

Impacttechniken Kompetenz!Box Therapie und Beratung



Frauke Niehues, Ghita Benaguid
Junferman, Paderborn
1. Ausgabe 12/2022
105 Impacttechniken
auf 122 Karten –

25 Videos – 14 Handouts – 3 Audiodateien –
Booklet mit fachlichem Hintergrund
50 €

ISBN: 978-3749503445

DOI 10.21706/tg-17-4-342

Wie zündet man als Therapeut oder Berater ein Feuerwerk der Wirkung, das gleichzeitig die Veränderungsmotivation fördert und das therapeutische Bündnis stärkt, Perspektivwechsel ermöglicht und auch noch im Sinne eines Aha-Moments drastisch verdeutlicht, dass der Wert eines Patienten nicht von seinen Leistungen oder Erfahrungen abhängig ist? Viel auf einmal, vor allem wenn man mit einfachen alltäglichen Gegenständen mittels einer symbolischen Aktion etwas erreichen will. Das englische Wort *impact* wird übersetzt mit Wirkung, Wucht oder Auswirkung. Man könnte auch an den Einschlag eines Meteoriten denken, der nachhaltige Wirkungen zeitigt und nach dem ersten Schock sogar interessante blühende Landschaften hinterlassen kann, wie etwa im Nördlinger Ries. So drastisch geht es natürlich nicht zu, denn es geht darum, mit überraschend einfachen Mitteln tiefere emotionale Wirkungen zu fördern und damit entsprechende Einstellungs- und Verhaltensänderungen anzubahnen. Trauma und Gewalterfahrungen könnte man umgekehrt als schwer beeinträchtigende »impacts« verstehen, denn die Wirkung auf die Beteiligten kann durchaus tiefgreifend in Körper und Seele eingepreßt sein. Umso schwerer kann es werden, betroffene Menschen mit heilsamen stärkenden Erfahrungen überhaupt zu erreichen, vor allem wenn dies eher auf vernünftiger Ebene geschieht.

Insgesamt 105 Impacttechniken hat die Autorin Frauke Niehues in dieser Box mit bewundernswerter Mühe zusammengetragen und in Form einer Kartenbox zusammen mit Ghita Genaguid herausgegeben; weitere Boxen der Herausgeberinnen zu anderen Themen sind in Vorbereitung. Dazu gehört auch eine Fülle an zusätzlichen Online-Ma-

terialien. In einfachen Anleitungen wird auf je einer Karte eine Technik dargestellt, die zwar für Einzelsettings in Beratung und Therapie entwickelt wurden, jedoch auch in Gruppentherapien genutzt werden können. Die Methoden können altersunabhängig angewandt werden. Die 105 Karten sind übersichtlich nach dem gleichen Schema gegliedert: Kartenummer, Oberthema (wie Emotion, Kognition, Selbstfürsorge, Kommunikation, Selbstwert ...), Icons und QR-Code (Bonusmaterial: Videos, Audios, Trancen, Arbeitsblätter, Handouts), Ziele (Was kann mit der Technik erreicht werden?), (benötigtes) Material, Demo-Kasten (Einleitungen, Indikationshinweise, Schritt-für-Schritt-Anleitungen) und Transfer-Kasten (Material zum therapeutischen Weiterarbeiten).

Die wohl bekannteste Impacttechnik ist das Zerkrünnen und Zertreten eines Geldscheines vor Patienten die nach vielen entwürdigenden abwertenden gewalttätigen oder missbräuchlichen Erfahrungen einen nur geringen Selbstwert entwickeln konnten oder sich sogar ständig kritisieren mit der Frage: »Was ist der wert?«. Die entsprechend ausgeführte drastische Darbietung zeitigt in der Regel sofort eine überzeugende Wirkung und ist in ihrer symbolhaften Einfachheit sehr einprägsam und daher wirksamer als Stunden voller kognitiver Überzeugungsarbeit. Hinzu kommt, dass die Wirkung auf alle Sinne konkret erfahrbar ist.

Die Interventionen tragen Namen, die Neugierde machen und die Fantasie anregen: neun Delfine (Blickwinkel ändern), »den Deckel heben« (Angst auslösende Themen »öffnen«), das rohe Ei, Fingerfalle (sich verstricken und einen Schritt zurück zur Lösung machen müssen), Körper-Gedanken-Pendel, Konzentrationstrichter, das ausgeglichene Mobile, »Probleme aufteilen« (komplexe Themen in bearbeitbare Teile zerlegen), »Der Rückspiegel« (defizitorientierter rückwärtsgerichteter Blick aufs Leben), »Stuhlaufstellung« (Probleme oder Interaktionen mit Stühlen stellen), »Symptom festhalten« (ans Leid klammern), »die starke Tanne« (Vergleich von Bäumen, die auf verschiedenen Böden heranwachsen), das Selbstwertblatt, das Wutblatt, zwei Seiten einer Medaille

usw. Aber zu viel soll hier nicht verraten werden, dafür ist die Box da!

Natürlich bedarf es eines sorgsam tragfähigen wertschätzenden verständnisvollen stabilisierenden therapeutischen Bündnisses zwischen Berater oder Therapeut einerseits und Klienten oder Patienten andererseits, gerade wenn Trauma und Gewalterfahrungen im Spiel sind. Diese wertvolle Methodensammlung fällt allerdings auch in den Rahmen einer gesellschaftlichen Kultur, in der alles möglichst schnell (und nach höchsten Ansprüchen und günstig ...) erledigt werden soll und kaum Raum für Wachstum und Reife ist. So wie manche andere Methoden schon allzu gut in dieses Schema zu passen schienen, sei es Familienaufstellung, Hypnose, EMDR ..., könnten auch diese Techniken nur allzu gut in solche unerfüllbaren Vorerwartungen von Patienten, Klienten, Umfeld, Krankenkassen, Versicherungen, Beratern und Therapeuten passen: schnell mit einer einzigen Technik zum Ziel kommen (wie mit einer Tablette quasi). Dieser Wunsch ist menschlich sehr verständlich, jedoch ist es wohl meist nicht im Sinne der Betroffenen, Prozesse noch mehr zu beschleunigen, sondern komplexen Entwicklungen Raum zu geben, gerade in der Traumatherapie. Therapeuten würden zu schnell in eine Art Beziehung zu Klienten gehen, weshalb Therapien zu lange dauern würden, hieß es vor ein paar Jahren (übrigens unter Fehldeutung statistischer Zahlen durch Verwendung von Mittelwerten ohne Berücksichtigung von Standardabweichungen). Wenn man allerdings diese hier gesammelten Techniken eben nicht im Sinne von »schnell – fertig« verwendet, sondern als weiteres wertvolles Werkzeug in einem therapeutischen Gesamtsetting sieht, dann hat der therapeutische Werkzeugkasten eine erhebliche Erweiterung erfahren, und dafür kann man nur dankbar sein. Paul Watzlawick soll gesagt haben, dass für den, der nur einen Hammer habe, jedes Problem ein Nagel sei. Hier ist eine Fülle an Werkzeugen angeboten, die die bereits vorhandenen bewährten Methoden und Arbeitsweisen erheblich erweitern werden. Für Trauma- und Gewaltopfer kann eine symbolische Aktion sinnvoller sein als 1000 Worte.

Peter Stimpfle