

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	11
Teil 1 EINFÜHRUNG	15
Ein Bild sagt mehr als tausend Worte – der AHA-Moment	17
Erste Erfahrungen – ein Bild mit großer Resonanz	24
Woher die Kraft? Wirkmächtige Elemente des Modells	28
Verbildlichung	28
Neue Sprache – neue Perspektiven	29
Desidentifikation – der gesunde Abstand zu mir selbst	29
Praxisnahe Selbstexploration	30
Nachhaltigkeit	31
Umfassende Anwendbarkeit	31

Inhaltsverzeichnis

Das Menschenbild des »Hauses«	32
Vielschichtigkeit menschlichen Erlebens	32
Ganzheitlichkeit	33
Individualität	35
Gemeinsame Gesetzmäßigkeiten	36
Potenzial zu Veränderung und Entwicklung	37
Notwendigkeit von Selbstreflexion	38
Entscheidungsverantwortung	39
Sinn und Kraft aus Werten oder einer transzendenten Dimension	40
Hausordnung	41
Anwendungsbereich des Hausmodells	43
Teil 2 WAS DAS HAUS UNS LEHRT	45
Ich bin das ganze Haus – immer!	47
Ich bin so frei!	50
Mir selbst gegenübertreten – Handlungsfreiraum schaffen	53
Wir alle haben sie alle – die psychologischen Effekte einer gemeinsamen Realität	56
Menschenkenntnis	56
Empathie	58
Vergebung	59
Mut – Treibstoff des Lebens	62
Die Angst entmachten	64
Humor – oder: der Angst ins Gesicht gelacht	65
Dankbarkeit – oder: der Blick für das Geschenkte	67
Verantwortlichkeit – oder: Stehvermögen, wenn's schwierig wird	70
Der Wert der Werte – unser Navigationssystem	72

Inhaltsverzeichnis

Teil 3 DIE PRAXIS	75
Wichtiges für die Anwendung	76
Erforderliche Kompetenzen	77
Persönliche Fähigkeiten	77
Fachliche Qualifikation	79
Die »Sprache« der Metapher lernen	79
Empathische Imagination	86
Hoffnungsvolles Rahmen Halten	87
Beim Körper beginnen	88
Der Hausbesuch	89
5 Phasen im »Haus mit vielen Zimmern®«	89
Phase 1: Vorbereitung	90
Phase 2: Raumanalyse	97
Phase 3: Gestaltungsphase	101
Phase 4: Verarbeitung	103
Phase 5: Praktische Umsetzung	107
Arbeit mit Kindern und kognitiv beeinträchtigten Personen	109
Ist das Haus-Modell für meine Klienten geeignet?	111
Wann ist Vorsicht geboten – die Grenzen des Haus-Modells	111
Teil 4 DAS HAUSMODELL IN DER ARBEITSWELT	115
Mental Health am Arbeitsplatz – der Status Quo	117
Wenn die Krise zuschlägt	119
Wie konnte es so weit kommen?	120
Das Haus mit vielen Zimmern®:	
Ein Schlüssel zur Selbstwirksamkeit	122
Wie kann das Hausmodell helfen	123
»Wer bin ich denn nun wirklich?«	124

Inhaltsverzeichnis

Teil 5 FALLBEISPIELE	127
A. Fallbeispiele aus der Beratungspraxis	129
A.1 – Wenn Harmonie zur Falle wird – Führung ohne Grenzen	129
A.2 – Hoffen auf Gesehen-Werden – oder der Mut, mich zu zeigen	141
A.3 – Grenzen schützen Räume	147
A.4 – Wirkkraft entwickeln	153
A.5 – Heute Freund, morgen Feind	155
A.6 – Fremdgesteuert	160
A.7 – Ich muss – ich darf – ich will!	165
A.8 – Freiheit ist eine Wahl	169
A.9 – Ich habe das letzte Wort	173
A.10 – Karriere versus Muttersein	179
A.11 – Vom Verliebtsein und der Liebe	182
A.12 – Familienbande	190
A.13 – Es war einmal und ist noch da: Paarberatung ..	194
A.14 – Wenn Gefühle Bilder werden, können wir sie sehen	198
A.15 – Das Hausmodell in der Trauma Arbeit	202
B. Fallbeispiele aus dem Alltag	206
B.1 – Vater sein dagegen sehr	206
B.2 – Der Trotz und die Wut – Kleinkinder	210
B.3 – Teenage trifft Midlife – Generationskonflikt	213
B.4 – Das Dachsymbol – die Entscheidungshilfe	215
B.5 – In guten wie in schlechten Zimmern ... Beziehungskrisen	219
Wie geht's weiter	225