

Fachtagung - Handout

sehen & (be)greifen

Visualisierung & Impact-Techniken in der Beratung mit Familien

Freitag, 24.01.2025 in Thun

Impact-Techniken

1. Grundsätze

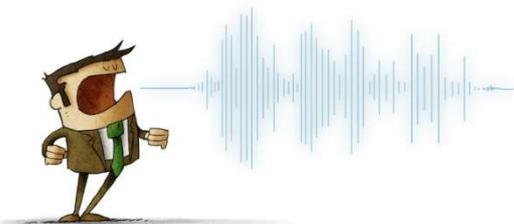
In der Regel wird viel Zeit aufgewendet, um Inhalte für KlientInnen zu überlegen. Dabei wird oft vergessen, sich Gedanken über die Art und Weise der Vermittlung zu machen. Deshalb ist es empfehlenswert, gleich viel Zeit für die Art und Weise der Vermittlung zu nehmen.

Die Impact-Techniken von Danie Beaulieu (2005) sind besonders gut für die Arbeit mit Familien und Kindern geeignet. Der Einsatz von Gegenständen hilft den Klienten, die Beratung besser zu verstehen.

Die Impact-Techniken von Danie Beaulieu basieren auf folgenden didaktischen Prinzipien:

- **Multisensorisches Lernen**
- **Konkretisierung abstrakter Konzepte**
- **Nutzung bereits bekannter Informationen**
- **Auslösen von Emotionen**
- **Wecken von Interesse**
- **Repetition**

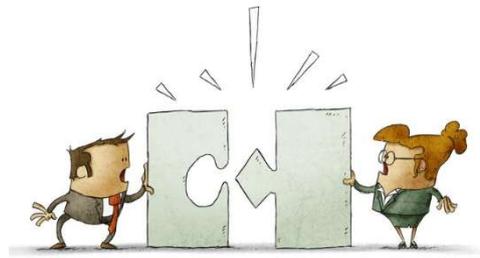
Es wird empfohlen, sämtliche Sinne anzusprechen.



Die Beratung ist naturgemäss sehr gesprächslastig. Bei den KlientInnen wird vorwiegend der auditive Sinneskanal gefordert. So werden beispielsweise sehr passende Metaphern besprochen, aber nicht wirklich visuell gezeigt. Der Nachteil auditiver Informationen besteht darin, dass sie sehr flüchtig sind und nur ein Teil des Gehörten gespeichert wird. Dies entspricht den Grundlagen der Neurodidaktik (Herrmann; 2006), welche sich dem Thema gehirngerechtes Lernen angenommen hat.

Durch den Einsatz von Impact-Techniken soll die gewohnte Reaktion der Klienten durchbrochen und dadurch eine Verringerung des Widerstands erreicht werden. Das Ziel dieser Technik besteht in der Generierung einer neuen Sichtweise. Durch die Verwendung alltäglicher Objekte soll ein Anker im Leben der KlientInnen geschaffen werden, der es ihnen zu späteren Zeitpunkten ermöglicht, sich an die besprochenen Themen zu erinnern.

Die Wahrscheinlichkeit, dass die KlientInnen die zentralen Beratungsinhalte länger abspeichern, steigt, wenn diese auf mehreren Sinneskanälen erlebt werden. Dies ist ein zentraler Faktor für die Nachhaltigkeit.



Die wesentliche Frage lautet:

„Wie kann ich es ihr/ihm zeigen?“

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

Der optimale Effekt wird erzielt, wenn eine Sache sowohl visuell, auditiv als auch sensorisch erlebt wird.

Die Inhalte einer Beratung können mitunter sehr abstrakt und fachsprachelastig sein (wie z.B. «Das Kind braucht im Alltag mehr Struktur»; «Für die kindliche Entwicklung ist es förderlich, wenn Eltern Sicherheit vermitteln»). Das Ziel besteht folglich darin, Informationen möglichst einfach und konkret aufzubereiten und begreifbar zu machen. Der Weg zu einfachen und konkreten Informationen führt in die Lebenswelt der KlientInnen. Diese Lebenswelt bietet eine Vielzahl von Metaphern, die genutzt werden können, um eine gemeinsame Sprache mit dem KlientInnen zu schaffen.

