

Hans Lieb

# **So hab ich das noch nie gesehen**

Systemische Therapie  
für Verhaltenstherapeuten

2009

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold	Prof. Dr. Kersten Reich
Prof. Dr. Dirk Baecker	Prof. Dr. Wolf Ritscher
Prof. Dr. Bernhard Blanke	Dr. Wilhelm Rotthaus
Prof. Dr. Ulrich Clement	Prof. Dr. Arist von Schlippe
Prof. Dr. Jörg Fengler	Dr. Gunther Schmidt
Dr. Barbara Heitger	Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp	Jakob R. Schneider
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand	Prof. Dr. Jochen Schweitzer
Prof. Dr. Karl L. Holtz	Prof. Dr. Fritz B. Simon
Prof. Dr. Heiko Kleve	Dr. Therese Steiner
Dr. Roswita Königswieser	Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin
Prof. Dr. Jürgen Kriz	Karsten Trebesch
Prof. Dr. Friedebert Kröger	Bernhard Trenkle
Tom Levold	Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler
Dr. Kurt Ludewig	Prof. Dr. Reinhard Voß
Prof. Dr. Siegfried Mrochen	Dr. Gunthard Weber
Dr. Burkhard Peter	Prof. Dr. Rudolf Wimmer
Prof. Dr. Bernhard Pörksen	Prof. Dr. Michael Wirsching

Umschlaggestaltung: Goebel/Riemer  
Satz: Verlagsservice Hegele, Heiligkreuzsteinach  
Printed in the Netherlands  
Druck und Bindung: Koninklijke Wöhrmann, Zutphen

Erste Auflage, 2009  
ISBN: 978-3-89670-701-7  
© 2009 Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg  
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren  
und zum Verlag finden Sie unter: [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de).

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten  
aus der Häusserstraße haben, können Sie unter  
<http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag  
Häusserstraße 14  
69115 Heidelberg  
Tel. 0 62 21-64 38 0  
Fax 0 62 21-64 38 22  
E-Mail: [info@carl-auer.de](mailto:info@carl-auer.de)

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	<b>11</b>
1. Zwei Gründe, dieses Buch nicht zu schreiben, und zwei Gründe, es doch zu tun .....	11
2. Kennzeichen von Therapieschulen ist ihr Denken, nicht ihr Handeln .....	12
3. Die hier (nicht) gemeinte Verhaltenstherapie .....	13
3.1 <i>Die kognitive Wende der Verhaltenstherapie</i> .....	13
3.2 <i>Merkmale der Verhaltenstherapie:</i> <i>Freier Wille und Störungsorientierung</i> .....	15
4. Die hier gemeinte Systemtherapie .....	15
4.1 <i>Die kognitive Wende der Systemtherapie</i> .....	17
5. Ist Störungsorientierung ein Unterscheidungsmerkmal von Verhaltenstherapie und Systemtherapie? .....	18
<b>1. Zwei Fallbeispiele</b> .....	<b>20</b>
Ein Paar: Verhaltenstherapeutische und systemische Annäherungen .....	21
<i>Die ersten Fragen eines Verhaltenstherapeuten</i> .....	21
<i>Die ersten Fragen eines Systemikers</i> .....	22
Ein Team: Verhaltenstherapeutische und systemische Annäherungen .....	24
<i>Die ersten Fragen eines verhaltenstherapeutischen             Supervisors</i> .....	24
<i>Die ersten Fragen eines systemischen Supervisors</i> .....	24
Wozu dienen Fragen? .....	25
<b>2. Zehn Unterschiede zwischen Systemtherapie und Verhaltenstherapie – Zehn Kernbereiche jeder Psychotherapietheorie</b> .....	<b>26</b>
2.1 Erkenntnistheoretischer Ausgangspunkt: Das Unterschiedene (VT) – der Unterscheidungsakt (ST) .....	27
2.1.1 <i>Verhaltenstherapie: Erfassung des Problems</i> .....	28
2.1.2 <i>Systemtherapie: Erfassung der Problemauswahl</i> .....	29
2.1.3 <i>Verhaltenstherapie: Fokus Individuum</i> .....	30

