

Inhalt

Vorwort	9
EINLEITUNG	11
1 Das Problem vor dem Karren der Lösung	11
1.1 Das Unnütze nützen	14
1.2 Das Erickson'sche Utilisationskonzept	16
1.3 Utilisation als Prozess von Folgen und Führen	22
1.4 Die Assoziationsnetze des Ausgangs- und Zielsystems	23
1.5 Anamnese und Zielklärung	32
1.6 Eine Brücke vom Problem zur Lösung	33
1.7 Das Erzeugen von Problem- und Lösungsmodellen	43
ERSTER HAUPTTEIL: NÜTZLICHE ANLIEGEN	49
2 Utilisationstechniken bei spezifischen Problemstellungen	49
2.1 Somatisch assoziierte Symptome	53
2.1.1 Schmerzen und Missempfindungen	53
2.1.2 Immunreaktionen	70
2.1.3 Tinnitus	84
2.1.4 Schlaf	95
2.1.5 Sexualität	101
2.1.6 Sucht	105
2.1.7 Lernen, Gedächtnis und Verhaltenssteuerung	116
2.2 Psychisch assoziierte Symptome	129
2.2.1 Angst und Zwang	129
2.2.2 Depression	147
2.2.3 Aggression	153

2.2.4	Selbstgefährdendes Verhalten	158
2.2.5	Manie, Psychose, Wahn	163
2.2.6	Trauma und Traumafolgen	169
2.2.7	Belastungen durch Verlust und Trauer	181
2.2.8	Belastungen in Partnerschaften	184
ZWEITER HAUPTTEIL: NÜTZLICHE KONTEXTE		189
3	Utilisation biografischer und aktueller Ressourcen	189
3.1	Das Problemverständnis der Klienten	189
3.2	Autonomiestreben und Abwehrverhalten	191
3.3	Schutzbedürfnisse	194
3.4	Soziale Beziehungen	195
3.5	Kulturelle, regionale und sprachliche Besonderheiten	196
3.6	Berufe, Begabungen und Interessen	197
3.7	Biografische Erlebnisse	199
3.8	Äußerungen der Klienten	200
3.9	Die Beratungssituation	200
3.9.1	Gegenstände, Architektur- und Landschaftselemente	201
3.9.2	Zufällige Ereignisse während der Beratung	204
3.9.3	Psychoedukation und medizinische Information ...	205
DRITTER HAUPTTEIL: NÜTZLICHE METHODEN		209
4	Utilisationstechniken	209
4.1	Kopplung	209
4.1.1	Einfache Kopplung	213
4.1.2	Doppelte Kopplung	218
4.1.3	Serielle Kopplung	223
4.1.4	Vernetzte Kopplung	224
4.1.5	Entkopplung	226
4.2	Altersregression und Altersprogression	228
4.2.1	Erlebnisinhalte in die Vergangenheit bringen	229

4.2.2	Erlebnisinhalte in die Gegenwart bringen	230
4.2.3	Erlebnisinhalte in die Zukunft bringen	231
4.3	Rapportbasierte Interventionen	232
4.3.1	Realer und imaginierter Rapport	233
4.3.2	Pacing und Leading	235
4.3.3	Rapportunterbrechung	236
4.4	Paradoxe Interventionen	237
4.4.1	Symptomverschreibung	238
4.4.2	Symptomverstärkung	239
4.4.3	Symptomveränderung	240
4.5	Therapeutische Paradoxien	243
4.6	Reframing	245
4.6.1	Realistisches und irreales Reframing	247
4.6.2	Direktes, beispielhaftes und metaphorisches Reframing	248
4.6.3	Positiv-, Negativ- und Suchmodelle	250
4.6.4	Regel-, Ausnahme- und Trickfilmlogik	251
4.6.5	Veränderung der Interpunktion	252
4.6.6	Veränderung zugeschriebener Eigenschaften	253
4.7	Externalisieren und Visualisieren von Erlebnisinhalten	254
4.8	Personifizieren von Erlebnisinhalten	256
4.8.1	Unsichtbare Freunde	259
4.8.2	Ambivalenzdialog	259
4.8.3	Missverständnis-Intervention	261
4.8.4	Früher, Jetzt und Später im Gespräch	262
4.9	Einfache Veränderungen des Aufmerksamkeitsfokus	266
4.9.1	Verschiebung des Aufmerksamkeitsfokus	266
4.9.2	Umkehrung des Aufmerksamkeitsfokus	267
4.9.3	Konzentrieren des Aufmerksamkeitsfokus	268
4.10	Direktive Interventionen	268
4.10.1	Warnung	269
4.10.2	Hausaufgabe	270
4.10.3	Ordeal	271
5	Schlussgedanken	273

ANHANG	275
6 Verzeichnisse	275
6.1 Fallverzeichnis	275
6.2 Stichwortverzeichnis	276
6.3 Literaturverzeichnis	283