

Eve Lipchik

# **Von der Notwendigkeit, zwei Hüte zu tragen**

Die Balance von Technik  
und Emotion in der  
lösungs-fokussierten Therapie

Aus dem Amerikanischen von Astrid Hildenbrand

2011

# Inhalt

<b>Geleitwort</b> .....	<b>9</b>
<b>Vorwort</b> .....	<b>12</b>
<b>Dank</b> .....	<b>17</b>
<b>Teil 1: Theorie und Praxis</b> .....	<b>19</b>
<b>1. Theorie der lösungsfokussierten Therapie</b> .....	<b>20</b>
1.1 Technik und Theorie .....	26
1.2 Kurzer Abstecher in die Geschichte der lösungsfokussierten Therapie .....	27
1.3 Das lösungsfokussierte Konzept ... ..	32
1.4 ... und seine Annahmen .....	33
1.5 Fazit .....	42
<b>2. Die Beziehung zwischen Therapeut und Klient</b> .....	<b>44</b>
2.1 Forschungsergebnisse .....	45
2.2 Die Therapeut-Klient-Beziehung in der lösungsfokussierten Therapie .....	45
2.3 Das emotionale Klima .....	46
2.4 Die Einstellung des Klienten .....	48
2.5 Die Einstellung des Therapeuten .....	49
2.6 Zweigleisig denken .....	51
2.7 Fallbeispiel: Laura .....	54
<b>3. Den Klienten verstehen</b> .....	<b>66</b>
3.1 Hören und zuhören .....	66
3.2 Bedeutung .....	67
3.3 Problemgespräch oder Lösungsgespräch .....	69
3.4 Inhalt oder Prozess .....	71
3.5 Fallbeispiel: Marie .....	74
<b>4. Emotionen in der lösungsfokussierten Therapie</b> .....	<b>86</b>
4.1 Emotionen oder Verhalten .....	88
4.2 Emotionen für Lösungen nutzbar machen .....	89
4.3 Fallbeispiel: Betty .....	90
4.4 Fallbeispiel: Neil .....	95

4.5 Eigene Emotionen für die Lösungssuche des Klienten nutzbar machen .....	98
4.6 Fallbeispiel: Sandra und ihre Töchter .....	98
4.7 Emotionen und das Resümee .....	101
4.8 Fazit .....	102
<b>5. Der Prozess der Zielklärung .....</b>	<b>103</b>
5.1 Ziele oder Lösungen .....	103
5.2 Die Aufgabe der Zielklärung .....	104
5.3 Zielklärung: Der Prozess .....	105
5.4 Ziele und Emotionen .....	107
5.5 Fallbeispiel: Marilyn .....	108
<i>Erste Sitzung</i> .....	108
<i>Zweite Sitzung (2 Wochen später)</i> .....	114
<i>Dritte Sitzung (2 Wochen später)</i> .....	117
<i>Vierte Sitzung (3 Wochen später)</i> .....	117
<i>Fünfte Sitzung (5 Wochen später)</i> .....	120
5.6 Entscheidungsfindung als Ziel .....	122
5.7 Der Klient will das Verhalten eines anderen Menschen ändern .....	124
5.8 Fazit .....	125
<b>6. Das Team hinter dem Spiegel und die Beratungspause .....</b>	<b>127</b>
6.1 Vorteile für den Therapeuten .....	128
6.2 Vorteile für den Klienten .....	129
6.3 Einführung des Teams und die Pause .....	130
6.4 Realitäten von Teamarbeit und Pause .....	131
6.5 Der Teamprozess .....	132
6.6 Die duale Perspektive auf den Klienten .....	133
6.7 Teamarbeit und emotionales Klima .....	134
<b>7. Resümee und Vorschlag .....</b>	<b>137</b>
7.1 Resümee .....	137
<i>Struktur des Resümees</i> .....	139
<i>Fallbeispiel: Familie B.</i> .....	139
<i>Fallbeispiel: Familie B. (Fortsetzung)</i> .....	141
7.2 Vorschlag .....	142
<i>Vorschläge individuell zuschneiden</i> .....	144
<i>Fallbeispiel: Familie B. (Fortsetzung)</i> .....	145
<i>Fallbeispiel: James</i> .....	147
<i>In der SFT häufig verwendete Vorschläge</i> .....	150

