

Hartwig Hansen

A—Z der Interventionen in der Paar- und Familientherapie

Ein Praxishandbuch

Klett-Cotta

Inhalt

Vorwort: Mal was anderes	9
Einleitung: Was mir wichtig (geworden) ist	11
1. Basisinterventionen: Was mache ich eigentlich alles in einer Beratungsstunde?	15
Abwarten: Die Pausen machen die Musik	15
Anfangen: »Ihre Einsätze bitte!«	16
Ankerbojen: Orientierung auf hoher See	17
Aufträge/Ziele klären: Das Schlussverkaufsyndrom vermeiden	21
Begleiten beim Aussprechen: »Jetzt hört Ihr Mann zu.«	24
Billard: Über die Bande spielen	26
Den Dialog gestalten: Texte und Subtexte	28
Die Kunst des Indirekten: Lieferanteneingang gesucht	31
Empathie zeigen: Ohne Verstehen keine Veränderung	34
Erste-Hilfe-Maßnahmen: »Was wäre jetzt gut?«	35
Fragen: systemisch, zirkulär, hypothetisch und überhaupt nützlich	38
Informieren: Erläuterungen aus dem Berater-Baukasten	50
Konfrontieren: »Wann entscheiden Sie sich?«	55
Loben, loben, loben: Mehr von »Plan P«	58
Mit Unterschieden umgehen: Abwertung oder Abstimmung?	59
Satzvorgaben: Akzente setzen und weiterleiten	61
Skeptisch sein: Wer weiß, wofür das noch gut ist?	62
Umdeuten (Reframing): »In bester Absicht...«	63
Unterbrechen und Verlangsamen: So eine Art Selbst- behauptungstraining	66
Verabschieden: Aha-Erlebnisse, Komplimente, Wünsche	69
Was wirkt? – Aus einem besonderen Handbuch für die Praxis	71
Zum Ende kommen: Die Brisanz der letzten Minuten	74

2. Joker-Interventionen: Besondere Impulse setzen.	78
Apokalyptische Reiter: Vorboten, auf die es zu achten gilt	78
Erinnerung an die Zukunft: Der Hoffnungs-»Dreh«	80
Fünf Freiheiten: Entscheiden müssen Sie!	82
Geschichten erzählen: Herr Nagel fasst einen Entschluss	83
Glaubenssätze: Leitsätze können Leidsätze werden.	85
Hilflose Helfer oder: Die Mikado-Variante	87
Metaphern: Kochtopf, Eisberg und Faxgerät	88
MiniMax-Interventionen: Immer diese VW-Regel	90
Paradoxien – und Paradoxes als Gegenmittel	92
Problem-Körbe: Lausige Mücken und richtige Elefanten	95
Reflektierendes (Reflecting) Team: Die Karten werden neu gemischt.	96
Spiegeln: »Wir machen Ihnen das mal vor...«	99
Splitting: Anwälte der Ambivalenz	101
Teufelskreise aufspüren: Kein Mensch kann Gedanken lesen..	103
Verwechslungen orten: »Hört das denn nie auf...?«	106
Vier-Fenster-Modell: Entscheidungshilfe an der Weggabelung	107
Witze und Comics: Therapeut: »Alkohol macht gleichgültig.« – Klient: »Ist mir egal.«	108
Wunderfrage: »Was ist dann auf dem Film zu sehen?«	111
Zitate-Sammlung: Der kunterbunte Zettelkasten	112
 3. Handlungsbezogene Interventionen: »Sie könnten Folgendes tun...«	 117
Drehbuch schreiben: Happy End und worst case	117
Entschuldigungskonten: Feder gegen Schmusestein	118
Fair streiten: »Vielen Dank, dass du mir zugehört hast!«	120
Fünf-zu-eins-Regel: Das Gegengift.	126
Hausaufgaben: Die Medizin für zwischendurch	127
Münzwurf: Basta!	129
Rituale: Das gemeinsame Tun	130
Stopp-Signal vereinbaren: 20. März, Schwarzwaldklinik und andere rote Ampeln	134

