

Therese Steiner

Jetzt mal angenommen ...

Anregungen für die
lösungs-fokussierte Arbeit mit
Kindern und Jugendlichen

Vierte Auflage, 2023

Inhalt

Dank	11
Einführung	12
Das Milwaukee-Modell	13
1. Kommunikation	16
Das Beratungsgespräch wirksam gestalten	16
<i>Aufbau des lösungsfokussierten Gesprächs</i>	16
<i>Beschreiben statt verstehen und erklären</i>	17
<i>Wiederholen ein und derselben Frage</i>	19
<i>Tipps und Ratschläge</i>	20
<i>Gezielt zuhören und fokussiert fragen</i>	21
<i>Das Bedürfnis der Klienten, vom Problem zu sprechen</i>	24
<i>Beispiel 1: Ungeteilte Aufmerksamkeit für das Problem</i>	26
<i>Beispiel 2: Mit Fragen die Problemtrance durchbrechen</i>	26
<i>Das Gespräch rahmen und Klienten unterbrechen</i>	27
<i>Disziplin bei der Einstiegsfrage</i>	28
<i>Nützliche Vorstellungen entwickeln</i>	30
<i>Wertschätzung</i>	31
<i>Beispiel: Das Besondere im Alltäglichen wertschätzen</i>	32
<i>Umgang mit Gefühlen</i>	34
<i>Beispiel: Handlungen und Kontext bewusst machen</i>	35
<i>Pause und Rückmeldung</i>	37
<i>Anerkennen der eigenen Grenzen und Loslassen</i>	39
<i>Beispiel: Sein Bestes tun, Grenzen akzeptieren, loslassen</i>	40
<i>Alltagskonversation und lösungsfokussiertes Beratungsgespräch</i>	42
Das pädagogische Gespräch wirksam gestalten	43
<i>Vermitteln von Informationen</i>	45
<i>Befehlen, anordnen, anweisen</i>	45
<i>Gemeinsames Reflektieren</i>	46
<i>Gesprächstypen im pädagogischen Kontext</i>	46
2. Die Beratung erfolgreich starten	53
Ausgangskonstellationen	54
Das Knüpfen des Supportsystems	54
<i>Fragen an den Überweiser</i>	55
Erstgespräch	55
<i>Einstieg</i>	55
<i>Erarbeiten von Zielvorstellungen</i>	56
Zielkonflikt	57

Mediationsgespräch	59
<i>Die divergierenden Wünsche und Anliegen explorieren</i>	59
<i>Flexibilität der einzelnen Teilnehmenden eruieren</i>	59
<i>Interaktioneller Aspekt</i>	60
<i>Veränderung um eine Stufe auf der Skala</i>	60
<i>Erkennen, Benennen und Hervorheben von</i> <i>gemeinsamen Anliegen</i>	60
<i>Rückmeldung</i>	60
<i>Beispiel: Selbstbestimmung versus Forderungen der Eltern</i>	60
Getrenntes Setting zum Erarbeiten von Zielvorstellungen	66
<i>Erster Veränderungsschritt</i>	67
Autonomie der Kinder und Jugendlichen beachten	68
<i>Beispiel: Comics als Kooperationsform</i>	69
Wenn Kinder oder Jugendliche gefährdet sind	71
<i>Überprüfungskriterien</i>	71
3. Erfolgreich gestartet, was nun?	73
<i>Beispiel: Spielerisch lernen, Anweisungen zu befolgen</i>	75
Anregungen für gemeinsame Aktivitäten	76
<i>Aktivitäten, die das Teamplay und das Einhalten</i> <i>von Absprachen fördern</i>	76
<i>Aktivitäten, welche die Kooperation und das Sichabwechseln</i> <i>in der Führungsposition fördern</i>	77
4. Spezielle Kommunikationstechniken	79
Ressourceninterview	79
<i>Vorgehen</i>	80
<i>Beispiel: Andere respektieren und dabei seiner Art treu bleiben</i>	80
Externalisierung	83
<i>Die Lösung nimmt Gestalt an</i>	84
<i>Wann soll die Lösung Gestalt annehmen?</i>	84
<i>Vorgehen</i>	85
<i>Beispiel: Die Wahl des Symbols als wesentlicher Informationshinweis</i>	86
Externalisierung und Visualisierung des Unlösbaren	87
<i>Beispiel: Der gelbgetupfte Problemkloß</i>	88
Timeline	91
<i>Timeline in der lösungsfokussierten Beratung</i>	91
<i>Außenposition</i>	92
<i>Beispiel 1: Die Beschreibung eines positiven Selbstbildes</i> <i>aus der Außenposition</i>	92
<i>Beispiel 2: Anorexie – Anschlußlösung nach dem Klinikaufenthalt</i>	94
<i>Lösungen (er)finden leicht gemacht</i>	95
<i>Beispiel 1: Symptom: Nasenbohren, Lösung: Kaffeegeruch</i>	97
<i>Beispiel 2: Ängste und Blockaden überwinden nach</i>	

sexuellem Missbrauch	98
Gedanken zu diesem Vorgehen	101
Ambivalenz	102
Vorgehen	102
Beispiel: Die passende Schule für ein behindertes Kind	102
Das Reflecting Team	103
Reflecting Team im lösungsfokussierten Gespräch	103
Wenn Klienten sich ins Wort fallen	104
Anordnung	105
Verlauf	105
Wem wird die Rolle des Zuhörers zugewiesen, wer wird interviewt?	106
Beispiel 1: Computerspiel und hilflose Eltern	106
Beispiel 2: Lehrerinnen suchen Lösungswege	111
5. Was tun, wenn ...?	113
Unverhandelbare Regeln	113
Vorgehen	114
Beispiel 1: Auch ein intelligenter Gymnasiast muss sich an die Schulordnung halten	115
Beispiel 2: Vorteile und Nachteile reflektieren	119
Unfreiwilligkeit	123
Vorgehen	124
Beispiel 1: Ein Vermittlungsgespräch mit der Mutter anbahnen	125
Nützliches in fremden Ideen	127
Beispiel 2: Realität und Traum: Der Eintritt in eine geschlossene Institution	128
Konflikte zwischen Kindern	130
Erste Ebene	130
Zweite Ebene	130
Dritte Ebene	131
Zur Reflexionsebene nach einem Konflikt	131
Vorgehen	131
Beispiel: Heimalltag – Gespräch mit zwei 12-Jährigen	133
Konstellation Täter/Opfer	138
Einzelgespräch mit dem Opfer mit folgendem Fokus	138
Einzelgespräch mit dem Täter	139
Regelüberschreitungen	139
Vorgehen	139
Strafen	140
Das Anliegen hinter der Regelüberschreitung explorieren	141
Beispiel: Regelüberschreitung als Selbstheilungsversuch	142
Rückfälle	144
Vorgehen	146

