

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

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

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