

1. Zu diesem Studienbuch

Was finden Sie in diesem Studienband ?

Seit über 20 Jahren bilde ich Menschen in lösungsorientierter Gesprächsführung und Beratung aus. Ich bin glücklich, dass ich diesen schönen und respektvollen Beratungsansatz bei seinen Begründer*innen Steve de Shazer und Insoo Kim Berg in Deutschland und in ihrem Institut in Milwaukee lernen durfte. Das lösungsorientierte Paradigma ist ein lebendiges. Auch nach dem Tod von Steve und Insoo wird ihr klassisches Beratungsmodell ständig erweitert und entfaltet sich in jedem Kontext neu.

In diesem Band finden Sie eine bewährte Auswahl meiner Übungen für die Einzelberatung und die kollegiale Beratung, mit denen Studiengruppen, Seminare und kollegiale Lerngruppen lösungsorientierte Haltung und Technik einüben können. Ergänzt wird diese Neuauflage durch szenische Methoden und Anregungen für die lösungsorientierte Selbstberatung.

Die Übungen habe ich selbst entwickelt, wobei neben Anregungen von Steve de Shazer und Insoo Kim Berg auch die Rückmeldungen und Anregungen meiner Studierenden, Seminar-Teilnehmer*innen und Kolleg*innen einfließen. Wo ich Anregungen anderer Wissenschaftler*innen und Praktiker*innen aufgenommen habe, habe ich meine Quellen nach bestem Wissen gekennzeichnet.

Manche Weiterentwicklungen des lösungsorientierten Ansatzes liegen jedoch einfach „in der Luft“ und werden entsprechend dem Zeitgeist an vielen Orten parallel entwickelt.

In diesem Sinne lade ich alle Leser*innen ein, die selbst Trainings in Lösungsorientierung anbieten, regen Gebrauch von diesen Materialien zu machen, und freue mich, wenn die Quelle genannt wird.

Was finden Sie nicht in diesem Studienband?

Dieser Trainingsband stellt *keine theoretische Einführung* in den lösungsorientierten Ansatz dar.

Für eine solche Einführung empfehle ich eines der am Ende genannten Lehrbücher sowie – falls irgend möglich – den Besuch eines lösungsorientierten Einführungs-Seminars oder einer systemisch-lösungsorientierten Weiterbildung.

Dieser Band beschränkt sich auf Gesprächsführungs-Bausteine mit Gesprächspartner*innen und Klient*innen, die die Beratungssituation akzeptieren. Der Umgang mit schwierigen Klient*innen in Situationen mit komplexen Aufträgen sowie die ausführliche Umsetzung in die Gruppenarbeit würden den Rahmen dieses Bandes sprengen.

Als neue Form finden sich Selbstberatungs-Bausteine, die, wenn die Gruppe einmal fehlt, das Einüben erleichtern wollen.

Gender und Anrede

Alle sozial zugeschriebenen und selbst gewählten Geschlechtsrollen sprachlich zu berücksichtigen ist unmöglich. Wenn an vielen Stellen des Studienbuches nur die weibliche Form mit Sternchen (* als queer bridge) auftaucht, sind alle Geschlechter gemeint und angesprochen.

Wo Menschen in psychosozialen Berufen zusammen arbeiten oder lernen, gehen sie gerne zum kollegialen „du“ über. Bei bestimmten Bausteinen, die in einer vertrauten Lerngruppe durchgeführt werden sollten, habe ich das „du“ auch in die Übungsanleitung übernommen. Ansonsten finden Sie die Übungsanleitung in der distanzierteren „Sie“-Form, die Sie in Ihrer Lerngruppe entsprechend abändern können.

Beratung kann nicht aus Büchern gelernt werden

Wer lösungsorientiert beraten lernen will oder lösungsorientierte Elemente in seine Praxis aufnehmen möchte, muss dies trainieren.

Fortbildungen und Ausbildungen in Lösungsorientierung finden zurzeit in vier wichtigen Bereichen statt:

- In der Hochschule

Hier üben Studierende, vor allem aus Psychologie und Sozialarbeit / Sozialpädagogik im Rahmen ihres Studiums Gesprächsführung und Beratung.

- In der Fort- und Weiterbildung

In berufsbegleitenden Zusatzausbildungen von (meist) systemischen Ausbildungsinstituten und in Fortbildungen kann lösungsorientierte Haltung und Technik ausgebildet und eingeübt werden.

