

Inhalt

Vor-Worte	9
Kapitel 1	
Carl Rogers mit Effe(k)t	21
1.1 Möglichkeiten-besetzte Anerkennung	23
1.2 Fahrstuhl-Sprache	24
1.3 Rückmeldungen entziffern	25
1.4 Zusammenpassende Sprache	26
1,5 Utilisation	27
1.6 Einbeziehen	28
1.7 Widerspruch einbinden	29
1.8 Gegenteile einbinden	30
1.9 Bestätigen, wertschätzen und verantwortlich machen	31
1.10 Erlaubnis erteilen	32
1.11 Einladungen zur Schuldzuschreibung ausschlagen	34
Kapitel 2	
Das Sehen verändern	35
2.1 Humor einsetzen	38
2.2 Stellen Sie sich Zeiten ohne Probleme vor	39
2.3 Angenommen, die KlientIn wäre die handelnde Person	40
2.4 Aus dem Rahmen nehmen	41
2.5 Handlungen (und keine Etiketten) beschreiben	42
2.6 Entpathologisieren durch Etikettenwechsel	43
2.7 Schwierigkeiten als Phase rahmen	44
2.8 Zum Widerspruch reizen	45
2.9 Normalisieren	46
2.10 Teilen und verbinden	47
2.11 Das Problem externalisieren	48
2.12 Metaphern und Geschichten verwenden	49
2.13 Neue Bezugsrahmen bereitstellen	50
Kapitel 3	
Problem und Ziele kartographieren	51
3.1 Spezifische und erreichbare Ziel aushandeln	54
3.2 Klagen spezifizieren	55

3.3 Erreichbare Ziele spezifizieren	56
3.4 Vage Ziele quantifizieren	57
3.5 Teil-, Zwischen-Ziele spezifizieren	58
3.6 Optionen anbieten	59
3.7 Zauber-Fragen	60
3.8 Ziele als erreicht voraussetzen	61
3.9 Symptom-Sprache vermeiden	62
3.10 Richtungen und Trends nutzen	64

Kapitel 4

Interne und externe Ressourcen einbinden 65

4.1 Erfahrungen von Ressourcen hervorrufen	67
4.2 Abzweigungen finden	68
4.3 Problemfreie Zeiten finden	69
4.4 Ausnahmen finden	70
4.5 Das finden, was funktioniert	71
4.6 Kompetenz finden	72
4.7 Kompetenz ausweiten	73
4.8 Wer oder was kann noch helfen?	74
4.9 Wie kommt es, daß es nicht noch schlimmer geworden ist?	75
4.10 Das Ende finden oder das Muster stoppen	76

Kapitel 5

Das Handeln ändern 77

5.1 Muster kartographieren	79
5.2 Vergleichen und unterscheiden	80
5.3 In Muster intervenieren	81
5.4 Das, was funktioniert hat, wieder nutzen	83
5.5 Aktionsplan mit Hausaufgaben	84
5.6 Rückfall-Vorbeugung	85
5.7 Wissen, wann man aufhören muß	86

Nach-Worte

Die nächste, allerdings nicht endgültige Grenze 88

Überflüssige Witze 92

Die AutorInnen – im Kontext 93