



8 Theorie:

Systemischer Konstruktivismus

Ernst Fritz-Schubert



Einfluss auf systemische Psychotherapie



Luhmann

Maturana

Von Förster

Wittgenstein

Mailänder Schule

Hellinger

Gregory Bateson

Heidelberger Schule

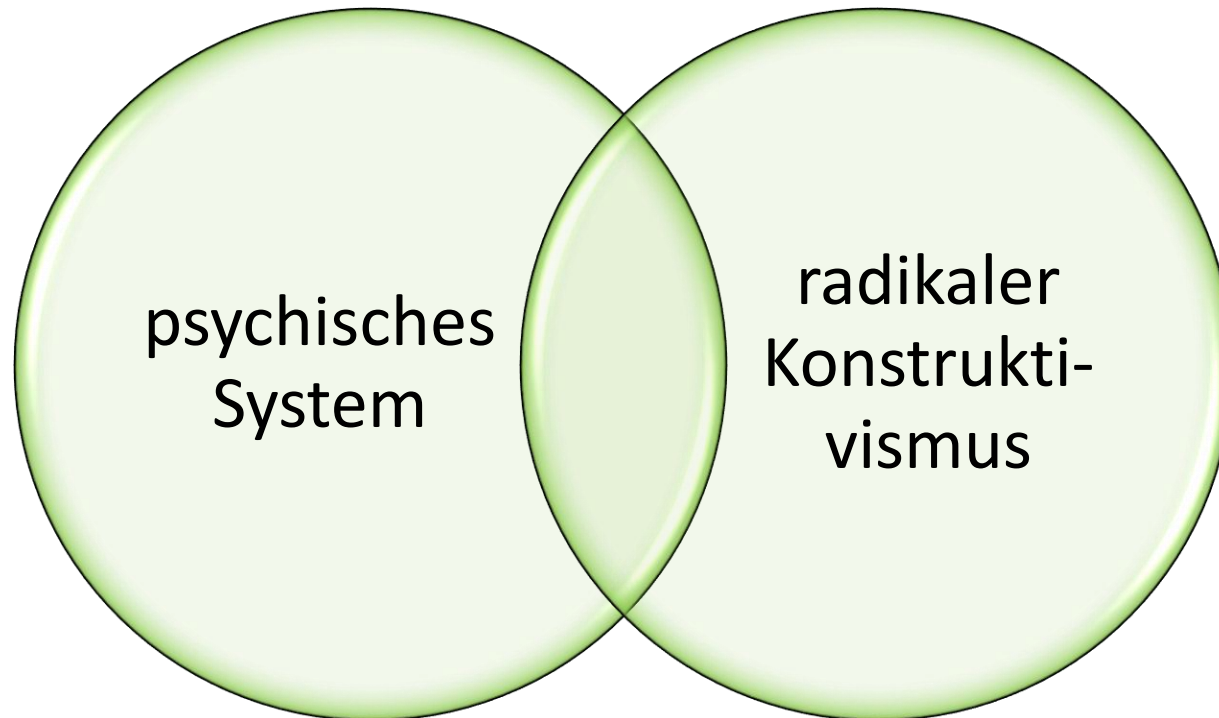
Milton Erickson

Steve de Shazer

Und viele mehr



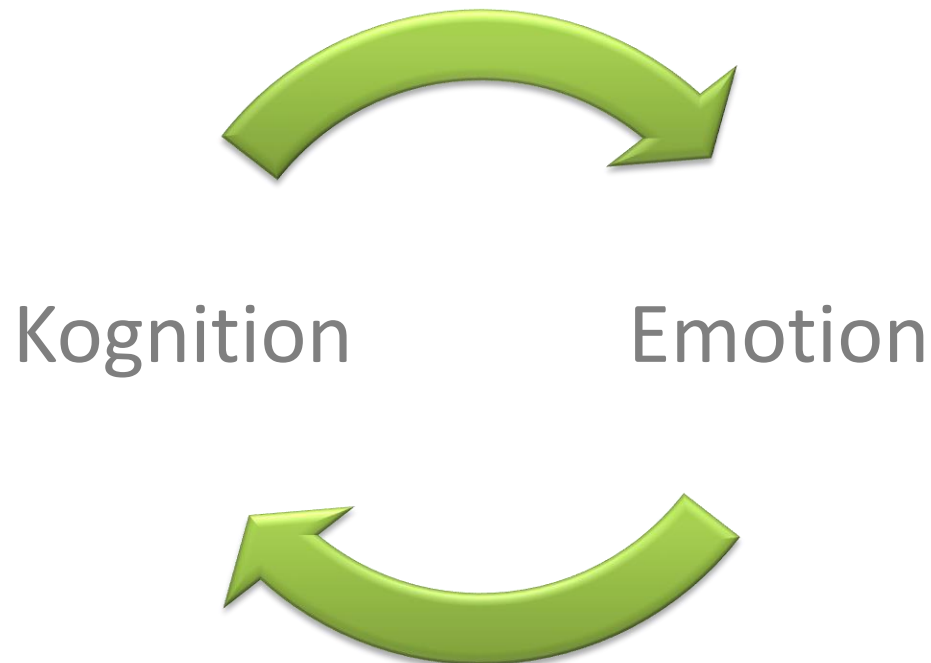
Grundlagen



Psychisches System

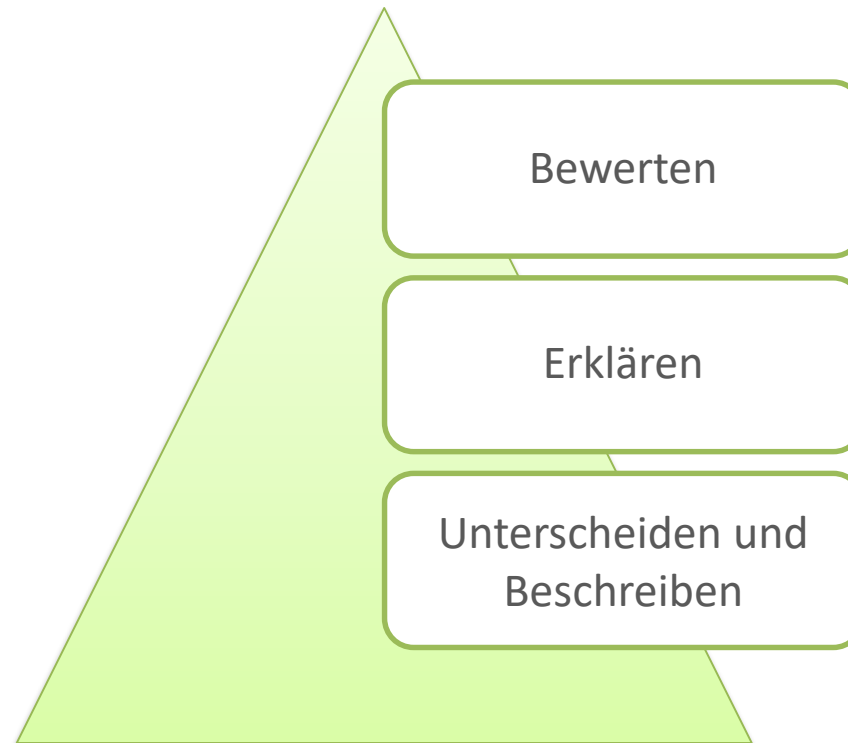


Zirkulär organisiertes System bestehend aus emotionalem und kognitivem Bereich



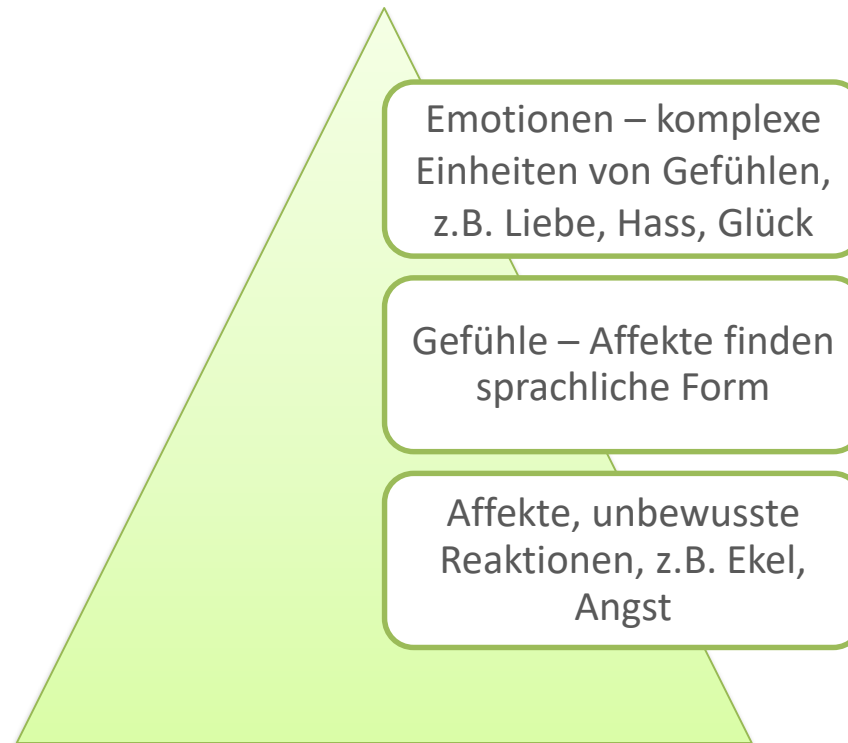


Funktionen der Kognition

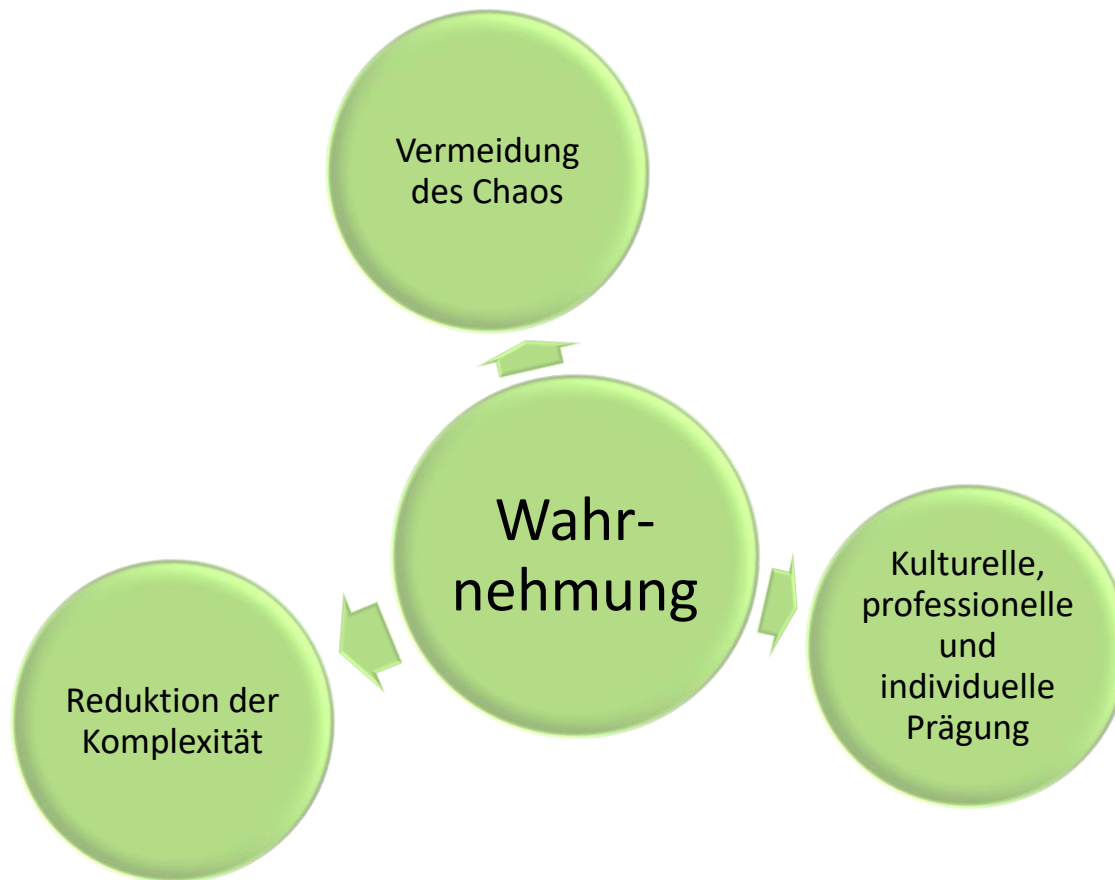




