

Systemische Psychologie

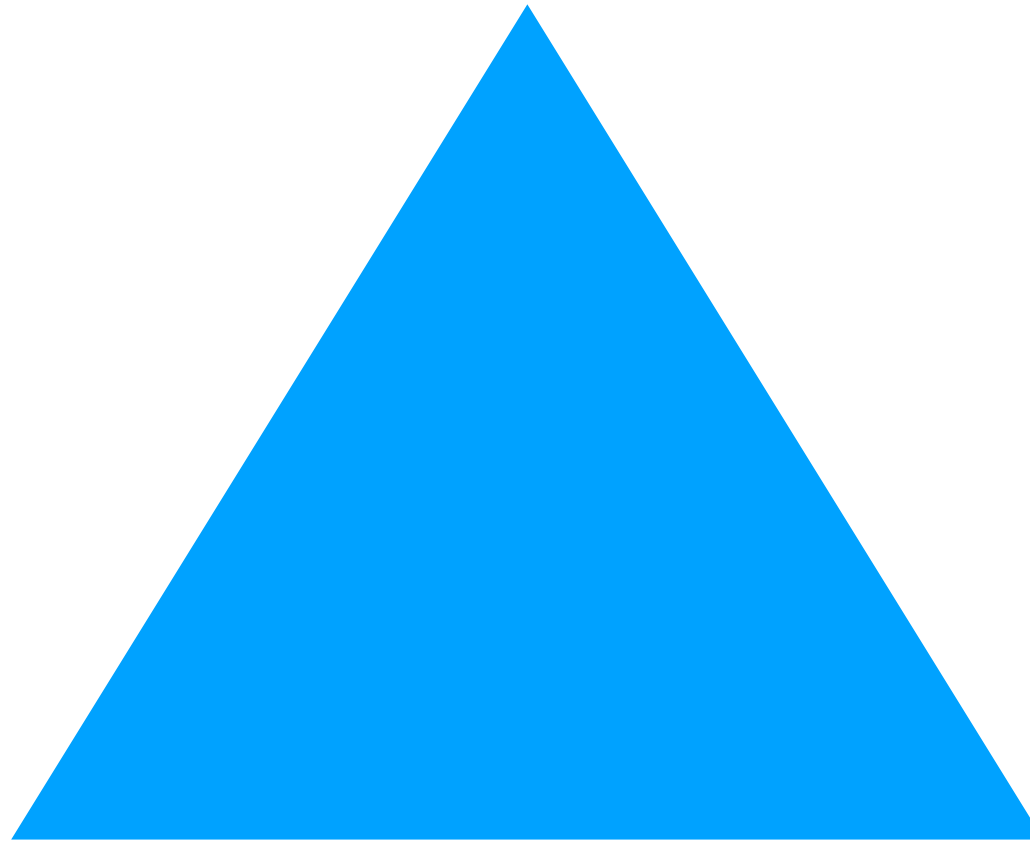
TH Deggendorf

WS 2026/2027

Günther Mohr

Das systemische Dreieck

Vernetzung
und wechselseitige
Abhängigkeit



Wirklichkeitskonstruktion
im Kontext

Selbsterhalt
über Eigengesetzlichkeit

Ursprünge 1: Kybernetik

- Norbert Wiener: Regelkreise in Systemen
- Conant-Ashbey-Theorem: „Every good regulator of a system must be a model of that system“

Ursprünge 2: Mailänder Schule

- Der „designierte Patient“ ist nur der Symptomträger für eine Systemstörung
- Familientherapie bedeutet alle zusammen behandeln
- 2 Therapeuten im Raum, 2 hinter der Einwegscheibe
- Viele „zirkuläre Fragen“
- Am Ende eine gemeinsame Schlussintervention

Ursprünge 3: Palo Alto

- Gregory Bateson, Paul Watzlawik und andere
- Bateson: Information = ein Unterschied, der einen Unterschied macht
- Bateson - „Das Identitätsparadoxon“: Wer derselbe bleiben will, muss sich verändern!
- Watzlawik: Lösungen 2. Ordnungen = nicht mehr oder weniger desselben, sondern Lösung auf anderer Ebene
- Sich selbst verstärkende (Denk-)Systeme: Die Geschichte mit dem Hammer

