

A.K.T.[®]

Grundlagen
und
Wirkfaktoren
eines
Empowerment
-konzeptes

Resilienz

Sinnhaftigkeit der
eigenen Existenz
„spiritueller Anker“

Salutogenese

Stabilität
Balance
Abgrenzungsfähigkeit
Anpassungsfähigkeit

Kohärenz

Sinnhaftigkeit/Verstehbarkeit
Handhabbarkeit
Inhalt
Beziehung
Prozeß

Selbst-

-ständigkeit
-Bewusstsein
-Verteidigung
-Vertrauen

Fraktale Logik

Werkzeugkasten
In der Sprache des Gegenübers
Biographisch/ethnographisches
Verstehen
„Forscher-Geist“
Alltagsbezüge
Bewegungsspeicher

Autopoiesis

Veränderung durch
Reiz,
Entwicklung durch
Not
(stabile
„Problemtrance“
erschüttern)

Imagination

Überblick, Metaplan
„Wunderfrage“,
Konstruktion,
Rollenspiel, Archetypen
Epigenetische Speicher
Mnemisch
Subintellektuell
paradoxe Interventionen
spielerisch „wie will ich
...“

Ziel

Hilfe zur Selbsthilfe
Handlungs/Entscheidungs
-hoheit

Nachhaltigkeit

Methode

Haltungsveränderung durch
Blickwinkelerweiterung
Forschen, Basteln, Spielen,
Experiment, Analogien,
Erfindungen,
Sparring/Lehrschwimm
-becken

Werkzeuge

Zirkuläres/dialektisches
Denken
Falsch/richtig- Paradigmen
überprüfen

„**Bewegte Alternativen**“

Bewegung

Ressourcen/
Lösungsspeicher
Verfügbar
trainierbar
Alltag-
/Berufanalogien erproben
RelösA- Glaubenssätze

Worte finden

Reflexion
Geschichten erfinden
Sprachlosigkeit beenden
Ergebnisse kognitiv speichern

Indikation

PTB, Autodestruktion, Mobbing
Fremdaggression, Angst, Sucht
Ausweglosigkeit,

Relative Kontraindikation

Mangelnde Einsicht,
vorrangig

-psychiatrisches Krankheitsbild
-aufdeckend/analytische Therapie
-best. somatische Einschränkung
- in externer Psychotherapie

Absolute Kontraindikation

Akutes Trauma
Aktueller Entzug
Aktuelle Intoxikation

Literatur:
Lomborg/Iwert/
Schröder/Brendel