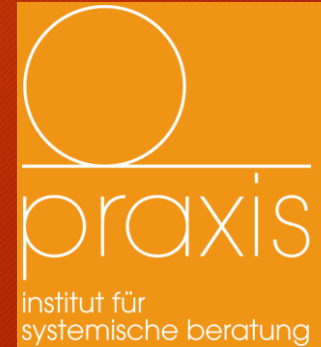


Systemisches Hypothesieren – ein Handwerk



Ulf Klein, München

Systemisches Hypothesieren Einführung



Dieser Workshop gibt eine Einführung in das **Bilden** von Systemischen Hypothesen; und zwar als Teil des Systemischen **Handwerkszeugs**.

Im Laufe der Entwicklung der Systemischen Therapie & Beratung hat sich auch der Umgang mit Systemischen Hypothesen immer weiter entwickelt, darauf werde ich hier weniger eingehen.

Grundsätzlich gilt aber: „**Never marry your hypothesis!**“

Systemisches Hypothesieren Einführung



Systemische Hypothesen sind Einwegware mit kurzer Haltbarkeit.

Sie geben keine Antwort auf die Frage: „Was ist hier los?“,
sie sollen AntwortEN geben zur Frage:

„Und wie wär’s, wenn es ganz anders wäre?“

Denn wir leben nicht in der Wirklichkeit, sondern „nur“ in unseren Beschreibungen
und Interpretationen dessen, was wir von der »Wirklichkeit« wahrnehmen.

Systemisches Hypothesieren

Historische Einordnung

Entwicklungsphasen der Systemischen Therapie & Beratung

1930er Jahre
Lösung von der
Individualtherapie

Alternativen zur
Psychoanalyse

Frühe Pioniere
Nathan Ackermann (NY)
J.L. Moreno (Gruppentherapie)
Gestalttheorie (Lewin, Köhler)

Systemisches Hypothesieren

Historische Einordnung

Entwicklungsphasen der Systemischen Therapie & Beratung

1930er Jahre

Lösung von der
Individualtherapie

1950er Jahre

Familien „reparieren“

Alternativen zur
Psychoanalyse

Symbolisch-Experimentelles
Arbeiten mit Familien

Frühe Pioniere

Nathan Ackermann (NY)

J.L. Moreno (Gruppentherapie)

Gestalttheorie (Lewin, Köhler)

Die Gründer:innen

S. Minuchin (Machtstrukturen)

V. Satir (Selbstwert)

C. Whittaker

Entwicklungsphasen der Systemischen Therapie & Beratung

1930er Jahre

Lösung von der
Individualtherapie

1950er Jahre

Familien „reparieren“

1970er Jahre

Kommunikation
verändern

Alternativen zur
Psychoanalyse

Symbolisch-Experimentelles
Arbeiten mit Familien

Mehrgenerationen-Perspektive
Strategisch intervenieren

Frühe Pioniere

Nathan Ackermann (NY)
J.L. Moreno (Gruppentherapie)
Gestalttheorie (Lewin, Köhler)

Die Gründer:innen

S. Minuchin (Machtstrukturen)
V. Satir (Selbstwert)
C. Whittaker

Kommunikationstheorie

MRI Palo Alto:
G. Bateson, P. Watzlawick
Mailand:
M. Selvini-Palazzoli,

Historische Einordnung

Entwicklungsphasen der Systemischen Therapie & Beratung

1930er Jahre

Lösung von der
Individualtherapie

1950er Jahre

Familien „reparieren“

1970er Jahre

Kommunikation
verändern

1980er Jahre

Epistemologische Wende zum
radikalen Konstruktivismus,
Selbstorganisation

Alternativen zur
Psychoanalyse

Symbolisch-Experimentelles
Arbeiten mit Familien

Mehrgenerationen-Perspektive
Strategisch intervenieren

Die Selbstorganisation
Sozialer Systeme „verstören“:

Frühe Pioniere:

Nathan Ackermann (NY)
J.L. Moreno (Gruppentherapie)
Gestalttheorie (Lewin, Köhler)

