

# Dazu fällt mir eine Geschichte ein

Direkt-indirekte Botschaften für Therapie, Beratung und über den Gartenzaun

von  
Bernhard Trenkle, Manfred Lütz

2., Auflage

Dazu fällt mir eine Geschichte ein – Trenkle / Lütz

schnell und portofrei erhältlich bei [beck-shop.de](http://beck-shop.de) DIE FACHBUCHHANDLUNG

Thematische Gliederung:

Coaching, Training, Supervision

Carl Auer Verlag 2014

Verlag C.H. Beck im Internet:

[www.beck.de](http://www.beck.de)

ISBN 978 3 89670 774 1

# Inhalt

|                                                                                                                   |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Vorwort</b> .....                                                                                              | <b>9</b>  |
| <b>Einleitung</b> .....                                                                                           | <b>12</b> |
| <br><b>Acht Grundregeln zum Erzählen von</b>                                                                      |           |
| <b>selbsterlebten persönlichen Geschichten</b> .....                                                              | <b>15</b> |
| Regel 1: Die Fleischerregel .....                                                                                 | 15        |
| Regel 2: Die Geschichten müssen eine klare,<br>zielorientierte Botschaft haben .....                              | 15        |
| <i>Der erste Schultag oder: Den nehm' ich zum Üben</i> .....                                                      | 15        |
| Regel 3: Den Unterschied zwischen Großstadt<br>und Kleindorf berücksichtigen .....                                | 17        |
| Regel 4: Angehörige um Erlaubnis fragen.....                                                                      | 17        |
| Regel 5: Bei ungutem, unstimmigen Gefühl –<br>Geschichten einfach abbrechen .....                                 | 18        |
| Regel 6: Geschichten einmalig verändern – Geschehen<br>an einen anderen Ort bzw. in eine andere Zeit verlegen ... | 19        |
| Regel 7: Kontraindikation und der Umgang damit .....                                                              | 20        |
| Regel 8: Klienten zum Schweigen verpflichten oder:<br>Geschichten mit Depotwirkung .....                          | 21        |
| Regel 9: Das Erzählen von selbst erlebten<br>Geschichten muss zum Therapeuten passen .....                        | 22        |
| <br><b>Paartherapie, Paarberatung</b> .....                                                                       |           |
| Von Winzer- und Fischerfrauen .....                                                                               | 23        |
| Paartherapie – »Du könntest die Kinder<br>auch mal übernehmen!«.....                                              | 24        |
| <i>Eigentlich 100 % sicher: Was ich nicht weiß,<br/>        macht mich nicht kalt</i> .....                       | 26        |
| <i>An meinem Wesen wird selbst ein Krimineller genesen</i> .....                                                  | 32        |
| Von unwilligen Vätern, Müttern und der<br>»Riss in der Schallplatte«-Technik .....                                | 32        |
| Von sexuellen Fantasien .....                                                                                     | 39        |
| Paartherapie – Wer spinnt hier wirklich? .....                                                                    | 39        |

|                                                                                                                      |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <i>No risk, no fun</i> .....                                                                                         | 41 |
| <i>Vom Blick aufs Negative und ewigen Glückspilzen</i> .....                                                         | 42 |
| <i>Meine Frau hatte vor langer Zeit eine Affäre – was ist jetzt?</i> .....                                           | 44 |
| Getrennte Wohnungen im Rentenalter<br>oder: Don't marry – stay happy! .....                                          | 49 |
| <b>Erziehungsprobleme, Schul- und Verhaltensprobleme</b> .....                                                       | 50 |
| Von verstockten Schülern und verzweifelten Eltern .....                                                              | 50 |
| Von Kuranyi und Zidane lernen heißt<br>fürs Leben lernen .....                                                       | 57 |
| Von speziellen Diäten und nervenden<br>Nervenenden .....                                                             | 59 |
| Noch mal Baby spielen kann gesund sein .....                                                                         | 63 |
| <b>Familienprobleme</b> .....                                                                                        | 65 |
| Loyalität gegenüber Kaiser und Familie .....                                                                         | 65 |
| Hellinger, von Weizsäcker und die Familienschande .....                                                              | 66 |
| Meinen Kindern gegenüber bin ich so blockiert –<br>Wie kann ich spontaner sein? .....                                | 67 |
| Von Missbrauchern und anderen komischen Männern .....                                                                | 70 |
| Mütter und Schwiegermütter als<br>Denksportaufgabe nutzen. ....                                                      | 72 |
| Bin ich schuld an den Problemen meines Kindes? .....                                                                 | 75 |
| <b>Persönliche Krisen und Entwicklung –</b>                                                                          |    |
| <b>Definition von Lebens- und Therapiezielen</b> .....                                                               | 78 |
| Lebendig eingemauert .....                                                                                           | 78 |
| Kontext 1 .....                                                                                                      | 78 |
| Kontext 2 .....                                                                                                      | 78 |
| Wenn ich mein Ziel kennen würde,<br>könnte ich mich auf den Weg machen .....                                         | 79 |
| Weitere Geschichten zur Zielorientierung .....                                                                       | 82 |
| Wie bringst du Gott zum Lachen?<br>Erzähl ihm deine Pläne! .....                                                     | 83 |
| Der Schiffskompass im Auto. ....                                                                                     | 87 |
| Von inneren Kindern, Kindern, die früher erwachsen sein<br>müssen, und Erwachsenen, die spät noch Kind sein sollen.. | 88 |
| Früher hingen die Wäscheleinen noch höher. ....                                                                      | 90 |

