

Einbezug des inneren Erlebens in die Fallbearbeitung der hypnosystemischen Gruppen-Fallsupervision



Masterarbeit

im Rahmen des Master of Advanced Studies (MAS)

in

Systemischer Supervision

Departement Soziale Arbeit
der Berner Fachhochschule

eingereicht von

Stefanie Büchel Steiner

Berglistrasse 23

8725 Ernetschwil

info@metaperspektive.ch

Erstgutachterin

Prof. Gerlinde Tafel

Zweitgutachterin

Dr. Petra Maria Schwarz

Abgabedatum

16.09.2023

Vorwort und Dank

Die Möglichkeit, mitten im Familien- und Arbeitsalltag eine zeitaufwändige MAS-Weiterbildung zu absolvieren, brauchte ein Zusammenspiel von vielen unterschiedlichen Zahnrädern in einem Zahnradsystem. Dieses Unterfangen war für mich eine grosse Chance und gleichzeitig eine noch grössere Herausforderung.

Während der Ausbildung zur Supervisorin hat sich herauskristallisiert, dass mein Interesse in erster Linie bei der Erkundung und Nutzbarmachung der inneren Prozesse der Supervisand*innen liegt. Praktische Erfahrungen während den Modulen und in Supervisionssitzungen haben mir gezeigt, wie tiefgreifende Erkenntnisse möglich sind, wenn mit dem eigenen Erleben gearbeitet wird. Dies hat mich dazu bewogen, ein Thema für die Arbeit zu suchen, das sich mit dem inneren Erleben beschäftigt und mit dem Format Gruppen-Fallsupervision habe ich ein Beratungsformat gefunden, in dem die Arbeit mit dem inneren Erleben noch nicht so üblich ist. Die Vertiefung in dieses Thema bestärkt mich darin, selbstverständlich nach Absprache mit den Supervisand*innen, auch in Fallsupervisionsprozessen das innere Erleben zu beleuchten und für die Bearbeitung des eingebrachten Themas zu nutzen.

Wie erwähnt war es eine persönliche Herausforderung, die Supervisionsausbildung zu absolvieren. In den letzten drei Jahren habe ich neben meinen Aufgaben als Mutter von drei Kindern, als Sozialarbeiterin und Vereinspräsidentin eine selbständige Tätigkeit als Supervisorin in Ausbildung aufgebaut, die Weiterbildungsmodule besucht und die Masterarbeit geschrieben. Das hat mich an meine Grenzen gebracht. In einer Zeit, als mir mein Körper deutliche Signale gab, dass die Grenze vom Machbaren erreicht oder überschritten ist, half mir eine kurzfristig angebotene Sitzung mit meinem Arbeitskollegen. Es gelang ihm, mich mit einer hypnosystemischen Methode mit meiner inneren Heldin vertraut zu machen. Daraus ergab sich eine grosse innere Veränderung, die sehr viel bewirkte. Rückblickend gesehen kann es gut sein, dass diese eine Stunde in der Mittagspause bewirkt hat, dass ich überhaupt jetzt an diesem Punkt bin, ein Vorwort für die geschriebene Masterarbeit schreiben zu können. Für mich war dies ein sehr eindrückliches Beispiel für die Sinnhaftigkeit, das innere Erleben zu nutzen für die Bearbeitung eines schwierigen Themas. In diesem Sinne möchte ich meinem Arbeitskollegen Peter Grimm danken, der im richtigen Moment zur Stelle war.

Ich möchte mich bei vielen weiteren Personen bedanken, die ebenfalls zum Gelingen dieser Weiterbildung beigetragen haben.

Andrea Konrad hat sich bereit erklärt, unsere Kinder in der Zeit der Ausbildung als

Tagesmutter zu betreuen, was die Anmeldung zur Weiterbildung überhaupt ermöglichte. Meine Eltern Cilly und Urs Büchel betreuen seit Jahren einen Tag pro Woche unsere Kinder, unterstützen uns im Haus und Garten und ermöglichen so, dass mein Mann und ich uns je hälftig um die Kinderbetreuung kümmern und gleichzeitig noch drei Tage pro Woche arbeitstätig sein können.

Es brauchte auch die Einwilligung der Vorgesetzten von meinem Mann und mir, dass wir unsere Arbeits- und Freitage nach den Modultagen richten konnten.

Ihnen allen ein herzliches Dankeschön!

Mein Mann Roman Steiner bestärkte mich vor gut drei Jahren, mich für die Weiterbildung anzumelden. Er war während der ganzen Zeit ein wichtiger Pfeiler für unsere Familie, und es gebührt ihm ein grosser Dank.

Unsere drei Kinder verzichteten vor allem im letzten halben Jahr auf Familienzeit am Wochenende und zeigten Verständnis, wenn ich mich immer wieder ins Büro zurückzog. Ich danke ihnen von ganzem Herzen für das Mittragen dieses für mich grossen Projekts.

Eine tiefe Dankbarkeit verspüre ich auch meinen engsten Freundinnen gegenüber, die mir seit Jahren ein wichtiger Grundpfeiler im Leben sind und mich immer unterstützen.

Ein herzlicher Dank geht an Bettina Grote, die als Dozentin in verschiedenen Modulen ihr grosses Wissen und ihre beeindruckende Erfahrung weitergegeben und eine vertiefte Auseinandersetzung mit verschiedenen Themen angeregt hat.

Am Schluss des Schreibprozesses konnte ich auf die Unterstützung von Werner Roggenkemper zählen, der die Arbeit gegengelesen und korrigiert hat, auch ihm gebührt ein grosser Dank.

Dr. Petra Maria Schwarz hat sich sofort zur Verfügung gestellt, die Arbeit als Zweitgutachterin zu beurteilen und bewerten. Herzlichen Dank!

Ein weiteres wichtiges Element im Zahnradsystem war Gerlinde Tafel. Sie hat den Studiengang MAS Systemische Supervision mit viel Herzblut konzipiert und dafür gesorgt, dass sich mir wunderbare berufliche Perspektiven eröffneten. Die vielen Stunden Zeit, die sie sich genommen hat für die Begleitung dieser Masterarbeit, die gemeinsame Auseinandersetzung mit der Fragestellung und die Anregungen zur Gliederung der Arbeit haben mir sehr geholfen, mich langsam an die Anforderungen einer Masterarbeit heranzutasten. Vielen herzlichen Dank!

Ernetschwil, 12.09.2023

Stefanie Büchel Steiner

Inhaltsverzeichnis

Vorwort und Dank	II
Inhaltsverzeichnis	IV
Abbildungsverzeichnis	VI
Abstract	VII
1. Einleitung	1
1.1 Ausgangslage	1
1.2 Praktische Relevanz	1
1.3 Fragestellungen	2
1.4 Ziele	2
1.5 Methodisches Vorgehen / Aufbau der Arbeit	2
1.6 Grenzen der Arbeit	3
2. Der systemische Ansatz und seine Bedeutung für die Supervision	4
2.1 Grundlage Systemtheorie	4
2.2 Unterschiedsbildung	4
2.3 Kommunikation	5
2.4 Ursache ist nicht gleich Wirkung	5
2.5 Beobachtung der Beobachtung	6
2.6 Autopoiese	7
2.7 Kontextabhängigkeit	8
2.8 Leitideen systemischer Supervisionspraxis	8
2.9 Definition Systemische Supervision	9
3. Inneres Erleben und die Bedeutung für die Supervision	10
3.1 Beschreibung des inneren Erlebens	10
3.2 Erkenntnisse aus der Hirnforschung	11
3.3 Kommunikationsbrücken zwischen Hirnregionen	13
3.4 Bedeutung für die Supervision	13
3.5 Definition inneres Erleben	14
4. Der hypnosystemische Ansatz und seine Bedeutung für die Supervision	16
4.1 Haltung	18
4.2 «Beratungssystem» und «Heimatsystem» als zielfokussierende Systeme organisieren	20

4.3	Utilisation	21
4.4	Bezogene Individuation	21
4.5	Aufmerksamkeitsfokussierung	22
4.6	Problemerleben	23
4.7	Musterunterbrechung	24
4.8	Leitideen hypnosystemischer Supervisionspraxis	24
4.9	Definition Hypnosystemische Supervision	26
5.	Das Format Gruppen-Fallsupervision	27
5.1	Phasen einer Fallsupervision und Möglichkeiten, das innere Erleben einzubeziehen	28
5.1.1	Anfangsphase	29
5.1.2	Bearbeitungsphase	30
5.1.3	Handlungsperspektiven, Umweltverträglichkeit und Zukunftstest	33
5.1.4	Schlussphase	33
5.2	Rahmung und Gesamt-Prozessgestaltung in der Gruppen-Fallsupervision	34
5.3	Bedeutung der systemischen und hypnosystemischen Leitideen für die Praxis in der hypnosystemischen Gruppen-Fallsupervision	37
6.	Reflexion einer Beratungssituation	38
6.1	Dokumentation	38
6.2	Reflexion	39
6.2.1	Reflexion einer Fallbearbeitung	39
6.2.2	Reflexion des eigenen inneren Erlebens in Bezug auf die beschriebene Fallsituation	43
6.2.3	Entwicklung einer eigenen Persönlichkeit als Beraterin	45
7.	Schlussfolgerungen	48
8.	Fazit	51
9.	Literaturverzeichnis	52
	Eigenständigkeitserklärung	54

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Flipchart Definition Supervision	9
Abbildung 2 Flipchart Reizverarbeitung	11
Abbildung 3 Flipchart Beobachtung von Systemen	20
Abbildung 4 Flipchart Problem-Phänomen.....	23
Abbildung 5 Flipchart Mein Supervisionsverständnis	26
Abbildung 6 Flipchart Die anderen als Problemverursachende	32
Abbildung 7 Foto Beratungssituation	39
Abbildung 8 Bildkarte Dixit	40
Abbildung 9 Bildkarte Dixit	40
Abbildung 10 Foto Beratungssituation	41

Abstract

Im Gegensatz zu Therapie und Beratung ist es in der Supervision noch nicht weit verbreitet, das ganzheitliche innere Erleben der Supervisand*innen in Fallsupervisionen einzubeziehen. Diese Arbeit setzt sich mit der Prozessgestaltung in Gruppen-Fallsupervisionen auseinander, die einen Einbezug von inneren Erlebensprozessen der falleinbringenden Supervisand*innen in die Themenbearbeitung ermöglicht. Sie beleuchtet wichtige Leitideen des systemischen und hypnosystemischen Beratungsansatzes, die auch für die Praxis in der Gruppen-Fallsupervision von Bedeutung sind.

Die Arbeit umfasst einen theoretischen Teil, der sich sowohl mit den Leitideen des systemischen sowie hypnosystemischen Beratungsansatzes und dem inneren Erleben auseinandersetzt sowie eine Verknüpfung mit dem Beratungsformat Gruppen-Fallsupervision herstellt. Dazu kommt ein praktischer Teil, in dem eine Beratungssituation in der Gruppen-Fallsupervision reflektiert wird.

Es zeigt sich, dass Supervisor*innen viele Möglichkeiten haben, die den Einbezug des inneren Erlebens begünstigen. So trägt beispielsweise das Wissen um Prozesse im Hirn dazu bei, dass unbewussten und unwillkürlichen Prozessen mehr Gewicht gegeben werden kann, um Veränderungen anregen zu können. Auch sind Supervisor*innen bei der Anliegensuche und Auftragssondierung sehr gefordert, um an die wichtigen Themen heranzukommen und Wahlmöglichkeiten bei der Bearbeitung des Themas anzubieten. Unter dieser Auswahl befinden sich auch Interventionen und Methoden, die das innere Erleben mit einbeziehen.

1. Einleitung

1.1 Ausgangslage

In der Therapie und Beratung ist es je nach verfolgtem Ansatz schon seit längerer Zeit üblich, innere Erlebensprozesse und den eigenen Körper in die Bearbeitung eines Themas mit einzubeziehen, um nachhaltigere Verbesserungen der Befindlichkeit zu erreichen. Im Einzelsetting der Supervision wird dies gemacht, in der Gruppe ist es aber noch nicht weit verbreitet. Oft werden als Thema in der Gruppen-Fallsupervision mehr das Verhalten und die Handlungsmöglichkeiten von Klient*innen gewählt, statt dass der Fokus auf das Interaktionsgeschehen zwischen Klient*in und Supervisand*in und das innere Erleben der Supervisand*in gelegt wird. Üblich sind Methoden, die darauf abzielen, den falleinbringenden Supervisand*innen neue Ideen und Ratschläge zu geben, wie sie sich das nächste Mal verhalten oder was sie probieren können, damit die Klient*innen sich eher so verhalten, wie es die Supervisand*innen oder die Supervisionsgruppe für passend erachten.

Kommt es dazu, dass das eigene Erleben der Supervisand*innen zum Thema wird, wird am ehesten eine Problem- und Selbstreflexion auf kognitiver Ebene gemacht und die Ebene der unbewussten und unwillkürlichen Abläufe ausser Acht gelassen.

In dieser Arbeit geht es darum zu beleuchten, wie auch im Beratungsformat Gruppen-Fallsupervision die Arbeit mit dem gesamtheitlichen inneren Erleben möglich ist.

1.2 Praktische Relevanz

In der systemischen und hypnosystemischen Ausrichtung von Supervision besteht die Möglichkeit, das internale System einer Person in Bezug auf Arbeitssituationen zu reflektieren, sodass eine Veränderung des eigenen Erlebens angestrebt werden kann. Dies kann sich mutmasslich positiv auf die Selbstwirksamkeit der Supervisand*innen auswirken, so dass der Umgang mit ihren als schwierig erlebten Situationen im Berufsalltag gelingender wird. Wie ein Rahmen geschaffen werden kann, der die Arbeit am inneren Erleben in Gruppen-Fallsupervisionen möglich macht und wie das innere Erleben achtsam erkundet werden kann, soll in dieser Arbeit praxisorientiert herausgearbeitet werden.

1.3 Fragestellungen

Leitende Fragestellung

Wie kann der Prozess einer Gruppen-Fallsupervision gestaltet werden, damit das innere Erleben der falleinbringenden Person im Bearbeitungsprozess mit einbezogen werden kann?

Unterfragen

- Welche Leitideen des systemischen und des hypnosystemischen Beratungsansatzes sind wichtig für die Hypnosystemische Supervision und welche Bedeutung haben sie für die Praxis in der Gruppen-Fallsupervision?
- Wie kann das innere Erleben beschrieben werden und welche Bedeutung hat es für die supervisorische Fallarbeit?

1.4 Ziele

Die Arbeit setzt sich mit der Fallsupervision in der Gruppe als ein mögliches Supervisionssetting auseinander, wobei die Grundannahmen vom systemischen und hypnosystemischen Ansatz einbezogen sind. Es gibt eine theoretische Auseinandersetzung mit dem Begriff «inneres Erleben» und es findet eine Verknüpfung mit dem Beratungsformat Gruppen-Fallsupervision statt.

Die Arbeit bietet praktische Ansätze dafür, wie sich die Themenbearbeitung in der Fallsupervision für die themeneinbringende Personen so auswirken kann, dass sie in ihrer Arbeit Selbstwirksamkeit erleben, ihre Ressourcen einbringen können und ihr Handlungsspielraum erhöht wird.

Ebenso soll sie aufzeigen, wie ein Rahmen geschaffen werden kann, der die Arbeit am inneren Erleben in Gruppen-Fallsupervisionen überhaupt möglich macht.

1.5 Methodisches Vorgehen / Aufbau der Arbeit

Es handelt sich um eine theoretische Arbeit, in der die wichtigsten Merkmale des systemischen und hypnosystemischen Ansatzes, die für die Supervision relevant sind, herausgearbeitet werden. Zudem findet eine Auseinandersetzung mit dem Thema «inneres Erleben» statt. In einem zweiten Teil wird eine konkrete Beratungssituation einer Fallsupervision in der Gruppe reflektiert und die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit als Supervisorin beschrieben.

Bekannterweise gibt es verschiedene Supervisionsansätze mit unterschiedlichen

Schwerpunkten. In dieser Arbeit wird der Fokus auf den hypnosystemischen Ansatz gelegt, weil das innere Erleben dort ein wichtiger Bestandteil der Arbeitsweise ist. Der hypnosystemische Ansatz leitet sich ab vom systemischen Ansatz und der Hypnotherapie.

Den systemischen Ansatz sehe ich als Grundlage für die Haltung und für grundlegende Denkweisen, weshalb auf dieses Thema zuerst eingegangen wird.

Danach wird das innere Erleben als wichtiger Teil der Arbeitsweise thematisiert, und es findet eine erste Verknüpfung zum Beratungsformat Gruppen-Fallsupervision statt.

Der Einbezug des inneren Erlebens, insbesondere das Nutzbarmachen von unbewussten und unwillkürlichen Teilen des Erlebens, ist im hypnosystemischen Ansatz von grosser Relevanz. Deshalb wird dieser Beratungsansatz erläutert und eine Verknüpfung mit dem Thema Gruppen-Fallsupervision abgeleitet.

Im nächsten Kapitel wird das Supervisionsformat Gruppen-Fallsupervision genauer beleuchtet und es wird versucht, mögliche Rahmenbedingungen zu nennen, die zur Erhöhung der Wahrscheinlichkeit beitragen, dass das ganzheitliche innere Erleben mit einbezogen werden kann.

Schliesslich folgt ein praktischer Teil mit der Reflexion einer Beratungssituation in der Gruppen-Fallsupervision, bevor in den Schlussfolgerungen die Ergebnisse zusammengeführt werden.

1.6 Grenzen der Arbeit

Die Arbeit ist auf den Gruppenkontext bezogen, es wird jedoch nicht näher auf die Dynamik in Gruppen eingegangen. Stattdessen wird thematisiert, wie das innere Erleben nicht wie üblich im Einzelsetting, sondern auch in der Gruppe in die Fallbearbeitung einbezogen werden kann.

Die Theorie zum systemischen und hypnosystemischen Ansatz hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit, weil dies den Rahmen dieser Arbeit bei Weitem sprengen würde. Es wird auf die Aspekte eingegangen, die für das gewählte Thema relevant sind.

2. Der systemische Ansatz und seine Bedeutung für die Supervision

Supervision kann in Anspruch genommen werden, wenn berufliche Themen mit einer von aussen kommenden Person beleuchtet werden sollen. Die Anlässe dafür sind vielfältig, sie reichen von Wünschen nach Veränderung, Konfliktbearbeitung, Haltungsentwicklung, Perspektivenerweiterung bis Qualitätssicherung.

Supervisionen werden im Einzelsetting, für Teams, Gruppen oder im Ausbildungskontext angeboten und können unterschiedliche Aufträge beinhalten.

