

Inhalt

Prolog	9
Vorwort	11
Erster Teil: Am Anfang steht die Neugier	15
1 Kreativität, Respekt und Neugier	16
<i>Alices Tipps zur Steigerung Ihrer Kreativität</i>	19
2 Der Zusammenhang zwischen Hypothesen, Fragen und Interventionen.....	20
Die Kompetenzen des Klienten	20
<i>Die Struktur des idealtypischen Interviews.....</i>	23
<i>Eine gute Aussicht</i>	25
Fragen sind Interventionen	25
Fragen, um dem Leben wieder ein Ziel zu geben	27
<i>Die vorsichtige Variante der Zielfindung.....</i>	28
<i>Die beherzte Variante der Zielfindung.....</i>	30
<i>Hilfsmittel bei der Zielfindung.....</i>	31
Fragen, um das Leben zu spüren	34
Fragen, um sich mit anderen verbunden zu fühlen	36
Fragen, um sich als Liebender zu erleben	37
Fragen, um sich die Veränderung zuzutrauen	38
Fragen, um das Leben lang (und aussichtsreich) werden zu lassen.....	39
3 Die begleitende Planung der Intervention.....	42
Die Phasen des systemischen Interviews.....	42
<i>Vorbereitung</i>	44
<i>Die Stoffsammlung während des Interviews</i>	45
<i>Das Gehörte sinnvoll notieren</i>	45
<i>Ergänzungen zum Genogramm</i>	45
<i>Beobachtungen</i>	49
Überlegungen während des Interviews	51
<i>Die Entwicklung des Gesprächs – die eigene Wirksamkeit reflektieren</i>	51

<i>Der Kontakt zu allen Anwesenden und die Berücksichtigung der Nicht-Anwesenden.....</i>	53
<i>Ideen und Impulse zur Veränderung und gute Gründe zum Erhalt des Status quo.....</i>	55
<i>Die Bedeutung der Zuversicht</i>	59
<i>Sich in sein eigenes Tun neu verlieben</i>	61
Zweiter Teil: Es wächst der Mut zum Handeln.....	63
4 Die Architektur der Lösung	64
Das Verlassen des herkömmlichen Denkens –	
oder: Was ist überhaupt eine Lösung?.....	65
Sich mit der Veränderung, dem Wandel verbinden	68
Die gefühlte Kontinuität.....	70
Verantwortung für das therapeutische Handeln übernehmen.....	72
5 Der Weg zum komplexen Feedback –	
der Abschlusskommentar.....	75
Die Gesprächspause als systemische Flugstunde	77
<i>Das Zurückkommen in den Gesprächsraum</i>	80
Den eigenen Überzeugungen folgen	81
Die Struktur von Kommentaren.....	83
<i>Der »nackte« Abschlusskommentar</i>	84
<i>Stylingvarianten gelingender Abschlusskommentare.....</i>	87
<i>Das System als Ganzes</i>	88
<i>Komplimente für die einzelnen Persönlichkeiten</i>	93
<i>Das Storyboard – die Lebensgeschichte der Klienten</i>	
<i>aussichtsreich erzählen</i>	98
<i>Too much – zu viel des Guten</i>	102
<i>Hinderliche Glaubenssätze und Verhaltensmuster (ver)stören</i>	104
<i>Den Weg in die gewünschte Zukunft skizzieren</i>	107
<i>Mit den Ideen der Klienten jonglieren</i>	113
<i>Die Betonung von Anstrengung und Gewinn</i>	115
<i>Rituale und Feiern</i>	118
<i>Zu Experimenten einladen – Abenteuer anbieten</i>	121
<i>Mit Ambivalenzen schaukeln</i>	124
<i>Ein paar Tipps</i>	130
<i>Interventionen zum Naschen</i>	133

Kommentare im fortlaufenden Beratungsprozess	137
Die Kunst, überraschend zu bleiben	140
Der Zauber von Geschichten	143
<i>Balancehalten lernen</i>	144
<i>Das Lachen meiner Kinder.</i>	145
<i>Aschenputtel ändert das Drehbuch</i>	145
<i>Die Welt ist ein Dorf</i>	146
<i>Die Umleitung</i>	147
<i>Der Berg der Ernsthaftigkeit und Ehrlichkeit</i>	147
Der gelungene Abschluss und Eintragungen ins Lebensbuch	148
Der gefühlte Mangel an Wirksamkeit – oder: Wenn Klienten nicht tun, was sie sollten	153
Hypothesen zum Erhalt der therapeutischen Gelassenheit	156
Die Balance zwischen Wohlwollen und Ernsthaftigkeit	158
Glaubhaftigkeit – die Erneuerung bisheriger Aufgaben	159
Abwarten und Pausen als Spielraum für Autonomie und Selbstorganisation der Klienten	160
Dritter Teil: Türen zum Wunderland	165
6 Türen zum Wunderland	166
1 Am Abend gut einschlafen	167
2 Blüten	169
3 Dankeschön	172
4 Das Lebenshaus	174
5 Der Liebesbaum	180
6 Der rote Faden	183
7 Die Bibliothek der Gefühle	186
8 Die Blumen-Brillen	190
9 Drei Möglichkeiten	192
10 Familienobelisken	195
11 Fee des Lächelns	198
12 Fußspuren	200
13 Goldener Apfel und Apfelbaum	204
14 Herztapete	209
15 Die Insel	212

Inhalt

16 Kleeblatt	216
17 Knoten	219
18 Kompass	221
19 Lebenspanorama	223
20 Liebeselixier und Erfolgsduft	228
21 Orden und Medaillen	231
22 Schiff	234
23 Schlüssel	237
24 Schmetterlingsintervention	240
25 Sterne	243
26 Superbussi	246
27 Wunschzettel	248
28 Wäscheklammer-Intervention	250
29 Verträge und Vereinbarungen	252
30 Zauberhafte und unmögliche Ideen	256
31 Zeit	258
Zum Abschluss	261
Literatur	264
Übersicht Online-Materialien	267
Über die Autorin	268