

INHALT

Zur Nutzung dieses Buches	9
Teil 1: Methodischer Hintergrund zu den Praxistools – ein Überblick	13
Methode gut – alles gut?	15
Historische Entwicklung der Methoden	16
Die Haltungen	23
Teil 2: 50 Praxistools in Aktion	29
1 Aktives provokatives Zuhören (Provokativer Gesprächsstil)	32
2 Antreiber – Personal Working-Styles (Transaktionsanalyse)	35
3 Attribution (Kognitive Verhaltenstherapie)	39
4 Ausnahmen nutzen (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz)	43
5 Chunken (Neurolinguistisches Programmieren)	47
6 Contracting (Gestalttherapie, Transaktionsanalyse)	50
7 Dose voller Würmer (Systemische Familientherapie)	54
8 Drei Säulen (Klientenzentrierte Gesprächsführung)	59
9 Doubeln (Psychodrama)	62
10 Fish-Bowl (Systemische Therapie, Mailänder Schule)	65
11 Focusing	69
12 Fragen mit der Dilts-Pyramide (Neurolinguistisches Programmieren) ...	72
13 Hot Cognitions / Beliefs (Rational-Emotive Therapie)	76
14 Idiotische Ratschläge (Provokativer Gesprächsstil)	80
15 Implizite Regeln (Systemische Therapie, Virginia Satir)	82
16 In den Busch schießen (Provokativer Gesprächsstil)	86
17 Jetzt-Filter (Neurolinguistisches Programmieren)	89
18 Komplimente (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz)	91
19 Kunde, Besucher, Klagender (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz)	94
20 Leerer Stuhl (Gestalttherapie)	99

21 Meta-Modell (Neurolinguistisches Programmieren)	102
22 Metaphern (Hypnotherapie)	106
23 My friend John (Hypnotherapie)	109
24 Parts-Partys (Systemische Therapie, Virginia Satir und Mailänder Schule)	112
25 Persiflieren des Weltbildes (Provokativer Gesprächsstil)	115
26 Positive Konnotation / Symptomverschreibung / Begeisterung für das Symptom (Konstruktivismus, Systemische Therapie, Provokativer Gesprächsstil)	118
27 Rapport (Hypnotherapie, Neurolinguistisches Programmieren)	121
28 Reframing (Konstruktivismus, Systemische Therapie, Neurolinguisti- sches Programmieren)	124
29 Repräsentationssysteme (Neurolinguistisches Programmieren)	127
30 Ressourcen aktivieren (viele Richtungen)	131
31 Rollenspiele mit und ohne Rollentausch (Kognitive Verhaltenstherapie, Gestalttherapie, Psychodrama)	134
32 Selbstwirksamkeit (Kognitive Verhaltenstherapie)	137
33 Skalierungsfragen (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz) ..	140
34 Skripte (Transaktionsanalyse)	144
35 Sokratischer Dialog (Rational-Emotive Therapie)	147
36 Spiele (Transaktionsanalyse)	150
37 Systemische Skulpturen (Systemische Therapie, Virginia Satir)	153
38 Take it easy (angelehnt an den Provokativen Stil)	156
39 Tun Sie etwas anderes! (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz)	159
40 Ungewöhnliche Aufgaben (Hypnotherapie)	162
41 Verhaltensverschreibung (Konstruktivismus)	165
42 Verschlimmerungsfrage (Systemische Therapie, Konstruktivismus)	167
43 Vorannahmen (Neurolinguistisches Programmieren)	170
44 Vorwürfe in Wünsche verwandeln (Neurolinguistisches Programmieren)	174
45 Wahrnehmungspositionen wechseln (Neurolinguistisches Program- mieren)	177
46 Wertehierarchie (Neurolinguistisches Programmieren)	180
47 Wunderfrage (Lösungsorientierter Ansatz)	184
48 Zielorientierung (Neurolinguistisches Programmieren)	186

49 Zielfusion (Neurolinguistisches Programmieren)	190
50 Zirkuläre Fragen (Systemische Therapie, Mailänder Schule)	193
Teil 3: Kombinationen der Praxistools	197
Das Anwendungsbeispiel »Ernährungsberatung«	200
Das Anwendungsbeispiel »Seminar-design zum Thema ›Stress‹«	205
Das Anwendungsbeispiel »Coachinggespräch zum Thema ›Dumme Sprüche‹«	208
Literaturverzeichnis	215
Die Autorin	218