

Buchrezension

Steh dir nicht im Weg! - Mentale Blockaden überwinden

Erschienen im Campus Verlag, 2006

Autoren Ulrich Dehner / Renate Dehner

Ulrich und Renate Dehner haben ein schwieriges und auch nicht einfach zu bearbeitendes Thema auf fast 240 Seiten außerordentlich akribisch und strukturiert dargeboten. "Steh dir nicht im Weg" meint, erkenne deine Blockaden, die dich an einem alternativen vielleicht auch "besseren" Verhalten hindern und erkenne deine negativen Gedanken in diesem Zusammenhang, die in positive gewandelt werden sollten.

Ulrich und Renate Dehner haben auf der Basis ihrer Erfahrungen mit diesem Thema die Erkenntnisse des NLP und denen der Herren Albert Ellis, Milton Erickson, Eric Berne, Martin Seligmann und Paul Ekman zu einem strategischem Mix des Lehrens und Lernens gemacht.

Wenn es eine Kategorie "Volksbuch für jederfrau und jedermann" gäbe, würde ich dieses Buch in diese Kategorie einordnen. Es ist unter pädagogischen Gesichtspunkten prima strukturiert, weil es den Leser nach Lernprinzipien an das Thema und zu sich selbst führt. Die komplexe Thematik ist in 15 überschaubare Kapitel unterteilt, die jeweils ein Teilthema wohlgeordnet dem Leser anbieten.

Dies tun die Dehners in einer Umgangssprache, die jeder versteht, die im Prinzip frei ist von Fremdworten und nicht verstehbaren Fachbegriffen.

Viele Beispiele aus der Praxis und eine hohe Anzahl von Checklisten und Aufgabenstellungen verführen den Leser, sich und das Thema zu reflektieren. Die Dehners sind Coaches, dies merkt man an der Dramaturgie des Buches, weil das ganze Buch ein einziges Coaching ist. So wird der Leser, der mit sich und dem Buch verantwortlich umgeht, im Rahmen dieses Settings bestmöglich gecoacht.

Es ist eine Freude wie die Dehners den Leser "irritieren" ohne ihm das zu sagen oder einzelne Interventionen, Modelle, Methoden und Instrumente zu begründen. So findet der interessierte Leser die verschiedenen Frageformen im Coaching genau so eingesetzt wie die erkennbare professionelle Haltung eines Coaches, keine eigene Lösungs- und Ergebnisinteressen einzubringen und dies in einer wertfreien Prozesshaltung.

Im Rahmen unserer Coachausbildung werde ich dieses Buch in unsere Literaturliste "empfohlene Pflichtlektüre" aufnehmen.

Ich kann nur raten zu diesem Buch: kaufen, lesen und tun, was die Dehners empfehlen.

Dieses sehr gute Buch wäre perfekt, wenn ich nicht folgende Themen "bemäkeln" könnte:

Das Vorwort von Birgit Fischer hat mich über viele Seiten des Buches gefangen unter dem Motto: wann fängt der olympische Wettbewerb ab, wann soll ich siegen, wen soll ich besiegen - schade, mich hat das Vorwort irritiert.

Toll fände ich es, wenn die ersten 50 Seiten des Buches auch eher im Sie-Stil gehalten wären wie das übrige Buch.

Die in diesem Buch so oft genannte Check-Your-Mind-Methode hätte ich gerne an irgendeiner Stelle des Buches konzentriert und bildhaft vorgefunden Da viele Ausführungen in diesem Buch auf NLP basieren und die Dehners offensichtlich ein sehr positives Verhältnis dazu besitzen, haben sie die Möglichkeit des Ankerns dieser Methode beim Leser leider vergeben.

Die wohlthuende Zurückhaltung der Autoren im Sinne von Selbstdarstellung oder das Erheben des pädagogischen oder moralischen Zeigefingers wird leider auf der Seite 60 im zweiten Absatz nicht realisiert.

Die etwas eckige Formulierung des zitierten Herrn Ekman auf der Seite 92 hätte umgangssprachlich eingedeutscht werden können.

Aber wie gesagt, dies sind Kleinigkeiten.

Dr. Rolf Meier