



**Institut für  
Systemische Therapie,  
Beratung und Supervision**

Akkreditiert bei der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie DGSF und der Bayerischen Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten



**Münchener FamilienKolleg**  
Systemische Fort- und Weiterbildung  
seit 1974

**Gerd F. Müller**

## **Integration des Ansatzes von Virginia Satir in systemisch-ressourcenorientiertes Handeln**



Auszug aus dem Taschenbuch  
„Virginia Satir:

Kommunikation ist ein riesiger Regenschirm ... der alles umfasst, was unter Menschen vor sich geht“

© 2018 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung, Seiten 7 – 49

Dieses Exemplar ist nur zum privaten Gebrauch bestimmt. Bitte Copyright des Verlags beachten.

Virginia Satir

# Kommunikation ist ein riesiger Regenschirm

■■■ **der alles umfasst, was unter Menschen vor sich geht**

Aus dem Amerikanischen von Maria Bosch und Elke Wisshak

Mit einer Einführung von Gerd F. Müller

## Zu diesem Buch

Virginia Satir, die zu den bekanntesten Familien- und Psychotherapeuten zählt, hat mit ihrer innovativen Herangehensweise zahlreiche Praktiker aus den helfenden Berufen inspiriert und bereichert und die wichtigsten Grundlagen der Familientherapie gelegt. Dieses Buch widmet sich ihrem Kommunikationsansatz, der Frage, wie Kommunikation wirkt, und vor allem, wie wir sie verbessern können. Zahlreiche Übungen laden dazu ein, den eigenen Kommunikationsmustern auf die Spur zu kommen, doppeldeutige Botschaften zu erkennen und die eigenen Reaktionsweisen spielerisch zu verändern. Eine Einführung in das Werk und Erbe der herausragenden Therapeutin von Gerd F. Müller zeigt die heutige Relevanz auf.

Klienten gelingt es oftmals gerade durch kurze und überraschende Interventionen in der Therapie, neue Perspektiven und Lösungsansätze für das eigene Problem zu finden. »kurz & wirksam« stellt in kompakter Form die effektivsten Kurzinterventionen praxisnah und bündig vor.

Die Kapitel 1–3 wurden dem Buch entnommen:

Virginia Satir: Selbstwert und Kommunikation. Verlag Klett-Cotta, Stuttgart, 22. Aufl. 2016. Die Originalausgabe dieses Buches erschien unter dem Titel »Peoplemaking« © 1972 by Science and Behavior Books Inc., Palo Alto, Kalifornien.

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2018 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Printed in Germany

Cover: Jutta Herden, Stuttgart

unter Verwendung eines Fotos von © Adobe Stock/Curioso Photography

Gesetzt aus der Documenta von Kösel Media GmbH, Krugzell

Gedruckt und gebunden von GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-608-89231-4

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

## Inhalt

### **Einführung** (im Buch Seite 7 – 49)

Von Gerd F. Müller (Titel für diese Vorlage geändert)

#### **Literatur zur Einführung**

#### **Zum Autor der Einführung**

### **1. Kapitel**

#### **Kommunikation: Sprechen und Hören**

### **2. Kapitel**

#### **Kommunikationsmuster**

##### **2.1 Beschwichtigen**

##### **2.2 Anklagen**

##### **2.3 Rationalisieren**

##### **2.4 Ablenken**

### **3. Kapitel**

#### **Kommunikationsspiele**

**Gerd F. Müller**

**Einführung:**

**Integration des Ansatzes von Virginia Satir in systemisch-ressourcenorientiertes Handeln**

## **1. Begegnung mit Virginia Satir**

Anfang der Siebzigerjahre des letzten Jahrhunderts begegnete ich Virginia Satir zum ersten Mal live. Die TeilnehmerInnen saßen im Stuhlkreis, Virginia Satir stand während des ganzen Seminars und schien nicht zu ermüden. Nein, sie stand nicht, sie bewegte sich im Raum, ging auf Einzelne zu, stellte sich vor eine Teilnehmerin hin, ergriff ihre Hände und verwickelte sie in einen kurzen Dialog. Bei anderer Gelegenheit bat sie die Teilnehmenden, sich in Zweier- oder Dreiergruppen zusammenzufinden und eine der für sie typischen Wahrnehmungsübungen zu machen. Sinnlich erfahrbar wurde, wie unterschiedlich sich diverse Positionen in Triaden anfühlten oder welche Wirkung die einzelnen Kommunikationsformen auf die Gruppenmitglieder hatten. Wenn ein Teilnehmer eine Bemerkung machte oder eine Frage stellte, modellierte Virginia Satir rasch eine Skulptur und gab auf diese Weise ihre Antwort.

Ich war sprachlos, aufgeregt und neugierig zugleich. Noch nie zuvor hatte ich eine Fortbildung erlebt, die so dynamisch, emotional berührend und voller Aktion war. Ich war fasziniert und wollte diese Art zu arbeiten erlernen.

Ausführliche Gelegenheiten dazu ergaben sich in den darauffolgenden Jahren bei Fortbildungskursen mit Virginia in den USA und Kanada, später dann auch in Deutschland. Sie war für mich die einfallsreichste, kreativste und außergewöhnlichste Lehrerin, die mir jemals begegnet ist. Zu den Highlights zählten zweifellos die jeweils 10-tägigen Seminare mit Familienrekonstruktionen, die Virginia Satir am Münchner FamilienKolleg zwischen 1982 und 1987 durchführte. Dabei entstand auch ein Film über ihr Leben und ihre Arbeit (Südwestfunk 1983).

## **2. Von der klassischen systemischen Familientherapie zur systemischen Psychotherapie**

Virginia Satir war die Begründerin der system- und wachstumsorientierten Familientherapie und eine der Wegbereiterinnen dafür, dass die Behandlung von psychisch kranken und beeinträchtigten Menschen in vollkommen neuem Licht gesehen wurde. Ihre für den damaligen therapeutischen Kontext ungewöhnliche zentrale Aussage war, dass jeder Mensch psychisch wachsen und sich verändern kann. Offen und vorurteilsfrei arbeitete sie mit Menschen jeglicher Herkunft und mit jeglichem Problem oder Anliegen. Sinngemäß sagte Virginia Satir: »Wenn ich aufhöre, Menschen zu beurteilen, kann ich beginnen, sie zu entdecken.« Ihre Sicht- und Arbeitsweise – ein Gegenentwurf zum damals übermächtigen medizinischen Krankheitsverständnis – brachten psychische Leiden und Krankheiten aus der Ecke des Verrückten, Gestörten, hinter verschlossenen Türen Ablaufenden ins Licht des Normalen und Alltäglichen. Die neuen Wege, die sie im Feld der Psychiatrie, Psychotherapie und Beratung betrat, vermittelte sie in Demonstrationen, die sich unter anderem durch ausdauernde Präsenz, emotionale Wärme und Genauigkeit im Gespräch mit den KlientInnen auszeichneten. Bei den Beobachtern weckte ihre Vorgehensweise Bewusstheit und die Bereitschaft dafür, diese neue Sichtweise – das Gesundheits- und Wachstumsmodell – in die Welt der Therapie und Beratung zu integrieren.

Virginia Satir hielt in der konkreten Arbeit nicht an bestimmten, einmal entdeckten Ideen oder Vorgehensweisen fest, sondern beobachtete präzise, was im Augenblick wirksam und hilfreich für KlientInnen, deren Ziele und Lösungssuche sowie deren Kontext war. Ohne Umschweife veränderte sie ihr Vorgehen, um auf anderen Wegen hin zu den gewünschten Zielen zu gelangen.

Ihr Wissen, ihre Erfahrung, ihre Techniken und Methoden sind so zahlreich und vielgestaltig, dass sie in dieser Einleitung nur angedeutet und in begrenzter Auswahl erwähnt werden können. Zum Glück gibt es umfangreiche Literatur von ihr selbst und von den ihr nahestehenden SchülerInnen, ferner eine sehr große Anzahl von Videoaufnahmen. Unvoreingenommen und mutig ließ sie sich schon in den Anfängen der Videotechnik bei ihrer therapeutischen und lehrenden Tätigkeit aufnehmen; so ist zu beobachten und zu hören, wie und was sie konkret tat. Dies ist insofern bedeutsam, als Virginia intuitiv prozessgeleitet und sich an den Antworten der KlientIn orientierend vorging, statt nach einem festen Therapieplan zu arbeiten. Sie realisierte so eine später formulierte Maxime des systemischen Arbeitens: Schließe dich an die Antworten der KlientIn an, vertraue auf den Prozess und sei dir gewahr, dass dein Handeln wirksam sein wird, ohne im Voraus zu wissen, was die Intervention letztlich hervorruft.

