

Einige Hinweise vorab

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

nach dem großen Erfolg unseres Bestsellers „Krimskrams und Co.“ freuen wir uns, dass wir mit diesem Band noch mehr kreative Ideen rund um den Einsatz von Gegenständen in der Psychotherapie und Beratung mit Ihnen teilen dürfen. In der täglichen Arbeit mit unseren kleinen und großen Patienten sowie ihren Familien sind uns viele weitere Ideen förmlich zugeflogen. Auch den Austausch mit unseren vielen tollen Kolleginnen haben wir immer wieder als Inspiration erlebt. So waren schließlich mehr als genug neue Gegenstände und Impulse für den therapeutischen Einsatz gefunden und eine Fortsetzung erschien unausweichlich.

Wir möchten Ihnen mit unseren Übungsimpulsen und Fallbeispielen einen Einblick in unsere therapeutische Kreativität geben und freuen uns, wenn Sie unsere Ideen als Inspiration für ihr eigenes kreatives Tun nutzen können. Unsere Vorschläge sind nicht in Stein gemeißelt – wir wünschen uns, dass Sie sich frei fühlen, sie für Ihren Gebrauch anzupassen und weiterzuentwickeln.

Ein wichtiger Zugang, der sich wie ein roter Faden durch unser Buch zieht, ist die Grundidee der sogenannten „Impacttechniken“, wie sie Danie Beaulieu (2013) beschrieben hat.

Hierbei handelt es sich um Interventionen, welche über die Ansprache verschiedener Sinneskanäle besonders geeignet sind, einen bleibenden Eindruck zu hinterlassen. Sie knüpfen an den vorhandenen Interessen unserer Klienten an, erzeugen durch ungewöhnliche Fragen Neugier und verankern sich durch das Aktivieren von Emotionen besonders gut im Gedächtnis.

Was neu ist

Dieses Buch soll keine Schritt-für-Schritt-Anleitung für konkrete therapeutische Interventionen im Sinne eines Manuals sein. Wir möchten nicht nur unsere Ideen teilen, sondern auch dazu ermutigen, eigene, auf die Patienten zugeschnittene Übungen zu entwickeln. Arbeiten Sie mit dem, was Ihre Patienten bewegt und was spontan im Miteinander entsteht! Als kleinen Einstieg haben wir zu Beginn dieses Buches einen Ausflug in die Welt des kreativen Denkens gemacht. Hier erfahren Sie, was Kreativität und Probleme miteinander zu tun haben, wie Sie die Kreativität Ihrer Patienten im Sinne einer gelungenen Therapie fördern und wie Sie selbst Ideen zum Einsatz von Gegenständen entwickeln können.

Wie schon beim ersten Buch gibt es wieder zahlreiche Bilder zur Veranschaulichung und Orientierung. Ganz besonders freuen wir uns darüber, dass wir dem häufig geäußerten Wunsch nach farbigen Bildern entsprechen konnten, und dieses Werk nun so bunt daherkommt wie unsere Ideen.

Wir sind zwar Psychotherapeutinnen für Kinder und Jugendliche, haben in diesem Buch jedoch auch zahlreiche Übungsimpulse untergebracht, die ebenso mit Erwachsenen durchführbar sind. So ist eine reichhaltige Ideensammlung für das gesamte Altersspektrum entstanden.

Auch die Tatsache, dass seit dem Beginn der Corona-Pandemie immer mehr Videotherapien durchgeführt werden, wollen wir nicht unbeachtet lassen. Sie finden daher ein

neues Piktogramm bei jeder Übung, das darauf verweist, dass sich die Idee auch online umsetzen lässt. Dies ist dann der Fall, wenn sich etwas vor der Kamera demonstrieren lässt, oder es sich um so einen alltäglichen Gegenstand handelt, dass unser Gegenüber ihn selbst schnell zur Hand nehmen kann (z. B. Stifte oder Büroklammern).

Unsere Gastautorinnen

Wie schon beim ersten Band haben uns zahlreiche kreative Köpfe durch den Entstehungsprozess dieses Buches begleitet. Neu ist diesmal, dass sie in Form von Gastkapiteln einen Raum für eigene Ideen haben:

Mila Ould Yahoui, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin aus Hamm (und nebenbei stolze Besitzerin eines eigenen Bauernhofs), teilt ihre Ideen zu Steinen, Wolle und Pflanzen mit uns.

Betty Ebner, Hochbegabten-Coach aus Gevelsberg, erweckt handelsübliche Locher mit ihren Ideen zum Leben.

