

# Dimensionen sozialen Zusammenlebens in Systemen – Bedeutung für die Therapie

Hans Lieb

In diesem Beitrag geht es darum, an die Stelle des Blickes auf „Individuen mit Eigenschaften“ auf die Rolle von Personen für ein System zu blicken. Es wird sich zeigen, dass das, was für Eigenschaften gehalten wird, Rollen oder Positionen in Systemen sind. Dieser Systemblick eröffnet für Therapeuten und Systemmitglieder neue Sichtweisen und neue Formen der Therapie und des Umgangs miteinander. Es geht dann nicht um Veränderung von Personen, sondern um Integration verschiedener Positionen in einem System.

## 1. Philosophie der Dialektik und Systemtheorie

Was die heute in der Systemtheorie übliche Unterscheidung zwischen 3 eigenen autopoietischen Systemen betrifft (Psyche – soziale Interaktion und Kommunikation – Biologie und Körper), gehört diese Betrachtungsweise zur sozialen Welt der Interaktion. Die Systeme, um die es uns hier geht (Paare, Familien) sind soziale Systeme. Man könnte das Thema der Integration von Unterschieden und Polaritäten auch auf das System der Psyche anwenden. Auch hier müssen wir verschiedene Seiten in uns integrieren. Auch solche, die manchmal widersprüchlich sind.

Der Ansatz des „Kampfes zwischen Gegensätzen“ ist philosophisch nicht neu: Gerade in der sozialistischen-kommunistischen Weltanschauung spielt der Kampf der Gegensätze in der Dialektik eine wichtige Rolle. Ohne Widersprüche gäbe es aus dieser Sicht keine Entwicklung.

Nach der Philosophie der Dialektik und auf sozialpolitischer Ebene nach Karl Marx ist die Entwicklung einer Gesellschaft oder eines Systems geprägt vom „Hauptwiderspruch“ zwischen zwei Teilen eines Systems. Die Frage lautet dann was sind die für die Entwicklung maßgeblichen Gegensätze? Deren Dynamik prägt ein System.

Der Begriff der **Dimension** stammt aus der Mathematik und der Physik. Wir können ihn hier gut mit dem der Dialektik entstammenden Begriff der „Diathese“ zusammenbringen und fragen: Auf welcher Ebene des Zusammenlebens oder -Liebens oder -Streitens in einem Paar oder einer Familie findet eine der „Hauptauseinandersetzungen“ statt? Die hier vorgeschlagene Herangehensweise geht davon aus, dass diese Ebenen oder Dimensionen nicht beliebig sind, sondern dass es ganz bestimmte Dimensionen sind, auf denen sich die „Hauptwidersprüche“ abspielen. Wir kommen systemtheoretisch dann allerdings, anders als Karl Marx zum Schluss, dass es nicht um Widersprüche geht, sondern um die Integration von Unterschieden und Verschiedenheit.

Während sich die Dialektik und Marx mit großen sozialen Bewegungen im Geist oder in der Gesellschaft beschäftigt haben und die Tiefenpsychologie mit der Ebene der Psyche und sich dort abspielenden intrapsychischen Auseinandersetzungen, geht es uns hier sozusagen um eine mittlere Ebene: Um die soziale Welt eines Paares oder einer Familie.

## **2. Selbstbeschreibung – Fremdbeschreibung eines Systems**

Die dialektische Philosophie und die Systemtheorie stimmen in einem Punkt überein: Ob ein bestimmter „Grundwiderspruch“ oder eine bestimmte Dimension maßgeblich für die Dynamik und Entwicklung eines Systems oder einer Gesellschaft sind, hängt nicht davon ab, ob deren bewusste Benennung Teil der Selbstbeschreibung eines Systems ist. Mit anderen Worten: Die Dynamik eines Paares kann davon beherrscht sein, dass beide Seiten Macht über den anderen ausüben wollen, um nicht in die Position der Ohnmacht zu geraten, ohne dass dieses Paar sich selbst so beschreiben würde, dass es bei ihm um die Dimension Macht-Ohnmacht geht. Es kann sogar zur Dynamik gehören, dass das Paar sich der Bedeutung dieser Dimension nicht bewusst ist, weil es sonst den Machtkampf nicht fortsetzen könnte.

