



Leben.Lieben.Arbeiten

SYSTEMISCH BERATEN

Herausgegeben von
Jochen Schweitzer und
Arist von Schlippe

Jan V. Wirth/Heiko Kleve

Von der gespaltenen zur verbundenen Lebensführung

Systemische Wege für das alltägliche Leben

Mit 10 Abbildungen und 3 Tabellen

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.

© 2020, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen

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: Chosovi, La Casa Danzante de Praga (»Tančící dům«,
Rašínovo nábřeží 80, 120 00 Praha 2; Architekten: Vlado Milunić, Frank Gehry)

Das Bild ist im Sinne der Creative-Commons-Lizenz BY-CC BY-SA 2.5
(»Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen – Keine weiteren
Einschränkungen«) lizenziert. Um eine Kopie dieser Lizenz zu sehen, besuchen Sie
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.5/deed.de>. Das Bild wurde für die Ver-
wendung als Coverbild beschnitten.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen
Druck und Bindung: ☉ Hubert & Co. BuchPartner, Göttingen
Printed in the EU

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

ISSN 2625-6088

ISBN 978-3-525-40681-6

Inhalt

Zu dieser Buchreihe	7
Vorwort	9

I Der Kontext

1	Einleitung	14
	Spaltung hat »Konjunktur«	14
	An wen richtet sich das Buch?	15
	Wer sind wir, die Autoren?	16
2	Leben führen – eine widersprüchliche Angelegenheit	18
	Wie läuft »Leben führen« ab?	24
	Digitaler werdende Lebensführung der Gesellschaft – Segen und Fluch	27
	Vier Merkmale von Lebensführung	28
	Zentrale Aufgabe der Lebensführung: Widersprüche und Übergänge konstruktiv gestalten	29
3	Menschenbilder, die Sinn machen	32
	Homo Systemicus – ein <i>sinnvolles</i> Menschenbild	32
	Die Grundlagen: Ermöglichen, Gestalten, Verwirklichen	33
	Mehrdeutigkeit erzeugen	35
	Auswahl durch Vielfalt erzeugen	36
	Ambivalenz erzeugen	37
	Interventionsbeispiele	41
4	Im Ermöglichen navigieren	44
	Wissen – berufsethische Prinzipien	44
	Erkennen – ethische Maximen der ermöglichenden Beratung in Anlehnung an Heinz von Foerster	46
	Reflektieren – der professionelle Umgang mit Menschen als psychosozialen Sinnsystemen mit der Systemischen Charta der Menschenrechte (SCM)	50
	Agieren – die vier Arten von Anliegen und Aufträgen sinnhaft bearbeiten	57

II Die systemische Beratung

5	Lebensführung aneignen: Die Familie als (zu viel) schützendes System	62
	Familie ist nötig als Entwicklungsraum, kann aber auch einengen	62
	Psychosoziale Arbeitsaufgabe: Anschluss finden und Unterstützung bieten	66
6	Lebensführung erweitern: Das Erziehungssystem als förderndes bzw. überforderndes System	71
	Schule und Familie – ein Leben zwischen An- und Überforderung	71
	Psychosoziale Arbeitsaufgabe: Stützen und Beteiligen	79
7	Lebensführung relativieren: Die Kultur der Lebensführung am Beispiel der Migration	82
	Migration als kulturell verbundene oder gespaltene Lebensführung	82
	Psychosoziale Arbeitsaufgabe: Einführen von Vielfalt und Perspektivität – mithilfe des Culturagramms	88
8	Lebensführung verändern: Sinn vermehren durch Aufstellungsarbeit	101
	Ein Rahmen für Aufstellungsarbeiten: Das Sechs-Schritte-Ablaufschema	102
	Der Prozess des Aufstellens	103
	Wirklichkeit erweitern und Möglichkeiten vermehren durch <i>Sinn</i> -Aufstellungen	105
	Systematische Erläuterung der <i>Sinn</i> -Aufstellung	109
	Beispielinterventionen für <i>Sinn</i> -Aufstellungen mit Bodenankern	113
9	Lebensführung selbst entscheiden: Möglichkeiten auswählen und entscheiden	118
	Spaltungen auflösen und Positionen verbinden – die Tetralemmaaufstellung	118
10	Fazit	126

