

Vorwort

Das vorliegende Buch ist ein Meister-Werk. Ich wähle bewusst dieses Wort mit Bindestrich, weil es dieses Buch am besten charakterisiert.

Der Autor ist ein profunder Kenner der Problematik der Psychotherapie; er ist zudem ein Meister in der von ihm geübten Therapieform – der narrativen Psychotherapie –, wie die präsentierten Dialoge aus seiner Arbeit zeigen. Die Behutsamkeit seiner Dialoge in dieser Form seiner Arbeit mit offenbar schwierigen Klienten ist eindrucksvoll und beispielhaft.

Was er hier darlegt, ist faszinierend, weil er damit versucht – auch wenn er es nicht anspricht – dem Gesetz der Entsprechung des Hermes Trismegistos zu folgen. Dieses Gesetz besagt, dass in allen Dingen, auf allen Ebenen eine Analogie vorhanden ist: wie Oben so Unten, wie Innen so Außen, wie im Kleinen so im Grossen. Wir sind im All und das All ist in uns. Ausgehend vom Menschen als bio-psycho-sozialer Einheit entwirft der Autor Landkarten für ein auf mehreren Ebenen angeordnetes Problem- bzw. Lösungsverständnis, für die Therapiebeziehung und den Vorgang der Therapie, die auch hinsichtlich ihrer biologischen Grundlage korrespondieren. Dies ermöglicht es, ein zwar komplexes, aber realitätsnahes Bild des Problem- wie Lösungsgeschehens zu entwickeln. Dazu ergänzend erzählt er Geschichten von Menschen und therapeutischen Begegnungen, die seinen Zugang illustrieren. Es geht dabei um eine möglichst vollständige Sicht auf die Vielfalt der Möglichkeiten heilsamer Veränderung, so dass sich letztlich die Vorstellung eines therapeutischen Metamodells konturiert. Jede der im Teil I des Buches angesprochenen Ebenen ist von vielen Autoren in vielfacher Weise als „Ansprechbasis“ für heilsame Veränderungen in jeweils eigener Terminologie beschrieben worden. Interessant dabei sind die Bemühungen dieser Autoren um sprachliche Darstellung ihrer Erkenntnisse, wie die reichlichen Zitate zeigen. Schön war dabei für mich, auf meine „alten Lehrmeister“ zu treffen. Der Autor ordnet und schafft Übersicht, indem er für die verschiedenen Ebenen durchgehend systemische Flow-Diagramme entwickelt, welche die zitierte Vielfalt immer wieder klären und zum Grundkonzept zurückführen. Im Teil 2 – „Eine Karte der therapeutischen Beziehung“ – und im Teil 3 – „Karten des Therapieprozesses“ – findet sich eine minutiöse Beschreibung der Voraussetzungen hilfreicher bzw. gelingender Therapie sowohl von Seiten des Therapeuten wie des/der Klienten. Diese Teile des Buches führen in die Wirklichkeit der Therapie und runden das Werk beruhigend ab. Es ist ein Werk im besten Sinne: originell, wissenschaftlich, umfassend und kreativ dargestellt. So wird es auch zu einer Quelle, um nachzulesen und nachzuschlagen. Die Lektüre wird in vieler Weise bereichern, wie sie auch mich bis zum „Ende der Reise“ bereichert hat.

Harry Merl

VOR DER REISE

Denkt man Therapie in einer Metaphorik des Reisens (vgl. Kopp, 1981, vgl. Watzlawick, 1984, p. 15), so weckt dies Assoziationen zu den polynesischen Entdeckungsfahrten im Stillen Ozean wie zu den europäischen Forschungsreisen des ausgehenden 19. und beginnenden 20. Jahrhunderts – zu den Aufbrüchen Shackletons, Scotts und Amundsens zum südlichen Pol der Erde, zu John Franklins Expedition, die der Auffindung der lang gesuchten Nord-West-Passage – dem kürzesten Weg von Europa nach Cathay – dienen sollte.

