

Iris Seidler

Aktualisieren – Entwicklung und Identität

Die Gedanken, die ich heute mit Ihnen teilen möchte, haben sich in mir zum Thema herauskristallisiert.

Das ist ein Impulsreferat. Das bedeutet, ein Gedankenstrang von unendlich vielen möglichen wird herausgegriffen und als Anregung angeboten.

Und damit bin ich auch schon mitten in dem für mich herauszugreifenden Thema.

FOTOGALERIE

Ich möchte damit beginnen, dass es auf unserer Homepage eine Fotogalerie gibt.

Vor ein paar Tagen bin ich mit Ina Manfredini auf diese Website und auf die Fotogalerie zu sprechen gekommen. Es gibt ja immer viele Feiern an der Lehranstalt, und mir ist aufgefallen, dass von einigen noch keine Fotos dabei sind. Und das haben wir besprochen.

Ein paar Tage später bekomme ich ein Mail von Ina, in dem sie schreibt: „Die Fotogalerie wurde aktualisiert.“ Und irgendetwas an dem Wort „aktualisiert“ hat mich berührt, in Resonanz versetzt.

„Aktualisieren ...“: Was heißt das?

Ich habe dann den Link geöffnet und mir die „aktualisierte“ Fotogalerie angesehen. Da waren Fotos von Lehrgangsabschlüssen, von Buchpräsentationen, von Helmut de Waal's Pensionsfeier.

Das fand ich schön.

Aber das Wort „aktualisiert“ war weiter in meinem Kopf. Und ich habe weiter darüber nachgedacht, während ich auf unserer Website herumgesurft bin.

Und ich bin wieder auf ein Foto gestoßen, das ich bereits gut kenne und das mich immer wieder berührt, wenn ich es sehe.

Es zeigt mich als eine noch junge Studentin an der la:sf. Es wurde in einer Supervisionsgruppe aufgenommen, Helmut steht vorne am Flipchart, ich bin eine von mehreren Student*innen meines Jahrgangs, sitze hochkonzentriert vornübergebeugt, und bin daher am

Foto nicht erkennbar für andere. Ich bin damals eben im Status gelandet gewesen, hoch aufgeregt und wahnsinnig stolz, weil gerade ins kalte Therapiewasser in der freien Wildbahn gestoßen und hatte die ersten „Schwimmversuche“ – zumindest ohne gröbere Schäden für alle Beteiligten – absolviert.

Es ist schön für mich, dass es dieses Foto gibt, weil ich weiß bzw. dadurch wieder daran erinnert werde, dass ich damals schon da war und dass ich heute immer noch da bin. Wieder da bin.

Anders.

Gleich.

Erweitert.

„Aktualisiert“.

Neue Fotos kommen dazu.

Die alten bleiben noch eine Zeitlang.

Manche davon werden weniger wichtig. Aber es gibt sie noch. Sie werden weniger präsent, weil sie nicht mehr ganz vorne gereiht sind. Weil anderes, zurzeit Wichtigeres, schon nachgekommen ist.

Aber sie sind noch da.

Irgendwann wandern sie dann ins Archiv, wo sie gut geparkt sind. Nur einige wenige bleiben als „persönliche Denkmäler für die Ewigkeit“ sichtbar.

Etwas Neues kommt dazu, erweitert das Alte, lässt das Vorherige in einem neuen Licht erscheinen, neue Zusammenhänge erkennen, neue Bilder entstehen, neue Zukunftsvisionen.

SELBSTVERSTÄNDNIS

Das gilt für die Fotogalerie. Und es gilt für mich und für mein Selbstverständnis als Psychotherapeutin.

Zu Beginn vor 17 Jahren als eine Lernende, Staunende, dann später als eine Lernende Lehrende, immer noch Staunende. Und das bin ich geblieben.

