7 lösungsorientierte Annahmen

- Probleme sind Herausforderungen, die zu Chancen werden können. Jeder Mensch bewältigt sie auf seine ganz persönliche Art.
- Alle Menschen gestalten ihr Leben mit Hilfe ihrer eigenen Ressourcen. Für diesen Prozess sind sie die Experten.

- Defizite an sich gibt es nicht. Es gibt sie nur in Bezug auf geforderte Ziele. Sich an vorhandenen Fähigkeiten und am Gelungenen zu orientieren, fördert die Zuversicht und die Bereitschaft des Menschen, sich weiterzuentwickeln.

- Zu Jedem Problem und zu jeder Schwierigkeit gibt es Ausnahmen, sie deuten auf Lösungen hin.

- Es ist nützlich, der Klientin genau zuzuhören, nachzufragen und ernst zu nehmen, was sie sagt.

- Menschen können nicht ‚nicht kooperieren'. Jede Reaktion ist eine Form von Kooperation, Widerstand auch.
- Menschen beeinflussen sich gegenseitig. Sie kooperieren und ändern sich eher und leichter in einem Umfeld, das ihre Fähigkeiten sieht und unterstützt. Es ist hilfreich, aus dem Gelingen der Gegenwart heraus, kleine neue Schritte für die Zukunft abzuleiten. Es ist leichter, neues Verhalten zu entwickeln, als alte Muster zu stoppen.