

## Das Interview

### Ohne Kontroversen wird's schnell langweilig!

Hans Rudi Fischer im Gespräch mit Helm Stierlin zur Geschichte und Zukunft der Familientherapie



Helm Stierlin, Prof. Dr., Arzt und Schriftsteller. Nach leitenden Funktionen im In- und Ausland 1974–1991 Direktor der Abteilung für Psychoanalytische

Grundlagenforschung und Familientherapie der Universität Heidelberg. Gründer und langjähriger Herausgeber der Zeitschrift *Familiendynamik*.

Forschungsschwerpunkte: Familiendynamik und Systemische Therapie bei Psychosen und Psychosomaten; Ablösungsprozesse des Jugendalters; Psychohistorische Studien. Unter anderem ca. 250 wissenschaftliche Aufsätze; Autor und Co-Autor von 13 Büchern mit Übersetzungen in zwölf Sprachen.

*FD: ... Lieber Helm, deine Vita als Philosoph und Wissenschaftler ist ein wunderbares Beispiel dafür, dass systemisches Denken kein Standpunkt ist, an dem man ankommt und stehen bleibt. Du bist nach wie vor viel unterwegs, im Denken und in der Welt, zwischendurch gibst du mir hier dieses Interview. Was bleibt in deinem Denken ist der Weg, den du beschreibst. Der Weg zurück führt uns vorwärts – wie das Heidegger einmal so schön formuliert hat. In diesem Sinne möchte ich zu nächst mit dir zurückblicken in das Jahr 1975, als du mit Josef Duss-von Werdt*

*die Familiendynamik gegründet hast. Damals gab es das noch nicht, was wir heute »Systemische Therapie« nennen. Kannst du unseren Lesern und Leserinnen von heute in Kürze die Psychoszene charakterisieren, in der die Familiendynamik das Licht der Welt erblickte? Was waren 1975 die drängenden Fragen, die Therapeuten, von neuen Ideen infiziert, umtrieben?*

#### Kurze Geschichte(n) der Familientherapie – Amerika

**Helm Stierlin:** Ich hatte das große Glück, an Orten zu arbeiten, wo sich damals viele der führenden Pioniere trafen; ich hatte die Möglichkeit, mich von ihnen anregen, aber natürlich auch, mich von ihnen verunsichern zu lassen. Das gilt vor allem für meine Zeit am National Institute of Mental Health (Bethesda, Maryland), einem der großen Forschungsinstitute in den USA, ähnlich unseren Max-Planck-Instituten; dort arbeitete ich lange Zeit in der Nähe von Lyman Wynne, der den sogenannten *Adult Psychiatry Branch* leitete, dessen Leitung ich dann im Jahre 1972 übernahm, bevor ich nach Heidelberg kam. Ich war damals noch nicht mit dieser »systemischen Revolution« beschäftigt, so wie diese Pioniere.

*FD: Was war für dich spannend an diesen gleichermaßen reizvollen wie verunsichernden Ideen?*

**Helm Stierlin:** Vor allem interessierte mich, wie sich die Erkenntnisse von

Lyman Wynne und Margarete Singer und von anderen Pionieren praktisch, etwa in der Behandlung schizophrener oder manisch-depressiver Patienten, umsetzen ließen. Und so war es auch hier in Heidelberg mein eigentliches Ziel, die Pragmatik der Therapie weiterzuentwickeln. Das hat auch sehr die Anfangszeit der *Familiendynamik* bestimmt, zu der die damaligen Pioniere der Familientherapie wie Lyman Wynne, Ted Lidz oder auch Ivan Boszormenyi-Nagy wichtige Beiträge lieferten. Sie besuchten uns in den 1970-er Jahren und sorgten für viel Verstörung und Unruhe. Was sie zu sagen hatten, passte noch nicht in die Weltsicht der damals vorherrschenden Psychoanalytiker hinein. Und der Begriff »systemisch« war zu der Zeit auch noch so ungewöhnlich, dass fast alle Lektoren in meinen Büchern den Begriff »systemisch« nahezu automatisch in »systematisch« korrigierten. Bis heute hat sich erstaunlich viel verändert. Im Editorial der letzten Ausgabe der *Familiendynamik* konnte ich lesen, dass die Suchmaschine Google mehr als 600 000 Homepages ausweist, auf denen das Stichwort »systemisch« erscheint, was doch für eine enorme Veränderung in den letzten zwanzig Jahren spricht.

*FD: »Systemisch« ist inzwischen ja en vogue; der inflationäre Gebrauch des Adjektivs heute verrät uns aber noch nicht, was dich damals an den dahinter liegenden Ideen und Modellen beeinflusst und beeinflusst hat.*

**Helm Stierlin:** Es war von mir miterlebter Wandel, nicht wahr, der mich vor allem beeinflusste. Ich war mit der Frage beschäftigt: Was ist an diesen Entwicklungen wirklich neu, was gibt uns eine neue Richtung des Weges vor? Dabei hatte ich selbst noch das Glück, Gregory Bateson persönlich kennenzulernen. Ich konnte ihn und die sogenannte Palo-Alto-Gruppe besuchen, die am Anfang, also 1959, aus Jay Haley, John Weakland, Don Jackson und Gregory Bateson bestand.

