

Fachtagung Familien mit psychisch erkrankten Eltern stärken

Donnerstag, 24. Januar 2019

Kurzpräsentationen

- Peer-Arbeit, Pro Mente Sana
- Lily, Ben und Omid von Marianne Herzog
- FamilienCoaching, adesso Soziale Arbeit in der Familie
- Impact-Techniken von Danie Beaulieu

Peer-Arbeit, Pro Mente Sana

www.promentesana.ch/de/wissen/peer-arbeit.html

Peer Arbeit

Psychische Erkrankung

Verknüpft mit:

- › Chronizität
- › Unheilbarkeit
- › Metapher der Diskriminierung und Exklusion

Ausbildung

Seit wenigen Jahren (2010) werden in der Schweiz unter dem Namen «Experienced Involvement» vom Verein EX-IN Bern und der Stiftung Pro Mente Sana qualifizierte Peers ausgebildet.

www.promentesana.ch

www.ex-in-bern.ch

Recovery oder Peer Ansatz:

- › Es ist möglich von schwerer psychischer Erkrankung zu gesunden.
- › Überzeugung dass Menschen, die psychische Krisen durchlebt haben, diese Erfahrungen nutzen können, um andere in ähnlichen Situationen zu verstehen und zu unterstützen.

Peer Einsatzgebiete

- › Ziel: Experten durch Erfahrung aktiv einbeziehen.
- › Stationäre-, teilstationäre-, aufsuchende Angebote
- › Angehörigenarbeit
- › Selbsthilfegruppen
- › Aufklärung und Sensibilisierung (z.B. Arbeitgeberprojekt)
- › Beratung (e-Beratung, Telefonberatung)
- › Trialog
- › Psychiatrische Praxen, IV Stelle (Graubünden), Pro Infirmis, etc.

Lily, Ben und Omid von Marianne Herzog

www.marianneherzog.com/lily-ben-und-omid

Mit Lily, Ben und Omid den sicheren Ort finden - eine psychoedukative Reise

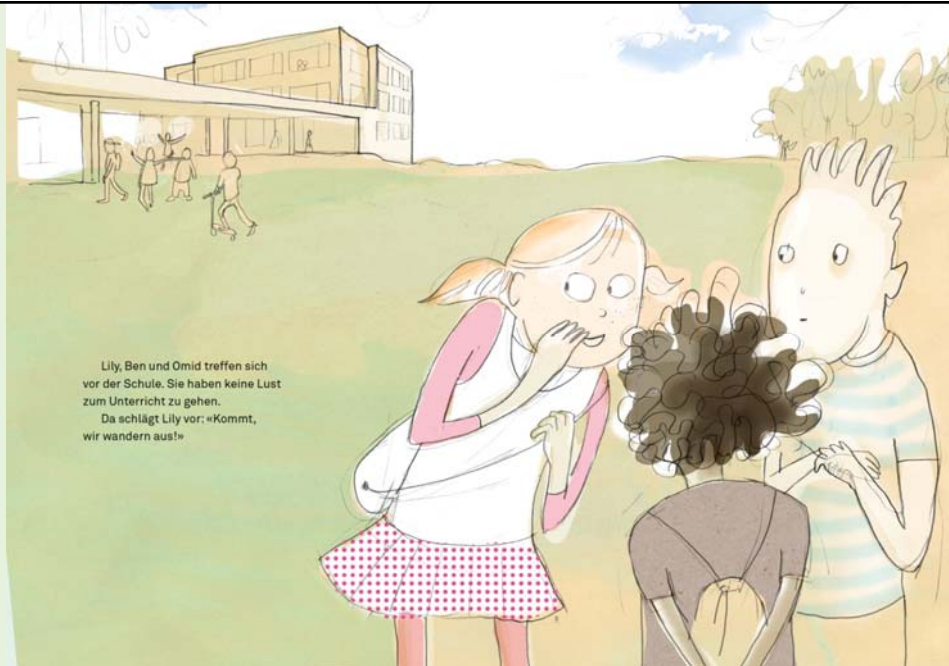
Buch und Materialienkoffer: Marianne Herzog, illustriert von Jenny Hartmann



24.1.2019

Fachtagung SPF Luzern

Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin,
SAFE-Mentorin



Lily, Ben und Omid treffen sich vor der Schule. Sie haben keine Lust zum Unterricht zu gehen. Da schlägt Lily vor: «Kommt, wir wandern aus!»



24.1.2019

Fachtagung SPF Luzern

Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin,
SAFE-Mentorin



So machen sich die drei auf den Weg in Richtung Abenteuer und kommen schon bald in einen tiefen dunklen Wald. Überall lauern Monster, unförmige Gestalten, böse Zwerge, hässliche Riesen, die schreien, heulen und brüllen. Die Baumstämme tragen Fratzen, die Blätter rascheln, die Äste wollen sie packen.

24.1.2019 Fachtagung SPF Luzern Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin, SAFE-Mentorin



Da öffnet sich unter ihren Füßen ein Loch...

