

# Gehen ist der Weg.

## *Selbsterfahrung in der systemischen Ausbildung*

**von Haja (Johann Jakob) Molter**

Zwei kleine Geschichten vorweg. John Cage hat eine Komposition: 4`33`` für Klavier geschrieben, die wie folgt aufgeführt wird. Ein Pianist setzt sich an einen Flügel, der in einem Saal, im Freien, sogar auf der Straße oder sonst wo aufgestellt sein kann. Der Pianist im Frack mit Schwalbenschwanz öffnet den Flügel, setzt eine Stoppuhr in Gang, legt die Hände auf seine Knie und rührt buchstäblich keinen Finger und klappt nach 4 Minuten und 33 Sekunden den Deckel des Instrumentes zu. Das Stück ereignet sich in der Musik, die nicht gespielt wird, den Umweltgeräuschen und den möglichen Protestrufen der Zuhörer.

Lynn Hershman, eine New Yorker Künstlerin hat im Jahre 1998 eine interaktive Installation in Karlsruhe vorgestellt: Der Besucher wird zum Beobachter seiner selbst, indem er beim Betreten eines Raumes langsam sein eigenes Bild entstehen sieht. Ein möglicher Höhepunkt ereignet sich in einer Installation, wo auf dem Bildschirm ein Mann mit einem Maschinengewehr bewaffnet auf Personen schießt, in der Gruppe von Personen taucht das Bild des Besuchers auf und das Bild des Mannes mit dem Maschinengewehr verwandelt sich gleichzeitig in das Bild des Besuchers: Opfer werden zu Tätern, diese zu Opfern.

### ***Mögliche Perspektiven***

Ausgerechnet jenem Mann, von dem man sagen könnte, er habe die Gewissheit des SELBST erfunden oder wieder gefunden, verdanken wir ein Konstrukt, das den Geist (res cogitans) vom Körper (res extensa) trennte. Zu René Descartes Zeit galt das damals als ein Gesetz.

Ich vermute, dass diese Dichotomisierung auch heute noch die Diskussion in der Ausbildungsszene bestimmt, wenn wir den Versuch machen über SELBSTERFAHRUNG zu reden. Wenn wir in unserer Weinheimer Ausbildungskultur von SELBSTERFAHRUNG reden, dann ist es offensichtlich, dass diese Trennung so nicht bestehen soll. Dort, wo Selbsterfahrung betrieben wird, findet auch die körperlich sinnliche Erfahrung ihre Beachtung in der Wahrnehmung der Welt und in der Konstruktion der Wirklichkeit. Wenn in diesem Zusammenhang von Selbstreflexion statt Selbsterfahrung geredet wird, bin ich mir nicht so sicher, ob diese Trennung überwunden ist, oder ob nicht insgeheim das Geistige dominieren soll, wenn nach einem wahren Wissen aus der Position des Ichs heraus gesucht wird. Ich denke, also bin ich – ich setze die Seite des Selbst absolut auf der Suche nach dem wahren Wissen. Danach glaubten die Cartesianer, nur mentale Zustände seien von Natur aus geeignet, sich unmittelbar präsent im Bewusstsein zu zeigen.

Die erste linguistische Wende in der abendländischen Philosophie hat Giambattista Vico herbeigeführt. Für ihn bestand kein Zweifel daran, dass „die Welt ganz gewiss von den Men-

schen gemacht worden ist“ und dass Selbstgewissheit/ Selbsterfahrung nicht außerhalb von uns gefunden wird, nicht in einem reinen Geist oder einer äußerlichen Natur, sondern nur in dem, was wir selbst machen. Er hat im Zeitalter der aufkommenden Rationalität den Bedeutungshorizont des Konstruktiven in den Vordergrund gestellt.