Ich weiß nicht, wie es Ihnen geht, aber ich habe in regelmäßigen Abständen, so ungefähr alle zwei Jahre, die Idee, dass ich es nun verstehe, endlich verstehe,



was Psychotherapie „ist“, was ich dabei eigentlich tue: „Jetzt kann ich’s!“

Das erste Mal hatte ich diesen Moment ungefähr zu der Zeit, als ich in den Status gekommen bin (vielleicht repräsentiert dieses Foto für mich auch eben diesen Moment). Da hatte ich zum ersten Mal die Erkenntnis, die Illusion: Jetzt verstehe ich Psychotherapie.

Und, wie gesagt, dieser Moment kommt für mich immer wieder.

Und immer wieder stimmt er.

Und er stimmt heute genauso, wie er vor 15 Jahren gestimmt hat. Er stimmt nur anders.

KLIENT*NNEN

Diese Überlegungen gelten für die Fotogalerie, sie gelten für mein Selbstverständnis als Psychotherapeutin, und sie gelten für die Arbeit mit Klient*innen.

Eine Klientin benennt ihr Therapieziel: Sie wünscht sich, mutiger und offener zu werden, sie möchte endlich ihr altes Ich ablegen.

Diesen Auftrag kann ich so natürlich nicht annehmen. Ich schlage ihr stattdessen vor, einerseits gemeinsam daran zu arbeiten zu verstehen, was bisher ihre guten Gründe waren, sich in bestimmten Kontexten zurückhaltend und bedeckt zu zeigen, und andererseits immer mehr auch neue Verhaltensweisen zu entdecken und einzuüben, um sich in Zukunft bewusster entscheiden zu können, in welchen Situationen das eine und in welchen das andere sinnvoller sein könnte.

„Wer immer offen ist, ist nicht ganz dicht“, sage ich ihr.

Das findet sie lustig. Und sie stimmt zu.

In unserem Verständnis von Entwicklung und damit auch von Psychotherapie wird nämlich nicht generalüberholt, ausgebessert oder etwas vorher Falsches auf richtig umgelenkt.

In einem systemischen Verständnis von Psychothera-

pie wird angeregt, verstört, Neues soll hinzukommen, Blickwinkel sollen sich erweitern.

Unterschiede, die einen Unterschied erzeugen.

Anschlussfähig.

Der ethische Imperativ von Heinz von Foerster lautet bekanntlich: „Handle stets so, dass die Anzahl der Wahlmöglichkeiten größer wird.“

Das wäre hier die Idee von „besser“, dass mehr dazugekommen ist. Und nicht, dass etwas Richtigeres etwas vorher Falsches ablöst.

Um nochmal die Fotogalerie-Metapher von vorhin zu bemühen: Menschen „aktualisieren“ sich, indem neue Aspekte zu den bisher bekannten hinzukommen.

Ein neues Ich entsteht, indem zum alten Ich ein Teil dazu kommt, um das Bild zu erweitern.

Manchmal muss auch ein Teil vom Alten abgestreift werden, weil er nicht mehr passt.

Dann wird das in der Vergangenheit gut geparkt.

Aber man ist nie gänzlich jemand anderer. Metamorphose (so wie sie in der Mythologie verstanden wird) ist eine Metapher. Man ist nicht wirklich „someone new“, und man steht nicht wirklich wie Phoenix aus der Asche auf.

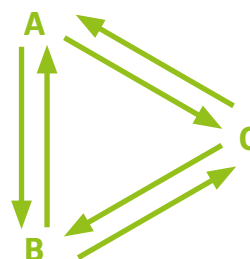
THEORETISCHE KONZEPTE

Das gilt für die Fotogalerie, das gilt für mein Selbstverständnis als Psychotherapeutin, das gilt für die Arbeit mit Klientinnen. Und es gilt für theoretische Konzeptionen, also für Brillen, mit denen wir die Welt sehen und versuchen einzuordnen, für Weltbilder, die auch als Grundlage für unser therapeutisches und lehrendes Handeln dienen.