Die sich in den 1980er Jahren entwickelnde systemische Therapie hätte sicher nicht so leicht Eingang in das Feld der Psychotherapie finden können, wenn nicht der Boden für die neue Art, mit Menschen zu arbeiten, durch Virginia Satir und andere Pioniere der klassischen systemischen Familientherapien, wie Salvador Minuchin, Walter Kempler, später auch Martin Kirschenbaum, gelegt worden wäre. Nach der erkenntnistheoretischen Wende – unter anderem bekannt wegen der Nutzung des konstruktivistischen Denkens – würdigten die Vertreter der systemischen Therapie in Abgrenzung zur systemischen Familientherapie die Verdienste von Virginia Satir nicht. Aus heutiger Sicht ist jedoch nicht zu verleugnen, wie fortschrittlich und vorausschauend Virginia Kernpunkte des systemischen Denkens und Handelns in die Tat umsetzte, die erst später als besondere systemische Qualitäten formuliert wurden. Sicher hing dies damit zusammen, dass der Stil ihrer Schriften so gar nicht den sogenannten wissenschaftlichen Standards der Mediziner und Psychologen entsprach. Ihre Texte zeichnen sich durch lockere, eingängige Sprache, Direktheit und schlichte Alltagspraktikabilität aus. Meist sind die Bücher aus Transkripten ihrer Lehrtätigkeit entstanden und deshalb auch in direkter Ansprache der LeserIn gehalten.

Virginia betonte, dass sie in ihrer Tätigkeit an Forschung und theoretisch-wissenschaftlichem Arbeiten nicht interessiert sei; ihre Art zu forschen sei das Beobachten dessen, was im therapeutischen Kontext wirkt. Sie ziehe ihre Schlüsse bevorzugt aus der konkreten Arbeit mit Abertausenden von Menschen. Welche Gewissheit, welcher Wagemut! Man bedenke: Sie war damals – in den 50er- und 60er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts – die einzige Frau und Nicht-Medizinerin in der männerdominierten therapeutischen Gesellschaft. Aus heutiger Sicht erscheinen ihr dynamisches Tun und manche ihrer Texte direktiv und belehrend. Man könnte jedoch auch sagen, dass ihre überzeugende Rede den gewollten Effekt der leichten Verstörung beim Klienten zur Folge hatte, sodass dieser die angebotenen oder sich ergebenden Lösungsansätze leichter annehmen, verwerfen oder passend machen konnte. Entwicklungsunterstützend wirkte die von Virginia Satir angebotene Vielfalt der Eindrücke, die die KlientIn im Verlauf eines Prozesses erlebte: auditiv, visuell, kinästhetisch, emotional. Die Klientin sollte mit all ihren Sinnen wahrnehmen und lernen können.

### **3. Skizze der Entwicklung in Deutschland**

Anfang der 1970er Jahre reiste Virginia Satir zum ersten Mal nach Europa. Dadurch lernten einige der späteren deutschsprachigen Wegbereiter der klassischen Familientherapie ihren Ansatz als Erste kennen. Fast zeitgleich brachte Salvador Minuchin den strukturellen Ansatz nach Deutschland. Beide waren über Jahre die maßgebenden Vertreter der damals neuen Familientherapie. In deren Gefolge kamen zahlreiche amerikanische FamilientherapeutInnen nach Deutschland und trugen zur Blütezeit der klassischen Familientherapie bei. Diese Entwicklung spiegelte sich in der Gründung der ersten regionalen Institute in Deutschland wider: Gegründet wurden im Juni 1974 das Münchner FamilienKolleg (MFK) von Gaby Moskau und Gerd F. Müller, 1975 das Münchener Institut für Integrative Familientherapie von Carole Gammer und Martin Kirschenbaum sowie das Weinheimer Institut von Maria Bosch.

Das MFK hat sich seit Ende der 1980er Jahre in der Gruppe der früh gegründeten Institute deutlich von der klassischen Familientherapie zur systemischen Therapie entwickelt und dabei sowohl systemisch-konstruktivistische Vorgehensweisen als auch Ingredienzen des lösungsorientierten und narrativen Ansatzes integriert, dabei jedoch die ursprünglichen Satirschen Wurzeln, insbesondere hinsichtlich der therapeutischen Haltung, nicht außer Acht gelassen.

Welche Spuren zu finden sind, welche Elemente aus ihrer Arbeit sich bestens mit der zeitgenössischen systemisch-ressourcenorientierten Therapie verbinden lassen, werde ich im 5. Kapitel skizzieren. Zuerst aber möchte ich wesentliche Aspekte des ergebniszentrierten system- und wachstumsorientierten Modells von Virginia Satir darlegen.

### **4. Ausgewählte Ingredienzen des wachstumsorientierten Modells von Virginia Satir**

»Kommunikation umfaßt alle Möglichkeiten, mit denen Menschen Informationen hin und her senden; sie umfaßt die Nachricht, die sie geben und empfangen, und die Weise, wie von dieser Nachricht Gebrauch gemacht wird. Zur Kommunikation gehört auch, wie die Menschen diese Nachricht mit einer Bedeutung versehen. Jede Art der Kommunikation ist gelernt (s. Seite 51 im Buch).« Einmal Gelerntes kann ich auch verlernen oder stattdessen Neues erlernen. Hierzu kann jeder Mensch seine Kognition, seinen Körper, seine Art zu sprechen, seine Werte und Regeln, seine Erwartungen und all seine Sinnesorgane nutzen. Diesen von Virginia Satir beschriebenen Bestandteilen des Kommunikationsprozesses in Verbindung mit der Sicht- und Hörbarmachung der innerpsychischen Prozesse ist diese Einführung gewidmet.

#### **4.1 Selbstwert und Kommunikation**

Im Mittelpunkt ihres auf dem Gedankengut der Humanistischen Psychologie beruhenden Konzepts steht das Konstrukt Selbstwert. Virginia Satir betrachtete den Selbstwert als ein elementares menschliches Bedürfnis; sie verstand darunter die Fähigkeit einer Person, das eigene Selbst und dessen Anteile wertzuschätzen und in stets freundlicher und liebevoller Beziehung mit sich zu bleiben. Wie eine Person diese Fähigkeit nutzt, beeinflusst die Eigenart, wie diese Person mit sich und anderen kommuniziert. Verbale und nicht verbale beobachtete und übernommene Kommunikationsprozesse in der Ursprungsfamilie und mit anderen bedeutsamen Menschen während des Heranwachsens, haben starken Einfluss auf die Wahrnehmung des eigenen Selbst und die eigenen inneren Dialoge. Wenn sich eine Person irritiert, gestresst oder bedroht fühlt, greift sie sozusagen zu den für diese Gefühlslage während ihres Heranwachsens gelernten Regeln, um sich und ihr Selbst zu schützen; so sorgt sie dafür, in diesem Augenblick des erlebten Stresses psychisch zu überleben. Einleuchtend ist, dass in diesen Momenten der gefühlten Bedrohung der Selbstwert niedrig ist und die Person unwillkürlich inkongruent kommuniziert (anklagend, es anderen recht machen wollend, intellektualisierend, irrelevant). Ein niedriger Selbstwert kann zu Befürchtungen des Versagens führen, was Ängste und Entmutigung auslösen kann. Hierauf schließt sich oft tatsächliches Versagen an; dieses Erleben führt zu Selbstvorwürfen und zu noch niedrigerem Selbstwert usw. Virginia Satir: »Ich versuche zu zeigen, dass es für die Qualität unseres gesamten Verhaltens entscheidend ist, wie gut wir uns selbst wertschätzen.« (Yapko 1988, S.13)

Anlässlich eines 10-tägigen Seminars im Münchner FamilienKolleg stellte Virginia die Komponenten des Selbstwerts vor: »Echtheit bedeutet Selbstannahme, das heißt, ein Gefühl dafür zu haben, wer wir als Person sind – ohne dass wir Verurteilung, Kritik, Selbstanklagen und herabsetzende Vergleiche als Wahrheiten in uns speichern. Gelingt die Annahme von uns selbst in diesem Sinne, wird in uns Integrität gefördert. Echtheit und Integrität erzeugen Mut. Mut ist die Fähigkeit, Risiken einzugehen, neue Dinge zu tun, verletzliche Gefühle offenzulegen, neue Wege mit unbekanntem Seiten unseres Selbst auszuprobieren, aus diesen Erfahrungen zu lernen und persönlich zu wachsen. Dazu bedarf es der Spontaneität: reagieren, ohne sich Gedanken zu machen, was der andere darüber denken könnte: Für das,

was ich sage und tue, bin ich selbst verantwortlich. Ich kann erkennen, wenn ich einen Fehler gemacht habe, und mein Bedauern darüber ausdrücken, ohne mich herabzusetzen oder andere zu beschimpfen. Ich kann zugeben, dass manchmal das Kind in mir in Erscheinung tritt. Ich bin nicht böse, dumm, krank oder verrückt, wenn ich Verhalten und Gefühle zeige, die ich selbst nicht mag und nicht gutheiße. Und schließlich Verbindlichkeit: Dies ist die Bereitschaft, sich selbst festzulegen und eigene Grenzen zuzugeben. Wenn ich eine Verbindlichkeit eingegangen bin, jedoch feststelle, dass ich sie nicht einhalten kann, muss ich meine Grenzen erkennen und die am Kontrakt Beteiligten davon in Kenntnis setzen. Außerdem: Es ist nicht möglich, eine andere Person in einer herabwürdigenden Weise zu behandeln, ohne dabei unser eigenes Selbstwertgefühl zu beschädigen.« (Eigene Mitschrift, Satir 1983)

