



SYSTEMISCHE BERATUNG UND HOMÖOPATHISCHE GESPRÄCHSFÜHRUNG

UNTERSCHIEDE-GEMEINSAMKEITEN

Seminararbeit in der Weiterbildung „Systemisches
Arbeiten in Sozialarbeit, Pädagogik, Beratung und
Therapie“
2012-2014

Bernhard Jochem, Heilpraktiker, Veillodterstr.33, 90409 Nürnberg

info@bernhard-jochem.de

Systemische Beratung und homöopathische Gesprächsführung

Unterschiede - Gemeinsamkeiten

Seminararbeit in der Weiterbildung

„Systemisches Arbeiten in der Sozialarbeit, Pädagogik, Beratung und Therapie“
2012 - 2014

I. „Zuerst das Wort, dann die Pflanze, zuletzt das Messer!“ (Hippocrates)

Die Grundlage jeder Beratung und Therapie ist das gesprochene Wort. Ohne verbale Kommunikation findet kein Austausch weder über Beschwerden und Leiden noch über Hoffnungen, Wünsche und Zielvorstellungen des Patienten statt. Die exakte Wortwahl ist die Basis des therapeutischen Beziehungsaufbaus, des Informations- und Empfindungstransfers. Jeder von uns kennt wahrscheinlich bestimmte Situationen, bei denen durch ein passendes oder auch durch ein unpassendes Wort Weichen gestellt wurden, deren Konsequenzen möglicherweise noch jahrelang nachwirkten. Schon aus diesem Grund steht die exakte Auswahl der Worte im Vordergrund allen therapeutischen Handelns.

In der Klassischen Homöopathie einerseits und der Systemischen Beratung auf der anderen Seite spielen Worte und deren Wirkung, Fragen sowie deren Beantwortung eine zentrale Rolle. Ohne genaue homöopathische Anamnese gibt es keine Verordnung, ohne systemische Fragen keine Systemische Beratung. Leider wird diese Gemeinsamkeit bisher nur in geringem Maße für Synergien genutzt, obwohl der mögliche Vorteil für Therapeut und Patient/Klient auf der Hand liegt.

Hier setzen nun meine Überlegungen an: Wie lassen sich die Erfahrungen, Erkenntnisse und Methoden der Systemischen Beratung auf die Praxis der homöopathischen Falluntersuchung adaptieren, wie können wir in der homöopathischen Behandlung die positiven Effekte der Systemischen Beratung nutzen, welche systemischen Werkzeuge lassen sich in die homöopathische Anamnese einbauen?

II. Was ist Homöopathie?

Dr. med. Samuel Hahnemann (1755 - 1843), Arzt und Pharmazeut, der Entdecker, Begründer und Entwickler der Homöopathie, beschrieb in dem „Organon der Heilkunst“, einem Grundlagenwerk, die wesentlichen Regeln und Gesetzmäßigkeiten der homöopathischen Lehre. Es soll an dieser Stelle genügen, die Grundlagen kurz zu schildern, um die übergeordnete Bedeutung der Anamnese verständlich zu machen.

Durch klinische Beobachtungen, vergleichende Pathologie und Literaturstudien entdeckte Dr. Samuel Hahnemann das Phänomen, dass Krankheiten durch dasjenige Heilmittel geheilt werden können, das auch zur Erzeugung dieser Art von Krankheit geeignet ist.

- Am Anfang dieser Erkenntnis stand sein berühmter Chinarindenselbstversuch: Bereits damals war Chinin, der Wirkstoff der Rinde von *China officinalis*, als Heilmittel gegen Malaria bekannt. Als Dr. Samuel Hahnemann im Rahmen seiner Forschungen selbst Chinin einnahm, entwickelte sich ein Wechselfieber, welches von der Infektionskrankheit Malaria nur schwer zu unterscheiden war, obwohl er sich selbst nicht mit Malaria infiziert hatte.
- In der damaligen Zeit war es gängige Praxis, Syphilis mit hochdosierten Quecksilbergaben zu behandeln. Dr. Hahnemann beobachtete, dass die Quecksilbervergiftung der Infektionskrankheit Syphilis zum Verwechseln ähnelt.

Aus diesen und zahlreichen ähnlichen Beobachtungen leitete er das „Homöopathische Heilgesetz“ ab: „Wähle, um sanft, schnell, gewiss und dauerhaft zu heilen, in jedem Krankheitsfalle eine Arznei, welche ein ähnliches Leiden für sich erregen kann, als sie heilen soll!“ (Dr. med. Samuel Hahnemann, *Organon der Heilkunst*, 6. Auflage)

Aus diesem Heilgesetz ergibt sich eine wichtige Konsequenz der homöopathischen Heilmethode: Es muss folglich möglichst genau untersucht werden, welche Leiden von einer jeden Arznei erregt werden können. Deswegen prüfen Homöopathen Arzneimittel in nichttoxischen Dosen an gesunden (natürlich freiwilligen) Menschen, die die verschiedensten potenziellen Arzneimittel einnehmen und deren Wirkungen auf den gesamten Organismus beobachten und dokumentieren. Unter diesen Arzneimitteln befinden sich harmlose Pflanzen wie zum Beispiel das Gänseblümchen oder die Kartoffel, andererseits aber auch hochtoxische Substanzen wie Arsen, Phosphor oder Strychnin.

Seit Menschengedenken weiß man um die therapeutische Wirkung von Toxinen. Paracelsus wird die Aussage zugeschrieben: *Dosis fiat venenum!* (Die Dosis macht das Gift!) Dr. Samuel Hahnemann verarbeitete nun die Arzneimittel nach einer bestimmten Methode, die als Potenzierung bezeichnet wird. Von manchen seiner Zeitgenossen wurde diese Art der Verarbeitung bereits praktiziert, aber Hahnemann war der erste Arzt und Apotheker, der genau definierte Regeln für diese Herstellungsmethode beschrieb: Er verdünnte die Arzneisubstanzen schrittweise in exakt vorgegebenen Verdünnungsschritten; sodann verrieb oder verschüttelte er in diesem Prozess die Arzneien stundenlang in unarzneilichen Trägersubstanzen wie Milchzucker oder verdünntem Alkohol. Auf diese Weise gelang es ihm, einerseits hochtoxische Substanzen auf ungiftige Konzentrationen zu verdünnen, andererseits aber therapeutische Wirksamkeit zu erzeugen, die uns heute erst langsam über die Erforschung der Kolloidchemie, Nanotechnologie und Quantenphysik verständlich wird.

