

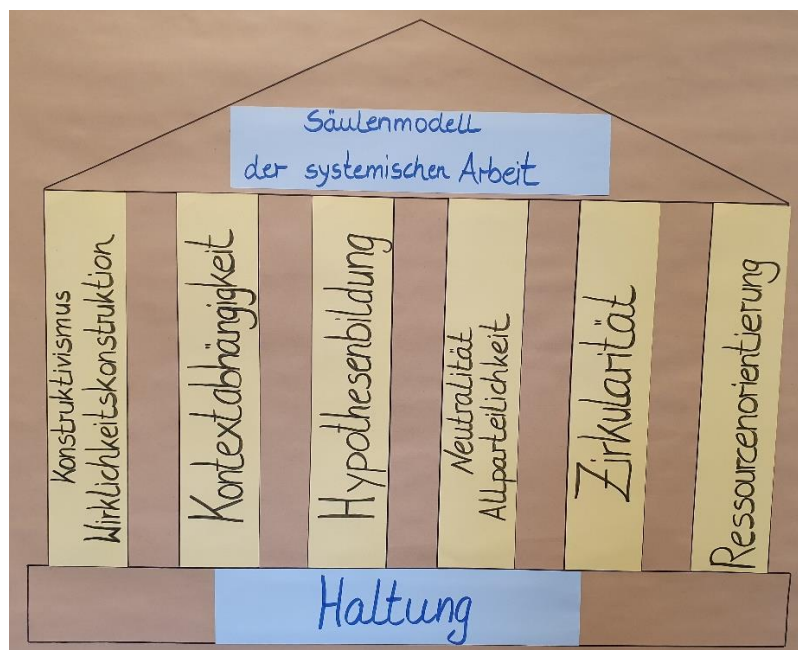
„Wozu denn jetzt systemisch? Und wie geht das eigentlich? – Ein Einführungsworkshop – Gerd und Ilona Janke

Was ist ein System?

„Als System wird ganz allgemein eine Gesamtheit von einzelnen Elementen bezeichnet, die miteinander in irgendeiner Form verbunden sind und dadurch als eine Einheit angesehen werden können, d. h., als strukturierte systematische Ganzheit“ (Stangl-Lexikon für Psychol.&Päd.). Eine Veränderung in einem Teil des Systems beeinflusst notwendiger Weise das ganze System (Steve de Shazer). Alle Elemente des Systems sind wie in einem Mobile miteinander verbunden. Im Einzelnen finden sich Bewegungen des Ganzen wieder. Bewegung des Einzelnen übertragen sich auf das Ganze (Systemisches Handwerk von R. Schwing/ A. Fryszer). Auch ein System ist nur ein Konstrukt. Die Grenze eines Systems liegt in der praktischen Arbeit da, wo es Sinn ergibt. Ein System kann z.B. eine Gruppe, eine Familie oder ein Unternehmen sein.

Säulenmodell der Systemischen Arbeit

Dieses Modell zeigt unserer Meinung nach die wichtigsten Faktoren auf, welche in Bezug auf eine systemische Arbeitsweise genannt und beachtet werden sollten. Systemisches Arbeiten ist hierbei aber mehr als nur eine Technik. Wenn die verschiedenen Säulen der systemischen Arbeit trainiert und angewandt werden, verändert sich die Grundhaltung. Diese beeinflusst wiederum die Art und Weise, wie man Methoden und Fragetechniken anwendet.



Zu den Grundlagen der systemischen Arbeit gehören in unseren Augen die folgenden Faktoren:

1. Konstruktivismus – Wirklichkeitskonstruktion

Der Konstruktivismus ist eine philosophische Sichtweise, welche die systemische Denkweise grundlegend prägt und beeinflusst. Hier wird davon ausgegangen, dass jeder Mensch seine Wirklichkeit selbst konstruiert. Diese Wirklichkeit ist subjektiv und damit veränderbar. Durch die Beziehungen von Menschen und deren Kommunikation wird eine individuelle Realität erzeugt. Da jeder Mensch in seinem Leben unterschiedliche Erfahrungen gemacht hat und unterschiedlichen Einflüssen ausgesetzt ist, kann die Art und Weise, wie die Welt wahrgenommen wird, sehr unterschiedlich ausfallen. Einige Einflussfaktoren sind z.B. Land, Sprache, Religion, Eltern, Familie, Regierung, Interessen, Hobbies, Musik, Ideologien usw. Diese Liste ist praktisch unerschöpflich, da wir nicht genau sagen können, was alles einen Menschen geprägt hat. Wichtig ist hier lediglich, dass es verschiedene und nicht die eine Wirklichkeit gibt.

2. Kontextabhängigkeit

Jedes Verhalten macht unter gewissen Umständen Sinn. Wir fragen oft nicht nach den (guten) Gründen oder wir bewerten das gezeigte Verhalten aus unserem Wertesystem (unserer Wirklichkeitskonstruktion) heraus.

Bsp.: Ein Mann, schwarz gekleidet, mit Trillerpfeife im Mund, gelbem Kärtchen in der Hand, wild gestikulierend, laut trillernd in der Fußgängerzone wirkt lächerlich, verwirrt oder sogar psychisch gestört. Genau der gleiche Mann mit genau dem gleichen Aussehen und Auftreten auf dem Fußballfeld ist für das Spiel unverzichtbar, hat große Autorität, erfährt Respekt und Anerkennung.

3. Hypothesenbildung

Bewertungen von Situationen oder Gegebenheiten finden in unserem Denken permanent statt. Das Hypothesisieren lädt dazu ein, bewusst zu beobachten (sehen, hören, achten auf verbale und nonverbale Kommunikation). Aus diesen Informationen werden Wirklichkeitskonstruktionen und Annahmen generiert. Diese werden dann (durch Interventionen) auf Relevanz geprüft und die entstehende Wirkung beobachtet. Anschließend beginnt dieser Prozess von vorn. Hier spricht man auch von der systemischen Schleife.

4. Neutralität/Allparteilichkeit

Durch eine Haltung der Neutralität/Allparteilichkeit wird versucht eine Grundlage zu schaffen, bei der mit Neugier und Interesse Informationen generiert werden können (z.B. zur

Hypothesenbildung). In einer Situation, in der neben uns noch mehr als eine weitere Person (z.B. A und B) beteiligt ist, kann es je nach Situation zu Bevorzugung oder Verbündung kommen. Dadurch wird es schwierig auf die Empfindungen oder Bedürfnisse des anderen einzugehen (z.B. Person A) ohne dass die andere Person (Person B) sich verraten vorkommt. Hilfreich ist eine Solidarisierung mit allen Parteien. Diese Haltung des „für-alle-sein“ bzw. „für-keinen-sein“ erfordert Übung.

5. Zirkularität

Zirkularität geht davon aus, dass die Beziehungen zwischen Menschen mehr sind als Ursache und Wirkung. Jede Art von Kommunikation birgt eine potentielle Veränderung und Reaktion bei einem anderen in sich. Dinge werden in einer Wechselwirkung aufeinander betrachtet. Eine Handlung ist gleichzeitig Ursache und Wirkung einer Sache. Eine genaue Grenzziehung ist hier nicht möglich.

6. Ressourcenorientierung

Bei einer ressourcenorientierten Haltung schaut man auf die vorhandenen, realistischen Möglichkeiten der betreffenden Personen. Die bereits vorhandenen Stärken und Fähigkeiten werden dazu genutzt, um aktuelle Probleme (schrittweise) zu lösen. Ressourcen können sehr vielfältig sein (z.B. Wissen, Begabungen, Hilfsmittel und Möglichkeiten, Personen, materieller oder immaterieller Natur). Eine ressourcenorientierte Sicht muss, genauso wie andere Fähigkeiten, trainiert werden und ist ein wesentlicher Bestandteil einer systemischen Sichtweise.

