



Lösungsorientierte Interventionsmöglichkeiten in Lagern mit Konfirmandinnen und Konfirmanden

**Eine Anregung für Lagerleiterinnen und Lagerleiter
von Pfarrer Christoph Herrmann**

Sprachliche Werkzeuge für die Lagerarbeit

	Der Autor – ein Kurzporträt	5
1.	Einleitung	7
1.1	Die Werkzeugkiste	7
1.2	Zu dieser Arbeit	7
2.	Das besondere an kirchlichen Lagern – eine kleine Gedankensammlung	8
3.	Weg vom Problemdenken - hin zur Konstruktion von Lösungen	9
3.1	Lösungsorientierte Gesprächsführung	9
3.2	Grundlagen der lösungsorientierten Gesprächsführung	9
4.	Werkzeuge – Interventionsmöglichkeiten in Einzelgesprächen	11
4.1	Die Haltung	11
4.2	Sprache	11
4.3	Beziehungsgestaltung	12
4.3.1	Smalltalk	12
4.3.2	Komplimente	12
4.3.3	Reframing	13
4.3.4	Verallgemeinerung	13
4.4	Frageformen zur Lösungsfindung	13
4.4.1	Die Frage nach dem Problem	13
4.4.2	Zielorientiertes Fragen	13
4.4.3	Realisierungsfragen	14
4.4.4	Fragen nach den Ausnahmen vom Problem	14
4.4.5	Die Frage nach der Meinung der Anderen	15
4.4.6	Skalenfragen	15
4.4.7	Copingfragen	16
4.4.8	Anschluss- oder Abschlussfragen	16
4.5	Gruppengespräche	16
5.	Beispiele	17
5.1	Vorlagertreffen	17
5.2	Ich will nach Hause	17
5.3	Ein Rachefeldzug der besonderen Art	18
6.	Andere Beispiele zum Üben	20
7.	Schlusswort	21
8.	Literaturangaben und Dank	22
	Persönliche Notizen	23

Impressum

Herausgeberin ©

Evangelisch-reformierte Kirche des Kantons BL
Obergestadeck 15, 4410 Liestal
im August 2010

Konzept, Texte
Satz, Layout

Christoph Herrmann, Pfarrer, Oberwil, Dezember 2009
Fachstelle Kommunikation ERK BL, Liestal

4
Auflage

Schaub Medien, Sissach
300 Exemplare

Der Autor – ein Kurzporträt

Christoph Herrmann, Pfarrer, 1980 in Riehen konfirmiert und seitdem im Konfirmationsunterricht und vielen, vielen Lagern dabei – Theologiestudium, anschliessend Vikariat in der Johannesgemeinde in Basel.

Von 1990-2005 Pfarrer in Reinach (BL) mit dem Schwerpunkt Kinder, Jugend und Konfirmationsunterricht, seit 2005 in der reformierten Kirchgemeinde Oberwil-Therwil-Ettingen.

Ausbildung in LOS (Lösungsorientierte Seelsorge) bei Verena Meyer in Oerlikon seit 2003.



1. Einleitung

Lager mit Konfirmandinnen und Konfirmanden sind für mich Höhepunkte in meiner Arbeit als Pfarrer der reformierten Kirche. Sie sind immer spannend, bereichernd, lustig und herausfordernd zugleich. Die Anregungen in diesem Heft handeln von Möglichkeiten mit den Herausforderungen im zwischenmenschlichen Bereich umzugehen – von Problemen und deren Lösungen. Ich schreibe über Lager mit Konfirmandinnen und Konfirmanden, da ich hier bis heute die meisten Erfahrungen sammeln konnte. Es versteht sich von selbst, dass sich die Interventionsmöglichkeiten auch in anderen Lagern mit Jugendlichen und Kindern anwenden lassen.

1.1. Die Werkzeugkiste

Zu meinem 14. Geburtstag habe ich eine Werkzeugkiste geschenkt bekommen. Die Kiste glänzte wunderbar metallisch blau. Damals bestand ihre Grundausrüstung aus Hammer, Zange, Fuchsschwanz und ein paar Schraubenschlüsseln. Im Laufe der Zeit hat sie sich weiter gefüllt: Meter, diverse Zangen, Kabelbinder, Schraubenzieher, Akkubohrer und vieles andere mehr lassen sich in ihr finden.

Die Kiste glänzt noch immer. Gerne greife ich auf ihren Inhalt zurück, wenn es gilt, eine Lampe aufzuhängen, zu dübeln oder zu feilen. Ein Handwerker bin ich trotzdem nicht geworden. Ich bin aber froh um die Kiste und deren Werkzeuge. Dank ihrer Hilfe kann ich einfache Reparaturen eigenhändig ausführen – ohne grossartige Ansprüche an mich selber und mein handwerkliches Geschick zu stellen.

Die folgenden Gedanken und Anregungen verstehe ich auch als eine Art Werkzeugkiste.

Es braucht viel Zeit, um die Methode der lösungsorientierten Gesprächsführung zu erlernen, damit sie zu professioneller Anwendung kommen

kann. Jedoch lassen sich einzelne Interventionsmöglichkeiten schnell und unkompliziert einsetzen und ausprobieren.

Nur Mut, auch wenn einmal der Daumen unter den Hammer gerät oder das Bohrloch viel zu ausgefranst für den Dübel werden sollte. Es kommt auf die Haltung an, mit der ich meinem Gegenüber begegne.

1.2. Zu dieser Arbeit

Dieses Heft gliedert sich in sieben Abschnitte. Nach der Einleitung skizziere ich aus meiner Sicht das Besondere, das sich mit kirchlichen Lagern mit Jugendlichen verbindet.

Es folgt eine kurze Beschreibung dessen, um was es bei der lösungsorientierten Gesprächsführung geht und deren Grundlagen.

