„Sokratischer Dialog“ und hypnosystemische „Teilearbeit“ in Therapie und Beratung

Inaugural-Dissertation

zur Erlangung des Doktorgrades

der

Philosophisch-Sozialwissenschaftlichen Fakultät der

Universität Augsburg

Vorgelegt von
Robert Baur aus
Augsburg,
2006

Erstgutachter: Prof. Dr. Hildegard Macha

Zweitgutachter: Prof. Dr. Dieter Ulich

Tag der mündlichen Prüfung: 08.02.2007

Die Kompetenz zur Konzeptualisierung schließt das Verständnis der **Implikationen und Konsequenzen** der gewählten **Konzepte** ein. Das Verständnis der impliziten Annahmen, der Logik ihrer Verknüpfungen sowie der aus ihnen abgeleiteten Konsequenzen macht aus Erfahrungen von gestern geistige Arbeitsmittel für morgen.

Bernd Schmid (1994, 119)

Inhalt

Inhaltsverzeichnis …… **4**

Vorwort …… **9**

1. Teil: Einführung …… **11**

1.1 Erkenntnisleitendes Interesse …… 13

1.2 Fragestellungen …… 16

1.3 Begründung der Methodenauswahl …….. 17

1.4 Auswahl der vergleichenden Beschreibungsmodelle …… 17

1.5 Begriffliche Klärungen …….. 19

1.5.1 Beratung und Therapie …….. 19

1.5.2 Eklektizismus und Integration…… 20

1.6 Aufbau der Arbeit …….. 23

1.7 Übersicht verwendeter Abkürzungen …… 25

2. Teil: Form, Funktion und mögliche Wirkung der sokratischen Methode in den platonischen Frühdialogen …….. **26**

2.1 Probleme der Begriffsbestimmung …… 27

2.2 Sokratischer Dialog und platonische Philosophie …….. 28

2.3 Die „regressive Abstraktion“ als zentrale Funktion der sokratischen Frühdialoge …… 32

2.3.1 Von der Verallgemeinerung zum Allgemeinen: der Dialog „Laches“ …… 33

2.3.2 Hinweise auf therapeutisch nützliche Funktionen der „regressiven Abstraktion“ …….. 35

2.4 Die Elenktik in der sokratischen Gesprächsführung 40
2.4.1 Konnotationen des Elenktik-Begriffes 40
2.4.2 Die Strategie der Widerlegung am Beispiel des Dialogs „Charmides“ 41
2.4.3 Die Falsifikation als notwendiges Ziel des sokratischen Dialogs 42
2.4.4 Emotional intensivierende Merkmale 45

2.5 „Widerstand“ im sokratischen Dialog 47
2.5.1 Strategien zur Erhaltung der Arbeitsbeziehung und der Kooperationsbereitschaft 49
2.5.2 Kulturhistorische Erklärungen einer „Überredung zur Einsicht“ .. 51

2.6 Zusammenfassung des zweiten Kapitels 55

3. Teil: Die Übernahme des sokratischen Dialogs als therapeutische Methode in die Rational-Emotive Verhaltenstherapie 56

3.1 Gründe für die Übernahme der sokratischen Methode und ihrer Funktionen 57
3.1.1 Persönliche Präferenzen des Therapiebegründers 57
3.1.2 Die Entdeckung des inneren Selbstgesprächs und die Entstehung der kognitiven Therapie 59
3.1.3 Von der Leserfokussierung zur Textfokussierung 60

3.2 Die „regressive Abstraktion“ im therapeutischen Dialog 62
3.2.1 Distanzierung und Dezentrierung als Voraussetzung für Destabilisierungsprozesse im platonischen und therapeutischen Dialog 62
3.2.2 Das Konzept des „Demandigness“ 65
3.2.3 Die Anatomie der kognitiven Struktur 67
3.2.4 Strategien der „regressiven Abstraktion“ am Beispiel eines Beratungsgesprächs von A. Ellis 70
3.2.5 Das Primat der Kognition in der Störungstheorie der REVT 73

3.3 Die elenktische Disputation im therapeutischen Dialog 77
3.3.1 Logisch analysieren, semantisch zerpflücken, philosophisch attackieren: Destabilisierung durch Falsifikation 77
3.3.2 Kriterien einer elenktischen Disputation 79
3.3.2.1 *Der Einfluss der „General Semantics“ auf die REVT*..... 79

3.3.2.2 *Der Einfluss des amerikanischen Pragmatismus* …….. 89
3.3.3 Antike Elenktik und therapeutische Disputation – ausgewählte Aspekte im Vergleich …….. 90
3.3.3.1 *Das sokratische Postulat des Nicht-Wissens und die philosophischen Prämissen der REVT*…….. 91
3.3.3.2 *Die postmoderne Strategie der Widerlegung im Modell der logischen Ebenen* …….. 94

3.4 Zusammenfassung des dritten Kapitels: Möglichkeiten und Grenzen des sokratischen Dialogs …….. 97

4. Teil: Die Methode der „Teilearbeit“ als Gegenentwurf zum sokratischen Paradigma der REVT …….. **101**

4.1 Das Multiplizitätskonzept der Teilearbeit …….. 102
4.2 Die Distinktionstheorie nach Spencer Brown ……... 104
4.3 Distinktionstheoretische Überlegungen am Beispiel des Multiplizitätskonzepts der Transaktionsanalyse …….. 106
4.3.1 Das Konzept der Ich-Zustände in der Auseinandersetzung mit der Psychoanalyse …….. 106
4.3.2 Neuerungstendenzen innerhalb der Transaktionsanalyse und ihre möglichen Auswirkungen auf eine „Teilearbeit“ …….. 112
4.3.3 Das kognitive Konzept des Erwachsenen-Ichs …….. 114
4.3.4 Impulse und Beiträge der Transaktionsanalyse für die Arbeit mit „Teilen“ …….. 116

