



AVM Publications

---

# Eine Rezension zu den MiniMax-Interventionen und Feinheiten therapeutischer Kommunikation

Online verfügbar via:  
<https://institut-avm.at/avm-publications/>

Zur Peer-Review eingereicht: 2.4.2021  
Angenommen: 10.4.2021

Chino Jose Offurum, Chika Okafor

*MiniMax-Interventionen und die Feinheiten therapeutischer Kommunikation* ist eine audiovisuelle Aufführung von *minimalen Psychotherapieinterventionen mit maximaler Wirkung* aus dem bekannten Buch von Manfred Prior (2009). Es handelt sich bei diesen vier DVDs um eine Aufnahme aus einem zweitägigen Seminar mit dem Autor. Darin werden die Kommunikationstechniken aus seinem Buch gelehrt und deren Anwendungen demonstriert.

Die erste DVD mit insgesamt 135 Minuten Laufzeit ist in 5 Kapitel gegliedert. Prior weist auf die psychologische Implikation persönlicher Linguistik in Therapie hin. Er zeigt auf, wie sich die sprachliche Darstellung eines Problems grundsätzlich auf die Art und Weise, wie das Problem erlebt wird, auswirken kann. Beispielsweise pflegen Patienten<sup>1</sup> ihre Probleme mit dem Adverb „immer“ zu formulieren. Damit suggerieren sie sich die Aussichtslosigkeit ihrer Situation und versperren sich dadurch den Weg zu einer besseren Zukunft. Daher besteht für Prior eine initiale MiniMax-Intervention darin, die *verabsolutierte Macht der Vergangenheit zu relativieren* und somit den Weg zur Besserung zu eröffnen. Dazu schlägt Prior erstens vor, die Schilderung des Patienten zusammenzufassen und mit dem Tempus „in der Vergangenheit“ oder „bis jetzt“ zu ergänzen. Zweitens schlägt er vor, das Wort „immer“ mit Begriffen wie „meistens“, „häufig“ oder „manchmal“ zu ersetzen. Denn während „immer“ das Problem verabsolutiert, relativieren die hier vorgeschlagenen MiniMax-Interventionen die verabsolutierte Macht der Vergangenheit. Der Sinn dieser Interventionen ist es, zum Ausdruck zu bringen, dass der Problemzustand in der Vergangenheit nicht immer vorhanden war und in Zukunft nicht unbedingt sein muss. Prior unterstreicht, dass „immer“ in Verbindung mit Problemen *nie* stimmt und plädiert daher für die frühzeitige Suche nach Ausnahmen. Im anschließenden Abschnitt mit dem Titel „nicht mehr so

---

<sup>1</sup> In diesem Text wird ausschließlich die männliche Form verwendet. Damit sind alle anderen Formen gleichermaßen mitgemeint.

aufbrausend“ demonstriert er mithilfe einer Teilnehmerin, wie sämtliche bis dahin diskutierten Sprachtechniken konkret umgesetzt werden können.

Die zweite DVD von insgesamt 139 Minuten Laufzeit ist in 5 Kapitel gegliedert. Sie schließt an die erste an. Hier wird die Besonderheit des Begriffes „sondern“ hervorgehoben: Das Wort „sondern“ hilft, die Weichen zu stellen, damit sich die therapeutische Kommunikation in Richtung Erfolg bzw. Therapieziel bewegt. Mit dem Begriff „sondern“ wird gleichzeitig die inhaltliche Klärung des Therapiezieles eingeleitet. Prior bezeichnet „sondern“ als das zentrale Wort in der Psychotherapie. Der Begriff „sondern“ verhindert, dass der Klient in Problemtrance verharrt und hilft das Gespräch zielgerichtet zu führen. Um Patienten aber nicht mit dem *persistenten Fragen nach dem Ziel* zu überfluten, empfiehlt er „systemisches Schweigen“. Mit diesem Ausdruck beschreibt er eine therapeutische Haltung des Schweigens und Beobachtens, um den Patienten Raum zum Nachdenken zu ermöglichen.

Als weitere MiniMax-Intervention wird dargestellt, wie man *Ausnahmen* in einer vermeintlich verfahrenen Situation findet, in dem Klienten beispielsweise gefragt werden, *wann* (und nicht *ob!*) es *zuletzt* eine Ausnahme zum Problem gegeben hat. Alternativ kann danach gefragt werden, *wann* der Patient das gewünschte Ziel einigermaßen erreicht hat. Kernbegriffe zur Konstruktion dieser MiniMax-Interventionen sind *wann* (nicht *ob*), *zuletzt* (Zeitpunkt am nächsten zur Gegenwart) *ein bisschen* (denn kleine Ausnahmen sind wertvoll) und *zielähnlich* (gleichartig wie gewünschter Zielzustand).

