



Heinrich Keßler

Einige Regeln für die wirksamste Sabotage einer Beratung.

Das Dokument war zunächst nicht ernst gemeint, bis es als Intervention und Konfrontation des Umgangs mit dem Berater und den Beratungsergebnissen überraschende Wirkungen ermöglichte. Es ist ein scharfes Schwert, das die volle Kunst von wirksamen Beratungsinterventionen abverlangt.

Das Dokument wurde 1984 vom Autor aus einer Vorlage für die Psychotherapie abgeleitet und am 21.07.2017 diese Form gebracht.

Autor:

Heinrich Keßler
Hornisgrindestraße 1
D-77767 Appenweier

Internet: <https://www.2000ff.de>



Einige Regeln für die wirksamste Sabotage einer Beratung:

1. Erzählen Sie jedem, dass Sie einen Berater engagiert haben! Dann werden Sie die Mitmenschen im Allgemeinen mit dem Verdacht anblicken, dass Sie wahrscheinlich spinnen und nicht ganz ernst zu nehmen sind.
2. Sprechen sie so oft wie möglich mit anderen Personen über alles, was in der Beratung geschieht. Dann können die Anderen kräftig hineinreden und die Beratung durch fortlaufende Verwässerung oder Infragestellung unmöglich machen.
3. Betrachten Sie die Beratung ausschließlich als ein mehr oder minder geistreiches Spiel mit Worten ohne praktische Konsequenzen, die sie dadurch vermeiden.
4. Halten Sie Verabredungen mit dem Berater und der Gruppe (den Gruppen) nach Möglichkeit niemals genau ein, auch wenn Sie sie als richtig und verbindlich anerkannt haben. Flüchten Sie sich häufig in Entschuldigungen und Ausreden hinsichtlich Ihrer Verspätungen, Nichteinhaltungen von Terminen bzw. Nichtteilnahme an Gruppensitzungen. Umso länger können Sie eine Wirkung/Veränderung hinauszögern oder beweisen, dass Sie auch einen eigenen Willen haben.
5. Unterbrechen Sie sonst möglichst oft die Kontinuität der Beratung, indem Sie vereinbarte Aufzeichnungen (z.B. über Erfolge, Misserfolge, Störungen, Konflikte usw.) unterlassen. Damit gelingt es Ihnen besser, wichtige Ereignisse oder Erinnerungen zu vergessen oder zu verdrängen.
6. Beschränken Sie sich grundsätzlich aufs Reden oder Grübeln über Ihre Symptome und lassen Sie nicht zu, dass Sie gemeinsam mit dem Berater oder der Gruppe Ihre wirklichen Probleme und Konflikte herausfinden. Damit sind Sie auch der Zumutung enthoben, Einsichten in Taten umzusetzen, denn das wäre oft unbequem!
7. Bewahren Sie in der Beratung streng Ihre intellektuelle Fassade, um Ihre wahren Gefühle zu verbergen. Dadurch ersparen Sie sich Aufregung und verhindern eine positive Auflockerung der Persönlichkeit.
8. Vertrauen Sie ausschließlich darauf, dass allein Bewusstmachung hilft, dann brauchen Sie keine praktischen Konsequenzen aus den analytisch gewonnenen Einsichten zu ziehen!
9. Flüchten Sie sich in Ablenkungen wie einseitigen Sport, Fernsehen, trostreiche Fantasien, Hobbies, übertriebene Berufsarbeit, um Ihrer eigentlichen Problematik nicht ansichtig zu werden.
10. Gehen Sie nach Gruppensitzungen mit einigen Gruppenteilnehmern zum Bier-, Kaffeetisch oder Abendessen und führen Sie dort die Gruppengespräche weiter, wobei Sie dann das zur Sprache bringen, was Sie in der Gruppensitzung vermieden haben.
11. Sprechen Sie oft und bei jeder Gelegenheit mit Jedem über aufgetretene Symptome und Probleme, weil das viel bequemer und unterhaltsamer ist als die Auseinandersetzung im eigentlichen Rahmen der Beratung.
12. Bleiben Sie in Gruppensitzungen möglichst im Hintergrund und vermeiden Sie alle spontanen Äußerungen über sich oder andere! Überlassen Sie dem Berater oder den Gruppenmitgliedern die Mühe, Ihre Probleme herauszufinden und zu lösen.



13. Bedienen Sie sich möglichst verschwommenen, unkonkreten und vieldeutiger Ausdrucksweise. Sprechen Sie dazu leise, schnell, unartikulierte und vermeiden Sie Blickkontakt, insbesondere zu den Betroffenen und Beteiligten.
14. Betrachten Sie die Beratung als Glaubenssache. Dann kommen Sie nicht in Versuchung, Ihre eigene Urteilskraft bemühen zu müssen und sich mit den Tatsachen kritisch auseinanderzusetzen. Damit ersparen Sie sich eine Mitverantwortung für den Erfolg oder Misserfolg der Beratung.
15. Sagen Sie möglichst oft: "Ich weiß nicht" oder "Ich kann nicht", dann brauchen Sie keine Stellung zu nehmen und Entscheidungen zu treffen.
16. Vermeiden Sie auf jeden Fall das Wort "Ich", sondern sprechen Sie stets per "Wir", "Man" usw. Auf diese Weise vermeiden Sie auf jeden Fall die Preisgabe Ihres persönlichen Standpunktes und machen glauben, dass alle Ihrer Meinung waren.
17. Stellen Sie Ihre Meinung stets als Gruppenmeinung oder allgemein gültige Meinung dar. Sie haben dadurch große Chancen, dass Abweichler von Ihrer Meinung den Mund halten und Ihnen eine Auseinandersetzung mit anderen Ansichten erspart bleibt.
18. Verurteilen Sie immer die anderen (Wettbewerber, Kunden, Vorgesetzte, Staat, Kollegen, Mitarbeiter, Eltern usw.) als die Schuldigen Ihrer Probleme und rächen Sie sich an ihnen. Das entlastet Ihre Eigenverantwortlichkeit und gibt Ihnen das Gefühl der Überlegenheit.
19. Betrachte die Beratung als bequemes Ersatznest, das Ihnen die Auseinandersetzung mit dem wirklichen Leben erspart. Sollte der Berater auf diese Forderung nicht eingehen, sondern Ihre Mitarbeit als Beweis für Ihre Problemlöse motivation verlangen, so weisen Sie dies mit Entrüstung zurück.
20. Zum Schluss gilt der allgemeine Rat: Üben Sie sich grundsätzlich im Vermeidungsverhalten und lassen Sie niemals zu, dass Ihre gewonnenen Einsichten einen Einfluss auf Ihre bestehenden Probleme gewinnen! Dadurch können Sie sicher sein, dass die Probleme Ihnen erhalten bleiben und sich Ihre Symptome verewigen.