

Paul Watzlawick/John H. Weakland/Richard Fisch

Lösungen

Zur Theorie und Praxis menschlichen Wandels

2., unveränderte Auflage

Verlag Hans Huber Bern Stuttgart Wien



Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Dr. Milton H. Erickson	7
Einleitung	9

Teil I: Beharren und Wandel

1. Die theoretische Perspektive.	19
2. Die praktische Perspektive.	32

Teil II: Problemstellungen

3. Mehr desselben - oder: Wenn die Lösung selbst das Problem ist.	51
4. Die schrecklichen Vereinfachungen.	60
5. Das Utopie-Syndrom.	69
6. Die Paradoxien.	84

Teil III: Problemlösungen

7. Lösungen zweiter Ordnung.	99
8. Die sanfte Kunst des Umdeutens.	116
9. Die Praxis des Wandels.	135
10. Beispiele.	142
Weniger desselben.	142
Die Schabe und der Tausendfüßler.	145
Propagieren statt verheimlichen.	150
Kleine Ursachen, große Wirkungen.	153
Die Bellac-Technik.	156
Die Verwendung von Widerstand.	159
Unwiderlegbare Beschuldigungen und unbeweisbare Rechtfertigungen.	166
Wohlwollende Sabotage.	168
Die Vorteile der Unaufmerksamkeit.	172
Lernprobleme.	174
Vom Umgang mit Utopien.	177
Der Teufelspakt.	180
11. Ausblick.	184

Bibliographie.	188
Personen- und Sachregister.	194