



Problembeschreibung	Ziel formulieren	Lösungen suchen	Transfer sicherstellen
<p>Problem auf einer <b>Skala</b> beschreiben lassen und Fragen stellen:</p> <p>„Was hält das Problem aufrecht?“            „Was ist das größte Hindernis, das einer Lösung im Weg steht?“            „Was müsste ich tun, damit ich Ihr Problem bekomme?“            „Was können Sie tun, damit Sie das Problem verschlimmern?“            „Was könnte die Ursache sein?“</p> <p>Übergang zu den <b>Gefühlen</b>:            „Wie geht es Ihnen dabei, was fühlen Sie?“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gefühl auf eine Karte schreiben</li> <li>- Verbalisieren und mit dem Klient unterstützen</li> </ul> <p>Nach Intensität ordnen lassen</p> <p><b>Transformation</b>            Welches Gefühl statt dem negativen Gefühl?</p>	<p>„Was möchten Sie für sich erreichen, was soll anders sein?“</p> <p>Ziel muss positiv formuliert sein (oft noch relativ abstrakt) (falls negativ: „und was möchten Sie stattdessen?“)</p> <p>Ziele <b>S.M.A.R.T</b> formulieren  <b>VAKOG</b> berücksichtigen</p> <p>Spätestens jetzt formuliert der Klient sein Ziel ganz konkret in einem Satz.</p> <p>Auf Karte schreiben:</p> <p>„Ich bin/ich erreiche..., bis..., dass ich...“</p>	<p>Hier können vorhandene Ressourcen aktiviert werden. Als Krisenberater haben Sie diese idealerweise für den Klienten mitgeschrieben und rekapitulieren diese mit ihm/ihr.</p> <p>„Sie erzählten vorhin Sie haben..., Sie können also gut...“</p> <p>„Wie können Sie Ihr Ziel erreichen, was ist Ihr nächster Schritt?“</p> <p>„Was brauchen Sie, um dahin zu kommen?“</p> <p>„Was muss noch passieren, dass es möglich wird?“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Weiser Mann, Demo (mind. 3 Lösungen bzw. Lösungswege).</li> <li>- Wunderfrage</li> <li>- Zirkuläre/systemische Fragen (Achtung: Viel Übung erforderlich)</li> </ul>	<p>Hier werden die Ressourcen umgewandelt und mit dem Klienten in Aktion gebracht.</p> <p>„Was werden Sie in den nächsten 72 Std. dafür tun?“</p> <p>„Welcher Ihrer Fähigkeiten und Stärken kann Sie dabei unterstützen?“</p> <p>„Wer kann Sie dabei unterstützen?“</p> <p>„Wer wird noch von Ihrem neuen Verhalten profitieren?“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Skala erneut abfragen</li> <li>- Zusammenfassen / Resümee</li> <li>- Abschließen</li> </ul>
<p><b>Den Klienten immer selbst schreiben lassen.</b></p>	<p>„Nicht-Formulierungen“ vermeiden.</p>	<p><b>Alle Ressourcen werden vom Klienten nochmals selbst genannt und auf Karten geschrieben.</b></p>	<p><b>Der Klient muss seinen nächsten Schritt formulieren.</b></p>