



Arist von Schlippe / Jochen Schweitzer

Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I

Das Grundlagenwissen

4., aktualisierte
und ergänzte
Auflage

V&R



Arist von Schlippe / Jochen Schweitzer

Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I

Das Grundlagenwissen

Mit jeweils einem Gastbeitrag von Angelika Eck und Julika Zwack

4., aktualisierte und ergänzte Auflage

VANDENHOECK & RUPRECHT

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2026 Vandenhoeck & Ruprecht, Robert-Bosch-Breite 10, D-37079 Göttingen,
ein Imprint der Brill-Gruppe
(Koninklijke Brill BV, Leiden, Niederlande; Brill USA Inc., Boston MA, USA;
Brill Asia Pte Ltd, Singapore; Brill Deutschland GmbH, Paderborn, Deutschland;
Brill Österreich GmbH, Wien, Österreich)

Koninklijke Brill BV umfasst die Imprints Brill, Brill Nijhoff, Brill Schöningh,
Brill Fink, Brill mentis, Brill Wageningen Academic, Vandenhoeck & Ruprecht,
Böhlau und V&R unipress.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung und Zwischenseiten: Robert Delaunay, Joie de vivre, 1930 (Ausschnitte)/
akg-images

Cartoons: Björn von Schlippe

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza

Printed in the EU

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

E-Mail: info@v-r.de

ISBN 978-3-525-40062-3 (print)

ISBN 978-3-647-40062-4 (digital) | ISBN 978-3-666-40062-9 (eLibrary)

Inhalt

Vorwort der Autoren	13
Vorwort zur ersten Ausgabe von Helm Stierlin (1996)	19

I Die Entwicklung der systemischen Therapie und Beratung

1 Die Entdeckung des Familiensettings	31
1.1 Von der Psychoanalyse zur Mehrgenerationentherapie	32
1.2 Von der Human-Potential-Bewegung zur wachstumsorientierten Familientherapie	36
1.3 Von der Verhaltenstherapie zur kognitiv-behavioralen Familientherapie	38
2 Familie als System: Kybernetik erster Ordnung und direkte Intervention	42
2.1 Das »Mental Research Institute«	42
2.2 Strukturelle Familientherapie	43
2.3 Strategische Familientherapie	46
2.4 Das frühe Mailänder Modell	47
3 Systeme als soziale Konstruktion: Auf dem Weg zu einer Kybernetik zweiter Ordnung	53
3.1 Die Entdeckung des Beobachters: Systemisch-konstruktivistische Therapie	54
3.2 Lösungen statt Probleme: Lösungsorientierte und hypnosystemische Kurzzeiththerapien	55

3.3	Interaktion als Konversation: Narrative und dialogische Therapie	60
3.4	Kooperation statt Intervention: Reflektierendes Team und reflektierende Positionen	65
4	Neuere Entwicklungen	67
4.1	Eigene und fremde Gefühle verstehen: Bindung, Emotion, Mentalisieren	67
4.2	Ökosystemische Therapien: Aufsuchend, multisystemisch und gemeinwesenorientiert	70
4.3	Gandhi trifft Bateson: Gewaltloser Widerstand und Eltern-coaching	72
4.4	Zwischen Erlösungshoffnung und Handwerk: Aufstellungsarbeit	74
4.5	Internationale Etablierung und die wissenschaftliche und sozialrechtliche Anerkennung der systemischen Therapie	79
5	Systemische Praxis jenseits von Psychotherapie	83
5.1	Unternehmen im Blick: Der Weg zu Coaching und Organisationsberatung	83
5.2	Lernkontexte: Systemische Pädagogik	86
5.3	Mehr als Therapie und Beratung: Systemische Soziale Arbeit	90
5.4	Niemand ist allein krank: Systemische Ansätze im Gesundheitswesen	93

II Systemtheorie für Praktiker

6	Systeme	98
6.1	»You can't kiss a system« – erste Annäherungen	98
6.2	Eine kurze Geschichte systemtheoretischer Wellen	103
6.3	Ökologie des Geistes: Gregory Bateson	107
6.4	Subsysteme, Grenzen, Regeln und Beziehungsmuster	115
6.5	Ordnung und Chaos: Dissipative Strukturen, Synergetik und die Theorie dynamischer Systeme	121
6.6	Die personenzentrierte Systemtheorie	124
6.7	Wie Leben sich selbst erzeugt: Die Theorie autopoietischer Systeme	129

