

## Systemische Beratung

Üblicherweise erlebt man seine Probleme als Ergebnis eigener Defizite oder früherer prägender Erfahrungen. Häufig auch - insbesondere bei der Klärung von Schuld-Fragen - als das unverständliche Ergebnis des Verhaltens des Gegenübers. In dieser Betrachtungsweise geht der suchende Blick zurück zum eigenen Geworden-sein bzw. zu dem des Gegenübers.

Die systemische Herangehensweise ermöglicht es Probleme im Zusammenhang aller relevanten sozialen Zusammenhänge und deren Interaktionen zu sehen. Die Interaktionen laufen nach bestimmten Mustern ab, die in der Regel das Problem hervorbringen, stabilisieren oder verstärkend dazu beitragen.

Einen Blick auf diese Abläufe zu werfen und nach alternativen Sichtweisen und Verhaltensmöglichkeiten zu suchen ist Sinn der systemischen Beratung. So finden sich oft schnelle Lösungen ohne eine Aufarbeitung der Geschichten der Beteiligten vornehmen zu müssen.

Auch gesundheitliche Probleme lassen sich häufig in solchen Zusammenhängen betrachten und eröffnen bisweilen verblüffende Einsichten.