

# Einleitung

Knapp 30 Jahre Tätigkeit als Psychotherapeutin und Psychiaterin im stationären und ambulanten Setting sind diesem Buch vorausgegangen. Als Ausdruck der großen Bereicherung, die das systemische und das ökologisch-systemische Denken für die praktische Arbeit mit den PatientInnen und KlientInnen bedeutet, soll dieses Buch einen Anreiz bilden, für junge PsychologInnen und ÄrztInnen und für alle, die psychotherapeutisch arbeiten, mittels der systemischen Haltungen, den passenden Techniken und dem entwicklungsorientierten, ökologischen Ansatz, die Freude an der therapeutischen Arbeit mit Menschen zu vermehren. Denn trotz komplexer Störungsbilder und Problemstellungen, die Menschen mir anvertraut haben, macht mir die Arbeit weiterhin sehr viel Freude und lässt mich mit den PatientInnen von Jahr zu Jahr weiterwachsen. Dies verdanke ich vor allem meinen PatientInnen, aber auch dem systemischen und ökologisch-systemischen Menschenbild und Therapiemodell, was in diesem Buch zur Darstellung kommen wird.

Der Anfang auf einer Akutstation für erwachsene Menschen war gar nicht einfach. Rasch wurde die Weiterbildung zur ökologisch-systemischen Therapeutin zu einer wichtigen Stütze in meinem beruflichen Wirken. Professor Willi und sein Team hatten immer ein offenes Ohr für unsere Schwierigkeiten mit den schwer kranken Menschen. Die Haltung, dass in jedem Menschen das Potenzial für Veränderung schlummert, ließ uns einen wertschätzenden Umgang mit unseren PatientInnen einüben. Die Erfahrung, dass gerade auch psychisch kranke Menschen eine hohe Kompetenz haben, ihre eigenen Lösungswege zu finden, brachte mich immer wieder zum Staunen. Nach den zwei Jahren Weiterbildung für den Facharzt Psychiatrie und Psychotherapie wollte ich mehr wissen und absolvierte mit den PsychologInnen die insgesamt vierjährige Zeit und die Graduierung. Da ich alles Gelernte als derart hilfreich für meine klinische Arbeit einsetzen konnte, entschied ich mich, als Dozentin ins Team einzusteigen. Somit haben sich in diesem Buch Erfahrungen aus der täglichen psychotherapeutischen Arbeit mit den Erfahrungen als Dozentin vermischt. Professor Fuchs, unter anderem mit seinem »ökologisches Paradigma« (Fuchs, 2023), hat in den letzten Jahren viele neue ergänzend Erkenntnisse in den ökologisch-systemischen Ansatz gebracht. Die drei Ansätze: systemisch, ökologisch-systemisch und das ökologische Paradigma mögen AnfängerInnen im Bereich Psychotherapie zunächst verwirren. Ihre wechselseitigen Bereicherungen unterstützen die Alltagsarbeit mit PatientInnen auf besondere Weise und sollten deshalb unbedingt von Anfang an vertraut gemacht werden.

Mit diesem Buch soll ein Netzwerk zwischen Theorie und Praxis geknüpft werden welches den klinischen Alltag der PsychotherapeutInnen unterstützt. Dabei werden alle drei Ansätze für das therapeutische Arbeiten dargestellt. Leser-

Innen wird in den ersten drei Teilen ein Theorieteil mit wichtigen Brücken zum klinischen Alltag zur Kenntnis gebracht, der zum eigenen Learning-by-Doing anregen soll. Fallbeispiele aus dem klinischen Kontext sind als Bezüge zur Theorie und zur Veranschaulichung gedacht. In einer Toolbox in jedem Kapitel werden wichtige Methoden aus der jeweiligen Theorie zusammengestellt. Durch Querverweise im Text wird ein Netz zwischen Theorie und Praxis gespannt. Teil IV widmet sich der Praxis in drei verschiedenen Altersbereichen (Kinder- und Jugendbereich, Erwachsenenbereich und Altersbereich) anhand von je einem Fall, der mit allen drei Ansätzen bearbeitet wird. In Teil V werden unterschiedliche Settings der klinischen Arbeit aus systemischer und ökologisch-systemischer Sicht praktisch beschrieben. In Teil VI wird, als Schlussstrich unterstrichen, ein Blick auf die Selbstfürsorge der TherapeutInnen gerichtet. Kleine Gedanken und kurze Übungen sollen anregen, den Blick auf die eigenen Kräfte und die Quellen für Energie im Rahmen von Arbeit und Freizeit zu richten.