6.8	Kommunikationen als Bausteine: Die Theorie sozialer Systeme	132
6.9	Polykontextualität: Die Gleichzeitigkeit der Kontexte	142
6.10	Eine Welt gemeinsam hervorbringen: Zwischen radikalem Konstruktivismus und sozialem Konstruktivismus	147
6.11	Das Ende der großen Entwürfe: Postmoderne Philosophien	152
6.12	Alles ganz beliebig? Fake News und Wahrheit	156
7	Soziale Systeme: Familien, Organisationen, Kooperationen und Netzwerke	158
7.1	Typen sozialer Systeme	158
7.2	Familien	160
7.3	Organisationen	166
7.4	Netzwerke und Kooperationen	172
8	Wirklichkeit, Ursachensuche und die Erzeugung sozialer Wirklich- keiten	178
8.1	Realität: Was ist wirklich?	178
8.2	Kausalität: Was verursacht was?	182
8.3	Wie entstehen soziale Wirklichkeiten?	186
9	Probleme als Gemeinschaftsleistung	192
9.1	Problemdeterminierte Systeme	192
9.2	Was ist ein Problem?	193
9.3	Wie werden Probleme erzeugt?	196
9.4	Können Probleme nützlich sein?	198
9.5	Krankheit als Problem	200
9.6	Diagnostik: Was und wozu erkennen?	203
9.7	Wie chronifiziert man ein Problem? Eine Anleitung	208

III Praxis: Grundlagen

10	Eine Landkarte für die Arbeit mit sozialen Systemen	215
10.1	Die Zugangsdimensionen	216
10.2	Zieldimensionen	227
10.3	Zur Bedeutung der Dimensionen	236

11 Systemische Haltung(en)	237
11.1 Kooperation und Beziehung	237
11.2 Chancen für den Möglichkeitsraum	239
11.3 Autonomie als Schlüsselwort	240
11.4 Die andere Seite der Ethik: Verhindern und Begrenzen	241
11.5 Hypothesenbildung	243
11.6 Zirkularität	245
11.7 Allparteilichkeit, Neutralität, Neugier	247
11.8 Respektlosigkeit gegenüber Ideen, Respekt gegenüber Menschen	250
11.9 Ressourcenorientierung, Lösungsorientierung, Kunden- orientierung	251
11.10 Mache das Nichtwissen zu deinem Partner	253
11.11 So what?	255
 12 Systemische Kompetenz und therapeutische Beziehung	256
12.1 Was macht Therapie und Beratung erfolgreich?	258
12.2 Forschung für Systemiker	263
12.3 Die Nutzung des Selbst für die therapeutische Beziehung	269
12.4 Gut Ding will Weile haben	270
12.5 Gesprächsführungskompetenzen	272
12.6 Vielfalt respektieren: Kultursensible systemische Praxis	273
12.7 Intuition und Improvisation: Den »richtigen Moment« nutzen	276

IV Praxis: Methoden

13 Erste Zugänge	282
13.1 Es geht los, bevor es losgeht – erste Informationen, Vorkontakt ...	282
13.2 Joining: Kennenlernen, Aufbau eines Rahmens, Vertrauens- bildung	283
13.3 Erste Eindrücke verarbeiten: Man kann nicht nicht hypothetisieren	285
13.4 Genogramme und Organigramme	287
13.5 Informationen sammeln, abbilden, besprechen: Systeme visualisieren	294

14 Contracting: Erwartungen und Aufträge klären und aushandeln	298
14.1 »Dick aufgetragen?« – Auftragsklärung	298
14.2 Anlass, Anliegen, Auftrag und Kontrakt differenzieren	302
14.3 Contracting in formellen und größeren Systemen	305
14.4 Kein eigenes Anliegen: Unfreiwilligkeit und Dreieckskontrakte	307
14.5 Wann aufhören? Den Abschluss klären	310
15 Systemisches Fragen	315
15.1 Zirkuläres Fragen	318
15.2 Frageformen, die Unterschiede verdeutlichen	323
15.3 Wirklichkeits- und Möglichkeitskonstruktionen	326
15.4 Problem- und Lösungsszenarien	335
15.5 Die Externalisierung von Problemen und dekonstruktives Fragen	341
15.6 Reflexive Fragen zur therapeutischen Beziehung	345
15.7 »Das Salz in der Suppe«, kein Dogma	347
16 Symbolisch-handlungsorientierte Interventionen	351
16.1 Beziehungen räumlich verstehen: Die Arbeit mit der Familien- skulptur	351
16.2 Menschen rasch in Kontakt bringen: Die Who-is-who-Skulptur oder Positionsskulptur	357
16.3 Beziehungen räumlich neu ordnen: Familien- und Organisationsaufstellungen	359
16.4 Logische Möglichkeiten inszenieren: Strukturaufstellungen	363
16.5 Reisen auf der Zeitlinie: Aus der Zukunft auf das Heute zurück- schauen	366
16.6 Sprechchöre: Glaubenssysteme ins Swingen bringen	369
16.7 Das Auftrags- oder Erwartungskarussell	370
17 Über Gefühle sprechen	375
17.1 Eine sichere Basis schaffen: Über Bindung sprechen	375
17.2 »Ich vermute, du fühlst ...«: Gemeinsam mentalisieren	377
17.3 »Übrigens, damals ...«: Beschädigte Bindungen wieder festigen	380
17.4 »Ich fühle mich ...«: Emotionsfokussierung	382

