

## ● Provokative Therapie

Provokative (PT) ist eine von **FRANK FARRELLY** entwickelte Therapieform, die den paradox arbeitenden Schulen nahe steht. Er stellte viele für unumstößlich gehaltene Therapieregeln auf den Kopf, machte das befreiende Lachen in der Therapie gesellschaftsfähig und bewies, dass effektive Therapie sowohl kurzweilig als auch kurz sein kann.

Viele "professionelle Helfer" schränken sich bei der Ausübung ihres Berufes in ihrem Verhalten ein, um bestimmten Regeln ihrer Ausbildung zu entsprechen. Ihre spontanen Reaktionen auf die Klienten halten sie distanziert zurück. Nach einiger Zeit empfinden sie ein wachsendes Unbehagen gegen diese Zurückhaltung und ihre oft nur noch professionelle Empathie. "Burn-out" und Überdruß sind die Folgen. Die PT fördert das spielerische Element in der Therapie. Sie stärkt den Mut des Therapeuten zu ungewöhnlichen Reaktionen und sein Selbstvertrauen in die eigene emotionale Intelligenz und ermöglicht es ihm, seine natürlichen Reaktionen auf die Klienten therapeutisch einzusetzen. So übermittelt er ohne traditionelle Verständnisfloskeln viel überzeugender Empathie und Wohlwollen. Das erhöht die Freude an der Arbeit und die Effektivität des Therapeuten. Humor und Herausforderung sind die wesentlichen Elemente der provokativen Vorgehensweise. Humor macht frei, Herausforderung setzt in Bewegung. In der PT werden die Klienten nicht als hilflose Opfer gesehen, die vom allwissenden Therapeuten geheilt werden müssen, sondern als mündige, selbstverantwortliche Partner im Therapieprozess. Diese Selbstverantwortung wird durch gezielte und humorvolle Unterstellungen, Übertreibungen oder Verrückte-Lösungen-Anbieten herausgefordert, die im Allgemeinen zum sofortigen und energischen Widerstand in die "richtige Richtung" führen.

Der provokative Therapeut spielt die Rolle des *Advocatus Diaboli* und persifliert humorvoll die selbstschädigenden Verhaltensweisen der Klienten, sodass Therapeut und Klient gemeinsam darüber lachen können. Die Klienten werden also niemals ausgelacht, sondern in ihrem verletzbaren Wesenskern liebevoll angenommen. Das Lachen, die Verwirrung und die Erleichterung, die der Therapeut dadurch auslöst, führen sehr schnell zu dauerhaften Veränderungen, denn echter Wandel wird begünstigt von Überraschung, emotionaler Erregung und neuen Blickwinkeln. Das gibt den Klienten die Kraft, sich auf ihre Stärken zu besinnen und ihr Leben wieder in die Hand zu nehmen.