

# Inhalt

Dank .....	9
Vorwort von Tom Levoid .....	10
Vorwort der Autoren und wichtige Hinweise .....	12
<b>Kapitel 1: Allgemeines, Gesprächsführung und Anliegen .....</b>	<b>15</b>
<b>1. Erneute Einladung: Was findet sich noch in der Schatzkiste? .....</b>	<b>15</b>
<b>2. Ergänzungen zum theoretischen Hintergrund .....</b>	<b>17</b>
2.1 Allgemeines .....	17
a) Was erhält das Problem aufrecht? .....	18
b) Strategie .....	19
c) Struktur .....	19
d) Zirkularität .....	19
e) Lösungsorientierung .....	19
f) Konstrukte .....	20
g) Konstruiere Dir Deine Vergangenheit .....	21
h) Zusammenfassung: Haltung des Therapeuten .....	21
2.2 Mit Humor klappt es auch .....	22
2.3 Die Hypothese. Nützt sie etwas oder stört sie nur? .....	24
2.4 Was haben Beratung und Therapie mit Strategie zu tun? .....	26
2.5 Darf es auch ein bisschen Struktur sein? .....	29
<b>3. Noch mehr Fragen – die Wunderfrage und andere ... .....</b>	<b>32</b>
3.1 Grundsätzliche Fragen aus dem systemisch-lösungsfokussierten Kontext – ein Überblick .....	32
3.2 „Wofür ist das gut?“ .....	33
3.3 Fragen, die einen Unterschied machen .....	34
3.4 „Mal angenommen ...“ – Hypothetische Fragen .....	35
3.5 Verschlimmerungsfragen – oder: „Darf es noch ein bisschen mehr sein?“ .....	35
3.6 Mehr zur Wunderfrage .....	36
3.7 Weitere „gute“ systemische lösungs- und ressourcenorientierte Fragen .....	37
<b>4. Metaphern – oder: Was hat die Deutsche Bahn mit Psychotherapie zu tun? .....</b>	<b>38</b>
<b>5. Die Kunst des Nichtverstehens – oder: Nicht-Lösungen sind auch Lösungen .....</b>	<b>39</b>

<b>6. Gesprächs(ver-)führung</b> .....	<b>40</b>
6.1 Allgemeines zur Gesprächs(ver-)führung – Kontakt herstellen .....	40
6.2 Gesprächssettings – oder: Wann arbeiten wir mit wem und in welcher Konstellation? .....	41
6.3 Gesprächsgestaltung .....	45
Gesprächseinstieg – oder: „Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ...“ .....	45
Pausen und Schweigen: „Even more pauses ...“ .....	46
Gesprächsabschluss / Zusammenfassende Reflexion .....	48
6.4 Gesprächsführung mit Kindern und Jugendlichen .....	49
Gesprächsrahmen und Raumgestaltung .....	49
Hilfreiche Regeln für Gespräche mit Kindern und Jugendlichen .....	52
6.5 Gesprächsführung bei Menschen mit intellektueller Behinderung ..	55
6.6 Gesprächsführung in Krisensituationen .....	56
 <b>Kapitel 2: Die Interventionen</b> .....	 <b>60</b>
<b>1. Einführung</b> .....	<b>60</b>
Kurzübersicht: Systemisch-lösungsorientierte Methoden .....	61
<b>2. Metaphern</b> .....	<b>62</b>
Die Fußball-Metapher .....	66
Die Auto-Metapher .....	68
Die Stift-Metapher .....	68
Die Schalter-Metapher .....	68
Die Berg-Metapher .....	69
Die Luftballon-Metapher .....	69
Weitere und häufig eingesetzte Metaphern .....	70
<b>3. Ressourcenarbeit und Ressourcendiagnostik</b> .....	<b>71</b>
Ressourcen – ja, wo sind sie denn? Die Arbeit mit den Ressourcen .....	71
Resilienz oder Ressource? .....	71
Die Ressourcenaktivierung .....	72
Das Ressourcenwunschkonzert .....	74
Die Ressourcenmannschaft .....	75
Der Ressourcensalat .....	76
Die Ressourcensuche mit Hilfe von Indianernamen .....	77
Das Ressourceninterview .....	79
Das Ressourcenmemory .....	81
Das Ressourcen„pflaster“ .....	83