2.1.4	<i>Systemtherapie: Fokus Unterscheidungsakt und Sprache</i> . . . . .	30
2.1.5	<i>Was ist eine Unterscheidung?</i> . . . . .	32
2.1.6	<i>Therapie als Einführung neuer Unterscheidungsmöglichkeiten</i> . . . . .	33
2.1.7	<i>Erweiterung der therapeutischen Optionen</i> . . . . .	34
2.1.8	<i>Beobachten erster Ordnung – Beobachten zweiter Ordnung: Therapie als Beobachtung von Beobachtungen</i> . . . . .	37
2.1.9	<i>Eine Information ist in der Verhaltenstherapie etwas anderes als in der Systemtherapie</i> . . . . .	39
2.1.10	<i>Die Beziehung des Beobachters zu seinen Beobachtungen</i> . . . . .	39
2.2	<i>Geltungsbereich der Theorie: »Eine-Welt-Modell« – »Drei-Welten-Modell«</i> . . . . .	40
2.2.1	<i>Das Eine-Welt-Modell</i> . . . . .	41
2.2.2	<i>Das Drei-Welten-Modell: System/Umwelt statt Teile/Ganzes</i> . . . . .	43
2.2.3	<i>Kommunikation und Psyche</i> . . . . .	47
2.2.4	<i>Ein Team im Stress: »Eine-Welt-Supervision« oder »Drei-Welten-Supervision«</i> . . . . .	50
2.3	<i>Epistemologie: Objektivität – Konstruktivismus</i> . . . . .	53
2.3.1	<i>Verhaltenstherapie: Objektivität und Reliabilität</i> . . . . .	53
2.3.2	<i>Systemtherapie: Sozialer Konstruktivismus und Strukturdetermination</i> . . . . .	54
2.3.3	<i>Beziehung als Ausgangspunkt des Erkennens</i> . . . . .	56
2.4	<i>Sprachverständnis: Wiedergabe von Realität – realitätserzeugender Interaktionsraum</i> . . . . .	56
2.4.1	<i>Sprache und Sprechen – Sender und Empfänger</i> . . . . .	56
2.4.2	<i>»Land und Landkarte«</i> . . . . .	58
2.4.3	<i>Therapeutenlandkarten von Patientenlandkarten</i> . . . . .	60
2.4.4	<i>Das Verhältnis von Sprache und Realität</i> . . . . .	61
2.4.5	<i>Die Logik der Sprache ist nicht die Logik des Lebens</i> . . . . .	62
2.4.6	<i>Ereignissprache – Handlungssprache</i> . . . . .	63
2.4.7	<i>Datenerhebung oder Erzeugung von Unterschieden</i> . . . . .	63

