

Reinert B. Hanswille (Hrsg.)

Systemische Therapie mit Kindern, Jugendlichen und ihren Familien

88 Interventionen für die Praxis

Mit Beiträgen von

Christoph Arning · Asiye Balıkcı-Schmidt · Ursula
Bastänier · Maria Behr · Bernd Brass · Sebastian
Clavée · Monika Detscher · Hannah Lea Dykast · Elke
Frohn · Nadja Gabriel · David Grade · Carsten
Hennig · Björn Enno Hermans · Irene
Hochstrat · Stephanie Jaschke · Ulf Klein · Tanja
Kuhnert · Kerstin Kurzius · Sylvia Legenbauer · Jochen
Leucht · Anke Lingnau-Carduck · Janine Mertens · Klaus
Rader · Bernd Reiners · Stephanie Rusche · Jenny
Schwab · Michelle Sowa · Julia Stempel · Joachim
Wenzel · Angelika Wörle-Gremmler

2022

Inhalt

Vorwort	11
Dank	14
Einführung	15
Interventionen zu beschreiben ist nicht einfach	15
Was will das Buch?	16
Was finden Sie in diesem Buch?	18
Zum Aufbau des Buches	19
Unterschiedliche Perspektiven, denen wir in diesem Buch folgen	21
Teil 1: Anregungen zur Prozessgestaltung in Therapie und Beratung	23
1 Nicht die Intervention ist entscheidend: Sie ist zwar das Salz in der Suppe – mehr aber auch nicht	24
1.1 Einleitung	24
1.2 Wie bedeutsam sind Interventionen für die Wirksamkeit der Therapie oder Beratung?	24
1.3 Wie entstehen Techniken und Interventionen?	26
1.4 Wie kommen Therapierende zur Auswahl ihrer Techniken und Interventionen?	28
1.5 Einüben der Techniken	30
1.6 Das Interventionsparadoxon in der systemischen Therapie und Beratung	33
2 Warum man besser keine Techniken anwendet – ein Schmähedicht gegen originelle oder sichtbare Interventionen	35
2.1 Beispiele	36
2.2 Reflexion	38
2.3 Fazit	39

3	Elemente einer systemischen Prozessgestaltung und ihre Bedeutung für die Auswahl der Intervention	41
3.1	Die generischen Prinzipien	41
3.2	Ziele in der systemischen Therapie und Beratung	45
3.3	Systemische Hypothesen	53
4	Haltungen systemischer Beratung und Therapie	62
4.1	Bedeutung und Verständnis systemischer Haltungen ..	62
4.2	Allparteilichkeit, Neutralität und Neugier	65
4.3	Lösungs- und Zukunftsorientierung	66
4.4	Ziel- und Auftragsorientierung	66
4.5	Ressourcenorientierung	67
4.6	Kontextorientierung und Zirkularität	68
4.7	Wertschätzung	70
4.8	Humor	71
4.9	Beziehungsorientierung	72
4.10	Hypothetisieren	73
4.11	Selbstachtung und Self Care	75
5	Das BASK-Modell	77
 Teil 2: Übungen		81
6	Interventionen im Einzel-Setting für Kinder und Jugendliche ...	82
	Intervention 1: Ein jüngeres Selbst versorgen	83
	Intervention 2: Besuch im Kinderzimmer	88
	Intervention 3: Das Problem im Verhältnis	91
	Intervention 4: Arbeit mit Bodenankern	94
	Intervention 5: Tetralemma mit Bodenankern	99
	Intervention 6: Anteile-Aufstellungs-Arbeit mit Comicfiguren oder Tieren	103
	Intervention 7: Angstbotschaften	109
	Intervention 8: Ressourcen skizzieren	114
	Intervention 9: Zielaufstellung »Leuchtturm«	117
	Intervention 10: Sicherer Ort – aktiv(iert)	120
	Intervention 11: Bedeutende Filmszenen	124
	Intervention 12: »... mehr als 1000 Worte«: Kreativ in die Metaphernreflexion einsteigen	128

Intervention 13:	Teilearbeit bei Kindern und Jugendlichen	133
Intervention 14:	Das habe ich von Mama – Überlieferungstriaden	137
Intervention 15:	Das Experten-Interview	140
Intervention 16:	Wozu-Kaskade	142
Intervention 17:	Persönlicher Wertekompass	144
Intervention 18:	Ein Haufen Probleme – wortwörtlich	147
Intervention 19:	»Ungeliebtes Kind«	149
Intervention 20:	Mehrgenerationale Stuhlarbeit	152
Intervention 21:	Ein Tag als Tierfamilie – verzauberte Familie	158
Intervention 22:	Interview mit dem Schutzengel	163
Intervention 23:	Mind full oder mindful? Gestärkt durch herausfordernde Zeiten	166
Intervention 24:	Zukunftscollage	171
Intervention 25:	Ich mache mir ein Bild von mir	175
7 Interventionen, die sich vor allem für das Mehrpersonen-Setting eignen	178	
Intervention 26:	Klötzchenskulptur im Mehrpersonen-Setting	179
Intervention 27:	Co-therapeutische Steuerungsregeln für die Arbeit im Mehrpersonen-Setting	182
Intervention 28:	Das Spielgespräch	185
Intervention 29:	Geheime Aufgabe zwischen den Sitzungen	189
Intervention 30:	Vom Problembild zum Lösungsbild	193
Intervention 31:	Zirkuläres Gestalten	197
Intervention 32:	Seilübung – Raum schaffen für das System	201
Intervention 33:	Rang und Reihe	207
Intervention 34:	Kumite (abgesprochener Kampf) mit zwei »Waffen, dem JA und dem NEIN«	213
Intervention 35:	Skulpturarbeit mit Verbindungsseilen	217
Intervention 36:	Killerphrasen und Totschlagargumente systemisch entschärfen	221
Intervention 37:	Bewegte Konfliktkompetenz	223
Intervention 38:	Die Lob-Brücke	228

