

Lehrsätze lösungsfokussierter Kurztherapie

1. Was nicht kaputt ist, muss auch nicht repariert werden.
2. Das, was funktioniert, sollte man häufiger tun.
3. Wenn etwas nicht funktioniert, sollte man etwas anderes ausprobieren.
4. Kleine Schritte können zu großen Veränderungen führen.
5. Die Lösung hängt nicht zwangsläufig mit dem Problem direkt zusammen.
6. Die Sprache der Lösungsentwicklung ist eine andere als die, die zur Problembeschreibung notwendig ist.
7. Kein Problem besteht ohne Unterlass; es gibt immer Ausnahmen, die genutzt werden können.
8. Die Zukunft ist sowohl etwas Geschaffenes, als auch etwas Verhandelbares.