

# Inhalt

Vorwort .....	9
Vorbemerkungen .....	13

## Grundlagen: Das systemisch-lösungsfokussierte Konzept von Steve de Shazer und Insoo Kim Berg

---

A Ursprünge und Entwicklung .....	22
B Grundzüge und Einflüsse .....	24
C Die zentrale Philosophie .....	48
D Die Paradigmenwechsel .....	61
E Der Interviewprozess .....	70

## Das Fünf-Bausteine-Modell

---

1 Baustein 1: Die LÖSUNG .....	77
1.1 Das Thema Lösung im Fünf-Bausteine-Modell .....	79
1.2 Der Praktiker .....	81
1.2.1 Kompetenz, Einstellung und Haltung .....	82
1.2.2 Sprache und Sprachgebrauch .....	89
1.3 Der Klient .....	98
1.3.1 Individueller Kontext, Denk- und Bezugsrahmen .....	99
1.3.2 Der Klient als Experte seines Lebens .....	107
1.4 Der gemeinsame Prozess .....	110
1.4.1 Kooperation, »Tit for Tat« und die Thematik des Widerstands .....	110
1.4.2 Von der »Landkarte« zur »Landschaft«: Die Transformation .....	116
1.4.3 Alles zur Lösung nutzen: Die Utilisation .....	121
1.4.4 Geplantes und gezieltes Eingreifen: Die Intervention .....	124
1.5 Praxisschwerpunkt: Lösungsfokussiertes Fragen .....	125
1.5.1 Bewusstmachung und kreative Aktivierung der Lösungssprache .....	127
1.5.2 Das Vorgehen im Fragenstellen: Von der Makro- zur Mikroanalyse .....	134
1.5.3 Architektur, Ausgestaltung, Arten und Anwendung lösungsfokussierter Fragen .....	141

<b>2</b>	<b>Baustein 2: Die ERWARTUNG</b> .....	165
2.1	Das Thema Veränderung im Fünf-Bausteine-Modell .....	169
2.1.1	Die Erwartungshaltungen von Praktiker und Klient .....	173
2.1.2	Die Veränderungserwartung als besondere Kompetenz des Praktikers .....	176
2.2	Die Veränderungserwartung in der Praxis .....	179
2.2.1	Festigung durch Aufbau einer kooperativen Beziehung .....	182
2.2.2	Steigerung durch Einsatz von Schweigen, Pausen und Interventionen .....	184
2.2.3	Aufrechterhaltung der Erwartung einer positiven Veränderung .....	201
2.3	Praxisschwerpunkt: Erwartungen und Veränderungen skalieren .....	203
2.3.1	Wesen, Grundelemente und Umsetzung einer Skalierung .....	206
2.3.2	Praktische Durchführung einer ausführlichen Skalierung - Schritt für Schritt .....	229
<b>3</b>	<b>Baustein 3: Das PROBLEM</b> .....	239
3.1	Das Thema Ausnahmen im Fünf-Bausteine-Modell .....	249
3.1.1	Problem und Lösung, Praktiker und Klient – zwei Paradigmenwechsel .....	250
3.1.2	Das Problem, die Ausnahmen und der problemfreie Zustand .....	255
3.2	Die Ausnahmefrage .....	256
3.2.1	Das Wesen der Ausnahmefrage .....	258
3.2.2	Das detaillierte Spektrum der Ausnahmefrage .....	260
3.3	Praxisschwerpunkt: Das Stellen der Ausnahmefrage und die anschließende Exploration .....	267
3.3.1	Voraussetzungen für das Stellen der Ausnahmefrage .....	268
3.3.2	Die Dekonstruktion von Problembild und Problemausnahmen .....	270
3.3.3	Die Exploration der Ausnahmefrage – ein Praxisbeispiel .....	275
<b>4</b>	<b>Baustein 4: Das WUNDER</b> .....	283
4.1	Das Thema Wunderfrage im Fünf-Bausteine-Modell .....	285
4.1.1	Die Vorgeschichte bis zur »Entdeckung« der Wunderfrage .....	285
4.1.2	Wesen und Varianten .....	290
4.2	Die Wunderfrage im Interview .....	295
4.2.1	Voraussetzungen und mögliche Schwierigkeiten im Vorfeld .....	296
4.2.2	Das Stellen der Wunderfrage .....	301
4.3	Praxisschwerpunkt: Die Prozessarbeit nach der Wunderfrage .....	309
4.3.1	Erweitern des Wunderbilds durch insistierendes Nachfragen .....	311
4.3.2	Identifizieren und Ausarbeiten eines Ansatzpunktes .....	313
4.3.3	Passgenaues Verknüpfen der Ressourcen zu einem praktischen Schritt .....	324

<b>5</b>	<b>Baustein 5: Der WANDEL</b> .....	<b>335</b>
5.1	Das Thema Erfolg im Fünf-Bausteine-Modell .....	337
5.2	Erfolgsfördernde Faktoren im Beratungsprozess .....	346
5.2.1	Instrumentalisierung der Sprache .....	346
5.2.2	Iterieren und Pivotieren .....	349
5.2.3	Der Flow-Effekt .....	358
5.2.4	Prophylaxe und Prävention in den Folgesitzungen .....	361
5.3	Praxisschwerpunkt: Das wohlgestaltete Ziel .....	375
5.3.1	Die Erarbeitung eines passgenauen Ziels .....	377
5.3.2	Der interaktionelle Prozess der Zielfindung .....	385
5.3.3	Anstoßen und Fördern der Motivation durch passgenaue Ziele .....	388
5.3.4	Der Erfolg in der Zielerreichung .....	395
	 Das lösungsfokussierte Interview – zwei (unverbindliche) Leitfäden .....	 398
	Link für Download-Material .....	409

### III

#### Ausblick

---

A	Lösungsfokussiertes Arbeiten mit dem Fünf-Bausteine-Modell – der Stand der Dinge	412
B	Das lösungsfokussierte Arbeiten vor dem Hintergrund der Neurowissenschaften	415
C	Schlussbetrachtungen	421

### IV

#### Anhang

---

	FAQ zum Fünf-Bausteine-Modell und zum lösungsfokussierten Arbeiten .....	423
	Glossar .....	428
	Danksagung .....	435
	Literatur .....	437