

# Systemisches Therapie und Schematherapie Passendes und Unpassendes/Allgemeines

A) Systemische Zugänge/Paradigma

Haltungen-/ Handlungen

B) Schematherapeutische Zugang/Paradigma

Haltungen-/ Handlungen

C) Passendes / Unpassendes / Allgemeines

# Systemisches Denken und Handeln/ Einführung / Grundkonzepte

- Der Systemische Zugang:
- Interpersonelle Therapie
- Kommunikation und Kommunikationstheorie
- Zirkularität von Verhalten
- Systemische Ansätze: Watzlawick'schen Axiome

# Systemische Zugänge Phasen

- Auftragsklärung
- Entwicklung von Beziehungen zu den einzelnen Partnern
- Entwicklung eines gemeinsamen Problemverständnisses
- Entwicklung eines gemeinsamen Sinnverständnisses für das/die Problem(e)
- Entwicklung eines gemeinsamen Lösungsverständnisses

# Paradigma der Systemtherapie

- Berücksichtigung der Autoorganisation von Systemen
- Berücksichtigung der Eigendynamik von Systemen
- Berücksichtigung der System-Umwelt
- Koppelung zwischen individuellen Problemen und interpersoneller Kommunikation
- Veränderung innerer Konstrukte und Wirklichkeitskonstruktionen

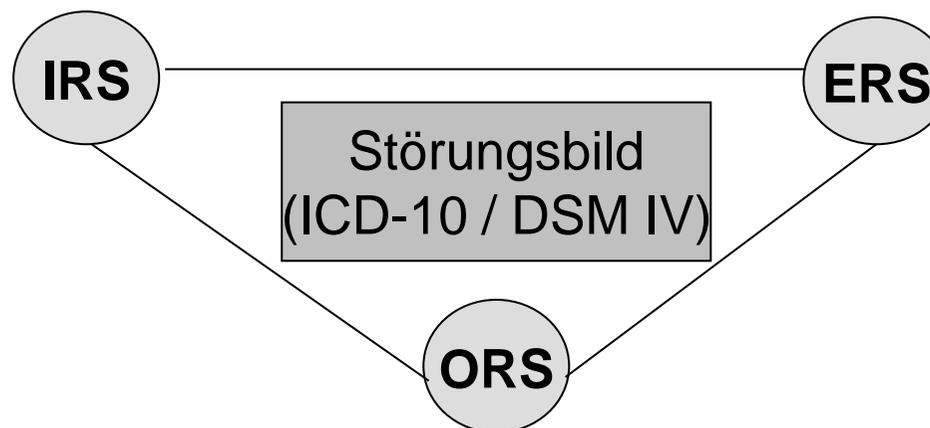
## Paradigma: Denken in bio-psycho-sozialen Kategorien

- Familiäre Beziehungen / Belastungen
- Genogramm und familiäre Life-Events
- Lebenszyklus und Rekalibrierung
- Geistige Werte, materielle Grundlagen
- Familiäres Coping-Potential

### Intrafamiliäre Ressourcen und Stressoren

- Extrafamiliäre Beziehungen und Belastungen
- Allgemeine Lebenssituation:  
Ökonomische, soziokulturelle und bio-physikalische Bedingungen

### Extrafamiliäre Ressourcen und Stressoren



### Organismische Ressourcen und Stressoren

- **Biologische Faktoren**
- Genetische Faktoren
- Aktueller somatischer Zustand
- Biologische Belastbarkeit, bzw. Vulnerabilität, Coping-Potential

# Systemisches Denken und Handeln/ / Paradigma

- Das systemische Problem: Denken in zwei Paradigmen
- Kybernetik 1. und 2. Ordnung

