

Prüfungsvorbereitung

Systemische Psychologie

Die mündliche Prüfung „Systemische Psychologie“ ist nicht ganz einfach, und zwar aus gutem Grund: Wer sie besteht, bekommt ein Zertifikat als „Practitioner of Systemic Psychology“ des „California Institute of Life and Business Coaching“ (californiainstitute.org), und das wird nur an Coaches vergeben, die in dieser Materie sattelfest sind.

Diese Prüfungsfragen und die Antworten dazu sollen Dir dabei helfen, herauszufinden, ob Du reif bist für diese Prüfung. Gleichzeitig werden sie Dir eine nützliche Hilfe sein bei der praktischen Anwendung der sechs systemischen Checks.

Frage	Antwort
Worum geht es beim systemischen Check Nr. 4?	<p>Beim systemischen Check Nr. 4 geht es um die Loslösung des Klienten von der Herkunftsfamilie. Der Klient übernimmt jetzt selbst die Verantwortung für sein Leben, geht eventuell eine Beziehung ein und gründet möglicherweise eine Wahlfamilie.</p> <p>Single: „Bitte schaut freundlich auf mich, wenn ich jetzt meinen eigenen Weg gehe.“</p> <p>Klient mit Beziehung: „Bitte schaut freundlich auf mich, wenn ich jetzt meinen Weg mit XY gehe.“</p> <p>Klient mit Familie: „Schaut, das sind meine Kinder A, B, und C. Die habe ich mit XY gezeugt. Es ist gut weitergegangen.“</p>
Welchen Lösungssatz sollte man bei Check 4 immer zu den Eltern sagen lassen?	„Mama, Papa, meine Frauen (meine Männer) nehmen euch nichts weg. Ihr bleibt meine Eltern.“
Welchen Satz kannst Du sonst noch verwenden, wenn ein Mitglied der Herkunftsfamilie nicht freundlich auf den Lebenspartner schaut? (Vorausgesetzt, dein Klient lebt in einer glücklichen Beziehung)	Mutter, Vater oder Geschwister zum Klienten: „Ich wünschte mir auch so eine schöne Beziehung, wie du sie hast. Wenigstens einer in der Familie hat es geschafft. Vielleicht lerne ich es ja auch noch. Wenn ich nicht freundlich schaue, hat das mit meiner Geschichte zu tun, und du kannst sie bei mir lassen. Ich schaue so freundlich, wie ich kann.“

Frage	Antwort
<p>Beim Bearbeiten der weiblichen Linie ist eine Ururgroßmutter völlig gefühllos. Welche Sätze probierst Du aus, um sie weicher zu machen und die Energie zum Fließen zu bringen?</p> <p>Welche Gründe könnte es haben, wenn die Ururgroßmutter hasserfüllt auf ihre Tochter blickt?</p>	<p>Ururgroßmutter zu ihrer Tochter: „Ich habe so Schlimmes erlebt, dass ich mit meinen Gefühlen nichts mehr zu tun haben wollte.“ (Fragen, ob das stimmig ist. Wenn ja...) „Doch jetzt merke ich, wenn man sich von seinen negativen Gefühlen abschottet, hat man auch keine positiven Gefühle mehr. Keine Liebe, keine Freude, keine Begeisterung. Und das ist kein Leben.“</p> <p>Die Tochter könnte aus einer Vergewaltigung entstanden sein. Das sollte man permissiv prüfen, ungefähr so: „Wir probieren mal einen Satz aus; du wirst sofort merken, ob er stimmt oder nicht. Schlüpf' in die Rolle der Ururgroßmutter, und sie sagt zu ihrer Tochter: ‚Du bist aus einer Vergewaltigung entstanden.‘“ Wenn es sich bewahrheitet, Konfrontation mit dem Vergewaltiger gemäß Buch „Ich achte dein Schicksal.“</p>
<p>Was ist mit dem Stichwort „Anmaßung“ gemeint?</p> <p>Wie holst Du einen Klienten aus einer hartnäckigen Anmaßung heraus?</p> <p>a) Klient mit eigenen Kindern</p> <p>b) Klient ohne Kinder</p>	<p>Anmaßung bedeutet, dass ein Kind (kann auch ein erwachsenes Kind sein) sich über die Eltern stellt und glaubt, ihr Schicksal für sie tragen zu müssen und dies auch zu können. Im Grunde bedeutet es, dass das Kind seine Eltern für zu schwach hält, sie also verachtet. Das Kind sollte den Eltern ihr Schicksal zumuten und „spielen gehen“ können. Nur so schafft es die Voraussetzung dafür, dass seine Kinder später auch nur ihr eigenes Schicksal tragen müssen.</p> <p>Kind zum Elternteil: „Mama, Papa, ich brauche noch ein Weilchen, bis ich dir alles zurückgeben kann, was dir gehört.“ Wenn das bejaht wird: „Ich brauche noch mindestens drei Jahre“ etc. Wenn man bei der vom Klienten gewünschten Zeitspanne angelangt ist: „Ich brauche noch mindestens ein halbes Jahr, und wenn ich und meine Kinder dabei drauf gehen, ist mir das egal.“</p> <p>„...und wenn ich dabei vor die Hunde gehe, ist mir das egal.“</p>

