

»Ich schaff's!« – Ein Mut-Mach-Programm.

Als ich den Psychiater Ben Furman innerhalb meiner Ausbildung zum systemischen Therapeuten kennengelernt habe, zeigte er mir einige A4-Seiten mit einem Programm, das er gerade in einer Vorschule in Helsinki entwickelt hatte, um Kindern zu helfen, Probleme zu lösen.



*Dipl.Päd.
Werner Eder*

MSc, Sonderpädagogin, Psychotherapeutin, Supervisorin, Lehrtherapeutin für systemische Familientherapie (la:sf), Lehrtherapeutin der Systemischen Gesellschaft Berlin, Lehrbeauftragte für Kinder- und Jugendlichen-therapeuten (Berlin & Leipzig), Dozentin an der Pädagogischen Hochschule Linz

Mittlerweile ist das »Ich schaff's!« Programm in vielen Ländern angekommen und hilft Kindern und Jugendlichen und ihren Systemen, sich auf neue Wege einzulassen.

»Ich schaff's!« ist ein Problemlösungs-Programm für Kinder und Jugendliche, das auf einem lösungsorientierten Ansatz beruht, der geprägt ist von den Ideen um Milton H. Erickson, Jay Haley, Insoo Kim Berg, Steve De Shazer, Michael White und David Epston.

In diesem Programm werden Kinder und Jugendliche eingeladen, Fähigkeiten zu erlernen, Probleme zu bewältigen und schwieriges Verhalten zu verändern. Dieses Modell wurde in Finnland von dem Psychiater Ben Furman und dem Sozialpsychologen Tapani Ahola, Vorsitzender des Instituts für Kurzzeittherapie in Helsinki, und den Sonder-schullehrerinnen Sirpa Birn und Tuija Terävä im Kinderzentrum Keula entwickelt.

Zentrale Idee des »Ich schaff's!« Programms ist die Erkenntnis, dass Probleme von Kindern und Jugendlichen als Fähigkeiten gesehen werden können, die erlernbar oder verbesserbar sind.

So ist einer der zentralen Schritte, dass man Probleme auch als noch zu lernende Fähigkeit betrachten kann. Das mag vielleicht wie Haarspalterei erscheinen – denn schließlich ist es doch das Gleiche, ob man aufhört zu fluchen oder ob man lernt, sich adäquat zu äußern. Es ist jedoch das Sprechen über Verhaltensweisen, das es ermöglicht, dass Lösungsräume entstehen können oder an altbekannten Mustern festgehalten wird.





Das »Ich schaffs!« Programm versucht mit Wertschätzung, Humor und Spaß das Selbstvertrauen der Kinder und Jugendlichen zu stärken. Denn Lernen gelingt am besten mit Zuversicht, mit Spaß und gemeinsam mit anderen! Der Fokus richtet sich auf das, was funktioniert, statt darauf, was nicht funktioniert. Es ist ein Zugang, der Anerkennung gibt und Zusammenarbeit und Kreativität vermehrt. Der Fokus richtet sich auf die Stärken, Ressourcen und Selbstwirksamkeit des Einzelnen und des Systems

»Ich schaffs!« beschuldigt niemanden, weder Kinder und Jugendliche noch Angehörige. Stattdessen lädt es Angehörige dazu ein, aktive Teilnehmer/innen und Unterstützer/innen dieses Programms und des Lernprozesses zu werden. Sie helfen dabei, den Nutzen und den Gewinn des Lernens zu erkennen, und sie bieten Hilfe während des gesamten Lernprozesses an.

Die 15 Schritte im Detail:

- › 1. Probleme in Fähigkeiten verwandeln
- › 2. Sich auf eine zu erlernende Fähigkeit einigen
- › 3. Den Nutzen der Fähigkeit herausfinden
- › 4. Der Fähigkeit einen Namen geben
- › 5. Eine Kraftfigur aussuchen
- › 6. Helfer einladen
- › 7. Vertrauen aufbauen
- › 8. Die Feier planen
- › 9. Die Fähigkeit beschreiben
- › 10. Öffentlich machen
- › 11. Die Fähigkeit üben
- › 12. Erinnerungshilfen finden
- › 13. Den Erfolg feiern
- › 14. Die Fähigkeit an andere weitergeben
- › 15. Zur nächsten Fähigkeit übergehen

Das »Ich schaffs!« Programm wurde zwar in erster Linie entwickelt, um Kindern und Jugendlichen zu helfen. Aber Eltern, Angehörige, Professionelle in Kindergärten, Schulen, Horten, Therapeutischen und Jugendhilfeeinrichtungen und andere Betreuer/innen werden dadurch Kreativität, Phantasie und Lust am Lernen entwickeln, also Fähigkeiten, die im Umgang mit Kindern immer gefragt sind. ■

Ein Problem wird mit dem Programm »Ich schaffs!« zur Möglichkeit für Kinder und Jugendliche zu lernen und sich weiterzuentwickeln.

Buchtipps

Ben Furmann (2010)

»Ich schaffs!« in Aktion — Das Motivationsprogramm für Kinder in Fallbeispielen

Carl-Auer Verlag; ISBN 978-3-89670-743-7

Christiane Bauer und Thomas Hegemann (2008)

»Ich schaffs!« — Cool ans Ziel

Carl-Auer Verlag; ISBN 978-3-89670-643-0

Ben Furman (2012)

Gut gemacht!

Das »Ich schaffs!« Programm für Eltern und andere Erzieher

Carl-Auer Verlag; ISBN 978-3-89670-859-5