



Georg Endres, Gerhard Bergmann:
Existenzieller Stress.
Impulse für die systemische Praxis.
Grundlagen, Haltungen und Hand-
lungsräume

1. Auflage 2024

Vandenhoeck & Ruprecht

496 Seiten, 55 €

ISBN 978-3525408674

DOI 10.21706/tg-19-3-262

Georg Endres und Gerhard Bergmann legen ein umfangreiches Buch vor, das eine differenzierte Ausführung zum Verständnis traumatisierter Menschen und Anregungen für die Arbeit mit ihnen bietet. Damit der engere Begriff der Traumatisierung auch andere mit Stress verbundene Ereignisse umfasst, sprechen sie von existenziellem Stress. In 34 Kapiteln, unterteilt in die Abschnitte »Orientierung: Existenz und Stress« (A), »Jeder Mensch ist ein offenes System« (B), »Begegnungsräume: Ich und Du ...« (C), »Störimpulse« (D) und »Stressphänome-

ne in der Gegenwart« (E), geben sie einen Überblick darüber, was derzeit als grundlegende wissenschaftliche Erkenntnis im Traumabereich gilt: aus der Neurobiologie, der Psychologie, dem Wissen über körperliche Prozesse, der Bindungsforschung, der kognitiven Informationsverarbeitung und dem Wissen über Interaktionsmuster. Im letzten Abschnitt »Systemische Kompetenzcollage« (F) stellen sie vor, wie systemische Interventionen auf diesen Grundlagen eingesetzt werden können.

Die Autoren gehen davon aus, dass jeder Mensch als System begriffen werden kann – nach innen (Ich.Innen genannt) und nach außen (Ich.Außen genannt) –, welches sich wiederum in Kommunikation und Resonanz mit anderen befindet (Du.Innen und Du.Außen). In einem systemischen Resonanz- und Dialogprozess (SyMeTA genannt = Systemische Meta-Transaktionsanalyse) können Kohärenz und Balance entstehen oder eben auch durch Störimpulse Bedrohungsszenarien und toxische Bedingungen. Die dezidiert systemischen Interventionen finden sich in eingestreuten Darstellungen im gesamten Buch und werden im Teil Systemische Kompetenzcollage durch weitere Details ergänzt und spezifisch referiert. In allen vorherigen Kapiteln befinden sich zahlreiche »Mini-Inis« als Anregung zu Interventionen.

Auf 484 Seiten liegt eine komplexe Darstellung aus sehr unterschiedlichen, sich ergänzenden Disziplinen vor. Die Autoren geben am Anfang auf nahezu 30 Seiten Orientierung, welche Bausteine im Buch zu finden sind, und verbinden diese mit einführenden systemischen Grundlagen. Sie beschreiben Elemente, die immer wieder in den einzelnen Kapiteln zu finden sind: Sinn-Pulse (Impulse zum Sinnieren), Mini-Inis (kleine Anregungen für Beratungsprozesse), Wort-Bilder und Wort-Geschichten (wie sind die entsprechenden Begriffe entstanden, und welche Bedeutung wird ihnen zugeschrieben?) sowie Beispiele aus der praktischen Tätigkeit. Diese in die Kapitel eingeflochtenen Perspektivwechsel sind durch wiederkehrende Symbole gekennzeichnet und in unterschiedlichen

Farben gedruckt. Zusätzlich – und dies zeichnet dieses Buch besonders aus – veranschaulichen insgesamt 109 Abbildungen die Inhalte des Geschriebenen.

Insgesamt handelt es sich bei *Existenzieller Stress: Impulse für die systemische Praxis* um ein ungewöhnliches Buch, das nicht nur für systemische Psychotherapeutinnen von Interesse sein könnte. Durch die differenzierte Darstellung zahlreicher Themenfelder, die in der Arbeit mit traumatisierten Menschen von Bedeutung sind, hat es zugleich einen Lehrbuchcharakter für Praktikerinnen jeder beratenden und therapeutischen Ausrichtung. Wenn für Systemiker*innen der als »Systemische Kompetenzcollage« gekennzeichnete Teil (ab Seite 367) etwas zu kurz kommt, ist er für andere vielleicht gerade ausreichend genug – zumal hier Verfahrensabläufe und Interventionen benannt werden, die nicht nur für die systemische Praxis gelten. Wer allerdings direkte Anregungen für die Arbeit im Mehrpersonensetting (mit Paaren oder Familien) erwartet, wird enttäuscht. Sie sind nicht explizit Inhalt dieses Buches, wobei die dargestellten Konzepte auch im Mehrpersonensetting Anwendung finden können.

Diese geringe Einschränkung ändert jedoch nichts daran, dass ich dieses Buch für alle Fachkräfte im psychosozialen Bereich empfehlenswert finde. Es ist gewissenhaft recherchiert, interessant geschrieben und in der Darstellung äußerst kreativ gestaltet. Man sollte es besitzen – als Grundlagenwerk und um immer mal wieder darin zu blättern und zu zahlreichen Aspekten neue Impulse zu erhalten.

Alexander Korittko