Die grundlegenden Regeln der Homöopathie kann man, grob vereinfacht, folgendermaßen beschreiben:

- Ähnlichkeit der Arznei
- Arzneimittelversuch am Gesunden
- Potenzierung der Arznei

Die Aufgabe des Homöopathen besteht nun darin,

- die genaue individuelle Situation und Entwicklung des Kranken und der Krankheit exakt zu erforschen und zu beschreiben:
 - o die Erforschung der momentanen Situation und Befindlichkeit des Patienten in seiner Gesamtheit von Körper, Körperfunktionen und Gemütsverfassung;
 - o die Auflistung aller wesentlichen Erkrankungen seit der Geburt des Patienten bis zur Gegenwart;
 - o die Erfassung der wesentlichen Erkrankungen der blutsverwandten Familienmitglieder.
- die Wirkungen der verschiedenen Arzneimittel exakt zu erforschen und zu beschreiben,
- beides in ein sinnvolles Verhältnis zu einander zu setzen, und

- die Dosierung der Arznei der Situation und der Reagibilität des Kranken anzupassen.

Im Gegensatz zur sogenannten Schulmedizin ist bei der Fallaufnahme neben der objektiven Befundung auch und gerade die individuelle Situation des Patienten und seine eigene Wahrnehmung von entscheidender Bedeutung. Seine Gemütsverfassung, die genaue Art seiner Empfindungen, die Entstehung seiner Erkrankung, die mögliche Ursache sowie der genaue Verlauf der Krankheit, die Modalitäten seiner Beschwerden, all diese Punkte sind für die Mittelwahl genauso entscheidend wie der wissenschaftliche Name seiner Krankheit.

Aus all diesen Punkten folgt, dass die genaue Befragung und möglichst ehrliche und offene Beantwortung der Fragen von allergrößter Bedeutung sind: bei schlampiger Fragetechnik und oberflächlicher Antwort kann oft genug das passende Arzneimittel nur schwer gefunden werden.

Dr. Samuel Hahnemann sowie viele Vertreter der nachfolgenden Homöopathengenerationen haben deswegen zahlreiche Abhandlungen über die „Kunst der Befragung“ veröffentlicht, in denen elementare Regeln für die homöopathische Anamnesetechnik beschrieben werden:

- Zeit und Ruhe
- Unbefangenheit und Offenheit
- Zugewandtheit
- Offene Fragen, genaues Nachfragen
- Beobachtungen und Bericht der Familienangehörigen
- Wertfreie Informationsaufnahme
- Achtung vor dem Kranken und seiner Situation

III. Wesentliche Bestandteile der Systemischen Beratung

Woran erkennt man ein „systemisches“ Beratungsgespräch? Was sind die wesentlichen Bestandteile der systemischen Gesprächstechnik? Aus den vielen möglichen Antworten auf diese Fragen möchte ich ein paar für mich besonders hervorstechende Elemente herausfiltern; später werde ich erläutern, wie diese Punkte, systematisch angewandt, im homöopathischen Anamnesegespräch nützlich und hilfreich werden können.

1. Joining

Die Basis jeder therapeutischen Beziehung ist eine vertrauensvolle Atmosphäre, in der das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit entstehen und wachsen kann. Neurophysiologische Erkenntnisse über die Funktionen von Großhirnrinde und Stammhirn liefern hierfür die wissenschaftliche Grundlage: In Stress- und Angstsituationen sinkt die Funktion der Großhirnrinde, die Aktivität der Synapsen im Neocortex wird vermindert, dadurch reduziert sich die Fähigkeit zur Ideenbildung und damit die Möglichkeit, kreative Gedanken zur Problemlösung zu entwickeln.

Aus diesem Grund stellt erfolgreiches Joining nicht nur eine Frage des Anstands dar, sondern ist bereits Grundlage und Beginn erfolgreicher Interventionen. Wenn der Klient durch kleine Aufmerksamkeiten, zwanglose Kontaktaufnahme seitens des Beraters oder geschickten Start des Gesprächs sich entspannen kann, wenn er bereits zu Anfang der Sitzung sich gewissermaßen „wie zuhause“ fühlt, dann wird es ihm viel eher gelingen, neue Ideen und Lösungsansätze entstehen zu lassen, dann wird er viel eher Offenheit zeigen können für Experimente und Veränderungsversuche.

2. Die therapeutische Haltung

Wie in jeder anderen therapeutischen oder beraterischen Situation ist auch und gerade in der Systemischen Beratung die „therapeutische Haltung“ notwendige Voraussetzung einer erfolgreichen und vertrauensvollen Beziehung zwischen Berater und Klient. Respekt, Achtung vor dem Klienten in seiner besonderen Situation, Sorgfalt und Achtsamkeit sind Grundlage jedes konstruktiven

zwischenmenschlichen Umgangs miteinander, und gerade in der besonders sensiblen Beratungssituation ist es außerordentlich wichtig, eigene Vorstellungen in Bezug auf Werte, Erfahrungen und Lösungen zurückzustellen und den Klienten in seiner Gesamtheit vorurteilslos zu achten und zu respektieren.

Nicht der Berater ist der Experte und weist dem Klienten den richtigen Weg; der Klient mit allen seinen Erfahrungen, seiner ganzen Geschichte, seiner gewachsenen Lebenseinstellung kennt im innersten bereits die Lösung seiner Probleme. Die Aufgabe des Beraters ist es, die Entdeckung und Entwicklung der Lösungen zu fördern. Auf keinen Fall sollte er eigene Vorstellungen und Lösungsmodelle durchzusetzen versuchen; allenfalls ist es möglich, Vorschläge zu machen oder vorsichtige Gedankenanstöße zu geben.

