

Harlich H. Stavemann

Sokratische Gesprächsführung in Therapie und Beratung

Eine Anleitung für Psychotherapeuten,
Berater und Seelsorger

2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage

BELTZPVU

Inhalt

Vorwort zur 2. Auflage	IX
Vorwort zur 1. Auflage	X

Teil I

Die Entwicklung des Sokratischen Dialogs:

Von der antiken Philosophie zur modernen Psychotherapie 1

Einleitung	2
------------	---

I Entstehung der sokratischen Methode in der Antike 7

1.1 Vorsokratiker	7
1.2 Sokratiker	8
1.2.1 Sokrates	8
1.2.2 Platon	26
1.2.3 Aristoteles	29
1.3 Kyniker	31
1.4 Stoiker	31
1.5 Neoplatonisten	37

2 Entwicklung der sokratischen Methode vom Mittelalter bis zur Moderne 38

2.1 Metaphysische Fragen und sokratische Methode im Mittelalter	38
2.2 Metaphysische Fragen und sokratische Methode in der Neuzeit	40
2.2.1 Renaissance-Humanisten und -Neoplatonisten	40
2.2.2 Rationalisten und Empiristen	41
2.2.3 Aufklärer	41
2.2.4 Idealisten	43
2.3 Metaphysische Fragen und sokratische Methode in der Moderne	43
2.3.1 Platonisch-sokratische Philosophie im 20. Jahrhundert	43
2.3.2 Zeitgenössischer philosophischer Sokratischer Dialog	47

3 Praktische Relevanz der philosophischen Modelle für Therapie und Beratung 53

3.1 Allgemeine Schlussfolgerungen	53
3.2 Wahrnehmung, Erkenntnis und Wahrheit	54
3.3 Sicherheit	59
3.4 Gott, Ewigkeit, Seele und Glaube	61
3.5 Selbstbewertungsphänomene und -maßstäbe	63

3.6	Lebenszweck und Lebensziel	64
3.7	Autarkie, Freiheit, Unabhängigkeit	66
3.8	Freier Wille und Eigenverantwortlichkeit	67
4	Psychotherapeutischer Sokratischer Dialog – theoretische Grundlagen und Modellentwicklung	73
4.1	Psychotherapeutisch-sokratischer Dialog: Ansätze und Ziele	73
4.1.1	Vorhandene Ansätze	73
4.1.2	Ziele der psychotherapeutisch-sokratischen Gesprächsführung	78
4.2	Modifikation des philosophischen Modells für die therapeutische Anwendung	79
4.3	Wesen und Definition Sokratischer Dialoge	81
4.4	Struktur psychotherapeutisch-sokratischer Gesprächsführung	83
4.4.1	„Was ist das?“ – Explikative Sokratische Dialoge zur Klärung von Begriffen	83
4.4.2	„Darf ich das?“ – Normative Sokratische Dialoge bei moralischen Konflikten	85
4.4.3	„Soll ich das?“ – Funktionale Sokratische Dialoge bei Zielkonflikten	87
4.5	Techniken der psychotherapeutisch-sokratischen Methode	89
4.5.1	Fragetechniken	89
4.5.2	Disputtechniken	91
4.5.3	Regressive Abstraktion	95
5	Psychotherapeutischer Sokratischer Dialog – Indikationen und Voraussetzungen	97
5.1	Einsatz in Psychotherapie, Beratung und Seelsorge	97
5.2	Vor- und Nachteile der Methode	98
5.3	Allgemeine Indikation und Kontraindikation	99
5.4	Indikation für die spezifischen Dialogtypen	100
5.5	Differentialindikation: Sokratischer Dialog oder Disput?	102
5.6	Anforderungen an Therapeuten und Patienten	103
6	Sokratischer Dialog in der Kognitiven (Verhaltens-)Therapie	106
6.1	Entstehung der Kognitiven (Verhaltens-)Therapie	106
6.2	Kognitive Umstrukturierung	110
6.3	Frage- und Disputtechniken sowie Sokratische Dialoge im Therapieverlauf	113

Teil II

Sokratische Gesprächsführung in Therapie und Beratung – Fallbeispiele

115

- 7 Die Beantwortung der „Was ist das?“-Frage: Explikative sokratische Gesprächsführung zur Klärung von Begriffen** 117
- 7.1 Thema: „Wodurch entstehen Gefühle?“ – Ein Dialog zur impliziten Einführung in das kognitive Modell 118
- 7.2 Thema: „Was bestimmt den Wert eines Menschen?“ – Ein Dialog zum Standardthema bei Selbstwertproblemen 128
- 7.3 Thema: „Was ist Gerechtigkeit?“ – Ein Dialog zur Behandlung rigider Denkmuster und ihrer emotionalen Folgen 147
- 7.4 Thema: „Der wahre Sinn des Lebens“ – Ein Dialog zur Stärkung von Entscheidungsbereitschaft und Selbstverantwortung 160
- 7.5 Thema: „Liebe ist ... , oder: Du liebst mich eben nicht!“ – Ein Dialog im Paar-Setting zur Förderung gegenseitigen Verstehens 177
- 8 Die Beantwortung der „Darf ich das?“-Frage: Normative sokratische Gesprächsführung bei moralischen Konflikten** 200
- 8.1 Thema: „Darf ich abtreiben?“ – Lösen eines moralischen Konflikts durch die Prüfung der Entscheidungsrelevanz ethisch-moralischer Aspekte 202
- 8.2 Thema: „Darf ich meinen unheilbar kranken Partner verlassen?“ – Eine Entscheidungsfindung durch Abwägen ethisch-moralischer Aspekte 218
- 8.3 Thema: „Darf ich den Pflegewunsch meiner Eltern ablehnen?“ – Die Auflösung eines Moralkonflikts durch Abwägen ethisch-moralischer Aspekte 233
- 9 Die Beantwortung der „Soll ich das?“-Frage: Funktionale sokratische Gesprächsführung bei Zielkonflikten** 246
- 9.1 Thema: „Soll ich abtreiben?“ – Eine Entscheidungsfindung durch funktionales Abwägen von Alltagskonsequenzen 247
- 9.2 Thema: „Soll ich meinen unheilbar kranken Partner verlassen?“ – Lösen eines Zielkonflikts durch Abwägen funktionaler Gesichtspunkte 260
- 9.3 Thema: „Soll ich meinen sicheren Arbeitsplatz kündigen, um eine neue Chance wahrzunehmen?“ – Eine Entscheidungsfindung durch Abwägen und Gewichten von Chancen, Zielen und Gefahren 269
- 9.4 Thema: „Ich sollte mich nicht aufregen!“ – Der Abbau dysfunktionaler Erregungszustände bei einer „Herzneurose“ 278

9.5	Thema: „Wer Fehler macht, soll dafür büßen!“ – Die Behandlung autoaggressiver Tendenzen bei Schuld- und Sühnekonzepten	296
IO	Praktische Hinweise zum Führen Sokratischer Dialoge	316
II	Anstelle eines Schlusswortes: Plädoyer für eine „philosophische Wende“ in der Psychotherapie	321
	Glossar	326
	Literatur	343
	Stichwortverzeichnis	349