Im systemischen Ansatz wurde das lineare Denken

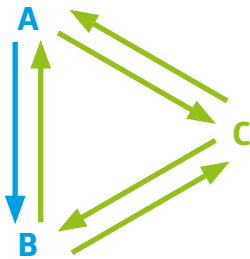


vor einiger Zeit bekanntlich um eine zentrale Perspektive erweitert: Die Zirkularität kam dazu.



Das lineare Denken wurde aber nicht einfach vom zirkulären Denken abgelöst, das wäre eine ziemlich un-systemische Herangehensweise.

Es wurde vielmehr um eine oder um mehrere Perspektiven zum zirkulären Denken hin erweitert.



Das ist ein großer Unterschied.

Die Frage ist in diesem Verständnis also nicht, welche neue Theorie kommt statt der vorherigen, sondern: Welche Zusammenhänge werden sichtbar? Welche Elemente bilden sich möglicherweise neu heraus? Wie können sie auf Basis der bestehenden neu zusammengefunden, hinbeobachtet werden? Wie und auf welche Weise können sie sinnvoll eingebaut und hilfreich genutzt werden? Und das auf eine Art, die keinesfalls beliebig ist, sondern in ein stimmiges Gefüge eingebaut.

Wie kann die Anzahl der Möglichkeiten erhöht werden?

Und so wurde die Kybernetik I nicht einfach von der Kybernetik II abgelöst. Sie wurde um die Position der Beobachterin erweitert, das ist der Beobachtersatz. Die Kybernetik II ist nicht denkbar ohne die Kybernetik I, denn sie ist ein Teil davon. Das ist die dritte Position des Tetralemmas: „sowohl als auch“, „beides“: das eine ist in diesem Fall im anderen enthalten.

Und so können exemplarisch auch der strukturelle oder der strategische Ansatz, der Konstruktivismus oder was auch immer, all das, was wir gestern gedacht haben oder was wir heute denken irgendwann nicht als veraltet oder überwunden betrachtet werden, sondern als erweitert. Die Anzahl der Möglichkeiten soll erhöht werden.

Egal um welche Konzeption, um welche Denkgrundlage es sich handelt – in einem systemischen Verständnis wäre da nicht die Frage, welche endlich richtig, welche besser ist, sondern vielmehr:

In welchem Kontext kann man sie sehen?

Wann und wie erscheint die eine nützlicher als die andere?

Was sind die Auswirkungen?

Wie kann Passung erreicht werden?

Und das alles mit dem Wissen, dass ich als Beobachterin den Kontext durch meine Beobachtung zumindest mitgestalte. Und wie schon gesagt: Die Kybernetik II ist nicht denkbar ohne die Kybernetik I, sie ist ein Teil davon.

Die Lehrende kann es nicht geben ohne die Lernende. Und die mutiger gewordene Klientin wird gut daran tun, zu wissen, in welchen Situationen sie nicht ihren Mut, sondern ihre langgediente Zurückhaltung auspacken wird.

Wer immer offen ist, ist nicht ganz dicht.

Wieder einmal auf diese alt bekannte Zurückhaltung zurückzugreifen, auch wenn schon Schritte in Richtung Offenheit und Mut gegangen wurden, muss keinen Rückschritt bedeuten.

Die zirkulär denkende und feedbackgeleitete Psychotherapeutin wird auch wissen, dass es Kontexte gibt, in denen eine gewisse Form von Linearität hilfreich sein kann, und zwar nicht als Widerspruch, sondern als Fokussierung eines Teiles des Netzwerkes von Zirkularität.

Ich denke, dass alles, was an Neuem kommt, von uns als Systemiker*innen, wenn wir uns als solche begreifen und nicht nur als solche bezeichnen wollen, reflektiert und immer wieder neu überprüft werden muss, und dass Vorhergegangenes nicht in Vergessenheit gerät, nicht schnell als veraltet, „retro“, abgetan wird. Sondern dass es im Lichte des neuen, das ja aus dem vorherigen emergiert ist, wiederum überprüft wird.