**Paul Watzlawick
Janet H. Beavin
Don D. Jackson**

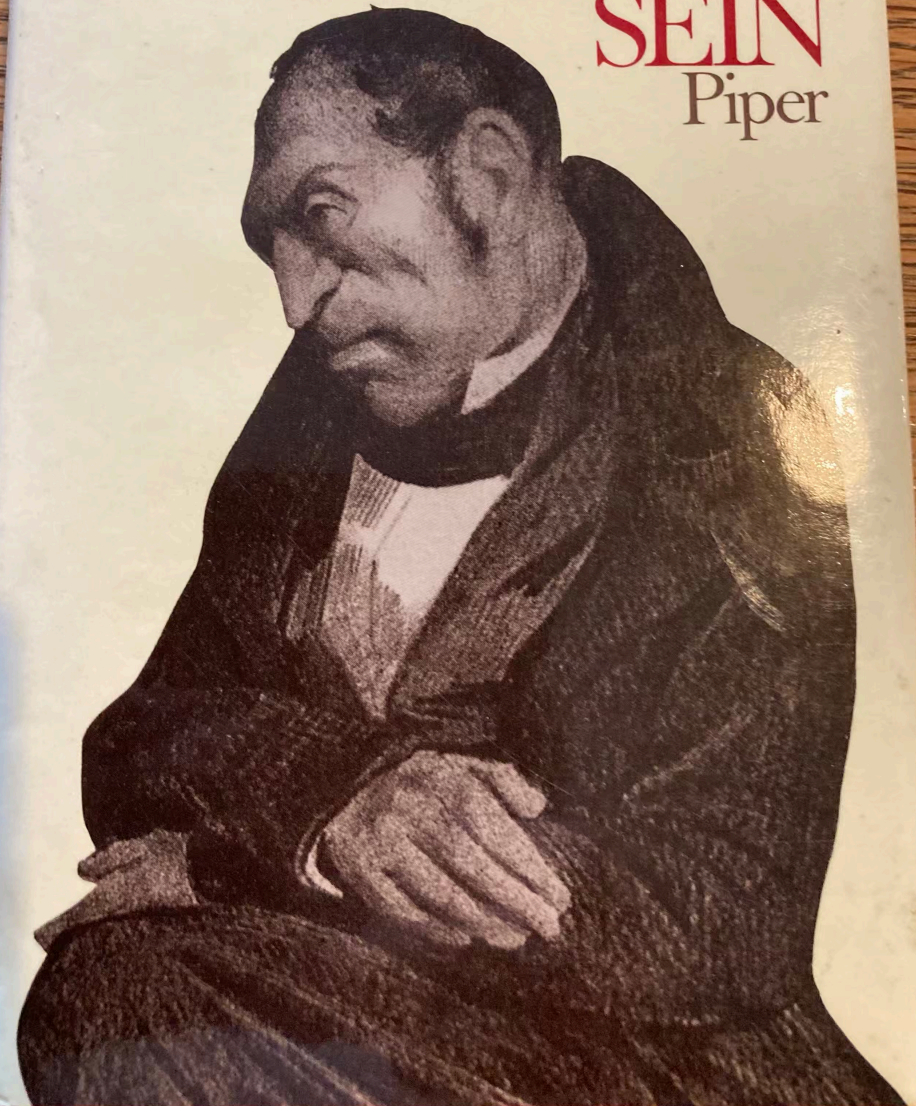
Menschliche Kommunikation

*Formen, Störungen, Paradoxien