In diesem Kapitel werden daher zunächst diejenigen theoretischen Wurzeln des systemischen Ansatzes zusammengefasst erwähnt, die auch für das Beratungsformat Supervision von Bedeutung sind. Nach den jeweiligen Ausschnitten aus der Fachliteratur wird Bezug genommen auf die Relevanz für die Supervision in einem allgemeinen Sinn.

2.1 Grundlage Systemtheorie

Gemäss Ebbecke-Nohlen (2022) kann die theoretische Entwicklung systemischen Denkens und Handelns auf eine lange Geschichte zurückblicken, wobei sich die teilweise sehr unterschiedlichen Theorien und Metatheorien gegenseitig befruchtet und weiterentwickelt haben (S. 54).

Die Allgemeine Systemtheorie führt den Systembegriff ein und fokussiert auf Phänomene in ihrer Vernetzung anstatt in ihrer Isolation und untersucht den strukturellen Aufbau und die Funktionen eines Systems ohne Bezugnahme auf lineare Kausalitäten (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 36 – 37).

Als Namensgeberin des systemischen Ansatzes, woraus sich die Systemische Beratung und Systemische Supervision entwickelt hat, kann die allgemeine Systemtheorie als Grundlage für viele weitere Erkenntnisse gesehen werden. Die grundsätzliche Erkenntnis, dass Systeme vernetzt sind und es eine Wechselwirkung zwischen ihnen gibt, ist von grosser Bedeutung für die systemische Arbeit.

2.2 Unterschiedsbildung

Gemäss Ebbecke-Nohlen (2022) leistete Gregory Bateson mit seinem Werk *Ökologie des Geistes* einen massgeblichen Beitrag für die Entwicklung systemischen Denkens. Für ihn war die Suche nach verbindenden Mustern und Formen wichtig und er sah die Unterscheidung als grundlegende Operation von Wahrnehmung. Er definierte als

veränderungsrelevante Information «Unterschiede, die einen Unterschied machen» (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 38) und zitierte den Gedanken von Alfred Korzybski, «dass die Landkarte nicht die Landschaft ist» (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 38).

In der Supervision kann darauf geachtet werden, dass Muster im Verhalten und in Interaktionsprozessen erkannt werden, damit Unterschiede im Erleben und Verhalten angeregt werden können.

Die Bewusstheit darüber, dass das Erzählte oder das Erlebte nicht die Abbildung der Realität ist, sondern wie eine Landkarte einer Landschaft, ist eine wichtige Erkenntnis. Jede Person erstellt metaphorisch gesehen von wahrgenommenen Landschaften innerlich Landkarten, die sich von denen anderer Personen unterscheidet, auch wenn es sich um die gleiche Landschaft handelt. Daraus wird abgeleitet, dass es wichtig sein kann, gegenseitig die erzeugten Landkarten zu erkunden, beispielsweise um Konflikte besser zu verstehen.

2.3 Kommunikation

Das von Paul Watzlawick, Janet H. Beavin und Don D. Jackson im Jahr 1974 verfasste Buch *Menschliche Kommunikation* bezieht sich auf den Stellenwert und die Merkmale von Kommunikation in zwischenmenschlichen Beziehungen (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 39 – 40).

Kommunikation ist ein wichtiges, wenn nicht das wichtigste Werkzeug für die Systemische Supervision. Die Erkenntnisse der Kommunikationstheorie können meiner Meinung nach als nicht wegzudenkende Grundlage für jegliche Arbeit mit Menschen bezeichnet werden. In oben genanntem Werk wurden fünf Axiome abgeleitet, die im Allgemeinen auf die menschliche Kommunikation zutreffen.

Die Erkenntnisse von Ebbecke-Nohlen (2022, S. 39), dass neben dem gesprochenen Wort auch die nonverbale Kommunikation Mitteilungskarakter hat und sich die Wahrscheinlichkeit für gelingende Kommunikation erhöht, wenn digitale und analoge Mitteilungen als übereinstimmend erlebt werden, erscheint mir besonders wichtig. Wenn die Deutung der nonverbalen Kommunikation eines Gegenübers divergiert mit der gesprochenen Aussage, kann dies zu Verwirrung und Unsicherheit führen.

2.4 Ursache ist nicht gleich Wirkung

Gemäss von Schlippe & Schweitzer (2007) ist die Entdeckung vom belgischen Physiker Ilya Prigogine, dass sich in hochvernetzten, dynamischen Systemen unter gewissen

Bedingungen spontan Ordnungen entwickeln können, ohne dass es von aussen eine ordnende Instanz gibt (Chaostheorie), von Bedeutung für die Weiterentwicklung des systemischen Ansatzes. Es können kleine Ursachen wie bildhaft gesehen der Flügelschlag eines Schmetterlings riesige Auswirkungen haben, die in einem komplex vernetzten System Turbulenzen anregen und verstärken können (S. 63).

Ebbecke-Nohlen (2022) führt weiter aus, dass gemäss der Chaosforschung gleiche Ursachen nicht gleiche Wirkungen zeigen müssen (entgegen dem Kausalitätsprinzip). Auch eine noch so genaue Systemanalyse erlaubt keine Prognose des künftigen Systemverhaltens (S. 41).

Die Erkenntnis des so genannten Schmetterlingseffekts kann die supervisorische Arbeit erleichtern, weil man davon ausgehen kann, dass auch kleine Veränderungen eine grosse Wirkung haben können.

Bei ähnlich gelagerten schwierigen Situationen mit gleichen supervisorischen Interventionen sind nicht gleiche Ergebnisse zu erwarten, sondern es ist klar, dass immer neue, nicht miteinander vergleichbare Situationen entstehen, die auch mit einer sehr genauen Analyse der Ausgangssituation nicht vorhersagbar sind.

2.5 Beobachtung der Beobachtung

Heinz von Foerster entwickelte den Ansatz der Kybernetik zweiter Ordnung und benannte als dessen zentrales Prinzip die Zirkularität, zudem verwies er auf die Selbstreferenzialität von Erkenntnis. „Selbstreferenzialität hebt hervor, dass jede Beobachtung von einem Beobachter gemacht wird und infolgedessen die Beobachtung des Beobachters zum Mittelpunkt hat“ (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 46). Die Beobachtenden sind Teil dessen, was sie beobachten und stehen deshalb nicht ausserhalb des von ihnen beobachteten Bereichs. Menschen werden als selbstreferenziell, das heisst als nichttriviale Maschine und damit von aussen nicht instruierbar, angesehen. Daraus kann gefolgert werden, dass Menschen für ihre Handlungen auch selbst verantwortlich sind und ihre eigenen blinden Flecke zu bedenken haben (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 46 – 47). Ebbecke-Nohlen (2022) zitiert den ethischen Imperativ von Heinz von Foerster: «Handle stets so, dass sich die Anzahl der Wahlmöglichkeiten erhöht» (S. 47 – 48).

Für die praktische Supervisionsarbeit haben von Foersterns Erkenntnisse einen sehr grossen Einfluss. Alle Aussagen und Beschreibungen, die hinsichtlich der Wirklichkeit des Supervisionssystems gemacht werden, hängen mit der jeweiligen Perspektive als Beobachtende zusammen und sind deshalb als subjektiv zu verstehen. Dies hat zur Folge, dass die Supervisor*innen sich in eine Position der Nichtwissenden begeben

können, die ihr Denken und Handeln hinterfragt und die eigene Einschätzung zur supervidierten Thematik nicht als einzig gültige, sondern als eine von mehreren Sichtweisen ansieht. In der Supervision gilt es, eine Vielzahl von Möglichkeiten zu entwickeln, aus denen die für die Supervisand*innen am besten passendste ausgesucht werden kann. Die Supervisor*innen achten darauf, dass es immer wieder die Möglichkeit für alle Beteiligten gibt, verschiedene Perspektiven einzunehmen, auch die der Nichtanwesenden, da Problem- und Lösungsbeschreibungen abhängig sind von der jeweiligen Perspektive, die die beschreibende Person einnimmt (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 48 – 49).

Die Erkenntnis der Nichttrivialität des Menschen bedeutet für mich, dass es keinen Sinn macht, die Supervisand*innen von einer Sichtweise überzeugen oder sie zu einer Handlung bringen zu wollen. Von aussen können sie höchstens dazu eingeladen werden, eine andere Perspektive einzunehmen und so für sich weitere Handlungsmöglichkeiten zu erwirken.

2.6 Autopoiese

Gemäss Ebbecke-Nohlen (2022) bezieht sich die Autopoiesetheorie auf die biologischen Wurzeln menschlichen Erkennens. Sie sieht lebende Systeme als autopoietische (sich selbst erzeugende) Einheiten. Die operationale Geschlossenheit der lebenden Systeme zeichnet sich dadurch aus, dass sie lediglich über eigene Operationen verfügen und nur aufgreifen können, was sich in den eigenen operationalen Code fügt. Dies bewirkt, dass sie autonom gegenüber ihrer Umwelt sind und beliebige Umweltkomplexität tolerieren. Es zeigt auf, dass die externe Einflussnahme begrenzt ist. „Die Umwelt kann lediglich anstossen, anregen oder verstören, aber keine Strukturveränderung im System bewirken. Veränderungen im System werden vom System selbst entsprechend seiner autopoietischen Organisation vorgenommen durch Produktion, Transformation oder Destruktion einzelner Bestandteile“ (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 49).

Wenn gemäss Gross und Popper (2022) davon ausgegangen wird, dass Menschen autopoietische Wesen sind, können Selbsterhaltung, Selbstorganisation, Homöostase und Überleben als Ziele dieser Systeme angeschaut werden (S. 45).

Diese Annahme im Hinterkopf zu haben, bedeutet für mich als Supervisorin, jedes Verhalten der Supervisand*innen als einen Versuch anzusehen, die eigene Systemorganisation zu erhalten, ohne es bewerten zu wollen.

2.7 Kontextabhängigkeit

Gemäss Schmidt (2020) gewinnt alles erst in seinem Situationszusammenhang, also in seinem Kontext seinen Sinn, seine Bedeutung und seine Wirkung. Es hängt vom Kontextrahmen ab, ob etwas als Kompetenz oder als adäquate Lösung für bestimmte Ziele verstanden werden kann oder ob das gleiche Phänomen als Versagen, Krankheit oder Inkompetenz gesehen wird (S. 53).

In der Systemischen Supervision wird dem Kontext eine herausragende Bedeutung beigemessen, da aus systemischer Sicht jedes Phänomen seine Wirkung und Bedeutung aus seinen kontextuellen Wechselwirkungen erhält (Neumann-Wirsig, 2019, S. 26).

2.8 Leitideen systemischer Supervisionspraxis

Nachfolgend wird auf die Leitideen systemischer Supervisionspraxis eingegangen, um damit einen Teil der ersten Unterfrage dieser Arbeit zu beantworten (Welche Leitideen des systemischen Beratungsansatzes sind wichtig für die Hypnosystemische Supervision?).

Für die systemische Supervisionspraxis sind die erwähnten theoretischen Konzepte als Haltungen und für die Handlungen richtungsweisend. Einerseits wird vom Individuum ausgegangen als Instanz, welche die eigene Wirklichkeit im Dialog mit ihrer Umwelt konstruiert, weshalb in der Supervisionspraxis Methoden angeboten werden, welche die Wahlmöglichkeiten erhöhen und die Eigenverantwortung der Supervisand*innen stärken. Andererseits wird die Aufmerksamkeit bei der Methodenwahl auf Beziehungsmuster gelegt.

Die Haltung der Supervisor*innen zeichnet sich durch Neugier, Neutralität, Ressourcenorientierung, Respekt durch Wertschätzung gegenüber Personen und deren Lösungsbemühungen aus.

Die Anwendung von verschiedenen Methoden verleihen dem systemischen Supervisionsprozess seine charakteristische Gestalt.

Die Theorie kann als reiche Quelle der Inspiration für die Praxis angesehen werden, während die Praxis der Nährboden ist für den Erwerb von Erfahrungswissen, das wiederum die Weiterentwicklung der Theorie ermöglicht (Ebbecke-Nohlen, 2022, S. 55 – 56).

2.9 Definition Systemische Supervision

Für die Definition Systemischer Supervision wird die allgemeine Definition von Supervision von Neumann-Wirsig (2017) in eigenen Worten verknüpft mit Merkmalen Systemischer Supervision von Ebbecke-Nohlen (2022) und weiteren Aspekten aus der systemischen Grundhaltung.

Supervision ist ein Beratungsformat für Menschen als Berufsrollenträger*innen in ihrer



Abbildung 1 Flipchart Definition Supervision

Berufspersönlichkeit. Sie zielt explizit auf höhere Professionalität und unterstützt die Entwicklung, Entfaltung und Verbesserung des beruflichen Handelns. Supervision setzt an der Schnittmenge der Bereiche Profession, Organisation und Person an und reflektiert Arbeitssituationen im Kontext dieser drei Bereiche. Im Zentrum der Supervision stehen die Supervisand*innen mit ihrer Haltung, die in ihren Handlungen zum Ausdruck kommt.

Systemische Supervision zeichnet sich dadurch aus, dass eine Metaebene eingenommen wird, aus der heraus die berufliche Praxis der Supervisand*innen und deren Interaktionsprozesse beobachtet, beschrieben und reflektiert werden

unter Berücksichtigung von kontextuellen Wechselwirkungen. Die Haltung im Supervisionssystem ist ressourcenorientiert, respektvoll und wertschätzend. Die Supervisor*innen geben keine Lösungen vor, sondern begleiten den Prozess und ermöglichen mit verschiedenen Methoden neue Selbsterkenntnisse und eine Erweiterung des Handlungsspielraums.

3. Inneres Erleben und die Bedeutung für die Supervision

Das Thema Einbezug des inneren Erlebens in Therapie, Coaching und Beratung ist in der Fachliteratur zu finden.

Zugeschnitten auf das Beratungsformat Supervision gibt es wenig Literatur, die das Einbeziehen des inneren Erlebens vertieft, weshalb in dieser Arbeit die theoretischen Erkenntnisse aus der Fachliteratur von Therapie und Beratung auf das Beratungsformat Supervision übertragen werden.

Um die zweite Unterfrage dieser Arbeit zu beantworten, wird in diesem Kapitel darauf eingegangen, was unter dem inneren Erleben verstanden werden kann und welche Erkenntnisse der Hirnforschung wichtig sind für die Beschreibung des inneren Erlebens. Daraus wird die Bedeutung für die Supervision abgeleitet und eine Definition des inneren Erlebens erarbeitet.

3.1 Beschreibung des inneren Erlebens

Der Mensch begreift sich als komplexe Persönlichkeit mit einer differenzierten Gefühlswelt, ausgestattet mit Vernunft und Rationalität, mit inneren Werten, einem Charakter sowie einem Wesenskern. Seine Gedanken, Gefühle oder Vorstellungen sowie das Unbewusste befindet sich nach menschlicher Vorstellung innen. Ebenfalls fasst der Mensch die Tiefen des Unsagbaren und der sich anbahnenden heftigen Gefühle, Ängste und Neigungen, mit welchen er um die Beherrschung des eigenen Lebens ringt, als etwas Inneres auf. Dieses Selbstverständnis wird als so elementar und tiefsitzend empfunden, dass es wie zur inneren Natur geworden ist und als die Basis unseres Denkens, Erlebens und Handelns bezeichnet werden kann (Langfeldt & Nothdurft, 2004, S. 46 – 47).

Alle emotional «geladenen» Erlebnisprozesse werden gemäss Schmidt (2016) in unserem unbewussten Erlebnisrepertoire als eigenständiges Erlebnisnetzwerk gespeichert. Das dynamische, «vibrierende» und «pulsierende» Gesamtgefüge des Aufeinanderwirkens der Erlebnisnetzwerke bildet das Erleben.

Diese Netzwerke können durch Reize von aussen angeregt oder autonom von innen aktiviert werden. Erlebt eine Person in gegenwärtigen Situationen, bewusst oder unbewusst, Ähnlichkeiten mit bestimmten Elementen früherer Netzwerke, kann es zu einer intensiven Reaktivierung in der Gegenwart kommen. Ist die Identifikation mit diesen altersregressiven Netzwerken sehr intensiv, kann es bei leidvollen Phänomenen bis hin zu Flashbacks kommen. Bei Episoden mit erfolgreichen, glücklichen und positiv erfüllten Erfahrungen kann eine Reaktivierung genutzt werden für das Anregen von gewünschten

Prozessen.

Erlebnisnetzwerke können differenziert genutzt werden für die gezielte und bewusste Rekonstruktion von unwillkürlichem Erleben (S. 175 – 180).

In der Vorlesung zum Thema hypnosystemische Zugänge (B. Grote, persönliche Kommunikation, 14. Dezember 2021) werden unter Anderem diese beiden Aussagen gemacht zum Thema Erleben:

- Erleben ist gestaltbar durch Aufmerksamkeitsfokussierung
- Erleben meint Gestaltung von Erlebnisnetzwerken

Diese beiden Aussagen lassen sich zu folgendem übergeordneten Satz zum menschlichen Erleben zusammenfassen: **Erleben meint Gestaltung von Erlebnisnetzwerken durch Aufmerksamkeitsfokussierung.**

3.2 Erkenntnisse aus der Hirnforschung

Laut Gross & Popper (2022) ist die Reduktion von Komplexität, im Dienste des Überlebens und der möglichst zieldienlichen Anpassung an äussere Welten, eine Hauptfunktion des menschlichen Gehirns. Um eine Überforderung bei der Verarbeitung aller inne-

ren und äusseren Prozesse zu vermeiden, sucht das Gehirn nach erkennbaren Mustern (S. 47).

Aufgrund begrenzter Kapazität und wegen dem hohen Aufwand ist Bewusstsein gemäss Ryba (2019) nur für besondere Funktionen reserviert. Reize werden nach einer ersten Verarbeitung in der Grosshirnrinde nach bekannt / unbekannt und wichtig / unwichtig unterschieden, dies alles geschieht unbewusst. Nur unbekannte und potentiell wichtige Reize gelangen in das Bewusstsein zur detaillierten Verarbeitung, wo durch ein Zusammentreffen des Reizes auf kognitive und emotionale Gedächtnisinhalte ein bedeutungshafter Zustand hergestellt wird. Bewusstsein verarbeitet also nur



Abbildung 2 Flipchart Reizverarbeitung

Informationen, die als neu, wichtig und bedeutungshaft bewertet worden sind (314 – 315).