Der vierte Abschnitt handelt ausführlich von den Werkzeugen, d.h. den Interventionsmöglichkeiten in Gesprächen, wobei die Haltung der Lagerleitenden gegenüber den Jugendlichen eine zentrale Rolle einnimmt.

Es folgen Beispiele aus meiner eigenen Lagerarbeit und Anregungen, die Interventionsmöglichkeiten an konkreten Situationen auszuprobieren. Zum Weiterlesen füge ich am Schluss der Arbeit einige Literaturangaben an.

2. Das Besondere an kirchlichen Lagern – eine kleine Gedankensammlung

- Mit dem Konfirmationsunterricht ist für mich untrennbar ein Lager mit Konfirmandinnen und Konfirmanden verbunden.
- Das Lager bietet die Möglichkeit, dass sich die Unterrichtenden und die Jugendlichen in einem Umfeld ausserhalb des Unterrichtszimmers von ganz verschiedenen Seiten kennenlernen.
- Themen des Glaubens und des kirchlichen Lebens haben während des Lagers viel selbstverständlicher ihren Platz als in der wöchentlichen Stundentafel der 15-jährigen.
- Das Zusammensein während mehreren Tagen ermöglicht es Elemente der Erlebnispädagogik aufzunehmen.
- Die Dichte des Zusammenlebens und die gemeinsamen Erlebnisse bieten die Möglichkeit für Gespräche unterschiedlicher Art.
- Die aus verschiedenen Schulen zusammengewürfelte Gesellschaft von Jugendlichen steht vor der Herausforderung einer positiven Gruppenbildung.
- Während des Lagers werden sich immer wieder Situationen ergeben, die nach Lösungen rufen.
- In Einzelgesprächen tauchen Themen auf, die einer Veränderung bedürfen.
- Das Lager bietet allen Beteiligten die Möglichkeit, ihre Sozialkompetenz zu erweitern und Neues auszuprobieren.
- In der Art und Weise wie die Lagerleiterinnen und die Lagerleiter den Jugendlichen begegnen, erfahren diese ein Stück gelebtes Christentum.

mand weiss wieso, Kai schlägt Luzius mit der Faust auf die Nase, Lia weigert sich im Lagerprogramm mitzumachen, Ramona ist betrunken und Cédric jagt durch das Lager und wütet in der Küche: Problemfreie Lager gibt es nicht. Deshalb bieten gerade Lager die Chance, einen neuen Umgang mit Schwierigkeiten zu erlernen – weg vom Problemdenken – hin zur Konstruktion von Lösungen.

3. Weg vom Problemdenken – hin zur Konstruktion von Lösungen

Wie sich auf oben genannte und andere Situationen im Gespräch reagieren lässt, davon handelt die Methode der lösungsorientierten Gesprächsführung.

3.1. Lösungsorientierte Gesprächsführung

Die Methode der lösungsorientierten Gesprächsführung ist eine Fragetechnik.

Sie fragt nicht nach Problemen: «*Was ist dein Problem?*» oder «*Was macht dir Mühe?*» Die Methode geht davon aus, dass die Auseinandersetzung mit Problemen beim Gegenüber ein Problem-Bewusstsein oder eine Problem-Identität schafft.

Deshalb fragt sie nach Lösungsmöglichkeiten: «*Was möchtest du ändern?*» oder «*Wie wäre es denn für dich gut?*» Sie will beim Gegenüber ein Lösungs-Bewusstsein oder eine Lösungs-Identität schaffen.

Natürlich muss ich manchmal nachfragen, wenn ich bei meinem Gegenüber verstehen will, was Sache ist – in allem aber gilt der Grundsatz: Ich frage nicht problemorientiert. Sondern: Ich möchte wissen, was mein Gegenüber ändern will und wie er oder sie das will und kann. Ich frage lösungsorientiert.

Dabei fallen Lösungen nicht einfach vom Himmel. Es braucht von allen Beteiligten Geduld, um Schritt für Schritt den Weg zu einer Problemlösung zu gehen. Häufig machen sich Menschen auch ganz einfach auf den Weg zu einem Ziel – deshalb heisst die Methode lösungsorientiert.

Lösungsorientiert heisst dann auch, dass es nicht für alles unbedingt eine Lösung gibt – Lösung kann auch heissen: *Ich habe die Kraft eine Situati-*

on auszuhalten und durchzustehen!

Die lösungsorientierte Gesprächsführung bedient sich dabei einem Mittel, das mit dem Fremdwort «Suggestion» bezeichnet wird. Suggestion stammt vom lateinischen Wort *sub* – gerere, was sich mit «im Vorbewussten handeln» übersetzen lässt – oder einfacher: «Unter – jubeln».

In schwierigen Momenten juble ich meinem Gegenüber folgende Gedanken unter: «*Es gibt Wege aus deinem Problem; du darfst deinen eigenen Weg finden und gehen; und du kannst diesen Weg gehen.*» Unterjubeln meint dabei keine unechte Haltung, sondern die Freude daran, dass da Mittel und Wege sind, Lösungen zu finden.

Meine Lehrerin, Verena Meyer in Oerlikon, hat den einfachen Satz geprägt: «Was du anschaust, wächst!» Schau ich nur auf das Problem, so wächst das Problem. Schau ich auf das, was ich anders haben möchte, so wächst die Hoffnung auf eine Lösung.

3.2 Grundlagen der lösungsorientierten Gesprächsführung

Bereits Sokrates, der Philosoph aus dem alten Athen (469-399 v. Chr.), bediente sich einer Form der lösungsorientierten Gesprächsführung. Von Platon, einem seiner Schüler, wird überliefert, dass Sokrates seine Gesprächstechnik «Hebammenkunst» nannte.

Im Gespräch, durch ein geniales Frage- und Antwortspiel, half er seinen Gesprächspartnern Einsichten über Gerechtigkeit, Wahrheit und Tugenden zu gebären – ohne dass er selber dazu in langen, ausufernden Reden beigetragen hätte.