Die dritte DVD hat 5 Kapitel und eine Dauer von insgesamt 137 Minuten. Es werden hier die Schritte thematisiert, die vom Patienten beim Gelingen der von ihm genannten Ausnahmen gesetzt wurden. Die MiniMax-Interventionen zu diesem Prozess werden einerseits im Begriff der *konstruktiven W-Fragen* und andererseits anhand einer *Lupe* demonstriert. Die konstruktiven *W-Fragen* laden zum inneren Suchprozess ein. Die *Lupe* hingegen symbolisiert, dass der Therapeut den Patienten fragend dabei begleitet, sich wie in einem Film in Zeitlupe oder im Schrittempo an die kleinsten Schritte seiner Strategie des Gelingens bei jener Ausnahme wieder zu erinnern und sie zu beschreiben. Indem Therapeut und Patient an der Strategie des *Gelingens der Ausnahme* „wie in Zeitlupe“ verweilen, wird der Patient von einer Problem- in eine Lösungstrance versetzt, sein Handlungsspielraum wird erweitert und seine *self-efficacy* (Überzeugung an eigener Selbstwirksamkeit) verstärkt.

Die vierte DVD fügt eine weitere MiniMax-Intervention ein, nämlich *Nicht-Vorschläge*. Nicht-Vorschläge sind eine Methode, um dem Patienten Handlungsoptionen sanft vor Augen zu führen. Sie ermöglichen es dem Therapeuten, seine Idee auf eine Art darzubieten, bei der der Klient

diese ohne Irritation des therapeutischen Prozesses ablehnen kann. Des Weiteren werden in diesem letzten Teil die verschiedenen Themen erneut aufgegriffen und vertieft, hilfreiche Tipps und Vorschläge werden in Diskussionen ausgearbeitet.

Fazit: Die hier rezensierte audiovisuelle Ausgabe von Manfred Prior unterstützt der Veranschaulichung der in seinem Buch *MiniMax-Interventionen* erprobten Sprachtechniken. Sie zeigt vor allem, wie die verschiedenen Sprachtechniken in das Therapiegespräch einfließen und ineinander verwoben eingesetzt werden können. Die hier eingeführten MiniMax-Interventionen können kategorisiert werden in (a) Interventionen zur Motivation und Überwindung der Aussichtslosigkeit, (b) Interventionen zur Zielklärung und Zielanalyse, (c) Interventionen zur Entfaltung von strategischen Schritten und (d) MiniMax-Interventionen zur optimalen Verpackung von Handlungsanweisungen.

Die Übungen der Teilnehmer in den kleinen Gruppen werden verständlicherweise nicht auf DVD präsentiert. Die Rückmeldungen aus den Seminarkleingruppen, die zum Teil sehr ausführlich im Plenum besprochen wurden, werden dahingegen auf der DVD gezeigt. Unserer Meinung nach stimmen die im Inhaltsverzeichnis angegebenen Überschriften der Kapitel nicht immer mit dem tatsächlichen Inhalt des jeweiligen Kapitels überein. Ferner wäre eine Einblendung der jeweils bei den Demonstrationen benutzten Sprachtechniken in Form von Untertiteln hilfreich. Dadurch kann der DVD-Betrachter die jeweilige Intervention identifizieren, die demonstriert wird. Anzumerken ist, dass die hier dargestellten Interventionsformen auf der Repertoire der klinischen Hypnose nach Milton Erickson basieren. Wir haben die Techniken als sehr hilfreich in der psychotherapeutischen Praxis empfunden.

## Literatur

Prior Manfred (2019). *MiniMax-Interventionen und die Feinheiten therapeutischer Kommunikation – minimale Intervention mit maximaler Wirkung*. Therapie-Film.de. 4 DVDs, € 59,95

Prior Manfred (2009). *MiniMax-Interventionen: 15 minimale Interventionen mit maximaler Wirkung*. Carl-Auer.

Chino Jose OFFURUM (Psychotherapeut, Österreich)

Chika OKAFOR (Psychotherapeut, Schweiz)

Korrespondenzemail: [research@offurum.at](mailto:research@offurum.at)