Dieser Philosoph wird gerne bemüht, wenn man nach Vorläufern von Konstruktivisten Ausschau hält. „Hinter der Laut – Sprache der Moderne, die auf das zivilisiert Gesprochene sich fixiert, lauert für Vico ein Imaginäres, das durch die ersten Poeten, durch Wildes und , durch Phantastisches, Visuelles und Körperliches ausgedrückt ist –ein Denken in poetischen Charakteren.“ (REICH S. 6) Seine Position halte ich für alle Berufe für bedeutsam, „die in der Poesie von menschlichen Beziehungen stehen.....Es ist die Mahnung an die Ursprünge, an die Beachtung von Verdrängungen, die sich längst in die Rationalität durch den kulturellen Transport, insbesondere durch Traditionen und Gewohnheiten eingeschlichen haben. Wir sind also nicht nur Macher, sondern in jedem Machen zugleich Poeten und Erfinder von Beziehungen, die an Ursprünge, an Wildes, Romantisches, Mythisches anknüpfen, und diesen Reichtum an lebendiger Vielfalt und Herkunft unserer Konstruktionen sollten wir nie vergessen.“ (REICH S. 7)

Mit den meisten meiner Kolleginnen und Kollegen bin ich mir darin einig, dass für unsere Arbeit in Beratung, Therapie, Supervision und Ausbildung heute konstruktivistische und sozialkonstruktionistische Ideen handlungsleitend sind. Wir fühlen uns systemischen Denken und Handeln verpflichtet. Klienten begegnen wir mit einer über Neutralität hinausgehenden wertschätzenden und neugierigen Haltung. Wir haben wenig Schwierigkeiten, uns auch des Schatzes an Erfahrungen und Techniken zu bedienen, die aus anderen als systemischen Ansätzen stammen. Auch sie können als Versuche gelten, mit den Klienten zusammen eine andere als die bisherige leiderzeugende Wirklichkeit zu erfinden. Ich räume ein, dass sie auf unterschiedlichen Prämissen aufbauen. Doch auch Konstruktivisten sollten lernen, unterschiedliche Konzepte von Wahrnehmung und Erfahrung auszuhalten.

Übrigens auch so ein „Techniker“ wie MINUCHIN, zumindest wollen ihn einige so sehen, war sich bewusst, dass die Art und Weise, wie die einzelnen Therapeuten ihre Techniken in der Praxis einsetzen auch von der Selbstwahrnehmung im therapeutischen Kontext abhängt. Nachzulesen in „Families of the slum“.

### ***Konsequenzen für die Praxis***

Daher läuft auch für uns in der konkreten Arbeit synchron immer die persönliche Auseinandersetzung mit, inwieweit ich mich als Therapeut selbst in den Prozess einbringe und auch aus einer ethischen Position heraus frage und möglicherweise interveniere. Es gibt sicher viele Möglichkeiten, wo wir in der systemischen Arbeit das Ich durch ein Wir ersetzen können, wo sich das Beziehungs–Selbst, so wie es Gergen für die Postmoderne beschreibt – in Aktion befindet: Team hinter der Scheibe, Reflektierendes Team, Co – Therapie und kollegiale Supervision. Die Praxis in vielen Berufsfeldern jedoch erfordert von einem systemischen

Berater oder einer Therapeutin die Kompetenz, auch allein mit Klientensystemen zu arbeiten. Sie lernen, sich auf den Prozess, auf das, was zwischen Klienten und Therapeutinnen vor sich geht, zu konzentrieren. Diese wertvolle Fähigkeit, das „Geschäftsgeheimnis“ (YALOM S. 67) von Beratern und Therapeutinnen, reift in Zeiten reflektierter Selbsterfahrung, vornehmlich in Supervision. Reflexion ereignet sich auch hier in einem Beziehungsgeschehen zwischen Supervisor und Supervisanden, wobei das Erleben von Selbsterfahrung umfassender ist, vielleicht als existenzielle Bewusstheit (awareness) zu beschreiben, eben mehr als Reflexion.

Unter existenzieller Bewusstheit soll keineswegs eine Nähe zu den Behavioristen hergestellt werden, die erkenntnistheoretisch gesprochen der Meinung waren, nur Zustände physikalischer Objekte seien im Bewusstsein gegenwärtig. Life is Life.

