

Vorwort

Der Weg ist das Ziel

Der Weg entsteht beim Gehen

(kurztherapeutische – vormals asiatische – Weisheiten)

Zuviele Therapeuten gehen mit einem aus zum Essen und sagen einem dann, was man bestellen soll. Ich gehe mit dem Patienten zu einem psychotherapeutischen Essen und sage: „Bestellen Sie selbst.“

(Milton H. ERICKSON)

Wenn ein Handbuch von etwas geschrieben wird, ist dies meist ein Zeichen davon, dass das Wissen, welches es beinhaltet, im Kreise der relevanten Zielgruppe eine gewisse Verbreitung und Akzeptanz gefunden und sich damit irgendwie etabliert hat. Also ein Anlass, als KurztherapeutIn stolz zu sein? Oder ein Anlass, nachdenklich zu werden und die Gefahren der „Normalisierung“ zu bedenken?

„Sowohl als auch“ oder „keines von beiden“ würden Steve DE SHAZER und Insoo Kim BERG vermutlich antworten. Es hängt von der Intention ab, mit der die LeserIn dieses Buch liest: als detaillierte Einführung, als Nachschlagewerk oder als Bestandsaufnahme der lösungs-orientierten Kurztherapie. Für alle diese Zwecke haben PELLER und WALTER einiges zu bieten:

Von den Grund- und Vorannahmen der Kurztherapie, der historischen Entwicklung ihrer verschiedenen Modelle über praktische Hinweise zum Aufbau von Rapport und Interviewführung bis zur Gestaltung lösungsfördernder Aufgaben und dem Umgang mit „schwierigen KlientInnengruppen“ bieten sie sehr anschaulich, praxisnah und unaufdringlich Material zur Anregung an.

Zeitgemäß verwandeln sie ERICKSONS Kristallkugel-Metapher in die eines Filmstudios, in dem die KlientIn selbst DrehbuchautorIn, Kamerafrau/Kameramann und RegisseurIn ist. Wichtig ist dabei zunächst, einer Vision/Zielvorstellung zu folgen: wie immer sie aussieht, sie muss zunächst attraktiv, dann immer konkreter und schließlich auch realisierbar sein. Die Rolle der TherapeutIn ist die einer DialogpartnerIn und BeraterIn, eine, die Fragen stellt, die die Aufmerksamkeit auf die gelungenen Szenen richtet, beim Umschreiben des Drehbuches hilft, sofern es zu vage ist, Vertrauen in die eigene Dreh-(Lösungs-)Kompetenz auf-

rechterhält und Stück für Stück, Version für Version den Dreh-Prozess moderiert.

Das Buch von PELLER und WALTER zeigt deutlich, dass Psychotherapie in der Form moderner Kurztherapie von vielen Mythen herkömmlicher Therapien und von ihnen zugrundeliegenden Prämissen ablässt. Für sie gilt, dass

- komplexes Verhalten nicht auf komplexen Ursachen beruhen muss, sondern auf recht einfachen Regeln basieren kann;
- komplexes Verhalten (Symptome und Lösungen) vollkommen absichtslos entstehen kann;
- Psychotherapie Anregung zur Veränderung ist und der Therapievertrag die Absprache zur Bewegung beinhaltet;
- die TherapeutIn ihre Kompetenz zum sensiblen Umgang mit der Stabilität und Instabilität des KlientInnenystems einsetzt;
- das Ergebnis von Veränderungsprozessen nicht plan- und vorher-sagbar ist, sondern sich aus iterativen, dynamischen Lösungsprozessen im Raum der Möglichkeiten der KlientInnen ergibt;
- kleine Ursachen große Wirkungen entfalten können;
- Lösungen von Problemen unabhängig und vollkommen verschieden sein können;
- die Erfolgskriterien letztlich von der KlientIn definiert werden.

Auch wenn PELLER und WALTER Einblick geben in die „Küche der Kurztherapie“, so wollen sie keinesfalls nur Rezepte weitergeben, sondern den LeserInnen mit Fragen zur Mitarbeit durch Reflexion eigener Vorannahmen bewegen – und immer soll die LeserIn selbst das Menü wählen und bestimmen, was und wie viel sie davon probieren will. Vielleicht hilft auch beim Genuss dieses Buches, bei Unklarheiten eine der drei Basisregeln des lösungs-orientierten Vorgehens anzuwenden:

Wenn etwas nicht kaputt ist, dann repariere es auch nicht.