4.4 Das Multiplizitätskonzept der „Ego-State-Therapy“ von J. Watkins und H. Watkins …….. 121
4.4.1 Problem- und Ressourcenorientierte Aspekte des Dissoziationsbegriffs …….. 125
4.4.2 Das Multiplizitätskonzept von Hilgard …….. 128
4.4.3 Ambivalente Aspekte in der Ego-State-Therapie …….. 130
4.4.4 Mögliche Impulse der Ego-State-Therapie für die Arbeit mit „Teilen“ …….. 133

4.5 Die Ressourcenorientierung und das Kooperationsprinzip in der hypnosystemischen Teilearbeit …….. 134
4.5.1 Gregory Batesons Einfluss auf die Entstehung einer Teilearbeit: Kontextualisierung und Multiplizität …….. 135
4.5.2 Schlussfolgerungen für die Methode der Teilearbeit …….. 138
4.5.3 Der Einfluss Virginia Satirs: Von Kommunikationsebenen zu

Persönlichkeitsanteilen …….. 140
4.5.4 Der Einfluss von R. Bandler und J. Grinder auf die Teilearbeit .. 145
4.5.5 Der Einfluss des Taoismus und des heraklitischen Denkens auf die Teilearbeit von Fritz Perls ……..…… 147
4.5.6 Der Einfluss Milton Ericksons: Die Bewusst-unbewusst-Dissoziation …… 151
4.5.6.1 *Die Konzeption des Unbewussten und die Potenzialhypothese ……* 152
4.5.6.2 *Die Funktion tranceinduzierender Sprachmuster innerhalb der hypnosystemischen Teilearbeit ……..* 157

4.6 Zentrale Aspekte hypnosystemischer Teilearbeit an praktischen Beispielen …… 159

4.6.1 Die Bewusst-unbewusst-Dissoziation …… 159
4.6.2 Die Förderung von Kommunikation zwischen den Anteilen …… 161
4.6.3 Das Prinzip der „positiven Absicht“ …… 162
4.6.4 Das Verhandlungsprinzip …….. 163
4.6.5 Impulse einer systemischen Hypnotherapie für die Arbeit mit „Teilen“ …… 164

5. Teil: Probleme und Lösungen bei der integrativen Verwendung beider Methoden …… 168

5.1 Zusammenfassender Vergleich beider Methoden und Vorteile ihrer integrativen Verwendung …… 169

5.2 Gemeinsamkeiten, Integrationshemmnisse und mögliche Lösungen …….. 172

5.2.1 Was die Methoden eint: Die Dissoziation als gemeinsames Mittel zur Dezentrierung und Destabilisierung ……... 172
5.2.2 Die Kognitions-Emotions-Distinktion versus die ganzheitliche Teilekonzeption ……... 175
5.2.3 Der Therapeut als „Gegenpropagandist“ versus „Prozessmoderator“ …… 178
5.2.4 Elenktik im sokratischen Dialog versus Kooperationsprinzip in der Teilearbeit …… 182
5.2.5 Die Methoden im Netzwerk ihrer vielfältigen Einflussfaktoren … 184

5.3 Mögliche integrative Lösungsansätze …….. 186

5.3.1 Teilearbeit und neuere Schematherapien 186
5.3.2 Der Ansatz der „metalogen REVT“ nach Scholz …….. 190
5.3.3 Die negierte Tetralemmaaufstellung nach Varga v. Kibéd & Sparrer …….. 193

5.3.4 Der Neo-Erickson'sche Ansatz einer „Psychotherapie der Selbstbeziehungen“ ……. 197

5.4 Zusammenfassung der Lösungsstrategien …….. 199

5.4.1 Lösungsstrategien auf Paradigmen- und Konstruktebene …….. 199
5.4.2 Die Strategie der „funktionalen Verknüpfung“ von Methoden …. 201
5.4.3 Die Strategie der Verknüpfung von Formen und Funktionen ….. 205

5.5 Die kritische Reflexion historischer Traditionen als Integrationshilfe ……. 207

5.5.1 Am Beispiel der hypnosystemischen Teilearbeit ……... 208
5.5.2 Am Beispiel des sokratischen Dialogs …… 209
5.5.3 Platonischer Dialog und hypnosystemische Teilearbeit ……... 210

5.6 Zusammenfassende Reflexion ……... 213

6. Teil: Ergebnissicherung und mögliche Konsequenzen …… **214**

6.1 Zusammenfassende Darstellung der Ergebnisse aus den einzelnen Kapiteln ……. 215

6.2 Braucht ein Anwender Kenntnisse über die therapie- und philosophiehistorischen Prämissen und Kontexte um integrative Entscheidungen treffen zu können? …….. 218

6.3 Ausblick und mögliche Schlussfolgerungen …… 221

6.3.1 Schlussfolgerungen für Studium und Ausbildung …….. 221
6.3.2 Empfehlungen für Anwender …… 222

Anhang: Beispielhafte Therapie- und Beratungsausschnitte …….. **224**

Therapieausschnitt Nr. 1: Ellis (1993) 225
Therapieausschnitt Nr. 2: Ellis (1994) 231
Therapieausschnitt Nr. 3: Schmidt, G. (2004) 233
Therapieausschnitt Nr. 4: Scholz (2002) 236