#### **4.2 Ressourcen**

Eine zweite Komponente in Satirs Menschenbild sind Ressourcen; Virginia sieht den Menschen als Fähigkeitswesen. Durch Ihre Arbeit zieht sich fortwährend die positive Annahme, dass jede Person Ressourcen und Stärken besitzt. Daher soll die Aufmerksamkeit im Beratungsprozess darauf gerichtet werden, Ressourcen und Stärken zu nutzen, momentan verdeckte zu entdecken und alsdann wertzuschätzen. Auch wenn nicht jeder Mensch zu jeder Zeit in jeder Krisensituation Zugang zu seinen Ressourcen haben kann und es deshalb im Rahmen der Therapie zuallererst der Würdigung des Problems und des Leidens bedarf, sollte die Beraterische Haltung im Hintergrund durchgängig vom Vertrauen in das Vorhandensein von Ressourcen gespeist sein. Diese Haltung bewahrt die BeraterIn meist davor, aufgrund der Schilderung der Beschwerden und Leiden in eine Problemrance mit der Klientin zu driften, um letztlich nur noch den Fokus der Aufmerksamkeit auf Defizite und Nichtgelingendes zu richten. Die Aussage »jeder Mensch hat Ressourcen« soll daher nicht als absolute Bedingtheit (miss-)verstanden und möglicherweise abgetan, sondern eher als entwicklungsorientierte Einstellung verstanden werden, um hilfreiche Veränderungen im Sinne der KlientIn vorzubereiten und zu erreichen. Aufgabe der TherapeutIn ist es demzufolge unter anderem, immer wieder einzuladen, innere Ressourcen und Stärken als für sich förderlich anzunehmen, um dann im Verlauf des weiteren Prozesses diese zu entdecken, zu entfalten und in Besitz zu nehmen, sodass sie in zukünftigen Krisensituationen für die KlientIn auch verfügbar sind. Selbstverständlich ist es hierbei angebracht, die vorgegebenen Rahmenbedingungen zu explorieren und diese im Sinne der Nutzung der Ressourcen und im Einklang mit den Beratungszielen aufeinander abzustimmen. Diese »empathische Ressourcenorientierung« gestaltet die Suche nach Ressourcen für den Klienten menschlich, wirklichkeitsnah, akzeptabel und realisierbar.

#### **4.3 Wachstumsmodell**

»Jeder Mensch trachtet danach zu überleben, zu wachsen und nahe bei anderen zu sein. Alles Verhalten drückt diese Ziele aus ...« (Satir 1987, S. 117) So zerstörerisch Verhaltensweisen auch erscheinen mögen, im Kern enthalten sie das Streben nach Wachstum. Ermöglicht wird persönliches Wachstum über Kontakt: Kontakt zu sich selbst und zu anderen. Damit ist gemeint, dass es im Sinne Virginias sowohl um den Kontakt zur eigenen innerpsychischen Welt als auch um die Interaktionen mit anderen Menschen geht. Beide Bereiche beeinflussen sich gegenseitig. Guter Kontakt in diesen Bereichen kann von der KlientIn genutzt werden, sich selbst, die Interpretation der Wahrnehmung der Umwelt und die Interaktion mit signifikanten Anderen zu verändern. Wachstum bedeutet also, das Leben in beständigem Wandel zu sehen. Demgemäß trachtete Virginia stets danach, die in jedem Menschen liegenden Möglichkeiten zu erweitern, Neugierde für das Auffinden von Wahlmöglichkeiten zu erwecken und Hoffnung zum Gelingen zu säen. Dabei achtete sie darauf, das Wachstumsbedürfnis des Einzelnen und das Wohl des gesamten Klientensystems aufeinander abzustimmen.

#### **4.4 Kongruenz und Achtsamkeit**

Beim Begriff Kongruenz erinnern sich vermutlich manche an die von Virginia Satir beschriebenen vier Kommunikationsformen (s. Seite 89 im Buch), die sie als Stütze zum psychischen Überleben in stressigen Situationen bezeichnete und denen sie eine erstrebenswerte fünfte Form - die kongruente Kommunikationsform - gegenüberstellte. Hier stimmt die gesendete verbale Botschaft mit der affektiven, also nonverbalen, Botschaft überein.

Kongruenz bedarf der Achtsamkeit und inneren Stärke. Virginia Satir: »Die Dynamik der Kongruenz entspringt in der Verknüpfung deiner Worte, die zu deinen Gefühlen passen, mit deinem Körper und deiner Mimik, die zu deinen Worten passen; und deine Handlungen passen zu allem. Du agierst aus dem Zustand der Stärke, weil alle deine Teile mit den anderen Teilen in Fluss sind. Du blockst nichts ab. Du bist glaubwürdig. Deine Energie hilft dir, Vertrauen zu entwickeln. Du erregst keinen Argwohn. Du kannst leicht verstanden werden, weil du klar bist. Andere Personen fühlen sich dir zugetan. Du fühlst dich offen und kannst daher Begeisterung statt Angst fühlen. Du kannst die >Fünf Freiheiten< leben.« (Satir 1976, ohne Seitenangabe)

Wenn wir mit anderen kommunizieren, sollten wir zuweilen prüfen, wie wir mit unserem Selbst in Einklang sind, wie wir den oder die anderen erleben und in welchem Kontext wir uns bewegen. Sich gewahr sein, welche Gefühle, körperlichen Signale und Gedanken – ganz gleich, ob sie angenehm oder unangenehm sind – im Moment präsent sind, um in der Folge diese Erfahrungen auch als zu mir gehörend zu akzeptieren, ist ein bedeutsamer erster Schritt. Achtsam zu prüfen, wie ich nun damit umgehe, ein zweiter. Virginia Satir betonte, dass jeder Mensch an dieser Stelle die Möglichkeit hat, sich zu entscheiden: Wie schätze ich im Augenblick meinen Selbstwert ein und will ich mich entsprechend meines inneren Zustands äußern, mich dem Anderen offenbaren? Die Mitteilung von Gefühlen – also das Berichten über den eigenen inneren Raum – will geübt sein und ist bisweilen mit Risiken verbunden. Hier spielen die eigene Befindlichkeit, die des Gegenübers, die Beziehungsqualität und der Kontext eine Rolle. Jedoch gilt auch hier: Ich kann mir die Freiheit nehmen, auf eigene Faust ein Risiko einzugehen und nicht immer nur auf Nummer sicher zu gehen.

In der therapeutischen Interaktion kann der Therapeut im Sinne Virginia Satirs die KlientIn einladen, zuerst Kontakt zum eigenen Atem aufzunehmen und sich spüren zu lassen, wo sie in ihrem Körper den Atem bemerkt, welche Gefühle und Körperempfindungen im Moment auftauchen, welche Gedanken ihr durch den Kopf gehen. Unterstützend kann der Therapeut im Anschluss formulieren: »... und wenn Sie bemerken, was Sie soeben empfinden, wie geht es Ihnen jetzt mit sich selbst, wie schätzen Sie im Augenblick Ihre Würde, Ihren eigenen Wert ein? ... Wie denken Sie im Moment über sich als die Person, die Sie sind?« Diesen Schritt kann die KlientIn in ihr Repertoire des Selbstmanagements aufnehmen und in guten und angespannten Zeiten nutzen. Sie kann lernen, ohne Scheu bei sich selbst zu sein und Verhaltensweisen, Situationen, interne und externe Kommentare, Vorlieben, Wünsche, Sehnsüchte zu erkunden, ohne sich oder andere gleich dafür zu verurteilen. Wenn für sie passend, kann sie nachfragen, überdenken, Wahlmöglichkeiten entdecken, Entscheidungen treffen. Auf diese Weise geht sie wertschätzend mit sich um und kommuniziert intern und extern zunehmend kongruent.

Als Nächstes kann die KlientIn mit Unterstützung des Therapeuten prüfen, wie sie andere Personen in einem vorher markierten Kontext erlebt. Zum Beispiel: Ein bestimmter Gesichtsausdruck, der Klang der Stimme, eine Randbemerkung des Gegenübers lösen bei der Klientin einen heftigen Druck im Magen, ein Gefühl der Nötigung und Verletztheit aus, worauf sie lautstark lacht und ihr Gegenüber als üblen Machtmenschen beschuldigt. Dies kann ein Hinweis dafür sein, dass die KlientIn unwillkürlich zu einem früh im Leben gelernten Überlebensmuster gegriffen hat, um die gegenwärtige Situation zu bewältigen. In diesem Augenblick ist ihr Selbstwert bedroht, und sie verhält sich inkongruent, um psychisch zu überleben. Virginia Satir machte an solchen Beispielen deutlich, dass es für den Umgang mit uns selbst unerlässlich ist, in Konstellationen, in denen wir uns angegriffen fühlen, das Gefühl für unseren eigenen Wert trotzdem aufrechtzuerhalten. Möchte die KlientIn die geschilderte inkongruente Reaktion verändern, begibt sich die TherapeutIn gemeinsam mit ihr auf die Suche nach kreativen Alternativen, die das eigene Selbst, das Gegenüber und den Kontext mit einbeziehen und insbesondere eine ehrliche authentische Aussage beinhalten. Dies kann eine Aussage mit ernstem Gesichtsausdruck bezüglich ihres Gefühls sein (»Ich bin zutiefst verletzt«) oder eine Zurückweisung ausdrücken (»Ich möchte nicht, dass du so mit mir redest!«).

