



Sabine Stahl

Die „Inneren Helfer“ des „So und So“-Beratungskonzepts bekommen Unterstützung durch „Tierische Helfer“

| Teilhabe 4/2015, Jg. 54, S. 179 – 182

KURZFASSUNG Zahlreiche Nutzer des „So und So“-Beratungskonzepts erleben in der Praxis, dass mit diesem auch schwierige Gesprächssituationen und Gespräche mit Gruppen leichter zu handhaben sind. Der Einstieg in Gespräche wird erleichtert und an verbalen Grenzen ist durch Bilder und Materialien doch noch eine Fortsetzung der Kommunikation möglich. Die bereits bestehenden Bildkarten „Innere Helfer“ haben nun Unterstützung durch die „Tierischen Helfer“ bekommen. Diese können den Zugang zur Kommunikation mit Kindern und Jugendlichen erleichtern. Die Einnahme einer Meta-Position spielt auch hier eine zentrale Rolle. Dissoziation, also Abstand vom Problem(erleben) zu gewinnen, sorgt für größeren Überblick und damit bessere Bedingungen zur Lösungsfindung.

ABSTRACT The „So und So“ counseling concept picture cards the „Inner Helpers“ get support by the „Animal Helpers“. Many users of the „So und So“ counseling concept experience in practice that the concept helps them to ease even difficult communication situations or group conversations. It helps them to join a conversation more easily, images and materials help to continue a conversation when verbal communication reaches its limits. The already existing picture cards titled „Inner Helpers“ are now supported by „Animal Helpers“. They can help children and young persons to get easier access to communication. Taking a meta position plays a key role here as well. Dissociation, gaining distance to the problems they face, gives them a better overview and therefore improved conditions to find solutions.

Seit 2012 wird das *So und So*-Beratungskonzept erfolgreich in Fort- und Weiterbildungen an professionell Tätige (Heilpädagog(inn)en, Pflegende, Erzieher(innen), Lehrkräfte, Pädagog(inn)en, Psycholog(inn)en, Ärzt(inn)e(n), Therapeut(inn)en usw.) vermittelt. Die zahlreichen positiven Resonanzen, die aus der Praxis kommen, bestätigen, dass *So und So* eine wichtige Lücke im Alltag mit Menschen mit sogenannter geistiger Behinderung schließt. Die Fähigkeit zur Selbstreflexion kann mit den geeigneten Kommunikationsmitteln unterstützt und ausgebaut werden.

So und So wird weit über die „klassische“ Beratungssituation hinaus angewendet. Es bietet Mitarbeiter(inne)n aus allen Bereichen Sicherheit und Unterstützung in der alltäglichen Kommunikation (Wohnen, Arbeit, Freizeit, Offene Hilfen, Schule usw.). Es wird von Fach-, Führungs- und Lehrkräften und allen Menschen erfolgreich genutzt, die in

ihrer beruflichen Rolle viel kommunizieren und/oder häufig beratend tätig sind. Die häufigen Zweifel an der Umsetzbarkeit von Beratungsmöglichkeiten für die Zielgruppe können mit diesem Konzept zunehmend ausgeräumt werden. Beratung gewinnt in diesem Zusammenhang und spätestens seit der Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention immer mehr an Bedeutung.

Die eigens für diese Beratung entwickelten Bildkarten *Innere Helfer* bekommen nun Verstärkung durch *Tierische Helfer*, die ab sofort als zweites Kartenset zur Verfügung stehen. Die Rückmeldungen aus der Praxis haben

gezeigt, dass der Bedarf an niedrigschwelligen Kommunikationskonzepten nicht nur für Erwachsene mit sogenannter geistiger Behinderung besteht. Die *Tierischen Helfer* dienen als Erweiterung für den Kinder- und Jugendbereich und überall dort, wo man sich mit den konkreten Personen der *Inneren Helfer* nicht identifizieren kann oder möchte.

So und So bietet ein Beratungsformat mit maßgeschneiderten Inhalten für Zielgruppen, mit denen übliche Kommunikation an Grenzen kommt – ein Bild sagt manchmal mehr als 1000 Worte.

