

Ideenreiches Arbeitsbuch zum Training sozialer Kompetenzen

Auch in einer schnelllebigen Zeit mit einhergehenden Veränderungen von Normen und Werten ist eine Familie bzw. Familienform besonders gefordert. Zahlreiche Eltern sind verunsichert und brauchen Orientierung. Erziehungsprobleme und Probleme des heutigen Familienlebens erfordert elterliche Kompetenz, damit verbunden auch Präsenz.

Dr. Helmar Dießner hat ein ideenreiches Arbeitsbuch zum Training sozialer Kompetenzen für die Arbeit mit Familien vorgelegt, das erkennbar auf praktischer Erfahrung aufbaut, ohne die theoretischen Aspekte in Bezug auf die Entwicklung von Familiensystemen wie von dazugehörigen Mitgliedern zu vernachlässigen. Selbsterfahrung, Kommunikation und Gruppenentwicklung werden durch Übungen und Reflexionen angestoßen. Die klar strukturierte Gliederung erleichtert die Anwendung und Auswahl für die unterschiedlichen Bedürfnisse von Familien. Aufbau und prägnante Titel der Seiten verdeutlichen mögliche familiäre Gruppenprozesse, so dass das Buch für Familientherapeuten, Elterntrainer, Supervisoren geeignet ist.

Die Übungen sind durchdacht und professionell. Sie ermutigen den Anwender zur eigenen, kreativen Weiterentwicklung. In diesem Buch geht es um die Entdeckung der kreativen Potentiale innerhalb der Familie und deren Mitglieder. Im Praxisteil geht es um Übungsmöglichkeiten, die das Leben bereichern. Dabei werden die Übenden ermuntert, ihr Leben aktiv zu gestalten und Verantwortung für sich selbst zu übernehmen.

Was will Dießner? Er fordert heraus, dass lebendige Mitglieder eines Systems ihr Denken ändern, denn so ändern sie Ihr Handeln.

Die Übungen sind positiv formuliert, sodass es dem Anwender in der praktischen Durchführung gelingt, das einzelne Familienmitglied und somit die Gesamtfamilie kreativ, motivierend herausfordernd und selbstreflektierend vor das eigene "Spiegelbild" zu führen. Und das hat positive Auswirkungen auf die Persönlichkeit und auf das Familiensystem. Dem gesamten Buch entnehme ich, dass Dr. Dießner zum persönlichen Coach für den Therapeuten, Supervisor usw. und gleichzeitig für die gesamte Familie wird.

Dießner benutzt Situationen aus dem normalen Alltag, berücksichtigt individuelle Lebensvollzüge- und Möglichkeiten von Familienmitgliedern. Die Übungen mit den zahlreichen Modifikationsbeispielen weisen durch Reflexionsschleifen den Weg aus der Eintönigkeit und Lethargie des Familienalltags, um sich neuen kreativen Lebens- und Gestaltungsaspekten hinzugeben, die dem Leben neuen Sinn und Orientierung geben.

Dießner geht mit den inhaltlichen Aspekten dieses Buches oftmals sehr in die "Tiefe", macht Mut sich den täglichen Herausforderungen der Familie zu stellen und inspiriert schon beim Lesen, so dass man den Wunsch verspürt, konkrete Handlungsschritte im Denken und Handeln zu etablieren und dabei zu lernen und zu wachsen.

Er betont, dass "familiärer Erfolg", d.h. ein sinnvolles, normales und harmonisches Familienleben nur funktionieren kann, wenn Selbstverantwortung und Selbstdisziplin mittels gegenseitiger Toleranz, Achtung, Wertschätzung, Rücksichtnahme und Empathie gelebt werden. Daraus kann das entstehen, wonach sich jeder Mensch sehnt: Zufriedenheit und Dankbarkeit sind der Schlüssel zum Glück.

Dieses Buch versteht sich neben einer kurzen theoretischen Beschreibung im Hinblick auf relevante Wahrnehmungsaspekte als Familien/- Gruppenübungsbuch, welches sich zwar auch unter systemischen und kommunikationspsychologischen Aspekten gestaltet, jedoch unter prozessbedingten Entwicklungsabläufen einzelner Familien- und Gruppenmitglieder und der Gesamtfamilie bzw. auch Gesamtgruppe als Hilfe zur Selbsthilfe zu betrachten ist.

Prof. Dr. med. Nossrat Peseschkian

Facharzt für Neurologie, Psychiatrie, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Leiter der Internationalen Akademie für Positive und Transkulturelle Psychotherapie und des Wiesbadener Weiterbildungskreises für Psychotherapie und Familientherapie

International Academy for Positive Psychotherapy and Transcultural Psychotherapy
- Peseschkian Foundation -