

Inhalt

Vorwort	8
Danksagung	11
1 Auf dem Weg zum Systemischen: Prägende Begegnungen ..	12
1.1 Die Entdeckung Mailands	12
1.2 Die epistemologische Revolution.....	14
1.3 Kurzzeittherapie und Lösungsorientierung	16
1.4 Eine märchenhafte Kongressgeschichte.....	17
1.5 Reflecting Team und Problemsystem	20
1.6 Besuch in einem »systemischen Paradies«.....	21
2 Der Mensch, systemisch betrachtet	26
2.1 Systemisches Denken	27
2.1.1 <i>Autopoiese und Kognition</i>	27
2.1.2 <i>Soziale Systeme</i>	31
2.2 Ein systemisches Menschenbild.....	38
2.2.1 <i>Psychische Systeme und Polyphrenie</i>	39
2.2.2 <i>Relationale Pluralität</i>	41
2.2.3 <i>Ethische Folgerungen</i>	45
2.3 Klinische Folgerungen	45
3 Realitäten, Konstruktionen, klinische Theorie	47
3.1 Begegnung mit einem Guru und die Folgen	47
3.2 Realität und Konstruktion in der Psychotherapie	50
3.2.1 <i>Realitäten, Konstruktionen</i>	51
3.2.2 <i>Realität und Psychotherapie</i>	54
3.3 Klinische Theorie evaluiert	55
3.3.1 <i>Individuelle und interaktionelle Probleme</i>	56
3.3.2 <i>Die Aufgaben des Therapeuten</i>	58
3.3.3 <i>Das Dilemma der Diagnostik</i>	62
3.3.4 <i>Die Interventionen</i>	63
3.3.5 <i>Fazit</i>	65
3.4 Sinn	66
3.4.1 <i>Sinnfindung/Sinngebung</i>	67
3.4.2 <i>Sinnsuche</i>	69
3.4.3 <i>Sinnkrisen</i>	70

3.4.4	Professionelle Haltung.....	71
3.5	Systemische Ethik?	72
3.5.1	Ethik und Moral	73
3.5.2	Ist systemisch an sich ethisch?	73
3.5.3	Fazit.....	77
4	Entzerrungen	78
4.1	Psychotherapeut, bleib bei deinem Leisten!	78
4.2	Differenzierungen	85
4.2.1	Emotion, Kognition, Sprache.....	89
4.2.2	Überlebensdiagnostik – eine systemische Diagnostik.....	90
4.2.3	Biografische und mehrgenerationale Perspektive.....	91
4.2.4	Störungsspezifisches Vorgehen.....	92
4.3	Das Regelwerk – Vorteile, Nachteile	93
4.3.1	Zum Regelwerk.....	94
4.3.2	Fazit.....	101
4.4	Aktueller Stand und Visionen.....	101
5	Störungen und Lösungen	106
5.1	Gesund oder krank? – Eine erstaunliche Geschichte	106
5.2	Psychische Störungen.....	107
5.2.1	Grundmodelle psychischer »Störungen«	109
5.2.2	Grundelemente systemischer Therapie.....	111
5.2.3	Techniken	113
5.2.4	Fazit.....	114
5.3	Leitlinien für die Psychotherapie	115
5.3.1	Qualitätssicherung im Spagat	117
5.3.2	Die Qual der Variablenwahl	119
5.4	Systemische Psychiatrie	121
5.4.1	Voraussetzungen psychiatrischer Arbeit.....	123
5.4.2	Psychiatrische Praxis	127
5.4.3	Schritte zu einer Erweiterung der Perspektive	129
6	Anwendung	136
6.1	Das erste Mal.....	136
6.2	Elemente.....	139
6.2.1	Drei Grundelemente jeder Psychotherapie.....	139
6.2.2	Grundelemente der systemischen Therapie.....	146
6.2.3	Fazit.....	148

6.3	Ressourcen	149
6.3.1	<i>Ein Fallbeispiel.</i>	154
6.3.2	<i>Für und wider Ressourcenaktivierung.</i>	156
6.4	Hilfreiche Unterscheidungen.	157
6.4.1	<i>Anliegen und Auftrag.</i>	157
6.4.2	<i>Hilfe und Fürsorge.</i>	161
6.4.3	<i>Unliebsame Begriffe</i>	163
6.4.4	<i>Fazit.</i>	165
6.5	Der Beitrag systemischen Denkens in Kürze	167
7	Settings	170
7.1	Familienpolitik in Deutschland – ein Exkurs	170
7.2	Die Praxis mit Mehr-Personen-Systemen	180
7.2.1	<i>Familietherapie</i>	182
7.2.2	<i>Systemische Familietherapie</i>	184
7.2.3	<i>Systemische Paartherapie.</i>	190
7.2.4	<i>Ein Beispiel fließender Übergänge</i>	192
7.3	Die Praxis mit Individuen	197
7.3.1	<i>Psychische Systeme</i>	198
7.3.2	<i>Einheitlichkeit oder Multiplizität?</i>	200
7.3.3	<i>Polyphrenie</i>	204
7.3.4	<i>Praktische Relevanz</i>	209
7.3.5	<i>»Teilearbeit«</i>	210
7.4	Systemische Einzeltherapie.	212
7.4.1	<i>Fazit.</i>	214
8	Rückblicke, Ausblicke.	217
8.1	Es kann auch anders sein – ein Rückblick	217
8.2	Brief an die nächste Generation – ein Ausblick	225
8.3	Zusammenfassung	233
	Quellennachweise.	235
	Literatur.	238
	Über den Autor	251