Beispiel 1

Jonathan (9 Jahre) wohnt in einer stationären Jugendhilfeeinrichtung. Er wurde durch das Jugendamt dort untergebracht. Derzeit hat er keinen Kontakt zu seiner Mutter. Der Vater ist unbekannt. Geschwister gibt es keine. Regelmäßigen Kontakt hat er zu seinem Opa, der ihn auch 14-tägig zum Wochenende abholt. Jonathan besucht eine Regelschule und seine Leistungen sind gut. In unregelmäßigen Abständen wird Jonathan „unvermittelt“ aggressiv und schreit seine Mitschüler(innen), Mitbewohner(innen) oder Betreuer(innen) lautstark an, attackiert sie mit Tritten und Schlägen und wirft Gegenstände. Er selbst sagt: „ich raste dann aus und sehe rot“.

Um mit dem *So und So*-Konzept zu arbeiten, sind die anamnestischen und biografischen Informationen zunächst nicht zentral. Wesentlich ist das subjektive Erleben von Jonathan. Die Wortwahl „ich raste aus“ sollte im weiteren Verlauf des Gesprächs von der Beraterin übernommen werden. Ziel ist eine möglichst detaillierte Beschreibung dieses „Ausrastens“ und vor allen Dingen, wie es sich für Jonathan anfühlt. „Ich sehe rot“ ist dazu eine wesentliche Information. Die ausführliche Schilderung dieses Vorgangs führt in der Regel dazu, dass wichtige Einzelheiten auch für den Betroffenen deutlich werden. Nach dem Utilisationsprinzip¹ werden alle Informationen, die der Klient gibt, „nutzbar“ gemacht. Das heißt auch, dass Verhaltensauffälligkeiten als subjektiv sinnhaftes

¹ Utilisation ist ein zentraler Begriff der Psychotherapie von ERICKSON und ROSSI (1993) und bedeutet, alles, was ein Subjekt verbal und nonverbal mitteilt, für den Prozess der von ihm angestrebten Veränderung zu nutzen (Utilisationsprinzip). Es soll besonders darauf geachtet werden, ob der Ratsuchende in der Vergangenheit die Erfahrung gemacht hat, dass eine gewünschte Veränderung umsetzbar war. Einige der Ratsuchenden verwendeten viel Energie darauf, ihre Defizite zu schildern. Wesentliche Aufgabe des Beraters ist hier, den Fokus auf Kompetenzen zu lenken, auf Dinge die gelungen sind und darauf, was beim Gelingen anders war, welche Voraussetzungen für ein Gelingen erfüllt sein müssen (vgl. STAHL 2013).

Verhalten verstanden werden. Der spielerische Umgang mit den Bildkarten und die Auswahl der *Inneren* bzw. *Tierischen Helfer* sind häufig besonders beeindruckend. Das „So und So“-Beratungskonzept bietet hier die Möglichkeit, im Dialog mit der Beraterin in einen reflexiven Prozess interaktiv einzusteigen und sich mit den eigenen Persönlichkeitsanteilen vertraut zu machen. Sprache kann bei der Arbeit mit den Bildkarten in den Hintergrund treten und die Nutzung der visuellen Ergänzungen führen im besten Fall zu einer gemeinsamen Kommunikations- und Verständnisebene.

Die *Inneren Helfer* und *Tierischen Helfer* sind Bildkarten, die innerhalb einer Beratungssituation dabei unterstützen, in eine andere Rolle zu schlüpfen oder eine Metaposition einzunehmen. Sie basieren auf dem „Big-Five-Modell“ oder auch „Fünf-Faktoren-Modell“ (FFM) der Persönlichkeitspsychologie (STAHL 2015). In diesem Modell konnte in zahlreichen Studien belegt werden, dass es fünf sehr stabile, unabhängige und weitgehend kulturstabile bipolare Persönlichkeitsfaktoren gibt. Alle zur Verfügung stehenden Motive (neben einer Blanko-Karte zur Selbstgestaltung eines *Inneren Helfers*) werden auf Seite 181 aufgezeigt (Abb. 1).

Bei der Arbeit mit den Bildkarten findet Jonathan nur Herrn Vorsicht „interessant“ und „cool“ (Abb. 1, Mitte). Nur der würde machen was er will, ist nachts unterwegs und holt sich, was er braucht.