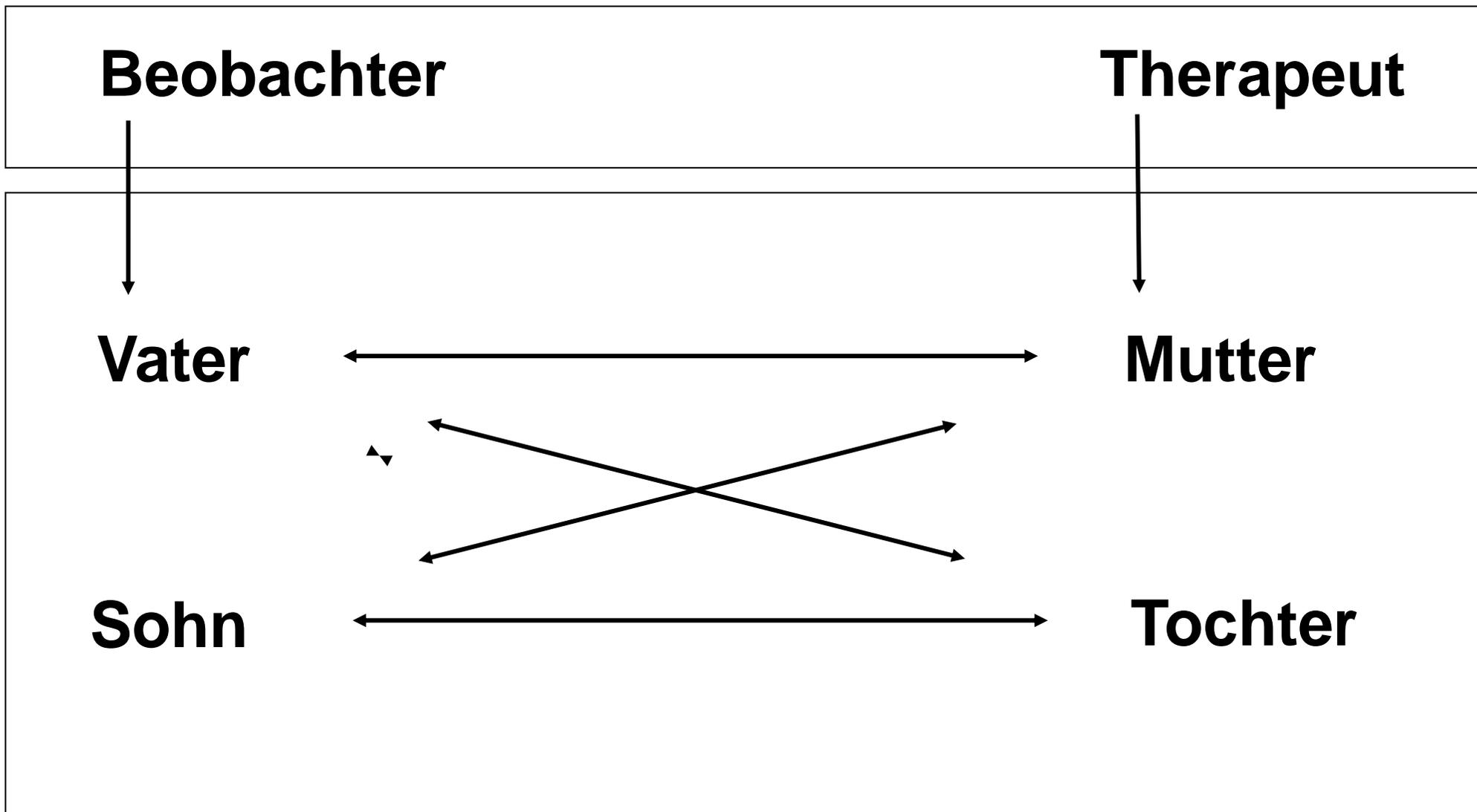
# Paradigma ST

- Beobachten / Interpretieren / Verändern in zwei Welten / Räumen

## **Raum Kybernetik I. Ordnung:**

(Theorien über beobachtete Systeme)

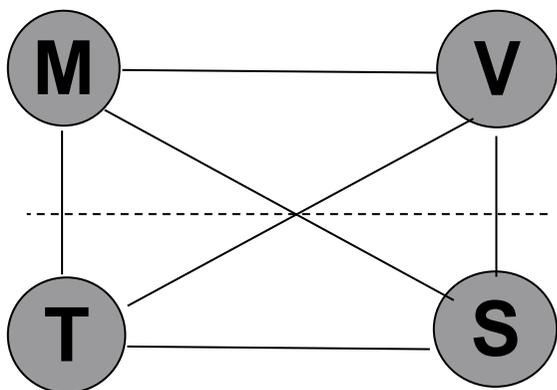
- Wirklichkeit
- Kontrolle
- Steuerung
- Regeln
- objektiv / draussen



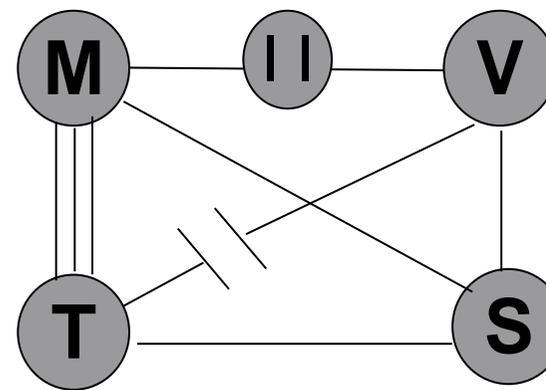
# Systemisches Denken und Handeln/ Modelle und ihre Praxisanwendung

- **Bsp:Das strukturell-strategische Modell ( Minuchin /Haley)**

## „Funktionale“ Familienstruktur



## „Dysfunktionale“ Familienstruktur



### Beziehungs-Symbole nach Minuchin

.....	clear boundary
-----	diffuse boundary
—————	rigid boundary or normal relation
=====	affiliation
=====	overinvolvement
— — —	conflict