Die Gründer:innen

S. Minuchin (Machtstrukturen)
V. Satir (Selbstwert)
C. Whittaker

Kommunikationstheorie

MRI Palo Alto:
G. Bateson, P. Watzlawick
Mailand:
M. Selvini-Palazzoli,

Pragmatische Praxis

S. De Shazer & I. Kim Berg
(Lösungsorientierung)
H. Goolishian; B. Epstein &
M. White (Narrative Ansätze)
T. Anderson (Reflecting Team)

Systemisches Hypothesieren

Das Mailänder Modell

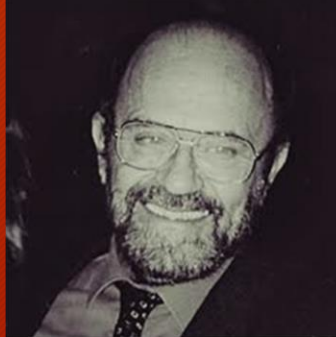


Mara Selvini-Palazzoli

Das Hypothesieren wurde vom sog. Mailänder Team entwickelt.

Ab 1971 entwickelten sie ausgehend von Gregory Batesons Erkenntnissen zur menschlichen Kommunikation eine neue, sehr strukturierte familientherapeutische Praxis.

Im Zentrum stand die Erzeugung von Information durch das Machen von Unterschieden.



Gianfranco Cecchin

Giuliana Prata



Wichtige Innovationen waren

- Eine denominalisierte Sprache (Verflüssigung)
- Zirkuläres Fragen
- Strategische Interventionen
wie z.B. Symptomverschreibung / Paradoxe Interventionen

Luigi Boscolo



Systemisches Hypothesieren

Das Mailänder Modell

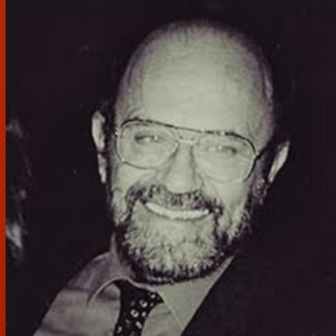


Mara Selvini-Palazzoli

Eine familientherapeutische Sitzung in Mailand hatte drei Phasen:

- Ein ausführliches Interview durch ein Therapeutenpaar, beobachtet von einem weiteren Paar durch die Einwegscheibe.
- Eine ausführliche Pause, in der sich das Team miteinander beriet
- Eine Abschlußintervention

In ihrer Arbeit mit Familien fokussierten sie konsequent das Verhalten und die Interaktionen zwischen den Familienmitgliedern und was diese darüber denken.



Gianfranco Cecchin

Giuliana Prata



Luigi Boscolo



Systemisches Hypothesieren

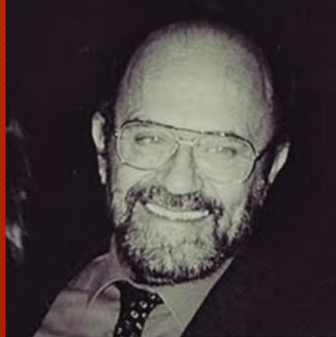
Das Mailänder Modell



Mara Selvini-Palazzoli

Auch die Beratung in der Pause war strukturiert in 4 Phasen:

1. Kathartische Phase: Frei von der Leber weg
2. Beobachtungen sammeln: Sachlich, orientiert an Wechselwirkungen
3. Hypothesieren: Vielfalt zählt
4. Intervention vereinbaren: damals Abschlußintervention



Gianfranco Cecchin

Giuliana Prata



Also: Bevor Sie Hypothesen bilden:

Machen Sie sich frei von Ihren Emotionen!

Und gehen Sie schrittweise vor:

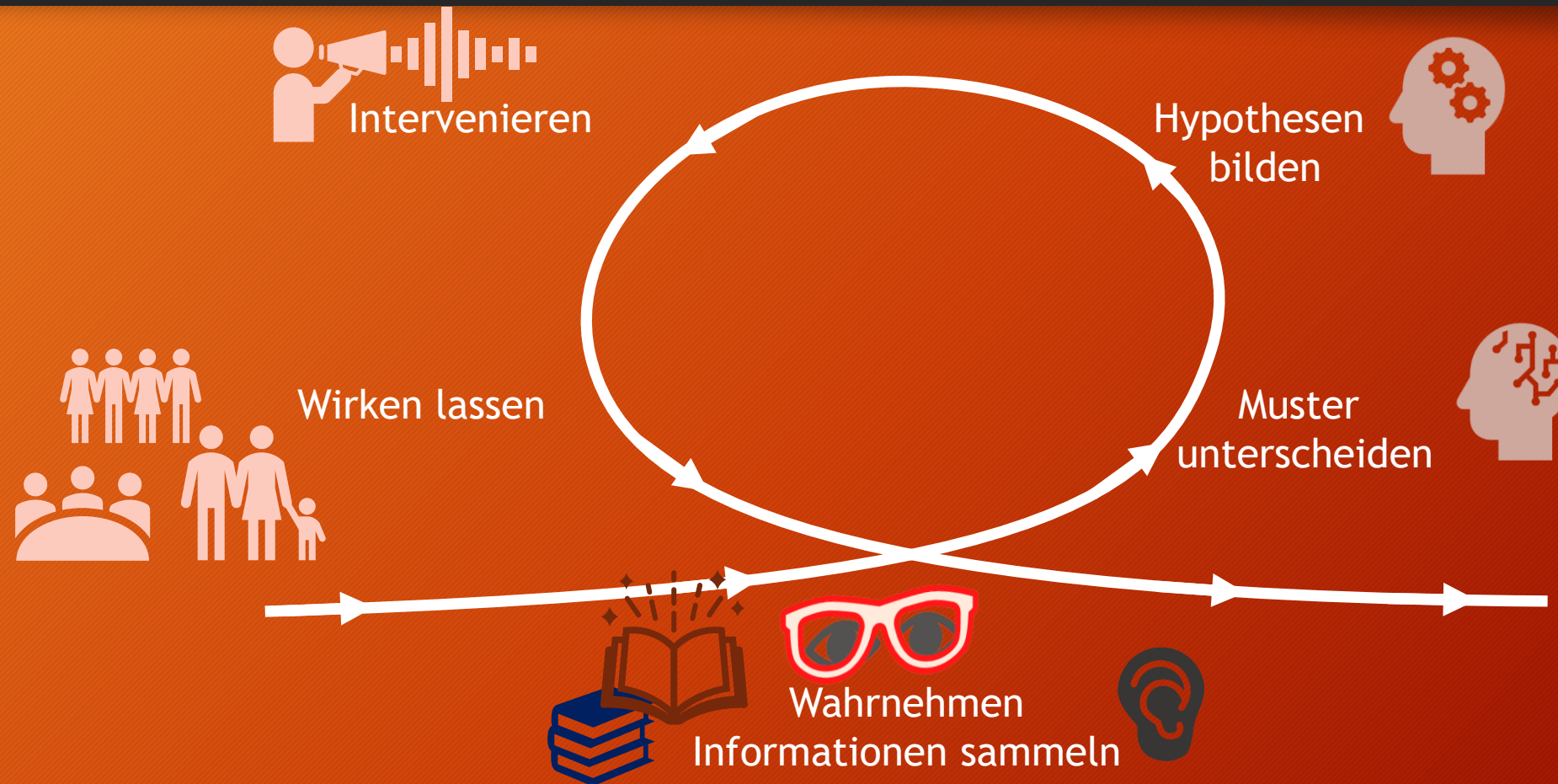
sammeln bzw. benennen Sie Fakten und konkrete Beobachtungen
und bilden Sie erst dann Hypothesen bilden!

Luigi Boscolo



Systemisches Hypothesieren

Die systemische Schleife



Systemisches Hypothesieren

Hypothesen konstruieren



Systemische Hypothesen sind also Werkzeuge, um Themen zu finden, durch die sich Unterschiede für die Klient:innensystemen erzeugen lassen!

Und zwar mittels Interventionen (systemische Fragen, Aufgaben etc.), die von einer aktuell fokussierten Hypothese ausgehend konstruiert werden.

Systemische Hypothesen sind dann nützlich, wenn sie den Denkhorizont der Klient:innensysteme erweitern, wenn sie zu neuem Denken anregen. Das ist immer ein Balanceakt: nicht zu sehr vereinbar mit den gewohnten Überzeugungen der Klient:innensysteme, aber auch nicht zu ungewohnt und befremdend.