„Wie sieht die Lebenswelt der KlientInnen aus?“

„Welche Schlüsselworte verwendet die Klientin/der Klient?“

Die Kopplung von Lerninhalten mit Emotionen – seien es positive wie Spass, Freude und Glück oder negative wie Trauer und Wut – führt zu einer längerfristigen Speicherung des Gelernten. Die Beratung soll durch Objekte wie z.B. Foto der Familie, ein zerbrochenes Glas, die Bierflasche... Emotionen auslösen. Diese Objekte können folglich als symbolische Verdichtung dienen. Selbstverständlich gilt es, einen respektvollen Umgang zu wahren. Dies impliziert die Fähigkeit, die eigenen Emotionen in Bezug auf das Klientensystem zu reflektieren und zu erkennen. Es besteht die Gefahr, dass konfrontierende Impact-Techniken seitens des Gegenübers als Provokation wahrgenommen werden, sofern kein guter Draht besteht.

„Was ist der Klientin/dem Klienten wichtig?“

Um die Aufmerksamkeit der KlientInnen zu erhöhen, ist es erforderlich, ihr Interesse zu wecken. Andernfalls wird es zwar registriert, jedoch kaum gespeichert. Als interessant werden Sachverhalte dann wahrgenommen, wenn sie unerwartet, überraschend und mit einem gewissen Mass an Vergnügen verbunden sind. Dies führt zu einer Reduktion des potenziellen Widerstands seitens der KlientInnen. In der Beratung sollte einer wichtigen Intervention eine grosse Bühne gegeben werden um die nötige Aufmerksamkeit zu haben.

„Was überrascht die Klientin/den Klienten?“

Wiederholung ist eine wesentliche Voraussetzung für nachhaltiges Lernen. In den folgenden Beratungssitzungen wird das Thema wieder aufgegriffen. Ein Anker im Alltag, z.B. in Form eines Souvenirs, wirkt wie ein Rückfahrchein zu den Emotionen.

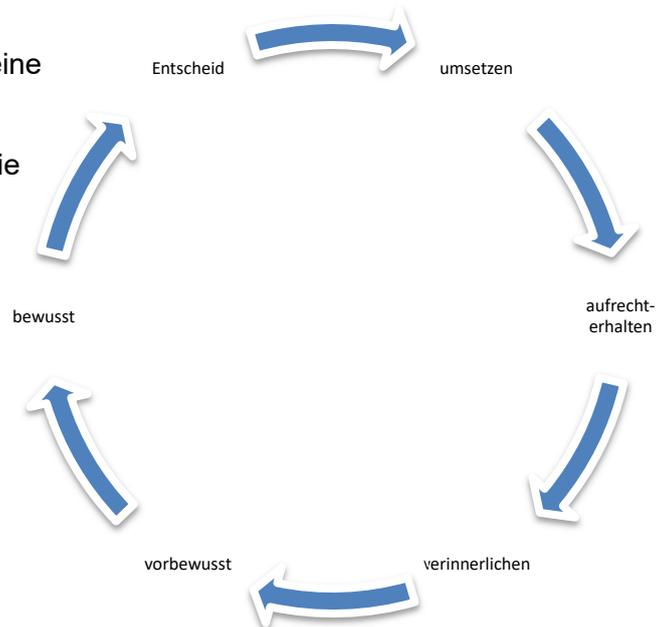
Wiederholen, wiederholen

Die Impact-Techniken stellen keine gänzlich neue Erfindung dar, sondern knüpfen an eine Vielzahl von Beratungstechniken an, bei welchen bereits eine Visualisierung erfolgt oder sogar der gesamte Beratungsraum genutzt wird. Die Impact-Technik kann grundsätzlich in

jedem Beratungsansatz eingesetzt werden, sofern eine tragfähige Beziehung zum Klienten besteht.

Die jeweilige Ausgangslage der KlientInnen sowie die erforderlichen Massnahmen zu deren Überwindung sind von entscheidender Bedeutung. Im Folgenden wird der Veränderungskreislauf im Rahmen des Transtheoretischen Modells gemäss Hubble, Duncan & Miller (2001) dargestellt:

In Abhängigkeit vom jeweiligen Stand auf dem Veränderungskreislauf ist es erforderlich, entweder die Auswirkungen von schädlichem Verhalten zu verdeutlichen oder aber – unter Zuhilfenahme von Impact-Techniken – ziel- und lösungsorientiert gewünschtes Verhalten 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, 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 KlientIn und ihr/sein Anliegen, eine Impact-Technik zu entwickeln.