Systemische TherapeutInnen, die ihren Horizont erweitern möchten, dürfen sich dabei ebenso angesprochen fühlen, wie PsychotherapeutInnen anderer Therapieschulen, die sich für den ökologisch-systemischen Ansatz interessieren und junge AusbildungskandidatInnen in systemischer und ökologisch-systemischer Psychotherapie, die nach einer Orientierung zwischen Theorie und klinischer Praxis suchen.

Die systemische Psychotherapie hat es nicht leicht. Erst zehn Jahre nach der wissenschaftlichen Anerkennung erfolgte 2018 die sozialrechtliche Anerkennung in Deutschland für Erwachsene. Im Kinder- und Jugendbereich sogar erst 2024, obwohl systemische Therapieverfahren gerade hier unbestritten relevant und wirksam sind. Im Studium der Psychologie oder Medizin erhalten die neuen Generationen von PsychotherapeutInnen immer noch wenig Informationen darüber, dass es neben der Verhaltenstherapie und der Psychoanalyse weitere Psychotherapierichtungen gibt, von denen die systemische Ausrichtung ein wichtiges anerkanntes Verfahren ist. In den psychiatrischen Kliniken, in denen die jungen PsychologInnen und ÄrztInnen zu PsychotherapeutInnen ausgebildet werden, sind Vorgesetzte mit systemischer Weiterbildung zumeist in der Minderheit. In Deutschland wird ein Mangel an qualifizierten DozentInnen, SelbsterfahrungsleiterInnen und SupervisorInnen beklagt und die Schwierigkeit benannt, die Ermächtigung für Ausbildungsambulanzen durch den Zulassungsausschuss für Ärzte und Ärztinnen zu erhalten (von Sydow & Retzlaff, 2021). Dennoch halten sich systemische Psychotherapieschulen. Forschung und Literatur im systemischen Bereich wird vorangetrieben und junge WeiterbildungskandidatInnen von systemischen Schulen erleben, dass ihre psychotherapeutische Ausbildung eine breite Anwendbarkeit im klinischen Alltag hat. In Deutschland spricht man derzeit sogar schon von einer regelrechten »Pandemisierung« des systemischen Arbeitens, was zum Teil mit einer »Trivialisierung« der systemischen Therapie auf bestimmte Tools und Werkzeugkisten einhergeht, ohne die konzeptionellen und erkenntnistheoretischen Grundlagen zu berücksichtigen (Hanswille, 2022, S.21).

Der Vorwurf, die Psychotherapie sei im klinischen Alltag mit kurzen Aufenthaltsdauern der PatientInnen, Arbeitsüberlastung der ÄrztInnen und Psycholog-

Innen sowie schweren Erkrankungen der PatientInnen nicht durchführbar, gilt für den systemischen und ökologisch-systemischen Ansatz nicht.

Die systemischen Ansätze stammen zwar zum Teil aus der Familientherapie und dem sozialpädagogischen Kontext, immer schon wurden aber auch schwere psychische Krankheitsbilder wie Anorexie (Minuchin, 1997), Depression, Angst und Persönlichkeitsstörungen (Satir, 2015) durch den mehrdimensionalen, beziehungsbezogenen Ansatz des systemischen Arbeitens erfolgreich behandelt.