Frage	Antwort
<p>Beim Bearbeiten der männlichen Linie ist der Urgroßvater völlig gefühllos. Welche Sätze probierst Du aus, um ihn weicher zu machen und die Energie zum Fließen zu bringen?</p> <p>Kannst Du Dir vorstellen, warum es sinnvoll ist, den Check Nr. 2 vor dem Check Nr. 3 zu erledigen?</p>	<p>Schlüpfe in die Rolle des Urgroßvaters, und er sagt zu seinem Kind: „Ich habe so Schlimmes erlebt, dass ich mit meinen Gefühlen nichts mehr zu tun haben wollte.“ (Rest siehe weiter oben bei Urgroßmutter)</p> <p>Falls herauskommt, dass schlimme Kriegserlebnisse der Grund für die Verhärtung waren: „Mein Körper ist vom Krieg zurückgekehrt. Aber meine Seele ist bei meinen toten Kameraden geblieben.“</p> <p>Beim Check Nr. 2 sind ja die Mutter und der Vater des Klienten auch beteiligt, das heißt, sie werden dort quasi „mittherapiert“. Somit fällt es den beiden bei Check Nr. 3 leichter, den Platz in ihrer Wahlfamilie einzunehmen.</p>
<p>Was ist das Hauptziel in Bezug auf frühere Beziehungen Deines Klienten oder Deiner Klientin?</p> <p>Was kannst Du tun, wenn ein Ex-Partner partout unversöhnlich bleibt?</p>	<p>Jeder frühere Partner (Partnerin) muss geachtet werden. Er war ein Teil der Geschichte des Klienten. Verletzungen werden offen angesprochen, dann in Ordnung gebracht, zum Beispiel mit diesem Satz: „Ich weiß, ich habe dir sehr weh getan. Mit dir hatte das nichts zu tun. Es gehört zu meiner Geschichte, und du kannst sie bei mir lassen.“ Oder: „Ich trauere immer noch ein wenig um dich. Das hat mit meiner Geschichte zu tun, und du kannst sie bei mir lassen.“</p> <p>Auch die Ex-Partner der jetzigen Partnerin werden geachtet: „Ich achte dich als den früheren Mann meiner Frau. Du gehörst zu ihrer Geschichte.“ „Weil du gingst, konnte ich kommen. Dafür danke ich dir.“ Falls die beiden gemeinsame Kinder haben: „Über eure Kinder werdet ihr immer miteinander verbunden bleiben.“</p> <p>Der Ex-Partner zur Ex-Partnerin: „Ich wünschte mir auch eine so schöne Beziehung, wie du sie jetzt hast. Vielleicht lerne ich es ja auch noch. Ich schaue so freundlich, wie ich kann.“</p>