

Das Chaos nutzen – Vom Umgang mit Veränderungen Therapeutisches Chaos

Priv.-Doz. Dr. Dr. Guido Strunk

08.05.2016 Liestal

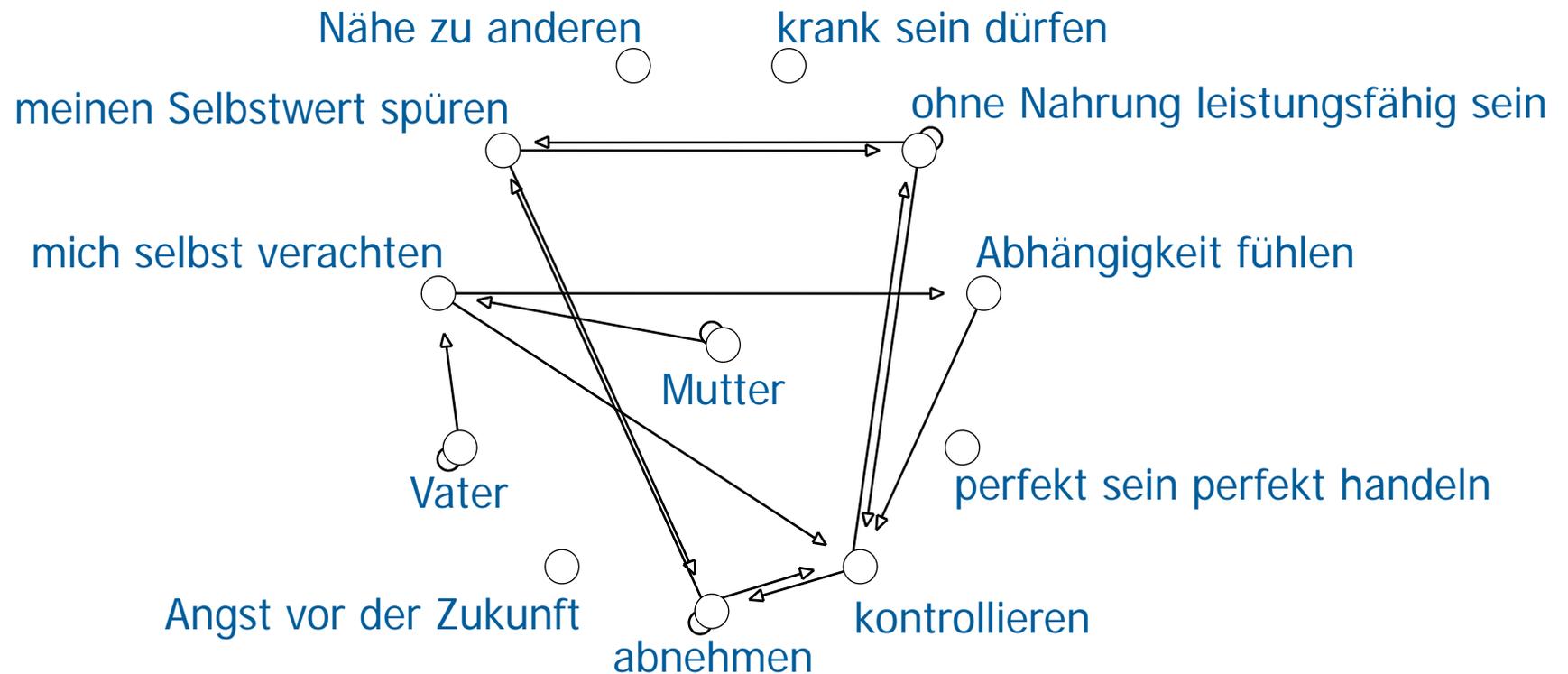
Grundprinzipien

- **Systemisch.** Es ist unmöglich, dass sich im menschlichen Zusammenleben keine Systeme ausbilden.
- **Autonome Dynamik.** In Systemen entstehen spontan und autonom Verhaltensmuster, die gegen äußere Verstörungen immun sind.
- **Direkte Einflussnahme.** Die direkte Einflussnahme erfordert eine tragfähige Beziehung, ist anstrengend für beide Seiten, kann ins Burnout führen und wirkt häufig nicht dauerhaft.
- **Indirekte Einflussnahme.** Die indirekte Einflussnahme erfordert eine tragfähige Beziehung, ist ungewiss für beide Seiten, kann fundamentale Veränderungen bewirken, die jedoch nicht vorhergesagt werden können.

Systemisch

Es ist unmöglich, dass sich im menschlichen Zusammenleben keine Systeme ausbilden.