Seit den Anfängen der ökologisch-systemischen Therapie haben Jürg Willi und sein Team darauf geachtet, den Bezug zur klinischen Tätigkeit der WeiterbildungskandidatInnen in der Theorie zu gewichten. Die im akutpsychiatrischen Setting viel genutzte »Stützende Therapie« (»supportive Therapie«) wurde durch das »beantwortete Wirken« und die »Nischenarbeit« konzeptualisiert (vgl. ► Kap. 2.4) und für den klinischen Alltag der WeiterbildungskandidatInnen verifiziert. Der koevolutive Ansatz ergänzt und vertieft die systemische Arbeit mit einem entwicklungsorientierten, in Beziehungen denkenden Fallverständnis, welches im sogenannten »Fokus« verschriftlicht wird. Die schon in den 1990er Jahren entwickelte Theorie erweist sich somit bis in den heutigen Arbeitsalltag der Psychiatrie und Psychotherapie als relevant. Im neuen ökologischen Paradigma der Psychiatrie, welches von Th. Fuchs 2023 postuliert wurde (vgl. Teil III), gilt die ökologisch-systemische Psychotherapie als »besonders geeignet«, die sozialpsychiatrischen Ansätze seines enaktivistischen Paradigmas (Interaktivität in und mit dem Körper) in die Praxis umzusetzen. Dieser moderne Ansatz eines komplexen Interagierens zwischen Mensch und Umwelt auf verschiedenen Ebenen und einer personenzentrierten Diagnostik, die die körperliche und leibliche (Erleben im Körper) Ebene des Menschen miteinschließt, wird in diesem Buch integriert. Dabei geht es nicht darum, einem längst veralteten Schulen-Streit Auftrieb zu geben. Wirksamkeitsstudien belegen, dass Therapiemodelle nur einen kleinen Teil des Outcomes von Psychotherapie bedingen. Zentral ist die Beziehung zwischen PatientInnen und TherapeutInnen. Umso bedeutsamer, dass die therapeutischen Ansätze zu den PsychotherapeutInnen passen, die ihn nutzen. Deshalb wird in diesem Buch im Sinne des ökologischen Paradigmas der Psychiatrie (Fuchs, 2023), die systemische Haltung und Arbeitsweise, das ökologisch-systemische Therapie-Modell von J. Willi und die Beziehungsmedizin von Th. Fuchs mit ihren Werten für die psychotherapeutische Arbeit im klinischen Alltag zu belegen versucht. TherapeutInnen können hier erkennen, ob diese Ansätze zu ihnen als Mensch und PsychotherapeutIn passen.

### Aus der Geschichte

Prof. Dr. Jürg Willi und sein Team hinterließen der Fachwelt unter anderem die Konzepte der »Koevolution« und der »Kollusion«. Beide Begriffe rücken das »Sich-aneinander-Entwickeln in nahen Beziehungen« ins Zentrum der Therapie. Nach der Vereinsgründung der »Arbeitsgemeinschaft Koevolution« im Jahr 1996 und der Entwicklung des Fokuskonzeptes (Erarbeitung eines entwicklungsorientierten Fallverständnisses), wurden Kurse in Paar- und Familientherapie an

der psychiatrischen Poliklinik der Universitätsklinik Zürich angeboten, nachdem bereits seit 1980 zweijährige Kurse in Paar- und Familientherapie durchgeführt worden waren. Im Oktober 1994 trat das Team um Jürg Willi am Kongress »Koevolution – Zusammenleben und persönliche Entwicklung« – mit dem koevolutionären Konzept für die Einzeltherapie an die Öffentlichkeit. Es dauerte noch weitere 5 Jahre, bis das nunmehr seit mehr als 25 Jahren bestehende Institut für Ökologisch-systemische Therapie (IÖST) von J. Willi und seinem Team 1999 in Zürich gegründet wurde. Von Beginn an widmete sich dieses Institut der Fort- und Weiterbildung von PsychotherapeutInnen (PsychologInnen und ÄrztInnen) in Einzel-, Paar- und Familientherapie im Sinne des ökologisch-systemischen Ansatzes. Die Anforderungen an diese Berufsgruppen haben sich über die Jahre stark verändert, das ökologisch-systemische Modell hat aber seine Wirksamkeit und Nützlichkeit im klinischen Alltag immer wieder bewiesen.