3. Auftragsklärung

Je genauer der Beratungsauftrag definiert werden kann, umso exakter kann interveniert werden. Insofern ist die differenzierte Klärung der Auftragssituation bereits Bestandteil des Beratungsprozesses. Unter der Vielzahl von möglichen Aufträgen an den Berater findet der Klient dasjenige Thema heraus, das für ihn momentan im Vordergrund steht. Es ist sinnvoll, verschiedene Aufträge und Themenkreise voneinander zu trennen: erstens lässt sich ein genau beschriebener und begrenzter Auftrag einfacher, schneller und effektiver lösen, zweitens erledigt sich oft genug manch anderes Problem im weiteren Verlauf der Beratung „von alleine“.

Verdeckte, widersprüchliche und unmögliche Aufträge können/sollen als solche entdeckt und erkannt werden; die Klärung dieser Aufträge verhindert die Entstehung von Sackgassen in der Beratung.

4. Zielvereinbarung

„Wer nicht weiß, wo er hinwill, darf sich nicht wundern, wenn er nicht ankommt!“ Ein konkretes, messbares, erreichbares, realistisches, positives, möglichst genau beschreibbares und beschriebenes Ziel ist die Voraussetzung für seine Verwirklichung. Ohne klares Ziel bleibt der beraterische Erfolg dem Zufall überlassen, und das Erreichen eines (unklaren) Ziels wird nicht als Erfolg erkannt.

Die Auseinandersetzung mit Zielvorstellungen, die Konkretisierung von Wünschen zu Zielen, sowie die Formulierung von Zielen stößt Lösungsprozesse an; klare Gedanken, Vorstellungen und Ziele können Realitäten beziehungsweise das Samenkorn für deren Entstehung schaffen.

5. Aktives Zuhören

Aufmerksamkeit und echtes Interesse für den Klienten, seine Situation, seine Schwierigkeiten sowie für seine Lösungsansätze, gezielte Fragen und intelligentes Spiegeln signalisieren Kompetenz und Vertrauenswürdigkeit; der Klient fühlt sich verstanden und akzeptiert. Mögliche Widerstände können durch aktives Zuhören reduziert werden, Prozesse werden angeregt, Ideen können entstehen.

6. Lösungsorientierung

Jedes systemische Gespräch orientiert sich an der möglichen Lösung des Problems. Die Schwierigkeit, weshalb der Klient die Beratungssituation aufsucht, ist selbstverständlich ein wichtiges Thema und bedarf der intensiven Würdigung und des Respekts. Aber immer wieder nimmt der systemische Berater Anlauf in Richtung Lösung, immer wieder sucht man nach Ressourcen, nach Möglichkeiten, Probleme zu lösen, nach früheren Erfolgen und gelungenen Lösungsversuchen, um den Klienten aus der „Problemtrance“ zu befreien und eine „Lösungstrance“ entstehen zu lassen.

Vergangenheit lässt sich nicht verändern; nur die Zukunft kann gestaltet werden! Geschehenes und Erlebtes kann man nicht ungeschehen machen. Aber wir können versuchen, durch konsequente Ausrichtung auf Ziele und Lösungen aus den negativen Erfahrungen und Erlebnissen des Klienten seine Kompetenzen, Fähigkeiten und Ressourcen herauszufiltern und dadurch seine Handlungsfähigkeit (wieder) herzustellen. Wenn das Gefühl, die Vorstellung oder besser noch die Überzeugung entsteht,

dass Probleme lösbar sind, dass sie zum Leben als permanenter Bestandteil dazugehören und wir durch deren Bewältigung klüger und weiser werden, dann können hilfreiche Prozesse entstehen!

7. Fragetechniken

Geschickt und kunstvoll gestellte Fragen sind der Schlüssel zum Beratungserfolg. Die eigentliche Kunst besteht darin, die Frage so zu formulieren, dass allein durch die Fragestellung Bewegung entsteht, Prozesse angestoßen werden, neue Denkmuster auftauchen, Möglichkeiten der Veränderung bewusst werden, vielleicht ein bisschen Verwirrung ausgelöst wird. Durch verschiedene Fragetechniken wie Zirkuläre Fragen, Wunderfragen, Skalierungsfragen, Ressourcenorientierte Fragen und viele andere entwickelt der Klient die Fähigkeit, die Betrachtungsperspektive zu wechseln, seine Situation von der Metaebene aus zu betrachten, alte eingefahrene Gleise zu verlassen und vielleicht mal was Neues zu probieren.

Systemische Fragen sind höchst wirksame Interventionen und stehen im Zentrum jeder anderen systemischen Beratungsmethode wie zum Beispiel Skulptur, Familienbrett, Timeline oder Genogramm. Bei der individuellen Formulierung der systemischen Fragen ist der Gestaltungsmöglichkeit des Beraters keine Grenze gesetzt!

IV. Wie können Elemente der Systemischen Beratung zur Steigerung der Qualität homöopathischer Anamnesen beitragen?

IV.1. Ansatz und Auftrag

Sowohl Ansatz als auch Auftrag von homöopathischer Behandlung und Systemischer Beratung unterscheiden sich grundlegend in verschiedenen wesentlichen Punkten, wohingegen in manchen Bereichen aber auch eine erstaunliche Verwandtschaft ins Auge sticht. Folgende Themen sollen nach diesen Gesichtspunkten näher untersucht werden:

- Kontextualität
- Wer ist der Experte?
- Persönlichkeitsebene
- Therapeut/Berater als Teil des Systems
- Problemorientierung - Lösungsorientierung

IV.1.1 Kontextualität

Eine der wesentlichen Kernaussagen der Systemischen Beratung besteht in der Beobachtung, dass zwischen einem Ereignis und dem umgebenden Kontext ein wesentlicher, möglicherweise sich gegenseitig bedingender Zusammenhang besteht. Die Bedeutung eines Ereignisses variiert, abhängig vom Kontext; je nach Kontext kann ein und dasselbe Ereignis unterschiedlich wirken, anders interpretiert werden. Ohne die Beobachtung und Beachtung des Kontextes ist daher eine auch nur hypothetische Beurteilung des Ereignisses nicht möglich. Die Kontextualität ist entscheidend.

