

Methodische Schritte

1. Systemerfassung

Prozessbeobachtung

Systemische Arbeit verlangt die Präsenz des Beraters/ der Beraterin/ der Lehrperson auf mehreren Ebenen gleichzeitig. Anders, als wenn ich *eine* ratsuchende Person mein Gegenüber nenne, bin ich in einem System, auch wenn ich eine Person etwas frage, die ganze Zeit mit allen beschäftigt. Während eine Person spricht, sollten alle anderen im Hinblick auf ihre Reaktionen beobachtet werden.

Wer lacht, wenn A etwas sagt? Wer gähnt? Wer antwortet für wen? Usw.

Der Systemberater hat also die Ebene des Inhalts (*was* wird gesagt), die Ebene des Prozesses (*wie* wird etwas gesagt und was passiert daraufhin?) und die Ebene der Selbstbeobachtung (*was* erlebe ich als BeraterIn, wenn ich das höre? Was löst es bei mir aus?) immer gleichzeitig als Aufgabe.

Lehrpersonen sind im Prozessbeobachten (in der Klasse) sehr geübt, würden es aber wahrscheinlich nicht so benennen.

Anwendungsbereich: Grundsätzliches Arbeiten mit Gruppen

Hypothesen bilden statt Diagnosen stellen

Das Hypothesisieren, also vermuten/annehmen statt zu wissen und festzulegen, ist eine Grundhaltung systemischer Beratung und Therapie.

Vor einer Beratungsaufgabe im systemischen Sinne, bietet es sich an, alle verfügbaren Informationen aus dem Vorfeld zusammenzutragen. Im Dialog mit mir selbst oder mit anderen können erste Vor- Annahmen gemacht werden.

Auch das Anfertigen von Strukturbildern kann sinnvoll sein, um sich einen Überblick zu verschaffen. In der unterstützenden Situation selbst müssen die Hypothesen auf ihre Richtigkeit überprüft werden (verifizieren/falsifizieren).

Anwendungsbereich: Grundsätzliches Arbeiten mit Gruppen (z. B. Klassenrat, Teamsitzungen, Beratung von Gruppen).

Muster und Regeln

Die Prozessbeobachtung führt direkt zur Muster- oder Regelerkennung. Muster und Regeln halten ein System in der Homöostase (im Gleichgewicht). Der Fluss von Gleichgewicht und Ungleichgewicht wird mit ihrer Hilfe gesteuert. Die Regeln sind allen im System vertraut, der Berater/die Beraterin muss sie erst neu erkennen können. Regeln können offen (explizit) oder verdeckt (implizit) bestehen. Implizite Regeln haben oft mit Tabus zu tun, mit Machtverteilungen oder mit Abgrenzungen nach aussen. Werden implizite Regeln durch den Berater offen gemacht, reagiert das System meist mit Unbehagen und Widerstand. Es gibt immer Menschen im System, die Veränderung nicht wollen!

Anwendungsbereich: alle Systeme, insbesondere Teams, Klassen, Familien.

Grenzen des Systems erfassen

Lebendige Systeme werden in der Systemtherapie grundsätzlich als offen bezeichnet, d. h. sie stehen im Austausch mit ihrer Umwelt (anderen Systemen). Die Offenheit oder Geschlossenheit eines Systems bezieht sich vor allem auf den Austausch von Informationen.

Ein „gesundes“ System hat klare, flexible Grenzen, die eine gewisse Durchlässigkeit garantieren. Grenzen können aber auch undurchlässig sein (rigide, starr). Oder aber auch diffus und verwischt.

Gerade im Bereich Integration muss ein System für flexible Grenzen sorgen, denn die Kooperation z. B. zwischen Lehrperson und Schulischer Heilpädagogin kann sonst nicht stattfinden. Rigidem, starren Grenzziehungen liegen oft Ängste vor Veränderung, das Offenlegen von Geheimnissen, etc. zu Grunde. Diffuse, verwischte Grenzen zeigen sich in unklaren Aufträgen, Grenzüberschreitungen oder in unklarer Führung.

Anwendungsbereich: alle Systeme.

2. Systemische Kommunikation

Setting

Das Setting für die systemische Arbeit braucht grosszügige und doch intime Platzverhältnisse. Die Sitzordnung kann bereits Intervention sein. Die Art des Settings hat immer auch Einfluss auf den Prozess (ungünstige Räumlichkeiten, Klima, Ruhe, Platz, Terminfindung etc.).

Anwendungsbereich: Klassenrat, beratende Gespräche, Gruppenaktivitäten.