Vierte, unveränderte Auflage*

**Verlag Hans Huber
Bern Stuttgart Wien**



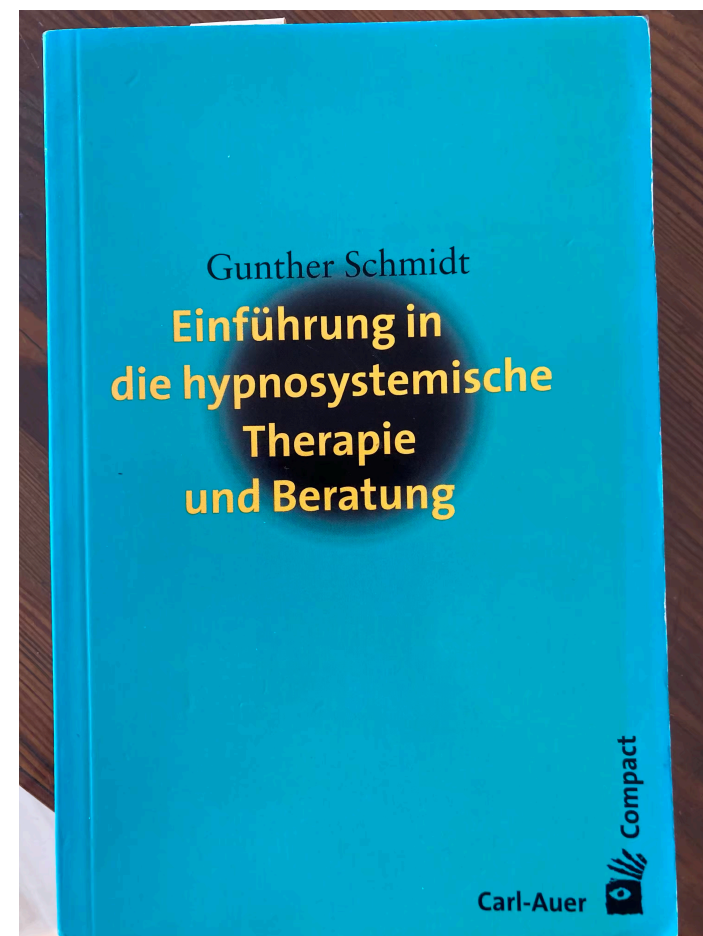
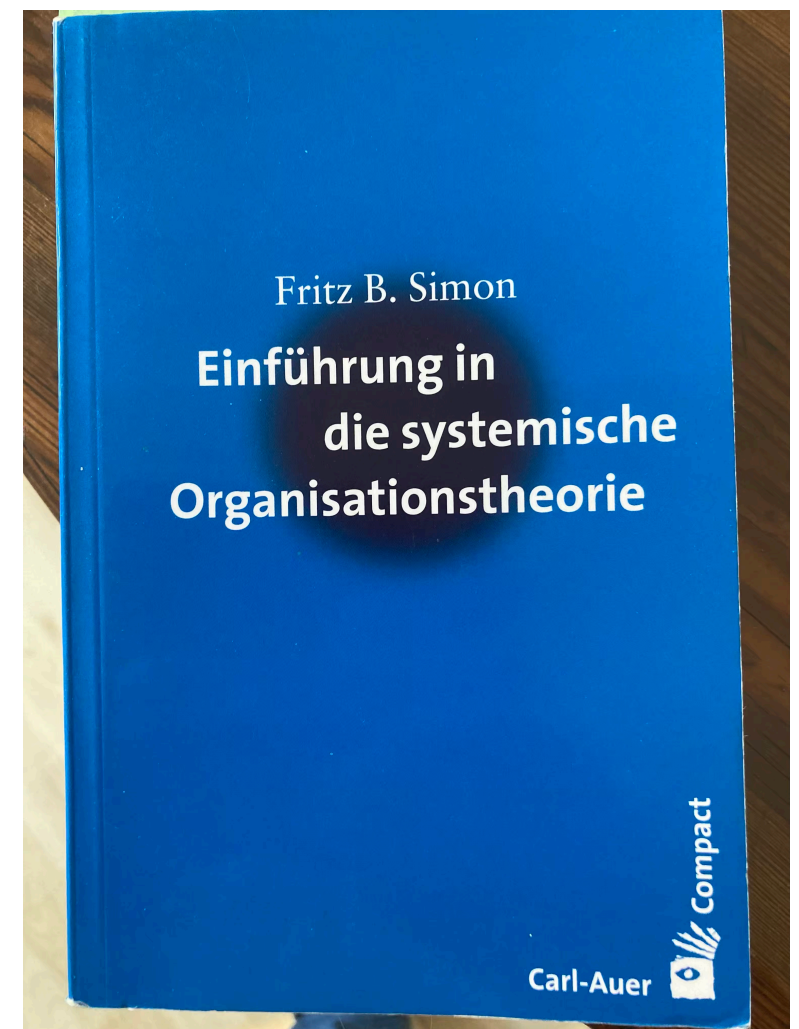