Emotionaler Bereich



Radikaler Konstruktivismus



Radikaler Konstruktivismus



Wahrgebung

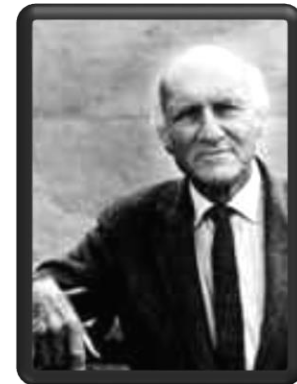
- Eingeengte Wahrnehmung führt zu besonderer Erklärung und Bewertung der Welt
- Reaktionen werden von der Umwelt wahrgenommen
- Umwelt reagiert ihrerseits





Nach Heinz von Foerster:

- Fundament der Überzeugung kann instabil werden, trotzdem nicht beliebig
- Mitverantwortung für die Welt
- Gestaltungsauftrag



Autopoiesis



- Begriff vom chilenischen Neurobiologen Humberto Maturana
- Selbsterschaffung und Selbsterhalt
- Komponenten werden von Komponenten produziert



Grundelement



- System: Zusammengesetztes Ganzes, das mehr ist, als die Summe seiner Teile - die Relation bestimmt die Eigenschaften des Systems
- Die Teile sind in ständiger Wechselwirkung – durch Systemgesetze geregelt
- Bedingungen innerhalb oder außerhalb können sich verändern
- Systemgrenzen setzt das System selbst bzw. der/die Beobachter
- Beobachter wie Systemteile konstruieren



Einige Grundsätze



- Probleme sind Lösungsversuche der Vergangenheit
- Auch Nicht-Veränderung hat Vorteile
- Geben und nehmen

Folgen für Glückstraining:

- Wertschätzung und Lösungsorientierung
- Neutralität wahren
- Eigenverantwortung



Systemisches Vorgehen



Methodische Vorgehensweisen

- **SYSTEMISCHE FRAGEN**

Systemische Fragen helfen, Zusammenhänge aufzuzeigen, Wirkungen deutlich zu machen und Klarheit zu schaffen

Systemische Fragen helfen, die Wahrnehmungsfähigkeit der Betroffenen zu erweitern und ermöglichen damit neue Sichtweisen

Systemische Fragen initiieren Denkprozesse für neue alternative Lösungen



Systemisches Vorgehen



Systemische Fragetypen

1. Fragen nach Unterschieden – Skalierungsfragen
2. Kontextfragen
3. Hypothetische Fragen
4. Zirkuläre Fragen
5. Ressourcen- und lösungsorientierte Fragen
6. Konkretisierungsfragen
7. Paradoxe Fragen
8. Zielfragen
9. Jetzt – Fragen
10. Gefühlsorientierte Fragen

