

# Psychotherapeut, Psychotherapeutin, bleib bei deinem Leisten!

Vortrag beim Kongress  
„Blinde Flecken, oder ich sehe nichts, wo du was siehst!“  
Jubiläumsfeier des IEF und der ÖAS  
22.-23. September 2006 in Wien



# LEISTENAUSWAHL

für jede/n etwas!

Zunächst und vor allem:

Vielen Dank für die Einladung  
und

Happy Birthday IEF und ÖAS!!!

# Vorwort

Dank der hilfreichen Vorarbeit von Sabine Klar habe ich die Auswahl, aus 27 Fragen diejenigen zu beantworten, die mir am passendsten erscheinen.

In meinen 25 Minuten werde ich mich aber bemühen, kurz und bündig, sozusagen "systemisch", auf fast alle diese Fragen einzugehen. Denn sie alle berühren zentrale Aspekte unserer Arbeit.

Dabei gehe ich von mir aus und antworte dem entsprechend in der Ich-Form

Fragen sind bekanntlich um einiges eindringlicher, als man zuweilen im systemischen Feld vermutet hat: Sie sind enorm anschlussfähig und daher ziemlich entkleidend. Als Gefragte muss man sich zeigen, ob man will oder nicht, denn man kann sich ihrer kaum erwehren.

Insofern macht es mir wenig Sinn, mich hinter Unpersönlichem zu verstecken. Ich mache also Sabines Fragen zum Inhalt meines Vortrages und, um es Ihnen im Raum leichter zu machen, zeige ich die Fragen und Antworten per Powerpoint, eben ein Bisschen im Sinne dieser Tagung, d.h. wie Blinde mit Blinden umgehen.

## Frage 1:

Was ist mein Auftrag! Soll ich behilflich sein, unsere – also Eure und meine – Blindheiten zu erfassen? Kann ich sehen, was Ihr nicht seht?

Gleich zu Anfang möchte ich in aller Deutlichkeit feststellen:  
**Ich sehe nur, was ich sehe!**

Mein Auftrag auf diesem Podium kann angesichts der Themenwahl letztes Endes kein anderer sein, als möglichst ehrlich auf die gestellten Fragen einzugehen. Also nehme ich persönlich dazu Stellung nach bestem Wissen und Gewissen:

In diesem Sinne wäre ich gern behilflich, Blindheiten zu erfassen. Aber: Wie soll ich sehen, was Ihr nicht seht? Woher wüsste ich, dass es mir gelingt? Müsste ich dafür einen privilegierten Stand außerhalb unserer Gemeinsamkeit einnehmen? Wie ginge das überhaupt?

Ich fürchte, hierauf nicht schlüssiger antworten zu können!

## Fragen 2-3:

Was macht sog. Systemiker zu sog. Experten? Sind diese weniger blind?

"Expert" kommt aus dem Lateinischen expertus und meint "erfahren". Das ist aber nur der eine Teil. Der andere ist, dass es unter uns einige gibt, die sich zur Aufgabe machen, Expertise zu entwickeln und sie zu veröffentlichen. Das müssen nicht die Besten sein, es sind bestenfalls die, die sich am besten für diese **Rolle** eignen. Und die sind sicher nicht mehr oder weniger blind als die anderen.

Bei alledem möchte ich schon an dieser Stelle anmerken, dass ich mit dem Begriff "Blindheit" Schwierigkeiten habe. Denn er suggeriert, dass es dazu Alternatives gäbe, etwa "**objektives Sehen**"?

Ich nehme zwar an, Dinge anders als andere zu sehen. Aber: Wer kann mir meine selektive Blindheit vor Augen führen, etwa ein Sehender? Und was sieht er eigentlich? Etwa sich selbst in mir als seinen Spiegel?

## Fragen 4-5:

Wie sollen sich Systemiker über ihre Blindheiten hinweghelfen? Macht das Sinn? Geht es dabei überhaupt um Erkenntnisgewinn, welcher Art auch immer?

Das Verrückte an dieser Situation ist, dass ich im Sinne des blinden Flecks nur dann blind bin, wenn ich es nicht weiß. Weiß ich um meine Blindheit, habe ich zumindest **darüber** Klarheit.