Der von Sokrates in Kurzform überlieferte Satz: «Ich weiss, dass ich nichts weiss!», lässt sich auf die philosophische Bewegung des Konstruktivis-

mus im 20. Jahrhundert übertragen. Konstruktivismus ist meistens mit der Ansicht verknüpft, dass Wissen, Erkenntnisse, Zusammenhänge, Ideen und andere Inhalte vom Menschen konstruiert sind, also nicht naturgegeben sind.

Für die lösungsorientierte Gesprächsführung ist die Einsicht wichtig, dass erst im Gespräch Wirklichkeit entsteht. Es gibt keine scheinbar richtigen Standpunkte, sondern immer eine Vielfalt von Möglichkeiten, Lösungen zu finden und anzugehen.

So entwickelt jeder Mensch im Gespräch mit anderen eine Sicht der Wirklichkeit und Lebensmöglichkeiten für sich selber, die ihm oder ihr helfen, das Leben zu leben.

Es gibt also im Grunde keine objektive Wirklichkeit, nur die Wirklichkeit, die ich mir durch das Gespräch mit anderen selbstverantwortlich konstruiere.

Als Begründer der Methode der lösungsorientierten Gesprächsführung gelten Steve de Shazer (1940-2005) und seine Frau Insoo Kim Berg (1934-2007) aus den USA. Sie begegnen den Menschen, die eigentlich ihren Rat suchen, in einer Haltung des Nichtwissens und fragen nach deren Visionen, Wünsche und Zielen: *Was soll anders werden?*

Sie fragen die Menschen nach den Ideen, wie sie ihre Ziele erreichen können: *Was brauchst du dazu?*

Und sie fragen die Menschen nach deren Kraftquellen (Ressourcen): *Was für Möglichkeiten hast du? Wo findest du Unterstützung?*

In der christlichen Tradition ist die liebevolle und vorurteilslose Haltung, mit der Jesus anderen Menschen begegnete, richtungweisend für die Art der Gesprächsführung. Von dieser Haltung wird in vielen Geschichten erzählt, die in den Evangelien überliefert werden. Diese seien als Beispiele hier aufgeführt:

- Die Heilung eines Behinderten am Sabbat (Mk 3, 1-5)
- Die Heilung eines Gelähmten (Mk2, 1-12)

- Die Geschichte der Salbung Jesu durch eine fremde Frau (Luk 7, 36-47)
- Die Geschichte vom barmherzigen Vater (Luk 15, 1-32)
- Die Geschichte vom Zöllner Zachäus (Luk 19, 1-10)
- Die Geschichte von Jesus und der Ehebrecherin (Joh 8, 1-11)

Die Haltung Jesu seinen Mitmenschen gegenüber wird in der lösungsorientierten Gesprächsführung erlebbar.

4. Werkzeuge – Interventionsmöglichkeiten in Einzelgesprächen

Voraussetzung für die eigentlichen Interventionsmöglichkeiten sind die Haltung, mit denen ich anderen begegne, die Sprache, die ich benutze, und andere Formen der Beziehungsgestaltung.

Kursiv und in Rot stehen jeweils mögliche Frageformen im Text – weitere Fragen lassen sich ausprobieren und gemeinsam üben!

4.1. Die Haltung

Von der Wichtigkeit der Haltung, die ich im Gespräch gegenüber den Jugendlichen und Kindern einnehme, war bereits die Rede.

Ein wenig vollmundig gesprochen, vertreten die Lagerleitenden Glaube, Liebe, Hoffnung von Gott her. Sie sind Advokaten der Liebe, der Gnade und der Hoffnung und signalisieren ihrem Gegenüber gerade in schwierigen Momenten: «Du hast das Recht eine Hoffnung zu haben». Daraus ergibt sich eine liebevolle, annehmende Haltung.

Ich nehme eine wertschätzende Haltung ein – d.h. ich habe Respekt vor dem Weltbild meines Gegenübers:

- Ich habe Respekt vor seinen/ihren bisherigen Lösungsversuchen,
- den Wünschen,
- der Trauer,
- der Wut,
- der Resignation

und versuche ihr/ihm zu vermitteln:

«Ich gebe dich nicht auf...».

In allem achte ich die Freiheit meines Gegenübers, sich mir mitteilen zu wollen oder nicht:

- *«Git's öppis, wo's villicht guet wär, wenn mir miteinand würde drüber rede?» – «Was isch es denn?»*
- *«Gäll, du dörfsch immer zu mir cho, wenn's dir drum isch, mit mir z'rede.»*

Wenn der Jugendliche mit mir reden will, dann versuche ich ihm/ihr zu helfen, herauszufinden, was sie/er ändern möchte.

Dabei nehme ich eine Haltung des Nichtwissens ein und mache meinem Gegenüber Mut selber seinen/ihren Weg zu finden und zu gehen – dieser Weg muss nicht meiner sein. Ich helfe dem Jugendlichen Ideen zur Selbsthilfe zu entwickeln.

Ich frage nach dem, was mein Gegenüber ändern kann und nicht nach dem Wunsch, wie sich andere – meist Abwesende – ändern sollten.

Wichtig ist, sich immer wieder ins Bewusstsein zu holen, dass alles von der Wahrnehmung abhängt – sie schafft Wirklichkeit.

Nochmals in den Worten von Verena Meyer: «Was ich anschau wächst. Beschäftige ich mich andauernd mit einem Problem, wächst das Problem. Suche ich nach Lösungen, wächst das Vertrauen, dass ich die Möglichkeit habe, eine Situation zum Besseren oder gar Guten zu verändern.»

4.2. Sprache

Die Haltung zeigt sich in dem, wie ich mit meinem Gegenüber spreche.

Die Methode der lösungsorientierten Gesprächsführung hat sehr viel mit Rhetorik, dem bewussten Gebrauch der Sprache, zu tun.