Die Auswahl der Bildkarte wird nicht bewertet oder interpretiert. Natürlich fand die Beraterin die Wahl äußerst interessant und überraschend, da man Jonathan nicht zwingend mit „Vorsicht“ in Verbindung gebracht hätte. Gleichzeitig zeigt die Wahl, dass Jonathan sich „frei“ fühlte, seine persönliche Sicht zuzulassen. Eine Atmosphäre zu schaffen, in der die Klientel bei der Kartenauswahl niemandem gefallen möchte, ist eine zentrale Aufgabe der Berater². Die Auswahl dann nicht gleich zu deuten, ist eine Herausforderung. „Wahrnehmen und interpretieren fallen in einem Prozess zusammen; es ist unmöglich sie voneinander zu trennen“ (LINDEMANN, VOSSLER 2000, 3). Ziel in der Beratung ist es aber nicht, die Welt zu erklären wie sie ist, sondern vielmehr sich die Wahrnehmung und Wirklichkeit der Ratsuchenden beschreiben

zu lassen. Die Beraterhaltung, „nicht zu wissen, was richtig und falsch ist“, ist hier die Grundlage. Die Berater(innen), die mit Ratsuchenden im Gespräch sind, sollten also eine neugierig-interessierte Grundhaltung mitbringen, um die Wirklichkeit der Ratsuchenden zu ergründen.

Für seine „Ausraster“ findet er keinen passenden „Inneren Helfer“. Die Idee, sich vorzustellen zu wem er denn wird, wenn er ausrastet, kann er sofort nachvollziehen und beschreibt ein „knallrotes Monster“. Das Monster ist mittelgroß und sieht furchterregend aus, es brüllt laut und hat ein riesiges Maul.

Die theoretische Grundlage für diesen Beratungsschritt ist die Annahme eines positiven multiplen Persönlichkeitsmodells. Mit ihrer Hilfe wird es für Jonathan möglich, aus verschiedenen Perspektiven auf sich selbst und die jeweilige Situation zu blicken. Die Annahme der „inneren Pluralität“ (SCHULZ von THUN 1998) oder wie SCHMIDT (2005) es nennt, der „multiplen Persönlichkeiten in einem grundlegend positiven Sinn“ scheint zur Einnahme einer Metaposition besonders geeignet. Die hieraus entstehende Dissoziation vom problematischen Verhalten schafft die nötige Distanz, um sich selbst kritisch zu betrachten. Das Einnehmen einer Metaebene wird somit für die Zielgruppe möglich und stellt einen erheblichen Beitrag zur Lösungsfindung dar (vgl. ERICKSON, ROSSI 1993; MUTZECK 2008a; 2008b; SCHMIDT 2004; 2005). Dies führt zu einer Entlastung bei Jonathan und der Erkenntnis, dass er nicht 24 Stunden, sieben Tage in der Woche „ausrastet“, sondern dass auch andere Persönlichkeitsanteile vorhanden sind. Der Abschied von dem Zwei-Seiten-Modell (richtig-falsch) hin zu einer Vielschichtigkeit und Multiperspektivität eröffnet neue und vielfältige Wege. Das multiple Bild ist nicht pathologisch, „sondern ein Modell, um eine Perspektivenerweiterung zu erlangen und neue, bisher nicht berücksichtigte Aspekte in den Vordergrund zu rücken“ (SCHUPPENER, STAHL 2014, 428).

Auf differenziertes und ausführliches Nachfragen kommen noch folgende Beschreibungen zustande:

Beraterin (B): Von wo kommt denn das Monster?

Jonathan (J): Von unten.

B: Aus dem Boden?

J: Weiß nicht.

B: Oder unter dem Tisch vor?

J: Nee. Da geht der Boden auf.

B: Ah, o. k. Der Boden öffnet sich, und dann schießt das Monster raus oder wie?

J: Das ist doch doof.

B: Nee, jetzt sag doch mal, wie erscheint das denn?

Lange Pause.

J: Das geht langsam ... der Boden geht auf ... wie so 'ne Schiebetür ... dann kommt es hoch gefahren ...

B: Riecht das?

J: Lacht. Ja es stinkt.

B: Nach was?

J: Weiß ich nicht, es stinkt.

Erste Stunde zu Ende.

Beim nächsten Termin wiederholt die Beraterin noch einmal die beschriebenen Dinge und fragt, ob es so bleiben kann. Jonathan findet das heute sehr albern und fragt, was das bringen soll.

Die Beraterin erklärt ihm, dass sie es bemerkenswert findet, dass sein Monster langsam kommt und nicht so schlagartig, wie er es sonst immer beschreibt und ob es evtl. eine Möglichkeit gibt, diesen langsamen Auftritt zu nutzen, um es wegzuschicken?!