Paul Watzlawick, Virginia Satir und einige andere kamen später dazu. Die ersten vier bildeten damals den Kern. Bateson hatte sich schon etwas abge-sondert, weil er sich mit Jay Haley nicht gut vertrug. Und es war für mich ein äußerst interessantes Erlebnis, 1962 zum ersten Mal eine Familientherapie mitzuerleben. Haley und Weakland waren die Therapeuten, und Don Jackson kommentierte das Ganze für mich.

### **Der neue, provokative Blick auf die Symptome**

*FD: In dieser revolutionären Phase warst du als ausgebildeter Arzt gerade mal 36 Jahre jung, seit 1957 unterwegs im großen Amerika. Wie sah die Situation damals auf deinem individuellen Lebensweg aus?*

**Helm Stierlin:** Ich hatte gerade fünf Jahre am Chestnut Lodge Sanatorium (Rockville, Maryland) gearbeitet, das damals als das Mekka der analytisch orientierten Psychotherapie galt, und hatte meine analytische Ausbildung gerade abgeschlossen.

*FD: Spielte in diesem Hospital nicht auch der bekannte Film und Roman über eine Psychotherapie, Ich hab dir nie einen Rosengarten versprochen? Die Psychotherapeutin im Buch (von Hannah Green) bzw. im Film ist ja Frieda Fromm-Reichmann nachempfunden, die auch dort gearbeitet hat?*

**Helm Stierlin:** Ja. Mit Hannah Green hatte ich auch selbst noch Kontakt, ebenso mit Frieda Fromm-Reichmann. Sie war sogar noch zeitweise meine Supervisorin. Das war für mich eine sehr aufregende Zeit, nicht zuletzt auch darum, weil auf der einen Seite diese Pioniere der Analyse mit den Systemikern aufeinanderprallten. Bateson hatte einen großen Respekt vor Frieda Fromm-Reichmann, obgleich sie eine ganz andere Position als er vertrat.



Chestnut Lodge Sanatorium (Rockville, Maryland, USA)

Aber es war gerade dieses Spannungsfeld, das es mir angetan hatte, um es zu beschreiben. Also, ich erzähle immer gerne diese Geschichte: Als ich 1962 in Palo Alto war und meine erste Familientherapie beobachtet hatte, fragte ich Jay Haley: »Da ich gerade meine analytische Ausbildung beendet habe, interessiert es mich natürlich sehr, inwieweit das, was ich als Analytiker gelernt habe, relevant für das ist, was ihr hier produziert habt?« Darauf antwortete Jay Haley, er war damals eine Art enfant terrible, gerade auch, was die Analyse anbelangt, wie folgt: »Die Analyse und was wir hier betreiben passen sehr gut zusammen. Ich gebe dir gern ein Beispiel: Ich kenne eine Frau, die ist jetzt etwa Anfang vierzig. Sie ist schon fünf Jahre in Analyse, viermal die Woche. Ein Ende der Analyse ist nicht abzusehen. Insgesamt spielen hier drei Spieler mit: nämlich einmal die Frau, die einen Freund gefunden hat, dem sie alles erzählen kann. Der zweite Spieler ist der Ehemann, der die Analyse bezahlt und sich dadurch von seinen Schuldgefühlen wegen seiner vielen Affären befreit, und der dritte Mitspieler ist der Analytiker, der sich um seine Miete nicht zu sorgen braucht.«

*FD: Gegenüber dem ursprünglichen psychoanalytischen Fokus auf die intrapsychischen Vorgänge richtet sich hier der Blick auf das äußere Geschehen, die Interaktion zwischen den beteiligten Akteuren?*

**Helm Stierlin:** Ja, genau. Also, meine Frage an Haley war, wie sich ein Blick auf die Spiele der Beteiligten, auf deren Kommunikationsmuster mit einem Blick oder einer Linseneinstellung versöhnen lässt, die sich auf das innerpsychische Geschehen und auf die Konfliktdynamik richtet, die im Vordergrund der analytischen Bemühung steht. Haley hat sich bekanntlich über die Analyse immer wieder lustig gemacht, was auch in dem Buch zum Ausdruck kommt, dessen Titel im Englischen *The Power Tactics of Jesus Christ* (1969) lautet.

*FD: Im Deutschen heißt es: Die Jesus-Strategie. Die Macht der Ohnmächtigen.*

**Helm Stierlin:** Ja, die Jesus-Strategie. Und es ist auch interessant, dass die damaligen Revolutionäre sich nicht in die vorhandenen beruflichen Strukturen einfügten oder dem akademischen Mainstream folgten, wie man es eigentlich hätte erwarten können. Selbst Bateson hat ja nie seinen Doktor gemacht. Haley hat erst Theaterwissenschaft studiert und als Stückeschreiber gearbeitet, bevor er sich der Kommunikation zuwandte; John Weakland war auch nicht als Psychologe ausgebildet.

