

Systemische Praxis lernen

Günter Schiepek

Zusammenfassung

Insoweit sich systemische Therapie und Beratung auf das Theoriespektrum komplexer selbstorganisierender Systeme bezieht, ist daraus ein umfassendes Praxiskonzept entstanden. Zentrale Elemente dieses Konzepts sind einerseits eine systemische Fallkonzeption, bestehend aus einer Erfassung von individuellen und interpersonellen Ressourcen sowie der idiographischen Systemmodellierung, und andererseits ein kontinuierliches Monitoring des Therapie- bzw. Beratungsprozesses. Dieses Monitoring erlaubt die Analyse und Darstellung der systemischen Eigenschaften (z. B. Musterveränderungen) eines persönlichen Entwicklungsprozesses mit einer auf den Einzelfall zugeschnittenen Erfassungsmethodik. Damit ist es die Grundlage von Prozessreflexion und Prozesssteuerung. Dieser Beitrag stellt das praktische Vorgehen dar, insbesondere unter dem Gesichtspunkt der didaktischen Vermittlung in der systemischen Aus- und Weiterbildung.

Schlüsselwörter: Ressourcenerfassung, idiographische Systemmodellierung, systemische Fallkonzeption, Therapiemonitoring, Synergetisches Navigationssystem, Systemkompetenz

Abstract

Learning Systemic Practice

Systemic psychotherapy and counseling are based on theoretical concepts explaining the functioning of complex systems, nonlinear dynamics, and self-organization. Given this background, an integrative concept of practice has been developed, covering the assessment of individual and interpersonal resources, a systemic case formulation by idiographic systems modelling, and a continuous internet-based monitoring. The high-frequency monitoring allows for the assessment, analysis, and graphical portraying of the systemic features realized in individual change process. The items and variables of the assessment are tailor-made fitted to the individual case. The data-based feedback is reflected by client and therapist and by this auto-controls the change dynamics in an auto-catalytic way, supports mentalisation processes of the client, and evaluates the therapy. Here the practical components of the integrative approach are presented.

Keywords: Integrative systemic practice, assessment of resources, idiographic systems modelling, therapy monitoring and feedback, Synergetic Navigation System, systems competence

Hintergrund

Therapie dient unter anderem dazu, persönliche Möglichkeitsräume zu erweitern, Lebensprojekte zu entwerfen, zu konkretisieren und zu realisieren oder Probleme zu lösen. Wir orientieren uns hierbei an einer systemischen Konzeption von Psychotherapie als schulenübergreifendes Scientist-Practitioner Modell (Haken & Schiepek 2006; Schiepek et al. 2013, 2015). Therapie bedeutet die Förderung von Selbstorganisationsprozessen in komplexen bio-psycho-sozialen Systemen, was Kompetenzen im Verständnis, in der Modellierung und im Umgang mit komplexen Systemen voraussetzt (*Systemkompetenz*).

Die KlientInnen entwerfen ein persönliches Entwicklungsprojekt, bei dessen Umsetzung Therapie eine Unterstützungs- und Begleitungsfunktion übernimmt

Das praktische Vorgehen impliziert neben der Klärung von Anliegen und Auftrag die Erfassung von persönlichen Ressourcen und die Analyse oder Modellierung des psycho-sozialen Systems, auf welches sich der Selbstorganisationsprozess des Klienten/der Klientin beziehen soll. Aus beidem, Ressourceninterview und Systemmodellierung, ergeben sich konkrete Ziele und Ansatzpunkte für den Veränderungsprozess. Der Klient/die Klientin entwirft ein *persönliches Entwicklungsprojekt*, bei dessen Umsetzung Therapie eine Unterstützungs- und Begleitungsfunktion übernimmt. Der Veränderungsprozess wird kontinuierlich mit Hilfe eines internetbasierten Prozessmonitorings erfasst, welches für Klient/-in und Therapeut/-in ein datenbasiertes Feedback liefert. Hierfür wurde das Synergetische Navigationssystem (SNS) entwickelt. Die Prozessdaten validieren das Systemmodell, machen Veränderung (z. B. Ordnungsübergänge) sichtbar und weisen auf kritische Instabilitäten hin. Zugleich bietet das Prozessmonitoring eine Evaluation des Therapieprozesses und liefert die empirische Basis für eine praxisnahe Prozess-Outcome-Forschung (practice-based evidence).

All das lernt man am besten durch praktisches Tun. Die Wissensgrundlagen erwirbt man sich durch Lesen und durch verständliche Erklärungen, z. B. im Rahmen von Workshops und durch Lernen am Modell (wie macht man ein Ressourceninterview, eine Systemmodellierung oder ein SNS-basiertes Feedback- und Beratungsgespräch). Bald aber wird man es selbst ausprobieren, in einer fehlerfreundlichen und konstruktiven Atmosphäre. Basiskompetenzen in Gesprächsführung sind dabei hilfreich. Die Gespräche sollten unter kompetenter Supervision stattfinden, wobei zunächst direkte Live-Supervisionen empfehlenswert sind und später Videoaufzeichnungen aus der Praxis des/der Lernenden genutzt werden, um Anregungen und praxisorientiertes Feedback zu geben.

Das Ressourceninterview

Zu Beginn des Interviews wird dem Klienten/der Klientin zunächst erläutert, was mit dem Begriff „Ressource“ gemeint ist. Einige Beispiele verdeutlichen, dass es sich um sehr Verschiedenartiges handeln kann: eigene Kompetenzen und Fähigkeiten, Bezugspersonen, soziale Bezüge und Zugehörigkeiten, materielle Ressourcen, Ideelles wie Ideen, Visionen, Erinnerungen, Spiritualität und Religiosität usw. Dann wird nach den aktuellen Herausforderungen oder Lebensplänen gefragt, zu deren Meisterung oder Realisierung die Ressourcen eingesetzt werden sollen.

Im Anschluss soll der Klient/die Klientin ihre Ressourcen benennen und vor allem jeweils durch ein oder mehrere Beispiele konkretisieren und beschreiben. Ziel ist dabei die Induktion eines kognitiv-emotionalen Ressourcenzustandes bzw. einer „Ressourcen-“ oder „Lösungstrance“. Meistens triggert die anschauliche Beschreibung der Beispielszenarien Assoziationen zu weiteren Ressourcen. Die Interviewerin/der Interviewer ermutigt die Klientin/den Klienten, weitere Ressourcen aufzuspüren und zu benennen, wobei erfahrungsgemäß 10 bis 20 genannt werden, auch von stark „depressiven“ Personen.