Die „ablehnende“ Haltung von Jonathan wird als Kompetenz interpretiert (vgl. SCHMIDT 2004; 2005; 2010) und keinesfalls als Defizit. Jonathan behält sich vor, der ganzen Beratung gegenüber skeptisch zu bleiben. Dies ist eine Ressource, die er unbedingt pflegen und behalten soll. Ebenso wird dies mit ihm kommuniziert. Die Beraterin macht ihre Wahrnehmung transparent und räumt immer ein, dass sie damit falsch liegen kann. Durch diese Grundhaltung gelingt es, dass Jonathan die „Idee mit dem Wegschicken“ interessant finden kann und Lust bekommt darüber weiterzusprechen.

² siehe auch Rahmenbedingungen des „So und So“-Konzeptes.

Abb. 1: Bildkartenset „Tierische Helfer“



Mit dem Einverständnis von Jonathan werden die Erkenntnisse aus den beiden Gesprächen gemeinsam an seine Kinder- und Jugendpsychotherapeutin weitergegeben. Derzeit ist nichts über den weiteren Ablauf bekannt.

Deutlich wird aber, dass die Dissoziation von der gewalttätigen Situation, vom aggressiven Jonathan, gelingt. Er kann darüber sprechen, da er diesen Teil von sich von einer Metaebene aus betrachtet. Im besten Fall gelingt es ihm, andere Anteile von sich zu entdecken und wertzuschätzen.

Für die weitere Arbeit mit Jonathan wäre wesentlich die Farbe rot, das Tempo des Erscheinens und den Geruch im Fokus zu behalten. Die Auswahl der Bildkarte „Herr Vorsicht“ bietet eine hervorragende Grundlage für weitere Gespräche.

Ein weiteres Beispiel für den spielerischen Umgang mit dem *So und So*-Konzept und der möglichen Erweiterung mit Handpuppen wird im Folgenden geschildert:

Beispiel 2

Anna (5 Jahre) ist leidenschaftliche Kaugumminutzerin. Leider hat sie es sich angewöhnt, ihre durchgekauten Exemplare in der ganzen KITA zu verteilen und beklebt alle möglichen Gegenstände damit. Dieses Verhalten zeigt sie auch Zuhause. Mehrere (durchaus kreative) Versuche, ihr dieses Verhalten abzugewöhnen, scheiterten. Durch die Einführung der Mitarbeiter(innen) in das *So und So*-Konzept und die Vorstellung des neuen Teammitglieds „Fuzzi“ (eine Puppe), ergab sich folgende Situation:

Anna kommt mit Fuzzi zu ihrer Betreuerin und erklärt, dass Fuzzi „wieder mal einen Kaugummi hingeklebt“ hätte und sie zeigt der Erzieherin auch die Stelle. Anna besteht darauf, dass Fuzzi in ihrem Beisein für sein Verhalten geschimpft wird und nimmt dies zufrieden zur Kenntnis, als es passiert. In den nächsten Wochen kommt Fuzzi immer wieder auf die Erzieherin zu und zeigt die beklebten Stellen, bis das Verhalten nach und nach abnimmt und schließlich ausbleibt.

Anna und ihren Begleiter(inne)n gelingt also eine neue Betrachtung des Problems. Die Beteiligten können eine Metaebene einnehmen und über Fuzzi

zu einer Lösung gelangen, bei der alle ihr Gesicht wahren können.

Durch den Einsatz von Figuren, die als Platzhalter agieren, ist es – vereinfacht erklärt – möglich, sich auf die Ebene einer Person zu begeben, ohne sie direkt anzusprechen. Der Einsatz von Bildkarten und/oder Handpuppen bietet jedoch nicht nur als Kommunikationsformat ein kaum überschaubares Potenzial. Er führt darüber hinaus zu einer Eigenreflexion der Arbeit und Arbeitsweise der Nutzer(innen). Übergreifend geht es um die Dissoziation zur problematischen Situation. Der hergestellte Abstand sorgt dafür, neue Wege und Aspekte wahrzunehmen und umsetzen zu können.