Mirja Rößner, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin aus Niedersachsen, baut auf spielerische Abenteuer mit Emotionen und hat ihre Idee zum „Meer der Gefühle“ am Ende dieses Buches beigesteuert. Außerdem stellt sie ihre therapeutischen Impulse zum Spiel Bamboleo vor und hat die Ideen „Gute und schlechte Berührungen“ (Wäscheklammern) und zur „Klagemauer“ (Holzwackelturm) mit uns geteilt.

Zur Gliederung

Wie schon im ersten Band haben wir bei der Gliederung darauf geachtet, dass sich das Werk zum schnellen Nachschlagen und Stöbern eignet.

Neben einer klaren Kapitelstruktur haben wir möglichst aussagekräftige Überschriften gewählt. Die Bilder dienen nicht nur der Veranschaulichung, sondern auch dem schnelleren Auffinden einzelner Kapitel. Jede Intervention ist zudem mit Piktogrammen versehen:



geeignet für die Arbeit mit jüngeren Kindern



geeignet für die Arbeit mit Jugendlichen und Erwachsenen
(ab ca. 12 Jahren)



geeignet für die Arbeit mit Menschen mit kognitiven Einschränkungen



geeignet für die Arbeit mit Bezugspersonen, Eltern oder Paaren



geeignet für die Arbeit mit Familien



geeignet für die Arbeit mit Gruppen



geeignet für Interventionen per Video

Das umfangreiche Stichwortverzeichnis am Ende dieses Buches enthält die wichtigsten Schlagworte zu einzelnen Störungsbildern, Interventionen und Themen aus den Bereichen Beratung und Prävention. Gleichzeitig kann man mithilfe des Inhaltsverzeichnis jederzeit schnell schauen, zu welchen Gegenständen aus den einzelnen Lebensbereichen es Ideen gibt.

Wen wir ansprechen möchten

Wir sind verhaltenstherapeutisch orientierte Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen und das lässt sich sicher bei vielen Ideen erkennen. Dennoch freuen wir uns, wenn sich auch Kolleginnen und Kollegen anderer Therapieverfahren und weitere Berufsgruppen angesprochen fühlen. So eignen sich viele Interventionen auch für die Erziehungsberatung und Ergotherapie, für Schulpsychologen, systemische Therapeutinnen, ärztliche Fachkräfte und viele mehr. Auch unseren zukünftigen Kolleginnen und Kollegen, die sich aktuell noch in der Ausbildung befinden, hoffen wir, mit unseren Ideen etwas konkretes Handwerkszeug zur Verfügung stellen zu können.

Welchen Umgang wir uns mit unseren Ideen wünschen

Unsere Anregungen ersetzen selbstverständlich keine einschlägige Ausbildung. An einigen Stellen finden sich Hinweise auf mögliche Schwierigkeiten und Kontraindikationen für bestimmte Interventionen zur groben Orientierung. Wir können jedoch keine Aussage darüber treffen, wann welche Intervention im Einzelfall sinnvoll ist und wie sie konkret gestaltet werden sollte. Daher möchten wir zu einem verantwortungsvollen und reflektierten Umgang mit diesem Buch aufrufen. Eine wichtige Voraussetzung für das Gelingen einer Übung ist das Einverständnis unserer Klienten. Bei vielen Impulsen halten wir es daher für sinnvoll und notwendig, sich dieses aktiv einzuholen, z. B. über Fragen wie „Darf ich dir mal eine ungewöhnliche Frage stellen?“ oder „Darf ich dich/Sie zu einem kleinen Experiment einladen?“.

Einige Worte zum Thema „Gendern“ zum Schluss

Wir wissen, dass gendergerechte Sprache einen immer größeren Stellenwert im gesellschaftlichen Diskurs erlangt hat. Wir können verstehen, dass es für viele unbefriedigend ist, sich als Frau nur „mit gemeint“ zu fühlen. Gleichzeitig beobachten wir, dass die vielen Vorschläge (über das Binnen-I, das sogenannte „Gender-Sternchen“ bis hin zu Leerzeichen) für unser Buch keine Lösung darstellen, mit der wir uns anfreunden können. Vielleicht gibt es diese ja, wenn wir einmal in die 10. Auflage gehen?

Wir haben uns daher aus pragmatischen Gründen dafür entschieden, die Geschlechter abzuwechseln. So wird der Lesefluss nicht beeinträchtigt und jeder darf und sollte sich „mit gemeint“ fühlen. Wir sprechen ebenso abwechselnd von Therapeuten und Beratern, Patienten und Klienten, Kinder und Jugendlichen oder ganz neutral von unserem Gegenüber und versuchen so, dem breiten Anwendungsgebiet unserer Ideen Rechnung zu tragen.

Nun wünschen wir unseren Lesern viel Freude beim Entdecken, Ausprobieren und Kreativwerden!

Felicitas Bergmann und Delphine Bergmann im März 2022