

# Gießener Allgemeine

G 3266 A

Donnerstag, 18. August 2016

MITTELHESSISCHE ALLGEMEIN



Nummer 192 – 71. Jahrgang  
Mo.-Do. 1,80 EUR, Fr. u. Sa. 2,00 EUR

Seite 31

## Kleine Rettungsanker im Alltag

Dr. Siegfried Grosse und Sohn Christian legen Aphorismen-Sammlung vor

Linden (no). »Für alle noch Untentschlossenen, die in den Startlöchern sitzen«, hat der Großen-Lindener Psychologe, Therapeut und Coach Dr. Siegfried Grosse wieder einmal zur Feder gegriffen. Oder richtiger: Er hat all die Sinnsprüche und anregenden Lebensweisheiten gesammelt, die ihm im Lauf der Jahrzehnte durch den Kopf und über die Lippen gegangen sind. Ihm gleich tat es sein in Bergisch Gladbach lebender und dort in einem Berufskolleg unterrichtender Sohn Christian. Und beide zusammen haben daraus das Büchlein »Über Kurz nach Lang. Nur Mal ein paar Gedanken« in der Frankfurter Edition »federleicht« erschienen ist.

### Pointierte Aussagen

Grosse Vater und Sohn schöpften mit ihren Aphorismen aus Lebenserfahrungen, merkt Lektor und Autor Thomas Berger im Vorwort an, formten daraus prägnante sprachliche Gebilde. »In beeindruckender Vielfalt kreisen sie alltägliche und lebenswichtige Situationen ein, bis sie zu deren jeweiligem Kern gelangt sind.« Neben »der Meisterschaft pointierter Aussagen« zeichne es die Publikation aus, dass sie Brücken bauen wolle zwischen Text und fremden Lebensgeschichten, dass sie in der Lage sei, zu einem selbstbestimmten und erfüllten Leben zu ermutigen.

»Viele Menschen sind sprachlos, wenn die Rede auf die Sprache kommt«, lesen wir auf einer der 106 Seiten. »Ein Verzicht kann oft der entscheidende Gewinn sein.« Oder: »Welches Instrument bleibt für die Hölle, wenn der Himmel voller Geigen hängt?« »Keinem Menschen ist auf Dauer geholfen, wenn man für all seine Schwächen und Fehler Verständnis hat.« Man meint, dies alles schon einmal gelesen oder gehört zu haben. Und doch klingt es auch neu, mindestens wie eine verschütt geglaubte Erinnerung.

Er sei von Patienten immer wieder auf seine markant formulierten Sätze angesprochen worden, in denen ein Problem oder eine Lö-

sungsidee auf den Punkt gebracht wurde, sagte Siegfried Grosse bezüglich seiner Motivation, wieder mal ein Buch zu machen. Viele hätten sich die Gedanken notiert. »Als mein Sohn von ähnlichen, positiven Erfahrungen im Unterricht erzählte, reifte in uns die Idee, fortan gezielt »unse-

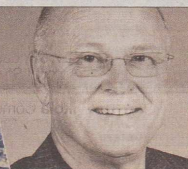
re« Sätze zu protokollieren.« Der Grundstein war gelegt.

Der Großen-Lindener ist »der festen Überzeugung, dass sich der Mensch in unserer Zeit und unserer Welt, die ständig komplizierter, überflutender und damit unübersichtlicher wird, nach Klarheit und Struktur sehnt, um sich überhaupt noch zurechtfinden zu können. Denn er läuft Gefahr, immer mehr den Überblick zu verlieren.« Eine »unträgliche Situation« sei dies – und für die Betroffenen aus psychologischer Sicht behaftet mit Risiken und Gefahren.

Zu viele Menschen reagierten hilflos, ratlos, verhielten sich – kurzfristig orientiert – getreu des Watzlawickschen Mottos »Die Lösung ist das Problem!«. Das »verschlimmbessere« die ursprüngliche Konfliktsituation. So bleibe der Eindruck, die Welt ständig neu erfinden zu müssen, »weil »der gesunde Menschenverstand« nicht mehr zu Rate gezogen wird.« Wenn er denn überhaupt abgespeichert sei. »Genau diese Einschätzung, nicht mehr Schritt halten zu können«, sagt Siegfried Grosse, »sehen wir als großes Problem. Stichworte: Multitasking, ständige Updates.«



Dr. Siegfried Grosse  
Christian Grosse



### Tag der offenen Tür

Lesungen etlicher Autorinnen und Autoren stehen im Fokus, wenn Karina Lotz' Frankfurter Edition »federleicht« für Samstag, 20. August, nach Lollar, Gießener Straße 71, zum Tag der offenen Tür, zum Einjährigen und zur Eröffnung des neuen Verlagsbüros einlädt. Beginn ist um 12 Uhr. Das Programm bestreiten von 13 Uhr an Thomas Berger, Karina Lotz, Irene Barthel, Mathias Scherer, Dana Polz, Jonathan Raphael sowie Dr. Siegfried Grosse und dessen Sohn Christian Grosse.

Internet: [www.edition-federleicht.de](http://www.edition-federleicht.de)



### Positiv stimmende Rückmeldungen

Senior und Junior Grosse meinen, dass es nicht allein hilft, Wissen darüber zu erwerben, wie man sich in kritischen Situationen zu verhalten hat, sondern dass es notwendig und effektiv ist, »kleine Gedächtnisanker« – eben die persönlich wichtigen Aphorismen – zur Verfügung zu haben, um im Falle eines Falles punktgenau die Orientierung zu behalten, sich also seinem eigenen Plan entsprechend zu verhalten. »Wir verstehen unser Buch als eine Sammlung psychologischer Piktogramme, die eine klare, zielorientierte Botschaft haben.«

Erste Rückmeldungen von Lesern stimmten positiv: »Wunderbar, diese Wortspielereien (...) Das Buch wird mir eine bereichernde Begleitung sein. Danke!« Jeder könne in »Von Kurz nach Lang« persönlich interessante und hilfreiche Anregungen finden, die ihn zum Nachdenken bewegen. »Das wäre toll, denn das ist unser Ziel!« (Fotos: pm, no)