

Iris Seidler

Auslassungen in der Systemischen Therapie?

Ich beobachte (und ich bin mir dessen bewusst, dass es eine „Hin-Beobachtung“ und damit eine selektive Wahrnehmung von mir ist) zurzeit wiederholt und in unterschiedlichen Kontexten folgendes: Kolleg*innen entdecken mehr oder weniger überrascht, aber jedes Mal mit einem gewissen Grad von Enttäuschung, Auslassungen oder Mängel im Systemischen Denken und damit im therapeutischen Vorgehen.

Die drei größten Auslassungen bzw. Mängel, die im Rahmen der Systemischen Therapie aus meiner Sicht in letzter Zeit vermehrt geortet wurden, beziehen sich auf folgende Gebiete: Gefühle (sie werden ausgeblendet), Auftrags- und Lösungsorientierung (sie werden überbewertet) und die therapeutische Beziehung (sie wird ausgeblendet).

Ich finde das spannend und möchte diese Gelegenheit nutzen, um wieder in eine kollegiale Diskussion darüber einzusteigen und hier ein paar meiner Gedanken zu teilen.

1. AUSLASSUNGEN?

Zunächst stellt sich die Frage nach dem Entdecken einer „Auslassung“. Ich bin jedes Mal überrascht, wenn jemand von einer Auslassung überrascht ist, denn: Wie sollte es denn anders gehen als mit Auslassungen? Wir gehen doch davon aus, dass die Ganzheit oder die Komplexität der Welt niemals komplett abgebildet werden kann und selbst wenn, dann eben durch die Beobachtung der Beobachter*in, was wiederum einer möglichen Gesamtheit widerspricht. In-der-Welt-sein funktioniert immer nur mit Auslassungen. Um es spirituell auszudrücken: Manchmal bekommt man die Ahnung einer Ahnung davon, aber grundsätzlich ist das große Ganze (was immer das auch sein mag) uns Sterblichen unzugänglich.

2. WIE DARÜBER GESPROCHEN WIRD

Wir Systemische Psychotherapeut*innen heften uns

doch das Etikett der Ressourcenorientierung an. Wir versuchen, weniger in Defiziten und mehr in Ressourcen zu denken, aber leider offenbar nur selektiv und oft sehr flach. Ressourcenorientierung bedeutet für mich nämlich nicht nur, Klient*innen danach zu fragen, was schon alles gelungen ist in ihrem Leben oder einen „Notfallkoffer“ mit hilfreichen Dingen zu packen oder schöne Umdeutungen zu machen. Das allein wäre oberflächlich. So wurde Ressourcenorientierung in meiner Ausbildung nicht gelehrt, so hätte ich es nicht verstanden und so unterrichtete ich es auch nicht. Ressourcenorientierung ist für mich keine Technik, sondern eine Haltung, die aber nicht bedeutet, blind vor Leid und schwerem Leben, vor Schuld oder bleibenden Einschränkungen zu sein. Vielmehr gilt es, angesichts all dessen den Blick auch auf Gelingendes, minimal leichter Machendes oder Hoffnungsvolles zu richten.

Wenn es nun also darum geht, die eigene Richtung darauf abzuklopfen, welche Anpassungen vorgenommen werden können, höre ich selten Aussagen wie „Oh, wie schön, was für eine glückbringende Entdeckung: Dies oder jenes aus der benachbarten Schule der Psychoanalyse passt doch eigentlich wunderbar in das Systemische Theoriegebäude! Endlich sehen wir das und können es guten Gewissens mit unserem Vokabular verbinden!“ oder auch „Ah, das ist ein wirklicher Unterschied. Daran können wir uns jeweils orientieren und weiterwachsen“. Stattdessen erlebe ich oft eher so etwas wie Anprangerungen der Auslassungen/Mängel/Fehler in der Systemischen Therapie aus dem eigenen Kolleg*innenkreis, oft sogar gekoppelt mit einer Art Schuldbekanntnis.

Hier wird Ressourcenorientierung nicht konsequent angewendet. Ich finde es interessant, aber doch auch schade, wenn Kolleg*innen tendenziell eher davon sprechen, was die Mängel sind, anstatt (mit derselben Intention) etwa von den schönen Konzepten anderer Richtungen zu berichten, die sich gut integrieren lie-

ßen. Das Ergebnis wäre doch jedes Mal dasselbe: Sein eigenes Denken und Handeln in Sinne eines erfüllteren Seins (für sich) und eines noch hilfreicherem Daseins (für die Klient*innen) zu bereichern. Aber vielleicht ist das einfach nur Geschmackssache ...

Ein Kollege hat unlängst vom „Brückenbauen zwischen den therapeutischen Schulen“ gesprochen, für mich eine schöne und ressourcenvolle Metapher, die es weiterzuentwickeln gilt.