- In der kollegialen Lerngruppe

Kollegiale Lerngruppen bilden sich zum Teil undogmatisch und spontan, wo Menschen aus psychosozialen Berufen ein Forum zum kollegialen Austausch und zur Fortbildung suchen. Auch in Zusatzausbildungen sind in der Regel selbstorganisierte „Peer-Gruppen“ vorgesehen, die gemeinsam das Gelernte vertiefen und einüben.

- Mit den eigenen Klient*innen

Kolleg*innen, die auf Seminaren oder durch Lektüre den lösungsorientierten Ansatz kennen gelernt haben, setzen einzelne Bausteine mit ihren eigenen Klient*innen um und lernen aus der damit erfahrenen Entwicklung der Gespräche.

- In der Selbstberatung?

In diesem Band finden Sie Anregungen für lösungsorientierte Selbstberatung, die einen Selbsterfahrungsanteil vermittelt, aber für sich alleine keine Beratungserfahrung ermöglicht.

Aufbau einer kollegialen Lerngruppe

Viele Berufskolleg*innen kennen kollegiale Lerngruppen durch ihre Zusatzausbildungen. In der „Peer-Gruppe“ wurde gemeinsam gelernt und die Gruppe begleitete die persönliche Entwicklung der einzelnen Teilnehmer*in.

Aber auch außerhalb des Ausbildungszusammenhangs gibt es viele gute Gründe für den Aufbau einer kollegialen Lerngruppe:

- Berater*innen gewinnen ein Forum für fachlichen Austausch und kollegiale Beratung.
- Sie haben direkt die Möglichkeit, neue Ansätze in der gegenseitigen Beratung zu erproben.
- Sie können Freunde und Bekannte – statt sie selbst privat zu beraten (sehr ungünstig!) – einladen, sich von ihren Kolleg*innen in der kollegialen Lerngruppe beraten zu lassen.
- Mitunter bildet sich sogar eine freundschaftliche Gruppe, die ihren Mitgliedern Rückhalt und echtes Feedback bei beruflichen wie privaten Anliegen und Problemen gibt.
- Alle Mitglieder der kollegialen Lerngruppe können sich selbst von Kolleg*innen beraten und begleiten lassen.

Erfolgreiche kollegiale Lerngruppen treffen sich entweder regelmäßig mindestens alle 14 Tage oder veranstalten Fortbildungs-Wochenenden z. B. in landschaftlich schön gelegenen Umfeld.

Der beste Weg den lösungsorientierten Ansatz zu erlernen, ist die Bildung einer solchen kollegialen Lerngruppe, um die hier beschriebenen Bausteine üben zu können. Es wird sich für Sie lohnen! Wer keine solche Gruppe hat, kann im Rahmen einer Selbsterfahrung auf die Übungsanregungen zur Selbstberatung im hinteren Teil des Buches zurückgreifen.

Rollenspiel und echte Anliegen

Rollenspiele in der Gesprächsführungs-Ausbildung haben eine gute Tradition und sind stets sinnvoll, wenn ich keine authentischen Fälle bearbeiten kann (Beispiel: Übung für den Hausbesuch bei einer Familie).

Ein großer Nachteil von Rollenspielen: Wer eine Rolle spielt, freut sich mitunter, endlich die Rolle einer besonders „schwierigen“ Klient*in spielen zu können und hält diese Rolle durch, egal wie gut die Beratung auch sei. Die Kolleg*innen können sich „die Zähne ausbeißen“.

In meinen lösungsorientierten Seminaren arbeite ich deshalb, wo immer es geht, mit echten und aktuellen Anliegen der Teilnehmer*innen. Die wichtigsten Gründe, die dafür sprechen, sind:

1. Als Berater*in haben Sie keine Schauspieler*in vor sich, sondern einen Menschen, der an wirklichen Anliegen arbeitet und mit Ihnen eine authentische Beratungssituation gestaltet.
2. Zusätzlich gewinnen Sie Selbsterfahrung, die ein wichtiger Bestandteil von Gesprächsführungs- und Beratungsausbildungen sein sollte. Lösungsorientierte Selbsterfahrung meint hier:
 - Sie erfahren lösungsorientiertes Arbeiten aus der Sicht eines Menschen, der beraten wird.
 - Sie öffnen sich Ihrer Lerngruppe und verlassen sich auf die Vertraulichkeit alles Besprochenen.
 - Sie arbeiten lösungsorientiert und mit Unterstützung Ihrer Trainingsgruppe an kleinen und größeren Lebensthemen.