Literaturverzeichnis …… **238**

Vorwort

Als ich 1993 in einem Workshop mit Albert Ellis, dem Gründer der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie zum ersten Mal die Methode des sokratischen Dialogs erlebte, war ich überrascht. Den Klienten mit geschickten Fragestellungen zur Erkenntnis zu bringen, dass die Prämissen seiner Einstellung den Kriterien von Logik, Empirie und Rationalität nicht genügten, war mir fremd. Von Carl Rogers geprägt, empfand ich es als Tabubruch, mit dem Klienten zu argumentieren. Gleichzeitig schien mir diese Art der konfrontativen Gesprächsführung auch ein Signal der Wertschätzung für den Gesprächspartner zu sein: Nur weil jemand Probleme hatte, sollte er nicht mehr logisch denken können? Viele Klienten schienen zudem von der Natürlichkeit des Beraterverhaltens positiv überrascht. Auch ihr Arbeitskollege oder ihr Partner würden ähnlich direkt und unverblümt mit ihnen reden. Bald übernahm auch ich mit der Methode die impliziten Prämissen der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie. Mit einer Ausbildung am Milton-Erickson-Institut lernte ich Jahre später die hypnosystemische Teilearbeit kennen und schätzen. Das damit verbundene ökosystemische Denken erschien mir als Bereicherung. Gleichzeitig erforderte das indirekte Vorgehen in der Tradition von Milton Erickson einiges an Umdenkprozessen, wurden doch meine bisherigen Rational-Emotiven Prämissen hart auf die Probe gestellt. Die Ausbildung entwickelte sich zum radikalen Kontrastprogramm.

Die Thematik der vorliegenden Arbeit wurde für mich aber erst dann praktisch relevant, als ich versuchte, beide Methoden in Rahmen meiner beraterischen Tätigkeit zu integrieren. Dieses Anliegen stellte sich als schwieriger heraus, als ich anfänglich dachte. Ohne es zunächst noch explizit verbalisieren zu können, schienen beide Methoden sehr unterschiedliche implizite Botschaften für die Klienten zu transportieren. Beide Methoden waren für mich jeweils plausibel, effektiv und in sich stimmig, beim Versuch einer integrativen Verwendung ergaben sich aber of-

fensichtlich Inkompatibilitätsprobleme. Aus dieser Erfahrung resultierte einerseits die Frage nach den Ursachen für diese erlebte Inkompatibilität, andererseits die Frage nach den Voraussetzungen einer möglichen integrativen Verwendung. Weil eine rein formale Kombination dieser Methoden meines Erachtens nicht das Problem darstellte, konzentrierte sich meine Fragestellung bald auf die Ebene der kontextuellen Prämissen: *Wie bedeutsam sind die historisch gewachsenen Prämissen von Methoden für ihre Integrationsfähigkeit? Können die therapie- und philosophiehistorischen Kontexte Klarheit schaffen für die Frage nach einer integrativen Verwendung?*

Die Thematik dieser Arbeit scheint mir auch unter der aktuellen Diskussion einer „allgemeinen Psychotherapie“ (Grawe 1994, 2000, 2004) von Interesse, stellt sie doch die Frage nach der Kompatibilität von Methoden aus unterschiedlichen therapie- und philosophiehistorischen Kontexten. Wer sich an Therapieschulen übergreifenden Wirkfaktoren orientiert, wie Grawe dies vorschlagt, wird im nächsten Schritt mit der Frage nach der Integration von Methoden konfrontiert. Ähnliche Herausforderungen stellen sich aber auch für alle, die im beraterischen Kontext professionell tätig sind und mehr wollen als sich im „Supermarkt der Therapieformen“ (Nestmann 1992, 80) eklektisch zu bedienen. Professionalität im Beratungsbereich könnte dann auch heißen: Durch einen kontextsensiblen Umgang mit Methoden die Möglichkeiten und Grenzen ihrer Integration zu erkennen. In einer Zeit, in der immer mehr fachfremde Personen Beratungsdienstleistungen anbieten und im Kontext von „Coaching“ therapeutische Methoden nach Baukastenprinzip übernehmen, könnte gerade diese Kompetenz für den Erhalt von Qualität und Transparenz im Beratungsbereich zunehmend wichtiger werden.

1. Teil: Einführung

Each Person is a unique individual. Hence, psychotherapy should be formulated to meet the uniqueness of the individual's needs, rather than tailoring the person to fit the Procrustean bed of a hypothetical theory of human behavior.
(Milton Erickson in: Zeig 1983, viii)

Die zentrale Fragestellung dieser Arbeit lautet: Braucht ein Anwender Kenntnisse über die therapie- und philosophiehistorischen Entstehungskontexte der Methoden, die er integrieren will? Diese Frage soll beispielhaft an zwei therapeutischen Methoden untersucht werden, die jeweils auch im beraterischen Kontext ihre Anwendung finden: dem „**sokratischen Dialog**" und der „**Teilearbeit**"[1]. Beide Methoden werden auf ihre therapiehistorisch entstandenen Prämissen und Funktionen untersucht, um dann mögliche Aussagen über deren Kombinierbarkeit treffen zu können. Am Ende der Arbeit sollen dann Erkenntnisse darüber vorliegen, ob durch diese therapiehistorische Kontexterkundung Möglichkeiten und Grenzen einer integrativen Nutzung geklärt werden konnten.

Der „**sokratische Dialog**" gilt innerhalb der kognitiven Verhaltenstherapien als zentrale Methode zur „kognitiven Umstrukturierung" (Perris 1988, 3; Stavemann 2003, 1). Vor allem in der Rational-Emotiven-Verhaltenstherapie (REVT) nach Albert Ellis nimmt er eine wichtige Position ein (Ellis 1980, 22; 1971, 4).