24.1.2019 Fachtagung SPF Luzern Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin, SAFE-Mentorin



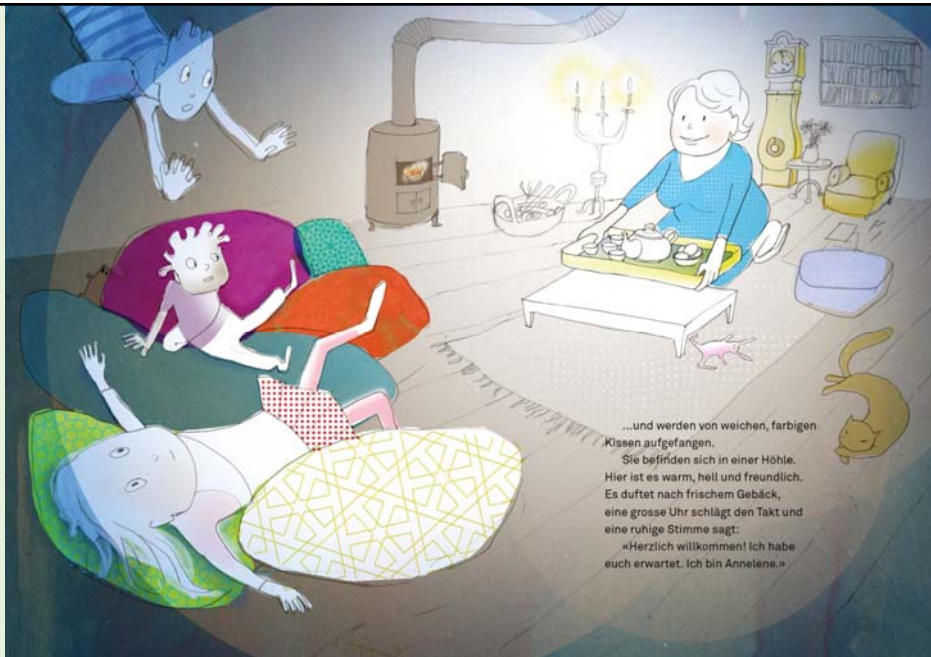
...und sie fallen tiefer
und immer tiefer...



24.1.2019

Fachtagung SPF Luzern

Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin,
SAFE-Mentorin



...und werden von weichen, farbigen
Kissen aufgefangen.
Sie befinden sich in einer Höhle.
Hier ist es warm, hell und freundlich.
Es duftet nach frischem Gebäck,
eine grosse Uhr schlägt den Takt und
eine ruhige Stimme sagt:
«Herzlich willkommen! Ich habe
euch erwartet. Ich bin Annelene.»



24.1.2019

Fachtagung SPF Luzern



Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin,
SAFE-Mentorin

«Kennt ihr die Geschichte von der kleinen Echse, der Antenne, dem Glöckchen und der Vernunft?» fragt Annelene vorsichtig. Die Kinder schütteln den Kopf. «Höchste Zeit, dass jemand euch davon erzählt», Annelene setzt sich gemütlich hin:

«Normalerweise regiert bei uns Menschen die Vernunft. Sie hat das Zepter in der Hand und erteilt die Befehle.

Wir besitzen aber auch eine Art Antenne. Sie hat die Aufgabe, Gefahren zu erkennen. Was eine Gefahr ist, das weiss sie von früher her.


Und schliesslich verfügt unser Gehirn noch über eine kleine Echse. Sie hat die Aufgabe, uns zu retten, wenn wir in Gefahr sind.

Die Antenne hält Ausschau nach Gefahren. Sie hat ein Glöckchen, um damit Alarm zu geben.

Regiert die Vernunft, so können wir gut zuhören, aufpassen, lernen und es gut mit anderen Menschen tun.

Die kleine Echse ruft sich am liebsten aus. Sie hat aber immer bereit für ihren nächsten Einsatz.



24.1.2019

Fachtagung SPF Luzern


Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin, SAFE-Mentorin


Sobald die Antenne eine Gefahr erkennt, läutet sie das Glöckchen und gibt damit Alarm.

Läutet das Glöckchen, ist die kleine Echse blitzschnell bereit zum Regieren. Sie ist viel schneller als die Vernunft, das hilft beim Überleben. Die Echse kennt die Befehle «kämpfen», «flüchten» oder «erstarren». Je nach Gefahr wählt sie eine der drei Möglichkeiten.



Wenn die Gefahr vorbei ist, hört die Antenne auf, mit dem Glöckchen zu läuten. Die Echse rollt sich zusammen, schläft ein und überlässt das Regieren wieder der Vernunft. Die Vernunft ist weniger schnell, sie kann sich aber gut an Vergangenes erinnern, in Ruhe überlegen und findet Lösungen.

Es ist gut, dass wir Menschen die drei haben: Die Vernunft, die Antenne und die blitzschnelle Echse.





Durch den Klang des Glöckchens wird die kleine Echse aufgeweckt.

Die Echse befiehlt entweder zu kämpfen, zu flüchten oder zu erstarren.

24.1.2019

Fachtagung SPF Luzern

Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin, SAFE-Mentorin



«Warum gefällt es mir bei dir, Annelene, so gut?» fragt Ben. Lily staunt ebenfalls: «Warum bin ich denn hier nicht schon ausgerastet?» und Omid wundert sich: «Warum konnte ich denn hier endlich einmal still sitzen und zuhören?»

«Ah, das ist ganz einfach, weil hier ein sicherer Ort ist. Hier fühlen sich eure Echsen sicher. Sie können sich einrollen, schlafen und die Vernunft regieren lassen. So fühlt auch ihr euch sicher.»

Omid hörte die letzten Worte nicht mehr. Er war – seit langem zum ersten Mal wieder – in einen tiefen Schlaf gefallen.

24.1.2019 Fachtagung SPF Luzern Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin, SAFE-Mentorin



Ben setzt sich die rosa Brille gleich auf, Lily nimmt die Klingel und Omid legt sich die Schlafmütze über die Schulter. Sie schauen sich nochmals gut in der Höhle um, damit sie sich alles einprägen können. Sie schliessen die Augen, schnuppern nochmals den Duft, geniessen die Wärme und hören dem beruhigenden Ticktack der Uhr zu. Dann winken sie Annelene zu und einen Augenblick später...