7.3	Fazit	153
	<i>Zum Resümee</i>	153
	<i>Zum Vorschlag</i>	154
	<i>Vorschlag</i>	155
<b>Teil 2: Lösungsfokussierte Therapie in der Praxis</b>		<b>157</b>
<b>8.</b>	<b>Paartherapie</b>	<b>158</b>
8.1	Die Einschätzung	160
	<i>Eine gemeinsame Sitzung</i>	160
	<i>Eine Einzelsitzung mit jedem Partner</i>	161
	<i>Die Entscheidung</i>	164
8.2	Die Therapie	165
	<i>Mit beiden Partnern abwechselnd sprechen</i>	165
	<i>Sanft konfrontieren</i>	166
	<i>Mit Streitigkeiten in der Therapiesitzung umgehen</i>	168
	<i>Eine gemeinsame Lösung konstruieren</i>	169
	<i>Kommunikation</i>	171
	<i>Fallbeispiel: Miriam und Nate</i>	171
	<i>Psychoedukation</i>	173
	<i>Sexuelle Vertraulichkeit</i>	175
	<i>Das Resümee</i>	176
8.3	Fazit	177
<b>9.</b>	<b>Familientherapie</b>	<b>178</b>
9.1	Die Einschätzung	178
9.2	Familien mit Kindern oder Jugendlichen	179
9.3	Strukturierung des Gesprächs	180
9.4	Fallbeispiel: Familie T.	181
9.5	Eltern, die nicht einbezogen werden möchten	185
9.6	Einzelgespräch mit dem Kind	186
9.7	Fallbeispiel: Troy	187
9.8	Zwischen Kindern und Eltern vermitteln	191
9.9	Familien mit betagten Eltern und/oder erwachsenen Geschwistern	191
9.10	Fazit	192
<b>10.</b>	<b>Therapeutisches Arbeiten mit unfreiwilligen Klienten</b>	<b>194</b>
10.1	Was charakterisiert einen unfreiwilligen Klienten?	198
10.2	Die Beziehung zwischen Therapeut und Klient	198

10.3	Mit Klienten kooperieren .....	200
10.4	Emotionen .....	202
10.5	Die Verwendung von Techniken .....	202
10.6	Das Behandlungssystem .....	203
	<i>Fallbeispiel: Beratungsarbeit mit Bea</i> .....	206
10.7	Fazit .....	213
<b>11.</b>	<b>Langzeitfälle</b> .....	<b>215</b>
11.1	Der Klient hat das Problem, die Therapie zu beenden ....	217
11.2	Der Therapeut hat das Problem, die Therapie zu beenden .	218
11.3	Fallbeispiel: Beratungsarbeit mit Joe .....	218
	<i>Die berufliche Situation der Klientin</i> .....	219
	<i>Die Beziehung der Klientin</i> .....	220
	<i>Freude am Leben</i> .....	221
11.4	Die Selbsteinschätzung des Therapeuten beim Beenden der Therapie.....	221
11.5	Klienten mit chronischen Problemen .....	222
11.6	Fallbeispiel: Virginia .....	223
11.7	Fallbeispiel: Der Mann, der Stimmen hörte .....	228
11.8	Anpassung an die Behinderung .....	234
11.9	Fallbeispiel: Carol .....	235
11.10	Fazit .....	238
<b>12.</b>	<b>Lösungsfokussiertes Vorgehen in Krisenfällen</b> .....	<b>240</b>
12.1	Unterschiedliche Reaktionen auf eine Krise .....	240
12.2	Was ist eine Krise? .....	241
12.3	Von der Notwendigkeit, zwei Hüte zu tragen .....	242
	<i>Der Hut des Therapeuten</i> .....	242
	<i>Der Hut des Sozialkontrolleurs</i> .....	242
	<i>Welchen Hut soll der Therapeut aufsetzen?</i> .....	243
12.4	Fallbeispiel: Randy .....	243
12.5	Notfalleinschätzung und sofortiges Handeln .....	249
12.6	Klienten in Krisensituationen zuhören .....	251
12.7	Bedeutung eines engen Zeitrahmens – Fallbeispiel: Philip .....	251
12.8	Fazit .....	255
<b>13.</b>	<b>Schlusswort</b> .....	<b>257</b>
	<b>Literatur</b> .....	<b>258</b>
	<b>Über die Autorin</b> .....	<b>271</b>