

Systemische Psychotherapieausbildung an einem Institut mit verhaltenstherapeutischer Tradition? Ist das sinnvoll?

Eine Antwort von Diplom-Psychologin Gerti Skoupy
Dozentin und Supervisorin für Systemisch fundierte Psychotherapie
Leiterin der Ausbildung zur Systemischen Therapie am IVS-Nürnberg

Ja, das ist es! Um diese Frage zu beantworten, lassen Sie mich etwas ausholen...

Systemische Ansätze haben sich in den letzten Jahrzehnten in beratenden und therapeutischen Kontexten etabliert und sind nicht mehr wegzudenken. Es haben sich aus den analytischen und hypnotherapeutischen Wurzeln unterschiedliche systemische „Schulen“ entwickelt und eine Fülle an therapeutischen Werkzeugen und Impact-Techniken hervorgebracht. Der Kreativität war schier keine Grenze gesetzt!

Welche Auswirkungen hat die Anerkennung der Systemischen Therapie als Richtlinienverfahren auf systemisches Arbeiten?

Mit der Anerkennung der Systemischen Therapie als Approbationsverfahren ist die Systemische Arbeit jetzt in einer veränderten Situation:

Der kreative Spielraum und das diagnosebefreite Arbeiten sind nicht mehr in dem Maße möglich. Systemische Therapie muss sich zwar nicht mehr um die grundsätzliche wissenschaftliche Anerkennung bemühen - das erforderte einen langen Atem, aber ist gelungen! Allerdings muss die bisherige systemische, freie Arbeitsweise als Preis für die Anerkennung als Approbationsverfahren den Anforderungen und individuellen Wirknachweisen auf eine bis jetzt unbekannte - und ungeliebte oder auch abgelehnte - Weise entsprechen. Und das ist die Herausforderung.

Die Behandlungsplanung bezogen auf einen „Indexpatienten“, das Verständnis eines Symptoms als funktionaler Faktor in einer Systemdynamik muss in eine Diagnose übersetzt werden und doch auf ein Merkmal eines Individuums bezogen werden. Die Symptome i.S. Probleme zweiter Ordnung erhalten eine eigenständige Berechtigung auf Veränderung.

Was bedeutet es, Diagnosen stellen zu „müssen“?

Wir systemisch arbeitende PsychotherapeutInnen denken in eigenen paradigmatischen, nicht mehr in linearkausalen Zusammenhängen. Wir arbeiten prozessorientiert. Das heißt aber nicht, primär und immer spontan und ohne Blick auf zielorientierte Veränderungen zu agieren. Wir fördern Selbstorganisationsprozesse und gehen davon aus, dass deren Aktivierung und die Nutzung von Ressourcen ausreichend sein können für eine konstruktive Entwicklung. Dies ist grundsätzlich auch so möglich!

Aber: als PsychotherapeutInnen, die im Gesundheitssystem verankert sind, haben wir mit Menschen zu tun, deren Ressourcen und Selbstorganisationsprozesse so begrenzt sind,

dass es zu einer „krankheitswertigen Beeinträchtigung der alltäglichen Lebensführung infolge einer Symptomatik“ gekommen ist. Nur dann sind wir auch berechtigt, kassenabgerechnete Psychotherapie durchzuführen! Dazu kommen noch Faktoren der Veränderungsbereitschaft und auch der Veränderungskapazität - Wollen alleine reicht nicht.

Wenn wir diesen für alle Richtlinien gleichermaßen geltenden Grundsatz ernst nehmen, dann müssen wir davon ausgehen, dass womöglich die Arbeit an der Funktionalität von Symptomen im System und die Veränderung interaktioneller Muster nicht mehr ausreichend sind.

Das bedeutet: Systemische Therapie muss auf dem Paradigma und nach den Grundsätzen systemischer Konzeption (nicht nur Tools und Methoden!) auch Handlungsmöglichkeiten bereitstellen, die die Arbeit an den konkreten Symptomen / Diagnosen/ Krankheitsbildern ermöglichen.

Und was hat das mit Verhaltenstherapie zu tun?