24.1.2019 Fachtagung SPF Luzern Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin, SAFE-Mentorin



...sind sie wieder zurück im Wald. Dieser sieht jetzt ganz anders aus. Die Blätter strahlen in frischem Hellgrün, die Sonne flimmert durch die Äste, die Vögel pfeifen und es riecht nach Frühling.

Nur einmal glaubt Lily, dass hinter einem Baum ein Monster hervorschaut. Sie nimmt schnell die Klingel in die Hand und drückt sie. Da ist das Monster auch schon wieder verschwunden.

24.1.2019

Fachtagung SPF Luzern

Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin, SAFE-Mentorin



Herzlichen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit!

www.marianneherzog.com

24.1.2019

Fachtagung SPF Luzern

Ina Kretzer - Heilpädagogin, Traumapädagogin, SAFE-Mentorin

FamilienCoaching, adesso Soziale Arbeit in der Familie

www.adesso-sozialberatung.ch

Systemisches Arbeiten & Familienrat

Walter Hofmann

Leitung Team für ambulante Familienhilfen, Elterncoaching, Familienräte

Freiberuflich: Fachberatungen in systemisch-konstruktivistischen
Haltungen und Methoden & Familienräte

Sozialpädagoge, NDS in systemisch-lösungsorientierte
Therapie und Beratung & u.a. Koordinationsausbildung in Berlin

Eine Brücke zwischen System- und Lebenswelt

(Systemwelt nach Jürgen Habermas)



2

Unterschiede von System- und Lebenswelt

nach J. Habermas:

administrativer Komplex vs. Privatsphäre und (mit wechselwirkender) Öffentlichkeit

SW dringt in LW ein (kolonial.) vs. LW reproduziert sich > Normen u. Werte
Zweckrationales Handeln vs. kommunikatives Handeln

Systemintegration vs. Sozialintegration

Steuerungsmedium: Geld und Macht vs. Kommunikation u. Verständigung

3

Geschenk der Maoris aus Neuseeland

- Kolonialisierende Wahrnehmung von Behörden
- Hilfestellen überfordert
- Alte Tradition und Verfahren der Selbsthilfe adaptiert
- Verwandtschafts- und Dorfgemeinschafts-Räte
- engl.: Family-Group-Converence
- Schweden, Holland (Eigenkracht)
- durch Prof. Frank Früchtel nach Berlin und deutschen Raum
- Forschung
- Begriff Familien(-rat) syn. mit Lebenswelt (Nachbarschaft-, Verwandt-)

4

Systemwelt

- Experten- und Spezialistentum
- Standardisierende Vorgaben, Sachlichkeit, z. B. KESB
- Fach-Welt, Kategorien, Theorien
- Zeit, Entgelt, Abgrenzung
- effizient, innovativ, zweckmässig
- einseitige Machtverhältnisse, einseitige Form der Hilfe, Reziprozität

5

Lebenswelt

- konservativ, Orientierung an Augenmass, an „gut genug“
- Generalistentum, Alltag
- kennt die Umstände des Bedarfs und der die Ressourcen ausgeprägt
- Neigung zu Hilfe bei Berührung oder Anfrage
- Hilfe als altruistische Tat, die ihrerseits nach Ausgleich sucht - sonst besteht die Gefahr des Abstiegs
- versteht die Systemwelt oft nicht, z. B. Fachwissen, Geräte,