All das lernt man am besten durch praktisches Tun

Ziel ist die Induktion eines kognitiv-emotionalen Ressourcenzustandes bzw. einer „Ressourcen-“ oder „Lösungstrance“

Ressource	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	R
Familie										Z	AP	9
Schwester									Z		AP	8
Zuhören können					Z	A	P					9
Bereitschaft zu verstehen					Z	AP						10
Kommunikationsfähigkeit							Z	P	A			10
Schnelle Auffassungsgabe					Z				AP			5
Materielle Sicherheit					AP						Z	9
Konsequenz				AP					Z			7
Revolutionärer Geist								AZ			P	6
Lernbereitschaft									APZ			10
Sich abgrenzen können				P	A				Z			8

Abbildung 1: Von einer Klientin bei einem Ressourceninterview ausgefülltes Ressourcenblatt. Die Buchstaben stehen für die Ausprägung der jeweiligen Ressource in den letzten drei Monaten (A), das Potenzial der Ressource (im Sinne des bisher maximal erreichten Wertes von A) (P) und das Ziel für die Entwicklung der Ressource nach Ende der Therapie oder Beratung (Z). Sie werden in das zutreffende Kästchen eingetragen. In die Spalte R (für Relevanz) wird eine Zahl von 0 bis 10 eingetragen.

Die Ressourcen werden von der Klientin/dem Klienten in ein leeres Formblatt eingetragen und anschließend nach vier Gesichtspunkten auf einer Skala von 0 bis 10 eingeschätzt: Ausprägung (A), Potenzial (maximale bisherige Ausprägung oder latente, aber ungenutzte Verfügbarkeit) (P), Ziel (wohin soll sich die Ressource nach einer bestimmten Zeit, z. B. am Ende der Therapie, entwickeln?) (Z) und Relevanz (Abb. 1). Man beachte, dass das Ziel (Z) für die zukünftige Ausprägung einer Ressource unter der momentanen Ausprägung (A) liegen kann, wenn eine bestimmte Ressourcennutzung (meist zugunsten von einer oder mehreren anderen) abgebaut werden soll. Details des Vorgehens sind in Schiepek und Cremers (2003) beschrieben,

ebenso die konvergente und divergente Validität des Interviews mit verschiedenen klinischen Maßen (Beispiele finden sich in Matschi & Schiepek 2015; Schiepek & Matschi 2013; Schiepek et al. 2013).

Das Ressourceninterview dient dem Beziehungsaufbau, der Verdeutlichung von verfügbaren oder wünschenswerten Ressourcen, der Induktion eines mentalen und physischen Ressourcenzustandes und der Konstruktion von positiven Zielen (Zielprofil im Formblatt). Ressourcen (ihre Nutzung oder Verfügbarkeit) können auch als Items in einen individuellen Prozessfragebogen eingehen und für das kontinuierliche Prozessmonitoring genutzt werden.

Idiographische Systemmodellierung

Über das Ressourceninterview hinaus wird das Problemsystem modelliert, welches dann auch das Gesamtsystem verdeutlicht, auf das sich der Veränderungsprozess des Klienten/der Klientin bezieht. Das Modell umreißt das psycho-soziale System, indem sich die Selbstorganisationsdynamik des Klienten/der Klientin entfaltet. Es erweist sich als besonders nützlich, wenn ein Wunsch nach einem Verständnis des Problemszenarios besteht (Klärungsperspektive nach Grawe 1995), wenn systemisches (rekursiv-vernetztes) Denken gelernt werden soll (Dörner 1989; Dörner et al. 1999) und wenn Möglichkeitsräume erweitert und verschiedenartige, sich ergänzende Ansatzpunkte für Veränderung identifiziert werden sollen.

Das Vorgehen der Systemmodellierung (Schiepek 1986) besteht in der Regel darin, sich zunächst das Problemszenario der letzten Wochen und Monate erzählen zu lassen. Dabei kann man zum besseren Verständnis vertiefend nachfragen und auch Problemlöseversuche, Copingstrategien, Ausnahmen von Problemen und konstruktive Umgangsformen mit diesen thematisieren. Während der Erzählung macht sich der Therapeut/die Therapeutin Notizen zu den Aspekten, Teilprozessen oder Begriffen, die dann als Komponenten des Modells verwendet werden. Danach gehen Klient/-in und Therapeut/-in die notierten Begriffe noch einmal durch und rekapitulieren oder modifizieren deren Bedeutung. Ein präzises gemeinsames Begriffsverständnis ist wichtig, ebenso die Wortwahl, welche für den/die Klienten/-in wirklich zutreffend erscheinen muss. Als

Ein präzises gemeinsames Begriffsverständnis ist wichtig, ebenso die Wortwahl, welche für den/die Klienten/-in wirklich zutreffend erscheinen muss

begriffliche Komponenten eines Systemmodells kommen „Variablen“ in Frage, also Größen, deren Ausprägung sich in der Zeit (z. B. innerhalb von Stunden, Tagen oder Wochen) ändern kann. Nicht dagegen eignen sich Einzelpersonen („Franz“, „Maria“) oder Einzelereignisse. Möglich sind jedoch Variablen, welche die Beziehung zu Personen ausdrücken (z. B. die erlebte Nähe zu Maria oder die Intensität der Konflikte mit Franz) oder die erlebte Intensität der Erinnerung an ein bestimmtes Ereignis. Die Variablen bezeichnen intraindividuelle oder interpersonelle Aspekte eines umfassenderen Systems, z. B. Kognitionen, Emotionen, Motive, Verhaltensweisen und Ähnliches. Sie werden in Form von theoretischen Konstrukten der Psychologie oder aber in der Alltagssprache benannt.

Nach der Sammlung der Systemkomponenten stellt man sich gemeinsam an eine Flipchart und versucht die Wirkungen der einzelnen Komponenten des Modells aufeinander graphisch