Auch narrative Ansätze sind für uns eine willkommene Erweiterung unserer therapeutischen Möglichkeiten, sie zum alleinigen Maßstab zu erheben, würde sowohl uns als Therapeuten und Lehrtherapeuten als auch unsere Ausbildungsteilnehmer stark einengen. Das würde uns bewährter und neu zu erfindender kreativen Möglichkeiten berauben: uns als Sachwalter von Veränderung zu sehen mit der Bereitschaft, dafür Verantwortung zu übernehmen. Mir persönlich ist das Sammeln von Familiengeschichten, auch wenn sie dann von den Klienten neu konstruiert und anders erzählt werden, zu wenig.

Mit ähnlicher Skepsis begegne ich auch der immer wieder ins Spiel gebrachten Position des Nichtwissens, weil sie verschleiert, dass jeder von uns mit einem Rucksack von Vorurteilen, Erfahrungen, Wissen und Unwissenheit durchs Leben geht. Diesen Rucksack kann man nicht an der Garderobe des Therapie – oder Seminarraumes abgeben. Das „Ich weiß, dass ich nichts weiß“ des Sokrates verstehe ich heuristisch. Ich erinnere mich noch sehr gut, was Sokrates mir alles weis machen wollte, als ich mich in jungen Jahren mit Originaltexten Platons plagte.

### ***Bilder familiärer Wirklichkeiten***

Seit Beginn unserer Ausbildung im Jahre 1975 nimmt Selbsterfahrung in der sogenannten Familienrekonstruktion einen festen Platz ein. Rekonstruktion trifft für mich heute nicht mehr das, was ich darunter verstehen möchte. Vielmehr werden in diesen Seminaren im Kontext der Gruppe familiäre und historisch bezogene Wirklichkeiten konstruiert, die in ihrer Multiperspektivität jeden Anspruch auf Wahrheit ad absurdum führen. Ich komme darauf noch einmal zurück.

### ***Tradition der Gruppendynamik und der Humanistischen Psychologie***

Als Rahmen für diese Erfahrungen bedienen wir uns der Tradition der Gruppendynamik und der vielfältigen Ausprägungen der humanistischen Psychologie, besonders des entwicklungs- und wachstumsorientierten Ansatzes Virginia Satirs. Einige Aspekte möchte ich als mögliche Ziele kurz skizzieren. Es geht darum:

- Autorität und Selbstbewusstsein entfalten;
- eigenen Bedürfnisse, Wünsche und Ängste in Bezug auf die Zusammenarbeit und die Beziehungen zu den andern wahrnehmen und ausdrücken können;
- Gespür für die eigene Wirkung sowie für die Möglichkeiten und Grenzen der eigenen Einflussnahme entwickeln;
- die Spannung, die aus den unterschiedlichen Verhaltensweisen, Gefühlen und Gedanken der Mitglieder in der Gruppe entstehen, wahrnehmen, aushalten und gestalten können;
- mehr auf Auseinandersetzung als auf Durchsetzen um jeden Preis bauen;
- engagierte und distanzierte Haltungen den anderen TeilnehmerInnen, LeiterInnen und der Gruppe gegenüber einnehmen können;
- beim Erleben und Gestalten von offenen, unklaren oder chaotischen Situationen nicht nach der erst besten Lösung greifen;

Für die Gruppe bedeutet das, Selbststeuerungspotential entwickeln:

- Spannungen, die aus den Unterschieden der Mitglieder (innere Umwelt) und als Reaktion auf die wichtigen äußeren Umwelten entstehen, nicht einfach z. B. durch Leugnen oder Ausschluss aufzulösen, sondern zu balancieren;
- den Umgang mit Macht und die Leitungsfunktionen zu reflektieren und zu formen;
- den jeweiligen eigenen Zustand als Teil eines Entwicklungsprozesses zu verstehen;
- den systematischen Wechsel von Aktion, Affekt und Reflexion zu vollziehen;

### **Die dritte Geschichte:**

„Die beiden Käfige“

Im Garten meines Vaters stehen zwei Käfige, in dem einen ist ein Löwe, den meines Vaters Sklaven aus der Wüste Ninive brachten, in dem anderen ist ein Sperling, der nicht singt.

