

Buchrezension

The Solution Focused Brief Therapy Diamond: A new approach to SFBT that will empower both practitioner and client to achieve the best outcomes

Elliott E Connie und Adam S Froerer

Hay House, 2023, 330 Seiten, ISBN 978-1788178495, £15.99 Taschenbuch (e-book und Hörbuch erhältlich)

Katalin Hankovszky-Christiansen

Dieses Buch ist eine Einführung in die Lösungsfokussierte Kurzzeittherapie (SFBT) sowohl für Anfänger als auch für erfahrene Fachleute. Vorkenntnisse des Ansatzes sind nicht erforderlich und sollten - so die Autoren - sogar vergessen werden; ja, jegliches therapeutische Vorwissen sollte idealerweise beiseite gelegt werden (S. 1f). Den Autoren gelingt es, ein detailliertes Bild ihrer Arbeit zu zeichnen, mit klaren und einfachen Leitprinzipien wie "Liebe" oder "Autonomie des Klienten". Das Buch wirkt auf den Leser ermutigend und motivierend, es selbst zu tun.

Das Buch erhebt den Anspruch, einen neuen Ansatz für SFBT zu liefern. Die Autoren bezeichnen die SFBT als einen evolutionären Ansatz (S. 4) und sehen die eigenen Schritte innerhalb dieser Evolution, die sie als "Begradigung der Linie" (S. 3) bezeichnen, in der Geschichte, die sie vom Mental Research Institute bis zu Steve und Insoo und dann zum BRIEF in London erzählen. Die Autoren präsentieren uns eine Einleitung (die auch "Geschichte" enthält), die Haltung, den Diamanten und einige weitere Punkte, die "beyond basics" genannt werden. Der Erzählstil, die persönlichen und Kundengeschichten, die einprägsame Visualisierung der Arbeit in Form des Diamanten, all das macht das Buch einzigartig.

Die Erwähnung der therapeutischen Haltung als konstitutives Element des Diamantmodells (S.40ff) scheint neu zu sein in der Reihe der lösungsfokussierten Einführungsbücher (ich habe willkürlich fünf solche Bücher aus meinem Regal überprüft). Das Akronym ADOPT (also EIGNE diese Haltung an) fasst die Botschaft gut zusammen: Autonomy, Difference, Outcome, Presuppose, Trust (Autonomie, Unterschied, Ergebnis, Annahme, Vertrauen) (S.49). Die Autoren nutzen dieses Kapitel, um enthusiastische Ratschläge zu geben, wie man sich als Therapeut verhalten sollte: Unterschiede in Richtung "besser" suchen, das Beste in den Klienten voraussetzen, auf die Fähigkeiten der Klienten vertrauen, usw.. Während das Konstrukt der "Haltung" als etwas Mentales erscheinen mag, entpuppt es sich als ein Bündel praktischer Hinweise, die mit Geschichten unterlegt sind.

Der Diamant selbst ist eine Visualisierung zum Erlernen und Einprägen des vorgeschlagenen lösungsfokussierten Prozesses. In einer Reihe von Metaphern dieser Art (wie dem SolutionCircle (Daniel Meier) oder der Art Gallery (Chris Iveson)) erlaubt und suggeriert er Flexibilität als persönlichen Stil des Praktikers (S.101). Vom Aushandeln des gewünschten Ergebnisses bis hin zu einem bewusst schlanken Abschluss werden drei "Beschreibungswege" identifiziert, die mit dem gewünschten Ergebnis in Verbindung stehen: Vorgeschichte des Ergebnisses, Ressourcen für das Ergebnis und Zukunft des Ergebnisses. Während diese drei Wege im Großen und

Ganzen mit dem übereinstimmen, was wir aus der SFBT-Arbeit im Allgemeinen wissen, liefern die Autoren ansprechende Beispiele und praktische Ratschläge. Besonders gefallen haben mir die Geschichten darüber, wie man "unmögliche" Ergebnisse (ein nicht sprechender Sohn, der seiner Mutter etwas sagt) sprachlich möglich macht (das Gefühl, eine normale Mutter zu sein)", indem man das "unmögliche" Ergebnis respektiert und das Gespräch fortsetzt (S.115f). Bemerkenswert ist auch die Anregung, das, was früher als "Ausnahmen oder Beispiele/Anzeichen" bezeichnet wurde, als detaillierte Geschichte des Ergebnisses zu sehen ("Als Ihre beste Hoffnung in der Vergangenheit vorhanden war, was haben Sie zuerst bemerkt?" S. 104f). Die Autoren betonen auch die Verbindung des Klienten mit anderen durch Vermächtnisfragen ("Wo haben Sie gelernt, so mutig zu sein?" S.221f).

