

BARBARA DITZ/KORNELIA KOFLER STÖRUNGSSPEZIFISCHES WISSEN – NUTZEN FÜR DIE SYSTEMISCHE THERAPIE

Paradigmenwechsel oder vorsichtige Annäherung?

Ein Resümee der Jubiläumst fachtagung 2009



„Wenn Du etwas tun willst,
fang damit an. Mut hat Genie,
Kraft und Zauber in sich.“

(J. W. von Goethe)

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE wusste noch nichts vom Institut für Systemische Therapie am Heumarkt, kurz IST genannt. Jedoch könnte dieses Zitat zu den PionierInnen des Jahres 1989 – Johannes Ebmer, Ingrid Faraq, Stefan Geyerhofer, Barbara Raggautz (in Pension) und Sabine Sommerhuber – passen. Das bestehende Team erwei-



terte sich seither um Herbert Gröber, Ursula Schrammel, Leonore Steininger und Carmen Unterholzer. Die vergangenen 20 Jahre haben gezeigt, dass dank der engmaschigen Kooperation und des Engagements nationale und internationale Ideen entstehen und umgesetzt werden konnten.

Die 20-jährige systemische Erfolgsgeschichte veranlasste das IST, eine Jubiläumst fachtagung am 25. und 26. September 2009 zum Thema „Störungsspezifisches Wissen – Nutzen für die Therapie“ zu veranstalten.

Unter der Moderation von Carmen Unterholzer, Herbert Gröber und Stefan Geyerhofer wurde eine Reihe von interessanten Beiträgen präsentiert, in die wir im Folgenden einen kurzen Einblick geben wollen.

Ilka R. Hoffmann erhielt 2007 den wissenschaftlichen Forschungspreis der Systemischen Gesellschaft. Als Referentin widmet sie sich im Rahmen der Fachtagung dem Thema „Arbeiten mit inneren Bildern in der Systemischen Kurzzeittherapie bei chronischen Schmerzen“. Ihre wissenschaftlichen Beobachtungen basieren auf einem zweieinhalbjährigen Aufenthalt in Palo Alto (USA). Die Grundlage für ihr Thema war das von Watzlawick, Fisch und Weakland entwickelte Brief Therapy Modell am Mental Research Institute (MRI). Die präsentierte Neuerung ist ihr Versuch, von der impliziten zur expliziten Ressourcenaktivierung zu wechseln. Hoffmann respektiert und unterbricht den Teufelskreis der versuchten

Lösungen rund um den Schmerz der KlientInnen, jedoch verlässt sie das Expertentum der Therapeutin und aktiviert die Veränderung zweiter Ordnung durch eine Prozessaktivierung der inneren Ressourcen (innere Bilder) unter minimalem Einfluss der TherapeutInnen. Sie erzählte, dass die KlientInnen dadurch selbst das Gefühl haben, umsetzungskräftiger Teil der Lösung zu sein und auch das Ausmaß der Veränderung und den Zeitpunkt selbst bestimmen.

Frau Hoffmann ist es gelungen, mit fachlich wissenschaftlichen Ergebnissen und einem hohen Praxisbezug das Publikum für sich zu gewinnen.

Deszoe Birkas gab in seinem Vortrag „Psychosomatik aus systemischer Sicht an den Beispielen Reizdarm und Heuschmupfen“ Einblick in sein systemisch-strategisches Modell zur Behandlung psychosomatischer Krankheitsbilder wie Neurodermitis, Allergien oder Reizdarm. Anhand zweier Fallbeispiele erläuterte Birkas, wie er mithilfe strategischer Fragen, gezielt ausgewählten Metaphern und Dialogen, die den Leidenszustand exakt beschreiben, mit den KlientInnen neue Verhaltens- und Sichtweisen erarbeitet, die in weiterer Folge eine Genesung mit sich bringen. Die gezeigten Therapietechniken sind das Ergebnis einer sechsjährigen Forschung, sie wurden in den vergangenen Jahren immer wieder verfeinert und weiterentwickelt und werden seit einiger Zeit auch am Institut für systemische Therapie in Wien angewandt.

