

Systemisch-lösungsorientierte Grundannahmen und Menschenbild

- Der Mensch gilt als aktiver Gestalter seiner eigenen Existenz. Die Wirklichkeit wird konstruiert. Es gibt in diesem Sinn keine objektive Wirklichkeit.
- Jeder Mensch trägt alle Ressourcen in sich, die er zu seiner Selbstverwirklichung braucht und mit denen er sein Leben mit Sinn erfüllen kann. Jeder Mensch ist also grundsätzlich lösungskompetent.
- Probleme können sich daraus ergeben, dass dem Menschen die zur aktuellen Problemlösung erforderlichen Ressourcen nicht bewusst sind, er also seine Aufmerksamkeit auf andere Inhalte, vorwiegend die Probleme, ausgerichtet hat.
- Kein Problem tritt *immer* auf. Verhalten ist nicht konstant. Es gilt, herauszufinden, unter welchen Umständen ein Problem nicht auftritt. Was ist in diesen Situationen anders? In den Ausnahmen liegt die Lösung.
- Verhaltensweisen werden durch das soziale System beeinflusst. Systeme beeinflussen sich gegenseitig.
- Veränderungsprozesse verlaufen nicht linear und nicht nach einem einfachen Ursache-Wirkungs-Muster. Kleinste Veränderungen im System können nachhaltige Veränderungen beim Einzelnen hervorrufen.
- Es gibt keinen logischen Zusammenhang zwischen einem Problem und einer Lösung.
- Menschen besitzen eine Vielfalt von Fähigkeiten, sowohl bekannte als auch unbekannt.
- Probleme indizieren keine Pathologie, Probleme sind nur eine andere Art, Dinge zu beschreiben.
- Es besteht keine Notwendigkeit, das Warum zu verstehen oder Einsicht zu gewinnen. Veränderungen sind unvermeidlich.
- Veränderung passiert, wenn Menschen sich kompetent und erfolgreich erleben.
- Motivation ist wahrscheinlicher, wenn Menschen (Eltern und Kinder) als kompetent angesehen werden und sich als Personen wahrnehmen, die ein Anliegen haben.
- Der Fokus auf das Mögliche und Veränderbare ist hilfreicher als ein Fokus auf das Überwältigende und schwer zu Bewältigende.
- Komplexe Probleme erfordern nicht unbedingt komplexe oder längerfristige Lösungen.
- Jede Beschreibung eines Problems enthält schon eine Lösung.
- Ein Fokus auf die Zukunft ohne das Problem ist hilfreicher als ein Fokus auf die Vergangenheit mit dem Problem.

Quellen:

Peter De Jong, Insoo Kim Berg: Lösungen (er-)finden, verlag modernes lernen – Borgmann, 1998, Dortmund, ISBN-3-8080-0531-9

Steve de Shazer: Der Dreh, Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie, Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg 2002, ISBN 3-89670-275-0

Jacques Peyer: Wir arbeiten lösungsorientiert.

http://www.tagesschule-birke.ch/download/vortrag_150307.pdf