



Britta Möhring  
Thomas Schlüter

# »Kann ich Sie mal kurz sprechen?«

Impulse für gute Gespräche  
in der Schule





Britta Möhring / Thomas Schlüter

# **»Kann ich Sie mal kurz sprechen?«**

Impulse für gute Gespräche  
in der Schule

Vandenhoeck & Ruprecht

Mit 19 Illustrationen von Nele Franken

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind  
im Internet über <http://dnb.de> abrufbar.

© 2019, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,  
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen  
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich  
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen  
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: © Nele Angela Franken

Illustrationen: © Nele Angela Franken  
Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

**Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | [www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com](http://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)**

ISBN 978-3-647-70265-0

# Inhalt

Vorspann .....	9
Hinweise .....	11
Einführung – Kann ich Sie mal kurz sprechen? .....	13

## Teil A Grundsätzliches zur Gesprächsführung

<b>1</b> Hoffnung stärken statt Probleme ergründen – Was soll in Zukunft anders werden? .....	20
<b>2</b> Hier, jetzt und du! – Die günstige Gelegenheit .....	26
<b>3</b> Wenn du wenig Zeit hast, nimm dir am Anfang viel davon – Die Phasen des Gesprächs .....	31
<b>4</b> Wenn der Berater schwitzt, hat er was falsch gemacht – Die ratsuchende Person aktivieren .....	36
<b>5</b> Manchmal sind wir im falschen Film! – Wie der innere Film die Wahrnehmung beeinflusst .....	43

## Teil B Ein gutes Gespräch führen

<b>6</b> Wie die Spitze eines Eisbergs – Die Sprache der ratsuchenden Person nutzen .....	50
<b>7</b> Das ist eine gute Frage – Fragen als Geburtshelfer .....	57
<b>8</b> Der Ton macht die Musik – Das Paraverbale bewusst nutzen .....	65

<b>9</b> Jede Reise beginnt mit dem ersten Schritt – Ziele erkunden und realistisch planen . . . . .	71
<b>10</b> Verborgene Schätze – Ressourcen erkunden und nutzen . . .	79
<b>11</b> Tschüss, bis morgen! – Das Ende eines Gesprächs . . . . .	85
<b>12</b> Kleine Dinge, große Wirkung – Weitere methodische Bausteine . . . . .	90

## Teil C Besondere Gesprächsanlässe

<b>13</b> Andreas, du bist in letzter Zeit . . . – Wenn Lehrer*innen das Gespräch beginnen . . . . .	98
<b>14</b> Ich soll zu Ihnen kommen – Wenn Schüler*innen geschickt werden . . . . .	103
<b>15</b> Zu Hause ist unser Kind aber ganz anders – Gespräche mit Eltern . . . . .	107

## Teil D Zur Vertiefung

<b>16</b> Ein Bild sagt mehr als 1.000 Worte – Bildhafte Sprache im Beratungsgespräch . . . . .	114
<b>17</b> Mir fällt dazu eine Geschichte ein – Geschichten strategisch erzählen und einsetzen . . . . .	121
<b>18</b> Den Rahmen verlassen – Es gibt mehr als eine Möglichkeit . . . . .	125

<b>19</b> Gesprächsbeispiele aus der Praxis . . . . .	133
Und die haben ihr das echt geschrieben, dass du schwanger bist? – Schülerin (14 Jahre) und Lehrerin . . . . .	133
Ich will wieder zurück zu meiner Mutter – Schülerin (15 Jahre) und Lehrerin . . . . .	136
Hast du mal einen Augenblick Zeit? – Referendar und Ausbildungslehrerin . . . . .	139
Ella ... sie ist eine Zicke und eine Vordränglerin – Schüler (8 Jahre) und Lehrerin . . . . .	142
Ich kann das einfach nicht verstehen – Schülerin (16 Jahre) und Lehrerin . . . . .	143
Ein Kollege hat mich bei der Arbeit so blöd angemacht – Schüler (18 Jahre) und Lehrer . . . . .	145
Wie kann ich verhindern, dass mein Mann Tom abholt? – Mutter und Klassenlehrerin . . . . .	146
Mir geht es wieder schlecht – Zwei Kolleginnen . . . . .	147
Abspann . . . . .	149
Antwortmöglichkeiten zu den Übungen . . . . .	151
Literatur . . . . .	155



## Vorspann

Toll, dass Sie in der Schule Gespräche führen und Sie dieses spannende und facettenreiche Thema vertiefen wollen!