III Am Ende

Literatur	130
Die Autoren	133

Zu dieser Buchreihe

Die Reihe »Leben. Lieben. Arbeiten: systemisch beraten« befasst sich mit Herausforderungen menschlicher Existenz und deren Bewältigung. In ihr geht es um Themen, an denen Menschen wachsen oder zerbrechen, zueinanderfinden oder sich entzweien und bei denen Menschen sich gegenseitig unterstützen oder einander das Leben schwermachen können. Manche dieser Herausforderungen (Leben.) haben mit unserer biologischen Existenz, unserem gelebten Leben zu tun, mit Geburt und Tod, Krankheit und Gesundheit, Schicksal und Lebensführung. Andere (Lieben.) betreffen unsere intimen Beziehungen, deren Anfang und deren Ende, Liebe und Hass, Fürsorge und Vernachlässigung, Bindung und Freiheit. Wiederum andere Herausforderungen (Arbeiten.) behandeln planvolle Tätigkeiten, zumeist in Organisationen, wo es um Erwerbsarbeit und ehrenamtliche Arbeit geht, um Struktur und Chaos, um Aufstieg und Abstieg, um Freud und Leid menschlicher Zusammenarbeit in ihren vielen Facetten.

Die Bände dieser Reihe beleuchten anschaulich und kompakt derartige ausgewählte Kontexte, in denen systemische Praxis hilfreich ist. Sie richten sich an Personen, die in ihrer Beratungstätigkeit mit jeweils spezifischen Herausforderungen konfrontiert sind, können aber auch für Betroffene hilfreich sein. Sie bieten Mittel zum Verständnis von Kontexten und geben Werkzeuge zu deren Bearbeitung an die Hand. Sie sind knapp, klar und gut verständlich geschrieben,

allgemeine Überlegungen werden mit konkreten Fallbeispielen veranschaulicht und mögliche Wege »vom Problem zu Lösungen« werden skizziert. Auf unter 100 Buchseiten, mit etwas Glück an einem langen Abend oder einem kurzen Wochenende zu lesen, bieten sie zu dem jeweiligen lebensweltlichen Thema einen schnellen Überblick.

Die Buchreihe schließt an unsere Lehrbücher der systemischen Therapie und Beratung an. Unsere Bücher zum systemischen Grundlagenwissen (1996/2012) und zum störungsspezifischen Wissen (2006) fanden und finden weiterhin einen großen Leserkreis. Die aktuelle Reihe erkundet nun das kontextspezifische Wissen der systemischen Beratung. Es passt zu der unendlichen Vielfalt möglicher Kontexte, in denen sich »Leben. Lieben. Arbeiten« vollzieht, dass hier praxisbezogene kritische Analysen gesellschaftlicher Rahmenbedingungen ebenso willkommen sind wie Anregungen für individuelle und für kollektive Lösungswege. Um klinisch relevante Störungen, um systemische Theoriekonzepte und um spezifische beraterische Techniken geht es in diesen Bänden (nur) insoweit, als sie zum Verständnis und zur Bearbeitung der jeweiligen Herausforderungen bedeutsam sind.

Wir laden Sie als Leserin und Leser ein, uns bei diesen Exkursionen zu begleiten.

Jochen Schweitzer und Arist von Schlippe

Vorwort

Wer sich unter dem Titel dieses Buches einen »Ratgeber« vorstellt, wird vom Inhalt enttäuscht sein. Nein, das Wort passt eigentlich nicht. Enttäuscht wird man nicht sein, eher wohl angenehm überrascht. Denn auch wenn der Begriff »Lebensführung« im Titel zu finden ist, wird hier kein Bild vom richtigen Leben präsentiert. Es geht nicht darum, wie man sein Leben optimieren kann, abgesehen davon, dass bei dem Thema Lebensführung ohnehin die Frage ist, wer da eigentlich wen »führt«. Hier wird vielmehr darüber nachgedacht, wie man durch die Komplexität menschlicher Lebens- und Erlebenswelten spielerisch und reflexiv sozusagen »surfen« kann. Es geht darum, die Ambivalenzen und Mehrdeutigkeiten, die dem Leben innewohnen, zu begrüßen und sie nicht durch vorschnelle Entschiedenheit in die eine oder die andere Richtung aufzulösen. Es geht auch nicht darum, sie nur auszuhalten. Der Reiz des Lebens besteht darin, mit ihnen spielen zu lernen. Die Antwort auf die Komplexität des Lebens besteht hier also nicht darin, dass vereinfachende Regeln angeboten werden. Stattdessen wird Komplexität mit Komplexität beantwortet. Unsere Lebenswelten sind mehrdeutig und ambivalent, ungewiss und unabgeschlossen und so ist es auch mit den vielen möglichen Weisen der Lebensführung. Wenn wir das nicht nur hinnehmen, sondern aktiv bejahen, wird es möglich, im wahren Wortsinn lebendig zu sein.