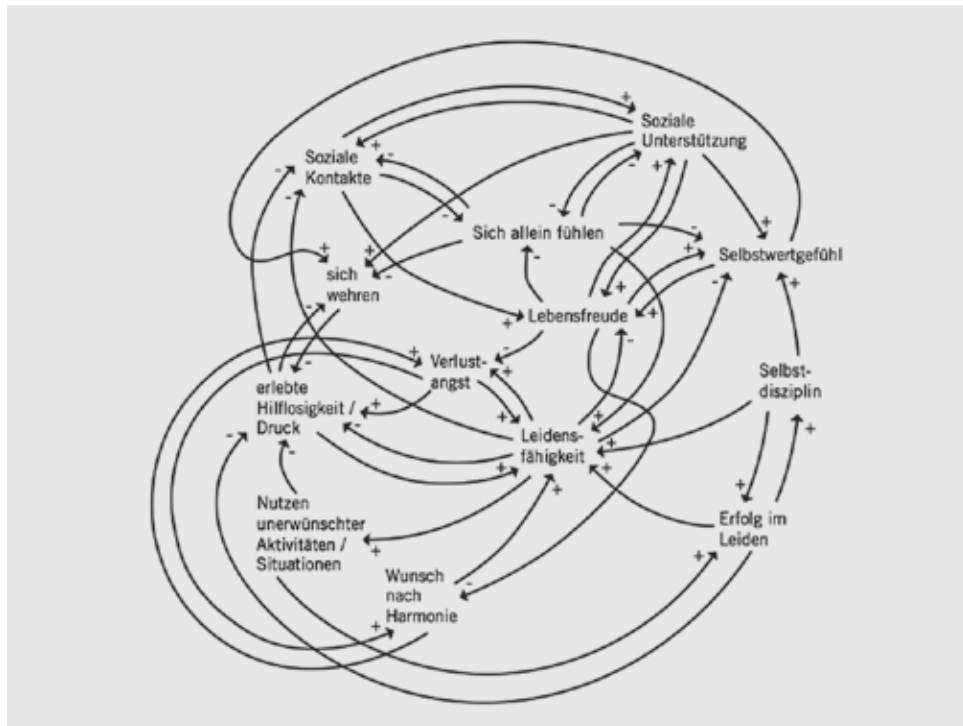


Abbildung 2: Beispiel für ein idiographisches Systemmodell

darzustellen. Diese Wirkungen werden in Form von Pfeilen dargestellt, welche im einfachsten Fall durch + oder – qualifiziert sind. + bedeutet eine gleichgerichtete Relation (z. B. „Je mehr Lebensfreude, umso ausgeprägter das Selbstwertgefühl“ oder umgekehrt „Je geringer die Lebensfreude, umso schlechter das Selbstwertgefühl“; für ein Beispiel s. Abb. 2). – bedeutet eine gegengerichtete Relation (z. B. „Je mehr es ihr gelingt, einen Nutzen in unerwünschten Aktivitäten zu erkennen, umso besser kann sie damit Gefühle von Hilflosigkeit und Druck abbauen“ oder umgekehrt „Je weniger es ihr gelingt, einen Nutzen in unerwünschten Aktivitäten zu erkennen, umso stärker spürt sie Hilflosigkeit und Druck“; „Geringe Leistung erhöht Schuldgefühle“ oder umgekehrt „Hohe Leistung reduziert Schuldgefühle“) (Abb. 2).

Möglich sind direkte Wechselwirkungen (z. B. „Lebensfreude“ und „Selbstwertgefühl“ oder „Erfolg im Leiden“ und „Selbstdisziplin“ aktivieren und triggern sich gegenseitig; Abb. 2), Schleifen, die mehrere Komponenten einbinden (z. B. die „Lebensfreude“ könnte [etwa über eine positivere Ausstrahlung] dazu führen, dass die erfahrene „soziale Unterstützung“ mehr „soziale Kontakte“ möglich macht und wiederum die „Lebensfreude“ steigert; oder: „Leidensfähigkeit“ reduziert die „Lebensfreude“, was verstärkt dazu führt, „sich allein zu fühlen“; je mehr sich die Klientin allein fühlt, umso weniger gelingt es ihr „sich zu wehren“, d. h. Ansprüche von sich fern zu halten, die ihr nicht gut tun, womit „Druck“ und „erlebte Hilflosigkeit“ zunehmen und sie schließlich wieder ihre „Leidensfähigkeit“ steigern muss, um zu (über)leben; Abb. 2), oder Rekursionen einer Variable auf sich selbst (autokatalytische Effekte). Mit zunehmender Vernetzung der Komponenten werden Zusammenhänge deutlich, die vorher nicht gesehen wurden oder zwischen denen nur einseitige (lineale) Ursache-Wirkungs-Relationen denkbar waren (nach dem Motto: „x ist schuld an y“).

Mit zunehmender Vernetzung der Komponenten werden Zusammenhänge deutlich

Im Anschluss an die Entwicklung eines Systemmodells (was durchaus 2-3 Stunden in Anspruch nehmen kann) wird man einzelne Zusammenhänge und Rekursionsschleifen noch einmal detailliert durchgehen, um die Dynamik und Rückkopplung in entsprechenden Teilsystemen zu verdeutlichen. Auch können darauf aufbauend Lösungsszenarien durchgespielt und Ansatzpunkte für die Veränderung herausgearbeitet werden. Auch wird der Klient/die Klientin aus den Variablen des Sys-

Die Beratungsgespräche beziehen sich immer wieder auf den am Bildschirm visualisierbaren Prozess

temmodells Items eines individuellen Fragebogens formulieren, der ihm/ihr dann für regelmäßige (tägliche) Selbsteinschätzungen begleitend und motivierend zur Verfügung steht. Die Erstellung des Fragebogens erfolgt über den Fragebogeneditor des SNS. Der Fortgang des persönlichen Entwicklungsprojekts lässt sich damit direkt an den Zeitreihen der Variablen des Systemmodells, d. h. an der Dynamik der Items des persönlichen Fragebogens ablesen. Die Beratungsgespräche werden sich in der Folge immer wieder auf diesen am Bildschirm visualisierbaren Prozess beziehen. Wir etablieren in der systemischen Therapie also einen rekursiven Prozess aus (1) Modellkonstruktion (idiographische Systemmodellierung) und Entwicklung eines darauf bezogenen persönlichen Fragebogens, (2) Prozessmonitoring und (3) Prozessreflexion bzw. -feedback (Abb. 3).

Das Verfahren der Systemmodellierung wird wohl am besten erlernt, wenn man einige Beispiele liest (z. B. aufbereitet als Fensterbilderbücher, z. B. Schiepek et al. 1998), einige Male zu-

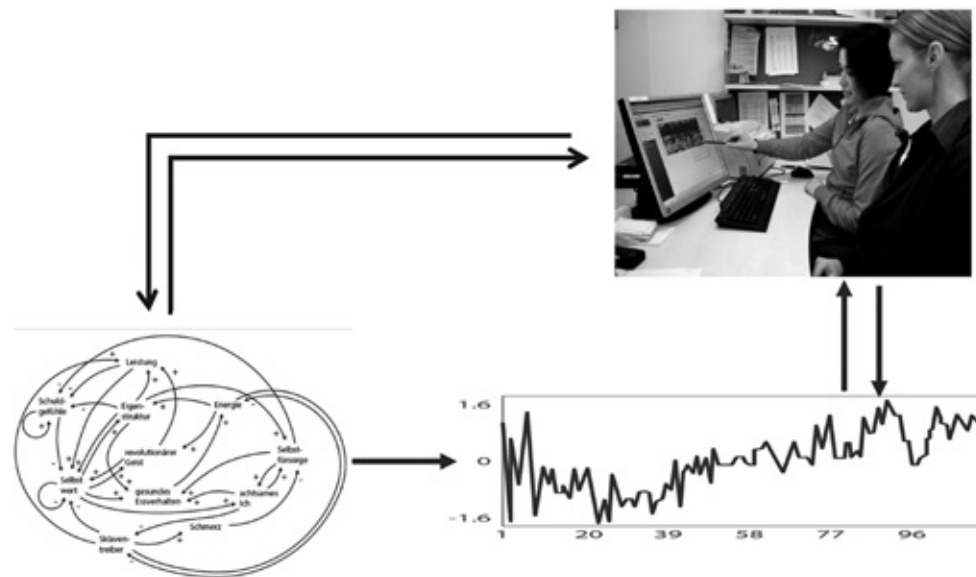


Abbildung 3: Systemische Therapie als rekursiver Prozess aus idiographischer Systemmodellierung, Prozessmonitoring und SNS-basiertem Prozessfeedback

