

Inhalt

Vorwort zur 3. Auflage	11
Teil I Die Entwicklung des Sokratischen Dialogs: Von der antiken Philosophie zur modernen Psychotherapie	15
Einleitung	17
1 Die Sokratische Methode in der Antike	23
1.1 Vorsokratiker	23
1.2 Sokratiker	24
1.2.1 Sokrates	24
1.2.2 Platon	41
1.2.3 Aristoteles	43
1.3 Kyniker	45
1.4 Stoiker	46
1.5 Neoplatonisten	50
2 Die Sokratische Methode vom Mittelalter zur Moderne	53
2.1 Metaphysische Fragen und Sokratische Methode im Mittelalter	53
2.2 Metaphysische Fragen und Sokratische Methode in der Neuzeit	55
2.2.1 Renaissance-Humanisten und -Neoplatonisten	55
2.2.2 Rationalisten und Empiristen	55
2.2.3 Aufklärer	56
2.2.4 Idealisten	58
2.3 Metaphysische Fragen und Sokratische Methode in der Moderne	58
2.3.1 Platonisch-sokratische Philosophie im 20. Jahrhundert	58
2.3.2 Zeitgenössischer philosophischer Sokratischer Dialog	61
3 Praktische Relevanz der philosophischen Modelle für Therapie und Beratung	67
3.1 Allgemeine Schlussfolgerungen	67
3.2 Wahrnehmung, Erkenntnis und Wahrheit	68
3.3 Sicherheit	74
3.4 Gott, Ewigkeit, Seele und Glaube	76
3.5 Was ist das: ein wertvoller Mensch?	78
3.6 Lebenszweck und Lebensziel	79

3.7	Autarkie, Freiheit, Unabhängigkeit	80
3.8	Freier Wille und Eigenverantwortlichkeit	82
3.9	Schuld und Sühne	87
4	Psychotherapeutischer Sokratischer Dialog – theoretische Grundlagen und Modellentwicklung	89
4.1	Psychotherapeutisch-sokratischer Dialog: Ansätze und Ziele	89
4.1.1	Vorhandene Ansätze	89
4.1.2	Ziele der psychotherapeutisch-sokratischen Gesprächsführung	93
4.2	Modifikation des philosophischen Modells für den Einsatz in Psychotherapie und Beratung	95
4.3	Wesen und Definition Sokratischer Dialoge	97
4.4	Struktur psychotherapeutischer Sokratischer Dialoge	98
4.4.1	»Was ist das?« – Explikative Sokratische Dialoge zum Klären von Begriffen	98
4.4.2	»Darf ich das?« – Normative Sokratische Dialoge bei moralischen Fragen und Konflikten	101
4.4.3	»Soll ich das?« – Funktionale Sokratische Dialoge bei Zielfragen und -konflikten	104
4.5	Techniken der psychotherapeutisch-sokratischen Methode	106
4.5.1	Fragetechniken	106
4.5.2	Disputtechniken	108
4.5.3	Fragestrategien zum Erarbeiten neuer Konzepte	112
4.5.4	Regressive Abstraktion	113
5	Psychotherapeutischer Sokratischer Dialog – Indikationen und Voraussetzungen	115
5.1	Einsatz in Psychotherapie, Beratung und Seelsorge	115
5.2	Vor- und Nachteile der Methode	115
5.3	Allgemeine Indikation und Kontraindikation	117
5.4	Indikation für die spezifischen Dialogtypen	117
5.5	Differentialindikation: Sokratischer Dialog oder Disput?	119
5.6	Anforderungen an Therapeuten und Klienten	120
6	Sokratischer Dialog in der Kognitiven (Verhaltens-)Therapie	125
6.1	Entstehen der Kognitiven (Verhaltens-)Therapie	125
6.2	Kognitives Umstrukturieren	130
6.3	Frage- und Disputtechniken sowie Sokratische Dialoge im KVT-Behandlungsplan	132

Teil II	Sokratische Dialoge in Therapie und Beratung – Fallbeispiele	135
7	Das Beantworten der »Was ist das?«-Frage: Explikative Sokratische Dialoge zum Klären von Begriffen	137
7.1	Thema: »Was ist das: die Ursache für ein Gefühl?« – Ein Dialog zum impliziten Einführen in das kognitive Modell	138
7.2	Thema: »Was ist das: ein wertvoller Mensch?« – Ein Standarddialog bei Selbstwertproblemen	148
7.3	Thema: »Was ist das: Gerechtigkeit?« – Ein Dialog zum Ändern rigider Denkmuster und ihrer emotionalen Folgen	166
7.4	Thema: »Was ist das: ein sinnvolles Leben?« – Ein Dialog zum Stärken von Entscheidungsbereitschaft und Selbstverantwortungsübernahme	180
7.5	Thema: »Was ist das: Liebe?« – Ein Dialog im Paar-Setting zum Fördern gegenseitigen Verstehens	199
8	Das Beantworten der »Darf ich das?«-Frage: Normative Sokratische Dialoge bei moralischen Fragen und Konflikten	221
8.1	Thema: »Darf ich das: abtreiben?« – Einen moralischen Konflikt durch Abwägen entscheidungsrelevanter ethisch-moralischer Argumente lösen	223
8.2	Thema: »Darf ich das: meinen unheilbar kranken Partner verlassen?« – Ethisch-moralische Aspekte abwägen, um einen Entscheid zu fällen	240
8.3	Thema: »Darf ich das: den Pflegewunsch meiner Eltern ablehnen?« – Einen Moralkonflikt durch Abwägen ethisch-moralischer Argumente lösen	254
9	Das Beantworten der »Soll ich das?«-Frage: Funktionale Sokratische Dialoge bei Zielfragen und -konflikten	265
9.1	Thema: »Soll ich das: dieses Kind abtreiben?« – Einen Entscheid durch Abwägen von Alltagskonsequenzen herbeiführen	266
9.2	Thema: »Soll ich das: meinen an Leukämie erkrankten Partner verlassen?« – Einen Zielkonflikt durch Abwägen funktionaler Aspekte lösen	278
9.3	Thema: »Soll ich das: meinen sicheren Arbeitsplatz kündigen, um eine neue Chance wahrzunehmen?« – Einen Entscheid durch Abwägen und Gewichten von Chancen, Zielen und Gefahren herbeiführen	286
9.4	Thema: »Ich soll mich nicht aufregen!« – Ein funktionaler Dialog zum Abbau unnötiger Erregungszustände	294

9.5	Thema: »Soll ich das: für Fehler büßen, um mich zu entlasten?« – Autoaggressive Reaktionen bei Schuld- und Sühnekonzepten abstellen	313
10	Praktische Hinweise zum Führen Sokratischer Dialoge	333
11	Anstelle eines Schlussworts: Plädoyer für eine »philosophische Wende« in Psychotherapie und Beratung	338
	Glossar	343
	Literaturverzeichnis	355
	Sachwortverzeichnis	361