Dieses Buch ist von PraktikerInnen für die klinische Praxis geschrieben. In Teil I werden die theoretischen Grundlagen des systemisch-familientherapeutischen und des systemisch-konstruktivistischen Denkens vorgestellt und auf ihre Tauglichkeit für den klinischen Alltag hin untersucht. Der ökologisch-systemische Ansatz wird in Teil II bearbeitet: Sein Nutzen für die psychiatrische, psychosoziale und psychotherapeutische Arbeit wird verdeutlicht und durch Bezüge zu aktuellen Forschungsrichtungen bestätigt. In Teil III wird das neue ökologische Paradigma (Fuchs, 2023) auf seine klinische Relevanz und Umsetzbarkeit hin untersucht. Teil IV zeigt die Integration des systemischen und des ökologisch-systemischen Ansatzes auf dem Fundament des ökologischen Paradigmas von Fuchs über die Lebensspanne von Kindern und Jugendlichen über Erwachsene bis hin zu älteren Menschen in der klinischen Praxis auf. In Teil V werden verschiedenen Settings, in denen TherapeutInnen arbeiten, aus systemischer, ökologisch-systemischer und enaktivistischer Sicht zur Darstellung gebracht. In Teil VI, dem Schlussstrich des Buches, geht es um die Bedeutung der psychischen Stabilität der PsychotherapeutInnen, die als ganze Menschen in der therapeutischen Arbeit gefragt sind, eigene Lebenserfahrungen und Lebenskrisen haben und von ihren PatientInnen zu Entwicklungen herausgefordert werden. Die systemische Haltung der KlientInnenkompetenz kann entlastende Wirkung auf die TherapeutInnen haben, die viel beschworene eigene Work-Life-Balance ist im Arbeitskontext von PsychotherapeutInnen nicht so leicht auszutarieren, die Sensibilität für den eigenen Körper darf nicht nur für PatientInnen gelten und die eigene Haltung zur Arbeit kann immer wieder kritisch reflektiert werden.

In den Teilen I–III findet sich ein Theorieteil, der mit Fallbeispielen aus dem praktischen Alltag von WeiterbildungskandidatInnen ergänzt wird, welche optisch abgesetzt sind, damit man sich beim Lesen und Bearbeiten rascher zurechtfindet (kurze Fallpassagen in kursiv, ausführliche Fallbeispiele sind eingerahmt). Am Ende jedes Kapitels werden die wichtigsten Gedanken als »Lesson to learn« zusammengefasst. Brauchbare Tools aus der systemischen und ökologisch-systemi-

schen und enaktivistischen Werkzeugkiste, werden jeweils in eigenen Werkzeugboxen (Toolbox am Ende von Teil I bis III) kenntlich gemacht.

Im Theorieteil wird auf eine gendersensitive Schreibweise geachtet. Da es bisher leider keine Lösung gibt, die wirklich jenseits des binären Schemas allen Bedürfnissen gerecht wird, wurde aufgrund der besseren Lesbarkeit, das Binnen-I als Möglichkeit gewählt. In den Fallbeispielen werden die Personen, entsprechend den realen Begebenheiten als Mann oder Frau kenntlich gemacht.

Zumeist wird von PatientInnen gesprochen, da dies der realen Rollenzuweisung in den Kliniken entspricht. Im systemischen Umfeld wird oft der Begriff der ClientInnen genutzt, womit die Kategorisierung von »gesund« und »krank« umgangen wird. Dieser Begriff wird ebenfalls in diesem Buch gebraucht, um Menschen im Therapieprozess zu beschreiben. Mit dem Begriff PsychotherapeutIn sind die psychologischen und die ärztlichen PsychotherapeutInnen gemeint, und das sowohl aus dem Kinder-, Jugend- und Erwachsenenbereich als auch aus dem alterspsychiatrischen Kontext.

