

Impact-Techniken für Psychotherapie

Bearbeitet von
Danie Beaulieu, Gisela Dreyer

nicht bereinigt 2013. Taschenbuch. 144 S. Paperback

ISBN 978 3 89670 444 3

Format (B x L): 13 x 21 cm

Gewicht: 204 g

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychotherapie / Klinische Psychologie](#)

Zu [Inhaltsverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

**beck-shop.de**
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Danie Beaulieu

Impact-Techniken für die Psychotherapie

Aus dem Französischen von Gisela Dreyer

Dritte Auflage, 2008

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold
Prof. Dr. Dirk Baecker
Prof. Dr. Ulrich Clement
Prof. Dr. Jörg Fengler
Dr. Barbara Heitger
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand
Prof. Dr. Karl L. Holtz
Prof. Dr. Heiko Kleve
Dr. Roswita Königswieser
Prof. Dr. Jürgen Kriz
Prof. Dr. Friedebert Kröger
Dr. Kurt Ludewig
Prof. Dr. Siegfried Mrochen
Dr. Burkhard Peter
Prof. Dr. Bernhard Pörksen
Prof. Dr. Kersten Reich

Prof. Dr. Wolf Ritscher
Dr. Wilhelm Rotthaus
Prof. Dr. Arist von Schlippe
Dr. Gunther Schmidt
Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt
Jakob R. Schneider
Prof. Dr. Jochen Schweitzer
Prof. Dr. Fritz B. Simon
Dr. Therese Steiner
Prof. Dr. Helm Stierlin
Karsten Trebesch
Bernhard Trenkle
Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler
Prof. Dr. Reinhard Voß
Dr. Gunthard Weber
Prof. Dr. Rudi Wimmer
Prof. Dr. Michael Wirsching

Über alle Rechte der deutschen Ausgabe verfügt Carl-Auer-Systeme Verlag und Verlagsbuchhandlung GmbH Heidelberg
Fotomechanische Wiedergabe nur mit Genehmigung des Verlages
Satz u. Grafik: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten
Umschlaggestaltung: Goebel/Riemer
Umschlagillustration: Thorsten Hönig
Printed in the Netherlands
Druck und Bindung: Koninklijke Wöhrmann, Zutphen

Dritte Auflage, 2008
ISBN: 978-3-89670-444-3
© 2008, 2005 Carl-Auer-Systeme, Heidelberg

Copyright © Danie Beaulieu, 2005
All Rights reserved
Copyright © der deutschen Ausgabe
Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg, 2005
Illustrationen: Christian Daigle

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie unseren Newsletter zu aktuellen Neuerscheinungen
und anderen Neuigkeiten abonnieren möchten, schicken Sie
einfach eine leere E-Mail an: carl-auer-info-on@carl-auer.de.

Carl-Auer Verlag
Häusserstraße 14
69115 Heidelberg
Tel. o 62 21-64 38 o
Fax o 62 21-64 38 22
E-Mail: info@carl-auer.de

Kapitel 1

Impact-Techniken mit Objekten

Der Einsatz der visuellen Dimension konkretisiert die Therapie und erleichtert es, die Konzentration des Klienten auf ein spezifisches Thema zu lenken. Dabei gibt es mindestens zwei Varianten. Entweder der Therapeut sucht etwas Visuelles aus dem Alltagsleben des Klienten aus, das dieser zwischen den Therapiesitzungen regelmäßig sieht und das die Wirksamkeit der Intervention verstärkt. Oder er verwendet andere Objekte, die für ihn leicht zugänglich und auch kostengünstig sind. Der Therapeut kann dem Klienten das eine oder andere Objekt als Geschenk überreichen und auf diese Weise die weitere Auseinandersetzung mit dem Thema nach der Sitzung fördern.

Ein Blatt Papier

Ein Blatt Papier kann die Beziehung zwischen zwei Personen veranschaulichen. Glatt und sauber symbolisiert es eine angenehme und zufrieden stellende Beziehung. Wenn es zerknittert, zerrissen oder voller Flecken ist, dann steht es für eine ungünstige Beziehung.

Beispiel 1: Der Preis der Wut

Georg ist ein Klient, der große Schwierigkeiten hat, mit seiner Wut angemessen umzugehen. Er sagt, dass er es nicht versteht, warum sich seine Frau so aufregt, wenn er in Wut gerät.

Georg: Sie weiß doch genau, dass ich nicht wirklich böse bin, ich explodiere manchmal, aber danach ist es wieder gut. Es ist immer dasselbe! Sie sagt, dass sie es nicht mehr aushält, und wenn ich mich nicht verändere, will sie sich von mir trennen.

Therapeut: Wenn ich das richtig verstehe, Georg, lassen Sie sich mit Heidi so richtig gehen, indem Sie im Streit ganz viel sagen, was Sie eigentlich nicht meinen. Danach vergessen Sie es ganz einfach und verstehen nicht, warum sie es nicht genauso macht. Ist das so?

Georg: Genau so ist es, das stimmt!

Therapeut: Nehmen wir dieses Blatt Papier. Sie sehen, es ist ganz glatt und sauber. Sagen wir mal, das ist Ihre Beziehung mit Heidi. Ich

schreibe also »Georg« und »Heidi« darauf (*er schreibt beide Vornamen auf das Blatt*). Welche Zahl auf einer Skala von 0 bis 10 würde Ihre Gefühle ausdrücken, die Sie Ihrer Frau entgegenbringen?

Georg: Ach, das ist eine Zehn, mindestens!