Viele Fortbildungen mit Lehrer\*innen aller Schulformen haben uns gezeigt, dass Gespräche in der Schule eine besondere Herausforderung sind. Genau deshalb haben wir uns zu dieser praxisorientierten »Anleitung« entschlossen. Wir möchten Ihnen mit diesem Buch Gedanken und Methoden – »Rüstzeug« – an die Hand geben und Ihr Interesse wecken, Bekanntes zu hinterfragen und Neues zu entdecken.

Manchmal fragen uns Lehrer\*innen: »Wie kann ich Gespräche möglichst schnell abwürgen?« Tun Sie das bitte nicht! Nutzen Sie vielmehr einige der vielen Möglichkeiten für ein kleines, aber gutes Gespräch, das sich an jedem Schultag ergeben kann. Sie werden damit selbst zufriedener sein und auch Ihre Schule verändern.

Vieles von dem, was wir Ihnen weitergeben, haben wir von Timm H. Lohse gelernt.<sup>1</sup> Er war und ist unser Lehrer und Gesprächspartner im »Kurzgespräch«. Ihm gilt unser besonderer Dank. Danken möchten wir auch den Trainerkolleg\*innen der Arbeitsgemeinschaft Kurzgespräch für den Austausch und die Anregungen.

Den Kursteilnehmer\*innen aus vielen Fortbildungen gilt ebenso unser Dank, da ohne ihre Fragen, Rückmeldungen und Beispiele aus dem Schulalltag dieses Buch nicht möglich gewesen wäre.

---

1 Lohse, T. (2013): Das Kurzgespräch in Seelsorge und Beratung. Eine methodische Anleitung (4. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Alle Beispiele dieses Buches sind aus dem »wirklichen« Leben und wurden selbstverständlich anonymisiert. Leider war es uns nicht mehr bei allen Beispielen möglich, die »Einbringer\*innen« persönlich zu fragen. Hierfür bitten wir um Entschuldigung.

Danken möchten wir auch Lena Gaube und Claudia Maier, die das Manuskript kritisch gelesen und uns mit ihren Fragen und Korrekturvorschlägen sehr geholfen haben.

Nele Franken hat das Buch illustriert. Vielen Dank für die Zeichnungen, die verdichten, worum es in den einzelnen Kapiteln geht.

Claudia Peter vom Verlag Vandenhoeck & Ruprecht hat unser Buch – von der ersten Idee bis zum fertigen Produkt – verlässlich, hilfreich und unkompliziert begleitet. Auch ihr möchten wir an dieser Stelle danken.

Besonders herzlich danken wir den Schüler\*innen und Kolleg\*innen, die sich uns im Gespräch anvertraut haben. Die vielen positiven Erfahrungen im Gespräch haben uns Mut gemacht, dieses Buch zu schreiben.

Und nun wünschen wir Ihnen, liebe Leser\*innen, viel Freude bei der Lektüre, hoffentlich viele »Aha-Erlebnisse« und Lust, das ein oder andere in der Praxis auszuprobieren. Und bitte, führen Sie Gespräche, denn *gute* Gespräche kann man nie genug führen!

Dezember 2018

Britta Möhring und Thomas Schlüter

## Hinweise

Die folgende Symbolik gibt Ihnen im Buch Orientierung:

- Fallbeispiel
-  Zusammenfassung
-  Übung

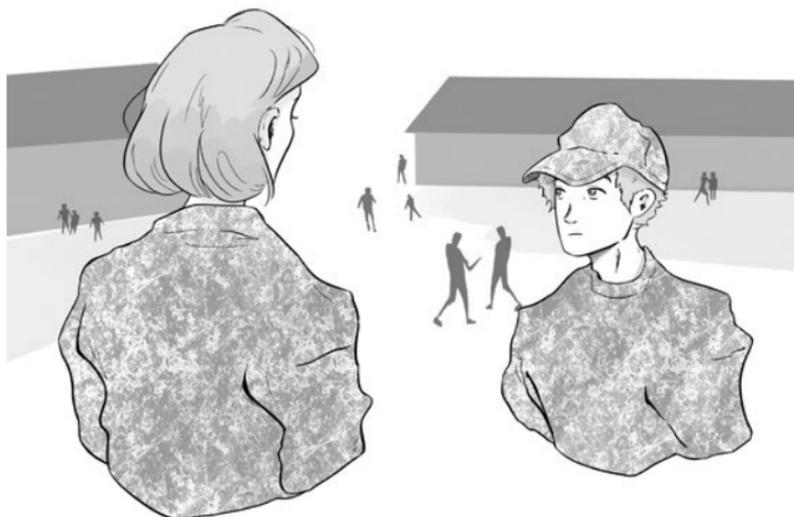
Sehr wichtig bei Gesprächen ist die Betonung und Stimmlage der beratenden Person. Da dies in schriftlicher Form schwierig darzustellen ist, nutzen wir in den Gesprächsbeispielen folgende Zeichen:

- Eine Pause im Satz.
- ↓ Die Stimme senkt sich am Ende des Satzes, auch bei einer Frage.  
Beispiel: »Wann -- willst du dieses Buch lesen ↓« Um die Lesbarkeit mit der Senkung der Stimme zu erleichtern, haben wir an diesen Stellen auf das Fragezeichen verzichtet.

Beim Thema »geschlechtergerechte Sprache« haben wir uns für das »Gendersternchen« entschieden. Vereinzelt haben wir aus Gründen der besseren Lesbarkeit darauf verzichtet.



## Einführung - Kann ich Sie mal kurz sprechen?



Kann ich Sie mal kurz sprechen?

- ... fragt ein 13-jähriger Schüler nach der Unterrichtsstunde vorne am Lehrerpult und sagt anschließend: »Ich habe einfach nicht genug Zeit zum Lernen, seit ich in der A-Auswahl beim Fußball bin. Ich schaff' das alles nicht mehr.«
- ... fragt eine Mutter, die nach Schulschluss auf die Lehrerin ihrer 9-jährigen Tochter wartet und erzählt: »Mein Mann und ich haben uns getrennt. Es wird sich jetzt viel für uns ändern.«
- ... fragt eine 15-jährige Schülerin während der Pausenaufsicht den Lehrer und sagt: »Ich mache mir Sorgen um eine Freundin – die ritzt sich.«

Und auch im Unterricht gibt es zahlreiche Anfragen, die nichts mit dem Unterrichtsthema zu tun haben: Da sagt der Klassensprecher einer 10. Klasse: »Wir kommen mit unserem Mathelehrer nicht klar. Im Unterricht ist es immer so unruhig, und darum verstehen wir nichts. Und jetzt stehen doch bald die Abschlussprüfungen an.«

Oder ganz nebenbei beim Kontrollieren der Hausaufgaben sagt eine 17-jährige Schülerin: »Ich konnte meine Hausaufgaben nicht machen. Ich bin gestern zu Hause rausgeflogen.«

Und auch im Lehrerzimmer in den Pausen oder Freistunden gehen die Gespräche weiter. Da sagt eine Kollegin: »Seit ich aus der Elternzeit zurück bin, habe ich das Gefühl, ich werde überhaupt nicht mehr für voll genommen.«

Oder ein Kollege kommt aus dem Unterricht, sinkt auf den Stuhl und sagt: »Dass Schüler so gemein sein können. Die haben mich gerade so richtig fertig gemacht.«

Der Schulalltag ist voll von solch' »kleinen Gesprächen«. Auch wenn es sich nicht immer um ausdrückliche Anfragen im Sinne von »Kann ich Sie mal kurz sprechen?« handelt, so werden Lehrer\*innen doch jeden Tag immer wieder in Gespräche verwickelt, ob sie wollen oder nicht. Und man reagiert – »irgendwie«. Denn im Sinne von Paul Watzlawick kann man nicht *nicht* reagieren.<sup>2</sup>

---

2 Die Kommunikationstheorie Paul Watzlawicks bildet eine wichtige Grundlage dieses Buches. Zur Vertiefung empfehlen wir die im Literaturverzeichnis aufgeführten Bücher von ihm.