Die so genannte „**Teilearbeit**" (Hesse 2003) findet sich in jenen Therapieformen, denen ein Multiplizitätskonzept zugrunde liegt. Zu nennen wären hier die hypnosystemische Therapie (Schmidt, G. 2004, 279 ff.; 2005; 1986), hypnoanalytische Therapieformen wie die „Ego-State-Therapie" (Watkins & Watkins 2003), die kognitiv-analytische „Transaktionsanalyse" nach Berne (1958, 1961, 1972) sowie Therapieansätze im Entstehungskontext der Palo-Alto-Schule (Satir 1978, 2005; Bandler & Grinder 1995; Perls 1982). Die hypnosystemische Variante der „Teilearbeit" wurde im deutschsprachigen Raum vor allem von der so genannten „Hei-

[1] Der Begriff der „Teilearbeit" wird im Folgenden als verkürzte Form für „psychotherapeutische Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen" oder „Anteilen des Ich" (vgl. Macha 1996, 80) verwendet. Im hypnosystemischen Sprachgebrauch ist der Begriff „Teilearbeit" gebräuchlich (vgl. Hesse 2003; Lenk 1990, 35; Revenstorf & Peter 2001, 293, 379).

delberger Gruppe“ um Helm Stierlin und Gunther Schmidt (weiter-) entwickelt und theoretisch begründet[2] (Stierlin 1994; Schmidt, G. 1996, 1997, 1999, 2001, 2004, 2005).

Zu Beginn sind zwei Anmerkungen zum Untersuchungsgegenstand notwendig:

1. Weder die Rational-Emotive Verhaltenstherapie noch die hypnosystemische Therapie erschöpfen sich in den beiden Methoden. Beide Therapien verfügen über Vorgehensweisen, welche die entsprechenden Einseitigkeiten der jeweiligen Methode ergänzen und ausgleichen. Imaginationsübungen, systematische Desensibilisierung und Hausaufgaben können als Ergänzung zum Dialogischen in der REVT[3] gelten (vgl. Lotz 1996, 82; Scholz 2002, 82). Ähnliches gilt für die systemische Hypnotherapie, die in der experimentierfreudigen Tradition Ericksons eine Vielzahl von Interventionen bereithält - jenseits von Tranceinduktion und sprachlicher Suggestion (vgl. Gordon & Meyers-Anderson 1981). Dennoch sind beide Methoden nicht zufällig ausgewählt: Sie erfüllen innerhalb der Veränderungsparadigmen ihrer Therapien eine zentrale Funktion. Für die REVT sagt Scholz (1992, 186): „Obwohl die Interventionsmethodologie der klassischen RET eine große Bandbreite von Interventionsformen vorsieht (…), ist die für die klassische RET charakteristische Interventionsform doch die der logischen Disputation“. Analog lässt sich über die Teilearbeit sagen: Obwohl die Teilearbeit nicht in jeder hypnosystemischen Sitzung vorkommen muss, so spiegelt diese dennoch die innere Logik des hypnosystemischen Veränderungsparadigmas.

2. Um die erkenntnisleitenden Fragestellungen zu verfolgen, habe ich mich entschieden, zunächst die originäre, klassische Variante der REVT zu untersuchen, wie sie im Umkreis von Ellis bis heute vertreten wird. Meines Erachtens stellt jene Variante gerade das Originäre am Ellis’schen Ansatz dar und ist in hohem Maße mit der Struktur des antiken „sokratischen Dialogs“ kompatibel. Neuere Strömungen und Ansätze innerhalb der kognitiven Verhaltenstherapien sollen anschließend unter dem Thema „Integrationslösungen“ in Kapitel 5 diskutiert werden (Scholz 2002). Um die Frage der Herausforderungen einer integrativen oder eklektischen Verwendung von Methoden aus

[2] Die hypnosystemische Variante der „Teilearbeit“ wurde in Deutschland lange Jahre durch Ausbildungsworkshops der „Heidelberger Gruppe“ (Stierlin, Retzer, Schmidt, Simon, Weber) sowie der Milton-Erickson-Gesellschaft (Lenk, Gerl, Prior) tradiert und weiterentwickelt. Der Autor musste deshalb zunächst auf Audio- und Videodokumentationen sowie auf einzelne Artikel zurückgreifen. Erst in jüngster Zeit wurden Theorie und Modell der hypnosystemischen Therapie zusammenhängend beschrieben und publiziert (Schmidt, G. 2004, 2005).

[3] Eine Übersicht der Abkürzungen findet sich unter 1.5.3. Dort werden auch die unterschiedlichen Abkürzungen der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie erläutert.

unterschiedlichen Therapiekontexten zu untersuchen, erscheint es mir nicht logisch, bereits von Mischformen auszugehen. Aus dem gleichen Grund habe ich eine zum Paradigma der Kognitiven Verhaltenstherapien kontrastreiche Variante der Teilearbeit gesucht, wie sie in der hypnosystemischen Form zu finden ist.

1.1 Erkenntnisleitendes Interesse

Mein erkenntnisleitendes Interesse an diesem Vergleich resultiert aus den folgenden Entwicklungen:

Klinische Methoden im Kontext von Beratung und Coaching

Beide Methoden werden im Zuge einer „Psychologisierung" der Gesellschaft in populärwissenschaftlicher Form auch für außerklinische Anliegen angeboten. Sowohl Ellis als auch Beck - beide Pioniere der kognitiven Therapie - publizieren seit langem auch für den Markt der so genannten Selbsthilfeliteratur (Beck 1994d, 2000; Ellis 1992, 1998a-c, 2001, 2003b, 2004). Während kognitive Methoden längst im Beratungsbereich genutzt werden (Maultsby 1975, Trower et al. 1988; Schelp et al. 1990; Cohen 1995; Winiarski 2004, vgl. Scholz 2002, 324), finden hypnosystemische Methoden erst in jüngster Zeit Eingang in Beratung und Coaching (Schmidt 2005, 7; Schmidt 2004, 387 ff.; Schulz von Thun 1998, 2004). Gleichzeitig erreichen den im Berufsfeld von Beratung und Coaching tätigen Praktiker beständig neue Publikationen von Methodensammlungen (Migge 2005; Knappe & Straßburg 2005, Rauen 2005), in denen es beispielsweise heißt:

> *Jedes einzelne Tool ist ausführlich beschrieben und kommentiert. Die insgesamt 60 ausgewählten Techniken stammen aus teilweise sehr unterschiedlichen Denkschulen.* (Werbetext aus: Rauen (2005), Hervorh. R.B.)

