



Konfrontation!

Lernen in Erregung

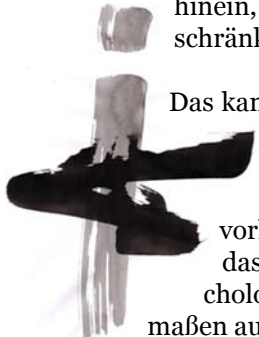
Ralf Besser

Das war der Titel eines Workshops auf dem letzten DGSL-Kongress, den ich zusammen mit Eva Urbantschitsch durchgeführt habe.

Was hat uns motiviert dieses Thema in den Kongress zu tragen? Wir wollten die Sichtweise auf die suggestopädischen Ansätze erweitern, uns den Raum nehmen, auch in „Tabubereiche“ vorzudringen, um letztendlich bereichert daraus hervorzutreten.

Die Suggestopädie hat die Freude, den Spaß und die Leichtigkeit im Lernen salonfähig gemacht. Und hat darüber hinaus bewiesen, dass daraus in Punkto Effektivität, Motivation und Nachhaltigkeit ein großer Mehrwert zu schöpfen ist. Die direkte und indirekte Arbeit an einschränkenden Glaubenssätzen (Desuggestion) ist ein weiteres wichtiges Feld der suggestopädischen Arbeit.

Auf den ersten Blick erscheint ein Ansatz, der die Konfrontation mit einbezieht, demgegenüber im Widerspruch zu stehen: Konfrontation löst eher Ängste aus, zielt in emotional kritische Erlebnisse hinein, fördert Konflikte oder aktiviert einschränkende Glaubenssätze.



Das kann Konfrontation auslösen, wenn sie nicht in eine tragende Beziehung eingebettet ist, sozusagen die gegenseitige Erlaubnis dafür nicht vorhanden ist. Schulz von Thun drückt das in seiner „Kommunikationspsychologischen Zauberformel“ folgendermaßen aus:

Akzeptanz + Konfrontation = Entwicklung,
in der Kurzform: **A + K = E**

Diese „Formel“ besagt, dass vor einer Konfrontation immer erst eine Basis der Akzeptanz hergestellt sein muss. Mit anderen Worten: Eine tragfähige Beziehung vorhanden ist. Und diese „Formel“ sagt auch aus, dass es ohne eine Konfrontation, das heißt eine tiefere emotionale persönliche Auseinandersetzung, auch keine Entwicklung gibt. Es braucht Berührung, sich spüren, Herzklopfen.

Diese „Formel“ hat keine Bedeutung beim Lernen von sachlichen Inhalten, sondern entfaltet ihre Botschaft in Prozessen der persönlichen Veränderung. Dafür ist sie entwickelt worden. Fehlt dort die Konfrontation, verändert sich die Gleichung zu $A = A$,

das heißt überspitzt ausgedrückt „Harmonie, der Harmonie wegen“. Fehlt allerdings das A, mutiert die Aussage zu $K = K$, die Konfrontation ruft erneute Konfrontation, sprich Widerstand beim Gegenüber hervor.

Frank Farrelly, der Entwickler der „Provokativen Therapie“, kommt auf ähnliche Ansätze. In seiner Arbeit in der Psychiatrie ist er darauf gestoßen, dass erst durch einen provokativen Kommunikationsstil bei vielen Patienten Bewegung in der persönlichen Entwicklung entstanden ist. Noni Höfner hat die Prinzipien, die hinter seinem Ansatz stecken, mit den drei Buchstaben **LKW** umschrieben:

Liebevolles Karikieren der Weltansicht

Im Karikieren liegt die Provokation: Die Problem auslösenden Muster des Klienten überzeichnen, um ihm andere innere Zustände und damit Sichtweisen zu ermöglichen. Von außen beobachtet sieht solch eine Sitzung oft sehr grenzwertig aus, indem aber der liebevolle, akzeptierende und ernst zu nehmende Kontakt im Vordergrund steht, werden die Provokationen als sehr stimmig und erweiternd erlebt.

Frank Farrelly geht so weit, dass er die These der drei **F's** aufstellt: Es gibt drei Gründe, warum sich Menschen nicht verändern:

- Faulheit (Bequemlichkeit)
- Feigheit (fehlender Mut)
- Fixierung (Festhalten am Gewohnten)

Durch das liebevolle Karikieren, so die Erfahrung, entsteht spontaner emotionaler Widerstand in einer Weise, die für den Klienten in die ‚richtige‘ Richtung führt. Die Lösungskompetenz liegt dabei zu 100 % im Klienten selbst. Der Humor, der durch dieses Karikieren entsteht, befreit und ermöglicht das Entdecken von neuen Ressourcen.

Mit diesem Blickwinkel der „Konfrontation“ begegnen einem sehr schnell viele weitere Beispiele, warum diesem Prinzip, kombiniert mit der Akzeptanz, eine so große Bedeutung zukommt:

- Warum ist der Hofnarr in den alten, oft sehr rigiden Königshäusern „erfunden“ worden?
- Warum haben alle Kulturen Rituale entwickelt, in denen es auch häufig um das Bestehen von „Prüfungen, Herausforderungen“ geht, um in einen neuen Lebensabschnitt zu treten? ❖



- Warum ist die Resilienz (förderliches Aushalten von Spannungszuständen) eine der Schlüsselkompetenzen für die menschliche Entwicklung?
- Warum werden in einigen Meditationskulturen Koans (auf der logischen Ebene unlösbare Rätsel) gestellt?
- Warum gibt es in vielen Kulturen und Geschichten so etwas wie Grenzwächter, die man erst „bekämpfen“ muss, bevor sie zu Verbündeten werden?
- Warum deckt die Gehirnforschung mehr und mehr die Bedeutung der „inneren Erregung“ als einen wichtigen Lernzustand auf?
- Warum?

Welche Schlussfolgerungen lassen sich nun für die Suggestopädie aus diesen Überlegungen ziehen?

Darüber möchte ich mich im nächsten DGSL-Magazin auseinandersetzen und Ideen anreißen. Auch das ist eine Art von Konfrontation, etwas offen stehen zu lassen, gerade dann, wenn es nach Antworten ruft. Vielleicht entstehen dadurch in Ihnen als Leser Ideen, die sich sonst nicht den Weg in das Bewusste gebahnt hätten.

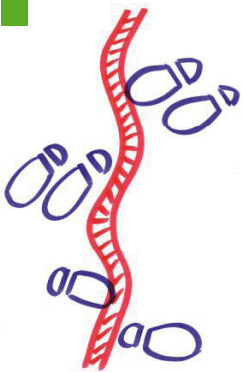
Ralf Besser

E-Mail: mail@besser-wie-gut.de

Experimentalworkshop

Lernen mit dem Unbewussten

Ralf Besser



Ein weiteres, in der Suggestopädie noch nicht in all seinen Dimensionen erschlossenes Feld ist das Lernen mit dem Vor- und Unbewussten. Das passive Lernkonzert ist meiner Ansicht nach nur ein erster, noch nicht ausreichender Schritt in diese Lernwelt.

Auf einem **Experimentalworkshop** vom **2. bis 3. Juni 2007** in meinem **Bremer Tagungshaus** möchte ich mit anderen Interessierten an diesem Thema weiter experimentieren. 40 Interventionen habe ich dazu bereits beschrieben. Sie können erlebt, auf Herz und Nieren überprüft und für die eigene Anwendung weiter optimiert werden. Und es kann Neues hinzuerfunden werden.

Der Flyer zum Workshop kann unter:

www.besser-wie-gut.de/html/experimentell.html heruntergeladen werden.