18 Kommentare im und nach dem Gespräch	387
18.1 Anerkennung, Kompliment, wertschätzende Konnotation	387
18.2 Umdeutung, Reframing	389
18.3 Splitting: Das Team ist sich uneinig	396
18.4 Metaphern, analoge Geschichten, Witze, Cartoons	397
18.5 Schlussinterventionen	400
18.6 Rituale: Geländer in einer chaotischen Welt	409
19 Reflektierendes Team und reflektierende Positionen	417
19.1 Das reflektierende Team: Ziel, Form und Regeln	417
19.2 Varianten der Arbeit mit reflektierenden Teams	422
19.3 Ohne externes Team: Das Spiel mit reflektierenden Positionen ...	424

V Praxis: Settings und Kontexte

20 Systemische Therapiesettings	432
20.1 Bewegung ins Mobile bringen: Familientherapie	432
20.2 Einander neu kennenlernen: Paartherapie	440
20.3 Neugierig aufeinander werden: Sexualtherapie	450
20.4 Wenn's nicht mehr geht: Trennungs- und Scheidungsberatung, Mediation	457
20.5 Elterliche Präsenz stärken: Systemisches Elterncoaching	462
20.6 Einer und trotzdem viele: Systemische Einzeltherapie	466
20.7 Spiel-Räume eröffnen: Kinder- und Jugendlichentherapie	471
20.8 Mosaik der Kommunikation: Gruppentherapie und Familien- rekonstruktion	480
20.9 Auszeit als Übergangsritual: Stationäre Settings	486
20.10 Systemische (Selbst-)Reflexion: Fallsupervision	488
21 Ökosystemische Interventionen	495
21.1 Alle an einem Tisch: Familie-Helfer-Konferenzen	495
21.2 Familie, Schule, Peers: Multisystemische Familientherapie	498
21.3 »Hilfe, sie kommen!« Aufsuchende Familientherapie und Familienhilfe	499
21.4 Familien therapieren einander: Multifamilientherapie	501
21.5 Netzwerksitzungen, Gemeinwesenorientierung, kollaborative Programmplanungen	503

22 Systemische Beratung in der Arbeitswelt	507
22.1 Fit im Job: Coaching	508
22.2 Leichter zusammenarbeiten: Teamberatung	515
22.3 Wandel anstoßen: Organisationsberatung	525
22.4 Zusammenarbeiten in Netzwerken: Workshops zur regionalen Kooperation	531
22.5 Navigationshilfen: Systemisch reflektiertes Case-Management	533
22.6 Die Organisation von außen betrachten: Besuche mit der Reflexionsliste	536

VI Zukunftsmusiken? Worüber wir nicht mehr schreiben werden – ein Nachwort

Literatur	546
Personenregister	599
Sachregister	606

Vorwort der Autoren

Zur vollständigen Neubearbeitung (2012)¹

Dieses Buch möchte seinen Lesern fundiert und anschaulich die Theorie und Praxis systemischer Therapie und Beratung nahebringen. Seine erste Auflage erschien 1996. Der Erfolg des Buches, vor allem der langfristige, hat uns in seinem Umfang überrascht. 2006 konnten wir einen Band II mit dem Untertitel »Das störungsspezifische Wissen« vorlegen, 2009 einen UTB-Band mit dem Titel »Systemische Interventionen«, der einen ersten Einblick in die Methodik erlaubt.² Nun erscheint 2012 eine vollständige Neubearbeitung des 1996 erschienenen Grundlagenbands. Wir hoffen, dass diese ähnlichen Zuspruch finden wird.

Es ist ein weitgehend und grundlegend neues Buch geworden. Die Veränderungen spiegeln die Weiterentwicklungen des Themas wie die der Autoren wider. Die systemische Therapie und Beratung hat in den letzten 16 Jahren keine grundlegenden »Paradigmenwechsel« erlebt, dafür aber zahlreiche Innovationen in der Methodik und in den Settings. Sie hat sich in neuen Arbeitsfeldern erprobt, neue Vorgehensweisen für neue Probleme entwickelt, sich mit Diskursen aus Grundlagenforschung und anderen Therapie- und Beratungsansätzen beschäftigt und schließlich die schulenbedingten Profilierungskämpfe weiter hinter sich gelassen, die noch Anfang der 1990er Jahre prägend waren. Mancherorts sind ihre Ideen und Praktiken eher leise aus einer Außenseiter- in eine Mainstreamposition übergegangen. Aber immer noch wirkt sie vielerorts als »überraschend andere« Irritation gewohnten Denkens und Handelns.

Für uns Autoren sind biografische Entwicklungen zwischen 1996 und 2012 als Ressourcen in die Neubearbeitung eingeflossen. Gemeinsam haben wir zehn Jahre

1 Gekürzt.

2 Eine ergänzende Fußnote: 2019 erschien unser gemeinsamer Band »Gewusst wie, gewusst warum. Die Logik systemischer Interventionen«. Hier war es uns wichtig, auf die Grundlagen systemischen Handelns zu verweisen und vor der unreflektierten Nutzung der »Tools«, die man zwar anwendet, aber nicht versteht, zu warnen.

lang in der Zeitschrift »Psychotherapie im Dialog« den Austausch mit Vertretern anderer Psychotherapieverfahren gepflegt. Als Fachleute wie als Vorsitzende zweier Fachgesellschaften für systemische Therapie waren wir phasenweise auch »therapiepolitisch« tätig. Wir haben stärker als zuvor in den Feldern Coaching, Team- und Organisationsberatung gearbeitet, vor allem mit Familienunternehmen, Krankenhäusern und Sozialen Diensten. Und wir waren stärker als zuvor auch international tätig.

