



LWL-Pflegesymposium

Denkwerkstatt: Pflege in psychiatrischen Arbeitsfeldern

Halle Münsterland, 27. April 2006

WSH4: Es geht auch ohne (Rat-)Schläge -Möglichkeiten einer lösungsfokussierten Kommunikation-

Monika Stich

Lösungsfokussierte Beraterin, Lehrerin, Leiterin des Fort- und Weiterbildungszentrums der Westf. Kliniken im Kreis Soest



LWL Pflegesymposium Münster 27. April 2006 Denkwerkstatt :Pflege in psychiatrischen Arbeitsfeldern

WSH4: Es geht auch ohne (Rat-)Schläge

-Möglichkeiten einer lösungsfokussierten Kommunikation-

Monika Stich

■ Ratschläge geben und empfangen

Eine Auswahl:

- Du darfst Dir nicht so viel aufladen!
- Wenn ich Du wäre würde ich den Kerl verlassen!
- Erzähl doch so was nicht, das würde ich auch nicht machen!
- Du musst unbedingt eine Diät machen!
- Sie müssen sich erst Mal eingestehen, dass Sie krank sind!
- Sie müssen Ihrer Mutter verzeihen!
- Sie dürfen nicht so hart zu sich sein!
- Machen Sie das so..., das ist besser für Sie!
- ...

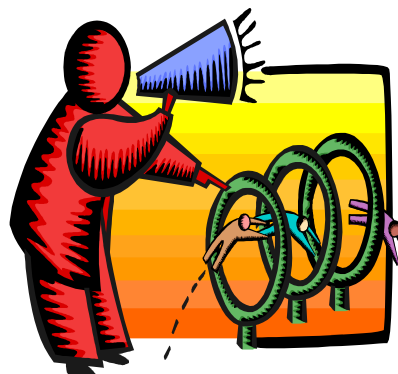


- „Ein Ratschlag ist eine meistens unverbindliche Hilfe, die einem im Gespräch von einer Person (Ratgeber) angeboten werden kann. Meistens wird diese in positiver Absicht gegeben, um der betroffenen Person einen Hinweis für die Lösung eines Problems zu geben oder eine weise Zusammenfassung der Lage aus einer anderen Perspektive darzulegen.

(aus Wikipedia, der freien Enzyklopedie)

■ „Ratschläger/in“

- positive Absicht
- imperativ
- auf bestimmte Veränderung abgezielt
- an Bedingungen geknüpft
- wenig/keine Akzeptanz/ Wertschätzung
- wenig zuhörend
- wenig/keine Empathie
- eigene Landkarte
- Haltung des Wissens
- Experte für Problem/ Leben des/r Klient/in, Klient/in ist Laie
- Verantwortung für Lösung und Folgen



- Verhalten Profis sich als Experten für das Problem bzw. Leben des Klienten, kann es im Sinne einer asymmetrischen Beziehung zum Streit, Kampf bzw. zur Besserwisserei kommen.
 - "Ich zeige es Dir..."
 - "Mach mich gesund , Du bist der Experte!"= Passivität
 - Mangelnde Compliance, Therapieverweigerung, Blockade,...

- „Zuviele Therapeuten gehen mit einem aus zum Essen und sagen einem dann, was man bestellen soll. Ich gehe mit dem Patienten zu einem psychotherapeutischen Essen und sage: „Bestellen Sie selbst.““
(Milton H. Erickson)

■ „Ratschläger/in“

- positive Absicht
- imperativ
- auf bestimmte Veränderung abgezielt
- an Bedingungen geknüpft
- wenig/keine Akzeptanz/ Wertschätzung
- wenig zuhörend
- wenig/keine Empathie
- eigene Landkarte
- Haltung des Wissens
- Experte für Problem/ Leben des/r Klient/in, Klient/in ist Laie
- Verantwortung für Lösung und Folgen

■ LFT-Berater/in

- positive Ansicht
- unterstützend bei Lösungssuche
- geht von Veränderungswunsch aus
- annehmend, offen, „bedingungslos“
- Wertschätzung
- zuhörend/ Klientensprache nutzend
- Empathie, würdigend
- Neugier
- Haltung des Nichtwissens
- Experte für kluge Fragen, Laie bzgl. Problem und Leben des/r Klient/in
- keine Verantwortung für Lösung und Folgen, Verantwortung für Gesprächstechnik/ Fragen

- „Wenn Patienten in mein Büro kommen, empfangen sie mich mit leeren Kopf und betrachte sie mir, um zu sehen, wer und was und warum sie sind, ohne daß ich irgendetwas als gegeben hinnehme.“ (Milton H. Erickson)