Im limbischen System, das in der Gehirnmittle verortet ist, sind die meisten Prozesse unwillkürlich und unbewusst. Statt der Sprache herrscht hier eine Welt der inneren Bilder und der Emotionen vor. Diese Prozesse laufen schneller ab als die bewussten Bewertungsprozesse des Cortex, um zum Beispiel bei drohender Gefahr eine schnelle Reaktion zu ermöglichen. Die Prozesse der inneren Bebilderung im limbischen System laufen immer ab und sind zentraler Bestandteil des menschlichen Erlebens (S. 52 – 54).

Alle Gehirnvorgänge, die ausserhalb der Grosshirnrinde ablaufen, sind laut Ryba (2019) aus neurobiologischer Sicht unbewusste Vorgänge. Ebenfalls finden viele Prozesse innerhalb der Grosshirnrinde unbewusst statt.

Die Hirnforschung hat gezeigt, dass unbewusste Vorgänge vorherrschend sind und Bewusstheit vor allem zur Verarbeitung neuer und wichtiger Informationen genutzt wird (S. 316).

Im Gehirn gibt es gemäss Schmidt (2016) keine Zukunft und keine Vergangenheit, sondern es handelt sich jeweils um aktuell auftauchende Bilder in der Gegenwart. Die miteinander feuernenden Bilder und sonstigen Prozesse bewirken die Erzeugung des gegenwärtigen Erlebens. Auch hypothetische Gedankenspiele können durch intensives Hineinversetzen zur momentan dominierenden Wirklichkeit umgesetzt werden. Unser Erleben ist also nicht nur von Ausseneinflüssen und Impulsen von innen gesteuert, sondern wird von uns erzeugt und ist somit auch von uns beeinflussbar.

Die systematische Gestaltung einer Vorstellung einer Erfahrung mit allen Sinnen wirkt im Gehirn fast genauso intensiv wie eine echt erlebte. Das Gehirn macht keine intensive Unterscheidung zwischen einer echten Erfahrung und einer durch Imagination simulierten Erfahrung (S. 180).

Macht sich ein Mensch gemäss Schmidt (2020) einseitig parteiisch für die Seite der kognitiven Funktionen, nimmt die Rationalität als allein gültige Entscheidungsbasis und vernachlässigt den unwillkürlichen Erlebnisbereich oder wertet ihn ab, wird ein entscheidender Teil seiner Wahrnehmungs- und Entscheidungsmöglichkeiten ausser Acht gelassen.

Es geht also darum, aktiv eine Kooperationsbeziehung zwischen willkürlichen und unwillkürlichen Seiten menschlicher Kompetenz herzustellen und zu nutzen und in kommunikativer und kooperativer Weise den Austausch und die Wechselwirkungen zwischen willkürlichen und unwillkürlichen Prozessen zu optimieren (S. 28 – 30).

3.3 Kommunikationsbrücken zwischen Hirnregionen

Damit Informationen über das innere Erleben gewonnen und diese für das Beratungsziel nutzbar gemacht werden können, werden verschiedene Zugänge genutzt.

Schmidt (2016) zählt unter anderem Imaginationen, Körperkoordination, Mimik, Gestik, Atmung, Auditiv-Klangliches, Metaphorik, Berührung auf als wichtige Kommunikationsbrücken zwischen den verschiedenen Prozessen der Hirnbereiche (S. 181).

Ryba (2019) plädiert dafür, den Körper in einem Coaching mit zu berücksichtigen, weil sich das Unbewusste weniger durch den Inhalt des Gesagten als durch die vegetativ-somatischen Prozesse eines Menschen ausdrückt. Zugänge zum Unbewussten sieht sie in der Beobachtung von para- und nonverbalen Signalen, also die Art und Weise, wie sich jemand sprachlich ausdrückt und welche Gestik, Mimik oder unwillkürliche Bewegungen und Körperhaltung jemand dabei zeigt. Ein wichtiger Indikator für unbewusste Prozesse ist auch das intuitiv-automatisierte Verhalten eines Menschen (S. 313 – 318).

Als weitere Kommunikationsbrücken können somatische Marker gezählt werden. Antonio Damasio sieht sie «als inneres Referenzsystem für die Bewertung von eigenen Erfahrungen auf der Basis von Körpersignalen [...]. Diese somatischen Marker signalisieren, ob angesichts einer bestimmten Situation oder einer bestimmten Wahrnehmung, auch einer blossen Vorstellung, entweder eine Störung oder aber eine Stabilisierung der inneren Organisation des Organismus zu erwarten ist. Sie sind die Signale für Vermeidungs- oder Annäherungsverhalten» (Storch et al., 2022, S. 98).

Jede Lebenserfahrung wird körperlich begleitet und gespeichert mit dem dazugehörigen Atemmuster, der Körperhaltung, der Mimik und Gestik, dem Blick (Gross und Popper, 2022, S. 55).

3.4 Bedeutung für die Supervision

Die zweite Unterfrage dieser Arbeit fragt nach der Beschreibung des inneren Erlebens und deren Bedeutung für die supervisorische Fallarbeit.

Die Erkenntnis der Hirnforschung, dass Reizverarbeitung vor allem unbewusst stattfindet und nur ein kleiner Teil der Informationen ins Bewusstsein gerät, lädt zur Überlegung ein, wie dieses Wissen in Supervisionsprozessen genutzt werden kann.

Supervisor*innen sollten ein grundsätzliches Interesse daran haben, sich neben den bewussten Vorgängen auch mit unbewussten und unwillkürlichen inneren Vorgängen der Supervisand*innen zu beschäftigen. Es braucht eine Entscheidung dazu, sich auf Supervisionsprozesse einzulassen, deren Unberechenbarkeit tendenziell höher ist als bei

Prozessen, bei denen mehr auf der sprachlich-bewussten Ebene gearbeitet wird.

Ganz grundsätzlich kann sich diese Ausgangslage auf vieles auswirken:

- die Art und Weise, worauf bei Interaktionen geachtet wird, insbesondere vermehrt auf Körpersignale und Sprachmuster und etwas weniger auf den Inhalt des Gesagten
- die Auswahl von Methoden, die die Supervisor*innen in Supervisionsprozessen anbieten
- die Rolle der Supervisor*innen kann als Brückenbauer*innen bezeichnet werden. Es kann versucht werden, Brücken zu schlagen zwischen dem Unbewussten und dem Bewussten im Wissen darum, dass Veränderungen mit Hilfe des Unbewussten einfacher etablierbar sind.

Da vom Beratungsformat Gruppen-Fallsupervision nicht automatisch erwartet wird, dass ein Vertiefen in innere Erlebensprozesse geschieht, müssen die Erkenntnisse aus der Hirnforschung als Erklärung dafür vermittelt werden, warum es Sinn machen kann, den Fokus auch auf unbewusste und unwillkürliche innere Abläufe des Erlebens zu legen. Es braucht einen Austausch darüber, inwieweit das innere Erleben in den Prozess einbezogen wird und was es für eine Rahmung diesbezüglich braucht. Davon ausgehend, dass inneres Erleben permanent abläuft und somit auch bereits vor und während dem Vortragen einer als schwierig erlebten Situation eine Rolle gespielt hat, kann auch über das Mass der Vertiefung auf das innere Erleben und das Mass der Transparenz vor der Gruppe gesprochen werden. Bei grosser Skepsis vor dem transparenten Arbeiten mit inneren Prozessen innerhalb der Gruppe können je nach Auftrag und Format auch Sequenzen mit der Auseinandersetzung mit dem inneren Erleben in Einzelarbeit angeboten werden.

3.5 Definition inneres Erleben

In Dorsch, Lexikon der Psychologie, wird Erleben beschrieben als die rezeptive Seite, also die aufnehmende und empfangende Seite des menschlichen Seins. Diese umfasst die Interaktion des Menschen mit seiner Umwelt und mit sich selbst und ist ein wesentliches Merkmal der Wahrnehmung und Informationsverarbeitung. Informationen gelangen über die Sinnesorgane in unser Gehirn und werden zu sinnhaften Objektrepräsentationen verarbeitet. Diese werden identifiziert, mit bereits gespeicherten Erfahrungen verglichen und mit Emotionen belegt. Erleben bezieht sich auf die Art und Weise, wie ein Mensch Ereignisse, Situationen oder andere Personen für sich selbst wahrnimmt und wie er diese intern repräsentiert (Wirtz, 2021).

Erleben an sich kann gemäss dieser Definition als etwas «Inneres» bezeichnet werden. Es würde also reichen, vom Erleben statt vom inneren Erleben zu sprechen. Damit das Innere und damit das etwas Aussergewöhnliche in der Supervision betont wird, habe ich mich entschieden, in dieser Arbeit vom inneren Erleben zu sprechen.

Meine eigene Zusammenfassung der ausgeführten Ausschnitte der Fachliteratur bildet folgende Definition des inneren Erlebens:

Mit dem inneren Erleben eines Menschen sind internale bewusste und willkürliche, insbesondere auch unbewusste und unwillkürliche Prozesse der Wahrnehmung und Verarbeitung von Informationen gemeint, bei denen eine Verknüpfung mit Emotionen stattfindet. Inneres Erleben wird durch innere Prozesse vom Menschen selbst erzeugt, in Erlebnisnetzwerken abgespeichert und ist gestaltbar.

4. Der hypnosystemische Ansatz und seine Bedeutung für die Supervision

In diesem Kapitel wird einleitend die Entstehung des hypnosystemischen Ansatzes referiert. Anschliessend werden wichtige Elemente aus der Fachliteratur beschrieben und die Bedeutung für die Supervision erläutert sowie eine Definition hypnosystemischer Supervision gegeben.

Der Begriff «hypnosystemisch» wurde in den 1980er Jahren von Gunther Schmidt vorgeschlagen und geprägt, um eine spezifische Form der Integration Ericksonischer Hypnotherapie und systemisch-konstruktivistischer Konzepte zu kennzeichnen, zu verbinden und im Laufe der Zeit weiter zu entwickeln. Beide Konzepte gehen davon aus, dass alle Lebensprozesse mit dem Blick auf eine mögliche Beschreibung von Mustern zu betrachten sind. Des Weiteren verstehen beide Konzepte lebende Systeme als sich selbst organisierende, autopoietische Systeme (obwohl Erickson diesen Begriff noch nicht kannte) (Schmidt, 2017, S. 15 und 39).

Die gezielte Beeinflussung unbewusster und unwillkürlicher Prozesse ist das zentrale Thema der Hypnotherapie. Dabei wird in Therapie und Beratung darauf abgezielt, mögliche Inkonsistenzen im Erleben zwischen verschiedenen Teilbereichen der psychischen Prozesse zu bearbeiten; es kann zum Beispiel sein, dass sich die bewusste, willkürliche Erlebnisinstanz ein gewisses Erleben wünscht, jedoch unwillkürliche körperliche und seelische Prozesse stark davon abweichen, (Schmidt, 2020, S. 11).

«Milton Erickson bezeichnet das sogenannte Unbewusste als den Ort aller Lebenserfahrungen und somit auch aller Ressourcen und Kompetenzen. Hiermit sind alle internalen Prozesse gemeint, die intuitiv und ohne unser bewusstes Zutun unsere innere Welt ausmachen» (Gross & Popper, 2022, S. 57).

In der hypnotherapeutischen Fachwelt werden mit dem Begriff «Hypnose» üblicherweise all die Interaktions- und Kommunikationsprozesse gemeint, welche rituell eingesetzt werden, um bestimmte Bewusstseins- und Erlebniszustände anzuregen. Diese Bewusstseinszustände werden meist als «Trance» bezeichnet und meinen das gewünschte Ergebnis der Prozeduren, während «Hypnose» als das kommunikative, interaktionelle Transportmittel zu diesem Ergebnis bezeichnet werden kann (Schmidt, 2020, S. 12).

Im Ansatz von Milton H. Erickson wird gemäss Schmidt (2017) die Bedeutung der Interaktion zwischen Klient*innen und Therapeut*innen erkannt und berücksichtigt. Der von ihm entwickelte Utilisationsansatz sowie seine praktische Arbeit zeugen von seiner

Annahme, dass der Erfolg einer Therapie von einer kooperativen Beziehung zwischen Klient*innen und Therapeut*innen abhängt, in der in einem arbeitsteiligen Austausch beide Verantwortung übernehmen für ihren Teil des Geschehens (S. 133).

Das Ziel des hypnosystemischen Ansatzes kann auch als das Erreichen einer optimalen Kooperation zwischen inneren, teilweise unbewussten und unwillkürlichen Prozessen und den Anforderungen und Auswirkungen im Aussen beschrieben werden (Gross und Popper, 2022, S. 46).

Dafür braucht es laut Schmidt (o. D.) ein differenziertes und systematisches Wissen über die Art und Weise, wie bewusst-willentlich Unwillkürliches in eine gewünschte Richtung gestaltet und beeinflusst werden kann.

Für die Erlangung dieses Wissens können die in Kapitel 3.3 erwähnten Kommunikationsbrücken genutzt werden.

Um Unwillkürliches in gewünschter Richtung zu gestalten und beeinflussen, können Tranceprozesse angeregt werden.

Unter Trance werden laut Schmidt (2017) Erlebnisprozesse verstanden, bei denen unwillkürliches Erleben zusammen mit Erleben von Dissoziation gegenüber willkürlichem Erleben vorherrscht. Unter Trance werden nicht nur die bekannten kataleptischen Entspannungszustände mit nach innen gerichteter Aufmerksamkeit verstanden, sondern es werden alle Erlebnisprozesse gemeint, bei denen unwillkürliches Erleben vorherrscht (S. 183).

Wird eine Trance erlebt, erlebt man das Erlebnis wie von allein, als ob man es gar nicht selbst tut. Das Erleben wird auf autonome Selbstregulation umgeschaltet, das Denken ist mehr imaginativ ausgerichtet, so als ob es fließend ist (Schmidt, 2020, S. 18).

«Trance wird allgemein aufgefasst als Erlebnisweise, in der im Spektrum des Erlebens von willkürlicher Kontrolle zu mehr unwillkürlicher Selbststeuerung des Organismus übergeleitet wird» (Schmidt, 2020, zitiert nach Behrs, 1982, S. 19).

Gemäss Gross und Popper (2022) war und ist es Gunther Schmidt ein Anliegen, mit dem hypnosystemischen Ansatz Erkenntnisse der Hypnotherapie von Milton H. Erickson mit dem Fokus auf die internalen Prozesse und systemische Ansätze mit dem Fokus auf die interaktionellen Prozesse in den verschiedenen Kontexten zielführend zusammenzuführen (S. 46).

«Die Grundidee ist dabei, Unterschiede in bisherige, als unangenehm erlebte Muster einzuführen und den Blick konsequent immer wieder auf das gewünschte Erleben in der

Zukunft zu richten» (Gross und Popper, 2022, zitiert nach Prior, 2004, S. 46).

Gemäss Schmidt (o. D.) reicht es gerade wegen der Autopoiese-Konzepte nicht, Veränderungen bei Individuen anzuregen, indem der interaktionelle Kontext angepasst wird. Deshalb findet er es so wichtig, dass das systemische Konzept mit dem Fokus auf interaktionelle Wechselwirkungen mit der systematischen Betrachtung und Nutzung der individuellen inneren Netzwerk-Dynamik ergänzt wird.

4.1 Haltung

Eine mögliche Definition von Haltung wird von Domes und Wagner (2020) folgendermassen formuliert:

«Unter Haltung wird die persönliche Einstellung (Werte, Überzeugungen) verstanden, die in Sozialisations- und Reflexionsprozessen erworben wird und neben Wissen und Können Einfluss auf die Orientierung des Handelns nimmt sowie sich auch leiblich ausdrücken kann.»

Im Bewusstsein dessen, dass es nicht die eine richtige hypnosystemische Haltung geben kann, wird hier auf einige der Autorin wichtigen Aspekte von einer möglichen hypnosystemischen Haltung eingegangen, wobei einige Aspekte auch dem systemischen Ansatz zugeordnet werden können.

Nach Gross und Popper (2022) ist eine wertschätzende und kompetenzorientierte Begleitung von Menschen ganz allgemein gesehen zentraler Bestandteil hypnosystemischer Haltung (S. 46). Sie beschreiben auch, dass in herausfordernden Situationen oft deutlich wird, dass Haltung weder eine stabile Struktur ist noch hat. Aus hypnosystemischer Sicht wird Haltung als Prozess und Erlebnismuster verstanden, die in Wechselwirkungsprozessen mit dem Gegenüber in jedem Moment neu er- und gefunden werden kann (S. 39).

Auch Gunther Schmidt (2020) ist davon überzeugt, dass es in Beratungs- oder Therapekontexten für eine gelingende Kooperation wichtig ist, Menschen als autonome, sich selbst organisierende Wesen in ihrer subjektiven Weltsicht und Erlebnisweise wertschätzend und akzeptierend abzuholen. Dabei stellen sich Fachpersonen auf das Erleben der Klient*innen ein, ohne ihre eigene Position oder die eigenen Bedürfnisse und Bedingungen, die sie für eine Kooperation benötigen, aufzugeben und bieten eine achtungsvolle Begegnung an (S. 85 – 86).

Sicherheit ist ein wichtiger Faktor, damit man gut mit Menschen in Kontakt kommen und Nähe zulassen und herstellen kann. Ein sicherer Raum trägt dazu bei, dass es möglich

wird, das eigene Erleben zu verstehen und wertzuschätzen, neue Balancen zu erforschen und kleine Schritte in die gewünschte Richtung zu gehen. Ein weiterer Gelingensfaktor für den Aufbau des gemeinsamen Begegnungsraums ist der in einem ersten Schritt liebevolle und wohlmeinende Umgang als Berater*in oder Therapeut*in mit sich selbst, damit sie eine hilfreiche Ressource für andere sein kann (Gross & Popper, 2022, S. 28 – 31).

«Dabei ging Erickson davon aus, dass Menschen sich dann sicher und wohlfühlen, wenn sie merken und spüren, dass sie in ihrem So-Sein da sein dürfen und einem Raum begegnen, der keine Gefahren birgt – Gefahren wie Abwertung, etwas stimmt nicht mit mir, du solltest anders sein ...» (Gross & Popper, 2022, S. 31 nach Grinder & Bandler, 2016).

Ein weiterer Aspekt einer hypnosystemischen Haltung ist das Unterstellen und Vertrauen auf das Vorhandensein von guten Gründen für das Verhalten und Erleben unseres Gegenübers und von uns selbst (Gross & Popper, 2022, S. 39). Es wird davon ausgegangen, «dass Menschen alle Kompetenzen, die sie für einen für sie stimmigen Umgang mit inneren und äusseren Fragestellungen, Anliegen und Herausforderungen brauchen, bereits in sich tragen und nicht einfach nur nicht wissen, was sie tun sollen, sondern dass sie in schwierigen Situationen oft nicht den Zugriff haben zu all ihren Fähigkeiten, Kompetenzen und Ressourcen» (Gross & Popper, 2022, S. 44 – 45).