Für die Neubearbeitung haben wir uns daher einige über die Erstauflage hinausweisende Ziele gesetzt. Wir wollen eine inzwischen deutlich breiter angelegte und »integriertere« systemische Therapie und Beratung darstellen. Dazu wollen wir im historischen Teil auch ihre Beiträge aus der Zeit vor 1980, der sogenannten »Kybernetik erster Ordnung«, einfließen lassen – das blieb damals dem von Arist von Schlippe verfassten, 1984 erstmals erschienenen Buch »Familientherapie im Überblick« vorbehalten.

Wir wollen dieses Buch so schreiben, dass es für »psychosoziale« Studierende und Praktiker in Gesundheitswesen, Sozialarbeit, Pädagogik und Seelsorge sowie für Studierende und Praktikerinnen in Management und Unternehmensberatung gleichermaßen lesenswert ist. Dazu skizzieren wir die Geschichte des systemischen Ansatzes in den jeweiligen Arbeitsfeldern und vergleichen Familie, Organisation, Kooperation und Netzwerk als unterschiedliche soziale Systeme. Wir beschreiben systemische Settings von der (Psycho-)Therapie mit Einzelnen und Paaren sowie die Arbeit mit größeren Systemen bis hin zu Coaching, Team- und Organisationsberatung. Und wir illustrieren dies mit Fallbeispielen.

Vieles aus der Erstauflage haben wir nur geringfügig verändert, weil es uns weiterhin gefällt. Dazu gehören Teile der Theorie, der Haltungen und der Methodenkapitel. Unserem an Albert Einstein angelehnten literarischen Grundsatz haben wir treu zu bleiben versucht: Komplexes so einfach und anschaulich wie möglich darzustellen – aber nicht noch einfacher. Mit kurzen Fallvignetten wollen wir Anschaulichkeit, mit einer Reihe von Leitfäden und Übersichten Überschaubarkeit fördern – im Bewusstsein, dass niemand unseren Leitfäden immer folgen und unseren Übersichten vollständig trauen sollte. Neue Cartoons von Björn von Schlippe (dem Bruder von Arist, unter dem gemeinsamen Signet »Kartist«) sind hinzugekommen – wir hoffen, dass sie unsere Neigung zu wertschätzender Ironie gut transportieren können (von Schlippe u. von Schlippe, 2012)³.

Wissenschaftlich begrenzen wir uns auf alles, was wir für Praktiker für unmittelbar relevant halten. Wer sich für spezielle Forschungsergebnisse und Forschungsmethoden interessiert, findet erstere in »Die Wirksamkeit der Systemischen

3 2020 kam dann noch ein weiteres gemeinsames Buch der Brüder hinzu.

Therapie/Familientherapie« (von Sydow, Beher, Retzlaff u. Schweitzer, 2007). Mehrfach legte die Erstautorin aktualisierte Forschungsüberblicksarbeiten vor (von Sydow, 2012, 2018), letztere in den »Research Methods in Family Therapy« (Sprenkle u. Piercy, 2005) und im »Handbuch Forschung für Systemiker« (Ochs u. Schweitzer, 2012).

Wie schon 1996 möchten wir unseren Leserinnen empfehlen, diesem »Lehrbuch« zwar grundsätzlich Vertrauen zu schenken, aber nicht zu viel: »Glauben Sie keinem Lehrbuch – außer vielleicht unserem!« Alles »Gelehrte« trägt das Risiko in sich, dass unter bestimmten Kontextbedingungen auch sein Gegenteil gleichermaßen »wahr« oder sogar noch »wahrer« und insbesondere »viabler« (wegweisender, zielführender) sein kann.

Danksagungen: Zu diesem neuen Buch mit seiner mehrjährigen Entstehungsgeschichte haben viele beigetragen, nicht alle wissen davon. Unsere Frauen, Rita von Schlippe und Margret Rothers, haben bei wiederholten »Schreibasylan« in unseren Wohnungen den jeweils anderen von uns liebevoll aufgenommen und gut bekocht. Zugleich haben sie und unsere Kinder Janina und Max von Schlippe, Simon und Adrian Rothers »bezogene Individuation« praktiziert und sich in verschiedenen Stadien der Entwicklung mehr oder weniger intensiv für unser Buch interessiert. Janina von Schlippe und Adrian Rothers unterzogen zudem als Testleser das gesamte Manuskript einem wichtigen Check-up und erstellten Sach- und Personenregister. Julika Zwack, Mirko Zwack, Matthias Ochs und Henrike Kordy lasen Teile des Manuskripts. Ihnen allen verdanken wir wertvolle Kritik und Anregungen. Günter Presting von Vandenhoeck & Ruprecht hat uns über mehrere Jahre ermutigt und unterstützt, dieses Buch neu zu entwerfen und zu Ende zu bringen. Sandra Englisch hat ihm den letzten Feinschliff verliehen.