Auf das **Wie** kommt es an:

- Der Ton macht die Musik.
- Ich gebrauche keinen Verhörton.
- Ich rede nicht laut – wenn mein Gegenüber leise spricht.
- Ich rede nicht zupackend – wenn mein Gegenüber unsicher ist.
- Ich passe meinen Tonfall der Stimmungslage des Gegenübers an.

- Wenn ich Fragen stelle, so sind diese ein freundliches Angebot zum Nachdenken.
- Ich benutze eine Sprache, die so einfach wie möglich ist.
- Ich rede in der Sprache meines Gegenübers, nehme seine /ihre Worte und Wortbilder auf – neue, unbekannte Wörter lösen Anstrengung aus.
- Ich zeige meine Freude über mögliche Wege, die mein Gegenüber formuliert – die Ziele und Lösungsideen.
- Das Positive wird gespiegelt.
- Wenn heikle Dinge angesprochen werden, entschuldige ich mich mit einem Lächeln im Voraus.

Kein **Aber** gebrauchen. Das Wort wirkt wie eine Verneinung.

- *«Ich freue mich über deine Idee, ABER ...?»*
– so ein Käse!

Zauberwörter sind Wörter wie *«e chli»* und *«e bizzeli»* oder *«e biirebizzeli»* – sie mindern gewaltig den Druck auf die Jugendlichen und nehmen doch den Wunsch oder die Notwendigkeit einer Veränderung nicht zurück.

- *«Wie müesst's denn si, dass es dir e biirebizzeli besser würd go?»*

4.3. Beziehungsgestaltung

Die lösungsorientierten Gesprächsführung kennt einige Methoden um eine gute Beziehung zwischen Lagerleitenden und Jugendlichen aufzubauen.

4.3.1. Smalltalk

Smalltalk wird häufig zu schnell als oberflächliches, belangloses Geschwätz abgetan. Doch gerade im Umgang mit Jugendlichen ist er besonders wichtig.

- *«Wär bisch?»*
- *«Was machsch?»*
- *«Wie goht's?»*
- *«Wo wohnsch?»*

Der Smalltalk ist der Anfang jeder Beziehung. Wenn für Jugendliche beim Smalltalk wirkliches Interesse und Aufmerksamkeit an ihnen spürbar werden, dann ist er der Boden für weiterführende Gespräche.

- *«Wo isch das genau, wo du wohnsch...?»*
- *«Das tönt wirklich spannend...»*
- *«Verzell noch e chli meh...»*

4.3.2. Komplimente

Über Komplimente freuen sich alle. Jugendliche erfahren dadurch Anerkennung. Sie stärken das Selbstbewusstsein und die Motivation. Vor allem, wenn sie Leistungen und Fähigkeiten, Eigenschaften meines Gegenübers zum Inhalt haben, die von ihm/ihr nicht gesehen werden.

Ich achte mich also immer wieder bewusst auf das, was an Starkem und Gesundem bei den Jugendlichen vorhanden ist und zeige meine Freude darüber in feinfühligem Komplimenten.

- *«Ich ha no sälte opper erläbt, wo mit so viel Energie s'Lagerfüür unterhalte het...»*
- *«Hei, du hesch es gschafft, und das obwohl du vorhär so fescht dra zwiflet hesch, ob du das chasch.»*
- *«Ich ha immer das Gefühl, dass du ganz bi dr Sach bisch; das isch öppis ganz bsundrigs...»*

Besonders wenn Jugendliche in ihrem schwierigen Verhalten etwas ändern wollen oder im Miteinander Neues ausprobieren, was zu positiven Veränderungen führt, dann sind Komplimente gefragt und weiterführend.

Im Sinne eines:

- *«Wenn öppis funktioniert, denn mach meh drus...»*

Das sind Ermutigungskomplimente:

- *«Hei, das hesch uusprobiert und es het e chli funktioniert, du, ich bi begeischeret...»*

4.3.3. Reframing

Reframing ist eine besondere Art, Komplimente zu machen.

Auch hier geht es um die Stärkung des Selbstbewusstseins und der Motivation bei den Jugendlichen.

Das Wort Reframing bedeutet eigentlich, dass ich ein Bild neu rahme, und meint im Gespräch, dass ich einen negativ erscheinenden Sachverhalt positiv deute.

Ich kann sowohl Eigenschaften als auch Situationen neu rahmen (reframen), da sich in fast jedem problematischen Verhalten oder Charakterzug eines Jugendlichen auch Stärken finden lassen, die genutzt werden können – die sogenannte andere Seite der Medaille.

Einige Beispiele:

- **Faulheit** – heisst im neuen Rahmen dann auch: **geniessen können**
- **Eifersucht** – heisst dann auch: **Gefühle zeigen**
- **Selbstüberforderung** – heisst dann auch: **hohe Leistungsbereitschaft**
- **Angst** – heisst dann auch: **Schutz**
- **Wir streiten ständig** – heisst dann auch: **Ihr setzt euch auseinander – seid einander nicht gleichgültig**
- **Ich bin so chaotisch** – heisst dann auch: **Du hältst Unordnung aus**
- **Ich kann nicht nein sagen** – heisst dann auch: **Du bist hilfsbereit, belastungsfähig**

Und besonders wichtig: Im Negativen – wie bei den letzten drei Beispielen – ist häufig auch ein Wunsch nach Veränderung enthalten.

4.3.4. Verallgemeinerung

Verallgemeinerungen, die ein Problem in eine grössere Geschichte von Erfahrungen und Erlebnissen setzen, nehmen den Jugendlichen ein wenig von dem Druck, den sie empfinden – ohne deren Not oder Sorge zu «vernütigen».