Den Weg, sich diese Aspekte einer angestrebten Haltung anzueignen, empfinde ich als Erleichterung und gleichzeitig immer wieder als eine Herausforderung. Erleichternd deshalb, weil eine neutrale und nicht wertende Haltung gegenüber den Ansichten der Mitmenschen zu haben dabei hilft, neugierig zu sein auf Beweggründe für deren Empfindungen und Verhalten. Es gibt keine Notwendigkeit, Menschen zu kategorisieren oder Vorurteile zu bilden. Die Herausforderung liegt darin, sich immer wieder selbst zu reflektieren, ob die eigene Haltung den eigenen Vorstellungen einer hilfreichen und zieldienlichen Haltung entspricht. Die eigene Haltung ist kein Zustand, sondern ein Prozess, den es zu erleben und immer weiter zu gestalten gilt.

Der Sicherheit bietende Raum in der Supervision ist ein zentraler Punkt, um die Arbeit mit dem inneren Erleben in der Gruppe teilen und damit arbeiten zu können. Wenn kein Gefühl der Sicherheit für die Supervisand*innen aufgebaut werden kann, wird ein Teilen des inneren Erlebens gar nicht möglich sein.

4.2 «Beratungssystem» und «Heimatsystem» als zielfokussierende Systeme organisieren

Wenn Therapie und Beratung gemäss Schmidt (2020) dazu dienen sollen, Anliegen der Klient*innen aus ihren üblichen Lebenskontexten zu bearbeiten, können sie als Mittel zum Zweck für deren heimatliches System verstanden werden. Gunther Schmidt hat dafür den Begriff «Heimatsystem» vorgeschlagen, während Klient*innen in Therapie oder Beratung zusammen mit den Therapeut*innen oder Berater*innen das «Beratungssystem» bilden. Die Art, wie das Beratungssystem aufgebaut wird, ist für Schmidt die entscheidende Grundintervention, die alle weiteren Interventionsprozesse in der Wirksamkeit beeinflusst. Schon zu Beginn der Zusammenarbeit muss ausgetauscht werden, welchem

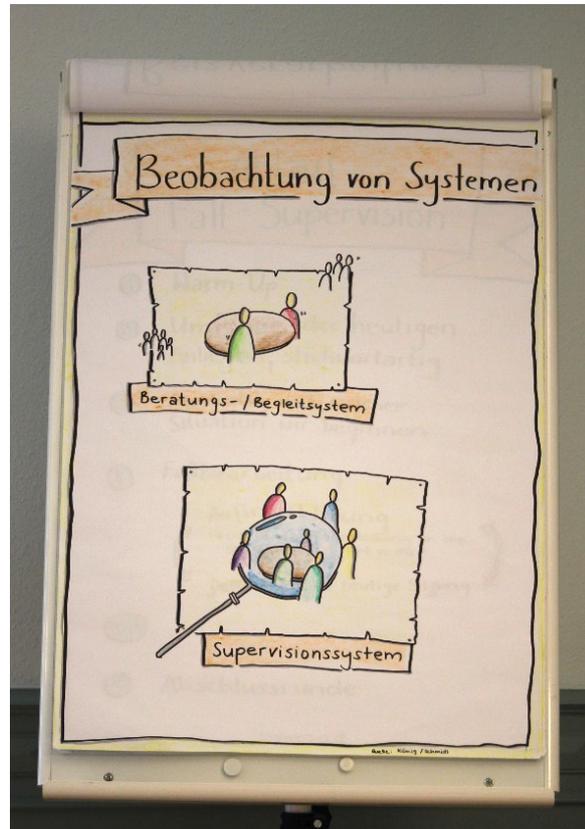


Abbildung 3 Flipchart Beobachtung von Systemen

Ziel die Therapie oder Beratung dienen soll, wofür es Prüfkriterien braucht, die Orientierung darüber geben, ob die Zusammenarbeit ziieldienlich wirkt oder nicht. Über den gesamten Prozess der Kooperation soll ein kontinuierliches und konsequentes Ritual der Aufmerksamkeitsfokussierung aufgebaut werden, die zum gewünschten Zielerleben hinführt (S. 80 – 81). «Das Beratungssystem muss deshalb auch aufgebaut werden als kompetenzfokussierend, würdigend, ziieldienlich, Sinn ergebend, motivierend, als gleichrangige Kooperationspartnerschaft» (Schmidt, 2020, S. 82).

In der Supervision handelt es sich beim «Heimatsystem» nicht um die Anliegen der privaten Lebenskontexte der Klient*innen, sondern um das Berufsfeld, in dem sie tätig sind. Deshalb spreche ich im Supervisionskontext von «Beratungs- / Begleitsystem» als Gunther Schmidts Heimatsystem und «Supervisionsystem» als Gunther Schmidts Beratungssystem. Die Einführung dieser beiden Begriffe ist hilfreich für die Orientierung, auf welcher Ebene gerade gearbeitet wird. Eine Visualisierung der beiden Systeme kann helfen, während des Supervisionsprozesses immer wieder darauf Bezug zu nehmen.

Die konsequente Organisation des Supervisionssystems als zieldienliches System erachte ich als unterschiedlich ausgeprägt möglich. Während in Einzelsupervisionen und in der Fallbearbeitung in Gruppensupervisionen ein Ziel sehr genau herausgearbeitet werden kann, wird in Teamsupervisionen vor allem zu Beginn eher von Leitplanken der Zusammenarbeit gesprochen. Sich darüber auszutauschen und eine für alle gangbare Richtung einzuschlagen, ist unabdingbar.

4.3 Utilisation

Das Bestreben, die Beiträge von Klient*innen und Therapeut*innen in einem Beratungsetting als wertvolle Informationen zu interpretieren, wird gemäss Schmidt (2017) als Utilisation verstanden. Die Bewertungen, Gefühle, Handlungen von Klient*innen geben Hinweise darauf, was die Betreffenden als notwendig für sich erachten, um weiter stimmig kooperieren zu können. Jeder Impuls wird in einem ersten Schritt als wertvolle Information angesehen, der Hinweise über berechnigte Bedürfnisse gibt. Diese Begegnung mit Impulsen mit einer annehmenden, willkommen heissenden Haltung wird als Pacing bezeichnet. In einem weiteren Schritt geht es um die Prüfung, welcher Umgang bzw. welche Art des Lösungsversuchs eher zieldienlich und lösungsförderlich wäre oder welcher eher problemverstärkend oder destruktiv (S. 273).

Damit etwas genutzt werden kann, braucht es gemäss Schmidt (o. D.) ein ideal aufgebautes eigenes Erleben. Es braucht ein Erleben von Sicherheit, Schutz, Wertschätzung, einen optimalen Abstand zu den betrachteten Phänomenen, Autonomie und Kontakt zu den eigenen Kompetenzen.

Das Grundelement der Utilisation ist sehr hilfreich in Supervisionsprozessen. Nicht nur die Supervisor*innen, auch die Supervisand*innen können ihre Äusserungen, Handlungen und das innere Erleben selber oder gegenseitig beobachten und die Informationen daraus zieldienlich in der Themenbearbeitung nutzen. In Teamsupervisionen kann die bewusste Informationsgewinnung aus dem Erzählten die Chance des Verständnisses füreinander erhöhen, wenn sich die Gruppe die Zeit nehmen kann, über mögliche Hypothesen auszutauschen. In der Fallsupervision in den Phasen der Fallbeschreibung und beim Aushandeln eines Kontrakts mit Zielsondierung kann diese bewusste Informationsgewinnung nützlich sein für die nachfolgende Fallbearbeitung.

4.4 Bezogene Individuation

Die «Bezogene Individuation» ist ein Konzept, das von Helm Stierlin entscheidend geprägt wurde und auf das sich auch Gunther Schmidt oft bezieht.

Gemäss Gross und Popper (2022) sind Menschen als lebende Systeme darauf ausgerichtet, zu überleben und sich sicher zu fühlen. Der menschliche Organismus sorgt von Anfang an für diese Homöostase. Gemäss diesem Konzept stellen beide grundlegenden Bedürfnisse, das nach Zugehörigkeit und Bezogenheit sowie das nach Autonomie und Individuation, die Grundvoraussetzungen dar für unser sicheres Überleben (S. 84 – 85). Im Leben geht es oft darum, eine stimmige Balance zu finden «von gleichzeitig auftauchendem Erleben, von gleichzeitig vorhandenen und spürbaren Grundbedürfnissen, Zielen, Wünschen» (Gross & Popper, 2022, S. 87).

Das Konzept der bezogenen Individuation kann sehr gut herangezogen werden zur Reflexion zum Beispiel bei Rollen- oder Teamkonflikten. In Fallsupervisionen kann es angewendet werden, wenn in der Themenbearbeitung das innere Erleben eines als schwierig erlebten Phänomens beleuchtet wurde und dann die Umweltverträglichkeit geprüft wird.

4.5 Aufmerksamkeitsfokussierung

Laut Schmidt (2020) kann jedes menschliche Erleben verstanden werden als Ergebnis und Ausdruck von Aufmerksamkeitsfokussierung. Das heisst, das Erleben kann jederzeit neu gestaltet werden und auch wir als menschliche Wesen können uns permanent selbst durch Fokussierung neu erzeugen, erfinden und schöpfen. Folglich sieht er die zentrale Aufgabe in Therapie und Beratung darin, Fokussierungshilfen anzubieten, um Suchprozesse nach Potentialen anzuregen und in gewünschte Lebenskontexte zu assoziieren (S. 67 – 68).

Im hypnosystemischen Modell wird gemäss Schmidt (2016) davon ausgegangen, dass alles Erleben nie feststeht, sondern ständig neu erzeugt wird. Durch Prozesse der Aufmerksamkeitsfokussierung wird jede Realität von den Erlebenden autonom, in innerer psychophysiologischer Selbstorganisation, konstruiert. Auch wenn das Leben an sich nicht selbst erzeugt wird, so im Wesentlichen das Er-Leben einer Person (S. 174).

Auch die Aufmerksamkeitsfokussierung ist ein hilfreiches Instrument in der Supervision, beispielsweise bei der Entwicklung und Ausgestaltung einer Zielvision. Mit der Fokussierung der Aufmerksamkeit auf andere Erlebniselemente als üblich, sind neue Verknüpfungen möglich und das Erleben kann sich ändern. Deshalb ist dieses Wissen auch für Supervisionsprozesse sehr zentral. In Gruppen-Fallsupervisionen können Gruppenmitglieder mit einem Beobachtungsauftrag gebeten werden, ihre Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Element des Verhaltens zu richten und dies in die Bearbeitung des Themas einfließen lassen.

4.6 Problemerleben

Anstatt ein Problem als feststehendes Ding zu sehen, dem man hilflos ausgeliefert ist, wird ein Phänomen aus hypnosystemischer Sicht immer von denen, die es erleben,

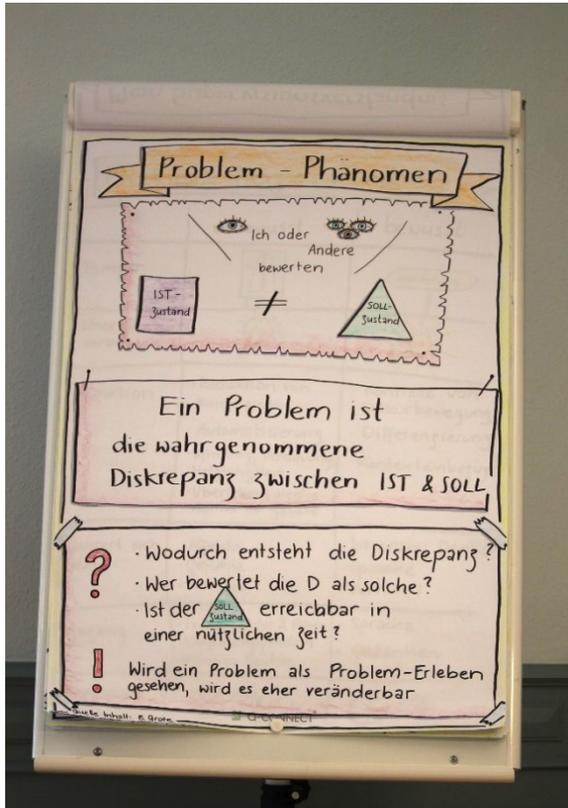


Abbildung 4 Flipchart Problem-Phänomen

durch die Art und Weise, wie sie ihre Wahrnehmung organisieren, selbst produziert. Dabei ist darauf hinzuweisen, dass die subjektiven Leiderlebnisse in keiner Weise zu bagatellisieren sind, sondern unbedingt geachtet und würdigend behandelt werden sollen. Es gibt ein Erleben an sich, das u.a. durch Bewertungs- und Schlussfolgerungsprozesse eine Art innere Aufspaltung erfährt. Diese Aufspaltung hat zur Folge, dass das Erleben des Ist-Zustands in Diskrepanz steht mit einem gewünschten Soll-Erleben, der Ist-Zustand weicht also von der Zielvision eines Soll-Zustands ab. Diese bewertende Unterscheidung wird durch eine innere beobachtende Instanz erzeugt. Neben die-

ser Diskrepanz tragen auch nicht zum Ziel führende Lösungsversuche sowie das Festhalten an (in einer gewissen Zeit) nicht erreichbaren Zielvisionen dazu, dass das Problemerleben über längere Zeit aufrechterhalten wird (Schmidt, 2020, S. 59 – 64).

«Die erlebte Diskrepanz kann sich auf eigenes Erleben, auf die Beiträge anderer oder auf Situationsbedingungen beziehen» (Schmidt, 2017, S. 184).

Die hypnosystemische Idee, dass ein Problem nicht als feststehendes Ding anzusehen sei, sondern als ein von der betrachtenden Person abhängiger Wahrnehmungsprozess, ist sehr hilfreich für die Bearbeitung von schwierigen beruflichen Problemphänomenen. Es erhöht den Handlungsspielraum, wenn bewusst gemacht werden kann, dass am Erleben und der Bewertung einer Situation gearbeitet werden kann. Für die Erklärung dieses Denkansatzes sollte Zeit investiert werden. Dabei ist darauf zu achten, dass das Leiderleben der Supervisand*innen als solches geachtet und gewürdigt wird, damit

dieser Denkansatz nicht falsch interpretiert wird und der Anschein entsteht, eine Person sei selbst schuld, wenn sie ein Problem erlebt.

4.7 Musterunterbrechung

Die Fokussierung auf das gewünschte Erleben wird prinzipiell durch die Einführung von Unterschieden in die bisherige Musterorganisation gestaltet. Dies kann schwierig sein, wenn jemand sehr absorbiert ist in ein bestimmtes Erlebnismuster, weil die dominierenden Synapsenverbindungen im Hirn immer wieder sehr schnell in die gleiche, bereits ablaufende Richtung wirken. Es kann jedoch fast immer gelingen, solche Umfokussierungen anzuregen und in Gang zu bringen. Die Unterschiedsbildung, beschrieben von Gregory Bateson, ist das Grundprinzip aller Massnahmen in Therapie und Beratung, die wirksame Unterschiede in bisherige Muster einführen und so im Idealfall verändernde Umfokussierungen mit Zugang zu gewünschten Kompetenzen erreichen (Schmidt, 2020, S. 68 – 70).

Die Unterschiedsbildung und die daraus folgende Musterunterbrechung als Grundprinzip aller Massnahmen von Therapie und Beratung kann auch auf das Beratungsformat Supervision übertragen werden. In Supervisionsprozessen kann die Suche nach Unterschieden und die Beschreibung von Mustern in den verschiedenen Elementen von Erlebnismustern genutzt werden für die Erkundung des eigenen Erlebens. Wenn die Aufmerksamkeit fokussiert werden kann auf neue zielführende Muster, sind Veränderungen möglich.

4.8 Leitideen hypnosystemischer Supervisionspraxis

In diesem Kapitel werden die Leitideen hypnosystemischer Supervisionspraxis vorgestellt, um damit den zweiten Teil der ersten Unterfrage dieser Arbeit zu beantworten (Welche Leitideen des hypnosystemischen Beratungsansatzes sind wichtig für die Hypnosystemische Supervision?).

Aus den Grundannahmen des hypnosystemischen Ansatzes «ist ableitbar, dass eine hilfreiche Kommunikation innerhalb einer Supervision so aufgebaut werden sollte, dass sie intensiv und systematisch Fokussierungshilfen anbietet, um Potenziale wiederzufinden, zu aktivieren und nachhaltig in die Lebenskontexte zu integrieren» (Neumann-Wirsig, 2019, S. 28).

Die Unterschiedsbildung ist das Grundprinzip von allen supervisorischen Interventionen. Diese sind wirksam, wenn Veränderungen von einem oder mehreren Elementen innerhalb eines Problemmusters möglich werden und dadurch Umfokussierungen in Richtung

des gewünschten Erlebens und der eigenen Kompetenz geschehen.

Auf der Ebene der Mustergestaltung werden im systemischen Ansatz eher die kognitiven und willkürlichen Aspekte sowie die Wechselwirkungen der Interaktionen zwischen beteiligten Personen betrachtet. Im hypnosystemischen Ansatz werden die unwillkürlichen und nicht direkt steuerbaren internalen Prozesse mit einbezogen.

Zur Hypnosystemischen Supervision gehört neben kompetenzfokussierenden Fragen die Arbeit mit Imaginationen, Utilisationstechniken, Seitenmodellen, Bildern, Metaphern, Skulpturen, Bewegung usw. (Neumann-Wirsig, 2019, S. 28 – 29).

«Das Ziel ist, mit Willkürlichem das Unwillkürliche zu beeinflussen und gewünschtes Erleben zu erzeugen» (Neumann-Wirsig, 2019, S. 29).

Davon ausgehend, dass Er-Leben gestaltbar ist und vergangene Situationen im Hier und Jetzt neu erzeugt werden, kann dies in der Supervision genutzt werden. Rückblickend kann das Erleben einer bestimmten Situation, die als nicht zufriedenstellend erlebt wird, eingeordnet, mit neuen Sichtweisen ergänzt und mit anderen Emotionen abgespeichert werden.

Gemäss Schmidt (2016) ist die Bewusstheit darüber ganz wesentlich, dass die meisten der hypnosystemischen Interventionen den Klient*innen unvertraut sind und nicht dem Mainstreamdenken unserer Kultur entsprechen, wie ein Problem verändert werden kann. Deshalb sind transparente Erklärungen, welche die Plausibilität der Interventionen darlegen, besonders wichtig, damit sie nicht als Unsinn abgewertet werden oder mit grosser Verwirrung und Verunsicherung reagiert wird (S. 171 – 172).