Viele Lehrer\*innen wissen nicht, wie sie in solchen Situationen passend reagieren können. Oft ist das Gefühl bestimmend: Ich kann das gar nicht, zumindest nicht richtig. Ich habe es nicht gelernt, Gespräche zu führen. Und manchmal denken sie auch: Ich will das auch gar nicht, ich will doch einfach nur unterrichten. Ich bin doch kein Sozialpädagoge, und ich wollte es auch nie werden.

Zudem haben viele Lehrer\*innen auch die Erfahrung gemacht: Wenn ich mich jetzt auf ein Gespräch einlasse, dann muss ich es irgendwann wieder abbrechen, weil es klingelt oder weil anderes zu tun ist. Denn eigentlich scheint immer zu wenig Zeit im Schulalltag zu sein, zumindest für so ernsthafte Themen.

Oder sie haben schnell das Gefühl, dass sie gar nicht richtig helfen können. Zu groß scheinen viele Probleme der Schüler\*innen oder ihrer Familien zu sein. Viele sind im Zweifel: Bin ich die oder der Richtige für diese Anfrage? Muss da nicht ein »Profi« her?

Und dann die Sorge, wie viel Arbeit auf einen zukommt, wenn man sich auf das Gespräch einlässt: die Frage, ob man jetzt als Lehrer\*in die Aufgabe hat, sich um Versöhnung in einer zerstrittenen Familie zu kümmern, oder die Frage »Können Sie nicht vielleicht mal mit dem Mathelehrer sprechen?«

Viele Lehrer\*innen stecken in solchen Situationen auch in einem Rollenkonflikt: Die Hausaufgaben müssen gemacht werden – aber zu Hause rausgeworfen werden, ist eigentlich viel ernster als nicht gemachte Hausaufgaben. Oder: Die Freundin der Schülerin ritzt sich. Reicht hier ein Gespräch, oder muss man sofort handeln?

Gespräche zwischen Tür und Angel sind bei vielen Lehrer\*innen unbeliebt. Aber die Gespräche finden trotzdem statt, Tag für Tag.

Wir wollen Sie ermutigen, diese kurzen Gespräche als Chance wahrzunehmen, denn schon ein »kleines Gespräch« kann viel bewirken. Und viele kleine, gute Gespräche verändern den Schulalltag. Oft viel mehr, als man selbst denkt.

Ein »gutes Gespräch« ist unserer Meinung nach ein Gespräch, bei dem sich etwas Neues »ergibt«, also ein Gespräch mit einem »Ergebnis«. Das kann ein neuer Gedanke, ein anderer Blickwinkel oder ein erster Schritt sein.

Schon ein kleines, gutes Gespräch kann Bewegung in eine festgefahrene Situation bringen und neue Perspektiven aufzeigen. Bildlich kann man sich die Wirksamkeit eines guten Gesprächs wie folgt vorstellen: Denken Sie an ein großes Mobile in einem windstillen Raum. Wird es an einer Stelle angestoßen, kommen alle Teile in Bewegung. Übertragen auf ein Gespräch bedeutet das, dass auch kleine Impulse viel in Bewegung bringen können.

Wichtig bei diesen Gesprächen ist der Grundsatz, dass die innere Haltung, mit der eine Person ein Gespräch führt, wichtiger ist als die hilfreichsten Methoden. Die Haltung ist quasi der Nährboden für ein gutes Gespräch.

Die innere Haltung muss bestimmt sein vom grundlegenden Ernstnehmen der ratsuchenden Person. Jede ratsuchende Person ist ein eigenständiger Mensch mit Gaben, Fähigkeiten und Ressourcen. Im Beratungsgespräch muss dieser Mensch gesehen und gewürdigt werden und er darf nicht auf seine Probleme und Defizite reduziert werden.

Zur inneren Haltung gehört auch, bescheiden zu sein. Das heißt vor allem, von der Annahme Abstand zu nehmen, man müsse oder könne die Probleme anderer Menschen lösen.