Zur Frage, ob Hypothesen den Klient:innensystemen mitgeteilt werden oder nicht gibt es verschiedene Ansichten.

Systemisches Hypothesieren

Hypothesen konstruieren



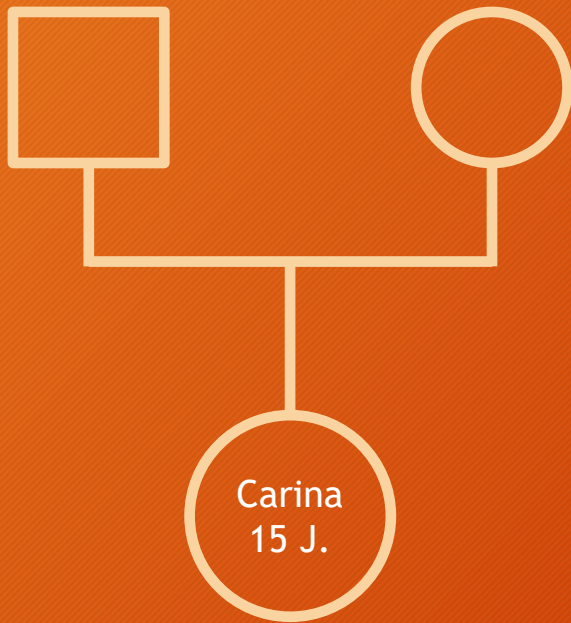
Systemische Hypothesen bestehen grundsätzlich aus drei Teilen:

- einem belegbaren Fakt bzw. einer Beschreibung objektiv beobachtbaren Verhaltens,
- der Konstruktion einer Wechselwirkung,
- einer Sinnstiftung („wozu?“).

Systemisches Hypothesieren

Hypothesen konstruieren

Ein Beispiel zum Üben:
(Kartenabfrage)



Der Fakt: *Carina ist 15 Jahre alt.*

Die hypothetische Konstruktion:

Mit 15 grenzt sich Carina möglicherweise von ihren Eltern ab,

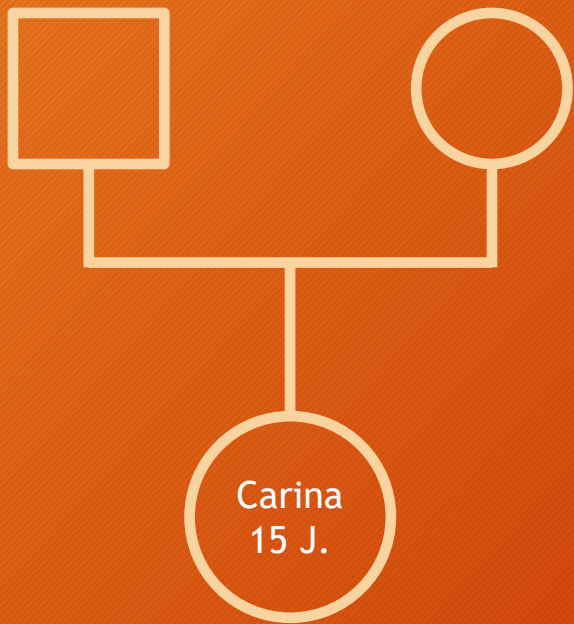
Die Sinnstiftung: *um eine eigenständige Identität zu finden!*

Formulieren Sie eine Frage, die Sie ausgehend von dieser Hypothese stellen könnten!

Systemisches Hypothesieren

Hypothesen konstruieren

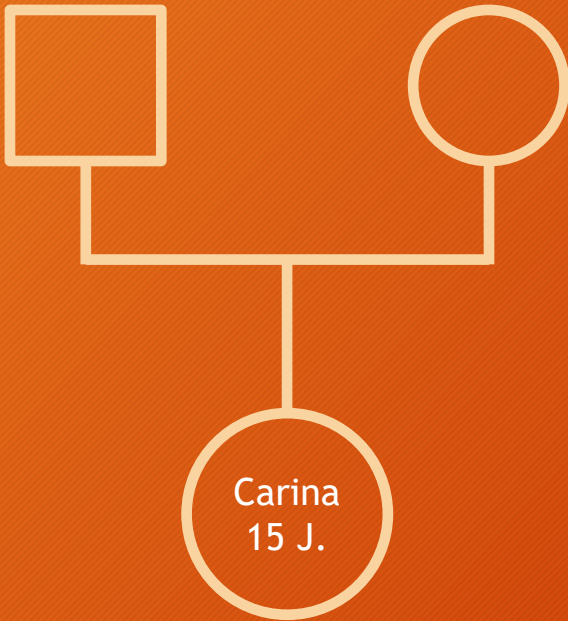
Mit 15 grenzt sich Carina möglicherweise von ihren Eltern ab, um eine eigenständige Identität zu finden!



