ein „gutes Leben“ gelebt hätte. Ben Furman – so denke ich – müsste diesen Song lieben (vgl. Furman, 1999).

WATCHING THE RIVER FLOW

In Folksongs sind zentrale Unterschiedsideen zumeist in die Refrains eingewoben – diese Unterschiedsideen sind einfach, und sie kehren wieder und wieder.

Langsamkeit und Wiederholung sind – wie ich glaube – für hilfreiche Therapie essenziell.

„Der therapeutische Prozess, unter dem Aspekt des Umgangs mit Zeit betrachtet, ist“ – so Brandl-Nebehay – „ein An- und Innehalten: einen Halt bekommen durch freundlichen Rückblick und bewertende Betrachtung des zurückgelegten Weges; im Sichten und frischen Erzählen des Vergangenen werden neue Selbstgeschichten entwickelt, die eine lebbare Richtung in die Zukunft weisen“ (Brandl-Nebehay, 2004, S. 113). „Psychotherapie“ – so auch Retzer – „handelt nicht allein in der Zeit, sondern auch und vor allem mit der Zeit“ (Retzer, 1996, S. 153).

Aus der Perspektive Langsamer Systemischer Therapie ist das Evolvieren von Lösungen das Ergebnis vieler einzelner kleiner Schritte. Eine therapeutische Verwandlung gründet wesentlich in Vorgängen der Entschleunigung und in Wiederholung – sie besteht in kleinen und kontinuierlichen Änderungen (vgl. McClelland & Plunkett, 1995, p. 193).

Entschleunigung meint: KlientInnen halten inne, reflektieren normalerweise rasch vor sich gehende Prozesse ihres Fühlens, Denkens, Verhaltens, Interagierens.

Sie vergegenwärtigen sich deren Kontexte und Implikationen, sie erkunden mögliche Abzweigungen und Variationen, sie untersuchen ihr Passen zu gegebenen Lebenswelten, zu ihren Zielen und Werten.

Kleine Veränderungen sind wichtiger als große. Langsamkeit – so Geißler – ermöglicht „den Blick für die Nähe und das Nahe, fürs Detail und fürs Besondere ... (.) Wir könnten diese Zeitform als Möglichkeit verstehen, etwas Neues, Unerwartetes an uns herankommen zu lassen“ (Geißler, 1996, S. 30).

Hilfreiche Therapie besteht darin, Unterschiede zu säen bzw. zu fördern und der Seele von KlientInnen bei ihrem Wachsen zuzuschauen.

Woher stammen therapeutische Unterschiedsideen? Wie entstehen gute Songs? In beiden Fällen spielt nicht nur die Zielbezogenheit von Therapie, sondern auch Intuition eine gewichtige Rolle.

Arlo Guthrie – Sohn von Woody Guthrie und Komponist so wunderbarer Songs wie „Alice’s Restaurant“ – erzählte einmal während eines Konzerts, dass er nicht im eigentlichen Sinne komponiere. Er gleiche vielmehr einem Fischer, der am Fluss sitze, seine Angel auswerfe und darauf warte, dass musikalische Ideen gleich Fischen den Fluss herunter schwimmen würden. Leider – so seine Ergänzung – sitze flussaufwärts ein weiterer Fischer (gemeint war Bob Dylan), der ihm die besten vor der Nase wegschnappen würde.

CLOSE YOUR EYES

Ein hilfreicher Rahmen des Lernens in Therapien ist das Lernen in Trance, das sich sowohl für die Einübung alternativer Potenziale/Fühl-Denk-Verhaltensmuster wie für die Verarbeitung traumatischer Erfahrungen anbietet (vgl. Russinger, 2004; Grossmann & Russinger, 2011),

Trance gewährleistet Lernen in verdichteter Aufmerksamkeit und im Kontext relativer Entspannung – es begünstigt ein „one-trial-learning“; und es birgt eine eigene Schönheit und die Qualität einer berührenden Erfahrung.

Zentrale Grundsätze der Tranceinduktion finden sich nicht nur bei Erickson, bei Schmidt oder Gilligan, sondern auch in einer Ballade, die ich erstmals vor fast vierzig Jahren in einer Radiübertragung aus der Royal Albert Hall in London gehört habe: Joni Mitchell und James Taylor sangen hier gemeinsam Taylors Wiegenlied

„Close your eyes“, das in seinem Refrain eine verdichtete Zusammenfassung jedweder Tranceinduktion birgt:

„Close your eyes
You can close your eyes
It's alright“.

Dieses Duett gehört zum Schönsten, was Folkmusik zu bieten hat.