schauf und dann übt (zunächst unter Supervision). Es braucht einige Übungsdurchläufe mit Kollegen/-innen in der Peer-Group, bevor man sich an die Arbeit mit Klienten/-innen herantrauen wird.

Das Synergetische Navigationssystem (SNS)

Beim Synergetischen Navigationssystem (SNS) handelt es sich um ein internet-basiertes *generisches* System, das die Implementierung verschiedenster Fragebögen, Rating- und Beobachtungssysteme erlaubt. Die Dateneingabe erfolgt mit internetfähigen Geräten wie PCs, Notebooks, Tablets oder Smartphones. Damit ist eine maximale räumliche und zeitliche Flexibilität für die Dateneingabe im Feld und auch für die Einsichtnahme in die Analyseergebnisse möglich (*ubiquitous computing*). Datenschutz und Datensicherheit sind gewährleistet (die Sicherheitstechnologie entspricht der des online-banking; verwendet werden https-pages und auch anonymisierte Benutzernamen und Passwörter).

Neben einem Verwaltungsmodus (u. a. Anlegen von Klienten/-innen, Übersicht über aktuelle User sowie Archiv für abgeschlossene Fälle, Vergabe von Rechten, Zuweisung von Fragebögen zu Klienten/-innen) kann eine Auswahl von Prozess- und Outcomefragebögen vorgenommen werden. Für die Prozesserfassung mit täglicher Dateneingabe steht im Bereich der Psychotherapie der Therapie-Prozessbogen (TPB) in verschiedenen Varianten zur Verfügung. Mit Hilfe eines *Fragebogeneditors* können auch individuelle Fragebögen für die Prozesserfassung angelegt werden. Dazu sind die Items zu formulieren, die Art und Ausprägung der Antwortskalen festzulegen und zu beschriften (z. B. Likert-Skalen, visuelle Analogskalen) sowie die Zugehörigkeit der Items zu Subskalen zu definieren. Damit lassen sich auf einzelne Klienten/-innen, Gruppen oder Teams zugeschnittene spezifische Inhalte erfassen (z. B. Therapieziele, Konfliktthemen, Ressourcen).

Erforderlich ist, die Zeitschedulierung der verschiedenen Fragebögen festzulegen, d. h. wann die einzelnen Messungen erfolgen sollen. Möglich sind eine einmalige Vorgabe, Vorher-Nachher-Messungen, regelmäßige Vorgaben („time sampling“) in fast beliebigen Taktungen sowie eine Vorlage von Fragebögen ohne Zeittaktung (d. h., unmittelbar nach dem Ausfüllen

Die Dateneingabe erfolgt mit internetfähigen Geräten

Mit Hilfe eines Fragebogeneditors können individuelle Fragebögen für die Prozesserfassung angelegt werden

steht der Fragebogen sofort wieder zur Verfügung; „event sampling“).

Die Vorlage der Items erfolgt üblicherweise randomisiert, wobei die Randomisierung auch abgeschaltet werden kann. Nach dem Ausfüllen der Skalen steht ein Kommentarfeld, z. B. zum Schreiben von Therapietagebüchern oder Kommentaren, zur Verfügung. Fragebögen, die innerhalb eines gewählten Zeitfensters nicht ausgefüllt wurden, können in einer definierbaren Zeitspanne nachgetragen werden. Erfolgt kein Eintrag (missing data), so wird der fehlende Wert einer Zeitreihe automatisch ergänzt und farblich markiert.

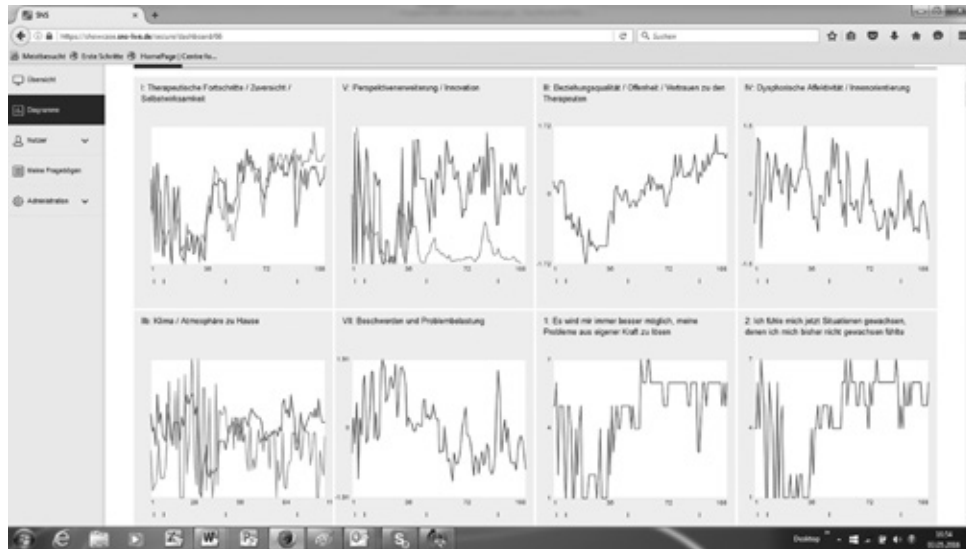


Abbildung 4: Zeitreihen bilden im SNS den therapeutischen Prozess ab.