2.5	Aufmerksamkeitssteuerung:	
	Störungsorientierung – Selbstorganisation . . . . .	65
2.5.1	<i>Therapeutische Steuerung der Patientenaufmerksamkeit . . . . .</i>	67
2.5.2	<i>Aufmerksamkeitssteuerung durch den Kontext . . . . .</i>	68
2.6	Erklärung: Monokausalität – zirkuläre Kausalität . . . . .	69
2.6.1	<i>Erklärungsmodell als Schulenidentität . . . . .</i>	69
2.6.2	<i>Verhaltenstherapeutisches und systemtheoretisches Erklären. . . . .</i>	70
2.6.3	<i>Erklären des Erklärens. . . . .</i>	75
2.6.4	<i>Systemisch funktionale Erklärungen in der Verhaltenstherapie . . . . .</i>	76
2.7	Bewertungskriterien: systemexterne – systeminterne. . . . .	78
2.7.1	<i>Von der therapeutischen Kunst, gleichzeitig positiv und negativ zu bewerten . . . . .</i>	78
2.7.2	<i>Bewerten aus systemtheoretischer Sicht . . . . .</i>	79
2.7.3	<i>Bewertung durch Therapeuten . . . . .</i>	80
2.7.4	<i>Verdichtete und verdünnte Sprache . . . . .</i>	82
2.8	Therapieziele: Zielorientierung – Zieloffenheit. . . . .	84
2.8.1	<i>Ziele in der Verhaltenstherapie . . . . .</i>	84
2.8.2	<i>Ziele in der Systemtherapie . . . . .</i>	85
2.9	Veränderungsmodell: Einflussnahme – Perturbation. . . . .	88
2.9.1	<i>Zur Dialektik von Veränderung und Bewahrung in den Therapieschulen . . . . .</i>	88
2.9.2	<i>Sprache der Veränderung – Sprache der Anerkennung . . . . .</i>	90
2.9.3	<i>Vom Erklären und Verstehen zum heilsamen Handeln . . . . .</i>	91
2.9.4	<i>Assimilation und Akkommodation . . . . .</i>	93
2.10	Wirkvariable: Methode/Technik –	
	Musterunterbrechung . . . . .	95
2.10.1	<i>Wirkvariablen in der Psychotherapieforschung . . . . .</i>	95
2.10.2	<i>Wirkvariablen in Verhaltenstherapie und Systemtherapie . . . . .</i>	96

<b>3. Systemtherapie für Verhaltenstherapeuten: Praxis</b> .....	<b>99</b>
3.1 Settingsvariablen: Rahmenbedingungen der Psychotherapie .....	99
3.1.1 <i>Therapiedauer</i> .....	99
3.1.2 <i>Frequenz</i> .....	100
3.1.3 <i>Einbeziehung von Angehörigen</i> .....	101
3.1.4 <i>Eröffnungszüge: Erste Fragen</i> .....	103
3.1.5 <i>Sitzordnung bei Paar- und Familiengesprächen</i> .....	103
3.1.6 <i>Beendigung der Therapie</i> .....	104
3.1.7 <i>Beziehungsgestaltung</i> .....	104
3.1.8 <i>Umgang mit therapeutischer Macht</i> .....	106
3.2 Wissensbestände für den Systemblick .....	109
3.2.1 <i>Vom Individuum zum System</i> .....	110
3.2.2 <i>Beobachtung von Kommunikation</i> .....	111
3.2.3 <i>Kommunikationsstile nach Satir</i> .....	112
3.2.4 <i>Gregory Bateson: Komplementäre und     symmetrische Kommunikationsmuster</i> .....	119
3.2.5 <i>Kennzeichen eines Systems sind seine     Wiederholungen</i> .....	123
3.2.6 <i>Personen, Systemdiagnose und Chaostheorie</i> .....	127
3.2.7 <i>Der Platz im System</i> .....	129
3.2.8 <i>Wenn Beziehung: Welche Beziehung?</i> .....	133
3.2.9 <i>Dimensionen des (Über-)Lebens sozialer Systeme</i> .....	140
3.2.10 <i>Diagnose Krieg</i> .....	147
3.2.11 <i>Paar- und Familientypen</i> .....	149
3.2.12 <i>Externalisierung:     Das Symptom als Gast im System</i> .....	151
3.2.13 <i>Der Systemblick in der Einzeltherapie</i> .....	152
3.2.14 <i>Zeit und Historie: Systemvergangenheit     und Systemzukunft</i> .....	157
3.3 Mit Systemen reden: Systeme interviewen .....	162
3.3.1 <i>Anlass? Anliegen? Auftrag?     Fragen, die zum Therapiekontrakt führen</i> .....	163
3.3.2 <i>Inhalte: Wonach fragen, um das System     kennenzulernen?</i> .....	165
3.3.3 <i>Erstellung visueller Landkarten: Genogramme –     Systemzeichnungen – Aufstellungen</i> .....	170
3.3.4 <i>Fragestile</i> .....	179
3.3.5 <i>Jeder zu jedem Thema: Stockwerkfragen</i> .....	181