Isabella Kalusch-Klug und **Sabina Lindenbauer** berichteten aus Ihrem Erfahrungsschatz im Umgang mit KlientInnen mit Psychosen und Persönlichkeitsstörungen. Der Titel ihres Vortrages lautete „Ziel- und ressourcenorientiertes Skillstraining bei PatientInnen mit Persönlichkeitsstörungen“ (Schwerpunkt Borderline-PatientInnen). Der Leidensdruck von PatientInnen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung ist hoch – aufgrund der Instabilität in zwischenmenschlichen Beziehungen, im Selbstbild und in der Affektregulation in Kombination mit Impulsivität. Frau Kalusch-Klug und Frau Lindenbauer sprachen von einer Prävalenzrate des Störungsbildes Borderline von 1,5 %. Diese liegt höher als die Schizophrenie, jedoch ist das störungsspezifische, psychiatrische Wissen über diese Erkrankung niedriger. Die Bor-

derline-Persönlichkeitsstörung zeigt häufig eine Komorbidität mit affektiven Störungen, Depression, Angst- und Zwangserkrankungen, Störungen durch psychotrope Substanzen, Essstörungen, posttraumatische Symptombilder sowie anderen Persönlichkeitsstörungen auf.

In den Neunziger Jahren gründete Marsha Linehan, Professorin für Psychologie und Verhaltenstherapie (USA) die Dialektische Behaviorale Therapie (DBT) als störungsspezifischen Ansatz. Sie kombinierte Fertigkeiten mit kognitiven Elementen, verhaltenstherapeutischen Aspekten und fernöstlichen Meditations-techniken. Als Zusatzangebot zur Einzeltherapie kam ein Skillstraining in der Gruppe.

Die KlientInnen lernen im Rahmen des Skilltrainings besser mit Stress umzugehen und die eigenen Wünsche zu formulieren – bei gleichzeitiger Erhöhung der inneren Achtsamkeit und Erhöhung der Selbstreflexion. Weiters liegt das Augenmerk auf dem bewussten und beschreibenden Umgang von inneren Gefühlen und zwischenmenschlichen Fertigkeiten. PatientInnen haben durch diese Kombination gelernt, emotionale Krisen, Spannungszustände und Dissoziationen selbst zu regulieren. Der Vortrag zeigte, wie es gelingen kann, Skillstraining und DBT im klinischen Kontext und in der ambulanten Therapie zu integrieren.

Yasunaga Komori präsentierte den TeilnehmerInnen ein interessantes Video zur spielerischen, therapeutischen Auseinandersetzung mit der Depression: „*Monsieur Depré: Die Depression spricht*“. Herr Komori nutzte das Medium des Films zur Verständniserweiterung von psychischen/psychiatrischen Erkrankungen innerhalb eines Systems. Familienmitglieder und Beteiligte erhalten dadurch die Möglichkeit, PatientInnen außerhalb des Problems wahrzunehmen. Der Anstoß liegt darin, die Depression getrennt von der Persönlichkeit und der Leidensgeschichte zu sehen. Familiensysteme können dadurch das Problem neu betrachten, bekommen störungsspezifisches Wissen, können ihre Ressourcen akti-



Aufmerksames Auditorium bei der IST-Jubiläumsfachtagung in der la:sf

vieren und gemeinsam im Einklang mit der leidenden Person gegen die Depression ankämpfen. Im Interview wird die Depression als Mr. Depré anhand einer künstlerischen Handpuppe externalisiert und von Herrn Komori befragt. Mr. Depré spricht über die Entstehung von körperlichen Symptomen und den zahlreichen Auswirkungen seiner Anwesenheit auf den Menschen. Im zweiten Teil zeigte er das Scheitern von Mr. Depré durch mögliche Lösungsversuche der PatientInnen sowie deren gesteigerte Handlungskompetenzen. Weitere Filmprojekte waren die Externalisierung der Schizophrenie mit Mr. Schizo. Auch das IST Projekt Ana Ex, eine Externalisierung der Anorexie, entwickelte sich in Anlehnung an Komoris Idee. Dieser Beitrag zeigte einmal mehr die Möglichkeiten auf, wie moderne Medien für den Therapieprozess und die Aktivierung von Lösungen und systemischen Interventionen nützlich einsetzbar sind.

Christoph Thoma referierte zum Thema „*Angsten und Entangsten – systemische Kurztherapie bei Angststörungen*“. Angst wird – entsprechend einer systemischen Sichtweise – als dynamisches Wechselspiel zwischen dem organischen (körperliche Empfindungen), dem psychischen (kognitive Verarbeitung) und dem sozialen Bereich (Verhaltensmuster) definiert.