<i>Beispiel 1: Martin besiegt ein Wutmonster</i>	147
<i>Beispiel 2: Das Stehlen in den Griff bekommen</i>	150
Wenn Kinder stehlen und lügen	153
<i>Vorgehen</i>	155
<i>Beispiel: Auf angemessene Art Anerkennung finden</i>	156
<i>Stehlen bei Jugendlichen</i>	159
<i>Beispiel: Stehlen als Überlegenheitsbeweis</i>	159
Geheimnisse	161
<i>Geheimnisse im Beratungsrahmen</i>	162
<i>Fragen zur Konstruktion »Geheimnis«</i>	162
<i>Beispiel: Die Schwangerschaft geheimhalten?</i>	164
<i>Zusammenfassung</i>	167
Fehlende Motivation	167
<i>Was ist ausschlaggebend dafür, dass sich Menschen anstrengen und etwas verändern wollen?</i>	168
<i>Vorgehen</i>	169
<i>Das Leben in zehn Jahren</i>	169
<i>Mangelnde Motivation bei materiellem Überfluss</i>	170
<i>Beispiel: Der Gesprächsfokus verschiebt sich</i>	171
6. Herausfordernde Situationen	177
Fachwissen vermitteln –	
<i>Fachwissen und das Expertentum der Klienten</i>	177
<i>Vorgehen</i>	178
<i>Beispiel: Den günstigen Zeitpunkt für Fachinformation finden</i>	179
Klienten aus anderen Kulturen	183
<i>Beispiel: Erschwerter Spracherwerb aus Loyalität</i>	184
Die Beratung ist ins Stocken geraten –	
<i>Gespräche wieder in Gang bringen</i>	187
<i>Ist die Fragestellung hilfreich?</i>	187
<i>Was empfand die Klientin bis anhin als hilfreich?</i>	189
<i>Wurde das Problem genügend honoriert?</i>	189
<i>Hat die Klientin genügend Zeit zum Nachdenken?</i>	189
<i>Wurden genügend Kompetenzen erfragt?</i>	190
<i>Ist das Ziel klar und für den Klienten noch relevant?</i>	190
<i>Ist das Ziel wohlgeformt?</i>	191
<i>Bin ich bereit, das formulierte Ziel zu unterstützen?</i>	191
<i>Wurden alle drei Teile der Wunderfrage gestellt?</i>	191
<i>Sucht der Berater angestrengt Lösungen?</i>	194
<i>Sind zusätzliche Unterstützungen mobilisierbar?</i>	194
<i>Wurden kulturelle Aspekte genügend beachtet?</i>	195
<i>Ist die Kommunikationsform adäquat?</i>	195
<i>Habe ich die Lösungssprache benutzt?</i>	196
»Ich weiß nicht ... « – diese Antwort nutzen	197

Schwierige Mitteilung übermitteln	199
<i>Beispiel 1: »Bei ihrem Kind liegt eine Debität vor. Es handelt sich nicht bloß um eine Entwicklungsverzögerung.«</i>	200
<i>Beispiel 2: Thema Übergewicht</i>	203
7. Eltern	206
Eltern in Überforderungssituationen	206
<i>Ressourcen finden</i>	207
<i>Beispiel: Gefährdungsmeldung oder Kooperation</i>	209
Erfahrungen aus der Kindheit der Eltern utlisieren	211
Eltern wollen ihre Kinder vor Dritten schützen	212
Fokussieren auf das Gelingen im pädagogischen Alltag	213
<i>Beispiel: Herausfinden, welche Unterstützung hilft</i>	215
8. Selbstwirksamkeit	221
Denken	222
Motivation	222
Emotionen	223
Wahl des Lebenskontextes und der Aktivitäten	223
Selbstwirksamkeit und der lösungsfokussierte Ansatz	223
<i>Veränderungen sind unumgänglich</i>	223
<i>Markieren</i>	224
<i>Skala</i>	225
<i>Bewältigungsfragen</i>	225
<i>Fragen nach einer gut gemeisterten Schwierigkeit</i>	225
<i>Wohlgeformtes Ziel</i>	226
Zusammenfassung	227
9. Spielen	228
Allgemeine Bemerkungen	228
Auswahlkriterien für ein Spiel	229
<i>Beispiel 1: Unbeliebte Aufforderungen erfüllen</i>	230
<i>Beispiel 2: Mutiger werden</i>	231
Spielbälle	232
<i>Fragen nach positiven Veränderungen</i>	233
<i>Aktivitäten</i>	233
<i>Fragen nach Ressourcen</i>	234
<i>Veränderungswünsche</i>	234
<i>Fragen nach der Befindlichkeit</i>	234
<i>Das Unerlaubte</i>	234
<i>Kinder entwickeln Spiele</i>	235
<i>Beispiel: Ein Spielball löst Lernprozess aus</i>	235
<i>Der Wirkung des Spiels vertrauen</i>	236
Versteckte Zettel	236

Tandemzeichnen	237
Wegwerfgeschichten	238
Kommunikation mit dem Stift oder Pinsel	239
Kommunikation mit der Stimme oder mit Instrumenten	240
Modelliermasse	240
Das Wasserexperiment	241
Literatur	243
Index	246
Über die Autorin	249

Einführung

»Schläft ein Lied in allen Dingen,
die da träumen fort und fort,
und die Welt hebt an zu singen,
triffst du nur das Zauberwort.«

v. Eichendorff

Seit vielen Jahren arbeite ich mit dem lösungsfokussierten Ansatz vorwiegend mit Kindern und Jugendlichen in meiner kinderpsychiatrischen Praxis. Im *Handbuch lösungsorientiertes Arbeiten mit Kindern* haben Insoo Kim Berg und ich (Steiner u. Berg 2005) beschrieben, wie dieser Ansatz den Bedürfnissen der Kinder entgegenkommt und wie sie auf einfache und spielerische Weise in den Veränderungsprozess miteinbezogen werden können, auch wenn die sprachlichen Fähigkeiten noch nicht so differenziert sind.

In den letzten Jahren war ich zunehmend auch als Beraterin tätig im Kontext von stationärer Jugendarbeit sowie im südlichen Afrika als Ausbilderin von Jugendlichen, die andere Jugendliche und Kinder begleiten (Steiner u. Berg 2010).

Das vorliegende Buch stellt eine Sammlung von Gedanken und methodischen Vorgehensweisen dar, die ich seit dem Erscheinen des *Handbuchs lösungsorientiertes Arbeiten mit Kindern* (Steiner u. Berg 2005) zusätzlich ausprobiert und entwickelt habe. Für mich ist es schmerzlich, meine Erfahrungen diesmal nicht in Zusammenarbeit und ohne die Anregungen von Insoo Kim Berg und Steve de Shazer zu schreiben. In ihrem Andenken habe ich mich bemüht, möglichst viele Metaphern meiner Mentoren zu zitieren und die von ihnen mündlich überlieferten Gedanken festzuhalten.

Der Zugang zum lösungsfokussierten Denken und Handeln kann auf ganz verschiedene Arten beschrieben werden, und mit jeder neuen Beschreibung eröffnen sich zusätzliche und nützliche Aspekte. In diesem Sinne hoffe ich, dass dieses Buch Beratende unterstützt, Klienten aller Altersstufen und ihre Eltern und Bezugspersonen auf hilfreiche und nachhaltige Weise anzuregen, ihr Leben zu verbessern.

Das Milwaukee-Modell

Die lösungsfokussierte Therapie wurde von Steve de Shazer und Insoo Kim Berg anfangs der 80er-Jahre gemeinsam mit anderen Teammitgliedern im BFTC (Brief Family Therapy Center) in Milwaukee entwickelt. Als sie die Arbeit in ihrem Institut aufnahmen, teilten sie den bereits niedergelassenen Psychiatern und Therapeuten mit, dass sie vor allem an Klienten interessiert seien, bei denen sich trotz intensiver Bemühungen keine Veränderungen einstellten. Wir alle kennen aus unserer eigenen Tätigkeit Situationen, in denen sich wenig bis nichts bewegt. Dies geschieht oft bei Menschen, die als chronisch krank und nicht therapierbar bezeichnet werden. Meist leben diese Klienten in einem komplexen und belastenden Kontext, leiden an somatischen Krankheiten und haben oft bereits viele traumatische Erfahrungen gemacht. Insoo Kim Berg und Steve de Shazer kamen aufgrund ihrer Ausschreibung mit vielen Menschen dieser Art in Kontakt, bei denen die üblichen Therapieverfahren zumindest aus der Sicht der Betroffenen zu wenig Entlastung gebracht hatten. Die Therapeuten des Milwaukee-Teams waren also gefordert, etwas anderes, etwas Neues zu tun.

