

# Inhalt

|  |           |
|--|-----------|
| Dank .....   | 9         |
| Einige Worte vorweg .....  | 10        |
| Wichtige Hinweise .....  | 14        |
| Vorwort zur 2. Auflage .....   | 16        |
| Vorwort zur 3. Auflage .....   | 17        |
| <b>Kapitel 1: Allgemeines</b> .....  | <b>19</b> |
| <b>1.1 Einladung</b> .....   | <b>19</b> |
| <b>1.2 Der Inhalt der „Schatzkiste“</b> .....  | <b>20</b> |
| <b>1.3 Der theoretische Hintergrund</b> .....  | <b>22</b> |
| <b>1.4 Lassen Sie sich vom Symptom nicht beirren</b> .....   | <b>25</b> |
| <b>1.5 Die hohe Kunst des Fragens</b> .....  | <b>27</b> |
| 1.5.1 Fangen mit dem Fragen die Beratung und das Abenteuer an? ..  | 27        |
| 1.5.2 Die Eigenschaften einer guten Frage .....  | 28        |
| 1.5.3 Die wichtigsten Arten von Fragen .....   | 30        |
| 1.5.4 Die Kraft des Konjunktivs .....  | 33        |
| 1.5.5 Darf ich Sie provozieren? Höflichkeit schadet nie! .....   | 33        |
| 1.5.6 Ein Beispiel zum Schmunzeln: Warum darf der das? Oder:<br>Die Kraft des Fragens in der Sauna ..... | 33        |
| 1.5.7 Zusammenfassung: Wann ist eine Frage eine gute Frage? .....  | 35        |
| <b>6. Kein Anschluss unter dieser Nummer oder:<br/>Die Kunst, den Anschluss doch zu bekommen</b> .....   | <b>37</b> |
| 6.1 Rapport und Anschlussfähigkeit .....   | 37        |
| 6.2 Das Setting .....  | 37        |
| 6.3 Wann reden wir mit wem worüber? .....  | 38        |
| 6.4 Die Sprache hat gleich mehrere Wirkfaktoren .....  | 38        |
| 6.5 Die Körperhaltung .....  | 39        |
| 6.6 Die Mimik .....  | 39        |
| <b>7. Tust du Gutes, tue es langsam, tust du Böses,<br/>tue es auf einmal</b> .....                      | <b>40</b> |
| <b>8. Wann ist die Grenze erreicht?<br/>Oder: Rechtzeitig Größe zeigen und weiterverweisen</b> .....     | <b>41</b> |

|  |     |
|--|-----|
| <b>Kapitel 2: Die Interventionen</b>                 | 43  |
| <b>1. Einführung</b>                                 | 43  |
| <b>2. Allgemeine Interventionen</b>                  | 44  |
| <b>2.1 Direkte Interventionen im Gespräch</b>        | 44  |
| Ressourcensuche/-aktivierung                         | 44  |
| a) Der Ressourcenstammbaum / das Ressourcengenogramm | 44  |
| b) Das Ressourcenbarometer                           | 45  |
| Fragen nach Ausnahmen                                | 47  |
| Skalieren  | 50  |
| Reframing  | 55  |
| Zirkuläres Fragen                                    | 57  |
| Zirkuläres Erziehen                                  | 59  |
| Die Wunderfrage                                      | 60  |
| Externalisieren                                      | 63  |
| Provozieren  | 66  |
| Das Erzeugen einer Ja-Stimmung                       | 68  |
| Rituale  | 69  |
| Die Musterunterbrechung                              | 73  |
| Die Strategie der kleinen Schritte                   | 74  |
| <b>2.2 Interventionen für Zuhause</b>                | 75  |
| Beobachtungsaufgaben                                 | 75  |
| Verordnen von Symptomen (Paradoxe Intervention)      | 78  |
| Verordnen von Veränderung                            | 83  |
| Der Veränderungsdetektiv                             | 86  |
| Verordnen dessen, was der Patient schon gut macht    | 88  |
| Das Verordnen der Nicht-Veränderung                  | 90  |
| Das Verordnen von problemfreien Zeiten oder Räumen   | 92  |
| Der Vorhersage-Kalender                              | 94  |
| Hausaufgaben   | 97  |
| Das Los entscheiden lassen                           | 101 |
| So-tun-als-ob-Aufgaben                               | 103 |
| Das Verankern von positiver Stimmung                 | 105 |
| <b>3. Spezielle Techniken</b>                        | 108 |
| <b>3.1 Direkte Interventionen im Gespräch</b>        | 108 |
| Handpuppen und Co.                                   | 108 |