6

Familienrat als verbindendes Verfahren

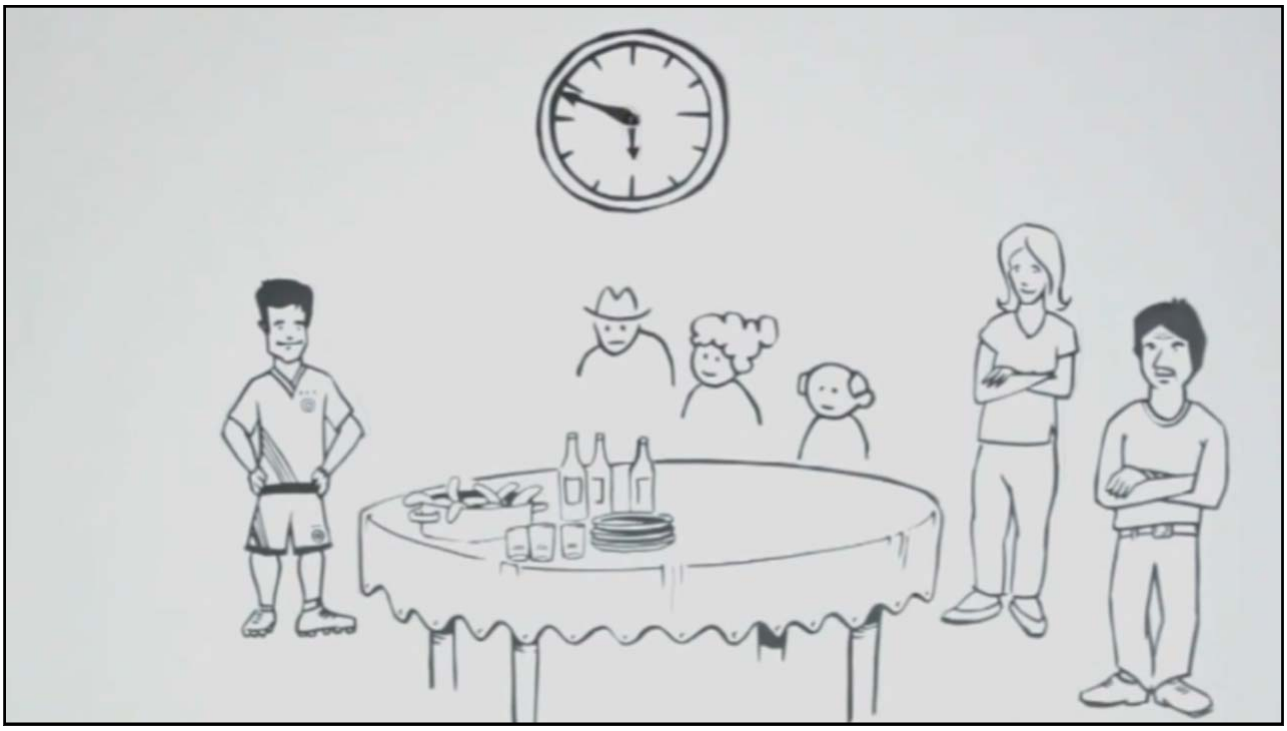
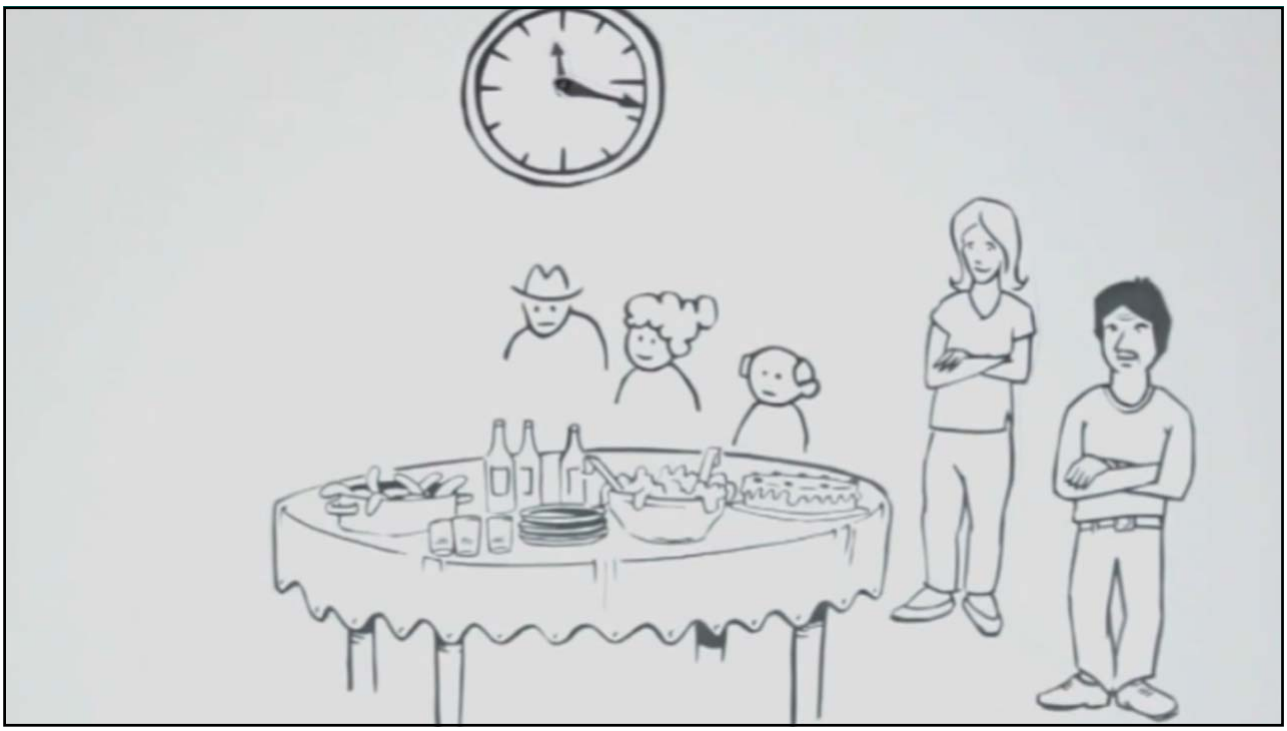


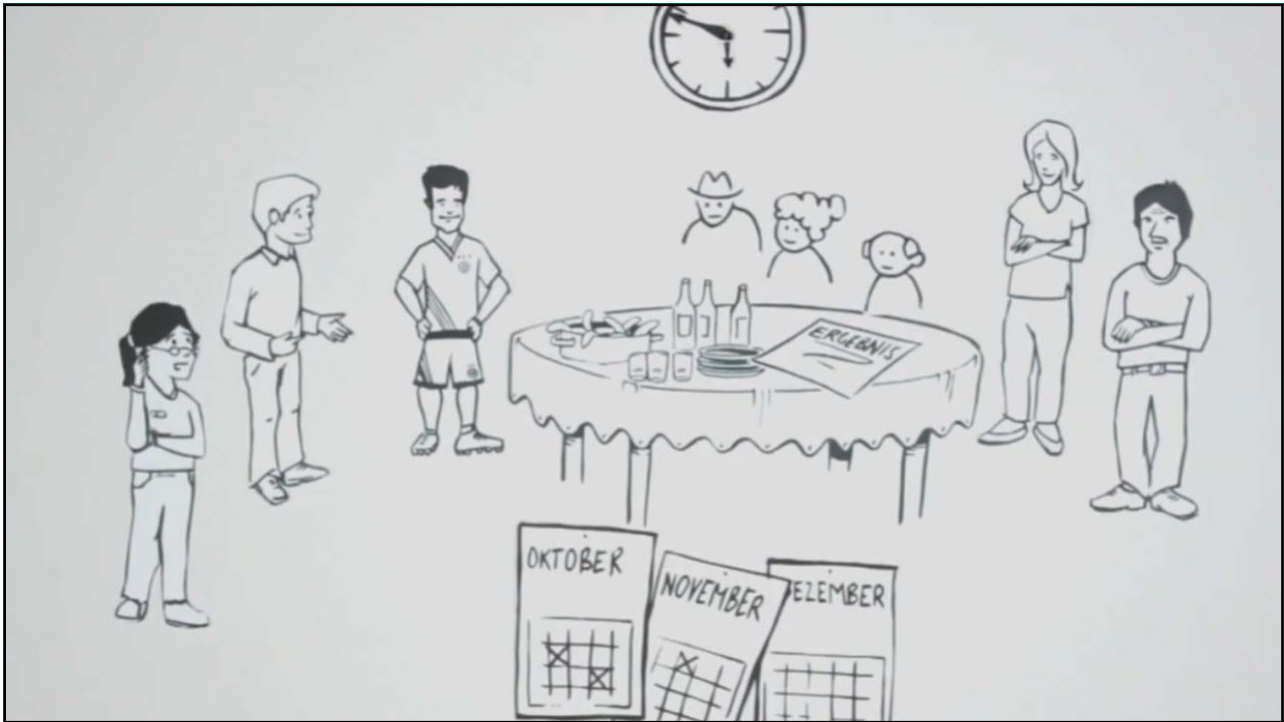
- Bürger beider Welten
- Kompatibilität, Verbindung, gegenseitig (z.B. Kinderrechte)
- Begegnung, Vertrauen und Verständnis
- nutzt professionelle und lebensweltliche Hilfeformen
- revitalisiert das Kollektive