Die Ergebnisse der Prozessfragebögen werden in Form von Zeitreihen dargestellt

Die Ergebnisse der Prozessfragebögen werden in Form von Zeitreihen (Graphen) dargestellt (für ein Beispiel s. Abb. 4), wobei zwischen unterschiedlichen Größen und Anordnungen der Diagrammfelder gewählt werden kann. Die Diagrammfelder sind unabhängig voneinander konfigurierbar, so dass entweder mehrere oder alle Itemverläufe eines Klienten/einer Klientin oder aber z. B. ein bestimmtes Item in seinem Verlauf bei unterschiedlichen KlientInnen dargestellt werden können. Die

ausgewählte Itemkonfiguration kann gespeichert werden. Wird die Konfiguration zu einem späteren Zeitpunkt wieder aufgerufen, so lädt und zeigt sie automatisch den aktuellen Stand der Entwicklung. Bewegt man den Cursor über den Graphen einer Zeitreihe, so ist pro Messzeitpunkt der Messwert, das Ausfülldatum und der Tagebucheintrag abzulesen (Letzterer kann auch unsichtbar gemacht werden).

Über z-Transformationen und Mittelungen können die Zeitreihen der Subskalen (Faktoren) eines Fragebogens berechnet und visualisiert werden. In einem Diagramm können in unterschiedlichen Farben mehrere Zeitreihen übereinander gelegt werden, wobei auch die Zeitreihen von Analyseergebnissen ausgewählt werden können. Da sowohl die Rohwerte der Zeitreihen (z. B. 7-stufige oder 100-stufige Auflösung) als auch die Verläufe der Faktoren als auch die Analyseergebnisse (z. B. die dynamische Komplexität der Verläufe) auf unterschiedlichen Skalenauflösungen liegen, werden die Graphen optisch angepasst und kalibriert. Nach Wunsch können unterschiedliche Zeitreihen (z. B. mehrere Rohwertverläufe, mehrere Komplexitätsverläufe) auch gemittelt werden.

Eine generische Ampel erlaubt es, den aktuellen Status eines Beratungsprozesses nach frei wählbaren Zielkriterien (z. B. ausgewählten generischen Prinzipien wie Stabilitätsbedingungen [gP1], Veränderungsmotivation [Kontrollparameter, gP4] oder die aktuelle relative Veränderung der dynamischen Komplexität als Instabilitätsmarker [gP5]) optisch zu visualisieren.

Alle erzeugten Graphiken können ausgedruckt werden, ebenso die Tagebuchtexte. Für den Export von Daten in Excel- oder csv-Dateien steht eine Datenexport-Funktion zur Verfügung. Damit können die Daten in andere Statistik- und Zeitreihenanalyseprogramme transferiert werden.

Im SNS sind unter anderem folgende zeitreihenanalytische Verfahren zur Analyse von Prozessdaten implementiert:

- **Dynamische Komplexität.** Diese setzt sich aus einem Fluktuations- und einem Verteilungswert zusammen. Die Komplexität wird in einem Gleitfenster frei wählbarer Breite berechnet und für jedes Item bzw. jeden Faktor eines Fragebogens im Zeitverlauf dargestellt. Mit Bezug auf die Verteilung von

zurückliegenden Komplexitätswerten (der Zeithorizont des „Komplexitätsgedächtnisses“ ist frei wählbar) wird zur Signifikanzbestimmung ein 95%- und ein 99%-Konfidenzintervall berechnet, das die Signifikanzschwellen des jeweils aktuellen Komplexitätswertes der Dynamik definiert (Haken & Schiepek 2010; Schiepek & Strunk 2010).

- **Komplexitäts-Resonanz-Diagramme.** Die Ausprägung der Komplexität der einzelnen Zeitreihen kann in Farbe dargestellt werden. Da man daran erkennt, bei welchen Items und Faktoren Komplexitätsänderungen synchron auftreten (z. B. bei kritischen Instabilitäten), werden diese Darstellungen als Komplexitäts-Resonanz-Diagramme (KRD) bezeichnet. Neben der direkten Umsetzung von Komplexitätsausprägungen in ein Farbspektrum (Abb. 5) gibt es auch KRDs mit verschiedenen Signifikanzschwellen (Signifikanzbestimmung innerhalb der jeweiligen Zeitreihen), wobei die signifikanten Komplexitätsausprägungen in Graustufen markiert sind.

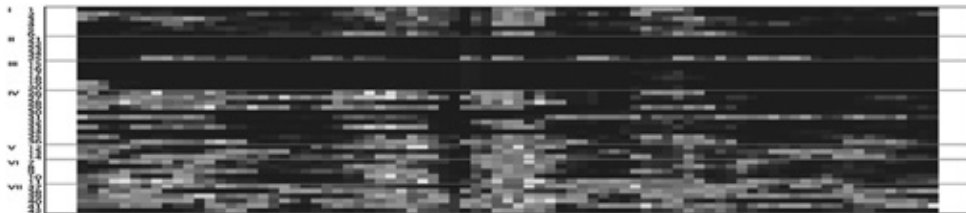


Abbildung 5: Komplexitäts-Resonanz-Diagramm (Beispiel). Der Therapieverlauf der dynamischen Komplexität der Items eines Fragebogens wird in eine Farbskala übertragen. Senkrechte Strukturen zeigen ein synchrones Auftreten kritischer Instabilität über mehrere Items (Zeitreihen) hinweg.

Das Verfahren macht wiederkehrende Muster in Zeitreihen erkennbar

- **Recurrence Plots.** Das Verfahren macht wiederkehrende Muster (Werteabfolgen) von Zeitreihen in einem ZeitxZeit-Diagramm erkennbar (Eckmann et al. 1987; Webber & Zbilut 1994). Es beruht auf der Einbettung von Zeitreihen in einen Ersatzphasenraum mit Zeitverzögerungskoodinaten, wobei die euklidischen Abstände der Vektorpunkte direkt in Farbe übertragen werden (Farb-Recurrence Plots) oder nach Vorgabe eines Radius um jeden Vektorpunkt binär markiert werden (Nachbarnpunkt innerhalb oder außerhalb des wählbaren Radius; Schwarz-Weiß-Plot) (Abb. 6). Deutlich werden

Perioden relativer Stabilität (wiederkehrende Muster, erkennbar an diagonalschraffierten Blöcken), Ordnungsübergänge (Verschiebung von schraffierten Blöcken) und Transienten (Perioden kritischer Instabilität, weiße Bänder). Recurrence Plots und KRDs zeigen in vielen Fällen komplementäre Muster.