Diese Aussage findet sich fast identisch in der homöopathischen Lehre wieder. Hier steht die Individualisierung eines Krankheitsfalles im Vordergrund. Unter Individualisierung versteht man in diesem Zusammenhang die möglichst exakte Beschreibung der verschiedenen Krankheitssymptome im Zusammenhang mit möglichen Begleiterscheinungen. Das bedeutet konkret, dass der Homöopath die Krankheitsgeschichte eines Patienten, der nach dem Tod seines besten Freundes krank wurde, anders interpretiert als die Situation eines Kranken mit der identischen Krankheit, der jedoch erkrankte, nachdem er bei nasskaltem Wetter spazieren ging. Ein Patient, der vor dem Ausbruch seiner

momentanen Krankheit einen heftigen Hautausschlag hatte, bekommt voraussichtlich ein anderes Mittel verordnet als ein Kranker, der stattdessen einen heftigen Magendarminfekt durchgestanden hat.

In der Homöopathie nennen wir es Begleitsymptomatik oder Modalität, in der Systemischen Beratung Kontextualität. Die Bedeutung ist weitgehend vergleichbar.

IV.1.2 Wer ist der Experte?

Während in der Systemischen Beratung eine entscheidende Grundannahme darin besteht, dass der Klient der Experte ist und der Berater ihm behilflich ist, seine persönliche Lösung zu finden, befindet sich der Homöopath explizit in einer ganz anderen Situation und Rolle: über Homöopathie und die adäquate Verordnung von homöopathischen Arzneimitteln kennt sich der Patient im allgemeinen nicht oder nur oberflächlich aus, der Homöopath ist der (inzwischen meist zertifizierte) Experte! Der Homöopath kennt sich aus mit Physiologie, Pathologie und homöopathischer Therapie; allerdings ist es der Patient und nicht der Homöopath, der die individuelle Ausprägung seiner eigenen Erkrankung am besten kennt und beschreiben kann. Es geht hier also um unterschiedliche Beziehungsstrukturen zwischen Patient/Klient und Homöopath/Berater.

IV.1.3 Persönlichkeitsebene

Auch wenn auf der strukturellen Ebene die Voraussetzungen differieren, so lässt sich jedoch auf der persönlichen Ebene eine gewisse Übereinstimmung feststellen: sowohl in der Systemischen Beratung als auch in der Homöopathie ist die persönliche Beziehung zwischen Patient/Klient und Homöopath/Berater oft entscheidend. Ohne eine tiefe und belastbare Vertrauensbasis lässt sich kein Klient erfolgreich beraten und kein Patient erfolgreich therapieren, nicht etwa, weil es nicht „funktionieren“ würde, sondern weil die wirklich wichtigen Informationen, Gedanken und Prozesse ohne Vertrauensverhältnis nicht zur Sprache kommen werden. Deshalb spielt die Qualität der Patienten-Therapeuten-Beziehung in der homöopathischen Behandlung eine wesentlich bedeutendere Rolle als zum Beispiel in der „Schulmedizin“, wo klinische Fakten, Laborwerte und Ergebnisse von bildgebenden Verfahren viel entscheidender sind als subjektive Wahrnehmungen des Patienten.

IV.1.4 Therapeut/Berater als Teil des Systems

Jedoch stößt die Übereinstimmung zwischen unseren beiden Vergleichsobjekten auch an bestimmte Grenzen: Der Systemische Berater begreift sich explizit als Teil des Systems und damit als wirksamen Bestandteil des Beratungsprozesses, wohingegen der Homöopath sich traditionell als außenstehend und am direkten therapeutischen Prozess als Person eher unbeteiligt sieht. Allerdings muss man zugeben, dass in den letzten Jahren eine Entwicklung festzustellen ist, durch die manche alten verkrusteten Vorstellungen erfreulicherweise in Bewegung geraten.

IV.1.5 Lösungsorientierung - Problemorientierung

Es liegt in der Natur der Dinge, dass die Behandlung von Krankheiten eo ipso problemorientiert sein muss. Per definitionem sind Krankheiten Probleme, dysfunktionale Abweichungen von physiologischen Prozessen, Funktions- und Strukturveränderungen, körperliche Gebrechen, die meist mit unangenehmen Gefühlen, Fehlfunktionen und Organ- oder Gewebsschäden verbunden sind; selbstverständlich können solche Schwierigkeiten nicht allein durch lösungsorientierte Beratung vergehen. Es lässt sich also nicht vermeiden, bei der Untersuchung und Beobachtung von Krankheiten und Krankheitsprozessen Probleme zu fokussieren. Dieser Unterschied lässt sich nicht beseitigen, allenfalls abschwächen.

IV.2 Methodik

In der Methodik lassen sich ganz entscheidende Verwandtschaften und Ähnlichkeiten der zu vergleichenden Bereiche feststellen:

IV.2.1 Wahrheit oder Hypothese?

Ein zentrales Element der Systemischen Beratung besteht in der Hypothesenbildung. Der Systemische Berater geht nicht davon aus, allgemeingültige Wahrheiten oder Diagnosen zu finden und zu beschreiben, sondern er bildet vielmehr Hypothesen, die, solange sie hilfreich und zweckdienlich sind, in der Beratungssituation verwendet werden können; sobald sich zeigt, dass diese Hypothese nicht mehr hilfreich ist und andere Hypothesen wertvoller geworden sind, wird die alte Hypothese ohne weiteres verworfen.

Bei der Auswahl eines homöopathischen Arzneimittels spielt im Allgemeinen die Diagnose der Krankheit nur eine untergeordnete Rolle; die individuelle Symptomatik des Patienten, die (nicht im schulmedizinischen Sinne) hypothetische Ursache seiner Erkrankung, die Krankheitsentwicklung in der zeitlichen Dimension sowie die genetische Krankheitssituation sind oft entscheidend. Aus diesen Informationen wird eine Arbeitshypothese gebildet, deren Ergebnis dann die Arzneimittelwahl darstellt. Im Therapieerfolg bestätigt sich gegebenenfalls der Wert der Hypothese; vor der Bestätigung durch die Heilung lässt sich nie mit Sicherheit die richtige Arzneimittelwahl vorhersagen.