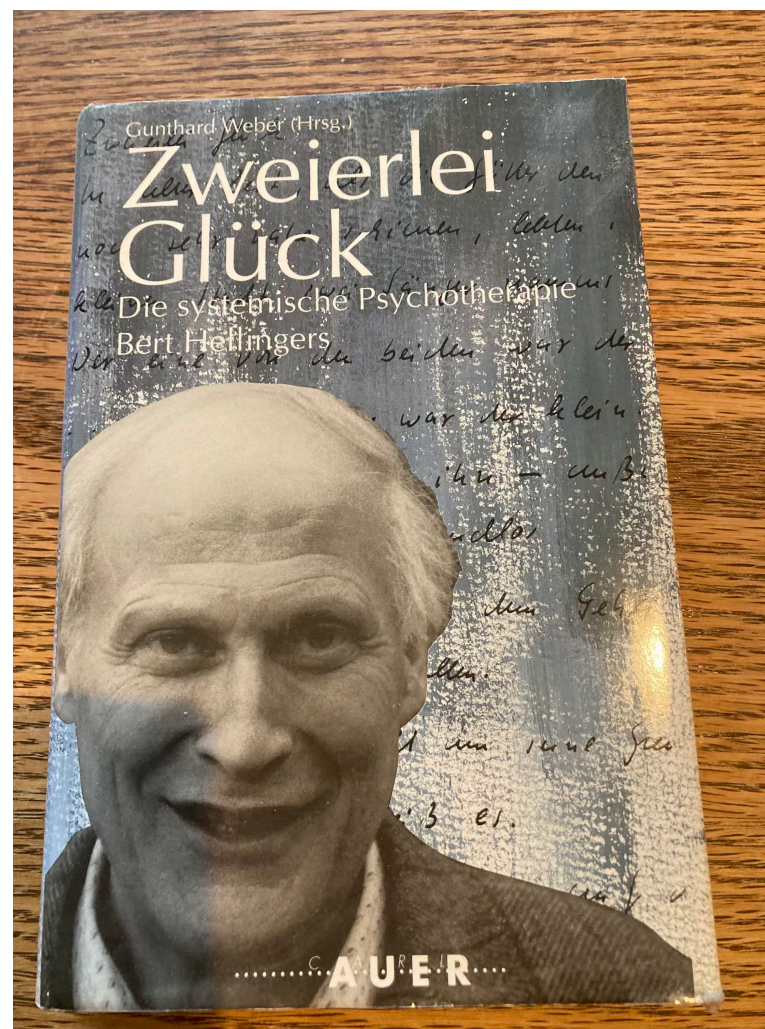
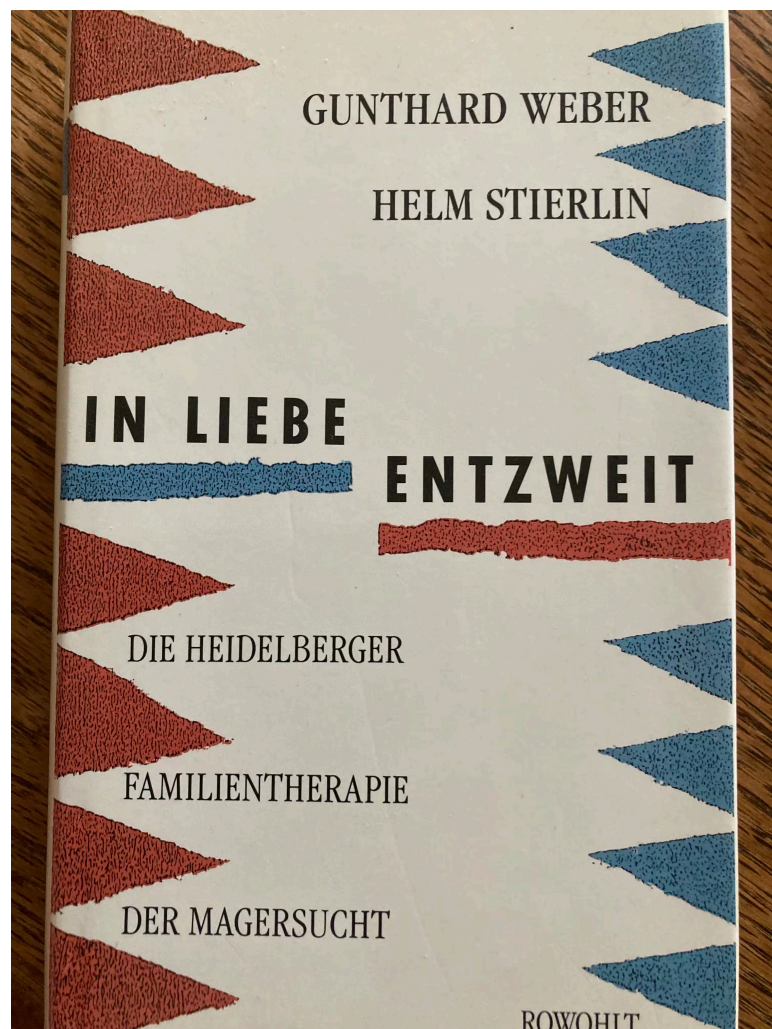
Paul Watzlawick
**ANLEITUNG
ZUM
UNGLÜCKLICH
SEIN**
Piper