- *«Weisch, das git's immer widder, dass öpper im Lager Heimweh het...»*
- *«Du, eigentlich isch es doch normal, dass die andre grad im Momänt verruggt uff di sind, au wenn's dir jetzt weh duet. Es isch jo au nit ganz in Ornig gsi, wo du gmacht hesch. Ich ha denn aber au Vertraue, dass es widder gut chunnt mit euch...»*

4.4. Frageformen zur Lösungsfindung

4.4.1 Die Frage nach dem Problem

Es gibt sie doch die Frage nach dem Problem. Wenn ein Junge weint oder zwei Jugendliche sich in den Haaren liegen, wenn einer tobt vor Wut oder nie etwas sagt und eingeschüchtert wirkt, dann frage ich nach dem, was ist:

- *«Gohr's dir nit guet?»*
- *«Was isch los?»*
- *«Worum brüelsch?»*

Ich muss ja wissen, um was es geht, um den Beteiligten dann helfen zu können, eigene Lösungen zu finden. Ich bleibe beim Problem nicht stehen, sondern benutze dann die folgenden möglichen Fragen.

4.4.2 Zielorientiertes Fragen

Das zielorientierte Fragen geht von der Einsicht aus, dass es leichter ist etwas Neues auszuprobieren als etwas Altes zu stoppen. Es verfolgt eine Änderung der Blickrichtung: Weg von der läh-

menden Problemfixierung hin zum Horizont neuer Hoffnung. Und will Mut machen: Du kannst aktiv sein und in Hinsicht auf dein Ziel erfolgreich.

Beim zielorientierten Fragen achte ich mich darauf, dass die vom Jugendlichen genannten Ziele und Veränderungswünsche erreichbar sind, so dass er oder sie von sich aus sagen kann: «Ich ka und will das Ziel erreiche!»

- *«Wie möchtisch du's denn ha?»*
- *«Was möchtisch du denn gärn anders?»*
- *«Wie wär's denn guet für di?»*
- *«Was gäbti dir denn e chli e bessers Gfühl?»*
- *«Was wär für di denn läbbar?»*
- *«Git's öppis, wo du druff denn willsch stolz si? – Was könnt das si?»*
- *«Was meinsch denn du, wie du mit dinere Angscht e chli anders könntisch umgoh?»*

Häufig ist nicht von Anfang an klar, wie oder was die Jugendlichen erreichen wollen, deshalb ist die Zielfrage immer wieder und mit Geduld zu stellen.

4.4.3 Realisierungsfragen

Wenn das Ziel klar wird, stellt sich die Frage, auf welchem Weg es sich erreichen lässt.

Die Realisierungsfragen fragen nach möglichst konkreten Schritten, die sich in einem überschaubaren Zeithorizont umsetzen lassen.

Die Schritte sollen für den Jugendlichen auch wirklich machbar sein.

Prima ist es, wenn ein erster konkreter Schritt formuliert werden kann.

- *«Und wie söll das jetzt go?»*
- *«Wie willsch du das erreiche?»*
- *«Was meinsch, dass es jetzt brucht, dass du dis Ziel erreiche kasch?»*
- *«Wie möchtisch du das jetzt umsetze?»*
- *«Was dänggsch isch jetzt wichtig, dass du's als erschts in d'Hand nimmsch?»*
- *«Was isch jetzt für die agsait, was meinsch?»*
- *«Was möchtisch als nögschts mache?»*

4.4.4 Fragen nach den Ausnahmen vom Problem

Die Fragen nach den Ausnahmen vom Problem dienen dazu, dass der Jugendliche bewusste und unbewusste rationale und emotionale Fähigkeiten und Kräfte entdeckt, die dazu beitragen können, sein Ziel zu erreichen und seine Situation zum Guten zu verändern.

Die Fragen interessieren sich für die Ressourcen des Jugendlichen.

Das Wort Ressource stammt vom lateinischen «resurgere», das «wiedererstehen» bedeutet.

Im Blick auf den Jugendlichen heisst das: «Du hast Fähigkeiten und Kräfte, die wiedererstehen können und dir helfen, eine Veränderung zu schaffen.»

Im Wort Ressource steckt auch das französische Wort «la source = die Quelle».

Im Blick auf den Jugendlichen heisst das: In dir sind Kräfte, die sprudeln und deine Ideen fruchtbar werden lassen.

Ich helfe also dem Jugendlichen seine Ressourcen zu entdecken.

Kein Problem besteht 24 Stunden am Tag – die Ausnahmen können verwendet werden.

- *«Wie bisch du denn friehner mit söttigne Problem fertig worde?»*
- *«Wenn besch du eigentlich das Problem nit?»*
- *«Was isch denn anders?»*
- *«Was machsch du denn anders?»*
- *«Was glingt dir denn trotz allem?»*
- *«Was für Mensche git's, wo dir drbi könnte hälfe, das Problem z löse?»*

Wichtig ist, es aus dem Vorhandenen mehr zu machen, darum ist auch hier die Anschlussfrage hilfreich: *«Und was suscht no?»*

4.4.5 Die Frage nach der Meinung der Anderen

Manchmal haben Jugendliche einen rechten Knopf, wenn sie ihre Ziele, Möglichkeiten und eigenen Kräfte formulieren sollen, dann können die Fragen nach der Meinung der Anderen helfen. Die Meinung wird nicht direkt bei diesen eingeholt, sondern von den Jugendlichen selber ausgedacht und fantasiert:

- *«Was meinsch, was dini Fründin würd antworte uff d'Frog, was dir könnt hälfe?»*
- *«Was meinsch an was dini Muetter würd merke, dass du öppis anders machsch als vorhär?»*
- *«Was dänggsch, wär würdi denn als erschts merke, dass sich bi dir öppis veränderet het?»*
- *«An was würd är oder sie das merke?»*

4.4.6 Skalenfragen

Skalenfragen sind sehr gut einsetzbar und ausgesprochen nützlich.

Durch gezieltes Fragen, wo stehst du auf einer Skala von 1-10, lassen sich die aktuelle Befindlichkeit, der Wunsch nach Veränderung und weiteres herausfinden.

Die Jugendlichen können sich die Fragen sehr gut merken und lassen sich durch die Fragen wie in einem Spiel motivieren. Sie beruhen auf der Selbsteinschätzung der Jugendlichen und zeigen ihnen ihre Eigenverantwortlichkeit.