Viele unserer Fallvignetten illustrieren unseren eigenen therapeutisch-beraterischen Stil, der von den Rollenmodellen unserer Lehrjahre beeinflusst wurde. Dazu zählen wir Tom Andersen, Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin, Ruth Cohn, Margarete Hecker, Salvador Minuchin, Virginia Satir, Gunthard Weber und viele weitere. Anderen Kollegen haben wir als Chefs und freundschaftlichen Förderern gute Erfahrungen und Arbeitsbedingungen zu verdanken, die das Schreiben dieses Buches ermöglichten. Dazu gehören besonders Helm Stierlin, Jürgen Kriz und Rolf Verres. Auch Haim Omer gehört als guter und wichtiger Freund in diese Reihe.

In der systemischen Weiterbildung am Institut für Familientherapie Weinheim (heute: Institut für Systemische Ausbildung und Entwicklung Weinheim) und am Helm Stierlin Institut Heidelberg konnten wir mit unseren dortigen Kolleginnen und Kollegen an der Vermittelbarkeit systemischer Ideen und Praktiken arbeiten. An unseren Universitäten haben uns Kolleginnen und Kollegen am Wittener Institut für Familienunternehmen und im Heidelberger Institut für Medizinische Psycho-

logie als Forscher wie als Praktiker in vielfältiger Weise unterstützt und produktiv herausgefordert.

Zur Erweiterung unseres Blicks auf die deutschsprachige »systemische Szene« haben unter anderem unsere Vorstandskollegen und die anderen Aktiven in den systemischen Verbänden SG (Systemische Gesellschaft) und DGSF (Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie) beigetragen. Im Team der Gründungsherausgeber der Zeitschrift »Psychotherapie im Dialog« konnten wir neugierig und fast immer kampf- und vor allem krampflos die Passungen und Differenzen systemischer Therapie gegenüber anderen Psychotherapieverfahren unterschiedlicher und oft konkurrierender Verfahren diskutieren. Auch der Herausgeberkreis der »Familiendynamik« sei an dieser Stelle erwähnt.

Internationale Kolleginnen und Kollegen haben uns geholfen, über die kulturellen Grenzen der deutschsprachigen systemischen Therapie und Beratung hinauszudenken. Mehrere britische Gastgeber unterstützten einen Forschungsaufenthalt von Jochen Schweitzer im Frühjahr 2011 zur »Internationalisierung« dieses Lehrbuches.

Am Ende möchten wir unseren Klientinnen und Klienten in Therapie und Beratung danken für die vielen traurigen und heiteren, sorgenvollen und Mut machenden, anrührenden und bewegendenden Geschichten, die wir mit ihnen teilen durften, und von denen manche, der Anonymität wegen stets radikal verfremdet, Eingang in dieses Buch fanden.

Arist von Schlippe, Jochen Schweitzer

Zur überarbeiteten Neuauflage (2025)

Die Komplexität des Feldes wächst unaufhaltsam und es wird immer schwieriger, den Überblick zu behalten. Wir haben hier einen Schwerpunkt auf die deutschsprachige Literatur gelegt, in der systemische Themen besonders intensiv diskutiert werden, auch hier ist die Zahl der seit 2012 neu erschienenen Titel schwer überschaubar. Daher bitten wir diejenigen, die sich übergangen fühlen, schon jetzt um Verständnis. Das Vorwort von Helm Stierlin haben wir unverändert gelassen, 2012 hatten wir noch drei internationale Persönlichkeiten gebeten, ein Vorwort beizusteuern: Annette Kreuz aus Spanien, Eia Asen aus Großbritannien und Zhao Xudong aus China. Die drei haben sehr geholfen, die internationale Reputation dieses Buches zu erhöhen, es liegt nunmehr in acht verschiedenen Sprachen vor.

Wir haben daher entschieden, diese Vorworte hier nicht zu wiederholen, die Autorin und die Autoren aber auch nicht um Überarbeitung zu bitten, sondern ihnen herzlich für ihre erfolgreiche Unterstützung 2012 zu danken.

Zum Thema des Umgangs mit verschiedenen Formen der Geschlechtsbezeichnungen haben wir unseren Disclaimer von 2012 noch einmal angepasst: Sprachlich spielen wir auch in diesem Band mit einem lockeren Wechsel der weiblichen und männlichen Form. Das erscheint uns passend. Zum einen ist die Mehrzahl der im Feld systemische Therapie und Beratung Tätigen weiblich, zum anderen spielt der lockere Wechsel der Geschlechter mit der Alltagserfahrung: Auch dort stoßen wir mal auf männliche, mal auf weibliche Gesprächspartner und natürlich auch auf Personen, die sich als nonbinär verstehen. Wir teilen das Anliegen, niemanden sprachlich auszuschließen, uneingeschränkt und wollen daher einer uns sinnvoll erscheinenden »Gendersensitivität« Respekt erweisen. Zugleich haben wir Sorge, dass die Autonomie des Sprachsystems durch zu viele Gebote, Verbote und künstliche Wortungetüme leidet, und wollen auch die Lesbarkeit des Textes nicht durch zu viel »political correctness« beeinträchtigen. Hierzu gibt es ja auch im systemischen Feld eine durchaus intensive Debatte (Nassehi, 2017b; von Schlippe u. Levold, 2024. Handerer, 2024). Unsere Leserinnen, und natürlich auch unsere Leser, sind eingeladen, den beständigen Perspektivwechsel zwischen weiblichen und männlichen Bezeichnungen mitzuvollziehen; wir bitten Personen, die sich weder in der einen noch der anderen Bezeichnung wiederfinden, um Verständnis für die Beschränkung auf die beiden grammatikalischen Formen.

