

Ich Schaff's

Ben Furman

Sept 2022

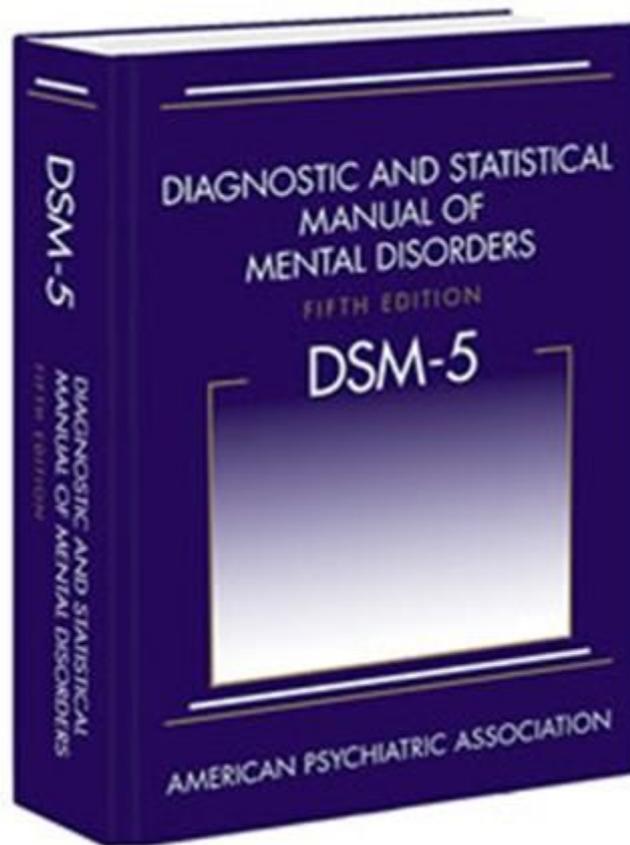


**Eine lösungsorientierte und systemische
Problemlösungsmethode für Kinder
und Jugendliche um Fähigkeiten lernen**

Typische Kinderprobleme

- Ängste und sorgen
 - Trennungsangst, Zwangsstörung, Ritzen, bestimmte Ängste...
- Verhalten
 - Aggressives Verhalten, Hyperaktivität, Wutausbruch, Trotzverhalten (ODD), Aufmerksamkeit
- Essprobleme
 - Anorexia, Bulimie, Verweigerung,
- Schlafprobleme
 - Alpträume, Insomnie, mit Eltern Schlafen...
- Schlechte Angewohnheiten
 - Nageln kauen, Haarziehen, Ticks...
- Mobbing und Konflikte mit Freunde

Medikalisierung



Predigen Altmodisch?

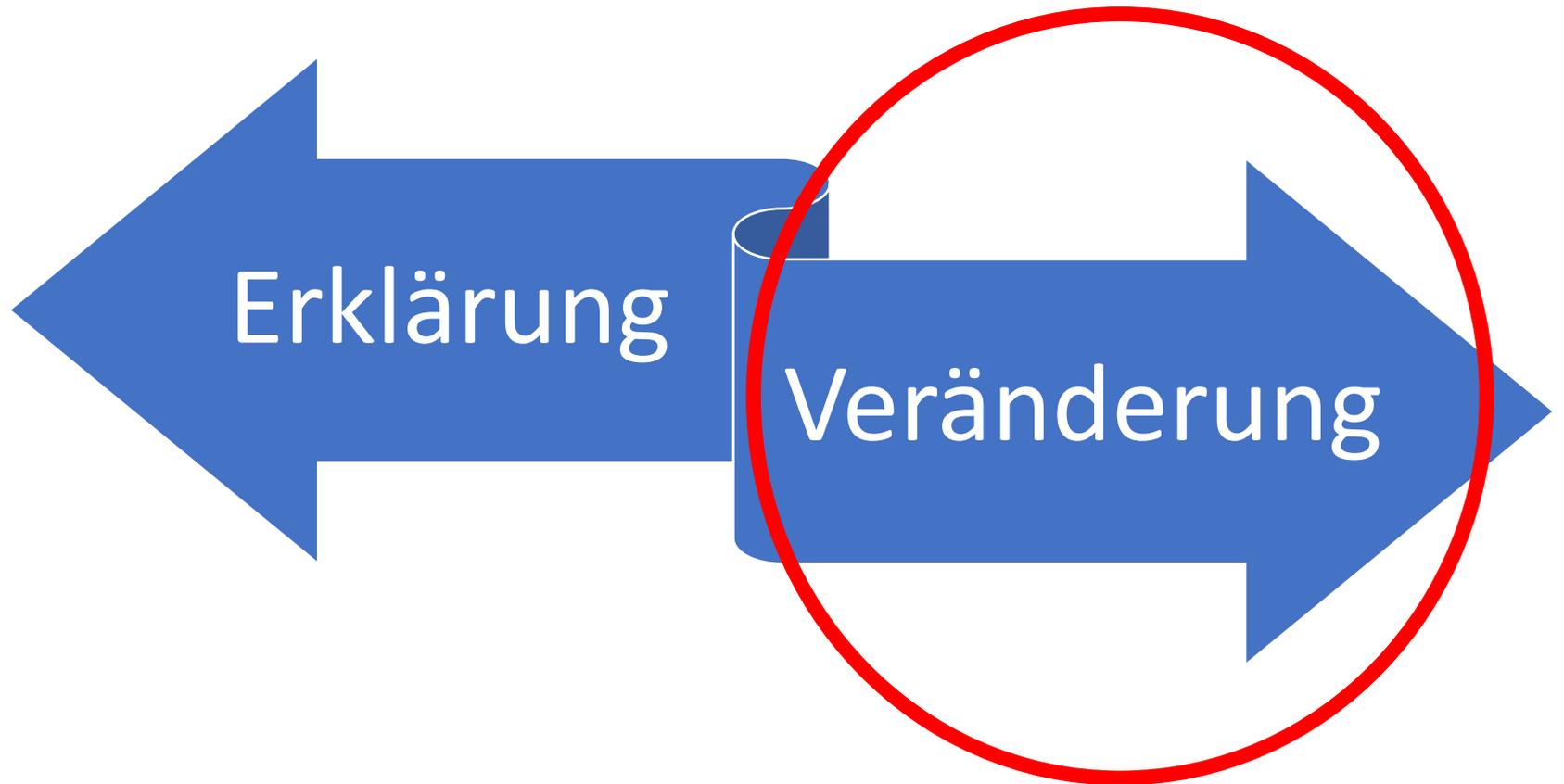


Lösungsfokussierte Ansatz

Insoo Kim Berg, Steve de Shazer und...



