



### Herzlich Willkommen!

In dieser Ausgabe geht es um die Auswirkungen von Systemen. Wodurch zeichnen sich Systeme aus und welche Konsequenzen haben sie auf die Arbeit mit Klienten? Zudem finden Sie auf der letzten Seite eine Auflistung von "Murphys Gesetzen", von denen Sie vielleicht schon etwas gehört haben, wie z.B.: "Was schief gehen kann, geht schief!" Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen  
Ihr Norman Ehlert

## Die (heimliche) Wirkung von Systemen (Teil 1)

Bei der Arbeit mit Klienten zeigt sich gelegentlich folgendes Phänomen:

Es wurden gute Ziele und Vorgehensweisen herausgearbeitet, der Klient ist hoch motiviert und man hat den Eindruck, dass "der Knoten jetzt geplatzt ist". Gespannt erwartet man in der nächsten Sitzung weitere Erfolgsmeldungen des Klienten und hört stattdessen, dass sich die Situation eher noch verschlimmert habe.

Was ist da passiert?

Eine Erklärung könnte sein:

**Das System "schlägt zurück"!**

Wie ist das zu verstehen?

Ein Coach oder Therapeut arbeitet nicht im "luftleeren Raum". Selbst wenn er nur einen Klienten vor sich sitzen hat, gibt es immer ein System dahinter. Ein System, in welches der Klient eingebunden ist.

Genau genommen ist der Klient, wie wir alle in verschiedene Systeme eingebunden, aber man kann sich auf das System beschränken, in welchem das Problem angesiedelt ist.

© norman-ehlert.de

### Wer gehört zum System?

Hat der Klient ein "Mobbing-Problem", dann würden zu diesem relevanten System seine Arbeitskollegen und sein Chef gehören. Bei einem Problem in der Partnerschaft wäre der Partner und eventuell weitere Angehörige zu beachten.

### Was gehört noch zu einem System?

Zu einem System gehören nicht nur die Personen an sich, sondern auch deren Umgang miteinander. Wie wird kommuniziert? Wer redet mit wem und worüber? Wer redet nicht miteinander? Und warum?

Ebenfalls zum System gehören noch Regeln und Vorschriften, wie sich der Einzelne zu verhalten hat, zum Beispiel eben worüber gesprochen und worüber nicht geredet werden darf. Diese Regeln sind meist unausgesprochen und nicht klar, aber umso stärker wirksam.

### Warum gibt es Systeme?

Ohne die Einbindung in ein System würde der Mensch vermutlich nicht überleben. Das beginnt bereits in der 3-Kopf-Familie, in welcher das Kind hinein geboren wird und auf die körperliche und seelische Unterstützung seiner Eltern angewiesen ist.



## Die (heimliche) Wirkung von Systemen (Teil 2)

Ein System sichert seinen Mitgliedern Vorteile und Privilegien. Die Vorteile reichen von emotionalem Beistand in Notsituationen über Geselligkeit bis hin zu finanzieller Unterstützung. Verschiedene Systeme gewähren zusätzlich einen VIP-Status und befriedigen damit das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung. Manche Systeme sichern dazu die Exklusivität ihrer Mitgliedschaft durch hohe Hürden, wie zum Beispiel finanzielle Mittel oder akademische Grade. Man hebt sich dadurch von der breiten, nicht privilegierten Masse ab.

Je exklusiver ein System, desto größer der (gesellschaftlich geprägte) Wunsch, zu den (ausgewählten) Mitgliedern zu gehören. Während also das Ursprungssystem für die Sicherung von körperlichem und seelischem Wohlbefinden notwendig war, dienen heute Systeme (ganz gleich ob Fußballverein oder Rotari-Club) der Abgrenzung von anderen und damit oft dem Gefühl "Wir sind besser als die Anderen".

Oft gibt es auch Insignien, wie Trachten, Symbole, Vereinswimpel oder Arbeitsbekleidung, welche die Mitgliedschaft und damit die Zugehörigkeit zu einer Gruppe und damit einem System anzeigen. Bei einigen Systemen, wie z.B. der Bundeswehr bewirkt diese (gezielte) Konformität ein Aufheben der Individualität und damit die größere Wahrscheinlichkeit zur Unterordnung und Befehlsausübung.

Je wichtiger jemand ein System für die Erfüllung seiner Bedürfnisse erachtet, desto stärker ist seine Motivation dort "in" zu sein. Damit geht es genau genommen um die sozialpsychologische Frage :

*Ist man draußen oder drin?!*

Wenn jemand also unbedingt zu einem System gehören möchte, dann wird er sich den Regeln des Systems anpassen müssen. Die Regeln halten ein System zusammen und verursachen dadurch eine Bindung der Mitglieder im System. Das ist auch verständlich: Wenn ein anderes System attraktiver wäre, dann würde sich das bestehende System auflösen.

