

Inhalt

Vorwort	9
Vorbemerkungen	13

Grundlagen: Das systemisch-lösungsfokussierte Konzept von Steve de Shazer und Insoo Kim Berg

A Ursprünge und Entwicklung	22
B Grundzüge und Einflüsse	24
C Die zentrale Philosophie	48
D Die Paradigmenwechsel	61
E Der Interviewprozess	70

Das Fünf-Bausteine-Modell

1 Baustein 1: Die LÖSUNG	77
1.1 Das Thema Lösung im Fünf-Bausteine-Modell	79
1.2 Der Praktiker	81
1.2.1 Kompetenz, Einstellung und Haltung	82
1.2.2 Sprache und Sprachgebrauch	89
1.3 Der Klient	98
1.3.1 Individueller Kontext, Denk- und Bezugsrahmen	99
1.3.2 Der Klient als Experte seines Lebens	107
1.4 Der gemeinsame Prozess	110
1.4.1 Kooperation, »Tit for Tat« und die Thematik des Widerstands	110
1.4.2 Von der »Landkarte« zur »Landschaft«: Die Transformation	116
1.4.3 Alles zur Lösung nutzen: Die Utilisation	121
1.4.4 Geplantes und gezieltes Eingreifen: Die Intervention	124
1.5 Praxisschwerpunkt: Lösungsfokussiertes Fragen	125
1.5.1 Bewusstmachung und kreative Aktivierung der Lösungssprache	127
1.5.2 Das Vorgehen im Fragenstellen: Von der Makro- zur Mikroanalyse	134
1.5.3 Architektur, Ausgestaltung, Arten und Anwendung lösungsfokussierter Fragen	141

2 Baustein 2: Die ERWARTUNG	165
2.1 Das Thema Veränderung im Fünf-Bausteine-Modell	169
2.1.1 Die Erwartungshaltungen von Praktiker und Klient	173
2.1.2 Die Veränderungserwartung als besondere Kompetenz des Praktikers	176
2.2 Die Veränderungserwartung in der Praxis	179
2.2.1 Festigung durch Aufbau einer kooperativen Beziehung	182
2.2.2 Steigerung durch Einsatz von Schweigen, Pausen und Interventionen	184
2.2.3 Aufrechterhaltung der Erwartung einer positiven Veränderung	201
2.3 Praxisschwerpunkt: Erwartungen und Veränderungen skalieren	203
2.3.1 Wesen, Grundelemente und Umsetzung einer Skalierung	206
2.3.2 Praktische Durchführung einer ausführlichen Skalierung – Schritt für Schritt	229
3 Baustein 3: Das PROBLEM	239
3.1 Das Thema Ausnahmen im Fünf-Bausteine-Modell	249
3.1.1 Problem und Lösung, Praktiker und Klient – zwei Paradigmenwechsel	250
3.1.2 Das Problem, die Ausnahmen und der problemfreie Zustand	255
3.2 Die Ausnahmefrage	256
3.2.1 Das Wesen der Ausnahmefrage	258
3.2.2 Das detaillierte Spektrum der Ausnahmefrage	260
3.3 Praxisschwerpunkt: Das Stellen der Ausnahmefrage und die anschließende Exploration	267
3.3.1 Voraussetzungen für das Stellen der Ausnahmefrage	268
3.3.2 Die Dekonstruktion von Problembild und Problemausnahmen	270
3.3.3 Die Exploration der Ausnahmefrage – ein Praxisbeispiel	275
4 Baustein 4: Das WUNDER	283
4.1 Das Thema Wunderfrage im Fünf-Bausteine-Modell	285
4.1.1 Die Vorgeschichte bis zur »Entdeckung« der Wunderfrage	285
4.1.2 Wesen und Varianten	290
4.2 Die Wunderfrage im Interview	295
4.2.1 Voraussetzungen und mögliche Schwierigkeiten im Vorfeld	296
4.2.2 Das Stellen der Wunderfrage	301
4.3 Praxisschwerpunkt: Die Prozessarbeit nach der Wunderfrage	309
4.3.1 Erweitern des Wunderbilds durch insistierendes Nachfragen	311
4.3.2 Identifizieren und Ausarbeiten eines Ansatzpunktes	313
4.3.3 Passgenaues Verknüpfen der Ressourcen zu einem praktischen Schritt	324

5 Baustein 5: Der WANDEL	335
5.1 Das Thema Erfolg im Fünf-Bausteine-Modell	337
5.2 Erfolgsfördernde Faktoren im Beratungsprozess	346
5.2.1 Instrumentalisierung der Sprache	346
5.2.2 Iterieren und Pivotieren	349
5.2.3 Der Flow-Effekt	358
5.2.4 Prophylaxe und Prävention in den Folgesitzungen	361
5.3 Praxisschwerpunkt: Das wohlgestaltete Ziel	375
5.3.1 Die Erarbeitung eines passgenauen Ziels	377
5.3.2 Der interaktionelle Prozess der Zielfindung	385
5.3.3 Anstoßen und Fördern der Motivation durch passgenaue Ziele	388
5.3.4 Der Erfolg in der Zielerreichung	395
Das lösungsfokussierte Interview – zwei (unverbindliche) Leitfäden	398
Link für Download-Material	409



Ausblick

A Lösungsfokussiertes Arbeiten mit dem Fünf-Bausteine-Modell – der Stand der Dinge	412
B Das lösungsfokussierte Arbeiten vor dem Hintergrund der Neurowissenschaften	415
C Schlussbetrachtungen	421



Anhang

FAQ zum Fünf-Bausteine-Modell und zum lösungsfokussierten Arbeiten	423
Glossar	428
Danksagung	435
Literatur	437