Bei Tagesanbruch ruft der Sperling jedes Mal zu dem Löwen hinüber: „Guten Morgen, Bruder Gefangener!“ (GIBRAN S.26)

### **Die vierte Geschichte:**

Sprichwörtliche Erziehung

„Schadenfreude ist die reinste Freude, denn: Wer andern eine Grube gräbt, fällt selbst hinein. Vorsicht ist besser als Nachsicht, Unkraut verjeht nicht, durch Schaden wird man klug, wer zuletzt lacht, lacht am besten (aber die wenigsten lachen zu guter Letzt), wer den Schaden hat, braucht für den Spott nicht zu sorgen, Spinne am Morgen bringt Kummer und Sorgen, morgen, morgen, nur nicht heute, nach getaner Arbeit ist gut ruhn, Morgenstunde hat Gold im Munde, am Golde hängt doch alles, der Mann, der das wenn und das Aber erdacht, hätt` sicher aus Häckerling Gold schon gemacht, Gold und Silber hab ich gern, Reden ist Silber, Schweigen ist nicht alles Gold was glänzt dort im Walde im Sonnenschein, die Sonne

bringt es an den Tag nicht vor dem Abend loben, denn der Segen kommt von oben, Glück und Glas, wie leicht bricht das, wer selbst im Glashauss sitzt, wem's juckt, der kratze sich, er hört nicht das Gras wachsen hier unter dem wechselnden Mond, der Schein trügt, doch der monatliche Wechsel ist beständig, Armut ist keine Schande, Not lehrt beten, und arbeete und arbeete und arbeete. Wie wird man am schnellsten reich.....Deine Uhr ist abgelaufen, Eigenlob stinkt, geteilte Freude ist doppelt gemoppelt, was Du nicht willst, das man dir tu, das füg` auch keinem andern zu (kategorischer Imperativ für die reifere Jugend!), wenn manscherma wüsste, wer manscher Mann wär`, würd` manscher Mann manschem erweisen mehr Ehr`, wer einmal lügt, dem glaubt man nicht und wenn er auch die Wahrheit spricht, qui s`excuse s`accuse (immer vorwurfsvoll!), kleine Ursachen, große Folgen, kleine Kinder kleine Sorgen, große Kinder große Sorgen, einmal ist keinmal, alle für einen, keiner für Alleballe, aufgeschoben ist nicht aufgehoben, Ende gut alles gut undsoweiter undsomehr!“ (BLUMENFELD, S. 19 ff.)

### **Familienrekonstruktion**

Das Seminar „Familienrekonstruktion“, das aus der Zusammenarbeit mit V. SATIR entstanden ist, hat in der Ausbildung am Institut für Familientherapie Weinheim, Ausbildung und Entwicklung e. V. die Aufgabe und bietet sich als Chance an, den Therapeutinnen, Therapeuten und anderen Interessenten einen neuen, veränderten Bezug zur ihrer Herkunftsfamilie zu ermöglichen. Die Arbeit in der sogenannten „Rekonstruktion“ dient dem Versuch, die komplexe Vernetzung lebensgeschichtlicher Daten mit der heutigen Lebenssituation so zu (er)finden, dass eigene Stärken und Schwächen für die systemische Tätigkeit verantwortungsvoll als mögliche Ressourcen genutzt werden können. Nicht wie es „wirklich“ war, soll fokussiert werden, sondern die Bedeutungen des sozialen Lernens in Familie, Institutionen und nicht familiären Gruppen (Kindergarten, Schule, kirchliche Einrichtungen, Peergroups u. a. m.) können für die Gegenwart und Zukunft heraus gearbeitet werden. Dabei stützt man sich auf die Annahme, dass die in der Familie erlernten Regeln, Kommunikationsmuster, Normen und Tabus für Therapeutinnen und Berater sowohl Grenzen als auch Chancen in der Arbeit mit Klienten darstellen können.