Günther Mohr

Ursprünge 4: Heidelberger Schule

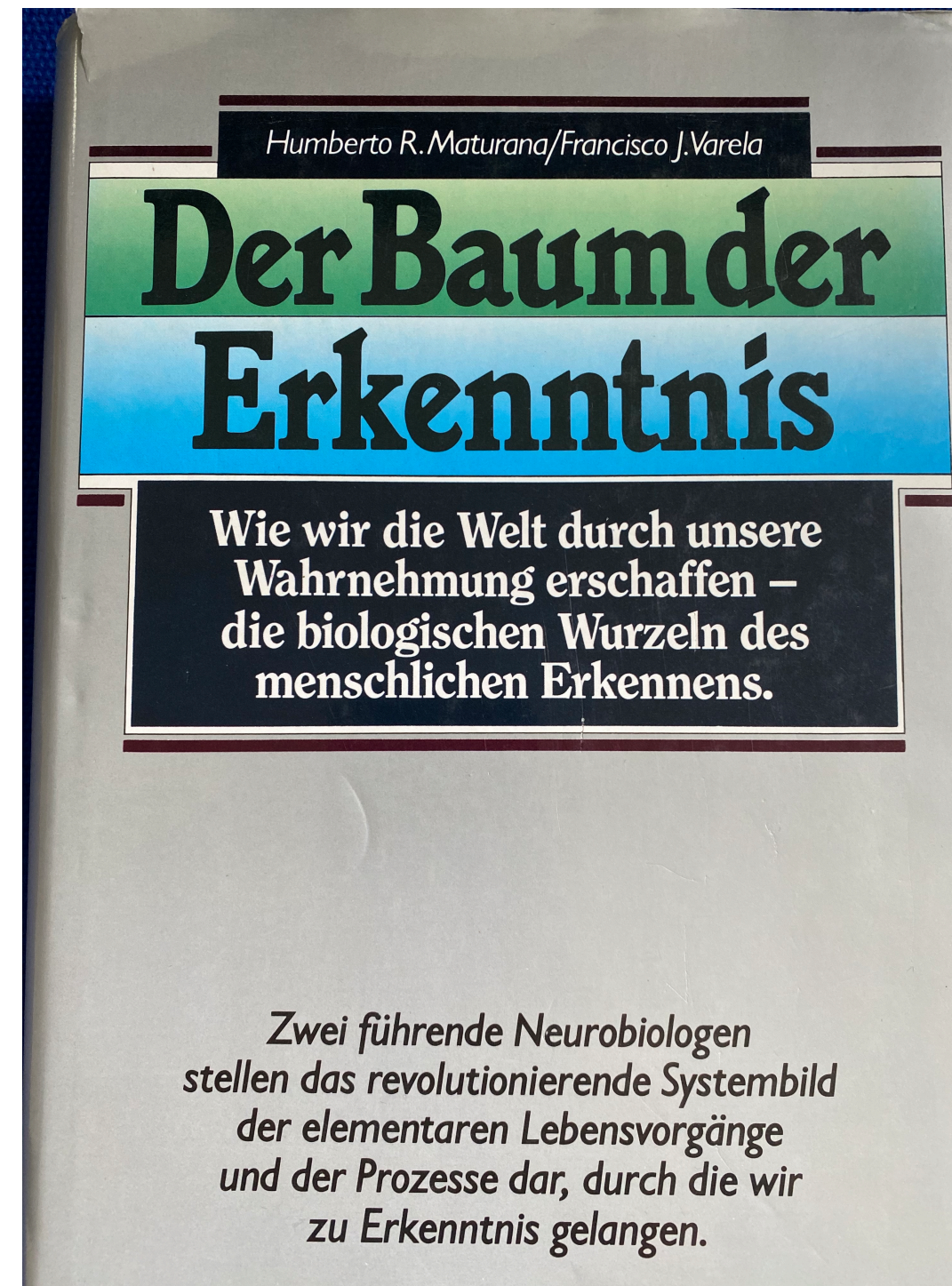
- Helm Stierlin, Gunthard Weber, Fritz Simon, Gunther Schmid, Arnold Retzer
- Stierlin: Delegation von Themen über Generationen in Familiensystemen; später auch von Ivan Boszormany-Nagy: „Invisible Loyalties“; Fanita Englisch: Die „heiße Kartoffel“
- Fritz Simon: der heute bekannteste Systemiker: „Systemische Organisationstheorie“, „Systemische Wirtschaftstheorie“