*FD: Er war Chemiker, glaube ich, später hat er sich der Anthropologie zugewandt.*

**Helm Stierlin:** Don Jackson war der einzige Psychiater in der Gruppe. Er war vor mir auch in Chestnut Lodge gewesen. Von ihrer völlig unbeschwer-ten Außenperspektive aus konnten sich diese Pioniere offenbar alles erlauben und dadurch auch eine weitgehende Verunsicherung erzeugen. Denn 1962 war die Psychoanalyse auf ihrem Zenit, und viele wichtige Lehrstühle waren

von Analytikern besetzt. Dies auch zum Teil als Folge der Emigration vieler deutscher Analytiker, die damals sehr viel Einfluss hatten. Das war also schon sehr eindrucksvoll zu erleben, wie Haley und Co. irritierten. Später stießen zu dieser Gruppe noch Leute hinzu wie Paul Watzlawick, die kaum weniger frech waren. Paul Watzlawick sagte mir etwa, er glaube nicht an irgendwelche Langzeittherapien; wenn eine Therapie nicht nach sechs Sitzungen schon etwas wirklich Entscheidendes verändert habe, könne man auf sie verzichten.

*FD: Das muss ja für die Zeit damals gegenüber dem herrschenden Paradigma sehr provokativ gewesen sein ...*

**Helm Stierlin:** Das stimmt. Und diese Provokation, glaube ich, sollten wir weiter ernst nehmen, denn sie gibt noch heute zu vielen Fragen Anlass, die auch unser Heidelberger Team in der Folge beschäftigten. Das geschah zu der Zeit, da ich eine kleine Abteilung an der Universität Heidelberg leitete; dabei hatte ich das Glück, ungewöhnlich kreative Mitarbeiter zu finden, von denen ich selbst immer wieder eine Menge lernen konnte. Das waren damals der Gunthard (Weber), es waren etwas später der Fritz (Simon); und dann kamen noch Gunther (Schmidt), dann Arnold (Retzer), dann du (*Familiendynamik*) und später noch Jochen (Schweitzer) und andere hinzu.

*FD: Was hat für dich damals den Reiz ausgemacht, innerhalb einer akademischen, eher konservativen Organisation wie einer Universität deinen Forschungsinteressen nachzugehen?*

**Helm Stierlin:** Es war diese Kombination von ungeheurer Freiheit auf der einen Seite – wir konnten in Bezug auf unsere Forschungsinteressen ziemlich machen, was wir wollten, wir konnten auch alle möglichen Patienten sehen

und mussten nicht nach Bezahlung fragen, das bezahlte der Staat – und andererseits einer intensiven Arbeitatmosphäre. Diese optimalen Bedingungen hätte ich in Amerika nicht gehabt.

*FD: Es war ein Rahmen, der Kreativität ermöglichte?*

**Helm Stierlin:** Ja. Ich würde sagen, der optimal war, weil abgesichert sowohl durch ökonomische als auch organisationale Stabilität.

*FD: Helm, du hast von dieser Aufbruchstimmung berichtet, die du in den USA erlebt hast und die du mit nach Deutschland nehmen wolltest. 1962 hast du zum ersten Mal eine Familientherapie live gesehen. Wie hat das auf dich als klassisch ausgebildeten Psychotherapeuten gewirkt, der gelernt hatte, das Individuum im Fokus zu sehen?*

**Helm Stierlin:** Völlig neuartig, es waren auch völlig neue Fragestellungen damit verbunden. Dies alles war dazu angetan, vieles, was ich bisher betrieben hatte, in Zweifel zu ziehen.

*FD: Oder gar zu verrücken?*

**Helm Stierlin:** Ja, zu verrücken ... Ich musste auch an meine Patienten in Bethesda zurückdenken. Chestnut Lodge war ja damals auf seinem Höhepunkt, weil sich dort die in vieler Hinsicht vielleicht kreativsten Analytiker zusammengefunden hatten, darunter Harold Searles und Frieda Fromm-Reichmann. Natürlich begann ich jetzt auch über meine Zeit in Chestnut Lodge anders zu denken. Damals waren ja auch in den USA die Analysen sehr lang geworden, und unter etlichen 100 Stunden ging kaum etwas.

*FD: Dich hat der neu inspirierte Blick auch die eigene therapeutische Vergangenheit mit anderen Augen sehen lassen?*

**Helm Stierlin:** Allerdings. Mir wurde dadurch einiges klarer. Momentan schreibe ich an einem rückblickenden Buch über meine Entwicklung als Psychiater und Psychotherapeut. Ich denke etwa an meine erste Chestnut-

Lodge-Patientin – eine attraktive junge Studentin –, die in einem katatonen Stupor eingeliefert wurde. Als sich der Stupor löste und ich meinte, einen guten Draht zu ihr gefunden zu haben, nahm sie ihr Vater plötzlich über Nacht aus der Klinik. Als sie am Morgen nicht mehr da war, hat mich das natürlich etwas verstört. Mein damaliger Supervisor, Otto Will, damals ein sehr bekannter Psychiater und wie auch Frieda Fromm-Reichmann ein Schüler Harry Stuck Sullivans (1949 verstorben), sagte zu mir: »Also, tröste dich, Helm, schon Sullivan sagte, das erste Zeichen einer wesentlichen Besserung bei einem schizophrenen Patienten ist, dass die Angehörigen ihn aus dem Spital nehmen wollen.« Und das hat mir in der Folge Anlass zum Nachdenken gegeben.

