



Systemische Ansätze in der kinesiologischen Praxis

Eine Diskussion zwischen systemisch - phänomenologischem und systemisch - konstruktivistischem Ansatz und ihrer Integration in kinesiologische Arbeit

- Summary: Kongress –Gehirn und Psyche, Kinesiologietage in Kirchzarten, 2004 -

Wir leben, fühlen, denken in und mit Systemen. (Planeten, Sprachen, Gesellschaft, Religion, Familie, Beziehung, Schule, Arbeit, Haus, Wasser, Körper, Blut, Hormone, Zellen, Stoffwechsel etc.)

Jeder mag eine eigene Vorstellung und/oder Wahrheit haben von dem System in dem er/sie lebt.

Wir kennen Systeme die z.B. unterstützen, aus-/abgrenzen, sortieren, organisieren, unterscheiden helfen, die uns Sicherheit, Zugehörigkeit, Freiheit, Unfreiheit und Anderes bieten.

Es kann zwischen individuellen und allgemeinen Systemen unterschieden werden. Lebende Systeme verändern sich ständig. Ein erstarrtes System verhindert Lebendigkeit und Veränderung.

In der systemischen Therapie und Beratung schauen wir auf Regeln und Muster, mögliche Zusammenhänge, Kommunikationsstrukturen und sich wiederholendes und oft nicht erklärabes Verhalten. Systemisches Denken bietet die Möglichkeit das „Ganze“ zu betrachten. Festgefahrene Situationen lassen sich so eher erkennen und das Aufsuchen von ungewöhnlichen Lösungsmöglichkeiten bietet neue Perspektiven für alle am System Beteiligten.

Was ist eigentlich systemische Beratung, bzw. systemische Familientherapie? - vielfach besteht das Mißverständnis, der Begriff „systemische Familientherapie“ sei der Aufstellungsarbeit nach Bert Hellinger gleichzusetzen.

Den systemischen Denkansatz als solchen gibt es seit mehr als 50 Jahren.

Diese Entwicklung fand in der Zeit nach dem zweiten Weltkrieg statt, als Wissenschaftler der unterschiedlichsten Forschungsgebiete den Fokus ihrer Aufmerksamkeit von der Beobachtung einzelner Elemente auf die Beobachtung der Wechselwirkung von Elementen untereinander verschoben. Daraus ergab sich die Erkenntnis einer übergeordneten Einheit, eines „Systems“.

Auf diesem Wege wurden auch innerhalb der Biologie und der Physiologie die ersten „Systemtheorien“ bekannt, z.B. als Steuerungslehre für technische Systeme (Kybernetik).

Man löste sich also von dem Gedanken individuelle Erklärungsmuster finden zu wollen. Statt dessen wurde bewusst, dass das Verhalten und die Entwicklung einzelner Elemente innerhalb eines Systems

viel besser mit den Spielregeln der Kommunikation erklärt werden konnte. Inzwischen findet dieser Denkansatz in nahezu allen Einzelwissenschaften Anerkennung.

Die Auseinandersetzung mit diesen neuen Denkstrukturen brachte Bewegung in Forschung und Lehre. Es wurde klar, dass alle wissenschaftlichen Erklärungen nur als ein Modell oder Konstrukt bezeichnet werden können. Das was als Wahr(heit) angenommen wird, ist also einem Wandel unterworfen, muss innerhalb des Systems ausgehandelt werden, und kann als solches nur subjektiv erlebt werden. Die Verantwortung eines jeden Menschen für sein individuell konstruiertes Weltbild bleibt bei ihm selber, keine höhere Autorität kann dafür verantwortlich gemacht werden. Dieser Denkansatz wird als radikal konstruktivistisch bezeichnet.

Im Zuge dieser oben beschriebenen Entwicklungen entstand die „systemische Familientherapie“, als einzelne Psychotherapeuten die Effektivität der Einzeltherapie bei gewissen Störungen (z.b. Psychosen, Anorexia nervosa) in Frage stellten. Sie begannen, die zugehörige Familie in die therapeutische Arbeit mit einzubeziehen. So wurde die Situation für den Einzelklienten leichter, er brauchte sich nicht mehr allein für die Probleme in seinem Leben verantwortlich fühlen. Später erst entwickelten sich die systemische Organisationsberatung und Teamsupervision.

Systemische Berater stellen eher Fragen, als dass sie Aussagesätze machen. Sie versuchen andere Sichtweisen oder Geschichten zu erzählen, die den gewohnten Problemablauf, die gewohnten Problemgeschichten in Frage stellen. Durch Fragen oder alternative Sichtweisen können Probleme auf die Kommunikationsebene gebracht werden, einen neuen Blickwinkel eröffnen, und so ein anderes Bewusstsein schaffen.

Menschen nehmen in der Regel das wahr, was für sie einen Unterschied gemacht, eine Veränderung gebracht hat. „Informationen sind Unterschiede, die Unterschiede machen“ (G. Bateson).

