

## Dokumentation 3. Fachtag KINDER STÄRKEN, Dresden, 30.10.2019 – Workshop 1

### Workshop 1

## „Ich schaff’s“ – das lösungsorientierte Unterstützungsprogramm für Kinder

**Ulrike Müller**, Arbeiter-Samariter-Bund Landesverband Sachsen e.V.

**Andreas Wiere**, Kompetenz- und Beratungsstelle KINDER STÄRKEN

„Ich schaff’s“ ist ein systemisch lösungsorientiertes Unterstützungs- und Motivationsprogramm, das Kindern und Jugendlichen hilft, Fähigkeiten zu erlernen, Probleme zu bewältigen bzw. problematisches Verhalten loszuwerden. „Ich schaff’s“ baut auf der Erkenntnis auf, dass Verhalten von Kindern auf Fähigkeiten basiert, die erlernbar und dementsprechend auch veränderbar bzw. verbesserbar sind, und bietet hierzu ein systematisches, schrittweises Vorgehen. „Ich schaff’s“ ist durchschaubar, leicht anwendbar, macht Spaß, fördert das Selbstvertrauen und hat sich seit vielen Jahren in der Praxis bewährt. Im Workshop wurde „Ich schaff’s“ als Beratungsansatz vorgestellt, beispielhaft diskutiert und sollte bei den neunzehn Teilnehmenden Lust auf Mehr machen.

1

### 1. Themen und Inhalte

Die 15 Schritte von „Ich schaff’s“ wurden dargestellt sowie wesentliche Aspekte zum Verständnis und den Grundhaltungen diskutiert:

- „Ich schaff’s“ ist ein Stufenprogramm bzw. ein (Beratungs-)Prozess in 15 Schritten, das Kindern ab ca. 4 Jahren hilft, Fähigkeiten zu erlernen, um Probleme zu bewältigen oder zu überwinden bzw. „schwieriges Verhalten“ zu ändern. „Schwieriges Verhalten“ oder „Problemverhalten“ wirkt auf das Kind selbst und/oder seine Umwelt über einen längeren Zeitraum belastend und verunsichernd, erscheint in der Auswahl und Intensität nicht der Situation angepasst und behindert Entwicklungsmöglichkeiten, anstatt sie zu fördern. (vgl. Leitner 2007, S.15)
- „Ich schaff’s“ eignet sich immer dann, wenn das Kind ein Problem hat, welches sich durch Erlernen von bestimmten Fähigkeiten lösen oder verbessern lässt. „Ich schaff’s“ basiert auf dem Gedanken, dass Kinder eigentlich keine Probleme haben. Probleme werden hier als Fähigkeiten definiert, die sie noch nicht gelernt haben. (vgl. Furman 2017 (1), S.15)
- „Ich schaff’s“ eignet sich für eine Bandbreite von Problemen, z.B. Ängste, unangemessenes Verhalten, Konzentrationsschwierigkeiten, schlechte Angewohnheiten, Wutanfälle sowie Probleme mit dem Essverhalten, dem Schlafen oder dem Toilettengang.
- „Ich schaff’s“ basiert auf einem kind- und ressourcenorientierten, systemisch-lösungsorientierten Ansatz. Demzufolge gelingt Lernen und Veränderung besser mit Zuversicht; wenn es sich lohnt; mit Spaß und Emotion sowie gemeinsam mit Anderen und in Beziehung.

### Dokumentation 3. Fachtag KINDER STÄRKEN, Dresden, 30.10.2019 – Workshop 1

- „Ich schaff’s“ orientiert sich auch an Prinzipien „Neuer Autorität“ (vgl. Haim Omer), u.a. der Pflicht als Bezugsperson Verantwortung zu übernehmen; unterstützender Präsenz; Positionierung und Entschiedenheit; Beharrlichkeit; Transparenz und Öffentlichkeit; Unterstützung und Netzwerk.