Symptomverschreibung: Homöopathie fürs System	135
Verabreden zum Verabreden: »Wann würde es dir passen?« ..	137
Was kann <i>Mann</i> tun? oder: »Morgen besorge ich den Einkauf.«	138
Wetterbericht: Reden und fragen statt vermuten	140
4. Mediengestützte Interventionen: »Gut, das mal so vor sich zu sehen...«	145
Bilder der Familie: Zarte Bande und schnurrende Nilpferde ..	145
Briefe: Mit freundlichen Grüßen.	147
Familienbrett: Herr Höger kommt auch noch ins Bild.	149
Familienwappen: Fleißige Adler und stumme Maulwürfe . . .	154
Familienzeitplan: Wer trifft wann wie auf wen?	155
Fotos aus der Familiengeschichte: »Wer hat eigentlich dieses Bild gemacht?«	156
Gefühlssätze ergänzen: Ein bisschen Ordnung schaffen	158
Genogramm-Arbeit: »Wie viele Geschwister müssen denn hier Platz haben?«	159
Killersätze: »Mein Gott, womit hab ich das verdient?!«	164
Kühlschrankszettel: Für die Sehnsucht nach alten Zeiten	165
Material: Vorschläge zur Ausstattung der Familientherapie- Praxis	166
Trennung – aber wie? oder: Wer behält welche Schlüssel?	168
Videoanalyse: Mienen, Tonfall, Körpersprache	171
Wie fühlen Sie sich heute? Gesichter von Ärgerlich bis Zuversichtlich	172
Zeichne ein Haus und erzähle: »Kramer gegen Kramer« und andere Zeiten	172
Zertifikate/Urkunden: »Ich bin zehn große Schritte voran- gekommen.«	174
5. Erlebnisaktivierende Interventionen: »Wollen Sie mal etwas ausprobieren?«	178
Blumen gießen im Haus der Kindheit: »Die Bilder, der Geruch, das Gefühl...«	178

Darstellen der Familienkommunikation: »Können Sie uns das mal zeigen?«	181
Externalisierung: »Suchen Sie sich bitte mal was aus...«	182
Familienrekonstruktion und Aufstellungsarbeit	185
Geben/Nehmen-Übung: »Das fühlt sich an wie Butter, bleib doch mal so...!«	187
Ja/Nein-Übung: Die tanzende Dampfwalze	190
Museum der Verletzungen: Von Eintrittskarten und alten Wunden	191
Nähe/Distanz-Übung: Einladen. Stoppen. Spüren	193
Reise zu der Liebe des Anfangs: Warum ausgerechnet dich? ..	195
Seile-Arbeit als Bild für Beziehungen: Verwicklung und Entwicklung	198
Seile-Arbeit: als Bild für Botschaften: Kauderwelsch auf dem blauen Draht	200
Skulptur-Arbeit: Zuerst »spricht« das Bild, dann sprechen die Beteiligten	202
Stühle-Arbeit mit dem »Als-ob-Stuhl«: »...so was wie selbst- bewusster oder so.«	205
Stühle-Arbeit mit fehlenden Personen: Platzkarten verteilen .	207
Stühle-Arbeit: Gespräch mit nicht (mehr) Anwesenden: »Der geht's gut, die freut sich, mich zu sehen.«	210
Stühle-Arbeit mit inneren Anteilen: »Das war denen egal...«	212
Stühle tauschen = Perspektive wechseln	217
Symptomgestalt: Antworten mit allen Sinnen	219
Überlebenshaltungen darstellen: »Kann ich mich jetzt wieder bewegen?«	221
Zehn Minuten Neuanfang: Trottel und Klasse-Typ	226
Zeitreisen: Ernten auf geheimnisvollen Inseln	227
Gesamtliteraturübersicht	230
Danke	240