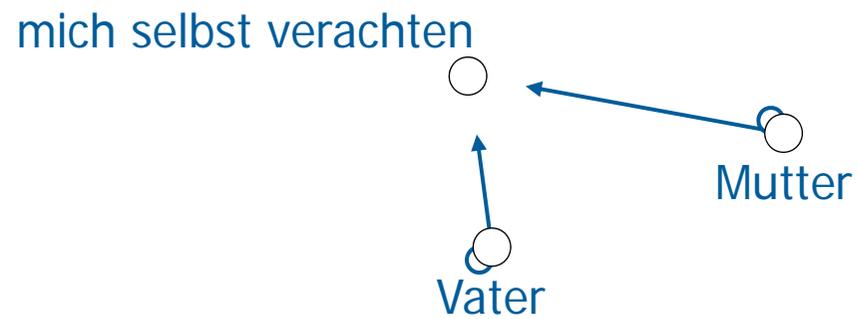
Beispiel: Anorexie



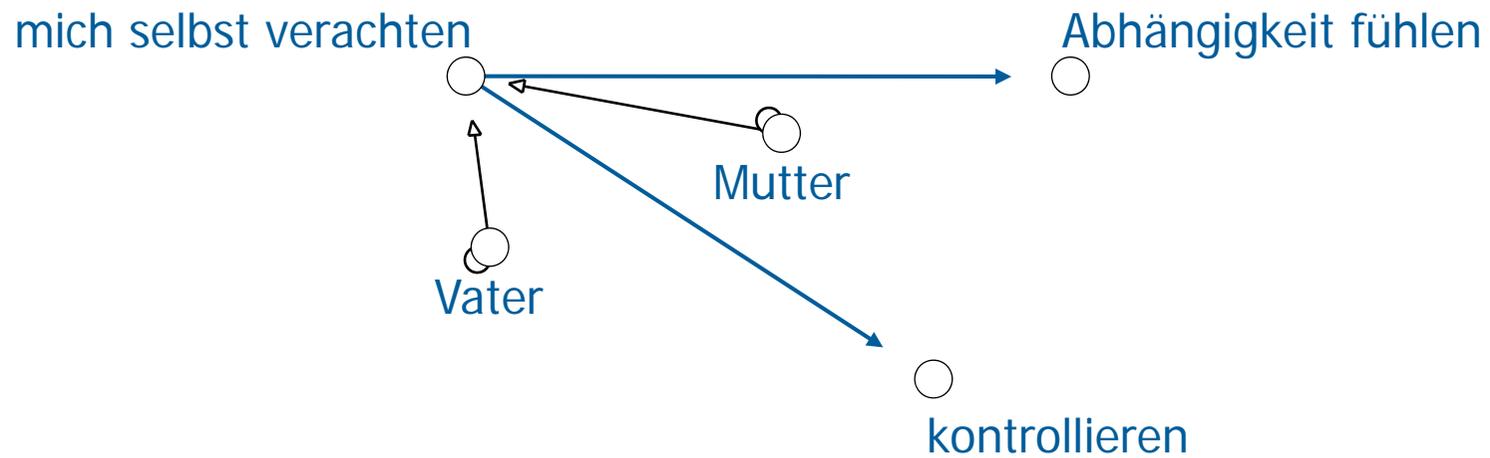
Beispiel: Anorexie



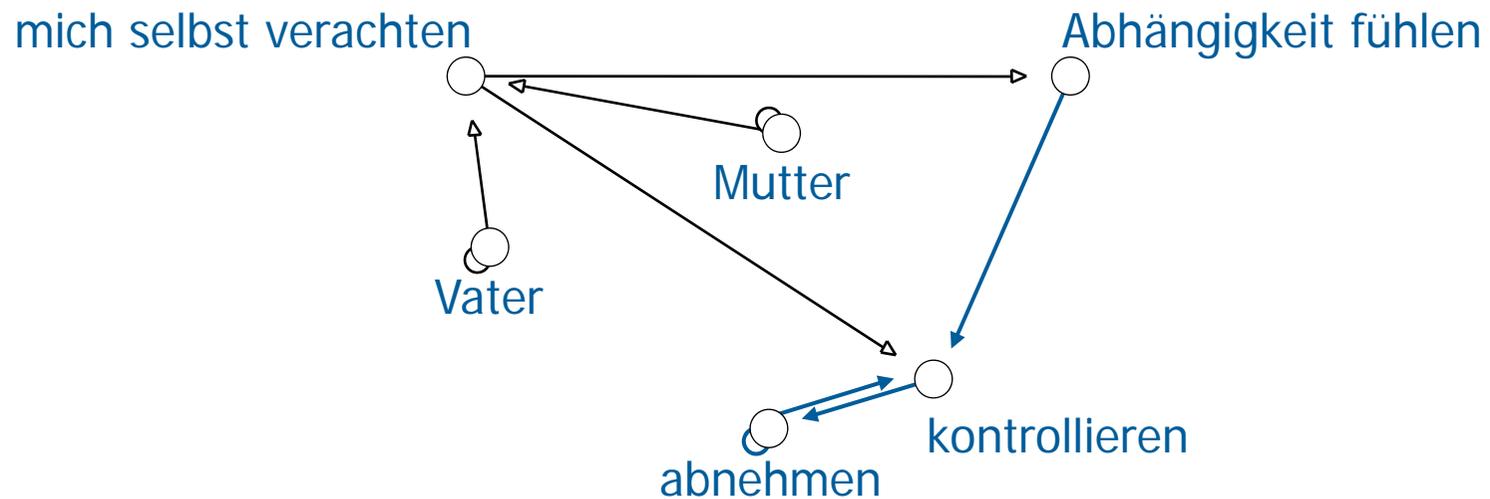
Beispiel: Anorexie