Ansonsten haben wir unserem Vorwort von 2012 nur wenig hinzuzufügen, außer einem besonderen Dank an Personen in unserem Netzwerk, die uns bei dieser Bearbeitung wertvolle Unterstützung gaben. Mit Astrid Beermann, Enno Hermans, Julika Zwack und Mirko Zwack sind wir an mehreren Abenden gemeinsam durch die Kapitel gegangen und haben Verständnisprobleme besprochen, leicht entbehrliche Inhalte identifiziert und vor allem Anregungen zur Einarbeitung aktueller Literatur aufgegriffen. Herzlichen Dank dafür. Die Kapitel 17.4 und 20.3 wurden als Gastbeiträge von Julika Zwack und Angelika Eck beigesteuert, die sich in den jeweiligen Thematiken viel besser auskennen als wir; Julika Zwack und Liz Nicolai gaben uns wichtige Hinweise und Anregungen zum Kapitel 22. Auch ihnen allen sind wir zu Dank verpflichtet.

Jochen Schweitzer, Arist von Schlippe

Große Teile dieser Überarbeitung konnten wir noch gemeinsam auf den Weg bringen. Wir konnten auch die oben angegebene Ergänzung des Vorwortes noch gemeinsam absprechen, doch erlebt Jochen die Fertigstellung dieser Überarbeitung nun leider nicht mehr. Er verstarb am 31.10.2022.

Er fehlt!

Arist von Schlippe

Vorwort zur ersten Ausgabe von Helm Stierlin (1996)⁴

Ich kenne keinen Text im Bereich der systemischen Therapie und Beratung, der uns dessen Entwicklung, Theorie und Praxis so klar und anschaulich vermittelt wie dieses Lehrbuch. Und dies gelingt dessen Autoren angesichts einer wachsenden und sich wandelnden Komplexität dieses Bereichs. Das verdankt sich sowohl der Erfahrung, die sie als Therapeuten und Berater gewinnen konnten, als auch der teilnehmenden Beobachtung des deutschsprachigen und des internationalen Umfelds.

Die Veränderungen, zu denen es besonders im letzten Jahrzehnt in diesem Umfeld kam, sind in der Tat enorm und ließen mich von einer sich immer mehr differenzierenden und immer schwerer überschaubaren Multioptionsgesellschaft sprechen. Darin zeigen sich uns immer mehr Optionen für die Beschreibung des Seelenlebens sowie für die Gestaltung und Bewertung unserer Beziehungen und damit auch für das Erlangen von Wohlbefinden und Lebenssinn. Zugleich zeigen sich uns immer mehr Möglichkeiten, sich in dem Bemühen um eine seelische Orientierung und um Wohlbefinden und Lebenssinn festzufahren und/oder zu verirren. Und dabei denke ich nicht zuletzt an die vielen heutigen Möglichkeiten, sich auf Theorieangebote und Glaubenssätze festzulegen, die, geht es um die Bewertung und um die Behandlung von leib-seelischen Störungsbildern, in erster Linie eine Pathologie und/oder ein Defizit hervorheben.

Ich erlebte es bei der Lektüre dieses Lehrbuchs auch immer wieder als wohl-tuend, wie wenig dessen Autoren zu solcher Pathologisierung und Defizitsicht neigen und wie sie stattdessen immer wieder Ressourcen in den Blick bringen, die sich nicht zuletzt auch in dem ausmachen lassen, was zunächst als Pathologie und Defizit gehandelt wurde. Außerdem erlebte ich es als wohlthuend, dass darin immer wieder die Beratung oder auch die Behandlung von sozial benachteiligten Personen und Familien zur Sprache kommen und unterschiedliche Kulturbereiche berück-

4 Helm Stierlin (1926–2021), Prof. Dr. med. Dr. phil., Psychiater, Psychoanalytiker und Pionier der systemischen Familientherapie im deutschen Sprachraum, leitete von 1974 bis 1992 das Institut für Psychoanalytische Grundlagenforschung und Familientherapie am Universitätsklinikum Heidelberg.

sichtigt werden. Man könnte auch von einer Versöhnung unterschiedlicher Sichten und Erklärungsmodelle sprechen, zu der sich die Autoren dieses Lehrbuchs herausgefordert sehen.