Das Ressourcenraten .....	84
Der Ressourcent Teppich/Ressourcenaufstellung (Brett oder Raum) .....	84
Das Ressourcenmalen .....	84
Die Ressourcenlebenslinie/auch als Familien-TimelLine .....	85
Das Ressourcenroulette .....	85
<b>4. Improvisation, Bewegung und mehr .....</b>	<b>86</b>
Bewegende Improvisationen .....	87
Das Gummiband .....	89
Fortschritte markieren ... mit Farbe und Formen .....	90
Fortschritte markieren ... mit allen Sinnen .....	93
Gefühlskarten und Co. ....	95
Reflektierende Positionen .....	97
Skulpturarbeit – Verstehen ohne Worte .....	99
Ein Stuhl ist (k)ein Stuhl – und mehr: Arbeit mit Objekten .....	101
System- oder Familienbrett – von klassisch bis kreativ .....	108
<b>5. Sonstige kreative Interventionen .....</b>	<b>111</b>
Biografiearbeit .....	111
Briefe aus dem Märchenland oder Feenreich .....	113
„Brief und Siegel“ – Verträge mit Klienten .....	115
Brillenmodelle .....	117
Entspannung und Imagination .....	120
Entspannungsübung 5-4-3-2-1 .....	123
Familienwappen .....	125
Gestalte Deine Vergangenheit neu! ... „Vergangenheit reloaded“ .....	127
Therapeutische Hausaufgaben .....	129
Das Spiel mit den Hypothesen .....	133
Das Innere Team .....	135
Die Instanz in der Tasche .....	138
Komplimente, Lob und Co. ....	141
Konzentration?! – „Wie konzentriere ich mich selbst? Ich würde mich doch so gerne konzentrieren ...“ .....	143
Mottos, Mantras und Mythen .....	145
Mutmach-Märchen .....	148
Psychoedukation systemisch-kreativ .....	150
Schlechte Zeiten, gute Zeiten ... („SZGZ“) .....	153
Träum' Deinen Traum .....	155

Die Übertreibung .....	158
www.reset.neu .....	160
Würfel – oder das „Spiel mit den Möglichkeiten“ .....	162
<b>Kapitel 3: Indikationen – oder: Wann hat sich welches Vorgehen bewährt?</b> .....	167
ADHS 2.0 – Schwerpunkt Jugendliche und Medikation .....	168
Adipositas .....	172
Adoptiv- und Pflegekonstellationen .....	176
Alpträume, Angst vor dem Einschlafen und Ähnliches .....	178
Anstrengungsunwilligkeit / Motivationsmangel .....	180
Beißen .....	182
Chronische körperliche Erkrankungen .....	184
Essensverweigerung und „picky eating“ .....	187
Haareausreißen .....	188
Hochbegabung .....	190
Husten, Räuspern & Co. – psychogene Atemstörungen .....	192
Intellektuelle Behinderung .....	195
Interaktions- und Regulationsstörungen .....	198
Kaspern .....	200
Kopfschlagen und andere Stereotypen .....	201
Kopfschmerzen 2.0 – oder: Schmerzen hier und da .....	202
Lernschwächen und Entwicklungsstörungen .....	204
„Luxusverwahrlosung“ .....	206
Petzen .....	208
Posttraumatische Belastungsstörung .....	209
Psychisch (oder körperlich) kranke Eltern .....	213
Schulverweigerung 2.0 – Schulschwänzen, Schulangst & Co. ....	215
Selbstverletzendes Verhalten .....	218
Soziale Phobie und soziale Ängstlichkeit .....	219
Substanzmissbrauch und Sucht .....	221
Suizidalität .....	222
Stehlen, Zündeln, Weglaufen .....	225
Stottern, Stammeln, Poltern und Co. ....	227
Trennungsangst .....	229
Trennung und Scheidung .....	230
<b>Kapitel 4: Wenn es nicht mehr weitergeht</b> .....	233
<b>Kapitel 5: Fallvignette</b> .....	243
<b>Literatur</b> .....	247