

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
Die Stoffsammlung während des Interviews	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 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

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