# Sitzungsprotokoll Systemische Therapie

Patientin/Patient | Datum | Sitzung Nr.

## 1. Kurzer Kontext

Womit die Patientin kam, wichtige Ereignisse.

## 2. Leitthemen und Affekte

In der Sitzung genannte Themen, Gefühle, Körperreaktionen.

## 3. Zirkuläre Muster

Die Schleife: wer tut was als Antwort auf wen und wie sie sich selbst am Laufen hält.

## 4. Struktur, Rollen und Grenzen

Allianzen, Dreiecke, Hierarchie, Rollen und wie klar die Grenzen sind.

## 5. Mehrgenerationenmuster und Genogramm

Weitergegebene Rollen, Regeln und Loyalitäten und wie sie sich jetzt wiederholen.

## 6. Hypothesen und Umdeutungen

Eine vorsichtige Hypothese dazu, was das Symptom im System leistet, oder eine Umdeutung.

## 7. Vereinbarungen und Hausaufgaben

Aufgaben und Beobachtungen bis zur nächsten Sitzung.

## 8. Risiken

Nur Signale, die zur Sprache kamen. Leer, wenn keine.

## 9. Besonderheiten von Sprache und Denken

Auffälligkeiten in der Form der Sprache. Meist leer.

## 10. Plan für die nächste Sitzung

Wozu Sie zurückkehren.

# Sitzungsprotokoll Systemische Therapie: ausgefülltes beispiel

Patientin/Patient Anna, 34 (fiktiv) | Datum 12.11. | Sitzung Nr. 4

## 1. Kurzer Kontext

Kommt nach einem Konflikt mit dem Vorgesetzten, schläft seit einer Woche schlecht.

## 2. Leitthemen und Affekte

**Angst** → „Es wird eng in der Brust vor Teambesprechungen".

## 3. Zirkuläre Muster

**Je strenger der Vorgesetzte, desto mehr kontrolliert sie** → das Kontrollieren verzögert den Bericht, und der Vorgesetzte wird strenger.

## 4. Struktur, Rollen und Grenzen

**Die Arbeit kommt mit nach Hause** → sie kontrolliert den Bericht abends erneut, der Schlaf leidet.

## 5. Mehrgenerationenmuster und Genogramm

**„Bei uns macht man keine Fehler"** → die Regel ihres Vaters, heute noch zu hören.

## 6. Hypothesen und Umdeutungen

**Umdeutung**: Kontrollieren als Fürsorge für die Arbeit, die zu teuer geworden ist.

## 7. Vereinbarungen und Hausaufgaben

**Die Schleife beobachten** → notieren, was der Vorgesetzte nach jeder ihrer Kontrollen tut.

## 8. Risiken

Nicht geäußert.

## 9. Besonderheiten von Sprache und Denken

Nicht aufgefallen.

## 10. Plan für die nächste Sitzung

Das Genogramm zeichnen: Regeln zu Fehlern über drei Generationen.