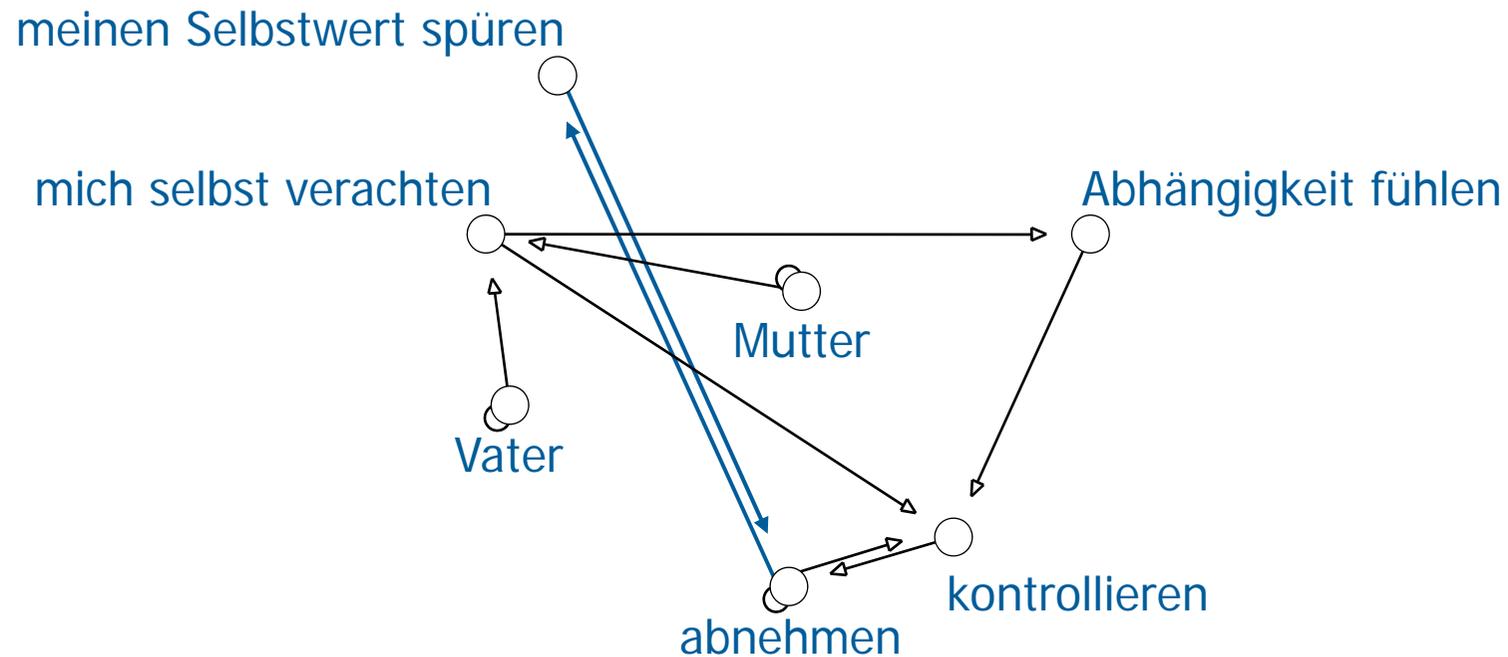
Beispiel: Anorexie



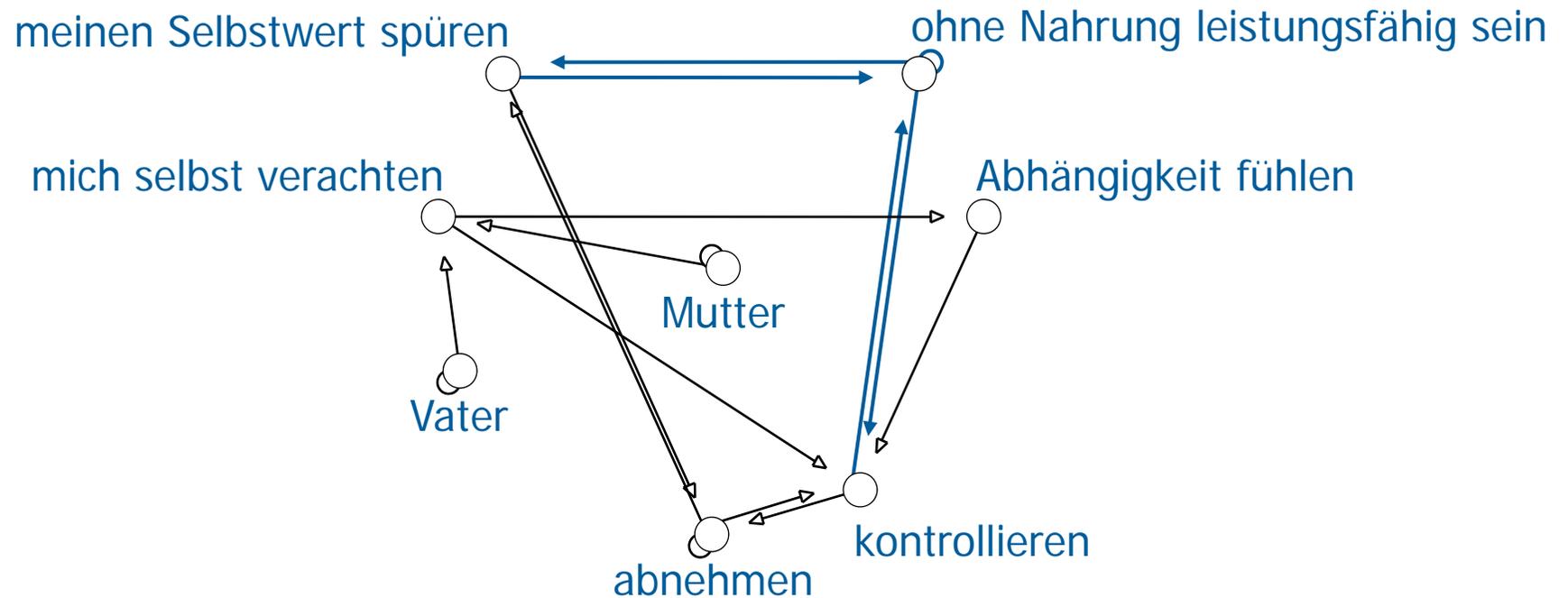
Beispiel: Anorexie



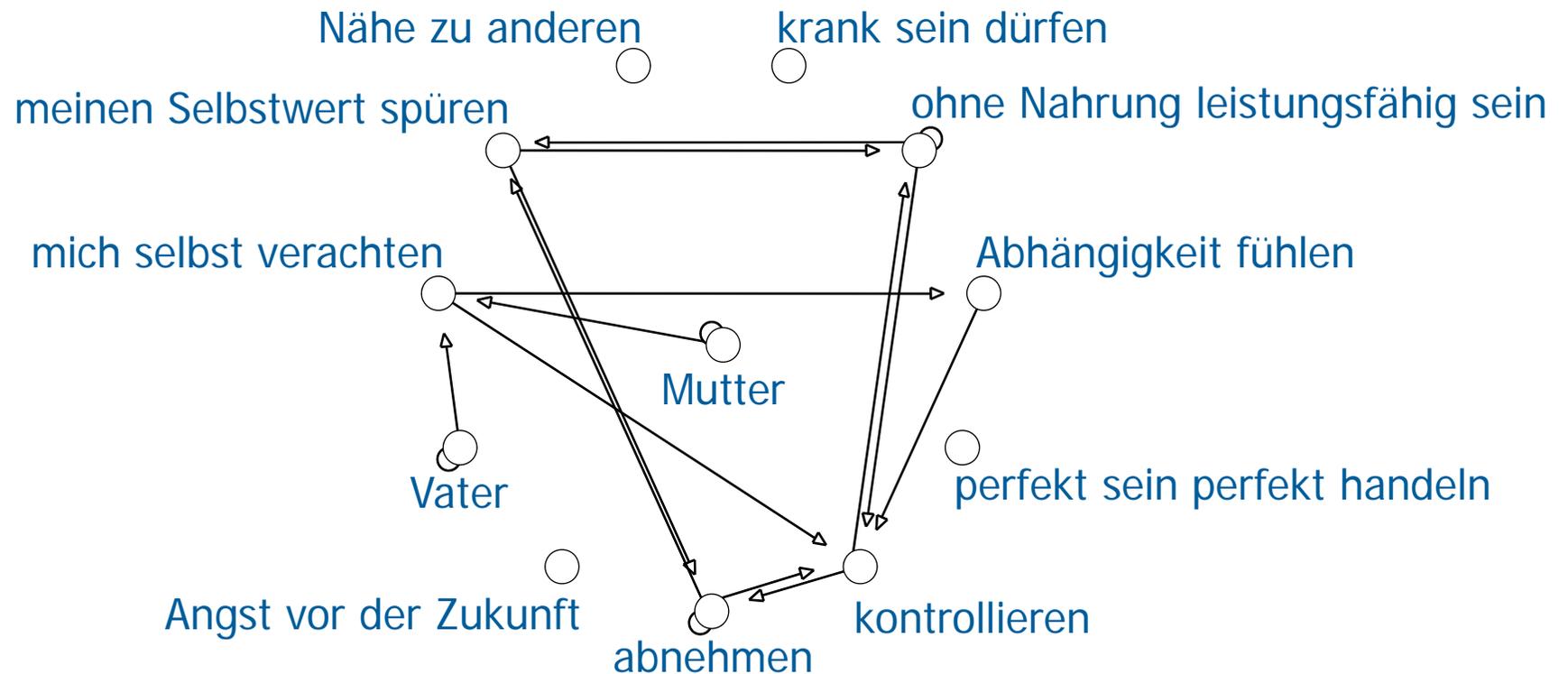