Meine Erfahrungen als Lehrender zeigen mir, dass eine bewusste und kreative Auseinandersetzung mit diesen Hintergründen das therapeutische Vorgehen bereichern kann. Ich habe bei mir selbst und vielen anderen die Erfahrung gemacht, dass diese Arbeit, mich und andere wohlwollender und gnädiger gegenüber den positiven wie negativen Erlebnissen aus der Herkunftsfamilie gestimmt hat, so dass es leichter fällt, auf die „Schatzkiste“ mit Fähigkeiten zurück zu greifen, die wir von zu Hause mitbekommen haben. Es lässt sich nicht leugnen, dass auch das Gegenteil eintreten kann.

Ich gehe davon aus, dass das die selteneren Fälle sind, wo die therapeutisch Tätigen ihre eigene oder durch Lehrtherapeuten herbei geführte Entschlüsselung der sozialen Bedeutung ihres „Herkunftsmythos“ als Maßstab für die Lebensbewältigung ihren Klienten verordnen

oder in einer unversöhnlichen Haltung gegenüber ihrer Familienwahrheit verharren. Wir können die Entscheidung treffen, das familiäre Erbe frei oder befangen zu gestalten.

### ***Bescheidene Beiträge***

Seit 1983 führe ich mit Kolleginnen und Kollegen „Familienrekonstruktionen“ am IFW, A&E durch. Mein Verständnis über meine Aufgabe als Lehrtherapeut in diesem Seminar hat im Laufe der Jahre eine Wandlung erfahren. In den frühen Jahren stand die therapeutische Arbeit zwischen Lehrtherapeut als „Rekonstrukteur“ von Familienszenarien für den „Star“ (NERIN 1989, KAUFMANN 1990) im Vordergrund, wo wir darauf achteten, dass jeder seine „Reko“ bekommt. Heute achte ich mit meinen Kolleginnen und Kollegen, mit denen ich zusammenarbeite, eher darauf, dass das Geschehen in der Gruppe sich so organisiert, dass die „Weisheit der Gruppe“ (BACH/ MOLTER 1976) sich optimal entfalten kann.

Nun kann eine Veranstaltung wie Familienrekonstruktion sicher einen Kontext im Setting der Gruppe erschaffen, in dem die Beteiligten sich durch Übernahme von Familienrollen in den Dienst einzelner stellen und mit Hilfe des „Rekonstruktors“ bewegende und ergreifende Szenen gestalten, die eine Neubewertung des so „Rekonstruierten“ ermöglichen.

Als Lehrtherapeut kann ich aber auch meine Tätigkeit so begreifen, dass um das Thema Herkunftsfamilie in der Gruppe eine gemeinsame Suchbewegung entsteht, die hilft einzelne Entwürfe und Lebensgeschichten mit Hilfe von Genogrammen, Skulpturen, Aufstellungen u. v. a. m. anders zu (be)schreiben, indem sich die vielfältigen Bedeutungszuschreibungen, die sich aus der Position heraus, dass alle Beteiligten Beobachter von Beobachtern sind (auch die Lehrenden sind (nur) Beobachter, die beobachtet werden) als Angebote darstellen, sich an Lebensgeschichten ankoppeln, wenn es im Moment für den einzelnen passt. Die handelnden Lehrenden und Gruppenteilnehmer können nicht den Gang des Geschehens bestimmen, sondern werden als Teil des Gruppenprozesses von diesem selbst mitbestimmt. (MOLTER/ ELLEBRACHT 1997)

Ich habe immer wieder die Erfahrung gemacht, dass das gelingt, wenn man der Gruppe weitestgehend die Möglichkeit der Selbstorganisation einräumt. Von Lehrenden und Beteiligten verlangt eine solche Haltung eine Kontextsensibilität, mit deren Hilfe man es aushalten kann, dass auch andere Themen als die Beschäftigung mit der Herkunftsfamilie im Rahmen einer „Familienrekonstruktion“ für Transformationsprozesse zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung Wichtigkeit erhalten und sich für Lösungen der Zukunftsgestaltung geeignet zeigen dürfen.

