

Zentrale Aspekte des systemischen Interviews

Die nachfolgend geschilderten Elemente des systemischen Interviews können nicht linear, als eine feststehende Reihenfolge betrachtet werden. Vielmehr sind sie als Netzwerk gedacht, als zusammengehörige Facetten die dem Berater in seiner Verantwortung für den Beratungsprozess als Orientierung dienen.

1. Herstellen von Rapport

Stellen Sie sich vor, sie beobachten zwei Menschen, die miteinander reden, ohne das Gesagte hören zu können. Wie können Sie wahrnehmen, ob sie einen „guten Draht“ zueinander haben? Vermutlich beobachten Sie, dass die Beiden körperlich zugewandt sind, dass sie Blickkontakt halten, gegenseitiges Interesse ist sichtbar, sie hören einander zu und wirken sichtlich am Gespräch beteiligt.

In der Anfangsphase des Gesprächs ist es für Berater und Therapeuten nützlich, die Frage- oder Problemstellung mit den Augen des Klienten zu betrachten. Damit entsteht ein Zugang zur Problemsicht des Klienten. Wir sprechen auch von der „Inneren Landkarte“, des Gesprächspartners. Dies gelingt nur mit echtem Interesse, zugewandt sein und über Rückfragen, so wie über das Abgleichen, Zusammenfassen und Rückmeldungen dessen was der Berater gehört und verstanden hat.

Der Berater kann z.B. die folgenden Möglichkeiten nutzen:

- Aktives Zuhören
- Konkretisieren
- Zusammenfassen und Drastifizieren
- Körpersignale beachten
- Bilder und Metaphern aufgreifen oder einführen
- Ambivalenzen aufgreifen
- Erkundungsfragen und zirkuläre Fragen

2. Klärung des Anliegens bzw. der Anliegen, des Auftrags, der Kontexte

Stellen Sie sich vor, Sie sind Taxifahrer/in. Ein Fahrgast steigt ein. Sie fragen ihn, wohin sie ihn fahren sollen. Die Antwort des Fahrgastes lautet: „Ich weiß noch nicht, wohin ich möchte, aber fahren Sie schon mal los.“ So lange das Ziel offen bleibt, wird die Fahrt vermutlich langwierig und teuer. Möglicherweise schlägt die Taxifahrer/in eine Richtung ein, in die der Fahrgast nicht möchte.

Wenn bei beraterischen oder therapeutischen Prozessen der Auftrag bzw. die Aufträge unklar sind, kann die Hilfe einen ähnlichen Verlauf nehmen, wie bei der geschilderten Taxifahrt.

Bei Fallsupervisionen führen auffallend oft unklare Aufträge zum Stocken des beraterischen / therapeutischen Prozesses. Dies ist verbunden mit Unmut und dem Gefühl von Hilflosigkeit auf beiden Seiten.

Die Grundfragen der Auftragsklärung nach Arist von Schlippe lauten:

- **Wer will was?** (Wer ist / sind mein/e Auftraggeber?)
- **Von wem?** (Bin ich der richtige Ansprechpartner?)
- **Ab wann?**
- **Bis wann?**
- **Wie viel?** (Umfang und Qualität der Hilfe)
- **Wozu?** (Was soll erreicht werden?)
- **Mit wem? Gegen wen?** (Gibt es bei dem Anliegen mehrere Auftraggeber? Sind sie sich hinsichtlich des Auftrages einig?)

Auch die Umkehrung dieser Fragen sind bei der Auftragsklärung hilfreich.

- **Wer will nichts?**
- **Was nicht?**
- **Von wem nicht?**
- **Wann noch nicht?**
- **Wann nicht mehr?**
- **Wozu nicht?**

3. Erarbeiten eines attraktiven Ziels

Ziele sind nur erreichbar, wenn sie gesetzt und in einer Weise formuliert sind und bestimmten Kriterien entsprechen.

Kriterien für die Zielformulierung

(nach Walter und Peller)

➤ **Positive Darstellung**

Es reicht nicht zu wissen, was jemand nicht mehr will.

Frage: „Was werden Sie stattdessen tun?“

➤ **Prozesshafte Darstellung**

Frage: „Wie werden Sie das Tun?“

➤ **Darstellung im Hier und Jetzt**

Frage: „Was werden Sie nach dem Gespräch anders machen?“

➤ **Darstellung so spezifisch wie möglich**

Frage: „Bitte schildern Sie mir das genauer.“

oder

„Wie werden Sie das im Einzelnen tun?“

➤ **Im Kontrollbereich des Klienten**

Frage: „Verfügen Sie über die Möglichkeiten, das Ziel zu erreichen?“

➤ **In der Sprache der Klienten**

Die Ziele sollten in der Sprache der Klienten formuliert werden um sicherzustellen, dass sie den Wünschen der Klienten entsprechen.