Da ich dennoch unterstellen muss, dass ich Vieles nicht sehe, habe ich in meiner Arbeit keine sinnvollere Alternative, als zu versuchen, mich nicht für den besser Sehenden zu halten. Das aber wird mir nicht immer gelingen. Dafür bin ich in einer Gesellschaft mit bestimmten Erwartungen sozialisiert, die mir nahe legen, mich als Experten zu betrachten, der einen privilegierten Standpunkt besetzt und daher besser als andere beurteilen kann, was wertvoll – z.B. nützlich, schön, respektvoll - ist und was nicht.

Mich gegen diesen Erwartungssog zu wehren, erscheint mir häufig sinnvoll, allerdings nicht immer. Manchmal möchte ich es besser wissen, um mir Ruhe durch „**Gewissheit**“ zu verschaffen.

## Fragen 6-8:

Bietet dieser Kongress den richtigen Rahmen für die Erhellung von blinden Flecken? Ist es überhaupt wichtig, die Blindheiten zu bemerken, die unsere methodischen Identifikationen bewirken? Falls ja, welche Art der Auseinandersetzung mit wem und womit wäre zu empfehlen?

Kongresse, also professionelle Zusammenkünfte, die sich lohnen, sollten immer mehr Fragen als Antworten aufwerfen. Antworten sind oftmals langweilig!

Die Frage der Wichtigkeit ist aber eine besonders knifflige. Sag ich "Nein", setze ich mich ins Aus, sage ich "Ja", spiele ich den Besserwisser. Also sage ich "Jein!", oder noch besser: "es kommt darauf an!"

Ich möchte mir nicht anmaßen, Empfehlungen auszusprechen, möchte dennoch anmerken, dass es mir manchmal hilft, mich über mich und meine Glaubenssätze zu erheben. Dann geht es meistens um die Frage, was andere zu erkennen vorgeben und mir entgeht.

Das ist manchmal hilfreich.

## Frage 9:

Was sehe ich, was Ihr – hier in Wien – nicht seht?

Hier enthalte ich mich!

Dafür kenne ich Euch, Eure Konzepte und Euren Arbeitsstil zu wenig.

Außerdem habe ich schon als Kind mühevoll gelernt, den Gastgeber nicht zu hinterfragen, denn es kann sich spätestens bei der Austeilung des Essens rächen!

Eher wundert es mich, hiernach in diesem Kontext und auf diese Weise gefragt zu werden.

Es wird aber seinen Sinn haben.

## Frage 10:

Wie misstrauisch bin ich meinen eigenen methodischen Schwerpunkten gegenüber?  
Wie verhindere ich, dass das methodische Interesse wichtiger wird als das Interesse an meinen KlientInnen und ihren Erzählungen?

Ich misstrauere jeder eindeutigen Methode. Deshalb habe ich mir vor mehr als 20 Jahren einen methodischen Rahmen in Form von **10+1 Leitsätzen bzw. Leitfragen** gegeben. Diese Sätze schreiben nichts Konkretes vor, sondern bieten eher eine allgemeine Orientierung für die Praxis. Sie sind daher nicht einfach zu befolgen.

Dabei geht es darum, den Geist hinter den Sätzen zu interpretieren und auf den aktuellen Fall anzupassen: Definiere dich als Therapeut, gehe von deinen Klienten aus, sei sparsam, beende rechtzeitig usw. zeichnen einen Rahmen auf, der darauf zielt, mich und meine KlientInnen ernstzunehmen

Bezüglich der "Erzählungen" der KlientInnen bin ich allerdings skeptischer, denn die sind oftmals gerade das, woran sie gescheitert sind. Deshalb interessieren sie mich nur insoweit, als sie auf Alternativen und Ressourcen hinweisen.

## Fragen 11-12 und 24-25:

Wie schaffe ich es, mit Hilfe systemischer Denkweisen und Methoden jene Vorstellungen sichtbar werden zu lassen, die gerade systemischen Denkweisen und Methoden zu Grunde liegen und sie blind werden lassen?

Was hilft mir, die Blindheiten zu überwinden, die ich selbst produziere, indem ich mich als Systemiker verkaufe? Wie verschaffe ich mir Distanz von den sozialen Mythen, um sehen und besser entscheiden zu können?

