

Inhalt

Einführung:

Warum ein Praxisbuch Systemische Therapie?	11
---------------------------------------------------------	----

1 Wie lernt man Psychotherapie?	19
----------------------------------------------	----

2 Ist Psychotherapie Krankenbehandlung?	23
------------------------------------------------------	----

2.1 Die Klassifikation psychischer Störungen	28
----------------------------------------------------	----

3 Wie wirkt Psychotherapie? Welchen Stellenwert haben die theoretischen Grundannahmen einer Psychotherapieschule?	33
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

3.1 Unspezifische und allgemeine Wirkfaktoren	36
-----------------------------------------------------	----

4 Was macht Systemische Therapie aus?	41
----------------------------------------------------	----

4.1 Erkenntniskritische Haltung und Multiperspektivität	41
---------------------------------------------------------------	----

4.2 Fokus Veränderung – Zukunft – Ressourcen – Lösungen und Veränderungsoptimismus: »Sie können sich jederzeit ändern, aber Sie sind nicht dazu verpflichtet«	46
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----

4.3 Selbstorganisation und Wechselwirkungsrealität	50
----------------------------------------------------------	----

4.4 Skepsis gegenüber kausalen Erklärungen	56
--------------------------------------------------	----

5	Welche Konzeptualisierung des Mentalen passt zu Systemischer Therapie?	64
5.1	Eine systemtheoretische Konzeptualisierung psychischer Prozesse	65
5.2	Die hypnosystemische Konzeptualisierung psychischer Prozesse	66
5.3	Die synergetische Perspektive	67
5.4	»Persönlichkeit« unter neurobiologischer Perspektive	69
5.5	Die Konzeptualisierung des Unbewussten	72
6	Wie erklären sich Systemische TherapeutInnen die Entstehung psychischer Störungen?	77
6.1	Krankheit ohne Grund	79
6.2	»Belastungsabhängige psychische Störungen«	81
6.3	Die Bedeutung früher Erfahrungen	82
6.4	Traumatisierung	88
6.5	Der gesellschaftliche Kontext psychischer Störungen	90
7	Das Wirkverständnis Systemischer Therapie bei klinisch relevanten psychischen Störungen	94
8	Systemische Konzepte in der stationären Psychiatrie	98
9	Systemische Therapie im Kontext psychiatrischer Störungen – Diagnostische Kompetenz und Auftragsorientierung – das Erstgespräch	103
10	Prozesssteuerung zwischen ärztlicher und therapeutischer Identität (5 Fallvignetten)	119
10.1	Psychotherapie ohne Medikation	120
10.2	Initiale psychiatrische Behandlung mit nachfolgender Einzeltherapie	121

10.3 Fortführung einer etablierten psychopharmakologischen Behandlung in Kombination mit Einzel- und Paartherapie	124
10.4 Fachärztliche Diagnostik und kombinierte Einzel- und Familientherapie	128
10.5 Stützende psychopharmakologisch-psychotherapeutische Behandlung einer Borderline-Patientin	131
11 »Systemisches Gesprächsverhalten« in klinischen Kontexten: Ressourcenorientierung	135
12 »Systemisches Gesprächsverhalten«: Fragen als Intervention	148
12.1 Zirkuläre Fragen zur Wirklichkeits- und Möglichkeitskonstruktion	152
12.2 Lineale Fragen zur Wirklichkeitskonstruktion	154
12.3 Fragen zur Möglichkeitskonstruktion	163
12.4 Reflexive Fragen zur therapeutischen Beziehung	168
12.5 Abschließende Überlegungen	169
13 Visualisierende Verfahren	171
13.1 Genogramm	171
13.2 Familienbrett	179
13.3 Zeitstrahl	182
13.4 Idiografische Systemmodellierung	185
14 Aufgaben und Rituale	187
14.1 Beobachtungsaufgaben	188
14.2 Vorhersageaufgaben	190
14.3 Reflexionsaufgaben	191
14.4 Verhaltensaufgaben	193
14.5 Rituale	199
14.6 Abschließende Überlegungen	203

15 Narrative Techniken, Externalisierung	204
15.1 Re-Authoring	205
15.2 Externalisierung	210
15.3 Briefe, Urkunden und Deklarationen	213
16 Teilarbeit	217
17 Einsatz von Bodenankern	226
18 Hypnosystemische Perspektive	233
18.1 Hypnosystemische Teilarbeit und positive Externalisierung	235
18.2 Hypnosystemische Ziellarbeit – Induktion des Zielerlebens	238
18.3 Problemlösungsgymnastik	243
18.4 Geleitete Imaginationen und Nutzung von Trancephänomenen	246
18.5 Hypnosystemische Nutzung von Metaphern und Utilisieren	250
19 Emotionsbasierte systemische Interventionen	254
19.1 Förderung der Emotionswahrnehmung	255
19.2 Affektklärung	258
19.3 Förderung der Emotionsregulation	262
19.4 Emotionen transformieren	266
20 Fallverständnis	270
20.1 Der Stellenwert störungsspezifischen Vorgehens	270
20.2 Das typische diagnostische Selbstverständnis Systemischer Therapie	273
20.3 Erweiterungen des »Diagnostizierens« in der Systemischen Therapie	275
20.4 Dimensionen der Fallkonzeption	280

21 Wirkverständnis und Prozesssteuerung	282
21.1 Settingentscheidungen	282
21.2 Inhaltlicher Fokus und »Problemformatierung«	284
21.3 Einsatz spezifischer Interventionen	287
22 Die therapeutische Beziehung	291
22.1 Die therapeutische Beziehung zwischen Verstörung und Empathie	291
22.2 Warum die Systemische Therapie auf die Begriffe Übertragung und Gegenübertragung verzichtet	294
22.3 Warum die Systemische Therapie auf die Konzeptualisierung von Widerstand verzichtet	297
22.4 Ein systemischer Umgang mit Schwierigkeiten in der therapeutischen Beziehung	299
22.5 Der Umgang mit »verleugneten« problematischen Erlebnis- und Verhaltensweisen	302
23 Abschließende Überlegungen und Dank	307
Literatur	310