

## 2. Psychotherapie aus humanistisch-systemischer Sicht

### Zur Integration psychotherapeutischer Beschreibungsebenen: Das Zusammenwirken körperlicher, psychischer, interpersoneller und kultureller Prozesse

Jürgen Kriz

Wenn man über Integration spricht, macht es Sinn, sich auf die Basisfrage zu besinnen, die nicht nur für Psychotherapie, sondern – in dieser grundsätzlichen Form – auch für Beratung oder Coaching bedeutsam ist: Weshalb kommen Menschen zu uns, und was können wir für sie tun?

Die Antwort, die ich im Folgenden skizzieren werde, wird aus einer systemisch-humanistischen Perspektive gegeben. Es erscheint fair und notwendig, darauf hinzuweisen, dass sich natürlich auch Antworten von anderen Grundorientierungen her finden lassen. So ist beispielsweise die Psychoanalyse ebenfalls mit dem Anspruch angetreten, nicht nur unmittelbare Prozesse der Psychopathologie und -therapie zu beschreiben, zu erklären und zu rekonstruieren, sondern deren Einbettung in weitaus größere Prozesszusammenhänge, wie die gesellschaftliche Dynamik oder die historische Entwicklung, dabei nicht aus dem Auge zu verlieren.

Es wird aber aus der Argumentation deutlich werden, dass sich gute Gründe ins Feld führen lassen, warum ein systemtheoretischer Ansatz – genauer: die „Person-zentrierte Systemtheorie“, PZS (Kriz, 2004, 2008) – besonders gut für integrative Bemühungen geeignet erscheint. Denn schon auf den ersten Blick ist klar, dass eine integrative Konzeption von Psychotherapie die Prozesse auf mehreren, deutlich zu unterscheidenden Ebenen miteinander in einen dynamischen Zusammenhang setzen muss.<sup>7</sup> Dabei ist für die Position PZS die Absage gegenüber jeglicher Ontologisierung wichtig: Es gibt keine Systeme und Systemebenen, sondern diese Konzepte sind Konstrukte zur Erklärung bestimmter Phänomene. Und damit hängt die je-

.....  
7 Damit unterscheidet sich die PZS allerdings deutlich von der soziologischen Systemtheorie von Luhmann (1985), die mit dem Kernkonzept der *Autopoiese* eine fast ontologischen Unterscheidung in genau drei Systemebenen (Körper, Bewusstsein, Kommunikation) vornimmt, die gegeneinander operational verschlossen sind.

weilige Wahl der Systemebenen auch von den gestellten und zu klärenden Fragen ab. So wurde beispielsweise kürzlich (Kriz, 2010) eine Differenzierung in sechs Systemebenen (mit Hinweisen auf weitere Verfeinerungen) diskutiert, nämlich:

- a) *Prozesse der Wahrnehmung, der Verarbeitung (besonders: Bewertung) und des Verhaltens.* Mit diesen nimmt der menschliche Organismus an der Welt teil: Er kann nicht nicht wahrnehmen und sich nicht nicht verhalten; und er verarbeitet Wahrgenommenes selektiv, strukturierend und damit „bewertend“, um sich zu verhalten.
- b) *Gedächtnisprozesse,* also Prozesse des Speicherns und des Erinnerns von Erfahrungen bzw. Information. Gemeint sind hier nicht nur die neuronalen Speicherprozesse (mit ggf. weiteren Differenzierungen – etwa in episodisches und prozedurales Gedächtnis oder in Reiz-, Arbeits- und Langzeitgedächtnis), sondern auch die weiteren Fähigkeiten des Körpers zur Speicherung, etwa in Form hormoneller Veränderung (Haltungen und „Muskelpanzer“ etc.), die ggf. über Interzeptoren mit den neuronalen Prozessen interagieren.
- c) *Bewusstseinsprozesse,* also die (besondere) Fähigkeit des Menschen, sich seiner Wahrnehmungen, Bewertungen und seines Verhaltens aus einer reflexiven Position bewusst zu werden – und sogar sein Denken und Fühlen, seine Bedürfnisse, Motive und Intentionen (s. u.) zum Gegenstand des Bewusstseins zu machen oder gar (Meta-)Reflexionen über diese Bewusstseinsinhalte anzustellen.
- d) *Biosomatische – besonders: neuronale – Prozesse.* Wegen der Beeinflussung von a) bis c) durch Drogen oder Medikamente und der fortschreitenden Kenntnis und Faszination der Hirnprozesse werden diese zunehmend in die Erklärungsdiskurse einbezogen.
- e) *Interpersonelle Prozesse,* also jene spezifischen Bereiche des Verhaltens, mit denen der Mensch sich an andere Menschen wendet, sowie Kommunikationsprozesse von anderen, die sich an ihn richten oder an denen er teilhaben kann („communio“). Besonders häufig thematisiert sind (u. a.) Prozesse der Eltern-Kind-, Paar-, Familien- oder Therapeut-Klient-Beziehung.
- f) *Kulturelle und gesellschaftliche Prozesse,* die den Kontext zu den (meist nur) Face-to-Face Prozessen von e) bilden. In dieser Kürze etwas unscharf sind damit vor

allem die sozialen, symbolischen und medialen Umwelten gemeint, die auf den Menschen einwirken und in die er seinerseits hineinwirkt. Dies schließt die materiellen Manifestationen mit ein – z. B. in Form von Werkzeugen, Apparaten, Kulturgütern oder (im Zusammenhang mit sozialer Ungleichheit) dessen, was als „Wohlstand“ oder „Armut“ benannt wird.

In diesem Beitrag soll es allerdings genügen, das Zusammenspiel der Prozesse auf drei zentralen Ebenen anschaulich darzustellen, nämlich in der Reihenfolge ihrer Erörterung im Text:

- I. die interaktionellen Prozesse (also Ebene e) oben). Auf dieser Ebene werden systemische Sichtweisen erfahrungsgemäß besonders leicht verstanden, weil sich dort im Rahmen von klassischer Familientherapie seit über einem halben Jahrhundert eine reichhaltige Praxeologie entwickelt hat. Zudem kann man auf die Interaktionen – z. B. zwischen Familienangehörigen – quasi „von außen draufschauen“, was die Anschaulichkeit sehr fördert;
- II. eine (intra)psychische Prozessebene (was, recht grob, Prozesse a) bis c) oben zusammenfasst) und letztlich
- III. die Ebene von kulturellen und gesellschaftlichen Prozessen.

Das gegenseitige Zusammenwirken dieser drei Ebenen ist deshalb für die Perspektive unseres Themas besonders wichtig, weil in der Humanistischen Psychologie und Psychotherapie dem Aspekt „Sinn“ bzw. „Sinnorientierung“ eine besondere Bedeutung zukommt. Der Mensch ist zwar auch Organismus, der sich in einer Umwelt verhält, *wesentlich* ist aber seine Fähigkeit (und als Sozialwesen: auch die Notwendigkeit), sich vor dem Hintergrund einer sinnvoll verstandenen Vergangenheit im Hier und Jetzt ständig auf eine sinnvoll zu verstehende Zukunft hin zu entwerfen. Das Zusammenspiel zwischen kognitiv-emotiven Prozessen mit Bewusstsein und sozial-kulturell-historischer Mitwelt ist daher ein zentraler Fokus.

## **1. Zentrale Grundprinzipien der humanistisch-systemischen Perspektive**

Systemtheorie spielt heute insbesondere in den interdisziplinären Diskursen eine Rolle, die aber (noch) von den Naturwissenschaften beherrscht werden. So hat die „Springer Series in Synergetics“ weit über hundert Bände mit über 2.000 Beiträgen,