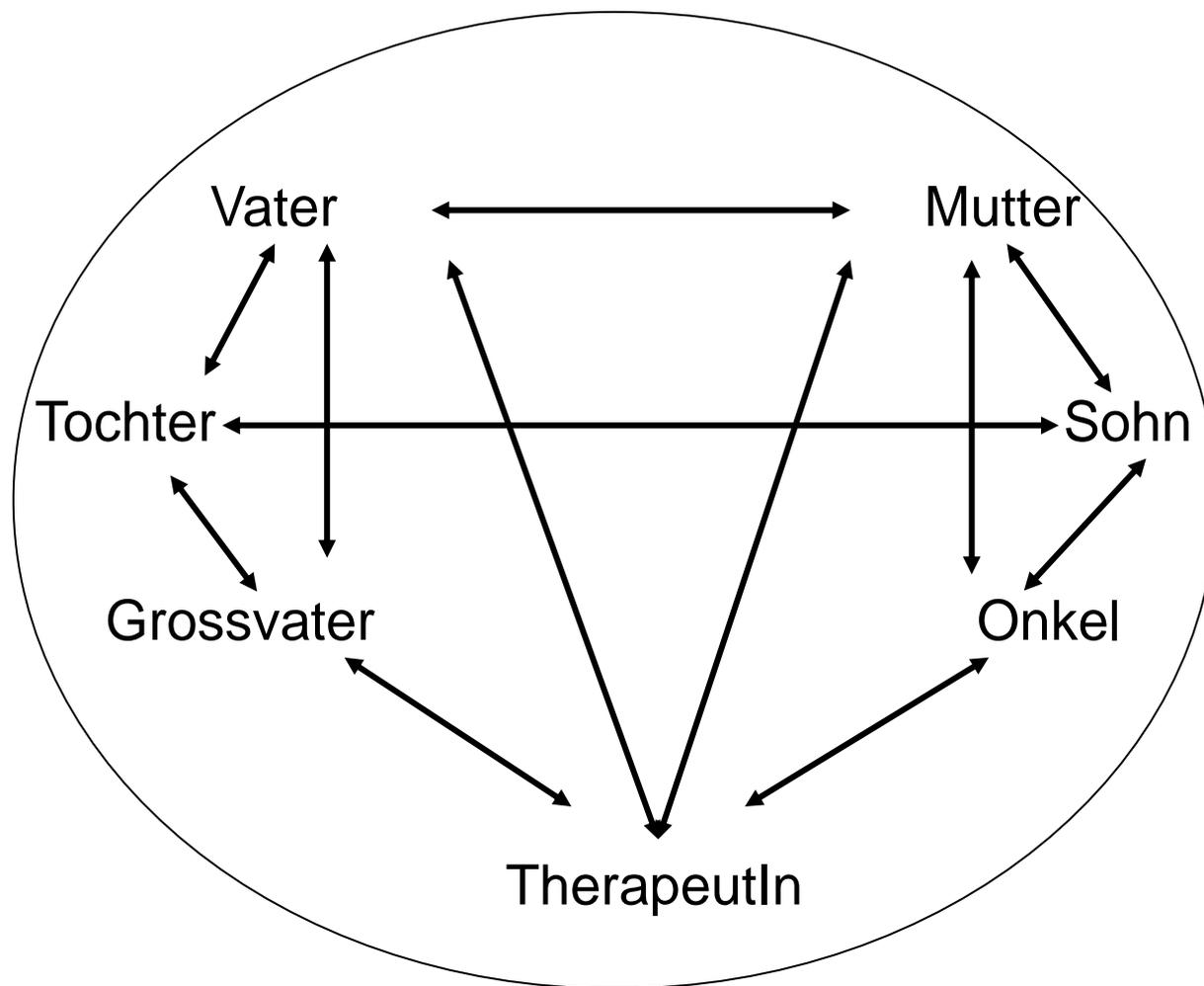
### Beziehungs-Symbole nach McGoldrick / Gerson

-----	distanzierte Beziehung
—————	normale Beziehung
=====	enge Beziehung
=====	sehr eng / verschmolzen
— — —	entfremdet / abgebrochen
∕∕∕∕∕∕∕∕	problematisch-konflikthaft
∕∕∕∕∕∕∕∕	verschmolzen-konflikthaft

# Paradigma ST

**Raum Kybernetik II. Ordnung:**  
(Theorien über Beobachter, die  
ein System beobachten)

- gemeinsam konstruierte  
Wirklichkeit
- Beobachtungen sind  
„Landkarten“
- gemeinsames Anstossen  
von Prozessen mit  
fraglichem Erfolg
- Beobachter (Th) sieht sich  
als Teil des Systems
- geteilte Subjektivität  
(innen)



# Systemisches Denken und Handeln/ Modelle und ihre Praxisanwendung

- **Bsp:Der systemisch-konstruktivistische Ansatz ( Selvini/  
Heidelberger Gruppe)**
- **Systemisches Fragen:  
Wirklichkeitsfragen/Möglichkeitsfragen**

# Systemische Haltungen / Handlungen

- Interpretations-Handlungsspielräume erweitern
- Hypothesisieren über zirkuläre Kommunikation
- Gemeinsam geteilte Expertise
- Neutralität und Allparteilichkeit
- Neugier und Respekt
- Ressourcen und Lösungsfokussierung
- Veränderungsanregung

# Systemische Therapie ist.....

- Therapie im realen interpersonellen Kontext  
(**Problemaktualisierung**)
- Konstruiert über gemeinsam geteilte Expertise eine neue systemische sinnvolle Problemsicht und neu entwickelte Lösungen (**Klärungsperspektive und Ressourcenaktivierung**)
- Regt zu neuen Handlungen im interpersonellen Kontext an und unterstützt interpersonelle Systeme neue Beziehungsmuster vorsichtig optimistisch auszutesten (**Problembewältigung**)

# Schematherapeutischer Zugang

- Die Annahmen
- Das Vorgehen
- Methoden-Ansätze (Paradigmas)
- Haltungen

# Annahmen

Non-Responder auf klassische KVT

Zuwenig Beachtung oder schwieriger Umgang  
Patienten mit interpersonellen Problemen