Stellt nun jemand dieses bestehende System in Frage, in dem er zum Beispiel auf der Arbeit den Vorgesetzten kritisiert, dann muss er wissen, dass sich die einzelnen Mitglieder dadurch ebenfalls in Frage gestellt sehen können. So nach dem Motto: "Wie der Herr, so das G'scherr!". Diese anderen Teile des Systems werden dann Verhaltensweisen zeigen, um das System zu schützen. Eine wäre das Ausgrenzen des "Schwarzen Schafes" durch Ignorieren, Lästern, Informationen verheimlichen, Fehlinformationen geben oder verleumden.



Also genau das, was beim Mobbing passiert! Das "schwarze Schaf", welches das System hinterfragt, wird solange "hinausgemobbt", bis es über die Grenzen des Systems hinausgeschoben wurde oder aber sich wieder angepasst hat.

Eventuell wird das "schwarze Schaf" und damit das "schwächste Glied in der Kette", auch von den Kollegen als Sündenbock beim Chef "geopfert", ähnlich wie im rechten Cartoon.

Aber zurück zu unserem Klienten. Dieser kommt also zum nächsten Termin und berichtet statt der erwarteten Erfolge zum Beispiel davon, dass es wieder zu *Streit mit der Partnerin* gekommen ist.

Man müsste sich dann hier die Frage stellen (oder noch besser stellt man sie dem Klienten in abgewandelter Form):

### Was spielt das Symptom für eine Rolle im System?

In diesem Fall: Wozu ist der Streit im System wichtig? Hier ergäben sich verschiedene Möglichkeiten, u.a.:

Streiten ist manchmal besser als gar kein Gespräch!

Streit ist die gewohnte Kommunikationsform, alles andere könnte zu unsicher sein, z.B. auch liebevolles Verhalten.

Wer streitet, hat keine Zeit für andere Dinge und muss sich z.B. nicht damit auseinandersetzen, ob noch genug Gefühle für einander vorhanden sind.

Derjenige, der den Streit vom Zaune bricht, könnte sich z.B. dem anderen unterlegen fühlen und durch die Vorwürfe einen Ausgleich oder sogar die eigene Überlegenheit herstellen.



## Die (heimliche) Wirkung von Systemen (Teil 3)

Wenn man sich nicht streiten würde, wäre man vielleicht (unbewusst) illoyal den Eltern gegenüber, die nicht glücklich miteinander waren.

Man kennt diese Problematik in der systemischen Therapie durch den "Indexpatienten": Eine Person (z.B. ein einnässendes Kind) macht auf ein Problem im System aufmerksam. D.h. nicht die einzelne Person hat ein Problem, sondern sie ist als "schwächstes Glied" im System nur der "Symptomträger".

Z.B. könnte das einnässende Kind alle im System zusammenhalten. Wie? Wenn sich die Eltern eventuell nur streiten und sich vielleicht trennen würden, dann könnte das Problem des Kindes sie von diesem Streit "ablenken" und damit das bestehende System aufrechterhalten.

Aufrechterhalten ist ein gutes Stichwort! Ein Merksatz lautet:

### **Ein System versucht, seinen alten Zustand aufrechtzuerhalten!**

Genau das ist oft das Problem, wenn ein Klient sich trotz guter Motivation nicht verändert! Das System hält ihn zurück!

Warum das? Weil eine Veränderung von einem Teil des Systems eine (zwangsweise) Veränderung des gesamten Systems zur Folge hat. Und da sich ein System auf ein gewisses Gleichgewicht "eingependelt" hat, versucht es lieber, den alten Zustand wieder herzustellen! Und das kann bedeuten, dass ein Klient wieder seine alten Symptome bekommt, weil diese zu seiner Rolle im System gehören. Immerhin kommen oft Klienten, die ihre Symptome schon eine Weile haben und deren System sich darauf "eingestellt", man könnte auch sagen daran "gewöhnt" hat.

Wenn ein Klient, als Teil seines Systems, sich ändern will, dann hat das **System drei Möglichkeiten:**

- 1. Der Klient fällt in den alten Zustand zurück und das alte System bleibt bestehen.**
- 2. Der Klient bleibt im neuen Zustand und das alte System bricht auseinander.**
- 3. Der Klient bleibt im neuen Zustand und das alte System verändert sich und erreicht auch einen neuen Zustand.**

*Möglichkeit 1.* habe ich oben schon erläutert.

