



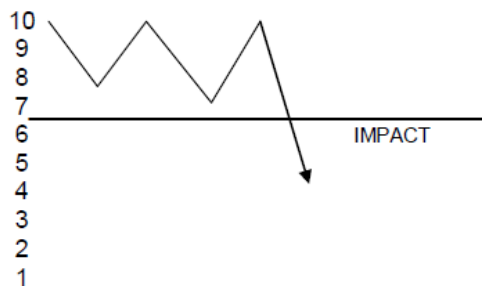
# Therapie ist kein TikTok

## Impact Techniken für Kinder und Jugendliche

### Die vier „M“s der Impact Therapy:

- Multisensorisch
- Motivational
- Marketing
- Muster

### Tiefgang



### BAFTA

- Beziehung
- Auftrag
- Fokus
- Tiefe
- Abschluss

*Impact- Therapeut\*innen sind kreativ und mutig.*

### Gründe für kreative Techniken

- Fokussierung der Sitzung
- Konzepte konkretisieren
- Aufmerksamkeit erhöhen
- Dramatisierung
- Beschleunigung der Veränderung
- Verbessertes Lernen, weil Menschen visuelle Lerner sind
- Verbessertes Lernen, weil Menschen durch Erfahrung lernen
- Schaffung einer gemeinsamen "Sprache"



## Fünf Arten kreativer Techniken

### 1. Requisiten

Schild	1 \$ Note / Geldschein
Filter	Bausteine
Cola-Flasche	Tigger / I-aah
Becher	Post-it's
Zündschnur	Spielkarten
Bierflasche	Kassetten
Puppen	Gummibänder
Teller	Matrioschka-Puppen
Hammer	Rucksack
Im Blickfeld / hinter Dir	Rückspiegel



## 2. Stühle

Der leere Stuhl

Rational vs. Irrational

Rollenspiele

Auf dem Stuhl stehen

Entscheidungen treffen

Ziele

Loslassen

Distanz

Das freie Kind

Damals vs. Heute

Kommunikation zwischen Anteilen

## 3. Bewegung

Prozessevaluation

Einem Weg folgen

Angst vor Veränderung

Sich im Kreis drehen

Gefühl der Hilflosigkeit

In der Ecke stehen

Position auf einem Kontinuum

Hindernisse



## 4. Visualisierung

Rating auf Skalen

Wirtschaftsrechnung

Kästchen

ABC-Schema

WDEP

TA-Anteile

Die drei R's

Briefe

Satzvervollständigungen

Drama-Dreieck

Vermischung

Egogramme

Grundbedürfnispyramide

Stadien der Veränderung

## 5. Metaphern

Wunderfrage

Heißluftballon

Unkraut jäten (regelmäßig)

Kinofilm

Neue Sprache lernen (täglich üben)

Diät einhalten (braucht Zeit und  
Konzentration)

Tier, das Du gerne sein würdest

Such Dir ein Objekt im Raum aus

Skifahren lernen (auf dem Kinderhügel  
anfangen, dann steigern)

Blumentopf (wenn die Pflanze wächst,  
braucht sie einen größeren Topf)



**Im Juli 2025 beginnt die Weiterbildung „Impact Therapie“ am Institut für Impact Therapie in Konstanz! Weitere Informationen erhalten Sie auf Anfrage bei Eva Barnewitz (info@impact-therapy.de).**

**Aktuelle Informationen zu Workshops, Ressourcen und offene Supervisionstermine werden über den Newsletter versendet. Für die Aufnahme in den Verteiler senden Sie bitte eine Mail an info@impact-therapy.de .**

## **Literatur und weiterführende Materialien**

- [www.impacttherapy.com](http://www.impacttherapy.com)
- [www.impact-therapy.de](http://www.impact-therapy.de)
- [www.academieimpact.com](http://www.academieimpact.com)
- Danie Beaulieu: Impact-Techniken für die Psychotherapie
- Ed Jacobs & Christine Schimmel: Impact Therapy – The courage to counsel (dt. Übersetzung in Arbeit)
- Ed Jacobs: Creative counseling techniques: An illustrated guide
- Jacobs, Schimmel, Masson, & Harvill: Group Counseling: Strategies and Skills, 8th ed.
- Frauke Nees: Kartensets