

Wozu Sinn, wenn „es“ nutzt?

Jürgen Hargens

Zusammenfassung

Der „Sinn“ professioneller Beratung/Therapie erschließt sich aus den unterschiedlichen Positionen der Beteiligten. Die andere Seite der Medaille fragt nach dem Nutzen für die KundIn. Da Medaillen mehr als zwei Seiten haben, geht es auch darum, andere, weitere Perspektiven zu beschreiben – gewissermaßen dazu einzuladen.

Reflexionen

Wenn das Thema lautet: *Auf den Spuren hilfreicher Veränderungen – die Suche nach dem Sinn*, dann sollte doch bereits darin „Sinn“ stecken. Doch welcher? Und wie finde ich ihn?

Ich frage nach Implikationen von Beschreibungen/Aussagen, die ich erkenne, und klopfe diese dann ab, um für mich etwas klar zu bekommen. Insofern habe ich damit bereits eine erste klare Spur gelegt – es geht um Sinn für mich und das bedeutet (für mich), dass Sinn etwas Persönliches, Subjektives darstellt oder, um es systemtheoretischer zu formulieren, Sinn bleibt nach meinem Verständnis immer kontextbezogen. Es geht also immer auch um die Frage „Sinn – für wen?“

Da es sich bei *systema* um eine Fachpublikation des Weinheimer Instituts für Familientherapie handelt, ist genau dies der „Hintergrund“ – Sinn in Hinblick auf Familientherapie. Und schon erweitert sich das Spielfeld – sehr unterschiedliche Personen, Institutionen, Interessen und vieles mehr tauchen auf.

Da hilft mir die Anregung: *Auf den Spuren hilfreicher Veränderungen*. Ich arbeite daran, diese Beschreibung für mich in einen Zusammenhang zu bringen. Da ist zunächst der Begriff *Spuren*. Also Hinweise auf etwas, was an dieser Stelle gewesen ist und sich nun an anderer Stelle befindet und dabei „Spuren“ hinterlassen hat. Nur sind es Spuren und die lassen sich nur in dem jeweiligen Kontext erkennen und bewerten. Es geht also um Möglichkeiten, die in diesen Spuren liegen.

Ein weiterer Begriff lautet: *Veränderungen*. Das sollte den Fokus der SpurenleserIn bestimmen – das Wahrnehmen von „anderem“, von Änderungen. Nun sind nach meinem Verständnis Änderungen unvermeidlich. Deshalb nutze ich das Adjektiv – *hilfreicher*. Es soll meinen Fokus, die Richtung meiner Wahrnehmung auf ein Ergebnis richten. Nicht jede

Veränderung soll in den Blick genommen werden, sondern nur die, die als hilfreich beschreibbar sind.

Praxis-Reflexionen

Was fange ich nun damit an für die Arbeit bzw. die „Therapie“?

Zunächst einmal mache ich mir klar, dass ich meine Wahrnehmung fokussiere, dass es allerdings – das ist für mich die grundsätzliche „Spielregel“ in der Arbeit/Therapie – um die KlientIn/KundIn geht. Sie ist die Person, deren Bewertung gilt – ob die Arbeit/Therapie hilfreich ist. Das ist der Kontext, der Rahmen, das Ziel.

Mein Fokus richtet sich dabei auf das Spurenlesen – in diesem Sinne begreife ich mich als KundschafterIn: aufmerksam die Landschaft beobachten, auf Spuren, kleinste Hinweise achten, was sich als hilfreich erwiesen hat, und diese der Person rückmelden, die mich beauftragt hat.

Die Entscheidung, ob und inwieweit das, was ich erkenne – die Spuren und meine Interpretation der Spuren – hilfreich ist, entscheidet die AuftraggeberIn, die KundIn/KlientIn. Was ich mache, ist nicht mehr, aber auch nicht weniger, als meine Kompetenz einzusetzen, Spuren zu lesen: Hinweise auf Stärken, Änderungen, Möglichkeiten.

Über den Nutzen – den Sinn – befindet die KundIn. Meine Arbeit besteht darin, die KundIn einzuladen, sich darauf einzulassen, mit und über die Perspektiven zu reflektieren, die ich – als SpurenleserIn – anbiete. Denn das ist mir immer bewusst geblieben – egal, welche Spuren ich erkenne, welche Wege ich wahrnehme, die Person, die den Weg geht, ist und bleibt die KundIn.