Das spiegelt sich etwa in die Weise, wie sie sowohl Störungsbereiche als auch Interventionsmöglichkeiten in den Blick bringen, die sich unterschiedlichen Einstellungen der erkennenden Linse verdanken. In anderen Worten: Während andere innovative Theoretiker und Praktiker sich mehr oder weniger auf einen bestimmten Bereich festlegten – sei dies eine psychoanalytisch erarbeitete »Tiefenpsychologie«, eine frühe, sich vor allem auf den körperlichen Organismus auswirkende Traumatisierung, eine schwierige, sich aus Loyalitätskonflikten oder überfordernden Delegationen ergebende transgenerationale Problematik oder ein Dauerkonflikt zwischen existenziell wichtigen Beziehungspartnern –, regen uns die Autoren dieses systemischen Lehrbuchs dagegen an, unsere erkennende Linse immer wieder neu einzustellen, dabei auf Kreisprozesse zu achten und uns mit den sich jeweils ergebenden Fragen und möglichen Widersprüchen auseinanderzusetzen. Das dürfte die Lektüre dieses Buches nicht immer leicht machen, aber sie lohnt sich, wie ich meine, auf jeden Fall in hohem Maße.

Helm Stierlin



I Die Entwicklung der systemischen Therapie und Beratung

»Systemisch« ist der Kernbegriff dieses Buches.

Was ist systemisch?

Der systemische erkenntnissuchende Blick versucht nicht, feste Fakten herauszubekommen, er sucht nicht nach etwas, das es »gibt«, sondern eher nach dem, was zwischen den Menschen wirksam ist, nach den Mustern flüchtiger Kommunikationen, die wir in den Prozessen ständig neu erzeugter zwischenmenschlicher und psychischer Realitäten beobachten können. Das gilt insbesondere für die Arbeit in Kontexten, in denen es um Veränderung geht und um die Frage, wer diese Veränderung von wem (nicht) will und aufgrund welcher Beschreibungen er/sie dies tut. Wie sehr sind diese Beschreibungen dazu angetan, sich zu verfestigen und Mauern aufzubauen, die unüberwindlich scheinen, obwohl sie doch aus gemeinsam erzeugten Sinnstrukturen bestehen. »Systemisch« ist für mich also die Bereitschaft, immer wieder die Rahmenbedingungen unserer Wirklichkeitskonstruktion zu reflektieren, vor allem da, wo sie erstarren. Denn man »muss [...] den Beobachter beobachten, der diese Beschreibung verwendet, und nicht das, was so beschrieben wird« (Luhmann, 2009a, S. 216).⁵

Bevor wir uns im Folgenden zunächst mit seiner geschichtlichen Entwicklung, dann den theoretischen Grundüberlegungen, dann immer mehr mit der Praxis beschäftigen, wollen wir einige Definitionen voranstellen, die alle den Wortstamm »System« enthalten (siehe Kasten »Definitionen«). Dies sind unsere Überlegungen und Diskussionsbeiträge. Wie in den Sozialwissenschaften üblich, werden sie nicht von allen Fachkolleginnen und -kollegen geteilt.

5 In einer kleinen Umfrage zum fünfzigjährigen Jubiläum der Fachzeitschrift »Familien-dynamik« 2025 hatten die Herausgeberinnen und Herausgeber die Frage gestellt, was eigentlich das Wort »systemisch« bedeutet, das zugegebenermaßen in den letzten Jahrzehnten viel »auszuhalten« hatte (Borke, Oelkers u. Hunger-Schoppe, 2025). Wir setzen hier das Statement, mit dem Arist von Schlippe diese Frage beantwortet hat, dem ersten Abschnitt voran.

Definitionen

- Als *System* bezeichnen wir eine beliebige Gruppe von Elementen, die durch Beziehungen miteinander verbunden und von ihren Umwelten abgrenzbar sind. Solche Systeme finden wir quasi überall – von miteinander quakenden Fröschen im Tümpel über Axonen und Dendriten in einem Nervensystem und den Kommunikationen zwischen Eltern und Kindern in einer Familie bis zu den Verschaltungen in einem Computer.
- Der Begriff »abgrenzbar« verweist darauf, dass es eine Beobachtung braucht, um überhaupt von einem System zu sprechen. Erst der »*systemische Blick*« einer Beobachterin lässt ein System entstehen. Denn erst diese entscheidet, welche Elemente, welche Beziehungen und welche Grenzen sie diesem System zuordnen will. Deshalb ist »*systemisch*« in erster Linie ein *erkenntnistheoretischer Begriff* (»Was kann ich erkennen?«), kein ontologischer (»Was ist dort wirklich?«).
- Als *Systemtheorie* bezeichnen wir alle Versuche, für die Fülle der meist zahlreichen, gleichzeitig oder nacheinander ablaufenden Prozesse innerhalb und zwischen Systemen adäquate Beschreibungen zu entwickeln.
- Alle Arbeitsformen, die einen solchen systemischen Blick bewusst nutzen, können wir als *systemische Praxis oder systemisches Arbeiten* bezeichnen – egal ob in der Biologie, in der Technik oder in psychosozialen Berufen.
- Sobald dieses systemische Arbeiten darin besteht, einzelnen oder mehreren Menschen zu helfen, Lösungen für von ihnen gesehene Probleme zu finden, sprechen wir von *systemischer Beratung*.
- Im Kontext dieses Buches beschränken wir uns auf die *systemische Beratung bei sozialen und psychischen Problemen*. Die Beratung bei der Lösung rein biologischer oder technischer Probleme interessiert uns hier nur, wenn sie mit der Lösung sozialer und psychischer Probleme verbunden ist.
- *Systemische Therapie* oder auch *systemische Psychotherapie* verstehen wir als einen besonderen Kontext systemischer Beratung, nämlich als ein Heilverfahren im Gesundheitswesen – also dort, wo implizit oder explizit Menschen als »gesundheitlich gestört und behandlungsbedürftig« angesehen werden (zum besonderen Spannungsverhältnis zwischen Therapie und Beratung siehe Bräutigam, 2022). Sie gehört heute neben der psychoanalytischen Psychotherapie, der kognitiv-behavioralen Therapie und den humanistischen Therapien zu den vier großen Grundrichtungen der Psychotherapie (zum Überblick siehe Kriz, 2023a, siehe auch Strauß, Galliker, Linden u. Schweitzer, 2022).
- *Systemische Familientherapie* stellt ein spezielles Setting der systemischen Therapie dar, bei dem nicht immer, aber oft Mitglieder der »Familie« eines Patienten anwesend und direkt beteiligt sind – im Gegensatz zum Beispiel zur systemischen Einzeltherapie. Speziellere Arbeitsformen mit Subsystemen wie die *systemische*