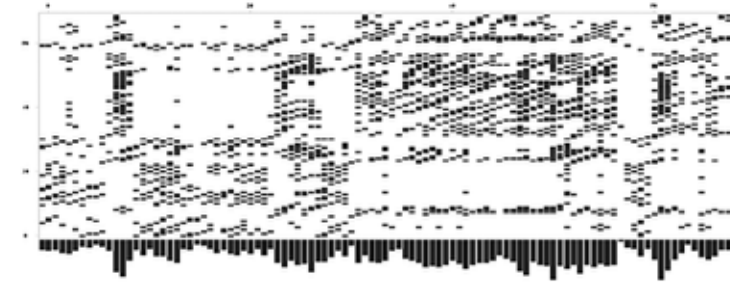


Abbildung 6: Recurrence Plot (Beispiel)

- **Synchronisationsmuster.** Die Absolutwerte der Iteminterkorrelationen eines Fragebogens werden zu einem mittleren Korrelationsverlauf gebündelt. Dies ist ein Maß der inneren Kohärenz (Ordnerstärke) der Dynamik (unabhängig davon, ob die Verläufe direkt oder spiegelverkehrt synchron verlaufen). Die Interkorrelationen der einzelnen Itemverläufe werden in einer Matrix in Farbabstufungen dargestellt (von -1 [dunkelrot] über 0 [weiß] bis +1 [dunkelgrün]). Die Korrelationsmatrizen werden in einem frei wählbaren Zeitfenster berechnet. Mit einem Marker kann man die Matrizen über den Verlauf ziehen, was die Veränderung der Synchronisationsmuster wie in einem Film sichtbar macht. Bis zu vier Matrizen können optisch fixiert werden.

Maß der inneren Kohärenz einer Dynamik

Die Arbeit mit dem SNS im Rahmen der Therapie visualisiert, unterstützt und katalysiert den Selbstorganisationsprozess des Klienten/der Klientin, motiviert und fördert Mentalisierung und kognitive wie emotionale Wahrnehmungsprozesse. Die zu erwartenden und teilweise bereits nachgewiesenen Effekte SNS-gestützter Therapie (Patzig & Schiepek 2015; Sungler et al. 2014) sind in Abbildung 7 aufgelistet.

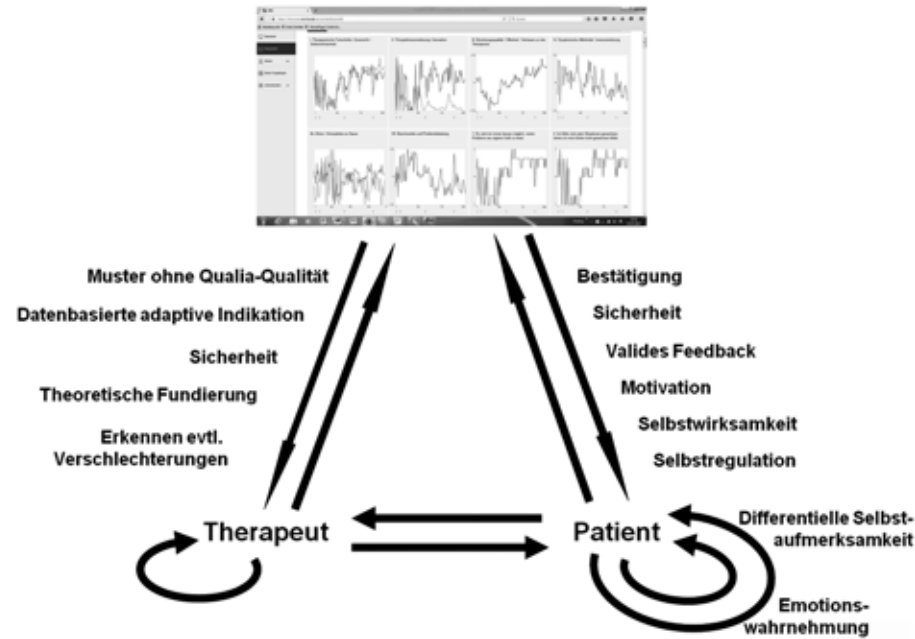


Abbildung 7: Mögliche therapeutische Effekte von Prozessmonitoring und Prozessfeedback.

Idealerweise würde man in einer Ausbildungsgruppe das gesamte hier dargestellte Vorgehen systemischer Therapie an einem eigenen Entwicklungsprojekt durchführen

Der praktische Umgang mit dem SNS wird nach einer Einschulung am besten durch Selbstanwendung erlernt. Man kann einen Fragebogen zu einem eigenen Thema entwickeln, den man über mehrere Wochen hinweg nutzt, um einen persönlichen Entwicklungsprozess zu monitoren. Idealerweise würde man in einer Ausbildungsgruppe das gesamte hier dargestellte Vorgehen systemischer Beratung oder Therapie an einem eigenen Entwicklungsprojekt durchführen: Festlegen eines eigenen Themas oder Anliegens, Commitment für ein persönliches Entwicklungsprojekt, Ressourceninterview, idiographische Systemmodellierung, individueller Fragebogen, Nutzung des SNS für ein Real-Time Monitoring, regelmäßige SNS-basierte Beratungs- oder Feedbackgespräche mit Peers in der Ausbildungsgruppe. Parallel dazu oder danach wird man unter Supervision entsprechende Entwicklungsprojekte von Klienten/-innen begleiten. Bedingungen für gelingende Selbstorganisationsprozesse und zugleich Kriterien zur Interpretation von Prozessdaten liefern die generischen Prinzipien (Haken & Schiepek 2006;

Schiepek et al. 2013; für einen Transfer auf das Anwendungsfeld von Beratung und Coaching s. Schiersmann & Thiel 2012; Wahl 2015).

Systemkompetenz

Auf einem systemischen Menschenbild aufbauend verstehen wir unter *systemischer Therapie* die Ermöglichung von Veränderungsprozessen in einem System oder einem Netzwerk von Systemen (Strukturen und/oder Funktionen betreffend) mit Methoden, die ihre Verortung im Theoriespektrum komplexer, dynamischer, nichtlinearer Systeme haben. Entscheidender und integrativer Bestandteil von Therapie und Veränderung ist die prozessuale Erfassung der Systeme und ihrer Dynamik, also ein konsequentes Prozessfeedback. Der Therapieprozess selbst wird als dynamisches, selbstorganisierendes System konzipiert und erfasst (vgl. Schiepek et al. 2013, S. 95). Die Schlüsselkompetenz hierfür ist die einer transdisziplinären Systemkompetenz (Tabelle 1). Die Vermittlung aller Teilkompetenzen (gegliedert nach 6 Dimensionen) würde einen eigenen Studiengang für systemische Therapie oder Therapiewissenschaften füllen. Theorie, Methodik (insbesondere ein leistungsfähiges SNS) und Praxiserfahrungen stehen inzwischen zur Verfügung, so dass es nun vor allem die Aufgabe der Verbände und Hochschulen ist, solche Studiengänge zu etablieren.