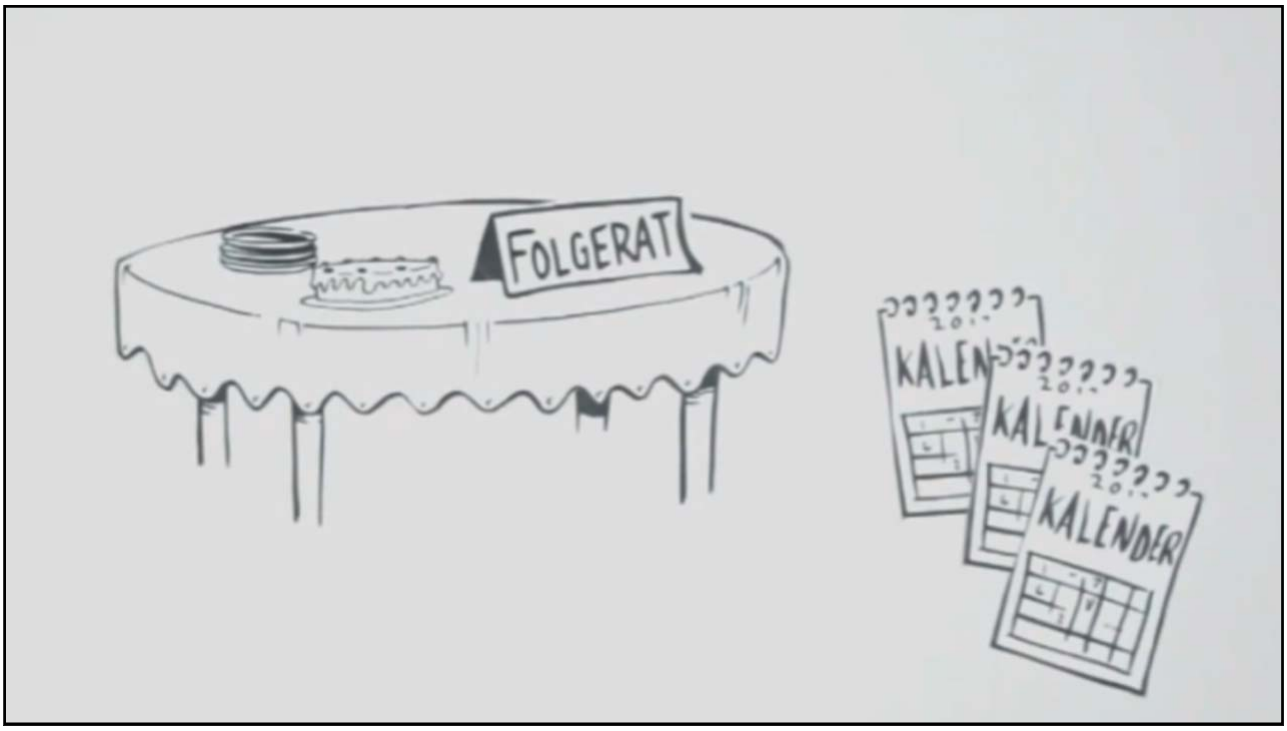
7

Ablauf eines Familienrates

8







Haltung

- Zuversicht betonen, anregen
- Zumuten
- „Frag die Familie“
- Empowerment-Haltung - jedoch kein Coaching in der Sache
- Expertentum im Gegenüber ansprechen oder „suchen“
- „Es braucht ein Dorf um ein Kind zu erziehen“
- Vorbereitung, z. B. vorsichtiger Umgang mit sich abzeichnenden Konflikten
- Sorgfältige Vorbereitung

15

mit psychisch belasteten Menschen / Eltern

- „Frag die Familie“ ausgeprägt > individuell > Patricia Deegan: „wir sind nicht das Problem, sondern Teil der Lösung“
- Tempo, allenfalls Phasen beachten
- Verständnis und Raum schaffen für besondere Anliegen
- Unterstützende in LW und Erläuterung durch Profis in Infophase
- Validierung von zweifelhaften Meinungen oder Absolutismen
- Störungen haben Vorrang
- andere Medien wie Video, Kurztexzte, Briefe, Zeichnungen
- Rituale verstärkt einbeziehen

