

netzwerke 01/23

Schwerpunktthema: Gruppe

Carmen Unterholzer über die Gruppe als lange vernachlässigtes Potenzial

Ein Plädoyer für das Verständnis gruppendynamischer Prozesse
von Sophie Buchinger

Gruppentherapie im klinischen Setting von Bernhard Pölzl

Kreative Gruppen in der Kunsttherapie von Anna Danzer-Ernst

Gruppentherapie für Menschen mit autistischer Wahrnehmung
von Lena Holubowsky und Jennifer Kernreiter

Follow-up Mitgliederbefragung

Einblicke in das ÖAS-Kongress-Organisationsteam

Begriffe

Körper, Gesellschaft und Familie systemisch gedacht

Berichte, Personelles, Rezensionen, Jour Fixe Termine, Hinweise



ÖAS
Österreichische
Arbeitsgemeinschaft
für systemische Therapie
und systemische Studien



PurePrint®
innovated by gugler® DruckSinn
Gesund. Rückstandsfrei. Klimapositiv.
drucksinn.at

Impressum

Medieninhaber:in und Herausgeber:in: ÖAS – Österreichische Arbeitsgemeinschaft für Systemische Therapie und Systemische Studien, 1010 Wien, Eßlinggasse 17/2
Obfrau: Mag.^a Diana Karabinova; Obfrau-Stellvertreterin: Mag.^a Birgit Dietl
Redaktion: Mag.^a Maria Asenbaum, Mag.^a Barbara Höllrigl, MSc., Mag.^a Anita Kohlheimer-Dörflinger, Mag.^a Milena Mazanec-Mitmasser, Mag.^a Evtimiya Radeva-Kulnigg, Mag.^a Elisabeth Ritter-Venier, MMag.^a Cornelia Schallhart
Layout: Tanja Pichler; Druck: gugler* print, Melk/Donau
ZVR: 204223903, DVR: 595161, UID-Nr.: ATU66226504

Diese Zeitschrift ist eine kostenlose und parteipolitisch unabhängige Mitgliederzeitschrift, die halbjährlich erscheint und über Vorgänge im Verein berichtet. Kommentare und Beiträge müssen sich nicht mit der Meinung der Redaktion decken.

Liebe Leser:innen,

Aufatmen, durchatmen und sich vorsichtig aus der Corona-Starre heraus trauen, das prägt für viele von uns und unseren Klient:innen gerade die Gemütslage. Den Herbst und Winter ohne Lockdown und ohne große Einschränkungen überstanden und zurück in den ganz normalen Wahnsinn. Vollerorts starten neue Projekte, teils mit viel Elan und teils mit Vorsicht geplant, weil vor dem Hintergrund der großen Herausforderungen unserer Zeit nichts fix zu sein scheint.

Eines der bereits umgesetzten Projekte ist die neue **Webseite der ÖAS**, die sich nicht nur im neuen Gewand, sondern auch inhaltlich und strukturell neu präsentiert. Hier soll ein Platz für noch mehr Transparenz und Vernetzungsmöglichkeiten entstehen, um sowohl das Studieren als auch das Mitarbeiten an der ÖAS noch zugänglicher zu gestalten.

Mit den großen gesellschaftspolitischen Themen, der Matrix, vor der wir therapeutisch arbeiten, beschäftigt sich der nächste **ÖAS Kongress zum Thema narrative Therapie** in Salzburg. Hier sollen die diskursiven Verflechtungen zwischen Politik, Gesellschaft und Psychotherapie aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachtet werden. Die Freude, dass für die ÖAS wieder ein Kongress mit internationaler Beteiligung möglich ist, ist groß, die Dringlichkeit, die Themen Anti-Rassismus, Ökologie, Gender und Migration in der Psychotherapie-szene zu verankern, noch größer.

Auch wir von den **netzwerken** mussten uns mit ökologischen und ökonomischen Realitäten auseinandersetzen und werden unsere **online-Ausgabe** aus diesen Überlegungen heraus für alle zugänglicher gestalten und das Print-Lesen nur auf Wunsch fortsetzen.

Auch im **schwerpunkt** dieser Ausgabe haben wir uns mit dem Zusammenkommen, dem Zusammenarbeiten und der Begegnung beschäftigt. Wir widmen uns einem im systemischen Umfeld gerade weniger diskutierten Setting: der **Gruppentherapie**. Zur Überraschung des Redaktionsteams sind uns auf unsere vorsichtige Anfrage: ‚Macht überhaupt

jemand Gruppen?‘ eine Vielzahl von Gruppenkonzepten, theoretischen Überlegungen und gruppentherapeutischen Praxisbeispielen präsentiert worden. Unser Schwerpunkt ist so umfangreich wie schon lange nicht mehr! Carmen Unterholzer macht den Auftakt mit einer Verortung der Gruppentherapie in der Systemischen Therapie. Sophie Buchinger gibt Einblicke in das gruppensystemische Denken und die Überlegungen hinter den sogenannten T-Gruppen. Lena Holubowsky und Jennifer Kernreiter berichten über ihre Gruppe für Menschen mit autistischer Wahrnehmung, Bernhard Pölzl betrachtet Wirkfaktoren im klinischen Gruppensetting und Anna Danzer-Ernst erzählt uns von ihrer Kunsttherapeutischen Gruppe aus zwei Perspektiven.

In unserer Reihe **berichte** gibt es neben dem Bericht aus dem Vorstand einen Follow Up-Bericht zur Mitgliederbefragung von Maria Asenbaum zu lesen, und Christine Lewandowski und Daniela Oman berichten über ihre Erfahrungen in der Lehrambulanz.

Jennifer Kernreiter befragt in **zu wort gekommen** Carmen Unterholzer zu ihrem 2021 erschienenen Buch „Selbstwirksam Schreiben“, während Klemens Meister sich mit dem Familienbegriff aus systemtheoretischer Sicht auseinandersetzt. Außerdem erweitert Erik Zika seine Fragerunde ‚2 Fragen aus 7 Perspektiven‘ und fragt nach der Bedeutung der Begriffe Körper und Gesellschaft für die Systemische Therapie.

Unter **personelles** stellt Ariane Zach die Studierendenvertretung vor. Es gibt auch einen **nachruf** zu lesen, das Curriculum C15 verabschiedet sich von der viel zu früh verstorbenen Kollegin Irene Voithofer.

Auch in dieser Ausgabe der **netzwerke** dürfen natürlich die Rezensionen nicht fehlen, sowie auch die Jour Fixe Termine und weitere Hinweise.

Viel Vergnügen beim Lesen und
einen inspirierenden Start in das Jahr 2023
wünschen Ihnen

*Maria Asenbaum und Milena Mazanec-Mitmasser
im Namen des Redaktionsteams*



1. Reihe: Klemens Meister, Diana Karabinova, Erik Zika, Noah Artner

2. Reihe: Gertraud Wiener-Schneider, Doris Psenner-Unterluggauer, Johanna Schwetz-Würth, Birgit Dietl

Liebe Kolleginnen und Kollegen,
Liebe Vereinsmitglieder,

Im April 2022 wurde ein neuer Vorstand aus einem Mix von erfahrenen und neuen Vorstandsmitgliedern gewählt. Daraufhin folgten Monate mit teilweise sehr intensiver Arbeit an recht unterschiedlichen Themen:

Die Ausbildungsverträge wurden juristisch geprüft und in Bezug auf Konsumentenschutz, Datenschutz und Onlineunterricht auf den aktuellen Stand gebracht.

Ein Team, bestehend aus den Mitgliedern Anna Danzer-Ernst und Brigitte Hinteregger, sowie den Vorstandsmitgliedern Gertraud Wiener-Schneider

und Noah Artner haben eine Mitgliederbefragung konzipiert und durchgeführt. Die Ergebnisse der Befragung sind in diesem Heft nachzulesen. Herzlichen Dank an das Team!

Nach vielen Monaten mit intensiven Auseinandersetzungen, Ideenaustausch und Tüfteln ging die neue ÖAS Homepage online: modernisiert, kundenorientiert und mitgliederfreundlich. In die Überarbeitung der ÖAS Homepage sind die Ergebnisse aus der Mitgliederbefragung auch eingeflossen, viele Verbesserungsvorschläge daraus wurden berücksichtigt. Großen und herzlichsten Dank an dieser Stelle an alle, die beigetragen haben, dass die neue Homepage online ist, und ganz besonders an Erik Zika, der unermüdlich daran gearbeitet hat!

Die seit Jahren angekündigte Akademisierung unseres Berufes und das in diesem Jahr sehr wahrscheinlich kommende neue Psychotherapiegesetz hat die ÖAS im Vorstand und in den Lehrtherapeut:innenteams enorm beschäftigt. Es gibt eine „Akademisierungsgruppe“ in der ÖAS, die sich regelmäßig getroffen, ausgetauscht und über notwendige bzw. mögliche Schritte beraten hat. Die ÖAS ist unter anderem mit mehreren Universitäten österreichweit in Verhandlungen, um gemeinsam mit einer Hochschule einen Universitätslehrgang zu gestalten und durchzuführen. Aktuell sind in Wien die Verhandlungen am weitesten gediehen und wir hoffen auf eine gute Zusammenarbeit! Herzlichen Dank an alle Lehrtherapeut:innen, die für die ÖAS diese wichtige Arbeit leisten!

SAVE THE DATE!

Vom **8.–10. Juni 2023** findet ein **ÖAS Kongress** zum Thema **„Narrative Therapie“** in **Salzburg** mit prominenter internationaler Besetzung statt.

Last but not least traf sich der Vorstand im Oktober 2022 zu einer Klausur in Salzburg. In den sehr dichten eineinhalb Tagen waren einerseits strategische und zukunftsorientierte Themen im Mittelpunkt (mögliche Auswirkungen der Akademisierung auf den Verein, eine etwaige Positionierung der ÖAS als eine wichtige, österreichweit agierende systemische Ausbildungs- und Forschungseinrichtung). Andererseits wurde über eine stärkere Professionalisierung beim Einsatz verschiedener Medien- und Kommunikationskanäle für die Verein- und Ausbildungsarbeit beraten, sowie über nötige Weiterentwicklungen in der internen Vereinsarbeit gesprochen. Einige Arbeitsgruppen sind daraus entstanden, die wichtige Themen weiterbearbeiten und Maßnahmen umsetzen. Die Klausur wurde als Erfolgsmodell bewertet und wird daher weiterhin jährlich stattfinden.

Vielen herzlichen Dank an alle Vorstandskolleg:innen für die Zusammenarbeit in diesem arbeitsreichen und bewegten Jahr, und ein großes Dankeschön für das Vertrauen der Mitglieder!

Diana Karabinova

2 Fragen aus 7 Perspektiven beantwortet – was „Systemische Therapie“ alles sein kann

In den vorletzten Netzwerken war der erste Teil dieser „Fragerunde“ zu finden, in dieser Ausgabe folgt der zweite Teil. Gefragt wurde nach der Bedeutung von zwei sehr unterschiedlich wirkenden Begriffen für die Systemische Therapie: Körper und Gesellschaft.

Auch dieses Mal antworten aus sieben verschiedenen Perspektiven der Systemischen Therapie jene Kolleg:innen, die schon beim ersten Teil teilnahmen. Vielen Dank!

Viel Spaß beim Lesen wünscht jedenfalls, Erik Zika

1

Klemens Meister

Systemische Therapie (Luhmannscher Provenienz)

Welche Rolle spielt der Körper in „Luhmanns Systemtheorie“?

Luhmann unterscheidet zwischen sozialen, psychischen und biologischen Systemen, welche jeweils auf sehr spezifische Weise operieren und sich dadurch unterscheiden. Der Körper findet im biologischen System seine Berücksichtigung, da der Mensch als Konglomerat verschiedener Systemtypen verstanden wird. Soziale und biologische Systeme operieren getrennt, sind jedoch aufeinander angewiesen. Der Körper bzw. das biologische System stehen insgesamt in Luhmanns Betrachtungen weniger im Fokus.

Welche Rolle spielt die Gesellschaft?

Luhmann setzte sich in seiner Arbeit zentral mit sozialen Systemen auseinander, wobei er dabei zwischen Interaktionen, Organisationen und Gesellschaft als unterschiedlichen Formen von sozialen Systemen unterscheidet. Laut Luhmann ist das einzige Element, das die Gesellschaft als solches definiert, nicht der Mensch (mit seinem Körper und Gehirn), sondern die Kommunikation, die zwischen Menschen stattfindet. Gesellschaft wird demnach als Gesamtheit der Berücksichtigung aller möglichen Kontakte verstanden – als Netzwerk von Kommunikation.

Johanna Schwetz-Würth

Systemische Therapie (Synergetik)

2

Welche Rolle spielt der Körper in diesem Ansatz?

Es geht um die Veränderungen von Bio-Pscho-Sozialen Systemen, das schließt Körperlichkeit explizit mit ein. In der Mustererkennung – einem der generischen Prinzipien – werden Leid aufrechterhaltende Fühl-Denk-Verhaltens-Muster beschrieben. Diese müssen auch als Körpermuster gedacht und erlebt werden, da Fühlen, Denken und Verhalten ohne körperliche Repräsentation nicht möglich sind, ihre Veränderung auch nicht.

Welche Rolle spielt Gesellschaft?

Die Prinzipien der Selbstorganisation komplexer Systeme gelten auch für Gesellschaft. Sie beschreiben, wie Ordnungen entstehen und sich selbstorganisiert aufrechterhalten und können mit erklären, warum auch in gesellschaftlichen Systemen Veränderung so schwierig und unvorhersehbar bleibt. Gesellschaft bleibt auch im synergetischen Denken immer mit-beeinflussende Umwelt für andere Systeme und so relevant für die Psychotherapie. Sie wird mit-gedacht, bekommt aber in der keine sehr prominente Rolle.

3

Doris Psenner

Hypnosystemischer Ansatz

Welche Rolle spielt der Körper in diesem Ansatz?

Im hypnosystemischen Ansatz ist der Körper bedeutsam und wird vielfältig in den therapeutischen Prozess einbezogen. Dies geschieht durch die Beachtung von innerem Erleben und Körpererleben, sowie damit einhergehenden Wechselwirkungsprozessen. Klient:innen werden eingeladen, auf das innere Erleben zu fokussieren. Durch Unterschiedsfragen wird Klarheit unterstützt: Größe, Weite, Energie, Temperatur, Raumerleben; z. B. auch beim Auftauchen bestimmter Seiten.

Welche Rolle spielt Gesellschaft?

Gesellschaft könnte beschrieben werden als unterschiedliche Kontexte und Ebenen mit unterschiedlichen Einladungen, die hypnosystemisch betrachtet, unterschiedliche Erlebnisnetzwerke in Menschen aufrufen. Dies wird im therapeutischen Tun berücksichtigt durch die Vorstellung, in beobachtende Positionen zu gehen (z. B. Blick vom Berg), um damit mehr Überblick über eigene Erlebensweisen und Wechselwirkungsprozesse zu erlangen.

besseren „Verstehens“. Insgesamt würde ich sagen, dass der Körper eine stark vernachlässigte Ressource der Systemischen Therapie allgemein darstellt und erst in der Weiterentwicklung problemorientierter Ansätze zu hypnosystemischen Konzepten mehr und expliziter Platz gefunden hat.

Welche Rolle spielt Gesellschaft?

Problemorientierte systemische Therapeut:innen fokussieren (ich glaube, wie alle Systemische Therapeut:innen) ganz stark auf den Kontext von Problemen, Störungen, Erkrankungen oder Leidenszuständen allgemein. Der Fokus des Verstehens und möglicher Veränderungen ist immer die Beziehung, aufrechterhaltende Faktoren im System, im Kontext. Das kann der Arbeitsplatz sein (z.B. Burnout), die Familie (z.B. kindliche Ticstörungen, Verhaltensauffälligkeiten), die Schule (ADHS, Schul- und Leistungsverweigerung, kindliche Phobien) und das größere System (e.g. Magersucht, Diskriminierung, Transgender, Transsex) mit ihren normierenden, oft einschränkenden oder krankmachenden Wirklichkeitskonstruktionen. Gesellschaft (damit auch Kultur oder Religion) wird in Interaktion mit kleineren Systemen (Familie, Schule, Arbeit) verstanden, Klient:innen werden unterstützt, krankmachende Glaubenssysteme zu hinterfragen, sich dagegen aufzulehnen oder im Falle von Nichtveränderbarkeit unterstützt zu überlegen, welchen Kontext es brauchen würde (Familie, Schule, Arbeit etc.), um gesund zu werden und auch zu bleiben.

4

Stefan Geyerhofer

Problemorientiert-strategischer Ansatz

Welche Rolle spielt der Körper in diesem Ansatz?

Der Körper spielt in diesem Ansatz eine untergeordnete Rolle. Gerade mal kommt er in der Literatur vor, als ein möglicher „Signalgeber“, als Ressource zum therapeutischen Verständnis von Symptomen – für Therapeut:innen, aber vor allem für Klient:innen selbst (im Sinne von „Was zeigt Ihnen Ihr Körper damit auf?“). Tranceinduzierte Interventionen und Vorschläge für „Experimente im Alltag“ nutzen körperliche Zustände, um Veränderung auch emotional zu verankern – im Sinne einer „emotionalen korrigierenden Erfahrung“, abseits eines neuen oder

Ferdinand Wolf

Lösungsfokussierter Ansatz

Welche Rolle spielt der Körper im lösungsfokussierten Ansatz?

Körperliche Zustände werden im LF-Ansatz nur dann als Gesprächsthema behandelt, wenn diese von Klient:innen direkt thematisiert werden. Interessanterweise ergeben sich neuerdings Parallelen zur LF-Therapie (prozessualer Ablauf und Haltung) im Rahmen einer körperorientierten Therapie, nämlich der Faszien Distorsions Methode (FDM) nach Stephen Typaldos.

5

Welche Rolle spielt Gesellschaft im lösungsfokussierten Ansatz?

Gesellschaftlich implizit relevant könnte die Ansicht des Verzichts eines „Brechens von Widerstand“ im Sinne eines Machtanspruches zugunsten einer gezielten Suche nach Kooperationsmöglichkeiten sein.

Ebenso ergeben dekonstruktionistische Vorgangsweisen bei Generalisierungen („Global Frames“) Handlungsoptionen im gesellschaftlichen Bereich, wenn es um Auflösung von Vorurteilen geht.

6

Susanne Klingan

Collaborative Therapy

Körper und der dialogische Ansatz/collaborative therapy: Dialoge sind körperlicher Ausdruck und Resonanz – als therapeutischer Fokus des dialogischen Ansatzes – und mit der Wahrnehmung von Körperzuständen (dem eigenen und den von Klient:innen) unmittelbar verbunden:

John Shotter spricht von „witness-thinking“: *„Witness-thinking‘ is a dynamic form of reflective interaction that involves coming into contact with another’s living being, with their utterances, with their bodily expressions, with their words, their works.“* (John Shotter (2004). *On the edge of social constructionism. „Witness-thinking“ versus „aboutness-thinking“*. London: KCC Foundation Publications)

Die Rolle von Gesellschaft im dialogischen Ansatz/collaborative therapy:

Repräsentant:innen dieses Ansatzes sprechen vom Ende großer Theorien, von Klient:innen als Expert:innen und dem therapeutischen Dialog als partizipatorischer Erfahrung:

„Unser generelles Ziel sollte ein kritischer Standpunkt sein, sich der Machtstrukturen bewusst zu werden, die in den Vorannahmen jeglichen sozialen Diskurses, einschließlich des ‚kritischen Diskurses‘, verborgen sind. Daher sollte nicht nur unsere Theorie, sondern auch unsere Praxis eine Sensibilität für verborgene Machtbeziehungen

widerspiegeln.“ (Hoffman, L. (1992). Für eine reflexive Kultur der Familientherapie. In: Schweitzer, Retzer, Fischer (Hrsg.), *Systemische Praxis und Postmoderne*. Suhrkamp, Frankfurt a. M., S.36.)

Elisabeth Ritter-Venier

Narrative Therapie

7

Welche Rolle spielt der Körper in der narrativen Therapie?

Über die Art und Weise, wie wir mit unserem Körper, den wir als Resonanzquelle immer mit dabei haben, durch verschiedene Zeiten, Welten und Kontexte wandern, erzählen wir uns selbst und anderen Geschichten. Geschichten, die psychisches, körperliches und soziales Geschehen und Erleben verbinden und unser Verhalten beeinflussen. Dabei sind wir eingebunden in vielschichtige Wechselwirkungsprozesse auf unterschiedlichen Ebenen, die wiederum auf uns zurückwirken. Im therapeutischen Prozess können wir Klient:innen bestärken, neue Erfahrungen, Bedeutungen und Handlungsmöglichkeiten zu erproben und den Veränderungen des verkörperten Erlebens für bevorzugte Neuerzählungen nachzuspüren und zu nützen.

Welche Rolle spielt Gesellschaft?

Poststrukturalistische und sozialkonstruktivistische Überlegungen zu Machtstrukturen, normierenden Einflussgrößen und dem Diskurs des Widerstandes gegen Unterdrückung in Gesellschaften waren prägend für die Entwicklung einer narrativen therapeutischen Haltung. Wir machen von klein auf Erfahrungen in vorgegebenen gesellschaftlichen, historischen, kulturellen und soziopolitischen ‚Denk- und Möglichkeitsräumen‘. Gesellschaftliche Rahmenbedingungen (Kontexte und Diskurse) nähren unsere Sichtweisen, Werte, Überzeugungen und Erwartungen. Wie wir sie erleben und bewerten, färbt die Narrative, die wir uns selbst und anderen erzählen. Im therapeutischen Prozess die gesellschaftlich ermöglichenden und einschränkenden Umstände aufzugreifen, kann Klient:innen entlasten, bestärken und anregend sein für alternative Erzählungen.

Selbstwirksam schreiben

Ein Interview mit Carmen Unterholzer, geführt von Jennifer Kernreiter

Im Jahr 2021 erschien das Buch „Selbstwirksam schreiben. Wege aus der Rat- und Rastlosigkeit.“ Carl-Auer Verlag, Heidelberg, 130 S.

Jennifer Kernreiter (J.K.) unterhielt sich mit der Autorin Carmen Unterholzer (C.U.), um mit deren Eindrücken aus ihrer psychotherapeutischen Erfahrung das Buch näher zu beleuchten.

J.K.: Carmen, was war dein Anstoß zu diesem Buch?