Im Rahmen von Forschungsreisen wie von Psychotherapie muss vieles bedacht werden: Es bedarf der Klärung, von welchem Punkt aus eine Expedition ihren Anfang nehmen sollte und wohin die Reise führen soll. Expeditionen bedürfen ebenso wie Psychotherapien des Zusammenhalts und der Kooperation all derer, die an ihnen beteiligt sind. Expeditionen wie Therapien bedürfen der Planung der gesamten Route wie der einzelnen Wegstrecken, die unterwegs zurückgelegt werden sollen. Sie bedürfen der Wahl der Transportmittel, derer sie sich bedienen, der Abstimmung ihres Vorgehens auf die gegebenen Umwelten u. a. ExpeditionsleiterInnen wie PsychotherapeutInnen müssen die Bedingungen, unter welchen ihre Reise stattfindet, vorausberechnen und -erwägen und im Vorwärtsgen stets aufs Neue bedenken: „Naturally“ – so Lewis – „it is skilled captains of seaworthy craft who, when blown off course, are most likely to survive storms, keep their bearings, make fruitful use of land signs and ultimately return home“ (Lewis, 1972, p. 25).

Die beschriebenen Aufgabenstellungen korrespondieren mit Luhmanns Unterscheidung von inhaltlicher Kompetenz, Beziehungskompetenz und Prozesskompetenz als Basiskompetenzen von BeraterInnen/TherapeutInnen (vgl. Luhmann, 1984): TherapeutInnen müssen im Stande sein, im Kontext von Therapie gegebene inhaltliche Komplexität zu meistern – vermittelt der Eingrenzung therapeutisch sinnvoller Probleme und Ziele, vermittelt des Findens relevanter Bedingungen rund um die bio-psycho-soziale Problem- wie Lösungswirklichkeit von Klientinnen, vermittelt der Suche nach geeigneten Anknüpfungspunkten für Problem-Lösungs-Übergänge; sie müssen im Stande sein, die therapeutische Beziehung produktiv zu gestalten; und sie müssen im Stande sein, die Komplexität eines Therapieprozesses zu meistern – vermittelt des Findens eines guten Anfangs, eines hilfreichen Fortgangs, eines zufrieden stellenden Endes von Therapie, vermittelt der Strukturierung des Erzählflusses in einzelnen Dialogen und Dialogpassagen.

Drei Fragen

Mit diesen drei Kompetenzen sind kritische Fragen an gegenwärtige systemische Therapie verbunden.

Im Kontext inhaltlicher Kompetenz stellt sich die Frage nach einer systemischen Modellbildung, welche interpersonelle und intrapersonale Aspekte der Problem- wie Lösungs-Wirklichkeit von KlientInnen verbindet, die affektive wie kognitive Vorgänge mit einschließt und an grundlagenwissenschaftliche Modellbildungen sowie Modellbildungen anderer Therapieansätze anknüpft¹. Die theoretische Verbindung affektiver und kognitiver Prozesse einerseits, psychischer und sozialer Prozesse andererseits gilt als „ungelöste Entwicklungsaufgabe“ systemischer Therapie (vgl. Schiepek, 1999, S. 252). Diese Entwicklungsaufgabe ist unter anderem Folge der Einsicht in der Grenzen familientherapeutischer Modellbildung: Das Bemühen um eine Entdeckung spezifischer familiärer/sozialer Beziehungsmuster, die als Determinanten bio-psycho-sozialer Problem-Wirklichkeiten von KlientInnen und in der Folge als „Schlüssel“ der Auflösung dieser Problem-Wirklichkeiten gelesen werden könnten, kann als gescheitert betrachtet werden: „Nicht Homogenität, sondern Heterogenität bestimmt das Bild der Familiendynamiken bei ... einzelnen Störungen“ (Schweitzer & Schlippe, 2006, S. 21). Eine „direkte Verbindung zwischen Symptom und Familie“ – so auch das nüchterne Resümee Selvini Palazzolis – „gibt es nicht“ (Selvini Palazzoli, 1999, S. 104).