Lösungsfokussierung ist ganz anders

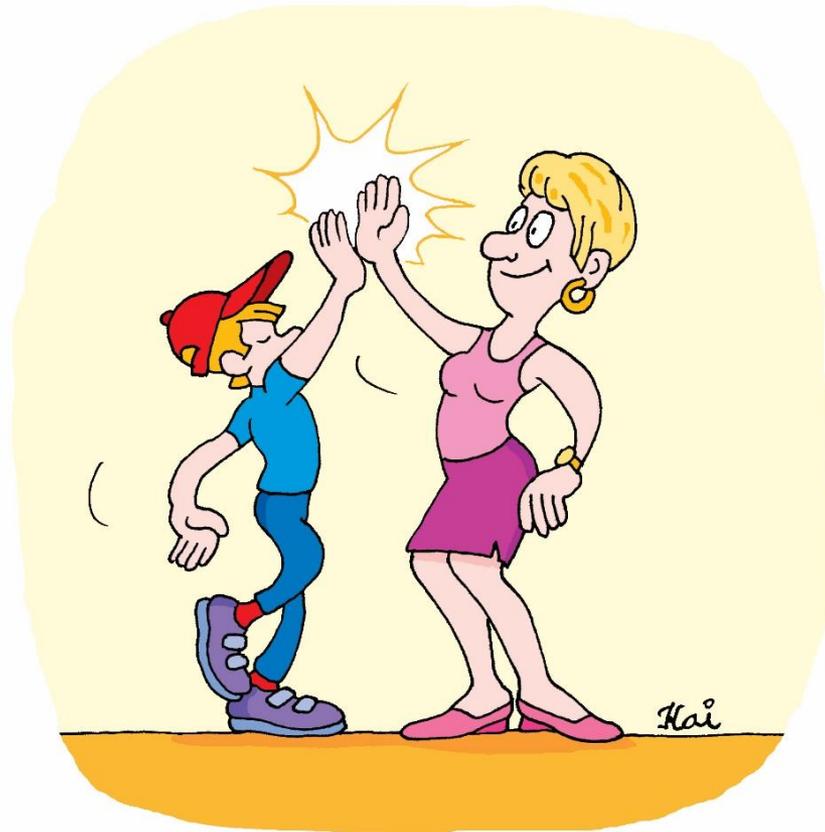




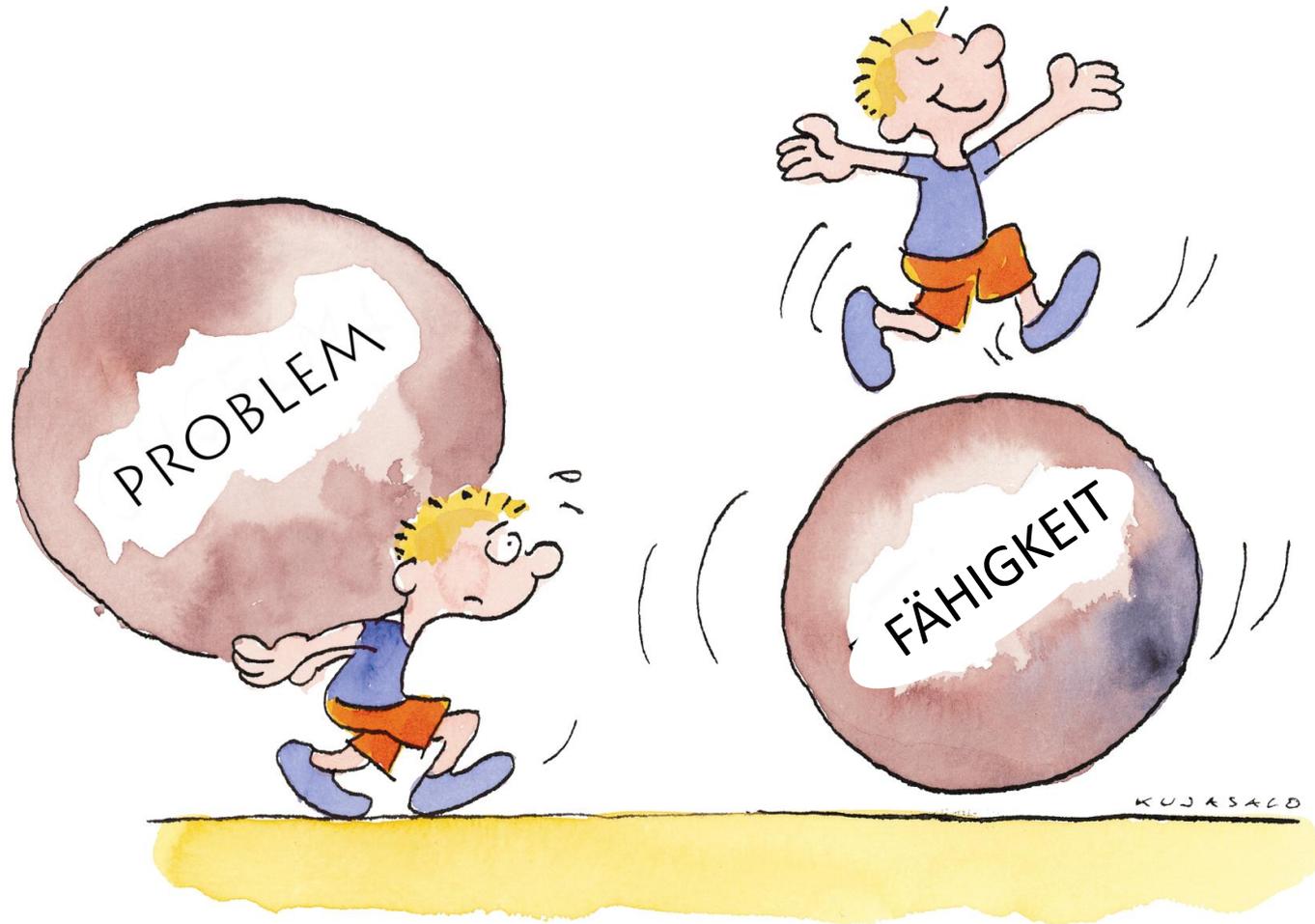


Sirpa Birn – Tuija Terävä – Ben Furman

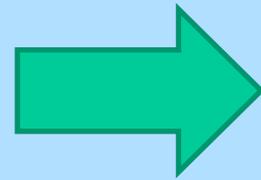
Schritt 0 - Stell einen guten Kontakt mit dem Kind her



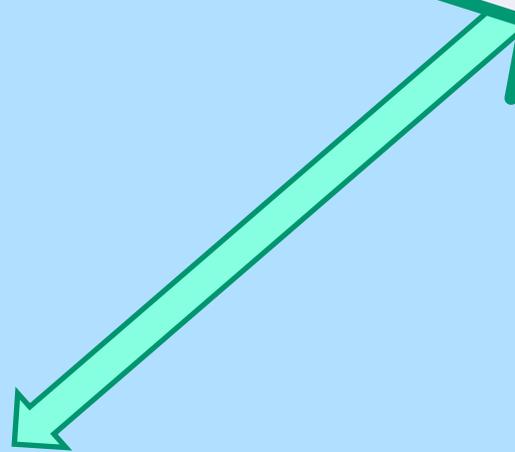
Formuliere die Probleme als Fähigkeiten



Welche Fähigkeit
möchtest du
(möchte das Kind)
lernen?



Ah so, und welche
Fähigkeit musst du
lernen, um dieses
Problem zu
überwinden?



www.kidsskillsapp.com

Diese kostenlose App hilft Ihnen, Ideen zu finden, welche Fähigkeit das Kind lernen sollte, um seine Schwierigkeiten zu überwinden.