Das ist eine Möglichkeit, wie ich systemisch arbeiten beschreiben kann: *einladen, etwas – Ereignisse, Verhalten, Gefühle, Bewertungen etc. – aus unterschiedlichen Perspektiven zu beschreiben und darüber ins Gespräch zu kommen bzw. im Gespräch zu bleiben*. Dabei sind mir folgende Aspekte bedeutsam:

- *Einladungen* müssen nicht angenommen werden.
- Unterschiedliche Perspektiven ermöglichen *unterschiedliche Sichten* – ohne Anspruch auf Wahrheit.
- Wahrnehmungen werden *als Beschreibungen – Geschichten* – gerahmt.
- Wahrnehmungen werden genannt, *in Worte gefasst*.
- Reden über ermöglicht ein *Spielen mit Positionen und Sichtweisen*.

Vor allem aber bleibt die Entscheidung, ob es passt, stimmt, richtig ist oder ob es Sinn hat bzw. macht, ausschließlich bei der KundIn, denn es handelt sich um ihr/sein Leben. Ich kann durchaus meine „andere Position, Beschreibung, Geschichte“ hinzufügen, anbieten – in dem Sinne, den Wolfgang Loth (1998) mit einem wunderbaren Begriff geprägt hat: *beisteuern*:

„Beisteuern ist nicht das gleiche wie Steuern. Es ist aber auch nicht das gleiche wie einfach dabeizusitzen. Beisteuern meint die Kompetenz, sich erkennbar, verantwortlich und anschlussfähig daran zu beteiligen, Perspektiven zu weiten und neue Möglichkeiten zu erschließen, ohne dies einseitig und allein entscheidend tun zu können“ (a. a. O., S. 41f.).

Insofern richtet sich zumindest ein Teil meiner Aufmerksamkeit, bei dieser Art zu arbeiten, immer darauf „how clients make therapy work“ (Bohart & Tallman 1999). Denn es ist und bleibt die KundIn, die dafür sorgt, dass er/sie das bekommt, was er/sie möchte/will – und es ist genau diese Haltung (Hargens 2007, 2010), die dazu beitragen kann, alles das, was die KundIn mitbringt (die Wirkfaktoren, s. Asay & Lambert 2001) – so zur Entfaltung zu verhelfen, wie die KundIn dies möchte und wie es ihren Zielen entspricht.

Sinn?

Soweit kann ich mich der Sinnfrage aus der Perspektive/Position des Profis annähern.

Systemisch wird oft zu einem *Perspektivenwechsel* eingeladen. Dieses Mal lade ich mich selber dazu ein, nämlich dieser Frage nachzugehen, indem ich so tue, als wäre ich eine KlientIn/KundIn.

Als erstes stünde ich vor der Entscheidung, ob ich überhaupt angesichts des Dilemmas/Problems etc., das ich bei mir und für mich beschreibe¹, professionelle Hilfe in Anspruch nehmen möchte.

Verneine ich dies, so werde ich auf „traditionelle“ Hilfen des Laiensystems zurückgreifen – Hausmittel, Gespräche mit FreundInnen etc. Dies ist durchaus *nicht* ungewöhnlich, sondern beinahe normal. Faltermeier spricht davon, dass schätzungsweise nur bei 20% solcher „Gesundheitsepisoden der ‚professionelle Sektor‘ in Anspruch genommen wird“ (Faltermeier 2005, S. 203).

1) Eine solche Selbstdiagnose ist nach meinem professionellen Verständnis immer die Voraussetzung – selbst wenn mir eine Diagnose von anderen zugeschrieben wird, handle ich erst auf Grund dieser Diagnose, wenn sie für mich Bedeutung besitzt.

Entscheide ich mich für professionelle Hilfe, so wäre es mein Ziel, „Besserung“ oder „Heilung“ zu erreichen. Es käme mir also weniger auf den Sinn an als vielmehr auf den Nutzen. Darin liegt die Unterstützung und das wäre für mich *das* Kriterium meiner Auswahl – ist der Profi gut genug, dass mein Dilemma/Problem verschwindet?

Deshalb würde sich mein Augenmerk als KundIn/KlientIn zuerst darauf richten, wie mein – ganz subjektiver – Eindruck des Profis ist: erweckt er/sie bei mir den Eindruck, er/sie könne mir hilfreich sein?