3. AUFTRAGS- UND LÖSUNGSORIENTIERUNG

Letzte Woche durfte ich eine unglaublich spannende Gruppensupervision mit bereits sehr erfahrenen Kolleg*innen leiten, die von mir und vielen Beteiligten als sehr weiterführend erlebt wurde. Wir konnten anhand eines Falls gemeinsam herausfinden, dass Auftrags- und Lösungsorientierung leider manchmal auch als eine oberflächliche Technik verstanden wird, die von den „eigentlichen Themen“ und begleitenden Gefühlen ablenkt. Hier konnten wir in der gemeinsamen Arbeit gegensteuern und Fragen wie beispielsweise „Was wollen Sie in der Therapie erreichen?“ oder „Was wäre ein gutes Ergebnis?“ nicht nur als einen reinen Fokus auf eine umschriebene inhaltliche Lösung verstehen, sondern als viel mehr als das: Nämlich eine Einladung dazu, generelles Leid in überschaubare Entitäten zu gliedern und mögliche Erleichterungen sowie die eigene Beteiligung daran (erstmal?) anzudenken.

Auftragsklärung kann also nicht nur als die Suche nach einer konkreten inhaltlichen Lösung verstanden werden, sondern als das vorsichtige, aber einladende Öffnen einer möglicherweise bislang verschlossenen Tür mit der Aufschrift: „Was will ich denn überhaupt?“ Mit allen Konsequenzen, die sich daraus ergeben ... Es geht möglicherweise weniger darum, die Frage „Was wäre ein gutes Ergebnis?“ gleich konkret zu beantworten, als vielmehr darum, dass sie von der Therapeut*in als eine Haltung mitgedacht und auch gestellt wird. Als bahnendes Zeichen dafür, dass die Bedürfnisse der Klient*in fokussiert werden und der Klient*in zugetraut wird, selbstwirksam zu sein und immer mehr zu werden. Lösungsorientierung, so wie ich sie aus heutiger Sicht verstehe, in der Therapie sowie in meinem Leben einzubringen und wie ich sie auch versuche zu unterrichten, hat für mich daher nichts mit Machbarkeitswahn zu tun, das wäre für mich eine Vereinfachung und ein grobes Missverständnis.

Woran Psychotherapeut*innen dann „ihren Therapieerfolg“ messen, wenn nicht an Lösungsorientierung, hat unlängst eine Kollegin gefragt? Nun ja, wenn Lösung eben nicht nur als konkrete inhaltliche Lö-

sung verstanden wird, sondern, wie Ilse Gschwend zusammengefasst hat „Die Lösung ist, dass ein Prozess in Gang kommt“, dann könnte Therapieerfolg (oder „Lösung“) wie in jeder anderen Psychotherapie-richtung wohl auch bedeuten, sich anders in Beziehungen zu erleben, Affektbrücken zu erkennen, biografische Muster, die mit Aktualisierungen von problematischen Denk-, Fühl- Verhaltensweisen verknüpft sind, zu erkennen und zu verändern, ein Stück offener in die Welt zu blicken, Verantwortung zu übernehmen etc. Oftmals können Klient*innen am Ende einer hilfreichen therapeutischen Zusammenarbeit nicht ganz konkret sagen, was sich für sie verändert hat. Man hört vielmehr Aussagen wie etwa „Ich gehe freier durch die Welt ...“, „Ich kann mich besser spüren ...“, „Ich behaupte mich meinen Arbeitskolleg*innen gegenüber ...“, „Ich gehe anders mit meinen Kindern um ...“. Diese zeugen aus meiner Sicht davon, dass Psychotherapie dazu anregt, mehr Selbstwirksamkeit, Selbstwertschätzung und Eigenverantwortlichkeit zu entwickeln: „Selbstbewusstsein“, wie es landläufig ausgedrückt wird, „Arbeits- und Liebesfähigkeit“, wie es Sigmund Freud, der Gründervater der Psychotherapie, genannt hat. Das wären Ziele der Psychotherapie, und das ist somit die Lösung. Dass es manchmal auch ganz konkret und geplant die Trennung von der Ex-Partner*in sein kann, ist nur ein Teil davon.

4. THERAPEUTISCHE BEZIEHUNG UND GEFÜHLE

Nicht selten erlebe ich Systemische Therapie auch so verstanden, dass Psychotherapeut*innen „sich auf Kosten der therapeutischen Beziehung an Lösungen orientieren“, wie das eine Kollegin vor Kurzem auf den Punkt gebracht hat. Ich vermute, das hängt unmittelbar mit dem oben beschriebenen vereinfachten Verständnis von Auftrags- und Lösungsorientierung zusammen. Wenn aber Lösung nicht nur als etwas konkret Inhaltliches, sondern eben auch als Prozess gesehen werden kann, dann kann das (gemeinsame) Wahrnehmen, Aushalten von möglicherweise erstmal wahrgenommen Gefühlen (oder gesamtheitlicher „Zuständen“), wie Einsamkeit, Trauer, Wut, aber auch Freude oder Stolz, das begleitete Durchleben, das gemeinsame Reflektieren darüber, also Begegnung und Resonanz, die „Lösung“ sein und wäre daher unbedingt Teil von (auch Systemischer) Psychotherapie.

