

Inhalt

Zur Nutzung dieses Buches	7
Teil 1: Methodischer Hintergrund zu den Praxistools – ein Überblick	9
Methode gut – alles gut?	9
Historische Entwicklung der Methoden	10
Die Haltungen	15
Teil 2: 50 Praxistools in Aktion	20
1 Aktives provokatives Zuhören (Provokativer Gesprächsstil)	21
2 Antreiber – Personal Working-Styles (Transaktionsanalyse)	23
3 Attribution (Kognitive Verhaltenstherapie)	27
4 Ausnahmen nutzen (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz)....	30
5 Chunks (Neurolinguistisches Programmieren)	33
6 Contracting (Gestalttherapie, Transaktionsanalyse)	35
7 Dose voller Würmer (Systemische Familientherapie, Virginia Satir)	39
8 Drei Säulen (Klientenzentrierte Gesprächsführung)	43
9 Doubeln (Psychodrama)	45
10 Fish-Bowl (Systemische Therapie, Mailänder Schule)	47
11 Focusing	50
12 Fragen mit der Dilts-Pyramide (Neurolinguistisches Programmieren)	52
13 Hot Cognitions/Beliefs (Rational-Emotive Therapie)	56
14 Idiotische Ratschläge (Provokativer Gesprächsstil)	58
15 Implizite Regeln (Systemische Therapie, Virginia Satir)	60
16 In den Busch schießen (Provokativer Gesprächsstil)	63
17 Jetzt-Filter (Neurolinguistisches Programmieren)	65
18 Komplimente (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz)	67
19 Kunde, Besucher, Klagender (Systemische Therapie, Lösungs- orientierter Ansatz)	69
20 Leerer Stuhl (Gestalttherapie)	73
21 Meta-Modell (Neurolinguistisches Programmieren)	75
22 Metaphern (Hypnotherapie)	78
23 My friend John (Hypnotherapie)	81
24 Parts-Partys (Systemische Therapie, Virginia Satir und Mailänder Schule)	83
25 Persiflieren des Weltbildes (Provokativer Gesprächsstil)	85

26	Positive Konnotation/Symptomverschreibung/Begeisterung für das Symptom (Konstruktivismus, Systemische Therapie, Provokativer Gesprächsstil)	88
27	Rapport (Hypnotherapie, Neurolinguistisches Programmieren)	91
28	Reframing (Konstruktivismus, Systemische Therapie, Neurolinguistisches Programmieren).....	93
29	Repräsentationssysteme (Neurolinguistisches Programmieren)	95
30	Ressourcen aktivieren (viele Richtungen).....	98
31	Rollenspiele mit und ohne Rollentausch (Kognitive Verhaltenstherapie, Gestalttherapie, Psychodrama)	100
32	Selbstwirksamkeit (Kognitive Verhaltenstherapie)	103
33	Skalierungsfragen (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz)....	105
34	Skripte (Transaktionsanalyse).....	109
35	Sokratischer Dialog (Rational-Emotive Therapie).....	111
36	Spiele (Transaktionsanalyse)	113
37	Systemische Skulpturen (Systemische Therapie, Virginia Satir).....	116
38	Take it easy (angelehnt an den Provokativen Stil)	118
39	Tun Sie etwas anderes! (Systemische Therapie, Lösungsorientierter Ansatz).....	121
40	Ungewöhnliche Aufgaben (Hypnotherapie).....	123
41	Verhaltensverschreibung (Konstruktivismus).....	125
42	Verschlimmerungsfrage (Systemische Therapie, Konstruktivismus)	127
43	Vorannahmen (Neurolinguistisches Programmieren).....	129
44	Vorwürfe in Wünsche umwandeln (Neurolinguistisches Programmieren).....	132
45	Wahrnehmungspositionen wechseln (Neurolinguistisches Programmieren).....	134
46	Wertehierarchie (Neurolinguistisches Programmieren)	136
47	Wunderfrage (Lösungsorientierter Ansatz).....	139
48	Zielorientierung (Neurolinguistisches Programmieren)	141
49	Zielfusion (Neurolinguistisches Programmieren).....	144
50	Zirkuläre Fragen (Systemische Therapie, Mailänder Schule)	146
Teil 3: Kombinationen der Praxistools in Aktion		149
	Das Anwendungsbeispiel »Ernährungsberatung«	150
	Das Anwendungsbeispiel »Seminar-design zum Thema ›Stress‹«	154
	Das Anwendungsbeispiel »Coachinggespräch zum Thema ›Dumme Sprüche‹«	157
	Literaturverzeichnis	163
	Die Autorin	165