Intervention 39: Die Lob-Ninjas	234
Intervention 40: Die Lobvergiftenden	238
Intervention 41: Skalierungen	242
Intervention 42: Strukturelle Intervention	245
Intervention 43: Raum nehmen	247
Intervention 44: Aufstellungen mit Schuhen und Stiefeln ...	250
Intervention 45: Eingangsfragen in Therapie, Beratung und Supervision	255
Intervention 46: Medienkreise	259
Intervention 47: Kompetenzbaum aus Tauen/Seilen	264
Intervention 48: Seilhaus der Beziehungen	268
8 Interventionen für das Paar-Setting	272
Intervention 49: Wunderfrage in Bewegung	273
Intervention 50: Klagemauer	277
Intervention 51: Zeit für mich – Zeit für dich	280
Intervention 52: Auswirkungen von Veränderungen erleben	282
Intervention 53: Mein Herkunftshaus	285
Intervention 54: Mein Land – dein Land	289
Intervention 55: Skulptur: Verbindung von Emotion und Körpergefühl	293
Intervention 56: WERTvolle Paarzeit	296
Intervention 57: Gute Zeiten – schlechte Zeiten	300
Intervention 58: Let's talk about Sex	302
Intervention 59: Von der Klage zur Lösung	305
Intervention 60: Paarkonflikte doppelt verdreifachen	307
Intervention 61: Beziehungs-TÜV	310
Intervention 62: Friedensvertrag – Versöhnungsvertrag	312
Intervention 63: Wir sind aneinandergebunden	316
Intervention 64: Ich bin dir nah – ich bin dir fern	319
Intervention 65: Mein Land – dein Land – unser Land	322
Intervention 66: Du bist so süß – ich zeige dir meine Schokoladenseite	326
Intervention 67: Ich will ein großes Stück vom Kuchen	329
Intervention 68: Leg dein Geld auf den Tisch	332
Intervention 69: Vertrautheit finden und Vertrauen schenken	335
Intervention 70: Licht und Schatten	340

9 Interventionen, die sich für verschiedene Settings eignen	343
Intervention 71: Migrationswege	344
Intervention 72: Ressourcen in Krisen	346
Intervention 73: Skalierungsarbeit mit einem Seil	348
Intervention 74: Timeline-Tau	352
Intervention 75: Lebenslinien-Seil	356
Intervention 76: Das Glückskleeblatt	360
Intervention 77: Die Zirkularität im Miteinander	365
Intervention 78: Bunte-Zettel-Übung – das Kunstwerk	368
Intervention 79: Abschiedskoffer	372
Intervention 80: Mein nächster Schritt (Fußabdruck)	376
Intervention 81: Handwerker gesucht!	379
Intervention 82: Glücksmomente	382
Intervention 83: Verwicklungen und Verführungen	385
Intervention 84: Das Lebensflussmodell oder die Lebensstraße	388
Intervention 85: Kreative Diagnostik und Evaluation mithilfe von Bildkarten	395
Intervention 86: Aufstellung mit K(n)öpfchen	399
Intervention 87: Elfenglas	402
Intervention 88: Gehirnschanner	404
Technikkompass: Überblick über alle Interventionen	407
Literatur	415
Über die Autor:innen	422
Über den Herausgeber	428

Vorwort

Systemische Therapie und Beratung ist manchmal wie eine Abenteuerreise. Man weiß als Beraterin oder Therapeut nicht, wer gleich vor der Tür steht, was die Menschen bewegt und was sie in die Therapie oder Beratung bringt. Das klärt sich oft in den ersten Sitzungen, und dann tauchen die nächsten Herausforderungen auf: Die Ziele und Aufträge sind zu klären, und das gesamte Familiensystem ist anzusprechen – die kleine 2-jährige Tochter, der Teenager-Sohn mit 16 Jahren, die Eltern, der Expartner der Mutter und vielleicht auch die Großeltern. Sind die Ziele und Aufträge geklärt, beginnt der Prozess der Veränderung und der Anregung sowie die Begleitung der Familie. Währenddessen geht das Leben der Familie mit alltäglichen Sorgen weiter, mit Krankheit, Kränkungen, Verletzungen, erholsamen Urlauben, Erfolgserlebnissen und Niederlagen. Und dieses pralle Leben wirkt direkt in die Therapie- und Beratungsprozesse hinein. Da ist es kein Wunder, wenn bei der Therapeutin oder dem Berater gelegentlich das Gefühl aufkommt, überfordert zu sein, die Orientierung zu verlieren, keine kreative Idee mehr zu haben, keine Anregung für die nächste Sitzung.

Vielleicht kennen Sie Situationen wie diese:

Gleich in 15 Minuten kommt FAMILIE D. zu ihrer nächsten Sitzung. Sie haben eine Hypothese im Kopf, was Sie bei der Familie gerne anregen möchten, aber leider keine Idee, wie Sie das umsetzen wollen – außer der, mit der Familie über das Thema zu sprechen.

Die kleine ANNA ist 9 Jahre alt und sprachlich noch etwas »ungelenk«. Vor Beginn der nächsten Sitzung fällt Ihnen absolut nichts ein, wie Sie anders mit ihr in Kontakt kommen können.

FAMILIE MÜLLER hat drei kleine Kinder im Alter von 6, 8 und 10 Jahren. In der anstehenden Familiensitzung möchten Sie gerne die Kinder mehr einbeziehen und mit der Familie an den Mustern arbeiten, die in Eskalationssituationen aktiviert werden. Sie sind auf der Suche nach kreativen Ideen.

Mit den Eltern des kleinen PAUL machen Sie eine Paartherapie. Die Sitzungen mit dem Paar waren bisher ziemlich anstrengend, weil

beide Partner sehr rational und kognitiv sind und sich schwertun, ihre Paarthemen zu bearbeiten. Sie sind auf der Suche nach Interventionen, die die emotionale Seite des Paares stärker ansprechen.

Das EHEPAAR KLEIN ist sehr verwickelt und eskaliert schnell in gegenseitigen Vorwürfen und Konflikten. Sie möchten gerne mit diesem Muster arbeiten und dem Paar diese Dynamik verdeutlichen. Aber wie?

Die Therapie mit KARL, 18 Jahre, erstreckt sich bisher über zehn Sitzungen. Sie konnten einen guten Kontakt aufbauen, und Karl kommt zuverlässig zu den Sitzungen. Allerdings bemerken Sie, dass sich die Sitzungen manchmal eher nach einer kumpelhaften Plauderei anhören und Sie sich immer öfter fragen, wie Karl besser von dem Prozess profitieren könnte. Sie suchen nach Techniken, die Sie dabei unterstützen können.

Das PAAR S. ist verbal sehr eloquent und das Kommunikationsmuster so stark, dass Sie als Therapeutin nicht dazwischenkommen. Die beiden reden alles »platt«, und am Ende weiß niemand mehr, was der eigentliche Konflikt war. Sie wollen dieses Muster unbedingt durchbrechen, die Kommunikation verlangsamen und mehr Wert auf die Beschreibung der Emotionen legen. Es fehlt leider an Ideen, wie das am sinnvollsten geschehen kann.

Die Therapie mit SELINA, 18 Jahre, plätschert so dahin. Die Sitzungen gleichen oft eher Plaudereien, obwohl Sie die Not und Bedürftigkeit von Selina sehen. Sie möchten den Prozess jetzt, wo Sie mit Selina gut in Kontakt sind, intensivieren und stärker mit ihren Emotionen arbeiten. Nur ist nicht klar, wie das gelingen soll.

