

Inhaltsübersicht

1	Lösungsorientiert beginnen!	1
2	Von den Anfängen der systemischen Therapie zu Steve de Shazer	11
3	Woran erkennt man einen lösungsorientierten Berater?	41
4	Ein erster Blick auf die Werkzeuge des lösungsorientierten Beraters	54
5	Ein lösungsorientierter Leitfaden: Phasenmodell der Beratung	63
6	Erste Beratungsphase: Synchronisation	70
7	Zweite Beratungsphase: Lösungsvision	90
8	Dritte Beratungsphase: Lösungsverschreibung	164
9	Vierte Beratungsphase: Lösungsbegleitung	210
10	Fünfte Beratungsphase: Lösungsevaluation	225
11	Sechste Beratungsphase: Lösungssicherung und das Ende der Beratung	256
12	Fallbeispiel: Herr E. und seine Promotion zum „Dr. vitae“	268
13	Beforschte Beratung: Qualitätsmanagement als Prozesskontrolle	299
14	Effektivität der lösungsorientierten Beratung: Einige kritische Fragen und manche (auch provozierende) Antworten	315
15	Zum Schluss: Ausblick statt Rückblick	347
16	Was ich Ihnen ganz zum Schluss noch sagen wollte ...	351
17	Ein Spickzettel für Lösungsorientierung	352
	Glossar lösungsorientierter Fragen	353
	Literatur	358
	Sachwortverzeichnis	375

Inhalt

Geleitwort von Anne M. Lang zur 3. Auflage	XIII
Geleitwort von Anne M. Lang zur 4. Auflage	XV
I Lösungsborientiert beginnen!	1
2 Von den Anfängen der systemischen Therapie zu Steve de Shazer	11
2.1 Grundbausteine der systemischen Theorie	14
2.2 Small is beautiful: Die Entwicklung der lösungsorientierten Kurztherapie	23
2.3 Das lösungsorientierte Beratungskonzept: Ausblick statt Rückblick	29
2.4 Lösungsorientiertes Denken auch in der Medizin: Salutogenese	39
3 Woran erkennt man einen lösungsorientierten Berater?	41
3.1 Zukunft fokussieren	41
3.2 Wahlmöglichkeiten schaffen	42
3.3 Ressourcen identifizieren	43
3.4 Kooperation realisieren	48
3.5 Erste Schritte begleiten	50
3.6 Selbstwirksamkeit unterstützen	51
3.7 Selbstfürsorge sichern	51
3.8 Zusammenfassung: Das Profil des lösungsorientierten Beraters	52
4 Ein erster Blick auf die Werkzeuge des lösungsorientierten Beraters	54
4.1 Zuhören – der gute Anfang	55
4.2 Fragen und nichts als Fragen ...	58
4.3 Wertschätzung, die Beratung menschlich macht	59
4.4 Ermutigung zu Lösungsaktivitäten	60
4.5 Zusammenfassung: Ein Blick in den Werkzeugkoffer	61

5	Ein lösungsorientierter Leitfaden: Phasenmodell der Beratung	63
5.1	Konzeptionelle Überlegungen	64
5.2	Sich gemeinsam auf den Weg machen: Synchronisation	65
5.3	Ein vorläufiges Phasenmodell der lösungsorientierten Beratung	65
6	Erste Beratungsphase: Synchronisation	70
6.1	Klienten sind nicht immer Klienten: Vom Umgang mit Besuchern, Klagenden, Leidenden und Kunden	71
6.2	„Das Problem“ als zentrales Thema der Beratung?	76
6.3	Auftragsklärung und Kontrakt: Die Vereinbarung von Kooperation	85
7	Zweite Beratungsphase: Lösungsvision	90
7.1	Über Visionen und den Zauber der Sprache	90
7.2	Lösungstendenzen: Veränderung schon vor der Beratung	94
7.3	Ausnahmen: Die unbewusst funktionierenden Lösungen	98
7.4	Hypothetische Lösungen: „Was wäre, wenn ...?“	111
7.5	Reframing: Dem Problem eine neue Bedeutung geben	123
7.6	Universallösung: „Mach, was Du willst, aber ander(e)s!“	145
7.7	Universallösung zweiter Ordnung: Wenn Berater <i>für sich</i> lösungsorientiert denken	157
8	Dritte Beratungsphase: Lösungsverschreibung	164
8.1	Rapport: Gerne bei sich selbst Klient sein	166
8.2	Nachdenkpause: Eine Zäsur, bevor Neues beginnt	177
8.3	Positive Konnotation: Ressourcen aktivieren durch „Komplimente“	184
8.4	Der eigentliche Lösungsvorschlag: „Briefing“ für das Lösungshandeln	198
8.5	Abschluss der Beratungsstunde	207
9	Vierte Beratungsphase: Lösungsbegleitung	210
9.1	Briefe, die etwas vertiefen	211
9.2	Briefe, die etwas festhalten	212
9.3	Briefe, die etwas nachtragen	214