Der lösungsfokussierte Ansatz wurde im Gegensatz zu vielen anderen Therapiemodellen nicht durch ein deduktives, analysierendes Vorgehen entwickelt.

Minutiöse Beobachtungen und Analysen von Beratungen ließen das Milwaukee-Team nach einer gewissen Zeit die folgenden Grundannahmen formulieren:

1. Wenn etwas funktioniert, tue mehr davon, wenn es nicht funktioniert, tue etwas anderes.
2. Kleine Schritte können zu großen Veränderungen führen.
3. Die Lösung ist nicht unbedingt direkt mit dem Problem verbunden.
4. Kein Problem ist permanent in gleichem Ausmaß vorhanden; es gibt immer Ausnahmen, die genutzt werden können. Ausnahmen deuten auf Lösungen hin.
5. Die Beschreibung und die Sprache, die wir für das Problem benutzen, sind andere als die, die man benötigt, um die Lösung zu beschreiben.

6. Die Zukunft ist konstruier- und verhandelbar.
7. If it's not broken, don't fix it. Wenn vom Klienten etwas als intakt wahrgenommen wird, soll der Berater es nicht zu reparieren suchen.
8. Jeder Mensch hat Ressourcen, um in seinem Leben positive Veränderungen zu erwirken.

Das Milwaukee-Modell beschreibt ein bestimmtes methodisches Vorgehen. In der Anwendung erkennt man jedoch allmählich, dass dieses Modell zur erfolgreichen Umsetzung eine bestimmte innere Haltung voraussetzt.

Jedem Therapiemodell liegen grundsätzliche Annahmen darüber zugrunde, wie Menschen sich verändern. Die Annahmen des lösungsfokussierten Modells stehen vielen Annahmen anderer Therapieansätze diametral entgegen. Dies, weil im lösungsfokussierten Ansatz davon ausgegangen wird, dass es nicht notwendig ist, das Problem zu verstehen, um Veränderungen zu initiieren, und weil das Expertentum der Klienten stets respektiert werden soll. Ist man von dieser Grundannahme nicht überzeugt, ist es schwierig, lösungsfokussiert zu beraten. Andererseits ist es ebenso herausfordernd, ein anderes Modell zu verwenden, wenn man überzeugt ist, dass sich Veränderungen schneller initiieren lassen, indem man auf das erwünschte Ziel und auf Ausnahmen vom problematischen Verhalten fokussiert.

In der alltäglichen Arbeit fällt es oft schwer, in komplexen Situationen das Expertentum der Betroffenen zu respektieren. Die Gefahr, als Fachperson zu viel Verantwortung zu übernehmen, ist groß. Entsprechend fällt die Enttäuschung aus, wenn trotz aller fachlichen Bemühungen keine Verbesserung eintritt und die Klienten nicht kooperieren. Oft spricht man dann vom Widerstand der Klienten. Der lösungsfokussierte Ansatz kennt das Konzept des Widerstands nicht (de Shazer 1984).

Steve de Shazer pflegte zu sagen: »Jede Reaktion eines Klienten stellt die zum gegebenen Zeitpunkt bestmögliche Kooperationsform dar. Wenn Fachleute die Reaktion der Klienten auf ihre Bemühungen nicht als nützlich erachten, ist es die Aufgabe der Fachleute, den Prozess so zu gestalten, dass eine konstruktive Arbeit möglich wird.«

Nach meiner Erfahrung stellt gerade dies oft eine sehr große Herausforderung dar. Als Beraterin bin ich aufgefordert, für jeden spezifischen Klienten das zu finden, was für diesen Menschen nütz-

lich sein kann. Was tue ich da mit meinem Fachwissen? Wo und wie übernehme ich die Führung, und wo und wie lasse ich mich vom Expertentum der Klienten leiten? Fragen über Fragen.

In diesem Buch erhält die Leserin Anregungen, wie sie eine hilfreiche Balance finden kann zwischen Respekt vor dem Expertentum des Klienten und dem Einbringen von Fachwissen und wie sie auch in komplexen Situationen fokussiert bleiben kann. Das Buch soll die Möglichkeit zum Nachschlagen bieten, wenn man sich Anregungen holen will, was vom lösungsfokussierten Denken her in einer herausfordernden Situation getan werden kann. Es ist ähnlich wie bereits das erste Buch als Handbuch konzipiert, bei dem auch nur einzelne Kapitel gelesen werden können. In allen Kapiteln werden die angeregten Überlegungen und Möglichkeiten mit transkribierten Interviews aus der Praxis illustriert. Da die Gesprächsführung das wichtigste Arbeitsinstrument darstellt, nehmen die verschiedenen Aspekte der lösungsfokussierten Kommunikation viel Raum ein und sollten bei jeder Fragestellung beachtet werden.

Es scheint mir wichtig, die hier beschriebenen Vorgehensweisen als eine unter vielen zu betrachten. Ich bin der Meinung, jede Fachperson muss selbst evaluieren und herausfinden, was sich für sie und ihre Klienten bewährt.

Oft werde ich gefragt, wie sich meiner Meinung nach der lösungsfokussierte Ansatz weiterentwickeln wird. Diese Frage löst ein Zögern aus. Ich erinnere mich an den Ausspruch: Lösungsfokussiert arbeiten heißt nicht, viele verschiedene Dinge tun, sondern die Dinge verschieden tun. Damit rückt meines Erachtens eine andere Frage in den Vordergrund: Was kann ich tun, um mein Denken und Handeln jeden Tag neu von den lösungsfokussierten Grundannahmen leiten zu lassen? Wie kann ich als Berater neugierig und offenbleiben, damit ich Menschen darin unterstütze, passende Lösungen zu finden? Was ist nützlich dafür, dass man in komplexen Situationen das Einfache und Funktionierende im Auge behält?

Ich hoffe, dieses Buch gibt Anregungen dafür, wie wir Klienten helfen können, ihr Zauberwort zu finden, damit ihre Welt zu singen anhebt.

herauszufinden, wo du genau dies tun kannst, ohne das Gesetz zu verletzen und so in Schwierigkeiten zu geraten. Du weißt ja, ich muss dem Jugendanwalt Rückmeldung machen über deine Fortschritte, und wenn es dir gelingen wird, dich im Rahmen der gesellschaftlichen Norm zu verhalten, wird er erlauben, die Therapie zu beenden. Natürlich stützt er sich bei diesem Entscheid auf meine Beurteilung.

Wie so oft war es zu Beginn dieser Therapie ausschlaggebend herauszufinden, welchen Unterschied das Stehlen für Marco in seinem Leben bewirkt. Stehlen war auch in diesem Fall nur Mittel zum Zweck, und daher wäre das Fokussieren auf das Stehlen im eigentlichen Sinn kaum nützlich gewesen. Für Marco war es wichtig, andere, legale Möglichkeiten zu finden, wie er seine Neigung zum Tüfteln und das Gefühl, etwas zu beherrschen, erreichen konnte. Er wurde in der Folge ein Computerfreak, der für seine Kameraden viele Probleme auf dem PC lösen konnte. Außerdem erwies sich das Unglück des einen als Glück des anderen. Der Bauer, bei dem Marco einen Sozialeinsatz absolviert hatte, verunfallte, und Marco war während der Sommerferien in diesem Betrieb erneut eine gute Arbeitskraft. Dies stärkte sein Selbstbewusstsein, und er fühlte sich nützlich und gebraucht.

Geheimnisse

Zur normalen Entwicklung eines Menschen gehört das Herausbilden einer Persönlichkeit und, damit verbunden, einer Privatsphäre. Teilt der Säugling in der Symbiose noch alles mit seiner Mutter, so zeigt bereits das Kleinkind einen großen Drang nach Eigenständigkeit. Es stört sich nicht, wenn die Aktivitäten von allen beobachtet werden. Relativ früh beginnt das Kind jedoch, gewisse Dinge am liebsten für sich selbst oder mit Gleichaltrigen auszuprobieren. Mit dem Eintritt in die Pubertät nimmt das Bedürfnis nach Kontrolle über das, was mit wem geteilt wird, schnell zu.

