

Inhalt

Vorwort	8
Danksagung	11
1 Auf dem Weg zum Systemischen: Prägende Begegnungen ..	12
1.1 Die Entdeckung Mailands	12
1.2 Die epistemologische Revolution	14
1.3 Kurzzeittherapie und Lösungsorientierung	16
1.4 Eine märchenhafte Kongressgeschichte	17
1.5 Reflecting Team und Problemsystem	20
1.6 Besuch in einem »systemischen Paradies«	21
2 Der Mensch, systemisch betrachtet	26
2.1 Systemisches Denken	27
2.1.1 <i>Autopoiese und Kognition</i>	27
2.1.2 <i>Soziale Systeme</i>	31
2.2 Ein systemisches Menschenbild	38
2.2.1 <i>Psychische Systeme und Polyphrenie</i>	39
2.2.2 <i>Relationale Pluralität</i>	41
2.2.3 <i>Ethische Folgerungen</i>	45
2.3 <i>Klinische Folgerungen</i>	45
3 Realitäten, Konstruktionen, klinische Theorie	47
3.1 Begegnung mit einem Guru und die Folgen	47
3.2 Realität und Konstruktion in der Psychotherapie	50
3.2.1 <i>Realitäten, Konstruktionen</i>	51
3.2.2 <i>Realität und Psychotherapie</i>	54
3.3 <i>Klinische Theorie evaluiert</i>	55
3.3.1 <i>Individuelle und interaktionelle Probleme</i>	56
3.3.2 <i>Die Aufgaben des Therapeuten</i>	58
3.3.3 <i>Das Dilemma der Diagnostik</i>	62
3.3.4 <i>Die Interventionen</i>	63
3.3.5 <i>Fazit</i>	65
3.4 <i>Sinn</i>	66
3.4.1 <i>Sinnfindung/Sinnegebung</i>	67
3.4.2 <i>Sinnsuche</i>	69
3.4.3 <i>Sinnkrisen</i>	70

3.4.4	<i>Professionelle Haltung</i>	71
3.5	<i>Systemische Ethik?</i>	72
3.5.1	<i>Ethik und Moral</i>	73
3.5.2	<i>Ist systemisch an sich ethisch?</i>	73
3.5.3	<i>Fazit</i>	77
4	Entzerrungen	78
4.1	<i>Psychotherapeut, bleib bei deinem Leisten!</i>	78
4.2	<i>Differenzierungen</i>	85
4.2.1	<i>Emotion, Kognition, Sprache</i>	89
4.2.2	<i>Überlebensdiagnostik – eine systemische Diagnostik</i>	90
4.2.3	<i>Biografische und mehrgenerationale Perspektive</i>	91
4.2.4	<i>Störungsspezifisches Vorgehen</i>	92
4.3	<i>Das Regelwerk – Vorteile, Nachteile</i>	93
4.3.1	<i>Zum Regelwerk</i>	94
4.3.2	<i>Fazit</i>	101
4.4	<i>Aktueller Stand und Visionen</i>	101
5	Störungen und Lösungen	106
5.1	<i>Gesund oder krank? – Eine erstaunliche Geschichte</i>	106
5.2	<i>Psychische Störungen</i>	107
5.2.1	<i>Grundmodelle psychischer »Störungen«</i>	109
5.2.2	<i>Grundelemente systemischer Therapie</i>	111
5.2.3	<i>Techniken</i>	113
5.2.4	<i>Fazit</i>	114
5.3	<i>Leitlinien für die Psychotherapie</i>	115
5.3.1	<i>Qualitätssicherung im Spagat</i>	117
5.3.2	<i>Die Qual der Variablenwahl</i>	119
5.4	<i>Systemische Psychiatrie</i>	121
5.4.1	<i>Voraussetzungen psychiatrischer Arbeit</i>	123
5.4.2	<i>Psychiatrische Praxis</i>	127
5.4.3	<i>Schritte zu einer Erweiterung der Perspektive</i>	129
6	Anwendung	136
6.1	<i>Das erste Mal</i>	136
6.2	<i>Elemente</i>	139
6.2.1	<i>Drei Grundelemente jeder Psychotherapie</i>	139
6.2.2	<i>Grundelemente der systemischen Therapie</i>	146
6.2.3	<i>Fazit</i>	148

6.3	Ressourcen	149
6.3.1	<i>Ein Fallbeispiel</i>	154
6.3.2	<i>Für und wider Ressourcenaktivierung</i>	156
6.4	Hilfreiche Unterscheidungen	157
6.4.1	<i>Anliegen und Auftrag</i>	157
6.4.2	<i>Hilfe und Fürsorge</i>	161
6.4.3	<i>Unliebsame Begriffe</i>	163
6.4.4	<i>Fazit</i>	165
6.5	Der Beitrag systemischen Denkens in Kürze	167
7	Settings	170
7.1	Familienpolitik in Deutschland – ein Exkurs	170
7.2	Die Praxis mit Mehr-Personen-Systemen	180
7.2.1	<i>Familientherapie</i>	182
7.2.2	<i>Systemische Familientherapie</i>	184
7.2.3	<i>Systemische Paartherapie</i>	190
7.2.4	<i>Ein Beispiel fließender Übergänge</i>	192
7.3	Die Praxis mit Individuen	197
7.3.1	<i>Psychische Systeme</i>	198
7.3.2	<i>Einheitlichkeit oder Multiplizität?</i>	200
7.3.3	<i>Polyphrenie</i>	204
7.3.4	<i>Praktische Relevanz</i>	209
7.3.5	<i>»Teilearbeit«</i>	210
7.4	Systemische Einzeltherapie	212
7.4.1	<i>Fazit</i>	214
8	Rückblicke, Ausblicke	217
8.1	Es kann auch anders sein – ein Rückblick	217
8.2	Brief an die nächste Generation – ein Ausblick	225
8.3	Zusammenfassung	233
	Quellennachweise	235
	Literatur	238
	Über den Autor	251