

Systemische Therapie

Systemische Therapie wertschätzen

Dr. Klaus G. Deissler, Psychotherapeut (PP/KJP) in eigener Praxis und Weiter- und Ausbildungsleiter in Systemischer Therapie, sowie Ahmet Kaya (PiA; Ausbildungsassistent) stellen Vorschläge zur Durchführung der Systemischen Therapie als Kassenleistung vor.

Seit November 2018 geht es im Unterausschuss Psychotherapie des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) letztlich darum, wie die Abrechnungsmodalitäten für die Systemische Therapie als Regelleistung in den EBM-Katalog eingearbeitet werden können. Dabei sind diejenigen Merkmale der Systemischen Therapie zu berücksichtigen, die ihre Eigenart und besondere Qualität ausmachen.

Definition der Systemischen Therapie

Definitionen psychotherapeutischer Tätigkeit – insbesondere der Systemischen Therapie – sind in der einschlägigen Literatur kaum anzutreffen, sie sind aber für das Verständnis der Alltagspraxis notwendig. Daher möchten wir unsere Definition der Systemischen Therapie zusammenfassend voranstellen (vgl. www.deissler.org/resources/pdf/qualitaet.pdf):

Systemische Therapie – als psychotherapeutisches Verfahren – versteht Symptomatiken im Kontext sich wandelnder Beziehungsnetze. Zwischenmenschliche Geschehnisse – also auch Symptomatiken – werden immer systemisch kontextualisiert und somit als soziale Konstruktionen verstanden. Indem die Systemische Therapie historisch gewachsene Beziehungswirklichkeiten anerkennt und an der Erzeugung neuer Beziehungswirklichkeiten beteiligt ist, geht sie im Einzelfall aus dem hervor, was in der Vergangenheit geschaffen wurde, sie findet jedoch insbesondere in der Gegenwart statt und weist in eine noch-nicht-gegebene Zukunft. Die Qualität der dialogischen Zusammenarbeit steht im Zentrum der Systemischen Therapie. Dazu gehört, dass alle Problembeschreibungen der teilnehmenden Beziehungspartner und ihr Zusammenwirken ernst genommen und wertgeschätzt werden. Sowohl die Stimmen als auch die Beschreibungen der Klient*innen und Therapeut*innen sind gleichberechtigt. Systemische Therapie findet auf Anfrage statt, ist ergebnisoffen, nicht vorhersehbar und tendiert dazu, kurz zu sein.

Qualitätsmerkmale der Systemischen Therapie

1. Im Zentrum der Therapie steht die Qualität der therapeutischen Zusammenarbeit. Durch diese wird ein deklariertes Problem auf therapeutische Weise im Mehrpersonensystem organisiert und auf das Ziel, zur Auflösung des

- Problems beizutragen und neue Handlungsmöglichkeiten zu schaffen, ausgerichtet.
2. An dieser Zusammenarbeit sind in der Regel verschiedene Teile von Mehrpersonensystemen der Klient*innen und Therapeut*innen beteiligt.
3. Die therapeutische Zusammenarbeit setzt unmittelbar mit dem Erstkontakt und der Deklaration des Problems ein und beginnt somit ohne zeitliche Verzögerung, das heißt ohne Wartezeit.
4. Alle relevanten Beziehungspartner*innen, die zur Auflösung des Problems und der Schaffung neuer Möglichkeiten beitragen können, gehören zum problemauflösenden System. In die therapeutische Zusammenarbeit (das „therapeutische System“ i. e. S.) können all diejenigen einbezogen werden, die aktiv an der Auflösung des Problems teilhaben möchten.
5. Indem Systemische Therapie auf diese Weise die Qualität der therapeutischen Zusammenarbeit ins Zentrum rückt, vermeidet sie Koordinationsdefizite und realisiert sich unausgesprochen als Mehrpersonen-Kurzzeittherapie.
6. Der Qualitätsgewinn der Systemischen Therapie erfordert dementsprechend eine besondere Qualifikation der Therapeut*innen, die insbesondere dem erhöhten Koordinationsaufwand und der Qualität problemauflösender Gespräche gerecht werden muss.
7. Ein weiterer Qualitätssprung kann durch ständige Live-Supervision in Form eines Reflektierenden Teams installiert werden. Soweit dies geschieht, können Qualitätssicherung und -steigerung unausgesprochen durch diese zusätzliche Maßnahme realisiert werden.

Vorschläge zum Abrechnungsmodus

Zur Konkretisierung der Durchführung der Systemischen Therapie als Kassenleistung machen wir folgende Vorschläge:

1. Systemische Therapie begrenzt sich von vornherein als Mehrpersonen-Kurzzeittherapie auf höchstens 30 Sitzungen. Innerhalb dieser können die folgenden sechs Kategorien – siehe Punkt 2 – variabel eingesetzt werden.
2. Abgerechnet wird nicht die Behandlung von Einzelpersonen, sondern **Einheiten der Zusammenarbeit im Mehrpersonensystem** (EZiM) (Dauer z. B. 50' oder 2 x 50'): Dabei werden folgende Kategorien der EZiM unterschieden:
 - a) ein*e Psychotherapeut*in und ein*e Klient*in (1:1)
 - b) ein*e Psychotherapeut*in und zwei Klient*innen (1:2)
 - c) ein*e Psychotherapeut*in und drei oder mehr Klient*innen (1:3+)
 - d) zwei Psychotherapeut*innen und zwei Klient*innen (2:2)

- e) zwei Psychotherapeut*innen und drei oder mehr Klient*innen (2:3+)
- f) ein therapeutisches Team (drei oder mehr Psychotherapeut*innen und drei oder mehr Klient*innen (3+:3+))

Diese sechs Kategorien sollen seitens eine*r oder mehrerer qualifizierter Systemischer Therapeut*innen in Übereinkunft mit dem Klient*innensystem variabel eingesetzt und entsprechend gegenüber dem Versicherungsträger abgerechnet werden können.