Die ratsuchende Person ist und bleibt Expertin ihres Lebens und somit auch ihres Problems. Die beratende Person begleitet sie ein Stück weit auf ihrem Weg. Und das ist eine große Unterstützung!

Wenn man sich so auf eine ratsuchende Person einlässt, kann Resonanz entstehen: Das Gespräch fließt hin und her und es kommt etwas zum Schwingen. »Resonanz [ist] der entscheidende Faktor eines Gesprächs« (Jonas/Daniels, 1996, S. 24).

Bescheiden zu sein meint auch, nicht alles auf einmal bearbeiten zu wollen.

Grundlage für diese Haltung und die Methodik ist die systemische Beratung.

Gerade für engagierte Lehrer\*innen bedeutet diese Erkenntnis oft eine »(Er-)Lösung« von überhöhten Erwartungen an sich selbst und ihre Beratungstätigkeit und stärkt so ihr Engagement, gute Wegbegleiter\*innen für die Schüler\*innen zu sein.

Viele Fortbildungen<sup>3</sup> im Bereich Schule und vor allem die Rückmeldungen der Teilnehmer\*innen haben uns gezeigt: Diese Sichtweise auf Gespräche und die methodischen Bausteine, die man lernen und einüben kann, sind im Schulalltag hilfreich und »funktionieren«.

Schritt für Schritt stellen wir Ihnen diese Bausteine vor. Sie können jedes Kapitel einzeln als Impuls lesen und punktuell an ihrer Gesprächsführung arbeiten oder das Buch auch in Gänze lesen.

Ein Teilnehmer einer Fortbildung zum Kurzgespräch in der Schule formulierte es im Feedback einmal so: »Ich habe gelernt, dass ich nicht gleich die ganze Welt retten muss, aber ich kann jetzt ein kleines, gutes Gespräch führen.« Diese Erfahrung wünschen wir auch unseren Leser\*innen!

---

3 Nähere Informationen zu Fortbildungen unter [www.kurzgespraech.de](http://www.kurzgespraech.de)



# Teil A

## **Grundsätzliches zur Gesprächsführung**

# 1

## **Hoffnung stärken statt Probleme ergründen – Was soll in Zukunft anders werden?**



Wenn ein Mensch ein Beratungsgespräch sucht, hat er in sich eine Hoffnung. Er hofft, dass das Gespräch ihm in irgendeiner Weise hilft. Hätte er diese Hoffnung nicht, würde er kein Gespräch suchen.

Oft ist diese Hoffnung zu Beginn eines Gesprächs sehr klein, zart und unscheinbar. Aufgabe der beratenden Person im Gespräch ist es, diese kleine Hoffnung zu schützen und zu stärken.

Bildlich gesprochen ist die Hoffnung wie ein Pflänzchen, das behutsam gepflegt und versorgt werden muss. Es braucht Sonne, Wärme und Wasser, um wachsen und gedeihen zu können. Aber: Eine Pflanze wächst langsam. Sie wächst nicht schneller, wenn man sie besonders viel gießt, noch, wenn man an ihr zieht und zerrt.

Das Gleiche gilt für die zarte Hoffnung auf Klärung, auf Veränderung, die in einer ratsuchenden Person wächst. Auch sie benötigt im übertragenen Sinn Wasser, Wärme, Sonne und Zeit, um sich zu entwickeln.

Seit vier Monaten ist Svenja neu in der 6. Klasse. Sie ist aus einer anderen Stadt zugezogen. Svenja ist eine gute Schülerin, aber die Lehrerin Frau M. hat beobachtet, dass sie viel allein ist. Eines Tages kommt Svenja nach der Stunde zu Frau M.

Svenja: »Ich habe immer noch keine neuen Freunde in der Klasse gefunden. Alle meiden mich, nur die Hausaufgaben wollen sie immer von mir abschreiben.«

Frau M. hat nun verschiedene Möglichkeiten zu reagieren. Sie kann entweder das Problem ergründen oder mit »guten Fragen« die Hoffnung auf Veränderung stärken: »Noch hast du keine neuen Freunde gefunden. Wie -- findest du sie ↓«/»Wo -- suchst du ↓«/»Was genau -- suchst du ↓«/»Was -- versuchst du ↓« oder auch »Wer -- kann dich dabei unterstützen ↓« (vgl. Kapitel 7).