Eine Besonderheit des Buches ist, dass es zweistimmig erzählt wird; wiederkehrende Abschnitte heißen "Tief eintauchen mit Elliott" und "Näher dran mit Adam". Dies ermöglicht es uns, das Erzählte aus leicht unterschiedlichen Blickwinkeln zu sehen. Ich schätze daran die Transparenz in der Erzählung. Das erinnert mich an Chris Iveson, der mich bei der Veröffentlichung des BRIEF-Buches Brief Coaching in ungarischer und deutscher Sprache fragte, ob ich bemerkt hätte, wer welches Kapitel geschrieben habe. Nun, Elliott und Adam haben uns das Rätselraten erspart. Ich empfehle auch das Hörbuch, das von den Autoren aufgenommen wurde! Ich würde mir wünschen, dass dieser Schritt, das Buch auch für Hörer anzubieten (wie es Haesun Moon früher mit ihrem Coaching A-Z getan hat), zum Standard wird.

In diesem Buch sind zwei Narrativen miteinander vermischt. Die eine ist die Geschichte der beiden Autoren, wie sie über das Feld der Therapie zu Lösungsfokus und zueinander fanden. Die andere ist die, wie man SFBT in einer effektiven und liebevollen Weise praktiziert. Diese professionelle Erzählung erklärt die Liebe zum wichtigsten Prinzip für die lösungsfokussierte therapeutische Arbeit, was in dieser Klarheit und in dieser Lautstärke neu sein dürfte. Die Szenen aus dem Leben der Autoren erzeugen eine starke Dynamik für den Leser; Sympathie und Wertschätzung können wachsen und den Leser noch offener für die Botschaften machen. Es ist schwierig und verwirrend zugleich, die Episoden rund um den Rassismus zu lesen. Sie sind ein organischer Teil des persönlichen Narrativs, weniger hilfreich für die andere, wie man Therapie macht.

Wie die Seite "Referenzen" (S. 313) deutlich macht, handelt es sich um ein Buch, das aus der Erfahrung (eines Klinikers und eines Forschers) heraus geschrieben wurde und in einer "wissenden" Lehrstimme neben mehreren beeindruckenden Fallbeispielen erzählt wird. Die Arbeit anderer auf dem Gebiet (Iveson, Ratner, George, de Shazer und Berg, Szabó, McKergow) wird ebenfalls als Erfahrung zitiert (S. 103, 124) und nicht als schriftliches, wissenschaftliches Material angeführt (obwohl es eine kurze Liste mit weiterführenden Referenzen gibt). Dies passt gut in die Tradition von Sachbüchern, die für ein breiteres Publikum geschrieben werden: die Idee durch Geschichten zu transportieren und Superlative für die Autoren und das Buch selbst zu beanspruchen. Folglich enthalten die SFBT-Ressourcen (S. 312) Referenzen der Autoren und nur diese. Die Liste der 101 lösungsfokussierten Fragen, die mit den Diamantelementen korrespondieren und diese ergänzen (S. 270ff), ist sehr praktisch. Dieses Merkmal passt gut zu der Behauptung, dass SFBT ein auf Fragen basierendes Modell sei, und zu Elliott Connies Schlagwort "Sie sind immer nur eine Frage davon entfernt, einen Unterschied

zu machen" (S. 256). Während das Buch einige der Diskussionen im Feld über die Entwicklung der SFBT andeutet (S. 77), beziehen sich die Autoren nicht ausdrücklich auf das sich entwickelnde Verständnis der SFBT als interaktioneller Ansatz (vgl. die Mikroanalyse-Studien von Janet Bavelas und anderen). Ich glaube, ich habe das meiste über SFBT in Büchern gelernt, indem ich Gesprächsprotokolle gelesen habe - man kann sich wirklich auf das ganze Sitzungsprotokoll mit Elliott freuen (S.275ff).

Die Lehrmethode in diesem Buch "alles, was man bisher über SFBT oder Therapie im Allgemeinen gehört hat, erst einmal vergessen", verspricht eine umfassende Einführung und hält sie auch. Das Buch hat eine erfrischende Wirkung auf unser eigenes Denken und lässt einen nicht unberührt. Ich empfehle es allen im SFBT-Feld und würde mir eine Diskussion über seine Aussagen wünschen.

Katalin Hankovszky Christiansen ist lösungsfokussierte Praktikerin, Coach, Trainer und Solutionsurfer.

This review is also available in English at the Journal of Solution Focused Practices (<http://journalsfp.org>).