Selbstverständlich spielten dabei meine Laienvorstellungen von „Psychotherapie“ eine wichtige Rolle, denn diese wären als Abgleich die einzigen Kriterien, die ich hätte. Insofern käme es darauf an, inwieweit der Profi diese Erwartungen tatsächlich erfüllt bzw. ein „Nicht-Erfüllen“ für mich ausreichend überzeugend begründet.

Ein mögliches Fazit

Für mich ergibt sich aus meinen Überlegungen, dass Profi und KundIn aus verschiedenen Positionen heraus das wahrnehmen, beschreiben und bewerten, was sich im professionellen Handeln vollzieht. Dabei orientiert sich der Profi vor allem an seinen fachlichen Kompetenzen, die KundIn an dem Nutzen, den diese Begegnung für sie hat.

Insofern stellt die Frage nach dem *Sinn* für mich im professionellen Handeln nur eine mögliche Seite der Medaille dar. Die andere ist für mich die Frage nach dem *Nutzen* für die KundIn. Und da Medaillen, wenn man/frau genau schaut, mehr als zwei Seiten haben – zumindest kann ich immer noch eine Schmalseite wahrnehmen² – wären weitere Beschreibungen immer möglich. Deshalb bin ich der Auffassung, dass sich in meiner professionellen Arbeit der Sinn daraus speist, in welchem Maße die KundIn mir den Nutzen, den die Arbeit für sie hat, rückmeldet. Insofern stellen Sinn und Nutzen für mich zwei Seiten einer Medaille dar, verbunden durch die dritte Seite – das konkrete Arbeiten. Dieses, so denke ich, könnte dadurch erleichtert und erweitert werden, dass weitere Beschreibungen (Positionen/Perspektiven) einbezogen werden, z. B. Reflektierende Teams, wichtige andere Personen, Auszubildende, KollegInnen. Diese Vielfalt wird letztlich nur durch unsere Phantasie, Kreativität wie durch unsere eigenen Vorannahmen begrenzt. Deshalb steht für mich ein Grundsatz lösungsorientierter Arbeit ganz oben auf der Liste: *Nicht zu schnell zu verstehen* und

2) Diese Schmalseite grenzt die beiden anderen Seiten voneinander ab und stellt damit zugleich immer auch die Verbindung zwischen diesen beiden Seiten her. Anders gesagt – jede Grenze, jede Grenzziehung stellt immer auch die Verbindungslinie zwischen den abgegrenzten Bereichen dar (Flemons 1991).

– ergänzend – *davon auszugehen, dass meine Wahrheit immer nur eine von vielen anderen Wahrheiten darstellt.* Das führt eher zu ein wenig mehr Demut und Bescheidenheit.

Literatur

- Asay, T. P., Lambert, M. J. (2001). Empirische Argumente für die allen Therapien gemeinsamen Faktoren: Quantitative Ergebnisse. In: Hubble, M. A., Duncan, B. L., Miller, S. D. [Hrsg.]: So wirkt Psychotherapie. Empirische Ergebnisse und praktische Folgerungen. Dortmund: modernes lernen, S. 41-81.
- Bohart, A. C., Tallman, K. (1999). How Clients Make Therapy Work. The Process of Self-Healing. Washington, DC: APA.
- Faltermeier, T. (2005). Gesundheitspsychologie. Stuttgart: Kohlhammer.
- Flemons, D. (1991). Completing Distinctions. Interweaving the ideas of Gregory Bateson and Taoism into a unique approach to therapy. Boston & London: Shambhala.
- Hargens, J. (2007). Was, wenn die KundIn sich für nicht kundig hält? Wunderantwort Nr. 6, S. 2-3.
- Hargens, J. (2010). So kann's gelingen. Rahmen hilfreicher Gespräche im beraterisch-therapeutischen Kontext. Dortmund: Borgmann.
- Loth, W. (1998). Auf den Spuren hilfreicher Veränderungen. Das Entwickeln Klinischer Kontrakte. Dortmund: modernes lernen.

Jürgen Hargens, Jg. 47, seit 1979 in eigener Praxis. 1983 Gründer und bis 1992 Herausgeber der Zeitschrift für systemische Therapie, Gesellschafter von F.I.S.A (Flensburger Institut für systemisches Arbeiten). Seit einigen Jahren nicht nur Autor von Fachbüchern, sondern auch von Romanen und Erzählungen.
juergenhargens@t-online.de