C.U.: Es freut mich sehr, dass das Interesse an dem Buch groß ist. Wie es sich ergeben hat? 2017 ist „Es lohnt sich einen Stift zu haben“ erschienen. Dieses Buch war mein Versuch, die Erfahrungen, die ich im Zusammenhang mit Schreiben in der systemischen Therapie gemacht habe, zu systematisieren. Ich habe auch immer wieder Erfahrungen gemacht, dass es nicht immer sinnvoll ist, das Schreiben einzusetzen. Ich habe mir überlegt, wann es sinnvoll ist, es einzusetzen. Das wollte ich verschriftlichen. Es war klar, dass es ein Fachbuch werden wird, da es mir um die Systematisierung gegangen ist, sowie um die Integration dieser Methode in die systemische Therapie. Als es erschien, habe ich Rückmeldungen von Kolleg:innen bekommen, sie finden viele Anregungen, viele Ideen vor, aber ihnen fehlt im Buch mehr Konkretes. Zum Beispiel, wenn ich jetzt eine:n Klienten:in therapeutisch begleite, deren:dessen Blick auf die Welt sehr negativ ist, wie könnte ich das Schreiben einsetzen? Konkrete Ideen waren gefragt. Ich mache parallel zu psychotherapeutischen Gruppen auch Schreibgruppen, dabei habe ich die Rückmeldung von Teilnehmer:innen bekommen, dass es ihnen auch ein Stück zu theoretisch ist. Das war klar, denn das war nicht die Zielgruppe. Ich bin auf die Idee gekommen, man könnte es von einem theoretischen Level zu einer praktischen Herangehensweise herunterbrechen. Außerdem hat mich der Verlag schon 2017 angesprochen, ob nicht die Möglichkeit bestünde, von

einem Fachbuch in Richtung Sachbuch zu gehen. Viele von den Übungen, die in dem Buch „Selbstwirksam“ beschrieben sind, sind allesamt Übungen, die praxiserprobt sind. Es war mir ein Anliegen, viele Übungen zu sammeln, um sie auch in einer konkreten Form weitergeben zu können. Nachdem ich viele Jahre als Journalistin gearbeitet habe, dachte ich mir, das ist einfach, weil schreiben kann ich. Es wird in Richtung wissenschaftliches Schreiben gehen und anwenderorientiert sein. Es verkauft sich, glaube ich, einerseits sehr gut, da es sehr kompakt und auch grafisch schön geworden ist. Das hat der Verlag sehr gut gemacht. Ich bin zufrieden.

J.K.: Zurecht. Eine der Empfehlungen aus deinem Buch war, dass eine Klientin ein Kündigungsschreiben an ihren Perfektionismus schreiben soll, und sie ist dem nachgegangen und hat neue Erkenntnisse entdecken können. Es hat mich angeregt zu überlegen, wem ich das Buch noch empfehlen kann, vor allem jemandem, der sich nicht in Therapie befindet und ein ganz konkretes Anliegen für Veränderung hat. Vielen würde ich zutrauen, deine Schreibanleitungen alleine zu nützen.

C.U.: Das war mir ein großes Anliegen, von Anfang an, diese Klarheit zu haben, weil ich mir denke, Menschen, die sich mit sich selbst beschäftigen, die sich in Krisen befinden, die verlieren auch manchmal diese Klarheit. Wenn ich mir als Leserin dann ein Buch in die Hand nehme, dann will ich eine gute Struktur haben, an die ich mich auch ein Stück weit anhalten kann. Das Thema Selbstwirksamkeit ist etwas, was mich in der Therapie immer wieder beschäftigt. Ich war auch gerade wieder mit Stefan [Geyerhofer] in einem Gruppenselbsterfahrungsseminar, in dem wir viel geschrieben haben, da gab es wieder ein schönes Beispiel von Selbstwirksamkeit. Die Idee war, einen Dialog zu schreiben, zwischen einer Verhaltensweise, einer Eigenschaft, die dem guten Therapeut:innensein

in die Quere kommen kann. Die Teilnehmer:innen sollten eine Gegenstimme dazu finden und in den Dialog treten. Die Gegenstimme hat das letzte Wort. Ein Beispiel war, dass das, was in die Quere kommen könnte, die Vielfältigkeit und die Buntheit wäre, wodurch sie den roten Faden verlieren könnte, und die Gegenstimme war die Metaposition. Darunter war eine Traurigkeit, die sehr berührend war, und das ist eine Erfahrung, die ich öfter mache. Da scheint mir, als gäbe es ein gut in uns verwurzeltes Wissen, das ermöglicht, dass durch das Schreiben etwas bewusst gemacht werden kann. Klient:innen sagen, sie kommen zu einem Ergebnis, sie haben eine Erkenntnis „erschrieben“, von der sie vorher keine Ahnung hatten. Das finde ich bewundernswert, das ist ein Teil von Selbstwirksamkeit, die Erfahrung, die in mir steckt. Das ist das, was wir Systemiker:innen immer sagen, wir gehen davon aus, dass die Ressourcen in uns liegen. Das ist auch etwas, was man durch Schreiben gut hervorbringen kann.

J.K.: Du verdeutlichst das oft in den ersten Stunden, in denen du die Wunderfrage – die Generalprobe für die Lösung – stellst, viele deiner Klient:innen haben eine gute Vorstellung für eine Lösung. Es passiert aber, dass etwas dazwischenkommt oder es schwer ist, diese zu verfolgen. Durch das Schreiben entdecken sie ihre Lösung oftmals wieder für sich.

C.U.: Mir liegt es fern, so zu tun, als ob dies eine Methode ist, die ein Allheilmittel ist, sondern es ist eine Methode, die für manche Menschen passt und für manche Menschen nicht relevant ist. Ich habe aber auch die Erfahrung im Laufe der Zeit gemacht, dass es immer öfter eine gute Möglichkeit darstellt, vor allem für Menschen, die nicht besonders schreibgeübt sind. Wie das Beispiel des Postbeamten, der nie geschrieben hat. Als er „outgesourced“ (gekündigt) wurde und sehr unglücklich dadurch wurde, hat er sich in den Abendstunden meist mit viel Alkohol betäubt. Da war dann der Vorschlag, er soll doch einfach mal aufschreiben, was ihm durch den Kopf geht. Er hat es für sich als Möglichkeit der Krisenbewältigung nutzen können. Er hat dann parallel dazu eine frühere Leidenschaft wiederentdeckt, die Musik. Er

hat unglaublich viel geschrieben, immer wieder auch Liedtexte in seine Texte eingeflochten, und ist viele Stunden mit einem Packen an Zetteln gekommen. Er hat gesagt, ihm war es wahnsinnig wichtig, sich bewusst zu machen, was in ihm vorgeht. In einem Katamnesegespräch nach einem halben Jahr habe ich ihn gefragt, wie es dem Schreiben geht, und er hat gemeint, er hat seitdem den Stift nicht mehr zur Hand genommen. Es sei auch nicht mehr notwendig. Es sei ihm besser gegangen, im Laufe der Zeit. Das war für mich ein gutes Beispiel für jemanden, der vielleicht als bildungsfern bezeichnet wird, aber für den das Schreiben trotzdem eine gute Möglichkeit sein kann. Wichtig ist nur, es niederschwellig einzuführen, es nicht mit Gedichten oder Versen, sondern mit Zeilen oder Stichwörtern möglichst alltagsnah einzuführen. Es geht nie darum, die Idee zu vermitteln, dass es literarische Werke werden sollen. Es geht nie um das Produkt, es geht immer um den Prozess. Dass manchmal gute oder schöne Texte entstehen, ist auch der Fall, aber das ist nie das Ziel.

J.K.: Im Kapitel drei gehst du auf Veränderung ein, mit den fünf Veränderungsstufen von Prohaska und Prohaska. Du gibst Einblicke dahingehend, was sich durch Schreibanregungen verändern kann, aber auch, wo es Grenzen geben kann.

C.U.: Mir waren diese Stufen auch deshalb wichtig, um klarer abzustufen, welche Form von Anregung oder Idee kann ich Klient:innen mitgeben. Für Klient:innen, die sich noch sehr in der Ambivalenz befinden, gibt es Grenzen, und da macht es wenig Sinn, bestimmte Schreibanregungen zu geben. Da finde ich dieses Modell sehr hilfreich, um eine ungefähre Orientierung zu bekommen. Ganz klar, ein Stück weit ist es meine Einschätzung, und Modelle können dazu verführen zu denken, genauso ist es. Das ist jetzt kein lineares Modell, so kann ich, wenn ich schon in der Phase der Entscheidung bin, mich auch wieder in der Phase der Kontemplation finden. Dennoch finde ich, dass es ein gutes Modell zur Orientierung ist.

J.K.: Welche Erfahrungen hast du in Verbindung mit den Stufen gemacht?

C.U.: Wenn Klient*innen sich in der ersten oder zweiten Phase der Veränderung (Prä-Kontemplation oder Kontemplationsphase) befinden, oder ich sie dort verorten würde, dann ist es für mich klar, diesen Klient:innen anzubieten, dialogisch zu schreiben, wobei sie „für und wider“ abwägen können. Klient:innen, die noch sehr zögerlich in punkto Veränderung sind, werde ich wahrscheinlich nicht einen Text mit dem Titel „Mein Leben in fünf Jahren“ schreiben lassen. Vermutlich, weil ich mir dann denke, die haben noch zu viele Ambivalenzen, um sich dort überhaupt hindenken zu können. Dann sind diese Stufen recht hilfreich, finde ich.

J.K.: Was ist bei Schreibanregungen in Verbindungen mit den Veränderungsstufen noch zu beachten?

C.U.: Ich setze das Schreiben nicht ein, wenn Klient*innen extrem instabil sind. Dann finde ich es nicht sinnvoll, weil ich dann auch manchmal die Erfahrung gemacht habe, dass Klient:innen vielleicht schreibend etwas festhalten, wenn es vielleicht besser ist, es nicht niederzuschreiben, es nicht Schwarz auf Weiß festzuhalten. Meiner Erfahrung entspricht auch, dass es notwendig ist, klare Vorgaben zu geben. Also ich verabschiede Klient:innen nicht mit: „Schreiben Sie sich bis zum nächsten Mal auf, was Ihnen durch den Kopf geht.“ Sondern ich versuche, es bestmöglich zu präzisieren, damit sich Klient*innen nicht in etwas „hineinschreiben“. Also man kann es sowieso nicht verhindern, aber man kann etwas mitgeben, was ein Stück weit eine gelenkte Aufmerksamkeit möglich macht. Wir haben es sonst auch nie ganz in der Hand, auch nicht redend. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass wenn man Klient:innen strukturierte Ideen mitgibt, die Gefahr geringer ist, dass sie in etwas hineingeraten. Ich hatte eine Klientin, die mit einer Borderline Symptomatik überwiesen worden ist, ihr habe ich zwei oder drei Mal die Idee mitgegeben, sie soll das automatische Schreiben anwenden. Sie hat mir dann die Rückmeldung gegeben, das sei wirklich kontraproduktiv gewesen, da sie dabei in Bereiche geriet, die für sie nicht gut waren. Aber jede Form von Verdichtung: „Halten Sie fünf Zeilen fest“ oder

„Schreiben Sie elf Wörter zu dem, was Ihnen einfällt“, also knappe Formen, kann bei Verwirrungen manchmal sinnvoll sein, um diese mit Struktur einzugrenzen.

J.K.: Wie erwähnt, es gibt eben auch Grenzen beim Schreiben. Dies hältst du fest mit dem Satz: „Manchmal sind uns Themen oder Ereignisse so nahe, dass zwischen uns und die Erfahrungen kein Blatt Papier passt“ (Seite 60). Dieser Satz hat lange bei mir nachgeklungen und hat es auch verdeutlicht: Das ist es.

C.U.: Hier ist mir nochmal wichtig zu betonen, dass Schreiben kein Allheilmittel ist. Mir wäre das ein Stück zu unkritisch gewesen, und wir tragen auch viel Verantwortung für die Schreibanregungen, die wir Klient:innen mitgeben. Auch aus dem Grund ist es mir wichtig, diese Kontraindikationen zu geben. Es gibt immer wieder diese Argumente, man kann auch was losschreiben. Und das stimmt, aber in bestimmten Phasen finde ich, funktioniert das „Losschreiben“ nicht. Gerade in einer emotional aufgewühlten Phase gelingt dieses „Losschreiben“ nicht, dann kann es zu einem „Festschreiben“ werden. Das ist auch manchmal die Erfahrung mit Tagebuch schreiben. Ich bin seit meinem zwölften Lebensjahr Tagebuchschreiberin. Wenn ich mir meine frühen Tagebücher jetzt durchlese, denke ich mir, ich habe eine grauenhafte Jugend gehabt, das war schrecklich, was ich als Jugendliche erlebt habe. Aber klar, Tagebuch schreiben ist genau das. Viele schreiben dann vielleicht nur, wenn es ihnen nicht gut geht. Wenn man das Jahre später nochmal durchliest, kann der Eindruck entstehen, dass das, was Klient:innen und wir auch erlebt haben, einfach nicht stimmt. Meine Idee wäre, man sollte das Tagebuchschreiben anlegen, wie man ein Fotobuch anlegt. Also nicht nur die wunderbaren Familienfotos, von glücklichen Momenten, sondern eben die Mischung wäre wichtig. Dass es eben auch wichtig ist, gelungene oder erreichte Momente festzuhalten, weil wir dann genauso darauf zurückgreifen können, in Situationen, in denen es uns nicht gut geht, dann ist dies auch festgehalten und festgeschrieben. Das denke ich, wäre wichtig und gut festzuhalten. Es könnte ein „Mein er-

schriebenes Erste-Hilfe Buch“ sein. Was hat mir vor drei Monaten, drei Jahren geholfen? Vielleicht hilft es mir jetzt wieder. Das ist dann für mich eben die Schleife für die Selbstwirksamkeit. Also ein Punkt, an dem ich nicht unbedingt wieder in Therapie gehen sollte, sondern ein Moment, in dem ich mir ein Stück weit auch selbst helfen kann. Somit ist das Buch wie ein „Fachbuch für jede und jeden“. Es kann unabhängig und auch begleitend zur Therapie genutzt werden. Auch wenn ich gemeinsam mit meiner Therapeutin oder meinem Therapeuten Ziele und Auftragsklärung gemacht habe, kann mich das Buch begleiten und ich kann schriftlich etwas festhalten.

J.K.: Du gibst im Buch eine Übersicht über die Vielfalt für ein Abschlussritual für den Schreibprozess. Du nennst Beispiele, wie eine Gebrauchsanweisung, ein Kochrezept, oder ein Manifest zu schreiben. Zuletzt habe ich mir die Frage gestellt: Welches Zertifikat würdest du dir für dieses Buch ausstellen?

C.U.: Das ist eine tolle Frage, die mir noch nie gestellt wurde! Wenn ich jetzt den Schreibprozess dafür verwenden würde, dann ist es gut, kurz auf das Thema einzugehen, was mich in die Therapie oder zur Selbstreflexion gebracht hat. Dann ist es das Thema, dass es ein Suchprozess war. Wahrscheinlich würde ich sogar sagen, es war ein Verirrungs- und Verwirrungsprozess, der eben zu diesen 300 Seiten geführt hat, die Suche nach der passenden Sprache, nach der passenden Struktur, die Suche nach einer Struktur, sowohl für mich als Autorin, als auch für die Leser:innen des Buches. Vielleicht ist es ein Fluss, ein recht reißen-der, wilder, schneller, breiter Fluss, in der ersten Phase, und wo sich im Laufe des Schreibprozesses geordnete Bahnen entwickelt haben. Ich würde sagen, was ich glaube, was gelungen ist, ist eine gute Mischung zwischen Erklärungen oder Ideen, eben zu den Themen Selbstwirksamkeit oder Veränderung, hin zu konkreten Anregungen und auch gut illustrierten Fallbeispielen und Texten, um eine Idee davon zu bekommen. Ich glaube, besonders die Beispieltex-te können Leser:innen helfen, sie von vielleicht zu hohen Ansprüchen oder Vorstellungen weg zu bringen. Die

meisten Texte sind einfach in kurzer Zeit entstanden und sind unlektoriert. Die Mischung, die entstanden ist, finde ich gut und darauf bin ich stolz.

J.K.: Ein gelungenes Zertifikat! Dein Bild von dem Fluss hat meine letzte Frage beantwortet, die gelautet hätte, wie du dich vielleicht durch das Buch und durch die Rückmeldungen verändert hast. Dein Buch hat mir geholfen, gestärkter und klarer Einladungen zum Schreiben auszusprechen. Zur letzten Schreibenregung noch mein Akrostichon:

S ich erleben
E ntdecken und spüren
L oslassen von Lasten
B ewusst abschalten
S tark und entschlossen
T ürmen von den
W irklichkeiten der Lasten
I nsgesamt Neues erfahren
R eisende sein, mit
K larheit
S teil bergauf und
A bwärts wandern
M it Liebe und Verstand
K ind wieder sein und
E ins sein
I m Hier und Jetzt, Kraft
T anken.

Grundbegriffe der Systemischen Familientherapie

Klemens Meister

„Was ist eine Familie?“

Diese Frage mag banal klingen, jedoch erscheint es gerade für uns als Systemische FAMILIENtherapeut:innen sinnvoll, den Begriff „Familie“ näher zu beleuchten. Gerade weil es uns möglicherweise so klar scheint, was wir darunter verstehen, kann es interessant sein, noch einen zweiten oder dritten Blick darauf zu werfen.

Der Duden schlägt in seiner aktuellen Online-Version (2023) folgende Definition von „Familie“ vor: *„Aus einem Elternpaar oder einem Elternteil und mindestens einem Kind bestehende [Lebens]gemeinschaft“*.

Wird diese Definition unserem Verständnis von Familie gerecht?

Aus systemtheoretischer Sicht (bezugnehmend auf Niklas Luhmann) wird die Bildung des Systems Familie, mit seinen spezifischen Sinn Grenzen bzw. Funktionen, als Komplexitätsreduktion in einer komplexen Umwelt verstanden. Der Prozess der gesellschaftlichen Differenzierung steht immer in Bezug zu seiner Umwelt und den damit einhergehenden Anforderungen. Laut Luhmann werden System und Umwelt als zwei Seiten derselben Medaille verstanden. Darum überrascht es nicht, dass die Verwendung des Begriffes „Familie“ im Lauf der Geschichte deutlichen Veränderungen in seiner Bedeutungszuschreibung bzw. in seinem Sinn unterlag. Wie Rosmarie Nave-Herz in ihrem Buch „Familiensoziologie“ ausführt, wurden dem Begriff seit den ca. 300 Jahren, seitdem das Wort „Familie“ in der deutschen Sprache eingeführt wurde, unterschiedliche Bedeutungen zugeschrieben. In der vorindustriellen Familie galt eine große Vielfalt der Familienformen und -funktionen (von der Reproduktionsfunktion bis hin zur Kranken- und Altenversorgung), daher schloss der Begriff Familie tendenziell mehr Personen ein, als es heute üblich wäre.

Welchen „Sinn“ macht Familie in unserer Zeit? Und welche Bedeutungszuschreibung geben ihr wir heute?

Hier lässt sich keine eindeutige Antwort finden. Rosmarie Nave-Herz beschreibt als Leistung der modernen Familie einerseits die Nachwuchssicherung und andererseits die physische und psychische Regeneration und Stabilisierung ihrer Mitglieder.

Wenn wir jedoch den Blick weg von Definitionen des Begriffs „Familie“ in Wörterbüchern und der Soziologie hin zum praktischen psychotherapeutischen Tun wenden, dann interessiert uns die Innenperspektive unserer Klient:innen: „Wer ist für Sie Familie?“ und „Welche Qualitäten in den familiären Beziehungen werden für Sie dabei spürbar?“ Die Antworten werden uns manchmal überraschen und uns jedes Mal ein Stück dem näher bringen, was „Familie“ heute bedeutet.

Literatur:

Margot Berghaus: *„Luhmann leicht gemacht“*, Verlag: Böhlau UTB.

Rosmarie Nave-Herz: *„Familiensoziologie“*, Verlag: De Gruyter Oldenbourg.

Systemische Gruppentherapie

Carmen C. Unterholzer

Lange vernachlässigtes Potential

Lange wurde die Gruppe von der systemischen Therapie vernachlässigt. Paare und Familien standen im Vordergrund. Seit der Jahrtausendwende hat sich einiges zum Guten verändert, die systemische Gruppentherapie hat sich ausdifferenziert. Ein Plädoyer für die Gruppe.

Angst vor Konflikten, vor destruktiven Dynamiken, vor der hohen Komplexität – das sind nur ein paar der Befürchtungen, die ich höre, wenn ich Kolleg:innen nach Gründen frage, warum sie keine Therapiegruppen anbieten. Neben diesen Argumenten gibt es auch ganz pragmatische: kein ausreichend großer Therapieraum, der hohe organisatorische Aufwand, der oft nicht im Verhältnis zu den geringen Einnahmen steht, der hohe „Werbe“-Aufwand, damit Gruppen überhaupt zustande kommen. Schlagkräftige Gründe, die gegen Gruppentherapie sprechen – zweifelsohne. Viel mehr aber spricht dafür: das Potential von Gruppen, die hohen Kompetenzen, die in Gruppen vorhanden sind, die Möglichkeit, von anderen Gruppenmitgliedern zu lernen, die große Bedeutung von Erfahrungswissen, die Möglichkeit, in der Gruppe Trittbrett zu fahren – im positiven Sinne.

Wenn Gruppenmitglieder voneinander profitieren und Gruppenprozesse gut gelingen, ist die Arbeit als Gruppentherapeut:in einfach und über weite Strecken sehr beglückend. Unsere Aufgabe als Gruppentherapeut:innen besteht bestenfalls darin, einen Rahmen zu bieten, ihn zu halten, für die Einhaltung der vereinbarten Gruppenregeln zu sorgen, den Prozess achtsam zu begleiten, Gesprächsbeiträge zu vernetzen und Gespräche zu moderieren. Tauchen Konflikte auf, gilt es sie zu nutzen, umzusteigen von der inhaltlichen Ebene auf die Metaebene: Was läuft hier gerade ab? Was nehmen die anderen Gruppenteilnehmer:innen

wahr? Welche übersehenen Bedürfnisse drücken die Konflikte aus?

Relativ spät – im Vergleich zu anderen therapeutischen Schulen – entdeckte die systemische Therapie die Gruppe. Angetreten als Therapierichtung, die sich auf Mehrpersonensettings konzentrierte, fokussierte sie jahrzehntelang nur auf Paare und Familien. Lediglich zwei „Formate“ durchbrechen diese Usance: die Multifamilientherapie und die Familienrekonstruktion.

Als ich 2004 – am Ende meiner Ausbildung zur systemischen Familientherapeutin – mich für systemische Gruppentherapie zu interessieren begann, war ich erstaunt, wie wenig Literatur es dazu gab, ganz zu schweigen von facheinschlägigen Fortbildungen. Allerdings fand um die Jahrtausendwende bereits eine sanfte Veränderung statt. Unsere Fachrichtung begann sich für die Gruppe zu interessieren. Fachzeitschriften erschienen erstmals mit diesem Schwerpunktthema, erste Buchbeiträge zum Thema „systemische Gruppentherapie“ wurden veröffentlicht, erste Fachtagungen fanden statt (Unterholzer/Gröger 2022, S.29). Erst 10 Jahre später fand dann die erste Fortbildung zu systemischer Gruppentherapie statt. 2014 boten Regina Reeb-Faller und Alexander Herr am Helm-Stierlin-Institut erstmals ein zweitägiges Seminar an, in dem sie ihre Erfahrungen mit Gruppen mit den Teilnehmer:innen teilten.

