



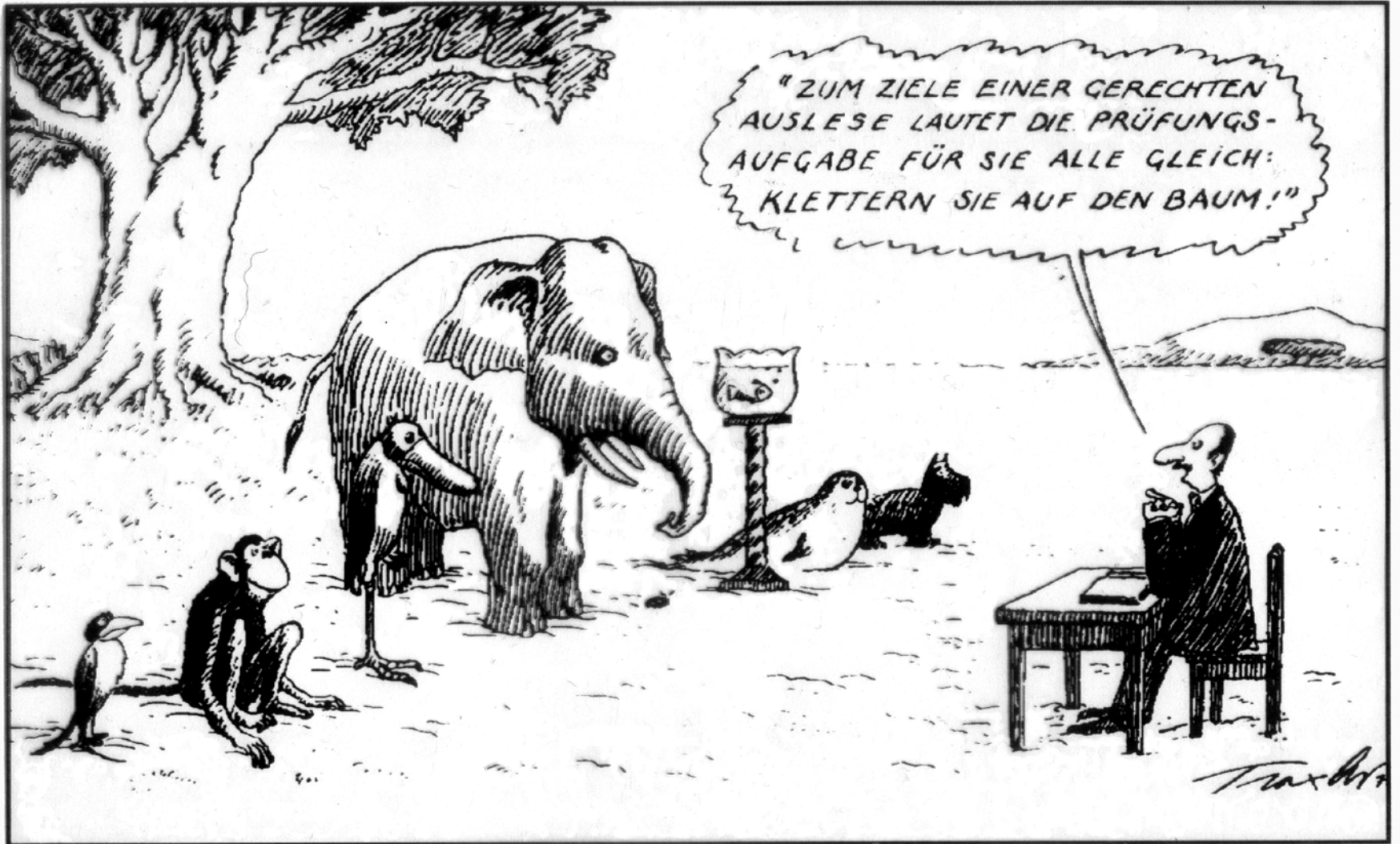
Einführung in die lösungsorientierte Arbeit im Betula

