Unser Buchtipp



Die Rezensenten:

Birgit Charlotte Maier
Ergotherapeutin
maier@loerrach-ergotherapie.de

Boris Östringer
Ergotherapeut
oestringer@loerrach-ergotherapie.de

Systemisch-lösungsorientierte Therapie ziel- und ressourcenorientiert in der Ergotherapie einsetzen

Im Herbst 2019 luden wir Gesa Döringer zur Durchführung der In-House-Fortbildung „Gesprächsführung für (Ergo-)Therapeuten – Lösungen zu finden anstatt Probleme zu lösen" nach Lörrach in unsere Praxisgemeinschaft ein. Wir freuen uns, die Fortbildungsinhalte in ihrem 2020 erschienenen, hier vorgestellten Buch sehr gut strukturiert wieder zu finden.

Es ist ein sehr gut umsetzbarer Leitfaden entstanden, der die ergotherapeutische Arbeit um den Ansatz der systemisch-lösungsorientierten Arbeit ergänzt. Die Überzeugung beider Therapien besteht darin, dass es Menschen in jeder Lebenssituation gelingen kann, ein erfülltes Leben zu führen.



Das Buch ist mehr als nur ein Leitfaden, um Gespräche und Therapie lösungsorientiert durchzuführen. Es bietet einen großen Handwerkskoffer voll mit gut umsetzbaren Möglichkeiten für die therapeutische Arbeit. Mit den angebotenen „Werkzeugen" kann es gelingen, dass Klienten die Lösungen ihrer Probleme selbst finden. Mit den vorgestellten Maßnahmen, zahlreichen Reflexionsbögen und Arbeitsblättern in digitaler Form lässt sich die Zielsetzung im therapeutischen Prozess sowohl für Therapeuten als auch Klienten immer wieder evaluieren.
Der Band ist lebendig geschrieben. Er macht Lust darauf, die vorgestellten Methoden einzusetzen und Menschen dabei zu begleiten, selbst die Lösungen für ihre Probleme zu entwickeln.

In den ersten Kapiteln sind wichtige Kernaussagen der lösungsorientierten Therapie aufgeführt, die den TherapeutInnen helfen, während des Behandlungsprozesses in der lösungsorientierten Grundhaltung zu bleiben.
Und dann ist da OSKAR: Fünf Buchstaben, die uns strukturiert durch das Buch begleiten. OSKAR ist ein Modell, das sich effektiv im lösungsorientierten Therapieprozess anwenden lässt. OSKAR steht für:

Outcome – Was will der Klient erreichen?

Situation/Skalieren – Wo steht der Klient heute?

Know how – Was ist die Ressource?

Affirm/Action – Anerkennung und Definition der nächsten Schritte

Review – Bewusstmachung und Wertschätzung des Erreichten

Wir arbeiten primär in der Pädiatrie. Daher wurden die Anregungen, die Maßnahmen und Ideen weitgehend mit Kindern und deren Eltern eingesetzt. In Gesa Döringers Buch finden wir z.B. den Problem-Free Talk, den „Ice-breaker" beim Aufbau der therapeutischen Beziehung.

Durch das Sammeln von Ressourcen des Klienten wird immer wieder deutlich, dass es um die Kompetenz des Klienten geht, seine Stärken zu fokussieren. In unserer Praxis mehrfach genutzt wurde das Erstellen von

Plakaten mit Stärken und Fähigkeiten. Ebenso die Kreistechnik, bei der Klienten und deren Angehörige mit ins Boot genommen werden: Durch Visualisierungen, die das Gespräch begleiten, ist das gemeinsame Erarbeiten sehr zielführend.

Sowohl bei unseren Elterntrainings als auch in der ergotherapeutischen Behandlung kommt zudem die Methode des Reframens zum Einsatz: Vermeintlich negative Eigenschaften erlangen eine positive Bedeutung. So werden aus ängstlichen Menschen Personen, die Gefahren einschätzen können, aus provokanten solche, die die Fähigkeit haben, andere aus der Reserve zu locken.
Eine der wertvollsten Techniken, die unseren Alltag in der Praxis ebenfalls erobert hat, ist die „Wunderfrage“ verbunden mit der Skalierungsfragetechnik. Schritt für Schritt arbeitet der Klient an seinem persönlichen Fortschritt – messbar und visualisiert.

Vielen Dank an Gesa Döringer für dieses wertvolle Buch, das aus der Praxis für die Praxis entstanden ist.

Illustrationen: Sandra Haubold



Systemisch-lösungsorientierte Therapie

Ein Handbuch für den ziel- und ressourcenorientierten Einsatz in der Ergotherapie

Gesa Döringer

2020, 168 Seiten, ISBN 978-3-8248-1261-5, Euro 30,00, Schulz-Kirchner, Idstein