

Inhalt

1	»Vereint ist fein gehört«: die Lingua-Systemische Methode	9
1.1	Ein Welpen im Minenfeld	9
1.2	Unwissentlich systemisch	11
1.3	Schrödingers Berater: zugleich gut und nicht gut	17
1.3.1	Der gute Berater	17
1.3.2	Der schlechte Berater	18
1.4	Geliebter Feind Erfahrungsschatz	20
1.5	Die methodische Vielfalt bewältigen	22
1.6	Back to Basics: Kernkompetenz Zuhören	24
2	»Gehört ist nicht gesagt«: Geschultes Ohr auf falscher Fährte	31
2.1	Was wir hören	32
2.2	Die falsche Fährte	39
2.3	Der gute Weg	42
3	»Gesagt ist oft gemeint«: Wie aus Wörtern Bedeutung wird	47
3.1	Sprachliche Elemente: Die Wortarten und ihre Funktionen	53
3.1.1	Verben	54
3.1.2	Adverbien	62
3.1.3	Substantive	64
3.1.4	Adjektive	65
3.1.5	Artikel	67
3.1.6	Pronomen	68
3.1.7	Partikeln	69
3.2	Sprachliche Elemente: Die Anwendung im Gespräch	72
3.2.1	Satzbau	72
3.2.2	Prosodie	75

3.2.3	Organisation	79
3.2.4	Körperliche Information	116
4	»Gemeint ist multivers«: Systemische Methoden	125
4.1	Systemische Methoden anhand von Praxisbeispielen	126
4.1.1	Bedingungsvariation	126
4.1.2	Das Drei-Welten-Modell der beruflichen Persönlichkeit von Bernd Schmid	129
4.1.3	Arbeit mit dem Familienbrett	132
4.1.4	Systemische Fragen aus linguistischer Sicht	135
4.1.5	Glaubenssätze	143
4.1.6	Das GHZH-Modell – die fünf Tore zur Freiheit	145
4.1.7	Eine Landkarte zeichnen und die Lupe nutzen	148
4.2	Weitere Systemische Methoden im Überblick	154
4.2.1	Bilder: Zeichnungen, Gemälde, Fotos, Skulpturen, Gegenstände	154
4.2.2	Externalisieren	156
4.2.3	Geschichten erzählen (lassen)	157
4.2.4	Szenarien entwerfen	158
4.3	Ihre eigenen systemischen Methoden	159
4.4	Wer führt das Gespräch?	161
5	»Surfen statt Ackern«: Leichtigkeit	167
5.1	Die fünf Schritte zur Leichtigkeit	169
5.1.1	Innehalten	169
5.1.2	Die Filter erkennen, prüfen und fein einstellen	171
5.1.3	Frei zuhören, um neu zu verstehen	173
5.1.4	Eine Wahl treffen	179
5.1.5	Handeln	183
5.2	Ins Gleiten kommen	184
Literatur	189