Ein »gutes Gespräch« konzentriert sich auf die Zukunft und stärkt die Hoffnung, dass in Zukunft etwas anders werden und Neues entstehen kann.

Frau M. verzichtet mit dieser Art zu fragen darauf, das Problem zu ergründen und auch darauf, das Problem beurteilen und lösen zu wollen.

Stattdessen knüpft sie an Svenjas Hoffnung – neue Freunde zu finden – an und fragt nach ihren Möglichkeiten und Ressourcen. Gleichzeitig aktiviert sie Svenja, weil sie Svenja nicht auf das Problem festlegt, sondern ihr zutraut, dass sie etwas ändern kann.

Wenn Frau M. fragen würde: »Kannst du dir vorstellen, warum deine Mitschüler sich so verhalten?« oder »Wirst du von deinen Mitschülern auch geärgert?«, würde das Gespräch einen gänzlich anderen Verlauf nehmen.

Frau M. wäre dann vielleicht genau im Bilde, aber durch das Ergründen der Ursachen kommt Svenja nicht weiter, da in der Regel durch das Ergründen der Ursachen und der Probleme keine neuen Ideen und Lösungsansätze entstehen. Es gilt der Ausspruch: »Wenn ich weiß, wie ein Karren in den Dreck gefahren wurde, weiß ich noch lange nicht, wie er wieder herauszuziehen ist.« (Weber<sup>4</sup>, 1994)

Den Karren »noch weiter in den Dreck fahren« könnte Frau M., wenn sie Svenja fragt, ob sie früher an der alten Schule ähnliche Erfahrungen gemacht hat, da diese Frage einerseits für Svenja unangenehm sein kann und sie andererseits auf ihr Problem festgelegt und reduziert würde.

Svenjas Hoffnung, mit der sie das Gespräch begonnen hat, und auch ihre eigene Aktivität würden hierdurch nicht gestärkt. Vielleicht würde Svenja von früheren Erfahrungen berichten. Ein solches Gespräch wäre nicht zielführend.

## Blick nach vorne statt zurück

Am Ende einer großen Pause betritt die Lehrerin Frau B. den Klassenraum ihrer 4. Klasse. Direkt stürmen zwei Schülerinnen, Julia und Josefine, auf sie zu und erzählen ihr – beide durcheinander –, was in der Pause passiert ist.

Julia erzählt aufgeregt, dass die beiden sich gestritten haben, weil Josefine etwas Schlechtes über sie gesagt habe. Josefine bestreitet dies wortreich. Beide Schülerinnen reden sich in Rage.

4 Dr. Gunthard Weber, geb. 1940, Arzt für Psychiatrie – Psychotherapie, Systemischer Berater und Therapeut.

Frau B. könnte nun versuchen, die in der Pause vorgefallene Situation schrittweise zu ergründen und zu klären (»Julia, was hast du gemacht? Josefine, was hast du gesagt?«). Das Ergebnis von diesem Versuch würde wahrscheinlich sein, dass Julia und Josefine jeweils ihre Sicht der Dinge im Detail erläutern. Da dies einige Zeit in Anspruch nimmt und der Unterricht nicht beginnen kann, würden parallel dazu die anderen Schüler\*innen der Klasse wahrscheinlich unruhig.

Frau B. könnte das Gespräch auch abbrechen »Setzt euch hin!« oder verschieben »Wir sprechen am Ende der Stunde darüber.« Mit viel Glück haben sich die Gemüter am Ende der Stunde wieder beruhigt. Weil Julia und Josefine in der Klasse allerdings nebeneinandersitzen, ist es wahrscheinlicher, dass der Streit in der Stunde weitergeht und die beiden am Ende der Stunde wieder zu Frau B. kommen.

In beiden Fällen würde sich Frau B. den Konflikt vermutlich schildern lassen und Julia und Josefine würden im Anschluss erwarten, dass sie ein »Urteil« fällt.