Systemisches Hypothesieren

Hypothesen konstruieren

Noch ein Beispiel:
(Kartenabfrage)



Der Fakt: *Die Tochter heißt Carina.*

Die hypothetische Konstruktion:

Die Eltern könnten ihr diesen Namen (lt. »wertvoll«, »teuer«) gegeben haben,

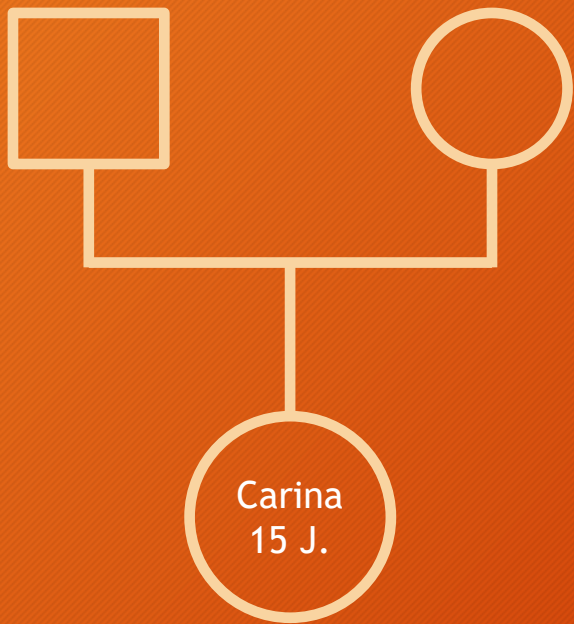
Die Sinnstiftung: *um ihrem Kind und aller Welt zu signalisieren,
dass ihnen ihre Tochter besonders wichtig sei!*

Formulieren Sie eine Frage, die Sie ausgehend von dieser Hypothese stellen könnten!

Systemisches Hypothesieren

Hypothesen konstruieren

Die Tochter heißt Carina. Die Eltern könnten ihr diesen Namen (lt. »wertvoll«, »teuer«) gegeben haben, um ihrem Kind und aller Welt zu signalisieren, dass ihnen ihre Tochter besonders wichtig sei!



Systemisches Hypothesieren

Wohlformulierte Hypothesen



Die Regeln zur Konstruktion von »wohlformulierten Hypothesen«:

1. Eine wohlformulierte Hypothese geht von belegbaren **Fakten** oder konkreten **Beobachtungen** aus!
(am Beispiel: ist 15 Jahre alt | heißt »Carina«)
2. Eine wohlformulierte Hypothese ist relational und beschreibt eine **Wechselwirkung!**
(am Beispiel: A grenzt sich von B ab | A gibt B einen Namen)
3. Eine wohlformulierte Hypothese konstruiert einen (neuen) **Sinn!**
(am Beispiel: „um zu“)

Wohlformulierte Hypothesen

Die Regeln zur Konstruktion von »wohlformulierten Hypothesen«:

1. Eine wohlformulierte Hypothese geht von belegbaren **Fakten** oder konkreten **Beobachtungen** aus!
(am Beispiel: ist 15 Jahre alt | heißt »Carina«)
 2. Eine wohlformulierte Hypothese ist relational und beschreibt eine **Wechselwirkung**!
(am Beispiel: A grenzt sich von B ab | A gibt B einen Namen)
 3. Eine wohlformulierte Hypothese konstruiert einen (neuen) **Sinn**!
(am Beispiel: „um zu“)
- ✓ Eine wohlformulierte Hypothese ist (grammatikalisch) **positiv, wertschätzend und neutral** formuliert!
Formulieren Sie Hypothesen so, dass Sie sie mit Ihren Klient:innensystem teilen können!
- Keine Negationen, keine Defizit-Zuschreibungen.
 - ✓ Eine wohlformulierte Hypothese ist **im Konjunktiv** formuliert!
 - ✓ Eine wohlformulierte Hypothese konstruiert einen (neuen) **Bedeutungszusammenhang**!
(reFraming und reKontextualisierung)