Wir dürfen nicht unterschätzen, welche Auswirkung es auf ein System haben kann, wenn es eine solche Beschreibung in seine Selbstbeschreibung aufnehmen würde. Das könnte dem im Paar vorherrschenden Modell über Partnerschaften widersprechen. Man merkt das z. B. bei der Dimension „Geben-Nehmen“. In gewisser Weise ist das eine buchhalterische Sicht auf eine Partnerschaft: Ich gebe und ich nehme und das tut auch der andere. Wenn es gut geht, sind beide Seiten ausgeglichen und alle zufrieden. Das klingt sehr ökonomisch und ist es auch. Wenn ein Paar demgegenüber glaubt, Partnerschaft bestehe erstens aus Liebe und das bedeute zweitens, dass es kein „Geben-Nehmen / kein haben wollen – geben wollen“ gebe, dann darf ein solches Paar offiziell nicht nach Geben-Nehmen bilanzieren. Das heißt aber nicht, dass es das auf unbewusster Ebene nicht doch tut oder dass die Dynamik zwischen beiden nicht doch davon geprägt sein kann.

Das bietet uns natürlich hohe therapeutische Chancen: Denn eine Fremdbeschreibung, die der Selbstbeschreibung widerspricht, kann eine heilsame Irritation auslösen.

## **3. Persönliche Eigenschaft oder Arbeitsteilung im System**

Was wir systemtheoretisch als Positionierungen einzelner Systemmitglieder auf solchen Dimensionen beschreiben können, wird von den Mitgliedern im System selbst oft für persönliche Eigenschaften gehalten und in gegenseitigen Auseinandersetzungen und Manövern zu bekämpfen oder zu verändern versucht.

Nehmen wir das Beispiel der Dimension „Nähe-Distanz“ (wir kommen später darauf zurück):

Herr P. wendet sich seiner Frau wenig zu, wirkt eigenbrötlerisch und liebt es, Dinge mit sich allein auszumachen und mit sich allein zu sein. Frau P. sucht demgegenüber das Gespräch, körperliche Nähe und gemeinsame Aktivitäten. Ihre Art stört ihn, seine Art stört sie.

Viele therapeutische Schulen neigen dazu, diese verschiedenen Stile für den Ausdruck unterschiedlicher Persönlichkeitseigenschaften zu halten: Er ist kontaktscheu, vielleicht schizoid und hat ein Problem mit Nähe. Sie ist klammernd, beziehungsabhängig oder symbiotisch.

Der systemische Blick auf die Dimension „Nähe-Distanz“ sieht das als Arbeitsteilung: Er repräsentiert die Seite der Distanz, sie die der Nähe. Beides sind wichtige Teile einer Partnerschaft. Das Paar hat sich hier „nur“ auf eine Arbeits-

teilung geeinigt. Würde Herr P. sich nächstehend seiner Frau zuwenden, würde sie irgendwann anfangen, auf Distanz zu gehen und umgekehrt.

Solche Arbeitsteilungen finden wir auf allen Dimensionen: Der eine ist verschlossen, der andere offen. In der Erziehung ist der eine Elternteil streng, der andere nachgiebig. Eine Seite möchte etwas verändern, die andere alles beim alten lassen. Aus der Innensicht der jeweiligen Rollen geht es um persönliche Eigenschaften von sich und vom anderen. Aus der systemischen Außensicht geht es um eine Rollenaufteilung: Einer vertritt die eine Seite, der andere die andere. Beide gehören zum Überleben des Systems. Wie man in diese Rollen kommt, ist für das System selbst nicht wichtig.

#### 4. Welche Dimensionen sind für Systeme und deren Therapie wichtig?

Die Anzahl potenzieller Dimensionen oder Widersprüche ist hoch. Geben-Nehmen / Autonomie-Bindung / Nähe-Distanz / Macht-Ohnmacht / Verändern-Bewahren sind nur die wichtigsten. Die Frage für uns Therapeuten ist: Was ist die für die Entwicklung eines Systems und dessen Veränderung die primäre Dimension? Welche sollen wir uns als Therapeuten ansehen? Welches steht für die Symptomatik eines Systems im Vordergrund?