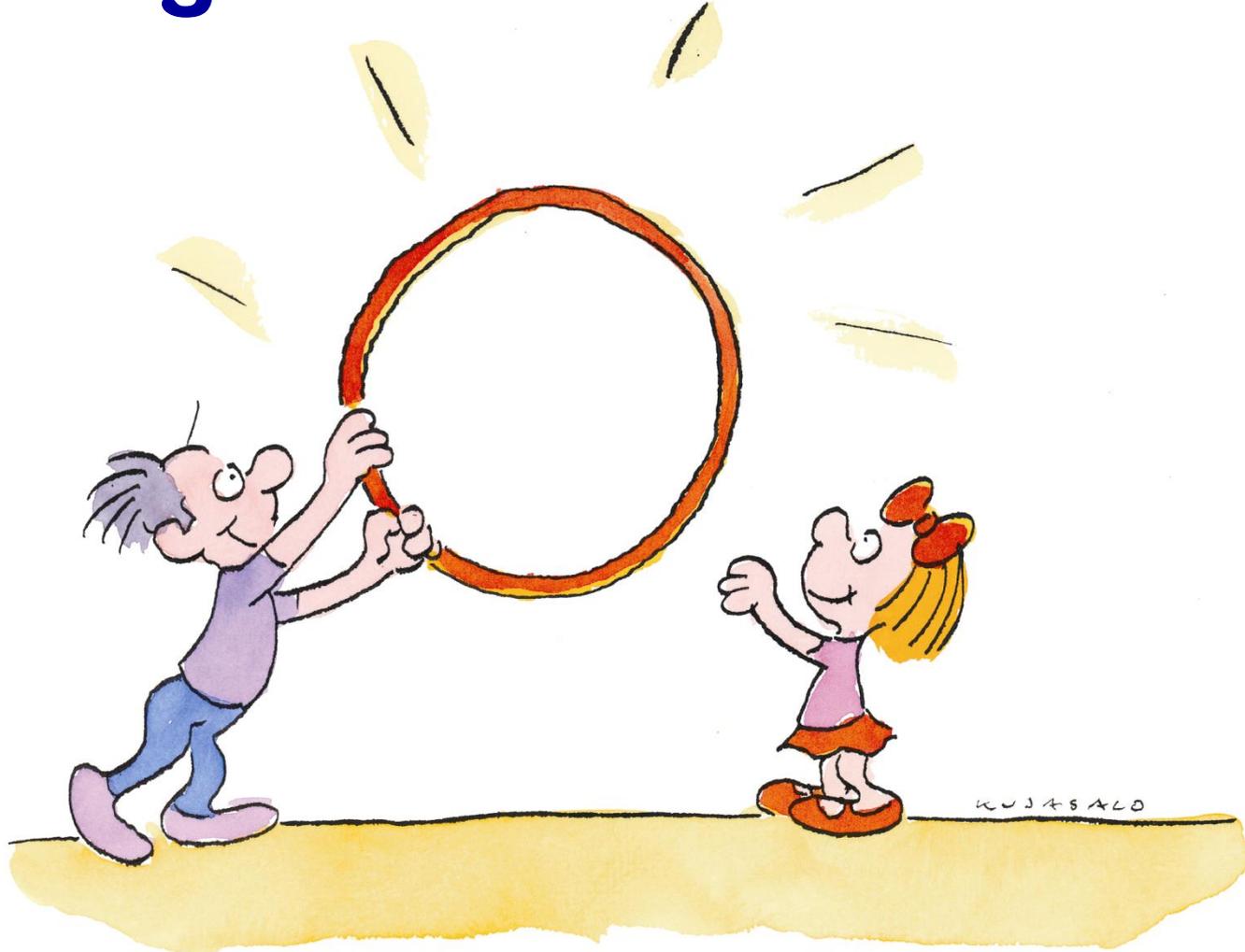


ADHS ist keine Krankheit.

Es ist ein Name für eine Reihe von Problemen, die man alle in Fähigkeiten umwandeln kann!

- **Schwache Impulskontrolle** ⇒ **Impulskontrolle entwickeln**
- **Ungeduld** ⇒ **Geduld trainieren**
- **Schlechte Frustrations-toleranz** ⇒ **Sich beruhigen in Frustrations-situationen**
- **Hyperaktivität** ⇒ **Ruhig sich bewegen**
- **Stören anderer Schüler** ⇒ **Sitzen bleiben**
- **Usw.** ⇒ **Usw.**

Überlege mit dem Kind, welche Fähigkeit es lernen möchte



**Hilf dem Kind,
den Nutzen
dieser Fähigkeit
zu sehen.**

**„Was hast
du davon?“**

**„Warum ist
es wichtig?“**



Lass das Kind einen coolen Namen für seine Fähigkeit finden



**Lass das Kind
eine Kraftfigur
Wählen**

Vorbild!



Lass das Kind Unterstützer nominieren



**Finde Gründe für die
Zuversicht, dass
es gelingen wird**

Zutrauen



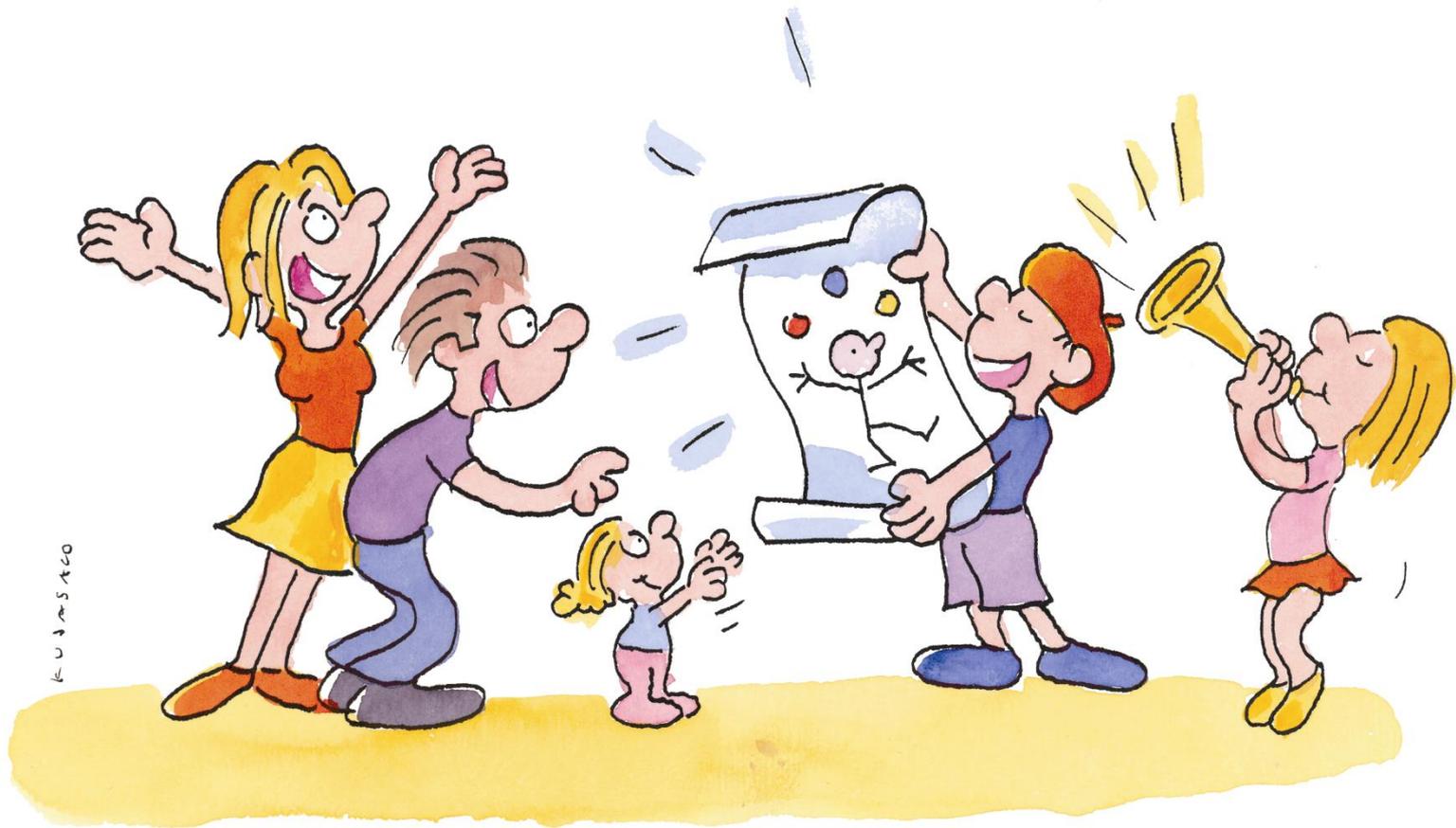
Plane eine Feier mit dem Kind für seinen Erfolg