Für den Kinder- und Jugendbereich gibt es in diesem Zusammenhang eine interessante Kooperation zwischen Prof. Dr. Sabine Stahl und dem professionellen Puppenspieler Alfred Büttner. Es werden Wege aufgezeigt, wie durch das Spiel mit verschiedenen Persönlichkeitsanteilen ein neuer Zugang zu Kindern und Erwachsenen gefunden werden kann. So werden schnell die verschiedenen Positionen und inneren Stimmen einer Person fassbar. Ambivalenzen werden spielerisch aufgezeigt und ebenso spielerisch weiterentwickelt.

Das Aushalten der inneren Pluralität, die sich häufig als Ambivalenz manifestiert, ist sowohl für Ratsuchende als auch Berater(innen) eine Herausforderung. Die meisten Berater(innen) erleben dies im Alltag eher als Belastung. Schnell wechselnde Ansichten von Kindern/Jugendlichen und Entscheidungsschwierigkeiten werden als unangenehm wahrgenommen. Durch den spielerischen Umgang mit sogenannten *Inneren* bzw. *Tierischen Helfern* als einem methodischen Element dieser Beratungsform wird schnell eine Kommunikationsbasis geschaffen, die weg vom „Du musst dich entscheiden und zwar richtig“ hin zu „Es ist so und so“ führt.

LITERATUR

- AMELANG, Manfred; BARTUSSEK, Dieter** (2001): *Differentielle Psychologie und Persönlichkeitsforschung*. Stuttgart: Kohlhammer.
- ASENDORPF, Jens** (2007): *Psychologie der Persönlichkeit*. (4. Aufl.). Heidelberg: Springer.
- ERICKSON, Milton; ROSSI, Ernest** (1993): *Hypnotherapie. Aufbau – Beispiele – Forschungen*. München: Pfeiffer.
- FEUSER, Georg** (1998): *Lebenslanges Lernen für Menschen mit geistiger Behinderung*. Vortrag zur Tagung „Dialoge“

am 11.06.1998. <http://bidok.uibk.ac.at/library/feuser-> (abgerufen am 09.09.2015).

- GROEBEN, Norbert** (1986): *Handeln, Tun, Verhalten als Einheiten einer verstehend-erklärenden Psychologie*. Tübingen: Francke.
- KRON, Friedrich W.** (1999): *Wissenschaftstheorie für Pädagogen*. München, Basel: Reinhardt.
- LINDEMANN, Holger; VOSSLER, Nicole** (2000): *Die Behinderung liegt im Auge des Betrachters*. *Geistige Behinderung* 39 (2), 100–111.
- MUTZECK, Wolfgang** (2008a): *Kooperative Beratung*. Weinheim und Basel: Beltz.
- MUTZECK, Wolfgang** (2008b): *Methodenbuch Kooperative Beratung*. Weinheim und Basel: Beltz.
- SCHMIDT, Gunther** (2004): *Liebesaffären zwischen Problem und Lösung. Hypnosystemisches Arbeiten in schwierigen Kontexten*. Heidelberg: Auer.
- SCHMIDT, Gunther** (2005): *Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung*. Heidelberg: Auer.
- SCHMIDT, Gunther** (2010): *Ich bin Viele. Multiple Ich-Prozesse und wie man sie nutzen kann. Einführung in die Ego-State-Therapie*. Mülheim/Baden: Auditorium Netzwerk.
- SCHULZ VON THUN, Friedemann** (1998): *Miteinander reden 3: Das „innere Team“ und situations-gerechte Kommunikation*. Reinbek: Rowohlt.
- SCHUPPENER, Saskia; STAHL, Sabine** (2014): *Reflexive Professionalität im Kontext schulischer Integration und Inklusion auf der Basis des „So und So“-Beratungskonzeptes*. In: *Zeitschrift für Heilpädagogik* 65 (11), 425–432.
- SINASON, Valerie** (2000): *Geistige Behinderung und die Grundlagen menschlichen Seins*. Neuwied, Kriftel, Berlin: Luchterhand.
- SPECK, Otto** (1996): *System Heilpädagogik*. München: Reinhardt.
- STAHL, Sabine** (2015): *So und So. Beratung für Erwachsene mit so genannter geistiger Behinderung*. (3. Aufl.). Marburg: Lebenshilfe.

i Die Autorin:

Prof. Dr. Sabine Stahl

Internationale Berufsakademie, Studiengang Sozialpädagogik und Management, Poststraße 4-6, 64293 Darmstadt

@ sabine.stahl@internationale-ba.com