Die Eltern von EVELIN (10 Jahre) kommen in den nächsten Sitzungen allein zur Therapie. Sie haben den Settingwechsel vorgeschlagen, weil die Eltern gerne über ihre Sexualität sprechen möchten, mit der sie große Probleme haben. Das Thema ist aufgetaucht, als es um eine Erziehungsfrage bei Evelin ging (sie masturbiert in letzter Zeit öfter im Wohnzimmer, wenn sie vor dem TV-Gerät sitzt). Sie fanden es sehr angemessen, dass zuerst die Eltern das Thema ihrer partnerschaftlichen Sexualität besprechen möchten. Allerdings fehlt Ihnen der rechte Zugang zu diesem Thema.

Es sind solche oder ähnliche Situationen, die uns, die Autor:innen dieses Buches, motiviert haben, eine Sammlung von Interventionen zu erstellen, die für Sie bei Ihrer Arbeit als Therapeut:in oder Berater:in hilfreich sind.

Je nach Ihren persönlichen Lesegewohnheiten finden Sie auf unterschiedliche Weise Zugang zu den Inhalten:

- Gehören Sie zu denjenigen, die ein Buch ganz systematisch von der ersten bis zur letzten Seite lesen und sich den Text richtig erarbeiten, werden Sie viele Anregungen und genug Anlässe zur Aufregung finden, mit denen Sie sich näher beschäftigen können.
- Sind Sie eher ein »Suchleser«, der gezielt eine Technik für einen bestimmten Anlass, eine bestimmte Situation sucht, wird Ihnen das Inhaltsverzeichnis oder das Orientierungsraster zu den Interventionen im Technikkompass weiterhelfen.
- Sie sind eher »Spontanleser« und schnuppern gerne in ein Buch hinein, um sich überraschen zu lassen? Dann stöbern Sie mal hier und mal da, und wenn Ihnen eine Stelle zusagt, vertiefen Sie Ihre Lektüre und denken Sie das Gelesene weiter. Es sollten sich viele Gelegenheiten zum Nachdenken, Anregen, Abgrenzen, Verwerfen etc. bieten.
- Vielleicht sind Sie auch ein »Genussleser«, der ein Buch zur Hand nimmt, wenn er gerade Muße hat, und der auch ein Fachbuch wie einen schönen Garten versteht, in dem man sich mal diese und mal jene Blume oder Staude ansieht. Dann mögen Sie öfter einmal eine interessante Technik finden, die Sie innehalten lässt und dazu anregt, eine Übung selbst weiterzudenken und eigene Kreationen zu entwickeln.

Mit den Autor:innen dieses Buches bin ich der Meinung, dass systemische Therapie und Beratung sich nicht über die Techniken und Interventionen definiert und dass diese nicht den Kern des systemischen Arbeitens bilden. Unsere Leitlinie für die praktische Arbeit ist vielmehr der Spruch, der Arist von Schlippe zugeschrieben wird: »Systemische Therapie ist angewandte Systemtheorie.«

Wir stellen dem Buch deshalb im ersten Kapitel eine kleine theoretische Rahmung für die systemische Therapie und Beratung voran, in deren Mittelpunkt die Prozessgestaltung, die Hypothesenbildung, die Zielklärung sowie die Haltungen Systemischer Therapie stehen.

Die Grundidee dieses Buches ist es, Ihnen eine Art »Best Practice« für den Beratungs- und Therapiealltag an die Hand zu geben, die schwierige Situationen wie die oben beschriebenen etwas leichter macht.

Dank

Ich möchte mich bei allen Kolleg:innen herzlich bedanken, dass sie ihre Lieblingsinterventionen zur Verfügung gestellt und sie entsprechend verschriftlicht haben. So ist das Buch auch ein kleiner Querschnitt von Interventionen, die unterschiedlichste Kolleg:innen in ihrer Praxis gerne einsetzen, wobei sie ihre kreativen Ideen und Neuschöpfungen von Techniken gerne mit den Leserinnen und Lesern zur Nutzung und Weiterentwicklung teilen. Danken möchte ich auch den vielen Klient:innen, Patient:innen, Ratsuchenden etc., die durch ihre Art, wie sie sich in den Sitzungen zeigen, wie sie über sich und ihre Anliegen sprechen, zur Entstehung dieses Buches beigetragen haben.

Mein Dank richtet sich auch an den Carl-Auer Verlag für das Interesse, die Aufmunterungen und die Unterstützung bei der Herstellung des Buches.

Essen, im Sommer 2022
Reinert B. Hanswille

Einführung

*Eine der besten Möglichkeiten, Entwicklung und Wachstum zu ermöglichen,
ist der Import guter Ideen von fremden Menschen und Völkern.*

(Dieser Spruch wird Helmut Schmidt zugeschrieben. Er trifft aber auch die Lebenswirklichkeit von Therapeut:innen und Berater:innen.)

Interventionen zu beschreiben ist nicht einfach

Beim Verfassen von Büchern, die Techniken beschreiben, steht man immer vor der Herausforderung, das so zu tun, dass die Leser die Methoden nicht nur verstehen, sondern sie auch gut in der eigenen Praxis anwenden können. Wenn ich Bücher mit Techniken lese, geht es mir immer so, dass ich am ehesten diejenigen davon aufgreife, die mich spontan »anspringen«, die ins Auge fallen, deren Grundidee einleuchtet und die nicht zu kompliziert sind. Andere finde ich interessant oder anregend, und schnell entwickelt sich dann eine Idee, wie ich diese Technik kreativ verändern kann, damit sie für »meine« Klientensysteme passender ist. Wieder andere sprechen mich gar nicht an, weshalb ich sie nie in mein Handlungsspektrum integrieren werde.

In der Praxis zeigt sich, dass viele Therapeut:innen und Berater:innen über ein bestimmtes Spektrum an Lieblingsinterventionen verfügen, die sie immer wieder einsetzen – mal leicht verändert oder in ihrer Ursprungsstruktur (s. dazu Hanswille 2022a). Systemische Therapeut:innen nutzen z. B. das Genogramm, das Familienbrett, Skulpturen, Externalisierungen, Ausnahmefragen, hypothetische Fragen, zirkuläre Fragen, Hausaufgaben, die Zeitlinie oder Timeline, Metaphern, Reframing etc. Diese Techniken kommen dann in allen Prozessen vor, und es entsteht manchmal der Eindruck, als stände bereits fest, welche Technik wann genutzt wird: In der dritten Sitzung mache ich Genogrammarbeit, in der vierten eine Aufstellung etc. Fast wirkt es so, als würden die Kolleg:innen einem strikten Manual folgen, wobei die Entwicklung der therapeutischen Prozesse, die Passung zu den Klienten und die Anregung, die ich aus einer systemischen Hypothese ziehe, keine Rolle spielen.

