

# Inhalt

<b>Vorwort: Mal was anderes</b> . . . . .	9
<b>Einleitung: Was mir wichtig (geworden) ist</b> . . . . .	11
<b>1. Basisinterventionen: Was mache ich eigentlich alles in einer Beratungsstunde?</b> . . . . .	15
Abwarten: Die Pausen machen die Musik . . . . .	15
Anfangen: »Ihre Einsätze bitte!« . . . . .	16
Ankerbojen: Orientierung auf hoher See . . . . .	17
Aufträge/Ziele klären: Das Schlussverkaufsyndrom vermeiden . . . . .	21
Begleiten beim Aussprechen: »Jetzt hört Ihr Mann zu.« . . . . .	24
Billard: Über die Bande spielen . . . . .	26
Den Dialog gestalten: Texte und Subtexte . . . . .	28
Die Kunst des Indirekten: Lieferanteneingang gesucht . . . . .	31
Empathie zeigen: Ohne Verstehen keine Veränderung . . . . .	34
Erste-Hilfe-Maßnahmen: »Was wäre jetzt gut?« . . . . .	35
Fragen: systemisch, zirkulär, hypothetisch und überhaupt nützlich . . . . .	38
Informieren: Erläuterungen aus dem Berater-Baukasten . . . . .	50
Konfrontieren: »Wann entscheiden Sie sich?« . . . . .	55
Loben, loben, loben: Mehr von »Plan P« . . . . .	58
Mit Unterschieden umgehen: Abwertung oder Abstimmung? . . . . .	59
Satzvorgaben: Akzente setzen und weiterleiten . . . . .	61
Skeptisch sein: Wer weiß, wofür das noch gut ist? . . . . .	62
Umdeuten (Reframing): »In bester Absicht...« . . . . .	63
Unterbrechen und Verlangsamen: So eine Art Selbstbehauptungstraining . . . . .	66
Verabschieden: Aha-Erlebnisse, Komplimente, Wünsche . . . . .	69
Was wirkt? – Aus einem besonderen Handbuch für die Praxis . . . . .	71
Zum Ende kommen: Die Brisanz der letzten Minuten . . . . .	74

<b>2. Joker-Interventionen: Besondere Impulse setzen</b> . . . . .	78
Apokalyptische Reiter: Vorboten, auf die es zu achten gilt . . . . .	78
Erinnerung an die Zukunft: Der Hoffnungs-»Dreh« . . . . .	80
Fünf Freiheiten: Entscheiden müssen Sie! . . . . .	82
Geschichten erzählen: Herr Nagel fasst einen Entschluss . . . . .	83
Glaubenssätze: Leitsätze können Leidsätze werden . . . . .	85
Hilflose Helfer oder: Die Mikado-Variante . . . . .	87
Metaphern: Kochtopf, Eisberg und Faxgerät . . . . .	88
MiniMax-Interventionen: Immer diese VW-Regel . . . . .	90
Paradoxien – und Paradoxes als Gegenmittel . . . . .	92
Problem-Körbe: Lausige Mücken und richtige Elefanten . . . . .	95
Reflektierendes (Reflecting) Team: Die Karten werden neu gemischt . . . . .	96
Spiegeln: »Wir machen Ihnen das mal vor...« . . . . .	99
Splitting: Anwälte der Ambivalenz . . . . .	101
Teufelskreise aufspüren: Kein Mensch kann Gedanken lesen . . . . .	103
Verwechslungen orten: »Hört das denn nie auf...?« . . . . .	106
Vier-Fenster-Modell: Entscheidungshilfe an der Weggabelung . . . . .	107
Witze und Comics: Therapeut: »Alkohol macht gleichgültig.« – Klient: »Ist mir egal.« . . . . .	108
Wunderfrage: »Was ist dann auf dem Film zu sehen?« . . . . .	111
Zitate-Sammlung: Der kunterbunte Zettelkasten . . . . .	112
 <b>3. Handlungsbezogene Interventionen: »Sie könnten Folgendes tun...«</b> . . . . .	 117
Drehbuch schreiben: Happy End und worst case . . . . .	117
Entschuldigungskonten: Feder gegen Schmutzstein . . . . .	118
Fair streiten: »Vielen Dank, dass du mir zugehört hast!« . . . . .	120
Fünf-zu-eins-Regel: Das Gegengift . . . . .	126
Hausaufgaben: Die Medizin für zwischendurch . . . . .	127
Münzwurf: Basta! . . . . .	129
Rituale: Das gemeinsame Tun . . . . .	130
Stopp-Signal vereinbaren: 20. März, Schwarzwaldklinik und andere rote Ampeln . . . . .	134

