

Systemische Grundsätze:

- **Jedes (Problem-)Verhalten hat seine Ausnahme – suche sie und baue sie aus.**
- **Es ist leichter etwas Neues zu beginnen, als etwas Altes zu stoppen**
- **Wenn etwas nicht funktioniert, mache etwas ganz anderes (nicht mehr desselben)**
- **Wenn etwas funktioniert, mache mehr davon.**
- **Handle stets so, dass weitere Handlungsmöglichkeiten entstehen.**
- **Schaffe ein Klima welches auf Erfolge fokussiert ist.**

Einige ausgewählte MiniMax-Interventionen

(verkürzt und frei nach: Prior, Manfred: MiniMax-Interventionen. 15 minimale Interventionen mit maximaler Wirkung. Carl Auer Verlag, 2007)

MiniMax-Intervention 3: „Sondern...?“

Vielen Menschen fällt es leicht, zu formulieren, was sie nicht wollen, also was sie ablehnen. Viel schwieriger ist es dann positiv zu formulieren, was man will, was denn die eigenen Ziele sind. Diese zu erreichen fällt aber deutlich leichter, wenn sie auch benannt worden sind. Profis neigen dann oft dazu, anderen bei der Formulierung ihrer Ziele allzu schnell und allzu hilfreich zur Seite springen zu wollen (während der andere noch ganz mit dem beschäftigt ist, was er nicht will). Günstig ist es oft, dem andern nicht das Selbst-Formulieren abzunehmen, sondern ihn immer wieder dazu zu ermuntern: „Du sagst, Du möchtest nicht andauernd den Stress mit den Lehrern haben, sondern ...?“ (+ freundliches, aufmunterndes Zulächeln).

„sondern“ ist auch ein kleines Zauberwort im Umgang mit Ausnahmen von problematischem Verhalten und kann helfen, diese zu verstärken. „Obwohl Du letzte Woche einen schlimmen Streit mit Deinem Freund gehabt hast, hast Du Dich hinterher nicht betrunken, sondern...?“ Neben dem Herausarbeiten von alternativen Verhaltensweisen, kann „sondern...?“ auch dem Bewusstmachen positiver Gefühlsaspekte dienen: „Als Dein Freund Dir gedroht hat, mit Dir Schluss zu machen, war also gar nicht so viel Angst vor dem Verlassenwerden, sondern...?“

MiniMax-Intervention 4: „Immer“ stimmt in Verbindung mit dem Symptom nie! (+ MiniMax-Intervention 1: „In der Vergangenheit,...“)

Da es immer auch Ausnahmen vom Problem(-Verhalten) gibt und das Wort „immer“ das Ausmaß des Problems betont, vergrößert und die Hilflosigkeit angesichts dies gigantischen Problems ins Unermessliche steigt, wird die Suche nach Problemlösungen blockiert oder zumindest stark erschwert. Verwendet jemand „immer“ in Verbindung mit der Problembeschreibung, kann es sehr hilfreich sein, bei der eigenen Rückmeldung davon abzuweichen, auf „oft“ zu reduzieren und das Ausmass des Problems in der Vergangenheit zu verankern, so dass indirekt, die Möglichkeit einer Veränderung in der Zukunft mitgedacht wird. Also: „Immer brülle ich meine

Betreuerin an, wenn sie mich an irgendwelche Dienste erinnert, die ich noch zu machen habe.“ – „In der Vergangenheit war es also oft so, dass Du Deine Betreuerin angebrüllt hast, wenn sie Dich an einen Dienst erinnert hat.“

MiniMax-Intervention 9: Konstruktive W-Fragen in kleinen Schritten

W-Fragen (wann, wie, welche, was, ...?) führen oft weiter als Ja-Nein-Fragen, da der andere üblicherweise viel mehr nachdenkt, um sie zu beantworten. Hilfreich ist allerdings, auf „kleine Schritte“ zu achten. Ein zu großer Schritt könnten sein: „Du hast gesagt, Du willst Dich eigentlich nicht mehr ritzen. Was willst Du stattdessen machen, wenn Du den Druck zum Ritzen verspürst?“ Besser könnte sein: „Du hast gesagt, dass Du dich eigentlich nicht mehr ritzen willst. Ein paar mal ist es Dir ja tatsächlich gelungen, dem Druck zu ritzen, zu widerstehen. Weißt Du noch, wie Du das geschafft hast?“

MiniMax-Intervention 13: „gigantisch!“ ... „ein bisschen“, ...„ Sprich die Sprache des Patienten (I)