IV.2.2 Verordnung oder interaktiver Prozess?

Im Gegensatz zur traditionellen schulmedizinischen Therapie entsteht in der homöopathischen Behandlung ein interaktiver Prozess: Nach der Verordnung der homöopathischen Arznei müssen gewissenhaft alle Reaktionen und Veränderungen der Krankheitssymptome kontrolliert und überprüft werden. Aus diesen Reaktionen wird nach bestimmten, genau definierten Regeln die therapeutische Konsequenz (Mittelwiederholung, Wartepause oder Mittelwechsel) gezogen, worauf wiederum auftretende Reaktionen beobachtet und bewertet werden. Dieses ständige Feedback und die daraus resultierende Handlungsanweisung sind wichtig für das Verständnis und die Beurteilung des Fallverlaufs und werden solange wiederholt praktiziert, bis hinreichende Verbesserung der Symptome bzw. Gesundheit erreicht werden konnte.

Die therapeutische Konsequenz besteht nicht, wie in der „Schulmedizin“, in Dosissteigerung, Medikamentenwechsel oder Überweisung zum Facharzt, sondern in genauer Beobachtung und Interpretation der Symptomenveränderung nach der Verabreichung des Arzneimittels und daraus abgeleiteter neuer Verordnung.

Die Verwandtschaft zu systemischen Traditionen, wie zum Beispiel zum PDCA-Zyklus (Plan, Do, Check, Act!) wird in diesen beiden Punkten ebenso deutlich wie der Unterschied zum traditionellen Verständnis von Diagnose und Verordnung.

IV.3 Systemische Elemente, die in der homöopathischen Behandlung hilfreich und sinnvoll sind

Nach der Analyse der wichtigsten Unterschiede beziehungsweise der hervorstechenden Gemeinsamkeiten von Systemischer Beratung und Homöopathie sollen im Folgenden einige Punkte beleuchtet werden, wo Elemente und Werkzeuge der Systemischen Beratung im homöopathischen Gespräch mit großem Vorteil für Patient und Therapeut eingebaut und angewendet werden können.

IV.3.1 Auftragsklärung und Kontrakt

Eigentlich wäre es zu erwarten, dass auch und gerade im medizinischen Kontext am Anfang einer jeden Behandlung der jeweilige Behandlungsauftrag im beiderseitigen Interesse klar und deutlich definiert und in einem expliziten Kontrakt formuliert wird. Erstaunlicherweise ist dies jedoch sowohl bei Ärzten als auch bei Heilpraktikern nach meinen Erfahrungen keinesfalls selbstverständlich und oft nur in begrenztem Maße der Fall. Sowohl das Ziel als auch der genaue Auftrag der Therapie wird sowohl vom Behandler als auch vom Patienten als bekannt vorausgesetzt, was zwangsläufig zu Missverständnissen

und Unzufriedenheit auf beiden Seiten führen kann. Ein Behandlungsvertrag besteht meist nur in einer unausgesprochenen juristischen Vereinbarung über Haftungs- und Zahlungsmodalitäten.

Transparenz, wie sie in der Systemischen Beratung als Basis vorausgesetzt wird, klar definierte Aufträge und exakt abgeklärte und besprochene Kontrakte zwischen Therapeut und Patient schaffen in jeder therapeutischen Situation Übersicht, Klarheit und Vertrauen.

Speziell im homöopathischen Kontext sind hier verschiedene Aspekte wichtig:

- Homöopathen behandeln im Wesentlichen chronisch kranke Patienten, bei denen optimale Herstellung der Gesundheit oft schwer möglich ist und/oder die Behandlung sehr langwierig sein kann. Was erwartet der Patient in einer solchen Situation genau von der Homöopathie und vom Homöopathen? Begleitung in seiner schwierigen Situation? Verbesserung der Beschwerden um wieviel Prozent? Komplementäre Therapie neben schulmedizinischer Therapie? Über welchen Zeitraum will der Patient homöopathisch behandelt werden? Oder welche anderen Wünsche, Vorstellungen und Erwartungen bringt er sonst noch mit?
Es sollte bereits am Beginn der Behandlung besprochen werden, was genau passieren soll, aber auch, was nicht passieren kann; falsche Hoffnungen, unmögliche oder widersprüchliche Aufträge müssen geklärt und auf ein für beide Seiten akzeptables und vernünftiges Maß reduziert werden. Es muss besprochen werden, wer für was zuständig ist, was der Homöopath zu tun hat, aber auch und gerade, worin die Aufgabe des Patienten besteht (z.B. Beobachtung des Symptomenverlaufs unter bestimmten Gesichtspunkten, Umstellung der Ernährung und des Lebenswandels etc.), wer zu was bereit ist oder nicht.
- Ein weiterer Punkt, weshalb die Auftragsklärung und der Kontrakt in der homöopathischen Behandlung von großer Wichtigkeit ist, scheint auf den ersten Blick sehr profan zu sein; bei genauerer Betrachtung tritt aber die eminente Bedeutung in den Vordergrund: in den allermeisten Fällen muss die homöopathische Therapie vom Patienten selbst bezahlt werden! Wenn hier keine genauen Absprachen über Dauer und Kosten der Behandlung existieren, wenn hier nicht exakt geklärt wird, bis zu welchem Punkt die Therapie vom Patienten gewünscht wird, kann sehr leicht beim Kranken das Gefühl entstehen, dass die Behandlung von Seiten des Homöopathen aus pekuniären Gründen möglichst perpetuiert werden soll. Auf dieser Basis kann kein Vertrauen entstehen, bzw. das notwendige Vertrauensverhältnis zwischen Homöopath und Patient wird sehr leicht irritiert!
Es ist leichter, am Anfang der Behandlung über dieses vielleicht etwas unangenehme Thema zu sprechen, als erst nach möglicherweise auftretenden Differenzen die nachträgliche Klärung zu versuchen.

Die schriftliche Fixierung des Auftrags und der Vereinbarung sollte nicht nur aus Dokumentationsgründen eine Selbstverständlichkeit sein.