Dadurch entfernt sich die Arbeit immer mehr von der systemischen Idee einer hypothesengestützten Prozessbildung, deren Grund-

lage die systemische Erkenntnistheorie ist. Es klingt paradox, aber wir wollen gerade mit unserem Buch im Sinne einer »Best Practice« diese Ideen unterstützen und anregen, damit die systemische Praxis nicht zu einer technokratischen Anwendung von Interventionen verkommt.

Wir, die Autor:innen der Interventionstechniken, hoffen, Sie entwickeln unsere Ideen weiter, machen sie passend für Ihre Klient:innen, fügen sie in Ihre Prozessgestaltung ein, bekommen neue Ideen für andere, neue Techniken und entwickeln so die systemische Praxis weiter.

Was will das Buch?

Das Buch soll ein Arbeitsbuch für den Beratungs- bzw. Therapiealltag sein. Das heißt, die Ideen sollten nach Möglichkeit schnell umsetzbar und realisierbar sein. Deshalb haben wir Techniken bevorzugt, die wenig Vorbereitung bedürfen und gleichzeitig auch Raum für eigene Entwicklungen und Veränderungen bieten.

Wenn hier ein Vergleich mit Kochrezepten erlaubt ist: Es gibt viele tolle, sehr schmackhafte Rezepte, die allerdings nur mit viel Aufwand zuzubereiten sind, weil z. B. erst viele ausgefallene Zutaten und Gewürze zu besorgen sind. Das hat die Konsequenz, dass diese Rezepte nur selten oder höchstens zu besonderen Anlässen nachgekocht werden. Aber sie sind nichts für die Alltagsküche – wenn es schnell, praktisch, gesund, abwechslungsreich und günstig sein soll.

Die Methoden in diesem Buch sind eher für die »Alltagsküche« gedacht – sie sollten mit wenig Vorbereitung direkt einsetzbar sein, sodass es reicht, sie erst kurz vor der Sitzung zu lesen.

Das Buch soll ein Arbeitsbuch für den Beratungs- bzw. Therapiealltag sein. Das heißt, die Ideen sollten nach Möglichkeit schnell umsetzbar und realisierbar sein und auf diese Weise etwas Entlastung bringen, damit Sie sich auf die wesentlichen Dinge im beraterischen und therapeutischen Prozess konzentrieren können und Augen und Herz offen halten für Empathie, Resonanz, Beziehung, Zuhören, Musterbeobachtung, Hypothesenentwicklung etc.

Leider lässt sich in den vergangenen Jahren eine Tendenz beobachten, dass man systemisches Arbeiten, Beraten, Therapieren als eine Ansammlung von Techniken beschreibt oder Interventionen und Konzepte fast mechanistisch oder technokratisch einübt – ohne

die Rahmung, den Prozess, die Persönlichkeit der Therapeut:in und die Besonderheit des Klientensystems zu sehen.

»Wenn sich systemische Praxis darauf begrenzt, systemische Interventionstechniken anzuwenden, fehlt jedoch eine wichtige Reflexionsebene, auf der man sich bewusst wird, warum man so interveniert, wie man es tut« (von Schlippe u. Schweitzer 2019, S.18).

Aus diesem Grund habe ich der Sammlung von Techniken ein Grundsatzkapitel vorangestellt, in dem es um die Rahmung und Einbindung der Interventionen geht. Nach mehr als 30 Jahren Erfahrung in der Aus- und Weiterbildung von systemischen Berater:innen und Therapeut:innen habe ich von den Teilnehmenden gelernt, wie bedeutsam es gerade in der Anfangsphase ihrer systemischen Praxis ist, dass sie Interventionen und Techniken kennen, um Prozesse begleiten zu können. Das systemische Denken, die Reflexion, die vertiefende Prozessgestaltung und die systemischen Haltungen werden begleitend dazu erlernt und bilden sich dann im Laufe der Vertiefung des systemischen Wissens in der Praxis zur Meisterschaft aus. So sind die ersten Berufsjahre als Berater:in oder Therapeut:in oft durch die Suche nach neuen Methoden gekennzeichnet, durch die man sich für kreative Ideen und andere Zugänge zur beraterischen Arbeit begeistern lässt, während in den späteren Berufsjahren eher eine technische Ausdünnung zu beobachten ist und die Prozesse eher hypothesengeleitet sind und in der Begegnung sowie im Beziehungsaufbau mit den Klient:innen ihren Mittelpunkt finden.

Im vorliegenden Buch gibt es zwei unterschiedliche Gruppen von Techniken:

- 1) Interventionen, die im systemischen Feld bereits bekannt sind – wie die Wunderfrage, Aufstellungsarbeit etc. – und die wir hier mit kreativen Weiterentwicklungen, Fokussierungen etc. beschreiben
- 2) kreative »Neuschöpfungen« sowie kreative Entwicklungen von Techniken und Interventionen, die vielleicht weit entfernt auf bereits bekannte Ideen zurückgreifen, diese aber strukturell verändert haben.

Bei einer Sammlung von Techniken und Interventionen kann es – trotz aller Sorgfalt – geschehen, dass Sie als Leserin und Leser denken: Das habe ich aber schon an anderer Stelle gelesen oder gehört, das ist nicht neu. Ich möchte dann um Entschuldigung bitten – aber

wie bei vielen anderen Erfindungen in unserem Alltag werden Techniken nur ganz selten ausschließlich an einer Stelle auf der Welt gedacht und entwickelt, meist haben mehrere Menschen in einem bestimmten Zeitraum ähnliche Gedanken und Ideen. Letztlich stehen wir alle auf den Schultern anderer Frauen und Männer, die sich auch schon mit ähnlichen Fragen und Themen beschäftigt haben.

Was finden Sie in diesem Buch?

Die vorgestellten Techniken folgen alle einem bestimmten Raster – so lassen sie sich gut vergleichen. Das unterstützt Sie beim schnellen Überschlagen, ob Sie diese Übung jetzt einsetzen wollen. Deshalb sind die einzelnen Beschreibungen auch kurzgehalten. Die Autoren haben bewusst auf ausführliche Beschreibungen, didaktische Kommentare, Gedanken zur Rahmung etc. verzichtet. Wir gehen davon aus, dass Sie diese Techniken eingebettet in eine systemische Hypothese einsetzen, sie in den Beratungs- bzw. Therapieprozess integrieren und individuell anpassen.