Stefan Geyerhofer und Christoph Thoma

Anhand zweier Fallbeispiele erläuterte Thoma sehr anschaulich den Ängsten/Entangsten-Zyklus, der zu Beginn der Therapie mit jedem Klienten individuell erstellt wird und auch grafisch dargestellt werden kann – eine zentrale Intervention, wodurch Angst zu einer Abfolge von Interaktionen wird, die chronologisch geordnet und dadurch veränderbar sind. Dies ermöglicht dem Klienten eine Beeinflussung der Angst abseits von Kontroll-Mechanismen. Wichtig im weiteren Therapieprozess ist das Erarbeiten einer Rückfalls-Prophylaxe durch Verlaufsprognostik und Erweiterung des Gefühlsspektrums, das Aufweichen des Vermeidungsverhaltens beispielsweise durch Aufgaben sowie Interventionen mit dem Ziel des Autonomiegewinns. Im optimalen Fall werden dadurch eine neue Bedeutungsgebung, alternatives Verhalten und neues Erleben geschaffen.

Im Anschluss leiteten **Tiziana Verbiz** zum Thema „*Systemische Therapie bei Magersucht*“ und **Roberta Milanese** „*Zur Evolution von Essstörungen: Diagnose und Behandlung von Brechsyndrom*“ über. Roberta Milanese, Giorgio Nardone und Tiziane Verbiz veröffentlichten 1999 das Buch „*Prison of Food: Research and Treatment of Eating Disorders*“, ein bahnbrechendes Werk, das auf die lösungsorientierte Therapie in der Arbeit mit Anorexie, Bulimie und Brechsyndrom fokussierte. Die zusätzliche



Tiziana Verbiz und Roberta Milanese

Erweiterung des Brechsyndroms wurde von Giorgio Nardone etabliert.

Ein wunderbares Zitat von Verbiz und Milanese leitete den nächsten Vortrag ein: „*So wie sich Pathologien entwickeln und ändern, muss sich auch therapeutisches Eingreifen ändern, es muss sich mitentwickeln.*“ Ihr Hauptaugenmerk liegt in der Bedeutung von drei unterschiedlichen Arten von Beziehung: mit sich selbst, mit der Welt und mit anderen. Es reicht aus, dass sich eine Art verändert, um aus systemischer Sicht auch die anderen Beziehungsmuster zu verändern. Die Aufgabe der TherapeutInnen sei zu verstehen versuchen, wie das Problem funktioniert und sich manifestiert – und nicht, warum es existiert. Der Vortrag von Verbiz und Milanese zeigte anhand von kurzzeittherapeutischen Prozessen die Möglichkeit, mit PatientInnen und ihrem System in Dialog zu treten. Bei gleichzeitigem Verstehen der veränderten Familienstrukturen und moderner Verhaltensmuster innerfamiliärer Beziehungen. Gerade weil Essstörungen und ihre Reaktionen einen neuen psychosozialen Stellenwert bekommen haben, sollten die neu etablierte Lösung und die Struktur des Problems modifiziert werden.

In einem weiteren spannenden Beitrag von **Brigitte Hackenberg** mit dem Titel „*Elterliche Präsenz als Lösungsperspektive der kindlichen Adipositas*“ ging es um die The-

rapie von Adipositas im Kindes- und Jugendalter, eine Erkrankung, deren Prävalenz in den letzten 20 Jahren von 10 % auf 30 % angestiegen ist. Da neben genetischen Faktoren vor allem bio-psycho-soziale Faktoren für Entstehung und Verlauf bestimmend sind, hat neben der psychologischen Behandlung die psychotherapeutische Betreuung einen großen Stellenwert.

Hackenberg stellte ein neues Therapiekonzept vor, das im Rahmen des ersten Adipositascamps – ein Pilotprojekt – im Sommer 2009 an der Universitätsklinik Wien angewandt wurde. Anschließend an das vierwöchige Camp werden die kommenden drei Jahre psychologische und psychotherapeutische follow ups stattfinden.

Die Weiterentwicklung im Vergleich zu bereits etablierten Konzepten liegt im dialogischen Ansatz im Sinne von zwei getrennt arbeitenden Expertenteams – eines erarbeitete mit den Familien die psychosoziale Thematik, das andere war für die gewichtsspezifischen Themen

NAMHAFTE KOLLEGINNEN AUS JAPAN, ITALIEN, UNGARN, DEUTSCHLAND UND ÖSTERREICH PRÄSENTIERTEN AUF EINDRUCKSVOLLE WEISE, WIE SIE STÖRUNGSWISSEN FÜR GEZIELTE INTERVENTIONEN NUTZBAR MACHEN, OHNE DASS DIE GRUNDLEGENDE, LÖSUNGSORIENTIERTE THERAPEUTISCHE HALTUNG VERLOREN GEHT.