FIELDS OF GOLD

„You'll remember me when the west wind moves
Upon the fields of barley
You'll forget the sun in his jealous sky
As we walk in the fields of gold“.

Stings „Fields of gold“ ist ein Song, in dem sich die Musik der Lösung widerspiegelt, gleich den Gipfeln des Toten Gebirges, die sich an einem sonnigen Herbstnachmittag im Wasser des Wildensees im Toten Gebirge abbilden.

Therapie wie Musik gründen in der Selbstwirksamkeit von KlientInnen bzw. HörerInnen: Die „Musik der Lösung“ entsteht in den Herzen und Köpfen von Betroffenen.

SOUNDS OF SILENCE

In seiner Ballade „Sounds of Silence“ thematisiert Paul Simon die enge Verbindung zwischen Musik und Stille. Die gleiche Verbindung findet sich in Anmerkungen des oberösterreichischen Schriftstellers Rudolf Habringer über seine Arbeit: Er brauche – so Habringer – für sein Schreiben zwei Verbündete: Stille und Musik. Die Musik sei die Schwester der Stille – sie sei „strukturierte Stille“: Die Stille sei die „Begleiterin für den Kopf ...“, die Musik aber ist die Begleiterin, die mein Herz berührt“ (Habringer, 2011, S. 350).

WALDVIERTLER NÄCHTE

Dass zwischen systemischer Therapie und der Musik, die ich liebe, ein Zusammenhang besteht, wurde mir vor einigen Jahren anlässlich des alljährlichen vorweihnachtlichen Konzerts des österreichischen Fingerpickers Peter Ratzenbeck in Linz deutlich. Wie jedes Jahr spiel-

te er in einem kleinen verrauchten Konzertraum nahe der alten Tabakfabrik; wie gewohnt fanden sich zwischen alten und vertrauten Nummern neue Stücke.

Ich mag Peter Ratzenbeck, seit ich ihn erstmals mit 19 Jahren beim Folkfestival in Vorarlberg gehört habe; ich mag seine frühen und seine späten Kompositionen; ich mag die endlosen Geschichten, die er zwischen den Stücken und dem ebenso endlosen Hin- und Herstimmen seiner Gitarre erzählt; und an diesem Abend vor vielen Jahren mochte ich besonders seine erstmals gespielte Eigenkomposition „Waldviertler Nächte“.

Während er spielte, entstanden in meinem Inneren Bilder der terrassierten Hügellandschaft des westlichen Waldviertels – der kleinen, mit Mauern aus Granitsteinen umgrenzten Kartoffel-, Mohn-, Roggen- und Haferfelder; die Musik vergegenwärtigte mir den scharfen Wind aus dem nördlichen Böhmen, und die klirrende Kälte um Weihnachten, und den von Sternen übersäten Himmel, und die Findlinge in der Blockheide, und das Tal des Kamps mit seinen Streifen von Sonnenlicht auf der Wasseroberfläche, und den Geschmack von Heidelbeeren und Birkenpilzen, und den Raureif im frühen Herbst auf den Wiesen, der den frühen Winter ankündigt. Es war die perfekte Reise zu einem meiner vielen „Inneren Sicherer Orte“.

Ließe sich Psychotherapie in die Sprache der Musik übersetzen, so dachte ich damals, müsste sie gleich diesem Stück klingen. Sie müsste eine Atmosphäre der Konzentration und Dichte bergen; sie müsste zugleich die Seele, den Körper und den Geist bewegen; sie hätte eine klar erkennbare Struktur, einen langen Spannungsbogen, wäre voller Veränderungen in Rhythmus und Tempo. Wie dieses Stück müsste sie kleine Pausen – Räume der Stille - bergen, in denen etwas nachklingt und sich anderes vorbereitet, sie wäre anders als die Welt draußen und doch eng mit ihr verbunden.

Seit damals sehne ich mich danach, Therapie zu machen, die Peters Komposition nahe kommt.