Es stellt sich die Frage, warum die systemische Therapie die Gruppe so lange nicht als Setting beachtet hat? Verschiedene Hypothesen bieten sich an:

- Die Fokussierung lag auf Paaren und Familien – sie sind das ursprüngliche systemische Setting.
- Gruppen finden hauptsächlich in stationären Kontexten statt. Systemiker:innen waren dort lange Zeit in der Minderheit.
- In Kliniken waren störungsspezifische Konzepte gefragt. Störungswissen wurde bis etwa 2015

als nicht systemisch, als konträr zu systemischen Ideen angesehen.

- Die „Gruppe“ galt in den 60er und 70er Jahren des vergangenen Jahrhunderts als Ort für unverfälschte Emotionalität und für authentisches Sein. Gegen diese „Aufladungstendenz“ der Gruppe wandte sich die neuere Systemtheorie. (Wimmer 2012)
- Luhmann subsumierte die Gruppe unter „soziale Systeme“ oder „Interaktionssysteme“. Somit verschwand der Begriff der Gruppe aus dem „Begriffsrepertoire der neueren Systemtheorie.“ (Wimmer 2007)

Die systemische Therapie ist aber aufgrund ihres theoretischen Fundaments geradezu prädestiniert für das Arbeiten mit Gruppen. Denken wir beispielsweise daran, dass wir die Mehrperspektivität oder die Arbeit mit Unterschieden nutzen. Auch methodisch hat unsere Therapieschule einiges in petto, das für die Therapie in Gruppen von Vorteil ist: das reflektierende Team, die Outsider-Witness-Group, Skulpturen, Aufstellungen oder Virginia Satirs „Parts Party“ – Methoden, bei denen das Vorhandensein mehrerer Personen Voraussetzung ist.

Heute sprechen wir nicht mehr von der einen „systemischen Gruppentherapie“, sondern von hypnosystemischer, von problem- oder lösungsorientierter oder von narrativer Gruppentherapie. „Die Szene hat sich ausdifferenziert“, bestätigt ein Pionier hypnosystemischer Gruppentherapie (Schmidt 2008). In Deutschland gibt es seit der Anerkennung der systemischen Therapie durch die Sozialversicherungen eigene Approbationskurse für systemische Gruppentherapie, in der Schweiz bietet das „Meilener Institut Zürich“ eine mehrteilige Fortbildung für systemisches Arbeiten mit Gruppen an. Das Institut für Systemische Therapie (IST) in Wien hat aus der Not – der Tatsache, dass es kaum Fortbildungen gibt – eine Tugend gemacht. Es organisiert seit 2017 alle zwei Jahre ein mehrteiliges Fortbildungscurriculum – 2024 beginnt das nächste. Fortbildungen wie diese sollen dazu beitragen, dass Ängste hinsichtlich Gruppentherapien abnehmen und die Lust, mit Gruppen zu arbeiten, wächst.

Literatur

Schmidt, G. (2008): *Systemische Konzepte für die Gruppentherapie*. DVD. Auditorium Netzwerk

Unterholzer, C., Gröger, H. (2022) (Hrsg.): *Handbuch der systemischen Gruppentherapie. Ansätze, Methoden, Zielgruppen, Störungsbilder*. Heidelberg (Carl-Auer)

Wimmer, R. (2007): *Die Gruppe – ein eigenständiger Typus sozialer Systembildung? Ein Plädoyer für die Wiederaufnahme einer alten Kontroverse*. In: J. Aderhold u. O. Kranz (Hrsg.): *Intention und Funktion*. Wiesbaden (VS). S. 1-11

Wimmer, R. (2012): *Gruppe*. In: J. Wirth u. H. Klewe (Hrsg.): *Lexikon des systemischen Arbeitens*. Grundbegriffe der systemischen Praxis, Methodik und Therapie. Heidelberg (Carl-Auer), S. 145–149.

Warum es sinnvoll ist, als Psychotherapeut:in etwas von gruppensystemischen Prozessen zu verstehen. Ein Plädoyer.

Sophie Buchinger

Gruppen. Ohne das soziale Gefüge von Gruppen hätte die Menschheit wohl nicht überlebt. Gerhard Schwarz beschreibt die Gruppe bei den Hominiden als die „stärkste Waffe des Menschen“ (2005:27). Sie birgt für uns aber nicht nur enormes Potential, sondern auch extreme Herausforderungen.

Im Laufe unseres Lebens machen wir unterschiedlichste Erfahrungen mit Gruppen. Oder wie Ewald Krainz es passend zusammenfasst: „Das soziale Leben ist meist irgendwie ‚gruppig‘. Individuum ist man nur höchst gelegentlich.“ (2008:28).

Vielleicht empfinden wir uns zeitweise als unabhängige Persönlichkeiten, geprägt werden und wurden wir jedoch durch Gruppen und andere Menschen. Insofern überrascht es auch nicht, dass sich sehr viele unserer Schwierigkeiten innerhalb von Mehr-Personen-Settings abspielen – selbst jene, die wir für höchst individuelle Entscheidungsschwierigkeiten halten (Krainz E., 2008). Naturgegeben stellt sich also die Frage, wie unabhängig wir uns als einzelne Person überhaupt entwickeln können. Von dem Augenblick an, in dem wir geboren werden, hängt unser Überleben von anderen Menschen ab. Es liegt also auf der Hand, dass das, was wir als unsere ureigene Identität empfinden mögen, nicht nur aus uns selbst entstanden sein kann.

Als Psychotherapeut:innen der Systemischen Familientherapie wissen wir um diesen Zusammenhang Bescheid. Schließlich basiert eine der Kernannahmen der Familientherapie darauf, dass „ein individueller ‚Patient‘ nicht nur nicht adäquat verstanden werden kann, wenn man ihn nicht im Kontext der relevanten Personen seiner Familie

sieht“, sondern dass Veränderungen einzelner Menschen auch immer Auswirkungen auf das entsprechende soziale Umfeld haben. Diese Annahme, nämlich, dass ein Individuum „maßgeblich von seinem Kontext bzw. den Gruppen mitbestimmt ist, denen es sich zugehörig fühlt“, entspricht wiederum einem Kerngedanken Kurt Lewins, dessen Name unweigerlich mit der Gruppendynamik verbunden ist (König O., 2010:295).

Nun werden vielleicht einzelne Leser:innen dies für eine redundante Erkenntnis halten. Natürlich „verfügt man immer schon über Gruppenerfahrungen“, wie Krainz es formuliert, „in der Regel liegen diese jedoch auf einer vorbewussten ‚unaufgeklärten‘ Ebene.“ (2006:27).

In der therapeutischen Arbeit sind wir es gewohnt, das Individuum im Auge zu haben und den Fokus vor allem auf das Zwei-Personen-Setting zu legen. Auch Paartherapie-Settings werden kaum mit Gruppen in Zusammenhang gebracht und das Wissen über diese eher am Rande gestreift, und selbst wenn wir mit Gruppen arbeiten, so stellt die Gruppe eher das „Instrument“ dar, um die „individuelle Selbsterfahrung“ weiterzutreiben (Buchinger K., 2006:104). Wir konzentrieren uns auch hier eher auf die einzelnen Teilnehmenden und ihre Entwicklung und nicht auf die Gruppe als Gesamtkörper. Aber wäre es nicht auch nützlich, über die Kräfte innerhalb von Gruppen Bescheid zu wissen und darüber, welche Sogwirkung diese auf die einzelnen Gruppenmitglieder haben? Ich meine: Ja!

Gruppen und ihre Phänomene

Nun haben Sie wahrscheinlich schon beobachtet, dass sich in Gruppen manchmal Prozesse abspielen, die nicht gleich logisch erscheinen. Da verwickeln sich zwei in einem Streit, der irgendwie

emotionaler scheint, als es das Streitthema ver-
muten ließe. Oder eine Person spricht und es wird
aufmerksam zugehört, spricht aber eine be-
stimmte andere Person, wird sie unterbrochen.
Vielleicht haben Sie auch schon bemerkt, dass
meist dieselben Gruppenteilnehmer:innen einan-
der in Diskussionen hilfreich zur Seite stehen.
Aber lässt sich das so einfach mit Sympathien er-
klären?

Nicht nur: Gruppen entwickeln als Systeme ganz
„eigene Gesetzmäßigkeiten“ (Krainz E., 2006:27).
Bildet sich also eine Gruppe, entstehen dabei
sofort bestimmte Regeln, spezifische Umgangsfor-
men, unterschiedliche Beziehungen, verschiedene
Kräfte. Und diese Kräfte wirken, meist ohne, dass
sie für ihre Gruppenmitglieder sofort durchschau-
bar sind. Sich mit diesen besonderen Phänomenen
zurechtzufinden, ist nicht selbstverständlich
(Krainz E., 2006:27).

Bevor wir uns aber der Wissenschaft der Grup-
pendynamik und ihrem Herzstück, der gruppenny-
namischen Trainingsgruppe, widmen, sollten wir
zuerst eine klarere Vorstellung davon haben, was
Gruppen ausmacht. Hier zum besseren Verständ-
nis ein paar Eigenschaften von Gruppen (in Anleh-
nung an die veröffentlichten Beiträge der
Österreichischen Gesellschaft für Gruppendyna-
mik und Organisationsberatung):

- Gruppen entstehen, wenn mehrere Menschen
über längere Zeiträume wiederholt zusammen-
kommen und in Interaktion treten.
- Wir finden sie sowohl im privaten Umfeld
(Freundeskreise, Stammtische, Sportteams,
etc.), wie auch in Organisationen (z.B. Ausbil-
dungsgruppen, Supervisionsgruppen, Teams,
etc.).
- Es handelt sich bei Gruppen um soziale Konstel-
lationen überschaubarer Größe, bei der jede:r
Teilnehmende mit jeder:jedem anderen Teilneh-
menden zu jedem Zeitpunkt in Kontakt treten
kann.
- Die Teilnehmenden verstehen sich als „Mitglie-
der“ der Gruppe, wodurch eine Grenzziehung zu
anderen Personen und sozialen Einheiten vor-
genommen und eine Art gemeinsamer „Grup-
penidentität“ erkennbar wird.

- Es kann zur gleichen Zeit immer nur ein Thema
behandelt werden, das die Aufmerksamkeit aller
Gruppenmitglieder bündelt.
- Jede Gruppe hat ihr eigenes Tempo, um sich zu
entwickeln.

Eventuell kommt Ihnen nun – in Erinnerung an Ihre
eigenen Gruppenerfahrungen – Ihre Familie bzw.
der soziale Kreis, in dem Sie aufgewachsen sind,
in den Sinn. Auch wenn wir „Familie alle in irgend-
einer Form“ erlebt haben, möchte ich darauf hin-
weisen, dass Familie nicht unbedingt mit Gruppe
gleichzusetzen ist (König O., 2010:294). Den inter-
essierten Leser:innen sei hier der Artikel *Famili-
endynamik und Gruppendynamik* von König
empfohlen. Erwähnen will ich jedoch seine An-
merkung, dass die Familie als „Urform“ von
Gruppe“ gesehen werden kann und es dadurch
nur logisch erscheint, dass „in Gruppen jegliche
Art von familiären Erfahrungen wieder auftau-
chen, wenn auch in veränderter Form.“ (König, O.,
2010:294). Dies könnte ein Hinweis darauf sein,
was einen Teil der Herausforderungen ausmacht,
die wir in Gruppen erleben.

Gruppendynamik und worum es bei einer gruppendynamischen Trainingsgruppe geht

Als Verfahren sozialen Lernens geht Gruppendy-
namik in erster Linie – neben Wurzeln in der Grup-
penpädagogik und der Gruppentherapie – auf den
Sozialpsychologen Kurt Lewin zurück. Lewin
stellte fest, dass Rückmeldungen (Feedback)
Menschen dazu motivierten, ihr Verhalten zu über-
denken und zu verändern. Dieses Feedback, also
die bewusste Rückmeldung, welches Verhalten
wahrgenommen wurde und welche Wirkung die-
ses auf die Beobachter:innen hatte, bildete
schließlich die Grundlage für eine breite Tradition
sozialen Lernens.

Lewins Feldtheorie wird heute als „Teil der sys-
temtheoretischen Entwicklung“ gesehen, und
Feedback stellt als Begriff der Kybernetik das
„zentrale Arbeitsprinzip der Gruppendynamik“ dar
(König, O., 2010:296).

Die **gruppendynamische Trainingsgruppe** basiert auf dieser Entdeckung Lewins und entwickelte sich im Laufe der Zeit zu einem Ort, an dem die Wirkung von Verhalten *gleichzeitig erlebt, untersucht und verändert* werden kann.

Herausfordernd an Trainingsgruppen (kurz: T-Gruppen) ist, dass die Teilnehmenden keinerlei Vorgabe zu einem Sachthema erhalten, mit dem sie sich auseinandersetzen könnten. Stattdessen soll sich die Gruppe mit Unterstützung der Trainer:innen „konsequent selbst zum Thema“ machen. Dadurch wird „der Fokus auf all das gerichtet, was im Alltag in Teams unterschwellig als Beobachtungs- und Wahrnehmungsfeld immer mitläuft“, allen Beteiligten jedoch kaum bewusst zugänglich ist (Wimmer, R., 2006:39). Möglich wird dies über sogenannte „Metakommunikation“, also der „Kommunikation im Hier und Jetzt über das laufende Kommunikationsgeschehen“ (2006:38). Die Teilnehmenden gewinnen dadurch Verständnis für Zusammenhänge und Wirkkräfte in sozialen Gefügen im Allgemeinen und über die eigenen Beiträge im Speziellen. Für Roswita Königswieser stellen „Gruppendynamische Prozesse ... eines der geeignetsten Angebote [dar], um die eigene Reflexionsfähigkeit zu entwickeln und zu erhöhen.“ (2006:70).

Was in gruppendynamischen Trainingsgruppen gelernt werden kann

Gruppendynamische Trainingsgruppen sind also nicht auf Individuen fokussiert, sondern haben stets das kommunikative Beziehungsgeschehen im Blick. Es geht eben nicht darum, Individuen zu heilen oder zu ändern. Nicht die Person als Person ist „interessant“, sondern das, was sich zwischen den Personen abspielt. Wann immer also jemand etwas innerhalb einer T-Gruppe sagt, hat dies (meist) auch mit der Gruppe zu tun.

Trainingsgruppen sind, laut Wimmer, somit „ein exzellenter Ort, um mit aller unausweichlicher Radikalität die Erfahrung zu machen, dass das eigene Ich immer nur in Differenz zu konkret anderen erzeugt wird.“ (2006:41). Trotzdem lässt es sich kaum vermeiden, sich selbst als Person in-

nerhalb der Gruppenentwicklung zu beobachten und zu reflektieren. Meist gelingt dies eben über Rückmeldungen, die Sie zum eigenen Verhalten innerhalb der Gruppe erhalten.

Buchinger betont in dem Zusammenhang auch die Rolle der Gefühle, die „wichtige Informationsquellen“ über die laufenden Gruppenprozesse darstellen (2006:111).

Die Teilnehmenden lernen und fühlen also gleichzeitig, wie sich eine Gruppe entwickelt und welche Prozesse dabei ablaufen. Während sie aber gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden reflektieren, was gerade geschieht, vielleicht ihre Beobachtungen und Gefühle diesbezüglich zur Verfügung stellen, verändert sich die emotionale Lage der Gruppe und ihrer Teilnehmer:innen schon wieder. Der gesamte Prozess ist somit dynamisch und ständigen Veränderungen unterworfen.

Nun stellen Sie sich vielleicht die Frage, warum Sie sich diesem zeitlich und emotional intensiven Setting aussetzen sollten, wenn Sie doch hauptsächlich mit Einzelpersonen oder Paaren arbeiten. Aber bewegen wir uns nicht ständig in Gruppen? Hier geht es nicht nur um ein Arbeitswerkzeug, um mit Gruppen besser arbeiten zu können. Es geht auch um eine ganz persönliche Selbsterfahrung, die Sie weiterbringt – nicht nur auf beruflicher, sondern besonders auch auf privater Ebene. Durch Trainingsgruppen schärfen wir im besten Falle unsere Antennen für all die unterschwellig ablaufenden Prozesse, die uns im Alltag in Gruppen sooft begegnen.

Sich der durchaus herausfordernden Erfahrung einer T-Gruppe zu stellen, fördert außerdem die Fähigkeit, mit unsicheren Bedingungen umzugehen und resistenter zu werden, oder wie Königswieser meint: „Je ausgeprägter die Fähigkeit ist, mit Unsicherheit und Widersprüchen umzugehen, umso seltener und in umso geringerem Maß werden Situationen als komplex und überfordernd wahrgenommen.“ (2006:79). Eine Fähigkeit, die wir in der heutigen Zeit gut gebrauchen können.

Die Auseinandersetzung mit der eigenen Befindlichkeit in Gruppen und somit auch auf andere Art

und Weise mit der eigenen Geschichte, kann ein weiterer Vorteil sein. Eine T-Gruppe bietet außerdem ein gutes Übungsfeld, sich mit der eigenen Konfliktbereitschaft zu konfrontieren.

Zusammengefasst können Sie (unter anderem) in gruppodynamischen Trainingsgruppen lernen:

- die Entwicklung von Gruppen zu analysieren und zu verstehen.
- Dynamiken und Prozesse, die in Gruppen ablaufen, wahrzunehmen,
- und das eigene Gestaltungspotential dabei kennenzulernen.
- Sie erfahren die Bedeutung von Einfluss und Vertrauen auf soziales Geschehen.
- Lernen über die Entstehung und Wirkung von Autorität und Führung in Gruppen.
- Sie haben die Möglichkeit, sich und das eigene Verhalten in der Gruppe zu reflektieren,
- und dadurch die eigene Selbstwahrnehmung mit der Wahrnehmung anderer abzugleichen (ev. blinde Flecken aufzudecken).
- Und Sie lernen die eigene und die Rollen anderer in einer Gruppe zu erkennen und zu besprechen.

Als Psychotherapeutin empfinde ich meine gruppodynamischen Erfahrungen als eine wichtige, mir neue Perspektiven eröffnende Wissensquelle, die mir sowohl für mein Privatleben als auch für meine therapeutische Arbeit von Nutzen ist. Es gibt kaum einen anderen Ort, an dem es möglich ist, innerhalb einer solch verhältnismäßig kurzen Zeitspanne so viel über sich und über Gruppen zu lernen wie in diesem fünftägigen Setting.

Sophie Buchinger
Psychotherapeutin, Gruppendynamikerin,
Psychologin
praxis@sophiebuchinger.at
www.sophiebuchinger.at



Literatur

Buchinger, K. (2006). *Teamarbeit und der Nutzen der Gruppendynamik für heutige Organisationen*. In Peter Heintel (Hrsg.). *betrifft: TEAM. Dynamische Prozesse in Gruppen*. (S.69-80). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage GmbH.

König, O. (2010). *Familiendynamik und Gruppendynamik. Gegenstand und Verfahren – Konvergenzen und Konkurrenzen*. *Familiendynamik, Heft 4/2010*, 292-300.

Königswieser, R. (2006). *Reflexion als Sprungbrett*. In Peter Heintel (Hrsg.). *betrifft: TEAM. Dynamische Prozesse in Gruppen*. (S.69-80). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage GmbH.

Krainz, E. (2006). *Gruppendynamik als Wissenschaft*. In Peter Heintel (Hrsg.). *betrifft: TEAM. Dynamische Prozesse in Gruppen*. (S.7-28). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage GmbH.

Krainz, E. (2008). *Supervision – Beratung mit beschränkter Wirkung*. *Supervision. Mensch. Arbeit*. Organisation, Heft 2.2008, 22-30.

Schwarz, G. (2005). *Die „Heilige Ordnung“ der Männer. Hierarchie, Gruppendynamik und die neue Rolle der Frauen* (4. Aufl.). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage GmbH.

Wimmer, R. (2006). *Das besondere Lernpotential der gruppodynamischen Trainingsgruppe. Seine Bedeutung für die Steuerung des Kommunikationsgeschehens in komplexen Organisationen*. In Peter Heintel (Hrsg.). *betrifft: TEAM. Dynamische Prozesse in Gruppen*. (S.36-52). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage GmbH.

Weitere Quelle: Österreichische Gesellschaft für Gruppendynamik und Organisationsberatung (ÖGGO): www.oeggo.at

Gruppentherapie ist so viel mehr als „nur ökonomisch“

Aufbau und Wirkung von Gruppentherapie am Beispiel einer deutschen Reha-Klinik unter Berücksichtigung traumatherapeutischer Aspekte.

Bernhard Pölzl

Die Klinik Hüttenbühl ist eine Reha-Klinik für Klient:innen mit psychischen und psychosomatischen Krankheitsbildern. Das bindungs- und prozessorientierte Gruppen- und Einzelpsychotherapieangebot wird ergänzt durch ein breites Spektrum an weiteren Angeboten: Kunst-, Ergo-, Körper- und Bewegungstherapie, Qi-Gong, Ausdauertraining, achtsamkeitsbasierte Verfahren, Faszientraining, Gartengruppe, Kochen und Backen in der Bezugsgruppe, Ernährungsberatung u.v.m. Die Klinik hat ebenso eine Expertise in der Behandlung von Traumafolgestörungen.

Jede der vier Stationen beherbergt bis zu 44 Klient:innen, welche wiederum in vier Gruppen aufgeteilt sind. Die Klient:innen werden für fünf Wochen stationär aufgenommen, mit Option auf Verlängerung. Das Gruppentherapiekonzept ist bindungsorientiert und arbeitet mit gemischten (Geschlecht, Alter, Diagnose, etc.), halboffenen „Bezugsgruppen“. Die Klient:innen sind einer fixen Gruppe von ca. 11 Klient:innen zugewiesen. Jede Woche verlassen im Schnitt zwei Personen die Bezugsgruppe bzw. kommen zwei neue Klient:innen hinzu. Die Klient:innen einer Bezugsgruppe sind nicht nur gemeinsam in der Gruppentherapie, sie sitzen auch gemeinsam am Esstisch und absolvieren zusammen die weiteren Gruppenangebote.