„You change in relationships ...“, sagt schon Salvador Minuchin, ein prominenter, aber doch eher traditioneller Systemiker (Minuchin, 2017). Und seit den Ideen, die dann ab Mitte der 1980er-Jahre als „Kybernetik II“ bekannt wurden, werden Systemische The-



MAG. DR. IRIS SEIDLER ist Psychotherapeutin (SF) in freier Praxis, Lehrtherapeutin an der la:sf, Redakteurin der Fachzeitschrift *Systemische Notizen*

rapeut*innen verstärkt auch daran erinnert, wie sie selbst den Therapieprozess beeinflussen. Zirkularität wird eben nicht mehr nur im beobachteten System verortet („Das Familienspiel, das wir von außen objektiv beobachten“), sondern konsequenterweise auch zwischen Therapeut*in und Klient*in: „Alles, was wir tun, ist schon eine Intervention.“ (Boscolo, 1990) Andere Psychotherapieschulen haben das schon früher und deutlich elaborierter ausgearbeitet, hier dürfen wir Systemiker*innen durchaus noch etwas aufholen. Ich sehe das als eine schöne Aufgabe und habe an anderen Stellen schon versucht, das Thema der therapeutischen Beziehung mit Systemischem Vokabular ein wenig zu vertiefen (vgl. Seidler, 2011; 2014; 2020) und werde weiter versuchen, dies zu tun.

Hier möchte ich in ein Plädoyer einstimmen für den Mut, Auslassungen und Mängeln kritisch und gleichzeitig friedvoll zu begegnen, und zwar sowohl den eigenen wie auch den von anderen. Ich habe die berechnete Hoffnung, dass konsequentes Systemisches Denken hier einen beträchtlichen Vorteil bietet: Die Gefahr, eine bestimmte Denkrichtung und/oder momentan gültig scheinenden Paradigmen als Dogmen zu idealisieren (anstatt einer persönlich verantworteten

Weise, die Welt zu sehen) oder sie im Gegenteil als veraltet abzutun, wäre geringer. Die eigene Unvollständigkeit und damit das zeitweise Scheitern könnte würdevoll integriert werden. Und das eigene Potential, damit immer besser umzugehen und daran zu wachsen, könnte gesehen und gestärkt werden.

Ich freue mich auf das gemeinsame Aufklären von Missverständnissen, auf Annäherung und Erweiterung.

LITERATUR

- Boscolo, L.(1990). *Interviews mit Gianfranco Cecchin und Luigi Boscolo*. Abgerufen 2. Juni 2021, von http://www.systemmagazin.de/beitraege/interviews/cecchin_boscolo_1990.php
- Minuchin, S. (2017). *An Evening with Salvador Minuchin*. Abgerufen 2. Juni 2021, von <https://www.youtube.com/watch?v=MG-UvrVEkzw>
- Seidler, I. (2011). „Die Mühen der Ebenen“ oder: *Beziehung als Intervention?* Systemische Notizen 4/2011. Wien: la:sf, S. 20–30.
- Seidler, I. (2014). *Schönheit und Gefahr der Systemisch-therapeutischen Beziehung*. Systemische Notizen 1/2014. Wien: la:sf, S. 22–34.
- Seidler, I (2020). In Neuberger, S., Lenz, T., Seidler, I. *Systemische Familientherapie*. Wien: Facultas, S. 43–49.

Reflecting Team INTRO

Einführung in die Methode des reflektierenden Teams im Rahmen von AST



Die Module sind ein Angebot für alle ast-Praktikant*innen, um sich mit der Thematik und der Funktion des Reflecting Teams und der eigenen Rolle im RT vertraut zu machen. INTRO I, II und III sind aufeinander aufbauend konzipiert, daher ist die Teilnahme an allen drei Modulen erwünscht.

Die Teilnahme wird den Studierenden des LG 38 empfohlen.

Die Teilnahme wird pro Termin mit 4 EH Praktikumszeit angerechnet.

Termine:	INTRO I	INTRO II	INTRO III
Gerald Binter	Donnerstag, 9. 9. 2021	Donnerstag, 11. 11. 2021	Donnerstag, 13. 1. 2022
Sigrid Binnenstein	17–20:15 Uhr	17–20:15 Uhr	17–20:15 Uhr
Stefan Jirkovsky	Dienstag, 28. 9. 2021	Dienstag, 16. 11. 2021	Dienstag, 25. 1. 2022
Christina Lenz	9–12:15 Uhr	9–12:15 Uhr	9–12:15 Uhr

Anmeldung bei Gabi Redl unter **E-Mail: ast@lasf.at**

Wir freuen uns auf interessante Seminarblöcke!

Gerald, Sigrid, Stefan, Tina