Für die Heranwachsenden entspricht die zunehmende Abgrenzung einem natürlichen Bedürfnis. Für Eltern und Betreuer ist ein angemessener Umgang mit dieser Veränderung zum Teil sehr herausfordernd. Dies mag unter anderem damit zusammenhängen, dass sie sich für das Gedeihen und Wohlergehen der jungen Menschen verantwortlich fühlen. Geheimnisse verunmöglichen jedoch eine umfassende Information über das Tun der Jugendlichen. Die Kon-

troll- und Einflussmöglichkeiten schwinden, und die Erwachsenen sind verunsichert.

Geheimnisse im Beratungsrahmen

Es ist normal, dass im Rahmen der Ablösung von der Herkunftsfamilie gewisse Themen mit fremden Drittpersonen diskutiert werden, vorab mit Peers, hie und da jedoch auch in der Therapie oder Beratung. Daher kommt es immer wieder vor, dass Jugendliche uns Geheimnisse anvertrauen wollen.

Besondere Beachtung verdient das Wort »Geheimnis«. Dieser Ausdruck weist darauf hin, dass das, wovon der Jugendliche sprechen möchte, aus seiner Sicht eine besondere Bedeutung hat. Nicht selten hören wir: »Ich möchte ihnen etwas ganz Wichtiges erzählen, Sie müssen mir jedoch versprechen, dass Sie niemandem davon erzählen.«

Mit dieser Einleitung konstruiert der Jugendliche eine besondere Ausgangslage. Als lösungsfokussierte Beraterin nehme ich die Konstruktion »Geheimnis« ernst. Ich will das Expertentum des Klienten respektieren und gleichzeitig besser verstehen, welche Bedeutung dieser Wahrnehmung als »geheim« zukommt. Deshalb stelle ich aus der Position des Nichtwissens Fragen. Wenn immer möglich, hinterfrage ich die angebotene Konstruktion, noch bevor das Geheimnis erzählt wird.

Manchmal ist dies nicht möglich, und die Fragen nach dem guten Grund, aus dem etwas geheim gehalten werden soll, können erst später gestellt werden. Es lohnt sich jedoch auf jeden Fall, sich darüber mit dem Jugendlichen zu unterhalten.

Fragen zur Konstruktion »Geheimnis«

Es sind Fragen, die eine Reflexion bezüglich der Konstruktion »Geheimnis« anregen und uns Beratenden die Situation aus der Sicht des Klienten näherbringen. Die Jugendlichen haben wie immer die Freiheit, Fragen nicht zu beantworten. In diesem Arbeitskontext erwähne ich dies immer explizit, bevor ich beginne:

- Welchen Unterschied wird es machen für dich, wenn du mir das Geheimnis erzählt hast?
- Seit wann denkst du, dass das, was du mir erzählen möchtest, geheim gehalten werden sollte?

- Welchen Unterschied macht es für dich, wenn du das, was du mir erzählen willst, als Geheimnis verstanden haben möchtest?
- Welchen guten Grund hast du für dieses Vorgehen?
- Welcher Vorteil erwächst dir daraus?
- Wer profitiert allenfalls sonst noch?
- Gibt es Personen, die dadurch eher einen Nachteil erleiden könnten?
- Angenommen, die Personen, vor denen du die Sache X geheim halten willst, hörten das, was du mir anvertrauen willst, wie würden sie reagieren? Was würde dich erwarten?
- Welche Auswirkungen würde die von dir erwartete Reaktion auf dein Leben haben?
- Als wie wahrscheinlich stuft du die von dir soeben beschriebene Reaktion ein auf einer Skala von 0 bis 10?
- Wer von deinen Bekannten sieht die Dinge wie du, und wo würden diese Personen die Wahrscheinlichkeit der von dir beschriebenen Reaktion einstufen?
- Wer deiner Bekannten könnte am ehesten die Situation anders einschätzen?
- Welche Reaktion würden diese Personen auf die Lüftung des Geheimnisses erwarten?
- Hast du schon jemandem von deinem Geheimnis erzählt?
- Wenn ja, welchen Unterschied hat dies gemacht?
- Angenommen, im Zusammenhang mit deinem Geheimnis würde ein Wunder geschehen, welches wäre das beste Ergebnis?
- Angenommen, die Personen würden so reagieren, wie du dir das erwünschst, was würde dann geschehen?
- Wie würdest du darauf reagieren?

Es ist klar, dass nicht alle diese Fragen gestellt werden müssen. Sinnvoll ist es, eine recht detaillierte Exploration der Geheimniskonstruktion durchzuführen. Am Ende das Gehörte zusammenzufassen. Die Geheimhaltung wird danach von den Jugendlichen oft relativiert, und das Beratungsgespräch fokussiert auf andere Aspekte.

Wichtig scheint es mir auf jeden Fall, nur Versprechen abzugeben, die eingehalten werden können. Ohne Kenntnis der Sachlage ist es unvorsichtig, den Jugendlichen zuzusichern, dass auf keinen Fall Dritte

informiert und involviert werden. Zu Beginn jeder Therapie spreche ich daher von der Schweigepflicht. Meine Haltung: Es werden nur Dritte informiert, wenn es zwingende Gründe gibt. Der Klient erhält auf jeden Fall Kenntnis davon, falls Drittpersonen involviert werden.

Es ist klar, dass diese Rahmung der Schweigepflicht einen offeneren Ausgangspunkt kreiert, als wenn ich sagte: »Alles, was hier besprochen wird, bleibt unter uns.« Viele Beratende haben vor dieser offenen Formulierung Angst, weil sie denken, der ganz persönliche Raum, den die Jugendlichen in einer Therapie suchen, werde so nicht geschaffen. Nach meiner Erfahrung brauchen Jugendliche jedoch nicht nur eine Person, der sie sich anvertrauen können. Sie brauchen auch einen Menschen, der ihnen ermöglicht, ihre Wahrnehmungen und Konstruktionen zu reflektieren und zu überprüfen. Dies erweitert den Handlungsspielraum und hilft den Jugendlichen, ihr Leben nach ihren Wünschen zu gestalten.

Beispiel: Die Schwangerschaft geheimhalten?

Ausgangslage

Marieka, 14-jährig, besuchte die Hauptschule und kam zu mir auf Anraten des Schulpsychologen. Vier Jahre zuvor war sie von den Philippinen in die Schweiz gekommen. Ihre Mutter war bereits seit neun Jahren in der Schweiz. Sie hatte ihre Tochter bei der Großmutter gelassen, sich jedoch geschworen, sie so bald als möglich in die Schweiz kommen zu lassen, damit sie eine gute Ausbildung machen könne.

Zum Zeitpunkt unseres Gesprächs hatte Marieka bereits sehr gute Deutschkenntnisse. Nach ihren Angaben fühlte sie sich in der Schweiz nicht wohl. Mit ihrem Stiefvater kam sie nicht sonderlich gut aus. Auch zu ihrer Mutter bestand emotional eine Distanz. Sie schätzte jedoch die Idee der Mutter, ihr eine Möglichkeit für eine gute Ausbildung zu geben. Mariekas Plan war es, gleich nach Abschluss der Ausbildung in ihr Heimatland zurückzukehren.

Verlauf

Ziel nach der ersten Stunde: Sie wollte Wege finden, wie sie möglichst gut die Ausbildungszeit hier in der Schweiz überstehen könne, ohne wie bis anhin in große emotionale Tiefs zu geraten.