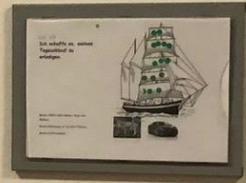
Lass das Kind seine Fähigkeit vorführen



Lass das Kind allen von seinem Plan erzählen



ich
schaff's



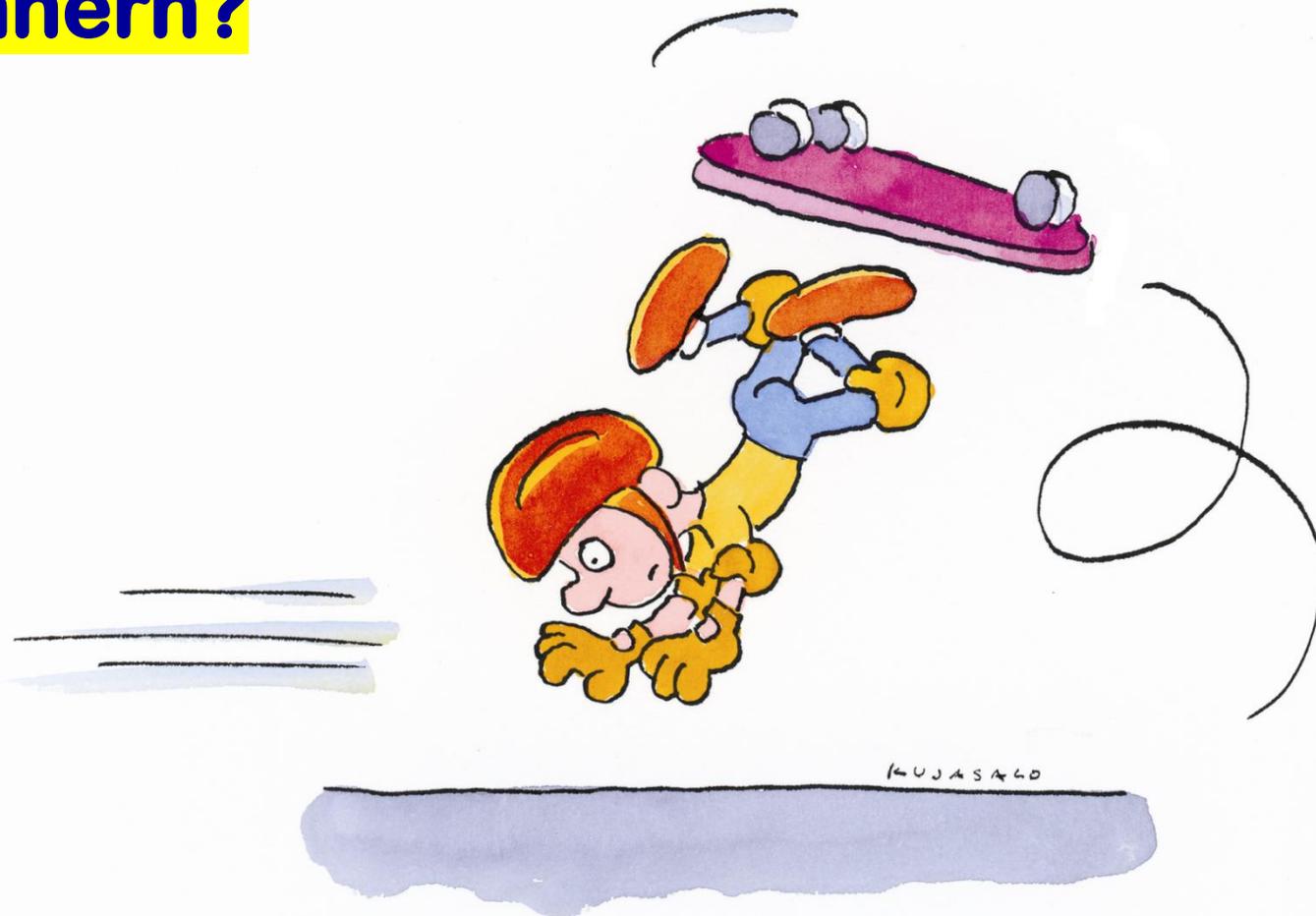
wir
schaffen's

Lass das Kind seine Fähigkeit durch Vorzeigen üben



**Bereite das Kind darauf vor, dass
es seine Fähigkeit vergessen kann**

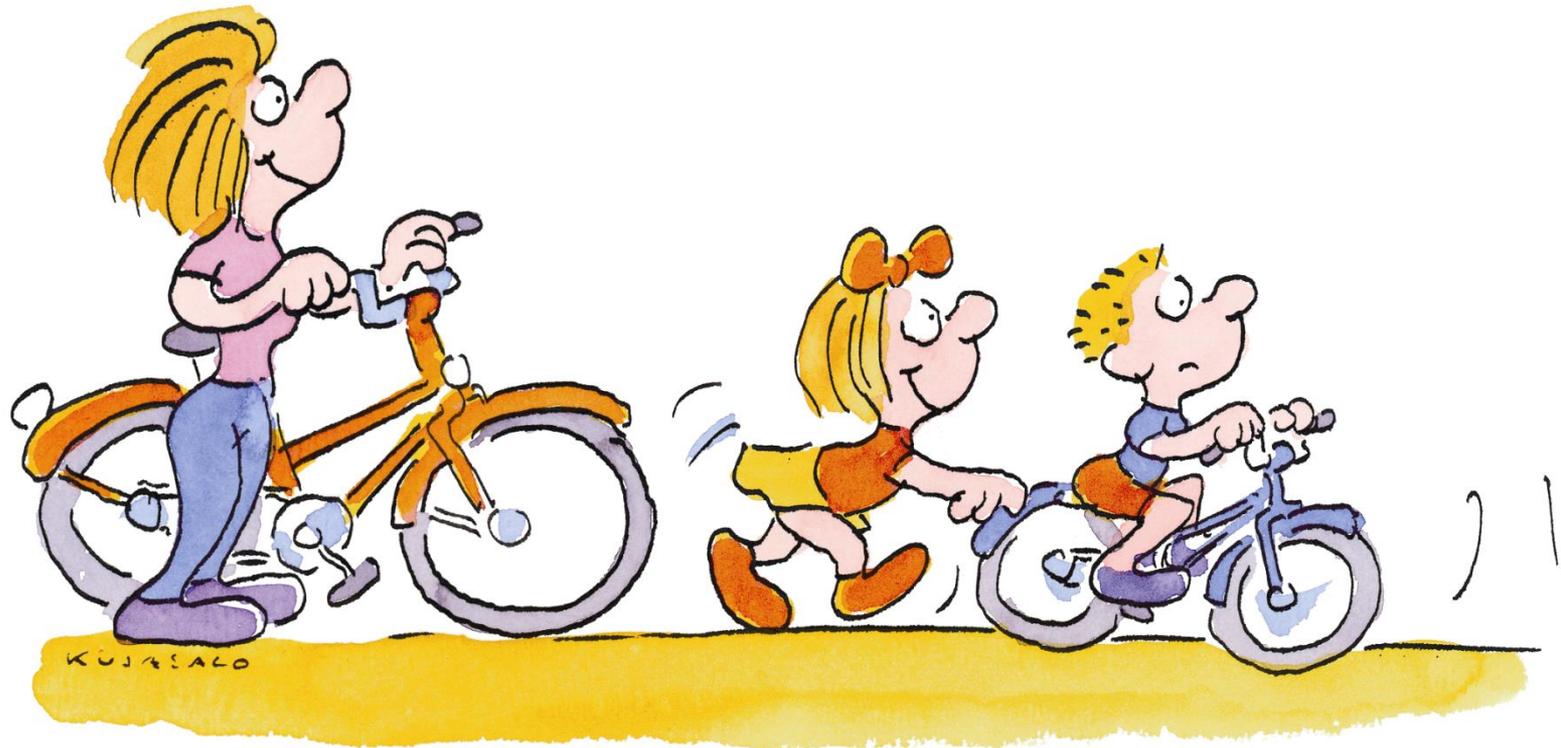
**Wie sollen dich andere daran freundlich
erinnern?**