Die *2. Möglichkeit* ist ebenfalls nicht unbedingt selten. Oft können Familien zerbrechen, wenn ein Mitglied sich ändert, aber das System zu unflexibel ist, um sich anzupassen.

Nicht nur bei Klienten ist das der Fall. Manchmal kann das auch in Partnerschaften vorkommen, in denen sich der eine Partner persönlich weiterentwickelt, der andere sich aber nicht verändern möchte oder kann.

Die *3. Möglichkeit* ist vermutlich oft die Beste. Sie setzt voraus, dass ein System motiviert und in der Lage ist, sich zu ändern. Dann wird es sich nach einem Zustand der Unruhe in ein neues Gleichgewicht einpendeln.

Aber selbst bei der 3. Möglichkeit müssen Klient und Coach/Therapeut damit rechnen, dass das System zuerst versuchen wird, den Klienten in seinen alten Zustand zurück zu bringen!

Was aber kann man tun, damit der Klient sich verändern "darf", ohne das sein System auseinander bricht?

Einen sogenannten *Ökologie-Check*: Nachdem der Klient neue Verhaltensweisen und Einstellungen erarbeitet hat, kann man ihm folgende Fragen stellen:

*Wenn Sie sich ab jetzt anders verhalten, wie wird sich das auf Ihr Umfeld auswirken?*

*Welche positiven oder negativen Folgen könnte das haben?*

Man geht imaginativ einen Schritt in die Zukunft (sog. Future-Pace) und ergründet die Aus-Wirkungen der Veränderung. So kann der Klient schauen, ob seine Veränderungen mit seinem System kompatibel sind oder ob es zu ungewollten negativen Konsequenzen kommen könnte.

Zeigen sich solche negativen Konsequenzen, dann könnte man auch hierfür Bewältigungsstrategien erarbeiten.

Meiner Erfahrung nach ist das Wichtigste, die Varianten einer System-Entwicklung zu kennen und mit dem Klienten eine bestmögliche Analyse von möglichen Auswirkungen durchzuführen.

Man sollte jedoch auch mit unvorhersehbaren Veränderungen rechnen, denn ganz vorhersehen lassen sich die Auswirkungen nicht, dazu ist ein System viel zu komplex.

Aber es geht auch nicht darum, denn letztendlich ist das ganze Leben Veränderung: Selbst wenn sich der Klient nicht verändert, hat das auf ihn und sein System Auswirkungen.

## Murphys Gesetze

Wenn etwas schiefgehen kann, dann wird es auch schiefgehen.

Das, was Du suchst, findest Du immer an dem Platz, an dem Du zuletzt nachschaust.

Egal, wie lange und mühselig man versucht, einen günstigen Gegenstand zu kaufen, wird er, nachdem man ihn endlich gekauft hat, irgendwo billiger verkauft werden.

Die andere Schlange kommt stets schneller voran.

Um ein Darlehen zu bekommen, muß man erst beweisen, daß man keines braucht.

Alles, was Du in Ordnung zu bringen versuchst, wird länger dauern und Dich mehr kosten, als Du dachtest.

Wenn man lange genug an einem Ding herumfuscht, wird es brechen.

Wenn es klemmt - wende Gewalt an. Wenn es kaputt geht, hätte es sowieso erneuert werden müssen.

Maschinen, die versagt haben, funktionieren einwandfrei, wenn der Kundendienst ankommt.

Jeder hat ein System, reich zu werden, das nicht funktioniert.

In einer Hierarchie versucht jeder Untergebene seine Stufe der Unfähigkeit zu erreichen.

Man hat niemals Zeit, es richtig zu machen, aber immer Zeit, es noch einmal zu machen.

Sind Sie im Zweifel, murmeln Sie. Sind Sie in Schwierigkeiten, delegieren Sie.

Alles Gute im Leben ist entweder ungesetzlich, unmoralisch, oder es macht dick.

Hast Du Zweifel, lass es überzeugend klingen.

Ein Computerprogramm tut was Du schreibst, nicht was Du willst.

Wenn Baumeister Gebäude bauten, so wie Programmierer Programme machen, dann würde der erste Specht, der vorbeikommt, die Zivilisation zerstören.



© norman-ehlert.de

Institut

[norman-ehlert.de](http://norman-ehlert.de)

Haldenweg 10

58455 Witten

Tel.: 02302-2056667

mail: [info@norman-ehlert.de](mailto:info@norman-ehlert.de)

Internet: [www.norman-ehlert.de](http://www.norman-ehlert.de)