(Ampeldiät, gesundes Kochen, Bewegungsprogramm ...) zuständig.

Folgende zwei Aspekte, die einen nachhaltigen Therapieerfolg zu verbessern scheinen, stehen im Vordergrund: Ein wichtiger Fokus liegt auf der Förderung der Kooperation und Präsenz der Eltern, die nur durch eine konsequente und geduldige Präsenz der Helfer gelingen kann, zum anderen ist es unerlässlich, in der Therapie nicht nur über gewichtsbezogene Themen zu sprechen, sondern auch über Beziehungsthemen, Autonomie oder notwendige Entwicklungsschritte in der Familie.

Anschließend präsentierten **Carmen Unterholzer** und **Stefan Geyerhofer** in einem interaktiven, kurzweiligen Vor-

trag mit dem Titel „*Systemische Ansätze bei der Behandlung von Burnout und Erschöpfungszustand*“ die wichtigsten facts zu Entstehung und Therapie von Burnout, einem Phänomen, das im Gesundheitsbereich zunehmend an Bedeutung gewinnt und eine wichtige Indikation für (systemische) Psychotherapie darstellt.

Der systemische Ansatz, basierend auf aktuellen Ergebnissen der Burnout-Forschung, wurde von Geyerhofer und Unterholzer aus ihrer therapeutischen Erfahrung und Rückmeldungen von KlientInnen mittels strukturierter Interviews entwickelt.

Burnout ist charakterisiert durch Verlust von persönlichem Interesse, Jobengagement und den Glauben an Selbstwirksamkeit und Veränderung. Emotionale Erschöpfung, Depersonalisation, sozialer Rückzug, somatische Beschwerden, Schlafstörungen, Veränderung des Essverhaltens und nicht zuletzt Arbeitsunfähigkeit über einen längeren Zeitraum sind die Folge.

Aus systemischer Sicht sind an der Manifestation eines Erschöpfungszustandes Faktoren aus folgenden vier Ursachenbereichen maßgeblich beteiligt: dem persönlichen Bereich (Verhaltensmuster, Charaktereigenschaften, persönliche Überzeugungen), der Arbeitsplatzsituation (Zunahme der Arbeitsbelastung,

Abnahme oder Fehlen von Einfluss, Kontrolle, Anerkennung, Teamqualität und Fairness) der familiären Situation (Single, Alleinerziehende/r, familiäre Belastungen, Konflikte) und letztendlich auch gesellschaftliche Aspekte (Statussymbole, gesellschaftliche Normen, Weiterentwicklung von Technologien vor allem im Kommunikationsbereich). Im therapeutischen Prozess werden oben genannte Ursachenbereiche genau analysiert werden, da sie auch wichtige Ansatzpunkte für Interventionen und präventive Maßnahmen darstellen.

Abschließend gab **Herbert Gröger**, bezugnehmend auf die wichtigsten Inhalte, einen prägnanten Gesamtüberblick aller Beiträge und leitete einen fachlichen Diskurs ein.

Die Fachtagung zum Themenschwerpunkt „*Störungsspezifisches Wissen – Nutzen für die systemische Therapie*“ zeichnete sich durch eine exquisite Zusammenstellung der Beiträge aus. Namhafte KollegInnen aus Japan, Italien, Ungarn, Deutschland und Österreich präsentierten auf eindrucksvolle Weise, wie sie Störungswissen für gezielte Interventionen nutzbar machen, ohne dass die grundlegende, lösungsorientierte therapeutische Haltung verloren geht.

Die Jubiläumsfachtagung versuchte hiermit den – für die Zukunft wichtigen – Impuls zu setzen, dass es möglich und sinnvoll ist, neben Lösungswissen auch Störungswissen in die systemische Therapie zu integrieren

DR. BARBARA DITZ

Ärztin für Allgemeinmedizin, Psychotherapeutin (systemische Familientherapie), Absolventin des LG 16 der Ia:sf

KORNELIA KOFLER

Psychotherapeutin (systemische Familientherapie), Trainerin und Coach, Kleinkindpädagogin, Absolventin des LG 15 der Ia:sf

REFERENT/INNEN

Deszoe Birkas, Dr., systemischer Psychotherapeut, Facharzt für Psychiatrie und Lehrbeauftragter an der Semmelweis-Universität in Budapest, Leiter der Phobieklinik

Stefan Geyerhofer Mag., klinischer Psychologe, Gesundheitspsychologe, systemischer Psychotherapeut, Lehrtherapeut der ÖAS, Mitbegründer des Instituts für systemische Therapie, Adj. Prof. für Psychologie an der Webster University