Mit dem Begriff des/der TherapeutIn sind alle interdisziplinär arbeitenden TherapeutInnen aus dem Bereich der Ergo-, Bewegungs-, Kunst-, Mal- und Musiktherapie und der Psychotherapie im engeren Sinne gemeint, sowie die milieutherapeutisch arbeitenden Pflegefachkräfte, die in der Bezugspersonenarbeit und der Gestaltung des Stationsalltags oft wichtige therapeutische Effekte erzielen.



Der Perspektivenwechsel ist eine nützliche Intervention im systemischen und ökologisch-systemischen Arbeiten mit Menschen. Als junge Weiterbildungskandidatin wünschte ich mir immer, einmal »Mäuschen« sein zu dürfen im praktischen Therapiealltag meiner DozentInnen und Vorgesetzten. In diesem Buch möchte ich diese Idee aufgreifen. Eine kleine Klinikmaus wird uns durch dieses Buch begleiten und Einblicke gewähren, die man als Mäuschen im Therapieraum erkennen könnte. Diese Außenperspektive auf den Therapieprozess dient der Auflockerung und als zusätzliche Lerneinheit. Wem das zu verspielt scheint, ist gebeten, diese Sequenzen zu überspringen. Den LeserInnen wünsche ich kleine schmunzelnde Einblicke in die psychotherapeutische Welt.

Aus der Ökologie wissen wir, dass wir alle Teil der Natur sind, dass wir Menschen nicht »die Krönung der Schöpfung« bilden, sondern aus Teilsystemen bestehen. Wir sind abhängig von unzähligen vielen Systemen in unserer Umwelt, die uns formen und auf die wir einwirken. Durch unser Handeln, welches von unseren Fähigkeiten und Begabungen sowie von unseren Erfahrungen in der Welt geprägt wird, lösen wir in der belebten und unbelebten Umwelt Reaktionen aus, die unser

Handeln beantworten. Wir verändern die Umwelt durch unser Tun und die Beantwortung unseres Handelns verändert uns. Somit sind wir als Menschen in einem Wechselspiel des Beantwortet-Werdens mit unserer Umwelt und insbesondere mit den Menschen um uns herum. In dieses Wechselspiel sind wir mit all unseren menschlichen Ebenen einbezogen: der Körper von der subatomaren Ebene bis zu den Organen, der Leib als das subjektive Erleben des Körpers und unsere Emotionen und Kognitionen. Mit all unseren Ebenen treten wir in Beziehung mit anderen Lebewesen und der unbelebten Umwelt. Wir gestalten und werden gestaltet, entwickeln uns dabei und werden immer neu zu Entwicklungen herausgefordert. Diese sehr dynamische Einstellung zum Menschen, der sich Zeit seines Lebens entwickeln kann und muss, weicht festgeschriebene Diagnosen und Zuschreibungen von Eigenschaften auf, ohne sie abzuschaffen. Diese Haltung hilft, Menschen etwas zuzutrauen, ihre Fähigkeiten und Ressourcen zu entdecken und trotz notwendigem Realismus bei der Arbeit, die Hoffnung und den Optimismus nicht zu verlieren, dass sich Menschen wandeln können, wenn sie dazu motiviert sind. Diese Haltung macht respektvoll, im Umgang mit anderen Sichtweisen und Meinungen, im Umgang mit der Natur und den Menschen um uns herum. Möge dieses Buch durch die vielfältigen Diskussionen, die bei der Entstehung zwischen uns AutorInnen stattgefunden haben, aber auch durch die Resonanz mit Ihnen als Leserin und Leser das ökologische Paradigma in der Psychiatrie zusammen mit systemischen und ökologisch-systemischen Ansätzen integrativ vernetzen und uns als TherapeutInnen in unserer praktischen Arbeit koevolutiv voranbringen.