Wir neigen oft dazu, bei allzu dramatischen und zu Übertreibung neigenden Schilderungen, diese Intensität bei unseren Spiegelungen deutlich zurückzufahren (was manchmal ja auch einen guten Effekt haben kann). Damit riskieren wir aber, dass der Kontakt schwierig wird, sich unser Gegenüber nicht gut verstanden fühlt, evtl. auch noch mal „nachlegt“. Es kann dann hilfreich sein, sich dem „Intensitäts-Niveau“ der Sprache des Gegenübers anzupassen, auch wenn es erst mal ungewohnt ist. Indem ich all die Dramatik und Intensität in meinen Spiegelungen aufnehme, erlaube ich meinem Gegenüber, sich zu beruhigen.

MiniMax-intervention 14: Bei schwierigen Patienten mit „Widerstand“: in jedem Satz eine verständnisvolle Verneinung! Sprich die Sprache des Patienten (II)

Schwierig sind für uns Situationen, in denen sich unser Gegenüber permanent verweigert: wir arbeiten uns ab, machen ständig neue Angebote und Vorschläge und ernten doch nichts als Ablehnung. In uns wachsen dann

schnell Gefühle von Hilflosigkeit und Verärgerung, was die Beziehung belastet. Wenn jemand die ablehnende Haltung im häufigen Gebrauch von „nicht“, „kein“ und „niemand“ ausdrückt, kann es sinnvoll sein, selber sprachlich darauf einzusteigen, indem man die eigenen Äußerungen mit verständnisvollen Verneinungen spickt: „Jetzt, wo du gerade derart angeervt ist, ist es wahrscheinlich gar nicht möglich, dass Du dich jetzt etwas entspannst. Und dafür wäre ein kurzer Spaziergang vermutlich auch gar nicht geeignet, zumal ja überhaupt kein Wetter dafür ist...“. (enthält auch einen Nicht-Vorschlag, entsprechend der MiniMax-Intervention 12)

Hanne Schulz

Gelassenheitsgebet

Gott

gebe mir die Gelassenheit,
Dinge hinzunehmen,
die ich nicht ändern kann,

den Mut,
Dinge zu ändern,
die ich ändern kann

und die Weisheit,
das eine vom andern
zu unterscheiden!

RASTER FÜR DAS FALLERZÄHLEN

- **Kommunikation – Interaktion in Alltagssituationen**
- **Lebensbereiche der Jugendlichen / des Jugendlichen**
- **Jugendliche und die Wohngruppe**
- **Person der Pädagogen**
- **Zusammenarbeit im Team**
- **Pädagogischer Rahmen, Konzepte**
- **Zusammenarbeit zwischen Systemen**

Ergebnis Workshop 4

Lernen am Erfolg / best practice

Leitfrage: Was trug zum Erfolg bei?

Zusammenfassung von drei Fallbeispielen aus dem Klinikalltag bzw. Jugendhilfealltag mit Jugendlichen mit V.a. einer emotional instabilen Persönlichkeitsentwicklung:

Methode: Kollegiale Beratung / Erfolgsmeldung

Ergebnisse:

- Ein funktionierendes, geschlossenes Team, das die unterschiedliche Belastbarkeit und die individuellen Grenzen gegenseitig akzeptiert.
- Supervision und Beratung für das Team
- Ein klarer Rahmen, klare Strukturen und klare Handlungsleitlinien
- Authentizität und das Bewusstsein eigener Emotionen bei der Betreuerperson
- Das Vorhandensein eines übergreifenden Hilfssystems, das Halt für den einzelnen Mitarbeiter bietet und die Möglichkeit sich Hilfe zu holen bereitstellt
- Psychohygiene (z.B. schwarzer Humor und individuelle Strategien wie Sport)
- Sich die Wechselwirkung von Beziehung und Struktur zu Nutze machen. Wenn eine Jugendliche/ein Jugendlicher neu auf Station bzw. neu in die Gruppe kommt, gibt es zunächst keine tragfähige Beziehungsgrundlage. In dieser Phase liegt der Schwerpunkt auf Struktur/Regeln/Rahmen. Wenn die Beziehungsgrundlage stärker ist, kann auf der Strukturseite etwas zurückgefahren bzw. auch mal eine Ausnahme gewährt werden.
- Ein bewusster Umgang mit Verstärkern, insbesondere bewussten Umgang mit Aufmerksamkeit.

Vielen Dank an die Teilnehmerinnen und den Teilnehmer!

Hannelore Schulz
Kari Aseboe