Nestmann (1992, 80) spricht deshalb von einem in der Beratungsszene vorherrschenden pragmatischen Eklektizismus aus dem „Supermarkt" der Therapieformen. In diesem Zusammenhang stellt sich unweigerlich die Frage, ob und in welchem Ausmaß die Anwender dieser Methoden Kenntnis über die Prämissen besitzen sollten, die aus den jeweiligen therapie- und philosophiehistorischen Entstehungskontexten resultieren. Therapeutische Methoden entstehen ja selten im „staubfreien" Raum klinischer Forschung und Theoriebildung[4], sondern entwickeln sich im Kuhn'schen Sinne in einem dialektischen Prozess, in dessen Verlauf die

[4] Zur kontroversen Diskussion um die Verhältnisbestimmung von Praxis und Forschung: vgl.: Kiesler 1994, 143; Schön 1983. Beide verteidigen den Wert heuristischer Modellbildungen durch den Praktiker. Vgl. die Argumentation von: Caspar & Grawe 1992; Grawe, Donati & Bernauer 1994, 8; Scholz 2002, 83.

antagonistische Seite der jeweils kulturdominanten Therapieform besonders betont wird[5] (vgl. Stierlin 1994, 56; Scholz 2002, 82-83; Kuhn 2002). Schon aus diesem Grund stellt sich die Frage, ob ein pragmatisch eklektischer Umgang mit Methoden aus unterschiedlichen Herkunftskontexten, wie er im beraterischen Rahmen zunehmend stattfindet, konfliktfrei möglich ist.

Grawes Forderung nach einer allgemeinen Psychotherapie

Diese Frage stellt sich auch für Therapeuten, die sich einem der vielen integrativen Ansätze verpflichtet fühlen (Quekelberghe 1979, Petzold 1993a, Petzold 1993b; Sponsel 1995). Aus den Ergebnissen ihrer differentiellen Psychotherapieforschung zogen Grawe, Donati und Bernauer (1994; Grawe 1994c) Mitte der 90er Jahre folgende Schlussfolgerungen über die Wirksamkeit psychotherapeutischer Methoden: Psychotherapie wirkt, allerdings könnte deren Wirksamkeit noch erhöht werden, würden die bisherigen therapeutischen Schulen durch eine „Allgemeine Psychotherapie“[6] ersetzt, die sich nicht mehr unflexibel auf überholte und einseitige Lehrmeinungen beruft. Aber auch Duncan & Miller (2003, 129) fordern angesichts der wachsenden Bedeutung unspezifischer Wirkfaktoren die Überwindung des „in der Psychotherapie herrschenden Feuerwerk(s) der Eitelkeiten“. Grawes (1994, 2000, 2004) Appell zu einem empirischen Eklektizismus, der sich an schulenübergreifenden, unspezifischen Wirkfaktoren[7] orientiert, führt - ähnlich wie die Ausrichtung an therapeutischen „Heilmittelklassen“ (Sponsel 1995) - unausweichlich zur Frage, ob und wie die bestehenden Methoden kombiniert bzw. integriert werden können. Grawes (1994c) Aufruf, die philosophischen Prämissen der Therapiegründer nicht unkritisch zu übernehmen, möchte ich mit dieser Arbeit gerne nachkommen. Wenn Ertler (1994, 42) darauf hinweist, dass in einer differenziellen Therapieforschung nicht nur die Schulrichtungen, sondern auch die Techniken differenziert betrachtet werden sollten, dann lässt sich fragen, ob ein einheitliches, schuleninternes Verständnis vieler Methoden überhaupt existiert. Am Beispiel der von mir gewählten Methoden wird sich zeigen, dass gerade in dieser Hinsicht noch viel Vorarbeit geleistet werden muss.

[5] Beispielhaft dafür steht die Entwicklung der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie, die sich explizit als Gegenentwurf zur damals vorherrschenden Psychoanalyse betrachtet. Vgl. Kapitel 3.
[6] Grawe spricht seit 2000 von einer „Psychologischen Therapie“ (2000) bzw. „Neuropsychotherapie“ (2004).
[7] Grawe (1994): 1.) Ressourcenaktivierung; 2.) Problemaktualisierung; 3.) Aktive Hilfe zur Problembewältigung; 4.) Therapeutische Klärung. Vgl. Grawe (2000, 87 ff.): 1.) Intentionsrealisierung (Zielfindung) 2.) Intentionsveränderung (Zielerreichungsmotivation) 3.) Prozessuale Aktivierung (Umsetzung technisch), 4.) Ressourcenaktivierung (Unterstützung –Integration).

