

Inhalt

Einleitung	1
1. Das neue Denken in der Psychologie <i>Was ist Kurztherapie? – Zauberer, Trainer und Handwerker – Unterschiedliche Kausalitäten – Auch Störungen funktionieren fehlerfrei – Veränderungen auf der Organisations- ebene des Erlebens</i>	7
2. Was im Leben gelingt – die Landkarte Psychographie <i>Untersuchungen über das Gelingen – Die Eigengesetzlichkeiten des Bereiches Handeln – Die Eigengesetzlichkeiten des Bereiches Beziehung – Die Eigengesetzlichkeiten des Bereiches Erkennen – Bereichsspezifisches Raum-, Zeit- und Kausalitätserleben</i>	31
3. Erfolgreiches Handeln – Lösungsorientierte Therapie <i>Das Gelingen unterstützen – Die Kompetenz liegt beim Klienten – Ziele sind mehr als bloße Ziele – In Ausnahmen stecken Lösungen – Lernen Sie wieder zu träumen! – Probleme sind verdrängte Lösungen – Das Ankern als lösungsorientierte Methode</i>	47
4. NLP – die Last der Vergangenheit abwerfen <i>NLP: ein Psychotherapie-Werkzeugkasten – Die eigentliche Stärke des NLP – Tiefenpsychologie oder NLP? – Stabile Veränderungen: Der Swish – Einschränkende Glaubenssätze verändern – Traumatische Gefühlsreaktionen auflösen</i>	69
5. Beziehungskompetenz – Systemische Kurztherapie <i>Die Systemische Therapie ist paradox – Der interne Aspekt – Perls oder das Gute im Schlechten – Die Methodik des systemischen Vorgehens – Schritt 1: Das ursprüngliche Gefühl – Schritt 2: Die Verwandlung von Leid in Lösungen – Schritt 3: Die Konfrontation des Problems mit der Lösungsenergie – Musterunterbrechungen – Pacing als therapeuti-</i>	91

*sche Grundhaltung – Dahinter bleiben oder überholen – Tit
For Tat: das strategische Vorgehen – Zuerst annehmen, dann
verändern*

6. Persönlichkeit als Prozeß – der Funktionsplan Psychographie <i>Kurztherapie und Persönlichkeitstypen – Die Persönlichkeit von außen gesehen – Der strukturtypische Prozeß: die Per- sönlichkeit von innen – Der psychotherapeutische Prozeß</i>	125
7. Die Integration kurztherapeutischer Modelle <i>Integration statt Mengung – Die Landkarte für Integrierte Kurztherapie – Die strukturtypischen Handlungsprozesse – Die strukturtypischen Beziehungsprozesse – Die struktur- typischen Erkenntnisprozesse – Psychosomatische „Lösun- gen“</i>	137
Schlußbemerkung	183
Literaturverzeichnis	185