Kongruent zu kommunizieren ist selbstverständlich auch das Bestreben der TherapeutIn. Sie kann sich dabei selbst unterstützen, wenn sie den Fokus ihrer Aufmerksamkeit offenherzig auf die andere Person und die Interaktion richtet und sich körperlich und affektiv zugewandt zeigt. Parallel dazu lenkt sie abwechselnd den Aufmerksamkeitsfokus auf ihren emotionalen Innenraum und das eigene Selbstwertgefühl. Sie beachtet und würdigt die Mitteilungen des eigenen Körpers und ist sich der Brisanz der eigenen Regeln aus der Ursprungsfamilie und ihrer Überlebensregeln bewusst: Die TherapeutIn sorgt dafür, dass sie diese persönlichen Erfahrungen nicht mit dem gegenwärtigen äußeren Geschehen vermischt. Wenn sie all dem Aufmerksamkeit schenkt, wird sie ihre Redeweise und Körpersprache so gestalten können, dass eine vertrauensvolle therapeutische Beziehung entsteht. Dies wiederum ist ein wesentlicher Faktor für das Gelingen der Beratung oder Therapie.

Kongruenz ist kein Zustand, sondern ein immer wieder neu herausfordernder achtsamer Prozess des Gewahrseins unserer momentanen Gefühle, Stimmungen, Körperbotschaften, Gedanken, Bedeutungsgebungen, Erwartungen und Sehnsüchte. Kongruenz mit uns allein und auch in Gesellschaft mit anderen zu realisieren, ist eine lebenslange Aufgabe. Vielleicht mag kongruentes Verhalten leichter gelingen, wenn man sich auf den Weg begibt, in Richtung Kongruenz – also kongruentes Verhalten aus Liebe zu sich selbst anstrebt, ohne sie gleichsam als Verpflichtung für sich erzwingen zu wollen.

#### **4.5 Erlebnisorientierung**

Die Faszination, die von Virginias Praxis ausging und von der fast jede Beobachterin in Bann gezogen wurde, hing mit ihren einfühlsam gesetzten Visualisierungsmethoden zusammen. Wenn sie aus dem Gespräch heraus ein schnelles Skulpturbild, etwa einer Person oder eines Paares, bezogen auf einen spezifischen Gefühlszustand, selbst modellierte oder modellieren ließ, erreichte sie bei Protagonisten und Zuschauern fast unmittelbar körperliche Betroffenheit und/oder Mitgefühl. Mithilfe dieser Visualisierungsmethode gelingt es, vom Sprechen über das Erleben zum Erfahren zu kommen.

KlientInnen können aufgrund der im Körperausdruck gewonnenen Innenperspektive körperliche und gefühlsmäßige Erfahrungen aktivieren und sie auf unterschiedliche Weise nutzen:

Zum Nachvollziehen emotionaler Zustände bezüglich einer signifikanten aktuellen oder früheren Erfahrung mit sich selbst oder mit einer anderen wichtigen Person; zum Nachforschen und Entdecken eines erwünschten alternativen Gefühls und/oder körperlichen Empfindens; zum Aufspüren von körperlichen und gedanklichen Impulsen bis hin zur Modifikation oder gar Auflösung eines Problems oder einer Verstrickung. Spannend für alle Beteiligten ist meist das anschließende schrittweise Ingangsetzen einer zuerst statischen Skulptur in Bewegung: wie ein langsamer Tanz in Richtung des gewünschten Zielzustands. Die TherapeutIn bittet darum, zuerst nur auf die Auswirkung der körperlichen Umgestaltung zu achten und erst im zweiten Schritt die Übersetzung in Worte und Taten folgen zu lassen. Solches Vorgehen kann überraschende Lösungen kreieren.

Neben der Skulpturarbeit nutzte Virginia Satir noch weitere kleinere Interventionen, um KlientInnen gefühlsmäßig und körperbezogen zu erreichen. Sie gruppierte Personen in Bezug auf Nähe und Distanz um, verknüpfte Familienmitglieder mit unterschiedlich langen Seilen, setzte Menschen Rücken an Rücken oder ließ eine Person auf einem Stuhl Platz nehmen, der wiederum auf einem Tisch stand, und die andere Person auf dem Boden sitzen und Ähnliches, um mit dieser Übertreibung die Beziehung zu verdeutlichen. Ergänzend benutzte sie Stricke, Tücher, Laken, Netze, Decken, Hüte, Mäntel, Stöcke, Bälle, Stühle, Bücher. Ich beschränke mich an dieser Stelle auf die Aufzählung einiger Utensilien und überlasse es der Phantasie der LeserIn herauszufinden, wozu diese wirkungsvoll genutzt werden können.

#### 4.6 Gleichwertigkeit

Virginia Satir postulierte stets, dass alle Menschen, unabhängig von Geschlecht, Alter, Hautfarbe oder Beruf, als Person gleichwertig sind. Wachstum gründet auf der Idee der grundsätzlichen Gleichwertigkeit aller Menschen, sei es in persönlichen Beziehungen oder im Bereich der Beratung und Therapie. Diesen Anspruch setzte sie im therapeutischen Gespräch konkret um: Sie schloss sich an das Tempo der KlientIn an und machte gegebenenfalls längere Pausen. Manchmal sprach sie etwas zögernd (tentativ), wiederholte das, was sie gehört hatte, und bat den Klienten, sie gegebenenfalls zu korrigieren. Wenn ein Klient mit einer ihrer Aussagen nicht übereinstimmte, sagte sie: »Oh, da habe ich mich geirrt. Wie meinten Sie das vorhin?« Das Prinzip »stets auf Augenhöhe zu kommunizieren« nahm sie wortwörtlich: Wenn bei einem Paar eine Person deutlich kleiner war als die andere, sorgte sie am Beginn eines signifikanten Dialogs zwischen den beiden dafür, dass sie auf Augenhöhe miteinander sprechen konnten. Seither steht in meinem Therapieraum ein zweistufiger Hocker, »Virginia-Treppchen« genannt.

#### 4.7 Innere Selbstanteile

Virginia Satir schreibt in dem Büchlein »Your many Faces« (Satir 1978, S.12): Wir alle haben »... innere Selbstanteile, solche, mit denen wir vertraut sind, andere, die wir noch nicht entwickelt haben, und wieder andere, von denen wir vielleicht noch nicht einmal wissen, dass sie existieren. Betrachte jeden deiner Teile als Ressource, unabhängig davon, ob er dem Teil eines anderen Menschen gleicht oder nicht, ob du ihn als gut oder schlecht einschätzt. Wie auch immer du deine Teile bewertest, sie repräsentieren neue Möglichkeiten für dich.« ... »Indem du sie als zu dir gehörig annimmst, kannst du Kontrolle über sie gewinnen und musst nicht ihr Sklave sein.« (a.a.O., S.63) Virginia Satir hat die Idee eines vielgestaltigen Selbst bereits in den 1970er-Jahren formuliert und daraus die Parts Party (Satir 1978, Satir & Baldwin 1983, S.258 ff.) entwickelt. Dies ist eine Methode zur Integration der diversen inneren Teile eines Menschen. Unter Anleitung wird eine partyähnliche Situation mit Rollenspielen gestaltet, die die verschiedenen Anteile verkörpern. Im Verlauf des Prozesses kristallisieren sich aufrichtige, komische und humorvolle Interaktionen zwischen den Selbstanteilen heraus, die der Klientin mit spielerischem Ernst das Wiedererkennen innerer Konstellationen ermöglicht und Schritte zur Veränderung anschaulich macht.

In Anlehnung an Satirs Parts Party führe ich in der Einzeltherapie diese Party in Ermangelung von Rollenspielern mithilfe von Stühlen durch. Ich bitte die Klientin, sich (passend zum momentanen Thema der Therapie) einige innere Anteile bewusst zu machen und diese mittels Stühlen im Raum um den eigenen Sitzplatz zu gruppieren. Der eigene Stuhl repräsentiert das eigene Selbst als steuernde Instanz. Anschließend kann die Klientin beispielsweise zu ihren Anteilen Kontakt aufnehmen; sie setzt sich dazu der Reihe nach auf die Stühle, identifiziert sich mit dem jeweiligen Teil und spricht als dieser Teil beispielsweise über seine guten Absichten direkt zu seinem Selbst. Dann nimmt sie wieder auf ihrem Selbst-Stuhl Platz und kommentiert die Aussagen der diversen Teile. Je nach Bedarf variiere ich den Ablauf, das Tempo, die Intensität.

#### 4.8 Therapeutische Liebe

Beeinflusst vom Human Potential Movement der 1960er-Jahre, glaubte Virginia, dass das Konstrukt Liebe essentiell für den Prozess der Arbeit mit Menschen ist. Sie war der Meinung, dass Menschen Manifestationen positiver Lebensenergien sind und dass diese Energien aktiviert werden können, um beklagte Verhaltensweisen zu transformieren. Karl Tomm, kanadischer systemischer Therapeut, der die systemischen Fragen des Mailänder Teams gesammelt, geordnet und erweitert hat, präzisiert das Konstrukt (der therapeutischen Liebe): »Therapeutische Liebe bedeutet, eine andere Person verstehen, sich einfühlen und sie aktiv dabei zu unterstützen, ihre Wirkungsbereiche zu erweitern; also dem anderen Raum geben, dass er so sein kann, wie es seinen Möglichkeiten entspricht.« (Tomm 1991) Karl Tomm lässt sich hierzu von vier Gedanken leiten, um die angestrebte ethische Haltung gegenüber Klienten zu realisieren: sensitiv, kongruent, authentisch und achtsam sein.