Im Kontext von Beziehungskompetenz erweist sich gegenwärtige systemische Therapie als „fuzzy set“: Manche ihrer Strömungen heben in ihrem Blick auf die Therapiebeziehung vorrangig therapeutische Abstinenz und Neutralität hervor, andere betonen die Bedeutung der Intimität therapeutischer Interaktion (vgl. Weingarten, 1992). Einzelne systemtherapeutische Richtungen heben Aspekte der Führung im Rahmen der Therapiebeziehung hervor, andere fokussieren die aufmerksame Begleitung innerer Veränderungsprozesse von KlientInnen. Einzelne systemtherapeutische Ansätze favorisieren eine ausschließliche Lösungs- und Ressourcenorientierung von TherapeutInnen, andere heben die Bedeutung von Problemaktualisierungs-Vorgängen hervor. Gegenwärtige systemische Therapie entbehrt vor diesem Hintergrund einer Modellbildung rund um therapeutische Beziehung, die unterschiedliche therapielerationale Aspekte integriert.

Im Rahmen der gegebenen Vielfalt systemischer Prozessarchitektur stellt sich die Frage nach einem gemeinsamen prozessualen Bauplan systemischer Therapien bzw. einzelner therapeutischer Dialoge und Dialogpassagen (vgl. Stierlin, 1997) sowie die Frage nach der Problem-Lösungs-Spezifität systemtherapeutischen Vorgehens: Wie spiegelt sich eine Passung zu spezifischen Problem- und Lösungs-Wirklichkeiten in prozessualen Modellen und im interventiven Handeln systemischer TherapeutInnen wider?

¹ *Gemäß der Perspektive therapeutischer Wirkforschung tendiert systemische Therapie dazu, intrapersonale Prozesse auszuklammern (Grawe et al., 1994, S. 574). Systemische Therapie entfalte – so Grawe – ihre Stärken vor allem im Kontext eines eingegrenzten Anwendungsbereichs: jenem der familiären Interaktion. Eine Verbesserung der Familienbeziehungen gehe allerdings nicht notwendigerweise mit einer Verbesserung der Symptomatik von KlientInnen einher (vgl. Grawe et al., 1994, S. 577).*

Methodik und Architektur dieses Buches

Jede neue Reise, die TherapeutInnen auf sich nehmen, birgt Bekanntes wie Unbekanntes. Angesichts des Bekannten können PsychotherapeutInnen gleich ExpeditionsleiterInnen auf ihren wichtigsten Verbündeten – ihre Erfahrung – zurückgreifen: Sie ist ihnen Kompass und Sextant. Angesichts des Unbekannten hilft es, wenn PsychotherapeutInnen gleich anderen Reisenden auf Karten anderer, die ihnen vorausgegangen sind, zurückgreifen können.

Karten sind eine Verdichtung des Wissens und der Erfahrung vieler: „Eine einzelne Karte... ist eine Zusammenstellung dessen, was andere gesehen, gefunden oder entdeckt haben... (.) Was sie erfahren haben, hat sich Lage um Lage angehäuft“ (Harvey, 1999, S. 101). Karten – so Manguel – repräsentieren ein „Gedächtnis der Welt“ (vgl. Manguel, 1999, S. 221). Gute Karten garantieren nicht das gute Ende einer Reise, aber sie tragen zu ihrem Gelingen entscheidend bei.

Das Studium vorhandener Karten hinsichtlich der skizzierten Fragestellungen stellt das Fundament dieses Buches dar. Mit Hilfe dieser Karten wird versucht, Antworten auf die gestellten Fragen zu formulieren: in Form einer intra- wie interpersonelle Aspekte integrierenden Modellbildung zur Entstehung und Aufrechterhaltung von Problem- wie Lösungs-Wirklichkeiten, in Form einer integrierenden Beschreibung therapeutischer Beziehung, in der Skizzierung einer Makro-, Meso- wie Mikroarchitektur des Therapieprozesses und im Entwurf einer Problem-Lösungs-spezifischen Interventionspraxis.

Rund um die Bereiche inhaltlicher, relationaler und prozessualer Kompetenz folgt die Darstellung einem jeweils methodisch analogen Vorgehen.