Die Skalen werden in der Regel aufsteigend verwendet – da es um das Erreichen eines Zieles oder einer Veränderung geht, also von 1-10 oder auch von 1–100.

Das Maximum auf der Skala kann als Idealziel angesehen werden – mit tieferen Zahlen lässt sich ein pragmatisches Ziel bestimmen.

Manchmal rät es sich die Skala absteigend zu gebrauchen – wenn es um ein Vermindern geht: z.B. bei Drogenkonsum – Wut – Angst.

Bei der Skalierung bitte nie die 0 benutzen. Der Beginn der Skala mit der Zahl 1 suggeriert, da ist

nicht nichts – du stehst schon an einem Ort. Konkret kann das dann wie folgt heissen:

Bei der Diagnose der momentanen Verfassung eines Jugendlichen:

- *«Was meinsch, wenn dra dänggsch wie motiviert du bisch zum Witermache – uff enere Skala vo 1-10. 1 bedüet: ich bi überhaupt nit motiviert, und 10 bedüet: ich bi total motiviert, wo stohsch uff däre Skala?»*
«Was dänggsch, wie noch bisch du dra, dass sich öppis losst lo verändere, uff enere Skala vo 1-10? 1 bedüet: ich bin no wit, wit ewäg und 10 bedüet, ich bi ganz noch dra, wo stohsch uff däre Skala?»
«Uff enere Skala vo 1-10, wie zueversichtlich bisch du, dass du's kasch schaffe?»

Bei der Planung von Schritten, um eine Situation zu verändern:

- *«Du hesch gsait stimmigmässig bisch uff dr Skala bim 4. Was meinsch, dass du könntisch mache, dass du zem 5 kunnsch?»*

Wenn es darum geht beim Jugendlichen Ressourcen zu unterstreichen:

- *«Ich ha die gfrogt, wie wohl's dir uff enere Skala vo 1-10 in der Gruppe isch, und du hesch gsait, du sigsch uff em drei, und jetzt gesehsch die scho uff em 5 – was meinsch, wie das ko isch?»*
«Was muesch du mache, dass du zumindisch s'4 kasch halte?»

Wenn es um die Einschätzung der Meinung der anderen geht:

- *«Du gesehsch di in Punkto Zueverlässigkeit uff dr Skala bim 7 – was meinsch du, wo würde di denn dini Kolleginne ischätze?»*
«Wie erklärst du dir den Unterschied?»

4.4.7 Copingfragen

Copingfragen sind Stütz- und Bewältigungsfragen zum momentanen Durchhalten, wenn es zu früh ist, eine wirkliche Veränderung bereits ausfindig machen zu können.

Dabei werden Mutreserven benannt.

Coping bezieht sich auf das englische Wort «to cope», übersetzt: bewältigen, meistern, zurechtkommen.

Copingfragen sind Fragen nach dem Trotz allem. Die Kraft zum Durchhalten wird bewusst gemacht: Du hast trotz allem Kräfte und ich helfe dir, sie im Moment zu mobilisieren.

Die Jugendlichen merken: da gibt es trotz allem gute Kräfte in mir, obwohl im Moment die Situation total verfahren ist. Ich kann mit der Situation umgehen.

- *«Was bruchsch du im Moment, um e chli Bode unter de Fiess z'spüre?»*
- *«Was würd dir jetzt e chli guet due in däre schwierige Situation?»*
- *«Was hilft dir denn drbi immer widder uffzstoh und trotz allem witer z'mache?»*

4.4.8 Anschluss- oder Abschlussfragen

Bevor ein Gespräch wirklich zu Ende ist, lohnt es sich einen guten Abschluss zu finden.

Das kann auch bedeuten miteinander abzumachen, wie es jetzt weiter gehen soll.

- *«Wie goht's dir jetzt, wenn du dra dänggisch, wo du vorane gschtande bisch?»*
- *«Wo stöhn mir jetzt, was meinsch?»*
- *«Was het sich dur's Mitenand rede für di scho e chli veränderet?»*
- *«Was kasch du als Sterkig mitnäh?»*
- *«Het's dir e chli öppis brocht, was meinsch?»*
- *«Wie wänn mir verblibe?»*

4.5 Gruppengespräche

All die unter 4.4.1 bis 4.4.8 aufgeführten Frageformen lassen sich auch prima mit Gruppen anwenden.

5. Beispiele

Die angefügten Beispiele sollen die Möglichkeiten der lösungsorientierten Gesprächsführung aufzeigen und dazu ermuntern die Methode aus-zuprobieren.

5.1 Vorlagertreffen

In der Kirchgemeinde, in der ich arbeite, gibt es vor dem Lager mit den aktuellen Konfirmandinnen und Konfirmanden ein Vorbereitungstreffen. An diesem Treffen wird Kleingruppen die Frage gestellt:

«Was meint ihr, was brucht's, dass das Lager e guets Lager wird?»

Neben Angaben zum Menueplan, den Weck- und Zubettgehzeiten, sportlichen Aktivitäten u.a.m. werden auch Erwartungen und Wünsche an die Gruppe als Ganzes geäussert.

Da heisst es zum Beispiel:

- *Dass alli guet mitenand uschömmen;*
- *dass niemerts gmoppt wird;*
- *dass nit hindenumme gschnurrt wird;*
- *dass alli mitmache;*
- *dass es grad usgsproche wird, wenn eim irgend-öppis nit passt;*
- *dass alli uf enand Rucksicht dien näh.*

Alle diese genannten Voraussetzungen für ein gutes Lager werden schriftlich festgehalten und können bei Bedarf von den Lagerleitenden im Lager wieder verwendet und ins Spiel gebracht werden.

