

# Inhalt

<b>Vorwort .....</b>	<b>9</b>
<b>Einleitung .....</b>	<b>12</b>
<b>Acht Grundregeln zum Erzählen von selbsterlebten persönlichen Geschichten .....</b>	<b>15</b>
Regel 1: Die Fleischerregel .....	15
Regel 2: Die Geschichten müssen eine klare, zielorientierte Botschaft haben .....	15
<i>Der erste Schultag oder: Den nehm' ich zum Üben.....</i>	15
Regel 3: Den Unterschied zwischen Großstadt und Kleindorf berücksichtigen .....	17
Regel 4: Angehörige um Erlaubnis fragen.....	17
Regel 5: Bei ungutem, unstimmigen Gefühl – Geschichten einfach abbrechen .....	18
Regel 6: Geschichten einmalig verändern – Geschehen an einen anderen Ort bzw. in eine andere Zeit verlegen ...	19
Regel 7: Kontraindikation und der Umgang damit .....	20
Regel 8: Klienten zum Schweigen verpflichten oder: Geschichten mit Depotwirkung .....	21
Regel 9: Das Erzählen von selbst erlebten Geschichten muss zum Therapeuten passen .....	22
<b>Paartherapie, Paarberatung .....</b>	<b>23</b>
Von Winzer- und Fischerfrauen .....	23
Paartherapie – »Du kannst die Kinder auch mal übernehmen!« .....	24
<i>Eigentlich 100 % sicher: Was ich nicht weiß, macht mich nicht kalt .....</i>	26
<i>An meinem Wesen wird selbst ein Krimineller genesen.....</i>	32
Von unwilligen Vätern, Müttern und der »Riss in der Schallplatte«-Technik .....	32
Von sexuellen Fantasien.....	39
Paartherapie – Wer spinnt hier wirklich?.....	39

<i>No risk, no fun</i> .....	41	
<i>Vom Blick aufs Negative und ewigen Glückspilzen</i> .....	42	
<i>Meine Frau hatte vor langer Zeit eine Affäre – was ist jetzt?</i> .....	44	
Getrennte Wohnungen im Rentenalter oder: Don't marry – stay happy!	49	
 <b>Erziehungsprobleme, Schul- und Verhaltensprobleme</b> .....		50
Von verstockten Schülern und verzweifelten Eltern .....	50	
Von Kuranyi und Zidane lernen heißt fürs Leben lernen .....	57	
Von speziellen Diäten und nervenden Nervenenden .....	59	
Noch mal Baby spielen kann gesund sein .....	63	
 <b>Familienprobleme</b> .....		65
Loyalität gegenüber Kaiser und Familie .....	65	
Hellinger, von Weizsäcker und die Familienschande .....	66	
Meinen Kindern gegenüber bin ich so blockiert – Wie kann ich spontaner sein? .....	67	
Von Missbrauchern und anderen komischen Männern .....	70	
Mütter und Schwiegermütter als Denksportaufgabe nutzen .....	72	
Bin ich schuld an den Problemen meines Kindes? .....	75	
 <b>Persönliche Krisen und Entwicklung –</b>		
<b>Definition von Lebens- und Therapiezielen</b> .....	78	
Lebendig eingemauert .....	78	
<b>Kontext 1</b> .....	78	
<b>Kontext 2</b> .....	78	
Wenn ich mein Ziel kennen würde, könnte ich mich auf den Weg machen .....	79	
Weitere Geschichten zur Zielorientierung .....	82	
Wie bringst du Gott zum Lachen? Erzähl ihm deine Pläne! .....	83	
Der Schiffskompass im Auto .....	87	
Von inneren Kindern, Kindern, die früher erwachsen sein müssen, und Erwachsenen, die spät noch Kind sein sollen ..	88	
Früher hingen die Wäscheleinen noch höher .....	90	

Warum spiele ich nicht wie Paco di Lucia? Oder: Wer am Zweifel verzweifelt, soll am Zweifel zweifeln .....	92
Vom Flohzirkus in die große Zirkuswelt wechseln.....	95
Sucht- und Verhaltensprobleme.....	99
<b>Coaching, berufliche Probleme, Burn-out .....</b>	<b>103</b>
Von der Unzufriedenheit im Erfolg und russischer Entwicklungspsychologie .....	103
Von Burn-out und Schutzsperren oder: Körperliche Abwesenheit ist oft besser als Geistesgegenwart .....	105
<b>International und interkulturell im Einsatz .....</b>	<b>110</b>
Denksport mit sich selbst oder: Vom Umgang mit geschulten Verkäufern .....	114
<b>Teamprobleme – Teamentwicklung.....</b>	<b>120</b>
Bei uns macht jeder das, was er nicht kann .....	120
Die Axt im Walde – und andere Tests zur Teambefähigung .....	121
Von Jagdfieber und Betriebsblindheit.....	124
Von Himmel und Hölle .....	126
<b>Verschiedenes .....</b>	<b>129</b>
Die Hochzeitsrede .....	129
Ist mein Problem körperlich oder psychisch?.....	132
Von Knoblauch und Zwiebeln.....	136
Vom Umgang mit Hochwasser und unvorstellbar komplexen Fällen .....	138
Immer erreichbar.....	140
Wenn ich in die Disco gehe, bekomme ich immer Prügel .....	141
Diagnose Krebs – oder: Was will ich noch vom Leben?.....	143
Von Wissenschaftstars und dem größten Mann der Welt .....	145
<b>Reale Geschichten vs. Märchen oder: Gefundene und erfundene Geschichten .....</b>	<b>150</b>
Schuld und Verdienst bei Erbstreitereien .....	150

Wie man Erfolg im Leben hat .....	153
Himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt .....	155
Lebendig eingemauert – Teil 2 .....	157
Von Manualen und bewährten Verfahren .....	158
Vom Zünden und Steuern von Feststoffraketen .....	161
<b>Schluss: Und erstens kommt es anders</b>	
<b>und zweitens als man denkt .....</b>	<b>165</b>
<b>Nachwort .....</b>	<b>166</b>
<b>Über den Autor .....</b>	<b>167</b>