IV.3.2 Skalierung

Patienten haben oft Schwierigkeiten, den Verlauf von Beschwerden, objektive und subjektive Veränderungen zu registrieren, zu dokumentieren und wiederzugeben. Dies geschieht nicht aus Unwillen oder Unfähigkeit heraus; vielmehr kann ein Patient nur schwer gleichzeitig sowohl objektiver Beobachter als auch Objekt der Beobachtung sein. Gleichzeitig ist aber die möglichst objektive Beobachtung der verschiedenen, auch subjektiven (!) Krankheitssymptome eine wichtige Grundvoraussetzung zur Interpretation des Krankheits- bzw. Heilungsverlaufes in der homöopathische Behandlung und der daraus resultierenden weiteren Verordnung. Die besondere Problematik liegt auf der Hand.

Nachhaltig lösbar ist dieses Problem definitiv nicht. Jedoch besteht die Möglichkeit, die Fehlerquellen zu reduzieren. Hier bietet sich an, durch Skalierungsfragen bei der Objektivierung von subjektiven Erlebnissen Hilfestellung zu leisten. Konkret bedeutet dies, bei jeder Konsultation genau nachzufragen,

wo sich denn momentan auf einer Skala von 1 bis 10 zum Beispiel das subjektive Krankheitsempfinden befindet, oder als wie stark der Kopfschmerz empfunden wird, oder wie zur Zeit die Intensität des Schlafes bewertet wird usw.

Natürlich bekommen wir hier auch nur scheinbar objektive Informationen, jedoch befindet sich der Patient bei dieser Vorgehensweise eher auf der Metaebene des Beobachters, was die Objektivität zumindest steigert. Dass für die ehrliche und zuverlässige Beantwortung dieser Fragen, wie bei allen anderen Fragen auch, Compliance und Verantwortungsbewusstsein von Patient und Therapeut entscheidend sind, muss nicht gesondert erwähnt werden.

IV.3.3 Ressourcenarbeit als wirkungsvolle Intervention

Die homöopathische Anamnese kann unter bestimmten Umständen durch die (notwendige) Ausrichtung auf Schwierigkeiten, Krankheit und Schmerzen beim befragten Patienten direkt in eine mehr oder weniger stark ausgeprägte Problemtrance führen. Selten wird im Leben des Patienten seine gesamte Krankheitsgeschichte in solch komprimierter und konzentrierter Form erfasst, selten wird sich der Kranke aller seiner Leiden und Beschwerden so deutlich bewusst wie in bzw. nach einer homöopathischen Anamnese. Die möglicherweise problemorientierende Wirkung eines intensiven homöopathischen Gesprächs darf keinesfalls unterschätzt werden; während der Befragung sollte man deswegen den psychischen Zustand des Patienten ganz besonders sorgfältig im Auge behalten!

Bei psychisch stabilen Patienten entwickelt sich daraus normalerweise kein großes Problem; ganz im Gegenteil wird die intensive Befragung oft als wohltuend und erhellend empfunden: endlich will jemand einmal die ganze Krankengeschichte hören, endlich gibt sich jemand Mühe, die gesamte Krankheitsentwicklung in einen sinnvollen Zusammenhang zu stellen!

Bei geschwächten oder psychisch instabilen Patienten kann sich die Situation, besonders bei einer Erstanamnese, jedoch ganz anders darstellen: die durch die Befragung erzeugte Problemtrance kann neue Krankheitssymptome hervorrufen, bereits bestehende Symptome verstärken, scheinbar verarbeitete Traumata reaktivieren und eine regelrechte Abwärtsspirale erzeugen. Ähnliche Konsequenzen können sich auch nach den Folgegesprächen einstellen, bei denen aus naheliegenden Gründen auch wieder Schwierigkeiten, Schmerzen, Beschwerden und Krankheitssymptome im Vordergrund des Interesses stehen. Die Konzentration auf die Probleme des Patienten ist hier, systemimmanent bedingt, nicht zu vermeiden.

Um mit diesem Phänomen möglichst erfolgreich und sorgsam umgehen zu können, erscheint mir die Ressourcenarbeit aus der Systemischen Beratung eine geeignete Intervention zu sein. Es bestehen hier verschiedene Möglichkeiten:

- Bereits in der Erstanamnese kann man das Gespräch bewusst in Richtung Ressourcen lenken, indem bisherige erfolgreiche Therapien, Kuren oder Anwendungen fokussiert werden. Diese Stichpunkte sollten besonders vertieft und gekennzeichnet werden, damit man bei entsprechendem Bedarf jederzeit leicht darauf zurückkommen kann. Beispielsweise bietet sich hier die konzentrierte Arbeit mit dem Zeitstrahl an; jedoch gibt es bestimmt auch zahlreiche andere hilfreiche Möglichkeiten. Sobald die Gefahr droht, dass der Patient in Problemtrance und Krise gerät, ist es dann sehr leicht möglich, auf all diese Informationen zurückzukommen und dem Gespräch damit wieder eine andere, nämlich lösungsorientierte Richtung zu geben.
- Ein ganz einfacher, aber höchst wirkungsvoller Kunstgriff kann am Anfang einer Folgekonsultation stehen, nämlich die Frage, was sich seit dem letzten Gespräch denn tatsächlich verbessert habe. Die allermeisten Patienten sind gewohnt, dass sie immer nach ihren Beschwerden in den verschiedensten Ausprägungen gefragt werden und reagieren meist positiv überrascht, wenn diese Frage gestellt wird.

Zweierlei wird damit erreicht: zum einen wird deutlich, dass der Homöopath eine Verbesserung tatsächlich erwartet hat, dass er fest von der zukünftigen Heilung des Patienten überzeugt ist; zum anderen wird der Patient schwerpunktmäßig auf die angenehmeren Körpergefühle „eingeordnet“. Selbstverständlich ist die Dokumentation der Entwicklung der noch vorhandenen Beschwerden wichtig, aber danach kann man ja durchaus noch später fragen!