Ein Bisschen erinnern mich diese Fragen an jene, die lautet, wie ich mich fühlen würde, wenn ich ein anderer wäre. Denn: Entweder habe ich blinde Flecken, und ich sehe nicht, was ich nicht sehe, oder ich kenne sie, und ich bin dann weniger blind.

Andererseits arbeite ich hart daran, bei mir und meinen StudentInnen Bewusstheit über unsere Person, unseren Beruf und unsere professionellen Aktivitäten **anzustreben**.

So bald es mir gelingt, eigene Blindheiten zu erkennen, habe ich die Chance, darüber zu entscheiden – oder zu glauben, dass ich es tue -, wie ich damit umgehen werde.

Spätestens ab dann übernehme ich Verantwortung!

## Fragen 13-14:

Orientieren sich SystemikerInnen immer mehr am Markt? Ist das schlimm für das Verständnis systemischer Psychotherapie?

Anscheinend ist das kaum zu vermeiden, denn ein konstruktivistisch begründetes systemisches Denken findet zu weit vom Üblichen statt. Die Notwendigkeit, zweisprachig zu werden, ist bis auf weiteres unausweichlich. Das ist offenbar in Österreich kraft eines Gesetzes passiert. Der deutschen Szene steht das in nächster Zeit bevor.

Fast in voreuseiligem Gehorsam kommen in Deutschland derzeit Bücher auf den Markt, die mich besorgt bis skeptisch und ärgerlich stimmen, z.B. Systemische Psychiatrie nach dem ICD und ein Lehrbuch über störungsspezifisches Wissen der systemischen Therapie.

Die in der Frage anklingende Sorge bezieht sich m.E. weniger auf die Anwender denn auf die "Experten". Offenbar passen sich Letztere williger den Erwartungen an, um im Gespräch (Geschäft?) zu bleiben.

Ein solches Anbiedern haben wir bereits bei der Verhaltenstherapie erlebt. Nun steht es wohl der systemischen Therapie an, **Position zu beziehen.**

## Fragen 15-16:

Worin besteht der Erfolg bei unwilligen, widerspenstigen KlientInnen? Was mache ich mit solchen KlientInnen, die sich meinen tröstenden Geschichten entziehen und sie als Lüge bezeichnen?

Widerspenstige unwillige KlientInnen könnten mich gelegentlich ärgern, denn ich wünsche mir in meiner Arbeit größtmögliche Leichtigkeit.

Dennoch würde ich in der Regel schauen wollen, ob solche KlientInnen selbst Therapie und/oder Beratung suchen oder zum Beispiel Geschickte sind, die versorgt werden sollen.

Sollte ich erkennen können, dass sie das, was sie von bzw. mit mir wollen, nur über Widerstand zeigen können, würde ich versuchen, ihre Motive zu verstehen. Irgend etwas wird wohl an ihrem Missmut und ihren Klagen dran sein. Das in Erfahrung zu bringen, kann sich in der Therapie als durchaus produktiv erweisen.

Der Erfolg der Maßnahme würde sich **auch hier** an der Erfüllung der **vereinbarten Aufträge** zeigen.

## Fragen 17-18:

Wie helfe ich meinen KlientInnen beim Widerstand gegen die sie belastenden Lebensumstände? Wie helfe ich ihnen, sich gegen meine funktionale Rolle in der Gesellschaft zu wehren?

Manchmal wird es sinnvoll sein, ihnen zu helfen, die Macht der Lebensumstände zu erkennen, um dann besser entscheiden zu können, wie sie damit umgehen werden.

Ich halte es andererseits für einen guten Aspekt der Psychotherapie, dass ich meine KlientInnen weder zur Auflehnung aufrufen noch zum Ertragen und Aushalten bewegen muss.

Denn es ist letzten Endes **ihre Sache**, zu klären, was sie wollen, was sie dafür benötigen und was sie bereit sind, dafür einzusetzen.

## Frage 19-20:

Widerstrebe ich manchmal meinen diversen Auftraggeber? Reibe ich mich mit meinen institutionellen Überweisern? Welche spezifische Mischung aus Kooperation und Auseinandersetzung biete ich ihnen an?

Hier lohnt es sich, zwischen **Hilfe und Fürsorge** zu unterscheiden. Bei der Hilfestellung betrachte ich es als Ziel oder Sinn meiner Arbeit, mit meinen Klienten nach Möglichkeit – nach meiner Möglichkeit – im Hinblick auf ihre Ziele zu kooperieren.