Die Arbeit mit und in der Gruppe könnte man mit der Wirkweise des reflektierenden Teams (ANDERSEN 1990) vergleichen, „wo Kooperation, die prinzipielle Gleichberechtigung aller am Prozess Beteiligter, die Transparenz des Geschehens und das Anbieten von Komplexität“ (SCHLIPPE, A. v. 1996) als zentrale Begriffe des Geschehens gesehen werden.

Meine Aufgabe als Lehrtherapeut sehe ich darin,

- **schöpferische Distanz zu wahren,**
- **liebvolle Einfühlung aufzubringen,**
- **Verantwortung für meine soziale Wahrnehmung zu übernehmen, um die Autonomie in der Gruppe zu fördern und**
- **mich so authentisch wie möglich zu verhalten, um die Intersubjektivität im oben beschriebenen Sinne ernst zu nehmen.**

„Beisteuern meint die Kompetenz, sich erkennbar, verantwortlich und anschlussfähig daran zu beteiligen, Perspektiven zu weiten und neue Möglichkeiten zu erschließen, ohne dies einseitig und allein entscheidend tun zu können.“ (LOTH S. 42).

Ich komme noch einmal zurück zu Selbstgewissheit und Wahrheit und unterstreiche mit Heinz von Förster:

„(Denn) wenn der Gegenstand des Wissens dekonstruiert wird und Aussagen nicht prinzipiell richtig und falsch sein können, werden alle autoritären Behauptungen (und Autoritätsansprüche) in Zweifel gezogen.“

Ich helfe mit, einen Weg zu zeigen, die Teilnehmer sagen, wo es lang geht.

Zu Beginn des Vortrages habe ich die Vertreter der Mitgliedsinstitute der systemischen Gesellschaft gebeten, sich ihrer selbst zu vergewissern, indem sie sich an die eigene Nase zu greifen und dann in einem zweiten Schritt, die Nase mindestens eines anderen zu berühren. Eine sinnliche Metapher für die Entwicklung vom Selbst zum Beziehungselbst.

### ***Literatur:***

**Andersen, T.** (Ed.) (1990) Das reflektierende Team. Dortmund: modernes lernen .

**Bach, G., Molter, H.** (1976). Psychoboom, Wege und Abwege moderner Therapie. Düsseldorf: Eugen Diederichs.

**Blumenfeld, E.**(1998) Einbildungsroman. Frankfurt: Eichborn.

**Gibran, K.** (1975) Der Narr. Lebensweisheit in Parabeln. Olten: Walter.

**Grabbe, M., Schlippe, A. v.** (1997) Arbeitspapier zur Familienrekonstruktion im IFW, A&E.

**Kaufmann, R.** (1990) Familienrekonstruktion: Erfahrungen, Materialien, Modelle. Heidelberg: Asanger

**Loth, W.** (1997) Auf den Spuren hilfreicher Veränderungen. Das Entwickeln Klinischer Kontrakte. Dortmund: modernes lernen.

**Molter, H., Ellebracht, H.** (1997) Hans im Glück(s) – Systemkompetenz und andere Märchen. Kontext 28(1), pp. 5 – 14.

**Nerin, W.** (1989) Familienrekonstruktion in Aktion. Virginia Satirs Methode in der Praxis. Paderborn: Junfermann.

**Reich, K.** (1997) Systemisch – konstruktivistische Pädagogik. Einführung in Grundlagen einer interaktionistisch – konstruktivistischen Pädagogik.

**Schlippe, A. v.** (1996) Das Reflektierende Team als Methode. In: Schlippe, A. v., Kriz, J. Kontexte für Veränderungen schaffen. Systemische Perspektiven in der Praxis. Forschungsberichte Nr. 111. Osnabrück: Universität pp. 87 – 91.

**Yalom, I. D.** (1998) Die rote Couch. Roman. München: Goldman