*FD: Das war ja bereits ein systemischer Blick ... war der nicht auch in der interpersonellen Psychologie Frieda Fromm-Reichmanns enthalten?*

**Helm Stierlin:** Ich meine ja. Frieda hatte ja den Begriff der »schizophrenen Mutter« eingeführt und uns auch Mütter vorgeführt, die so klammerig waren, dass man schon ahnen konnte, da kann nicht viel Gutes rauskommen. Aber dieser Begriff implizierte auch: Die Eltern sind schuld am schizophrenen Leiden ihrer Kinder, und das hat eine lange Debatte ausgelöst. Aber meine systemische Sicht wurde eigentlich erst nach dem Erlebnis von 1962 ausgelöst, und es hat natürlich vieles für mich verändert.

*FD: Dein Erlebnis mit der ersten Familientherapie live?*

**Helm Stierlin:** Es ließ mich erst richtig fragen: Was sind die jeweils wichtigen Beziehungspersonen, was geschieht da, inwieweit sind Symptome Ausdruck und Folge von Störungen der Kommunikation, Verletzungen und Problemen, die damit einhergehen, und inwieweit sind sie Ausdruck und Folge innerer Konflikte, die weit in die Vergangen-

heit zurückreichen? Diese Fragen stellten sich mir schon damals und sie kamen auch schon in der Anfangszeit der *Familiendynamik* in den Beiträgen zur Sprache.

*FD: War es die Gründungsidee der Familiendynamik, der in den USA zur Wirkung gelangten Provokation des geltenden therapeutischen Paradigmas im deutschsprachigen Raum einen Rahmen zu geben?*

**Helm Stierlin:** Ja, so kann man es beschreiben. Sepp Duss hatte vor ein paar Jahren eine Zeitschrift über Eltern und Paare gegründet. Aber jetzt lag ganz bewusst der Fokus auf der Familie als einem System, d.h. weg von der Seelenschau, wie sie sich auch in der Übertragungssituation offenbart, hin zum Wichtignehmen der systemischen Dynamik und Kommunikation. Bateson war hier mit seiner Double-bind-Theorie sehr wichtig.

*FD: Bateson hat die Theorie für den Paradigmen-Wechsel ja bereits früh geliefert.*

**Helm Stierlin:** Das stimmt. Ich halte sein Buch über Kommunikation, das er damals zusammen mit Jürgen Ruesch herausbrachte (*Kommunikation: Die soziale Matrix der Psychiatrie*, 1951), immer noch für ein Standardwerk. Bateson war für mich eine interessante, einflussreiche Persönlichkeit.

*FD: Wie war denn damals die Reaktion der etablierten Psychotherapien auf die Phänomene, die wir heute systemisch nennen?*

**Helm Stierlin:** Bei vielen Jüngeren hatte ich den Eindruck, dass sie davon sehr angetan waren. Aber bei der überwiegenden Mehrheit bestand eher eine Tendenz, sich dagegen abzuschotten. Das lässt sich gut am Beispiel der Anorexie beschreiben; ich hatte schon früh Gelegenheit, Salvador Minuchin bei der Therapie mit Anorektikerinnen zu

erleben. Auch seine Arbeit widersprach völlig dem, was man so als Analytiker gelernt hatte. Ich gewann damals den Eindruck, dass die Dinge, die nicht in die gängige Theorie hineinpassten, einfach außen vor gelassen wurden. Für viele Psychoanalytiker wäre das zu verunsichernd gewesen. Für Verhaltenstherapeuten war es einfacher. Sie konnten sagen: Im Grunde machen wir das schon lange, nur habt ihr unseren Kontext ein bisschen erweitert. In der Folge sind dann auch viele Elemente der Verhaltenstherapie in systemisches Vorgehen eingegangen.

*FD: Hier kann man von wechselseitiger Beeinflussung sprechen. Für die Verhaltenstherapie war das frühe systemische Denken mit dem Blick auf das beobachtbare äußere Verhalten anschlussfähiger.*

**Helm Stierlin:** Man könnte verallgemeinernd sagen: die Analytiker versuchten, durch Abschottung und die Verhaltenstherapeuten durch Vereinnahmung mit der neuen Situation fertig zu werden. Und das kennzeichnet die heutige Situation immer noch ein bisschen.

