

Systemisch Denken - Nur ein Hype oder unverzichtbar?

Was heißt „systemisch Denken“?

Bevor wir die Frage zum Hype beantworten, birf es zunächst einer kurzen Definition, was unter systemischem Denken bzw. einer systemischen Denklogik verstanden wird. Systemisches Denken ist ein Ansatz, bei dem ein System als Ganzes betrachtet wird, statt nur isolierte Teile zu berücksichtigen. Er geht davon aus, dass jedes System aus Elementen besteht, die miteinander in Beziehung stehen und sich gegenseitig beeinflussen. Die systemische Betrachtung schließt die Analyse dieser Wechselwirkungen und Interdependenzen ein und hat auch die Dynamik und Veränderung eines Systems im Zeitverlauf im Blick.

Ein unverzichtbarer Hype...?

Um damit die erste Antwort auf die Frage „Hype oder Unverzichtbarkeit“ gleich vorwegzunehmen: In unserer Rolle als Facilitatorinnen, Coaches und Beraterinnen ist systemisches Denken unverzichtbar, denn nachhaltige Veränderung erfordert ein systemisches Verständnis der Wirkkräfte, die Veränderung verhindern beziehungsweise ermöglichen.

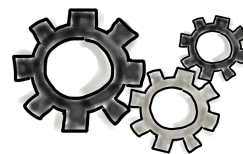
Systeme können aus physischen Komponenten wie Menschen, Maschinen, Organisationen oder natürlichen Ressourcen bestehen, aber sie können auch abstraktere Elemente wie Ideen, Konzepte oder Informationen enthalten. Systeme können in verschiedenen Maßstäben existieren: von kleinen, lokalisierten Systemen, wie einem Team oder in einer Organisation, bis hin zu globalen Systemen wie dem Klimasystem. Dass die systemische Haltung aktuell immer geläufiger wird, ist unserer Ansicht nach eine positive Entwicklung!

Mechanistisches vs. systemisches Denken

Im Gegensatz dazu stützt sich die konventionelle mechanistische Denklogik auf die Annahme linearer Ursache-Wirkungsketten, objektiv erfassbarer Momentaufnahmen als Realitätsabbild und widerspruchsfreier Zielvorstellungen.

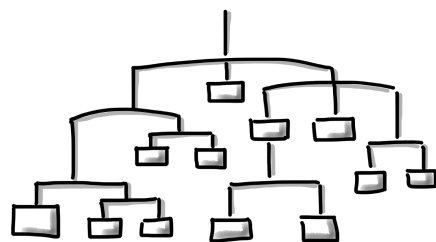
Die Grundannahmen mechanistischen Denkens:

- Probleme sind objektiv beschreibbar.
- Jedes Problem ist die direkte Konsequenz einer Ursache.
- Ziele sind widerspruchsfrei und verbindlich.
- Um eine Situation zu verstehen, genügt eine Momentaufnahme.



Dem Gegenüber stehen die Grundannahmen des systemischen Denkens:

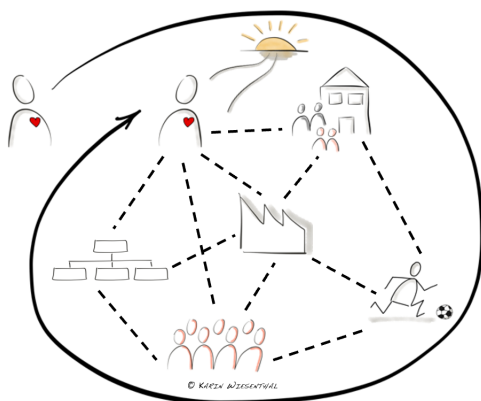
- Probleme sind immer subjektiv.
- Alle Elemente einer Situation stehen in Wechselbeziehung.
- Jede:r verfolgt eigene Ziele.
- Eine Situation versteht nur, wer auch die zeitliche Dynamik erfasst.



Im Angesicht von einer Welt und Themen, die volatil, unsicher, komplex und mehrdeutig daherkommen, wird schnell klar, warum die mechanistische Denklogik an ihre Grenzen stößt und wir in unserer systemischen Denkfähigkeit gefordert sind, um wirklich robuste und tragfähige Lösungen und Antworten auf diese Herausforderungen zu finden.

Komplexität und Interdependenzen erkennen und entsprechend handeln

Nur eine systemische Wahrnehmung erlaubt uns, Probleme und Situationen als Teil eines komplexen größeren Ganzen zu betrachten, die Wechselwirkungen und Beziehungen zwischen den verschiedenen Elementen eines Systems sowie deren Auswirkungen auf andere Bereiche zu erkennen und bei der Analyse und Lösung zu berücksichtigen. Auch die Dynamiken und Veränderungen im Zeitverlauf werden bei der systemischen Betrachtungsweise eingeschlossen und bei der Planung und Umsetzung von wirkungsvollen Strategien berücksichtigt.



Mit systemischem Denken können wir die komplexen Interdependenzen eines Systems erfassen und Lösungen entwickeln, die nachhaltig und widerstandsfähig sind. Da systemisches Denken ermutigt, über traditionelle Grenzen und Silos hinweg zu denken und auf Dinge aus unterschiedlichen Perspektiven zu schauen, fördert es zudem Innovation und neue kreative Lösungsansätze.

Unsere zweite Antwort lautet somit: Systemisches Denken ist kein Hype, sondern eine unverzichtbare Notwendigkeit, nicht nur in unserer Beraterinnen-Praxis, und wir empfehlen jeder/m sich darin zu üben.

Systemisches Denken üben und anwenden

Nun stellt sich die Frage: „Wie lässt sich systemisches Denken lernen oder trainieren?“. Die Antwort lautet: durch vertikale Entwicklung! Vertikale Entwicklung beschreibt die Erweiterung und Vertiefung unserer „inneren“ Kapazitäten und Fähigkeiten, vernetzt zu denken und Komplexität aushalten zu können. Damit ermöglicht sie uns, die vielfältigen Informationen eines Systems erfassen zu können und somit erst nutzbar zu machen. Unsere Kapazität, systemisch zu denken, wächst mit der Entwicklung unserer individuellen Denk-, Fühl- und Handlungslogik.

Der wichtigste Katalysator für diese Entwicklung ist eine innere Haltung von Wohlwollen und wirklicher Offenheit, insbesondere im Angesicht von Andersartigkeit, Ungewohntem und Unbekanntem. Dazu gehört auch, unterschiedlichen Perspektiven Raum geben und diese stehen lassen zu können, auch wenn wir selbst anderer Meinung sind. Diese innere Haltung kann man nicht lernen, nur wählen. Damit diese Wählbarkeit gelingt, ist es erforderlich, dass wir uns selbst in unserer Persönlichkeit reflektieren und uns unserer reflexhaften Reaktionsmuster bewusst sind. Denn nur wenn wir unsere eigenen inneren Stimmen sowie Be- und Verurteilungsmuster kennen und es uns gelingt, diese infrage zu stellen, sind wir in der Lage, auf unsere innere Haltung Einfluss zu nehmen.

Systemische Aufstellungsarbeit

Ein weiterer Weg, der nach unserer Erfahrung darüber hinaus sehr hilfreich ist, um systemische Wahrnehmung zu üben, ist die Teilnahme an Systemaufstellungen. Bei den Aufstellungstagen, die Marion regelmäßig anbietet, könnt ihr auch einfach mal reinschnuppern und einen ersten Booster für euer systemisches Denkvermögen erhalten. Informationen zu Aufstellungstagen erhaltet ihr auf der Website: <https://lifeinform.de>.