Um das zu entscheiden, sind zwei Gesichtspunkte wichtig:

1. *Allgemeiner Systemischer Wissensbestand:* Wir sollten durch Eigenerfahrung und durch Ausbildung wissen, welche Dimensionen für Paare besonders wichtig sind. Das zu wissen gehört zum Hintergrundwissen von Systemtherapeuten: An welche Dimension *könnte* ich denken? Welche *könnte* ich in einem Paar erforschen?
2. *Fallbezogene Anwendung:* Welche Dimension ist bei *diesem* Paar mit *diesem* Problem und *dieser* Symptomatik eine möglicherweise besonders relevante Dimension? Marx würde sagen: Was ist der Hauptwiderspruch? Wir würden fragen: Welche Dimension prägt die Dynamik eines Systems? Man kann als Therapeut z. B. eine Hypothese aufstellen, welche Funktion ein Symptom (z. B. Fremdgehen / Angstzustände bei einem Partner / eine bestimmte Art zu streiten usw.) für eine bestimmte Dimension hat. Stellt ein Symptom Nähe oder Distanz her? Hat man mit einem Symptom Macht? Darüber können wir als Therapeuten zunächst nur Hypothesen bilden. Man kann ein System nicht sinnvoll fragen: „Um welche Dimension geht es bei ihnen?“ Das kann ein verstricktes System zunächst nicht beantworten. Wir sollten als konstruktivistische Systemtherapeuten hier nie vergessen: Jede Beschreibung eines Paares anhand solcher Dimensionen ist immer unsere Konstruktion des Paares in unserem Kopf und nicht das Paar selbst: Es geht nicht um Wahrheit, sondern um Pragmatik: Können wir, wenn wir diese Hypothese anwenden, zu Veränderungen beitragen?

#### 5. Die Rolle des Beobachters

Man kann einem bestimmten Verhalten eines Paares nicht „ablesen“, um welche Dimension es dabei geht. Ein „Schmollen“, ein „Libidoverlust“, Rückzug, Anklagen usw. haben keine Bedeutung „an sich“. Die ihnen zugeschriebene Bedeu-

tung für ein System erhalten sie nur dadurch, dass sie ihnen von einem Beobachter zugeschrieben wird. Wir sollten das auch in unserer Sprache bedenken. „Fremdgehen“ in einer Partnerschaft, das sich Treue versprochen hat, ist nicht „an sich“ Zeichen eines Strebens nach Autonomie. Einzelnen Systemelementen Bedeutung für eine Dimension zuzuschreiben, ist immer die „Erfindung“ eines Beobachters. Deshalb sollten wir in der Therapie solche Gedanken immer als Arbeitshypothesen verstehen und prüfen, ob sich damit im Sinne einer positiven Veränderung für das System arbeiten lässt. Wenn nicht, sollte man solche Ideen fallen lassen können.

## **6. Systemdimensionen mit Fallbeispielen**

### **6.1 Vorab eine kurze systemische Rekapitulation:**

Mitgliedschaft in einem System bedeutet Mitwirken an dessen Überleben. Soziale Systeme überleben nach anderen Gesetzen wie psychologische oder biologische Systemeinheiten. Das soziale Überleben bedarf der expliziten oder impliziten Regelung einiger fundamentaler Ebenen des Zusammenlebens, - liebens und - arbeitens: Wie oft und wie lange trifft man sich? Wie nahe kommt man sich dabei? Wie zeigt man sich, dass man sich mag und wie dann man sich nicht mag? Wer trägt den Müll raus und was tut der dafür der ihn nicht rausträgt? Wer entscheidet, wofür das Geld ausgegeben wird, wenn es Zeit für gemeinsame Erotik ist und wann für den Hausputz? Was davon muss nur in privaten Systemen, was nur in Organisationen und was in beiden geregelt werden? Soziale Systeme wären überfordert, müssten sie alle diese Ebenen explizit und jedes Mal neu regeln.

Ist (1) ein System auf Dauer angelegt (z. B. eine Familie als Eltern-Kind-System) oder ist es per Kontrakt oder Versprechen seiner Mitglieder entstanden (Partnerschaft), muss es (2) den Kontakt zu seiner Umwelt organisieren und schließlich (3) in den eigenen vier Wänden mit einem hohen Grad an räumlicher, lebenspraktischer und emotionaler Dichte leben, dabei (4) auch noch sicherstellen, dass nicht nur das System als ganzes gut überlebt (das „Wir“), sondern auch seine Mitglieder als autonome Individuen (die „Ichs“), dann hat das System einige Dimensionen des Zusammenlebens zu regeln. Es grenzt dann eher an ein Wunder, dass das bei vielen Systemen ganz gut klappt. Störungen und Probleme sind eigentlich als Normalfall zu erwarten. Im Folgenden werden die Dimensionen genannt, die private Systeme, d. h. Paare und Familien zu regeln haben. Das Wissen darum hat für therapeutische Systemdiagnosen deshalb große Bedeutung, weil viele unverständliche oder problematische Verhaltensweisen verständlich werden, wenn man ihre Funktion für diese Dimensionen versteht. Eine Systemdiagnose zu stellen heißt dann festzustellen, um welche Dimension es bei einem Problem geht, wie diese Dimension geregelt wird welche Funktion ein Symptom dabei haben könnte. Problemverhalten und Symptome systemisch zu erklären heißt hier dann, dem Verhalten oder dem Symptom eine dimensionsbezogene Bedeutung zuzuschreiben.