Therapeut: Aber nun schauen Sie mal, was passiert, wenn Sie in Wut geraten. (*Der Therapeut imitiert seine vorwurfsvolle Stimme und zerknittert dabei heftig das Papier*). »Ich habe dir doch gesagt, du sollst das Abendessen um 6 Uhr machen, weil ich den Termin habe, jetzt hast du es schon wieder vergessen. Du wusstest doch, dass es für mich wichtig ist. Du hättest dich ein wenig anstrengen können. Was kann ich nur tun, damit du dich nicht immer so blöd anstellst?« (*Das Papier ist völlig zerknittert und an manchen Stellen eingerissen.*)

(*Georg schaut verblüfft und ist sehr aufmerksam.*)

Therapeut (*übernimmt wieder die Rolle des Klienten, versucht, das Papier glatt zu streichen, sagt gleichzeitig in einem entschuldigenden Ton*): »Ach, entschuldige! Das wollte ich nicht sagen. Du weißt doch, dass dieser Termin mich ärgert. Bitte vergiss es jetzt!« (*Das Blatt ist immer noch verknittert, trotz des Versuchs, es zu glätten. Georg ist verduzt und scheint ernsthaft betroffen zu sein von dieser Analogie.*) Was halten Sie von dieser Demonstration, Georg?

Georg: Ich verstehe jetzt besser, warum Heidi so reagiert und sich so fühlt.

Therapeut: Ich habe den Eindruck, dass sie seit geraumer Zeit schon versucht, es Ihnen zu sagen. Es ist durchaus menschlich, wütend zu werden, man kann sich noch so anstrengen, aber es passiert immer wieder, es gelingt nicht immer, sich nicht aufzuregen. Gleichwohl ist es besser, wenn man lernt, auf eine konstruktive Weise damit umzugehen. Möchten Sie das?

Georg (*überzeugt*): Ja, sehr!

Beispiel 2: Evaluation einer Vater-Tochter-Beziehung



Eine Mutter erbittet Hilfe für ihre 8-jährige Tochter. Die Eltern sind seit vier Monaten geschieden, und die Sorge um ihr einziges Kind hat ihr Leben durcheinander gebracht. Die Mutter sagt, der Vater sei gewalttätig. Er habe das Kind zwar noch nicht geschlagen, aber sie hält ihn sogar für fähig, es zu töten. Ihr Ex-Mann sammle Schusswaffen, und das macht ihr Sorgen. Da sie aber keinerlei Beweise für ihre Befürchtungen hat, muss das Kind jede zweite Woche den Vater besuchen. Jedes Mal, wenn es zurückkommt, ist es völlig durcheinander und hat schon Angst, bald wieder zu ihm zu müssen. Die Angst scheint mit jedem weiteren Besuch zuzunehmen, was dazu führt, dass das Kind nachts kaum noch schläft, sich in der Schule nur schwer konzentrieren kann und zahlreiche psychosomatische Symptome entwickelt. Die Therapeutin führt mit der Tochter ein Gespräch, um herauszufinden, ob die Mutter die Situation des Kindes angemessen beschreibt oder ob sie übertreibt.

Julia: Papa ist ziemlich komisch. Er kann niemals zwei Dinge gleichzeitig tun.

Therapeutin: Was willst du damit sagen?

Julia: Wenn ich z. B. aus der Schule komme, dann spricht er nicht mit mir, weil er – so sagt er – kochen muss. Bei Tisch will er auch nicht mit mir sprechen, weil er dann isst. Und nachher, wenn wir den Tisch abräumen, auch nicht.

Therapeutin: Sieh mal, Julia. Nehmen wir mal an, dieses Blatt Papier ist wie dein Gefühl, wenn du bei deinem Vater bist (*zerknüllt den Rand des Blattes*). Fühlst du dich ein wenig so wie das Blatt, wenn du zu ihm gehst?

Julia: Nein! Wenn ich zu ihm gehe, fühle ich mich so (*nimmt das Blatt aus den Händen der Therapeutin und zerknüllt es völlig*): Wenn ich dann zurück zur Mama komme, dann habe ich kaum genug Zeit, um mich wieder glatt zu machen, und schon muss ich wieder zu Papa gehen. (*Julia ist erkennbar verängstigt.*)

Dieses Beispiel zeigt deutlich, wie durch ein einfaches Blatt Papier eine Situation veranschaulicht werden kann.

Beispiel 3: Das »geheime« Blatt

In einem dritten Fallbeispiel wird vor dem Klienten auf die Mitte eines weißen Blatts wortlos das Wort »geheim« geschrieben. Dann wird der Klient aufgefordert, das Blatt zur Hälfte zusammenzufalten, zu vierteln, zu achteln, es immer kleiner zu machen.

Therapeutin: Du erinnerst mich an dieses zusammengefaltete Blatt mit einem Geheimnis darin. Ich würde dir wirklich gerne helfen, aber so, wie du es versteckst, ist es schwierig, etwas zu tun. Glaubst du, du könntest dieses Blatt ein wenig öffnen und das Geheimnis darin ein wenig mit mir teilen?

Je nach Antwort des Klienten sind durch die konkrete Metapher mehrere Optionen möglich. Sie können den Jugendlichen bitten, das Blatt ein wenig zu entfalten, Sie können ihn fragen, inwieweit er bereit ist, das Geheimnis aufzudecken, und was Sie tun können, um ihm dabei zu helfen. Sie können auch die verschiedenen Motive für sein Geheimnis gemeinsam mit ihm erforschen, indem Sie fragen: Ist es schon lange da? War es schon immer so versteckt? Hast du jemandem versprochen, es nicht zu verraten? Gibt es jemanden, mit dem du bereit wärst, das Geheimnis zu lüften?

Modellierknete

Knete kann geformt, gemischt und auseinander gezogen werden. Sie ist ein wenig schmierig und anhaftend – so wie manche Erinnerungen. Sie erweist sich als sehr geeignet, den therapeutischen Prozess zu veranschaulichen.