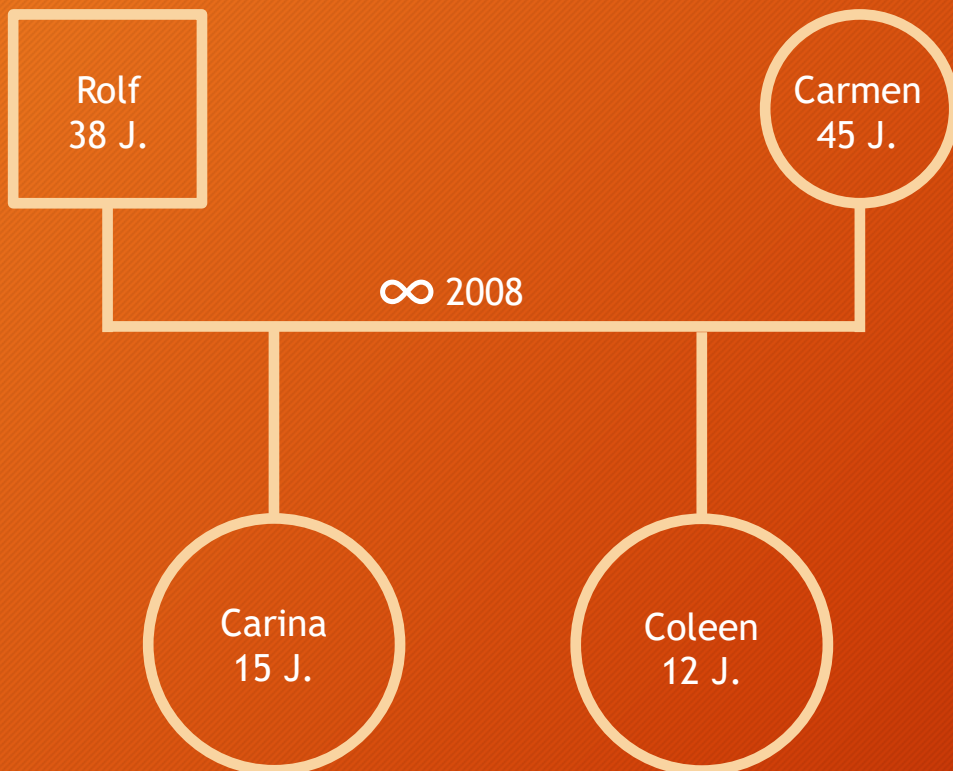
Wohlformulierte Hypothesen

Jetzt sind Sie dran!

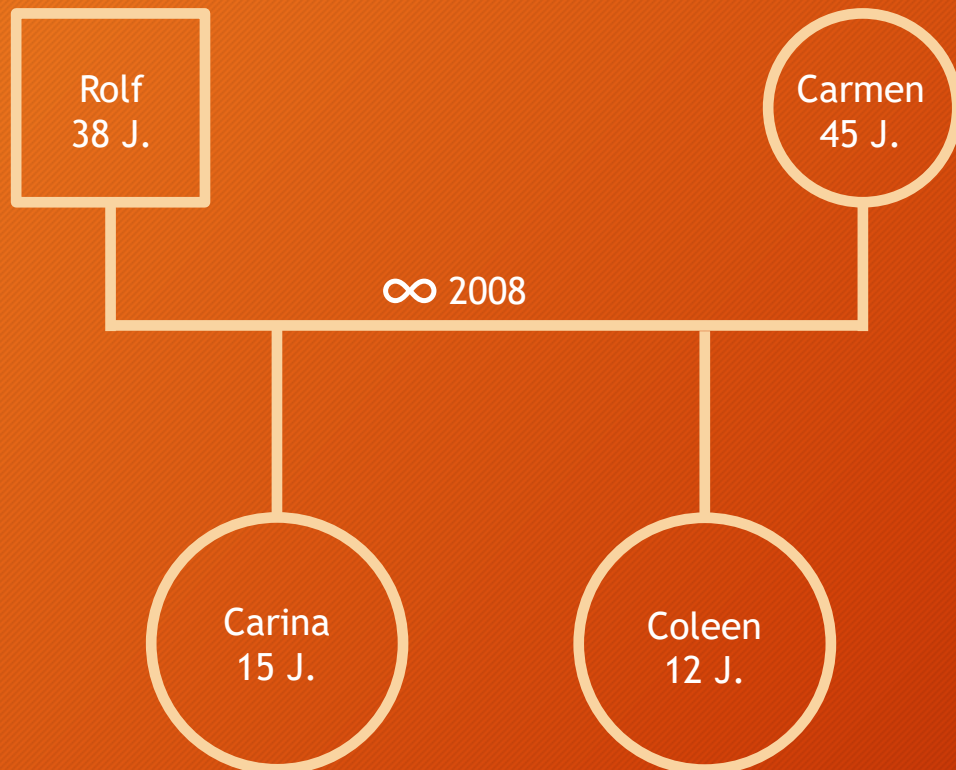
Bilden Sie in den Nebenräumen Gruppen zu 4 (+/-) und erarbeiten Sie miteinander