Joining (Eintritt, Verbindung schaffen)

Als Joining wird der Prozess des Ankommens des Beraters/der Beraterin im System verstanden. Hier gilt es vorsichtig in die Welt des Verhaltens, der Muster und Regeln, der Geschichten einer Familie, einer Gruppe, einer Klasse einzutauchen. Ein Joining-Prozess ist unerlässlich für die weitere Arbeit mit dem System, denn hier entscheidet das System, ob es die externe Figur einlassen möchte. Im Joining-Prozess wird sich gegenseitig angewärmt, es werden „harmlose“ Themen ausgetauscht.

LP joinen häufig, wenn sie neu in eine Klasse kommen, wenn sie länger abwesend waren, am Montag morgen, etc.

Anwendungsbereich: jede Arbeit mit einer Gruppe, aber auch in der Beratung von Einzelnen. Besonders wichtig in komplementären Beziehungen, in der Arbeit mit

Menschen aus unterschiedlichen Kulturen, heterogene Gruppen, beim Thema „Angst“.

Zirkuläres Fragen

Das zirkuläre Fragen wurde in den 1980er Jahren von Selvini Palazzoli u. A. entwickelt und vor allem von Arist von Schlippe (1993) im deutschsprachigen Raum etabliert.

Statt den betreffenden Menschen selbst zu befragen, warum es ihm z. B. schlecht geht, fordert man andere in der Gruppe auf, die Wirkung des mitgeteilten Gefühls zu äussern.

Statt: „Warum weinst Du?“ fragt man: „Was denkst Du Martin, was Dein Weinen für Yvonne bedeutet? Und es gibt immer Dritte, die auf die Beziehungen von zwei anderen schauen: „Was denkst Du, Stefan, was es bei Yvonne auslöst, wenn sie Martin weinen sieht?“

Mit dieser Fragetechnik entsteht neue Information im System.

Den Raum der Ressourcen und Möglichkeiten erweitern hypothetische Fragen: „Angenommen morgen würde.....“ „Gesetzt den Fall, dass....“ „Was wäre wenn...?“ „Wer würde dann wie reagieren...?“

Solche Fragen ermöglichen ebenfalls eine als-ob-Situation, die Niemanden festlegt.

Anwendungsbereich: jede Arbeit mit Gruppen. Kinder müssen, entwicklungspsychologisch betrachtet, die Perspektive eines anderen einnehmen können.

Reframing

„Die (positive, Anm. der Verf.) Umdeutung ist vielleicht die wichtigste systemische Intervention überhaupt. Bei dieser Methode wird einem Geschehen dadurch ein anderer Sinn gegeben, dass man es in einen anderen Rahmen (frame) stellt, einen Rahmen, der die Bedeutung des Geschehens verändert.“ (Schlippe, 1999, S. 177).

Die Umdeutung geht auf den systemischen Grundgedanken zurück, dass jedes Verhalten Sinn macht, wenn man den Kontext kennt.

Ein „geiziger“ Vater kann auch als ökonomisch kompetent gesehen werden, ein schwatzender Schüler als kommunikativ und streitende Schüler als bemüht, die optimale Distanz zueinander auszumachen.

Anwendungsbereich: alle Gruppen, Einzelpersonen, jedes Alter. Themen wie: starre Bilder von sich und der Welt, eingefahrene Muster, enge Grenzen.

Rückkoppelung/Feedback

Hier ist gemeint, dass alle Ergebnisse im Prozess für alle ersichtlich und verständlich gemacht werden müssen. Durch gegenseitige Rückkoppelungen werden Ergebnissicherungen garantiert. Das ist besonders wichtig, wenn Alter oder

Sprachvermögen oder geistige Beeinträchtigungen der Mitglieder eine Rolle spielen. Personen, die zum System gehören, aber bei einer Sitzung nicht dabei waren, müssen per Rückkoppelung auf angemessene Art über Ergebnisse informiert werden. Von Rückkoppelung spricht man auch dann, wenn der Berater/die Beraterin (Haus-)Aufgaben stellt, die das System erfüllen soll und später das Ergebnis an den Berater zurückgemeldet wird.

Rückkoppelungen finden grundsätzlich immer statt, auch wenn sie nicht explizit ausgesprochen werden. Man kann dann an der Reaktion des Systems erkennen, dass die Intervention angekommen ist. Das Feedback ist eine speziell inszenierte Rückkoppelung.

Anwendungsbereich: alle Gruppen, Runder Tisch, Standortgespräche, Beratungen. Bereits junge Kinder reagieren sehr positiv (Partizipation).

Wunderfrage (Ziel) / Ausnahmefrage (Weg)

Das Credo des US-amerikanischen Therapeuten Steve de Shazer (1989) lautet: „Problem talk creates problems, solution talk creates solutions.“ Er fragt nach den Ausnahmen im Alltag seiner Klienten. Wann war etwas anders? Auf die Schule bezogen könnte das sein, danach zu fragen, wann/in welcher Situation sich ein Kind nicht ausgeschlossen gefühlt hat. Und wie es dazu kam, was es anders gemacht hat. Und was war in dieser Situation anders und welche Kinder haben dies und das unterstützt, usw...