#### 4.9 Virginia Satir — die frühe lösungsorientierte Therapeutin

Virginia hörte zu Beginn einer Sitzung geduldig und körperlich zugewandt den Klagen, Schmerzen und Sorgen der Klientin zu. Selbst als Beobachter konnte man erkennen, wie sie zunehmend darauf wartete, sozusagen einen Fuß zwischen die problembeladene Erzählung zu bekommen, um eventuell zu sagen: »Was müsste jetzt geschehen, damit Ihr Leben für Sie ein wenig besser wird?« — »Was möchten Sie stattdessen?« — »Woran werden Sie erkennen, dass Sie es erreicht haben?« Oder wenn eine Person sagte, was sie nicht möchte, so fragte Virginia sogleich: »Was möchten Sie?« Wenn eine Klientin sagte: »Ich möchte, dass mein Mann mich nicht so runtermacht«, hinterfragte Virginia Satir: »Was genau soll Ihr Mann stattdessen tun?« Oder »Was können Sie tun, damit Sie die gewünschte Reaktion Ihres Mannes bekommen?«

Merkte Virginia, dass eine bestimmte Vorgehensweise vom Klienten nicht angenommen wurde oder nicht das gewünschte Ergebnis lieferte, probierte sie einen anderen Weg. Dies passt zu einem der Leitgedanken der Lösungsorientierung: »Wenn etwas nicht klappt, probiere etwas anderes. Wenn etwas funktioniert, mach' mehr davon.« (Dolan 2004, u. a.)

Es macht keinen Sinn, Energien für das Wegmachen eines Problems oder das Löschen eines unerwünschten Verhaltens einzusetzen, meint Virginia Satir. Aufgabe der TherapeutIn sei es vielmehr, KlientInnen darin zu unterstützen, Risiken zu wagen und beharrlich einen neuen Pfad zu beschreiten, sodass der alte allmählich verschwindet. In diesem Zusammenhang achtete sie immer respektvoll und aufmerksam auf persönliche Unterschiede und Vorlieben: »Prüfen Sie, ob diese Lösung wirklich für Sie passend ist. Wenn Sie sich nicht wohl dabei fühlen, machen Sie es nicht.«

Virginia erwähnte häufig, dass es ihr wichtig sei, in einem Gespräch möglichst kleine Umgestaltungen gemeinsam mit dem Klienten zu entwickeln, also einem ersten kleinen Schritt weitere folgen zu lassen. Steve de Shazer betonte gleichfalls: »Schon eine sehr kleine Veränderung kann die Lösung auf den Weg bringen.« (de Shazer 1989, S.57)

#### **4.10 Selbstfürsorge der Therapeutin**

Zwischen 1982 und 1987 war Virginia Satir zu mehreren Fortbildungsseminaren im Münchner FamilienKolleG. Eingeladen waren TherapeutInnen und BeraterInnen, die motiviert waren, die Entwicklung ihrer Therapeutenpersönlichkeit als hauptsächliches Ziel dieser Veranstaltungen in den Vordergrund zu stellen. Es war Virginia ein großes Bedürfnis, Menschen, die mit Menschen arbeiten, immer wieder anzuregen, sich selbst fürsorglich in den Blick zu nehmen. Dies bedeutet insbesondere, sich mit dem sozialen Erbe der Ursprungsfamilien und der Beziehung zu sich selbst zu befassen. Damit ist beispielsweise gemeint:

Eigene Verstrickungen erkennen und auflösen. Eigene anhaftende Überlebensregeln aus stressbeladenen Situationen in der Ursprungsfamilie erkennen und im Beratungskontext nicht auf KlientInnen und soziale Systeme übertragen. Im Prozess auftauchende Empfindungen überprüfen und Klarheit schaffen, zu wem oder was sie gehören. Implizite oder vermutete Aufträge einer anderen Person nicht unversehens ausführen. Das heißt: Die notwendige Abgrenzung zwischen den Angelegenheiten der KlientIn und der eigenen Psychodynamik gilt es zu beachten, um nicht so zu reagieren, wie in der Kindheit gegenüber den Eltern oder Geschwistern. Gute Prozessarbeit mit KlientInnen gelingt, wenn die TherapeutIn sowohl Bewusstheit für eigene innere Prozesse entwickelt und gleichzeitig äußere Interaktionen und innere Prozesse der KlientIn begleitet (»therapeutische Präsenz«).

#### **4.11 Widerstand**

Virginia Satir hat das Phänomen des Widerstands nicht gelehrt; sie ist gleichsam »durch oder mit dem Widerstand gegangen«. Sie äußerte gelegentlich, dass es keinen Widerstand gebe, sondern nur die momentane Unfähigkeit der Therapeutin, sich abzugrenzen und angemessen bezüglich der bei ihr auftauchenden Phänomene zu reagieren (eigene Mitschrift, Satir 1985).

Widerstand, so meinte Virginia Satir, kann als Kontaktangebot der KlientIn verstanden werden. In diesem Falle lud sie Klienten dazu ein, innezuhalten und wahrzunehmen, was sich wo im eigenen Organismus meldet. Das kann eine körperliche Reaktion, ein Gefühl, ein Gedanke, eine Erinnerung oder eine innere Stimme sein. Achtsam begleitete sie diesen Prozess. Dabei erhöhte sie behutsam und mittels stetiger Rückkoppelung mit dem Klienten die Annäherung an das zuvor genannte Phänomen. So wird es dem Klienten möglich, den vordergründigen Widerstand aufzulösen und sein dahinter liegendes Bedürfnis zu erkennen. Auf dieser Basis lässt sich ein adäquater Umgang hinsichtlich des benannten Bedürfnisses entwickeln. Wird Widerstand als Schutzmaßnahme vor Veränderung interpretiert, so lassen sich wiederum gemeinsam Wege bereiten, die die KlientIn zum Weitergehen einladen (siehe 5.3.).

### **5. Integration einiger Werkzeuge und Praktiken von Virginia Satir in meine Art der systemisch-ressourcenorientierten Therapie und Beratung**

Als ich die Arbeit von Karl Tomm aus Calgary/Kanada sowie von Luigi Boscolo und Gianfranco Cecchin vom Mailänder Team kennenlernte, rückte das entwicklungs- und wachstumsorientierte Vorgehen nach Virginia Satir in den Hintergrund. Schrittweise verdrängte das von faszinierenden Erkenntnistheorien gespeiste neue Denken über Menschen und Systeme mein gewohntes erlebnisorientiertes Tun. Besonders nachhaltig wirkten auf mich die konstruktivistische Perspektive (von Foerster 1999, von Glasersfeld 1996) sowie weitere theoretische Erkenntnisse, die die Entwicklung der modernen systemischen Therapie unterstützten. Dank dieser Einflüsse veränderte ich schrittweise sowohl meine Lehrtätigkeit als auch meinen therapeutischen Stil in der psychotherapeutischen Praxis. Obschon wir unseren methodischen Schwerpunkt von der klassischen Familientherapie zur systemischen, lösungsfokussierten und narrativen Therapie verlagert haben, bewahren wir das humanistische Menschenbild Virginia Satirs als Leitbild für unsere Lehre und unsere therapeutische Praxis.

Es zeigte sich auch, dass ich etliche bei Virginia Satir gelernte Werkzeuge, Bausteine und Praktiken im Verlauf der Jahre so verinnerlicht hatte, dass ich sie mit den genannten neueren systemischen Ansätzen kombiniert und integriert habe. Im Folgenden werde ich eine Auswahl davon skizzieren.

#### **5.1 Bewegung und Aktion**

Einmal sagte ein Klient zu mir: »Sie sagen zwar immer >Sitzung<, wenn wir einen neuen Termin ausmachen. Doch oftmals stehen oder gehen wir herum oder modellieren uns irgendwie; eigentlich müsste das >Stehung< oder >Gehung< heißen.« Ja, das habe ich von Satir übernommen. Während eines Gesprächs stehe ich auf, bitte Klienten dazu und lasse ein schnelles Standbild oder eine bewegte Skulptur als Tanz modellieren. Wenn es mir passend erscheint, zeige ich aufgrund meiner Annahmen selbst eine Skulptur. Mitunter lade ich in den Therapieräumen Klientinnen zu Spaziergängen ein. Bei anderer Gelegenheit stelle ich zirkuläre Fragen und lasse die Klienten von verschiedenen Orten im Raum antworten und/oder Kommentare geben.

Soll sich ein Klient selbst »in den Blick nehmen«, bitte ich ihn aufzustehen und sich aus zwei, drei Metern Abstand vom eigenen Stuhl hinzustellen, um dann aus dieser Position auf sich als auf dem Stuhl sitzend zu blicken (also sich selbst zu imaginieren) und zu beschreiben, was er sieht. Gegebenenfalls leite ich eine Art Gestaltdialog zwischen der imaginierten und der realen Person an. Wenn ich

im Gespräch den Eindruck gewinne, dass die KlientIn eine andere Person beschuldigt, bitte ich sie weiterzusprechen und modelliere sie entsprechend der anklagenden Kommunikationsform (im Buch S. 97ff.).