Diese Unvertrautheit mit dem hypnosystemischen Ansatz, speziell in der Supervision, sehe ich als grosse Herausforderung für das Beratungsformat Supervision an, vor allem wenn es sich um die Arbeit in einer Gruppe handelt. Es kann sein, dass eine Gruppe sich explizit eine Supervisor*in sucht, die oder der das innere Erleben und die Körperarbeit in der Supervisionsarbeit fokussiert. Dann kann davon ausgegangen werden, dass die Gruppe mit dem Ansatz vertraut ist. Ist dies nicht der Fall, muss spätestens bei der Besprechung der Rahmenbedingungen für den anstehenden Supervisionsprozess geklärt werden, wie weit auch hypnosystemische Interventionen begrüsst werden und wie die Gruppe einen möglichst Sicherheit stiftenden Umgang untereinander leben kann, damit auch sehr persönliche Aspekte des Erlebens in die Themenbearbeitung einfließen können. In der Fallsupervision kann das in jeder Auftragsklärung vor der Fallbearbeitung ein Thema sein oder zumindest sollten die Teilnehmenden explizit darauf aufmerksam gemacht worden sein, dass sie jederzeit ein Vetorecht haben, wenn die Art der

Fallbearbeitung für sie nicht stimmig ist. Dazu ist es ein Teil der Aufgabe der Supervisor*innen und aller Anwesenden, sehr wachsam zu sein auf Hinweise der Supervisand*innen auf ein mögliches Überschreiten von eigenen Grenzen, ohne dass dies explizit ausgedrückt wird. Dies kann dann im Prozess aufgegriffen und thematisiert werden.

Ist grundsätzlich ein Interesse am hypnosystemischen Ansatz vorhanden, können Informationen zur Funktionsweise des Gehirns und der inneren Abläufe dabei helfen, die Sinnhaftigkeit von hypnosystemischen Interventionen zu betonen. Dabei muss eingeschätzt werden, wann der richtige Zeitpunkt dafür ist und mit der Gruppe abgesprochen werden, wie viele Informationen erwünscht sind.

4.9 Definition Hypnosystemische Supervision

Da es keine allgemein gültige Definition von Hypnosystemischer Supervision gibt, folgt nun der Versuch einer eigenen Definition, der erste Teil angelehnt an die allgemeine Definition von Supervision von Heidi Neumann-Wirsig.

Hypnosystemische Supervision ist ein Beratungsformat für Menschen als Berufsrollenträger*innen in ihrer Berufspersönlichkeit. Sie zielt explizit auf höhere Professionalität und unterstützt die Entwicklung, Entfaltung und Verbesserung des beruflichen Handelns. Supervision setzt an der Schnittmenge der Bereiche Profession, Organisation und Person an und reflektiert Arbeitssituationen im Kontext dieser drei Bereiche. Neben dem Einbezug des äusseren Kontextes und der interpersonellen Beziehungsgestaltung ist der Einbezug und die Nutz-

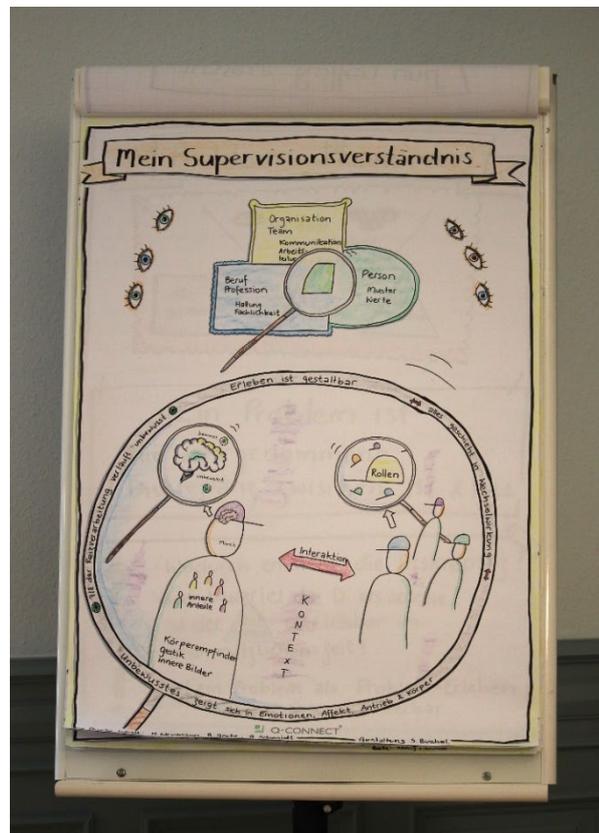


Abbildung 5 Flipchart Mein Supervisionsverständnis

barmachung des inneren Erlebens und der Körperwahrnehmung, sei es bewusst oder unbewusst, ein wichtiger Aspekt Hypnosystemischer Supervision.

5. Das Format Gruppen-Fallsupervision

An dieser Stelle wird auf das Supervisionsformat Fallsupervision in der Gruppe eingegangen. Aspekte aus der Fachliteratur und die persönliche Einordnung dienen der Einführung in dieses Format. Es folgt eine Beschreibung eines Phasenmodells mit Möglichkeiten, das innere Erleben einzubeziehen und abschliessend wird auf allgemeine Gedanken zur Rahmung und Prozessgestaltung eingegangen.

Fallsupervisionen können im Einzelsetting durchgeführt werden, viel häufiger findet sie jedoch in Gruppen statt. Dabei kann es sich um Gruppen handeln, die im Arbeitsalltag als Team zusammenarbeiten oder auch um Gruppen, welche die gleiche oder eine ähnliche berufliche Tätigkeit ausüben, jedoch nicht zusammenarbeiten. Oftmals treffen sich Fallsupervisionsgruppen regelmässig in bestimmten Abständen in der gleichen oder einer ähnlichen Besetzung.

Gemäss Althoff (2020, nach Lehmenkühler-Leuschner & Leuschner, 1997) zeichnet sich Fallsupervision im Wesentlichen durch zwei Aspekte aus: Es gibt immer ein Zusammenspiel von konkreter Problembearbeitung und Fallanalyse sowie die Analyse und das Halten von widersprüchlicher Spannung zwischen den Ansprüchen der Klient*innen, den Interessen und Bedürfnissen der Supervisand*innen und den Interessen der Organisationen (S. 14).

Ein Ziel von Fallsupervision ist die Selbstreflexion, die sich auf das Eingebunden-Sein der Supervisand*innen sowohl in den Fall als auch in die Organisation bezieht. Dabei können die Rollenklärung, die Reflexion der Beziehungsdynamik mit den Klient*innen oder die Konfliktlösung genauer betrachtet werden mit der Intention, Entlastung und eine angemessene Wahrnehmung der eigenen Wirklichkeit zu erlangen (Althoff, 2020, nach Weigand, 2012, S. 14). Die Handlungssicherheit von Supervisand*innen im Fall wird unterstützt durch neue, alternative Perspektiven und deren Reflexion (Althoff, 2020, S. 14).

Der Begriff «Fallsupervision» kann gemäss Neumann-Wirsig (2019) in die Irre führen, weil die Suggestion mitschwingt, man könne einen «Fall» supervidieren und diesen «Fall» als Objekt einseitig und aus der Ferne beeinflussen. Die Gefahr besteht, dass die vielen Wechselwirkungen im Interaktionsgeschehen zwischen den Supervisand*innen und der Klient*innen nicht anerkannt werden. Bei der Fallschilderung wird oft das sogenannte Fallgeschehen beschrieben, als könnte es ohne die Mitwirkung der Supervisand*innen betrachtet werden. Die Supervisand*innen erfragen von der Supervisor*innen und der Gruppe Tipps für den wirkungsvollen Umgang mit den Klient*innen. In der späteren Interaktion mit den Klient*innen stellen sie fest, dass diese Tipps nicht

angewendet werden können oder sie sich als nicht nützlich erweisen. Neumann-Wirsig schlägt die Unterscheidung von Fachberatung und Supervision vor. In obiger Vorgehensweise sind die Supervisor*innen und die Mitglieder der Gruppe als Expert*innen auf dem Gebiet angesprochen, die Ratschläge und Tipps geben. In der Supervision (Neumann-Wirsig würde eine Ersetzung des Begriffs «Fallsupervision» mit «Supervision» begrüssen) ist es nach Neumann-Wirsig ein grundlegendes Prinzip, dass es nicht um einen «Fall», sondern um die Supervisand*innen geht und deshalb auf die «eigenen Anteile» der Supervisand*innen fokussiert wird (S. 14 – 16).

Wenn mit einer Gruppe über einen längeren Zeitraum Fallsupervisionen durchgeführt werden, lohnt es sich, sich über übergeordnete Ziele des Supervisionssystems auszutauschen.

Zu der Gestaltung des Supervisionssystems gehört auch die Unterscheidung zwischen Supervisions- und Heimatsystem (s. Kapitel 4.2). Eine besondere Herausforderung in der Themenbearbeitung der Fallsupervision ist gemäss Neumann-Wirsig (2019), dass die Zielformulierungen oft im Heimatsystem angesiedelt sind. «Das Supervisionssystem schafft den konstruktiven Rahmen für die Entwicklung nützlicher und hilfreicher Interventionen im Heimatsystem» (Neumann-Wirsig, 2019, S. 18). Wenn sich während der Themenbearbeitung die Aufmerksamkeit zwischen den beiden Systemen bewegt, ist es Aufgabe der Supervisor*innen zu beobachten, in welchem System sich die Teilnehmenden gerade befinden und sich gegebenenfalls steuernd einschalten (Neumann-Wirsig, 2019, S. 18).

5.1 Phasen einer Fallsupervision und Möglichkeiten, das innere Erleben einzubeziehen

In diesem Unterkapitel wird ein theoretisches Phasenmodell vorgestellt und anschliessend werden Möglichkeiten, das innere Erleben in den einzelnen Phasen einzubeziehen, beschrieben.

Laut van Kaldenkerken (2014) wurden bereits viele verschiedene Ablaufschemata veröffentlicht, die meisten davon folgen dem Grundmuster Darstellen, Fragen, Bearbeiten, Entscheiden (S. 209).

Die Ablaufschemata als Regeln zur Steuerung des Ablaufs sollen nicht zur Beseitigung des lebendigen Beratungsprozesses führen. Wird der Ablauf zu eng und zu starr abgearbeitet, besteht die Gefahr, dass nichts Neues bei der Bearbeitung herauskommt. Die beteiligten Personen sind mehr damit beschäftigt, was sie wann sagen dürfen und was nicht, statt dass sie sich auf ihr Erleben des Falles und ihre Ideen konzentrieren können

(van Kaldenkerken, 2014, S. 209, nach Schattenhofer, 1997).

Wenn jedoch zu wenig auf die Struktur geachtet wird, kann die Beratung die Form und Fokussierung der Aufmerksamkeit verlieren. Statt sich auf das Thema und die Ausgangsfrage der fallbringenden Person zu konzentrieren, werden Erfahrungen ausgetauscht und Tipps verteilt.

Ein Ablaufschema zu haben dient sowohl den Supervisor*innen als auch der Gruppe als Orientierung und roter Faden während der Supervision. Die Supervisor*innen entscheiden, wie flexibel mit dem Schema umgegangen wird, wie viel Eigendynamik für diagnostische Zwecke zugelassen werden und wann ein steuerndes Eingreifen bevorzugt wird (van Kaldenkerken, 2014, S. 210).

Im folgenden Abschnitt werden vier Phasen eines Fallsupervisionsprozesses beschrieben, wobei diese Phasen zum Teil wiederum mehrere Schritte beinhalten. Es wird dabei das von Carla van Kaldenkerken in ihrem Buch *Wissen was wirkt* beschriebene Modell verwendet (2014, S. 212 – 224) mit einer entsprechend gekennzeichneten Ergänzung von Gross und Popper (2022). Anschliessend an die Auszüge der Fachliteratur werden, wie bereits erwähnt, Möglichkeiten aufgezählt, wie explizit das innere Erleben einbezogen werden kann.

5.1.1 Anfangsphase

Anfangsrunde

Je nach Zeitumfang, Gruppenzusammensetzung, Bearbeitungsintensität oder zeitlichem Abstand zur letzten Sitzung kann die Anfangsrunde unterschiedlich gestaltet werden. Es kann das aktuelle Befinden, Berichte aus der Zwischenzeit und aktuelle Themen enthalten.

Themensammlung und Entscheidung

Die Supervisor*innen bitten um eine kurze Darstellung von Themen und Anliegen für die heutige Sitzung. Es folgt eine zeitliche Einschätzung für die Bearbeitung der einzelnen Themen und der Abgleich mit den zur Verfügung stehenden zeitlichen Ressourcen. Wenn der voraussichtliche Beratungsbedarf grösser ist als die vorhandene Zeit, wählen die Supervisor*innen in Zusammenarbeit mit der Gruppe die Anliegen für die heutige Sitzung aus. Es kann nach Kriterien wie Dringlichkeit, interessant für die Gruppe, Verschiebenes aus der letzten Sitzung oder Teilnahmehäufigkeit aller Gruppenmitglieder entschieden werden.

In der Anfangsphase gibt es vor allem in der Anfangsrunde viele verschiedene Möglichkeiten, innere Erlebnis-Elemente einzubeziehen. So kann eine Achtsamkeitsübung den Fokus auf die Körperkoordination und körperliche Phänomene wie die Atmung, An- oder Entspannungsempfinden oder Körperhaltung legen. Mit der Auswahl von Bildkarten zu einer gewissen Fragestellung können innere Bilder angeregt und nutzbar gemacht werden. Es können verschiedene Formen gewählt werden, wie aktuelle Themen oder Motivation von den einzelnen Teilnehmenden eingeschätzt und dargestellt werden (Aufstellung im Raum, Arbeit mit Gegenständen und Seilen).

Bei der Themensammlung und Entscheidung können die mit dem Thema verbundenen Emotionen und die Höhe des Leidensdrucks erfragt werden und mit der Erzählung oder Skizzierung einer Metapher verbunden werden.

5.1.2 Bearbeitungsphase

Fallbeschreibung

Die Situation wird durch die falleinbringende Person beschrieben und gibt Orientierung über beteiligte Personen, Interaktionen und institutionelle Rahmenbedingungen. Die Supervisor*innen achten darauf, dass Erklärungen und Bewertungen als subjektive Einschätzungen deklariert sind und dass die Falldarstellung nicht zu ausführlich wird. Es wird nicht durch Rückfragen unterbrochen, um eine frühzeitige Fokussierung zu vermeiden. Es kann eine Visualisierungsmethode angewendet werden.

Kontrakt

Die falleinbringende Person wird nach der inhaltlichen Ausrichtung der Bearbeitung befragt, es wird ein Fokus, ein Ziel der Bearbeitung oder eine Leitfrage formuliert. In dieser Phase haben die Supervisor*innen die Führung und sorgen dafür, dass eine Zielbeschreibung entsteht, die der Orientierung für die Bearbeitung dient und festlegt, worauf die Gruppe ihre Aufmerksamkeit richten kann.

Es werden Ziele formuliert und aufgeschrieben, damit während der Bearbeitungsphase darauf zurückgegriffen werden kann.

Gemäss Gross und Popper (2022) kann es manchmal auch sinnvoll sein, sich auf den Weg zu machen, obwohl das Ziel noch nicht ganz konkret ist. Dann ist es umso wichtiger, den genauen Auftrag für die Supervisor*innen und die Gruppe zu erfragen, damit diese hilfreiche und ziieldienliche Beiträge zur Verfügung stellen können (S. 37).

Rückfragen

Nun bekommen die Gruppenmitglieder Gelegenheit, Rückfragen zu stellen, die dem Verständnis, nicht aber der Bewertung, Hypothesenbildung oder Interpretation dienen. Um eine Reflexionsatmosphäre aufzubauen und aufrechtzuerhalten, wird darauf geachtet, dass keine Tipps verteilt werden.

Die Gruppenmitglieder können Resonanzen auf die Fallbeschreibung, Gefühle und Impulse, innere Bilder, Erinnerungen und Empfehlungen für sich notieren, damit sie zu einem späteren Zeitpunkt noch für die Bearbeitung zur Verfügung stehen.

Bearbeitung

Für diese Phase gibt es viele Gestaltungsmöglichkeiten. Die Supervisor*innen bringen Vorschläge für Bearbeitungszugänge ein, die für die Erreichung der formulierten Ziele erfolgversprechend und passend erscheinen, und die falleinbringende Person entscheidet, welchen Zugang sie auswählen möchte.

Es geht darum, die spezifische Situation mit den Interaktionen und Mustern zu verstehen und die problematisch erlebten Ereignisse zu rekonstruieren. Dabei stehen immer die Sichtweisen und das Erleben der falleinbringenden Person im Vordergrund.

In dieser Phase haben die Supervisor*innen eine aktive Rolle, erklären das Verfahren der Methode, leiten es an und achten auf eine Balance zwischen persönlicher Bearbeitung der falleinbringenden Person und Beteiligung der Gruppe.

Wie oben erwähnt gehört das Bewusstsein dazu, dass eine Fallbeschreibung als Teil der Bearbeitungsphase immer mit dem inneren Erleben einer Person zu tun hat.

Es kann zusätzlich für die Fallbeschreibung der Auftrag gegeben werden, das Beziehungserleben zu den beteiligten Personen zu beschreiben und z.B. bei einem Organigramm mit einem Symbol zu versehen.