Zu Beginn der zweiten Stunde wollte sie mir ein Geheimnis anvertrauen. Ihre Mutter und ihr Stiefvater durften nichts davon erfahren.

Auszug der zweiten Sitzung, nachdem sie angekündigt hatte, sie wolle mir ein Geheimnis anvertrauen:

THERAPEUTIN: Verstehe ich recht, du möchtest mit mir ein Geheimnis teilen?

MARIEKA: Ja genau, aber Sie dürfen zu gar niemandem davon sprechen, zu gar niemandem! Sie müssen mir das jetzt versprechen.

THERAPEUTIN: Marieka, warte einen Moment, bevor du mir dieses Geheimnis erzählst, möchte ich dir einige Fragen stellen.

MARIEKA: Also, wissen Sie ...

THERAPEUTIN: Marieka, ich bitte dich um etwas Geduld. Du willst von mir ein Versprechen, dass ich zu niemandem von dem spreche, was du mir jetzt berichten willst. Ich möchte zunächst verstehen, wie du auf diese Idee kommst. Wenn ich etwas klarer sehe und mehr weiß, werde ich zu deinem Wunsch Stellung nehmen und mir gerne anhören, was du mir berichten willst.

MARIEKA: Sie stehen also nicht zu mir? Man hat mir im schulpsychologischen Dienst gesagt, dass ich Ihnen alles erzählen kann und dass alles, was ich Ihnen sage, geheim bleibt und Sie niemandem etwas davon erzählen. Ihnen kann ich also nicht trauen, die haben mich belogen ... [Sie beginnt zu weinen.]

THERAPEUTIN: Marieka, gerade das Gegenteil soll der Fall sein. Wenn ich dir sage, es ist so und so ..., dann sollst du die Gewissheit haben, dass ich genau handle, wie ich es versprochen habe. Nun willst du von mir ein Versprechen, und ich kann nicht abschätzen, ob ich es auch einhalten kann. Daher möchte ich dir zunächst einige Fragen stellen.

MARIEKA: Ich weiß nicht [wütend, verzweifelt], niemand versteht mich, ich bin immer so alleine.

THERAPEUTIN: Ich sehe, ich mache dir die Sache im Moment schwer. Ich bin bereit, dir zuzuhören, wenn wir danach gemeinsam darüber sprechen können, welches das beste Vorgehen ist. Ich höre dir zu, wenn ich dir zum Voraus nicht dieses Versprechen abgeben muss.

MARIEKA: Das müssen sie jedoch.

THERAPEUTIN: Dann haben wir ein Problem. Wie ich dir bereits sagte, wenn ich etwas verspreche, will ich es halten.

MARIEKA: Es geht immer nur nach dem Willen der Erwachsenen.

THERAPEUTIN: Siehst du das so? Ich habe von dir gehört, dass du sicher sein willst und wissen willst, was geschieht. Genau diesen Wunsch von dir möchte ich respektieren.

Die Antworten zu einigen Fragen bezüglich der Geheimhaltung machten klar, dass ihre größte Angst war, vom Stiefvater weggewiesen zu werden, wenn er vom Geheimnis Kenntnis erhalten würde, und sie

demzufolge keine Chance hätte, eine Ausbildung zu machen. Aus ihrer Sicht wären ihre schwierigen Jahre hier in der Schweiz vergebens gewesen. Sie machte sich auch Sorgen um ihre Mutter, die bestimmt in große Bedrängnis käme.

Auf die Frage, wer dies vielleicht anders sehen könnte, nannte sie die Großmutter. Als das Beste, was geschehen könnte, bezeichnete sie den Wunsch (den sie als nicht realisierbar konstruiert hatte), dass sie alles ihrer Mutter erzählen könnte und dass diese ihr helfen würde, einen Weg zu finden.

THERAPEUTIN: Marieka, nun sehe ich etwas klarer. Du scheinst mir gute Gründe zu haben, dass dein Stiefvater vom Geheimnis nichts erfährt. Auf jeden Fall nicht zum jetzigen Zeitpunkt. Wenn ich deine Antworten auf meine Fragen bedenke, scheint es mir jedoch fast, es könnte sinnvoll sein, wenn deine Mutter davon erfahren würde, vorausgesetzt, sie käme dadurch nicht in Schwierigkeiten. Du machst mir Eindruck, wie einfühlsam du bist mit deiner Mutter und wie du sie nicht belasten willst. Du nimmst es eher auf dich, das Geheimnis für dich zu behalten. Sag einmal, angenommen, nur angenommen, es würde deiner Mutter gelingen, mit dem Geheimnis, das du ihr anvertrauen würdest, klarzukommen, würdest du es gerne mit ihr teilen?

MARIEKA: Ja klar, aber das wird nie so sein?

THERAPEUTIN: Nun, deine Großmutter scheint deiner Mutter viel zuzutrauen.

MARIEKA: Die kennt meinen Stiefvater nicht.

THERAPEUTIN: Da hast du recht, und es scheint mir, deine Großmutter denkt, deine Mutter ist eine starke Frau.

MARIEKA: Ja, das tut sie. Wissen Sie, sie hat mir immer gesagt, deine Mutter ist in der Schweiz, und es ist nicht sicher, ob es ihr gelingen wird, dich zu holen. Als sie mich dann wirklich holte, war meine Großmutter traurig, aber auch sehr beeindruckt, dass meine Mutter es geschafft hatte, mir eine gute Möglichkeit für eine Ausbildung zu geben. Und diese Chance will ich nutzen.

THERAPEUTIN: Ja, das ist sinnvoll. Wie wäre es denn, wenn ich dir verspreche, deinem Stiefvater gegenüber bestimmt nichts zu sagen, und wir hier Wege suchen könnten, wie du allenfalls mit deiner Mutter über die Situation sprechen könntest?

MARIEKA: Glauben Sie wirklich, dass das möglich sein wird?

THERAPEUTIN: Das kann ich dir nicht versprechen. Es ist einen Versuch wert. Ich würde dich da gerne unterstützen.

MARIEKA: Also, kein Sterbenswörtchen zu meinem Stiefvater, und mit meiner Mutter werden wir sehen.

Marieka erzählte mir in der Folge, dass sie gerade einen illegalen Schwangerschaftsabbruch hinter sich hatte. Ihre Mutter hatte sie vor dem jungen Mann gewarnt, aber sie hatte nicht auf ihren Rat gehört.

Gemeinsam besprachen wir, wie wir die Mutter einbeziehen könnten.

Marieka lud ihre Mutter zu einem gemeinsamen Gespräch mit mir ein. Sie wollte ihrer Mutter sagen, was geschehen war, und sie auch bitten, mit ihr zur Frauenärztin zu gehen.

In dieser gemeinsamen Therapiestunde mit der Mutter geschah etwas Berührendes: Nachdem Marieka von ihrer ungewollten Schwangerschaft erzählt hatte, berichtete die Mutter ihrer Tochter erstmals, wie es ihr ergangen war, als sie als junge Frau mit Marieka ungewollt schwanger wurde. Wie alleine sie sich gefühlt hatte und wie schwierig es damals war für sie. Dieses Gespräch zwischen Mutter und Tochter wurde zum Anfang einer wesentlich besseren Beziehung zwischen den beiden.

Aus meiner Sicht wurde diese positive Wende unter anderem möglich durch das Hinterfragen der Konstruktion »Geheimnis«.

Zusammenfassung

- Sich Gedanken machen zur Schweigepflicht und persönlichen Stil finden.
- Wahrnehmungskonstruktion »Geheimnis« und »geheim« offen und mit Neugierde hinterfragen.
- Neue Aspekte, die sich nach dem Hinterfragen der Konstruktion »Geheimnis« unter Umständen ergeben, nutzen.
- Informationen ordnen und formales Prozedere mit Klient festlegen.
- Informationsfluss transparent gestalten.