- a) 3 wohlformulierte Hypothesen
(Tipp: Reden Sie erstmal wild drauflos, und formulieren Sie dann entsprechend der Regeln um. Nutzen Sie dabei auch die Moderationskarten)
- b) Zu jeder Ihrer Hypothesen 2 (oder mehr) Interventionen
(systemische Fragen, Skalierungen, Hausaufgaben)

Zeit ?



wohlformulierte Hypothesen



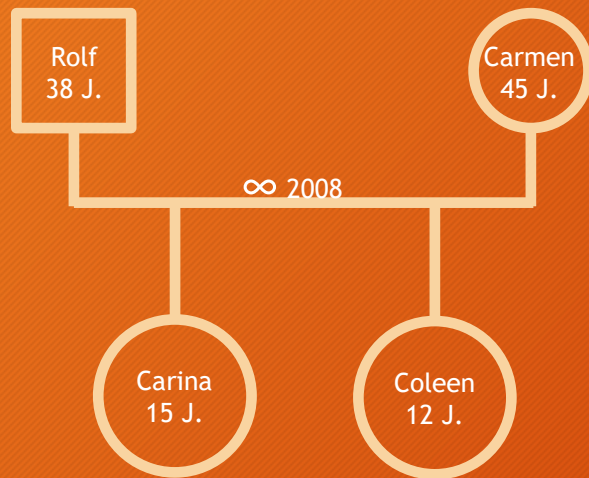
Auswertung:

Äußern Sie Ihre Fragen / Interventionen,
als sprächen Sie zu den Familienmitgliedern.

Teilen Sie uns erst danach Ihre zugrunde gelegte Hypothese mit.

Systemisches Hypothesisieren

Hypothesen für alle Systemebenen



Ein Systemisches Herangehen bietet aber noch mehr. Denn:

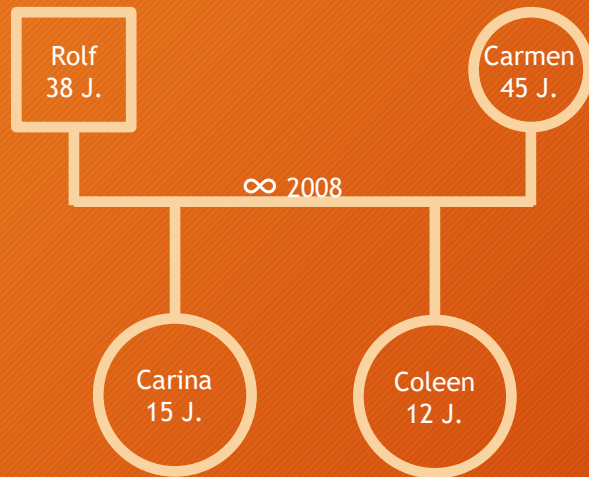
In Sozialen Systemen lassen sich immer auch Subsysteme unterscheiden,

- jede einzelne Person
- Z.B. die Geschwister | die Eltern | die Frauen | die jüngeren/älteren in den Subsystemen
- In Teams/Organisationen auch Funktionsgruppen | Betriebszugehörigkeit ...
- Wenn man metaphorisch arbeitet, auch innere Anteile verschiedener Personen, z.B. die „inneren Schweinehunde“ mehrerer Personen etc.