■ Grundannahmen der LFT

- Aufgabe der Profis ist es den Unterschied zwischen Problem und Lösung zu identifizieren und zu verstärken
- Jede Aussage oder Nicht-Aussage ist bedeutsam/ sinnhaft
- Veränderungen sind unausweichlich, kleine können große nach sich ziehen
- Ausnahmen von Problemen legen die Möglichkeit der Lösung nahe
- Klienten besitzen alle Ressourcen/ Kompetenzen um Lösungen zu erarbeiten
- Es ist besser mit den Klienten zu kooperieren als mit ihnen zu konkurrieren
- Es ist generell nicht notwendig viel über die Probleme zu wissen
- Klienten wissen, was sie nicht mehr wollen (Problem) und was sie statt dessen wünschen (Lösung)
- Therapie/ Veränderung beginnt mit Ziel/en

(vgl.Frederic Linßen, Institut für Lösungsfokussierte Kommunikation Bielefeld)

■ Haltung in der LFT

■ Nicht Wissen

- äußert sich: im Ernst-nehmen, was Klient/innen sagt; im Erarbeiten von Zielen; im Benutzen der Sprache der Klient/innen; im Ignorieren psychologischen Expertenwissens

■ Kooperation

- äußert sich: in Zustimmung statt Konfrontation/ Streit; durch empathischem Zuhören; Bestätigung der Wahrnehmung der Klient/innen; Komplimentieren; praktiziertem Nicht- Wissen

■ Lösungsfokussierung

- bedeutet, das Gespräch durch geeignete Fragen in eine Richtung zu leiten, die auf Lösungen abzielt

(vgl. Frederic Linßen)

■ Fragetechniken der LFT

- *Skalierungsfragen
- *Wunderfragen
- *Fragen nach Ausnahmen
- *Konkretisierungsfragen
- *Bewältigungsfragen
- *Fragen nach dem ersten kleinen Schritt

(Frederic Linßen)

■ Hilfreiche Fragen zur Zielfindung

- Was ist Ihr Ziel, was möchten Sie erreichen?
- Was zuerst?
- Was wollen Sie machen/ ...?
- Wie wäre die Situation, in der es Ihnen gut geht?
- (Problem)- was stattdessen?
- Wäre das ein Ziel für Sie? ...was noch?
- Was müsste passieren, so dass es sinnvoll wäre?
- Unterschied zu JETZT und Wunsch?
- Wann ist es besser? ...anders?
- Wann ist es zufriedenstellend? (Skala)
- Wunderfrage**



■ Exemplarische Situationen mit hilfreichen Fragen:

K: Ich kann nicht mehr, ich will so nicht mehr leben!

B: Was möchten Sie stattdessen?

K: Mein Betreuer will, dass ich mit Ihnen spreche!

B: o.K., wie können Sie die Zeit hier für sich sinnvoll nutzen?

B: Was glauben Sie, hat den Betreuer dazu bewogen Sie hierher zu schicken?

B: Was glaubt der Betreuer, was sie anders machen müssen?

B: Was müssen Sie tun, um B. zu überzeugen, dass Sie nicht...

K: Soll ich jetzt kündigen oder meine Stelle behalten?

B: Was macht den Unterschied?

B: Angenommen Sie hätten sich entschieden, woran würden Sie das merken?

K: (Krise)

B: Ich bin froh, dass Sie gekommen sind, welche Hilfe brauchen Sie jetzt?



- Klienten konstruieren/ suchen ihre eigenen Lösungen (Ratschläge), die auf eigenen Ressourcen und Erfolgen basieren. (frei nach Steve de Shazer).
Unser Job ist es, ihnen bei der Suche durch kluge Gesprächsführung zu helfen, statt nach erschlagenden Ratschlägen zu suchen.



Danke für die Aufmerksamkeit und viel Erfolg mit LFT, *Monika Stich*

■ Literaturverzeichnis:

- Berg, I.K.; Reuss,N.H., Lösungen – Schritt für Schritt,Dortmund 1999
- Berg, I.K.; Miller,S.D., Die Wundermethode, Dortmund,2003
- de Jong, P.; Berg, I.K., Lösungen (er-)finden, Dortmund,1998
- de Shazer, S., Der Dreh, Heidelberg,1999
- de Shazer, S., „...Worte waren ursprünglich Zauber“, Dortmund, 1998 (2)
- Kaimer, P., Lösungsfokussierte Therapie. Psychotherapie Forum,Bamberg, 1999
- Linßen, F.; Kerzbeck, U., Lösungsfokussierte Kommunikation in der Suchtbehandlung, Workshopunterlagen, Bielefeld/ Warstein, 2006, weitere Informationen unter: www.loesungsfokussiert.de
- Mücke, K., Probleme sind Lösungen,Potsdam, 2001
- Mücke,K., „Hilf Dir selbst und werde, was Du bist“, Potsdam, 2004