3. Einsatz

Die BeraterIn wählt die Impact-Technik je nach Thema aus. Der Einsatz von Impact-Techniken folgt diesem Ablauf:

a. Zielsetzung der Klientin/des Klienten

Aus dem bisherigen Beratungsverlauf ergeben sich Anliegen, die die BeraterIn klären möchte. Was ist Inhalt und Ziel dieser Impact-Technik? Je klarer dies formuliert ist, desto einfacher ist es, eine passende Impact-Technik zu finden.

b. Lebenswelt, Sprache & Schlüsselwörter

Die Lebenswelt und die Schlüsselwörter bzw. Sprachbilder der Klientin/des Klienten sollten möglichst berücksichtigt und in die Auswahl einbezogen werden.

c. Position im Veränderungskreis

Um das Ziel der Impact-Technik an den Stand der Klientin/des Klienten anzupassen, muss berücksichtigt werden, wo die Klientin/der Klient im Transtheoretischen Modell steht und was der nächste Schritt wäre.

d. Entwicklung der Impact-Technik

Nun geht es darum, eine Impact-Technik zu entwickeln, die auf der Zielsetzung, der Lebenswelt der KlientInnen und dem Stand der Veränderung basiert. Diese Vorbereitung ist teilweise im Team einfacher, da verschiedene Ideen zusammenkommen und man weniger auf eine Idee fixiert ist. Es wäre sinnvoll, dies als Teil einer Fallbesprechung zu planen.

Dann wird ein passendes Objekt ausgewählt und ein Ablauf für die Impact-Technik überlegt.

Es ist aber auch möglich, die Impact-Technik durchzuführen und die Interpretation den KlientInnen zu überlassen. Die Impact-Technik wird mit den Worten «Da fällt mir etwas ein...» oder «Ich möchte Sie zu einem kleinen Experiment einladen...» eingeleitet. Danach wird die Klientin/der Klient eingeladen, die Bedeutung oder die Hinweise für ihr/sein Leben selbst zu entdecken, im Sinne von "Was könnte das für Sie bedeuten?" Auf diese Weise kommen manchmal neue und unerwartete Ideen auf den Tisch.

Am Ende wird die Idee noch einmal kritisch hinterfragt:

- tragfähige Arbeitsbeziehung
- Kontext, eigene Rolle und Auftrag

e. Durchführung

In der Regel empfiehlt es sich, die Impact-Technik zu Beginn der Beratungsstunde durchzuführen, um genügend Zeit für die Arbeit mit der Impact-Technik zu haben.

f. Roter Faden

Die Impact-Technik sollte sich wie ein roter Faden durch den Beratungsprozess ziehen und kann immer wieder aufgegriffen werden.

4. Beispiele von Impact-Techniken im Bereich von Familien

Im Folgenden sind einige Beispiele als Anregung für Impact-Techniken mit Familien aufgeführt. Diese Beispiele sollten jedoch, wie unter Punkt 3 erläutert, an den eigenen Fall angepasst werden. Die Auswirkungen auf die Kinder werden durch diese Impact-Techniken verdeutlicht und erfahrbar gemacht.

Die Grundbedürfnisse von Kindern (Schneewind, 2010) werden in folgende Bereiche unterteilt:

- Schutz & Sicherheit;
- emotionale Zuwendung;
- Entwicklungsförderung;
- konsequentes Handeln und
- Kommunikation.

Problematisch ist in der Regel ein «zu wenig» oder ein «zu viel». Beide Extreme sind in der Erziehung wenig zielführend und haben in der Regel negative Konsequenzen für die Kinder.

Die folgenden Impact-Techniken werden in den jeweiligen Feldern in die Kategorien "zu wenig" und "zu viel" unterteilt.

4.1. Schutz & Sicherheit

Zuwenig

Mangelnder Schutz führt zu Vernachlässigung und Verwahrlosung. Das Kind wird sich selbst überlassen, erhält nicht die notwendige Hilfe und ist schliesslich überfordert.

Math.-Aufgabe

Die Mutter/der Vater erhält eine zu schwierige mathematische Aufgabe. Sie/er soll diese Aufgabe schnell und ohne Hilfsmittel lösen. Zum Beispiel soll die Kreisfläche eines Wasserbechers ohne Massstab und ohne Taschenrechner genau berechnet werden. In der Regel dürfte man daran scheitern. (Die Formel wäre $A = \pi \cdot r^2$)

8x Papier falten

Die/der KlientIn erhält die Aufgabe, ein Blatt 8 mal hintereinander in der Mitte zu falten. Dies ist nicht möglich, da aufgrund der exponentiellen Staffelung vorliegt.

