

## GRUNDLAGEN DER SYSTEMISCHEN THERAPIE

Dr. Kurt Ludewig

1. Lebewesen sind autopoietisch organisierte Systeme und somit strukturdeterminiert, operational geschlossen, zweck- und zeitlos sowie autonom, daher stellt das Erkennen keine Abbildung der Außenwelt dar, sondern das Ergebnis des inneren Operierens des Lebewesens. Es bringt im Verlauf seines Lebens (Operierens) Kohärenzen hervor, d.h. sich und die Objekte seiner Umwelt, und zwar so lange, wie diese Kohärenzen mit der Erhaltung seiner Autopoiese vereinbar sind.
2. Menschen sind zudem "linguierende" Lebewesen: Sie koordinieren ihr Verhalten mit anderen Menschen mit Hilfe anderer Verhaltenskoordinationen (z.B. Gesten, Lauten), bringen dabei ihre individuellen Welten in-Sprache hervor und validieren diese im Konversieren mit anderen Menschen, schaffen also beschriebene Gemeinsamkeit (= Sinn) bzw. konsensuelle Bereiche.
3. Als operational geschlossene Wesen sind Menschen füreinander grundsätzlich intransparent und unberechenbar. Dies stellt das Grundproblem menschlicher (Ko) Existenz dar. Diese Ungewissheit (= Problem doppelter Kontingenz) wirkt sich aber förderlich aus: Der Versuch, sie zu beheben, fördert Kreativität, Anpassung und Veränderung, setzt aber Empathie und Vertrauen sowie die respektvolle Akzeptanz des Selbst und des anderen voraus. Der Versuch, Ungewissheit und Zufall auf Dauer auszuschließen, "trivialisiert" (= ritualisiert) Beziehungen.
4. Das Mitteilen subjektiver Erfahrungen (bzw. der eigenen Komplexität) sowie das Verstehen des anderen kann niemals vollständig sein. Kommunikation ist auf Beobachtung angewiesen und läuft ständig Gefahr, Probleme zu schaffen. "Lebensprobleme" entstehen infolge negativ aufgefasster Erwartungen ("ändere dich!"), die leidvoll erlebt werden. Beim Versuch, das Leiden in Grenzen zu halten bzw. weiteres Leiden zu vermeiden, können sich Problemsysteme stabilisieren, d.h. ritualisierte Kommunikationen im Umkreis eines Lebensproblems. Anstelle eines für Zufall und Veränderung offenen Dialogs werden Monologe monoton aneinander angereicht (= System-ohne-Problem - der doppelten Kontingenz).
5. Problemsysteme sind soziale Systeme und als solche nicht lösbar, sondern allenfalls auflösbar. Problemsysteme lösen sich dann auf, wenn die Menschen, die sie tragen, also Mitglieder im Problemsystem "verkörpern", andere Kommunikationen bevorzugen oder die notwendigen Beiträge nicht mehr entrichten.
6. Psychosoziales Helfen geschieht als Kommunikation. Therapie z.B. vollzieht sich im Sozialsystem Therapie. Dabei werden die Personen, welche die Mitglieder eines Problemsystems verkörpern, als Mitglieder des Therapiesystems zu einem "Wechsel der Präferenzen" angeregt. Dies kann geschehen durch Anregung zur Bildung neuer Mitgliedschaften oder durch Aktivierung bereits vorhandener.
7. Therapie ist zielgerichtet und somit ein Dialog besonderer Art, in dem der Therapeuten durch Ermächtigung handelt. Bei der Wahl dazu geeigneter Handlungsweisen dient die Verwirklichung einer Grundhaltung (vgl. 10 + 1 Leitsätze).

8. Durch Bestätigung und Öffnung trägt der Therapeut bei, ein für Veränderung (= Ausprobieren von Neuem, Zulassen von Unerwartetem und Zufall) günstiges Milieu zu schaffen. Die Kunst therapeutischer Arbeit erweist sich am Herstellen eines je besonderen, günstigen Verhältnisses von Anerkennung und Anregung der Kunden.

9. Therapeutisches Arbeiten (Techniken) geht von Vorhandenem aus und weist auf andere Möglichkeiten hin. Der Therapeut fördert dies durch Fragen, Reflektieren und Empfehlen.

10. Eine Therapie ist erfolgreich, wenn sie aus Sicht der Kunden zu einem zufriedenstellenden Ergebnis führt. Der Therapeut war erfolgreich, wenn er bezüglich des Ziels (= Auftrags) nützlich gehandelt und die ihn anleitenden Kriterien beachtet hat, hier: Respekt vor seinen Kunden durch Wahl und Entwurf seiner Interventionen nach dem Gestaltungsprinzip der Schönheit.