3.3.6	Zur Informationserzeugung benutzte Wahrnehmungskanäle . . . . .	181
3.3.7	Vorsprachliche Unterscheidungen . . . . .	184
3.3.8	Vergleichen und vergleichen lassen. . . . .	185
3.3.9	Lösungsorientierte Fragen . . . . .	186
3.3.10	Vier Fragemodi – vier Antwortmodi: Faktenfragen – strategische Fragen – zirkuläre Fragen – reflexive Fragen . . . . .	187
3.3.11	Von der Einzeltherapie zur Paar- und Familietherapie: Wie man Angehörige einladen und das Gespräch eröffnen kann . . . . .	206
3.4	Systemische Interventionen . . . . .	208
3.4.1	Verhaltenstherapeutische Interventionen aus systemtheoretischer Sicht: Einführung neuer Gewohnheiten . . . . .	208
3.4.2	Die Architektur systemischer Intervention: Kreation von Neuem durch Verstörung des Alten . . . . .	208
3.4.3	Andere Seiten andichten: Kompositionen neuer Lebensmelodien . . . . .	212
3.4.4	Interventionen bei eskalierenden Systemen: Gleichheitsdiagnosen . . . . .	213
3.4.5	Veränderung durch Einführung neuer Bewertungen . . . . .	215
3.4.6	Veränderung durch Aufmerksamkeitslenkung. . . . .	223
3.4.7	Verändern durch Erklären – Veränderung von Erklärungen . . . . .	227
3.4.8	Interventionen auf der Verhaltensebene: Veränderung von Interaktionsmustern . . . . .	239
3.4.9	Veränderung durch Systemaufstellungen . . . . .	242

**4. Systeminformationen und Systeminterventionen  
in verhaltenstherapeutischen Fallberichten . . . . . 244**

**5. Evaluation: Wem nützt die Systemtherapie? . . . . . 246**

5.1	Nutzen des systemischen Ansatzes für Patienten . . . . .	247
5.2	Nutzen für Angehörige, Paare und Familien . . . . .	249
5.3	Gesundheitsökonomischer Nutzen des Systemansatzes . . . . .	250
	Versorgungsrelevanz des systemischen Ansatzes . . . . .	251

<b>6. Was Therapeuten brauchen: Eigentherapie, Selbsterfahrung und Selbstreflexion aus systemtheoretischer Sicht . . . . .</b>	<b>252</b>
6.1 Traditionelle Selbsterfahrungskonzepte . . . . .	252
6.2 Lösungen für Probleme, die sich aus dem traditionellen Selbsterfahrungskonzept ergeben . . . . .	254
6.2.1 <i>Lösung I: Selbsterfahrung als Selbstanwendung           therapeutischer Methoden . . . . .</i>	254
6.2.2 <i>Lösung II: Selbstreflexion des Systems –           Unterscheidung zwischen System und Umwelt . . . . .</i>	255
6.3 Selbsterfahrung und Selbstreflexion . . . . .	257
6.3.1 <i>Die Selbsterfahrungsgruppe: Das Thema des einen           ist immer auch das Thema der anderen . . . . .</i>	257
6.3.2 <i>Selbsterfahrung ist keine Therapie:           Die Bedeutung des Kontextes für Selbsterfahrung . . . . .</i>	258
6.3.3 <i>Von der Unendlichkeit in Selbsterfahrung           bearbeitbarer Themen und der Notwendigkeit           einer Auswahl . . . . .</i>	259
6.3.4 <i>Das Themenspektrum der Selbstreflexion . . . . .</i>	260
<b>Danksagung . . . . .</b>	<b>262</b>
<b>Literatur . . . . .</b>	<b>263</b>