Transdisziplinäre Systemkompetenz als Schlüsselkompetenz

- | 1 | Soziale Kompetenzen |
|-----|---|
| 1.1 | Verständliche, kontextangemessene Sprache |
| 1.2 | Sensibilisierung für die Aufnahmebereitschaft der Interaktionspartner |
| 1.3 | Kompetenz-, Rollen-, Aufgaben- und Auftragsklärung, Klärung von Erwartungen |
| 1.4 | Erfahrung in der Arbeit mit Teams, Teamfähigkeit |
| 1.5 | Delegieren können |
| 1.6 | Flexible Selbstdarstellung: Gespür für Sprache, Regeln, Umgangsformen, Geschichte, Kulturen (transkulturelle Kompetenz) |
| 1.7 | Berücksichtigung fremder Operationslogiken („Verstehen“) |
| 1.8 | Berücksichtigung von formellen und informellen Systemstrukturen und -regeln (erkennen und einhalten oder gezielt thematisieren) |

- 1.9 Fähigkeit zu plankomplementärem Verhalten (im Sinne der Plananalyse)
- 1.10 Didaktisch überzeugende Präsentation
- 1.11 Inhaltlich überzeugende Präsentation
- 1.12 Konstruktives Feedback geben
- 1.13 Konfliktmanagement und Konfrontation
- 1.14 Interdisziplinäre Kooperationskompetenz
- 1.15 Unterstützung des Selbstwertgefühls (des eigenen und dessen der KooperationspartnerInnen)
- 1.16 Reflektierter Umgang mit eigenen emotionalen Schemata (positiven wie negativen) bzw. mit dominanten „States of Mind“ in sozialen Situationen („Übertragung“ und „Gegenübertragung“)

2 Dimension Zeit

- 2.1 Die Eigendynamik von Systemen kennen und nutzen; Resonanz und Synchronisation möglich machen (Generisches Prinzip 6)
- 2.2 Den „Kairos“, also die sensiblen Momente und „Aufnahmebereitschaften“ erspüren, nutzen und fördern (Generisches Prinzip 6)
- 2.3 Perspektiven, Orientierungen, Ziele entwickeln
- 2.4 Entwicklung von Prognosen, Kenntnis nichtlinearer Prozesse
- 2.5 Kenntnis von Familien, Lebens- und Entwicklungsphasen, ohne sich an diese normativ zu binden
- 2.6 Entkrampfter Umgang mit Irreversibilität, Unveränderbarkeit, Chronifizierung
- 2.7 Umgang mit den Grenzen von Planung, Vorhersage, Wachstum und Veränderungsmöglichkeiten
- 2.8 Wechsel zwischen Aktion und Reflexion
- 2.9 Frequenz von Sitzungen/Interventionen systemangemessen gestalten
- 2.10 Geduld, warten können, sich Zeit nehmen, Zeitdruck vermeiden
- 2.11 Langsame Taktung, „hinter dem Klienten bleiben“
- 2.12 Einladungen, Yes-Sets abwarten
- 2.13 Zeirituale nutzen

3 Emotionen, Stressbewältigung und Ressourcenaktivierung

- 3.1 Selbstverstärkung, Genuss, die „Sorge um sich“, Förderung der eigenen Lebensqualität

- 3.2 Vorhandene Kräfte und Energien nutzen (Empowerment, Jiu-Jitsu-Prinzip)
- 3.3 Erkennen, Entwickeln und Aktivieren eigener Ressourcen
- 3.4 Erkennen, Entwickeln und Aktivieren von Ressourcen des Partners/Klienten
- 3.5 Fokussieren, konzentrieren (sich nicht verzetteln)
- 3.6 Engagement, eigene Motivationsklärung (Leistung nur, wenn man dahintersteht)
- 3.7 Beteiligungen, Zugehörigkeiten erzeugen, Schaffen von „Kulturen“ und „corporate identities“
- 3.8 Umgang mit emotionalen Belastungen (z. B. Intransparenz, Zeitdruck, Misserfolg, sozialen Konflikten, Komplexitätsstress), konkrete Coping-Strategien
- 3.9 Nutzung von Hilfen, Unterstützung, sozialen Netzwerken, Informationen
- 3.10 Ambiguitätstoleranz (bei widersprüchlichen Wahrnehmungen und Wirklichkeitskonstruktionen, bei Diskrepanzen zwischen formalen und informellen Strukturen, bei Paradoxien, Unterschieden zwischen hypothetischen und faktischen Realitäten usw.)

4 Entwicklung von Selbstorganisationsbedingungen

- 4.1 Schaffen von Stabilitätsbedingungen, Fehlerfreundlichkeit (Generisches Prinzip 1)
- 4.2 Sinnbezug herstellen, Synergitätsbewertung (Generisches Prinzip 3)
- 4.3 Kontrollparameter identifizieren, Energetisierungen ermöglichen, Nutzen von Ressourcenzuständen und Motivationen (Generisches Prinzip 4)
- 4.4 Destabilisierung, Fluktuationsverstärkungen realisieren, Experimentieren (Generisches Prinzip 5)
- 4.5 Gezielte Symmetriebrechung ermöglichen (Generisches Prinzip 7)
- 4.6 Re-Stabilisierung (Generisches Prinzip 8)
- 4.7 Heuristische Kompetenzen (Informationssuche, Suchraum-erweiterung, Analogiebildung, Kompetenzerweiterung)

5 Wissen

- 5.1 Kenntnisse zu Theorien, Terminologie, Grundfragen und Formalismen der Synergetik und der Theorie komplexer nichtlinearer Systeme

- 5.2 Philosophische (u. a. erkenntnis- und wissenschaftstheoretische) Grundlagen und Fragen der Psychologie, Neurowissenschaften und Systemwissenschaften
- 5.3 Wesentliche Befunde der Psychotherapieforschung (z. B. Prozess-Outcome-Studien, sog. „Wirkfaktorenforschung“, Prozessforschung)
- 5.4 Neurobiologie und Psychophysiologie psychotherapeutischer Prozesse
- 5.5 Grundkenntnisse in den Bereichen Psychoneuroimmunologie und Psychoneuroendokrinologie
- 5.6 Psychologische Grundlagen (z. B. Wahrnehmung, Bewusstsein, Lernen, Gedächtnis, Emotionen, individuelle und soziale Entwicklung, Selbstwert und Selbstwertregulation, Selbst, Identität)
- 5.7 Sozialpsychologie (soziale Wahrnehmung, Mikroanalyse der Kommunikation, Gruppenprozesse, Dyaden, Paare, Familien, Psychologie von Organisationen und Institutionen)
- 5.8 Soziologie (Lebensformen, Familien, aktuelle soziale und gesellschaftliche Entwicklungen)
- 5.9 Salutogenese- und Ressourcenforschung
- 5.10 Kenntnis klinischer Störungsbilder; klinisches und ätiologisches Wissen (Vergleich unterschiedlicher Theorien und Modellvorstellungen)
- 5.11 Kenntnis und Kritikfähigkeit bezüglich Forschungsstrategien in Psychologie, Psychotherapie und den Systemwissenschaften
- 5.12 Methoden der Evaluation und Qualitätssicherung von Therapie und Beratung