Vermehrte Berücksichtigung emotionaler und  
biographischer Aspekte

# Annahmen

- Frühkindliche erworbene geprimte Beziehungsschematas
- Bindungstheoretische Annahmen sensu Piaget/Bowbly mit den unterschiedlichen Bindungsstilen (sicher / unsicher–ambivalent / unsicher-vermeidend / Desorganisierte Bindung) (**Bindungsbedürfnis**) sind zentral
- Annahmen geglückter Elternschaft und nicht geglückter Elternschaft
- In der Vergangenheit entstandene dysfunktionale Beziehungsmuster wirken automatisiert / vorbewusst / unbewusst in die Gegenwart hinein

# Annahmen

## Zuordnung von Grundbedürfnisse und Beziehungsmuster

### I. Grundsicherheit

1. Verlassenheit
2. Misstrauen und Missbrauch

### II. Verbundenheit mit anderen

3. Emotionale Entbehrung
4. Soziale Isolation

### III. Autonomie

5. Abhängigkeit
6. Verletzbarkeit

### IV. Selbstachtung

7. Unzulänglichkeit
8. Versagen

### V. Selbstausdruck

9. Unterwerfung
10. Überhöhte Standards

### VI. Realistische Grenzen

11. Ueberhöhte Ansprüche

# Das Vorgehen

## Kombination von Interventionen

- Emotions- und Erfahrungsbezogene Methoden  
(Imaginationsübungen/ Hypnotherapeutische Techniken/ Leerer Stuhl)
- Emotional korrektive Erfahrung durch Reparenting mit  
entsprechende Therapiebeziehungsgestaltung (verletztes Kind  
Ich/ Bestrafendes ElternIch/ Hilfreiches ErwachsenenIch)
- Klassisch verhaltenstherapeutische Interventionen  
(Rollenspiel/Hausaufgaben)
- Kognitive Methoden ( Merkkarten/Realitätstesten/Pro-Kontra)

# Vorgehen

## Phasen

- Therapie-Schritte zur Veränderung
- Grundsätzlich zwei Phasen:
  - **1) Kognitive Einsicht (Lebensfallentest) und Emotionale Betroffenheit (Reparenting / Sprechen mit dem inneren verletzten Kind / Imaginiertes Umschreiben)**
  - **2) Verhaltensänderung** durch systematisches strukturiertes **Aufbrechen** und **Neulernen** in konkreten Beziehungsmustern

# Vorgehen: Zentral ist Begrenzte Elternschaft ( Reparenting )

- Traumatherapeutisches Vorgehen: Imagery Rescripting
- Balancieren zwischen verschiedene Ich-Zustände / Kleines Kind/ Verletztes Kind/Bestrafendes Eltern-Ich/ Hilfreiches gesundes Erwachsenen-Ich)
- Imaginiertes Neuschreiben / Emotionales und kognitives Neuerkennen und Neuschreiben seiner ZDBM
- Motivationale Bereitschaften entwickeln zum realen Probehandeln seiner ZDBM

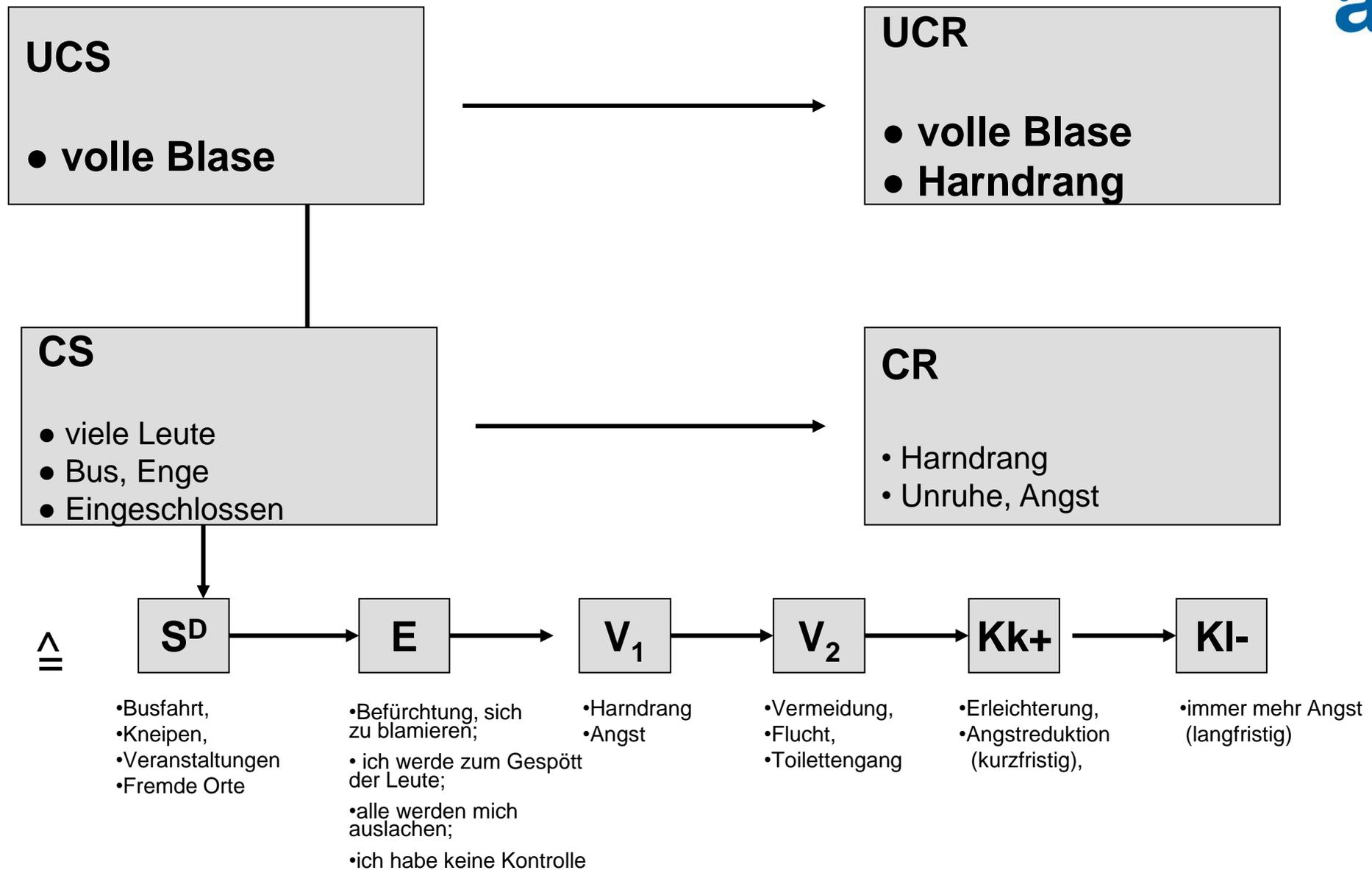
# Schematherapie: Eine Methodenkombination ?