Frau B. kann aber auch ganz anders reagieren. Sie kann ganz in Ruhe sagen: »Julia und Josefine, hört mir mal zu. Die Pause ist vorbei. Wie -- geht es jetzt mit euch beiden weiter ↓«

Durch diese Intervention verändert sich die Rolle von Frau B., da die Verantwortung für den Fortgang des Konflikts bei den Schülerinnen liegt und Julia und Josefine nun überlegen müssen, wie es weitergehen kann. Die beiden werden vermutlich zunächst stutzen und schweigen, da sie nun selbst überlegen und aktiv werden müssen. Und dann – nach ein wenig Bedenkzeit – werden sie einen Vorschlag machen.

## **Zukunftsorientierung statt Problemorientierung**

Das Gespräch von Frau B. mit Julia und Josefine steht exemplarisch für viele Gespräche, die Lehrer\*innen im Laufe eines Tages führen. Frau B. hat die Möglichkeit, die Richtung des Gesprächs zu beeinflussen:

Soll es im Gespräch darum gehen, die Vergangenheit zu ergründen oder soll es darum gehen, wie es in Zukunft weitergehen kann bzw. was sich in Zukunft ändern soll.

Da Vergangenes nicht mehr rückgängig gemacht oder verändert werden kann, ist es sinnvoller, in die Zukunft und somit nach vorne zu blicken.

Eine Ausnahme sind allerdings disziplinarische Fälle. Hier ist der Blick in die Vergangenheit nötig und sinnvoll, da Verantwortung für Unrecht übernommen werden muss.

Ansonsten ist der Blick in die Zukunft zielführender. Hinzu kommt, dass der Blick auf Probleme oft erdrückend ist und das Gefühl von Ohnmacht – in dem die ratsuchende Person sowieso schon feststeckt – verstärkt: »Ich weiß nicht, was ich machen soll«/»Ich kann da nichts machen«/»Das ist alles so viel«.

Ziel ist es, die ratsuchende Person zu aktivieren. Dass sie einen anderen Menschen angesprochen, um Rat oder Unterstützung gebeten hat, zeigt, dass ein klein wenig Hoffnung und Aktivität vorhanden sind. Konzentriert sich das Gespräch nun vor allem auf die Probleme, werden zur Ausgangsfrage schnell weitere Probleme hinzukommen und der »Problemborg« wird immer höher. Hoffnung und Aktivität werden so erdrückt.

Der amerikanische Psychotherapeut Steve de Shazer bringt dies treffend auf den Punkt: »Problem-talk creates problems, solution-talk creates solutions!« (de Shazer, 2004, S. 12)

Selbst die beratende Person unterliegt diesem Phänomen: Je mehr die ratsuchende Person von ihren Problemen erzählt, umso mehr hat nach und nach auch sie das Gefühl »Was kann man da schon machen?«. Im Beratungskontext wird dieses Gefühl der Ohnmacht auch »Problemtrance« oder »Problemhypnose« genannt, die sowohl die ratsuchende Person als auch die beratende Person erfasst.



Die beratende Person hat in Gesprächen die Möglichkeit, die Richtung des Gesprächs zu beeinflussen. Fast immer ist es hilfreicher, in die Zukunft zu blicken statt zurückzusehen.



In der Unterrichtsstunde ging es um das Thema Familie und unter anderem um das Thema Adoption. Am Ende der Unterrichtsstunde bleibt Dominik (16 Jahre) im Klassenraum und wartet, bis die anderen Schüler\*innen den Raum verlassen haben, und

spricht dann den Lehrer an: »Dass die anderen sich das so einfach vorstellen mit der Adoption von Kindern – ich bin ja auch adoptiert – das wissen die andern aber nicht – manchmal erzähle ich das – wie jetzt Ihnen. Ich möchte aber nicht, dass man mich dann bemitleidet – mein Vater kommt aus Italien und meine richtige Mutter war auch Italienerin, sie hat damals Drogen genommen, deshalb konnte sie mich nicht behalten. Mann, dass die anderen sich das so einfach vorstellen.«

Formulieren Sie Fragen, die in die Zukunft gerichtet sind.

■ Vorschläge dazu finden Sie auf Seite 151.