Symptomverschreibung: Homöopathie fürs System . . . . .	135
Verabreden zum Verabreden: »Wann würde es dir passen?« . .	137
Was kann <i>Mann</i> tun? oder: »Morgen besorge ich den Einkauf.« . . . . .	138
Wetterbericht: Reden und fragen statt vermuten . . . . .	140
<b>4. Mediengestützte Interventionen: »Gut, das mal so vor sich zu sehen...« . . . . .</b>	<b>145</b>
Bilder der Familie: Zarte Bande und schnurrende Nilpferde . .	145
Briefe: Mit freundlichen Grüßen. . . . .	147
Familienbrett: Herr Höger kommt auch noch ins Bild. . . . .	149
Familienwappen: Fleißige Adler und stumme Maulwürfe . . . .	154
Familienzeitplan: Wer trifft wann wie auf wen? . . . . .	155
Fotos aus der Familiengeschichte: »Wer hat eigentlich dieses Bild gemacht?« . . . . .	156
Gefühlssätze ergänzen: Ein bisschen Ordnung schaffen . . . . .	158
Genogramm-Arbeit: »Wie viele Geschwister müssen denn hier Platz haben?« . . . . .	159
Killersätze: »Mein Gott, womit hab ich das verdient?!« . . . . .	164
Kühlschrankszettel: Für die Sehnsucht nach alten Zeiten . . . . .	165
Material: Vorschläge zur Ausstattung der Familientherapie- Praxis. . . . .	166
Trennung – aber wie? oder: Wer behält welche Schlüssel? . . . .	168
Videoanalyse: Mienen, Tonfall, Körpersprache . . . . .	171
Wie fühlen Sie sich heute? Gesichter von Ärgerlich bis Zuversichtlich . . . . .	172
Zeichne ein Haus und erzähle: »Kramer gegen Kramer« und andere Zeiten . . . . .	172
Zertifikate/Urkunden: »Ich bin zehn große Schritte voran- gekommen.« . . . . .	174
<b>5. Erlebnisaktivierende Interventionen: »Wollen Sie mal etwas ausprobieren?« . . . . .</b>	<b>178</b>
Blumen gießen im Haus der Kindheit: »Die Bilder, der Geruch, das Gefühl...« . . . . .	178

Darstellen der Familienkommunikation: »Können Sie uns das mal zeigen?« .....	181
Externalisierung: »Suchen Sie sich bitte mal was aus...« .....	182
Familienrekonstruktion und Aufstellungsarbeit .....	185
Geben/Nehmen-Übung: »Das fühlt sich an wie Butter, bleib doch mal so...!« .....	187
Ja/Nein-Übung: Die tanzende Dampfwalze .....	190
Museum der Verletzungen: Von Eintrittskarten und alten Wunden .....	191
Nähe/Distanz-Übung: Einladen. Stoppen. Spüren .....	193
Reise zu der Liebe des Anfangs: Warum ausgerechnet dich? ..	195
Seile-Arbeit als Bild für Beziehungen: Verwicklung und Entwicklung .....	198
Seile-Arbeit: als Bild für Botschaften: Kauderwelsch auf dem blauen Draht .....	200
Skulptur-Arbeit: Zuerst »spricht« das Bild, dann sprechen die Beteiligten .....	202
Stühle-Arbeit mit dem »Als-ob-Stuhl«: »...so was wie selbst- bewusster oder so.« .....	205
Stühle-Arbeit mit fehlenden Personen: Platzkarten verteilen .	207
Stühle-Arbeit: Gespräch mit nicht (mehr) Anwesenden: »Der geht's gut, die freut sich, mich zu sehen.« .....	210
Stühle-Arbeit mit inneren Anteilen: »Das war denen egal...« .....	212
Stühle tauschen = Perspektive wechseln .....	217
Symptomgestalt: Antworten mit allen Sinnen .....	219
Überlebenshaltungen darstellen: »Kann ich mich jetzt wieder bewegen?« .....	221
Zehn Minuten Neuanfang: Trottel und Klasse-Typ .....	226
Zeitreisen: Ernten auf geheimnisvollen Inseln .....	227
<b>Gesamtliteraturübersicht</b> .....	230
<b>Danke</b> .....	240