

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 Doublen (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, Neurolinguistisches 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	Verschlümmelungsfrage (Systemische Therapie, Konstruktivismus)	167
43	Vorannahmen (Neurolinguistisches Programmieren)	170
44	Vorwürfe in Wünsche verwandeln (Neurolinguistisches Programmieren)	174
45	Wahrnehmungspositionen wechseln (Neurolinguistisches Programmieren)	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 »Seminardesign zum Thema ›Stress‹«	205
Das Anwendungsbeispiel »Coachinggespräch zum Thema ›Dumme Sprüche‹«	208
Literaturverzeichnis	215
Die Autorin	218