Hier kann eine neue Geschichte, eine neue Konstruktion aufgebaut werden.

Die Wunderfrage geht direkt auf das Ziel zu. Wenn das Problem durch ein Wunder plötzlich weg wäre, wie würdest Du am nächsten Morgen merken, dass es weg ist? Was würdest Du dann als erstes tun? Wer wäre davon am meisten überrascht?

Die Wunderfrage erzeugt zwei Effekte: Sie ist unverbindlich und man kann phantasieren, als ob...und: man stellt fest, dass man nach dem Wunder etwas ganz handfestes, alltägliches tun würde, was der Betreffende bereits kann und tut.

Anwendungsbereich: alle Beratungen, Einzelne, Gruppen. Junge Kinder können in die Geschichte einer Fee, die Wünsche erfüllt, eingebunden werden.

3. Systemische Interventionsarbeit mit Hilfe von „Instrumenten“

Reflecting Team (RT)

Mit dieser Methode der Trennung zwischen dem therapeutischen System (Familie, -Arbeitssteam) und dem beobachtenden System (dem Reflektierenden Team) wird

eine Öffnung ermöglicht, die Sichtweisen von aussen ins betroffene System bringen. Alle im System müssen damit einverstanden sein. Das Gespräch beginnt immer im ratsuchenden System. Nach 20 bis 25 Minuten wird eine Pause eingelegt, und das RT reflektiert im „Metalog“ über das Gesehene und Erlebte.

Die Wirkung ist etwa so, wie wenn man an einer offenen Tür vorbei geht und seinen Namen hört. Es ist viel spannender, unerkannt zu lauschen, als hineinzugehen und mitzumischen.

Die Personen im ratsuchenden System können sich an den Ideen und Gedanken des RT „bedienen“ oder auch nicht.

Anwendungsbereich: Im Schulalltag könnte das RT in der Beratung eingesetzt werden aber auch bei Konflikten innerhalb der Klasse (z. B. Beteiligte und Unbeteiligte).

Imaginieren / Arbeit mit Abwesenden

Systemisches Arbeiten ist grundsätzlich auch mit Einzelnen möglich. Die systemische Beratung und Therapie geht davon aus, dass alle am System Beteiligten vorkommen müssen, sie müssen aber dafür nicht zwingend im Raum sein.

Eine Möglichkeit, ein fehlendes Mitglied einzubringen ist, es zu imaginieren (es sich vorzustellen). Es kann auch ein leerer Stuhl dazugestellt werden. Die Imagination bietet die Möglichkeit, auch verstorbene oder getrennte Menschen mit in das therapeutische Geschehen zu holen. Über zirkuläres Fragen ist es jederzeit möglich, die imaginierte Antwort des nicht anwesenden Beteiligten einzuholen.

Anwendungsbereich: ältere Kinder, Jugendliche, Erwachsene. Situationen von Abschied oder solchen, wo die direkte Konfrontation Angst auslöst.

Skulpturarbeit

Hierbei werden Elemente der Gestalttherapie (Perls) und des Psychodrama (Moreno) im weitesten Sinne mit einbezogen. Die Skulpturarbeit unterscheidet sich in ihrem emanzipatorischen Anspruch deutlich von der Familienaufstellung nach Hellinger!

Es handelt sich sozusagen um ein dargestelltes Soziogramm.

Es geht um die Aufgabe, die Beziehungen in einer Gruppe in Haltung und Position darzustellen, eben wie ein Bildhauer eine Skulptur baut. Die Skulptur kann von einem Mitglied gestellt werden, das selbst nicht ganz im Brennpunkt steht und dann von anderen ergänzt werden. Die Aufgabe kann aber auch an mehrere Skulpteure vergeben werden, die sich dann gemeinsam darüber auseinandersetzen müssen.

Die an der Skulptur Beteiligten werden ausführlich zu ihrer Position, ihrer Haltung, ihrem Befinden befragt. Auch hier kann auf der Ebene der Ressourcen weiter interveniert werden: Was könntest Du tun, um näher an F. heranzukommen?

Wer würde dich sicher dabei unterstützen? Usw.

Wichtig: Der Skulpteur (derjenige, der die Skulptur baut), hat stets die Hypothesenhoheit in seiner Arbeit!

Anwendungsbereich: Die Methode ist besonders interessant, wenn in einer grösseren Gruppe in-groups bestehen, die andere ausschliessen. Jedes Alter.