- TA (Ich-Zustände) >>> PSA / PD
- Imaginative Verfahren >>> HyTh/KöTH
- Gestaltpsychologische Techniken >>> HTH
- Imaginiertes Umschreiben >>> Traumatherapie
- Kognitives Testen/Neulernen in der Realität >>> KVT
- Selbstkontrolle / Selbstwirksamkeit / Selbstbewertung >>> KVT

# Oder doch KVT?

## Paradigma der KVT

- Linearität
- Kontrolle
- Psychologische Lerntheorien (Klass. Kond/Operant Kond/Selbstwirksamkeit/ Mowrer/Skinner/Bandura/Kanfer)
- Kybernetik I. Ordnung
- Person mit Umweltbedingungen
- Empirische Psychologie
- Problemlösemodell

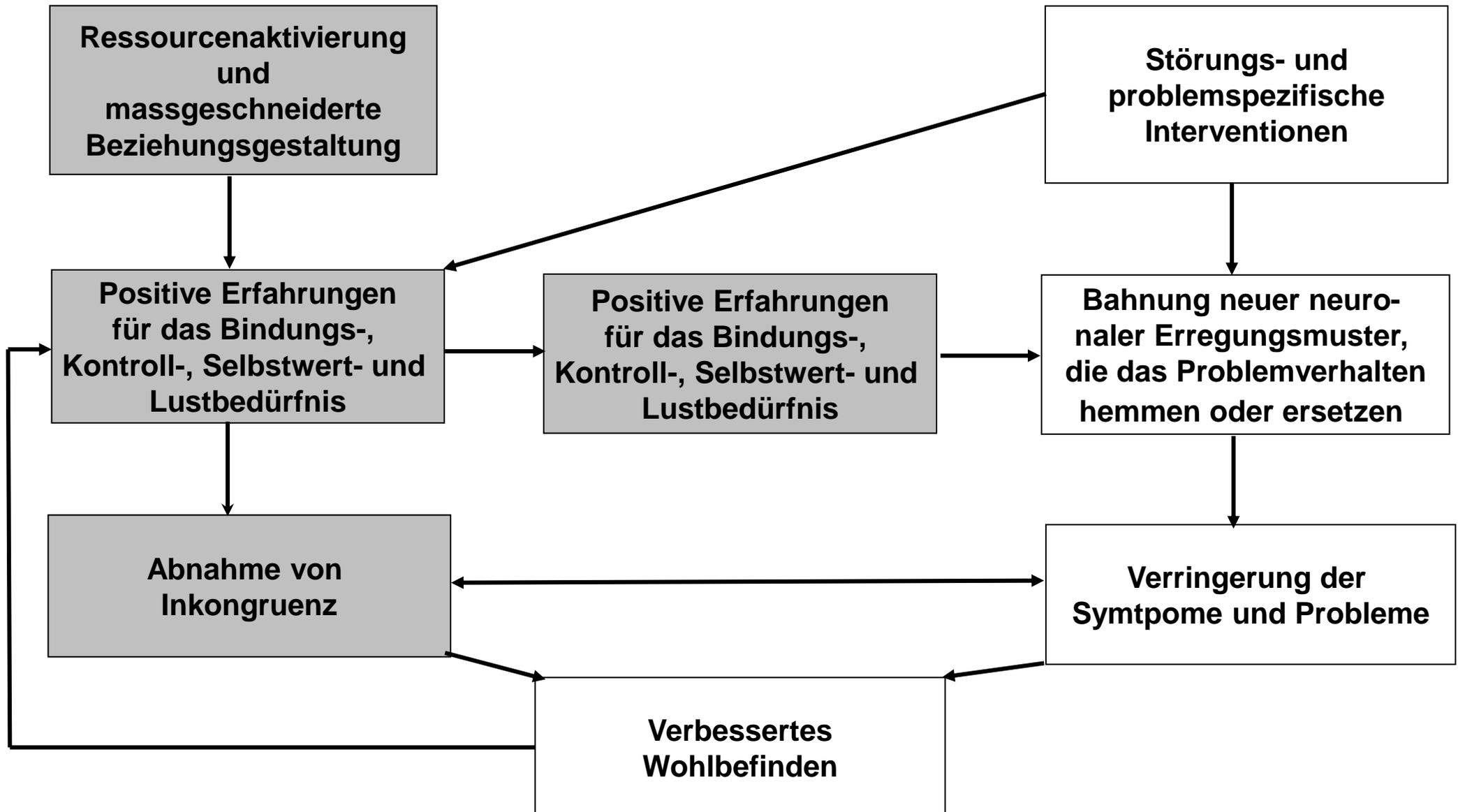


### Hypothetisches Bedingungsmodell: Fr. H

# Schematherapeutische Haltungen/Handlungen

- Zentral: Hohe Anforderungen an eine gelingende therapeutische Beziehungsgestaltung CAVE; Beziehungstest bestehen
- Kunst; empathisch Steuernd / non-direktiv Konfrontierend
- Strukturiertes/Normativ Vorgehen
- Abfolge von und Gegenwart
- Mut zum Emotionsevozierten Vorgehen
- Problemfokussierung/Defizitorientierung oder doch Ressourcenorientierung?

# Massgeschneiderte Beziehungsgestaltung und Ressourcenaktivierung



# C ) Passendes /Unpassendes /Unterschiede

# Systemische Synergetische Prinzipien allgemeiner Veränderung sensu Schiepek

1. Schaffe Stabilität
2. Identifiziere die relevanten Muster
3. Schaffe Sinnbezug
4. Schaffe Bedingungen zur Veränderung und Motivation für Veränderung
5. Destabilisiere Muster