Konsequenterweise können dann hier auch keine Lösungen angeboten werden. Es geht ja gerade darum zu öffnen, nicht zu schließen. Der Türöffner, der hier vorgestellt wird und der in Möglichkeits-

räume hinein führt, ist Sinn. Am Schlüsselbund hängen ungewöhnlich klingende Fragen. Fragen sind hier wichtiger als Antworten – und Fragen sind in diesem Buch in Hülle und Fülle zu finden, sehr interessante Fragen. Es geht hierbei um eine besondere Klasse von Fragen, von systemischen Fragen, die die Gedanken auf die Reise schicken können, die neue Möglichkeitsräume öffnen und verfestigte Vorstellungen vom Leben verflüssigen können. Und damit man mit den Fragen nicht allein dasteht, wird Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, auch ein »Kompass« an die Hand gegeben, der bei der Suche nach Antworten Anhaltspunkte bietet.

Die Fragen der Lebensführung sind dabei alles andere als eine Aufforderung zum Rückzug ins Private. Eine »systemische Charta der Menschenrechte« zeigt, welche Konsequenzen es auch im öffentlichen Raum haben kann, Leben nicht als Privatvergnügen anzusehen, sondern die Erschließung von Möglichkeitsräumen als so etwas wie eine Grundbedingung für die menschliche Existenz wie auch für Beratung und Therapie an sich zu sehen. Nahezu folgerichtig ist es dann, auch die Frage danach zu stellen, wie eine verflüssigte Lebensführung unter besonders schwierigen Lebensumständen aussehen kann, etwa im Kontext von Migration und Flucht, und wie Beratung damit umgehen kann.

Nach der Lektüre dieses Buchs, so wage ich vorauszusagen, werden Sie als Leserin/Leser anders auf das eigene Leben schauen als vorher. So wie im Märchen von tausendundeiner Nacht der Geist, der einmal aus der Flasche entwichen war, nicht mehr zurückkonnte, so kann man einmal gestellte Fragen an das eigene Leben nicht einfach wieder rückgängig machen. Auch ein einmal aufgestelltes Bild – etwa das einer Tetralemmaaufstellung – bleibt vor dem inneren Auge auch dann noch bestehen, wenn die »Anker«, die Personen oder Symbole, die sich als Repräsentanten für die eigene Frage zur Verfügung gestellt hatten, bereits wieder entlassen wurden. Innere Bilder und

damit Denken und Erleben verändern sich. Lassen Sie sich von diesem Buch einladen, entweder selbst neu auf Ihr Leben zu schauen und Vielfalt aktiv zu bejahen oder Unterstützung dabei zu bekommen, in beratender Position dieses Denken anderen nahezubringen. Ich bin sicher, Sie werden es nicht bereuen.

Arist von Schlippe

Der Kontext

1 Einleitung

Spaltung hat »Konjunktur«

Vermutlich wird jeder solche oder ähnliche Erfahrungen kennen: die gespaltene Loyalität etwa als Kind in von Scheidung betroffenen Familien oder als Vermittler zu fungieren zwischen unversöhnlichen Positionen. Und in größeren Kontexten kennen wir etwa den Zusammenprall der Kulturen im »Clash of Cultures« (Huntington, 2002) oder die Spaltung von Kirchen im Schisma, die bis heute erkennbar nachwirkt.

Insofern bezeichnen »Spaltungen« Strukturveränderungen, die im sozialen Leben wie auch im Denken und Fühlen nicht zu übersehen sind. Auf der symbolischen Ebene meint die Rede von »Spaltungen« *Unterscheidungen, die im Verfestigen begriffen sind*. Beides sind Dramen, die bei krisenhaften Problemen nach Entscheidungen rufen: »So oder so, aber die Spalterei muss aufhören!«

Wir schlagen die Gegenrichtung vor: Im Verbinden liegen unseres Erachtens unsere Beratungschancen. *Was sich verfestigt hat, kann verflüssigt und verbunden werden*. Dadurch wird ein beweglicheres Denken, Fühlen und Handeln möglich.

Unser Ausgangspunkt ist postmodern. *Postmodern* soll heißen, einen Gemütszustand und eine Arbeitshaltung einzunehmen, die Widersprüche, Unvereinbarkeiten und Dilemmata, also *Ambivalenzen*, als die Quelle für Veränderungen schlechthin ansehen (Kleve,

1999/2007; Wirth, 2014). Mit diesem Gemütszustand geht außerdem die Annahme einher, dass die uns erkennbar werdende Wirklichkeit nicht natur- oder gottgegeben ist. Sie ist vielmehr das Ergebnis unseres aufeinander bezogenen und gemeinsam *konstruierten* Handelns, Denkens und Fühlens (Luhmann, 2002/2008).