Und HIER kommt die Verhaltenstherapie ins Spiel:

Die konkrete Arbeit am Symptom als Ergänzung zur Systemischen Therapie ist eine - wenn nicht DIE - sinnvolle Ergänzung. Wir können aus der „systemischen Adlerperspektive“, den Maximen der Systemischen Theorie i.S. von Kreiskausalitäten und Entwicklungsprozessen, die „Zoomperspektive“ der Verhaltenstherapie nutzen und um die Handlungsmöglichkeiten evaluierter therapeutischer Konzepte auf Symptomebene erweitern. So ergänzen wir unser therapeutisches Verständnis und Handeln. Das ist eine für unsere KlientInnen und PatientInnen sinnhafte Ergänzung und sie erhöht unsere therapeutische Kompetenz.

Integration der verhaltenstherapeutischer Kompetenzen in die Systemische Therapie (Mein persönlicher therapeutischer Weg)

Erlauben Sie mir eine persönliche Anmerkung:

In meiner Vita als Psychotherapeutin ist die Basis seit genau 40 Jahren systemisches Denken und Arbeiten. Nach gut 10 Jahren ursystemischen Arbeitens stieß ich immer wieder darauf, dass mir für die Arbeit an den konkreten und die Lebensqualität des betreffenden Menschen beeinträchtigenden Symptomen kein explizites Wissen zur Verfügung stand.

Der Wunsch meiner damaligen KlientInnen, dass sie doch auch Hilfe bräuchten in Bezug auf ihre Ängste, Panikattacken, Zwänge, schweren Depressionen, traumatischen Erfahrungen etc. erschien mir natürlich zutiefst berechtigt, überforderte mich aber gleichzeitig auch. Individualpsychotherapeutische Handlungsideen und therapeutisches Störungswissen hatte ich aus der systemischen Ausbildung nicht in ausreichendem Maße. Also entschloss ich mich, noch eine Ausbildung in Verhaltenstherapie zu machen. Und mein persönlicher Leidensweg begann! Ich musste mich quälen, mich hineinzudenken in die Vorgehens- und Sichtweise der Konzepte und Menschenbilder, ich erlebte meine

Ausbildung schier als Selbstverrat! Aber mit zunehmender Integration des konkreten Wissens in meine systemischen Konzepte und Arbeitsweisen zeigte sich die Kombination von ST und VT für mich als größter Gewinn! So hatte und habe ich 2 Handlungs- und Wirkebenen, die sich nicht widersprechen müssen, sondern dafür sorgen, dass ich NIE hilflos oder ratlos bin in der Therapie, dass ich immer noch feiner lerne, was in den individuellen und erweiterten Systemen vor sich geht und dass jede Therapiestunde ein kreativer Prozess bleiben kann! Was für ein Geschenk!

Integration als Bruch im systemischen Therapieverständnis?

Nein. Keinesfalls. Am IVS nutzen wir genau diese Integrationsmöglichkeit: Sie lernen die Grundsätze systemischer Behandlungskonzeption auf wissenschaftstheoretischer Basis, ergänzt durch konkrete Tools, Interventionsmöglichkeiten und Settings als Methoden. Bzgl. störungsspezifischer Inhalte lernen Sie systemisch-verhaltenstherapeutische und verhaltenstherapeutische Vorgehensweisen. Diagnoseübergreifend lernen Sie die Erstellung einer individualisierten Behandlungsplanung mit Hilfe der Idiografischen Systemmodellierung und dem Synergetischen Navigationssystem. Beides ermöglicht Ihnen prozessorientiert und zielorientiert zu arbeiten und Selbstorganisationsprozesse nicht nur anzustoßen, sondern fortlaufend mit Ihren KlientInnen zu überprüfen und zu gestalten.

So haben Sie die - so finde ich - optimale Verzahnung von systemischem Über-Blick, der Präzision und therapeutischen Handlungskompetenz bewährter Methoden und eine wissenschaftliche Fundierung.

Deshalb ist es sinnvoll, eine systemische Therapieausbildung an einem traditionell verhaltenstherapeutisch fundiert ausbildenden Institut zu machen.

Dípl.-Psych. G. Skoupy