Dabei werden die Konfirmandinnen und Konfirmanden an ihre eigenen Aussagen und ihre eigene Verantwortung für ein gelingendes Lager erinnert:

«Während em Vorlagertreff händ ihr euri Wunsch und Erwartige an e guets Lager formuliert. Ihr händ

gsait, dass alli mitenand sölle guet uscho – und jetzt wird d'Suzanne vo de meischte usgeschosse. Was meint ihr jetzt, dass es brucht, dass sich eure Wunsch nach enem guete Lager doch no erfüllt?»

Die Gruppe wird also ermutigt Lösungen zu finden, damit Suzanne integriert wird und sich die selber formulierten Erwartungen an das Lager erfüllen.

5.2 Ich will nach Hause

Ein Erfahrungsbericht in Kürzestform:

Kaum hat die Gruppe von Konfirmandinnen und Konfirmanden das Lagerhaus in Besitz genommen, sitzt Kevin auf der Terrasse vor dem Haus und weint. Ich setze mich zu ihm und frage Kevin:

Leiter (L): «Kevin, was isch denn, worum briehtsch du denn?»

Kevin (K): «Ich ha's gwüsst, dass ich es nit schaff. Ich ha's no nie gschafft in es Lager mitz'go. Ich ha so Heimweh und ich will heim.»

L: «Ich weiss vo dine Eltere, dass du kai Lagerfreak bisch und jetzt bisch doch mitcho. Weisch was, au wenn's für di jetzt grad schwierig isch, ich dängg, du bisch total muetig, dass du mitcho bisch – das würd nit e jede.»

K: «Das isch jo nätt, dass sie das vo mir dängge, aber ich will glich heim.»

L: «Ich weiss, dass es für di nicht liecht isch, weisch, jetzt isch es scho spot und es wär total umtribig, wenn du jetzt no uffs Bähnli gohst und heimreisich. Du hesch jo scho prima zeigt, dass du muetig bisch – wänn mir nit mitenand luege, was du suscht no bruchsch, dass du zumindest bis morn blibsch.»

K: «Ich schlof nit gärn in so grosse Buebeschleg.»

L: «Mh, leider kann ich dir kai anders Zimmer abiete. Was miesst denn si, dass du trotz allem in däm Buebeschlag könntisch schlofe?»

K: «Ich will könne schlofe und dass mi niemerts weckt. Ich bruch min Schlof.»
 L: «Und hesch du en Idee, wie das am ehnschte möglich isch?»
 K: «Ich ligg scho ganz am Rand.»
 L: «Und was bruchtisch no?»
 K: «Dass mi niemerts in dr Nacht ploggt.»
 L: «Ui, das hesch du scho erläbt. Du hesch jo Muet und hesch gueti Idee. Was meinsch, könntisch du mache, dass di niemerts ploggt?»
 K: «Das sin jo die andre.»
 L: «Und vo dene het's do drbi?»
 K: «Nei, die kenne mi alli nonig mit Usnahm vo dr Lena, die kennt mi guet, aber das isch jo e Meidli.»
 K: «Ich bi jetzt villicht e chli miehsam, wenn ich nonemol frog: Was meinsch, was könntisch du mache, dass di niemerts ploggt?»
 K: «Ich weiss doch nit?»
 L: «Was meinsch denn, was andri würde sage, dass du bruschi – d'Lena zem Bispiel?»
 K: «Die würd sage, ich söll das mit den andre berede.»
 L: «Und das würd au für di stimme?»
 K: «Ich glaub scho! Aber ich ha Angscht.»
 L: «Du hesch hüt scho zeigt, wie muetig du kasch si – was meinsch, wie würd denn dini Angscht e biirebizzeli chliner?»
 K: «Wenn sie mit mir zue den andre Buebe würde go.»
 L: «Und denn?»
 K: «Denn würde mir zsämme mit den andre Buebe rede?»
 L: «Und das wär guet für di?»
 K: «Jo!»
 L: «Und was sölle mir den andre Buebe sage?»
 K: «Ebbe, dass sie mi nit sölle ploge?»
 L: «Ich find das e gueti Idee und ich kumm gärn mit. Wänn mir no genau abmache, was mir den andre Buebe verzelle?»
 K: «Gärn!»

Wir haben dann abgemacht, dass wir gemeinsam in den Buebeschlag gehen und ich den anderen Konfirmanden erzähle, dass Kevin Mühe mit Lagern hat und nur schlecht in so grossen Bubenzimmern schlafen kann. Vor allem auch, weil er immer wieder geplagt worden ist – und er deshalb eigentlich heim wolle.

Ich habe dem Rest der Gruppe gesagt, dass ihnen ja daran gelegen sei, dass sich alle im Lager wohlfühlen. Ich habe sie gefragt, ob sie damit einver-

standen sind, dass wir alle gemeinsam Kevin helfen, dass er im Lager bleibt und er sich wohl fühlt. Das wäre eines von vielen gemeinsamen Zielen für die gemeinsame Zeit. Sie waren alle damit einverstanden und haben sich darauf die Hand gegeben.

Mit Kevin habe ich abgemacht, dass ich immer wieder mit ihm reden werde, um zu schauen, wie es ihm geht und was er braucht.

Das Konfirmandenlager war dann das erste Lager, das Kevin nicht frühzeitig abgebrochen hat, um nach Hause zu fahren.

5.3 Ein Rachezug der besonderen Art

Im Lager gibt es bei uns immer einen Männer- resp. Frauentag. Anlässlich eines solchen Gendertages hatte die Konfirmandinnengruppe einen Leiter gefangen genommen und für längere Zeit festgehalten. Er wurde von den Konfirmandinnen parfümiert und geschminkt und dann wieder unter grossem Hohngelächter frei gelassen. Die Sprüche richteten sich gegen die Konfirmandengruppe allgemein. Erbozt rotteten sich die Konfirmanden zusammen und planten einen grossen Rachezug.

Die Leiter waren in der Gruppe dabei und fragten gezielt und geduldig nach: «Wie söll's denn jetzt für euch am beschte si?» «Sie sölle biesse!» – «Was die könne, könne mir scho lang!» – «Mir dien au eini entfiehre!» – waren als Antworten zu hören.