Im folgenden einige Ausführungen zu den bereits genannten besonders wichtigen Dimensionen in sozialen Systemen

## 6.2 Nähe – Distanz, Bindung - Autonomie

### Fallbeispiel:

*Für Familie Runold war eine Veränderung auf dieser Dimension besonders wichtig:*

*Vor der Therapie gab es heftige Auseinandersetzungen zwischen Mutter und Sohn. Sie gerieten bei jedem Thema aneinander. Der Sohn (19 Jahre) beherrschte es hervorragend, seine Mutter in lange und heftige Diskussionen zu verwickeln. Sie stieg auf jedes Streitangebot ein. Sohn und Mutter litten darunter. Der Vater verhielt sich dann passiv, enthielt sich jeder parteilichen Stellungnahme und litt im Stillen ebenfalls sehr unter diesen Streitereien zwischen Mutter und Sohn. Es litten also alle darunter. Hinsichtlich Nähe und Distanz kann man sagen: Mutter und Sohn sind sich im Streit nahe. Der Vater ist auf Distanz.*

*Nach therapeutischen Interventionen, auf die hier nicht näher eingegangen werden muss, gab es einige Veränderungen:*

*Veränderung eins: Die Mutter lernte, Diskussionen mit dem Sohn zu beenden: „Ich habe jetzt alles gesagt und beende das Gespräch“. Darunter litt der Sohn sehr. Er akzeptierte aber diese Art der Distanzierung der Mutter von ihm.*

*Veränderung zwei: Der Mutter ging es gut damit, dem Sohn und dem Vater schlecht. Das kann man auf der Dimension Nähe-Distanz so beschreiben: Mutter-Sohn waren sich sehr nahe. Nun trat zwischen ihnen eine Distanzierung ein. Der Vater war in Distanz zu beiden. Zwischen Vater und Sohn gab es eine große Distanz. Der Therapeut empfahl deshalb, dass Vater und Sohn bestimmte vereinbarte Zeiten miteinander verbringen sollten: Jeden Monat ein gemeinsames Abendessen im Restaurant zwischen Sohn und Vater. Gemeinsame Teilnahme beider an bestimmten Freizeitaktivitäten.*

*Als das alles „implementiert war“, ging es allen besser.*

*Dies ist erstens ein Beispiel dafür, das, was von außen wie eine Distanzierung aussieht (heftiger Streit) auf Systemebene als Nähe beschrieben werden kann. Und das ist zweitens ein Beispiel, dass es immer beides geben muss: Nähe und Distanz. Und das ist drittens ein Beispiel, wie ein System neue Formen von Nähe-Distanz entwickeln kann.*

Die Dimension „Nähe-Distanz“ regelt das Verhältnis von „Ich“ und „Wir“. Es regelt wie Systemmitglieder sowohl ihre Individualität oder ihre Autonomie („Ich“) leben und gleichzeitig miteinander verbunden bleiben und sich zugehörig fühlen können („Wir“). Das muss dann sowohl innen in der Psyche des Einzelnen wie außen in den Interaktionen miteinander gestaltet und gelebt werden: Wie viel Gemeinsamkeit und wie viel Eigenes, wie viel „Wir“ und wie viel „Ich“ darf und muss es geben und wie werden hier Einseitigkeiten verhindert oder Ungleichheiten bewältigt? Wer vertritt in einem Paar oder in einer Familie welche Seite? Gibt es eine unbewusste Arbeitsteilung (z. B. dass „er“ die Autonomie und „sie“ die Bindung vertritt, um sich sofort neu zu strukturieren, wenn einer im Rahmen einer Therapie hier die Seiten wechselt)? Welche Funktion hat ein Symptom für die Regulation dieser Dimension?