Eklektizistische Tendenzen

Während die Forderung nach einer „Allgemeinen Psychotherapie“ kontrovers aufgenommen wurde, weist Revenstorf (1996, 24; 1999,15) in Anlehnung an Watkins et al. (1986) darauf hin, dass 70% aller Psychotherapeuten bereits eklektisch arbeiten, d.h. Methoden aus unterschiedlichen Therapieschulen nutzen. In der Feldstudie des Consumer Reports (Consumer Reports 1995, Seligman 1995, Hutterer 1996, Mackenthun 1997) bestand dann auch die Schwierigkeit des Wirksamkeitsnachweises einzelner Methoden darin, dass die Therapeuten im Feld eben kein „reines“ Vorgehen zeigten. Revenstorf (1996a, 24) sieht dafür unterschiedliche Ursachen:

- Der deutliche Anteil an spezifischer wie unspezifischer Wirksamkeit, der offenbar in allen Therapieformen nachweisbar ist (vgl. Revenstorf, 1996b).
- Nach Smith, Glass & Miller (1980), Hubble et al. (2001), Duncan & Miller (2003) sowie Grawe (Grawe et al. 1994, Grawe & Meyer 1994; Grawe 1994 a, b; 2000) unterscheiden sich zahlreiche Therapieformen in ihrer Wirksamkeit nicht so, wie man dies schulenintern erwartet hätte.
- Die herkömmlichen, diagnostischen Kriterien (DSM, ICD) geben so gut wie keine Hinweise darauf, welcher Interventionstyp bei welcher Störung angemessen wäre.

Meines Erachtens spielen zudem therapiehistorische Entwicklungen eine Rolle:

- Innerhalb der etablierten Therapieformen finden Ausdifferenzierungen statt. Spätestens mit dem Tod der Gründerfigur gehen einzelne Schulen Koalitionen mit benachbarten Ansätzen ein. Das anfängliche Abgrenzungsbedürfnis durch das Postulieren von Extrempositionen ist dann zur Identitätsfindung nicht mehr notwendig (Stierlin 1994, 56 ff.; Scholz 2002, 91). Nachdem die kognitive Therapie als Gegenreaktion auf die psychoanalytischen Praxis entstanden ist, stehen die Therapien von Young et. al. (2005), Horowitz (1991) und Guidano & Liotti (1985, Guidano 1996) heute näher an psychodynamischen Konzepten als ihre Vorgänger Beck und Ellis (vgl. Grawe 2000, 114).[8] In „Reason and Emotion in Psychotherapy“ schreibt Ellis noch 1962:

[8] Innerhalb dieser Arbeit zeigt sich diese Entwicklung auch an folgenden Beispielen: a) Bernd Schmids (1988, 1990, 1994) Bemühungen um eine reformierte, systemische Transaktionsanalyse; b) G. Schmidts (2004) kritische Haltung gegenüber Konfusionstechniken und indirektem Sprachgebrauch.

> *Die Rational-Emotive Psychotherapie entstand in erster Linie als empirische Revolte gegen die passiven Methoden der klassischen Freudschen Psychoanalyse und der non-direktiven Therapie nach Rogers.* (dt. Ausgabe: Ellis 1993, 246)

- Gerade beim postrationalistisch konstruktivistischen Ansatz von Guidano & Liotti (1985) wird aber auch die Ursache für eine schulenübergreifende Öffnung deutlich. Therapieübergreifende Theorien mit hohem Abstraktionsgrad besitzen eine starke Integrationskraft: Beispielhaft dafür können die „Systemtheorie“, die „Distinktionstheorie“ oder der „Konstruktivismus“ stehen, der nach S.J. Schmidt (1996, 72) „reduktionistische Forschungsansätze aufzulösen erlaubt (…) und komplementären Methodeneinsatz fördert“ (vgl. Jokisch 1996, 1999, A1; Neimeyer & Feixas 1990).
- Im Zeitalter postmoderner Lebensentwürfe und Pluralisierungstendenzen scheinen alte „Grabenkämpfe“ zwischen Therapieschulen - nicht zuletzt unter dem konstruktivistischen Leitsatz „viability“ statt „validity“ - eher unzeitgemäß. Gleichzeitig lassen sich immer schwerer antagonistische Positionen unterscheiden. Varga von Kibéd & Sparrer (2002, 223-224) beispielsweise verweisen für ihren Ansatz der systemischen Strukturaufstellung auf 38 (!) therapeutische und philosophische Vorgänger.

1. 2 Fragestellungen

Mit der Forderung nach einer schulenübergreifenden, flexiblen Intervention in Therapie und Beratung stellt sich auf methodischer Ebene die Frage nach den Möglichkeiten und Grenzen der Kompatibilität und Integrationsfähigkeit einzelner Methoden aus unterschiedlichen therapiehistorischen Kontexten. Um diese Thematik bearbeiten zu können, müssen zunächst grundsätzlichere Fragen geklärt werden:

1. Welche therapie- und philosophiehistorischen Entstehungsbedingungen haben zu welchen Prämissen innerhalb dieser Methoden geführt? Welchen Einflüssen waren diese Methoden im Lauf ihrer Entwicklungsgeschichte ausgesetzt?
2. Wie beeinflussen therapiehistorische Entscheidungen auf Konstruktebene die funktionalen Möglichkeiten dieser Methoden?
3. Wie eng ist die Struktur dieser Methoden mit den Prämissen des jeweiligen heuristischen Modells verwoben?

Erst wenn diese Fragen geklärt sind, kann man angesichts eines Eklektizismus in Therapie und Beratung die Frage nach der Kompatibilität dieser Methoden stellen:

4. (Wie) Können unterschiedliche, antagonistische Prämissen aufgelöst werden?
5. Wie lassen sich unterschiedliche Prämissen gegenüber dem Klienten/Kunden argumentativ stimmig vermitteln?

Schwerpunktmäßig befasst sich die vorliegende Arbeit mit den Fragen 1 bis 3, die jedoch immer schon mit Blick auf die Fragen 4 und 5 untersucht werden. Über Allem steht die Frage nach dem Nutzen einer therapiehistorischen Kontexterkundung.