Alle Techniken folgen diesem Raster mit 15 Aspekten (gibt es zu einem der 15 Punkte keine Ausführungen, folgt direkt der nächste Punkt):

- 1) **Ziel der Intervention:** Welches Ziel lässt sich mit der Intervention erreichen?
- 2) **Dauer der Intervention:** Wie lange dauert die Intervention (Angabe in Minuten, auch unter Berücksichtigung der Anzahl von Personen im Mehrpersonen-Setting)?
- 3) **Zielgruppe, Alter und Setting:** Ab welchem Lebensalter und in welchem Setting ist sie durchführbar?
- 4) **Therapiephase:** In welcher Phase der Therapie ist sie einsetzbar (Anfang, Beziehungsaufbau, Zielklärung, Vertiefung oder Abschluss)?
- 5) **Anlass, Themen und Symptome:** Bei welchen Anlässen für die Therapie ist die Intervention besonders zu empfehlen?
- 6) **Benötigtes Material:** Welches Material muss ich vorher bereitstellen? Welchen Aufwand muss ich betreiben?
- 7) **Spezifische Hinweise für Therapeut:innen:** Welche Hinweise brauchen die Therapeut:innen für die Durchführung der Technik?

- 8) **Spezifische Instruktionen für Klient:innen:** Gibt es besondere Hinweise an die Klient:innen, wie z. B. »Hören Sie bitte erst zu, und starten Sie danach mit ...«?
- 9) **Arbeitspapiere für Klient:innen:** Benötigen die Klient:innen ein Arbeitspapier?
- 10) **Was es sonst noch zu bedenken gibt:** Gibt es noch andere Dinge zu beachten, die bisher nicht benannt wurden, wie z. B. Auswirkungen auf das Mehrpersonen-Setting oder Erschwernisse ab einer bestimmten Gruppengröße etc.?
- 11) **Durchführung der Technik:** Wie lassen sich Ablauf und Durchführung dieser Technik beschreiben?
- 12) **Kontraindikationen:** Sind Kontraindikationen bekannt oder zu vermuten?
- 13) **Tipp:** Gibt es besondere Hinweise, die bedacht werden sollten?
- 14) **Weitere Bemerkungen:** Gibt es weitere Anmerkungen oder Erläuterungen (unter Umständen ein kurzes Fallbeispiel)?
- 15) **Literatur:** Literaturtipps und Quellenangaben.

Die Techniken sind in diesem Buch nach dem Setting geordnet, in dem sie besonders zu empfehlen sind. Das bedeutet nicht, dass sie nicht auch in anderen Settings einsetzbar sind. Für Interventionen, die in allen Settings gleich gut geeignet sind, existiert ein Kapitel für Setting-ungebundene Interventionen (Kap. 9).

Zum Aufbau des Buches

Das Buch gliedert sich in folgende Kapitel:

- ein Vorwort zum Motivieren
- eine Einführung, die der Einordnung, dem tieferen Verstehen und der Orientierung dienen soll
- Im ersten Teil mit fünf Kapiteln lesen Sie einige rahmende Beiträge zur Gestaltung systemischer Prozesse und zur Bedeutung von Techniken in der systemischen Beratung und Therapie. Das 1. Kapitel beschäftigt sich mit grundsätzlichen Gedanken zum Einsatz von Techniken, das 2. Kapitel steht unter dem etwas provokanten Titel »Warum man besser keine Techniken anwendet«. Es folgen zwei Kapitel zur Prozessgestaltung in der Systemischen Therapie, bei denen die Zielklärung und die Hypothesenbildung

im Mittelpunkt stehen sowie die Haltungen, mit denen Systemische Therapeut:innen arbeiten. Das 5. Kapitel schließt mit einem kurzen Beitrag darüber, wie sich die Gesprächsführung in Beratungs- und Therapieprozessen anregen lässt.

- Im zweiten Teil finden Sie vier Kapitel mit den Beschreibungen der einzelnen Interventionstechniken, die immer in einem bestimmten Raster präsentiert werden (s. o.). So können Sie schnell die Informationen finden, die Sie benötigen, um die Übung einzusetzen. Die Techniken sind kurz und prägnant beschrieben, damit sie leicht und schnell nutzbar sind. Sie sind danach geordnet, in welchem Setting sie zur Anwendung kommen. Dabei ist den Autor:innen bewusst, dass diese Trennung bei vielen Interventionen nicht eindeutig ist. Sie lassen sich in gleicher Form oder nur leicht verändert auch in unterschiedlichen Settings einsetzen. Andererseits ist das Setting ein bedeutsames Merkmal für die Entscheidung, mit welcher Technik die Therapeut:in arbeiten möchte. Die Kapitel des zweiten Teils sind überschrieben mit:
 - 1) Intervention im Einzel-Setting
 - 2) Interventionen, die sich vor allem für das Mehrpersonen-Setting eignen
 - 3) Interventionen für das Paar-Setting
 - 4) Interventionen, die sich für verschiedene Settings eignen.
- Im Anschluss an die Beschreibungen der Techniken folgt am Ende des Buches ein Raster, um die Suche nach einer Intervention zu erleichtern. Dort finden Sie alle Techniken mit einigen Merkmalen zu ihrer Einsetzbarkeit aufgeführt. Sie sind durchnummeriert und mit Seitenzahl gelistet, sodass sie schnell auffindbar sind. Das Raster führt folgende Kriterien auf:
 - 1) das Setting: Kinder und Jugendliche als Einzelpersonen, Familien, Paare (die Interventionen finden sich immer nur in den Settings, die die Autor:innen als besonders geeignet ansehen)
 - 2) eine Altersangabe, ab wann es sinnvoll erscheint, die Intervention einzusetzen (natürlich können Sie die Übungen auch in anderen Altersgruppen einsetzen – es ist nur eine Einschätzung und ein Erfahrungsbericht der jeweiligen Autor:in)

- 3) den Zeitaufwand, mit dem Sie rechnen müssen (in der Regel sind alle Interventionen auf maximal eine Stunde begrenzt)
 - 4) Welche Vorbereitung ist für die Technik nötig (z. B., ob Sie Material bereitlegen müssen, um die Planungszeit im Auge zu behalten)?
 - 5) Liegt der Schwerpunkt der Arbeit eher auf dem Körper oder auf der verbalen Auseinandersetzung? Ist Kreativität besonders erwünscht?
 - 6) In welcher Phase der Therapie ist der Einsatz zu empfehlen (Anfangsphase, Zielklärung, Vertiefung oder Abschluss). Auch das ist nur eine Empfehlung, viele Übungen sind eher flexibel einsetzbar.
- Das Buch schließt mit einem Literaturverzeichnis.

Interventionsvielfalt

Im Interventionsüberblick (S. 407) finden Sie alle Techniken aufgeführt. Die Setting-ungebundenen Interventionen lassen sich in allen Settings gleich gut nutzen, andere nur in zwei Settings. Bei diesen mussten wir uns entscheiden, in welchem Kapitel wir sie aufführen sollen. Bei anderen kommen Sie vielleicht selbst auf neue Ideen, wie sich eine bestimmte Technik auch in einem anderen Setting nutzen lässt. Daraus ergibt sich, dass die 88 Methoden vielfältiger einsetzbar sind als hier beschrieben. So können Sie auf den folgenden Seiten deutlich mehr als 120 Interventionsmöglichkeiten in den unterschiedlichsten Settings finden.