- In der Beschreibung eines genauen Krankheitssymptoms sind im homöopathischen Gespräch die verschiedenen Modalitäten von großer Wichtigkeit: unter welchen Umständen, in welcher Situation, zu welcher Uhrzeit, in welcher Körperhaltung, bei welchem Wetter etc. ist dieses oder jenes Symptom besser oder schlechter? Unerfreulicherweise sind allzu oft sowohl der Patient, der Homöopath als auch die homöopathische Literatur auf die Negativmodalitäten fixiert: wann ist der Schmerz besonders schlimm, unter welchen Bedingungen geht es dem Kranken besonders schlecht? Oft genug dreht sich das homöopathische Gespräch schwerpunktmäßig nur um Schwierigkeiten und problematische Faktoren. Genau diese Negativfragetechnik kann aber nun direkt in die oben beschriebene Problemtrance münden! Nun kann der Homöopath jedoch an dieser Stelle darauf achten, eher die positiven Ausnahmen schwerpunktmäßig zu erfassen, die hilfreichen und lindernden Maßnahmen bzw. Modalitäten zu eruieren, den Patienten zu ermuntern, auf die schmerzfreen Intervalle zu achten und genau zu beobachten, was die Linderung bewirkt; dadurch kann die schädliche Problemtrance weitgehend vermieden werden.
Es ist unglaublich, wie deutlich uns hier die Fixation auf Krankheit und Leiden vor Augen treten kann, und es erfordert immense Konsequenz und Konzentration, das Anamnesegespräch immer wieder auf die wohltuenden Modalitäten zu lenken!

IV.3.4 Genogramm

Im medizinischen Kontext allgemein und in der homöopathischen Behandlung von kranken Menschen im speziellen ist für das Verständnis der Pathogenese die genetische Situation von eminenter Wichtigkeit. Zahlreiche Krankheiten sind zumindest zum Teil auf vererbte Faktoren zurückzuführen; als genetisch bedingte Krankheiten sind hier beispielsweise Pathologien wie Morbus Bechterew, Hämophilie, Diabetes mellitus, Mammakarzinom und Hypercholesterinämie zu nennen.

In der Homöopathie wird die Genetik nach empirischen Kriterien noch weiter gefasst: die Basis der Therapie von chronischen Krankheiten ist die sogenannte Miasmenlehre, deren Kernaussage im Wesentlichen darin besteht, dass nicht nur bestimmte Krankheiten direkt weitervererbt werden, sondern dass sehr oft zu beobachten ist, wie sich verschiedene Reaktionsmuster von bestimmten Krankheiten in den folgenden Generationen wiederholen. Die genaue Beschreibung der Miasmenlehre würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen; kurz zusammengefasst handelt es sich dabei um die Erfassung und Interpretation der drei verschiedenen Reaktionsmöglichkeiten einer Zelle, eines Gewebes oder eines Organs, die jeweils ererbt und/oder erworben werden können:

- Unterfunktion
- Überfunktion/Entzündung
- Degeneration/Zerstörung

Selbstverständlich können sämtliche denkbaren Kombinationen der drei Grundmiasmen auftreten, sodass wir es dann mit insgesamt sechs verschiedenen Miasmen zu tun haben können.

Interessanterweise kann man bei der Untersuchung von familiär auftretenden Erkrankungen sehr oft feststellen, dass zwar nicht unbedingt identische Krankheiten (Großvater Apoplex, Vater Apoplex, Sohn Apoplex) vererbt werden, aber die drei Grundmiasmen oder deren Kombinationen jedoch sehr häufig sich in der Familiengeschichte wiederfinden (Großvater Apoplex = Zerstörung, Vater Herzinfarkt = Zerstörung, Sohn Magengeschwür = Zerstörung). Die miasmatische Diagnose ist bei der Behandlung von

chronischen Krankheiten von zentraler Bedeutung für die Arzneimittelwahl, für die Beurteilung des Fallverlaufs und selbstverständlich auch für die Prognose.

Um hier systematisch und übersichtlich die genetische Situation wiederspiegeln zu können, bietet sich das Genogramm als strukturgebendes Hilfsmittel an. Während bei der Systemischen Beratung dieses Werkzeug hauptsächlich zur Dokumentation der Verwandtschaftsverhältnisse, zur Erfassung und Beleuchtung der Ressourcen in der Familie sowie zur Hypothesenbildung in Bezug auf Verhaltensmuster oder Traditionen angewandt wird, ist es in der homöopathischen Anamnese sehr hilfreich bei der Dokumentation der Krankheiten und der damit verbundenen Krankheitsmuster im blutsverwandten Umfeld.

Auch in der homöopathischen Praxis wird durch komplizierte Familienverhältnisse und Patchworkfamilien die Genetik oft genug unübersichtlich. Die systematische Erarbeitung eines vollständigen Genogramms nach homöopathischen Gesichtspunkten schafft Übersicht, Ordnung und Transparenz.

IV.3.5 Zeitstrahl

Bei der homöopathischen Behandlung besonders von chronischen Krankheiten stehen neben der Dokumentation der Genetik die Erforschung der individuellen Krankheitsgeschichte und -entwicklung sowie die Feststellung prägender und verändernder Faktoren wie Schicksalsschläge, Umwelteinflüsse oder bisherige Behandlungen im Vordergrund der Überlegungen. Aus diesen Informationen können bestimmte Reaktionsmuster, persönliche Krankheitsdispositionen und pathophysiologische Schwachstellen des Patienten eruiert werden; bei der Auswahl eines geeigneten Arzneimittels spielen diese Momente gegebenenfalls eine entscheidende Rolle.

In der bisherigen Tradition der homöopathischen Anamnese werden diese Daten möglichst wortgetreu nach den Aussagen des Patienten aufgelistet; jeder Homöopath hat sein eigenes System, aber im allgemeinen werden in der Dokumentation der Krankheitsgeschichte alle diese Punkte ungeordnet Punkt für Punkt untereinander geschrieben. Diese Vorgehensweise ist oft unsystematisch, kann chaotisch und unübersichtlich werden und kostet viel Zeit.