Fehlende Motivation

In Kursen sind unmotivierte Kinder und Jugendliche immer wieder ein Thema. Die Frage lautet: Was kann man tun, wenn Jugendliche nicht motiviert sind?

Steve de Shazer pflegte auf diese Frage zu antworten: »Das ist keine hilfreiche Art, über Klienten nachzudenken. Menschen sind grundsätzlich zu etwas motiviert, vielleicht nur nicht zu dem, was von ihnen verlangt wird. «

Ausgehend von dieser Annahme, muss die Beschreibung lauten: Ich habe es mit einem Klienten zu tun, der für X und Y motiviert ist und für Z keine oder noch keine Begeisterung zeigt.

Wir beeinflussen den Beratungsprozess ganz wesentlich durch die Art und Weise, wie wir unsere Klienten beschreiben, und durch das, was wir über sie denken. Ich habe mir deshalb angewöhnt, hie und da meine Beschreibung laut auszusprechen und mir dabei zuzuhören. Ich möchte Sie auffordern, dies am nachstehenden Beispiel einmal zu tun.

Sagen Sie einmal laut: »Max ist ein unmotivierter Jugendlicher«, und stellen Sie sich vor, es ist Ihre Aufgabe, mit dem unmotivierten Max zu arbeiten.

Danach sagen Sie laut zu sich: »Max ist an Musik und Mädchen interessiert, und für die Schule kann er sich nicht motivieren.«

Mit welchem Klienten hätten sie eher Lust zu arbeiten?

Beim unmotivierten Max verspüre ich persönlich eine große Last. Ich habe das Gefühl, ich müsse bei null beginnen. Bei Max, der sich für Musik und Mädchen interessiert, ist etwas vorhanden, woran ich anknüpfen kann; es kommen mir auch viel eher Fragen in den Sinn, die ich ihm stellen könnte.

Was ist ausschlaggebend dafür, dass sich Menschen anstrengen und etwas verändern wollen?

Motivierte⁴ Klienten sind solche, die vorwärtskommen wollen. Menschen strengen sich am ehesten an, wenn sie das erreichen können, was sie wollen, oder wenn sie in dem, was sie erreichen müssen, zumindest für sich einen gewissen Grad an Nützlichkeit entdecken. Der Motor für Veränderung ist der persönliche Wunsch, etwas zu erreichen, das sich in irgendeiner Weise lohnt, und auch die Überzeugung, die Voraussetzungen zu haben, dieses Ziel zu erreichen.

Nun ist es aber so, dass Menschen, besonders aber Kinder und Jugendliche, sehr oft Dinge erreichen müssen, die sie sich nicht zu erreichen wünschen und wozu sie oft auch nur wenige Fähigkeiten haben. Da ist es nicht möglich, aus dem vorgegebenen Ziel Energie zu schöpfen. Es schleichen sich eher eine Trägheit und eine Interes-

⁴ Das Verb »motivieren« hat mit dem lateinischen Verb *movēre* (*movēo, movi, motus*) = »(sich) bewegen« zu tun; »motivieren« in der Bedeutung »zu etwas bewegen, anregen, motivieren« kam nicht im 18. Jahrhundert über das französische *motiver*, sondern erst in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts über das englische *to motivate* ins Deutsche (siehe u. a. Drosdowski 1989).

senlosigkeit ein, die bei Außenstehenden oft den Eindruck erwecken, die betreffenden Jugendlichen zeigten für gar nichts Begeisterung. Nicht selten verlieren auch die Jugendlichen selbst Zugang zu ihrer Vitalität, und es scheint eine enorme Leere vorhanden zu sein. Häufig steht hinter fehlender Motivation auch eine lange Geschichte von Misserfolgen.

Klienten darin zu unterstützen, wieder an ihre Ressourcen zu glauben, und ihnen zu helfen, ihre Selbstwirksamkeit neu zu entdecken, kann sehr langwierig sein. Dabei hilft die unbeirrbar Überzeugung, dass auch diese Klienten einmal neugierige, unternehmungslustige Kleinkinder waren, die voller Tatendrang die Welt erobern wollten.

Es braucht von den Beratenden viel Kreativität. Kreativität unter anderem auch dafür, die verschiedensten Unterstützungsarten zu evaluieren, die nützlich sein könnten. Oft zeigen Bemühungen im Bereich Arbeitseinsatz oder Erlebnispädagogik nämlich wesentlich mehr Erfolg als eine Beratung.

Vorgehen

- Nützliche Unterstützungsform evaluieren. Entmutigung beachten und Rahmen suchen, der Erfolgserlebnisse ermöglicht: Arbeitseinsatz, Schulwechsel, Erlebnispädagogik.
- In der Beratung: explorieren, wozu der Klient motiviert ist.
- Auf Selbstwirksamkeit fokussieren (siehe 8).

Bei einer ausgeprägten Null-Bock-Stimmung kann es sehr schwierig sein, irgendeinen Einstieg ins Gespräch zu finden. Neben all den anderen Möglichkeiten die anderenorts in diesem Buch beschrieben werden (Wertschätzung der Präsenz, Würdigung der Unfreiwilligkeit, alternative Kommunikationsformen), hat sich die unten beschriebene Exploration des erwünschten Lebens in zehn bis 15 Jahren als hilfreich erwiesen. Experimentiert habe ich bei Jugendlichen aus sozial benachteiligten Schichten auch mit der Frage, was sie tun würden, wenn sie den Hauptgewinn im Lotto gemacht hätten.

Das Leben in zehn Jahren

Stell dir einmal vor, es ist zehn Jahre später. Fragen:

- Wie möchtest du, dass dein Leben aussieht?
- Wo möchtest du leben, mit wem möchtest du zusammen sein?

- Welche Dinge möchtest du besitzen?
- Welche Abwechslungen wären für dich wichtig?
- Wie möchtest du, dass dein Tag aussieht?
- Welchen Tätigkeiten möchtest du nachgehen?
- Was werden andere von dir sagen?
- Wem wirst du was bewiesen haben?
- Wer wird am meisten überrascht sein über das Leben, das du führst?
- Wer hat dir dies bereits vor zehn Jahren zugetraut?

Die Wirkung dieser Beschreibung ist ähnlich wie bei der Wunderfrage. Es ist eine Einladung, sich einen erwünschten Zustand auszumalen, ohne zunächst sich Gedanken machen zu müssen, wie er erreicht werden kann. Anders als bei der Wunderfrage ist der zeitliche Abstand, in dem das Wunder als geschehen angenommen wird, viel größer.

Der Beratende muss neugierig und offen sein für die Welt, die geschildert wird. Er muss Detailfragen stellen bei der Schilderung des schnellen Autos, der schönen Kleider, der Loftwohnung, den Ferien in der Karibik und dessen, was auch immer mehr genannt wird. Meistens zeigen die Befragten dabei Energie und eine gewisse Begeisterung. Es geht darum, diese Energie zu nutzen und die Hoffnung zu nähren, dass bestimmte Teile dieser Traumvorstellung Wirklichkeit werden können. Die Jugendlichen müssen spüren, dass wir bereit sind, sie auf dem Weg zu diesem Traum zu unterstützen, und wir auch überzeugt sind, dass sie Teile davon realisieren können.

Wie bei der klassischen Wunderfrage wird exploriert, wann es bereits ein ganz klein wenig so war wie das Traumleben in zehn Jahren. Mit der Skalafrage wird die Brücke zur Realität geschlagen und ein erster Schritt formuliert.

Es kann nicht genug betont werden, dass vonseiten des Beraters das Erkennen und Benennen der bereits vorhandenen Kompetenzen äußerst wichtig ist. Viele der angeblich nicht motivierten Jugendlichen sind hoffnungslos und haben ein niedriges Selbstwertgefühl.