### 6.3 Geben – Nehmen:

#### Fallbeispiel:

*Herr und Frau Bogner sind verheiratet. Beide gehen ihren Berufen nach. Sie hat aus früherer Ehe 2 Kinder. Im Verlauf der Therapie wird sich Herr B. seiner Trauer darüber bewusst, kein Kind zu haben. Seine Frau wollte kein weiteres Kind und er hat darauf verzichtet. Sie wird über sein Leiden einerseits wütend und andererseits fühlt sie sich an seinem Leiden schuldig. Das Paar pflegt einen freundlichen bis beschwichtigenden Umgang miteinander. Vor diesem Hintergrund möchte Herr B. ihre Schuldgefühle abbauen und Frau B. ihm gerne sein Leiden an der Kinderlosigkeit ersparen. Sie ist 44 Jahre alt. Noch einmal Mutter zu werden, kommt für sie nicht in Frage.*

*Mit dem Therapeuten entwickelt das Paar folgende Lösungen aus dieser Leidens-Symbiose:*

- 1. Eine Paar-Diagnose: Beide haben in der Ehe gegeben und genommen. Der Verzicht des Mannes auf ein Kind ist ein Form des Gebens. Im Rahmen ihrer Kommunikationsstile war bisher die Aufstellung solcher „offener Rechnungen“ tabu.*
- 2. Herr B. schreibt einen Brief an das gewünschte, aber nicht gehabte Kind und drückt darin seine Trauer aus.*
- 3. Herr B. teilt ihr mit, dass sein Verzicht seine Entscheidung war und er „nur“ möchte, dass seine Frau den Preis sieht, den ihn das gekostet hat.*
- 4. Frau B. teilt ihm mit, dass sie diesen Verzicht für sie und für die Beziehung annimmt und dass sie ihm durch die „Annahme des Opfers“ nichts mehr schuldig ist.  
Mit diesen Lösungen ging es beiden gut.*

Die Zugehörigkeit zu einem System beinhaltet, dass man zu dessen Überleben etwas beisteuert („gibt“) und etwas erhält („nimmt“). Die Dimension Geben – Nehmen regelt, wer was gibt und was nimmt, wie es in der Gesamtbilanz zum Ausgleich kommen kann und wie damit umgegangen wird, wenn ein Ausgleich nicht möglich ist. Unausgeglichenheit wird psychisch oft als Schuld, Ausgeglichenheit als Unschuld erlebt. Dann sind die Geber im System in der Position der Unschuld und damit meistens in einer besseren Rolle. Wer mehr erhält oder nimmt, als er gibt fühlt sich meistens schuldig oder wird von anderen für schuldig erklärt. Jedes Systemmitglied für sich und jedes System als Ganzes macht über das Geben und Nehmen gewissermaßen eine offene und eine heimliche „Buchführung“. Als Idealzustand streben alle nach Ausgeglichenheit über die Zeit. Im realen Leben ist das nicht oder nur selten möglich. Dazu gibt es dann explizite oder implizite Systemregeln: Wie geht ein System (oder eine Person im System) damit um, wenn das Ideal (Ausgewogenheit) nicht erreicht werden kann (z. B. bei schwerer Krankheit, Kinderlosigkeit, finanziell ungleichen Verhältnissen). Welche Rolle spielt ein Symptom dann für die Bilanzierung des gegenseitigen Gebens und Nehmens? Wer gibt und wer nimmt „beim Symptom“?