16

weitere Vorbereitungen bei Konflikten

- Besonders vorsichtiger Umgang und Vorbereitung bei absehbaren Konflikten:
- gute Vorbereitung mit ManagerIn
- Helfende einsetzen und vorbereiten
- Perspektivedifferenzen mit positiven Beziehungsbotschaften „wir arbeiten gut zusammen“
- Ressourcenhinweisen begegnen
- ständige Überprüfung des Stressniveaus, z.B. Zusammenfassungen, mit Feedback-Schleifen, kurze Monologe, Reduzierung von Tempo, Pausen einbauen
- allenfalls gut gerahmte und angekündigte Verabschiedung

17

Wirkungsfaktoren

- Verständnis der beiden Welten
- Stärkung der Eigenverantwortlichkeit
- Induktion von Zuversicht
- Erkennen und Stimulieren von Ressourcen
- Inklusion / Integration
- Partizipation
- Empowerment und dessen weiteren Ermöglichung
- Stabilisierung der familiären Beziehungen

18

mögliche Anwendungsfelder bei Familien u.a.

- Akuten oder anhaltenden psychischen Erkrankungen
- Pubertät, kleine Kinder
- Schulproblemen
- Sucht, Isolation
- Kindeswohlgefährdungen, GFM (statt Abklärung)
- Trennung
- Reintegration nach stationärem Aufenthalt
- ältere Menschen, z.B. bei der Frage ob Altersheimeintritt

- andere ähnliche Verfahren in Justiz zum Ausgleich, Nachbarschafts-Zirkel, ÖR

19

Literatur & Forschung

- diverse von Frank Früchtel: „Familienrat und inklusive“, Restaurative Justice
- auch Erzèbet Roth, Anne-Maria Halibrand, Wolfgang Hinte, Wolfgang Budde
- Leitfaden Familienrat in der Praxis

- Evaluation und Forschung in Holland, Deutschland u.a.

20

Impact-Techniken von Danie Beaulieu

www.trial-interventionen.ch

Impact-Techniken

Beratung "begreifen und erleben"

Michael Gross

Dipl. Sozialarbeiter/Sozialpädagoge FH

Supervisor BSO



Trial-Interventionen, Waisenhausstr. 8, 3600 Thun
www.trial-interventionen.ch

Ziele

- Gewohnte Reaktionen durchbrechen
- Neue Sichtweisen schaffen
- Konkretes tun, sehen und fühlen
- Grössere Nachhaltigkeit



Multisensorisches Lernen

- Visuell
- Auditiv
- Sensorisch



3

Michael Gross, Supervision, www.trial-interventionen.ch



Wie kann ich es auf andere Weise erfahrbar machen?

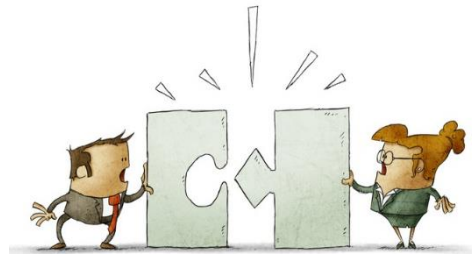
4

Michael Gross, Supervision, www.trial-interventionen.ch

Kurzerpräsentation Fachtagung Sozialpädagogische Familienbegleitung SPF 24. Januar 2019

«Familien mit psychisch erkrankten Eltern stärken»

Michael Gross: Dipl. Sozialarbeiter und dipl. Sozialpädagogin (FH), Supervisor/Coach BSO, Systemisch-lösungsorientierter Kurzzeittherapeut MAS FH, CAS Kindschutz BFH. Geschäftsführer Trial-interventionen mit Familienbegleitungen und begleiteten Pflegefamilienplatzierungen



Impact-Techniken

1. Grundsätze

Impact-Techniken von Danie Beaulieu (2005) eignen sich in besonderer Weise für die Arbeit mit Familien und Kindern. Durch den Einsatz von verschiedenen Gegenständen wird die Beratung für die Klienten fassbarer und konkreter. Dabei baut Beaulieu auf folgende Grundprinzipien des Lernens auf:

- **multisensorisches Lernen**
- **Abstrakte Konzepte konkret machen**
- **Nutzen von bereits bekannten Informationen**
- **Emotionen Auslösen**
- **Interesse wecken**
- **Wiederholen, wiederholen**

Dies entspricht den Grundlagen der Neurodidaktik (Ulrich Herrmann; 2006), welche sich dem Thema gehirngerechtes Lernen angenommen hat. Dabei sollen sämtliche Sinne angesprochen werden. Die Beratung ist naturgemäss sehr gesprächslastig. Bei den Klienten¹ wird vorwiegend der auditive Sinneskanal gefordert. So werden z.B. sehr passende Metaphern besprochen aber nicht wirklich visuell gezeigt. Die auditiven Informationen haben den Nachteil, dass sie sehr flüchtig sind und nur einen Teil des Gehörten gespeichert wird.



¹ Zur Vereinfachung des Textes steht die männliche Schreibweise stellvertretend für die weibliche.



Mit Impact-Techniken soll die gewohnte Reaktion der Klienten durchbrochen werden und damit auch den Widerstand verringert werden. Das Ziel dieser Technik ist eine neue Sichtweise zu schaffen. Mit den alltäglichen Objekten soll ein Anker ins Leben geworfen werden, welcher auch zu späteren Zeitpunkten die Klienten an besprochene Themen erinnern.

