

# "Eine Sache von grundlegendem Zweifel ... "

## *Interview mit Steve de Shazer*

*(geführt im September 1990)*

ISS'es: Deine Arbeit hat einen großen Einfluss auf Therapeuten überall auf der Welt. Was glaubst Du, macht dabei den "Unterschied, der den Unterschied macht"?

de Shazer: Der vorrangige Unterschied ist die Einheit der Analyse, die schon sehr frühzeitig den Therapeuten in die Beschreibung miteinschloss, was für den Rest der Therapiewelt nicht üblich ist. Ich sehe das als die Hauptursache für den Unterschied an. Die andere liegt natürlich darin, dass wir mehr auf die Lösung fokussieren als auf das Problem. Aber das ist die Sicht von innen. Von daher sehe ich das als den zentralen Punkt, ich weiß nicht wie es von außen ist.

ISS'es: Die meisten Therapeuten denken, dass sie Experten für Probleme sein sollten. Du hast Dich entschieden, zum Experten für Lösungen zu werden, mit den Familien an Lösungen zu arbeiten. Wie kam es zu dem Entschluss, es anders zu machen?

de Shazer: Weil Klienten es uns beibrachten!

ISS'es: Wie machten sie das?

de Shazer: Nun, indem sie kamen und uns erzählten, dass Dinge besser wurden. Im Jahr 1982 begannen wir unser Projekt mit der *Standardintervention* und wir gaben diese Aufgabe über die Jahre hunderten und hunderten von Leuten: Einfach zu beobachten was passiert, was sie beibehalten wollen. Und es erstaunte uns immer wieder, dass sie zurückkamen und alle Arten von Dingen beschrieben, die wertvoll in ihrem Leben waren, die sie zwischen der ersten und zweiten Sitzung beobachteten. Einige von ihnen schlossen auch Veränderungen mit ein. Und wir fingen dann an zu fragen:

"Passierten diese Dinge auch bereits vorher?" Und sie sagten: "Ja", aber sie hatten ihnen einfach bislang keinerlei Aufmerksamkeit beigemessen.

Und so stellte sich in unserem Projekt heraus, dass in der Vorstellung dieser Problemfamilien sich nicht abbildete, dass diese Familien uns häufig alle möglichen Dinge beschrieben, die im Grunde wesentlich eher einen Großteil ihres Lebens ausmachten, während das Problem möglicherweise nur einen kleinen Bereich abdeckt. Und indem wir sie beauftragten, darauf zu achten, was funktionierte, überwanden sie das Problem, ohne irgendetwas zu tun.

So hörten wir auf, irgendetwas anderes zu tun. Wir lernten von unseren Klienten, dem was sie uns sagten, Aufmerksamkeit zu schenken.

ISS'es: Manchmal habe ich den Eindruck, dass Deine Art zu arbeiten weniger der 'westlichen' Mentalität entspricht, sondern eher der östlichen Art des Denken nähersteht. Stimmt das?

de Shazer: Mein Denken ist sicherlich allgemein von östlichem Denken beeinflusst. Ich denke, dass es sicherlich in einigen Bereichen einigen Zen-Buddhisten und Taoisten näher ist, aber es ist auch einigen Positionen von Minderheiten im westlichen Denken ziemlich verwandt. Im westlichen Denken kannst Du ähnliche Gedanken bei Heraklit finden. Er hätte ein Buddhist gewesen sein können.

ISS'es: Kannst Du sagen, in welcher Weise Du vom östlichen Denken beeinflusst bist?

de Shazer: Hauptsächlich durch die Idee in beiden Traditionen, dass Wandel ein konstanter und unausweichlicher Prozess ist, und dass Stabilität eine Illusion ist. Das ist der Haupteinfluss. Alle westlichen Therapien beruhen darauf, dass die Dinge stabil sind. Und sie enden damit, dass überhaupt nichts mehr stabil ist!

ISS'es: Wenn Du von Wandel als einem unausweichlichem Prozess sprichst, was glaubst Du, was wird der nächste Schritt sein? Hast Du eine Voraussage?

de Shazer: Ich habe keine Ahnung. Es passiert einfach, solange jemand es erblickt und packt, das ist alles.