*FD: So, wie ich die Geschichte der Familiendynamik vor Augen habe, haben darin ja auch häufig Psychoanalytiker publiziert. Hat sich also die Familiendynamik schon unter deiner Ägide bemüht, die konkurrierenden Theorien und Ideen miteinander ins Gespräch zu bringen?*

**Helm Stierlin:** Das stimmt. Ich hatte selbst vorher viel in der Psyche publiziert und einen guten Draht zu einer Menge Analytiker und sie eingeladen, auch für die *Familiendynamik* zu schreiben. Nicht wenige, wie etwa Ted Lidz aus den USA, gaben wichtige Anstöße für die Familientherapie und haben mehrfach in der *Familiendynamik* veröffentlicht; und es waren nicht zuletzt auch Analytiker, wie eben Ted Lidz, die hier sehr anregend waren. Dann kam auch der Hypnotherapeut Milton Erickson immer wieder ins Gespräch. Hier stellen sich weitere interessante Fragen. Otto Kernberg, den

ich sehr schätze, betont mit Recht, dass die Analyse bis jetzt zweifellos das differenzierteste Modell der Seele hervorgebracht hat. Wie also passt das zusammen? Viele analytische Begriffe wie das Unbewusste, projektive Identifizierung, Rationalisierung usw. sind ja bereits Bestandteile der psychologischen Umgangssprache geworden. Also, das alles in einer systemischen Sicht zusammenzubringen ist immer noch eine große Herausforderung.

*FD: Gab es in den 33 Jahre der Familiendynamik für dich, der du das nationale wie das internationale Spektrum der Entwicklung zu überschauen dich bemüht, gab es nach der anfänglich schwierigen Phase besondere Geburtswehen des systemischen Denkens?*

**Helm Stierlin:** Ich glaube, wichtige Wehen, die weiter viel Umdenken erfordern, betreffen die Familiensomatik oder überhaupt die Psychosomatik. Um der Bedeutung des Kontextes bei der Entwicklung von auch somatischen Störungen, also nicht nur psychosomatischen Störungen, gerecht zu werden, sehen sich systemische Forscher und Therapeuten besonders herausgefordert. Und ich meine auch, dass die *Familiendynamik* hier noch viel Gutes tun kann. Ähnliches gilt für den ganzen Bereich der Organisationen, die sich, wie etwa ein Familienunternehmen, systemisch betrachten lassen. Das alles ist sehr interessant, aber auch mit der Gefahr verbunden, dass sich die Grenzen dessen, was eigentlich systemisch bedeutet, immer mehr verwischen. Die inflationäre Ausbreitung des Begriffes systemisch ist der Systemischen Therapie nicht zugute gekommen, weil es immer schwieriger wird, sich gegen andere Verfahren abzugrenzen und zu präzisieren, was das Spezifische am Systemischen ausmacht. Das herauszuarbeiten und immer wieder neu zu bestimmen wird ebenfalls eine Herausforderung für die *Familiendynamik* bleiben.

**FD:** *Die Zeitschrift sollte also ein Diskursuniversum sein, um das Bewusstsein für das Systemische zu schärfen?*

**Helm Stierlin:** Dabei stellt sich auch immer wieder die Frage: Was unterscheidet ein systemisches Vorgehen etwa von üblichen therapeutischen Vorgehensweisen? Was sind die Unterschiede, die jeweils einen Unterschied machen? Also etwa auch: Wieviel Zeit wird in einer Therapie gebraucht? So beschreibt beispielsweise Giorgio Nardone in seinem Buch *Pirouetten im Supermarkt*, dass er bei typischen Zwangskranken und bei Phobikern, auch mit Agoraphobikern, die Angst vor der Angst haben, die zum Teil das klassische Repertoire auch für Analytiker hergeben, in relativ wenigen Sitzungen die Symptome zum Verschwinden bringen konnte. Sich damit auseinanderzusetzen und dabei auch Kontroversen zu riskieren könnte die Zeitschrift wieder spannend machen.

**FD:** *Wäre das eine der Ideen, die du der Familiendynamik in die Zukunft geben möchtest: mehr Kontroversen zu riskieren, weil nur sie den Diskurs in Bewegung halten, unser Denken vorantreiben und so Neues zur Welt bringen?*

**Helm Stierlin:** Ohne Kontroversen wird's schnell langweilig. Ohne Kontroversen gibt's auch wenig Neues, gibt's auch keine Lebendigkeit; es gibt natürlich auch leicht Verletzungen und Ressentiments, das ist klar. Es geht ja auch ums Infragestellen des beruflichen Standpunktes, den man sich gewählt hat. Dennoch halte ich es für wichtig, Kontroversen nicht zu scheuen. In vieler Hinsicht haben Analytiker Gutes zu bieten. Ich denke etwa an die letzte Nummer der *Psyche*, in der Scham das zentrale Thema war und von mehreren Autoren sehr differenziert behandelt wurde. Natürlich ist auch die Frage der Gesundheitspolitik bedeutsam. Auch die Wirkstoffforschung halte ich für sehr wichtig. Aber auch hier zeigt sich eine Problematik als Herausforderung. Fast alle Wirk-

stoffforschung ist bislang individuumszentriert, und die Frage bleibt ausgeklammert: Was geschieht mit der Familie, wenn man den Wirkstofffokus verändert?

**FD:** *Du forderst, dass man bei der Wirkstoffforschung den Fokus über das Individuum hinaus auf das größere System erweitert?*

**Helm Stierlin:** Allerdings.

**FD:** *Das heißt aber die Kreation eines neuen Maßstabes, mit dem man misst und der die Beobachtung leitet?*

**Helm Stierlin:** Genau. Das ist bisher wenig in bestehenden Forschungsansätzen zu finden. Immerhin gibt es eine ganze Reihe von neueren Forschungen zur Wirksamkeit der Familientherapie bei allen möglichen Störungen. Aber was es bedeutet, die Wirksamkeit einer Systemischen Therapie auch in Bezug auf die Mitbetroffenen im System zu beforschen, ist bislang kaum thematisiert worden. Ich meine, auch das könnte ein wichtiger Schwerpunkt für die *Familiendynamik* werden.

