

Die Klientinnen und  
Klienten sind Experten  
ihres Lebens/ihrer  
Situation.

Probleme sind  
Herausforderungen, die  
jeder Mensch auf seine  
persönliche Art zu  
bewältigen versucht.

Was nicht kaputt ist,  
muss auch nicht  
repariert werden.

Wenn etwas  
funktioniert, mach mehr  
davon.

Wenn etwas nicht  
funktioniert, mach  
etwas Ander(e)s.

Probleme sind nicht die  
ganze Zeit existent.  
Ausnahmen deuten auf  
Lösungen hin.

Jeder Mensch verfügt  
über Ressourcen, um  
sich selbst zu helfen.

Jede Reaktion ist eine  
Form von  
Kooperation –  
Widerstand auch.



Man kann Menschen  
nicht ändern. Nur sie  
selbst können sich  
ändern.

Kleine Veränderungen  
können zu grossen  
Veränderungen  
führen.

Lösungen müssen  
nichts mit dem  
Problem zu tun  
haben.