Für den Kontrakt braucht es eine Festlegung des Fokus für die inhaltliche Ausrichtung der Bearbeitung. Dabei kann die Bereitschaft, das innere Erleben in die Bearbeitung mit einfließen zu lassen, thematisiert werden. Auch wird hier die Wahl getroffen, ob es sich in erster Linie um eine Fachberatung, eine Supervision oder um ein Sowohl-als-Auch-Verfahren handeln soll. Folgendes Plakat hilft in manchen Situationen, sich klarzuwerden, ob die Supervisand*innen bei Situationen, wo man andere als Problemverursachende sieht, noch Potential sieht, die Wahrscheinlichkeit zu erhöhen, die anderen zu dem gewünschten Verhalten zu bewegen. Dann kann es Sinn machen, eine Fachberatung durchzuführen, um von der Gruppe Ideen und Tipps zu erhalten, wie das erreicht

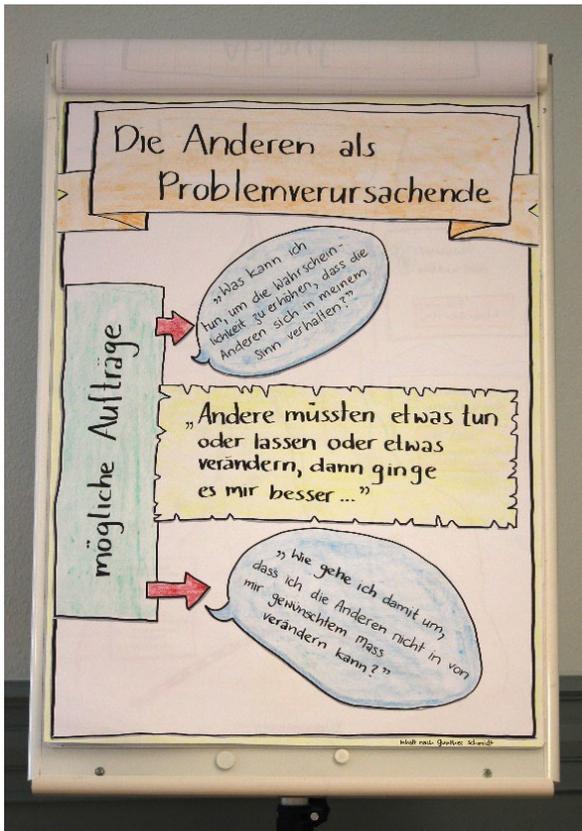


Abbildung 6 Flipchart
Die anderen als Problemverursachende

werden kann. Gerne lade ich bei diesem Wunsch zu einem Sowohl-als-Auch-Verfahren ein. Für den Fall, dass die Ideen und Tipps im Alltag nicht so umgesetzt werden können oder nicht den gewünschten Erfolg haben, lohnt sich der Fokus auch auf den Umgang der Supervisand*innen damit, dass sie die anderen nicht in gewünschtem Mass zu einer Veränderung bewegen kann. Dieses Plakat kann analog auch angewendet werden bei Themen rund um strukturelle Bedingungen bei der Arbeit, wo nur geringer Veränderungsspielraum gesehen wird.

Ist die inhaltliche Ausrichtung des Bearbeitungsprozesses ausgearbeitet, geht es um die Entwicklung eines Zielzustands oder einer Zielvision. Hier gibt es vielfältige Möglichkeiten, das innere Erleben mit

einzubeziehen. Die Supervisand*innen können zum Beispiel eingeladen werden,

- eine Körperskulptur des Zielerlebens darzustellen
- eine Bildkarte auszuwählen und die dazugehörigen Empfindungen und Emotionen auszudrücken
- eine Metapher zu suchen, die zum Ziel passt und das gewünschte Erleben beschreiben

Bei der eigentlichen Bearbeitung der Fragestellung lässt sich je nach Wahl der Methode auf verschiedene Weisen der Fokus auf das innere Erleben richten. Hier werden exemplarisch einige Möglichkeiten aufgezählt.

Es kann herausgearbeitet werden, welche inneren Anteile wichtig sind bei der als Problem erlebten Situation und mit diesen unter Einbezug der Gruppe gearbeitet werden. Eine weitere Möglichkeit ist die Methode «Auftragskarussell» nach Arist von Schlippe, bei der die unterschiedlichen inneren und äusseren Aufträge herausgearbeitet werden und Emotionen und Körperempfindungen mit einbezogen werden können. Es kann eine Skulptur nach Virginia Satir aufgestellt werden, um innere Bilder zu externalisieren und damit zu arbeiten.

5.1.3 Handlungsperspektiven, Umweltverträglichkeit und Zukunftstest

Die falleinbringende Person reflektiert die Konsequenzen, die sie aus dem Erarbeiteten ziehen kann, und überlegt, ob und wie sie dies auf der Handlungsebene umsetzen möchte. Da neues Handeln oder Verhalten im Umfeld Irritationen auslösen kann, weil eingeschliffene Muster und Gewohnheiten verlassen werden und deshalb verlässliche Routinen in der Kommunikation und in der Interaktion gestört werden, wird die Verträglichkeit der erarbeiteten Lösung für das Umfeld geprüft. Es werden Perspektiven anderer beteiligter Personen erkundet, um deren Sichtweisen und die Wirkung der neuen Verhaltensoptionen erlebbar zu machen. Die falleinbringende Person kann die erarbeitete Lösung noch anpassen oder sich trotz der erwarteten Folgen für das neue Verhalten entscheiden.

Die Gruppenmitglieder können ein Feedback geben zum geplanten Vorgehen und auf mögliche Reaktionen des Umfeldes hinweisen. Wenn gewünscht, kann das geplante, zukünftige Handeln als Probehandeln mittels kurzen Rollenspiels geübt werden als sogenannter Zukunftstest. So kann das neue Vorgehen ein erstes Mal geübt werden und gleichzeitig können die möglichen Reaktionen und Folgen im Umfeld getestet und berücksichtigt werden.

Nach einem Schlusswort der falleinbringenden Person zum Ergebnis der Bearbeitung mit Blick auf die Leitfrage wird die Bearbeitungsphase abgeschlossen. Nun wird die Aufmerksamkeit auf die Gruppenmitglieder, den Gruppenprozess und die Gruppe als Ganzes gerichtet.

Beim Schritt, Handlungsperspektiven zu entwerfen und die Umweltverträglichkeit zu prüfen, kann das Ergründen von somatischen Markern hilfreich sein. Beim Einnehmen einer anderen Perspektive kann das innere Erleben aus dieser Position heraus ebenfalls in den Prozess einbezogen werden.

5.1.4 Schlussphase

Sharing, Abschluss und Auswertung der Beratung

Die Gruppenmitglieder haben die Möglichkeit, ihre Lernergebnisse aus der Bearbeitungsphase zu teilen oder anzuknüpfen an eigene Erfahrungen mit vergleichbaren Situationen. Es kann sich positiv auswirken für das Erleben der falleinbringenden Person, wenn sie hört, dass andere Gruppenmitgliedern mit ähnlichen Themen konfrontiert sind, die sie als Fehler oder Schwächen empfindet.

Die Beratung wird von den Gruppenmitgliedern bewertet, Hilfreiches und Hinderliches wird formuliert.

In der Schlussphase können Empfindungen und Emotionen von den Gruppenmitgliedern geteilt werden, die sie während dem Bearbeitungsprozess gespürt haben, oder sie können von den eigenen inneren Erlebensprozessen erzählen, die sie selber in ähnlichen Situationen empfunden haben.

5.2 Rahmung und Gesamt-Prozessgestaltung in der Gruppen-Fallsupervision

In diesem Unterkapitel werden Elemente und Aspekte einer Rahmung und Prozessgestaltung beschrieben, die dazu beitragen, dass das innere Erleben in einem ganzheitlichen Sinn mit in die supervisorische Arbeit einbezogen werden kann. Damit wird auf die Hauptfragestellung dieser Arbeit eingegangen.

In der Vorlesung zum Thema Fallsupervision (B. Grote, persönliche Kommunikation, 26. April 2021) wurden zur Rahmung in der Fallsupervision drei Überbegriffe genannt.

Neben der Zeit (Dauer der Sitzung, zeitliche Abstände zwischen Sitzungen) ist der Raum wichtig (wie ist der Sitzungsraum beschaffen, wie viel Raum erhalten die einzelnen Teilnehmenden) sowie die Energie (wie hoch ist die Energie für die Supervisionsarbeit, wann braucht es Pausen, mit welcher Energie-Intensität wird gearbeitet). Es kann ein Anschluss an die letzte Sitzung hergestellt werden, um die Wirksamkeit zu überprüfen. Zur Rahmung gehört auch, Regeln bzw. Abmachungen zu treffen bezüglich der gemeinsamen Kommunikation innerhalb des Supervisionssystems und wann und an wen Informationen nach aussen getragen werden dürfen.

Ebenfalls wichtig für die Orientierung ist die Information über den idealtypischen Ablauf der einzelnen Sitzungen mit dem Hinweis, dass auch davon abgewichen werden kann. Ein Element der Rahmung ist die gemeinsame Bewusstmachung, dass je nach Gruppenkonstellation das Einbringen eines Themas viel Mut braucht und mit einem sozialen Risiko verbunden sein kann. Bei einer längeren Zusammenarbeit kann dieses Thema auch einmal mit der Gruppe aufgenommen werden mit dem Ziel, hemmende Faktoren zu kennen und verringern und fördernde Faktoren zu erweitern.

Hilfreich für das Supervisionssystem ist meiner Erfahrung nach, verschiedene Beispiele von Ebenen der Bearbeitung in einer der ersten Sitzungen zu besprechen. Dies kann als Grundlage genommen werden für die einfachere Suche nach der Fragestellung bzw. dem Ziel. Der Fokus kann beispielsweise auf äussere Rollen, interpersonelle

Beziehungen oder auf die strukturelle Ebene gelegt werden. Dabei ist das innere Erleben für alle Ebenen wichtig.

Im Verlaufe des gesamten Supervisionsprozesses kann sich die Gruppe über weitere Themen austauschen, zum Beispiel über die Haltung im Supervisionssystem, über hypnosystemische Ansichten von Problem- und Lösungserleben oder über Kommunikationsbrücken zwischen dem Unbewussten und dem Bewusstsein. Wenn eine gemeinsame Wissensbasis vorhanden ist, kann schneller angeknüpft werden an gemeinsame Annahmen und es können Haltungen entwickelt werden. Die Verwendung von Flipcharts als Visualisierung hat sich dabei als hilfreich erwiesen.

Ich übernehme für meine Arbeit gerne Neumann-Wirsigs Unterscheidung zwischen Fachberatung und Fallsupervision. Aus eigener Erfahrung und aus Schilderungen von mir bekannten Fallsupervisionsteilnehmenden schliesse ich, dass in Fallsupervisionen oft eine eigentliche Fachberatung praktiziert wird. Es wird eine Situation sehr genau geschildert, von der Gruppe und der Supervisor*in Rückfragen gestellt und danach werden ziemlich schnell Ideen ausgetauscht, wie man auch hätte reagieren können oder was man das nächste Mal anders machen könnte. Dies birgt die Gefahr, dass weder die Selbstorganisation der Supervisand*innen noch das Vertrauen in eigene Ressourcen gefördert werden, sondern dass ein Erleben von Versagen und Inkompetenz verstärkt wird. Deshalb ist es mir in der Prozessgestaltung als Supervisorin sehr wichtig, Wahlmöglichkeiten zu schaffen hinsichtlich der Art und Weise, wie ein Thema bearbeitet wird.

Aus ihrer oben erwähnten Aussage, dass es bei einer Fallsupervision immer um die Supervisand*innen und nicht um den «Fall» geht, schliesse ich, dass das innere Erleben dieser Person immer Teil von Fallsupervision ist. Dies deshalb, weil vor einer Supervisionssitzung bereits verschiedene Prozesse der Reizverarbeitung stattgefunden haben, die als eigene Landkarte der Landschaft, also in individuellen Erlebnisnetzwerken abgespeichert wurden, und diese Verarbeitung hat einen Einfluss auf die Auswahl eines Themas und auf die Beschreibung der Situation in der Supervisionssitzung. Es braucht also nicht die Frage, ob das innere Erleben einbezogen werden soll in die Fallsupervision oder nicht, sondern eher der Grad der Intensität und der Transparenz in der Gruppe muss Teil der Auftragsklärung und Kontraktbildung sein. Wenn sich Supervisand*innen dazu entscheiden, eine Fachberatung in Anspruch zu nehmen, kann das transparente Teilen des inneren Erlebens weggelassen werden.

Im Fallsupervisionssetting sind die zur Verfügung stehenden Zeitressourcen unterschiedlich. Die Zeit sollte so genutzt werden, dass nicht nur die themeneinbringenden Personen von der Supervision profitieren können, sondern auch die Gruppenmitglieder.

So liegt es nahe, dass eine allzu vertiefte Auseinandersetzung mit dem inneren Erleben aus rein zeitlichen Gründen nicht möglich ist. Es bleibt also abzuschätzen, ein wie tiefes Eintauchen in das innere Erleben notwendig ist, um die Fragestellung zu bearbeiten bzw. ziieldienlich zu arbeiten.

Aus Sicht der Autorin tragen folgende Elemente dazu bei, dass der Einbezug des inneren Erlebens möglich ist und auch vor der Gruppe transparent gemacht wird:

- Kenntnis der Teilnehmenden über Elemente von Erlebnisnetzwerken, die das innere Erleben beinhalten → es geht nicht nur um Emotionen, sondern beispielsweise auch um unwillkürliches Verhalten, Körperkoordination oder Metaphorik.
- Kenntnis der Teilnehmenden über die Erkenntnisse der Hirnforschung bezüglich des Gewichts der unbewussten Abläufe bei der Informationsverarbeitung und das Wissen darum, dass unbewusste und unwillkürliche Prozesse mit der bewussten Sprache nicht veränderbar sind.
- Die Teilnehmenden wissen, dass sie Wahlmöglichkeiten haben in Bezug auf die Form und Ebene der Themenbearbeitung.
- Das Vertrauen der einzelnen Gruppenmitglieder ist gross, dass die Inhalte der Supervisionssitzungen im Arbeitsalltag nicht gegeneinander verwendet und absolut vertraulich behandelt werden.
- Die Supervisor*innen sind interessiert an den internalen Prozessen und scheuen nicht vor einer höheren Unberechenbarkeit des Supervisionsprozesses zurück.
- Die Supervisor*innen legen Gewicht auf eine ausführliche Phase der Kontraktbildung und geben sich nicht mit der erstbesten Fragestellung zufrieden, sondern sondieren und erkunden zusammen mit den Supervisand*innen mögliche Anliegen, bis sich das zu bearbeitende Anliegen herauschälen lässt.
- Das gegenseitige Vertrauen in die Teilnehmenden des Supervisionssystems ist hoch, dass auch schwerwiegende Themen in der Gruppe Platz haben und dass der Prozess immer noch ziieldienlich gestaltet werden kann.
- Die Teilnehmenden haben bereits einmal erlebt, dass der Einbezug des inneren Erlebens für die Erhöhung von Wohlbefinden und Handlungsfähigkeit bedeutsam war.

Den Einbezug des inneren Erlebens sehe ich als grosse und wichtige Ressource an, um tragfähige und wirkungsvolle Haltungs- und Handlungsoptionen für den Berufsalltag zu erarbeiten und dabei die Selbstwirksamkeit der Supervisand*innen zu stärken.

5.3 Bedeutung der systemischen und hypnosystemischen Leitideen für die Praxis in der hypnosystemischen Gruppen-Fallsupervision

In diesem Unterkapitel wird die Bedeutung der systemischen und hypnosystemischen Leitideen für die Gruppen-Fallsupervision eingeordnet und damit auf den letzten Teil der ersten Unterfrage dieser Arbeit eingegangen.

Will man in der Gruppen-Fallsupervision mit dem ganzheitlichen inneren Erleben arbeiten, bieten sich die hypnosystemischen Leitideen besonders an, weil die Arbeit mit unwillkürlichen und unbewussten Prozessen die Basis für hypnosystemisches Arbeiten ist und deren Wichtigkeit in den Verarbeitungsprozessen im Hirn betont wird. Das Wissen um die Bildung und möglichen Gestaltung von Erlebnisnetzwerken, die Sichtweise, wie ein Problem definiert und damit eher bearbeitbar gemacht wird und die Musterunterbrechung als Handwerkszeug für jegliches Anstossen eines Veränderungsprozesses sehe ich als überaus wichtige Grundlagen an für die Arbeit in Gruppen-Fallsupervisionen. Der Fokus auf unbewusste und unwillkürliche Prozesse im Hirn hat eine grosse Bedeutung, zum Beispiel um den Nutzen von Bildarbeit, Skulpturarbeit oder Metapherarbeit in der Fallsupervision zu begründen. Damit einher geht die systemische Leitidee der Auto-poiese-Erkenntnis, die auch eine Begründung liefert, weshalb Veränderungen nicht von aussen instruierbar sind, sondern durch internale Prozesse von der betreffenden Person selbst angeregt werden. Hypnosystemische Gruppen-Fallsupervision kann dazu einen Anstoss geben. Ebenfalls wichtig diesbezüglich ist die Haltung der Supervisor*innen, den Expert*innen-Status nicht bei sich, sondern bei den Supervisand*innen als Gestaltende ihres eigenen Erlebnisnetzwerks zu sehen.

Aus den systemischen Leitideen stellen für mich der Kontextbezug und die Wechselwirkungsprozesse von verschiedenen Systemen auf allen Ebenen eine wichtige Grundlage dar, die eine grosse Bedeutung hat. Dazu gehört das Bewusstsein, dass die Arbeit mit dem inneren Erleben der Supervisand*innen in Bezug auf eine Fallsituation ebenfalls eine Wirkung auslösen kann für spätere Interaktionen mit den Klient*innen. Bezüglich dem Kontext ist es bei der Fallbeschreibung beispielsweise wichtig, eine Situation unter Berücksichtigung des Kontexts einzuordnen, weil diese Einordnung je nach Kontext sehr unterschiedlich ausfallen kann.

Diese Aspekte tragen dazu bei, dass eher Supervisionsberatungen als Fachberatungen in der Gruppen-Fallsupervision durchgeführt werden können. Sie sind deshalb für mich von herausragender Bedeutung für Supervisionsprozesse, die die Selbstwirksamkeit der fallbringenden Person mitberücksichtigen und fördern wollen.

6. Reflexion einer Beratungssituation

Mit der Reflexion einer Beratungssituation kommen wir zum praktischen Teil dieser Arbeit. Nach der Dokumentation mit der Ausgangslage und dem Auftrag der Fallsituation kommt der Reflexionsteil mit den Erkenntnissen aus dem Prozess.

6.1 Dokumentation

Die Supervisand*innen arbeiten für eine Fachorganisation für Menschen mit Behinderungen und bieten die Dienstleistung Begleitetes Wohnen an. Die Aufgabe der Wohnbegleiter*innen ist es, Menschen mit einer Behinderung in ihrem Alltag lebenspraktisch zu unterstützen, sei es in den Bereichen Haushalt, Administration oder Freizeitgestaltung. Dabei arbeiten sie in der Wohnung oder dem Haus der Nutzer*innen des Begleiteten Wohnens und arbeiten mit ihnen an vorgängig festgelegten Aufträgen. Bei dieser Arbeit gilt es, sich verschiedenen Herausforderungen zu stellen:

- Die Arbeit findet in den privaten Räumen der begleiteten Personen statt.
- Es gilt immer wieder aufs Neue mit den Nutzer*innen des Begleiteten Wohnens auszuloten, wie weit sie selbstbestimmt handeln können und sich gleichzeitig der Grenzen anderer Personen bewusst sind.
- Es braucht eine Mischung aus motivierend Selbstverantwortung fördern und von aussen so betrachtete Stagnation auszuhalten.
- Es gibt unter Umständen mehrere implizite oder explizite Auftraggebende, die unterschiedliche Erwartungen an die Wohnbegleitung haben.
- Je nach Zustand der Wohnsituation braucht es einen Umgang mit dem eigenen Ekel, ohne dabei den Respekt gegenüber dem Menschen zu verlieren.