In einem ersten Schritt werden vorhandene Karten eines therapeutischen Kompetenzfeldes skizziert. Jene Karten, auf welche hierbei Bezug genommen wird, sind Karten der behavioralen, der personzentrierten und der systemischen Therapie², die fallweise durch grundlagenwissenschaftliche

² *Alle drei therapeutischen Ansätze umfassen einzelne therapeutische Strömungen, die zum Teil nur sehr lose miteinander verbunden sind.*

So verweist der Strom „Systemische Therapie“ auf die einzelnen Strömungen der „entwicklungsorientierten Therapie“ nach Satir, der „strukturellen Therapie“ nach Minuchin, der „strategischen Therapie“ nach Haley, der „strategischen Therapie“ nach Watzlawick et al., der „systemischen Therapie nach dem Mailänder Modell“, der „ökosystemischen Therapie“ nach Merl, der „systemischen Therapie nach dem Heidelberger Modell“, der „lösungsorientierten Therapie“, der „kollaborativen Therapie“, der „narrativen Therapie u. a.

„Personzentrierte Therapie“ umspannt den „experienziellen Ansatz“, die „zielorientierte Gesprächspsychotherapie“, die „prozessorientierte Gesprächspsychotherapie“, die „Focusing-Therapie“ nach Gendlin u. a.

„Behaviorale Therapie“ umspannt sog. klassisch-behaviorale Therapieansätze, kognitiv-behaviorale Ansätze, interaktionelle Ansätze, Ansätze der „Selbstmanagement-Therapie“, der „dialektisch-behavioralen Therapie“ nach Linehan u. a.

Karten der Evolutionstheorie und Neurobiologie ergänzt werden³.

In einem zweiten Schritt werden diese Karten zueinander in Bezug gestellt, in der Hoffnung, so Gemeinsames und Verbindendes zu erfassen (vgl. Keeney, 1979, p. 120).

In einem dritten Schritt werden diese Karten zu jeweils einer Karte integriert und daraus ableitbare Praxisimplikationen veranschaulicht. Auf diese Weise soll vorhandenes Wissen so geordnet werden, dass die in Theorie und Praxis gegebene Komplexität des Landstrichs „Therapie“ handhabbar eingegrenzt wird.

Die so erschaffenen Karten sollten – so der Anspruch – an aktuelle grundlagenwissenschaftliche Theorien anknüpfen und Kriterien der Schönheit, des Respekts vor KlientInnen und der Nützlichkeit entsprechen (vgl. Ludwig, 1988).

Fragen inhaltlicher Kompetenz ist die Entwicklung einer Karte gewidmet, welche psychische und soziale Prozessen verbindet und Anknüpfungspunkte für Problem-Lösungs-Übergänge birgt.

Fragen relationaler Kompetenz sind Gegenstand einer Karte der therapeutischen Beziehung.

Fragen prozessualer Kompetenz sowie der Problem-Lösungs-Spezifität therapeutischen Vorgehens dient die Entwicklung von Karten zur Prozessarchitektur von Therapie sowie einer Karte therapeutischer Intervention.

Die Methodik der skizzierten Antwortsuche rund um die gestellten Fragen spiegelt sich im Aufbau dieses Buches wider.

Bei allem Bemühen um eine stringente Darstellung mäandert das im Folgenden Erzählte gleich der Waldaist in meiner Heimat. Es ist mit Geschichten, mit Ausschnitten aus eigenen Therapiedialogen und aus Therapiedialogen, die behavioraler, personenzentrierter und systemischer Literatur entnommen sind, angereichert. All dies soll das Erzählte im Sinne einer „thick story“ veranschaulichen und vertiefen. Diese Erzählpraxis spiegelt – wie ich glaube – zudem die Realität gelebter Therapie wider, die selten geradlinig verläuft und häufig Unterschiedsideen in rahmende Erzählungen bettet.

Karten und Weggefährten

Jedes Schreiben gründet jenseits des Interesses für das, was entdeckt und beschrieben werden soll, in persönlichen Quellen. Im Fall des vorliegenden Buches ist dies die mit vielen Menschen geteilte Leidenschaft für das Betrachten von Karten.