Zuviel

Überbehütung nimmt dem Kind die Möglichkeit, eigene Erfahrungen zu machen, und das Kind kann wesentliche Dinge nicht lernen. Auf Dauer erlebt sich das Kind als hilflos.

Kerze unter dem Glas

Die Mutter/der Vater soll ein Glas über eine brennende Kerze halten und beobachten, was passiert. Dann sollte sie/er die Kerze noch besser schützen und das Glas ganz über die Kerze stellen.

Papierflieger mit Schnur

Die Eltern sollen einen Papierflieger so falten, dass er möglichst weit fliegt. Bevor der Flieger startet, soll zur Sicherheit noch eine kurze Schnur mit einer Büroklammer am Flieger befestigt werden. Erst dann kann der sichere Flug beginnen.

4.2. Emotionale Zuwendung / Beziehung / Bindung

Zuwenig

Erfährt ein Kind zu wenig emotionale Zuwendung, beginnt es zu verkümmern, weil seine Grundbedürfnisse nicht befriedigt werden. Ohne eine wertschätzende Beziehung fehlt die Basis für eine positive Erziehung.

Offenes Fenster im Winter

Vor dem Termin alle Fenster im Beratungsraum öffnen und während des Gesprächs offen lassen. Warten bis der Klient die Kälte anspricht. Bei jedem Lüften zu Hause ist diese Impact-Technik beim Kunden verankert.

Steine für die Wochenenden

Gemeinsam mit der Mutter/dem Vater ausrechnen, wie viele Wochenenden ihr/ihm und seinen Kindern noch bleiben, bevor diese ihre eigenen Wege gehen. Z.B. bei einem Kind von 14 bis 17 Jahren sind das in 3 Jahren noch 150 Wochenenden. Was möchte sie/er in dieser Zeit noch mit ihren/seinen Kindern erleben? Was sollen die Kinder später über ihre gemeinsame Zeit erzählen?

Die Mutter/der Vater soll nun diese Anzahl Kieselsteine in einem Glas zählen. Vor jedem Wochenende soll sie/er einen Stein aus dem Glas nehmen und in den Garten werfen.

Pflanze in dunkler Ecke

Die Eltern sollen eine Pflanze in eine dunkle Ecke des Hauses oder noch besser in den Kühlschrank stellen. Giesst die Pflanze und beobachtet die Entwicklung!

Zuviel

Wenn Kinder zu viel „Liebe“ bekommen, so dass sie kaum noch sie selbst sein können und sich selbst nur noch eingeschränkt wahrnehmen, hat auch diese gut gemeinte Erziehungshaltung negative Auswirkungen.

Überzuckerter Kaffee

In der Beratung wird völlig überzuckerter Kaffee angeboten. Dies dient als Diskussionsgrundlage, was ein angemessenes Mass an Verwöhnung und Zuwendung ist und ab wann es ungeniessbar wird.

4.3. Entwicklungsförderung

Zuwenig

Die Gründe für die mangelnde Förderung können vielfältig sein, am häufigsten ist jedoch die mangelnde Eigenenergie der Eltern. In der Regel sind sich die Eltern dieses Missstandes bewusst, nehmen sich Aktivitäten vor, können diese aber im Alltag nicht umsetzen.

Energiebecher

Mit verschiedenen Bechern und Wasser wird visualisiert, wo die Energie der Familie liegt. Es zeigt, auf welche Gebiete die Eltern den Schwerpunkt legen und welche eher zu kurz kommen. Dazu werden vier bis sechs transparente Plastikbecher mit den Eltern beschriftet, z.B. Haushalt, Hausaufgabenbetreuung, gemeinsames Spielen, Arbeit, Handy, eigene Freizeit etc. Nun steht ein Krug mit einer begrenzten Menge Wasser bereit. Die Eltern füllen die Becher als IST-Zustand mit Wasser. Anschliessend kann über den gewünschten Zielzustand gesprochen werden. Als Anker kann der Becher mit dem „gemeinsamen Spiel“, auf das die Eltern in Zukunft mehr achten wollen, mit nach Hause genommen werden.