Beispiel: Anorexie



Beispiel: Anorexie



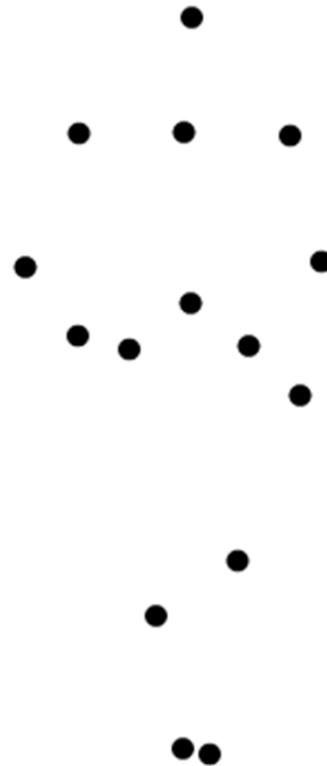
Beispiel: Anorexie



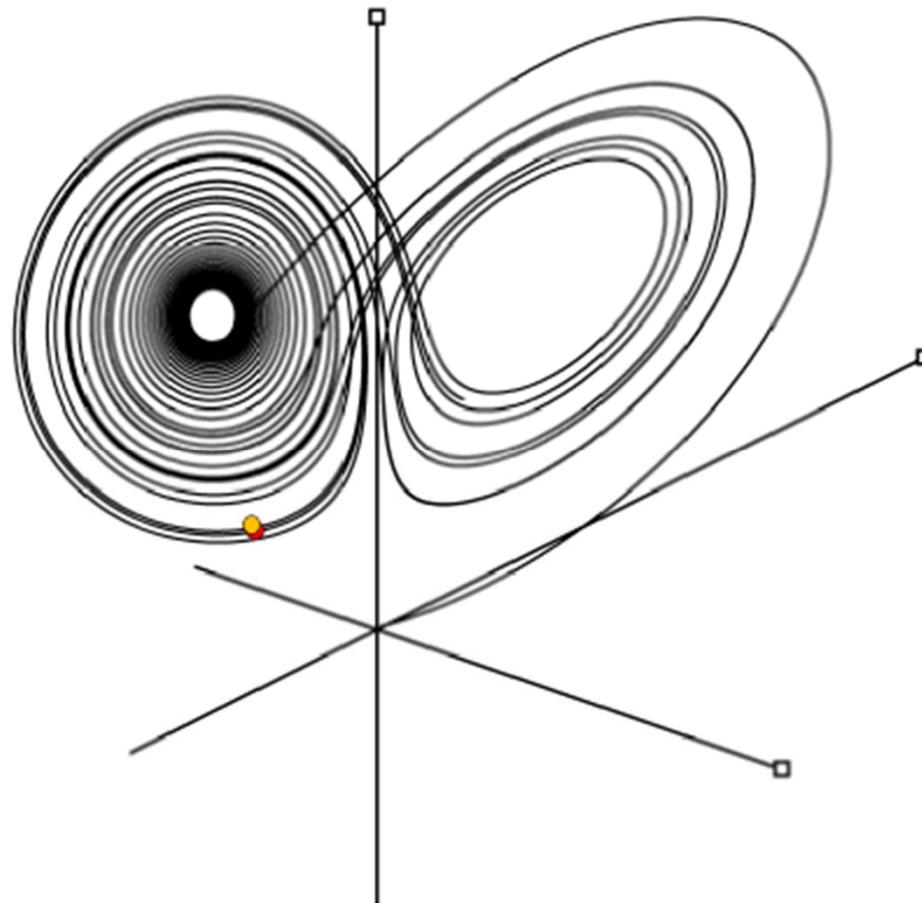
Autonome Dynamik