Paartherapie oder die komplexeren *multisystemischen und Multifamilientherapien* werden diesem Begriff manchmal zugerechnet, manchmal davon abgegrenzt. Familientherapien sind meist, aber nicht zwangsläufig »systemisch« – sie können auch anderen theoretischen Perspektiven folgen.

- Eine Definition der systemischen Therapie, die dem Antrag auf ihre wissenschaftliche Anerkennung zugrunde gelegen hatte (von Sydow, Beher, Retzlaff u. Schweitzer, 2007, S. 15), wurde auch vom »Gemeinsamen Bundesausschuss« weitgehend übernommen, der nach der berufsrechtlichen Anerkennung durch den Wissenschaftlichen Beirat die sozialrechtliche Anerkennung ausgesprochen hatte: »Die Systemische Therapie fokussiert den sozialen Kontext psychischer Störungen und misst dem interpersonellen Kontext eine besondere ätiologische Relevanz bei. Symptome werden als kontraproduktiver Lösungsversuch psychosozialer und psychischer Probleme verstanden, die wechselseitig durch intrapsychische (kognitiv-emotive), biologisch-somatische sowie interpersonelle Prozesse beeinflusst sind. Theoretische Grundlage sind insbesondere die Kommunikations- und Systemtheorien, konstruktivistische und narrative Ansätze und das biopsychosoziale Systemmodell.«⁶

Historisch beginnt das systemische Denken in Therapie und Beratung um 1950 mit Versuchen, das bis dahin vertraute Feld der Einzel- oder Gruppenpsychotherapie zu verlassen und mit Paaren und ganzen Familien zu arbeiten. Frühe Pioniere, die in der Psychiatrie mit schwer beeinträchtigten Patienten zu tun hatten, hatten schon zuvor den Boden für eine systemorientierte Sichtweise bereitet, ohne sich selbst als »Systemiker« zu verstehen (Borst, 2024). Dazu kann man Kurt Lewin mit der Gruppendynamik, den sozialen Psychoanalytiker Alfred Adler, Jacob Moreno mit dem Psycho- und Soziodrama, den interaktionellen Psychiater Harry Stack Sullivan und die Gestaltpsychologen mit ihrer Selbstorganisationstheorie der menschlichen Wahrnehmung zählen. Die *Familientherapie* entstand und verbreitete sich als ein weitmaschig vernetztes Feld von Personen, Orten und Institutionen, die sich wechselseitig anregten, beeinflussten und zugleich oft heftig miteinander konkurrierten.⁷ Es muss eine spannende Zeit gewesen sein. Virginia Satir berichtet:

6 <https://www.g-ba.de/richtlinien/20/>, letzte Abfrage 16.6.2025.

7 Hier ist der angemessene Ort, die »systemische Geschichtswerkstatt« zu erwähnen (<https://systemmagazin.com/systemische-geschichtswerkstatt/>, letzte Abfrage 16.6.2025). Dieses einzigartige digitale Projekt wurde von einer Arbeitsgruppe erstellt, zu der sich 2014 Tom Levold, Kurt Ludewig, Annie Michelmann, Wolf Ritscher, Wilhelm Rotthaus und Gisal Wnuk-Gette zusammengeschlossen hatten. Über eine Art Mindmap mit einer Vielzahl von Querverweisen kann man sich sehr tiefgreifend mit der Historie dieses Feldes beschäftigen. Ergänzend gibt Tom Levold seit langer Zeit die Internetzeitschrift »Systemmagazin« heraus (<https://systemmagazin.com/>, letzte Abfrage 16.6.2025).