Das Werkzeug „Zeitstrahl“ aus der Systemischen Beratung hat sich hier bewährt, um Zeit zu sparen, Überblick zu verschaffen und dem Patienten deutlicher zu vermitteln, dass die Befragung systematisch nach bestimmten Kriterien durchgeführt wird. Es ist hilfreich, wie es in der Systemischen Beratung praktiziert wird, auf drei verschiedenen Ebenen die Daten des Patienten zu notieren:

- Daten: Wichtige Ereignisse im Leben des Patienten wie Schulabschluss, Ausbildung, Familiengründung, Umzüge etc.
- Probleme: Wesentliche Krankheiten, körperliche oder seelische Schwierigkeiten des Patienten, Schicksalsschläge
- Ressourcen: Therapeutische Maßnahmen, Behandlungen, Operationen, Medikamente, andere hilfreiche Interventionen.

Bei jeder weiteren Konsultation erleichtert und beschleunigt dieses Vorgehen die Rekapitulation des Fallverlaufs. Im weiteren Verlauf der Behandlung können gelegentlich Themen zur Sprache kommen, die bisher unerwähnt blieben; ohne Schwierigkeiten lassen sich diese Informationen nahtlos in den Zeitstrahl einarbeiten und ergänzen das bisherige Bild.

Zusätzlich wird gerade durch die gesonderte und gezielte Feststellung der möglichen Ressourcen und erfolgreichen Therapien die Empfindung der Handhabbarkeit (nach Antonowski) erzeugt oder verstärkt; der Patient nimmt wahr, dass er Handlungsspielraum hat, dass es Möglichkeiten zur Therapie gibt, dass er nicht hoffnungslos seinem Schicksal ausgeliefert ist: salutogenetische Impulse können wirksam werden.

IV.3.6 Reframing

Es ist schwer, mit chronisch kranken Menschen über ihr Leiden zu sprechen, und dabei, ohne zynisch zu wirken, zu versuchen, mit ihnen zusammen eine neue Perspektive zu finden, aus der sie ihre Krankheit in besserem Licht sehen können. Manche Krankheiten lassen sich einfach nicht schönreden, manche Leidensgeschichten sind einfach grausam! Das klassische Reframing, der Perspektivenwechsel, der eine positivere Sichtweise der Wirklichkeit ermöglicht, stößt hier an ethische und moralische Grenzen.

Dennoch gibt es zumindest eine Möglichkeit, die, äußerst achtsam und vorsichtig angewandt, den Blickwinkel des Patienten durchaus verändern kann: die Frage nach dem Sinn der Krankheit! Diese Frage ist bestimmt kein Thema für den Erstkontakt; außerordentliches Vertrauen seitens des Kranken, größtes Fingerspitzengefühl und höchste Empathie seitens des Homöopathen sind notwendige Voraussetzung für die Reflexion über eine mögliche Antwort.

Aber wenn es gelingt, dass der Patient für sich vielleicht doch einen Ansatz einer ganz persönlichen Antwort auf diese schwierige Frage finden kann, kann er möglicherweise seine schwere Situation doch etwas besser annehmen. Durch vorsichtiges, ressourcenorientiertes Nachfragen kann ein Prozess angestoßen werden, der dabei helfen soll, die belastende Realität etwas besser zu akzeptieren.

V. Ausblick

Zweifelsohne existieren noch zahlreiche andere Möglichkeiten, systemische Elemente in die homöopathische Arbeit zu implementieren; in der praktischen Arbeit wird sich zeigen, welche weiteren Veränderungen sinnvoll und notwendig, welche vielleicht auch unpraktikabel und überflüssig sind. Für mich ist es wünschenswert, dass Homöopathen und Systemiker weiterhin vermehrt ins Gespräch kommen, dass sich ein kreativer und fruchtbarer Gedankenaustausch entwickelt, dass Gemeinsamkeiten als Synergien genutzt werden.

Meines Erachtens kann die homöopathische Arbeit durch systemische Werkzeuge und Methoden vereinfacht, beschleunigt und verbessert werden, was sowohl für Patienten als auch für Homöopathen von Vorteil ist. Transparenz und Struktur, Effizienz und Effektivität können gesteigert werden, dadurch reduziert sich die psychische und physische Belastung der Homöopathen, wohingegen sich die Zufriedenheit und die Compliance der Patienten erhöhen.

Möglicherweise gibt es einige durch Berührungängste bedingte Verkrustungen sowohl von außen als auch von innen, die zuvor noch überwunden werden müssen. Einerseits sehen sich Homöopathen Widerständen ausgesetzt, immer wieder müssen sie ihren Standpunkt und ihre Arbeit rechtfertigen, andererseits gibt es innerhalb der Homöopathieszene durchaus orthodoxe Strömungen, die den Kontakt mit anderen Wissenschaften scheuen, um die „Reine Lehre“ zu erhalten. Freiheit im Geist, Offenheit für ungewohnte Gedanken und Mut sind Qualitäten, die auf jeden Fall helfen werden, alte Pfade zu verlassen und neue Wege zu wagen!

Literaturverzeichnis:

- Rainer Schwing, Andreas Fryszer: Systemisches Handwerk, 5. Auflage, 2012
- Arist v. Schlippe/Jochen Schweitzer: Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I, 2012
- Jürgen Hargens; Systemische Therapie ... und gut, 3.Auflage 2006
- Samuel Hahnemann: Organon der Heilkunst, 6. Auflage, 1842
- Paul Watzlawik: Die erfundene Wirklichkeit, 6. Auflage, 2012
- Jütte, Robert: Samuel Hahnemann, 2005
- Vithoulkas, Georgos; Die wissenschaftliche Homöopathie, 2.Auflage, 1987
- Ortega, Sanchez: Anmerkungen zu den Miasmen oder chronischen Krankheiten im Sinne Hahnemanns, 1980
- Resch, Gerhard und Gutmann, Viktor: Wissenschaftliche Grundlagen der Homöopathie, 2.Auflage, 1987
- Allen, John Henry: Die chronischen Krankheiten Bd. I+II, 1.Auflage 1987
- Bayr, Georg: Hahnemanns Selbstversuch mit der Chinarinde im Jahre 1790, 1.Auflage 1989
- Kent, James Tyler: Zur Theorie der Homöopathie, 2. Auflage 1981