Das Format Fallsupervision in der Gruppe wird zusätzlich zu informativen Teamsitzungen und Erfahrungsaustausch-Sitzungen eingeführt, um sich vertiefter mit einzelnen Herausforderungen im Begleittag auseinandersetzen zu können. Die Sitzungen finden ohne die Leitung der Dienstleistung Begleitetes Wohnen und in unterschiedlich besetzten Gruppen statt. Die Begleitpersonen kennen sich von zwei gemeinsamen Teamsitzungen pro Jahr und teilweise von gemeinsam besuchten Erfahrungsaustausch-Sitzungen. Die Leitung erfährt von der Supervisorin nichts über den Inhalt der Supervisionssitzungen, ausser dies würde aus der Situation heraus als notwendig empfunden. Sollte dies der Fall sein, ist abgemacht, dass die Supervisand*innen darüber informiert werden, was an die Leitung weitergegeben wird und weshalb es als notwendig erachtet wird. Die finanziellen Ressourcen sind begrenzt, weshalb kein grosser Raum gemietet wird,

sondern ein grosses Büro verwendet wird, wo jedoch der Platz etwas beschränkt ist. Die Sitzungen dauerten 2 und später 2.25 Stunden.

Die Supervisorin kennt das Arbeitsgebiet der Begleitpersonen als Leitung dieser Dienstleistung der gleichen Organisation in einem anderen Kanton, also von einer Aussensicht. Sie hat noch nie die gleiche praktische Arbeit geleistet wie die Begleitpersonen. Die Begleitpersonen kennt sie nicht.

6.2 Reflexion

6.2.1 Reflexion einer Fallbearbeitung

Nachfolgend erfolgt die Beschreibung einer Fallbearbeitung mit Bezügen zu theoretischen Hintergründen.

Als theoretische Grundlage für den Ablauf habe ich das Phasenmodell von Carla van Kaldenkerken als innere Orientierung genommen.



Abbildung 7 Foto Beratungssituation

Zum Einstieg hatte ich Bildkarten ausgelegt zum Thema Grenzen gestalten. Die Supervisor*innen haben eine Bildkarte ausgewählt zum Thema, wo sie in ihrem Alltag als Begleitperson an Grenzen stossen. Jede Person hat etwas zu ihrer Karte erzählt. Danach hat jede Person eine Tierfigur ausgewählt, die Ressourcen repräsentiert, die zur Unterstützung im Umgang mit diesen Grenzen beitragen können.

Mit dem Einsetzen der Bildkarten habe ich eine erste Anregung der limbischen Hirnregionen angestrebt. Ebenfalls konnte eine

erste Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen angeregt werden sowie eine metaphorische Verknüpfung mit möglichen Ressourcen erreicht werden.

Zur Erinnerung an die Unterscheidung zwischen Begleit- /Beratungssystem und Supervisionssystem habe ich ein Flipchartplakat gezeigt und etwas zum Thema Situationsbeschreibung aus Sicht der Supervisor*innen gesagt.

Danach habe ich das Flipchartplakat zum Ablauf der Fallsupervisionssitzung vorgestellt. Diese beiden Schritte dienten der Orientierung im Prozess sowie in der Arbeitsebene.

Für die Themensammlung habe ich alle eingeladen, auf Moderationskarten ein Thema, das sie zurzeit beschäftigt oder das sie heute bearbeiten wollen, aufzuschreiben. Eine Person hat eine Karte zu sich genommen, aber erst viel später etwas aufgeschrieben, eine weitere Person hat nach einer gewissen Zeit ein Thema notiert. Nach einiger Wartezeit habe ich eingeladen, an die Bildkarten vom Anfang zu denken mit dem Thema, das sie als Grenze bei der Begleitarbeit wahrgenommen haben. Nach nochmaliger Wartezeit habe ich mögliche Überthemen genannt, die auf ein Supervisionsthema hinweisen können, auch habe ich eingeladen, die Möglichkeit zu nutzen, über einen positiven Verlauf oder erfreuliche Situationen aus den Begleitungen zu berichten. Auch das hat nicht dazu geführt, dass weitere Themen aufgeschrieben wurden. Schliesslich habe ich darum gebeten, dass alle etwas sagen, entweder zum aufgeschriebenen Thema oder dazu, wo sie derzeit stehen. Zwei Personen hatten kein Thema, das sie einbringen wollten, eine Person hat über eine erfreuliche Entwicklung berichtet. Eine Teilnehmerin berichtete, dass es in ihrer Familie kürzlich einen Suizid gegeben habe, weshalb sie mit den Gedanken an einem anderen Ort sei. Sie möchte aber trotzdem weiter an der Sitzung teilnehmen.

Wir haben eines der beiden Themen zur ersten Bearbeitung ausgewählt und vereinbart, mit welchem Thema wir nach der Pause fortfahren. Während der Pause habe ich Bildkarten vom Gesellschaftsspiel Dixit auf dem Boden verteilt.

Von der Themensammlungsrunde wissen wir, dass sich das Thema um den Umgang mit dem Chaos in den Wohnungen von Klient*innen handelt.

Ich habe die falleinbringende Person eingeladen, zwei Karten auszusuchen, die sinnbildlich stehen für die jetzige Situation und für die Situation, die sie gerne hätte nach der Supervisionssitzung von heute.

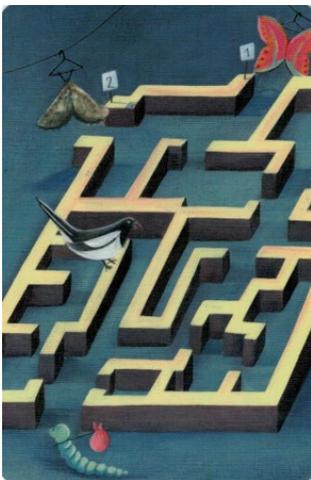


Abbildung 8 Bildkarte Dixit

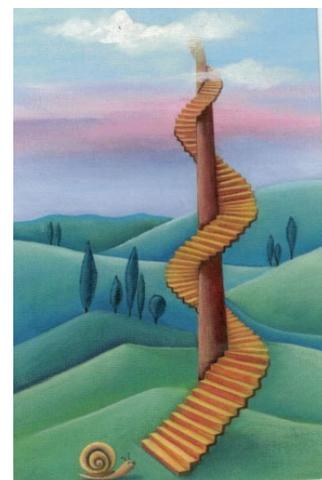


Abbildung 9 Bildkarte Dixit

Gemeinsamer Dialog (Supervisandin und Supervisorin) über die jetzige Situation: Es ist erschlagend, so viel Material, so viel zu viel; in so eine Wohnung reinzukommen, hat so etwas Erdrückendes (zeigt Körperbewegung: Oberkörper und Hände zieht es nach unten); das ist so im Moment des Reingehens in die Wohnung, das verändert sich dann bis ich wieder hinausgehe.

Gemeinsamer Dialog über das Zielbild nach der Supervisionssitzung: Der Weg geht nach oben, von oben herabschauen, der Wunsch danach, wieder einen Blick von oben zu haben, ich habe wieder einen neuen Blickwinkel, meinen eigenen.



Abbildung 10 Foto Beratungssituation

Ich stelle das Plakat «Die Anderen als Problemverursachende» vor, um herauszufinden, ob es ihr darum geht, noch Ideen zu finden, wie sie die Klient*innen davon «überzeugen» kann, ihre vielen Sachen loszuwerden, oder ob sie an ihrem eigenen Umgang damit arbeiten möchte, dass es in vielen Begleitungen Wohnungen gibt, die aus ihrer Sicht chaotisch sind und zu viel Material da ist. Sie sagt sehr schnell, es gehe ihr um ihren eigenen Umgang damit.

Ich weise wieder auf ihre beiden Karten, auf den Weg vom Labyrinth zu der Wendeltreppe nach oben. Wir sprechen über ihr Zielerleben:

sie möchte sich leichter fühlen und wieder von oben herab auf die Situation schauen können.

Durch die Arbeit mit den Bildkarten kann auf einer metaphorischen Ebene über die Ziel-situation gesprochen werden. Dabei werden eher Emotionen und Körperwahrnehmungen angeregt, die die Supervisand*innen teilen können. Die Bildkarten können als Kommunikationsbrücke zwischen den unbewussten und den bewussten Teilen des Gehirns genutzt werden. Die Visualisierung «Die Anderen als Problemverursachende» mit den beiden Möglichkeiten, entweder eher in die Richtung einer Fachberatung zu gehen oder eher in die Richtung einer supervisorischen Bearbeitung, indem der eigene Umgang mit der Situation fokussiert wird, war hilfreich für die Entscheidung, welche Bearbeitungsebene die Supervisandin auswählen möchte.

Ich halte fest, dass es für die weitere Bearbeitung verschiedene Möglichkeiten gibt und ich etwas Zeit brauche, um dies zu überlegen. Nach dieser Bedenkzeit schlage ich vor,

eine Skulptur (Methode nach Virginia Satir) zu machen mit den Positionen «Ich», «die begleitete Person» und «das Chaos». Ich frage nach, ob sie sich das grundsätzlich vorstellen kann, bevor ich die Gruppe anleite. Die Platzressourcen sind etwas begrenzt, wir schaffen einen freien Platz für die Bühne und die Supervisandin bestimmt Personen für die Positionen und weist sie an, mit welcher Gestik und Mimik sie wo stehen sollen. Sie wählt für das Chaos zwei Personen aus, die sich ganz nah an den Klienten stellen und ihn mit ihren auf- und ab-bewegenden Armen beinahe einschliessen. In Ermangelung weiterer Personen nehmen wir einen Stuhl als Stellvertretung für die «Leichtigkeit», den die Supervisandin auch im Raum positioniert. Nun erzählen die einzelnen Stellvertreterinnen, wie es ihnen aus ihrer Position heraus geht. Die Stellvertreterin der Supervisandin sucht sich dann einen Ort, wo sie sich etwas wohler fühlt im Raum. Wir fragen nach beim Klienten, ob sich dann etwas für ihn verändert. Dadurch, dass er sich zur Begleitperson ausrichtet, nimmt er seine eigene Situation etwas anders wahr, weil er eine andere Blickrichtung hat. Die Position der Leichtigkeit verändert sich auch, sie kommt näher zur Begleitperson.

Die Supervisandin nimmt ihre Position nun selber ein in der Ausgangssituation und bewegt sich zum zweiten Aufstellungsbild. Sie spürt, wie es sich auf dieser Position anfühlt mit der Leichtigkeit in ihrem Rücken. Helfen wird ihr auch die Vorstellung an das Vogelgezwitscher als Verbindung von der Aussenwelt mit der Wohnung der begleiteten Person, als Erinnerung daran, dass die Welt draussen auch noch vorhanden ist, nicht nur die in der Wohnung.

Wir lösen die Szene auf und sprechen über die eben dargestellte Skulpturarbeit. Die Supervisandin wird weniger konkrete Handlungsschritte mitnehmen, sondern das Bild dieser Skulptur in der Situation wieder in Erinnerung rufen. Das wird ihr helfen, der Anfangssituation, wo sie bisher ein Erleben des «Fast-Erschlagen-Werdens» hatte, mit mehr Leichtigkeit zu begegnen.

Laut Drexler (Vorlesung zum Thema Szenisches Arbeiten und Aufstellungsformate) beabsichtigen die Skulpturarbeit wie auch andere szenische Arbeitsweisen, innere Bilder zu externalisieren und sie von aussen betrachten zu können (D. Drexler, persönliche Kommunikation, 25. Oktober 2021). Auch das dient als Kommunikationsbrücke zwischen dem Unbewussten und dem Bewusstsein und lässt durch Abspeichern von neuen Erlebnisnetzwerken das Erleben verändern.

Zum Schluss machen wir noch eine Runde, wer was aus der Fallbearbeitung für die eigene Arbeit mitnehmen kann.

Die Supervisandin erzählt, wo sie jetzt steht in Bezug auf die ihre beiden ausgewählten Bilder. Sie anerkennt, dass es bereits ein grosses Zugeständnis ist, dass der Klient sie immer in seine Wohnung lässt und sich immer wieder von Neuem dem subjektiv erlebten Druck durch die Wohnbegleitung aussetzt. Sie ist froh um die kleinen Treppchen, die sie immer wieder hochsteigen kann.

6.2.2 Reflexion des eigenen inneren Erlebens in Bezug auf die beschriebene Fallsituation

Über den gesamten beschriebenen Prozess gesehen bin ich zufrieden mit dem Verlauf und mit dem Ergebnis. Es hilft mir, dass ich bei Fallsupervisionssitzungen jeweils den Einstieg gut planen kann und mir im Voraus Gedanken machen kann, was ich anregen möchte. Weil mir das Thema inneres Erleben in der Supervision wichtig ist, schien mir ein Austausch über Grenzen bei der Arbeit passend. Mit der Auswahl der Tierfiguren konnte ich eine Ressourcenorientierung einbringen und gleichzeitig haben die Teilnehmenden, die sich untereinander nicht sehr gut kennen, etwas über die Gedanken der anderen zu diesem Thema erfahren.

Bei der Themensammlung wurde fast nichts aufgeschrieben, auch nachdem ich mehrmals versucht habe, Inputs zu geben, die zu Themen führen können. Ich blieb sowohl äusserlich als auch innerlich ruhig und habe auf frühere Erfahrungen vertraut, dass mit der Zeit Themen kommen. Beim Schauen des Videos war ich erstaunt, wie lange ich gewartet habe und wie ruhig auch die Supervisand*innen geblieben sind. In der Situation ist es mir zwar lange vorgekommen, aber die Stille empfand ich nicht als unerträglich. Die nachfolgende Runde, bei der alle etwas zu den Themen oder den nicht vorhandenen Themen gesagt haben, hat mir geholfen, die Stille einzuordnen. Ich habe am Schluss nicht danach gefragt, ich kann mir aber vorstellen, dass für die Gruppenteilnehmenden diese Phase der Themensuche doch sehr lang und etwas unangenehm war. Etwas Unsicherheit habe ich verspürt, als eine Teilnehmerin berichtet hat, dass sie aufgrund eines kürzlichen Suizids in der Familie mit den Gedanken an einem anderen Ort sei. Ich habe kurz erwogen, ob ich sie fragen soll, ob sie diesbezüglich etwas von uns als Gruppe wünscht und mich dagegen entschieden. Ich hatte den Eindruck, als ob sie lieber nichts dazu sagen möchte. Was ich gar nicht in Betracht gezogen habe, war die Frage, ob die Gruppenmitglieder nach dieser Information das Bedürfnis gehabt hätten, auf diese Aussage zu reagieren. Ich hätte beispielsweise vorschlagen können, dass jede Person der Teilnehmerin eine skizzierte Zeichnung oder einige aufgeschriebene Worte übergeben kann, so dass die schwierige Situation gewürdigt wird, jedoch die Teilnehmerin sich nicht zum Thema äussern muss.

Die Auftragsklärung bzw. Kontraktbildung empfinde ich als Herausforderung. Das Plakat «Die Anderen als Problemverursachende» hat mir geholfen, zusammen mit der Supervisorin die Ebene festzulegen, auf der sie sich bei der Themenbearbeitung bewegen möchte. Wir haben dann anhand des Zielbilds eine Richtung, in die es gehen sollte, beschrieben. Eine ganz konkrete Fragestellung haben wir nicht ausgearbeitet und ausformuliert und dementsprechend auch nicht notiert. Dies wäre vielleicht noch hilfreich gewesen für die Gruppenmitglieder, um das Thema immer wieder präsent zu halten.

Als weitere Herausforderung erlebe ich jeweils den Moment, wo der Kontrakt steht, aber noch nicht klar ist, wie nun darauf hingearbeitet werden soll. Da ich mir für den Vorschlag einer Methode Zeit nehmen wollte, habe ich dies entsprechend deklariert. Dies hat mir insofern geholfen, dass ich innerlich ruhig bleiben konnte. Bei der Ansicht der Videoaufnahme empfinde ich den Moment auch wieder ziemlich lang, bis es weitergegangen ist und auch da ist die Gruppe äusserlich ruhig und gelassen geblieben.

Bei der Anleitung der Skulptur habe ich Sicherheit gespürt. Da hilft mir die Erfahrung, dass ich solche Anleitungen nun schon einige Male gemacht habe. Ich freue mich jedes Mal, wenn sich jemand auf eine solche Methode einlässt und mit Interesse verfolge ich, was dabei herauskommt.

Im Nachhinein ist mir eingefallen, dass die Supervisorin bereits beim Einstieg mit den Bildkarten zu den Grenzen ihr späteres Thema erwähnt hat. Sie hat einen Storch ausgewählt, weil dieser lange Beine hat und etwas über allem stehen kann oder eine gute Übersicht hat. Es hätte sich angeboten, während der Fallbearbeitung einen Bogen dazu zu schlagen und diese Metapher noch etwas mehr einzubeziehen.

Was ich an mir beobachtet habe, ist eine gewisse innerliche Ungeduld, wenn ich nach einer Rückmeldung zum Prozess frage und jemand von einer anderen, selber erlebten Situation zu erzählen beginnt. Ich schwanke dann hin und her zwischen einem sofortigen Unterbruch oder dem Abwarten, ob noch eine Brücke zur eigentlich gestellten Frage geschlagen wird. Ich werde mit der Zeit noch herausfinden, ob es realistisch ist, grösstenteils auf Fall Erzählungen zu verzichten bzw. diese jeweils früh zu unterbrechen oder ob es dies ein Stückweit auch braucht, um die Supervisor*innen «im Boot zu behalten».

Bei der Schlussrunde habe ich nach einer Rückmeldung zu der Gestaltung der ganzen Supervisionssitzung gefragt. Eine Person hat gesagt, ihr sei es teilweise schwergefallen, gedanklich dabei zu bleiben, weil sie oft an ihre eigenen Situationen bei der Arbeit gedacht hat. Im Anschluss habe ich meine Einschätzung geteilt, dass heute wenig Austausch über einzelne Situationen stattgefunden hat und dass ich das bewusst so gewichte, weil ich der Meinung bin, dass dies in anderen Sitzungsgefässen Platz hat und

in der Supervision eher auf einzelne Situationen genauer geschaut wird und da ein Thema zur Bearbeitung ausgewählt wird. Dies könnte ich im Sinne einer Orientierung und Verdeutlichung jeweils am Anfang erwähnen.