**FD:** *Das heißt doch, dass die Wirkstoffforschung selbst systemisch werden müsste ...*

**Helm Stierlin:** Ja, genau. Wobei sich das Problem stellt, dass die Dinge immer komplexer werden. So geht es auch immer wieder darum, diese Komplexität in einer Weise zu reduzieren, die für Praktiker und Forscher so Sinn ergibt. Dabei stellt sich in Deutschland weiterhin das Problem, dass der wissenschaftliche Beirat, der über die Anerkennung der verschiedenen Verfahren urteilt, zum Teil noch von Analytikern bestimmt ist, die, was neue Verfahren anbelangt, oft nicht auf dem Laufenden sind.

**FD:** *Da grassieren letztlich nicht ganz rationale Maßstäbe, um nicht zu sagen: irrationale. Da wird rationalisiert, verdichtet und verschoben etc. ... und letztlich geht es um ganz profane Verteilungskämpfe: Wer kommt wie an welche Töpfe?*

**Helm Stierlin:** Es wird ja zunehmend auch zum Thema, dass die relativ frühe Institutionalisierung der Psychoanalyse, die diese dann für die Krankenkassen akzeptabel machte, wahrscheinlich wenig geholfen hat. Man bot ihr ein Bett an, in das sie sich reinlegen konnte, aber dieses um den Preis, dass der Geist lebendigen Forschens eher gehemmt blieb. Ich habe miterlebt, wie eine Gruppe von Schweizer Psychoanalytikern aus der Internationalen Gesellschaft ausstieg, weil sie die Ketten, die ihnen durch die Zugehörigkeit zu einer solchen Institution angelegt wurden, als zu einengend empfanden.

**FD:** *Das haben ja auch Wissenschaftstheoretiker wie Ludwig Fleck und später Thomas Kuhn beschrieben. Wenn eine revolutionäre zur normalen Wissenschaft, zum Standard geworden ist, ergeben sich zwangsläufig Denkwänge, die gesprengt werden müssen, soll die wissenschaftliche Entwicklung voran kommen.*

### **Was für die systemtherapeutische Praxis bleibt**

**Helm Stierlin:** Daraus ergeben sich sicher Themen die weiterhin auch für die *Familiendynamik* zentral sind.

**FD:** *Wenn wir den inflationären Gebrauch all dessen, was sich heute »systemisch« nennt, berücksichtigen, was macht für dich heute noch den genuine Wert des Systemischen aus? Was macht hier den Unterschied, der im Vergleich zu anderen therapeutischen Vorgehensweisen einen Unterschied macht?*

**Helm Stierlin:** Es ist einerseits der Blick auf das System, der viele Optionen des Zugangs, des Behandeln, auch des kurzzeitigen Behandeln ermöglicht; andererseits ist es ein Blick, der uns für die Hartnäckigkeit von Systemen sensibilisiert, von Systemen, die sich durchsetzen können und sich

einem Wandel widersetzen. Beide Aspekte scheinen mir zentral zu sein.

Für mich sind vor allem zwei Sichten interessant geworden: zum einen eine Breitensicht, die uns für die relevanten Vernetzungen, die unsere Beziehungen, unser Denken bestimmen, sensibilisiert und als zentrale Frage stellt: Was ist das jeweils wichtige System, das da entscheidend wirkt, um Haltungen und Probleme aufrechtzuerhalten oder aufzulösen? Dieser Blick auf Vernetzungen kann dazu führen, dass man sagt: Ach Gott, alles hängt ja mit allem zusammen, was kann man da noch machen? Aber gleichzeitig zeigt der Blick auf diese Vernetzungen, dass wenn man etwas ändern kann, dies einen großen Unterschied zu machen vermag. Wenn sich etwa jemand entscheidet: Jetzt verlasse ich meinen Partner, dann ändert sich für beide vieles. Diese Dynamik, glaube ich, sollte man herausarbeiten. Andererseits ist auch eine Zeitperspektive enorm wichtig. Dazu fällt mir immer noch Hegel ein, der deutlich machte, dass eine Zeitperspektive einen ständigen Wandel in den Blick bringt. Dementsprechend gibt es eine Dialektik zwischen Theoretikern und Praktikern, die vor allem die in der Zukunft liegenden Möglichkeiten wie es bspw. Steve de Shazers tut. Und auf der anderen Seite stellt sich auch Systemikern die Frage, wie Traumata und Verletzungen aus der Vergangenheit in die Gegenwart hineinwirken und wie sich damit umgehen lässt.

