

# Inhalt

## **Einführung:**

<b>Warum ein Praxisbuch Systemische Therapie?</b> .....	11
---	----

<b>1 Wie lernt man Psychotherapie?</b> .....	19
--	----

<b>2 Ist Psychotherapie Krankenbehandlung?</b> .....	23
--	----

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

<b>3 Wie wirkt Psychotherapie? Welchen Stellenwert haben die theoretischen Grundannahmen einer Psychotherapieschule?</b> .....	33
--	----

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

<b>4 Was macht Systemische Therapie aus?</b> .....	41
--	----

4.1 Erkenntnikritische 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
--	----

<b>5 Welche Konzeptualisierung des Mentalen passt zu Systemischer Therapie?</b> .....	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
<b>6 Wie erklären sich Systemische TherapeutInnen die Entstehung psychischer Störungen?</b> .....	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
<b>7 Das Wirkverständnis Systemischer Therapie bei klinisch relevanten psychischen Störungen</b> .....	94
<b>8 Systemische Konzepte in der stationären Psychiatrie</b> ...	98
<b>9 Systemische Therapie im Kontext psychiatrischer Störungen – Diagnostische Kompetenz und Auftragsorientierung – das Erstgespräch</b> .....	103
<b>10 Prozesssteuerung zwischen ärztlicher und therapeutischer Identität (5 Fallvignetten)</b> .....	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
<b>11 »Systemisches Gesprächsverhalten« in klinischen Kontexten: Ressourcenorientierung .....</b>	<b>135</b>
<b>12 »Systemisches Gesprächsverhalten«: Fragen als Intervention .....</b>	<b>148</b>
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
<b>13 Visualisierende Verfahren .....</b>	<b>171</b>
13.1 Genogramm .....	171
13.2 Familienbrett .....	179
13.3 Zeitstrahl .....	182
13.4 Idiografische Systemmodellierung .....	185
<b>14 Aufgaben und Rituale .....</b>	<b>187</b>
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

<b>15 Narrative Techniken, Externalisierung .....</b>	204
15.1 Re-Authoring .....	205
15.2 Externalisierung .....	210
15.3 Briefe, Urkunden und Deklarationen .....	213
<b>16 Teilearbeit .....</b>	217
<b>17 Einsatz von Bodenankern .....</b>	226
<b>18 Hypnosystemische Perspektive .....</b>	233
18.1 Hypnosystemische Teilearbeit und positive Externalisierung .....	235
18.2 Hypnosystemische Zielerarbeit – 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
<b>19 Emotionsbasierte systemische Interventionen .....</b>	254
19.1 Förderung der Emotionswahrnehmung .....	255
19.2 Affektklärung .....	258
19.3 Förderung der Emotionsregulation .....	262
19.4 Emotionen transformieren .....	266
<b>20 Fallverständnis .....</b>	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

<b>21 Wirkverständnis und Prozesssteuerung .....</b>	282
21.1 Settingentscheidungen .....	282
21.2 Inhaltlicher Fokus und »Problemformatierung« .....	284
21.3 Einsatz spezifischer Interventionen .....	287
<b>22 Die therapeutische Beziehung .....</b>	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
<b>23 Abschließende Überlegungen und Dank .....</b>	307
<b>Literatur .....</b>	310