Bremsklotz

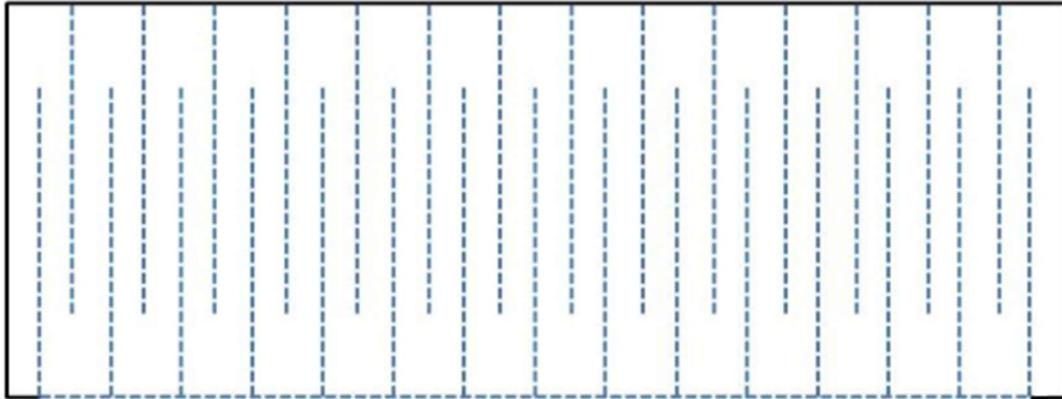
Die Metapher des Bremsklotzes kann konkretisiert werden. Die Eltern erhalten den Auftrag, einen solchen Bremsklotz zu suchen. In weiteren Gesprächen liegt der Bremsklotz auf dem Tisch und es können Strategien gesucht werden, wie damit umgegangen werden kann. Der Bremsklotz soll auch zu Hause dort platziert werden, wo er am stärksten wirkt (z.B. auf dem Sofa). Im Gespräch kann die/der KlientIn auch aufgefordert werden, sich auf den Bremsklotz zu setzen, wenn sie/er spürt, dass dieser wieder wirkt. Der Bremsklotz stellt eine Externalisierung dar, die das Gespräch über den Mangel an Aktivität und Unterstützung erleichtert. Vielleicht wird auch deutlich, dass eine zusätzliche Fachperson (z.B. TherapeutIn) notwendig ist, um den Bremsklotz zu entfernen.

Steige durch ein Blatt

Die Jugendliche/der Jugendliche erhält ein Blatt und eine Schere mit der Aufgabe sich ein Loch zu schneiden, welches genug gross ist, damit sie/er durchsteigen kann. Bei gewissen Problemen ist es wichtig, dass man Fachrat bezieht und dies so umsetzt.

Hier die Lösung des Problems, welches mit der/dem KlientIn gemeinsam ausprobiert werden kann.

Falte das Blatt und schneide den blau-gestrichelten Linien entlang auch im Falz ausser links u. rechts der schwarze Teil, welcher nicht geschnitten werden darf.



Zuviel

Ein Zuviel an Förderung führt zu Überforderung und Misserfolg. Vor allem, wenn Eltern ihre Kinder nur selten zu Besuch haben, besteht die Gefahr, dass sie die Zeit aus ihrer Sicht möglichst voll ausnutzen wollen.

An einer Pflanze ziehen

Das Bild des Wachstums einer Pflanze ist in der Erziehung vielfältig anwendbar. Gehen Sie mit der/dem KlientIn zu einer Pflanze im Büro oder im Freien. Nun soll die/der KlientIn an der Pflanze ziehen, um das Wachstum zu beschleunigen.

Pflanze überwässern

Eine gut gewässerte Pflanze und eine Giesskanne auf den Tisch stellen. Was braucht die Pflanze? Die/der Klientin soll selbst herausfinden, was die Pflanze braucht. Gemeinsam anhand des Bildes herausfinden, was die Pflanze braucht.

4.4. Konsequentes Handeln

Zu wenig

Es gibt kaum verlässliche Regeln. Sie werden schnell wieder geändert oder gelten gar nicht. Die Kinder haben keine Orientierung und jedeR macht, was sie/er will.

Spontane Regeln bei UNO oder Ciao-Sepp

Bei einem bekannten Kartenspiel, z.B. UNO oder Ciao-Sepp, verändert die/der BeraterIn die Regeln vorzu. Gemeinsam mit der Familie wird das Spiel gestartet, jedoch verteilt der/der BeraterIn z.B. unterschiedlich viele Karten, sie/er schaut sich sogar einige Karten beim Verteilen an. Während des Spiels führt sie/er neue Regeln ein, so darf auf Rot nicht mehr Rot, sondern nur noch Blau gelegt werden. Sie/Er kann auch Karten für andere aus dem Stapel nehmen usw..

