

Changing Perspective – Changing Solutions

Zusammenfassung des Vortrages von Dr. Ilka R. Hoffmann anlässlich der Verleihung des Forschungspreises 2007 der Systemischen Gesellschaft in Mainz am 16.5.07

Ausgangspunkt für meine Forschungsarbeit war das von Watzlawick, Fisch und Weakland am Mental Research Institute (MRI) in Palo Alto (USA) entwickelte *Brief Therapy Model*. Diesem Modell liegt das Konzept der Veränderung zweiter Ordnung zu Grunde, welches auf der Annahme basiert, dass Probleme durch (erfolglose) versuchte Lösungen (*attempted solutions*) aufrechterhalten werden. Weiterhin wird angenommen, dass dieser „Teufelskreis“ für eine Problemlösung durch Interventionen von Experten unterbrochen werden muss. Diese Art von Interventionen nenne ich „implizite Ressourcenaktivierung“, zumal die Interventionen für die Klienten nicht transparent sind. Werden die Interventionen von den Klienten angenommen, ist dieses Modell sehr hilfreich. Problematisch an diesem Modell kann jedoch sein, dass die Richtung der therapeutischen Interventionen oft gegen den „common sense“ der Klienten geht und diese somit nicht immer akzeptiert werden, was zum Therapieabbruch führen kann. Dies lässt sich am Beispiel der Magersucht gut verdeutlichen: Meist hält die versuchte Lösung der Eltern, nämlich die Tochter auf jede erdenkliche Weise zum Essen bewegen zu wollen, das Problem aufrecht. Wenn die Richtung der therapeutischen Intervention nun darauf ausgerichtet ist diese versuchte Lösung zu unterbrechen, bedeutet das, dass die Therapeutin versucht die Eltern durch eine (implizite) Intervention von der Haltung „du musst essen!“ zu „du sollst nicht essen!“ zu bewegen. Da die Eltern jedoch um das Leben ihrer Tochter fürchten, kann es schwierig für sie sein eine Intervention in diese Richtung anzunehmen.

Ziel meiner Forschungsarbeit war es

- a) das Nützliche des MRI-Modells zu bewahren, nämlich das Konzept der Veränderung 2ter Ordnung, welches sehr relevant bei chronischen Problemen ist (Teufelskreis der versuchten Lösung);
- b) das Problematische des MRI-Modells zu verändern: nicht akzeptierte therapeutische Interventionen und den Kontext des therapeutischen „Expertentums“.

Meine **Idee** war: Wenn Klienten therapeutische Interventionen zur Unterbrechung ihrer versuchten Lösung nicht akzeptieren, wären eventuell eigene Ideen der Klienten hilfreicher. Das hieße, eine Veränderung zweiter Ordnung müsste durch *explizite* anstatt durch *implizite* Ressourcenaktivierung angeregt werden. Während einer Diskussion mit Richard Fisch bezüglich meiner Idee entgegnete dieser: „Wenn Klienten eigene versuchte Lösungen

unterbrechen könnten, hätten sie es getan und wären nicht in Therapie“. Meine Vermutung war, dass die Klienten eine Musterunterbrechung deshalb bisher nicht erreicht hatten, weil sie auf der rational-logischen Ebene über ihr Problem nachgedacht haben und ihnen somit ihr „common sense“ im Weg war. Durch einen Perspektivwechsel auf die analoge Ebene könnten sie ihre „Ratio“ umgehen und das Muster ihrer versuchten Lösung mit Hilfe ihrer inneren Ressourcen unterbrechen. Aus dieser Vermutung entstand mein Konzept der Veränderung zweiter Ordnung durch explizite Ressourcenaktivierung auf der analogen Ebene: *Explizit analoge Interventionen in der Systemischen Kurzzeittherapie*.

Die entwickelte **therapeutische Methode** geht von der (erfolglosen) versuchten Lösung der Klienten aus und regt eine *Analoge Präsentation* dieser Lösung durch innere Bilder an. Auf der Ebene seiner eigenen inneren Bilder wird der Klient dann im Veränderungsprozess begleitet. So sah eine Klientin sich in ihrem inneren Bild für die versuchte Lösung als Soldat in der Grundausbildung. Als Soldat sollte sie mit einem Seil über eine Mauer klettern, schaffte es aber nicht. Im Prozess der Analogen Präsentation entdeckte die Klientin, dass der Soldat aber auch außen herum gehen könnte.

Der **Vorteil** von explizit analoger Ressourcenaktivierung ist, dass die Klientenressourcen genutzt werden und dass sowohl die Größe der Veränderung als auch das Timing von den Klienten selber bestimmt werden kann. Darüber hinaus erleben die Klienten es als sehr positiv, selber zu Lösungen gekommen zu sein

Empirisch untersucht wurde die für den Veränderungsprozess zentrale Phase des Modells, die Phase der „Analogen Präsentation“. Für die Untersuchung wurde eine eigene qualitative Forschungsmethode entwickelt, bestehend aus einer strukturellen und einer sequentiellen Datenanalyse. Ergebnis der Untersuchung war unter anderem ein deskriptives Modell des Prozesses der Analogen Präsentation. Darin enthalten ist das ursprüngliche Konzept für diese Phase und neue Entdeckungen durch die Forschung: Wie man mit „Störungen“ im Prozess umgehen kann. (Bsp.: Wenn es Gegenstimmen zur neuen Lösung gibt). Auch diese „Störungen“ können durch explizit analoge Ressourcenaktivierung durch die Klienten selber aufgelöst werden

Die Möglichkeit Klientenressourcen explizit, also direkt, aber auf der analogen Ebene zu aktivieren steht auch nach Abschluss meiner Forschungsarbeit im Zentrum meines Interesses als Therapeutin, Trainerin, Forscherin und Autorin. Ich mache mit diesem Ansatz gute Erfahrungen in der Praxis und experimentiere mit Möglichkeiten der Erweiterung auf andere Modalitäten.

Literatur: Ilka R. Hoffmann (2007), Changing Perspective – Changing Solutions. Activating Internal Images for Change in Systemic Brief Therapy. Heidelberg: Carl-Auer Verlag