

Die Schritte	Die Fragen	Die Überlegungen
Die 10 der Skala definieren	Stell dir eine Skala vor von 0 - 10. Die 10 bedeutet das Beste, was du dir bezüglich deines Anliegens vorstellen kannst und 0 bedeutet das Gegenteil.	Wie in allen lösungsorientierten Gesprächen, geht es darum herauszufinden, was der Klient will. Die Skala hat keinen Bewertungscharakter, sie ist subjektiv, gibt Orientierung und macht den Prozess der erwünschten Veränderung sichtbar.
Ist-Zustand erfassen	Wo auf dieser Skala befindest du dich jetzt?	Unsere Erfahrungen zeigen, dass die Jugendlichen diese Frage gerne beantworten und kaum in Verlegenheit kommen. Als involvierter Pädagoge (Lehrer, Erzieher) sehen wir die Sache oft anders. Der Schüler sagt, er sei in der Rechtschreibung auf 3, wir denken, er sei höchstens auf 2. In dieser Situation verzichten wir darauf, eine Beurteilung abzugeben, gemäss dem lösungsorientierten Grundsatz: Der Klient ist der Experte.
Die Ressourcen sichtbar machen	<p><b>Wenn die Antwort höher ist als 0:</b> Wenn du zurückschaust auf den Anfang der Skala, als das Problem am Schlimmsten war, wie ist dir gelungen, dass du bereits hier bist auf der Skala? Und was hat dir dabei geholfen?</p> <p><b>Wenn die Antwort 0 ist oder tiefer:</b> Was hast du getan, um nicht noch tiefer zu sein auf der Skala?</p>	Die Bereitschaft des Menschen an einer Veränderung zu arbeiten, wächst mit dem Gefühl von Kompetenz und Wissen, dass bereits Einiges gelungen ist. Darum sind die Fragen nach dem, was gelungen ist von grosser Bedeutung, um Mut zu machen an dieser Veränderung weiterzuarbeiten. Wir fragen konkret. Eine Antwort wie: „ <i>Ich habe mir mehr Mühe gegeben,</i> “ genügt nicht. Was machst du anders, wenn du dir mehr Mühe gibst? Woran merkt es der Lehrer, was ist dann anders?
Den Zufriedenheitspunkt festlegen	Da die 10 eher einem Wunder gleicht, das nur selten erreicht wird, frage ich dich jetzt, wo bist du auf der Skala, wenn sich die Situation so verändert, dass du zufrieden bist und was ist anders?	In pädagogischen Veränderungssituationen herrscht immer viel Druck von aussen. Die Pädagogen sehen, dass dem Kind nicht mehr viel Zeit bleibt und wollen die Veränderung beschleunigen. Sie erleben aber oft (schmerzlich genug), dass Druck das Gegenteil bewirkt, von dem was wir wollen, nämlich Widerstand und der Prozess wird verlangsamt. Mit der Skala erkennt das Kind, was es will und erarbeitet Schritte, um sein Ziel zu erreichen. Wenn wir über den Französischunterricht sprechen, setzt die Schülerin ihren Zufriedenheitspunkt auf 3 und signalisiert damit, dass sie nicht viel zu investieren bereit ist. Wir widersprechen nicht, fragen aber, was sie tun muss, damit sie auf 3 bleibt und ob sie bereit ist, die Konsequenzen einer 3 auf sich zu nehmen.
Den ersten kleinen Schritt beschreiben	Diesen Weg in Richtung Zufriedenheit zu gehen bedeutet harte Arbeit und geschieht in kleinen Schritten. Was wäre dein erster Schritt und woran würdest du erkennen, dass er gelungen ist?	Es liegt in der Menschlichen Natur, das Ziel möglichst rasch und schmerzlos erreichen zu wollen und es fällt uns leichter zu sehen, was wir noch nicht erreicht haben, als das, was bereits gelungen ist. Mit der Konstruktion der kleinen Schritte wollen wir dem entgegenwirken und das Bewusstsein dafür schärfen, dass Veränderungen langsam sind und harte Arbeit bedeuten. Mit dem ersten kleinen Schritt definieren wir auch Zwischenziele, wir machen sie klein und konkret.