Mangelnde Motivation bei materiellem Überfluss

Materieller Überfluss und, damit verbunden, die Tatsache, dass der Einsatz eines jungen Menschen zum Leben nicht wirklich notwendig ist, führt oft zu mangelnder Bereitschaft, sich einzusetzen.

Beispiel: Der Gesprächsfokus verschiebt sich

Ausgangslage

Eltern wünschten eine Beratung, weil ihre beiden Kinder, 15- und 17-jährig, sich zu nichts motivieren ließen. Vor allem die Mutter fühlte sich ausgenutzt und nur gut genug, die Kinder zu bedienen und ihre Wünsche zu erfüllen. Verlangte sie etwas, kam es zu einem langen Disput. Auf meine Frage nach Ausnahmen wurde klar, dass, wann immer die Kinder einen materiellen Vorteil erlangen konnten, sie bereit waren, zum Beispiel im Haushalt etwas zu tun. Diese Belohnung mit Geld, Markenkleidern, CDs und vielem mehr wurde bereits sehr lange praktiziert. Eigentlich hatten die Kinder bis anhin nie etwas getan, ohne dafür etwas Materielles zu bekommen. Diese Verwöhnung wurde durch die Großeltern sowohl von der väterlichen wie der mütterlichen Seite noch verstärkt.

Verlauf

THERAPEUTIN: Verstehe ich Sie richtig, Sie wünschen sich von Ihren Kindern eine gewisse Mithilfe, ohne dass sie dafür materiell belohnt werden?

MUTTER: Ja, genau.

THERAPEUTIN (zum Vater): Ihre Frau hat vorhin erwähnt, dass Sie denken, es wäre gut, die Jugendlichen würden hie und da auch von sich aus etwas für die Gemeinschaft tun.

VATER: In diesem Alter ist es doch nicht zu viel verlangt, wenn sie das Geschirr abräumen oder den Geschirrspüler leeren.

THERAPEUTIN: Ich höre zwei Forderungen. Forderung eins: Gewisse Handreichungen werden erwartet, ohne dass materielle Belohnung in Aussicht gestellt wird, und Forderung zwei: Die Kinder sollten von sich aus, ohne Aufforderung, gewisse Mithilfe leisten. Ist das richtig so?

(Die Eltern nicken.)

THERAPEUTIN: Welche der beiden Forderungen ist vordringlicher? Ohne Belohnung oder aus eigener Initiative?

VATER: Da sind wir uns nicht ganz einig, ich meine, aus eigener Initiative ist ausschlaggebend, schließlich können wir uns die Belohnungen materiell ohne Weiteres leisten. Meine Frau denkt wohl eher, es sollte erreicht werden ohne Belohnung.

THERAPEUTIN: Auf was werden sie sich einigen?

VATER: Sie als Fachfrau, was, denken Sie, ist vorrangig?

THERAPEUTIN: Ich denke, beide Forderungen sind angemessen. Wichtig scheint mir aus Erfahrung, dass Sie sich einigen können und die Kinder Ihre klare Haltung spüren.

VATER: Nun gut, dann eben ohne Belohnung, meine Frau ist ja mehr um die Kinder als ich.

THERAPEUTIN: Es scheint, Sie nehmen die Bedürfnisse Ihrer Frau wahr, schön. [Pause.] Hm. [Zum Vater:] Was sagt Ihnen, dass Sie so ohne Weiteres hinter dem Anliegen Ihrer Frau stehen können? Das ist nicht immer so leicht.

VATER: Sehen Sie, ich leite einen großen Betrieb. Ich weiß, was es braucht, um im Leben weiterzukommen, und da kann es wohl nicht schaden, wenn die Jungmannschaft den Gürtel etwas enger schnallen muss, schließlich musste dies unsereins auch. Also, ich stehe hinter der Forderung meiner Frau.

THERAPEUTIN: Sie haben sehr recht, etwas zu tun, ohne dafür belohnt zu werden, ist eine Fähigkeit, die für das spätere Leben sicher von Nutzen sein kann, und ich realisiere, dass es Ihnen wichtig ist, Ihre Kinder für das spätere Leben vorzubereiten. – Also angenommen, Sie hätten das Ziel erreicht, und Ihre beiden Kinder würden Handreichungen ohne materiellen Anreiz leisten, wie genau sähe dies aus? Lassen Sie mich diese Frage anders stellen. Stellen Sie sich vor, Sie gehen nach dieser Stunde nach Hause und tun, was immer noch zu tun ist, und irgendwann gehen Sie alle zu Bett, und während Sie schlafen, geschieht ein Wunder ... und diese Schwierigkeit mit den materiellen Belohnungen ist gelöst ... einfach so. Da Sie alle geschlafen haben, weiß aber niemand, dass dieses Wunder geschehen ist. Wie würden Sie als Mutter und Sie als Vater morgen früh oder im Laufe der nächsten Tage und Wochen entdecken, dass ein Wunder geschehen ist? [Es gilt, die Konsequenzen beschreiben zu lassen, die das Erreichen des Ziels zur Folge haben wird.]

MUTTER: Das würde ich gleich am Morgen merken, wenn die beiden ihr Geschirr vom Morgenessen in den Geschirrspüler stellen würden, und dann, wenn unsere Tochter mit dem Hund einen Spaziergang macht. Sie wollte doch so unbedingt ein Tier haben, und nun liegt alle Arbeit bei mir.

THERAPEUTIN: Die Jugendlichen würden das Geschirr wegstellen, und das mit dem Hund ginge auch in Ordnung. Wie würden Sie darauf reagieren? Was würden Sie tun?

MUTTER: Ich wäre zunächst sehr erstaunt, das wäre wirklich ein Wunder. Es wäre natürlich angenehm.

THERAPEUTIN: Denken Sie, Ihre Kinder würden realisieren, dass Sie angenehm überrascht sind? Woran würden Sie dies merken?

MUTTER: Ich nehme schon an ... also loben, würde ich sie nicht dafür, schließlich erfüllen sie ja nur eine Abmachung.

THERAPEUTIN: Wie würden sie es merken?

MUTTER: Ich würde sicher ein nettes Gesicht machen und mich bedanken.

THERAPEUTIN (zum Vater): Woran würde Sie merken, dass ein Wunder geschehen ist?

VATER: Hm, weiß nicht ... ich habe Ihnen ja gesagt, dass es mich nicht so stört Ich glaube, meine Frau würde weniger über die Kinder schimpfen, wenn ich nach Hause komme, ja wissen Sie, das ist so unangenehm, wenn ich nach Hause komme, muss ich mir immer diese Vorwürfe anhören ...

THERAPEUTIN: Also, was würde Ihre Frau stattdessen tun?

VATER: Nun, sie würde mich wie früher nett begrüßen oder mir etwas Gutes erzählen über die Kinder, wie damals, als sie noch klein waren. Sie hat ja unbedingt Kinder gewollt ...

THERAPEUTIN: Was genau wird sie tun, wenn sie Sie nett begrüßt?

VATER: Nun, sie würde mir einen Kuss geben.

MUTTER: Das würde ich auch heute tun, wenn du zu mir kommen würdest. Du kommst heim, rufst »Hallo!« und verschwindest hinter der Zeitung. Früher kamst du zu mir zum Beispiel in die Küche, und wir haben uns begrüßt.

THERAPEUTIN (zum Vater): Und wie werden Sie auf diesen Kuss reagieren?

VATER: Nun, ich würde ihr auch einen geben Kuss natürlich und vielleicht etwas erzählen vom Betrieb.

THERAPEUTIN: Verstehe ich recht, es könnte sein, dass Sie sich etwas über den Tag unterhalten, einfach gerade dort, wo Ihre Frau sich zu diesem Zeitpunkt gerade befindet?