#### 2. Austausch und Diskussion

Gemeinsam wurden einige Themen und Fragestellungen anhand konkreter Beispiele ausgetauscht:

- Welche „Probleme“ von Kindern sind von Bedeutung, sodass es gerechtfertigt ist, sich intensiver damit zu befassen? Hierzu wurden ausreichend Beispiele gefunden, an denen wesentliche „Ich schaff’s“ – Schritte besprochen wurden.
- Inwieweit würde es sich positiv auswirken, wenn das Kind bestimmte Fähigkeiten lernt? Hierzu wurden beispielhaft „Probleme“ in „Fähigkeiten“ verwandelt, d.h. es wurde anhand der Beispiele diskutiert, welche Fähigkeit das Kind erlernen müsste, um das Problem zu überwinden.
- Je mehr ein Kind die Fähigkeit selbst lernen will, desto größer ist die Chance auf Erfolg. Man kann werben, erklären, motivieren, aber nicht beschwatzen oder überreden. Es wurde also überlegt, welche Vorteile Kinder hätten, wenn sie etwas anders tun würden als bisher.
- Ganz wichtig bei „Ich schaff’s“ ist, inwieweit das Problem durch das Kind selbst beeinflussbar ist und ob das Kind die benannten Fähigkeiten, die statt des Problemverhaltens nötig wären, tatsächlich erlernen kann. Es wurde also besprochen, ob die jeweiligen zu erlernenden beispielhaften Fähigkeiten für das jeweilige Kind machbar sind, ob und wie man sie üben kann und inwieweit das neue Verhalten durch diese Fähigkeit auch demonstrierbar ist.

#### 3. Fazit

- „Ich schaff’s“ beinhaltet zwar 15 Schritte, aber je nach Erfahrung und Situation werden diese in der Reihenfolge modifiziert, der Situation angepasst und kreativ gestaltet. „Ich schaff’s“ ist kein stur abzuarbeitender Plan und funktioniert vor allem durch uns selbst. „Ich schaff’s“ ist (wieder einmal) keine universale „Heilmethode“. Man sollte auch auf Hindernisse und Rückschläge vorbereitet sein, z.B. wenn die Motivation der Beteiligten zur „Verfähigung“ nachlässt oder ein unerwartetes Problem auftaucht. Aber es lohnt sich allemal, macht Spaß und es kann eigentlich nichts schiefgehen.
- Mit den Teilnehmenden wurde ein Termin im März 2020 vereinbart, bei dem es einen vertiefenden Austausch zu „Ich schaff’s“ gibt und ggf. eigene Erfahrungen mit dem Thema „Ich schaff’s“ besprochen werden.

## Dokumentation 3. Fachtag KINDER STÄRKEN, Dresden, 30.10.2019 – Workshop 1

### 4. Empfohlene Literatur und Material

Furman, Ben: Ich schaff's! Spielerisch und praktisch Lösungen mit Kindern finden – Das 15 Schritte Programm für Eltern, Erzieher und Therapeuten. Heidelberg 2017 (1)

Furman, Ben: Ich schaff's! in Aktion. Das Motivationsprogramm für Kinder in Fallbeispielen. Heidelberg 2017 (2)

Furman, Ben: Gut gemacht! Das Ich schaffs!-Programm für Eltern und andere Erzieher. Heidelberg 2014

Leitner, Karl (2007): Sehnsucht nach Sicherheit. Problemverhalten bei Menschen mit Behinderung. Düsseldorf: Verlag Selbstbestimmtes Leben. S.15

Mein Ich schaffs! Arbeitsbuch. Das Motivationsprogramm für Kinder. Carl Auer Verlag

"Ich schaff's"-15-Schritte-Poster\_von Ben Furman und Thomas Hegemann. 2017

Ich schaff's-Arbeitsposter von Ben Furman und Thomas Hegemann. 2010

Die ICH SCHAFF'S!-Karten (Kartenset) [www.ressourcenkram.de](http://www.ressourcenkram.de)

Meisterklasse-Karten (Kartenset) [www.ressourcenkram.de](http://www.ressourcenkram.de)

[www.ichschaffs.de](http://www.ichschaffs.de)

Kids'Skills App