UNIV.DOZ. DR. KONRAD PETER GROSSMANN

ist Psychologe, Psychotherapeut SF in freier Praxis und in der Ambulanten Systemischen Therapie der la:sf Wien, Mediator & Supervisor, Lehrtherapeut, Lehrsupervisor; Lehrbeauftragter der Univ. Klagenfurt und der FH für Sozialarbeit, Linz

LITERATUR

- Brandl-Nebehay A (2004) Rhythmus, Takt und Timing. Vom Umgang mit der Zeit im therapeutischen Prozess. In: Manfredini I, Russinger U, Grossmann KP (Hrsg.) Obertöne Unterschiede – Vielstimmigkeit in der systemischen Therapie. Lasf, Wien, 113–124
- Decker-Voigt HH (2001) Schulen der Musiktherapie. Reinhard-Verlag
- Decker-Voigt HH, Weymann E (1996) Aus der Seele gespielt. Eine Einführung in die Musiktherapie. Goldmann, München
- Fleischer L (1976) Joni Mitchell. Flash Books, New York
- Furman B (1999) Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben. Borgmann, Dortmund 1999
- Genep A van (1986) Übergangsriten. Campus, Frankfurt
- Geißler KA (1996) Zeit. Quadriga, Weinheim
- Grawe K (2004) Neuropsychotherapie. Hogrefe, Göttingen
- Grossmann KP (2005) Die Selbstwirksamkeit von Klienten. Carl-Auer, Heidelberg
- Grossmann KP (2009) Ein Tagebuch langsamer Therapie. Krammer, Wien
- Grossmann KP, Russinger U (2011) Verwandlung der Selbstbeziehung. Carl-Auer, Heidelberg
- Habringer R (2011) Wie die Stille in mein Leben getreten ist und was sie mir bedeutet. Theologisch-praktische Quartalschrift 4 (159), 347–350
- Hametner S (2006) Musik als Anstiftung. Theorie und Praxis einer systemisch-konstruktivistischen Musikpädagogik. Carl-Auer, Heidelberg
- Haken H, Schiepek G (2006) Synergetik in der Psychologie. Selbstorganisation verstehen und gestalten. Hogrefe, Göttingen, 2006,
- Haley J (1981) Ablösungsprobleme Jugendlicher. Familientherapie – Beispiele – Lösungen. Pfeiffer, München
- Hubble MA, Duncan BL, Miller SD (Hrsg.) So wirkt Psychotherapie. Empirische Ergebnisse und praktische Folgerungen. Modernes Lernen, Dortmund
- Kamsler A (1998) Her-story in the making: Therapy with women who were sexually abused in childhood. In: White C, Denborough D (eds.) Introducing Narrative Therapy. Dulwich Centre Publications, Adelaide
- Ludewig K (1988) Welches Wissen soll Wissen sein? Zeitschrift für systemische Therapie, 6, 2, 122–127
- McClelland JL, Plunkett K (1995) Cognitive Development. In: Arbib M (ed.) The Handbook of Brain Theory and Neural Networks. MIT Press, Cambridge MA, 193–197
- Merl H (2006) Über das Offensichtliche. Kramer, Wien
- Miles B (1997) Paul McCartney: Many years from now. Secker and Warburg, London
- Rogers C (1972) Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie. Kindler, München
- Retzer A (1996) Zeit und Psychotherapie. Familiendynamik 21 (2), 136–159
- Russinger U (2004) Auswirkungen einer traumazentrierten Weiterbildung auf eine systemische Therapeutin. Systemische Notizen 1 (4), 4–18
- Spitzer M (2005) Musik im Kopf. Hören, Musizieren, Verstehen und Erleben im neuronalen Netzwerk. Schattauer Verlag, Stuttgart
- Turner V (1986) Dewey, Dilthey, and Drama: An essay in the anthropology of experience. In: Turner VW, Bruner EM (eds.) The Anthropology of Experience. University Press, Chicago
- Weingarten K (1999) Das Unscheinbare und das Gewöhnliche. Familiendynamik, 24, 1, 29–50
- White M (1998c) Notes on power and the culture of therapy. In: White C, Denborough D (eds.) Introducing Narrative Therapy. Dulwich Centre Publications, Adelaide
- White M (2000) Reflections on Narrative Practice. Essays & Interviews. Dulwich Centre Publications, Adelaide
- Zeuch A., Hänsel M, Jungaberle H (2004) Systemische Konzepte für die Musiktherapie: spielend lösen. Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg

DISCOGRAPHIE

- Mick Jagger/Keith Richards: As tears go by
Liederlich Spielleut: Lang eh ich dich kannte
John Lennon/Paul McCartney: Hey Jude
John Lennon/Paul McCartney: Julia
Bettina Wegner: Heimweh nach Heimat
Joni Mitchell: Both sides now
Cathie Ryan: Here's to you
Paul Simon: American Tune
Bob Dylan: North Country Blues
Sting: Why should I cry for you
Bob Dylan: Watching the river flow
Sting: Fields of Gold
James Taylor: Close your eyes
Paul Simon: Sounds of Silence
Peter Ratzenbeck: Waldviertler Nächte