In Systemen entstehen spontan und autonom Verhaltensmuster, die gegen äußere Verstärkungen immun sind.

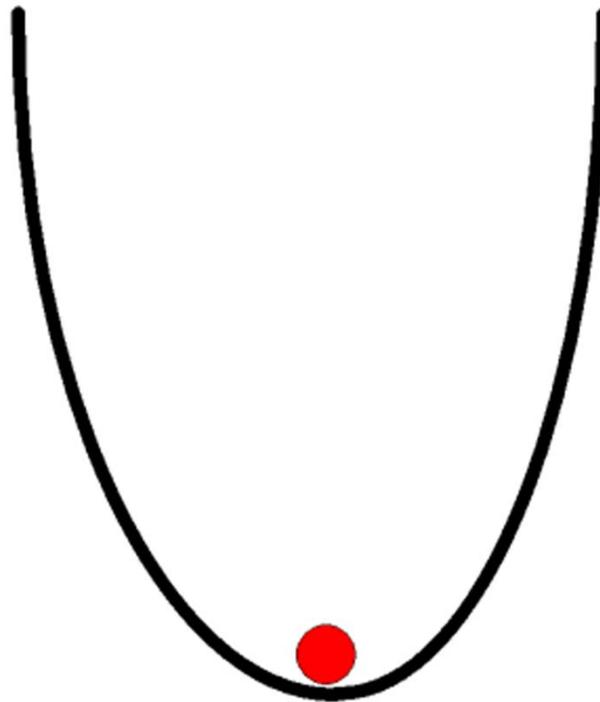
Struktur vs. Verhalten



Offenheit der Dynamik ...