*FD: Wie kann man also die Vergangenheit mit der Gegenwart ins Verhältnis zur Zukunft setzen?*

**Helm Stierlin:** Das kann bedeuten, dass traumatische Erlebnisse so oder so wieder aktiviert werden müssen, um überwunden werden zu können, dass also etwa Trauerarbeit geleistet werden muss. Oder kann man diese Erlebnisse abhaken, indem man ganz konzentriert auf die Zukunft schaut, wie dies etwa durch die Wunderfrage Steve de Sha-

zers versucht wird? Also, ich fände es schon sehr wichtig, diese grundsätzlichen Fragen weiter zu thematisieren. Die kontroversen Positionen, die da aufeinanderprallen, ins Gespräch zu bringen und zu veranschaulichen.

*FD: Helm, du machst ja heute noch Therapie ...*

**Helm Stierlin:** Allerdings, wenn auch viel weniger als früher.

*FD: Was sind denn für dich therapiepragmatisch die Konsequenzen, die noch heute dein durch systemische Ideen geprägtes Handeln bestimmen?*

**Helm Stierlin:** Es lässt sich hier von einigen Grundregeln sprechen: Einmal gilt es, von Anfang an der Frage nachzugehen: Was sind Einstellung und Anliegen? Es geht vor allem darum, auf die Denk- und Sprachwelt sowie die Metaphern der Klienten einzugehen und dadurch an diese Anschluss zu finden. Dann würde ich sagen, Vermeidung all dessen, was als negativ und pathologisierend wirken könnte; dann ein ressourcenorientiertes Vorgehen; dann die Wichtigkeit der Neutralität. Für sehr wichtig halte ich auch die Nutzung der Intervalle zwischen den Sitzungen durch Aufgaben, die das, was in der Sitzung gewebt wird, etwa durch Hausaufgaben, weiterwirken lassen. Ich finde es immer wieder faszinierend, wie schnell sich durch die Beachtung dieser Prinzipien ein anderes Klima schaffen lässt. Dazu ein Beispiel: Gestern sah ich eine Frau, Übergewichtig und mit hohem Blutdruck, nur damit beschäftigt, was sie schon erliden musste. Sie stellte sich als jemanden dar, der immer wieder weinen musste, und dies vor allem wegen ihres Mannes, der sie auch noch mit einer Affäre verraten hatte. Die entscheidende Frage, die ich ihr stellte, war: »Sie haben so viel zu erzählen, was sie alles erlitten haben ... Sie haben ja nächtelang geweint. War dieses Weinen eher befreiend in dem Sinne, dass es etwas gelöst hat in Ihnen, dass es Ihnen mehr Lebensfreude gegeben hat, oder war gerade dieses Weinen dazu

angetan, Sie noch tiefer in einen Sumpf von Verletztheit und von Traurigkeit sinken zu lassen?« Sie war dadurch gezwungen, eine Metaposition einzunehmen, und sagte nach einer Weile: »Im Grunde tut mir das Weinen gar nicht gut.« Und als sie das sagte, wirkte sie wie verwandelt und fünf Jahre jünger. Ich glaube, in unserem systemischen Know-how haben wir schon ein enormes Kapital. Aber auch da würde ich die Frage stellen, was dies für die Praxis, für die Häufigkeit der Sitzungen und was es für die Nutzung der Ressourcen bedeutet? Solchen Klienten gebe ich auch gern die Überraschungsaufgabe: »Was meinen Sie, wenn ich Ihnen raten würde, jetzt mal eine gute Zeit zu erleben, würde das sofort wieder die alten Erinnerungen an Verletzungen wecken, oder bestände da doch eine Chance, dass sie gemeinsam mit Ihrem Mann etwas Gutes erleben könnten, das Sie noch nicht erlebt haben?« In diesem Sinne halte ich die Anregung einer inneren Metaposition und die Einführung eines inneren Parlamentes für sehr wichtig.

*FD: Es geht darum, das Bisherige anders wahrzunehmen, anders zu erklären, anders zu bewerten und dadurch anders zu erleben?*

**Helm Stierlin:** Ja, einen anderen Blick zu ermöglichen, der unter Umständen die ganze Symptomatik und Fragestellung verändert. Und dementsprechend auch Hausaufgaben zu geben. Das macht mir eigentlich immer noch Spaß.

Anregung zu neuen Verhaltensweisen zu geben und den Blickwinkel zu einem neuen Erleben zu eröffnen.

*FD: Damit sind wir bei einem anderen Punkt angelangt, bevor wir zum Schluss kommen. Es gibt ja die Kritik an Systemischer Therapie, sie sei zu intellektuell bzw. zu kognitiv, Gefühle hätten darin keinen Platz ...*

Helm Stierlin: Das ist wohl auch mit die Schuld von Niklas Luhmann, bei dem Gefühle keine große Rolle spielen.

*FD: Ja, gut, in Luhmanns Theorie, aber welcher Therapeut arbeitet mit Luhmanns Begriffsexerziten? Bei ihm kommuniziert die Kommunikation, bei uns kommunizieren immer noch die Menschen miteinander ...*

Helm Stierlin: Stimmt. Das macht einen großen Unterschied.

*FD: Insofern denke ich, dass viele der Luhmann'schen Ideen, die ich für spannend und interessant halte, therapie- oder beratungspragmatisch völlig irrelevant sind.*

Helm Stierlin: Würde ich auch meinen.