|                                                                                                               |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Warum spiele ich nicht wie Paco di Lucia? Oder: Wer am<br>Zweifel verzweifelt, soll am Zweifel zweifeln ..... | 92         |
| Vom Flohzirkus in die große Zirkuswelt wechseln .....                                                         | 95         |
| Sucht- und Verhaltensprobleme .....                                                                           | 99         |
| <b>Coaching, berufliche Probleme, Burn-out .....</b>                                                          | <b>103</b> |
| Von der Unzufriedenheit im Erfolg und<br>russischer Entwicklungspsychologie .....                             | 103        |
| Von Burn-out und Schutzsperrern oder: Körperliche<br>Abwesenheit ist oft besser als Geistesgegenwart .....    | 105        |
| <b>International und interkulturell im Einsatz .....</b>                                                      | <b>110</b> |
| Denksport mit sich selbst oder: Vom Umgang<br>mit geschulten Verkäufern .....                                 | 114        |
| <b>Teamprobleme – Teamentwicklung .....</b>                                                                   | <b>120</b> |
| Bei uns macht jeder das, was er nicht kann .....                                                              | 120        |
| Die Axt im Walde –<br>und andere Tests zur Teambefähigung .....                                               | 121        |
| Von Jagdfieber und Betriebsblindheit .....                                                                    | 124        |
| Von Himmel und Hölle .....                                                                                    | 126        |
| <b>Verschiedenes .....</b>                                                                                    | <b>129</b> |
| Die Hochzeitsrede .....                                                                                       | 129        |
| Ist mein Problem körperlich oder psychisch? .....                                                             | 132        |
| Von Knoblauch und Zwiebeln .....                                                                              | 136        |
| Vom Umgang mit Hochwasser und<br>unvorstellbar komplexen Fällen .....                                         | 138        |
| Immer erreichbar .....                                                                                        | 140        |
| Wenn ich in die Disco gehe, bekomme ich immer Prügel .....                                                    | 141        |
| Diagnose Krebs – oder:<br>Was will ich noch vom Leben? .....                                                  | 143        |
| Von Wissenschaftsstars und<br>dem größten Mann der Welt .....                                                 | 145        |
| <b>Reale Geschichten vs. Märchen oder: Gefundene<br/>und erfundene Geschichten .....</b>                      | <b>150</b> |
| Schuld und Verdienst bei Erbstreitereien .....                                                                | 150        |

|                                                   |            |
|---------------------------------------------------|------------|
| Wie man Erfolg im Leben hat .....                 | 153        |
| Himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt .....    | 155        |
| Lebendig eingemauert – Teil 2 .....               | 157        |
| Von Manualen und bewährten Verfahren .....        | 158        |
| Vom Zünden und Steuern von Feststoffraketen ..... | 161        |
| <br><b>Schluss: Und erstens kommt es anders</b>   |            |
| <b>    und zweitens als man denkt .....</b>       | <b>165</b> |
| <b>Nachwort .....</b>                             | <b>166</b> |
| <b>Über den Autor .....</b>                       | <b>167</b> |