3. Die Abstände zwischen den Sitzungen finden nach Absprachen im therapeutischen Mehrpersonensystem statt und richten sich nach den Erfordernissen der Qualität der therapeutischen Zusammenarbeit; sie können z. B. zwischen einer bis zu sechs Wochen variieren.
4. Sollte die Systemische Therapie als Kurzzeittherapie in skizzierten Zeitrahmen und den o. g. Kontexten der Zusammenarbeit nicht erfolgreich sein, kann sie in die klassischen Formen der Psychotherapie überführt werden.

Vielfache Qualitätssicherung

Indem die klassische Betrachtungsweise das Individuum als Träger psychischer Symptomatiken **vertikal** beschreibt, löst sie diese aus ihrem zwischenmenschlichen und damit sozialen Kontext. Systemische Verständnisweisen beschreiben psychische Symptomatiken im Kontext zwischenmenschlicher Beziehungen im Mehrpersonensystem. Die Beschreibung ist damit **horizontal**, da sie fließende Beziehungsmuster akzentuiert. Demgemäß folgt die therapeutische Zusammenarbeit im Mehrpersonensystem zwischen Klient*innen und Therapeut*innen ebenfalls einer horizontalen Beschreibung. Die Qualität dieser Zusammenarbeit ist die wichtigste Voraussetzung für den Erfolg der Psychotherapie. Er besteht in der kurzfristigen Auflösung des Problems im Mehrpersonensystem und ist von der kurzfristigen Reduktion der individuellen Symptomatik begleitet.

Wie kommt diese Qualität der therapeutischen Zusammenarbeit zustande?

Kurzzeittherapeutische Einheiten der therapeutischen Zusammenarbeit werden innerhalb von Mehrpersonensystemen definiert, anerkannt und gefördert. Damit wird die Qualität der therapeutischen Zusammenarbeit im Mehrpersonensystem belohnt. Diese Form der Zusammenarbeit wirkt problemauflösend, trägt zur Entpathologisierung bei und wird von Symptombefreiung begleitet. Somit werden Ethik für die Klient*innen sowie Ästhetik der Therapie honoriert.

Da Systemische Therapie sich nach diesem Verständnis von vornherein als kurzzeittherapeutische Konzeption realisieren lässt, erfordert sie seitens der Therapeut*innen ein Höchstmaß an Qualifikation in den Praxisformen Systemischer Therapie, die sich u. a. in der therapeutischen Haltung als **präsenste dialogische Sensibilität** realisiert. Diese ermöglicht es, die dialogische Zusammenarbeit im Mehrpersonensystem zu fördern, indem sie die Gleichberechtigung der Partner*innen annimmt, sich in der Sensibilität für die gegenwärtigen Zusammenhänge zwischenmenschlicher und individualpsychologischer Prozesse realisiert und Dialoge sowohl zwischen den beteiligten Klient*innen als auch zwischen Klient*innen und Psychotherapeut*innen unterstützt. Bis hierhin bezieht sich unsere Beschreibung schwerpunktmäßig auf die Qualifikation einzelner Therapeut*innen.

Qualität durch Zusammenarbeit im therapeutischen Team

Um längere Ausführungen zu vermeiden, postulieren wir ein **Reflektierendes (therapeutisches) Team**, das sich aus mindestens zwei Therapeut*innen zusammensetzt. Dieses Reflektierende Team führt seinen therapeutischen Austausch nach bestimmten Regeln **in Gegenwart (!)** des Klient*innensystems durch. Dadurch entstehen mehrere qualitative Vorteile:

- Der Austausch über das Spektrum der Beschreibungsweisen im therapeutischen Team ist offen, vielfältig und unaufdringlich.
- Es vermeidet einseitige Verständnisweisen, Beschreibungen oder gar Festschreibungen.
- Reflektierende Positionen bleiben nebeneinander bestehen.
- Die Klient*innen können unmittelbar bei dem kollegialen Austausch zuhören, anschließend dazu Stellung nehmen und die therapeutischen Kommentare ihrerseits kommentieren.
- Mehrdimensionale Verständnisweisen der Problemsituation werden eröffnet.
- Damit werden Möglichkeiten neuer Formen von Dialogen und der Zusammenarbeit sowohl im Klienten- als auch im therapeutischen System ermöglicht.

Im Einklang mit diesen Überlegungen verdeutlicht sich folgende Implikation: Je besser die Qualität der Zusammenarbeit zwischen Klient*innen und Therapeut*innen im Mehrpersonensystem, desto eher kann ein Erfolg der Therapie innerhalb eines kurzen Zeitraums und/oder mit vergleichsweise wenigen Sitzungen über einen längeren Zeitraum erwartet werden.

Dr. Klaus G. Deissler, Ahmet Kaya, Marburg