Nützliche Möglichkeiten, um die erarbeiteten Ziele greifbarer, bildhafter und lebendiger zu gestalten sind:

- Hypothetische Fragen,
- Ausnahmefragen,
- Varianten der Wunderfrage,
- Arbeit am Familienbrett
- Varianten von Skulpturen,

4. Kontextualisieren des Problemmusters

In der systemischen Perspektive gehen wir davon aus, dass Verhalten in einem Kontext gezeigt wird und dass es für Personen in diesem Kontext zu diesem Zeitpunkt die aus ihrer Sicht beste Verhaltensvariante ist. In diesem Sinne gibt es kein sinnloses Verhalten, auch wenn der Sinn für Beobachter nicht immer zu erschließen ist.

Wenn im systemischen Interview ein Sinn des symptomatischen oder problematischen Verhaltens gefunden wird, gelingt es in der Regel Abwertungen und Schuldzuweisungen aufzulösen. Damit entstehen neue Handlungsspielräume und das System kann eigene passende Lösungen entwickeln.

Das Kontextualisieren kann mit den folgenden Möglichkeiten unterstützt werden:

- Zirkuläre Fragen
- Hypothesieren
- Vom Teufelskreis zum Engelskreis
- Berücksichtigen der Entwicklungsphase des Systems

5. Hindernisse

Verhaltensänderungen fallen besonders schwer, wenn neben dem Leiden unter der Problemstellung auf der anderen Seite ein Gewinn steht, auf den man ungern verzichten möchte. Dieser Gewinn ist nicht immer klar. Erst wenn der verdeckte Gewinn des Problems und das legitime dahinter stehende Interesse sichtbar ist kann dieses Interesse berücksichtigt und für einen passenden Lösungsprozess genutzt werden.

6. Würdigung der Lösungsversuche

Die Trennung zwischen Problem und Lösungsversuch ist nicht so einfach wie es auf den ersten Blick scheint. Watzlawick spricht davon, dass sich der Lösungsversuch zum Problem entwickeln kann.

Stellen Sie sich vor, eine Person leidet unter den Folgen seines schädlichen Drogenkonsums. Liegt das Problem im Drogenkonsum oder ist (bzw. war ursprünglich) der Drogenkonsum ein Lösungsversuch in einer schwierigen Lebenssituation im Sinne einer entgleisten Selbstmedikation (Schwertl 1999)

Aus unserer Sicht stellt sich nicht die Frage nach der Richtigkeit der beiden Sichtweisen. Interessant ist vielmehr, welche für den Beratungsprozess förderlich ist.

Wie wirkt sich die Perspektive des Beraters auf den Prozess aus?

Betrachte ich den vom Klienten bewerteten Drogenkonsum als nicht (mehr) geeigneter Lösungsversuch entstehen nahe liegende Leitfragen für den beraterischen / therapeutischen Prozess:

- „Wofür ist oder war der Konsum gut?“
- „Welche Bedürfnisse wurden wann oder werden noch abgedeckt?“
- „Wie und mit welchen Ressourcen kann der Klient für seine Bedürfnisse, in verträglicher Form, sorgen?“
- „Welche Versuche haben Sie bereits unternommen, um Ihre Situation zu verbessern?“

Indem wir Probleme / Symptome als den, beim Zeitpunkt des Entstehens, aus der Sicht des Klienten besten Lösungsversuch betrachten, werten wir weder den Klienten, noch sein Verhalten ab. Damit fällt es leichter, sowohl die Ressourcen und Handlungsalternativen der Klienten, als auch die Eigenen zu nutzen.

Veränderung gelingt am Besten mit der Würdigung der bisherigen Bemühungen und Lösungsversuche, auch wenn diese noch nicht zu dem gewünschten Ergebnis geführt haben. Diese Würdigung kann nicht strategisch eingesetzt werden, sondern gelingt nur, wenn sich der Berater ernsthaft mit der Problemsicht seines Gegenüber, wohlwollend beschäftigt.

7. Interventionen, Musterunterbrechungen, Kommentare

Der Begriff systemische Intervention ist einerseits unglücklich gewählt, weil der Eindruck erweckt wird, er ließe sich zu anderen Formen beraterischen / therapeutischen Handelns abgrenzen. Wir betrachten jede Form beraterischen / therapeutischen Handelns als Intervention oder anders ausgedrückt als Eingriff, der im hilfesuchenden System wirkt. Dieser Eingriff muss sich am Auftrag und Ziel des Klienten orientieren. Nach diesem Verständnis kann ein Berater / Therapeut nicht nicht intervenieren.

Andererseits ist der Begriff Intervention in der Fachliteratur immer wieder verknüpft mit wirksamen Handlungsmöglichkeiten in der systemischen Beratung und Therapie. Darauf beziehen wir uns, wenn wir von Intervention sprechen.

