Rezensionen von Buchtips.net

E. Noni Höfner: Glauben Sie ja nicht, wer Sie sind

Buchinfos

Verlag:	Carl-Auer Verlag (weitere Bücher von diesem Verlag zeigen)
Genre:	Sachbuch
ISBN-13:	978-3-89670-773-4 (bei Amazon.de bestellen)
Preis:	20,00 Euro (Stand: 16. April 2024)

Therapeutische Methode der Provokation

Wie gelingt es, im Rahmen einer Therapie auf die Ebene der Gefühle zu gelangen, jene Ebene, auf der tatsächlich Veränderungspotential vorliegt und Verhaltensänderungen intensiv angestoßen werden können? Das Lesen von Büchern, therapeutische Vorträge, rationale Einsichten führen in den meisten Fällen nun einmal nicht zu wirklichen, konstruktiven Änderungen des Verhaltens, dienen oft gar gegenteilig durch die Rationalisierung des Klienten geradezu zur Abwehr tiefer Einsichten und Änderungen problematischer Zustände.

In Form einer Methode der Konfrontation setzt der provokante Stil genau an dieser Schnittstelle zum emotionalen Erleben des Klienten an. In der Neigung des Menschen, möglichst stabile Rahmenbedingungen in seinem Leben zu gestalten (und dafür teils einen hohen, persönlichen Preis zu zahlen) setzt diese Form der Provokation ein stückweit darauf, Brüche in jene, manchmal fast betonierten, stabilen "Schutzrahmen" zu erzeugen. Brüche, die Widerstand, Widerspruch, ein "sich wehren" des Klienten auf emotionaler Ebene erzeugen, die dann die vermeidlich Sicherheit gebenden Verhaltensweisen in den Fokus der Therapie rücken, offen gelegt werden und bearbeitet werden können. Weil Menschen ihrer Kreativität so häufig Fesseln anlegen, um sich selbst und anderen gegenüber berechenbar zu erscheinen, ist der Versuch, Neues zu wagen auch ein Springen über viele eigene Schatten.

Auf der Basis der "Provokativen Therapie" nach Frank Farrelly entwickelt der Autor im Buch eine Methode des "provokativen Stils", die auch in durchaus anderen Therapieformen als gezielte Intervention Einlass finden könnte und vielfältig verwendbar ist, wenn man die sauber dargelegten Rahmenbedingungen beachtet. Eine Methode, die umgehend auf das emotionale Erleben des Klienten zielt und emotionale Reaktionen hervorruft. Die je eigene Fixierung auf bestimmte Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen, an denen der Mensch je individuell ausgeprägt standhaft festhält, um seine Selbstbild zu bewahren, sollen durchbrochen werden. Mit dem therapeutischen Erfolg für den Klienten, sich selbst relativieren, neben sich stellen zu können und damit jene erstarrten Regeln bearbeiten zu können, die an einer Weiterentwicklung hindern. Dies bedarf, für Augenblicke zumindest, einer Ausschaltung des "Zensors" des Intellektes, der rationalisierend beständig Gründe dafür liefert, besser alles so zu lassen, wie es ist.

Zusammengefasst also geht es Höfner mittels des provozierenden Stils darum, Wachstumsbremsen im Menschen zu lösen, den Blick für die Vielfalt der eigenen Person zu öffnen und Fixierungen, Faulheit und Feigheit nicht mehr im Wege stehen zu lassen für eine gute und gesunde Weiterentwicklung.

Anhand äußerst verständlicher Beschreibungen und vielfacher Beispiele wird im Buch nicht nur deutlich, wie dieser Stil eingesetzt und mit welchen Folgen er angewendet werden kann, sondern auch, dass es diese Methode "tut".
Ebenso, wie Noni mit seinem Verständnis von Beratung und Therapie die oft strikt behaupteten Grenzen von unterschiedlichen Therapie- und Beratungsansätzen verschwinden lässt. Noni betrachtet Klienten als mehr stark als schwach und mehr gesund als krank, als somit mündige und starke Menschen, die allerdings zum Zeitpunkt der Ratsuche in einer Sackgasse feststecken. Aus dieser zu befreien, dazu bietet der provozierende Stil eine Menge hilfreicher Interventionsmöglichkeiten und Zugänge.
Eine solche Form der Beratung braucht natürlich auch einen starken Berater, der ebenfalls es aufgibt, ständig auf Nummer Sicher zu gehen (die notwendige persönliche Haltung des Beraters wird ebenfalls ausführlich im Buch betrachtet).

Ein erfrischender Ansatz. Nicht, weil er neu ist, sondern weil er auch starre Regeln und das Setting therapeutischer Haltungen durchbricht und so kreative Möglichkeiten en Masse in den Raum der Beratung setzt. Das Buch ist ein Gewinn für jeden beratend Tätigen im Rahmen der Erweiterung seiner eigenen methodischen Möglichkeiten und seiner eigenen Haltung sich selbst und Klienten gegenüber.

8 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von Lesefreund
[01. April 2011]