Rahmen der Gruppen und Einzeltherapie

Die neuen Klient:innen reisen am Dienstag an und werden von anderen Klient:innen aus ihrer Bezugsgruppe in den Hausgebrauch und die Örtlichkeiten eingeführt. Der Aufenthalt beginnt mit der psychotherapeutischen und medizinischen Aufnahme. Es folgt eine Vorstellung der Klinik und des

Therapiekonzepts sowie eine Einführung in den Ablauf der Gruppentherapie und die Gruppenregeln für die Neuankömmlinge. Danach nehmen sie erstmals an der Gruppentherapie in ihrer Bezugsgruppe teil. Die Gruppentherapie findet in der Regel dreimal pro Woche statt und dauert 1,5 Stunden. Zudem werden wöchentlich oder nach Bedarf therapeutische Einzelgespräche angeboten. Diese umfassen neben der bereits erwähnten Aufnahme ein Zielgespräch, psychotherapeutische Visiten, ein Bilanzgespräch sowie bei Bedarf weitere therapeutische Einzelgespräche. Eine Gruppe und ein:e Klient:in werden jeweils von einer Fachärztin für Psychosomatik und Psychotherapie oder einer Psychotherapeutin betreut.

Regeln der Gruppentherapie

Kommen neue Klient:innen in die Gruppe hinzu, werden die Regeln besprochen. Es wird dabei aus der Gruppe heraus gesammelt. Der:die Psychotherapeut:in ergänzt bei Bedarf:

- Verschwiegenheit
- Respektvoller Umgang
- Pünktlichkeit
- Keine Speisen oder Getränke (Wassertrinken ist ok)
- Es kann über alles in der Gruppe geredet werden. Ausgenommen sind Details zu traumatischen Erlebnissen
- Störungen haben Vorrang

Therapeutische Arbeit in der Gruppe

Die Gruppentherapie-Einheiten folgen in der Regel demselben Ablauf. Begonnen wird mit einer Achtsamkeitsübung (z.B. aus Burkhard 2015), gefolgt von einer Eingangsrunde. Anschließend werden Anliegen und mögliche Themen gesammelt. Eines der Themen wird ausgewählt und bearbeitet. Dazu wird der:die Klient:in eingeladen, von

seinem:ihrem Anliegen zu erzählen. Der:die Therapeut:in stellt ggf. Fragen, damit das Anliegen für ihn:sie und die Gruppe klar ist (z.B. „Was meinen Sie mit...“, „Welche Bedeutung hat es für Sie, wenn Sie sagen...“, „Wer ist noch an der Situation beteiligt...“, etc.). Anschließend wird die Gruppe gebeten, ihre Beobachtungen, Ressourcen, Ideen, möglicherweise Hilfreiches, etc. zu teilen. Der:die Therapeut:in achtet darauf, dass dies in Form von Ich-Botschaften erfolgt und keine Deutungen oder Vorgaben kommuniziert werden. Wenn nötig, ergänzt der:die Therapeut:in. Es bleibt immer bei dem:der Klient:in zu entscheiden, was von dem Gesagten er:sie hilfreich findet und mitnimmt. Je nach Anliegen wird ggf. alternativ mit einer Aufstellung mit Repräsentant:innen oder Symbolen gearbeitet. Teilweise wird mit Verhaltensmustern bzw. inneren Anteilen gearbeitet, die im früheren Leben entstanden sind und damals sinnvoll oder notwendig waren, aber in der aktuellen Situation dysfunktional sind. Je nach Bedarf finden Begrüßungen oder Verabschiedungen von Klient:innen statt, oder es werden aktuelle Konflikte zwischen Gruppenteilnehmer:innen thematisiert. Beendet wird die Einheit mit einer Abschlussrunde.

Traumasppezifische Aspekte

Eine der Grundregeln in der Gruppe ist, dass keine Details zu traumatischen Erlebnissen in der Gruppe erzählt werden. Hier begrenzt nötigenfalls die Therapeut:in. So soll vermieden werden, dass weder der:die erzählende Klient:in noch Zuhörer:innen eigenes Traumamaterial aktivieren oder in Panikzustände geraten. Die Gruppen sind, was Diagnosen und Symptome betrifft, gemischt zusammengesetzt. Dies reduziert ebenfalls die Triggergefahr. Und es stellt sicher, dass unterschiedlichste Ressourcen und Sichtweisen in der Gruppe vorhanden sind. Ein wichtiger Punkt ist die Planbarkeit und Vorhersehbarkeit. Für alle Klient:innen soll vorhersehbar sein, was wann wo und mit welchem Ziel passiert. Dies gilt für den gesamten Klinik-Alltag (z.B. Tages- und Wochenpläne, zweimal die Woche ein Vortrag für Klient:Innen über das Therapiekonzept bzw. über therapierelevante Themen). Und auch der Grup-

pentherapie-Prozess ist entsprechend gestaltet:

- Gruppen-Angebote in der gleichen Bezugsgruppe
- Ein:e Therapeut:in je Bezugsgruppe
- Vorbereitungsgruppe
- Ähnlicher Ablauf in jeder Einheit

Material zum Dissoziations-Stopp und zur Reorientierung ist in jeder Einheit mit dabei (z.B. Gumiarmband, Igelball, etc.). Bei Bedarf stabilisiert die Therapeut:in. Der:die Klient:in hat die Option, in der Gruppe zu bleiben oder ins Stationszimmer zu gehen. Je nach Bedarf wird mit Klient:innen, die Trauma-Symptome zeigen, in begleitenden Einzelgesprächen Psychoedukation, Stabilisierungs- und Ressourcen-Arbeit gemacht (Imaginationsübungen, Ressourcen-EMDR, etc.). Manchmal ist es möglich, Trauma-Konfrontation mit Hilfe von EMDR durchzuführen. Ggf. wird ein Buch zur weiteren Psychoedukation ausgegeben (Reddemann & Dehner-Rau, 2008).

Abschluss und Nachbetreuung

Am Ende des Aufenthalts wird ein Bilanzgespräch geführt, in dem Erreichtes gewürdigt und die Zeit nach der Reha in den Blick genommen wird. Gegebenenfalls wird dem:der Klient:in eine weiterführende Therapie oder eine ambulante Nachbetreuung – Psyrena genannte (Psychosomatische Reha Nachsorge) – empfohlen.

Wirkfaktoren anhand von Fallvignetten

Für die Gruppentherapie wird eine Reihe von Wirkfaktoren beschrieben (vgl. z.B. Unterholzer und Gröger 2022). Im Folgenden habe ich mich auf einige konzentriert, welche ich im Rahmen des klinischen Praktikums gut beobachten konnte.

Gehört und gesehen werden, sich zugehörig fühlen

Der auffälligste Wirkfaktor ist das ganz basale „in der Gruppe sein“. Immer wieder erlebe ich die Ergriffenheit der Teilnehmer:innen von der Teilnahme der Gruppe.

Klientin, Anfang 50, kommt ursprünglich aus Polen. Ihr Mann habe sie nach Deutschland geholt. Sie sei die ersten Jahre nur zu Hause gewesen und habe sich um den Haushalt gekümmert, habe kein Deutsch gesprochen. Mit der Zeit habe sie Deutsch gelernt und als Sekretärin gearbeitet. Weiterhin gab es aber wenig eigene (Freizeit-)Aktivitäten. Nun ist ihr Mann schwer krank und pflegebedürftig, seither fällt es ihr noch schwerer, etwas für sich selbst zu tun. Sie fühle sich kraftlos, beschreibe depressive Symptome.

Nach einer Schilderung Ihrer Situation lädt die Therapeutin die Klientin ein, ihre aktuelle Situation mit Symbolen aufzustellen. Für sich selbst wählt sie dabei einen Stein („schwer, eingesperrt, kraftlos“). Bei der Exploration von Ausnahmen erzählt sie, dass sie früher in Polen ganz anders gewesen sei. Sie sei kontaktfreudig, fröhlich und viel unterwegs gewesen. Dafür stellt sie eine Antilope und eine Micky Maus auf. Eine Veränderung ihrer aktuellen Situation scheint ihr aber auch mit diesen Ressourcen an ihrer Seite nicht möglich. In der nächsten Stunde erzählt sie, dass es das erste Mal gewesen sei, dass sie im Detail über ihre Situation gesprochen habe. Sie sei sehr ergriffen gewesen von der Anteilnahme und der Wertschätzung der Gruppe. Dies ermutige sie, die Aufstellung noch einmal aufzugreifen. Schließlich nimmt sie konkrete Pläne mit, sich mehr Zeit für ihre eigenen Bedürfnisse zu erlauben.

Sehen, dass andere ähnliche Probleme haben

Häufig sind Klient:innen überrascht, dass sie nicht alleine mit ihrem Problem sind. In der Gruppe von elf Klient:innen kommt es immer wieder vor, dass einige Klient:innen erzählen, ein ähnliches Thema (gehabt) zu haben. Dies erleben die „Fallbringer:innen“ als entlastend, gleichzeitig nehmen sich andere Betroffene vom „Erarbeiteten“ etwas mit.

Klientin, Ende 40, berichtet von einem sehr schwierigen Verhältnis zu ihrem Vorgesetzten, von einem ausbeuterischen System im Konzern und von massiver Überlastung. Zu ihrer Überraschung berichten zwei Klient:innen, dass sie ebenfalls wegen einer ähnlichen Thematik „hier

gelandet sind“. Allein die Erkenntnis, damit nicht allein zu sein, dass es andere gibt, denen es ähnlich geht, führt zu einer Entlastung der Klientin. Sie meint, sie fühle sich plötzlich leichter, sitze auffallend aufrechter. Es erlaube ihr zu sehen, dass nicht sie diejenige ist, die etwas falsch macht oder „nicht aushält“, sondern dass es das „toxische“ Umfeld ist, wo die Probleme liegen.

Gruppe als Vielfalt an Ideen, Sichtweisen und Ressourcen

Nach Darstellung des Anliegens durch eine:n Klienten:in erarbeitet die Gruppe meist einen bunten Strauß an wertschätzendem Feedback, sichtbar gewordenen Ressourcen, Ideen des Umgangs mit der Situation, eigenen Coping-Mechanismen, etc.

Die Klientin aus dem vorigen Absatz erhält von der Gruppe viel Feedback. Wie stark sie sei, die Situation so lange ausgehalten zu haben, wo die Gruppe Ressourcen sieht, was an Positivem in ihrer Erzählung gehört wurde. Es werden auch diverse Ideen gesammelt: Therapie oder Coaching im Anschluss an den Aufenthalt, Abgrenzung lernen, Versetzung in einen anderen Bereich, Jobwechsel, Fokus auf Privates und Hobbies etc. Auch für die Klientin überraschende Vorschläge wie „Die Firma hat dir so viel angetan, bleib doch länger im Krankenstand und erhol dich“. Oder „Du bist so kreativ, mach doch beruflich was ganz anderes“. Die Klientin beschließt, an ihrer Abgrenzungsfähigkeit zu arbeiten, Aufgaben abzugeben und mehr Zeit für Hobbies und Freunde einzuplanen (zwei fixe Abende). Sollte das nicht helfen, werde sie sich bezüglich Jobwechsel beraten lassen. Sie wolle sich keinesfalls mehr von ihrem Chef „auf der Nase herumtanzen“ lassen.

Erleben der eigenen Kompetenzen / Selbstwirksamkeit durch Da-sein für andere

Das Sammeln und Einbringen von Ideen und eigenen Coping-Mechanismen ist nicht nur für den:die „Fallbringer:in“ hilfreich. Auch den Gruppenteilnehmer:innen hilft es, durch das Einbringen ihrer

Ideen, ihre eigene Kompetenz und Selbstwirksamkeit wahrzunehmen. Besonders beeindruckt hat mich dabei ein Klient, dem es nicht möglich war, über seine Themen in der Gruppe zu sprechen, der aber durch das Da-sein für andere viel Bestärkung mitgenommen hat.

Klient, Ende 50, kommt mit diversen körperlichen und psychischen Symptomen in die Gruppe (starke Schmerzen und körperliche Beschwerden, Flashbacks, Panikzustände, Kraftlosigkeit, Überforderung, Long-Covid-Symptome, ...). Aufgewachsen in einem „sozialen Brennpunkt“, körperliche Gewalt von beiden Elternteilen, Zeuge von mehreren tödlichen Arbeitsunfällen, Beinahe-Verlust von Frau und Tochter bei der Geburt, traumatisierende Krankenhausaufenthalte. Er erlebt sich selbst als unfähig, da er nach einer Covid-Infektion nicht mehr arbeiten könne.

Das Zuhören in der Gruppe ist anfangs sichtlich sehr schwierig für ihn. Die Therapeutin unterbricht teilweise, um ihn zu stabilisieren. Dann wird er zusehends aktiver in der Gruppe. Einer Klientin gibt er sehr wertschätzend und einfühlsam Feedback. Einer anderen bietet er hilfreiche Ideen an. In einer Aufstellung wirkt er als Repräsentant mit und zeigt dort eine witzige und gesellige Seite. Auch wenn er in der Gruppe nicht aktiv an seinen Themen arbeitet, erfährt er durch das Einbringen viel Selbstwirksamkeit und fühlt sich gestärkt.

Erproben alternativer Handlungsmöglichkeiten

Die Gruppe dient im Bedarfsfall auch als „Experimentierraum im geschützten Rahmen“.

Klientin, Mitte 50, beschreibt ihre private Situation mit einem alkoholkranken Mann. Sie habe keinen Rückzugsraum, neben der Arbeit laste auch der gesamte Haushalt und der Garten auf ihren Schultern. Sie redet das Problem anfangs immer wieder klein.

Ihre aktuelle Situation wird mit Repräsentant:innen aufgestellt und exploriert. Anschließend werden verschiedene Impulse erprobt und Auswirkungen in der Familie „gesichtet“. Die Klientin nimmt sich

neben der Einsicht, dass ihre Situation „doch nicht so ohne ist“, einige konkrete nächste Schritt mit (einen persönlichen Rückzugsraum schaffen; die Gartenarbeit nicht mehr übernehmen).

Zusammenfassung

Ich war überrascht von meinen Erfahrungen im klinischen Praktikum. Mir ist erst währenddessen klar geworden, dass ich davor unbewusst die Einstellung hatte, dass man Gruppentherapie „ja nur macht, weil es günstiger und ökonomischer ist“. Wie hilfreich und wirkungsvoll Gruppentherapie für Klient:innen sein kann, habe ich erst im Rahmen dieses Praktikums erkannt. Eh klar, könnte der:die versierte Leser:in meinen. Immerhin ist die Wirksamkeit der Gruppentherapie bereits seit längerem durch Studien nachgewiesen (vgl. z.B. Sydow 2022). Es selbst zu erleben, hat für mich einen Unterschied gemacht, der einen Unterschied macht.

Bernhard Pölzl, MSc ist aktuell im ersten Abschnitt des Fachspezifikums systemische Familientherapie an der ÖAS (C41), Lebens- und Sozialberater, Traumapädagoge und -fachberater, Coach und Organisationsberater (MSc), Trainer und Erlebnispädagoge

Quellen

Burkhard A. (2015): *Achtsamkeit. Entscheidung für einen neuen Weg* (2. überarbeitete und erweiterte Auflage). Stuttgart: Schattauer.

Reddemann L., Dehner-Rau C. (2008): *Trauma. Folgen erkennen, überwinden und an ihnen wachsen* (3. vollständig überarbeitete Auflage). Stuttgart: Tiras.

Sydow K.v. (2022) *Meist signifikant positive Effekte: Forschung zur Wirksamkeit systemischer Gruppentherapie*. In: C. Unterholzer und H. Gröger (Hrsg): *Handbuch der systemischen Gruppentherapie*. Heidelberg: Carl Auer. S. 352-360.

Unterholzer C., Gröger H. (2022): *Wirkfaktoren systemisch „revised“ – Welche Wirkfaktoren sind für die systemische Gruppentherapie relevant?* In: C. Unterholzer und H. Gröger (Hrsg): *Handbuch der systemischen Gruppentherapie*. Heidelberg: Carl Auer. S. 361-381.

Kreative Begegnungen in der Kunsttherapie

Anna Danzer-Ernst

Daniela ist aufgeregt. Ihre Hände fühlen sich klebrig an. Zugleich freut sie sich. Während ihr Auto durch Wiens Straßen fährt, hält sie sich verkrampft am Lenkrad fest. Nach einem Jahr Pause fährt sie wieder in die alle zwei Wochen stattfindende Kunsttherapiegruppe. Ihre chronischen Schmerzen spürt sie heute mehr als sonst. Vor der Abfahrt schluckte sie ein zusätzliches Schmerzmittel. Aber statt niedergeschlagen ist sie heute aufgeregt. Wer wird in der Gruppe sein? Sie kennt niemanden. Unwohlsein kriecht in ihr hoch: „Ich bin blockiert. Ich werde nichts zeichnen können. Ich habe keine Bildidee. Ich kann’s nicht!“ – Vor ihr und hinter ihr nichts als stehende Autos. Sie schreibt der Therapeutin eine SMS: „Ich werde es nicht rechtzeitig schaffen. Furchtbarer Stau!“ Am liebsten würde Daniela jetzt gleich umdrehen und nach Hause fahren, statt sich für zwei Stunden in die Therapiegruppe zu setzen. Noch dazu, wo sie zu spät kommen wird.

Außer Daniela sind schon alle da. Die Atelieratmosphäre, die vielen Gestaltungsmaterialien in den Gestellen, das vertiefte Tun der anderen in der Gruppe, all das regt Claudia an. Sie überwindet ihre Scheu, die fast jedes Mal etwas da ist. Doch sie weiß, dass alles okay ist, was auf ihrem Arbeitstisch entstehen wird, dass ihr im Schlussgespräch Wohlwollen entgegengebracht werden wird und dass sie meist erstaunlich zufrieden nach der Besprechungsrunde nach Hause geht. Sich ihrem eigenen urteilenden Blick zu entziehen, ist schwer. Claudia kennt das doch auch vom Alltag her, so oft ist sie nicht zufrieden mit sich und ihrer Leistung.

Nun sind alle angekommen. Daniela hat den Stau und ihre aufkommenden Zweifel überwunden und sich als vierte Teilnehmende an den großen Tisch gesetzt. Alle geben sich bereits dem Gestalten hin. Auch die zu spät kommende Wiedereinsteigerin findet leicht ins Tun. Sie fühle sich wie daheim,

meint Daniela nach gelungenen Bildern beim Verabschieden. Auch Claudia zieht zufrieden ihre Jacke an und ist erstaunt, wie wohlwollend die Gruppe ihre Bilder betrachtete und welches Feedback sie mit auf den Weg bekommen hat. „Aha, die anderen sehen das ganz anders als ich!“, stellt sie erstaunt und ungläubig fest. Thomas gehört ebenfalls zur Kunsttherapiegruppe. Er und Claudia sind schon lange dabei und erklären Monika, die ganz neu da ist und sich noch nicht auskennt, die Kunsttherapie so:

Manchmal würde die Therapeutin zu Beginn mit einer Einstiegsaufgabe für alle den Prozess anregen. Das könne sein, sich Farben oder Gefühle vorzustellen, erzählt Thomas. Damit würde ihm oft der Einstieg ins Gestalten erleichtert. Sie würde fragen, mit welchen Materialien er sich heute am wohlsten fühle, auf welches Material er am meisten Lust habe oder was zu seinem Vorhaben passe.

Alternativ zu einer Einstiegsanregung gebe es zu Beginn oft auch kurze Gespräche mit jeder Teilnehmerin oder jedem Teilnehmer, ergänzt Claudia. Danach sei das Gestalten ungefähr für eine Stunde ganz frei. Alle dürften selber bestimmen, ob sie mit der Anregung weiter tun oder einen ei-





genen Weg einschlagen möchten. Auch die Materialwahl sei frei und ob ein einziges Bild oder mehrere gestaltet würden.

Freunde oder Bekannte hätten schon gefragt, was sie in der Kunsttherapie machen würde. Wie sie das jeweils erklären würde, fragt die Therapeutin neugierig. Zum Beispiel, dass wir auch schon „schiache“ Bilder zu malen versucht hätten und dass dies schwierig gewesen sei. Claudia erzählt lachend von der Aufgabe. Es habe ihr sehr viel Spaß gemacht. Doch das Bild sei nicht so hässlich geworden, wie sie es sich vorgestellt habe.

Es gebe grundsätzlich verschiedene Möglichkeiten der Herangehensweise, sagt Thomas. Einerseits könne es wichtig sein, was gemalt oder gezeichnet würde und dass er ein bestimmtes Thema aufs Blatt bringen und darstellen möchte. Er könne ein Thema behandeln, das ihn gerade beschäftige, zum Beispiel ein Problem in der Beziehung mit seiner Lebenspartnerin. Sich nonverbal einen Überblick zu verschaffen, sei oftmals wie eine Erleuchtung und zeige andere Möglichkeiten und Blickwinkel auf.

Als sehr bestärkend und erholsam empfinde er eine wohltuende Erinnerung zu malen, zum Beispiel einen schönen Ort zu imaginieren und ihn malend zu besuchen. Sich an das Gefühl zu erinnern, das er an diesem guten Platz erlebte, tue ihm gut und lasse den Wunsch auftauchen, wieder hinzugehen.



Andererseits könne es mehr ums Tun mit dem Material gehen, um die Erfahrungen beim Malen, das Erkunden der Beschaffenheit der Farbe und ums Auftragen aufs Papier, um ihre Strahlkraft oder um ihre Gedämpftheit, und darum, einen Weg zu finden, der einem guttue. Sich zu erfreuen an der gestaltenden Tätigkeit. Dies würde ihm oft helfen, sich vom stressigen Alltag zu distanzieren und sich zu entspannen. Hilfreich sei dabei, sich aufs Bild zu fokussieren und daneben alles andere, alle Sorgen und Belastungen zu vergessen, einmal einfach abzuschalten und zu sich zu kommen.

Claudia sagt, dass es ihr gefallen habe, ein Restbild aus den übriggebliebenen Farben zu malen. Sie habe schnell und ganz locker in ein paar Minuten ein Bild gemalt, das sehr ausdrucksstark geworden sei. Damit sei sie zufriedener gewesen als mit dem „eigentlichen“ Bild. Sie habe plötzlich ganz ohne Leistungsdruck gemalt. Eine Befreiung ihrer Gestaltungskraft sei für einen Moment möglich geworden.

* * *

Mir als Therapeutin ist es ein Anliegen, meinen kunsttherapeutischen Gruppen einen Rahmen anzubieten, wo sich die Teilnehmenden künstlerisch gestaltend entfalten und ausdrücken können. Es soll ein Raum entstehen, wo wir uns selber, anderen Teilnehmenden und dem Gestaltungsmaterial neu und wertschätzend begegnen können.