Hallo, ich bin Östi, eine von vielen Klinikmäusen. Es geht uns gut in diesen alten Gemäuern. Ich wohne in der Wand zwischen zwei Büroräumen, in denen sich immer wieder Menschen zum Gespräch zusammensetzen. Meist sitzt da ein/eine PsychologIn oder PsychiaterIn und jede Stunde kommen neue PatientInnen. Manchmal sind es auch Paare oder Familien, die kommen. Ganz schön spannend, dabei sein zu können. Ich habe in all den Mäuse-Jahren schon viele Therapiesitzungen gesehen, verstehe ja nicht alles, aber aktuell sind da zwei TherapeutInnen in den Büros, die systemisch und ökologisch-systemisch arbeiten. Wenn ihr möchtet, beschreibe ich euch mal aus der Mäuseperspektive, wie der Alltag in den Therapiestunden bei denen aussieht.

# Teil I Systemische Psychotherapie

Auf die Frage »Was ist eigentlich systemisch?«, antwortet Sebastian Baumann:

»Aus der Botanik wissen wir, wie Pilze untereinander und mit anderen Pflanzen unterirdisch verbunden sind und Stoffe austauschen. Das finde ich ein passendes Bild, wenn Einzelne sich mit ihren Schwierigkeiten an uns wenden. Die Momente, in denen diese (un-)günstigen Beziehungsfäden fühlbar werden, empfinde ich als wertvoll.« (Borke, 2025, S. 102)

Im ersten Teil dieses Buches werden die systemischen Ansätze dargestellt. Die historische Entwicklung und die wichtigsten Systemtheorien werden kurz beleuchtet. Schwerpunkt ist dabei die systemische Haltung, die praktische Umsetzung dieser Haltung im klinischen Alltag und Interventionen und Techniken, die mit Beispielen veranschaulicht werden und in einer Toolbox rasch auffindbar sind. Durch »Lessons to learn« werden wichtige Inhalte herausgegriffen und in ihrer Bedeutung kenntlich gemacht. Östi, die Klinikmaus, bringt die Außenperspektive und damit das »Wie« der Umsetzung dazu.



# 1 Einführung in die systemische Perspektive

Ein System ist »eine beliebige Gruppe von Elementen, die durch Beziehungen miteinander verbunden und durch Grenzen von ihren Umwelten abgrenzbar sind« (von Schlippe & Schweizer, 2016, S. 31). »Erst ein systemischer Blick einer BeobachterIn lässt ein System entstehen« (ebd.). Dies bedingt eine erkenntnistheoretische Sichtweise zum Beispiel mit der Frage: »Was ist erkennbar?« und keinen ontologischen Blick mit Fragen nach den Fakten wie: »Was ist dort wirklich?«. Es werden nichtlebende und lebende Systeme unterschieden, wobei für lebende Systeme gilt: »Alles verändert sich, es sei denn, irgendwer oder irgendwas sorgt dafür, dass es bleibt, wie es ist« (von Schlippe & Schweizer, 2016, S.91). Das lebende System einer Zelle sorgt zum Beispiel dafür, dass es, trotz aller Umwelteinflüsse, in sich soweit möglich bleibt, wie es ist. In systemischen Richtungen, wie im Mailänder Modell (Selvini, 2008), war von Beginn an wichtig, dass »das System«, um das es in der Therapie geht, primär das Informations- und Kommunikationssystem zwischen den Menschen ist, nicht der Mensch und seine Entwicklung (von Schlippe & Schweizer, 2016, S. 51). Dabei lag das Hauptaugenmerk auf Bedeutungen, Regeln und der Beobachtung, wie das System über ein Problem spricht. Familien und Beziehungen sind in erster Linie Kommunikationssysteme. Mittlerweile werden verschiedene Interaktionsprozesse in den Blick genommen, nicht nur die beobachtbare Kommunikation.

»Systemische Therapie lässt sich definieren als ein psychotherapeutisches Verfahren, dessen Fokus auf dem sozialen Kontext psychischer Störungen liegt. Dabei werden zusätzlich zu einem oder mehreren Patienten (»Indexpatienten«) weitere Mitglieder des für den Patienten bedeutsamen sozialen Systems (direkt oder indirekt (Anmerkung der Verfasserin)) einbezogen« (von Sydow, 2015, S. 24).