Ein sehr geschätzter Kollege, der mit Familien in ganz schwierigen Kontexten arbeitet, wurde von einem anderen (nicht systemischen) Kollegen ernsthaft interessiert gefragt, wie er es denn bei so viel Gewalt und Vernachlässigung mit Zirkularität und Neutralität und mit dem Beobachtersatz halte. Er hat geantwortet: „Da fahr ich auch manchmal mit der Kybernetik I drüber. Und dann schau ma weiter...“

Was er mit dieser Verkürzung gemeint hat war, dass es manchmal hypothesengeleitet hilfreich und notwen-

dig sein kann, Elemente des strukturellen, des strategischen Ansatzes und der klassischen Familienspiel-Aufdeckung des Mailänder Teams vor der konstruktivistischen Wende einzubauen. Nicht statt des Beobachtersatzs, nicht statt der Kybernetik II, sondern als Teil davon.

„Sowohl als auch“, die dritte Position des Tetralemmas, weil das eine im anderen enthalten ist.

Wenn man sich dessen bewusst ist und diesen Gedanken folgen will, dann kann es eigentlich nicht darum gehen, ob „neue“ Ansätze daraufhin angeschaut oder gar mit Mühe daraufhin geprüft werden, ob sie endlich „stimmen“, oder ob sie besser sind als die alten.

Ich denke vielmehr, dass alles, was an Neuem kommt, von uns als Systemiker*innen, wenn wir uns als solche begreifen und nicht nur als solche bezeichnen wollen, reflektiert und immer wieder neu überprüft werden muss, und dass Vorhergegangenes nicht in Vergessenheit gerät, nicht schnell als veraltet, „retro“, abgetan wird. Sondern dass es im Lichte des neuen, das ja aus dem vorherigen emergiert ist, wiederum überprüft wird.

Es ist daher nicht die Frage,

- ob beispielsweise Psychoanalyse oder Systemische Therapie die „richtigen“ Ansätze sind,
- ob Kybernetik I oder Kybernetik II „stimmen“,
- ob bildgebende Verfahren in der Neurobiologie, wissenschaftliche Forschung, Synergetik oder Psychotraumatologie eindeutige und effiziente Ergebnisse bringen,
- ob Akademisierung der Psychotherapie den gewünschten Stellenwert bringt,

ob da etwas „richtig“ ist, „besser“ ist, „stimmt“.

Auch wenn das manchmal so rezipiert wird.

Aus meiner Sicht wären die Fragen hilfreich oder verstörend, wie jeweils „neue“ Ideen geprüft werden: auf Kontexte, Passung, Auswirkungen, auf Nutzen, Schönheit und Respekt. Dann kann man überlegen, ob und wie man mitgehen will oder kann. Und es macht auch nichts, wenn nicht alles zusammenpasst. Denn auch das kann stimmig sein.

„Neue“ Identitäten formen sich aus Versatzstücken von „früheren“ Identitäten.

Das ist Entwicklung.

Der Grund, warum Sie sich das heute anhören mussten, welche Gedanken ich mir beim Durchsehen der Fotogalerie gemacht habe und was „aktualisiert“ in diesem Zusammenhang für mich bedeutet, ist der, dass mich, so wie letztlich jede und jeden von Ihnen eine ganz persönliche Geschichte mit der Lehranstalt verbindet.

Wenn mich jemand fragt, was ich beruflich mache, dann sag ich, ich bin Psychotherapeutin. Das ist mein Selbstverständnis.

Ich bin aber auch Lehrtherapeutin geworden. Das ist inzwischen auch mein Selbstverständnis.

Ich will dabei helfen, dass es in der Welt mehr gibt von dieser Psychotherapie, so wie ich sie hier gelernt habe. Und wie ich sie reflektiert, mit neuen Versatzstücken versehen, auf Passung geprüft und für mich weitergedacht habe.

So wie ich sie begreife.

Danke dafür der Lehranstalt.