Unterschiedliche Perspektiven, denen wir in diesem Buch folgen

Berufsperspektive: Wir unterscheiden in diesem Buch nicht explizit zwischen Inhalten, die für Berater:innen, Therapeut:innen, psychologische Psychotherapeut:innen oder für Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut:innen Bedeutung haben. Wir freuen uns, wenn möglichst viele Professionen und Kolleg:innen mit unterschiedlichsten Aus-, Fort- und Weiterbildungen hier Anregungen für ihre Arbeit finden. Deshalb sollen sich, wenn im Buch mal nur von Berater:innen und an anderer Stelle nur von Therapeut:innen die Rede ist, immer alle angesprochen fühlen – egal, welche Aus- oder Weiterbildung sie absolviert haben.

Genderperspektive: Da im Feld der systemischen Beratung und Therapie – und wahrscheinlich auch in der Leserschaft – Frauen in der Mehrzahl sind, sprach vieles dafür, überwiegend die weibliche Form zu nutzen.

Allerdings ist uns in der komplexen und teilweise hitzig geführten öffentlichen Debatte über generisches Maskulinum, Gender und Gendersterne, diverse Geschlechtsidentitäten jenseits des binären Schemas etc. bewusst, dass wir nicht alle Anliegen zufriedenstellen können. Das bedauern wir – uns ist aber keine Lösung bekannt, die alle Möglichkeiten gut integriert.

Wir möchten mit unserem Buch alle Menschen erreichen – Frauen und Männer sowie jene, die sich nicht als Frau oder Mann beschreiben. Deshalb haben wir versucht, so zu formulieren, dass sich alle Geschlechter angesprochen fühlen (z. B. Teilnehmende). Ist so eine umfassende Formulierung nicht möglich, wird der Genderdoppelpunkt verwendet (z. B. Patient:innen). Der Doppelpunkt zieht das Wort nicht auseinander wie der Unterstrich oder das Sternchen und bezieht trotzdem alle Personen mit ein (anders als z. B. die frühere Variante mit dem Binnen-I).

Störungsperspektive: Wir haben bewusst auf die Zuordnung der Techniken zu einer spezifischen Störung oder einer besonderen Problemlage verzichtet. Viele Übungen sind bewusst nicht auf Störungen fokussiert. Ihr Ziel ist es, das System dazu anzuregen, Ressourcen zu aktivieren. Sie sollen z. B. die Selbstwirksamkeit fördern, eine Begegnung mit dem Klienten oder dem System ermöglichen, die Sprechbarkeit erleichtern, die Motivation heben etc. Die Störung steht hier nicht im Mittelpunkt. Wir möchten das System dahingehend anstoßen, dass es neue Muster bildet und starre Attraktoren verflüssigt, um so in einen Veränderungsprozess zu kommen.

Teil 1: Anregungen zur Prozessgestaltung in Therapie und Beratung

1 Nicht die Intervention ist entscheidend: Sie ist zwar das Salz in der Suppe – mehr aber auch nicht

1.1 Einleitung

Viele Teilnehmende beschreiben ihre Motivation für den Besuch einer Weiterbildung mit Aussagen wie »Ich will meinen Methoden- oder Handwerkskoffer erweitern« oder »Ich will mein Toolspektrum vergrößern und mehr Interventionen kennenlernen, um mit Klienten, Systemen oder Familien besser arbeiten zu können«. Vielleicht geht es Ihnen beim Lesen dieser Zeilen auch so wie mir: Wie passt das z. B. zum Ausspruch Heinz von Foersters: »Systeme sind nicht-triviale Maschinen« (von Foerster 1999, S. 12)? Denn in diesem Verständnis sind Menschen und menschliche Systeme durch eine hohe Komplexität gekennzeichnet – u. a., weil ihr Verhalten nicht erklärbar und vorhersehbar ist, weil sie aus Erfahrung lernen, ihre

»Erfahrungseindrücke vermittelt ihres Gedächtnisses und vor dem Hintergrund ihrer Erfahrungsgeschichte verarbeiten, was allein den Output determiniert (Verhalten, Handeln, Kommunikation), der damit eben nicht trivial, vorhersagbar und linear-kausal erklärbar ist« (Levold 2014, S. 56, mit Bezug auf von Foerster u. Pörksen 1998, S. 38 ff.).

Sie entziehen sich dem mechanischen Verständnis, in dem eher daran gedacht wird, man brauche nur genügend Werkzeuge, Methoden und Techniken, und dann klappt's schon – salopp gesagt – mit der Veränderung im System. Oder in Anlehnung an ein Zitat von Maslow: »Ich glaube, es ist verlockend, wenn das einzige Werkzeug, das man hat, ein Hammer ist, alles zu behandeln, als ob es ein Nagel wäre« (Maslow 1966).

1.2 Wie bedeutsam sind Interventionen für die Wirksamkeit der Therapie oder Beratung?

Viele systemische Therapeut:innen und Berater:innen sind auf der Suche nach praktischen Vorgehensweisen und Techniken, sie wollen

ein passendes Handwerkszeug für ihre Arbeit und versprechen sich davon, in der Beratung wirksamer sein zu können. Dieser Nachfrage entgegenkommend finden sich zahlreiche Fort- und Weiterbildungen – es gibt geradezu ein Feuerwerk an systemischen Techniken –, und systemische Publikationen, die sich mit Tools, Techniken und Interventionen beschäftigen (z. B. Schwing u. Fryser 2010; Caby u. Caby 2009, 2011; Neumann 2011; Bleckwedel 2008; Renoldner et al. 2006). Und in der Praxis vieler Systemiker entsteht der Eindruck, der therapeutische Prozess bestehe aus einer Aneinanderreihung von Techniken und Interventionen, die der systemischen Arbeit zuzuschreiben sind.

Die fünf allgemeinen Wirkfaktoren für Psychotherapie, die Klaus Grawe (2000) nach der Auswertung zahlreicher Metaanalysen postuliert, lauten:

- die Problemaktualisierung
- die Ressourcenaktivierung
- die Problembewältigung
- die motivationale Klärung und
- die Therapiebeziehung.

Verfahrensübergreifend verfolgen das »Generic model of psychotherapy« von Orlinsky und Howard (1988) und die generischen Prinzipien von Haken und Schiepek (2010) (ausführlich s. Kap. 3.1) ein ähnliches Anliegen.