|  |     |
|--|-----|
| Gemeinsames Malen und Zeichnen .....   | 110 |
| a) Gemeinsames Kritzeln und Schnörkeln .....                                     | 110 |
| b) Das Selbstbildnis (ressourcenorientiert) .....                                | 111 |
| c) Das Problembild .....   | 113 |
| d) Arbeiten mit dem Namen .....  | 114 |
| e) Malen mit Kindern und Familien .....  | 116 |
| f) Cartoon-Therapie .....  | 120 |
| Lebenslinien-Arbeit .....  | 123 |
| Therapeutische Geschichten und Märchen .....                                     | 125 |
| Zaubern .....  | 128 |
| <b>3.2 Interventionen für Zuhause</b> .....                                      | 132 |
| Talismane, Mut-Steine und andere Helfer .....                                    | 132 |
| Traumfänger und Sorgenpüppchen .....   | 134 |
| Der angstlösende Faden .....   | 136 |
| Die Ampelkarten .....  | 137 |
| Die Regel des Monats .....   | 139 |
| Urkunden .....   | 141 |
| <br>   |     |
| <b>Kapitel 3: Indikationen – oder: Was hilft wann am besten?</b> .....           | 143 |
| Aggressives Verhalten .....  | 144 |
| Angststörungen, wie z. B. Schulangst, Trennungsangst<br>oder Prüfungsangst ..... | 148 |
| Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörungen (ADHS) .....                     | 151 |
| Autistisches Verhalten (Autismus-Spektrum-Störungen – ASS) .....                 | 154 |
| Bauchschmerzen .....   | 156 |
| Daumenlutschen .....   | 158 |
| Depression .....   | 159 |
| Einkoten .....   | 161 |
| Einnässen .....  | 163 |
| Ess- und Fütterstörungen .....   | 165 |
| Geschwisterrivalität .....   | 168 |
| Intelligenzminderung .....   | 170 |
| Kopfschmerzen .....  | 171 |
| Lampenfieber .....   | 174 |
| Lügen .....  | 176 |

|   |     |
|---|-----|
| Medienkonsum / -sucht .....   | 177 |
| Mutismus .....  | 179 |
| Nägelkauen .....  | 181 |
| Pubertätskrisen .....   | 183 |
| Schlafstörungen .....   | 185 |
| Schulprobleme: Schulunlust, Schulverweigerung<br>und Schulphobie .....                                      | 189 |
| Selbstwertprobleme .....  | 192 |
| Trauer und Abschied .....   | 195 |
| Trauma und Traumafolgestörungen .....   | 197 |
| Zwänge und Tics .....   | 201 |
| <b>Kapitel 4: Scheinbar aussichtslos, oder:<br/>Das Meistern besonders kniffliger Situationen</b> .....     | 205 |
| Einer wird gefragt, ein Anderer antwortet (immer) .....   | 205 |
| „Sie sind unsere letzte Hoffnung!“ .....  | 205 |
| „Wir haben schon alles probiert!“ .....   | 206 |
| „Du kriegst das sowieso nicht hin!“ .....   | 206 |
| „Typisch“ .....   | 207 |
| „Wenn meine Frau das anders machen würde,<br>hätten wir kein Problem“ .....                                 | 207 |
| Der Klient/Patient hat ein Anliegen,<br>der Therapeut aber keine Zeit .....                                 | 207 |
| Wenn der Redefluss nicht aufhört .....  | 208 |
| „Mit dem Vater / der Mutter meines Sohnes setze ich mich<br>nie wieder an einen Tisch!“ .....               | 208 |
| Der Streit entbrennt im Behandlungszimmer .....   | 209 |
| „Es ist doch so, oder?“ .....   | 209 |
| Der Klient hat kein Anliegen .....  | 209 |
| Die Eltern bringen ein krankes Kind und der Berater / Therapeut<br>vermutet, sie hätten eine Ehekrise ..... | 210 |
| Wenn nichts mehr geht ... ..  | 210 |
| Das Wichtigste zum Schluss! .....   | 211 |
| <b>Literatur</b> .....  | 213 |