

## Die 7 Prinzipien des lösungsorientierten Ansatzes LOA

Der lösungsorientierte Ansatz nach Steve de Shazer ist eine Therapieform, die sich auf die **Lösung** von Problemen konzentriert, **anstatt** sich auf die **Ursachen** von Problemen zu konzentrieren. Der Ansatz geht davon aus, dass jeder Mensch die Fähigkeit hat, seine eigenen Probleme zu lösen, und dass die Lösungen bereits in der Person selbst vorhanden sind.

Der Therapeut arbeitet mit dem Klienten zusammen, um seine Ziele und Wünsche zu identifizieren und dann gemeinsam Lösungen zu finden, die auf den Stärken und Ressourcen des Klienten aufbauen. Der Fokus liegt auf dem Hier und Jetzt und der Zukunft, nicht auf der Vergangenheit.

Der lösungsorientierte Ansatz basiert auf **sieben Prinzipien**:

1. **Der Klient ist der Experte für sein Leben** und seine Probleme.
2. Der Therapeut arbeitet mit dem Klienten zusammen, um seine Ziele und Wünsche zu identifizieren.
3. **Der Fokus liegt auf Lösungen, nicht auf Problemen.**
4. Der Therapeut arbeitet mit den Stärken und Ressourcen des Klienten.
5. Der Therapeut stellt Fragen, um den Klienten zu helfen, seine **eigenen Lösungen zu finden**.
6. Der Therapeut gibt dem Klienten Feedback und Bestätigung.
7. Der Therapeut arbeitet mit dem Klienten zusammen, um Fortschritte zu messen und zu feiern.

Der lösungsorientierte Ansatz ist eine positive und ressourcenorientierte Therapieform, die darauf abzielt, den Klienten zu befähigen, seine eigenen Probleme zu lösen und **ein erfülltes Leben zu führen**.

**Der lösungsorientierte Ansatz** kann in der Schule auf verschiedene Weise angewendet werden, um Schülerinnen und Schüler zu unterstützen und zu befähigen:

1. **Fokus auf Stärken** und Ressourcen: Der lösungsorientierte Ansatz konzentriert sich auf die Stärken und Ressourcen des Schülers. Lehrer können Schüler ermutigen, ihre Stärken und Talente zu identifizieren und zu nutzen, um ihre Ziele zu erreichen.
2. Positive Feedbacks: Lehrer können Schüler ermutigen, ihre Fortschritte zu messen und zu feiern. Positive Feedbacks können Schüler motivieren und ihr **Selbstvertrauen stärken**.
3. Gemeinsame Zielsetzung: Lehrer können mit Schülern zusammenarbeiten, um gemeinsame Ziele zu setzen und Lösungen zu finden, die auf den Stärken und Ressourcen des Schülers aufbauen.
4. Fragen stellen: Lehrer können Schüler ermutigen, ihre eigenen Lösungen zu finden, indem sie offene Fragen stellen, die den Schüler dazu anregen, über ihre Probleme und Ziele nachzudenken.
5. **Fokus auf die Zukunft**: Der lösungsorientierte Ansatz konzentriert sich auf die Zukunft und nicht auf die Vergangenheit. Lehrer können Schüler ermutigen, sich auf ihre Ziele und Wünsche zu konzentrieren und Lösungen zu finden, um diese zu erreichen.
6. Zusammenarbeit: Lehrer können Schüler ermutigen, zusammenzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen, um gemeinsame Ziele zu erreichen. **Das Ziel ist Kooperation**.

Der lösungsorientierte Ansatz kann in der Schule angewendet werden, um Schülerinnen und Schüler zu befähigen, ihre eigenen Probleme zu lösen und ein erfülltes Leben zu führen. Quelle: chatGPT-X

**Lösungsorientierte Werkzeuge:**

1. **Skalierungen**: Ziele in Teilschritten erreichen, 2. **Reframing**: Probleme in Herausforderungen umwandeln, 3. **Ausnahmen** suchen, sie deuten auf Lösungen hin, 4. **Wertschätzung**: das Gegenüber mit seinen Fähigkeiten und Ressourcen erkennen und diese zurückmelden 5. **LOA-Fragen** und «fragen statt sagen».

Weil sich der lösungsorientierte nicht in erste Linie auf die Defizite der Schüler fokussiert, sondern auf deren Kompetenzen und Potential und versucht die Lernenden in ihren Zielen diesbezüglich zu unterstützen, erleben die Schüler das positiv und beginnen vermehrt zu kooperieren.