Gleichwohl habe ich wenig Hemmungen, mir unsinnig, unmoralisch oder sonst wie inakzeptabel wirkende Anliegen abzulehnen oder zu hinterfragen. Natürlich bin ich dabei bemüht, dies als meine persönliche Meinung und nicht als Gegebenheit zu kennzeichnen.

Bei Fürsorge-Aufträgen würde ich bei mir zu klären haben, inwiefern ich dahinter stehen kann. Glücklicherweise habe ich wenig damit zu tun.

Dennoch: Ich werde nicht bezahlt, um "die" Wahrheiten des Lebens zu vermitteln, sondern um Menschen im Rahmen meiner Möglichkeiten zu helfen, weniger zu leiden.

## Frage 21:

Wie arbeite ich mit jenen Kräften, welche die Lebensbedingungen meiner KlientInnen bestimmen und einschränken?

Ärger gegen "das System", welches bestimmt und einschränkt, kann durchaus eine Quelle lebensbejahender Stärke sein. Das würde ich immer respektieren wollen und, sofern es zum vereinbarten Auftrag passt, durchaus unterstützen.

Das muss aber nicht heißen, dass ich den Klienten zum Kampf aufrufe.

Ein wiederum eher vorgeschobener Ärger gegen diese mächtige **Externalisierung** namens "System" würde ich, sofern es mir auffällt und zum Auftrag passt, eher hinterfragen.

Vielleicht steht dahinter eine mächtige Vermeidung.

## Frage 22:

Wie hindere ich mich daran, mich in meinem Handeln innerhalb der aktuellen Vorstellungswelten und dominanten Diskurse zu bewegen?

Vermutlich ganz wenig. Der Angriff auf gesellschaftliche Diskurse gehört m.E. nicht in die Therapie, sondern in das Feld der Politiker, Moralisten, Aktivisten oder Terroristen, derjenigen also, die es besser wissen.

Die hinderlichen Setzungen aber, die Klienten plagen, sind selbstverständlicher Gegenstand einer Therapie. Das muss aber nicht heißen, dass sie aufgegeben werden müssen.

Zielte jedoch die Frage auf die Diskurse **über** Therapie, meine ich, diese Auseinandersetzung in den letzten 30 Jahren ausführlich geführt zu haben.

Mich am Rande des Establishment zu bewegen, hat meinen wissenschaftlichen Werdegang erschwert und mich Arbeitsstellen und Geld gekostet.

Es war aber trotz alledem ein tolles Spiel!

## Frage 23:

Welche Aspekte systemischer Arbeit halte ich im Zusammenhang mit dominanten Diskursen für hinterfragenswert?

Unter anderem ein Kooperieren, das sich als devotes Erfüllen fremder Wünsche versteht, und ein Intervenieren, das sich als moralische Schulung begreift.

Kooperieren verstehe ich als eine andauernde **Bemühung**, meine Möglichkeiten mit den Anliegen meiner Klienten zu vereinbaren. Das Ergebnis davon nenne ich "**Auftrag**". Dies definiert den Bereich, in dem ich befugt bin, zu intervenieren, sprich: mich einzumischen.

Ein Miteinander-Operieren – eine Ko-Operation von Menschen mit je eigenen Merkmalen, die sich in der Therapie in komplementären Rollen begegnen, schließt ein einseitiges Bestimmen und ein gehorsames Einfügen aus.

Ein "schulendes" Intervenieren halte ich hingegen für ziemlich bedenklich, zumal es allzu leicht in Schlimmeres ausarten kann.

## Fragen 24-25:

Die Gesellschaft produziert überzeugende Angst- und Hoffnungs-  
erzählungen. Wie schaffe ich es, mich diesen Erzählungen zumindest in  
so weit zu entziehen, dass ich sie in den Blick bekomme?

<s. Fragen 11-12>:

Hier noch einmal in aller Kürze:

In dem ich in meiner Profession andauernd **bemüht** bin, für mein  
Handeln Verantwortung zu übernehmen.

Ansonsten verlasse ich mich auf meine KlientInnen, dass sie das  
ablehnen werden, was ihnen an meinem Handeln missfällt... und in  
Ermangelung eines Besseren verlasse ich mich auf mich selbst, dass  
ich darauf achte und das respektiere.