Zuviel

Ein Zuviel an Regeln zeigt sich in rigiden und teilweise lebensfeindlichen Regeln, die starr und stur durchgesetzt werden. Die Entfaltung des Kindes wird stark eingeschränkt.

Enge Ecke

Die Mutter/der Vater wird aufgefordert, sich mit dem Gesicht zur Wand in eine Ecke des Raumes zu stellen. Hinter der/dem KlientIn wird mit zwei Stühlen eine weitere enge Abgrenzung geschaffen. Was löst das aus? Wie fühlt es sich an?

4.5. Kommunikation und Konfliktlösung

Klare Kommunikation und konstruktive Konfliktlösungen sind in der Erziehung optimal. In manchen Familien kommt es häufig zu Spannungen und heftigen Konflikten. Hier geht es um Bilder der Entspannung, Deeskalation und Kooperation.

Gummiband

Beide Eltern ziehen an einem Gummiband. Nun gibt eine Person ein wenig nach und die Situation beginnt sich bereits leicht zu entspannen. Wenn beide weiter ziehen, wird das Gummiband reißen.

Sprudelflasche

Eine volle Sprudelflasche wird heftig geschüttelt und der Mutter/dem Vater zum Öffnen gegeben. Wie löst sie/er diese Aufgabe? Was ist mit den Konflikten zu Hause mit den Teenagern?

Becher mit Abfall

Man bietet den Familienmitgliedern einen Becher Kaffee oder Cola an, wirft aber vorher ein gebrauchtes Taschentuch, Dreck o.ä. hinein. Besonders wirkungsvoll ist es, wenn man selbst noch hineinspuckt. Wie kommunizieren wir innerhalb der Familie? Wie wollen wir behandelt werden? Was akzeptieren wir in der Familie?

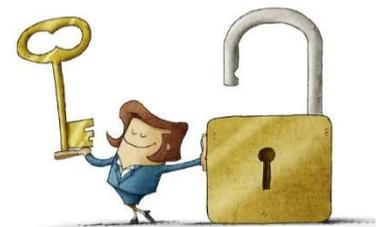
Ballon

Ballon als Symbol für Leichtigkeit. In der Umsetzungsphase werden Themen, welche die Eltern leichter nehmen wollen in den Ballon geblasen. Der Ballon kann noch beschriftet werden und als Anker mitgegeben werden. Zudem kann den Eltern verschrieben werden, dass sie im Alltag, wenn sie an eine solche Situation geraten, bei der sie leichter reagieren wollen, ihren imaginären Ballon mit 10 tiefen Atemzügen aufblasen und fliegen lassen.

5. Zusammenfassung

Beratung wird durch Impact-Techniken erlebbar und nachhaltiger. Die Klienten können sich noch Wochen später an die Kernbotschaft erinnern.

Der Einsatz von Impact-Techniken erfordert Übung, wie das Erlernen jeder neuen Fertigkeit. Es ist sinnvoller, eine Impact-Technik für einen Klienten vorzubereiten und dann gezielt einzusetzen, als spontan und unreflektiert zu handeln. So kann vermieden werden, dass eine Impact-Technik am Rande eines Gesprächs ohne die nötige Aufmerksamkeit eingesetzt wird. Man zündet ja auch kein Feuerwerk am Tag. In der Beratung sollte die Aufmerksamkeit auf



dieses Experiment, diesen Versuch oder diese kleine Aufgabe gelenkt werden und eine grosse Bühne erhalten.

Besonders wirkungsvoll ist eine individuell abgestimmte Impact-Technik auf die jeweilige Familie und ihre Lebenswelt. Zur Entwicklung einer Impact-Technik werden folgende Punkte benötigt:

- Zielsetzung der Familie
- Lebenswelt, Sprache & Schlüsselwörter
- Stand in Veränderungskreis
- Entwickeln der Impact-Technik mit einer Idee zur betreffenden Zielsetzung, der Wahl eines geeigneten Alltagsobjektes und eines Ablaufes in der Beratung.

Die Basis der Impact-Techniken ist ein guter Draht zum Klienten. Ohne diese wertschätzende Basis ist diese Methode nicht geeignet, da sie zu massiven Missverständnissen führen kann.

6. 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

Thun, 23.12.2024

Michael Gross

Dipl. Sozialer Arbeit (FH), Supervisor/Coach BSO, Systemisch-lösungsorientierter Kurzzeittherapeut MAS FH, CAS Kindeschutz BFH. Geschäftsführer Trial-Interventionen