... dennoch stabil



Trotz Schmetterlingseffekt

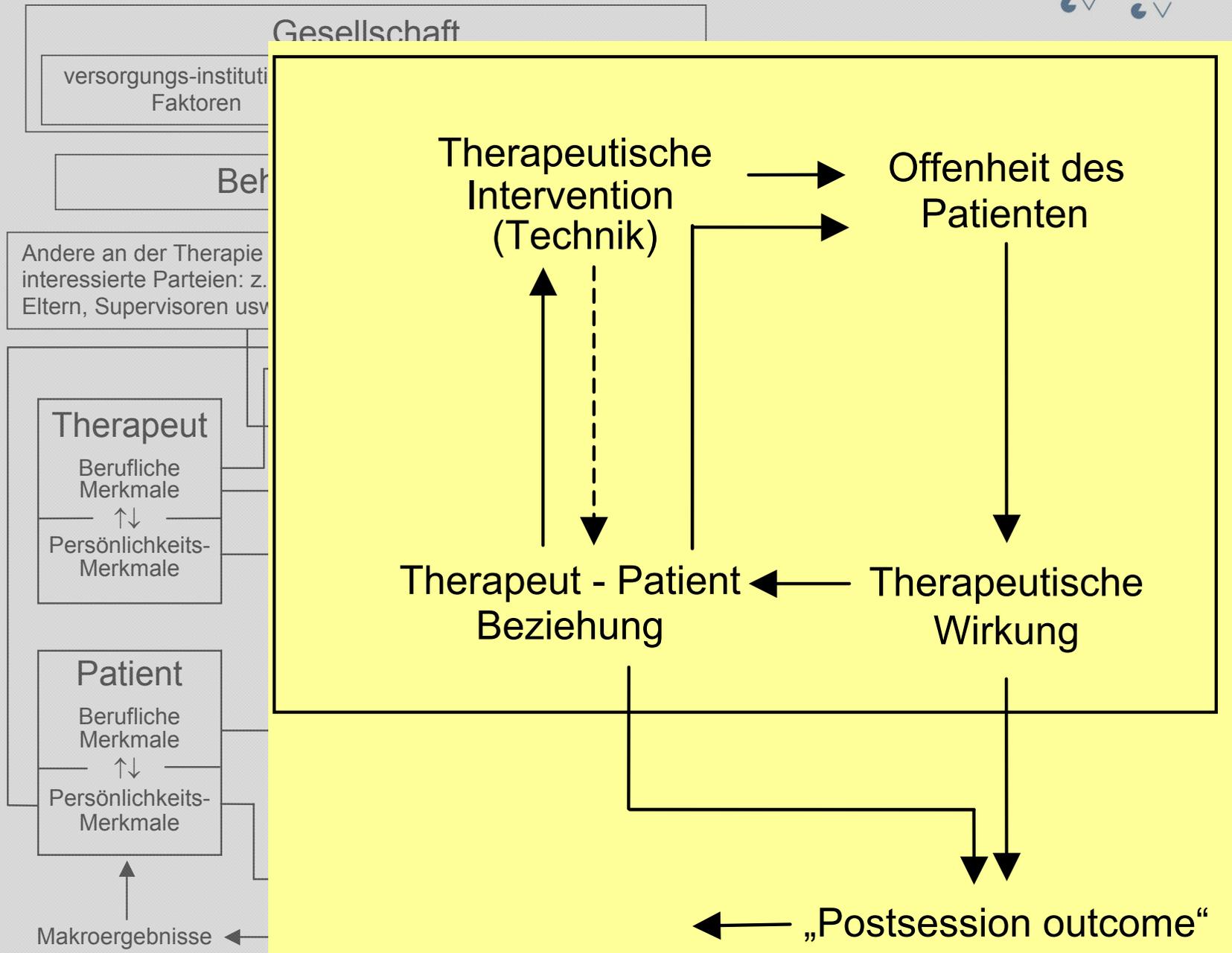
- Der Schmetterlingseffekt macht eine genaue Prognose unmöglich.
- Aber auch im Chaos ist das Verhalten des Systems durch das System erzeugt.
- Chaos besitzt also irgendwo doch eine Ordnung (wie die Zahl π).
- Bei unterschiedlicher Mundpropaganda verändert sich die Ordnung dramatisch.
- Die Mundpropaganda ist ein „Kontrollparameter“. Sie beeinflusst das Systemverhalten dramatisch.
- Es ist nicht leicht solche Parameter zu finden.