Systemische Methoden

Zirkuläre Fragen, Perspektivwechsel

Kinder/ Eltern/ Kolleg_innen werden dazu eingeladen die **Perspektive zu wechseln** und sich in die Position, Gefühls- und Gedankenwelt **eines Dritten** zu versetzen. Sie mutmaßen, was dieser antworten oder tun würde.

Eine andere Möglichkeit ist zu fragen, was der Dritte (C) zu einer bestimmten Frage wohl denken könnte. Es werden somit Menschen aus der Umgebung mit einbezogen.

Eine Person wird in Anwesenheit der anderen danach gefragt, was sie über die Beziehung der anderen denkt – so bekommen diese eine sehr komplexe Rückmeldung darüber, wie ihre Beziehung von der dritten Person wahrgenommen wird.

Lösungs-und ressourcenorientiertes Arbeiten

In der systemischen Praxis wird dieser Entdeckung des Raumes von Möglichkeiten eine besondere Bedeutung beigemessen: wenn etwa beklagt wird, dass man im Team „nicht mehr miteinander reden könne“, wird sofort gefragt: „Wann war es denn das letzte Mal, dass es eine Ausnahme gab und Sie sich gut verstanden haben?“ – nicht selten war es „gestern“.

(<https://systemische-gesellschaft.de/systemischer-ansatz/methoden/>)

Visualisieren: Skalierung, Aufstellung, Genogramm, Organigramm

Im systemischen Arbeiten wird häufig an-*schau*-lich gearbeitet. So kann in einem Genogramm z.B. die Herkunftsfamilie oder in einem Organigramm der Arbeitszusammenhang bildlich dargestellt werden.

Hierdurch werden Beziehungen und ggf. auch Beziehungsmuster deutlich, die bisher nicht bewusste Einflüsse auf ein als problematisch empfundenes Verhalten hatten.

Ein weiterer Schritt in der Darstellung besteht darin, Beziehungen nicht nur als Zeichnung zu veranschaulichen, sondern auch räumlich wahrnehmbar zu machen.

In einer **Aufstellung** z.B. wird eine Person aufgefordert, sich selbst und die anderen so im Raum zu platzieren, wie sie die Beziehungsmuster wahrnimmt (z.B. wer steht wem nah, wer schaut wen an?). Bei einer **Skulptur** können zusätzlich wahrgenommene Beziehungscharakteristika eingebracht werden (z.B. wer ist „oben“, wer „unten“, wer nimmt wem gegenüber welche Körpersprache ein? usw.). Es können auch stellvertretend Figuren aller Art aufgestellt werden (z. B. im Einzelsetting). Hier fehlt dann die Rückmeldung der Stellvertretenden, doch die Sicht der aufstellenden Person bleibt erhalten.

(<https://systemische-gesellschaft.de/systemischer-ansatz/methoden/>)

Literatur, Links und Quellen

- Die systemische Haltung. Was systemisches Arbeiten im Kern ausmacht, *Manuel Barthelmess*
- Die systemische Kita. Das Konzept und seine Umsetzung, *Brigitte Ott, Rainer Käsgen*
- Ein Pfirsich ist ein Apfel mit Teppich drauf. Systemisch arbeiten im Kindergarten, *Rainer Orban, Gabi Wiegel*
- Einfach systemisch! Systemische Grundlagen & Methoden für Ihre pädagogische Arbeit, *Christa Renoldner, Eva Scala, Reinhold Rabenstein*
- Systemisches Handwerk. Werkzeug für die Praxis, *Rainer Schwing, Andreas Fryszer*
- Zirkuläre Fragen, *Fritz B. Simon, Christel Rech-Simon*
- Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie, *Steve de Shazer*

SIP Zentrum: www.sip-zentrum.de

Systemische Gesellschaft: www.systemische-gesellschaft.de

Wikipedia: [https://de.wikipedia.org/wiki/Konstruktivismus_\(Philosophie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Konstruktivismus_(Philosophie))

Kontaktaufnahme mit den Referenten

gerd.janke@sip-zentrum.de

CD-Kaserne gGmbH

Gerd Janke

Hannoversche Str. 30b

29221 Celle