Handelnd entdecken wir uns oder wir lassen uns inspirieren vom Tun der Nachbarin oder des Nachbarn. Alle entscheiden selber, ob sie sich anregen lassen oder nicht, ob sie für sich allein ihren Weg gehen, sich auf ihr eigenes Tun konzentrieren wollen oder ob ihre Aufmerksamkeit auch bei der Gruppe liegt. Ich darf mich der Ideen-Palette, die in der Gruppe entsteht, bedienen. Ich darf mich davon anregen lassen, wenn andere Gestaltungsmaterial verwenden, das ich noch nicht kenne. Es geht um die gemeinsame Lernerfahrung. Sich von den anderen der Gruppe anregen zu lassen, ist mehr als okay. Oft ist nicht einmal klar, woher die Idee ursprünglich kommt – aus der Gruppe und ihrer Atmosphäre heraus, vielleicht aus dem Miteinander.

Die Gruppenatmosphäre kreiert eine eigene Welt im gemeinsamen Tun und im Austausch miteinander. Alle Teilnehmenden bringen eigene Aspekte ein, bereichern die Vielfalt der Gruppe. Nicht die Therapeutin erschafft diese Welt. Die Gruppe tut es. Jedes Mal neu. Bei jedem Zusammenkommen.

Zu Beginn des Abends sind die Tische leer. Nach dem Gestalten liegen, auf jedem Arbeitsplatz aus-

gestellt, viele Arbeiten, die uns neugierig machen. Nach dem Fokus auf sich selber und auf das eigene Bild erweitern wir den Blickwinkel und schauen auf das, was in der Gruppe entstanden ist, und wir sehen den Reichtum der Vielfalt. Wir nehmen teil an den Prozessen der anderen. Wir lernen am Eigenen und am Fremden. Wir sehen in der Gruppe andere Möglichkeiten, die uns vielleicht nicht eingefallen wären. Ich beginne mich vielleicht anders zu bewegen als sonst, komme auf andere Gedanken. Vielleicht begegne ich mir selbst auf andere Weise, als ich es gewohnt bin, und entdecke neue Wege, die mir guttun. Ich kann mich damit vertraut machen, neue Ideen malend in Bildern ausprobieren, mich daran gewöhnen, bis sie mir vielleicht eigen und ein Teil von mir geworden sind.

Wir fühlen uns mehr und mehr zugehörig zur Gruppe. Wir entwickeln Sicherheit, die unsere Kreativität leichter fließen lässt. Das Spielerische in uns erwacht. Wir teilen unsere Erfahrungen miteinander. Wir freuen uns zusammen. Wir empfinden mit, nehmen Anteil, wenn's schwierig ist, ärgerlich, frustrierend und traurig. Wir erfahren Lebensgeschichten. Wir dürfen an Lösungen teilhaben, an die wir nicht gedacht hätten. Wir werden bereichert durch Menschen, durch ihre Ideen und Gedanken, durch andere Sichtweisen, durch Begegnung und durch Gespräche über Bilder, Gestaltungen und Gefühle. Wir dürfen schauen und staunen, was in so kurzer Zeit entstanden ist.

„Gemeinsam Stark“ – systemische Gruppenpsychotherapie für Menschen mit autistischer Wahrnehmung

Lena Holubowsky und Jennifer Kernreiter

Autismus: eine tiefgreifende Entwicklungsstörung; eine Wesensart; Schwierigkeiten, normale soziale Beziehungen aufzubauen; zwanghaftes Verhalten; es fehlt das natürliche Verständnis für Gefühle; kein Einfühlungsvermögen; gestörte Sprache; möchten alleine sein; hochintelligent,...

Diese Schlagwörter und noch viele mehr sind zu lesen, wenn das Wort „Autismus“ in Google eingegeben wird. Darunter ist jedoch wenig vorstellbar und es ist geprägt von Vorurteilen! Das Autismus-Spektrum ist weit und umfassend. Manche Betroffene sind durch ihre autistische Wahrnehmung, kombiniert mit Intelligenzminderungen und einer eingeschränkten Sprache sehr auf Unterstützung im Alltag angewiesen. Andere meistern das Leben und alltägliche Herausforderungen. Kein Einfühlungsvermögen? Möchten alleine sein? Das erleben wir in unserer Arbeit nicht. Eher das Gegenteil: Wie kann ich andere kennenlernen und mit anderen in Kontakt kommen? Wie finde ich Freund:innen? Woran erkenne ich Trauer bei anderen und wie kann ich helfen? Wie kann ich andere besser verstehen? Ich möchte lernen, zwischen den Zeilen zu lesen!

„Ich bin Autist. Nein, kein Computer-Freak! Nein, auch kein Zahlen-Genie! Nein, ich kenne auch keine Fahrpläne oder Telefonbücher auswendig! Ja, ich finde auch, dass ich ganz normal aussehe!“ (Zitat auf Pinterest)

Wir arbeiten bereits mehrere Jahre mit Klient:innen mit einer autistischen Wahrnehmung zusammen. Obwohl Google es vermuten lässt, gleicht keiner dem anderen. Dem Zitat „Kennt man einen Autisten, kennt man EINEN Autisten“ können wir nur zustimmen. Viele unserer Klient:innen mit einer autistischen Wahrnehmung sehnen sich nach Sozialkontakten. Gleichzeitig stellt die andere neuro-

logische Verarbeitung von Informationen eine Herausforderung für die soziale Kontaktaufnahme und Aufrechterhaltung dar. Es fehlt eine Filterfunktion im Gehirn, was es unter anderem erschweren kann, Situationen ganzheitlich zu betrachten. Dafür gelingt es Menschen mit einer autistischen Wahrnehmung zumeist hervorragend, Details zu erkennen. Besonders bei sozialen Situationen ist es jedoch entscheidend, Mimik und Gestik sowie Verbales und Nonverbales ganzheitlich zu erkennen. Es kann hilfreich sein, sich auf Situationen vorzubereiten, Möglichkeiten zu besprechen, Sätze zu überlegen und Smalltalk zu üben. All dies sind oftmals therapeutische Ziele unserer Klient:innen.

„Autismus ist nicht trennbar von der Persönlichkeit eines autistischen Menschen. Autismus färbt jede Wahrnehmung. Autismus beeinflusst, wie jemand denkt, fühlt, versteht, reagiert und interagiert. Zu wünschen, der Autismus würde verschwinden, bedeutet zu wünschen, die Person wäre jemand anders.“ (www.aspies.de)

Oftmals erleben wir, wie bei vielen anderen Menschen auch, einen geringen Selbstwert bei Klient:innen mit autistischer Wahrnehmung und frühere negative Erfahrungen mit Freundschaften oder Gruppen. Der Wunsch, dass der Autismus „weggeht“, kann ebenso vorhanden sein, wie eine Identitätsbildung als „Autist:in“, sowie viele mögliche Abstufungen dazwischen. Im Rahmen der Psychotherapie besprechen wir häufig Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu anderen Personen. Wir beleuchten die Rolle des Autismus im Leben der Klient:innen und welche Rolle diese Diagnose im Leben der Person spielt. Beispielsweise interessiert es uns als Therapeut:innen, was den Menschen ausmacht. Ein Teil ist Autist:in – und die anderen Seiten? Die eigenen Stärken in den Fokus zu rücken, sie zu würdigen und den Selbstwert zu steigern, kann ein hilfreicher Ansatz in der Psychotherapie sein.

„Nähern Sie sich Ihrem Thema mit einem Gefühl der Demut: Sie sind nicht die Experten für Autist_innen oder Autismus. Autist_innen sind es!“ (www.autismus-kultur.de)

Somit war der Weg für uns klar: Wir wollen Expert:innen zusammenbringen, um gemeinsam andere Wahrnehmungen zu erkunden und Erfahrungen auszutauschen. Seit 2019 bieten wir Gruppenpsychotherapie für Kinder und Jugendliche an. Aufgrund der vielen Anfragen von Klient:innen, die entweder bei uns in Einzel- oder Gruppentherapie waren, beschlossen wir 2022 unser Angebot zu erweitern. Im Herbst gründeten wir eine Jahresgruppe für Jugendliche im Alter von 14–15 Jahren und für junge Erwachsene im Alter von 18–28 Jahren.

„Gemeinsam Stark“ – die Jahresgruppe

Die Jahresgruppe „Gemeinsam Stark“ findet einmal pro Monat an einem Samstag oder Sonntag für die Dauer von 90 Minuten statt. Insgesamt nehmen 7–10 Menschen mit einer autistischen Wahrnehmung teil. Es sind 10 Gruppentreffen und ein Erst- und Abschlussgespräch vorgesehen.

Bereits in den Erstgesprächen achten wir auf Transparenz. Neue Situationen können Aufregung oder Sorgen auslösen, welche zu Stress und Überforderung führen können. Für Menschen mit autistischer Wahrnehmung kann es herausfordernd sein, sich in Gruppen zurechtzufinden. Mit dieser Hypothese nutzen wir das Erstgespräch, um detailliert über den Ort der Gruppentherapie, über uns als Therapeut:innen und den Ablauf der Gruppeneinheiten zu berichten, sowie einige Informationen zu verschriftlichen. Wir wollen Sicherheit erzeugen und Zeit zum Ankommen in einer neuen Situation bieten. Oftmals stellt schon das Kennenlernen mit uns eine Herausforderung dar. Erst im Anschluss stellen wir Fragen und sprechen über Ziele, beziehungsweise was sich der:die Teilnehmer:in zu üben oder zu besprechen wünscht.

Unsere systemische Grundhaltung im Rahmen der Gruppenpsychotherapie ist unter anderem geprägt von Neugierde und Ressourcenorientierung. Unser Ziel ist es, Möglichkeitsspielräume zu vergrößern und Entwicklungsmöglichkeiten zu stärken. Der Fokus liegt dabei in der Interaktion und den Beziehungen. Wir wollen Motivation zur Veränderung bieten und Impulse dafür geben (Dirk Rohr, 2021).

Die Rituale in der Gruppenpsychotherapie spielen für uns eine wesentliche Rolle. Durch ihre regelmäßige Anwendung geben sie Orientierung, sind vorhersehbar, sozial akzeptiert, und – vielleicht das Wichtigste – sie können mit anderen Menschen geteilt werden und schaffen somit Gemeinsames. Rituale können Menschen verbinden. Daher legen wir viel Wert auf wiederkehrende Gruppenelemente und darauf, diese Rituale transparent mit den Teilnehmer:innen zu besprechen.

Ablauf der Gruppentreffen

Begonnen wird mit einer Begrüßung vor dem Eintreten in den Gruppenraum. Das mag für manche Menschen selbstverständlich sein, für andere kann bereits die Begrüßung Unsicherheit auslösen. Es gibt viel Zwischenmenschliches zu beachten: Was sage ich? Wie weit stehe ich von der Person entfernt? Wo richte ich meinen Blick hin? Wie lange dauert eine Begrüßung? Darf ich die Hand reichen? Wir hoffen, mit unserem Begrüßungsritual eine kleine Handlungsanleitung für den Alltag mitzugeben.

Im Anschluss setzen sich die Teilnehmer:innen in einen Sesselkreis, und es folgt das nächste wiederkehrende Gruppenelement. Im Rahmen der Gefühlsrunde wird mit Hilfe einer Skalierung berichtet, welche Gefühle bei jedem:r Einzelnen an diesem Tag vorherrschend sind. Der:die nächste Teilnehmer:in wird gebeten, die Aussage der anderen Person zu wiederholen. Dies soll es erleichtern, in Kontakt zu kommen, Fragen zu stellen und vielleicht Themen für spätere Gespräche liefern. In den nächsten Minuten wird das heutige Gruppenthema besprochen. Je nach Themengebiet können diese auch in Kleingruppen näher be-

trachtet und im Anschluss der Großgruppe vorgestellt werden. Nach einer kurzen Pause wird erneut das Gruppenthema aufgegriffen und bei Bedarf zu Rollenspielen eingeladen.

Die Pause dauert 10 Minuten und dient dazu, Pausengestaltung zu üben oder sich kurz zurückzuziehen. Die Rolle der Pause und Möglichkeiten der Pausengestaltung werden mit der Gruppe vorbesprochen. Beispielsweise ist ein „Ruheraum“ oder ein „Witzeraum“ gekennzeichnet und mit kleinen Hilfsmitteln wie Witzebüchern ausgestattet. Ebenso bieten wir Platz für Snacks und Impulse für Smalltalk an.

Als Abschlussritual werden Mimikkarten am Boden verteilt. Jede:r Teilnehmer:in sucht sich zu einer Frage das individuell passende Bild aus und beschreibt kurz den Grund für die Auswahl. Mögliche Fragen sind beispielsweise: Wie will ich mich das restliche Wochenende fühlen? Mit welchem Gefühl verlasse ich heute die Gruppentherapie? Was habe ich in der nächsten Woche vor und wie geht es mir damit? Im Anschluss werden die Teilnehmer:innen einzeln verabschiedet und verlassen den Therapieraum.

Themen der Gruppenpsychotherapie

Die erste Einheit dient dem Kennenlernen und dem Besprechen des sozialen Umgangs für ein gutes Miteinander. Gemeinsam erstellen wir ein Flipchart mit Umgangsformen. Es ist uns ein Anliegen, Klarheit zu schaffen und diese auch zu visualisieren. Somit sammeln wir beispielsweise Punkte, wie: ausreden lassen; jeder darf so sein wie er ist; ich frage nach, wenn etwas unklar ist; ich darf eine kurze Pause machen, wenn es mir zu viel wird; Freundlichkeit, usw. ... Außerdem laden wir dazu ein, einen Gruppennamen zu erfinden und ihn als Überschrift zu notieren. Das Plakat wird von jedem:r Teilnehmer:in unterschrieben und von uns bei jedem Termin sichtbar aufgehängt.

Innerhalb der ersten beiden Einheiten erstellen wir ein weiteres Plakat. Wir wollen als Therapeut:innen keine vorgeschriebenen Themenblöcke bereitstellen, sondern Interesse wecken und Platz für vielfältige Themen bieten. Mit

diesem Blick laden wir die Teilnehmer:innen ein, Wünsche zu sammeln, was in den Gruppeneinheiten besprochen werden soll. Bereits in den Erstgesprächen haben wir diese Frage gestellt und uns Themenvorschläge der Klient:innen notiert. Die Themen der aktuellen Gruppe sind:

Smalltalk: Wie komme ich in Kontakt? Worüber kann ich sprechen? Wozu brauche ich Smalltalk? Wie kann ich mich trauen, mit neuen Leuten zu sprechen?

Freundschaft: Was bedeutet Freundschaft? Wie finde ich Freund:innen? Was tun, wenn sich Freundschaften verändern? Woran erkenne ich es, wenn ich ausgenutzt oder ausgegrenzt werde?

Liebe: Was ist der Unterschied zwischen Liebe und Freundschaft? Wie gehe ich mit Intimität um? Wie funktioniert Dating?

Autismus: Was ist Autismus und welche Rolle spielt er in meinem Leben? Wie nehme ich die Welt wahr und wie die anderen in der Gruppe? Was für Vorteile bringt mir meine autistische Wahrnehmung? Wie gehe ich mit dieser Diagnose um? Was für Herausforderungen habe ich schon gemeistert?

Achtsamkeit: Was tue ich für meine Selbstfürsorge? Woran erkenne ich Stress? Wie kann ich gut auf mich achtgeben? Was tut mir gut?

Selbstständigkeit: Was im Alltag gelingt mir bereits? Was will ich noch üben? Was ist mein nächstes Ziel? Wo kann ich mir Hilfe suchen, wenn ich sie brauche?

Emotionen: Woran erkenne ich die verschiedenen Gefühle bei mir und bei anderen? Wie kann ich darauf reagieren?

Ausbildung/Job: Wo stehen die anderen Gruppenteilnehmer:innen in ihrer Ausbildung? Welche Berufe oder Berufswünsche gibt es bei den anderen? Was ist mein Ziel in der Ausbildung? Was sind hilfreiche Strategien, wenn ich einen neuen Job oder ein Studium beginne?

In Kontakt bleiben – die Gruppenmappe und der Gruppenchat

Da die Gruppentreffen niedrigfrequent angesetzt sind, ist es uns ein Anliegen, dennoch in Kontakt bleiben zu können. Um dies zu ermöglichen, haben

wir zwei Zugänge gewählt. Einerseits bekommt jede:r Teilnehmer:in eine Gruppenmappe. In dieser sind organisatorische Elemente enthalten, wie beispielsweise die Termine, Informationen über die Therapeut:innen und den Gruppenort. Ebenso ist Platz für Notizen, für Beobachtungen im Alltag oder für Verschriftlichungen, was gut gelungen ist.

Andererseits erstellen wir einen Gruppenchat. Die sozialen Medien sind ein wichtiger Bestandteil für soziale Kontakte geworden. Wir möchten im Rahmen der Gruppenpsychotherapie Mut schaffen, sich auch in diesen Medien zu bewegen. Alle Klient:innen unterschreiben eine Einverständniserklärung, an dem Chat über die App Signal teilzunehmen und ihre Telefonnummer zur Verfügung zu stellen. Wir wollen zum Austausch einladen, dazu Fragen an die Gruppe zu stellen, herausfordernde oder gemeisterte Situationen zu teilen und Smalltalk zu üben. Gelegentlich stellen wir Fragen über den Alltag in den Chat (wie das Wochenende war; wie wird die Weihnachtszeit verbracht; wie war der Start in das neue Jahr, was ist euch diese Woche gelungen?...). Ebenso teilen wir Dokumente, Ideen oder Links passend zum nächsten Gruppenthema und laden auch hier bereits im Vorfeld zum Austausch ein.

Ausblick

Die aktuelle wissenschaftliche Situation zum Thema Autismus in der systemischen Psychotherapie zeigt noch deutlichen Forschungsbedarf auf. Daher haben wir entschieden, wie auch schon in den bisherigen Kindergruppen, Praxis und Forschung erfolgreich umzusetzen. Bei den Jahresgruppen führen wir eine anonymisierte Befragung zu zwei Testpunkten durch. Ein standardisierter Fragebogen wird vor und nach der Gruppentherapie an die Teilnehmer:innen ausgeteilt. Am Ende der Gruppentherapie wird zusätzlich ein qualitativer Fragebogen zur Zufriedenheit der Teilnahme erhoben.

Es ist uns ein Anliegen, einerseits einen Beitrag zur Psychotherapieforschungswelt zu leisten, andererseits möchten wir Kolleg:innen motivieren, sich mit dem Thema Autismus zu beschäftigen, um

Mut zu machen, selbst Betroffene zu begleiten. In unserer alltäglichen Arbeit erleben wir immer wieder eine große Versorgungslücke für Menschen mit einer autistischen Wahrnehmung. Um dem etwas entgegenzuwirken, vernetzen wir uns regelmäßig mit Kolleg:innen, bieten Seminare an, begleiten eine Psychotherapiestudentin, schreiben an einem Buch zum Thema Autismus in der systemischen Psychotherapie und bieten Kolleg:innen im Status die Möglichkeit, unsere Gruppen zu hospitieren.

Das Thema Autismus und vor allem unsere „Gemeinsam Stark“ Gruppen sind für uns ein großes Herzensprojekt.

Beschreibung der Autorinnen:

*Lena Holubowsky, MSc
Praxis Apollo, Apollogasse 4/3 1070 Wien,
holubowsky@psychologie-apollo.at
0677 637 51493
Arbeitet als klinische Psychologin und
systemische Therapeutin in freier Praxis in
Wien hauptsächlich mit Klient:innen mit
autistischer Wahrnehmung, deren Familien
und Angehörigen. Zudem ist sie bei der Wiener
Kinder- und Jugendhilfe tätig.*

*Dr.ⁱⁿ Jennifer Kernreiter, BA, MA
Institut für Systemische Therapie, Am Heumarkt
9/2/22, 1030 Wien, kernreiter@ist.or
0677 615 87103
Arbeitet als Psychotherapeutin in freier Praxis
am Institut für Systemische Therapie in Wien
mit Klient:innen mit autistischer Wahrnehmung,
deren Familien und Angehörigen. Zudem ist sie
ein Redaktionsmitglied bei Systeme.*

„Reflections“

Bei diesem Wort denke ich immer an die Study Tour in Kalifornien mit Stefan Geyerhofer. Bei den Therapiegesprächen, die wir beobachten durften, war die Reflexion zwischendurch eine sehr wichtige Komponente.

Für diese Ausgabe haben zwei Studierende ihre Reflexion über die Zeit, die sie an der Ambulanz der ÖAS Wien verbracht haben, zusammengefasst.

Evtimiya Radeva Kulnigg

Praktikum in der Lehrambulanz der ÖAS Wien

Zeitraum: 02.03.2022 – 31.05.2022

50 Einheiten

Anleitende: Stefan Waldner, Evtimiya Radeva-Kulnigg, Claudia Engleder, Sabine Klar

Themenschwerpunkte

Im Rahmen des Praktikums in der Lehrambulanz durfte ich die Arbeitsweise unterschiedlicher Therapeut:innen mit Klient:innen vor Ort kennenlernen. Im beschriebenen Zeitraum standen vor allem folgende Themenbereiche im Mittelpunkt der Therapieeinheiten: Essstörung, als toxisch empfundene Beziehungen, Depression, Lebensgestaltung und Loslösung vom Elternhaus. Teilweise kamen Einzelpersonen, teilweise aber auch verschiedene Familienkonstellationen zu den Einheiten. Bei zwei von den anleitenden Therapeut:innen durften wir im Rahmen des „Reflecting Team“ regelmäßig selbst in den Einheiten aktiv werden. Nach den Einheiten wurde mehr oder weniger intensiv über diese reflektiert und „Systemisches“ in den Mittelpunkt gerückt. Wenn Klient:innen nicht erschienen, was oft vorkam, bearbeiteten die Therapeut:innen mit uns Studierenden allgemeine Themen (z.B. wie gehe ich mit Absagen um, wie gestalte ich meine Praxis, wie gehe ich mit Finanzen um), machten Rollenspiele oder brachten Fallbeispiele mit. Auch wir durften Fallbeispiele einbringen. Außerdem wurden Videos von Therapieeinheiten gezeigt. In der Zettelaufstellung beschäftigte sich ein Klient gemeinsam mit seiner Freundin mit der Verantwortungsübernahme in der Herkunftsfamilie und Auswirkungen davon auf die Beziehung. Auch hier durften wir Studierende mitwirken.

Was habe ich erfahren/erlernt?

Reframing war sehr zentral in den Einheiten.

Landkarten als Ideen und Überzeugungen, Landschaften als das, was gerade passiert; Landkarte in der Landschaft ausprobieren.

Streit als Möglichkeit zur Weiterentwicklung, kann so positiv anerkannt werden.

Ad toxische Beziehungen: positive Seite (reframen) kann auch hier wertgeschätzt werden, Investiertes ist nicht umsonst; Kontext schaffen: Kennst du so eine Art von Beziehung von irgendwoher?

Bei Kindern und Jugendlichen ist es wichtig, Autonomieprozess zu beachten! Wo sind sie selbstgestaltend und autonom? Wichtiges Thema! „Nicht verstehen“ und „nicht passen“ von Eltern und Kindern als Teil des Ablösungsprozesses verstehen. Wo bin ich anders als und gleich wie meine Eltern?