Was konstruiert wurde, kann auch anders konstruiert werden. Vertrautes und Selbstverständliches rücken in ein neues Licht. Dies geht mit anderen Weisen des Denkens, Fühlens und Handelns einher. Genau das ist die Aufgabe der Beratung: *Menschen dabei zu unterstützen, dass sie ihre Welt, in unserem Fall: ihre Lebenssituationen durch andere emotionale, kognitive und aktionale Operationen besser, konstruktiver, lebbarer als bisher gestalten können.*

Unsere allgemeinen Handlungsmaximen sind:

- Eindeutige Wirklichkeiten in ihren Begrenzungen zu akzeptieren.
- Wenn wir Mehrdeutigkeiten erkennen, thematisieren wir sie auf positive Weise.
- Indem wir Möglichkeiten beobachten, machen wir mehr davon.

An wen richtet sich das Buch?

Das Buch richtet sich an alle, die ihr Leben selbst, eigenverantwortlich und aktiv führen oder andere dabei unterstützen wollen, dass deren Lebensführung besser als bisher möglich wird. Die *berufliche* Zielgruppe dieses Buches sind Fachkräfte der Beratung. Sie interessieren sich nicht störungs- oder krankheitsbezogen, sondern entwicklungs- und kompetenzorientiert für Probleme der Lebensführung in der heutigen Gesellschaft, um ihre Beratungsarbeit weiterzuentwickeln. Im *privaten* Bereich sind vor allem Menschen angesprochen, die ihren Horizont erweitern und über die eingängigen Spalten der Feuilletons

und Lebenskunst-Ratgeberliteratur hinausgehen möchten, um ihr eigenes Leben oder das Leben der Familie positiver zu gestalten.

Wer sind wir, die Autoren?

Wir verfügen über praktische wie wissenschaftliche Erfahrungen. Wir beraten, coachen und unterstützen Menschen in unterschiedlichen Bereichen. Unsere kleinen Fallgeschichten haben wir aus unserer Praxisbegleitung von Einzelpersonen, Familien, Teams und von Fachkräften aus ganz unterschiedlichen Handlungsfeldern gewonnen. Diese haben wir aus Gründen von Anschaulichkeit und Verständlichkeit, aber auch der Anonymisierung, nur mit den nötigsten Details ausgestattet.

Um diesen Text zu erstellen, brauchten wir das Rad nicht neu zu erfinden, sondern nur das Fahrzeug etwas umzugestalten, die Funktionalität zu verändern und die Reichweite zu erhöhen. Insofern sind wir weniger Schriftsteller gewesen als *Schriftumsteller*, weniger Erfinder, sondern mehr Verbinder. Wir bewegen uns mit dieser Einsicht im Paradigma der postmodernen Arbeit, die Bekanntes auf neue Weise verbindet, eher Misch- statt Monokulturen, eher Dialoge statt Monologe, statt Probleme eher Wünsche, statt Lösungen eher Entwicklung, insgesamt eher *Vielfalt statt Einfalt* bevorzugt.

In unserer Schreibweise wollen wir an die Art und Weise anknüpfen, in der wir gemeinsam das Buchprojekt »Die Ermöglichungsprofession. 69 Leuchtfeuer für systemisches Arbeiten« angegangen sind (Wirth u. Kleve, 2019). Dabei versuchen wir, komplexe praktische und theoretische Zusammenhänge so einfach und klar wie möglich darzustellen.

Im Folgenden stellen wir einige Grundüberlegungen voran, die über Kennzeichen und Zielsetzung von Gesprächsführung, Beratung

und Therapie zur Lebensführung aufklären (Kapitel 2). Dies wird verknüpft mit dem systemischen Menschenbild »SEEKER«, dem systemischen Wertekompass »WERA« (Kapitel 4) und der Entfaltung der »Systemischen Charta der Menschenrechte (SCM)«. Darauf folgen mit systemischen Interventionen versehene Erläuterungen zu Entwicklungsaufgaben in der Lebensführung (Kapitel 5 und 6).

Sodann veranschaulichen wir praxisnah drei systemische Verfahren:

- das *Culturagramm* für die Arbeit mit immigrierten Personen und ihren Familien (Kapitel 7),
- die *Sinnaufstellung* für die Entwicklung von Möglichkeiten und Fähigkeiten (Kapitel 8),
- das *Tetralemma* für die Bearbeitung von Entscheidungssituationen (Kapitel 9).

Wir wollen Sie einladen, die Welt aus bisher ungewohnten Blickrichtungen und Perspektiven zu sehen. Dazu sind mitunter zunächst ungewohnte Betrachtungsweisen und theoretische Begriffe erforderlich, die bezwecken, die Welt des praktischen Handelns klarer und zielangemessener sehen zu lernen.