*FD: Ich habe dieses Vorurteil, Gefühle kämen in der Systemischen Therapie zu kurz, Systemische Therapie sei zu rational u.Ä. schon häufig von Kursteilnehmern gehört, die zu uns in die Ausbildung kommen. Wie würdest du auf diese Kritik antworten?*

Helm Stierlin: Die Leute sollten sich der therapeutischen Praxis aussetzen. Es gibt ja inzwischen viele Videos über Systemische Therapie, die man zeigen könnte. Systemische Therapeuten versuchen, beides zusammenzubringen, eine Blickrichtung, die neue Wahrnehmungen, Erklärungen und Bewertungen eröffnet, und eine andere Blickrichtung oder Anregung, die neue Erlebnisse, neue Emotionen und neue Arten von Beziehungen ermöglicht.

*FD: Das Beispiel, das du gerade angeführt hast, macht das ja deutlich. Du redest ja mit deinen Klienten über ihre Gefühle, und sie können dabei natürlich auch Gefühle zeigen, nur versuchst du dabei, ihren Blickwinkel auf diese Gefühle zu steuern. Es ist ja nicht so, dass Gefühle verboten werden könnten.*

Helm Stierlin: Das Beispiel dürfte zeigen, wie enorm auch Gefühle von unserer Bewertung, unserem Blickwinkel abhängig sind. Ich glaube schon, das hat einen Unterschied bei dieser Frau gemacht, dass ich gesagt habe, das viele Weinen sei zwar nachvollziehbar, aber es helfe nicht viel. Das hat sie dann selbst auch so gesagt.

*FD: Das wusste Sie vorher wahrscheinlich noch nicht, insofern war es etwas Neues.*

Helm Stierlin: Davon gehe ich aus. Sie beschrieb sich selbst als innerlich sehr festgefahren. Sie kam aus einem sehr strengen, religiösen Milieu, das sie selbst infrage zu stellen begonnen hatte.

*FD: Helm, was gibt es für dich an Kritik- oder Schwachpunkten der Systemischen Theorie, was müsste sie noch stärker berücksichtigen, auf was müsste sie noch stärker fokussieren, um sich selbst weiter zu entwickeln? Wie könnte die Familiendynamik dazu beitragen?*

Helm Stierlin: Es sollten gerade traditionell schwierige Felder wie Psychotherapie oder Psychosomatik auch sehr kontrovers diskutiert werden können. Dazu sollte man auch Analytiker zu Worte kommen lassen, auch gerade bei der Frage, wieviele Sitzungen in alternativen Therapieansätzen nötig erscheinen. Ich finde es wichtig, gerade konfliktbesetzte Themen von unterschiedlichen Seiten her zu beleuchten und dadurch Spannung und Kontroverse hineinzubringen. Die *Familiendynamik* sollte nicht eine Art Lehrbuch werden.

*FD: Damit sind wir schon auf dem Weg zu meiner letzten Frage: Was würdest du der Systemischen Therapie und, soweit die Familiendynamik deren diskursive Plattform im Felde ist, auch der Familiendynamik ins Stammbuch schreiben? Etwa: Sucht den Diskurs, sucht die Kontroverse, auch mit den etablierten Therapieformen?*

Helm Stierlin: Ja, stellt Fragen! Mich hat da immer ein Ausspruch von Nietzsche sehr beeindruckt: Es kommt nicht auf den Mut der Überzeugung an, sondern auf den Mut, eine Überzeugung infrage zu stellen. Das, glaube ich, trifft den Kern.

*FD: Das könnte ja der Leitspruch oder das Hausmotto der zukünftigen Familiendynamik sein?*

Helm Stierlin: Ja, gerade das könnte es spannend machen, kontroverse Positionen zusammenzubringen, nicht, dass Schlachten geschlagen werden, in denen man den Kontrahenten abzuwerten versucht, sondern dass man in einem Dialog sehr klar auf Unterschiede verweist, die einen Unterschied machen und auch dazu angetan sein können, Grundüberzeugungen infrage zu stellen. Also, das würde ich der *Familiendynamik* wünschen, dass euch dies gelingt. Es ist für euch heutzutage schwierig, damals war es für uns einfacher.

*FD: Damals war alles frisch, alles neu ... vieles noch unbegriffen, da war viel Terrain noch nicht besetzt, noch nicht beschrieben wie heute. Jetzt entstehen nach und nach die Lehrbücher, und das ist ein Zeichen dafür, dass Systemische Therapie bzw. Theorie längst die revolutionäre Phase hinter sich gelassen und den Status einer Normalwissenschaft erreicht hat, wo alles gefestigt scheint, das man weitergeben kann. Wo gab es denn vor 20 Jahren Lehrbücher über Systemische Psychosomatik oder Systemische Paartherapie?*

Helm Stierlin: Ja, da sehe auch ich einen enormen Unterschied. Jetzt hat die Lehrbuchzeit begonnen.

*FD: Lieber Helm, ich danke dir im Namen der Familiendynamik und unserer Leser herzlich für die Zeit, die du dir genommen hast, um mit mir dieses Gespräch zu führen.* ■