Die Methode ist ganzheitlich, ermöglicht eine symbolische Repräsentation der Gruppenstruktur, zielt weniger auf Sprache ab, ist altersunabhängig und erlaubt den Einbezug kultureller Besonderheiten.

Das Spielerische „als ob“ wirkt einladend, erfrischend und verblüffend.

Narrative Ansätze

Dieser Ansatz geht davon aus, dass soziale Systeme ihre eigenen Geschichten (Narrationen) konstruieren. Nicht nur die gewählte Sprache, sondern auch die dahinter stehenden Bedeutungsmuster sollen herausgearbeitet werden.

Wirklichkeit besteht aus nichts anderem als Geschichten. Man kann fragen, von welcher Art die Geschichten sind, die jemand sich und seiner Umgebung über sich erzählt.

Der australische Therapeut Michael White (1990) fragt z. B.: Welchen Geschichten erlaubst Du, Dein Leben zu regieren? Willst Du, dass diese Geschichten Dein Leben regieren? Und wenn nicht, wie lassen sich die Geschichten über Dich dekonstruieren? Wann hast Du Dich zum letzten mal erfolgreich geweigert, der Geschichte zu glauben, dass Du immer der Verlierer bist? Wie hast Du das gemacht, die Geschichte zurückzuweisen? Wie hast Du Nein dazu gesagt? Welche Personen, denkst Du, wären am wenigsten erstaunt, dass Du das geschafft hast?

Dieses Vorgehen führt direkt zu den Ressourcen einer Person und beschäftigt sich nicht mit den Defiziten.

Anwendungsbereich: Einzelne, Gruppen, ältere Kinder, insbesondere Jugendliche, Erwachsene. Menschen mit Ablösungsproblemen, Minderwertigkeitsgefühlen.

Symbolische Darstellungen / z.B. Familienbrett



Das Familienbrett wurde 1983 entwickelt von Ludewig u. A., als Möglichkeit der symbolischen Darstellung von Gruppen und Familien, ohne dass diese direkt als

Personen ins Spiel gebracht werden. Es besteht aus einem Brett (Bühne), auf dem die Figuren platziert werden.

Anwendungsbereich: alle Altersstufen ab Einschulung

Literatur für diesen Workshop:

Bronfenbrenner, U. (1993). Die Ökologie der menschlichen Entwicklung. Frankfurt a.M. Fischer TB

Capra, F. (1984). Wendezeit. Bern. Scherz.

Glaserfeld von, E. (2008). Radikaler Konstruktivismus. Frankfurt a.M. Suhrkamp

Hesse, J. (2002). In: Molter, H. Ich – du – wir und wer sonst noch dazu gehört. Systemisches Arbeiten mit und in Gruppen. Dortmund. Borgmann

Hubrig, C. und Herrmann, P (2005). Lösungen in der Schule. Systemisches Denken in Unterricht, Beratung und Schulentwicklung

Lohmann, Gert (2003). Mit Schülern klarkommen. Professioneller Umgang mit Unterrichtsstörungen und Disziplin Konflikten. Berlin. Cornelsen

Luhmann, N. (1984). Soziale Systeme. 1.Aufl. 1987. Frankfurt a.M. Suhrkamp

Ludewig, K. (1983). Das Familienbrett. Göttingen. Hogrefe 2000

Molnar, A., Lindquist, B. (1992). 9. Aufl. 2009. Verhaltensprobleme in der Schule. Lösungsstrategien für die Praxis. Dortmund. borgmann

Palmowski, W. (1995). Der Anstoss des Steines. Systemische Beratung im schulischen Kontext. Dortmund. Borgmann

Radatz, S. (2000). Beratung ohne Ratschlag. Systemisches Coaching für Führungskräfte und BeraterInnen. 6. Aufl. 2009. Wien. Verlag systemisches Management

Rüedi, J. (2002). 3. Aufl. 2007. Disziplin in der Schule. Bern. Haupt Verlag

De Shazer, St. (1989). Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie. Heidelberg. Auer

Schlippe, A. v. (1996). Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung. 6. Aufl. 1999. Göttingen. Vandenhoeck und Ruprecht

Schnebel, S. (2007). Professionell beraten. Beratungskompetenz in der Schule. Weinheim. Beltz

Simon, F.B. (2009). Einführung in die systemische Organisationstheorie. Heidelberg. Carl-Auer

Wagner Lenzin, M. (2007). Elternberatung. Bern. Haupt Verlag

White, M. (1990). Die Zähmung der Monster. Literarische Mittel zu therapeutischen Zwecken. Heidelberg. Carl-Auer-Systeme-Verlag

Internet: www.zlb-schweiz.ch interessante themenverwandte Artikel zum Herunterladen.

WS Tagung Beratung an der HfH, Dr. phil. Marianne Wagner Lenzin, Januar 2012