

Inhalt

Dank	9
Einige Worte vorweg	10
Wichtige Hinweise	14
Vorwort zur 2. Auflage	16
Vorwort zur 4. Auflage	17
Kapitel 1: Allgemeines	19
1.1 Einladung	19
1.2 Der Inhalt der „Schatzkiste“	20
1.3 Der theoretische Hintergrund	22
1.4 Lassen Sie sich vom Symptom nicht beirren	25
1.5 Die hohe Kunst des Fragens	27
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: Die Kraft des Fragens in der Sauna	33
1.5.7 Zusammenfassung: Wann ist eine Frage eine gute Frage?	35
1.6 Kein Anschluss unter dieser Nummer oder: Die Kunst, den Anschluss doch zu bekommen	37
1.6.1 Rapport und Anschlussfähigkeit	37
1.6.2 Das Setting	37
1.6.3 Wann reden wir mit wem worüber?	38
1.6.4 Die Sprache hat gleich mehrere Wirkfaktoren	38
1.6.5 Die Körperhaltung	39
1.6.6 Die Mimik	39
1.7 Tust du Gutes, tue es langsam, tust du Böses, tue es auf einmal	40
1.8 Wann ist die Grenze erreicht? Oder: Rechtzeitig Größe zeigen und weiterverweisen	41

Kapitel 2: Die Interventionen	43
1. Einführung	43
2. Allgemeine Interventionen	44
2.1 Direkte Interventionen im Gespräch	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
2.2 Interventionen für Zuhause	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
3. Spezielle Techniken	108
3.1 Direkte Interventionen im Gespräch	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
3.2 Interventionen für Zuhause	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
Kapitel 3: Indikationen – oder: Was hilft wann am besten?	143
Aggressives Verhalten	144
Angststörungen, wie z. B. Schulangst, Trennungsangst 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 und Schulphobie	189
Selbstwertprobleme	192
Trauer und Abschied	195
Trauma und Traumafolgestörungen	197
Zwänge und Tics	201
Kapitel 4: Scheinbar aussichtslos, oder: Das Meistern besonders kniffliger Situationen	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, hätten wir kein Problem“	207
Der Klient/Patient hat ein Anliegen, der Therapeut aber keine Zeit	207
Wenn der Redefluss nicht aufhört	208
„Mit dem Vater / der Mutter meines Sohnes setze ich mich 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 vermutet, sie hätten eine Ehekrise	210
Wenn nichts mehr geht	210
Das Wichtigste zum Schluss!	211
Literatur	213