

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>8</b>
<b>Danksagung</b> .....	<b>11</b>
<b>1 Auf dem Weg zum Systemischen: Prägende Begegnungen</b> ..	<b>12</b>
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
<b>2 Der Mensch, systemisch betrachtet</b> .....	<b>26</b>
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
<b>3 Realitäten, Konstruktionen, klinische Theorie</b> .....	<b>47</b>
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
<b>4</b>	<b>Entzerrungen .....</b>	<b>78</b>
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
<b>5</b>	<b>Störungen und Lösungen .....</b>	<b>106</b>
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
<b>6</b>	<b>Anwendung .....</b>	<b>136</b>
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
<b>7</b>	<b>Settings</b> .....	<b>170</b>
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
<b>8</b>	<b>Rückblicke, Ausblicke.</b> .....	<b>217</b>
8.1	Es kann auch anders sein – ein Rückblick .....	217
8.2	Brief an die nächste Generation – ein Ausblick .....	225
8.3	Zusammenfassung .....	233
	<b>Quellennachweise.</b> .....	<b>235</b>
	<b>Literatur.</b> .....	<b>238</b>
	<b>Über den Autor</b> .....	<b>251</b>