Weniger Reden, Mehr Tun

Impact Techniken in der Suchthilfe

Eva Barnewitz & Pia Herrmann

Rosenheimer Suchthilfetag 2026

Eva Barnewitz
INSTITUT FÜR
IMPACT THERAPIE

Hintergrund: Impact Therapie



Impact Therapie ist ein

kreativer
multisensorischer
aktiver
theoriegeleiteter

Ansatz für Therapie und Beratung

Ed Jacobs

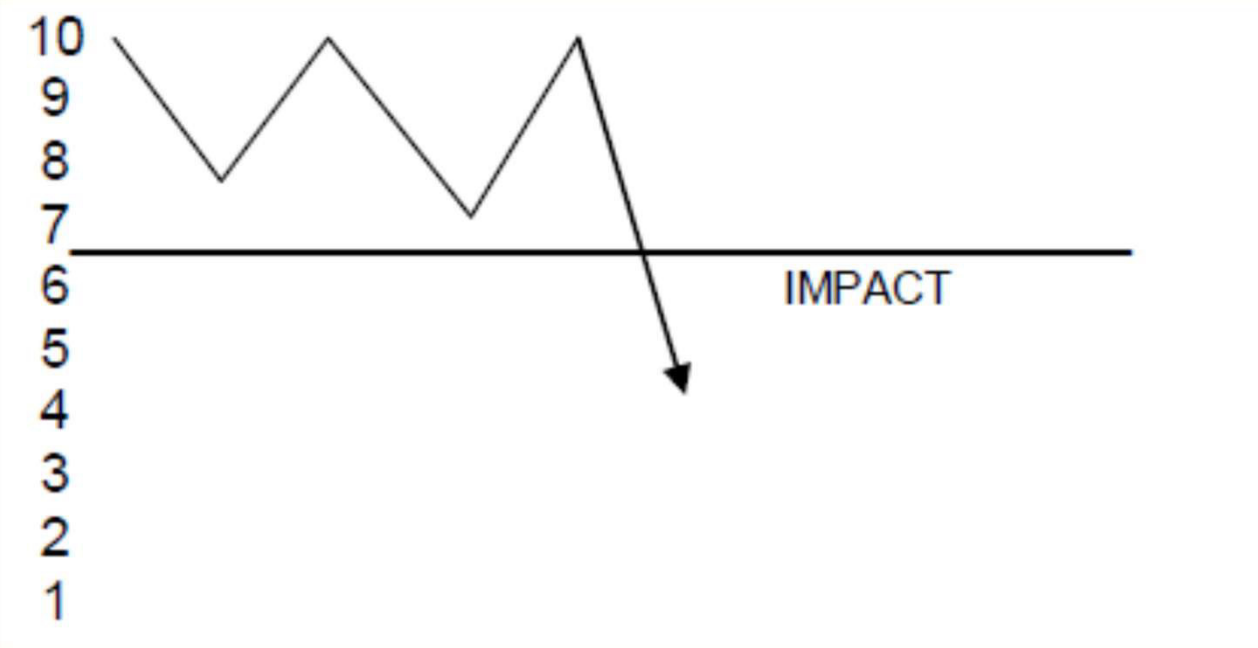
Die „Essenz“

- Unser Gehirn liebt Neuartigkeit
- Wir lernen durch Erfahrung, nicht durch Einsicht
- Mach deine Beratung erinnerbar
- Sprich zu den Augen und zu den Ohren
- Nutze Theorien als Leitsterne
- Sei mutig ! ☺

Haltung ◦ Theorie ◦ Technik = Impact



Der Tiefengraph



5 Arten kreativer Techniken

Requisiten

Bewegung

Stühle

Metaphern

Visualisierungen

Unsere Favoriten im Kontext „Sucht“



- Visualisierung zu „Entscheidungen“
- Stühle (klein, groß, mehrere…)
- Hammer
- Karton
- Zündschnur
- Rückspiegel
- Dollarschein
- Vorstandstisch
- Treppenläufer

Seid mutig

Arbeitet theoriegeleitet

Sprecht zu den Augen und zu den Ohren

Vielen Dank !

Beim Wunsch nach „mehr“ abonnieren Sie gern den Newsletter

oder besuchen Sie die Website

www.impact-therapie.com

Eva Barnewitz
INSTITUT FÜR
IMPACT THERAPIE