

Vorwort Michael Borg-Laufs

Liebe, geneigte Leserschaft:

Ja, geht denn das überhaupt, dass Psychotherapeutinnen und Berater einfach „Krimskrams“ nutzen, um ihren Patienten bzw. Klientinnen zu helfen?

Eigentlich sollten die Bestandteile einer Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie klar sein, nämlich: gebildete Profis, die wissenschaftliche Erkenntnisse in Therapiepläne überführen können; Profis mit Skills, die sie in ihrer aufwändigen Ausbildung gelernt haben; normierte Testverfahren und Fragebögen; evaluierte Trainingsmanuale. Schließlich handelt es sich um eine wissenschaftlich fundierte Tätigkeit, die wir da ausführen, nicht wahr?

Und jetzt „Krimskrams“? Wo kommen wir denn da hin!?

Ich habe eine Idee, wo wir da hinkommen: Nah ran an die Klienten und Patientinnen, nah ran an ihren Alltag, ihre Lebenswelt und nah ran an den Spaß, an Überraschungen, an eindrückliche Erfahrungen und an spielerisches Entdecken.

Ja, ist denn das evidenzbasiert?

Nein, wohl nicht – aber das muss es auch nicht sein: Evidenzbasiert sind nach dem heutigen Stand der Forschung die allgemeinen Strategien, die Leitlinien, die uns bestimmte methodische Vorgehensweisen nahelegen. Die konkrete Umsetzung dieser Methoden, die Auswahl von Materialien und von Metaphern, unsere Wortwahl, unsere Mimik und Gestik sind eher nicht Gegenstand der Psychotherapieforschung. All das hängt von unserer Kreativität ab, von unserer Art der Beziehungsgestaltung, der Kommunikation und unserem Einsatz von Humor in der Psychotherapie.

Der Strauß an Ideen, den die beiden Autorinnen hier für uns entfalten, kann uns helfen, den therapeutischen Prozess patientengerechter zu gestalten. Ein Vorwurf etwa an die vielen kognitiv-verhaltenstherapeutisch ausgerichteten Therapiemanuale in der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie lautet schließlich, dass sie – wiewohl in Evaluationsstudien Hinweise für ihre Wirksamkeit erarbeitet werden konnten – zu verschult daherkommen, zu viele Papier-und-Bleistift-Übungen beinhalten, die bei einigen Kindern und Jugendlichen eher negative Assoziationen mit ihrem schulischen Alltag schaffen. Stattdessen können die vielfältigen kreativen Materialien, um die es hier geht, vermutlich eher überraschen, Neugierde, Interesse und Commitment hervorrufen.

Und bieten wir unseren Klienten und Patientinnen damit nicht auch ein Vorbild für ressourcenorientiertes Denken und Handeln und ebenso für Neubewertung/Reframing? Ein Stempel ist eben nicht nur ein verstaubter und langweiliger Bürogegenstand, sondern kann auch Spaß machen und in einem völlig anderen Kontext sinnvoll eingesetzt werden. Und sogar Teebeutel, Gewürzstreuer, Reiskörner, Maßbänder und Kinderspielzeug aller Art können im beraterischen oder therapeutischen Prozess eine völlig neue, überraschende Bedeutung erhalten. Somit ist unsere Arbeit mit „Krimskrams“ durchaus auch in diesem Sinne modellhaft. Wir selber arbeiten lebenswelt- und ressourcenorientiert mit dem, was eben vorhanden oder leicht zu beschaffen ist und nutzen diese Ressourcen auf eine kreative, unkonventionelle Weise.

Wenn wir an die Wirkfaktoren von Psychotherapie denken, dann erscheint es plausibel, dass wir mit diesen kreativ genutzten Alltagsmaterialien nicht nur Ressourcen aktivieren, sondern auch das Verständnis für psychische Vorgänge auf praktischer Ebene fördern können. So mag es uns gelingen, gemeinsam mit unseren Patienten neue Lösungsideen zu entwickeln und Probleme zu Herausforderungen werden zu lassen. Wir Therapeuten und Beraterinnen sind auf die Motivation zur aktiven Therapiemitarbeit angewiesen. Anregende Ideen, die an Alltagserfahrungen anknüpfen, können diese spielerisch erhöhen.

In diesem Sinne wünsche ich der Leserschaft, dass sie aus dem breit gefächerten Spektrum kreativer therapeutischer Ideen rund um Alltagsgegenstände („Krimskrams“ halt) diejenigen herausfiltern können, die anregend und hilfreich für sie selber und natürlich – vor allem – für die Klientinnen und Patienten sind. Ich selber freue mich auf die Arbeit mit Küchenkram, Spielzeug und Büromaterial ...

Prof. Dr. Michael Borg-Laufs, Mönchengladbach