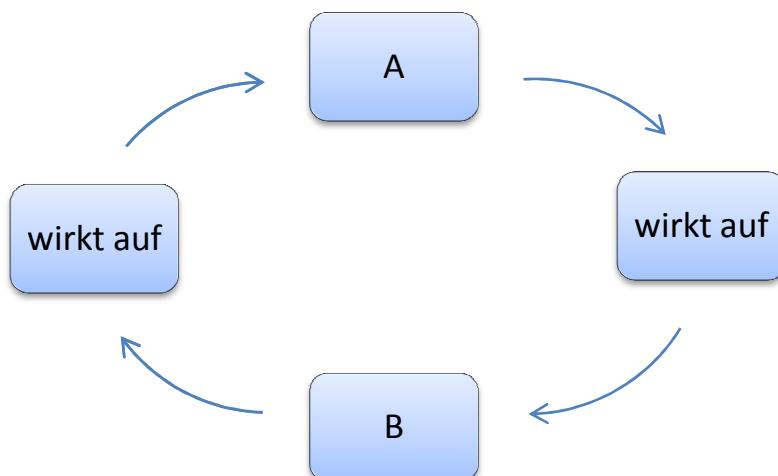


## Zirkuläres Fragen

### 1.1. Zirkularität

Zirkularität ist ein systemischer Begriff und bezeichnet eine Haltung oder Sichtweise, mit der wir Dinge in ihrer Wechselwirkung aufeinander betrachten. A wirkt auf B ein, worauf B wieder auf A einwirkt und A wiederum auf B und so weiter. Wo dieser Prozess anfängt lässt sich nicht sagen. Das Geschehen wird als Wechselwirkung zwischen den Beteiligten oder den Ereignissen gesehen, eine Haltung ist Folge vorhergehender Prozesse und gleichzeitig Ursache für weitere Aktionen.



#### Beispiel

Ein Ehepaar hat Probleme in der Beziehung, es hat das Gefühl, dass es sich auseinanderlebt. Die Frau meint, dass ihr Mann ihr keinen Raum lässt, und zieht sich deswegen vermehrt zurück. Der Mann nimmt den Rückzug wahr und schenkt ihr vermehrt Aufmerksamkeit. Sie ist verärgert darüber, dass ihr Mann ihr dabei noch weniger Raum lässt und zieht sich noch mehr zurück, worauf der Mann anfängt, ihr Geschenke zu machen.

### 1.2. Zirkuläres Fragen

Die zirkulären Fragen untersuchen die Wechselwirkungen im System, vor allem Wechselwirkungen zwischen dem Problem/Symptom und dem Kontext, in dem es sich befindet:

- die Beziehung der Mitglieder des Systems und ihre Unterschiede,
- deren Sichtweisen und Vorstellungen über Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft,
- Ereignisse in der Vergangenheit und Zukunft,
- Reaktionen auf Ereignisse und Unterschiede in den Reaktionen.

Im systemischen Arbeiten werden Probleme kontextualisiert. Dadurch werden die Sichtweisen der Systemmitglieder, von denen Probleme oder Symptome oft individualisiert

Ralph Messmer, Ringweg 3, 4460 Gelterkinden

Natel: 079 667 50 89

rmessmer@syslob.ch [www.syslob.ch](http://www.syslob.ch)

gesehen werden, verstört. Zirkuläre Fragen erfüllen genau diesen Zweck und können somit als Herzstück des systemischen Arbeitens gesehen werden.

**Beispiele:** Die Fragebeispiele sind Möglichkeiten, welche in einem gewissen Kontext gestellt werden könnten.

Frage an Ehefrau: Was findet Ihr Mann an Ihnen attraktiv, was ihn dazu veranlasst Ihre Nähe zu suchen?

Frage an Ehemann: Was denken Sie, wie erklärt sich Ihre Frau Ihre guten Absichten, die Sie haben, wenn Sie ihre Nähe suchen?

Frage an Ehefrau: Wenn ich Ihren Mann Fragen würde, wie er die ganze Sache noch viel schlimmer machen könnte, was würde er wohl antworten?

Frage an Ehemann: Wie erklärt sich Ihre Frau Ihr Verhalten?

Frage an Ehefrau: Wie fühlt sich Ihr Ehemann, wenn Sie sich zurückziehen?

Frage an Ehemann: Angenommen Sie würden Ihrer Frau mehr Raum lassen, wie würde diese wohl reagieren?

Frage an beide: Was würde ein guter Freund Ihnen raten, damit sich Ihre Situation verbessert?

Quelle: Schwing, Rainer (2009). Systemisches Handwerk. 3. Auflage. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht GmbH (vgl. S. 209–212)