Insos Thurgau, Tina Veranstaltung, 05.09.2017

**Ich bin noch nie dafür
gelobt worden, dass ich
meine kleine Schwester
nicht verprügelt habe.**

Manuel, 11-jährig





ZLB

Zentrum für lösungsorientierte Beratung Winterthur

Wenn wir LOA umsetzen, geschieht ein Paradigmawechsel

- Es ist hilfreicher einem Klienten zu zeigen, was er schon alles gelernt hat, als was er noch nicht kann.
- Es kommt nicht darauf an, was wir sagen, sondern was der Klient hört.
- Das Problem ist die Ressource.



- Was wir bekämpfen, verstärken wir.
- Lernen ist, zu finden, was wir schon wissen.
- Fragen sind die Vorboten von Antworten.
- Du musst das Problem nicht verstehen, um eine Lösung zu finden.
- Hinter jeder Klage steht ein Wunsch.

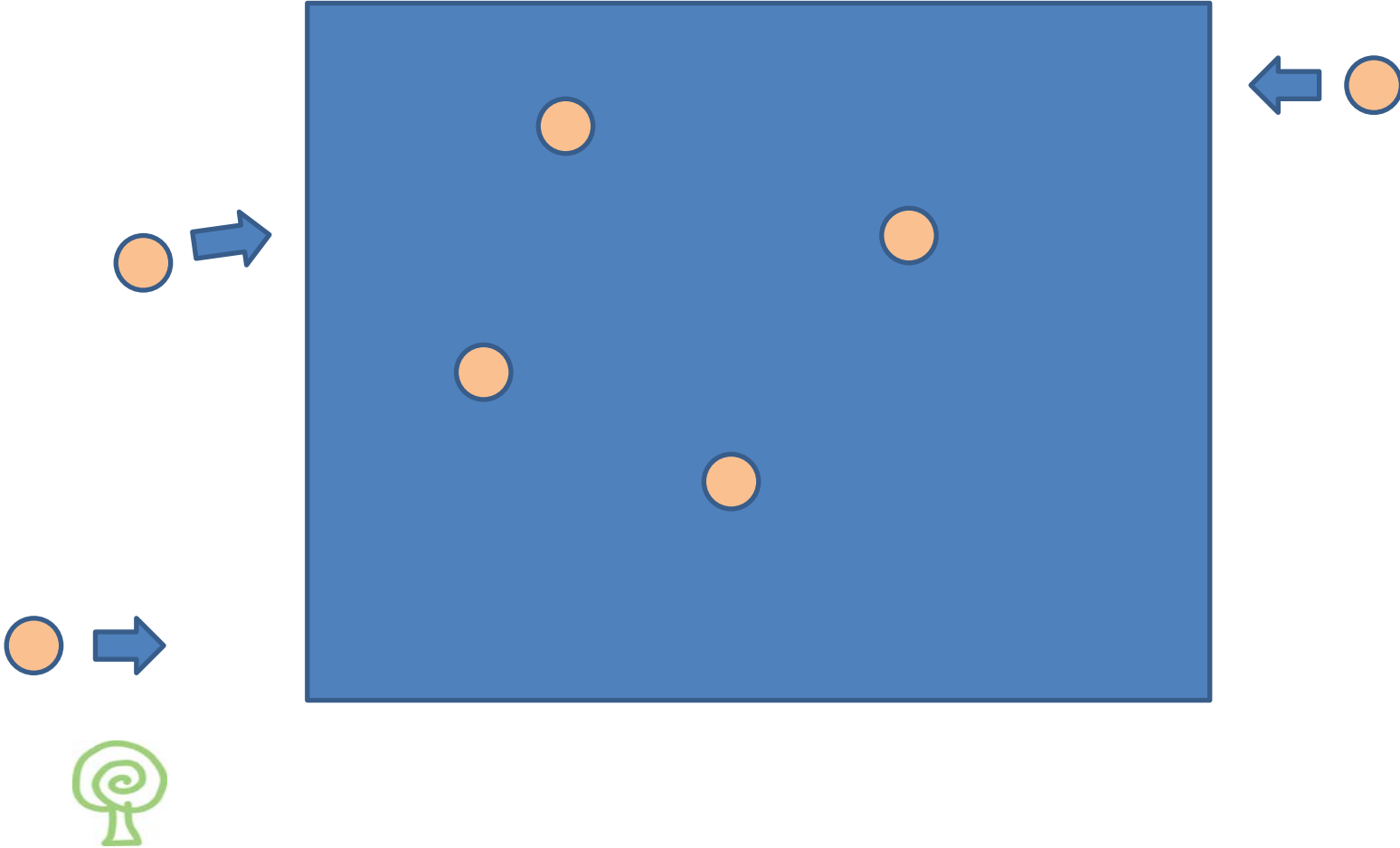


Reflexionsebene



Alltagsebene

Rahmenbedingungen und LOA



Einführung in die lösungsorientierte Grundhaltung

7 lösungsorientierte Annahmen

1. Probleme sind Herausforderungen, die zu Chancen werden können. Jeder Mensch bewältigt sie auf seine ganz persönliche Art.
2. Alle Menschen gestalten ihr Leben mit Hilfe ihrer eigenen Ressourcen. Für diesen Prozess sind sie die Köpfer und entwickeln ihre eigenen Lösungen.
3. Defizite an sich gibt es nicht. Es gibt sie nur in Bezug auf geforderte Ziele.
4. Menschen haben Anspruch auf Würde und Wertschätzung.



7 lösungsorientierte Annahmen

5. Zu jedem Problem und zu jeder Schwierigkeit gibt es Ausnahmen, in ihnen liegt die Lösung.
6. Jede Reaktion ist eine Form von Kooperation. Das Gegenüber reagiert aufgrund seiner Möglichkeiten und Erfahrungen so, wie es ihm zurzeit möglich ist.