## 5.2 Körperliche und emotionale Berührung

In gutem Kontakt mit sich und anderen zu sein, war Virginia Satir immens wichtig. So ist es nicht überraschend, dass sie im Gespräch danach strebte, auch eine körperliche Verbindung mit KlientInnen herzustellen (Satir & Baldwin 1983, S.247). Sie ergriff wie selbstverständlich die Hand ihres Gegenübers und hielt den Kontakt in der Einzelarbeit mit KlientInnen nahezu ununterbrochen. Ihre Art der Berührung geschah nicht mechanisch; eine sanfte Berührung war vornehmlich als nonverbale Unterstützung für die Person gedacht. Beispielsweise legte sie eine Hand auf den Bauch oder auf den Oberkörper des Gegenübers, um den Fokus auf die Gefühls- und Körperebene zu lenken. Sie fragte dann: Was spüren Sie wo in Ihrem Körper, während Sie an die Situation X denken? Auch in Familien- oder Paargesprächen stellte sie zur Unterstreichung ihrer Worte von Zeit zu Zeit mit ihren Händen direkten Kontakt her.

Ich berühre Klientinnen nicht selbst, sondern bitte sie, ihre eigene Hand auf ihre Brust oder einen anderen Körperteil zu legen und sich wissen zu lassen, was sie spüren oder fühlen. Beispielsweise kann in Paartherapien der Umgang mit Berührung thematisiert werden, insbesondere dann, wenn Körperkontakt nur mehr auf das sexuelle Geschehen beschränkt ist, obwohl das Bedürfnis nach intuitiver Berührung im alltäglichen Zusammensein geäußert wurde. Eine Selbst- und Fremdwahrnehmungsübung von Virginia Satir (Müller 1992, S.67ff.) kann für das Paar den Einstieg in die vertrauliche Arbeit erleichtern.

## 5.3 Veränderung

»Machen Sie das weg!« ist ein verständlicher Wunsch mancher KlientInnen am Beginn einer Therapie. So macht es mich nicht ungeduldig, wenn KlientInnen schildern, dass eine Belastung unvermittelt in ihr Leben getreten sei und sie sich wie gefangen darin erleben, eine Veränderung jedoch auch nicht wagen, weil sie nicht wissen, wie ihr Leben aussehen wird, wenn das Problem gelöst ist. Ihre Entscheidung fällt dann oft so aus, dass sie lieber das gegenwärtige Ungemach aushalten, statt eine noch unbekannte Neuerung zu riskieren. Aus therapeutischer Sicht ist es daher notwendig, der KlientIn Zeit zu lassen und gemeinsam mit ihr auszuloten, welche Befürchtungen und Hoffnungen bezüglich einer Veränderung bestehen und wie bereit sie ist, Risiken einzugehen. In einem nächsten Schritt führt die TherapeutIn den Gedanken ein, dass es nicht um Wegmachen oder Auslöschen geht, sondern darum, wie die KlientIn anders als bisher in Bezug auf das präsentierte Problem umgehen könnte. Wird das präsentierte Problem als Lösungsversuch umformuliert, so wirkt dies raumerweiternd und kann zur Frage nach Bedürfnissen führen, die hinter der versuchten Lösung verborgen sind. Im therapeutischen Kontakt geht es also hauptsächlich um Hinzufügen, Erweitern und Ausführen von dem, was bisher unterlassen wurde. »Ich gehe von der Theorie aus, dass meine therapeutische Aufgabe darin besteht, die individuelle Art und Weise des Umgangs miteinander und mit sich selbst zu erweitern, umzuleiten und neu zu gestalten, damit die KlientInnen ihre eigenen Schwierigkeiten auf gesündere und relevantere Weise selbst lösen können. Probleme sind nicht das Problem; der bisherige Umgang ist das Problem.« (Satir & Baldwin 1983, S.156)

Der jeweilige Umgang mit der Herausforderung beeinflusst den eigenen Selbstwert. Rigides Handeln weist auf meist rigide Regeln aus dem Ursprungsfamiliensystem hin und äußert sich vorwiegend mittels eines körperlichen Unbehagens: Ein körperlicher Reiz, ein mulmiges Gefühl, ein plötzlich erscheinender Gedanke sind jene sekundenkurz auftauchenden Signale, die vielfach als lästig abgetan werden. Heute benenne ich diese Signale als Hinweisreize, um zu vermitteln, dass die Klientin das körperlich-emotionale Zeichen als inneren Gefährten, als Wächter erkennen sollte, der sie darauf hinweist, dass im Moment etwas nicht im Lot ist. Wenn sich die KlientIn auf diese Umformulierung einlässt, kann sie beginnen, sowohl die innerpsychischen Phänomene als auch Interaktionen mit anderen Personen aufmerksam wahrzunehmen und auf solche Anzeichen zu achten. In der Folge wird sie mehr imstande sein, die eigenen bisher unwillkürlich ablaufenden Prozesse willkürlich zu verändern. Sie erlebt dabei, dass sie sich selbst schrittweise befähigen kann und dadurch Hoffnung und Zuversicht gewinnt.

Für Virginia Satir war das Wesen der Therapie die Herbeiführung einer bewussten Veränderung. Die Elemente der Veränderung (Satir 1995, S.103; Dodson 1992, S.13ff.) und den »Transformationsprozess« (Satir 1995, S.165) hat sie gleichsam als Hintergrundfolie für das therapeutische und beraterische Handeln beschrieben.

## 5.4 Reframing

Wie bekannt ist, strebte Virginia Satir in Seminaren und Therapien generell danach, neue Sichtweisen zu eröffnen, »Dinge anders zu betrachten«, »unter einem neuen Gesichtspunkt zu sehen« oder »andere Faktoren ins Kalkül zu ziehen« (Andreas & Andreas 1985, S.14). Verändert wird der bisherige Verständnisrahmen, innerhalb dessen die KlientIn ein Ereignis wahrnimmt und interpretiert. Dadurch kann dem Ereignis eine andere Bedeutung gegeben werden. Diese Umdeutung – »Reframing« genannt – hat Virginia Satir häufig eingestreut und in der Familienrekonstruktion zur hohen Kunst entwickelt.

## 5.5 Achtsamkeit und signifikante Momente

Berichten KlientInnen über ein unangenehmes Ereignis, achte ich auf die Stimmlage und den Gesichtsausdruck. Klingt beispielsweise die Stimme im Redefluss für einen Moment etwas brüchig, registriere ich, ob sich dies wiederholt. Dann bitte ich die Klientin innezuhalten, vielleicht auch die Augen zu schließen und sich wissen zu lassen, was sich wo in ihrem Körper tut, welches Gefühl sich meldet oder ob irgendwelche inneren Bilder oder Stimmen auftauchen. Häufig kommen dann bisher unbeachtete Empfindungen und Gefühle wie Angst,

Ärger, Magendruck zutage. erinnert werden können auch alte Regeln, verbale oder nonverbale Äußerungen der Mutter, des Vaters und Ähnliches.

Ich versuche, mich in der therapeutischen Situation in eine achtsame, wertschätzende Aufmerksamkeit zu bringen, sodass ich im jeweiligen signifikanten Moment dazwischentreten kann, um den Fokus auf eine sensible Stelle zu lenken. Selbstverständlich geschieht dies hypothesen- und zielorientiert. Auf diese Weise leitet letztlich die KlientIn mittels ihrer bewussten und unwillkürlichen Äußerungen den Verlauf der Sitzung, und ich, der Therapeut, schließe mich diesen verbalen und nonverbalen Signalen an. Virginia Satir hat meist eine Weile genau zugehört, war also voll präsent, um dann im wesentlichen Augenblick zu unterbrechen, den Modus zu wechseln (vom Sprechen zum Fühlen und Spüren), kurz ihre Sichtweise zu erläutern und erst dann eine entsprechende Technik (Skulptur, Rollenspiel, Objekte, Metapher, Meditation o. ä.) einzusetzen.

## 5.6 Familienrekonstruktion

Virginia Satir meinte, dass wir in unserem gegenwärtigen Leben dazu neigen, die alten, in der Kindheit gelernten Überzeugungen und Überlebensstrategien zu reproduzieren. Die Familienrekonstruktion ist ein Prozess der Rückschau auf die Geschichte der eigenen Ursprungsfamilie unter Einbeziehung politischer, wirtschaftlicher und gesellschaftlicher Ereignisse. Die Person, die eine Rekonstruktion macht, wird Star genannt. Gemeinsam mit einer LeiterIn wird exploriert, wie bestimmte inner- und außerfamiliäre Begebenheiten, Verhaltensweisen und Kommunikationsformen der Eltern und Großeltern möglicherweise die Entwicklung und das heutige Sosein der Person, die die Rekonstruktion macht, beeinflusst haben. Virginia sprach davon, dass die Familienrekonstruktion die Möglichkeit bietet, die Quelle unserer alten Überzeugungen und Erkenntnisse wieder zu besuchen und mit neuen »Augen« auf alte Situationen zu schauen. Ihr Zweck ist es, sich zum einen von Einflüssen zu befreien, die das jetzige Leben in spezifischen Situationen stören. Damit sind innerpsychische (innere Dialoge, Überlebensregeln, Gefühle, Erwartungen, Sehnsüchte) und interaktive (Kommunikation mit gegenwärtigen und vergangenen Personen, Kommunikationsmuster) Bereiche gemeint. Zum anderen geht es darum, ungenutzte Ressourcen und Stärken zu entdecken und in den Umgang mit sich und anderen zu integrieren. Die Kunst in der Familienrekonstruktion besteht darin, diese Chancen zu persönlichen und kontextuellen Veränderungen nicht nur kognitiv aufzubereiten, sondern als neue Erfahrung möglichst mit allen Sinnen erleben zu lassen. Mithilfe von Rollenspielern werden deshalb bestimmte Situationen aus dem Familienleben (Geburt, Krankheit, Todesfall, Umzug u. a.) oder aus anderen Kontexten (wie zum Beispiel Flucht, Kriegsgefangenschaft) psychodramatisch dargestellt. Beispiele für Familienrekonstruktionen finden sich bei Nerin (1989; 1992, S.163), Satir & Baldwin (1983, S.253 ff.).