## Frage 26:

Wie kann ich mich daran hindern, zum Instrument der Anpassung zu werden?

"Soziale Abweichung" betrachte ich nicht per se als lobens- oder schützenswert, ebenso wenig "Anpassung" als an sich verwerflich oder erstrebenswert.

In meinem Beruf sehe ich mich weder als Hüter der Anpassung noch als Verfechter des Wandels an.

Denn bekanntlich, was dem einen eine Eule ist, ist dem anderen ein Nachtigall.

## Frage 27:

Wie kann ich mich daran hindern, mich selbst mit einem kleinen Käfig zu begnügen?

In jüngeren Jahren habe ich mich häufiger in einem zu kleinen Käfig eingesperrt gefühlt, in letzter Zeit, weniger. Ich bin wohl im Sinne Kuhns "normaler" geworden, oder einfach nur älter.

Ich arbeite am systemischen Denken und Handeln im wesentlichen aus Spaß. Andere Ansätze haben mich nie **ganz** gereizt.

"Systemisch" heißt für mich nicht, bestimmte Methoden auf bestimmte Muster anzuwenden, sondern die **Bemühung**, Menschen in ihrer vielfältigen polysystemischen Beschaffenheit zu betrachten.

Die Bemühung also, die Biologie, Psychologie und Soziologie des Menschen als ein **in-dividierbares** Ganzes aufzufassen, erweitert mir das Feld meiner Aktivitäten und so auch meinen "Käfig". Er fühlt sich dann geräumiger an.

## Zum Schluss ein zusammenfassender Exkurs:

### Zur Rolle der Psychotherapie

(Zitat aus Sabines Vortrag, der sicherlich für die Einstellung Vieler steht):

"Psychotherapie müsste dabei unterstützen, ein Mensch zu werden, der sich seiner Lage bewusst ist.

Sie müsste diesem Menschen behilflich sein, seinen sozialen Kontexten eigenständig gegenüber zu stehen und mit ihnen kompetent umzugehen...

Dann könnte sie da und dort eine Bresche schlagen für die Würde der Freiheit und Eigenart des menschlichen Individuums in dieser allzu eiligen und gierigen Welt".

## Mein Bekenntnis dazu:

Ich bekenne, bloß Therapeut zu sein. Ich gehe nicht davon aus, dass ich meinen KlientInnen bei irgend etwas "behilflich" sein sollte, was sie nicht als eigenes Anliegen vorgebracht haben.

Zudem möchte ich anzweifeln, ob ich überhaupt meinen sozialen Kontexten so eigenständig und kompetent gegenüber stehe, dass ich dies zum Vorbild oder Maßstab für meine KlientInnen machen wollte.

Die Vorstellung wiederum, im **Therapieraum** für die Freiheit und Eigenart des Menschen einzutreten, ängstigt mich. Als alter "68er" bin ich um so skeptischer, wenn ich mich an die Patientenzellen jener Zeit erinnere, die von ihren Betreuern ermuntert wurden, den Kampf gegen das sie "verrückt machende System" zu führen.

## Auf den Punkt gebracht:

- 1) Ich bin froh, Therapeut zu sein. Ich begnüge mich gern damit, bei meinem Leisten zu bleiben.
- 2) Ich bin froh, systemische Therapeut zu sein. Es ermöglicht mir, Menschen in Not behilflich zu sein, sich in relativ kurzer Zeit auf ihr vorhandenes Potenzial zu besinnen und etwas Bekömmlicheres als Probleme mit sich und anderen zu gestalten.
- 3) Und schließlich bin ich froh, den Zeitpunkt in meinem Leben erreicht zu haben, in dem ich mich zurücklehnen kann, ohne mich, andere oder die Welt verändern zu wollen. Zu diesem Zweck habe ich eine ganze Generation von Therapeuten mit ausgebildet und, nicht zuletzt, drei Kinder mit in die Welt gesetzt . Vielleicht werden sie zu gegebener Zeit ihren Teil dazu beitragen.

**Vielen Dank, Sabine, für Deine Fragen!**



**Ihnen im Raum, vielen Dank  
für Ihre Aufmerksamkeit!**



ENDE