Wenn Du weißt, was funktioniert, mach' mehr davon.

Wenn etwas nicht funktioniert, dann hör' auf damit; mach' etwas ander(e)s.

Bremen, im November 1993

Wolfgang Eberling

Vorbemerkungen

des (Reihen-) Herausgebers

Der Begriff „*lösungs-orientiert*“ ist mir heute geläufig, doch ich erinnere mich noch gut an die Zeit, wo ich das erste Mal auf ihn stieß und so meine Schwierigkeiten damit hatte.

Mitte der 80er Jahre landete eine Ankündigung des Brief Family Therapy Center für eine Fortbildung auf meinem Schreibtisch – es ging um „*solution focused therapy*“ – mit der Bitte, sie ins deutsche zu übersetzen. Mir schien alles klar – es ging hier um „Problemlösung“ und eben nicht um „Probleme“. Die Rückmeldung kam prompt – es ging dem BFTC-Team um „*Lösungen*“ und nicht um „Probleme“ oder „Problemlösungen“. Das war mir damals nicht nur neu, sondern auch völlig ungewohnt.

Es hat nur wenige Jahre gedauert, bis sich dieser Begriff durchgesetzt hatte, so dass „*lösungs-orientiert*“ heute zum festen Besitzstand des therapeutischen Vokabulars gehört.

Die erste Neuartigkeit, das Ungewöhnliche, hat sich mittlerweile gelegt, scheint schon beinahe selbstverständlich – und hat dennoch seine Tücken. Auf Fortbildungen erlebe ich es immer wieder, wie einleuchtend die Idee der Lösung den TeilnehmerInnen scheint – und welchen Herausforderungen sie sich dann gegenübersehen, wenn sie z.B. in einer Übung ein therapeutisches Verhalten zeigen sollen, das sich ausschließlich an Lösungen, Ausnahmen und Ressourcen orientiert.

Der „Verlust“ der „Probleme“ in der therapeutischen Arbeit scheint schwer zu wiegen, fast so schwer wie der „Verzicht“ auf das Konzept des „Widerstandes“, der ersten großen BFTC-Umwälzung.

Deshalb freut es mich, dass hier nun erstmals in deutscher Sprache ein Buch vorliegt, in dem WALTER und PELLER Schritt für Schritt aufzeigen, wie Sie, die LeserInnen, sich „*lösungs-orientiert*“ entwickeln können. Dass dies nicht immer ganz einfach vonstatten geht, das machen die vielen Schritte erkennbar, zu denen uns die AutorInnen verführen und einladen möchten.

Die Frage bleibt – und die LeserInnen werden sie sich, so denke ich, nach der Lektüre früher oder später auch stellen: ist dieser Ansatz eine vielversprechende *neue Technik* oder ist diese Technik eine vielversprechende *neue Haltung*?

Das machen WALTER und PELLER in diesem „Lehr- und Lernbuch“ für mich unmissverständlich deutlich – der Blick auf Lösungen öffnet auch den Weg zu einem respektvoll(er)en Umgang mit den „KundInnen“, lässt ihnen ihre Kompetenzen, stärkt ihre Ressourcen und führt so manchmal zu ungewöhnlichen, zumeist aber raschen Änderungsschritten.

Diese Leichtigkeit, dieser Verzicht auf aufwendige rückschauende Analysen – das scheint etwas zugleich reizvoll An- und Aufregendes, wie auch Irritierendes und Verwirrendes: denn so macht die Arbeit vielleicht sogar *Spaß* – mehr Spaß – und erschließt in kurzer Zeit Möglichkeiten, auch mit schwierigen Problemen „*anders*“ umzugehen.

Und so möchte ich Sie einladen, der Einladung von WALTER und PELLER zu folgen – sich zu fragen und sich befragen zu lassen.

Meyn, im Oktober 1993

Jürgen Hargens