Günther Mohr

Ursprünge 5: Maturana & Varela

- Buch „Der Baum der Erkenntnis“
- Autopiesis als Grundlage lebender Systeme
- Strukturdeterminiertheit und Geschlossenheit von Systemen
- „Es gibt keine instruktive Interaktion“



Ursprünge 6: Niklas Luhmann

- Deutscher Soziologe
- Organisationen sind reine Kommunikationssysteme. Kommunikation aus Rollen heraus.
- Verschiedene gesellschaftliche Systeme stehen nebeneinander (Wirtschaft, Politik, Privatraum, Kirchen,...)

Aufmerksamkeit

- Aufmerksamkeit ist das kostbarste Gut, so der Philosoph Wilhelm Schmid.
- „Energy flows, where attention goes...”
- Systemisch Denken bedeutet zu beobachten, wie die Aufmerksamkeit sich bewegt.
- Dort wo Aufmerksamkeit hingelenkt wird, ist Wirklichkeit.
- Ökonomisch betrachtet wird dort investiert. / „Das Rad, das meisten quietscht, wird am meisten geölt.“
- Frage: Wie lässt sich Aufmerksamkeit erzeugen?

Ressourcen- und Zukunftsorientierung

- Der systemische Ansatz zeichnet sich durch eine bestimmte Zeitvorstellung aus. Psychoanalytische und psychodynamische Konzepte setzen an der Aufarbeitung der Vergangenheit an. Verhaltenstherapeutische Modelle betonen das aktuelle Verändern, etwa das direkte Hineingehen in eine angstbesetzte Situation.
- Im Systemischen geht es am ehesten um die nahe Zukunft. Wie kann der Lösungsraum aussehen? Mit welcher Perspektivenänderung kann er betreten werden?
- Dabei spielen Ressourcen eine entscheidende Rolle. Ressourcen sind Phänomene (Fähigkeiten, Reaktionen, Gedanken, äußere Faktoren,...), unterstützend für eine gewünschte Reaktion dienen.



Interventionen

- Eine Intervention ist ein Impuls an ein System, seine Eigenorganisation zu verändern.
- Nach Maturana/Varela gibt es keine instruktive Interaktion, also ein direktes Eingreifen in ein anderes System.



Perspektivensteuerung

- Durch Interventionen wird versucht die Aufmerksamkeit zu lenken. Z.B. kann eine Frage die Aufmerksamkeit des Gesprächspartners lenken.
- Eine Vielfalt von Fragetechniken steht dafür zu Verfügung.
- Genauso kann eine Rückmeldung an den Gesprächspartner in Form einer Geste, einer Anerkennung oder einer Kritik die Aufmerksamkeit zu steuern versuchen.
- Übung: „unterschwellig kritisch“