Bei Kindern und Jugendlichen nicht dazu verleiten lassen, Elternteile abzuwerten. Wenn mir nicht anwesende Personen unsympathisch werden, versuchen, Verhalten für mich zu reframen und Klient:innen dabei unterstützen zu sehen, dass Personen verschiedene Anteile haben.

Arbeit mit Anteilen: im Therapieprozess leidende Rolle anerkennen, aber andere Rollen ansprechen. „Das Problem macht das Problem“ „Im Problem liegen Lösungen“

Arbeit mit Symbolen und Fotos, um Gefühle zu externalisieren.

Reflecting Team: besonders gut von Klient:innen angenommen, wenn nicht zu viel gesagt wurde und in den Worten der Klient:innen wiederholt und hervorgehoben wurde, auch Bilder/Metaphern gut angenommen; „vorsichtiges“ Formulieren (eine Idee von vielen, nichts aufdrängen), trotzdem mutig sein, anregen zu Neuem.

Familienbrett: Wunschbild oder Veränderungsbild kann erstellt werden, auch interessant, Verbindungen (z.B. anhand von Stäbchen) zeigen zu lassen. Thema Leere: Wenn Klient:innen viel Leere verspüren, fragen: Wozu ist Leere gut? Wofür schafft sie Platz?

Externalisieren: Wenn deine Tränen sprechen könnten, was würden sie sagen?

Diagramm der Lebenszeit zeichnen lassen: Wie viel möchtest du wofür investieren? Ist-Zustand und Ziel-Zustand.

Depression schafft starke Sicht nach innen, den Blick wieder nach außen zu richten ist wichtig.

Wenig Respekt für Probleme, viel für Lösungen.

Zettelaufstellung: Es ist interessant zu spüren, wie es sich anfühlt, am Zettel zu stehen, mitzuwirken.

Fragen, die ich mir mitgenommen habe

Wonach ist dir? Angenommen, es passiert noch einmal, was würdest du tun? Wer bist du hier, und wer willst du werden?

Es ist wichtig, Themen Zeit zu geben, Vorstellung des gemeinsamen Draufschauens und „langsamen Drehens“ des Problems, um es mit Klient:innen zu betrachten.

Was war gut?

Fazit

Insgesamt finde ich, dass die Lehrambulanz eine einzigartige Möglichkeit bietet, Therapieprozesse zu beobachten, selbst mitzuwirken und mit den Therapeut:innen reflektieren zu können. Die Kombination daraus macht es möglich, wirklich viele Lerninhalte mitnehmen zu können. Für mich persönlich wurde so das Interesse geweckt, vieles gleich selbst auszuprobieren.

Besonders sinnvoll erlebte ich auch das Reflecting Team: Im Reflecting Team konnten wir ausprobieren, wie es auf die Klient:innen, aber auch Kolleg:innen, wirkt, mehr oder weniger zu sagen, schneller oder langsamer zu sein usw. Ein anderer, spannender Aspekt der Lehrambulanz ist die Unterschiedlichkeit der Lehrtherapeut:innen. Ich konnte damit gut in die Überlegung einsteigen (bzw. diese fortsetzen), wie ich einerseits Praxisangelegenheiten lösen möchte, wie ich aber andererseits auch als Therapeut:in sein möchte.

Ein wenig Enttäuschung bemerkte ich immer wieder, wenn es am Anfang der Einheit hieß, dass keine Klient:innen kommen würden. Dies kam leider einige Male vor. Die Therapeut:innen lösten dieses Problem aus meiner Sicht so gut es eben möglich war.

Manchmal war es nicht ganz nachvollziehbar, warum ein:e Therapeut:in auf eine gewisse Art und Weise handelte. Diese Schwierigkeit konnte aber in der Regel in der Reflexion gut gelöst werden, ein offenes Gesprächsklima war bei allen Therapeut:innen zu bemerken.

Der Einstieg in das Reflecting Team kostete anfangs etwas Überwindung, vor allem, weil nicht ganz klar war, wie dieses bei den verschiedenen Therapeut:innen gehandhabt wird, bzw. was diese sich erwarten. Mithilfe von „learning by doing“ und auch Informationen der anderen Studierenden wurde es dann klarer.

ÖAS - C42 / Daniela Omann

Meine Erfahrungen aus der ÖAS Ambulanz

Ich bin Studierende im Lehrgang C42, habe also im März 2022 das Fachspezifikum begonnen. Ich habe mich gleich zu Beginn meiner Ausbildung für die Teilnahme an der ÖAS Ambulanz angemeldet und war in regelmäßigen Abständen mittwochs bei Evtimiya Radeva Kulnigg, sowie bei zwei Aufstellungen von Sabine Klar.

Die Teilnahme an der ÖAS Ambulanz gleich zu Beginn meiner Ausbildung ermöglichte ein sehr gutes Einleben am Institut. Durch die regelmäßige Anwesenheit wurde die ÖAS vertrauter, und bald fühlte ich mich hier sehr zu Hause, was ich für meine Arbeits- und Lernatmosphäre für vorteilhaft halte. Auch der Austausch mit anderen Studierenden (anderer Curricula und der SFU) habe ich als außerordentlich bereichernd empfunden. Die informellen Gespräche mit meinen anwesenden C42-Kolleg:innen, die bei den Abendseminaren manchmal zu kurz kommen, konnte ich hier gut

„nachholen“. Der sehr wertschätzende und kollegiale Umgang miteinander hat meinen Einstieg an der ÖAS besonders erleichtert. Ich würde neuen Kolleg:innen empfehlen, sogleich ins „kalte Wasser“ zu springen und sich für die ÖAS Ambulanz anzumelden.

Fallbeispiel

Während meines Praktikums begleitete uns u.a. der Fall der 20-jährigen M. Dieser hat mich besonders beschäftigt. Denn ich muss zugeben, dass ich mir anfangs sehr schwer dabei getan habe, in die Therapie mit M. „einzusteigen“. Sie spricht sehr schnell, wechselt oft das Thema, springt hin und her. Sie kommt in die Stunde und erzählt einfach, was sie in der vergangenen Woche erlebt hat. Es geht um ihre Ausbildung und um ihre Beziehung zu ihrem Freund. Es sprudelt wie in einem Monolog nur so aus ihr heraus. Einige Stunden lang habe ich nicht genau verstanden, worum es ihr eigentlich geht, was der „Auftrag“ war. Das hat mich einigermaßen frustriert und manches Mal auch gelangweilt. Und ich merkte, wie mir die Ideen und Hypothesen langsam ausgingen.

Evtimiya hat mich in einigen Reflexionsrunden, die nach den Therapiesprächen stattfinden, u.a. dazu ermutigt, meine eigenen Erwartungen und Bilder von Therapie zu reflektieren: Wie stelle ich mir Therapie vor? Wie sollte Therapie meiner Meinung nach sein? Damit gab sie Anstoß zu einem Thema, das mich sicherlich über die gesamte Ausbildungszeit hinweg beschäftigen wird. Erfahrungen aus der Ambulanz lassen sich hervorragend in der ELSE oder auch in der Peer-group reflektieren. Nach einiger Reflexion denke ich, dass ich wohl einige Aspekte nicht berücksichtigt hatte: Evtimiya kennt die Klientin schon seit deren 13. Lebensjahr. M. war seither immer wieder in Therapie bei ihr. Die Beziehung zwischen ihnen ist schon sehr weit entwickelt, womöglich hat mir da der „Anschluss“ gefehlt. Außerdem ist es vielleicht nicht eine Therapie im klassischen Sinne, sondern vielmehr eine Begleitung einer jungen Frau beim Übergang ins Erwachsensein. Vielleicht auch, dass man bei Jugendlichen/jungen Erwachsenen die Beziehung nicht beenden, sondern vielmehr die

Klient:innen entscheiden lassen sollte, wann genug ist. Beziehungsabbruch ist bei M. ein doppelt schwieriges Thema, da sie dies durch Mobbing schon erlebte. Nur weil nicht über ein klares Ziel gesprochen wird, heißt es nicht, dass Evtimiya nicht Aufträge verfolgt. Nun fügte sich für mich alles wie ein Puzzle zusammen, und es ergab Sinn, dass die Therapie so stattfand, wie sie stattfand. Auch gab mir Evtimiya die Anregung mit: Nur weil es von außen so „aussieht“, als ob wenig weitergeht, heißt es noch lange nicht, dass es in der Klientin nichts anregen würde. Das ist wichtig zu wissen und hat mir sehr geholfen, ein Verständnis für M. aufzubauen. Und letztendlich auch über meinen Anspruch an Therapie nachzudenken. Immer wieder fällt mir dieser Gedanke in meiner eigenen Arbeit mit Klient:innen ein.

Ich begann M. anders zu beobachten. Ich konzentrierte mich auf ihre Körperhaltung, ihre Reaktionen auf das Feedback des Reflecting Teams, ihre Eigenheiten und ich begann sie immer mehr zu mögen. Heute merke ich, dass ich ihr und ihren Gedanken sehr gut folgen kann, dass sie sehr viele Inputs von Evtimiya aufgreift und rasch umsetzt. Ja, ich würde sagen, ich konnte in diesem halben Jahr eine deutliche Entwicklung wahrnehmen – bei ihr und wohl auch bei mir?. Ich beobachte allerdings auch, dass es dem:der einen oder anderen „neuen“ Kollegen:in in der Ambulanz mitunter ähnlich geht wie mir am Anfang.

Reflecting Team

Ein Herzstück des Praktikums ist die Möglichkeit, am Reflecting Team teilzunehmen. Eine Methode, die ich vor dem Fachspezifikum (fast) nur aus Büchern kannte. Evtimiya hat uns sehr gut angeleitet und ermutigt, es (in unserem Tempo) auszuprobieren. Da ich Sprünge ins kalte Wasser (mittlerweile) mag, habe ich auch regelmäßig teilgenommen. Das Reflecting Team ist eine gute Möglichkeit, Ideen und andere Perspektiven zu einem Thema einzubringen. Ich empfand jene Runden am gelungensten, in denen ich passende Bilder und Metaphern einbauen konnte. Ich finde es sehr schön, dass bei dieser Intervention Komplimente und Lob leichter angenommen werden können und könnte mir vorstellen, dass Inhalte bei

Klient:innen lange nachwirken. Auch als Zuseherin war das Reflecting Team spannend, denn da konnte ich die Reaktion der Klient:innen beobachten – was man ja sonst nicht wahrnimmt. Also, was verraten Körperhaltung und Mimik über das Gesagte? Was greift der:die Klient:in in der Nachbesprechung heraus? An welche Gedanken schließt er:sie an? Was wird nicht beachtet? Auch von den Kolleg:innen konnte ich so gut lernen: Wie fangen sie an? Was greifen sie auf? Was erschien ihnen erwähnenswert und wichtig? Wie formulieren sie ihre Hypothesen? Es ist spannend, dies beim Zuhören mit seinen eigenen Wahrnehmungen abzugleichen.

Fazit

Herausfordernd war für mich, dass es ein gewisses Gefälle gibt, das Unsicherheit verbreiten kann: Da Evtimiya ihre Klient:innen teilweise schon jahrelang kennt und begleitet, sind wir als Studierende (immer) „hinten nach“. Dies ist sicherlich anders, wenn man von einem Erstgespräch an dabei ist. Ich konnte beispielsweise nicht immer nachvollziehen, warum Evtimiya da und dort nicht mehr nachgefragt oder weshalb sie das eine oder andere Thema nicht näher betrachtet hat. In den anschließenden Reflexionsrunden (die immer sehr gut und wichtig waren), hat sie unsere Fragen und Irritationen sehr wertschätzend aufgenommen und ihr Vorgehen für uns nachvollziehbar erklärt, oft hatte dies mit der langen therapeutischen Beziehung zu tun.

Die Situation ist unnatürlich: Klient:innen werden gefilmt, Student:innen beobachten das Therapiegespräch über Videobeamer, werden dann in den Therapieraum gebeten und geben ihre Beobachtungen zum Besten. Das kann – glaube ich – ganz schön stressen und ich glaube nicht, dass Klient:innen diesen Umstand immer ausblenden können. Bei M. beobachtete ich einmal, dass sie erst nach dem Reflecting Team (also erst nach 50 Minuten) eine entspannte Körperhaltung einnehmen konnte. Ich denke, dies ist eine Form der Irritation und damit ursystemisch. Ich denke, man muss sich über diesen Verfremdungseffekt, den dieses Setting hat, bewusst sein und beim Zusehen mitdenken. Großartig an der Intervention des

Reflecting Teams ist, wie viele Hypothesen und Möglichkeiten plötzlich da sind. Ein riesiger Setzkasten an Ideen, aus dem der:die Klient:in die ansprechendste und passendste herauspicken kann. Außerdem ist das Reflecting Team etwas Kreatives und Spielerisches – das mag ich sehr!

Meine Zeit in der ÖAS Ambulanz war sehr lehrreich und angenehm kollegial. Ich konnte unterschiedliche Facetten des Zuhörens ausprobieren, z.B. konnte ich die theoretischen Inputs aus den Abendseminaren hier in der Praxis beobachten und noch einmal verfestigen. So konzentrierte ich mich einmal mehr auf die Therapeutin und notierte mir ihr Vorgehen, ihre Fragen und Interventionen, dann beobachtete ich mehr den:die Klient:in, ein anderes Mal versuchte ich nur Ressourcen zu sammeln und zu reframe.

Ich habe sehr von der Offenheit und Erfahrung Evtimiyas profitiert und bin ihr sehr dankbar, wie sie die Nachmittage gestaltet hat (auch wenn mal keine Klient:innen da waren). Sie hat es geschafft, mich zu ermutigen, Gedanken zu teilen, Fragen zu stellen und Dinge auszuprobieren. Besonders bereichernd an ihrer Ambulanz ist die Balance zwischen der Freiheit, Dinge auszuprobieren und ihrer Anleitung bzw. Prozessleitung, und wie sie uns beharrlich zum Reflektieren aufgefordert hat. So wird die Ambulanz zu einem echten zusätzlichen Lernfeld in der Ausbildung.

ÖAS - C42 / Christine Lewandowski

Was wurde eigentlich aus den Ergebnissen der Mitgliederbefragung?

Ein Follow-up Bericht

Maria Asenbaum

Im März 2022 fand die große Mitgliederbefragung der ÖAS mit vielen spannenden Ergebnissen statt. Aber was hat die Befragung bewirkt? In welche Entscheidungen sind die Meinungsäußerungen der Mitglieder bereits eingeflossen und was wird noch weiter diskutiert? Die Netzwerke haben nachgefragt.

Im übergeordneten Bereich **Information** waren die Mitglieder großteils zufrieden. Es gab Wünsche nach besser aufbereiteten Informationen und mehr Klarheit bzgl. Statuten und Zuständigkeiten, denen in den Bereichen „Homepage“ und „Newsletter“ Rechnung getragen wird. Darüber hinaus wird es eine Welcome-Mappe für neue Studierende geben. Dass Studierende der SFU und aus den Bundesländern manchmal das Gefühl haben, nicht alle Informationen zu erhalten, wurde vom Vorstand aufgenommen und wird noch weiter diskutiert werden.

Im Bereich **Homepage** sind mit der neuen Website der ÖAS viele Neuerungen umgesetzt worden, die sich die Mitglieder gewünscht haben. Hier finden sich nicht nur das Bedürfnis nach modernerem Design und mehr Übersichtlichkeit wieder, es gibt auch besondere Features, wie ein „schwarzes Brett“ und Neuigkeiten werden sortierbarer und besser auffindbar sein. Außerdem erleichtern es Organigramme und gut erkennbare Ansprechpersonen, sich als Mitglied aktiver am Vereinsleben zu beteiligen.

Der **Newsletter** ist neben der Website wohl der zweite wichtige Informationskanal des Vereins. Entsprechend den Wünschen der Mitglieder nach zeitnaher und gut aufbereiteter Information soll der Newsletter regelmäßiger und häufiger verschickt werden. Die wichtigen Inhalte sollen sich auch auf der Homepage entsprechend gut zugänglich wiederfinden.

Ein bemerkenswertes Ergebnis der Mitgliederbefragung war, dass der **Facebook**-Auftritt der ÖAS relativ wenig bekannt ist bzw. es offenbar sehr unterschiedliche Zugänge zur Nutzung von social media gibt. Die ÖAS möchte Facebook und in Zukunft evtl. auch Instagram als Kommunikationskanal nicht vernachlässigen. Der relativ große Zeit- und personelle Aufwand wirft hierzu aber Fragen auf. Dabei geht es einerseits um effizienteres gemeinsames Generieren von Inhalten und andererseits auch darum, noch engagierte Mitglieder zu finden, die sich hier beteiligen möchten (Ansprechpartner:innen: Noah A. Artner und Conny Maikisch)

Auch der ÖAS **Podcast** und **Youtube** sind leider noch unbekannt unter der Mehrzahl der Befragungs-Teilnehmer:innen. Allerdings scheint es viele Ideen und inhaltliche Vorschläge dafür zu geben. Der ÖAS ist es wichtig, das Angebot fortzuführen und eventuell zu erweitern, auch wenn das wiederum mit Aufwand verbunden ist. Hier ist z.B. geplant, auch Expert:innen aus dem Ausland und Kolleg:innen mit interessanten Projekten einzuladen. Mit diesem Angebot nimmt die ÖAS in der Rundschau im Vergleich zu anderen Ausbildungsinstituten eine Vorreiterrolle hinsichtlich der medialen Angebote ein. Ausbildungsinteressent:innen melden bereits rück, dass dies ein besonders hilfreiches Informationsangebot für sie ist.

Wir von den **netzwerken** freuen uns, dass es laut Befragung eine hohe Zufriedenheit mit der Mitgliederzeitschrift gibt. Leider ist nur etwa der Hälfte der Befragten bekannt, dass vergangene Ausgaben auf der Homepage nachgelesen werden können. Das wird sich mit der neuen Website hoffentlich ändern. Wir haben redaktionsintern die inhaltlichen Vorschläge für Artikel gerne angenommen und beispielsweise im letzten Schwerpunkt zu Kinder- und Jugendlichentherapie schon einig umgesetzt. Außerdem haben wir auch die

ökologischen Aspekte, mit dem Wunsch nach umweltfreundlichem Papier bzw. der neu geschaffenen Möglichkeit, die netzwerke nur online zu lesen, sehr ernst genommen.

Auch für das Team der Fachzeitschrift **Systeme** waren die Umfrageergebnisse höchst relevant. Auch hier sind die Präferenzen der Mitglieder ausschlaggebend für die Frage: Print- oder Digital-Ausgaben? Auch das Format der Printausgaben, bzw. Farb- oder Schwarzweißdruck ist gerade im Diskussionsprozess und hier eine Orientierung an der Meinung der Befragungsteilnehmer:innen zu haben, war sehr hilfreich.

Die **Jours Fixes** der ÖAS sind weiterhin sehr beliebt. Das zeigen sowohl die Ergebnisse der Mitgliederbefragung als auch die sehr hohen Teilnehmer:innenzahlen im vergangenen Jahr. Demnach sollen die Veranstaltungen, entsprechend den Wünschen der Mitglieder, weiterhin sowohl in Präsenz als auch online und hybrid stattfinden. Das Jour Fixe-Team wird in Zukunft von Alexandra Eder aus Villach koordiniert und zum ersten Mal werden auch in Oberösterreich Jour Fixe angeboten. Auch neue Formate werden angedacht, wie eine Mitgliederfortbildung, Regionalfrühstück, und anderes. Es werden weiter engagierte Kolleg:innen gesucht, die Jours Fixes organisieren, vor allem in der Steiermark, Vorarlberg, Niederösterreich und dem Burgenland.

Auch nach der Wahrnehmung des Bereichs **Weiterbildung** wurden die Mitglieder befragt. Hier besteht prinzipiell eine gute Zufriedenheit, doch gibt es viele Wünsche und Ideen für konkrete Weiterbildungen, vor allem im Kurz- und Tagesformat. Der Vorstand möchte daher den Bereich gerne ausbauen. Zum Anstoßen dieses Prozesses und der Klärung der Rahmenbedingungen soll eine Arbeitsgruppe gebildet werden, die sich ab Jänner treffen wird. Auch hier ist die Beteiligung weiterer Mitglieder gerne gesehen.

Im Bereich **Vernetzung und Austausch** ist die Zufriedenheit der befragten Mitglieder nur mittelmäßig. Der Vorstand möchte darauf in Form von mehr Austauschmöglichkeiten auf der neuen Home-

page und der Unterstützung von Kongressen, Feiern und ähnlichem eingehen. Allerdings ist es nicht immer einfach, dem Vernetzungswunsch nachzukommen. *„Uns beschäftigt ein gewisses Phänomen sehr, nämlich, dass einerseits der Wunsch nach mehr Vernetzung und Austausch sehr groß ist, aber andererseits der Wunsch nach Beteiligung sich eher verhalten darstellt. Insofern sind wir laufend damit befasst, wie wir mit diesem Phänomen umgehen sollen. Insgesamt ist dies, betrachtet man die österreichische Vereinslandschaft, kein alleiniges Thema der ÖAS, sondern eines, welches derzeit sehr viele Vereine beschäftigt. Es stellt sich die Frage, wie zeitgemäß Vereinsstrukturen heute allgemein noch sind.“* (Zitat aus dem Vorstand). Dies sieht man unter anderem auch in der Beantwortung der Frage nach **aktiver Beteiligung** im Verein: Weniger als zwanzig Prozent der Teilnehmer:innen geben an, sich mehr im Verein beteiligen zu wollen.

Auch im Bereich **Soziales** sticht am ehesten ins Auge, dass viele Mitglieder sich hier zu wenig informiert fühlen. Hier hat es bereits ein Treffen gegeben, um das Thema Solidaritätsfonds der ÖAS abzustecken und ein weiteres Treffen ist in Planung. Wir berichten demnächst über die Ergebnisse.

Abschließend wurde noch offen nach sonstigen Rückmeldungen gefragt. Hier sind es vor allem die Wünsche nach Transparenz, Austausch und berufspolitischem Engagement, die die ÖAS weiterhin beschäftigen. Außerdem ist pandemiebedingt das Thema Digitalisierung schneller und vehementer in den Vordergrund gerückt, was sich in vielen der oben genannten Neuerungen widerspiegelt.

Viele Mitglieder bedanken sich auch für die Befragung selbst und die Offenheit des Vorstands, so aktiv nach Rückmeldungen und Vorschlägen zu fragen. Dem können wir uns nur anschließen!