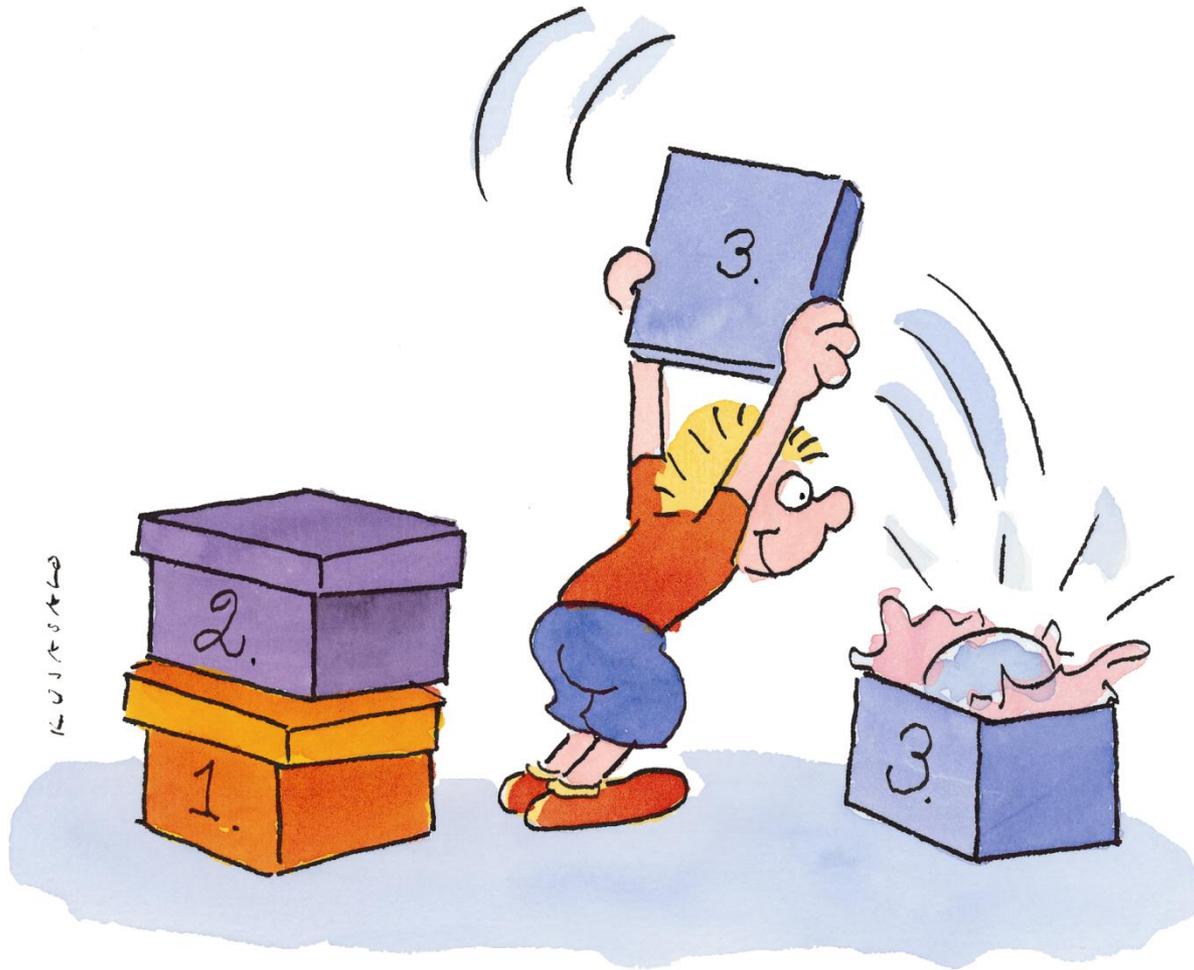
**Organisiere eine Feier für das Kind
und lass das Kind all seinen
Unterstützern **Dankenbarkeit****



Lass das Kind seine Fähigkeit auch anderen Kindern beibringen "weitergeben"



Lass das Kind eine neue / weitere Fähigkeit lernen



5.8.12 Kindern mit Wutausbrüchen helfen – Unterstützungsmöglichkeiten mit dem „*Ich schaffs*“-Programm

Ben Furman/Tapani Ahola

Inhaltsverzeichnis

1. Situation von Kindern mit Wutausbrüchen
2. Kognitive Therapie für Kinder
3. Lösungsorientierte Therapie mit dem „*Ich schaffs*“-Programm
4. Drei praktische Beispiele zur Intervention mit dem „*Ich schaffs*“-Programm
 - 4.1 Lehrer – Schüler
 - 4.2 Schulleiter – Schüler
 - 4.3 Eltern – Tochter
5. Fazit
6. Literatur

Klicken Sie auf das Bild, um den Artikel herunter zu laden.

Lösungstipps für Eltern

Vermeide Belohnungen und Bestrafungen, anstatt...

- Beachte kleine positive Veränderungen.
- Beachte Signale positiver Intentionen.
- Vermeide pathologisierende Erklärungen – vereinfache!
- Benutze “Wir-Botschaften” anstatt “Ich-Botschaften”.
- Mach *dein* Problem daraus und bitte das Kind Dir zu helfen.
- Biete deine Hilfe an, aber dräng sie ihm nicht auf.
- Formuliere Wünsche anstatt zu meckern.
- Denk in kleinen Schritten.
- Beschuldige niemanden – jeder ist bemüht zu helfen.
- Frag das Kind was du selbst ändern sollst.
- Such dir Unterstützung.

<https://phgr.ch/dienstleistungen/loesungsorientierung-macht-schule>



Klicken Sie auf die Bilder für Informationen über die Meisterklasse-Karten und das Programm.



Wir schaffen es...



...unsere Schultaschen zu packen

Wir schaffen es...



...uns beruhigen

Wir schaffen es...