Wenn es gelingt zentrale Beratungsteile auf mehreren Sinneskanälen zu erleben, dann steigt die Wahrscheinlichkeit, dass die Klienten dies länger abspeichern.

Die wesentliche Frage lautet nicht, „wie kann ich es meinem Klienten sagen?“ sondern:

„Wie kann ich es Ihm zeigen?“

„Wie kann ich es ihm auf andere Weise erfahrbar machen?“

Der beste Effekt entsteht, wenn es gelingt eine Sache visuell, auditiv und sensorisch zu erleben.

Die Inhalte einer Beratung können teilweise sehr abstrakt sein (z.B. Das Kind braucht im Alltag mehr Struktur. Für die kindliche Entwicklung ist es förderlich, wenn Eltern Sicherheit vermitteln...). Das Ziel besteht somit möglichst einfach und konkret Informationen aufzubereiten und begreifbar zu machen. Der Weg zu einfachen und konkreten Informationen führt in die Lebenswelt der Klienten. Diese Lebenswelt der Klienten bietet eine Vielzahl von Metaphern, welche genutzt werden kann und eine gemeinsame Sprache mit dem Klienten schafft.

„Wie sieht die Lebenswelt der Klienten aus?“

„Welche Schlüsselworte verwendet der Klient?“

Wird Lernen mit Emotionen (Spas, Freude, Trauer, Wut) gekoppelt, dann speichert sich Gelerntes längerfristig ab. Die Beratung soll durch Objekte wie z.B. Foto der Familie, das Handy, die Bierflasche... Emotionen auslösen. Diese Objekte können dann verdichtend für ein eigenes Symbol stehen. Als Richtlinie gilt hier selbstverständlich ein respektvoller und höflicher Umgang.

„Was ist dem Klient wichtig?“

Um die Aufmerksamkeit bei Klienten zu erhöhen, sollte das Interesse geweckt werden. Ansonsten nehmen wir es zwar wahr aber speichern es kaum ab. Interessant ist etwas, wenn es unerwartet, überraschend und Spas macht. Dies reduziert einen allfälligen Widerstand von Seiten der Klienten zusätzlich.

„Was überrascht den Klienten?“

Wiederholtes Üben ist für nachhaltiges Lernen unerlässlich. So soll ein Objekt in den folgenden Beratungssitzungen immer wieder aufgegriffen werden. Durch einen Anker im Alltag, z.B. durch das Aufbewahren eines Andenkens, wirkt wie ein Rückfahrtschein zu den Emotionen.

Wiederholen, wiederholen

Die Impact-Techniken sind sicherlich keine neue Erfindung, sondern knüpfen an verschiedenste Beratungstechniken an, bei welchen bereits visualisiert wird oder sogar den ganzen Beratungsraum genutzt wird. Die Impact-Technik kann grundsätzlich in jedem Beratungsansatz eingesetzt werden, sofern ein guter Draht zum Klienten besteht.

Zentral ist, an welchem Punkt die Klienten stehen und was sie dort brauchen. Nachfolgend den Veränderungskreislauf gemäss Hubble, Duncan & Miller (2001):

Je nach Stand auf diesem Veränderungskreislauf wird es eher darum gehen Auswirkungen von schädlichem Verhalten zu verdeutlichen oder eher ziel- und lösungsorientiert gewünschtes Verhalten mit Impact-Techniken zu verstärken.

2. Objekte

Bei der Wahl der Objekte sind keine Grenzen gesetzt. Es bieten sich allgemein folgende Objekte an, welche rasch zur Hand sein sollten:

Blatt Papier; Becher und Wasser; Gummiband; Stühle; Büropflanze; Kartenspiel; Münze usw...

Wie oben dargelegt ist es besonders effektiv, wenn die Objekte zur Lebenswelt der Klienten passen. Dabei lohnt es sich speziell für diesen Klienten und sein Anliegen eine Impact-Technik zu entwickeln.

3. Beispiele von Impact-Techniken im Bereich Kinder von Eltern mit psychischen Belastungen

Da das Feld der psychischen Belastungen sehr breit und unterschiedlich ist, können hier nur allgemeine Beispiele wiedergegeben werden. Für den jeweiligen Fall lohnt es sich eine passende Impact-Technik dazu selber zu entwickeln.

Im Zusammenspiel mit Familien, in denen eine oder zwei Elternteile psychisch belastet sind, geht es in der ersten Phase um den Veränderungsprozess hin zu „bewusst machen“ (Wiegand-Grefe, Mattejat & Lenz, 2010). Durch eine Impact-Technik sollen die Auswirkungen auf die Kinder verdeutlicht und erfahrbar gemacht werden. Das Ziel ist das Problembewusstsein der Eltern um dadurch in eine weitere Veränderung zu kommen.

3.1. Schutz & Sicherheit

Zuwenig Schutz führt zu Vernachlässigung und Verwahrlosung. Das Kind ist auf sich alleine gestellt und bekommt die nötige Hilfestellung nicht.

Math.-Aufgabe

*Der Klient erhält eine zu schwere Math.-Aufgabe. Diese soll er nun rasch und ohne Hilfsmittel lösen. Z.B. soll der Klient die Kreisfläche eines Wasserbechers exakt berechnen ohne Massstab und ohne Taschenrechner. Die Formel wäre $A = \pi * r^2$*

3.2. Emotionale Zuwendung / Beziehung / Bindung

Bekommt ein Kind zuwenig emotionale Zuwendung beginnt es zu verkümmern, da die Grundbedürfnisse nicht gestillt sind. Das Fundament für gelingende Erziehung fehlt ohne wertschätzende Beziehung.