## 6.4 Macht – Ohnmacht:

### Fallbeispiel:

*Als Kind war Herr F. von seinem Vater brutal geschlagen worden. Seine Mutter hat das geschehen lassen. Er ist Einzelkind. Heute ist er 44 Jahre, verheiratet, Stiefvater zweier Töchter. Seine Mutter ist tot. Sein Vater lebt allein.. Über die Gewalt-Vergangenheit wird nie gesprochen. Sein Verhältnis zum Vater ist schwierig. Er besucht ihn öfter und stellt fest, dass er dabei „dissoziiert“: Er sei da und doch nicht da. Das sei kein guter Zustand. In der Systemtherapie wird das Dissoziieren zunächst als Überlebensstrategie erkannt und gewürdigt. Das hatte er schon als geschlagener Junge getan. Für den erwachsenen Mann hat das heute aber eine andere Seite. In der Systemtherapie wird Dissoziation in diesem Fall nicht als Vorgang, sondern hier einmal als „Entscheidung, aus dem Kontakt zu gehen“ beschrieben. Für den Patienten ebenso überraschend wie heilsam ist die „Erkenntnis“, dass er das Dissoziieren auch als Macht gegenüber dem heute zu ihm kontaktsuchenden Vater einsetzt: „Mein Rückzug von Dir ist meine späte Rache.“ Nun entscheidet er sich für einen anderen Weg: Er schreibt zuerst eher für sich als für den Vater einen Brief an diesen, in dem er die Qualen seiner Kindheit ebenso benennt wie das sadistische Verhalten des Vaters und das schweigende Tolerieren der Mutter. Dann teilt er das seinem Vater sachlich mit. Das ist für ihn gleichzeitig eine Anerkennung dessen, dass die Vergangenheit nicht verändert werden kann, dass dies sein Vater ist mit dieser Geschichte und dass er heute ein handelnder Mann und kein Opfer mehr ist. Gewalt war Vaters Macht, Kontaktabbruch war seine Macht. Beide erfahren hier zeitlich versetzt Macht und Ohnmacht in ihrer Beziehung.*

Wer hat welche „objektive“ Macht im System durch Geld, Besitz, Vermögen? Wie geht er damit um? Wer hat welche kommunikative Macht: Argumentieren, Schreien, Leiden, Weinen, Schweigen, Kontakt abbrechen? Welche Macht und Ohnmacht verbindet sich mit einem Symptom bzw. mit dem Symptomverhalten? Wer bekommt und wer verliert Macht, wenn das Symptom „kommt“? Wird damit eine sonstige Macht-Ungleichheit im System „ausgeglichen“?

## 6.5 Veränderung – Bewahrung

*Ehepaar Mohnhaupt ist ein Traumpaar: Es hat zwei sich gut entwickelnde und zufriedene Kinder; die Familie, lebt im eigenen abbezahlten Haus. Er hat dafür Geld von seinem Erbe eingesetzt und hat ein recht gutes Einkommen.. Sie ist zu Hause und geht vielen Hobbies nach. Dann bricht aus heiterem Himmel eine Krise herein: Sie geht mit dem Ehemann eines befreundeten Paares eine Affäre ein. Als er das entdeckt, bricht eine Welt zusammen. Veränderungen sind angesagt. In paartherapeutischen Gesprächen lässt sich rekonstruieren, dass die Ehefrau sich seit Jahren wie in einem goldenen Käfig Gefangene fühlte, weil ihr das luxuriöse Familienleben zu dicht und zu langweilig geworden war und sie sich ohne eigenen Verdienst abhängig von ihrem Ehemann fühlte. Dieser hatte sich all die Jahre wohl gefühlt: In der Arbeit und zu Hause. Für ihn hatte es keinen Grund zur Veränderung gegeben. Für sie schon. Die Außenbeziehung kann hier als ihr Ausbruch aus Gewohntem verstanden werden und als Einleitung an-*

*stehender Veränderungen für beide. Dem stellte sich das Paar auch: Die Besitzverhältnisse wurden neu geordnet, sodass die Frau für ihre Arbeiten für die Familie und ihren Berufsverzicht mehr Anteil am Familienbesitz erhält. Sie geht arbeiten. Er ist damit sehr zufrieden, weil seine innere Achtung vor der Ehefrau steigt.*

Jedes System befindet sich gleichzeitig im Zustand permanenter Entwicklung und unter permanentem Zwang zum Bewahren der bisherigen Identität. Beide Seiten folgen daraus, dass sich Systeme, Systemmitglieder und Systemumwelten über die Zeit aufgrund deren autopoietischer Entwicklungen ändern und daraus, dass dabei die Kernidentität des Systems aktiv erhalten werden muss. Deshalb gibt es in jedem System Vertreter der Veränderung und Vertreter des zu Bewahrenden. Wer steht für was? Welche Rolle könnte ein Symptom (wie das die Notwendigkeit einer Veränderung markierende „Fremdgehen“ im Fallbeispiel) dabei haben? Manchmal leitet ein Symptom eine anstehende Veränderung ein. Oft besteht die Symptom-Funktion darin, im Sinne eines Kompromisses gleichzeitig das Alter zu bewahren und auf eine notwendige Veränderung hinzuweisen. In der Therapie sollte man dann beide Seiten im Auge haben.