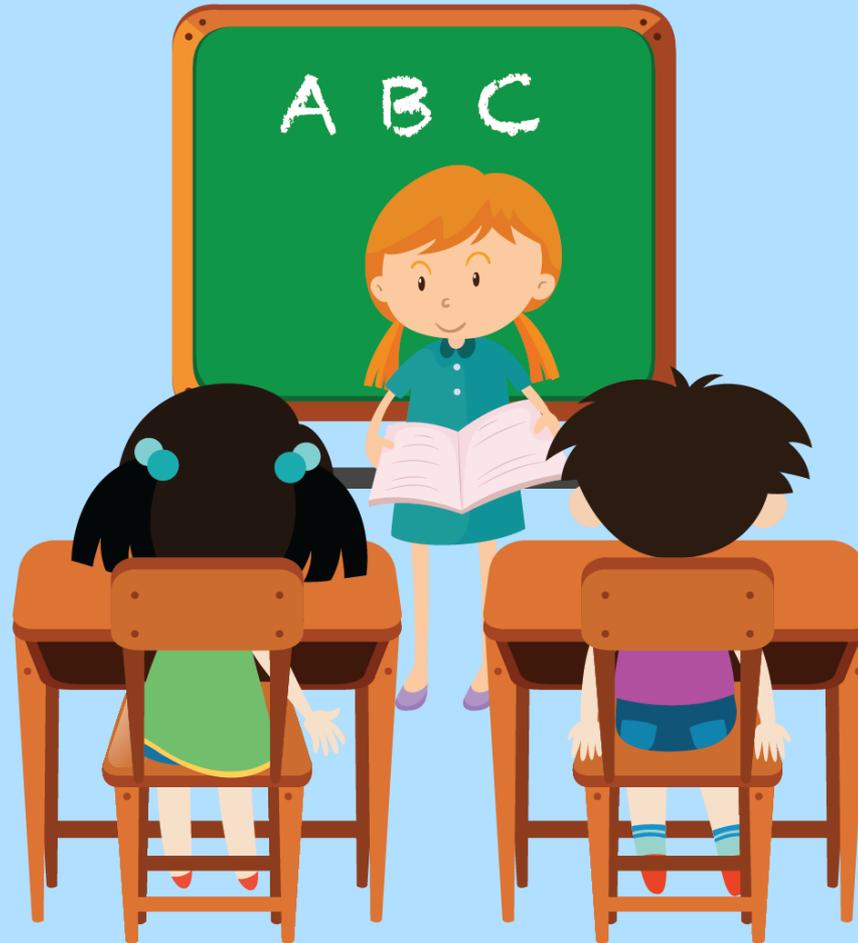
...unsere Hausaufgaben zu machen

Ich schaffe es...



...um Hilfe zu bitten

Ich schaffe es...



...vor der Gruppe zu sprechen

Ich schaffe es...

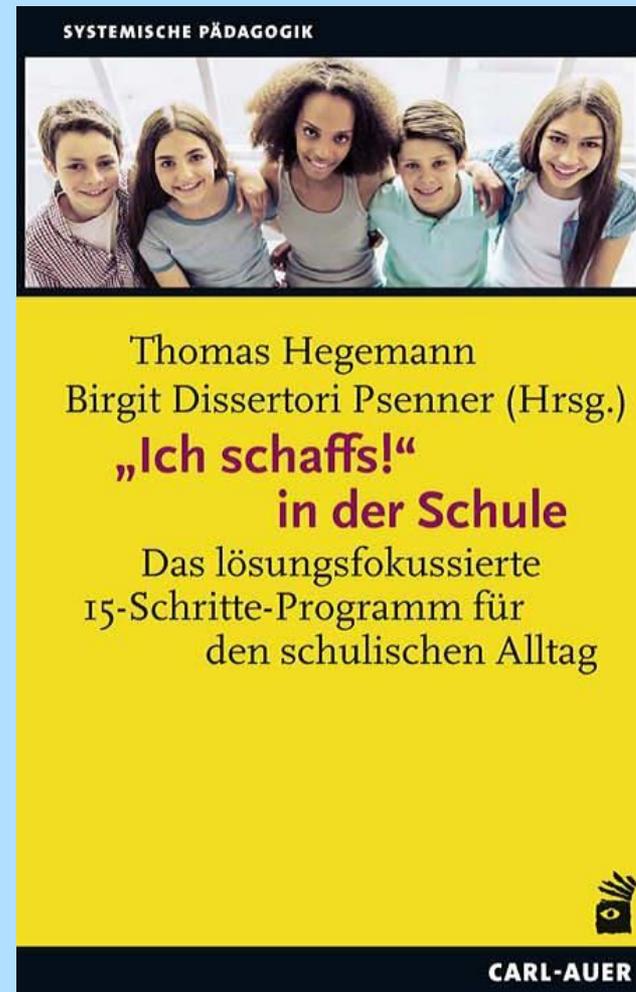


...zwischen Aktivitäten zu wechseln

Ich schaffe es...



...mich bei anderen zu bedanken



Dr Ben Furman explains
the Kids'Skills method
in 20 minutes

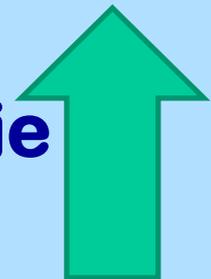


**Ben Furman erklärt die Kids'Skills /
Ich schaff's Methode in 20 Minuten.**

▶ ⏪ 🔊 0:05 / 19:26



**Klicken Sie auf das Bild und schalten Sie
die deutschen Untertitel an!**



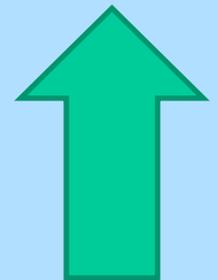
**Wie man als
Lehrer mit Kindern
über ihr
störendes
Verhalten spricht**

**In diesem Video werde ich einen
lösungsfokussierten Ansatz beschreiben,**

▶ ⏪ 🔊 0:47 / 8:03



**Klicken Sie auf das Bild und schalten Sie die
deutschen Untertitel an!**

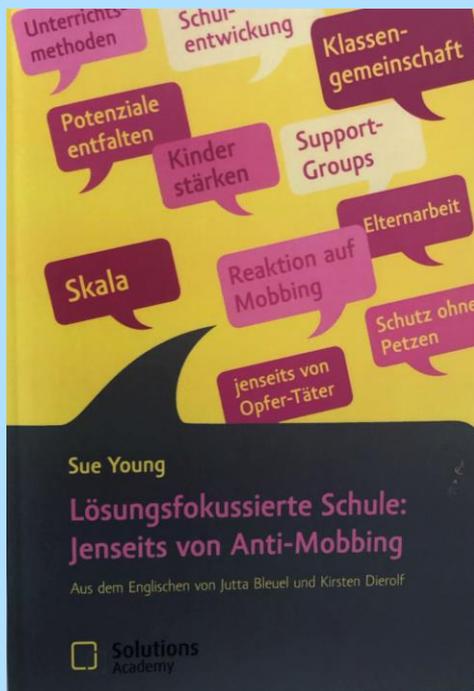




Hast Du Dir dieses Zauberwort
ausgesucht damit es Dir hilft?

**Klicken Sie auf das Bild und schalten Sie die
deutschen Untertitel an!**





Klicken Sie auf das Bild und schalten Sie die deutschen Untertitel an!