Herbert Gröger, Dr., Sozialwissenschaftler, Fachhochschullektor für Sozialkompetenz und Managementmethoden, Psychotherapeut am Institut für Systemische Therapie (IST) in Wien (Schwerpunkte: u.a. systemische Kurztherapie, Arbeit mit Kindern, Jugendlichen, Familien, Paartherapie)

Brigitte Hackenberg, Dr., Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie, systemische Therapeutin, ärztliche Leiterin der core-unit für Psychosomatik und klinische Psychologie des Kindes und Jugendalters an der Universitätsklinik Wien

Ilka R. Hoffmann, Dr., Diplompsychologin, systemische Therapeutin, Supervisorin, Coach und Trainerin (Institut für systemische Impulse und Ausbildung – isiberlin) in Berlin, Ausbildung in psychologischer Schmerztherapie (Sorgatz) und systemischer Therapie (Watzlawick/Fisch)

Isabella Kalusch-Klug, Mag. Dr., Klinische und Gesundheitspsychologin, systemische Familientherapeutin, seit 2001 an der 1. Psychiatrischen Abteilung mit Zentrum für Spezielle Psychiatrische Therapie und Psychosomatik Pavillon 2 am Otto Wagner Spital mit den Schwerpunkten Psychosen und Persönlichkeitsstörungen tätig

Yasunaga Komori, Dr., Psychiater, Kinderarzt und Familientherapeut, arbeitet, forscht und lehrt in Japan, seit 2005 als Psychoonkologe in der Palliativabteilung des „Aichi Cancer Center“ in Nagoya tätig

Sabina Lindenbauer, Dr., Klinische Psychologin, Systemische Familientherapeutin, Supervisorin. 10 Jahre im ambulanten sozialpsychiatrischen Bereich tätig, seit 20 Jahren auf eine Psychotherapiestation des Otto-Wagner-Spitals mit Schwerpunkt Psychosen und Persönlichkeitsstörungen

Roberta Milanese, Dr., Psychologin, Psychotherapeutin, Direktorin des Centro di Terapia Strategica (CTS) in Mailand, unterrichtet Psychotherapie und Psychologie am ATS in Arezzo und Padua, Co-Autorin zahlreicher Bücher und Artikel über Essstörungen

Christoph Thoma, Dr., Soziologe, Kommunikationswissenschaftler, systemischer Psychotherapeut, Lehrtherapeut an der Ia:sf, Gründer des Instituts für systemische Kurztherapie in Amstetten

Carmen Unterholzer, Dr. Literatur- und Erziehungswissenschaftlerin, Psychotherapeutin am Institut für systemische Therapie mit den Arbeitsschwerpunkten Burnout, Angststörung, Depression, Essstörung

Tiziana Verbitz, Dr., Psychologin, Psychotherapeutin, Direktorin des Centro di Terapia Strategica (CTS) in Udine, Dozentin, Ausbilderin der Therapie-Fachschule für strategische Kurzzeittherapie in Arezzo. Fachgebiete: Praxis der strategischen Kurzzeittherapie, Übungen zu Techniken, Gruppendynamik

LITERATUR

Ilka R. Hoffmann Palo Alto – revisted. Arbeiten mit inneren Bildern in der systemischen Kurzzeittherapie. In: Systeme 1/08, S. 24–46

Ilka R. Hoffmann: Changing Perspective – Changing Solutions. Carl-Auer-Verlag 2007

Christoph Thoma: Angsten und Entangsten – Systemische Kurztherapie bei Angst dynamiken, ISKAM Eigenverlag 2009

Giorgio Nardone, Roberta Milanese, Tiziana Verbitz: Prison of Food: Research and Treatment of Eating Disorders: Strategic Solution-oriented Research and Treatment of Eating Disorders. Karnac Books 2005 (erstmalig publiziert 1999)

Stefan Geyerhofer, Carmen Unterholzer: Burnout aus systemischer Sicht. Auf dem Weg zu einem systemischen Verständnis von Burnout und Erschöpfungszustand; Systeme 2/08 S.: 177–201

Stefan Geyerhofer, Carmen Unterholzer: Systemische Ansätze in der Behandlung von Burnout; Systeme 1/09 S.: 5–25

Stefan Geyerhofer, Carmen Unterholzer: Die Behandlung von Burnout – Individuum und Kontext; Psychotherapie im Dialog 3/09 S.: 1–8