1.3 Begründung der Methodenauswahl

Zur Untersuchung dieser Fragestellungen scheinen mir die gewählten Methoden „sokratischer Dialog“ und „Teilearbeit“ aus folgenden Gründen gut geeignet:

- Die Tradition des sokratischen Dialogs lässt sich bis in die Antike zurückverfolgen. Damit lässt sich exemplarisch untersuchen, inwieweit historisch bedingte funktionale Anforderungen und philosophische Prämissen Form und Struktur dieser Methode beeinflussten.
- Mit der Übernahme dieser Methode in einen therapeutischen Kontext des 21. Jahrhunderts, kann dann untersucht werden, wie Funktionalität, Struktur und philosophische Prämissen in Einklang gebracht werden müssen.
- Der sokratische Dialog im Verständnis der Rational-Emotiven Therapie, sowie die „Teilearbeit“ in ihrer hypnosystemischen Variante dürften in mehreren Dimensionen gegensätzliche Positionen einnehmen (Scholz 1992, 185). Gerade Ellis hat die Gegensätzlichkeit seines Verfahrens zu anderen Therapieformen, insbesondere zur Palo-Alto-Gruppe, immer wieder drastisch betont (vgl. Yapko 1994; Becker, V. 1989, 27-59). Im Vergleich dieser „extremen“ Formen lässt sich die Unterschiedlichkeit der therapiehistorischen Prämissen gut herausarbeiten. Exemplarisch soll dieser „Härtetest“ zeigen, welche Herausforderungen bei einem integrativen Bemühen zu bewältigen sind.

1.4 Auswahl der vergleichenden Beschreibungsmodelle

Um die Methoden vergleichend beschreiben zu können, war es notwendig, geeignete heuristische Modelle und Theorien mit hohem Abstraktionsgrad zu finden. Ich habe mich dabei für folgende Beschreibungsmodelle[9] entschieden:

[9] Diese Modelle werden an entsprechender Stelle im Text näher erläutert.

- Das für den Kontext von Therapie und Beratung adaptierte Modell der „logischen Ebenen“ (Russel & Whitehead 2002, Russel 2005, 389 ff.; Bateson et al. 1956, Bateson 1982; Dilts 1976, 2002).
- Die Distinktionstheorie nach Spencer Brown (Spencer Brown 1973; 2004; Schönwälder et al. 2004).
- Elemente einer Metatheorie der Veränderung nach Revenstorf (1996a, 27; 1996b).
- In Kapitel und 5 und 6 beziehe ich mich zudem auf das personale Menschenbild einer systemischen Pädagogik wie sie Macha (1996, 1986) in ihrem „Prozessmodell des Ich“ formuliert hat. Dies setzte ich allerdings im Rahmen dieser Arbeit als bekannt voraus.

Das ursprünglich mathematische Modell der „logischen Typen“ von Russel & Whitehead (2002) hat Bateson (1982) für das menschliche Lernen adaptiert. Bateson et al. (1956) erklärte damit auch, warum schizophrene Klienten Sprache und Metasprache hierarchisch nicht trennen können. Es wurde von Dilts (1976, 2002) als „Modell der logischen Ebenen“ für den therapeutischen Kontext stark vereinfacht und ist somit dem Mehrebenenmodell von Revenstorf (1999, 17) sehr ähnlich. Das Modell erscheint mir deshalb zweckdienlich, weil es die verschiedenen Fokussierungs- bzw. Interventionsebenen veranschaulicht, hierarchische Ordnungen postuliert, aber dennoch die systemischen Verknüpfungen aller Ebenen voraussetzt. Seine hierarchische Struktur kommt sowohl dem Konstrukt des Schemas in der kognitiven Therapie wie dem Begriff der „Gestalt“ im platonisch-sokratischen Dialog entgegen (vgl. Berman 1984, 250). Die systemische Abhängigkeit der einzelnen Ebenen kommt der hypnosystemischen Perspektive entgegen. Das Modell verwende ich allerdings nur zur Beschreibung, nicht zur Erklärung von Sachverhalten, da die postulierten Relationen der einzelnen Ebenen in sich wiederum kritik- und erklärungsbedürftig sind[10].

Die Distinktionstheorie von George Spencer Brown (1973, 2004) dürfte in ihrem Abstraktions- und Vereinfachungsgrad wohl einmalig sein, sieht sie doch in der simplen Operation des „Unterscheidens“ die Basis menschlichen Erkennens. Die damit verbundenen Implikationen eignen sich meines Erachtens besonders gut für Fragen der therapeutischen Semantik und Konstruktbildung, bieten doch beide Methoden dem Klienten mit ihren Begriffssystemen unterschiedliche sprachliche

[10] Die „Logik“ dieser Ebenen wird unter 2.3.2 problematisiert. Vgl. auch die Diskussion bei Berman (1984, 250 ff.).

Grenzziehungen an. Anknüpfungspunkte gibt es zudem mit therapeutisch bedeutsamen Prozessen wie der „Dezentrierung“ bzw. der „Dissoziation“ (Peter 1987a).

Auf der Suche nach schulen- und theorieübergreifenden Prozessen therapeutischer Veränderung formuliert Revenstorf (1996a, 27; 1999, 21 ff.) vier Meta-Funktionen: a) Kopplung, b) Destabilisierung, c) Orientierung und d) Stabilisierung. Ich beziehe mich im Lauf der Arbeit immer wieder auf diese grundlegenden Funktionen, weil sie in ihrem Abstraktionsgrad höher verortet sind als die Wirkfaktoren von Grawe (2000, 87-99), aber immer noch konkreter als jene von Sponsel (1995, 217-218)[11].