Sie zeigen vergleichbar mit der allgemeinen Wirksamkeitsforschung, dass die Bedeutung der Techniken an sich für die Wirksamkeit eines Beratungsprozesses eher gering ist. Sie erhalten ihre Bedeutung dadurch, dass sie eingebunden sind in ein Verfahrensverständnis mit erkenntnistheoretischer Rahmung, mit einer Veränderungstheorie, mit therapeutischen Haltungen etc.

Losgelöst sind Techniken und Interventionen von geringerer Bedeutung als andere Therapieaspekte – wie das Therapeutenverhalten und unspezifische Variablen (*common factors*, z. B. Unterstützung, Einfühlung, Ermutigung etc.) und Merkmale des Klienten selbst (vgl. Wampold, Imel u. Flückinger 2018). Zusammenfassend lassen sich die Ergebnisse der Psychotherapieforschung so beschreiben: Psychotherapie ist wirksam, ohne dass diese Wirkung auf die speziellen Interventionen und Techniken zurückzuführen ist. Zentraler Wirkfaktor für die Effektivität von Psychotherapie ist die therapeuti-

sche Beziehung, die Persönlichkeit und die Haltung der Therapeut:in (s. dazu auch Borst et al. 2022).

1.3 **Wie entstehen Techniken und Interventionen?**

Interventionstechniken haben ganz unterschiedliche Entstehungsgeschichten. Die meisten der im vorliegenden Buch beschriebenen Techniken sind in der Praxis der Kolleginnen und Kollegen entstanden – einige angeregt durch allgemein bekannte Ideen und Techniken, andere sind kreative Erfindungen der Autor:innen. Da diese ja in der Systemischen Therapie arbeiten, orientieren sich die Techniken vor allem an den Ideen dieser Therapierichtung.

Wenn wir allgemein auf therapeutische Techniken schauen, gibt es viele Interventionen, die eher allgemeiner Natur sind und sich in allen therapeutischen Verfahren finden. Dazu gehören z. B. Rollenspiele oder die Arbeit mit Metaphern, die Arbeit mit Symbolen, Seilen, Tüchern oder Karten. Andere assoziieren wir mit therapeutischen Persönlichkeiten, die dann wiederum einem bestimmten Behandlungsverfahren zugerechnet werden. Die Arbeit mit Übertragung und Gegenübertragung geht auf Sigmund Freud zurück, deshalb wird diese Interventionsform der Psychoanalyse zugerechnet, obwohl sie auch von vielen anderen therapeutischen Richtungen aufgegriffen wurde. Die Arbeit mit Skulpturen wird Virginia Satir zugeschrieben und gilt als eine Technik, die eher in die Familientherapie und systemische Therapie gehört. Aber auch hier gibt es unterschiedliche Ausprägungen im Psychodrama, in der Gestalttherapie und weiteren Richtungen. Andere Interventionen sind im Kontext von Behandlungen spezifischer Störungsbilder entstanden und wieder andere als Techniken, um Klienten leichter zu aktivieren und sich bestimmten Themen zu nähern – wie z. B. die Zeitlinienarbeit, die Arbeit mit Karten, Seilen oder Tüchern etc. Sie sind meist verfahrensunspezifisch und werden in den unterschiedlichsten Therapie- und Beratungsverfahren genutzt. Andere Techniken – wie das Malen von Bildern, das Erstellen von Collagen, die Arbeit mit Knete, Musik, Karten etc. – sind eher unspezifisch und werden je nach Vorlieben der Therapeut:innen in vielen Therapieverfahren eingesetzt.

Es gibt Interventionen, die primär einem Verfahren zugeschrieben werden. Sie stehen dann oft in engem Zusammenhang mit den jeweiligen theoretischen Orientierungen, innerhalb derer sie entstan-

den sind – wie zum Beispiel das SORKC-Modell¹ in der Verhaltenstherapie, die zirkulären Fragen in der Systemischen Therapie, die Übertragungsanalyse in der Psychoanalyse, das Spiegeln in der Gesprächspsychotherapie oder die Arbeit mit dem leeren Stuhl in der Gestalttherapie.

Bedeutung erhalten Interventionstechniken durch die Einbindung in ein Verfahren, in die spezifischen Theorien und Haltungen, die man den Therapeut:innen zuschreibt. Interventionen sind losgelöst aus ihren Entstehungsgeschichten, den theoretischen Hintergründen und der Orientierung der Anwender »neutral«. Deshalb könnte man auch sagen, dass es keine wirklich »systemischen Techniken und Interventionen« gibt. Systemisch werden sie erst durch die Einbindung in ein systemisches Theoriegebäude.

Einige Techniken, die in der systemischen Therapie oder Beratung Anwendung finden, lassen sich aus der systemischen Theorie begründen. So beruht das zirkuläre Fragen auf der theoretischen Idee, dass sich Interaktions- und Kommunikationsprozesse in Systemen immer auch zirkulär ereignen. Sie ermöglichen es, Musterbildungsprozesse zu verstehen und sie zu verdeutlichen. Die Ausnahmefrage (»Wann tritt ein bestimmtes Verhalten oder Symptom nicht auf?«) beruht auf der Idee, dass Verhalten oder Dynamiken in einem System nie konstant oder stabil sind, sondern Systeme immer einer Veränderung unterliegen. Skulpturen beziehen sich auf die klassische Systemtheorie und auf die Theorie der Selbstorganisation. Sie zeigen die Idee, dass Menschen innere Bilder von Systemen entwickeln und sich daran orientieren und dass die einzelnen Systemmitglieder immer aufeinander bezogen sind. Das Reflecting Team greift die Idee des Konstruktivismus auf, dass jeder eine andere, gleichrangige und gleichwertige Beobachtung und Wahrnehmung hat, und verdeutlicht, wie sich Systeme gegenseitig beeinflussen. Die Wunderfrage veranschaulicht die Bedeutung der Wirklichkeitskonstruktionen und – wenn sie in einem System Anwendung findet – auch die Kraft positiver zirkulärer Prozesse. Die Genogrammarbeit spiegelt die Bezogenheit auf frühere Generationen und die Entwicklung und Bedeutung zentraler Geschichten, die in der Familie erzählt werden.

Auch die Interventionen und Techniken, die wir in der Praxis nutzen, sind fast immer kleinere oder größere Weiterentwicklungen

¹ Stimulus, Organism, Response, Kontingency, Consequence.

gen von bekannten Methoden, die die Therapeut:in auf ihr Klientensystem anpasst oder durch die therapeutische Situation kreativ verändert. So unterliegen die meisten Techniken einem ständigen Veränderungsprozess. Geleitet durch eine systemische Hypothese können Sie die passenden Techniken auswählen und verändern, sie ggf. auch theoretisch begründen und somit einer systemischen Idee und Haltung folgen.