Zu allen lassen sich wohlformulierte Hypothesen bilden und davon ausgehend Interventionen konstruieren.

Systemisches Hypothesisieren

Hypothesen für alle Systemebenen



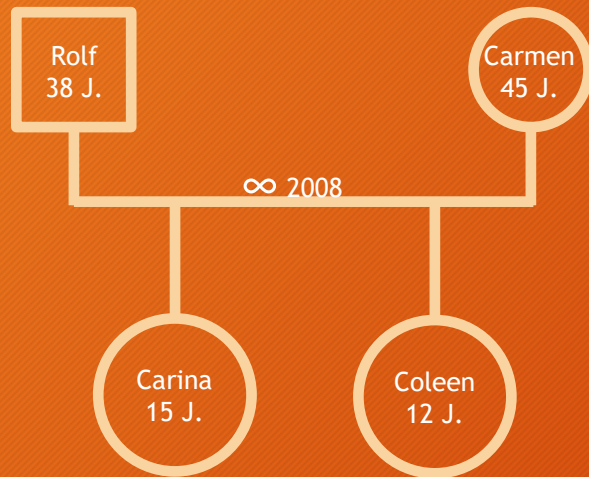
Und dann gibt es ja auch noch die verschiedenen Systemebenen:

- die biologisch-physische Ebene
- die psychisch-kognitive Ebene
- die sozial-kommunikative Ebene
- die organisatorisch-funktionale Ebene
- die kulturell-gesellschaftliche Ebene
- die Ebene des globalen Ökosystems

Auch all diese Systemebenen lassen sich in die Konstruktion wohlformulierter Hypothesen für alle Elemente und Subsysteme eines Sozialen Systems einbeziehen.
Und davon ausgehend Interventionen konstruieren.

Systemisches Hypothesisieren

Hypothesen auf allen Systemebenen



Zur Übung, oder wenn Sie es einmal mit einem besonders schwierigen Fall zu tun haben, gehen Sie so vor:

1. Schritt: Hypothesen zu den einzelnen Personen,
2. Schritt: Relationale Hypothesen zu Beziehungen zwischen zwei Personen,
3. Schritt: Hypothesen zu Subsystemen,
4. Schritt: Hypothesen zum Gesamtsystem.

Systemisches Hypothesieren

Hypothesen auf allen Systemebenen



Und Grundsätzlich gilt immer:

Verwechseln Sie Ihre Hypothesen nie mit der Wirklichkeit!

Wenn Sie merken, dass Sie Ihre Hypothese »glauben«
dann suchen Sie das Gespräch mit Kolleg:innen
(oder mit Supervisor:innen wie mir 😊)

damit Sie wieder vom »Glauben« abfallen und frei werden für neuen (Denk)Horizonte!

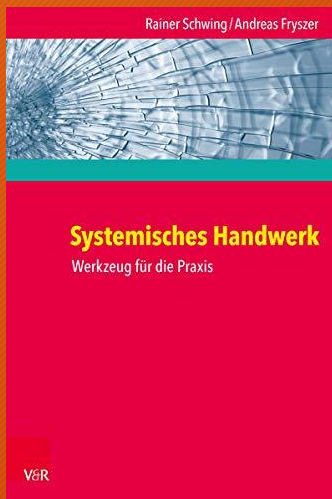
Oder eben:

„Never marry your Hypothesis!“

Systemisches Hypothesieren Das war's

Danke für Ihre Geduld & Aufmerksamkeit!

Die PDF-Datei zu diesem online-Workshop finden Sie unter:
<<https://www.praxis-institut.de/sued/praxis-impulse/berichte-und-materialien>>



Weitere Informationen zur Arbeit mit Systemischen Hypothesen können Sie nachlesen im Lehrbuch (S.129 - 145) von Rainer Schwing & Andreas Fryszter »Systemisches Handwerk - Werkbuch für die Praxis« Verlag Vandenhoeck & Ruprecht