Bei der Gestaltung der Supervisionssitzung habe ich mich an das Phasenmodell gehalten, allerdings habe ich die einzelnen Schritte nicht ganz so ausführlich eingehalten wie dies Carla van Kaldenkerken vorschlägt. Es wäre nicht möglich gewesen, zwei Anliegen in der gegebenen Zeit zu bearbeiten, wenn ich jeden einzelnen Schritt des Modells eingehalten hätte.

In meine Haltung als Supervisorin fließen wichtige Aspekte des systemischen und hypnosystemischen Ansatzes ein, beispielsweise leite ich Supervisionssitzungen prozessorientiert und ergebnisoffen, sehe mich nicht als Expertin für eine Lösung, sondern ganz bildlich gesprochen eher als Anliegenentdeckerin und Reiseleiterin auf Erleben-Erforschungsreisen.

6.2.3 Entwicklung einer eigenen Persönlichkeit als Beraterin

Von meiner bisherigen beruflichen Tätigkeit als Sozialberaterin bin ich Beratungsgespräche im Einzelsetting gewöhnt. Ich habe zwar einige Intervisionssitzungen angeleitet, insgesamt aber wenig Erfahrung mit der Arbeit mit Gruppen.

Die erste Gruppen-Fallsupervision, die ich als Supervisorin in Ausbildung geleitet habe, wird mir als eine sehr lehrreiche Erfahrung in Erinnerung bleiben. Sie hat online stattgefunden. Den Versuch einer Auftragsklärung für das erste Thema habe ich nach einiger Zeit abgebrochen, weil sich keine Festlegung auf ein Thema bzw. Fragestellung ergab. Dieser Umstand hat ausgelöst, dass ich als Supervisorin zwar äusserlich ruhig geblieben bin, innerlich jedoch eine grosse Verunsicherung und Hilflosigkeit erlebt habe, die ich während der restlichen Sitzung nicht mehr ablegen konnte. Nach der Sitzung erlebte ich diese Hilflosigkeit noch verstärkt, so dass ich all meine Fähigkeiten und bisherigen Erfahrungen in Frage stellte. Nach der Reflexion mit einer Studienkollegin und Thematisierung dieser Situation in der Lehrsupervision habe ich hilfreiche Ideen für die praktische Arbeit sowie Rückmeldungen zu meinen eigenen Erwartungen aus einer Fremdwahrnehmung mitgenommen. Daraus habe ich geschlossen, dass es sowohl für mich als auch für die Teilnehmenden Orientierung und Sicherheit bringen kann, wenn der Ablauf einer Sitzung transparent ist. So habe ich die einzelnen Phasen auf einem Flipchart visualisiert, damit jederzeit Bezug genommen werden kann, wo im Prozess wir uns befinden und was als nächstes kommt. Auch gibt es die Möglichkeit, die Gruppe einzubeziehen, wenn die Ausarbeitung der Fragestellung ins Stocken gerät. Nach zeitlichem

Abstand von mehr als einem Jahr bin ich in der Lage, die Umstände mit zu berücksichtigen, die vermutlich dazu beigetragen haben, dass die Auftragsklärung in jener Sitzung schwierig war und keine Fragestellung herausgearbeitet werden konnte. Trotz dieser Erfahrung bin ich davon überzeugt, dass es sich immer lohnt, sich für die Erkundung möglicher Anliegen Zeit zu nehmen. Ich möchte beispielsweise nicht, dass Supervisand*innen bereits mit einer fertigen Fragestellung und einer vorbereiteten Situationsbeschreibung in die Sitzung kommen. Die Offenheit, das Thema erst während der Supervision festzulegen, gibt mir die Chance, allfällig verdeckte Themen und Anliegen mit den Supervisand*innen herauszuarbeiten und dann auch vielleicht ungewohnte Vorgehensweisen vorzuschlagen.

Diese Erfahrung hat dazu geführt, dass ich den Wert von vorbereiteten Flipcharts zu verschiedenen Themen für mich entdeckt habe. Der Einbezug von vorbereiteten Flipchart-Plakaten hilft mir, auf der Metaebene Informationen weiterzugeben und für mehr Orientierung im Prozess zu sorgen. Sie dienen auch der «Produktinformation» (diesen Begriff hat Gunther Schmidt oft benutzt, wenn er die Sinnhaftigkeit einer Methode erklärt hat), weshalb ein bestimmtes Vorgehen vorgeschlagen wird. Für die Supervisand*innen sind die Plakate oftmals ebenfalls hilfreich, weil sie etwas Neues nicht nur auditiv, sondern auch visuell erfassen können. Die Plakate sollen auch als Kommunikationsbrücke dienen und das limbische System ansprechen, indem mit einfachen Symbolen und Bildern gearbeitet wird.

Es ist mir wichtig, dass die Supervisand*innen die Unterschiede zwischen einer Erzählrunde, einer Fachberatung und einer Supervision zuordnen können. Aufgrund der Auseinandersetzung im Rahmen dieser Arbeit bin ich überzeugt davon, dass die Themenbearbeitung in Form einer Supervision gewinnbringend ist. Das heisst aber keineswegs, dass nicht auch das bloße Erzählen einer Situation oder eine Fachberatung zu einer Situation sehr hilfreich sein können. Ich plädiere einfach dafür, dass geklärt wird, welche Art von Beratung vorgesehen ist und angewendet wird.

Mit der Zeit konnte ich Routine gewinnen, so dass ich keine Nervosität spüre, wenn es um die Anleitung einer Gruppen-Fallsupervisionssitzung geht. Nach wie vor finde ich es herausfordernd, in dem Moment, wo der Auftrag geklärt oder die Fragestellung formuliert ist, eine oder mehrere Möglichkeiten als Herangehensweisen an die Themenbearbeitung vorzuschlagen. Es hilft, dies transparent zu machen und mir so einige Sekunden für die Überlegung des weiteren Vorgehens zu nehmen.

Mein Wunsch, vertiefte Reflexionen und Auseinandersetzungen mit einem Thema anregen zu können, führt dazu, dass ich Supervisand*innen z.B. in ausschweifenden

Fallerzählungen unterbreche oder vorschnelle Tipps der Gruppenmitglieder zu vermeiden versuche. Da gilt es, geeignete Formen der Gesprächsführung anzuwenden oder Erklärungen auf der Metaebene abzugeben, um zu verhindern, dass die Motivation zum Mitdenken und Mitarbeiten sinkt.

Beim Videostudium ist mir aufgefallen, dass ich sehr ernst und sehr ruhig wirke. Meine Stimme ist meist in einer ähnlichen Tonlage und meine Mimik bleibt ebenfalls oft gleich. Ich gehe davon aus, dass dies mit meiner Konzentriertheit zu tun hat, weil die Anleitung einer Gruppe mich noch immer herausfordert und ich sehr damit beschäftigt bin, die einzelnen Personen und deren Ausdrucksweise wahrzunehmen. Ich kann mir vorstellen, dass ich mit wachsender Erfahrung meine Aufmerksamkeit mehr fokussieren kann auf mein Auftreten und es diesbezüglich noch Optimierungspotential gibt.

7. Schlussfolgerungen

Eine zwar sehr simpel anmutende, für mich jedoch sehr wichtige Erkenntnis aus der Auseinandersetzung in dieser Arbeit habe ich gewonnen, als ich richtig verstanden habe, dass zum inneren Erleben auch die bewussten Prozesse und nicht nur unbewusste und unwillkürliche Prozesse gehören. Wenn also über Sprache vermittelte kognitive Reflexionsprozesse oder Fallbeschreibungen vorgetragen werden, gehört dies auch zum inneren Erleben. Dass vor dem Aussprechen der Worte bereits unzählige unbewusste Prozesse zu einer Auswahl von Informationen und Bewertungen stattgefunden haben, gilt es ebenfalls zu berücksichtigen. Ich habe also erkannt, dass ich bei der Benutzung des Begriffs inneres Erleben differenzierter unterscheiden muss, welche Prozesse gerade gemeint sind. Es kann eine weitere Unterscheidung gemacht werden bei der Bereitschaft, mit dem inneren Erleben (sowohl bewusste und/oder unbewusste Aspekte des Erlebens) zu arbeiten. Es gibt die Möglichkeit, für sich selbst das innere Erleben zu erkunden und es nicht mit der Gruppe zu teilen oder die andere Möglichkeit ist, die Erkundung des inneren Erlebens in der Gruppe zu teilen.

Die zweite grundlegende Erkenntnis war die Unterscheidung, die Heidi Neumann-Wirsig vorgeschlagen hat. Es ist für mich sehr passend, Sitzungen, in denen jemand einen Fall beschreibt und danach die Gruppe wie selbstverständlich, ohne vorherige Auftragsklärung, Tipps verteilt und fast als Wahrheit angesehene Hypothesen geteilt werden und gleichzeitig nicht auf die Ressourcen und Selbstwirksamkeit der Supervisand*innen geachtet wird, als Fachberatung zu bezeichnen. Wichtig ist mir nun, diese als solche einzuordnen und in einem längeren Supervisionsprozess auch einmal den Austausch über diese Unterscheidung anzubieten. Werden in Gruppen-Fallsupervisionen grossmehrheitlich Fachberatungen gewünscht, könnte die Frage gestellt werden, ob es notwendig ist, eine externe Supervisor*in dafür anzustellen oder ob nicht eine Intervision sinnvoller wäre.

Ich bin davon überzeugt, dass genau in diesem Punkt ein grosser Unterschied zu Intervision und Supervision liegt. Ich als Supervisorin bin mir der Wichtigkeit der Auftragssondierung sehr bewusst und ich habe in der Ausbildung und meiner praktischen Tätigkeit Werkzeuge erhalten, mich nicht mit der zuerst präsentierten Fragestellung zufrieden zu geben, wenn ich den Eindruck habe, es könnte auch um etwas anderes gehen. Dies mit den Supervisand*innen gemeinsam herauszuarbeiten, sehe ich als einen sehr wichtigen Teil der Kunst des Berufsstands der Supervisor*innen an. Ich bin davon überzeugt, dass dieser Teil der Arbeit wegweisend ist für die Qualität der Supervision.

Ich nehme trotz dieser vertieften Auseinandersetzung mit dem Einbezug des inneren Erlebens auch mit, dass nicht immer der richtige Zeitpunkt und die richtigen Umstände gegeben sind, um vertieft am und mit dem eigenen inneren Erleben zu arbeiten. Es gibt Situationen, in denen eine klassische Fachberatung oder der Blick auf äussere Strukturen statt auf innere Prozesse zielführender sind. Mir ist wichtig, dass ich mit dieser Arbeit eine Grundlage geschaffen habe, die dafür spricht, auch in Supervisionsprozessen intensiv mit dem inneren Erleben zu arbeiten und dies dazu beiträgt, Wahlmöglichkeiten anbieten zu können in Bezug auf die Art und Weise, wie ein Thema in Supervisionsprozessen bearbeitet werden kann.

In der praktischen Arbeit als Supervisorin in Ausbildung habe ich gemerkt, wie wichtig die Information über den Ablauf einer idealtypischen Fallsupervisionssitzung ist. So kann ein Phasenmodell in der Fallsupervision die Sinnhaftigkeit der einzelnen Schritte gut erklären und eine gemeinsame Orientierung im Prozess fördern.

Für mich habe ich festgestellt, dass mir vorgängig visualisierte Flipcharts Sicherheit geben, da ich mit den Plakaten eine vielfältige Grundlage habe, um auf Themen etwas vertiefter eingehen zu können, je nachdem was es im Prozess braucht.

Ich konnte mit dem hypnosystemischen Ansatz eine theoretische Grundlage finden für bereits früher gemachte praktische Erfahrungen in Fallbesprechungen, als das innere Erleben einbezogen wurde und tiefgreifende Erkenntnisse und daraus Veränderungen angeregt werden konnten.

Es war mir wichtig, mich mit den Prozessen im Hirn auseinanderzusetzen, um ein vertiefteres Wissen dazu zu haben, weshalb das innere Erleben und vor allem die unwillkürlichen und unbewussten Prozesse nicht ausser Acht gelassen werden sollten. Bisher habe ich aus praktischen Erfahrungen gemerkt, dass zum Beispiel die Arbeit mit Metaphern gewinnbringend ist, ohne es begründen zu können. Nun kann ich in Supervisionsprozessen darüber informieren, dass ein sehr grosser Teil der Reizverarbeitung unbewusst abläuft und daraus unwillkürliche und unbewusste Reaktionen folgen können. Das limbische System spielt eine grosse Rolle in dieser unbewussten Reizverarbeitung, wo die Sprache der Bilder und der Emotionen vorherrscht. Deshalb macht es Sinn, Metaphern als Kommunikationsbrücke zu verwenden zwischen unbewussten Vorgängen, die ins Bewusstsein geführt werden wollen. Diese Begründung öffnet vielleicht das Tor zur Bereitschaft, auch unbewusste und unwillkürliche Verhaltensweisen in die Fallbearbeitung einfliessen zu lassen.

Mögliche Faktoren herausgearbeitet zu haben, die dazu beitragen, das Tor zur Bereitschaft für den Einbezug des ganzheitlichen inneren Erlebens etwas weiter zu öffnen, bedeuten für mich Anknüpfungspunkte, die ich als Supervisorin angehen kann, möchte ich den Einbezug des inneren Erlebens in der Gruppen-Fallsupervision fördern.

8. Fazit

Das Ziel dieser Arbeit war die Auseinandersetzung mit dem Einbezug des inneren Erlebens in die Hypnosystemische Supervision im Beratungsformat Gruppen-Fallsupervision, wobei das innere Erleben theoretisch beleuchtet wurde und die Bedeutung von systemischer und hypnosystemischer Leitideen für das Beratungsformat Gruppen-Fallsupervision herausgearbeitet wurde.

Das innere Erleben wurde mit einer eigenen Definition beschrieben als internale bewusste und willkürliche, insbesondere auch unbewusste und unwillkürliche Prozesse der Wahrnehmung und Verarbeitung von Informationen mit Verknüpfung zu Emotionen. Erleben wird durch innere Prozesse vom Menschen selbst erzeugt, in Erlebnisnetzwerken abgespeichert und ist gestaltbar.

Zu der Prozessgestaltung, die den Einbezug des inneren Erlebens fördert, gehört unter anderem Orientierung über den Ablauf, Vertrauen darauf, dass Schweigepflicht auf allen Ebenen eingehalten wird, Wissen über Erkenntnisse der Hirnforschung bezüglich Reizverarbeitungsprozessen und Bildung von Erlebnisnetzwerken, Wahlmöglichkeiten bezüglich Art und Tiefe der Fallbearbeitung im Rahmen der Kontraktbildung jeder einzelnen Themenbearbeitung. Die Supervisor*innen können ebenfalls förderlich einwirken, indem sie sich für die internalen Prozesse der Supervisand*innen interessiert und Einladungen einbringen kann, eine etwas ungewohnte Art der Bearbeitung kennenzulernen.

Aus dem systemischen Beratungsansatz sind Leitideen wie Autopoiese, Kontexteinbezug und Berücksichtigung von Wechselwirkungsprozessen von Interaktionen mit verschiedenen Systemen sehr wichtig für die Praxis der Gruppen-Fallsupervision. Es gibt weitere wichtige Paradigmen, die in eine systemische Haltung einfließen.

Der hypnosystemische Beratungsansatz basiert auf Leitideen wie Erleben meint Gestaltung von Erlebnisnetzwerken, Musterunterbrechung, Anerkennung von unbewussten Prozessen als wichtige Informationsquelle für das menschliche Befinden usw. Auch diese Leitideen sind sehr nützlich für die Bearbeitung von Gruppen-Fallsupervisionsanliegen.

Vorausblickend hoffe ich, dass der Einbezug des inneren Erlebens in der Gruppen-Fallsupervision keine Seltenheit bleibt, sondern als eine von mehreren möglichen Bearbeitungsformen in der Fallsupervision etabliert wird.

9. Literaturverzeichnis

Althoff, M. (2020). *Fallsupervision*. Psychosozial-Verlag.

Domes, M. & Wagner, L. (2020, 23.07.). *Haltung (Gesinnung)*. Socialnet. <https://www.socialnet.de/lexikon/Haltung-Gesinnung>

Ebbecke-Nohlen, A. (2022). *Einführung in die systemische Supervision*. Carl-Auer.

Gross, M. & Popper, V. (2021). *Und die Maus hört ein Rauschen*. Carl-Auer.

Langfeldt, H.-P. & Nothdurft, W. (2004). *Psychologie*. Ernst Reinhardt.

Neumann-Wirsig, H. (2017). *Jedes Mal anders*. Carl-Auer.

Neumann-Wirsig, H. (Hrsg.). (2019). *Lösungsorientierte Supervisions-Tools*. manager-Seminare.

Ryba, A. (2019). Körperzentriertes Coaching und der Zugang zum Unbewussten. *Organisationsberatung, Supervision, Coaching*, 26, 313–329. <https://doi.org/10.1007/s11613-019-00610-1>

Schmidt, G. (2016). Das Orchester der Sinne nutzen für erfolgreiche «Lösungssinfonien» - Hypnosystemische multisensorische Strategien für kraftvolle ganzheitliche Lösungen. In Bohne, M., Ohler, M., Schmidt, G., Trenkle, B. (2016). *Reden reicht nicht!?*. (1. Aufl., S. 171 – 216). Carl-Auer.

Schmidt, G. (2020). *Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung*. Carl-Auer.

Schmidt, G. (2017). *Liebesaffären zwischen Problem und Lösung*. Carl-Auer.

Schmidt, G. (ohne Datum. Abgerufen 2023, 02. September). *Hypnosystemische Psychosomatik – wie der Organismus und Symptome für Gesundheit genutzt werden können*. Uniklinik Freiburg. https://www.uniklinik-freiburg.de/fileadmin/mediapool/07_kliniken/psy Psychosomatik/Dienstagskolloquium/2020/Vortraege/Schmidt_Gunther_Hypnosystemische_Psychosomatik_2021_01.pdf

Storch, M., Cantieni, B., Hüther G. & Tschacher, W. (2022). *Embodiment*. Hogrefe.

Von Schlippe, A. & Schweitzer, J. (2007). *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung*. Vandenhoeck & Ruprecht.

Van Kaldenkerken, C. (2014). *Wissen was wirkt*. tredition GmbH.

Wirtz M. A. (Hrsg.). (2021, 25. Februar). *Dorsch Lexikon der Psychologie*. Hogrefe. Abgerufen am 26. August 2023 von <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/erleben>