Voraussetzungen für Chaos

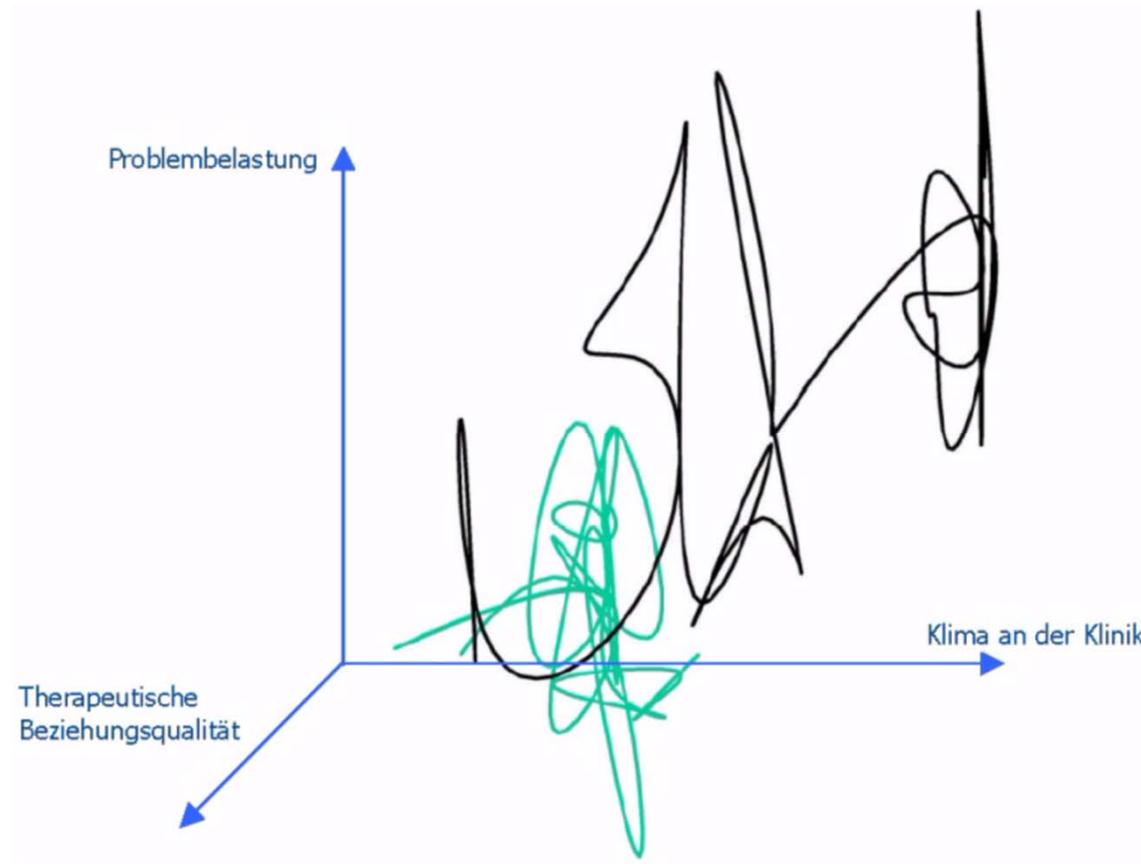
- Feedback (**Nichtlinearität**)
- Gemischtes Feedback (positiv und negativ)
- Mindestens 3 interagierende Variablen (Verhulst ist eine seltene Ausnahmen)
- Mindestens eine Wechselwirkungsbeziehung ist nichtlinear (**Nichtlinearität**)
- Genügend hoher Energiedurchfluss (energetisch geschlossene Systeme zeigen immer nur Fixpunktverhalten) (**Dissipation**)
- Vorsicht: auch ein chaosfähiges System ist nicht immer und in jedem Fall chaotisch

Therapeutisches Chaos

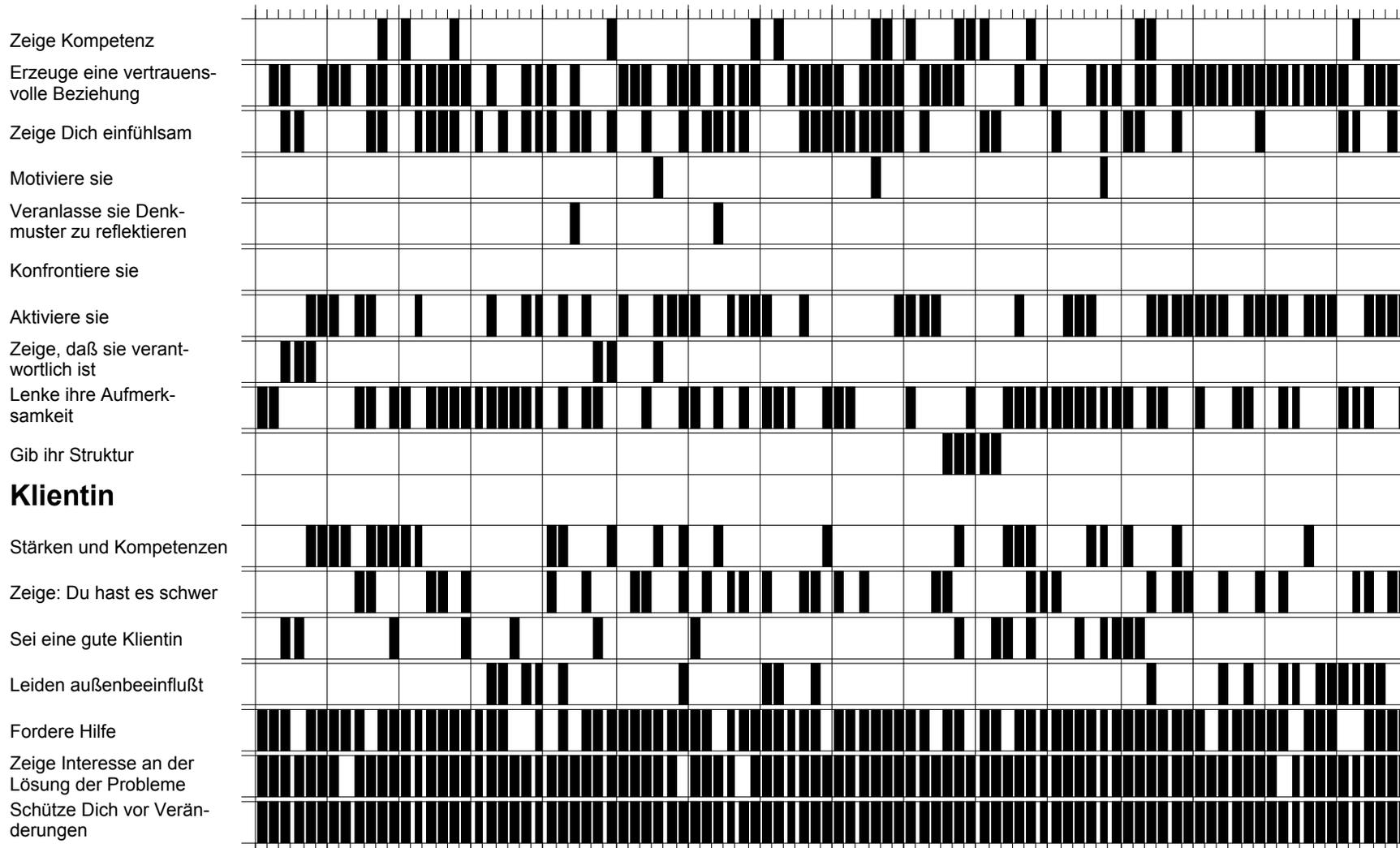
Es gibt Nachweise für Chaos in
Psychotherapien ...