Im Umgang mit Interventionen sollte auf die folgenden Richtlinien geachtet werden:

- Sparsam (nicht zu viel) intervenieren.
- Passgenau; genaue Kenntnisse über das Problemsystem sind erforderlich.
- Keine Spekulationen; nur am kommunizierten orientieren.
- Einführung eines angemessenen Unterschiedes. Ist der Unterschied zu klein, entsteht keine neue Information, ist er zu groß, ist die Intervention nicht anschlussfähig.
- Möglichst Begriffe und Bilder der Klienten aufgreifen.

Interventionen können drei Bereichen zugeordnet werden:

1. Reframing

Die Bedeutung, von Aussagen, Verhaltensweisen oder Ereignissen, hängt vom Kontext, vom Rahmen ab. Frame ist der Rahmen. Beim Reframing wird ein neuer Rahmen konstruiert; einer Verhaltensvariante eine neue Bedeutung gegeben; gegenüber diesem Verhalten eine neue Perspektive eingenommen. Bei einer Problembeschreibung können mit Hilfe des Reframings neue Bedeutungen gefunden werden.

Beispiel:

Verhalten: Ein Mann arbeitet viel.

Mögliche Wirkung: Seine Frau hat den Eindruck er kümmert sich zu wenig um die Familie. Sie ist ihm nicht wichtig.

Absicht des Mannes: Seine Familie ist ihm wichtig und er möchte sie finanziell gut versorgen und absichern.

2. Beobachtungsaufgaben

„Die Energie folgt der Aufmerksamkeit.“

Das Ziel von Beobachtungsaufgaben liegt darin, den Fokus der Aufmerksamkeit auf die Ressourcen und das gewünschte Verhalten der Klienten zu richten.

Beispiel:

„Nehmen Sie sich jeden Abend zehn Minuten Zeit und überlegen sich was Ihnen heute gut gelungen ist (Bezug zum Veränderungswunsch herstellen). Notieren Sie dies in einem dafür angelegten Tagebuch“.

3. Verhaltensverschreibungen

- Bei eskalierenden Konflikten und stabilen, als problematisch erlebten Verhaltensmustern, kann über unterschiedliche Varianten von Verhaltensverschreibungen der Kreislauf unterbrochen werden.
- Rituale, als Variante der Verhaltensverschreibung können nützlich sein, um offene Prozesse abzuschließen.
- Aufgaben können neue Erfahrungen ermöglichen, z.B. in der Paartherapie.

8. Meilensteine und erste Schritte vereinbaren

Veränderung auf der Handlungsebene geschieht zwischen den Beratungsgesprächen. Die Gespräche betrachten wir als Meilensteine. Hier können neue Erfahrungen integriert und die nächsten Schritte erarbeitet werden.

Bei anstehenden Veränderungen sind die folgenden Fragestellungen geeignet, um das im Gespräch erarbeitete auf die Handlungsebene zu heben:

- Wie handeln Sie nach dem Gespräch anders, als vor dem Gespräch?
- Wer wird diese Veränderung merken? Woran wird er es merken?
- Woran werden Sie merken, dass sie Ihrem Ziel näher gekommen sind?

9. Evaluation, Abschluss

Zum Abschluss des Gesprächs kann der eigene Prozess des Klienten, sowie der Beratungsprozess zwischen Berater und dem / den Klienten auf einer Metaebene betrachtet und integriert werden.

Dies ist mit den beispielhaften Fragen möglich:

- Was war hilfreich?
- Was nehmen sie mit?
- Was ist noch offen?

Literatur

1. Boscolo, G. / Cecchin, G. / Penn, P. (1988). „**Familientherapie - Systemtherapie. Das Mailänder Modell**“. Verlag Modernes Lernen, Dortmund.
2. Boxbücher, Marion / Egidi, Karin (1996). „**Systemische Krisenintervention**“. DGVT Verlag.
3. Ludewig, Kurt (1992). „**Systemische Theorie: Grundlagen klinischer Theorie und Praxis**“. Klett - Cotta, Stuttgart.
4. Satir, Virginia / Banman, John / Gerber, Jane / Gomori, Maria (2000). „**Das Satir-Modell: Familientherapie und ihre Erweiterung**“. Jungfermann Verlag, Paderborn.
5. Schwertl, W. / Emlein, G. / Staubach, M. L. / Zwingmann, E. (1999). „**Sucht in systemischer Perspektive**“. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen.
6. Shazer, Steve de (1989). „**Der Dreh**“. Carl Auer Verlag, Heidelberg.
7. Shazer, Steve de (1996). „**....Worte waren ursprünglich Zauber**“. Verlag Modernes Lernen, Dortmund.
8. Schlippe, Artist von / Schweitzer, Jochen (1997). „**Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung**“. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen.
9. Watzlawick, Paul (1986). „**Anleitung zum Unglücklichsein**“. R. Piper & Co. Verlag, München.
10. Weiss / Haertel-Weiss (2000). „**Familientherapie ohne Familie**“. Piper Verlag GmbH, München.