6 Mustererkennung und Modellierung

- 6.1 Methoden und Techniken des Messens und der Datenerfassung in Psychologie und Psychophysiologie
- 6.2 Verfahren zur Erstellung klinischer Fallkonzeptionen
 - 6.2.1 Idiographische Systemmodellierung (einschl. Verlaufsrekonstruktion, Matrizendarstellung, Bearbeitung von Modellsimulationen)
 - 6.2.2 Plan- und Schemaanalyse
 - 6.2.3 Ressourceninterview
 - 6.2.4 Beziehungs-Struktur-Analysen (Interaktionsmatrizen, Minuchin-Modelle, Familien- bzw. Gruppenbrett, Skulpturen)
 - 6.2.5 Rep-Grid

- 6.2.6 Verständnis von States-of-Mind-Analysen
- 6.2.7 Funktionale Bedingungsanalysen
- 6.3 Kenntnis relevanter Fragebogen- und Testverfahren zur Diagnostik, Evaluation und Qualitätsdokumentation in der Psychotherapie
- 6.4 Erfahrung mit der Durchführung und Auswertung von Systemspielen (Life-Simulation)
- 6.5 Verständnis von Computersimulationen auf der Basis von Differenzen- und Differentialgleichungen, neuronalen Netzen und anderen Formalismen
- 6.6 Methoden der Analyse von Prozessdaten, z. B.
 - 6.6.1 Phasenraumrekonstruktion
 - 6.6.2 Dimensionalitätsanalysen (D2, PD2)
 - 6.6.3 Lyapunov-Exponenten (LLE, LLL [Local Largest Lyapunov Exponents])
 - 6.6.4 Recurrence Plots
 - 6.6.5 Time Frequency Distributions (TFD)
 - 6.6.6 Fluktuations- und Komplexitätsanalyse
 - 6.6.7 Kohärenzanalyse
 - 6.6.8 Divisives Clustering
 - 6.6.9 Faktorenanalyse
 - 6.6.10 ARIMA und VARMA-Modelle
 - 6.6.11 Auswertung und Interpretation von Interaktionsmatrizen zur dynamischen Analyse sozialer Netzwerke

Tabelle 1: Systemkompetenz (gegliedert nach 6 Teilkompetenzen) kann als Ausbildungsziel einer wissenschaftlich fundierten systemischen Therapie gelten. Es setzt eine umfassende, praxisnahe Ausbildung nach einem Scientist-Practitioner-Modell voraus.

Literatur

- Dörner D (1989) Die Logik des Misslingens. Rowohlt, Reinbek
- Dörner D, Schaub H, Strohschneider S (1999) Komplexes Problemlösen – Königsweg der Theoretischen Psychologie? Psychologische Rundschau 50:198-205
- Eckmann JP, Oliffson Kamphorst S, Ruelle D (1987) Recurrence plots of dynamical systems. Europhysics Letters 4:973-977
- Grawe K (1995) Grundriss einer Allgemeinen Psychotherapie. Psychotherapeut 40:130-145
- Haken H, Schiepek G (2006, 2. Aufl. 2010) Synergetik in der Psychologie.

- Selbstorganisation verstehen und gestalten. Hogrefe, Göttingen
- Matschi B, Schiepek G (2015) Komplementäre Beschreibungen – Die Kombination von OPD, Ressourcenerfassung, Systemmodellierung und Prozessmonitoring in der Psychotherapie. In: Sammet I, Dammann G, Schiepek G (Hg) Der psychotherapeutische Prozess. Kohlhammer, Stuttgart, S. 95-108
- Patzig J, Schiepek G (2015) Emotionsregulation und emotionsfokussiertes Prozessmonitoring in der Suchttherapie. In: Sammet I, Dammann G, Schiepek G (Hg) Der psychotherapeutische Prozess. Kohlhammer, Stuttgart, S. 124-139
- Schiepek G (1986) Systemische Diagnostik in der Klinischen Psychologie. Beltz, Weinheim
- Schiepek G, Wegener C, Wittig D, Harnischmacher G (1998) Synergie und Qualität in Organisationen. Ein Fensterbilderbuch. dgvt-Verlag, Tübingen
- Schiepek G, Cremers S (2003) Ressourcenorientierung und Ressourcendiagnostik in der Psychotherapie. In: Schemmel H, Schaller J (Hg) Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit. dgvt-Verlag, Tübingen, S. 147-193
- Schiepek G, Strunk G (2010) The identification of critical fluctuations and phase transitions in short term and coarse-grained time series – a method for the real-time monitoring of human change processes. *Biological Cybernetics* 102:197-207
- Schiepek G, Aichhorn W (2013) Real-Time Monitoring in der Psychotherapie. *Psychotherapie, Psychosomatik und medizinische Psychologie* 63: 39-47
- Schiepek G, Matschi B (2013) Ressourcenerfassung im therapeutischen Prozess. *Psychotherapie im Dialog* 14:56-61
- Schiepek G, Eckert H, Kravanja B (2013) Grundlagen systemischer Therapie und Beratung. [„Systemische Praxis“, Bd 1]. Hogrefe, Göttingen
- Schiepek G, Eckert H, Aas B, Wallot S, Wallot A (2015) Integrative Psychotherapy. A Feedback-Driven Dynamic Systems Approach. Hogrefe International Publishing, Boston, MA
- Schiersmann C, Thiel HU (Hg) (2012) Beratung als Förderung von Selbstorganisationsprozessen. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen
- Strunk G, Schiepek G (2006) Systemische Psychologie. Elsevier, München
- Sungler K, Bierschneider L, Mayer S, Dirnberger V (2014) Qualitative Evaluation des Synergetischen Navigationssystems (SNS) anhand von Interviews mit Therapeuten in SNS-nutzenden Einrichtungen.

- Masterarbeiten der Psychologie an der Universität Innsbruck.
- Wahl A (2012) Generische Prinzipien in der beruflichen Beratung – Konkretisierung und Fallbeispiel. In Schiersmann C, Thiel HU (Hg), Beratung als Förderung von Selbstorganisationsprozessen. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, S. 104-131
- Webber CL, Zbilut JP (1994) Dynamical assessment of physiological systems and states using recurrence plot strategies. *J of Applied Physiology* 76:965-973

Univ.-Prof. Dr. Günter Schiepek
 Institut für Synergetik und Psychotherapieforschung
 Paracelsus Medical University
 Ignaz Harrer Str. 79
 A-5020 Salzburg
 e-mail: g.schiepek@salk.at
 oder: guenter.schiepek@ccsys.de