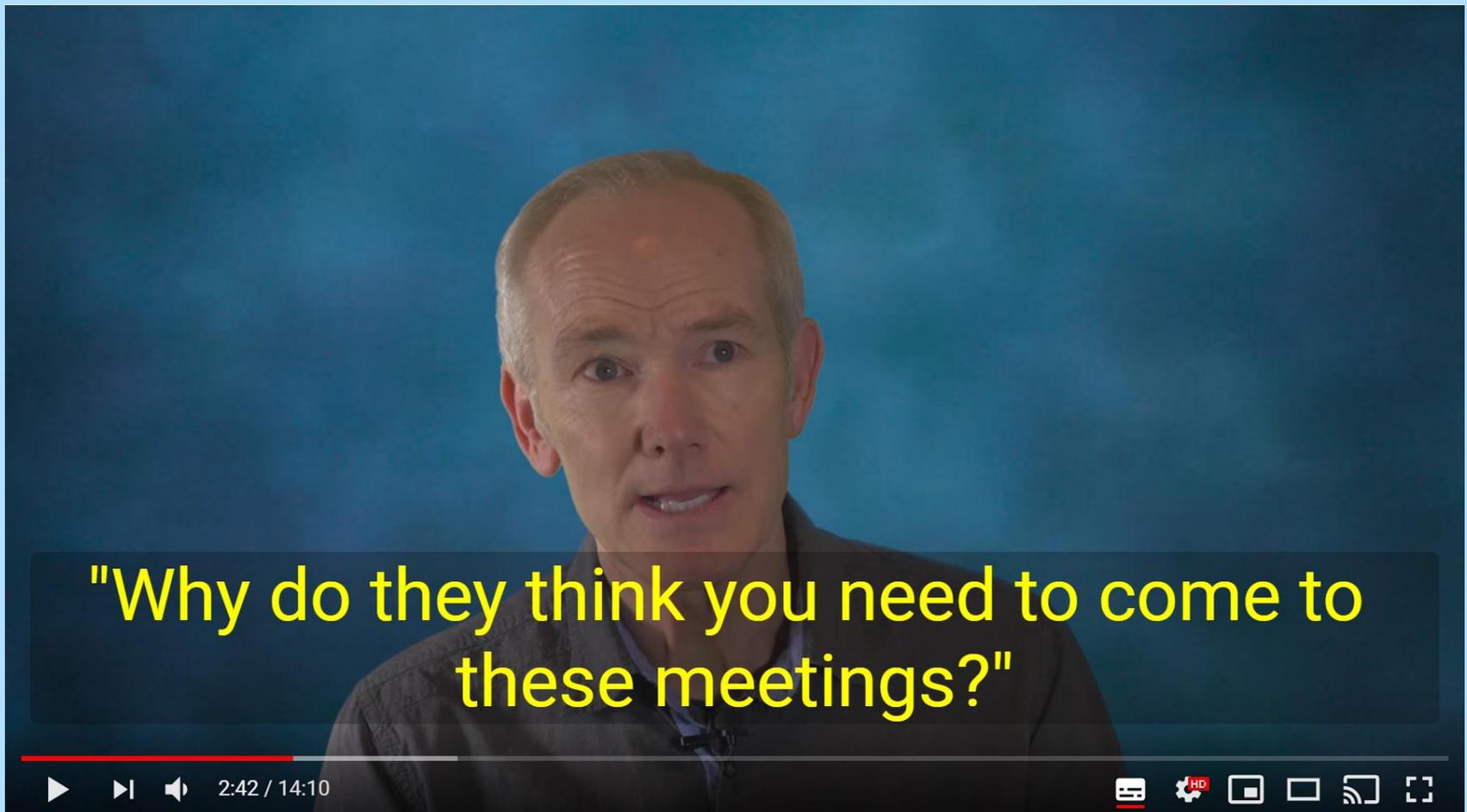


Klicken Sie auf das Bild und schalten Sie die deutschen Untertitel an!



The image shows a YouTube video player interface. At the top, there is a navigation bar with the YouTube logo, a search bar containing the text "Haku", and several utility icons including a camera, a grid, a share icon, a notification bell with a "9+" badge, and a user profile picture. The main video area displays a young boy with blonde hair, wearing a blue polo shirt, sitting at a desk and reading a book. The video progress bar at the bottom indicates the video is at 0:27 out of 1:21. On the right side of the progress bar, there are icons for closed captions (CC), settings (gear), and other video controls. A large green arrow points upwards from the bottom right of the image towards the CC icon.

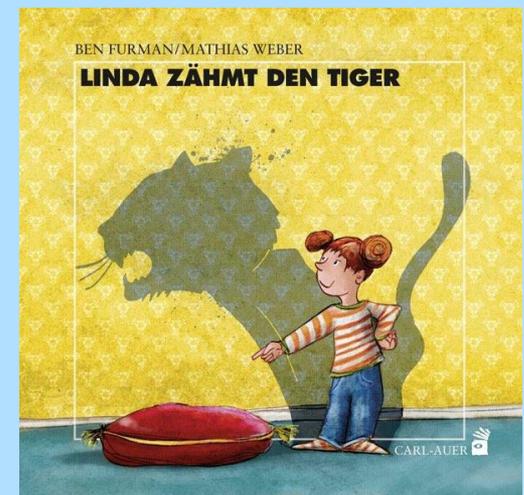
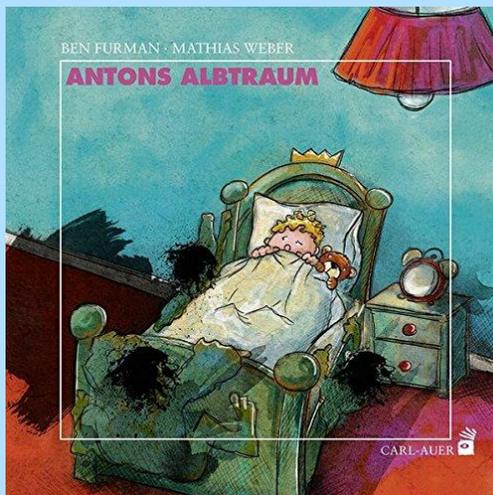
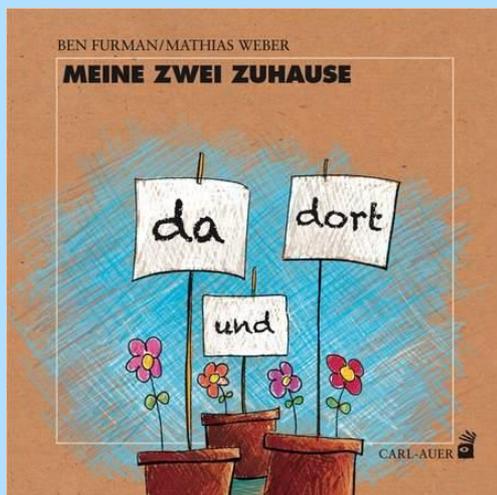
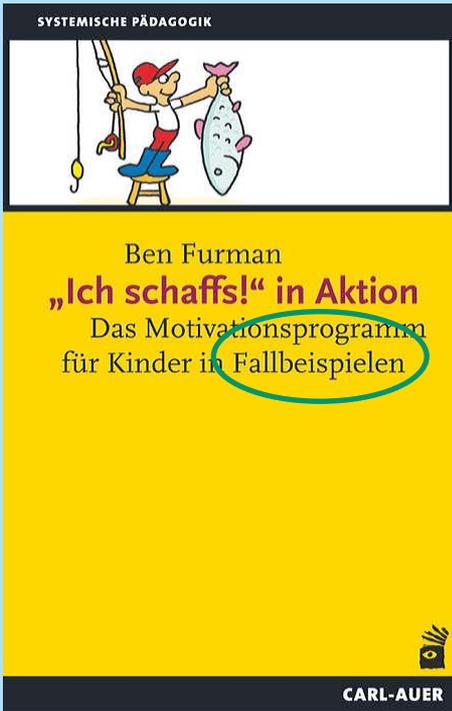
Klicken Sie auf das Bild und schalten Sie die deutschen Untertitel an!