Offenes Fenster im Winter

Vor dem Termin bereits sämtliche Fenster im Beratungsraum öffnen und dieses auch während dem Gespräch offen lassen. Zuwarten bis der Klient die Kälte anspricht. Bei jedem Lüften zu Hause ist diese Impact-Technik beim Klient geankert.

3.3. Entwicklungsförderung

Zuwenig Förderung kann verschiedenste Gründe haben, jedoch ein Mangel an eigener Energie der Eltern ist prägend. Die Eltern wissen i.d.R. um diesen ungunstigen Zustand, nehmen sich Aktivitäten vor aber kommen im Alltag dann doch nicht in die Umsetzung.

Energiebecher

Mit verschiedenen Bechern und Wasser soll visualisiert werden, wo die Energie der Familie liegt. Es zeigt die Bereiche, in denen die Eltern den Schwerpunkt legen und Bereiche, welche eher zu kurz kommen. Dazu werden vier bis sechs Plastikbecher mit den Eltern mit Bereichen wie z.B. Haushalt, Hausaufgabenunterstützung, gemeinsames Spiel, Arbeit, Handy, eigene Freizeit o.ä. beschriftet. Es steht nun ein Krug mit einer beschränkten Menge Wasser zur Verfügung. Die Eltern füllen mit dem Wasser die Becher als IST-Zustand. Danach kann über den gewünschten Zielzustand gesprochen werden. Als Anker kann der Becher mit „gemeinsames Spiel“, welcher die Eltern zukünftig mehr beachten wollen, mit nach Hause gegeben werden.

3.4. Konsequentes Handeln

Es gibt kaum verlässliche Regeln und diese werden rasch wieder geändert oder gelten dann doch nicht.

Spontane Regeln im UNO o. Ciao-Sepp

Bei einem bekannten Kartenspiel z.B. UNO oder Ciao-Sepp werden durch den Berater die Regeln vor zu geändert. Gemeinsam mit der Familie wird das Spiel gestartet, doch der Berater verteilt unterschiedlich viele Karten, er schaut sogar gewisse Karten beim Verteilen an. Beim Spiel führt er neue Regeln ein, so darf auf Rot nicht mehr Rot sondern nur noch Blau gelegt werden. Er kann auch im Stapel Karten für andere herausuchen usw...

3.5. Kommunikation und Konfliktlösung

Klare Kommunikation und konstruktive Konfliktlösungen sind optimal in der Erziehung. In gewissen Familien kommt es häufig zu Spannungen und heftigen Konflikten. Hier geht es um Bilder der Entspannung, des Deeskalierens und der Zusammenarbeit.

Gummiband

Beide Elternteile ziehen an einem Gummiband. Nun gibt eine Person ein wenig nach und die Situation beginnt sich schon leicht zu entspannen. Zerren beiden einfach weiter, wird das Band reißen.

4. Individuelle Impact-Technik entwickeln

Besonders bewährt ist eine individuell abgestimmte Impact-Technik auf den jeweiligen Klient oder die ganze Familie und ihre Situation.

Ablauf:

- a) Zielsetzung des Klienten oder für den Klienten
- b) Seine Lebenswelt, seine Sprache & Schlüsselwörter
- c) Stand in Veränderungskreis
- d) Entwickeln der Impact-Technik
 - Wahl eines Objektes
 - Ablauf
 - Idee dahinter



Der Einsatz von Impact-Techniken braucht Übung wie jeder Erwerb einer neuen Fähigkeit. Es ist sinnvoller eine Impact-Technik für einen Klienten zuerst vorzubereiten und dann gezielt durchzuführen, statt spontan und ohne Reflexion zu agieren. So kann vermieden werden, dass eine Impact-Technik am Rand des Gespräches ohne die nötige Aufmerksamkeit eingesetzt wird. Es lässt ja auch niemand ein Feuerwerk am Tag steigen, da die Wirkung nicht da ist. In der Beratung soll die Aufmerksamkeit des Klienten auf dieses Experiment, diesen Versuch oder diese kleine Aufgabe gerichtet sein.

Die Basis von Impact-Techniken ist der **Gute Draht** zum Klienten. Ohne diese wertschätzende Basis eignet sich diese Methode nicht, da es zu massiven Missverständnissen führen kann.

5. Quellen

- Beaulieu Danie; Impact Techniques for therapists; Routledge Taylor & Francis Group; New York 2006
- Beaulieu Danie; Impact-Techniken für die Psychotherapie; Carl Auer; Heidelberg 2005
- Herrmann Ulrich (Hrsg.); Neurodidaktik; Beltz Verlag; Weinheim 2006
- Höfner Eleonore & Schachtner Hans-Ulrich; Das wäre doch gelacht!; Rororo; Hamburg 2013
- Hubble Mark A., Duncan Barry L., Miller Scott D. (Hrsg.); So wirkt Psychotherapie; Verlag modernes Lernen; Dortmund 2001
- Kowarowsky Gert & von Puttkamer Christina; Impact-Techniken; Beltz; Weinheim 2018
- Mills Joyce C. & Crowley Richard J.; Therapeutische Metaphern für Kinder und das Kind in uns, Carl Auer; Heidelberg 1998
- Pesechian Nossrat; Die Familientherapie; Kreuz; Stuttgart 2005
- Schneewind Klaus A.; Familienpsychologie; Kohlhammer; Stuttgart 2010
- Vogt Manfred (Hrsg.); Wenn Lösungen Gestalt annehmen; Borgmann; Dortmund 2007



Wiegand-Grefe Silke, Mattejat Fritz, Lenz Albert (Hrsg.); Kinder mit psychisch kranken Eltern;
Vandenhoeck&Ruprecht; Göttingen 2011

Thun, 16.01.2019
Michael Gross