6. Beachte die Prozessmerkmale (Resonanz)
7. Gib Hilfestellungen bei der Entwicklung neuer Muster
8. Restabilisiere

## KVT/ScT

Linearität

Einzelsetting

Intrapsychisch

Psychologische Kriterien

Manualisierung

Instruktion

Experte mit Pat.

Problemorientiert

Störungsorientiert

## SYST. THERAPIE

Zirkularität

Mehrpersonensetting

Interpsychisch

Kommunikationskriterien

Kontextualisierung

Konstruktion

Experte mit Experten

Lösungsorientiert

Ressourcenorientiert

## Eigentlich geht es um ein pendeln zwischen...

-Vorhersagbarkeit

-Selbstkontrolle

-Fokus auf intrapsychische V.

-Person mit einer spez. Störung

-Im Vordergrund

Kausalität Störung in der Person

-Beziehungsgestaltung mit dem

Einzelnen

-Expertentum

-Diagnostik

-Zielgerichtete Interventionen

-Nicht-Determiniertheit

-Autoorganisation

-Fokus auf interpsychische V.

-Kontext mit Menschen um Störungen

-Im Vordergrund

Funktionalität von Störung im Kontext

-Beziehungsgestaltung mit

Mehreren

-Moderation

-Problem gemeinsam sinnhaft erklären

-Anregungen, Unterbrechungen,  
Verstörungen

# Anschlussmöglichkeiten zwischen ScT und SyTH

- Genogrammarbeit sensu Sperling /B.N
- Systemische Paarthherapie sensu J. Willi Kollusionskonzept

# Allgemeine Bemerkungen zur ScT

- **Das Verführerische:**
- Endlich....Augenschein-Validität...
- Das kompakte Schnelle
- Das vermeintlich Einfache
- **Und das Relative:**