ISS'es: Heißt das, man muss es geschehen lassen?

de Shazer: Ja, und wenn Du es einmal geschehen lässt und es geschehen siehst, wo immer es ist, sobald du es beobachtest und studierst, dann kannst du es wieder machen. Finde heraus, worum es geht, und dann mach' es nach.

Das ist unser Prozess über Jahre gewesen. Klienten kamen und erzählten uns, dass irgendetwas passiert, irgendetwas sich verändert, und ich untersuchte, wie. Das ist unsere Grundidee: Studieren, was passiert. Klienten können auch das Modell verändern!

ISS'es: Wie kommt es, dass Du oft sagst: "Ich weiß nicht, was jemand meinte, ich kümmere mich nicht darum, wie sie es interpretieren würde. Ich muss nicht wissen, was sie wirklich meint. Würdest Du das mit dem östlichen Gedankengut verknüpfen?"

de Shazer: Nun, das hat zwei Ursachen: Die für mich vorrangige ist eine Sache von grundlegendem Zweifel, den ich durch das Lesen der Philosophen aufgenommen habe, vorrangig Wittgenstein: Du kannst nie wissen, was jemand meint, das ist eine unmögliche Aufgabe.

ISS'es: So versuchst Du es auch erst gar nicht?

de Shazer: Nein! Es macht keinen Sinn, es zu probieren. Aber die einzige Sache, die zu tun ist, anstatt herauszufinden, was jemand gemeint hat, ist das, was jemand gesagt hat, zu nehmen, und zu versuchen, ihm eine Bedeutung zu geben.

ISS'es: Das ist doch irgendwie dasselbe?

de Shazer: Nein! Etwas einen Sinn zu geben, ist etwas, das zwischen den Menschen passiert, während was *sie'* meint', nur darauf beruht, was *ich* selbst bisher gelernt habe. Das ist der Unterschied.

ISS'es: In Deiner Arbeit erwähnst Du häufig Fälle von Milton Erickson. Wie hat Dich seine Arbeit beeinflusst? Z.B. gehst Du in Deinen Workshops sehr sorgsam mit Deinen Worten um.

de Shazer: Ich vermute, dass Erickson, zumindest manchmal, über Veränderung in den gleichen Arten redete, wie ich darüber denke. Z.B. wenn er sagt: "Wenn Du erst einmal den Schneeball dazu kriegst, dass er den Hügel herunterrollt, geh aus dem Weg, denn er wird sich in eine Lawine verwandeln." Das stimmt mit der Natur überein. Oder er sagte, Klienten wollen Veränderung, egal welcher Ursprung der Veränderung zugrunde liegt. So griff ich einige Ideen oder Hinweise aus seiner Arbeit auf. Einige meiner Verhaltensmuster stehen zumindest der frühen Arbeit von Erickson nahe. Vor allem die sehr starke Zielorientiertheit.

ISS'es: Was könnte für unsere Arbeit hilfreich sein?

de Shazer: Die Hauptsache für den Therapeuten ist, zuzuhören, den Klienten zuzuhören und gute Ziele zu haben. Du und die Klienten können öfter erfolgreich sein, aber Du musst zuhören. Phantasien oder das Bilden von sogenannten Hypothesen, oder mit 'archäologischen' Projekten beschäftigt zu sein, führen nirgendwohin, zumindest nicht sehr häufig. Hör auf die Klienten und habe gute Ziele, das wird meistens irgendwohin führen. Solange Du zuhörst, wirst Du möglicherweise überrascht sein. Wenn die Therapie für Dich und den Klienten gut ist, dann kann man dann und wann lachen.

ISS'es: Kannst Du Dich an Therapien erinnern, wo Du überhaupt nicht lachen konntest, weil es überhaupt keinen Spaß gab?

de Shazer: Das ist lange her.

ISS'es: Hast Du die Therapie beendet?

de Shazer (lacht): Ich gab sie jemandem anders, ich gab sie Insoo. Sie gibt mir diejenigen, mit denen sie nicht arbeiten kann. Weil ich denke, wenn ich mit einem Klienten in so eine Situation komme, dass es uns beiden keinen Spaß macht, ist es manchmal besser, die Therapie-

ten zu wechseln. Wenn das nicht geht, tausche zumindest die Räume, um zu schauen, was das bewirkt.

ISS'es: Vielen Dank für das Gespräch.

Das Interview führten Britta Köttgen und Manfred Enders.