7. Sich an vorhandenen Fähigkeiten und am Gelingenden zu orientieren, fördert die Zuversicht und die Bereitschaft sich weiter zu entwickeln.



Kim Insoo Berg und Steve de Shazer

Begründeten 1978 in Milwaukee ein Therapiezentrum und gelten als Begründer der Lösungsorientierten Kurzzeittherapie.

Sie haben gezeigt, wie die therapeutische Praxis gestaltet werden kann, wenn anstelle der Probleme die Lösungen und Ressourcen fokussiert werden.



Paul Watzlawick kennen wir als Begründer von Kommunikationstheorien. Er hat die LOA Sprache und das Menschenbild zusammen mit Milton Erickson massgeblich geprägt.

„Es ist nicht wichtig, was der Lehrer sagt, sondern was der Schüler hört.“

„Du kannst nicht, nicht kommunizieren.“



Begegnung mit dem Konstruktivismus

**„Wir sehen die Dinge nicht, wie sie sind, wir
sehen sie so, wie wir sind.“**

Anais Nin



Eine Geschichte zum Konstruktivismus



Erkenntnisse aus der Hirnforschung

- Das Gehirn verändert laufend seine Struktur, es passt sich den Erfahrungen an. M. Spitzer spricht dabei auch von gebrauchtsabhängigen Spuren. Das Hirn wächst also an den Erfahrungen.
- Daraus folgt die Überlegung, dass darauf hinzuarbeiten ist, dass Klienten Erfahrungen machen, die in Richtung ihrer Ziele weisen.



- Durch „gelingende Erfahrungen“ machen die neuronalen Netzwerke Erfahrungen, die zum Erfolg führen. Die Problemnetzwerke verkümmern oder verlieren an Einfluss.
- Im Problemkontext, etwas anderes zu tun als gewohnt, werden automatisch andere neuronale Netzwerke aktiviert als diejenigen, die unser Problemerkennen und Verhalten prägen.
- Das Konzept der Ausnahmen findet hier Bestätigung.