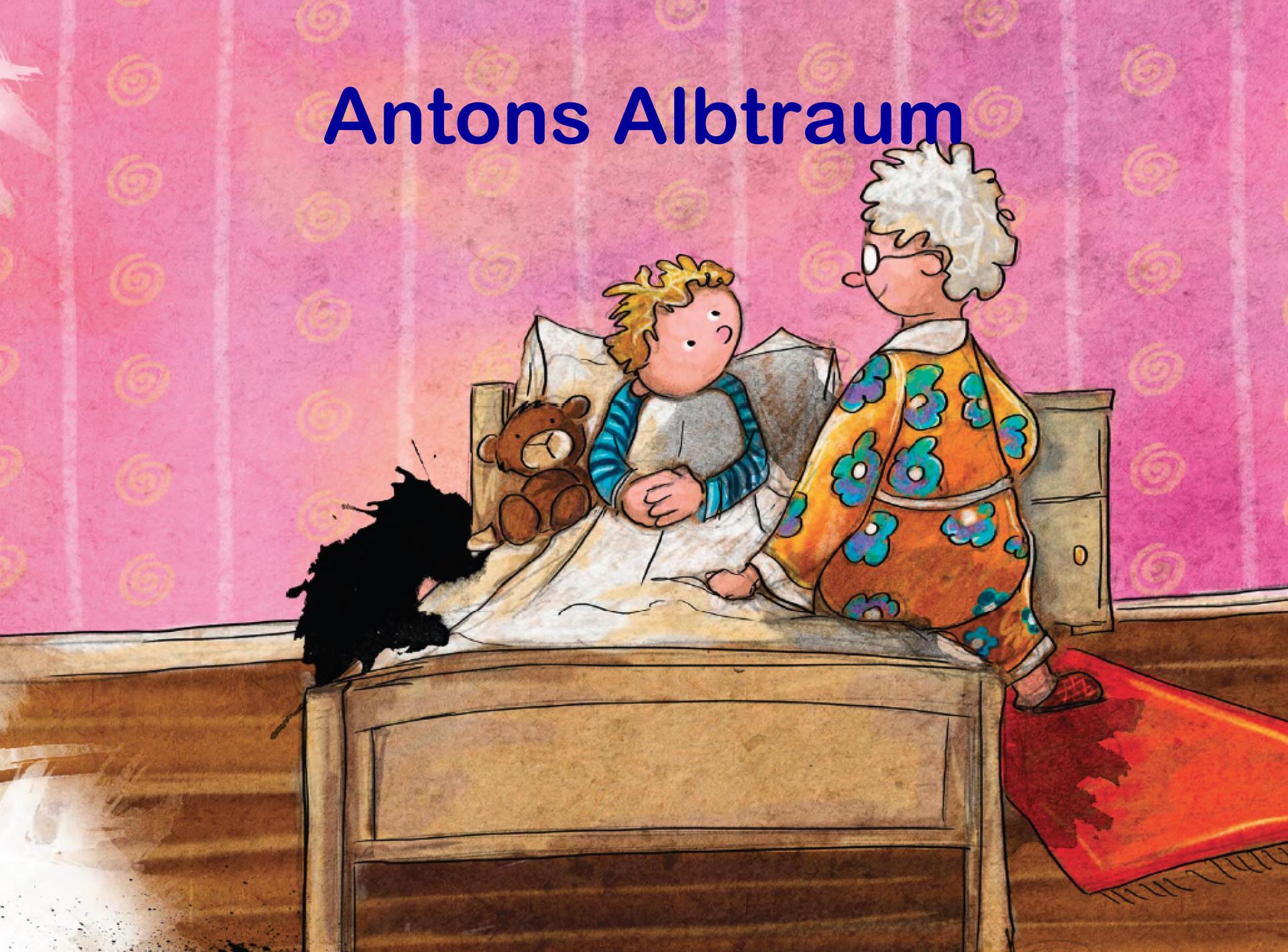
Interview mit Professor John Murphy, Professor der Schulpsychologie. Jetzt auch Mit Deutsche Untertiteln!

Insoo Kim Berg

- Erzählt WOWW Projekt
- Eine ganze Stunde!
- 2016 Singapore Konferenz
- Schlechte Tonqualität aber jetzt mit deutsche Untertiteln
- <https://youtu.be/dolxfE68vVs?list=PLAVpnwnZWVJJGleiK95NwKn3DXs53ipXV>



Antons Albtraum

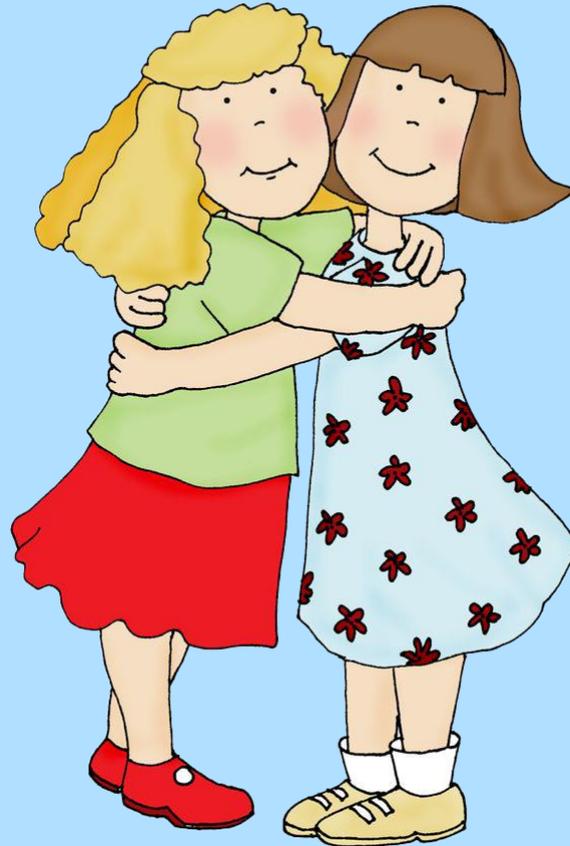


Ich Schaff's mit Jugendlichen

Drei Vorschläge

- Freunde mitbringen
- Mit Gruppen arbeiten
- Apps nutzen

Freunde mitbringen



Arbeit wird leichter wenn Jugendliche ihre Freunde mitbringen

Mit Gruppen arbeiten



Arbeit wird leichter wenn die Jugendlichen einander helfen

www.benfurman.com/selfhelper

← → ↻ benfurman.com/selfhelper/sh/index-de.html 🔍 ☆ 📧 🗨️ ⚙️ 👤 ⋮

Dr. Ben Furmans Selbst-Hilfer Apps

Ich bin Psychiater und Trainer von lösungsfokussierte Psychotherapie. Sie finden Information über mich am meine Webseite www.benfurman.com, Ich habe auch ein [YouTube Kanal](#) und ein [facebook Seite](#).

An diese Seite stelle ich ein Sammlung von meine selbsthilfe Apps vor.

Probleme Dieses Programm hilft Ihnen, Probleme zu lösen und Schwierigkeiten zu überwinden.	
Belastende Erfahrung Dieses Programm hilft Ihnen, traumatische Erfahrungen und andere belastende Erfahrungen zu bewältigen.	
Vergebung Dieses Programm hilft Ihnen, jemandem zu vergeben der Sie verletzt hat.	

„Ich weiß es nicht“
Hier unterladen



YouTube Playlist

Meine Videos mit deutschen
Untertiteln

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLAVpnwnZWVJJGleiK95NwKn3DXs53ipXV>

Ben Furman

Zum Glück ist es nicht weit

*Sieben Kompetenzen
für eine bessere
Beziehung zu sich
selbst und anderen*



CARL  AUER
LebensLust

Mein neues Buch

ben@benfurman.com

www.benfurman.com

www.ichschaffs.de

www.kidsskillsapp.com

www.kidsskills.org

[Facebook](#)

www.youtube.com/benfurmantv