Geschichten, die die Welt bewegen

Narrative Therapie und Philosophie im Dialog

Elisabeth Ritter-Venier und Maria Asenbaum

Von 8. bis 10. Juni 2023 veranstaltet die ÖAS diesen internationalen Kongress in Salzburg. Das Redaktionsteam der Netzwerke wollte wissen, wer hinter der Organisation dieses außerordentlichen Kongresses steht. Das Organisationsteam besteht aus sechs Lehrtherapeut:innen der ÖAS: Mag. Stefan Geyerhofer, Mag. Klaus Schmidberger, Mag. Elisabeth Ritter-Venier, Dr. Gerhard Walter, Mag. Gertraud Wiener-Schneider, Erik Zika. Wir haben nachgefragt:

Liebes Kongressteam,

- 1. Was hat euch bewegt, diese Tagung zu planen?**
- 2. Wie hat sich die Umsetzung gestaltet, was waren die Herausforderungen?**
- 3. Worauf freut ihr euch besonders?**



Das ÖAS-Kongressteam

Mag. Stefan Geyerhofer

„Feuer fangen für die größeren Fragen unserer Gesellschaft“

1. Ich glaube, es war in einem Salzburger Café, als Gerhard und ich erstmals über die Idee geredet haben. Ich war damals besorgt, dass narrative Ansätze in der Systemischen Therapie in anderen, gerade aufkommenden, Ideen aufgehen könnten und dadurch an Schärfe und Klarheit verlieren würden. Ich hatte auch mit Nathalie (Anm. der Red.: Beaudoin) und David (Denborough) schon darüber geredet. Und es stand die Idee im Raum, diesen Ansatz, den wir so wichtig finden, innerhalb des systemischen Arbeitens zu stärken. Ich hatte kurz davor einen Artikel zum Internalisieren von Lösungen veröffentlicht. Gerhard war dabei, einen Beitrag zum neuen Buch narrativer Praxis zu schreiben und hatte für größere Fragen in unserer Gesellschaft Feuer gefangen, ähnlich wie andere Kolleg:innen im Feld. Die Idee, diese Kolleg:innen bei uns in Salzburg zusammenzubringen, war schnell am Tisch, und das Feuer sprang auf Kolleg:innen in Wien und in Salzburg über. Und wie das so ist mit tollen Ideen: Man erschrickt erst dann, wenn man anfängt, sie umzusetzen und bemerkt, wie viel Arbeit das dann doch ist!

2. Die für mich größte Herausforderung war und ist, Theoretiker:innen und Praktiker:innen zusammenzubringen. Wir wollen uns und den teilnehmenden Kolleg:innen ja wirklich alles bieten – erstklassige Praxisworkshops zu aktuellen Entwicklungen innerhalb der Narrativen Therapie, Topleute zu gesellschaftlich hochaktuellen Fragen (Ökologie, Migration, Geschlecht, Diskriminierung...) und dann auch noch die Verbindung zu schaffen! Didaktisch und fachlich gute Praktiker:innen zu finden, die sich für diese Fragen interessieren oder darüber publiziert haben, war schon nicht leicht, aber wie viele Universitätsprofessor:innen kennen sich schon mit Narrativen

Ansätzen in der Psychotherapie aus oder haben Arbeiten publiziert, die sich den von uns so geschätzten Ideen anlehnen?!

3. Ich könnte euch jetzt sagen: auf das Wiedersehen mit lieben Kolleg:innen aus der ganzen Welt, auf tolle neue Inputs und viele Ideen für meine Praxis. Aber ich bin ja im Organisationsteam, also will ich ehrlich sein: darauf, dass alles klappt, wie wir es seit vielen Monaten planen und auf diesen kleinen Augenblick, wenn Gerhard zu den Eröffnungsworten ansetzt und ich trotz Schlafmangel und Nervosität das Gefühl haben werde: Ab jetzt läuft es, und auch wenn da oder dort noch etwas passieren kann, diese Geschichte lässt sich nicht mehr aufhalten. Auch wenn sie nicht die Welt bewegen wird, dann vielleicht die, die dabei sind!

Mag. Elisabeth Ritter-Venier

„Wie wir alle weltweit miteinander in Verbindung stehen“

1. Gerhard und Gertraud haben mich im September 2021 angesprochen, dass sie gern eine Tagung in Salzburg zum Thema Narrative Entwicklungen organisieren würden, und ob ich bei der Planung und Umsetzung mitarbeiten möchte. Die Auseinandersetzung mit und die Gestaltung von Narrativen begleitet und bewegt mich in meinen verschiedenen Lebenswelten schon lange, also habe ich Gerhard und Gertraud sehr gerne zugesagt. Die aktuellen gesellschaftlichen Bewegungen auf unserem Planeten zeigen mir so deutlich wie noch nie, wie wir alle weltweit miteinander in Verbindung stehen. Ich sehe eine große Chance und Verantwortung den jungen Generationen gegenüber, wie wir Narrative wahrnehmen und aktiv gestalten.

2. Für mich war es das erste Mal, bei der ‚Entstehung‘ einer Tagung dabei zu sein, sozusagen mal hinter die Kulissen schauen zu können. Und ‚Entstehung‘ passt da, finde ich, wirklich gut. Denn es beginnt damit, dass sich ein paar Menschen entschließen, Energie gemeinsam zu bündeln, in vie-

len Treffen über Zoom verschiedene Ideen zwischen Wien, Mondsee und Salzburg auszutauschen, unglaublich viele große und kleine gemeinsame Entscheidungen zu treffen und durch beherztes Tun etwas Neues entstehen zu lassen. Ein sehr herausfordernder und spannender Prozess!

3. Ich bin schon sehr gespannt, wie es sich anfühlen wird, die vielen interessanten Referent:innen, von nah und teilweise sehr fern, und die vielen interessierten Teilnehmer:innen, auch von nah und fern, am Tagungsort, dem Brunauer Zentrum, gemeinsam zu erleben. Ich freue mich darauf, diesen Prozess des Entstehens, der klein begonnen hat, mit den Referent:innen und Teilnehmer:innen gemeinsam weiter wachsen zu sehen und wichtigen Themen von verschiedenen Seiten narrativ zu begegnen. Und ich bin neugierig, welche Geschichten wir uns dann nach dem Kongress über dieses einmalige Zusammentreffen erzählen werden!

Erik Zika

„Politische Sensibilität in der Psychotherapie“

1. Unter anderem verbindet mich mit der narrativen Therapie ihre politische Sensibilität in der Psychotherapie. Personen einzuladen, die sich mit Ideen auseinandersetzen, die aus meiner Sicht sowohl in der systemischen Therapie als auch in der narrativen Therapie noch zu wenig Beachtung bekommen haben, fand ich besonders reizvoll.

2. Die Herausforderung ist für mich oft, dass Ideen in der Regel eine gewisse Leichtigkeit haben, die Umsetzung dieser dann aber auch neben dem normalen Arbeitsalltag zeitaufwendig und anstrengend und nicht so planbar wie in meiner Vorstellung ist.

3. Auf interessante Vorträge und Workshops von Menschen, die sich mit queer-feministischen Perspektiven, postkolonialen und machtkritischen Theorien beschäftigen.

Dr. Gerhard Walter

„Die Hauptthemen: Rassismus/Anti-Rassismus, Ökologie, Genderthematik und Migration“

1. Was mich am narrativen Denken und an der narrativen Praxis von Anfang an fasziniert, ist die Verbindung der konkreten narrativen Praxis mit den großen gesamtgesellschaftlichen Diskursen und den aktuell relevanten politischen, soziologischen und philosophischen Themen. Die Idee, eine Tagung im Rahmen der ÖAS zu veranstalten, die diese Verbindungen zum Inhalt hat, fand äußerst positive Resonanz bei einigen Kolleg:innen. Der Vorschlag, nach 33 Jahren wieder einen ÖAS Kongress in Salzburg zu veranstalten, ließ das Projekt immer attraktiver und realisierbarer erscheinen.

2. Der ursprünglich geplante Veranstaltungsort Universität Salzburg war nicht realisierbar – den Kongress an der Salzburger Universität zu veranstalten wäre ein interessanter Start in die geplante Zusammenarbeit mit der Salzburger Uni gewesen. Schließlich wurde es das Brunauer Zentrum – jenes Bildungshaus, in dem viele Jahre die ÖAS Fachspezifikums-Veranstaltungen stattfanden. Wir hoffen, dass wir mit der beschränkten Anzahl von möglichen Teilnehmer:innen (200) das Auslangen finden.

Die größere Hürde stellte allerdings die Auswahl der Referent:innen dar. So sollen ja die Hauptthemen – Rassismus/Antirassismus, Ökologiekrise, Genderthematik und Migration in Verbindung mit narrativer Therapie abgedeckt sein. Und nicht alle angefragten Referent:innen konnten oder wollten teilnehmen. So haben wir z. B. auch Rosi Braidotti, Hartmut Rosa, Chimananda Ngozi Adichie u. a. angefragt. Schließlich ist es doch gelungen, eine spannende Zusammensetzung von Vortragenden und Dialogpartner:innen zu gewinnen.

3. Ich freue mich auf das Gelingen dieser Verbindung der großen gesellschaftlichen Themen mit narrativer Praxis. Auf die Thematisierung, die Diskussionen, die Dialoge, die Impulse für eine weitere Auseinandersetzung mit dieser Thematik. Auf die Begegnung und die Diskussion mit vielen

Menschen, die diese Interessen mit mir teilen. Und schließlich freue ich mich auch jetzt schon über die äußerst inspirierende und tolle Zusammenarbeit unseres Kongressteams.

Mag. Klaus Schmidberger

„Die Arbeit mit dominanten Diskursen bildet den Kern“

1. Ich finde es großartig, dass endlich ein narrativer Kongress im deutschsprachigen Raum stattfindet – noch dazu ein internationaler mit Teilnehmer:innen aus mehreren Kontinenten. Mein Interesse für narrative Praktiken und Haltungen geht schon auf meine Ausbildung zum systemischen Familientherapeuten zurück, da wollte ich jetzt in Salzburg natürlich dabei sein! Meiner Erfahrung nach kann man narrative Psychotherapie nicht machen, ohne sich mit Kolleg:innen zu vernetzen, diskutieren und auszutauschen. Das liegt insbesondere an der Herausforderung, sich immer wieder aufs Neue gemeinsam mit vorherrschenden gesellschaftlichen Selbstverständlichkeiten auseinanderzusetzen und diese zu hinterfragen. Narrative Haltung bedeutet eine kritische Reflexion unseres Denkens und unserer Herangehensweise in der Therapie, die Arbeit um dominante Diskurse bildet dabei den Kern. Am Kongress erwarte ich mir dabei einen vielfältigen Austausch mit Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund und Erfahrungsschatz.

2. Die Gestaltung des Kongresses verlief seitens des Teams immer im Konsens. Das Kongressteam hat sich von Anfang an den Kopf zerbrochen, in welchem Rahmen der Kongress stattfinden soll, welchen Ideen und Personen wir eine Bühne geben möchten und in welcher Form Inhalte transportiert werden sollen. Da wir auch über den narrativen/systemischen Rand schauen wollen, ist es uns wichtig, auch Personen einzuladen, die Anregendes zu sagen haben, was aber ursprünglich nicht unbedingt aus dem psychotherapeutischen Feld kommt. Das war am Anfang nicht ganz einfach.

3. Mich freut besonders, dass der Kongress in Salzburg stattfinden wird, weil damit das narrative Vermächtnis des leider viel zu früh verstorbenen Rudi Kronbichler weitergeführt wird. Rudi wäre von der Möglichkeit, sich über narrative Ideen auszutauschen, sicher besonders angetan gewesen. Er hat mir und vielen anderen Kolleg:innen ermöglicht, sich mit narrativen Ideen intensiv auseinanderzusetzen und als Teil der internationalen narrativen Community internationale Kontakte zu knüpfen. Und gerade diese Kontakte und Personen – deutsch- und englischsprachige – kommen nun zusammen. Oder wie es der britische Kollege Hugh Fox geschrieben hat: „It will be a good chance to meet some old friends and to make some new ones!“

Mag. Gertraud Wiener-Schneider

„Salzburg ist ein wunderbarer Ort zu leben und zu arbeiten“

1. Mich hat von Anfang an die Idee, einen Narrativen Kongress in Salzburg abzuhalten, sehr bewegt und ich war sofort mit Begeisterung bei der Planung dabei. Salzburg ist ein wunderbarer Ort zu leben und zu arbeiten, und dies zu zeigen, hat mich angesprochen. Der Gedanke, Kolleg:innen aus Österreich und den anliegenden Nachbarländern und darunter auch viele Studierende der ÖAS mit renommierten Persönlichkeiten in Salzburg miteinander zu „verbinden“, gefällt mir. Die Themen, welche wir als Schwerpunkte unseres Kongresses gewählt haben, sind sehr aktuell und benötigen gegenwärtig eine intensive Auseinandersetzung. Ich bin jetzt schon gespannt, wie die Theoretiker:innen, Praktiker:innen und Philosoph:innen diese Themen aus ihren Blickwinkel betrachten und mit welchen neuen Impulsen alle Teilnehmer:innen aus der Tagung gehen. Es freut mich auch, dass sowohl junge als auch ältere Frauen und Männer aus unterschiedlichen Arbeitsfeldern unseren Kongress bereichern werden.

2. Als herausfordernd erlebe ich es, die vielen kleinen Details, die eine gelungene Tagung ausmachen, zu bedenken, zu berücksichtigen und rechtzeitig zu planen. Manche Dinge brauchen eine lange Vorlaufzeit, manches ist erst kurzfristig umsetzbar. Zum Glück sind wir sechs ein großartiges Vorbereitungsteam und ergänzen uns sehr gut. Sehr hilfreich finde ich, dass ein paar von unserem Team schon sehr erfahren in der Kongressvorbereitung sind.

3. Ich freue mich sehr auf den Austausch untereinander. Der Gedanke, dass wir mit allen Menschen, die beim Kongress anwesend sein werden, einen großen Bogen in der Kolleg:innenschaft spannen werden, erfreut mich sehr. Die Gespräche nach den Vorträgen und Workshops, die Impulse, die bei den Dialogen zur Sprache kommen, werden sicher anregend werden. Und: Einfach zusammen zu sein, auch miteinander zu lachen, zu essen, zu plaudern, zu tanzen und das im schönen Ambiente des Hotel Brunauer, wird sicher wunderbar sein.



Nachruf auf unsere liebe Kollegin Irene Voithofer

Mit diesen Worten möchten wir, die Ausbildungsgruppe C15, uns an einen besonderen Menschen erinnern, an eine besondere Frau und Freundin, die am 4. Jänner dieses Jahres nach schwerer Krankheit die Welt für immer verlassen hat.

Irene und ihre vielen Seiten ...

Stets auf Augenhöhe unterwegs: Ihr großes therapeutisches Engagement und Ihr Einsatz für diejenigen, die Hilfe benötigen, unterstrichen mit Kompetenz, Tiefgang und Fürsorge zeichneten sie als Psychotherapeutin im Besonderen aus.

Die Offenheit und Sorgfalt für eine tragfähige Beziehungsgestaltung, eine warme Herzlichkeit für Andere, gepaart mit inniger Liebe zu ihrer Familie und ihren Freunden, stundenlange Gespräche über alles, was uns so beschäftigte, ihr Umfeld gerne teilhaben lassend an ihren Errungenschaften ...

Ein vielfältiges inneres Team aus Neugierde, Mut zur Veränderung, Spontaneität, Hilfsbereitschaft, Tapferkeit durch eigene Krisenerfahrung, mitunter auch radikale Akzeptanz und Entscheidung für ein bewusstes Leben, Präsenz, Strukturiertheit, Durchhaltevermögen, Großzügigkeit, positive und wohlgesonnene Ausstrahlung gepaart mit herzlichen Umarmungen, und vor allem ein Vielfaches an Ästhetik waren ihre treuen Begleiter ...

Ziel und Lösungsorientierung ließen ihre Träume wahr werden. Ein zu Beginn der Ausbildung formulierter Wunsch nach beruflicher Freiheit wurde

Realität: Raus aus der Klinik, in der sie jahrzehntelang als diplomierte Pflegerin arbeitete und rein in die eigene Praxis und das mit schnellen Schritten. Sie würdigte dieses Erreichen stets mit Dankbarkeit und Wertschätzung ...

Ein Potpourri aus Ressourcen und Kompetenzen vor allem ihr schillerndes, ineinander abgestimmtes Farbenspiel, ein faszinierendes Gespür für das Schöne, die Leidenschaft und Hingabe zur Kreativität, Kunst als Gabe zu haben, die Liebe fürs Detail und die kleinen Dinge im Leben, unzählige Werke in Ton, ein ansteckendes Lachen und der Sinn für Humor, welches ihr leuchtendes Inneres zusätzlich unterstrichen ...

Mit diesen Worten haben wir versucht, Irene ganzheitlich zu beschreiben, uns der vielen Begegnungen und Erinnerungen über die Jahre hinweg noch einmal bewusst zu werden, auch wenn es schmerzt. Ihr Leben und ihr plötzlicher Tod sind uns allen sehr nahe gegangen, wir können es kaum fassen, sie nicht mehr im Hier treffen zu können. Was bleibt ist ein Regenbogen an Vielfältigkeit und ihre schönen Kunstwerke, welche sie uns hinterlassen hat.

Irene, danke für so Vieles, DU FEHLST, in der Hoffnung auf ein Wiedersehen!

Vorstellung der Studierendenvertretung

Ariane Zach

Die Studierendenvertretung dient als Interessensvertretung aller Studierenden.

Sie fungiert als Sprachrohr und tritt für die Anliegen und Bedürfnisse der Studierenden ein. Die Studierendenvertreter:innen vermitteln zwischen den Studierenden, der Ausbildungskommissionsleitung sowie dem Vereinsvorstand. Zudem ist uns eine großflächigere Vernetzung in weiteren Gremien, wie zum Beispiel dem ÖBVP, sowie den teilweise dazugehörigen und eigenständigen Landesverbänden wichtig.

Regelmäßige Treffen der Studierendenvertreter:innen sichern die Qualität der Arbeit und dienen der internen Vernetzung. Bei diesen Treffen wird gemeinsam an den laufenden Zielen sowie an den aktuellen Themen gearbeitet. Transparenz und Offenheit ist uns sehr wichtig, daher ist es jederzeit – nach Absprache – möglich, bei den laufenden Treffen dabei zu sein, sowie bei gezielten Projekten und Themen mitzuwirken.

Zudem werden von der Studierendenvertretung regelmäßige Gruppensprecher:innen Meetings organisiert. Diese Treffen dienen dem gegenseitigen Informationsaustausch und ermöglichen es uns, in einem guten Kontakt mit allen Studierenden zu sein. Bei den Treffen stehen die aktuellen Bedürfnisse und Themen der Studierenden im Vordergrund. Die Idee ist es, dass sich die Gruppensprecher:innen mit ihren Ausbildungsgruppen vernetzen und aktuelle Anliegen und Themen einbringen. Natürlich sind aber auch andere Studierende mit Fragen oder einfach nur Interesse eingeladen und bei den Meetings willkommen.

Das aktuelle Team der Studierendenvertretung würde sich sehr über ein viertes Mitglied aus Wien freuen. Das Team ist derzeit so aufgestellt, dass es aus jeder Region aus den Bundesländern eine:n Vertreter:in gibt – ein:e Vertreter:in aus Wien wäre eine Bereicherung für die Arbeit der Studierendenvertretung sowie für die gezielten Anliegen der

Wiener Student:innen. Gerne könnt ihr euch mit Fragen zu den Tätigkeiten usw. an uns wenden. Wir freuen uns darauf, zu viert weiterzuarbeiten.

Mag. Manfred Achraier (C8 Innsbruck)

Mein Lebensmotto lautet: ... *die Dinge von allen Seiten betrachten* ...

Deshalb ist es mir als Studierenden-Vertreter wichtig, ein offenes, aktives Ohr für die Anliegen der Studierenden und der Kolleg:innen im psychotherapeutischen Feld zu haben. Die Weiterentwicklung und Verbesserung der Ausbildungsbedingungen und eine Optimierung des Praktikumsangebotes für Studierende sehe ich als meinen persönlichen Schwerpunkt. Ein besonderes Anliegen scheint mir die Berücksichtigung und der Umgang mit den Herausforderungen im Spannungsverhältnis der familiären und beruflichen Anforderungen und der zeitintensiven Psychotherapie-Ausbildung zu sein. Wesentlich sehe ich auch die Schaffung von hilfreichen Vernetzungsmöglichkeiten innerhalb der Studierenden, unserer Berufsgruppe und zu relevanten Institutionen. Nicht zuletzt möchte ich einen kritischen, vor allem praxistauglichen, Blick auf das neue Psychotherapiegesetz und auf die zu erwartenden Reformen werfen.



Velika Kiroff MSc (G11 Graz)

Ein Zitat von Paul Watzlawick beschreibt meine Motivation, in der Studierendenvertretung mitzuwirken: „*Ich bin frei, denn ich bin einer Wirklichkeit nicht ausgeliefert, ich kann sie gestalten.*“ Austausch, Kommunikation und Vernetzung sind wichtige Attribute in unserer



Ausbildung und in unserem (zukünftigen) Beruf, gemeinsam Problemstellungen zu bewältigen ist ein wichtiges Ziel. Ich freue mich auf meine neuen Aufgaben, die mich seit Dezember in der Studierendenvertretung begleiten.

Ariane Zach MA (C18 Salzburg)

„Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns etwas gibt“ (Ernst Ferstl)

Meine Motivation, mich in der Studierendenvertretung zu engagieren, liegt meiner Freude sowie

meinem Interesse an Menschen und ihren Beziehungen zu Grunde. Der Mensch ist ein auf Kooperation angelegtes Wesen, was für mich heißt, dass (gelingende) Beziehungen unweigerlich zu unserem Dasein auf der Welt gehören. Mit meinem Engagement will ich einen Beitrag zu einem wohlwollenden Miteinander leisten, wo offene Kommunikation, Transparenz, Ehrlichkeit und gegenseitige Wertschätzung großgeschrieben werden.



rezensionen

Handbuch der systemischen Gruppentherapie

Ansätze, Methoden, Zielgruppen, Störungsbilder

Carmen C. Unterholzer, Herbert Gröger (Hrsg.)

Carl-Auer, Heidelberg 2022

ISBN 978-3849704377

Wenn Sie die Beiträge zu unserem aktuellen Schwerpunkt mit Interesse gelesen haben, dann kann ich Ihnen das Handbuch der systemischen Gruppentherapie Ansätze, Methoden, Zielgruppen, Störungsbilder unbedingt zur Vertiefung empfehlen. In ihrem fast 400 Seiten starken Werk lassen Carmen C. Unterholzer und Herbert Gröger zahlreiche Autor:innen zu Wort kommen und geben einen umfassenden Blick auf den Status quo der systemischen Gruppentherapie aus verschiedenen Blickwinkeln inklusive historischer Entwicklungen.