„Lernen besteht nach verbreiteter Auffassung in der Verstärkung synaptischer Verbindungen zwischen den Neuronen.“

Joseph Le Doux: Das Netz der Gefühle, dtv., München 2001

Die Konsequenz daraus!

Fragen statt Sagen

Was brauchst Du,
um diese Aufgabe zu erfüllen?

Kommandieren

Wie und was ist Dir dabei gelungen?

Kontrollieren

Was könntest Du allenfalls
noch verbessern?

Kritisieren

„Der Klient ist der Experte.“

„Vertrauen ist gut,
Kontrolle ist besser.“



Murmelpause

Widersprich nie einem Klienten, sondern stelle dich auf seine Seite und formuliere von da aus eine Frage, die ihn weiterbringt.

Steve de Shazer



Einige Basisregeln

- Wenn etwas funktioniert, dann repariere es auch nicht.
- Wenn du weißt, was funktioniert, dann mache mehr davon, aber fixiere dich nicht darauf.
- Wenn etwas nicht funktioniert, hör auf damit und mach etwas ganz anderes.
- Probleme und Lösungen sprechen nicht die selbe Sprache.



Die gebräuchlichsten Methoden oder Werkzeuge

- Die Suche nach Ausnahmen
- Die Umdeutung oder das Reframing
- Die hilfreiche Sprache
- Fragen statt sagen
- Das lösungsorientierte Einzel- und Gruppengespräch
- Reflecting Team, lösungsorientierte Intervention



Die Suche nach den Ausnahmen

Kein Mensch macht immer alles falsch, verhält sich immer destruktiv oder bewegt sich nie innerhalb der vorgegebenen Rahmenbedingungen.

Nichts ist immer gleich,

Ausnahmen deuten auf Lösungen hin!



Das Umdeuten oder Reframing

- Reframing bezeichnet den Prozess, durch den problematisch empfundene Verhaltensweisen, Ereignisse oder Empfindungen so umgedeutet werden, dass neue oder andere Bewertungen und Bedeutungen, und damit neue oder andere Bezüge/Assoziationen, dazu hergestellt werden können.



Ein geiziger Mensch ist dann sparsam!

Arbeit mit Skalen

1-----10



Gesprächsführung

- Was muss passieren, dass es sich für dich lohnt?
- Was ist besser?
- Was würde dein Freund/deine Freundin dir raten?
- Positive Ziele vereinbaren.
- War es schon ein mal so, wie du es gerne möchtest?



Reflect in Team

Anstelle von Fallbesprechungen führen wir immer Reflect in Teams oder Intervisionen durch.



Die Klienten werden zu Kunden

- ➔ Durch eigene Ziele
- ➔ Durch von ihnen hilfreich erlebte Unterstützung
- ➔ Durch ein gelingendes Miteinander (dafür vs. dagegen)
- ➔ Durch Erfahrungen, es geht, es lohnt sich
- ➔ Durch echte und hilfreiche Selbstbestimmung
- ➔ Recovery (ein anderes und auch abendfüllendes Thema)



LOA ist keine Schönwettermethode

In anspruchsvollen Phasen gewinnen wir Zuversicht und Gewissheit, dass mit den sieben lösungsorientierten Annahmen die Grundlage der Zusammenarbeit für alle hilfreich definiert ist. An dem orientieren wir uns.



oder wie ein Zitat sagt:

„Umwege erhöhen die Ortskenntnis.“

Neuere Forschungen

Maya Storch und ihr Zürcher Ressourcenmodell sei hier erwähnt. Sie lehnt diese viel beachtete Methode massgeblich an das LOA Modell an und verbindet/erweitert es mit Ansätzen aus der Motivationslehre.

www.ismz.ch



Gute Adressen

Zentrum für Lösungsorientierte Beratung (ZLB)

Winterthur www.zlb-schweiz.ch

WILOB Lenzburg www.wilob.ch

und natürlich..... Betula www.betula.ch



Herzlichen Dank