Die Therapie fokussiert auf Interaktionen zwischen Mitgliedern der Familie oder des Systems und deren weiterer sozialer Umgebung. Die systemische Therapie betrachtet wechselseitige intrapsychische und biologisch-somatische Prozesse sowie interpersonelle Zusammenhänge von Individuen und Gruppen als wesentliche Aspekte von Systemen.

Im Folgenden wird in ► Kap. 1.1 zunächst die geschichtliche Entwicklung der systemischen Schulen kurz skizziert. Ausführlicher hierzu das Buch von Kirsten von Sydow »Systemische Therapie« (von Sydow, 2015). In ► Kap. 1.2 werden dann die theoretischen Grundlagen der systemischen Arbeitsweisen kurz zusammengefasst. Wer sich hier mehr vertiefen möchte, kann dies in dem Buch von Ulrike Borst »Systemische Therapie« in der Reihe »Handwerk der Psychotherapie«, Band 1, tun (Borst, 2013). In den folgenden ► Kap 1.3 bis ► Kap. 1.9 geht es um die klinische

Umsetzung und speziell um das systemische Krankheitsverständnis (► Kap.1.5). Hier sei insbesondere auf das ► Kap. 1.3 in Verbindung zum ► Kap. 1.7 verwiesen. In Kapitel 1.3 sind die besonderen Kompetenzen und Fertigkeiten aufgelistet, die es im systemischen Arbeiten braucht. In Kapitel 1.7 werden diese Kompetenzen auf ihre Tauglichkeit im stationären und ambulanten Arbeiten der Akutpsychiatrie hin untersucht.

## 1.1 Historischer Abriss der Entwicklung systemischer Therapieverfahren

In den fünfziger bis siebziger Jahren des letzten Jahrhunderts wurde die Ursache der Krankheit eines Kindes im Verhalten der Eltern gesehen (zum Beispiel der heute überholte Begriff der »schizophrenogenen Mutter«, der auf Frieda Fromm Reichmann zurückgeführt wird, eine Psychoanalytikerin, die ursächliche Wirkungen im Familiensystem sah). Die Eltern standen als die eigentlichen Kranken im Zentrum der damaligen Familientherapie, die häufig psychoanalytisch orientiert war.

Durch die Integration von systemtheoretischen und kommunikationswissenschaftlichen Theorien entwickelten sich systemische Ansätze, die versuchten, Einfluss auf die Kommunikationsmuster in Familien zu nehmen.

»Die Störung eines Familienmitgliedes wird nicht primär als individuelles Problem, sondern als Symptom dysfunktionaler familiärer Interaktionen aufgefasst.« (von Sydow, 2015, S. 11)

Gründerpersönlichkeiten mit unterschiedlichen psychotherapeutischen Hintergründen haben die Entwicklung der systemischen Therapie beeinflusst. Primär arbeiteten die Gründerväter und Gründermütter mit Paaren und Familien und nutzten dabei unterschiedliche Perspektiven und Ansätze (Unterteilung geht auf von Sydow, 2015 und von Sydow et al., 2007 zurück und wird hier erweitert).

### 1.1.1 Die strukturell-strategische Perspektive:

Demnach wird ein Symptom, zum Beispiel Störungen im Essverhalten, als Ausdruck dysfunktionaler, nicht mehr Entwicklungsgerechter familiärer Strukturen verstanden. Durch gezielte Interventionen wird versucht, die Struktur der Familie zu korrigieren (Sydow, 2015). In der strategischen Familientherapie (Haley, 1977) werden die Widerstände der Eltern durch Techniken wie positives Umdeuten von Symptomen oder paradoxe Interventionen (vgl. Toolbox ► Kap. 1.8.8), elegant umgangen. Es werden einfache Lösungen für vertrackte Probleme gesucht. *Zum Beispiel wird die Fortsetzung der Symptome verschrieben. Mutter und Tochter, die wegen Problemen miteinander in Behandlung kommen, würde zum Beispiel zunächst empfohlen,*