Neben Überlegungen zur Haltung und Position des:der systemischen Therapeuten:in in der Gruppe, werden in den Beiträgen auch zahlreiche

Ideen zu konkreten Interventionen angeboten. Worauf gilt es, bei Beginn einer neuen Gruppe zu achten? Welcher Rahmen fördert Geborgenheit und ein Wir-Gefühl der Klient:innen? Welches Wording ist hilfreich? Wie nutze ich die gruppen-

spezifischen Besonderheiten und ihre kreative Energie am besten? Aber auch: Wie kann ich mit Konflikten oder schwierigen Gruppenprozessen umgehen? Das wird anhand verschiedener Zielgruppen sowie exemplarischer Störungsbilder dargelegt und durch zahlreiche Fallbeispiele ergänzt.

Sie merken schon, hier wird mit Ideen und Informationen nicht geheizt. Dieser Umstand führt auch dazu, dass es mit dem einmaligen Lesen meines Er-

achtens nicht getan ist. Viel mehr kann ich mir vorstellen, das Buch immer wieder zu Hand zu nehmen, mich an manches zu erinnern und Neues auszuprobieren, denn: Für mich wurde beim Lesen die Arbeit in der Gruppe mit ihren die Therapie erweiternden Dimensionen dermaßen lebendig, dass ich sowohl den Klient:innen als auch mir die erweiterten Wirkfaktoren nicht länger entgehen



lassen möchte. Neugierig darauf, mit einer eigenen Gruppe zu starten, war ich schon zuvor gewesen, nun habe ich genügend „praxisrelevante Orientierung“, um es auch tatsächlich zu tun.

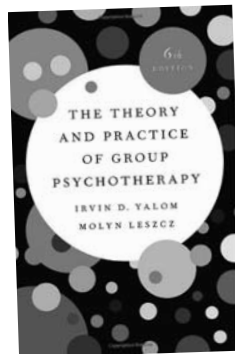
Dass wir Systemiker:innen grundsätzlich eine gute Basis für die Arbeit mit Gruppen mitbringen, wird von Carmen C. Unterholzer und Herbert Gröger anhand der Ergebnisse evidenzbasierter Studien interpretiert. Gleichzeitig wird bewusst, dass es

viele Ideen und Erfahrungen aus der Praxis gibt, Forschung und theoretische Auseinandersetzung mit dem Thema aber noch Aufholbedarf haben. Genau das könnte den:die Leser:in ermutigen, eine praktische wie auch theoretische Auseinandersetzung mit dem Thema zu starten und die Entwicklung der systemischen (Gruppen)therapie voran zu treiben.

Barbara Höllrigl

The Theory and Practice of Group Psychotherapy

Irvin D. Yalom and Molyn Leszcz,
Basic Books; 6.Edition (2020)
ISBN: 978-1541617575



First published in 1970, the text was revised over the years, slightly altered and adjusted – the most recent sixth edition even includes online group therapy as a response to the pandemic – but has remained a classic. Like a lot of Yalom's other books, it is extremely encouraging for beginners and at the same time offers great insights and helpful hints for the old hands – read it!

Yalom is great at asking simple questions, one of them he poses in chapter 1 – „Does group therapy help clients?“, with the emphatic answer „Indeed it does.“ Now how does that work? We know from research that the relationship between client and therapist is one of the vital factors for successful therapy. For group therapy, though, this concept must be broadened – not only is the therapist – client relationship important but also the relationship to the other group members and to the group as a whole. Yalom and Leszcz term it „group cohesiveness“, which offers warmth, comfort and a sense of belonging, acceptance and support. Of course it is helpful to hear that others have similar problems, but the most helpful factor is to be accepted by the group, to experience this sense of belonging and approval. Conflicts will and do

occur, even the therapist themselves experience some degree of hostility and resentment, (but should be better equipped to withstand confrontation than a scapegoated group member...).

Apart from a number of case studies, the book offers an insight into the creation of the group, duration and frequency of sessions, problems and challenges that may occur. The authors also stress the fact that both supervision and training in group leadership are necessary to make group therapy less daunting or challenging.

Anita Kohlheimer-Dörflinger

Systemisches Coaching

Reihe „Coaching Skills kompakt“ Band 10
Martina Angela Friedl, Junfermann,
Paderborn 2022
ISBN 978-3-7495-0353-7

Ausgehend von ihren Erfahrungen als Ausbilderin in Coachinglehrgängen, bietet Dr.in Martina Angela Friedl eine umfassende, kompakte Einführung in das systemische Coaching. Querverweise und Literaturempfehlungen am Ende jedes Kapitels bieten Anhaltspunkte zur inhaltlichen Vertiefung.

Das Buch ist in zwei Teile gegliedert. Die theoretischen Grundlagen im ersten Teil bieten Einsteiger:innen in das systemische Denken und Handeln eine verständliche Einführung in die systemische Begriffswelt.

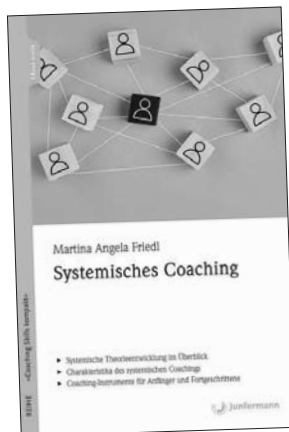
Auf leicht lesbare Art vermittelt Martina Angela Friedl hier Gedanken zu systemischer Haltung, dem Ablauf eines Coaching-Prozesses und der Abgrenzung zur systemischen Psychotherapie.

Auch erfahrene systemische Berater*innen finden hier Anregungen. Beispielhaft seien hier die übersichtliche Darstellung von systemischen Coachingströmungen in der systemischen Psychotherapie oder die anregenden Gedanken zur Begriffsunterscheidung zwischen Konstrukt, Konstruktivismus und Konstruktionismus genannt.

Im zweiten Teil, der sich mit Kompetenzen, Methoden und Übungen befasst, wird die langjährige praktische Erfahrung von Martina Angela Friedl sichtbar. Ausgehend von den Anforderungen, die an Coaches gestellt werden, gelingt es ihr, mittels zahlreicher Methodeneinblicke, die theoretischen Ansätze für die Leserschaft in die angewandte Praxis überzuführen.

Der Lesbarkeit zugute kommen die praxisnahen Fallschilderungen. Sie verknüpfen die theoretischen Gedanken mit konkreten Einblicken in Beratungssituationen. Hier nimmt Martina Angela Friedl (durchaus selbstkritisch) insbesondere auf

Beziehungsherausforderungen im Rahmen von Coachingsitzungen Bezug. Diese Einblicke geraten für meinen Geschmack zu kurz, davon wünscht man sich als Leser:in durchaus mehr!



Eher als Gedankenanstregung zeigt sich das knapp gehaltene Kapitel zu „Führung und Coaching“. Friedl bezieht hier klar Stellung für eine Trennung der Rollen zugunsten der Nutzung externer Coachingangebote.

Der Kreis schließt sich mit Gedanken zum Beruf „Coach werden und sein“ und konkreten Ausbildungsempfehlungen. Ermutigende Worte

am Ende des Buches laden dazu ein, das systemische Denken und Handeln in die eigene beratende Tätigkeit zu integrieren.

Abschließend bietet die Literaturliste Anregungen zum Weiterlesen und eine Stichwortsuche gibt Orientierung in der Begriffswelt des systemischen Denkens.

Das Buch „Systemisches Coaching“ gibt beratenden Berufsgruppen einen leicht lesbaren Einblick in theoretische Grundlagen, Impulse zur persönlichen Haltung, Wissen zum Aufbau von Coachingsitzungen und Anregungen zum Einsatz von Methoden, die sich an der systemischen Theorie orientieren.

Daniel Gajdusek-Schuster
www.perspektiven.or.at

jour fixe termine

Online Termine

Informationen zu Online-Jours Fixes

Um einen reibungslosen und angenehmen Ablauf zu gewährleisten, bitten wir um die Berücksichtigung der folgenden Punkte:

Den zoom-link erhalten Sie per mail-Aussendung bzw. finden Sie ihn hier und zeitnah zur Veranstaltung auf der ÖAS-website.

Bitte seien Sie, sofern möglich, einige Minuten vor Start der Veranstaltung online, damit wir möglichst störungsfrei beginnen können.

Für eine Bestätigung über den Besuch der Veranstaltung schreiben Sie bitte der:dem Jour-Fixe-Verantwortlichen (Host), nicht dem:der Vortragenden des Meetings, mit vollständigem Namen und Mailadresse im Chat an. Wenn Sie nicht auf der Liste der:des JF Verantwortlichen sind, erhalten Sie keine Bestätigung.

Schalten Sie Ihr Mikrofon während der Veranstaltung aus, insofern Sie nicht sprechen wollen.

Die Aufnahme oder Vervielfältigung der Veranstaltung ist aufgrund datenschutzrechtlicher Gründe untersagt.

■ Mittwoch, 01. März 2023

19:30 Uhr

ONLINE via Zoom

Mag.^a Johanna Schwetz-Würth

Titel: „Wenn die Scham nicht enden will...“

Chronische Scham- und ständige Schuldgefühle sind – oft für Außenstehende unbemerkt – wesentlicher Teil vieler psychischer Leidenszustände. Vor allem nach frühen, sehr schwierigen und belastenden Beziehungserfahrungen oder auch Traumatisierungen werden Menschen oft ihr Leben lang von einer toxischen Scham begleitet, die in alle Lebensbereiche und Beziehungen hineinwirkt. Auch in der Therapie ist chronische Scham besonders bedeutsam, da sie die therapeutische Arbeit und die therapeutische Bezie-

hung stark beeinflusst, von den Betroffenen aber meist nicht selbst thematisiert werden kann. Therapeut:innen sollten daher um die komplexen Mechanismen toxischer Scham wissen und mit dieser umgehen lernen – in ihren Interventionen, aber auch in ihrer Beziehungsgestaltung zu Klient:innen – um nachhaltig unterstützen und helfen zu können.

In diesem Jour Fixe gibt Johanna Schwetz-Würth einen kleinen Einblick in die Welt der Scham und wie sie in der Therapie Platz finden kann.

Referentin:

Mag.^a Johanna Schwetz-Würth ist Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie), Supervisorin und Lehrtherapeutin bei der ÖAS. Sie hat langjährige Beratungserfahrung aus Wirtschaft und Management mit den Kompetenzen von Psychotherapie und Supervision zusammengeführt. Seit 20 Jahren ist sie sowohl in der Wirtschaft als auch im Gesundheitswesen verankert und heimisch. In den letzten Jahren hat sie sich speziell Themen rund um psychische Traumafolgen gewidmet und ist in diesem Bereich eine gefragte Referentin.

Zoom-Meeting beitreten:

<https://us02web.zoom.us/j/83081176239?pwd=UnpJelN2aFBvL2NVRUdxRVRoODR3UT09>

Meeting-ID: 83081176239

Kenncode: GtQ0Nm

Mehr zu Johanna Schwetz-Würth und ihren Angeboten: www.johanna-schwetz.at

Innsbruck

■ **Dienstag, 14. März 2023**

19:00 Uhr, hybrid

Dr. Robert Fiedler

Titel: „Psychose. Psychotherapie. Inklusion? – Ein Blick-Winkel“

Menschen mit schweren und chronischen psychischen Erkrankungen beanspruchen eine gleichberechtigte Teilhabe – eng mit dem Begriff der Inklusion verknüpft – in allen für sie relevanten Lebensbereichen. Doch wie sieht die aktuelle Situation der dazu entsprechenden und zeitgemäßen Unterstützungsangebote im sozialpsychiatrischen wie auch psychotherapeutischen Kontext aus? Der Referent nimmt uns in den Blick-Winkel seiner langjährigen reichen Erfahrung in diesem Bereich mit.

Referent:

Dr. Robert Fiedler ist fachlicher Leiter der Institution start pro mente – Tirol, Erziehungswissenschaftler, Supervisor und Psychotherapeut DGSP

In Präsenz: Haus der Begegnung, Rennweg 12 Innsbruck sowie

ONLINE via Zoom:

<https://us02web.zoom.us/j/83809808188?pwd=MVVDM0ZjaG5BV0lNVUZxNFB2eFE3UT09>

Meeting-ID: 838 0980 8188

Kenncode: ut3yzF

Salzburg

■ **Donnerstag, 20. April 2023**

19:30 Uhr, hybrid

Mag.^a Gertraud Wiener-Schneider & Felix Reitsperger LL.M.oec.

Titel: „Praxisgründung – Selbständigkeit mit Konzept“

Wenn wir an der Schwelle zur Selbständigkeit stehen und eine Praxiseröffnung planen, betreten wir unbekanntes Terrain. Ein Konzept zu erstellen bedeutet, die wichtigsten Eckpunkte zu kennen, um

eine tragfähige Basis für die Selbständigkeit zu kreieren, um am Markt bestehen zu können. Für einige Personen sind auch Fakten wichtig, wenn es darum geht, was man in der Kombination von „Angestelltenverhältnis“ und „Selbständigkeit“ beachten muss.

Wir werden gemeinsam die wichtigsten Dinge, die bei der Gründung einer psychotherapeutischen Praxis zu bedenken sind, besprechen.

Referent:innen:

Herr Felix Reitsperger LL.M.oec. (Steuerberater & Geschäftsführer der Kanzlei Quintax/Salzburg) und Frau Mag.^a Gertraud Wiener-Schneider (Lehrtherapeutin der ÖAS)

In Präsenz: TAF-Seminarraum (Ambulante Familienhilfen), Linzergasse 2, 5. Stock, 5020 Salzburg

ONLINE via Zoom:

<https://us02web.zoom.us/j/84753817596?pwd=SDRhZnRBSGxQZUNIR0pJTTBZUFVrQT09>

Meeting-ID: 847 5381 7596 Kenncode: b5yyCt

Linz

■ **Donnerstag, 16. März 2023**

18:30 Uhr, hybrid

Thomas Schwarzenbrunner, MA

Titel: „Alkohol“ Sucht

(Massiver) Alkoholkonsum und seine Wirkung auf Menschen und Auswirkungen auf das soziale Umfeld

Rechtliche Situation rund um Alkoholkonsum

Aufgaben und Maßnahmen von Behörden

Die Arbeit der Sucht- und Drogenkoordination Land OÖ

Referent:

Thomas Schwarzenbrunner ist Sozialarbeiter und hat seine Ausbildung an der Akademie für Sozialarbeit absolviert. Seinen Master absolvierte er an der Pädagogischen Hochschule im Rahmen des Masterlehrgangs „Sucht- und Gewaltprävention“. Er ist Leiter der Gruppe „Sucht- und Drogenkoordination“ der Abteilung Gesundheit beim Amt der

OÖ. Landesregierung. Seine Hauptaufgaben sind dabei die Koordination, Planung und Steuerung der Suchthilfe und Suchtprävention in OÖ.

Herr Schwarzenbrunner ist Geschäftsführer des „Suchtbeirates“, ein Beratungsgremium der Landesregierung OÖ, in dem alle wichtigen Institutionen in dieser Querschnittsmaterie vertreten sind. Er ist Mitglied des Bundesdrogenforums, einem Beratungsgremium des Minister:innenrates, in dem sich Bund und Länder in Sucht- und Drogenfragen abstimmen. Thomas Schwarzenbrunner arbeitet auch als nebenberuflicher Lehrbeauftragter an der Fachhochschule OÖ. Dort unterrichtet er Bachelor-Studierende und Sozialpädagog:innen im Feld „Sucht- und Drogen“. An der Pädagogischen Hochschule unterrichtet er Masterstudierende des Lehrganges „Sucht- und Gewaltprävention“.

In Präsenz: Ort: Pfarre St. Konrad, 4020 Linz, Zugang gegenüber Handelsstraße 17

ONLINE via Zoom:
<https://us02web.zoom.us/j/82593647733?pwd=bXl4OXBPaKRMamJ6VUNlY0RnYUlxUT09>

■ Donnerstag, 12. Oktober 2023

18:00 Uhr, hybrid

Mag. (FH) Andreas Reiter, MA

Titel: Motivational Interviewing?

Simple, but not easy!

Motivational Interviewing (MI) wurde vor 30 Jahren von William R. Miller und Stephan Rollnik entwickelt, um Menschen in Zeiten tiefgreifender Entwicklungsprozesse zu begleiten. Die Vielseitigkeit des Beratungsstils ermöglicht es, professionelle Beziehungen zu verbessern, erlaubt ein effektives Intervenieren und ist hilfreich, um schwierige Themen leichter ansprechen zu können.

Persönliche Veränderungsprozesse haben dann die größte Aussicht auf Erfolg, wenn sie durch Eigenmotivation getragen werden. Die von gegenseitigem Respekt und Akzeptanz geprägten Gesprächsbeziehungen sind dabei der Schlüssel

für jede Beratung und Intervention, deren Anliegen es ist, Menschen zu persönlicher Weiterentwicklung zu motivieren.

MI bietet Gesprächsstrategien, die hauptsächlich dazu eingesetzt werden, Menschen über ihren Status quo und dessen Veränderung nachdenken zu lassen, Ambivalenz zu analysieren und gemeinsam Überlegungen in Richtung einer Verhaltensänderung anzustellen, um letztlich deren Wahrscheinlichkeit zu erhöhen.

Referent:

Mag. (FH) Andreas Reiter, MA hat eine Lehre als Großhandelskaufmann bei VÖEST Alpine Stahlhandel abgeschlossen und war Key-Account-Manager bei VÖEST Linz und Graz.

Danach absolvierte er die Studienberechtigungsprüfung an der JKU Linz, 2006 das Studium der Sozialarbeit und 2014 das Masterstudium „Sucht- und Gewaltprävention in pädagogischen Handlungsfeldern“.

Er war als Koordinator des Netzwerks Wohnungssicherung Linz und Linz-Land (Delogierungsprävention) tätig und ist seit 2008 am Institut Suchtprävention (Schwerpunkt Lehrtätigkeit und Coachings von Teams der Sozialen Arbeit und Sozialpädagogik) Trainer für Motivational Interviewing.

In Präsenz: Ort: Pfarre St. Konrad, 4020 Linz, Zugang gegenüber Handelsstraße 17

ONLINE via Zoom:
<https://us02web.zoom.us/j/82638482083?pwd=L0RMWiswUFYrQjNCdHBzWVlwN2t6UT09>

■ **Donnerstag, 23. November 2023**

18:00 Uhr, hybrid

Dr. Konrad Peter Grossmann

Titel: (Systemische) Methoden in der Paartherapie

Fachlicher Input durch den Referenten
Demonstration – Rollenspiel mit Teilnehmer:innen
(in Präsenz)

Referent:

Psychologe & Psychotherapeut (SF), Mitarbeiter der Ambulanten Systemischen Therapie Wien (AST in Wien), Lehrtherapeut für Systemische Familientherapie (Iasf in Wien), Lehrtätigkeit an der FH für Soziale Arbeit in Linz und an der Alpen-Adria-Universität Klagenfurt. Publikationen zu den Themenbereichen Narrative Therapie, Paartherapie, therapeutische Wirkforschung, langsame Therapie.

*Die Teilnahme ist kostenlos, bitte beachten Sie unbedingt die derzeit vorgeschriebenen Covid-Schutzmaßnahmen
Offene Veranstaltung – auch Gäste (Nicht-ÖAS-Mitglieder) sind herzlich willkommen*

Anmeldung: Für die Präsenzveranstaltung ist eine vorherige Anmeldung per Mail (info@karl-grabner.at) notwendig, da die Plätze begrenzt sind.

In Präsenz: Ort: Pfarre St. Konrad, 4020 Linz, Zugang gegenüber Handelsstraße 17

ONLINE via Zoom

<https://us02web.zoom.us/j/86782169209?pwd=dkxtVDJJE5ibG51amJvTkpTOUVLZz09>

*Koordination und Programmgestaltung Linz
Mag. (FH) Karl Grabner, MA
+43 670 6050904
Mail: info@karl-grabner.at*

Zertifiziertes Weiterbildungscurriculum 4 zur Pferdegestützten Psychotherapie und Psychologie



Modul 1: 25.–27.08.2023

Modul 2: 06.–08.10.2023

Modul 3: 12.–14.01.2024

Modul 4: 06.–07.04.2024 116 AE 4 ECTS Punkte

Seminarort: Erlebnisbauernhof Malafa, Goldgeben/Stockerau

Kosten: Teilnahmegebühr € 2.700.–,

VÖPP Mitglieder zahlen € 2.300.–

5 % Rabatt bei Bezahlung der Gesamtkosten bei Anmeldung

Teilnahmevoraussetzung: Psychotherapeut:in, (auch in Ausbildung) bzw. Psycholog:in zu sein und die Möglichkeit zu haben, schon während der Weiterbildung mit Klient:innen und Pferden zu arbeiten, da dies für die Live-Supervision nötig ist.

Veranstalter: Berufsverband – Vereinigung österr. Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen, VÖPP – www.akademie.voep.at und Institut für pferdegestützte Kommunikation, Korneuburg – www.pferdecoaching.at

Internationaler Kongress 8. - 10. Juni 2023 in Salzburg

Parkhotel Brunauer
Elisabethstraße 45A, 5020 Salzburg
Programm/Info & Anmeldung:
www.oegas-kongress.com



ÖAS
Österreichische
Arbeitsgemeinschaft
für systemische Therapie
und systemische Studien



Geschichten die die Welt bewegen

Narrative Therapie und Philosophie im Dialog

Donnerstag 08.06.2023,

Freitag 09.06.2023,

Samstag 10.06.2023,

ab 14:00 Uhr Prä-Workshops

ab 08:00 Uhr Registrierung, um 09:00 Uhr Eröffnung

09:30 - 17:30 Uhr Vorträge, Dialogevents & Workshops

17:45 Uhr Salzburg-Spaziergang, 20:00 Uhr Abendveranstaltung

09:00 - 15:00 Uhr Vorträge/Workshops

15:00 Uhr Abschluss

Unsere Referent:innen:

Noomi Anyanwu (A)

Nathalie Beaudoin (USA)

Gene Combs (USA)

David Denborough (AUS)

Nikita Dhawan (D)

Ingrid Egger (A)

Hugh Fox (GB)

Jill Freedman (USA)

Stefan Geyerhofer (A)

Astrid Habiba-Kreszmeier (CH)

Lisz Hirn (A)

Katharina Hoppe (D)

Hans-Peter Hufenus (CH)

Peter Jakob (GB)

Zoe Lefkofridi (A)

Poh Lin Lee (CAN)

Wolfgang Loth (D)

Jan Olthof (NL)

Elisabeth Ritter-Venier (A)

Herta Schindler (D)

Klaus Schmidberger (A)

Martina Tißberger (A)

Carmen Unterholzer (A)

Gerhard Walter (A)

Magdalena Weiglhofer (A)

Gertraud Wiener-Schneider (A)



www.oeas.at

**Österreichische Arbeitsgemeinschaft
für systemische Therapie und systemische Studien**