³ *Das andere Kartenmaterial hier nicht mit einbezogen wird, gründet nicht in einem Zweifel an der gleichrangigen Wirksamkeit oder der theoretischen Modellbildung anderer therapeutischer Ansätze, sondern darin, dass hinsichtlich systemischer, personenzentrierter und behavioraler Therapie Erzähltes durch meine eigene praktische und theoretische Erfahrung angereichert und getragen wird, was bei anderen Ansätzen nicht der Fall ist.*

Karten fungierten in meiner Kindheit und Jugend als Hintergrund für erdachte, nie vollzogene Reisen: Sie dienten als Begleiter auf den fiktiven Expeditionen entlang des Amazonas, durch die Jagdgründe der Apatchen, in die Weiten der Südsee, bei der Erkundung des dunklen Herzens Afrikas und bei den Märschen über das Hochland Tibets. Heute, viele Jahre später, sind sie mir Wegbegleiter bei Wanderungen in jenem Teil der Welt, der mir Heimat ist.

Karten waren und sind mir zugleich wichtige therapeutische Gefährten – beginnend mit Kanfers und Philips „Verhaltensgleichung“ und Rogers „Landkarte innerer Bedeutungsgebung“ über deShazers „Zentralkarte“ und Schiepeks „idiographische Systemmodellierung“ bis hin zu Whites Metapher des Landkarten-Zeichnens/„mapping“ – der Erkundung des Einflusses dominanter wie alternativer Erzählungen auf das Leben von KlientInnen im Kontext narrativer Therapiepraxis.

Nicht alle Karten haben gleich tiefe Spuren hinterlassen: Wenngleich ich auch darum bemüht bin, behaviorale, personenzentrierte und systemische Karten gleichermaßen zu berücksichtigen, ist das im Folgenden Erzählte doch vor allem von letzteren geprägt. Meine vorrangige Sozialisation und Praxiserfahrung als systemischer Therapeut bestimmt implizit wie explizit mein Verständnis und meine Sprache.

Die Einbeziehung behavioraler wie personenzentrierter Karten dient der Absicht, systemische Modellbildung um die Reiseberichte anderer TherapeutInnen, um deren Erfahrung, die in anderen Beschreibungsperspektiven gründet, anzureichern. Birgt es Ideen für nicht-systemische TherapeutInnen, ist dies ein zusätzlicher Gewinn. Vielleicht kann es auf diese Weise den wertschätzenden Diskurs zwischen unterschiedlichen Therapieansätzen fördern.

Zu diesem Buch haben viele Menschen beigetragen, denen ich mich verbunden fühle – KlientInnen, die mich an ihrem Wissen rund um die Erzeugung von Lösungen teilnehmen ließen und ihre Zustimmung zu anonymisierten Veröffentlichungen von Dialogausschnitten erteilten, die Kolleginnen und StudentInnen der Lehranstalt für systemische Therapie in Wien, der FH für Soziale Arbeit in Linz und des Instituts für Psychologie der Universität Klagenfurt.

Christina Haberlehner, Gabi Kunstmüller, Elisabeth Mooshammer, Gabriela Lurger-Jaritz sowie Ina und Peter Manfredini waren mir in praktischer Hinsicht eine große Hilfe. Elfi Waas und Ilse Gschwend steuerten ihr navigatorisches Wissen bei. Ulrike Russinger, Heinz Mairhofer, Michael Haberfellner, Elisabeth Wagner, Anton Laireiter, Wolfgang Keil und Andrea Brandl-Nebhay reicherten die ersten Fassungen dieses Buch mit einer Vielzahl kritischer Fragen und Anregungen an. Für das Vorwort danke ich Helm Stierlin und Harry Merl. Ohne meine Frau Renate hätte dieses Buch nicht geschrieben werden können.

Zwei Kollegen, deren Arbeiten ich eine Fülle von Anregungen verdanke, sind in jener Zeit, in der die ersten Zeilen dieses Buches geschrieben wur-

den, gestorben: Steve deShazer und Klaus Grawe. Ihr Denken wie auch jenes von Carl Rogers prägt die hier formulierten Modelle entscheidend mit, obwohl ihre epistemologischen Prämissen nicht unterschiedlicher hätten sein können: Steve deShazer war im Konstruktivismus und im Denken Wittgensteins verwurzelt; Klaus Grawe gründete in einer empiristischen Epistemologie, Carl Rogers in einem idealistischen Menschenbild.

So unterschiedlich auch ihre Zugänge zu Psychotherapie waren: Einig waren sie in ihrer Betonung der Ressourcenorientierung therapeutischen Denkens und Handelns, die – wie ich hoffe – auch das nachfolgend Erzählte prägt.