9.4	Briefe, die etwas fortsetzen	215
9.5	Briefe, die um Entschuldigung bitten	218
9.6	Beratung mit Hilfe neuer Medien: „E-Beratung“	219
10	Fünfte Beratungsphase: Lösungsevaluation	225
10.1	Das Folgegespräch: Fokussierung der Verbesserungen	225
10.2	Wenn es nicht besser geworden ist: Ein Test für die Utilisationskompetenz des Beraters	235
10.3	Wenn der Beratungsprozess ins Stocken geraten ist: „Klemmen-Symptome“	241
10.4	Wenn es richtig schief läuft: Knoten statt Lösungen	246
10.5	Wenn etwas als „unlösbar“ respektiert werden muss	252
11	Sechste Beratungsphase: Lösungssicherung und das Ende der Beratung	256
11.1	Annäherung statt Vollendung: Das Ende <i>vor</i> dem Ziel	256
11.2	Sichern des Erreichten – und die Ermutigung zu neuen Lösungsprojekten	258
11.3	Abschlussformen und Abschiedsrituale	260
11.4	Lösungsorientiert = zeiteffizient + veränderungseffektiv	265
12	Fallbeispiel: Herr E. und seine Promotion zum „Dr. vitae“	268
12.1	Anmeldung: Alles ist Depression	268
12.2	Erste Sitzung: Der Beginn von Veränderung	268
12.3	Zweite Sitzung: Wie Ideen wachsen	275
12.4	Dritte Sitzung: Das Leben wieder selbst gestalten	280
12.5	Vierte Sitzung: Der steigende Einflussquotient	286
12.6	Über die weiteren Sitzungen: Auf dem Weg zum „Dr. vitae“	291
12.7	Nachtrag: Ein guter Weg	296
13	Beforschte Beratung: Qualitätsmanagement als Prozesskontrolle	299
13.1	Eine Analyse der Wirkfaktoren	300
13.2	Das Ratinginventar lösungsorientierter Interventionen (RLI)	303
13.3	Die Methode der Sequentiellen Plananalyse	306
13.4	Die Ressourcenorientierte Mikroprozess-Analyse (ROMA)	307
13.5	Prozessqualität aus der Sicht des Klienten	308

14	Effektivität der lösungsorientierten Beratung: Einige kritische Fragen und manche (auch provozierende) Antworten	315
14.1	Ein Plädoyer für Minimalismus und Pragmatismus	315
14.2	Sprachphilosophische Gründe für die Wirksamkeit lösungsorientierter Beratung	318
14.3	Der Klient als Experte der Wirksamkeitsbeurteilung	322
14.4	Neuropsychologische Erklärungskonzepte zur Wirksamkeit beraterischer Interventionen	325
14.5	Lösungsorientierte Beratung als konsistenzfördernde Intervention	334
14.6	Wirksamkeit aus der Sicht anderer Beratungsschulen	342
14.7	Eine lösungsorientierte „Universalantwort“	343
14.8	Eine pragmatische Arbeitsdefinition von lösungsorientierter Beratung	344
15	Zum Schluss: Ausblick statt Rückblick	347
16	Was ich Ihnen ganz zum Schluss noch sagen wollte ...	351
17	Ein Spickzettel für Lösungsorientierung	352
	Glossar lösungsorientierter Fragen	353
	Literatur	358
	Sachwortverzeichnis	373