1.4 Wie kommen Therapierende zur Auswahl ihrer Techniken und Interventionen?

In Supervisionsprozessen sowie in der Aus-, Fort- und Weiterbildung bekommt man oft Antworten wie:

- »Ich mache das immer in der Anfangsphase einer Therapie.«
- »Mein Bauch hat mich da hingeführt.«
- »Ich folge meiner Intuition.«
- »Wir haben das vor Kurzem in der Weiterbildung gelernt.«
- »Ich hatte es gelesen, und mir hat die Übung gefallen.«
- »Ich dachte, es würde jetzt passen.«
- »Ich hatte Spaß daran, das zu machen.«
- »Ich möchte meinen Werkzeugkoffer erweitern.«
- »Ich habe die Technik von einer Kollegin empfohlen bekommen und gleich genutzt.«
- »Mit der Intervention habe ich oft Erfolg bei Klienten.«

Bei vielen Antworten entsteht der Eindruck, die Intervention sei rein zufällig entstanden oder hänge eher von der Vorliebe der Therapeut:in ab – so, als ob der Klient/die Klientin, die systemische Hypothese, das System, das Störungsbild, die Systemdynamik, die Persönlichkeit der Klient:innen, die Musterbildung des Systems oder die Attraktoren kaum Bedeutung hätten. Interventionen werden ohne Zusammenhang und Resonanz auf die Klient:innen ausgewählt. Und das geschieht nicht selten in der Hoffnung und Idee, durch die Intervention würde bei den Klient:innen etwas ausgelöst oder angeregt, das den Prozess dann weiterbringen kann (in dieser Form werden systemische Interventionen ja auch von vielen »Nichtsystemiker:innen« genutzt). Und das geschieht ja auch überraschend oft, da viele Techniken in sich viel Potenzial tragen, aber es fehlt der Bezugsrahmen, wofür sich die ausgelösten Emotionen oder Dynami-

ken eignen (vgl. Levold 2014, S. 220–223). Dass sich im Klientensystem etwas bewegt, dass die Klient:innen Spaß haben, einen Konflikt austragen, dass die Therapeut:in sich gut fühlt oder eine Emotion beobachten kann etc., sind interessante Auswirkungen, sie sagen aber nichts über die Nützlichkeit und Wirksamkeit der Therapie oder ihre Nachhaltigkeit aus. Reaktionen kann ich als Therapeut in einem System durch viele Aktionen erzeugen. Bohrt die Therapeut:in in ihrer Nase, liest sie während der Sitzung in einem Buch, attackiert sie die Mutter, beschimpft das Kind, werden diese Interventionen auch Auswirkungen im System erzeugen. Die Frage wäre nur: Sind diese im Sinne einer Weiterentwicklung des Klientensystems nützlich?

Leider sehen viele die systemische Interventionen als eine »Allzweckwaffe« an. Ob Skulpturen, Genogramm, zirkuläre Fragen, Reframing, Metaphern, Wunderfrage oder Familienbrett – vieles davon wird in den meisten Therapie- und Beratungsprozessen vorkommen und gerne benutzt. Das hat oft nicht viel mit Beziehungsorientierung, Prozesskompetenz, Anregung von Selbstorganisation etc. zu tun. Der schematische Gebrauch von Interventionen und das eingeschränkte Verständnis von Veränderungsprozessen werden den vielfältigen Settings und Kontexten der systemischen Therapie/Beratung und den leidenden Klient:innen mit ihren Problemen und Sorgen nicht gerecht:

- Die Lebensalterspanne der Klient:innen reicht vom Kleinkind bis zum Hochbetagten.
- Vielleicht besteht die Notwendigkeit einer kultursensiblen Arbeit bei Klient:innen mit einem Migrationshintergrund, evtl. unter Einbeziehung eines Dolmetschers oder Sprachmittlers.
- Manche Klient:innen haben ein Handicap oder leiden unter gesundheitlichen Einschränkungen.
- Viele Klient:innen kommen aus armen und sozial benachteiligten Familien.
- Die Beratung findet in unterschiedlichsten Institutionen und Organisationen statt (ambulante psychotherapeutische Praxis, in der Praxis eines Kinder- und Jugendpsychiaters, in einer Selbstzahler-Praxis, im Bereich aufsuchender Familienberatung oder Familientherapie, im stationären Kontext der Jugend- und Familienhilfe, im stationären Kontext einer Klinik, in unterschiedlichsten Formen von Beratungsstellen, begleitend zu ambulanten Angeboten der Jugendhilfe etc.).

- Die Therapie findet im Zwangskontext und in freiwilligen Kontexten statt.
- Klient:innen und Patient:innen haben die unterschiedlichsten Störungsbilder, Symptome, Konflikte, Problemlagen etc.
- Sie kommen mit den vielfältigsten Konflikten, Problemen, Symptomen, die die Menschen für sich definieren (Paarkonflikte, Geldmangel, mögliche Trennung etc.).
- Die Beratung findet in unterschiedlichsten Netzwerken und Kooperationen statt – mit Kliniken, Jugendhilfeeinrichtungen, mit der Sozialpsychiatrie, Drogenberatung und diversen anderen Organisationen und Institutionen.

Diese unterschiedlichen Kontexte stellen hohe Anforderungen an Therapeut:innen, um ihre Klient:innen in deren individuellen Problemlagen gut unterstützen zu können.

Die Auswahl der Techniken und Interventionen entwickelt sich aus den systemischen Hypothesen und den Zielen für den Beratungsprozess. Beides ist eingebunden in die Haltungen, die Systemische Therapeut:innen auszeichnet (s. dazu Kap. 4). Gerahmt wird der therapeutische oder beraterische Prozess durch das klinische Modell

»über das Zustandekommen und die Aufrechterhaltung von Problemen, Störungen, Krankheiten, einschließlich Theorien der Veränderung« (Geyerhofer, Ritsch u. Thoma 2018, S. 63).

Eingebunden ist all das in die Systemtheorien (s. dazu u.a. Ochs u. Kriz 2022; Kriz u. Ochs 2022; Kriz 2017; Haken u. Schiepek 2010).

1.5 Einüben der Techniken

Wie kommen nun die Techniken zur Therapeut:in? Die Antwort klingt banal: durch Anwendung. Viele erlernen Interventionen in ihren Aus-, Fort- und Weiterbildungen. Sie bekommen die Technik demonstriert und üben sie einmal in Rollenspielen. Aber das einmalige Ausführen einer Technik bringt noch keine handwerkliche Sicherheit. Zu fest sind unsere eigenen Muster und Einstellungen, die dafür sorgen, eine Technik zu verwässern und ihren Effekt abzuschwächen. Neben dem handwerklichen Erlernen einer Technik ist das Training der therapeutischen Haltungen, des klinischen Konzepts und der Prozesskompetenz von zentraler Bedeutung. Techniken und Interventionen werden als Ableitungen aus systemischen