



Infoblatt zur Changers Intervention für Lehrkräfte

Liebe Lehrkraft!

Ich _____ möchte Schüler:in _____ unterstützen und dabei eine neuartige psychologische Intervention einsetzen: Die Changers-Intervention.

Changers sind 2.5cm kleine Plättchen aus Esspapier, die mit einem individuellen Symbolbild bedruckt werden. Im Gespräch entwickle ich mit dem Kind seine Entwicklungsziele und dazu einen individuellen Changer. Dabei benennt es gewünschte Ziele und Wirkungen, die der Changer haben soll, findet einen coolen Titel/Namen und ein einprägsames Bild, das es an die gewünschte Entwicklung erinnert. Die Einnahme des Changers verbindet das Kind mit seinen Zielen, Stärken und Fähigkeiten. Wenige Tage nach dem Gespräch, wird dem Kind der Changer zugeschickt. Ab diesem Zeitpunkt soll es regelmäßig und/oder in besonderen Situationen einen Changer in den Mund nehmen, schlucken und sich damit mit seinen Zielen und dazu nötigen Stärken verbinden.

Diese neuartige Intervention nutzt zahlreiche altbekannte Wirkprinzipien*, wie Suggestion/Autosuggestion, Unterbrechung von Problemmustern, Erinnerungsfunktion, die Kraft positiver Bilder u.v.m. und verbindet sie zu einer hochwirksamen Intervention.

* Wirkprinzipien, die erklären können, warum in vielen Bereichen Placebos wirken.

Changers wurden 2019 von Dipl.-Psych. Frederic Linßen vom Institut für Lösungsfokussierte Kommunikation / Fa. mind-changers entwickelt und seitdem vielfach erfolgreich mit Erwachsenen von zahlreichen Coaches / Therapeuten / Beratern eingesetzt. In einer Studie in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Stefan Schmidt vom Universitätsklinikum Freiburg wurde ihre Wirksamkeit zur Reduktion von Stress 2024 erfolgreich unter Beweis gestellt.

Übrigens: Changers bestehen aus Esspapier (Kartoffelstärke, Wasser, Pflanzenöl) und Lebensmittelfarbe, so wie sie in Softdrinks oder Süßigkeiten verwendet wird. Changers sind glutenfrei und geeignet für Veganer und Zöliakieerkrankte.

Vor allem bestehen Changers aber aus Kreativität, Lösungsideen, Zuversicht und Entwicklungsfreude!

Wenn Sie Fragen haben, stehe ich Ihnen gern mit weiteren Informationen zur Verfügung.

Ihr/e _____