VATER: Na ja ...

THERAPEUTIN (Dissonanzen beim Paar überhören! Es ist wichtig, beim Thema zu bleiben, das die Eltern vorgebracht haben. – Zur Mutter): Woran würden Sie noch merken, dass das Wunder geschehen ist?

MUTTER: Wenn auch mein Mann mehr mithelfen würde.

Die Mutter nimmt die Paardynamik nochmals auf. Es gilt, als Beraterin fokussiert zu bleiben!

THERAPEUTIN: Das Wunder ist, Ihre beiden Kinder werden auch ohne Belohnung die Aufträge, die man ihnen gibt, ausführen.

MUTTER: Sie würden akzeptieren, dass es Dinge gibt, die nun einmal getan werden müssen?

THERAPEUTIN: Hm ...

MUTTER: Ich hätte dann das Gefühl, dass alle etwas zur Gemeinschaft beitragen.

THERAPEUTIN: Und was müsste am ehesten geschehen, damit dieses Gefühl aufkommen kann, ich meine, was könnte ich nach dem das Wunder auf einem Video die Jugendlichen machen sehen, was jetzt noch nicht der Fall ist?

MUTTER: Abwechslungsweise würde jemand zum Beispiel das Nachtessen vorbereiten und einkaufen gehen. Ich hätte etwas mehr Zeit für meine künstlerische Tätigkeit.

VATER: Wissen Sie, vor unserer Heirat war meine Frau eine recht bekannte Keramikerin, aber mit den Kindern hat sie das dann aufgegeben.

THERAPEUTIN (zur Mutter): Höre ich richtig, wenn das Wunder geschehen ist, hat jedes Mitglied der Familie die Möglichkeit, interessante Dinge zu tun und auch seine Pflichten ...

MUTTER: Ja, ich glaube, erst jetzt realisiere ich, um was es mir geht. Ich möchte Dinge tun, für die ich mich interessiere, für die ich wertgeschätzt werde und Anerkennung kriege. Ich meine, nicht nur die Hausarbeit erledigen.

VATER: Also, du kannst dich nicht beklagen. Im Übrigen hast du so viel Geld zur Verfügung, wie du willst.

Die Mutter bringt erneut einen Aspekt auf, der nicht nur die Kinder betrifft. Ich werte dies als Zeichen, dass allgemein das Zusammenleben wichtig ist, und nehme das Thema auf.

THERAPEUTIN: Von Ihrer Frau höre ich, dass, wenn das Wunder geschehen ist, ein gewisses neues Selbstverständnis in Ihrer Familie herrschen wird und Sie sich gegenseitig unterstützen und Anerkennung geben. – Ich frage mich, ob Sie dies als Vater auch schätzen würden?

VATER: Einmal Anerkennung zu kriegen für alles, was ich für diese Familie tue? ... Das wäre etwas!

THERAPEUTIN: Wann war es denn in letzter Zeit schon ein klein wenig wie nach dem Wunder?

MUTTER: Also, dass mein Mann heute hier ist, grenzt an ein Wunder!

THERAPEUTIN: Sie schätzen es also sehr, dass er sich heute Zeit genommen hat?

MUTTER: Ja, schließlich sind es ja auch seine Kinder.

THERAPEUTIN: Haben Sie das nun als Anerkennung gemeint?

MUTTER: Hm, ich weiß nicht, nicht nur, er sollte wirklich mehr Anteil nehmen am Leben der Kinder, jetzt, da sie groß sind.

THERAPEUTIN: Also, Ihre Bemerkung von vorhin war zum Teil als Anerkennung gemeint, verstehe ich Sie da richtig?

VATER: Wissen Sie, jetzt, hier mit Ihnen, merke ich, meine Frau ... und wahrscheinlich auch ich sagen etwas Positives, und dann hängen wir da noch so einen Nachsatz an, der alles gleich wieder dreht, wie vorhin das »... schließlich sind es ja auch seine Kinder«.

THERAPEUTIN: Sie sagen also, dass in Ihrer Familie schon Anerkennung ausgesprochen wird?

VATER: Ich meine, schon, aber dann sind ebendiese Nachsätze, wie ich vorhin sagte ...

THERAPEUTIN: Was würden Sie sagen auf einer Skala von 0 bis 10, wenn 10 dafür steht, wir geben uns in unserer Familie regelmäßig Anerkennung

und Unterstützung, o für das Gegenteil, wo sehen Sie die Situation zurzeit?

VATER: Wissen Sie, das kommt sehr häufig vor, aber eben, wie ich sagte, wir schütten das Wunder immer wieder zu und merken dann nicht, dass es schon geschieht. – Also, meine Frau ist bei einer 6, ich bei einer 3–4 und die Kinder zwischen 2 und 3.

THERAPEUTIN: Wie sehen Sie das als Mutter?

MUTTER: Ich hätte nie gedacht, dass mein Mann das so sieht. Ich sehe alles noch etwas tiefer, aber ich bin einverstanden, dass wir nicht bei o sind, es ist wechselnd.

THERAPEUTIN: Bevor ich nun eine Pause mache, gibt es noch etwas Wichtiges, was ich wissen müsste, etwas, was Sie mir mitteilen wollten?

(Die Eltern verneinen.)

Überlegungen in der Pause

Ich spreche mit Eltern, die sich wünschen, dass ihre Kinder das, was man von ihnen verlangt, ausführen, ohne besonders dafür belohnt zu werden. Das war der Ausgangspunkt. Im Verlauf unseres Gesprächs wurde klar, dass es unter anderem wahrscheinlich auch um die Verteilung der Routinearbeit geht und um gegenseitige Anerkennung. Unter den Erwachsenen wird Anerkennung ausgesprochen, aber oft mit einem Nachsatz versehen, der die Wirkung blockiert.

Die Eltern haben sich beide im Gespräch engagiert. Sie wollen ihre Kinder gut aufs Leben vorbereiten. Die Familie befindet sich in einem Übergang.

Rückmeldung

THERAPEUTIN: Ich möchte mich bei Ihnen für das offene Gespräch bedanken und hoffe, dass es auf irgendeine Weise nützlich sein wird. Sie konnten Ihre Situation sehr klar schildern, und es scheint mir, sie sind in Ihrer Familienentwicklung an einem Übergang. Ich weiß nicht, ob Sie vertraut sind mit der Idee, dass Familien verschiedene Stadien durchlaufen: Kleinkinderfamilie, Familie mit jüngeren Schulkindern, mit älteren Schulkindern, Familie mit Teenagern. In jedem dieser Stadien steht etwas anderes im Vordergrund. Und es ist ganz normal, dass es bei den Übergängen oft schwierig wird. Es scheint, Sie haben ganz richtig realisiert, dass etwas Neues kommen muss, etwas, das viele Eltern übrigens oft viel zu spät merken. Sie dürfen und müssen Dinge von Ihren Kindern verlangen, und was sie für Ihre Leistung kriegen, ist ein nettes Wort im Sinne eines anerkennenden Satzes und das Gefühl, nützlich zu sein.

Als Experiment möchte ich Ihnen vorschlagen, dass Sie einige Routinearbeiten aufschreiben und die Jugendlichen danach wählen lassen, welche Arbeiten sie übernehmen wollen. Ohne materielle Belohnung, versteht sich. Dabei muss klar sein, dass jedes Familienmitglied etwas übernimmt, das ist nicht verhandelbar. Wenn Sie Ihre Kinder wählen lassen, was sie übernehmen, bleibt eine gewisse Freiheit, und das ist etwas, was Jugendliche schätzen.

Ich möchte Ihnen außerdem vorschlagen, dass Sie als Eltern in der nächsten Zeit genau beobachten, wann, wo und wie Sie Anerkennung aussprechen und welchen Unterschied dies macht.