Vergleich zweier depressiver Klienten



Therapeut



Sitzung 1

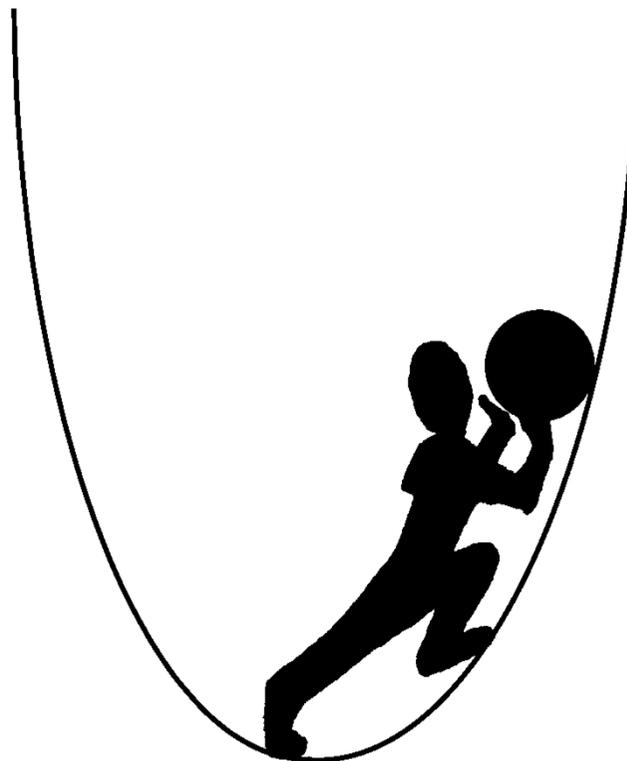
0

96

Direkte Einflussnahme

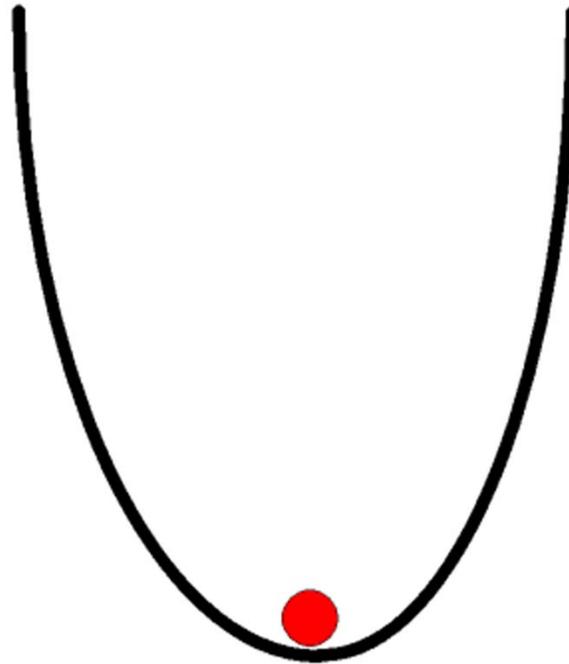
Die direkte Einflussnahme erfordert eine tragfähige Beziehung, ist anstrengend für beide Seiten, kann ins Burnout führen und wirkt häufig nicht dauerhaft.

Kugel schieben



Indirekte Einflussnahme

Die indirekte Einflussnahme erfordert eine tragfähige Beziehung, ist ungewiss für beide Seiten, kann fundamentale Veränderungen bewirken, die jedoch nicht vorhergesagt werden können.



Mindestens drei Fragen

- Was heißt es für Klientinnen und Klienten im Potenzialtal zu sein? Was muss man tun, damit das Tal tiefer wird?
- Wie fühlt sich „Kritisches Langsamerwerden“ an? Woran kann die Therapeutin, der Therapeut das merken?
- Wie kann man Veränderung anregen?

Grundprinzipien

- **Systemisch.** Es ist unmöglich, dass sich im menschlichen Zusammenleben keine Systeme ausbilden.
- **Autonome Dynamik.** In Systemen entstehen spontan und autonom Verhaltensmuster, die gegen äußere Verstörungen immun sind.
- **Direkte Einflussnahme.** Die direkte Einflussnahme erfordert eine tragfähige Beziehung, ist anstrengend für beide Seiten, kann ins Burnout führen und wirkt häufig nicht dauerhaft.
- **Indirekte Einflussnahme.** Die indirekte Einflussnahme erfordert eine tragfähige Beziehung, ist ungewiss für beide Seiten, kann fundamentale Veränderungen bewirken, die jedoch nicht vorhergesagt werden können.