## **7. Soziale Welt – psychische Welt**

Aus systemtheoretischer Sicht sind Interaktion / Kommunikation der sozialen Welt auf der einen und das psychische Geschehen einer Person auf der anderen Seite zwei eigene autopoietische Systeme.

Was das Thema der „sozialen Dimensionen“ betrifft, bedeutet das, dass die „Spiele“ der Kommunikation und der Interaktion, die auf den jeweiligen Dimensionen stattfinden, ihren eigenen Gesetzen folgen: Wer einmal in Machtkämpfe verstrickt ist, kann sich daraus nicht so leicht befreien. Machtspiele beherrschen das soziale Geschehen. Man könnte das mit Fritz Simon auch so beschreiben: Machtspiele auf der sozialen Dimension „Macht-Ohnmacht“ sind manchmal „härter“ als die Psyche. Eine „Psyche“ mag sich vornehmen, sich nicht an Machtspielen zu beteiligen und ist doch darin gefangen. Eine Psyche mag sich selbst „erzählen“, sie habe mit der Dimension „Geben-Nehmen“ nichts im Sinne und wird doch von den Spielregeln dieser sozialen Dimension beherrscht. Wer beispielsweise auf sozialer Ebene viel „bekommen“ hat (z. B. weil er lange krank war und andere viel Fürsorge gezeigt haben), der mag sich subjektiv frei von Verpflichtungen den „Gebern“ gegenüber fühlen und nimmt im sozialen Regelwerk doch die Position ein, „zurückgeben“ zu wollen oder zu müssen. Dann würde man einer sozialen Regel dieses System folgen, wonach man zurückzugeben hat, wenn man erhalten hat.

Das führt uns natürlich auch auf die Kraft der Bewusstheit zurück: Wenn sich die Psyche dieser Spielregeln bewusst wird, kann sie aussteigen.

Das ist unsere Chance als Therapeuten, der „Psyche“ zu helfen, solche Spiele zu erkennen und auszusteigen.

## 8. Systemische Fragen zu einzelnen Dimensionen

Systemtherapeuten haben in den letzten Jahrzehnten viele spezifische Fragen entwickelt, mit deren Hilfe man ein System dazu explorieren kann, wie es bestimmte Dimensionen verwirklicht. Sie helfen einerseits, sich ein therapeutisches Bild davon zu machen und andererseits dem so befragten System, ein Bild von den diesbezüglichen eigenen Spielregeln für die jeweiligen Dimensionen zu entwickeln.

Die im Anhang beigefügten Handouts des IFW Weinheim – System für systemische Entwicklung und Ausbildung in Deutschland enthalten eine Liste solcher Fragen.

## 9. Selbstreflexion für Therapeuten

Wenn wir die Prämisse akzeptieren, dass jedes System sich auf diesen Dimensionen positioniert, dann kann man für die Ausbildung von Therapeuten daraus ableiten, dass sie ihre Arten von Positionierungen auf diesen Dimensionen in ihren Beziehungen / Systemen erforschen.

Zur Dimension Geben-Nehmen kann sich z. B. jeder Therapeut, der selbst in einer Beziehung lebt, einmal seine „Bilanz“ erstellen:

- \* Was „gebe / investiere“ ich in meine Partnerschaft?
- \* Was bekomme ich oder „hole“ ich mir?  
Wichtig ist, dass dieses „Geben-Nehmen“ jeder in seiner eigenen Währung verbucht: Was für mich geben ist, kann dem anderen unwichtig sein. Was ich als „Eingang“ („Nehmen“) verbuche kann für den anderen irrelevant sein.
- \* Am Ende kann jeder Ausbildungsteilnehmer seine buchhalterische Bilanz aufmachen: Gebe ich mehr als ich nehme? Nehme ich mehr als ich gebe? Besteht ein Ausgleich? Wenn nicht: Wie lebe ich oder wie leben wir mit der Dysbalance?  
Man kann solche Untersuchungen für jede andere Dimension anstellen.  
Das ist für Therapeuten in der Ausbildung wichtig, damit sie selbst ein Gefühl für die Bedeutung solcher Dimensionen und solcher Betrachtungen erhalten.

### Anhang:

Fragen zur Exploration sozialer Dimensionen. Lehrmaterial IF Weinheim.