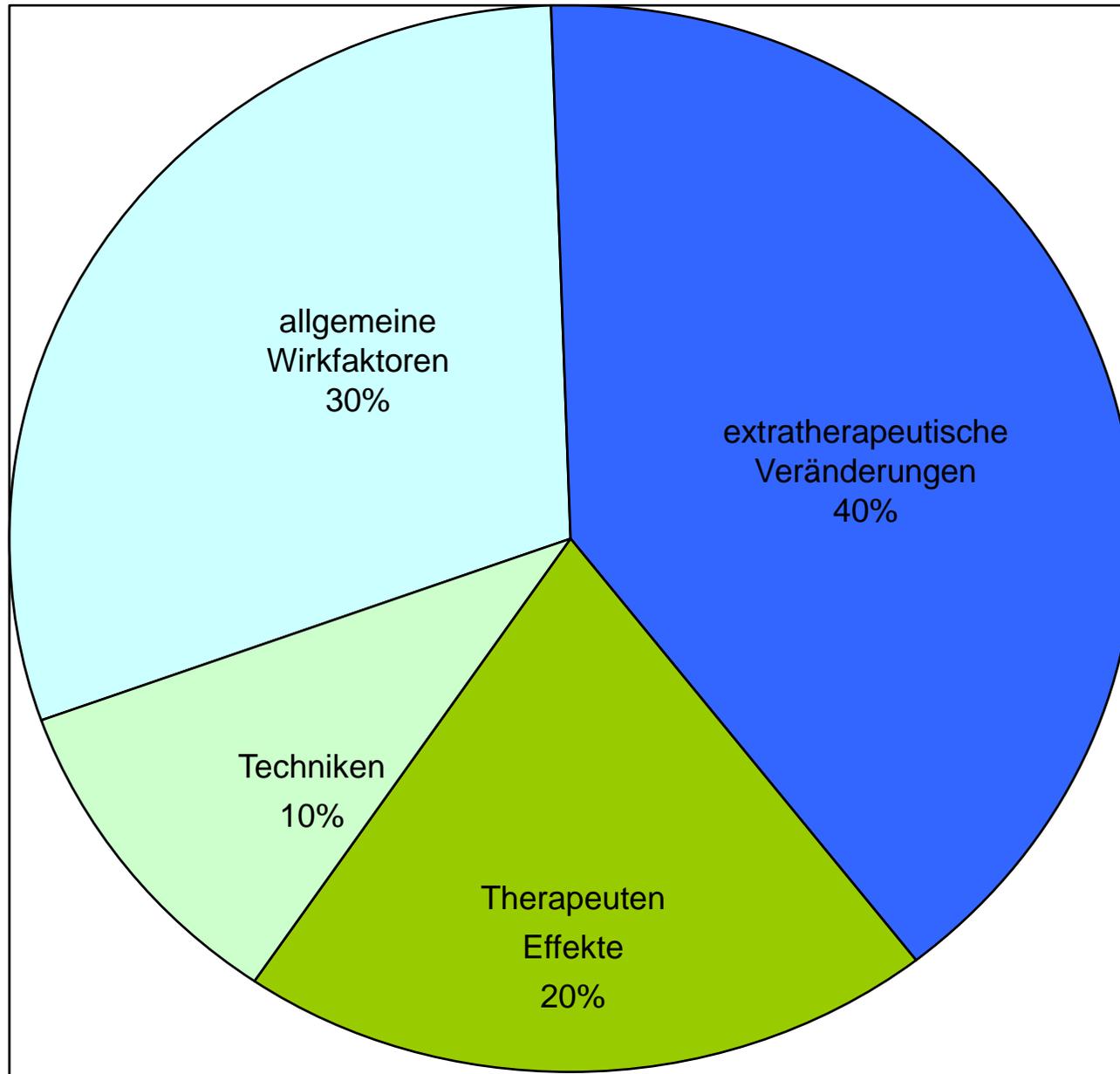
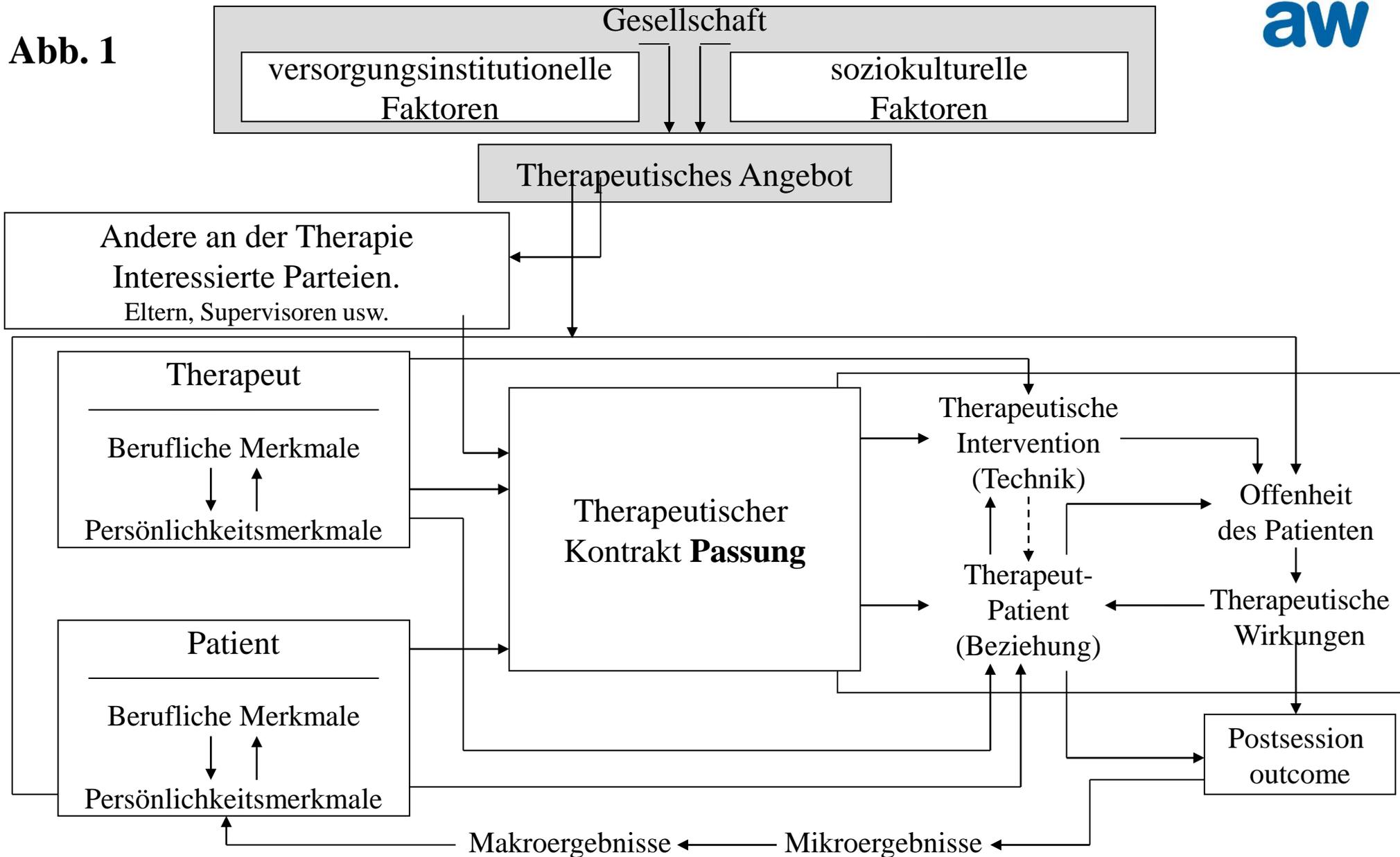
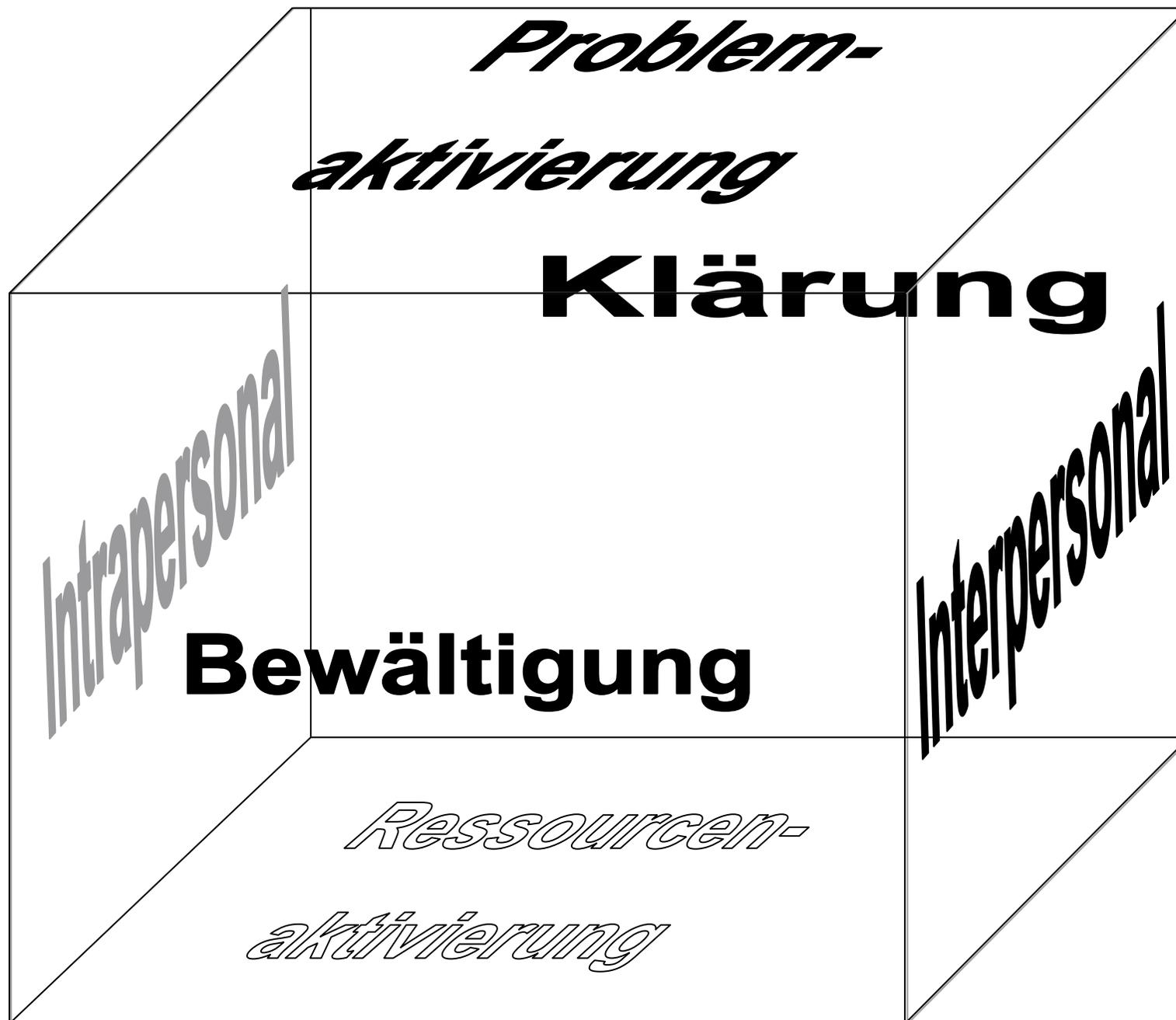


Abb. 1





# Gute Wünsche zum Schluss

- Sich nicht entmutigen lassen.....
- aber bitte schafft keine neue Kirche.....
  
- Danke