In unseren systemischen Weiterbildungsgängen ist die Selbsterfahrung mithilfe der Familienrekonstruktion seit 1978 Standard. Sie wird in Gruppen mit 10 bis 20 Personen durchgeführt; eine Rekonstruktion dauert in der Regel zwischen 3 und 8 Stunden. Auch in der Einzel-, Paar- oder Familientherapie nutze ich Teile aus der Praxis der Familienrekonstruktion: so zum Beispiel die Erstellung einer Familien-Landkarte (ähnlich dem Genogramm), die Darstellung kurzer Szenen aus der Familiengeschichte, Ad-hoc-Skulpturen, das Erwähnen und Bewusstmachen politischer und gesellschaftlicher Ereignisse parallel zu jeweils innerfamiliären Geschehnissen.

## 5.7 Positive Absicht

Virginia Satir streute immer wieder den Gedanken ein, dass es Menschen nicht immer schlecht meinen, auch wenn sie böse oder schockierende Dinge tun. Mich dieser positiven Zielrichtung anschließend, frage ich, welche gute Absicht womöglich »hinter« einem auf den ersten Blick nicht verstehbaren oder nicht akzeptablen Verhalten einer anderen Person (Partner, Vater, Kollegin) verborgen sein könnte. Lässt sich die KlientIn darauf ein, kann dies zu einem gewissen Verständnis oder gar einer eher versöhnlichen Haltung führen, ohne das Verhalten des anderen gutheißen zu müssen.

Auch für mich als Therapeut ist die positive Unterstellung einer guten Absicht hilfreich, um mit einem auf den ersten Blick befremdlich wirkenden Verhalten meines Gegenübers wohlwollend und professionell umzugehen.

## 5.8 Assoziieren und dissoziieren

Assoziiert sein bedeutet, eine bestimmte Begebenheit so wieder zu erleben, als ob sie mit der Person gegenwärtig geschehe; das heißt, die Person erlebt sich selbst in der damaligen Situation, sie sieht durch die eigenen Augen, fühlt, spürt, hört mit eigenen Ohren wie damals. Dabei können starke Gefühle mit Körperreaktionen auftauchen, wie zum Beispiel Weinen, Zittern, Angst haben. Manch einer sagt: »Ich bin überwältigt, ich fühle mich hilflos.« In der Regel ist der Person das eigene Verhalten und welche Reaktionen es bei anderen hervorruft nicht bewusst. Oft bleibt sie in den starken Gefühlen und der für sie einzigen Sichtweise stecken.

»Let me show you a picture« war ein Angebot von Virginia Satir, um Menschen zu helfen, mehr Abstand und Abgrenzung in konfliktbeladenen Situationen zu gewinnen. Rasch nahm sie einige Personen aus dem Plenum und zeigte gemäß der Aussage der KlientIn ein Skulpturbild. Wenn ich in meiner Arbeit eine Skulptur im Sinne dieser für mich wesentlichen Technik modellieren will, dann verwende ich in der Einzeltherapie Stühle oder unterschiedlich große Holzklötzchen als Ersatz für Personen. Bei Paar- und Familientherapien oder in Teambesprechungen lade ich die Personen ein, eine Skulptur der vorher skizzierten Situation unter Zuhilfenahme der jeweils anwesenden Personen zu stellen. Auf diese Weise werden KlientInnen zuerst in eine eher assoziierte Position und danach, beim Betrachten von außen oder nachdem ich Fotos der Skulpturen gefertigt habe, in eine dissoziierte Beobachter-Position geführt. Diese dissoziierte Position wird auch erreicht, wenn ich Klienten bitte, mir die kritische Szene so zu berichten, als ob wir einen Videofilm anschauten, Kraft der Beschreibung aus der Position eines Beobachters spüren Klienten, dass sich ihre Gefühle gelöster zeigen, Körperempfindungen geringer sind. In der Regel erlangen Klienten über diese Technik des Dissoziierens wieder Abstand zu der

belastenden Situation; dies ermöglicht ihnen den Zugang zu ihren Stärken und Ressourcen. Sie gewinnen an Kreativität und entwickeln Ideen für Verhaltens- und Kontextveränderung.

Virginia Satir hat eine kleine Übung entwickelt, die vor Überwältigung und der Übernahme von fremden Gefühlen schützen kann. Ich nutze sie sowohl in der Therapie als auch in Fortbildungsgruppen:

»Setzen Sie sich so, dass Sie für einige Minuten gut sitzen können. Schließen Sie jetzt – langsam und behutsam – Ihre Augen und nehmen Sie wahr, wie es Ihrem Körper geht und welche Gedanken Ihnen durch den Kopf gehen. – Und jetzt – weiterhin mit geschlossenen Augen – bilden Sie eine Hülle um sich – vom Boden bis über den Kopf. --- Lassen Sie viel Platz in der Hülle, sodass Sie sich ungestört bewegen können. Sie hören und sehen alles, was >draußen< ist. Entscheiden Sie sich, aus welchem Material die Hülle sein soll: Machen Sie sich bewusst, dass diese Hülle für andere Menschen unsichtbar ist und für Sie einen Schutz darstellt, den Sie jederzeit zur Verfügung haben. Ist das Material für Sie sichtbar, oder sind es Töne oder Klänge, die die Hülle bilden? Welche Farben hat die Hülle? Entscheiden Sie, was für Sie passt.

Diese Hülle schützt Sie vor starken Gefühlen Ihres Gegenübers, die nicht zu Ihnen gehören. Mithilfe Ihrer Hülle schaffen Sie eine unsichtbare Grenze, sodass Gefühle des Gegenübers nicht von Ihnen übernommen und mit Ihren Gefühlen und Empfindungen vermischt werden. – Verharren Sie noch ein paar Sekunden, achten Sie darauf, was Sie körperlich spüren, wie Sie sich im Moment fühlen und welche Gedanken Ihnen durch den Kopf gehen, wenn Sie sich bewusst machen. Dass Sie diese soeben kreierte Hülle jederzeit zu Ihrer Verfügung haben werden, wenn Sie sie brauchen. – Wenn es für Sie passend ist, beginnen Sie damit, sich wieder nach außen zu orientieren, öffnen Sie Ihre Augen, blicken Sie umher und stellen Sie sicher, dass Sie wieder ganz hier sind. « (Satir 1985)

Weitere Hilfsmittel zum raschen Erreichen einer Dissoziation im Verlauf eines Gesprächs hat Virginia Satir beiläufig erwähnt: »Du stehst hinter einer großen Glaswand und trägst Kopfhörer; berichte mir, was du siehst und hörst. – Du stehst hinter einer Lichtschranke, die alles Quälende ausgrenzt. Was siehst und hörst du?«

Was Klienten passiert, kann auch der TherapeutIn oder BeraterIn widerfahren: Wenn sie nicht Sorge trägt, die Beobachterposition aufrechtzuerhalten, besteht das Risiko einer zu starken Assoziation mit der Problemlage der KlientIn und damit der Einschränkung ihrer beraterischen Handlungsfähigkeit. Die TherapeutIn sollte sich selbst so weit entwickelt haben, dass sie frühzeitig bemerkt, welche Signale die KlientIn zur übermäßigen Assoziation einladen. Im weiteren Verlauf der Sitzung kann sie dann durch Selbstreflexion und innere Konversation bewusst in einen dissoziierten Zustand wechseln.

## 5.9 Skulpturen

Abschließend möchte ich einige Anmerkungen zur bereits mehrfach erwähnten Skulpturarbeit machen. Wenngleich die Bezeichnung »Skulptur« allgemein verwendet wird, ist das Wort selbst kein adäquater Ausdruck, denn er impliziert eher einen statischen Wert und spiegelt nicht den prozesshaften Charakter wider. Rasch kann ein Skulpturbild modelliert werden, doch ihre volle Wirksamkeit entfaltet Skulpturarbeit meist dann, wenn die anfängliche Skulptur in Bewegung, in einen Tanz vom momentanen Zustand hin zum erwünschten Zustand ausgeführt wird (u. a. Müller 1992, S.155). Virginia Satir war zwar nicht die alleinige Erfinderin der Skulpturarbeit, doch ihre kreativste, lebhafteste, humorvollste und einflussreichste Propagandistin. Sie hat den Umgang mit Skulpturen zur hohen Kunst in der therapeutischen Prozessarbeit ausgebildet. Ohne Virginia Satir würde es wohl die Technik geben, jedoch nicht in dieser Variationsbreite und nicht in diesen spielerischen Formen.

Ein bedeutender Vorteil der Skulpturarbeit ist es, dass die körperliche Demonstration innerer Vorgänge sowohl der Beobachterin als auch der Protagonistin genauere Informationen gibt als eine wörtliche Beschreibung. Ereignisse, die in der Vergangenheit liegen, werden im »Hier und Jetzt« lebendig. Dem Akteur erleichtern Skulpturen den Ausdruck von Gefühlen, Bedürfnissen, Gedanken, Erwartungen, Regeln, die auf der verbalen Ebene zumeist schwierig zu vermitteln sind. Was also von einer Person, innerhalb der Familie oder innerhalb eines anderen sozialen Systems unausgesprochen bleibt, was ignoriert, verleugnet oder abgespalten wird, kann im Skulpturbild externalisiert und verhandelbar werden. Das attraktivste Merkmal von Skulpturen bleibt ihre Flexibilität. Und: Der Umgang mit Skulpturen macht Spaß!