Bert Hellinger hingegen geht in seiner Arbeit von einer gegebenen Ordnung aus, er berücksichtigt spezielle Verbindungen und Ordnungssysteme, die innerhalb eines Familiensystems bestehen. Auch wenn diese Ordnungen nicht bewusst gelebt werden, so bestimmen sie doch das Zusammenleben, die Haltung und das Handeln zwischen Eltern und Kindern. Sein zielorientiertes und durchaus direktes Vorgehen während der Aufstellungsarbeit stellen eine sehr erfolgreiche und lösungsorientierte Form der Kurzzeittherapie dar.

Die Auseinandersetzung was Wahrheit ist oder wie Wahrheit geschehen könnte, ist eher nebensächlich, es geht darum, „anzuerkennen was ist“.

In der Aufstellungsarbeit ist Wahrheit etwas, was aus einer inneren Sicht neu entsteht und für diesen Moment Gültigkeit besitzt, aber dennoch Veränderungen in dem System des Indexpatienten hervorrufen kann.

In dem Moment der Erkenntnis ist das Gefühlte wirklich wahr (auch wenn im nächsten Moment eine neue Wahrheit entstehen kann).

Diese Herangehensweise und Auseinandersetzung mit Wahrheiten, Werten und Ordnungen wird als phänomenologisch bezeichnet, weil sie sich mit den Phänomenen innerhalb eines familiären oder anderen Systems auseinandersetzt, oder besser, sich die Phänomene anschaut und akzeptiert.

Unter Kinesiologen ist die systemische Aufstellungsarbeit nach Bert Hellinger weit verbreitet und findet eine hohe Akzeptanz. Der Reiz, den meiner Ansicht die Systemische Familienaufstellung nach Bert Hellinger für Kinesiologen hat, ist, dass wir in der Kinesiologie, mit dem Muskeltest im phänomenologischen Raum arbeiten.

Der kinesiologische Muskeltest ist ein subjektiver Test, mit dessen Hilfe Stress (zu welchem Thema auch immer) identifiziert wird, der jetzt und zwar genau in diesem Augenblick vom Klienten so und nicht anders empfunden wird. Das bedeutet aber auch, dass sich die via Muskeltest herausgefundene Stresssymptomatik in wenigen Stunden oder Minuten, in Abhängigkeit vom Umfeld und/oder anderen Systembeeinflussungen verändern kann. Somit ist der kinesiologische Muskeltest eher der phänomenologischen Wahrnehmung zuzuordnen. Die Wahrheit, die erfahren wird, ist nicht absolut, sondern höchst individuell.

Während einer kinesiologischen Sitzung befinden sich unterschiedliche Systeme gleichzeitig und nebeneinander in Kommunikation, wie z. B.:

- das Körper – Seele – Geist – System des Klienten.
- das Körper – Seele – Geist – System des Kinesiologieanwenders
- das den Stress des Klienten verursachende System, welches häufig mit dem „Außen“, das heißt dem sozialen Umfeld des Klienten zu tun hat.
- die unterschiedlichen kinesiologischen Systeme, die dem Klientensystem via Muskeltest für die Balance angeboten werden

Das Wissen über die Subjektivität des Muskeltestes führt den Kinesiologen zu dem Bewußtsein, dass jeder Muskeltest den Weg zu einer neuen oder anderen Wahrheit/Wirklichkeit für den Klienten in sich trägt (phänomenologische Wahrnehmung).

Er sollte daher nicht der Versuchung verfallen, diese neue Wahrheit/Wahrnehmung als einzige richtige Lösungsmöglichkeit zu interpretieren und damit den Klienten in eine unter Umständen einseitigere, starrere Sichtweise lenken und dadurch wieder eine neue Pathologie schaffen

Um dem vorzubeugen ist es ratsam und sehr hilfreich sich mit den systemisch – konstruktivistischen Techniken auseinanderzusetzen.

Methoden, wie z. B.

- Auftragsklärung
- Genogrammarbeit
- Hypothesen bilden

- Circuläres Fragen
- Arbeit mit dem Familienbrett
- Externalisieren

bieten uns die Möglichkeit besser an Zusatzinformation über das soziale Umfeld des Klienten heranzukommen und damit auch mehr über die Ressourcen unserer Klienten zu erfahren.

Mit Hilfe der Möglichkeiten, die sich für uns Kinesiologen aus der Zusammenführung der systemisch – phänomenologischen und der systemisch – konstruktivistischen Arbeitsweise und unserer bewährten kinesiologischen Techniken ergibt, können wir noch lösungsorientierter, ressourcenorientierter und was besonders wichtig ist klientenorientierter arbeiten.

In meiner kurzzeittherapeutisch ausgerichteten Praxis kombiniere ich die diskutierten Methoden oder wende sie je nach Bedarf „pur“ an. Anhand individueller Fallbeispiele werde ich einen Einblick geben in diese Form der kinesiologisch – systemisch ausgerichtet Einzel – oder Familientherapie.