Durch das beharrliche Nachfragen: «Wie hättet ihr's denn gärn anders?» stellte sich bald heraus, dass sich die Konfirmanden Respekt wünschten und ein friedliches Miteinander mit den Konfirmandinnen. «Und was brucht's jetzt, dass das trotz däm, wo passiert isch, möglich wird?»

Wieder haben die Leiter geduldig nachgefragt und den Jugendlichen geholfen Lösungen zu finden: Der Wunsch, Rache zu nehmen, wurde bald verworfen – das würde nur zu noch mehr Auseinandersetzungen führen. Aus dem Lager auswandern wäre auch blöd, vor allem, da es Bindfäden regnete und zudem die Konfirmandinnen dann die ganze Infrastruktur für sich

hätten. Einfach nichts zu tun, wäre zu billig und dem Vorgefallenen nicht angemessen.

Nach einiger Zeit der Diskussion war klar, dass die Konfirmanden etwas Überraschendes tun wollten – etwas, womit die Konfirmandinnen nie rechnen würden und sie dennoch nachdenklich macht.

Als Reaktion auf die Entführung des Leiters organisierten dann die Konfirmanden hinter verschlossenen Türen einen festlichen Dinnerabend für die Konfirmandinnen. Mit herrlich gedeckten Tischen, üppigem mehrgängigem Menu, Tischherrn für jede Konfirmandin und abendfüllendem Unterhaltungsprogramm.

Die Konfirmandinnen rechneten den ganzen Abend damit, dass irgendwann die grosse Rache doch noch kommen müsste – aber nichts dergleichen geschah.

6. Andere Beispiele zum Üben

Viele der folgenden Beispiele zum Üben verdanke ich Martin Madörin und Nicole Meier von der Fachstelle für Jugendarbeit der Reformierten Kirche Baselland.

Sie sind mit weiteren Beispielen ergänzt worden:

- Ein Kind hat sehr starkes Heimweh und den Wunsch wirklich nach Hause zu gehen (Zimmer einschliessen, weglaufen, dauernde Weinkrämpfe).
- Programmverweigerung: Jugendliche bleiben auf dem Zimmer oder entfernen sich und möchten nicht am Programm teilnehmen.
- Jugendliche halten sich konsequent nicht an die Regeln. (Verhaltensregeln, Essenssituationen, Nachtruhe etc.)
- Gruppe, welche einen einzelnen Jugendlichen ausschliesst
- Ein Kind, welches sich bewusst von der Gruppe ausschliesst und sich absondert.
- Kinder, welche anderen Kindern gegenüber handgreiflich werden.
- Jugendliche, die sich ständig über andere Lagerteilnehmende lustig machen.
- Kinder stellen sich immer in den Mittelpunkt (Clown spielen, Krankheiten vortäuschen, unangepasstes Verhalten).
- Buben- gegen Mädchengruppe oder umgekehrt
- Jugendliche, die stehlen
- Kinder, die ständig die Unwahrheit erzählen und Geschichten in die Welt setzen.
- Jugendliche haben Gläser-Rücken gespielt und ein Mädchen hat jetzt Angst vor dem, was sie meint, erfahren zu haben.
- Ein Jugendlicher ist ganz fest verliebt und ist unendlich traurig, weil er von seiner Angebeteten einen Korb erhalten hat.
- Das Thema Sterben und Tod ist im Lager sehr aktuell, plötzlich fängt ein Jugendlicher an zu weinen, weil seine Mutter Krebs hat.
- ...

7. Schlusswort

Mir selber hat es viel gebracht, mich erneut und vertieft in die Methode der lösungsorientierten Gesprächsführung einzuarbeiten. Es freut mich, wenn diese Arbeit zur Anwendung kommt und Menschen anregt, sich mit der Methode auseinander zu setzen.

Zum Schluss ein Zitat von Konfuzius, und weil nur wenige Chinesisch verstehen, auf Englisch:

«Tell me and I will forget, show me and I will remember, involve me und I'll understand.»

8. Literaturangaben und Dank

Mit diesen Büchern habe ich an diesen Anregungen gearbeitet.

Wer Lust hat, kann ja zur Vertiefung in die Methode weiterlesen:

- Bamberger G. (2001). Lösungsorientierte Beratung. Weinheim: Beltz
- de Shazer Steve (2008, 1989). Der Dreh. Heidelberg: Carl Auer
- de Shazer Steve (2009). Worte waren ursprünglich Zauber. Heidelberg: Carl Auer
- de Jong P. & Insoo K.B. (2003, 1998). Lösungen (er-)finden. Dortmund : Verlag modernes Lernen
- Englert K. (2009). Jacques Derrida. Paderborn: W.Fink
- Kleve H. (1996). Konstruktivismus und Soziale Arbeit. Aachen: Kersting
- Vogt-Hillmann M. & Burr W. (2009). Kinderleichte Lösungen. Dortmund: Borgmann publishing
- Zürcher Bibel (2007). Zürich: Theologischer Verlag

Und besonders die Unterlagen von Verena Meyer, Oerlikon, aus den fünf Weiterbildungswochen zur Lösungsorientierten Beratung in der Seesorge (LOS).

Ein herzlicher Dank an alle Kollegen und die Kollegin, die mir Fallbeispiele für diese Arbeit haben zukommen lassen:

- Pfarrerin Sybille Knieper, Langenbruck
- Pfarrer Adrian Diethelm, Aesch
- Pfarrer Beat Müller, Fachstelle für Unterricht Basel
- Pfarrer Daniel Frei, Pfarramt für Weltweite Kirche Basel
- Pfarrer Lorenz Lattner, Buus-Maisprach

und besonders an Martin Madörin und Nicole Meier von der Fachstelle für Jugendarbeit in Liesetal.

Persönliche Notizen