Was in der Beratung und Therapie so bedeutsam ist – nämlich möglichst an konkret Fassbarem zu arbeiten –, wird mithilfe der Skulpturarbeit gefördert: Vorgänge in einem menschlichen System werden für alle sinnlich-konkret erlebbar. Bunny Duhl, eine amerikanische Familientherapeutin, sagt, dass man ein System »... nicht sehen, nicht anfassen und nicht küssen kann«. (Duhl 1983, S.123) Zum Trost möchte ich ergänzen: Mithilfe der Kunst der Skulpturarbeit wird das Konstrukt System zumindest in Ansätzen sichtbar, spürbar und »begreifbar«\*).

## 6. Schluss

Ich würde mich freuen, wenn diese Einführung als Einladung verstanden wird, sich unvoreingenommen mit den zahlreichen Schriften und Dokumenten von Virginia Satir auseinanderzusetzen und sie im Sinne einer noch zu entwickelnden integrativen Psychotherapie »mit neuen Augen« zu betrachten.

Während meiner etwa 15-jährigen Verbindung mit Virginia Satir habe ich durch ihr Handeln ein Menschenbild kennengelernt, das mein privates und berufliches Leben begleitet und bereichert – und mich obendrein glücklich stimmt. Nachhaltig beeindruckt haben mich ihr unbeugsamer Optimismus, ihre tiefe Wertschätzung für uns Menschen als Wunder, ihr unbeirrbarer Glaube an das Gute im Menschen, ihr Fokussieren auf Ressourcen und Stärken und ihr starker Wille, Menschen zu helfen, ihre Wahlmöglichkeiten zu erweitern.

\*) Die TherapeutIn und BeraterIn bietet die in den Kapiteln 4 und 5 genannten Interventionen nur dann an, wenn guter Kontakt und ausreichendes Vertrauen etabliert und die Bereitschaft zu experimentierendem tun mit dem Klienten abgestimmt wurden.

## Literatur zur Artikel

- Andreas, C., Andreas, S. (1985): Einführung. In: Bandler, R., Grinder, J.: Reframing. Ein ökologischer Ansatz in der Psychotherapie (NLP). Junfermann, Paderborn
- Dodson, L. S. (1992): Der Prozeß der Veränderung. In: Moskau, G., Müller, G.F. (1992): Virginia Satir – Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Junfermann, Paderborn
- Dolan, Y. (2004): »Unmögliche« Fälle! Ein »Aufbau«-Seminar für fortgeschrittene Therapeutinnen und nicht locker lassende Anfängerinnen. Arbeitspapier zum Seminar des Münchner FamilienKollegs, 19.–20. November 2004 (Übersetzung durch den Autor)
- De Shazer, S. (1989): Wege der erfolgreichen Kurztherapie. Klett-Cotta, Stuttgart
- Duhl, B.S. (1983): From the Inside out and other Metaphors. Creative and Integrative Approaches to Training in Systems Thinking. Brunner/Mazel, New York (Übersetzung durch den Autor)
- Foerster, H. von, Pörsken, B. (1999): Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners – Gespräche für Skeptiker. Auer, Heidelberg
- Glaserfeld, E. von (1996): Der Radikale Konstruktivismus. Ideen, Ergebnisse, Probleme. Suhrkamp, Frankfurt a. M.
- Moskau, G., Müller, G.F. (1992): Virginia Satir – Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Junfermann, Paderborn
- Müller, G. F. (1992): Verfeinerung und Schärfung der Sinneswahrnehmung. In: Moskau, G., Müller, G.F. (1992): Virginia Satir – Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Junfermann, Paderborn
- Müller, G. F. (1992): Thema mit Variationen: Struktur und Prozeß der Skulpturtechnik. In: Moskau, G., Müller, G. F. (1992): Virginia Satir – Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Junfermann, Paderborn
- Nerin, W. F. (1992): Virginia Satirs Familienrekonstruktion: Ein Spiegel ihrer Persönlichkeit. In: Moskau, G., Müller, G. F. (1992): Virginia Satir– Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Junfermann, Paderborn
- Nerin, W.F. (1989): Familienrekonstruktion in Aktion. Virginia Satirs Methode in der Praxis. Eine Tagesreise ans Licht. Junfermann, Paderborn
- Satir, V. (1980): Selbstwert und Kommunikation. Familientherapie für Berater und zur Selbsthilfe. Leben lernen 18. Pfeiffer, München
- Satir, V. (1982,1983,1985,1987): 10 Tage Familienrekonstruktion. Seminare des Münchner FamilienKollegs. (Übersetzung durch Gaby Moskau)
- Satir, V. (1987): Familienbehandlung. Kommunikation und Beziehung in Theorie, Erleben und Therapie. Freiburg i. B., Lambertus
- Satir, V. (1975): Seminar on Family Therapy, Banff, Alberta, Canada. (Übersetzung durch den Autor)
- Satir, V. (1978): Your many Faces. Celestial Arts, Millbrae California
- Satir, V., Baldwin, M. (1983): Satir Step by Step. A Guide to Creating Change in Families. Science and Behavior Books, Inc. Palo Alto. (Übersetzung durch den Autor)
- Südwestfunk Baden-Baden (1983): Virginia Satir: Die fünf Freiheiten. Aus der Reihe »Wege zum Menschen«
- Tomm, K. (1991): Is Love Central to Family Therapy Research? If so, how? Kongress-Vortrag »Das Ende der großen Entwürfe und das Blühen systemischer Praxis«. Heidelberg
- Yapko, M. (1988): An Interview with Virginia M. Satir. The Milton Erickson Foundation Newsletter Vol. 8, No. 3. (Übersetzung durch den Autor)

## Zum Autor

Gerd Franz Müller, Dipl.-Psychologe, Psych. Psychotherapeut appr., Systemischer Therapeut und Supervisor (DGSF), Lehrender für systemische Beratung und Lehrtherapeut für Systemische Therapie (DGSF). 1974 gründete er gemeinsam mit Gaby Moskau das Münchner FamilienKolleg (MFK), das er seither leitet. Seit 1991 Vorsitzender der Virginia-Satir-Gesellschaft (VSG) e.V.

Er hatte das Vergnügen, seine Lehre in klassischer Familientherapie bei der Pionierin Virginia Satir zu absolvieren und insbesondere bei Maria Bosch, Bunny Duhl, Salvador Minuchin und Walter Kempler zu vertiefen (1972–1977). 1979–1999 Mitglied in Virginia Satirs Avanta Network; Trainer in Satirs Process Community.

In den 70er-Jahren hat er an zahlreichen Fortbildungen im Bereich humanistischer Psychologie (Gestalt, Bioenergetik, Selbsterfahrung, Transaktionsanalyse u.a.) und in Funktionaler Integration bei Moshe Feldenkrais teilgenommen; 1979–1982 in NLP bei Maria Gomori und Cathy Conheim. Er erlebte in den 80er-Jahren die konstruktivistische Wende hin zur Systemischen Therapie u. a. bei Karl Tomm und Gianfranco Cecchin. Ergänzend durchlief er eine mehrjährige Weiterbildung in Ericksonscher Hypnotherapie bei Steve Lankton, Ernest Rossi, Jeffrey Zeig, Gunther Schmidt. Ab 1990 dann das Driften zum lösungsfokussierten Ansatz mit Steve de Shazer, Insoo Kim Berg und zum narrativen Ansatz mit Michael White.

Seit 1978 Lehrtherapeut und Supervisor für Familientherapie/Systemische Therapie, systemischer Supervisor und Berater/Coach für verschiedene Berufsgruppen und Institutionen. Seminarleiter/Supervisor im Unternehmensbereich.

1990–1996 Vorstandsmitglied im Dachverband für Familientherapie und systemisches Arbeiten e.V. (DFS); danach Mitarbeit in Gremien des DFS und von 2007 bis 2013 in der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie e.V. (DGSF) als Mitglied im Innen-Ausschuss der Institute-Versammlung und seit 2007 im 1. Qualitätszirkel gemeinsam mit vier anderen DGSF-Instituten. 2003 – 2007 Delegierter in der Bayerischen Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichen-psychotherapeuten.

Veröffentlichungen: mehrere Artikel zur präventiven Elterarbeit und mit G. Moskau zwei Bücher: Müller, G.F., Moskau, G. (1978): Familienleben als Lernprozeß. Köln: Kiepenheuer & Witsch; Moskau, G., Müller, G. F. (1992): Virginia Satir: Wege zum Wachstum. Ein Handbuch für die therapeutische Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien und Gruppen. Paderborn: Junfermann.

Therapeutische Tätigkeit: Systemisch-ressourcenorientierte integrative Psychotherapie als Einzel-, Paar- und Familientherapie sowie Sexualtherapie in psychotherapeutischer Privatpraxis.

Gerd F. Müller, DP, PP  
MFK Münchner FamilienKolleg  
Blutenburgstr. 57  
80636 München  
089 – 82 08 94 84  
mfk-service@web.de



Virginia Satir, Gaby Moskau, Gerd F. Müller, 1978