1.5 Begriffliche Klärungen

1.5.1 Beratung und Therapie

Ich werde im Folgenden die Begriffe „Therapie“ und „Beratung“ immer wieder zusammen verwenden, nicht weil mir die Unterschiedlichkeit der Kontexte nicht bewusst wäre, sondern weil diese Unterschiedlichkeit in dieser Fragestellung nicht differenziert bearbeitet werden soll. Tatsächlich könnte in einer Anschlussarbeit noch einmal untersucht werden, in welchen „beraterischen“ Hilfekontexten welche integrativen Lösungen mehr oder weniger zielführend sein könnten. Hinzu kommt, dass beide Methoden explizit im beraterischen Kontext Anwendung finden. Die so genannte Ellis-Methode wurde immer schon für Themen wie „Stress“ (Schelp et al. 1990), Prüfungsängste (Eschenröder 2002), allgemeine emotionale Probleme (Ellis 1998a, b; 2003b, Schwartz 2002), „Älter werden“ (Ellis 1998c) sowie „Coaching“ (Ellis 2003) eingesetzt, wobei Struktur und Funktion des sokratischen Dialogs sich nur wenig vom therapeutischen Einsatz unterscheiden[12] (vgl. Ellis 1994c). Alle systemisch-lösungsorientierten Ansätze sehen zwischen Therapie und Beratung auch deshalb mehr Gemeinsamkeiten als Unterschiede, weil Merkmale wie Krankheit, Tiefen- und Vergangenheitsorientierung, die bisher dem Therapeutischen vorbehalten waren, ihre Trennschärfe verloren haben (Deissler 1999, 4-18; Stierlin 1994, 69). Schmidt (2004, 2005) spricht deshalb vom „hypnosystemischen Arbeiten in schwierigen Kontexten“ sowie explizit von einer „hypnosystemischen Therapie und Beratung“ und weigert sich in seinem Ansatz eine definitorische Ab-

[11] Sponsel zählt zum Beispiel das „Loslassen“ zu den unspezifischen Wirkfaktoren.
[12] Aufgrund der starken philosophischen Ausrichtung der REVT zielt der sokratische Dialog immer auf eine Veränderung der „Philosophie“ des Klienten. Die „Interventionstiefe“ ist bei Ellis somit auch in der Beratung einer therapeutischen Zielsetzung nicht unähnlich. Natürlich unterscheiden sich auch in der REVT bei Persönlichkeitsstörungen Behandlungsverlauf, Diagnostik und Zeitdauer.

grenzung zu liefern (vgl. Schmidt, G. 2004, 33 f.). Traditionsgemäß spricht man in der psychosozialen Arbeit von Beratung als „kleiner Therapie“ mit eklektischer Übernahme von Methoden aus dem therapeutischen Kontext (Nestmann 1992, 80). Die Eigenständigkeit von Beratung wird durch Merkmale wie Alltags- und Umweltorientierung, Prävention und Entwicklung hervorgehoben. Die Thematik wird allerdings am Ende der Arbeit noch einmal aufzugreifen sein, wenn es darum geht, die professionellen Voraussetzungen für methodische Integrationsentscheidungen bei Beratern ohne entsprechenden akademischen Hintergrund kritisch zu hinterfragen.

1.5.2 Eklektizismus und Integration

Der Eklektizismus-Begriff wird häufig mit Attributen wie „naiv“, „unsystematisch“ und „unreflektiert“ dem Integrationsbegriff gegenübergestellt (Resch & Schulte-Markwort 2004, x; Kriz 2001, xv). Integration bedeutet dabei oft „eine Verringerung von Einschränkung ohne den Verlust eines konsistenten theoretischen Hintergrunds“ (Geyerhofer & Komori 1999, 133). Beispielhaft für diese Gegenüberstellung soll eine Aussage von Tilman Moser (1993) stehen:

> *Zwischen geduldiger Integration neuer Therapieformen in eine gewissenhaft erarbeitete therapeutische Identität und einem Eklektizismus, der ohne eine solide Grundausbildung auszukommen meint, gibt es viele Spielarten der therapeutischen Wanderschaft.*

Wenn ich mich dieser Sprachregelung anschließe, dann möchte diese Arbeit Vorarbeiten zur Integration zweier Methoden leisten. Das Bemühen um Integration sucht nach Gemeinsamkeiten in den unterschiedlichen Paradigmen und befürwortet die Verbindung zwischen den zunächst unvereinbaren Ansätzen.

Nocross & Goldfried (1992) unterscheiden allerdings einen pragmatischen Eklektizismus, der einer Individualisierung gleichkommt, von einem systematischen und technischen Eklektizismus[13]. Der systematische Eklektizismus orientiert sich an Kliententypen, Störungen und Indikationen. Der technische Eklektizismus nutzt die unterschiedlichsten Theorieansätze innerhalb der Psychologie, z.B. Emotionstheorien und Schematheorien. Meta- bzw. „Supertheorien“ (Mahrer 1989) suchen nach übergeordneten Beschreibungsmöglichkeiten jenseits von Theorien. Die minimalistische Distinktionstheorie von Spencer Brown beispielsweise erhebt Anspruch auf eine derartige Zuschreibung. Aber auch einfache Metafunktionen wie

[13] Lazarus (1997) und Feixas (1992) unterscheiden ähnliche Integrationsebenen (technisch, theoretisch, metatheoretisch). Feixas (1992, 104 ff.) unterscheidet weitere Formen von technischer und theoretischer Integration; Mahrer (1989) fügt die Integration des therapeutischen Vokabulars hinzu, Schacht (1984) die Elemente der Beziehungsgestaltung.

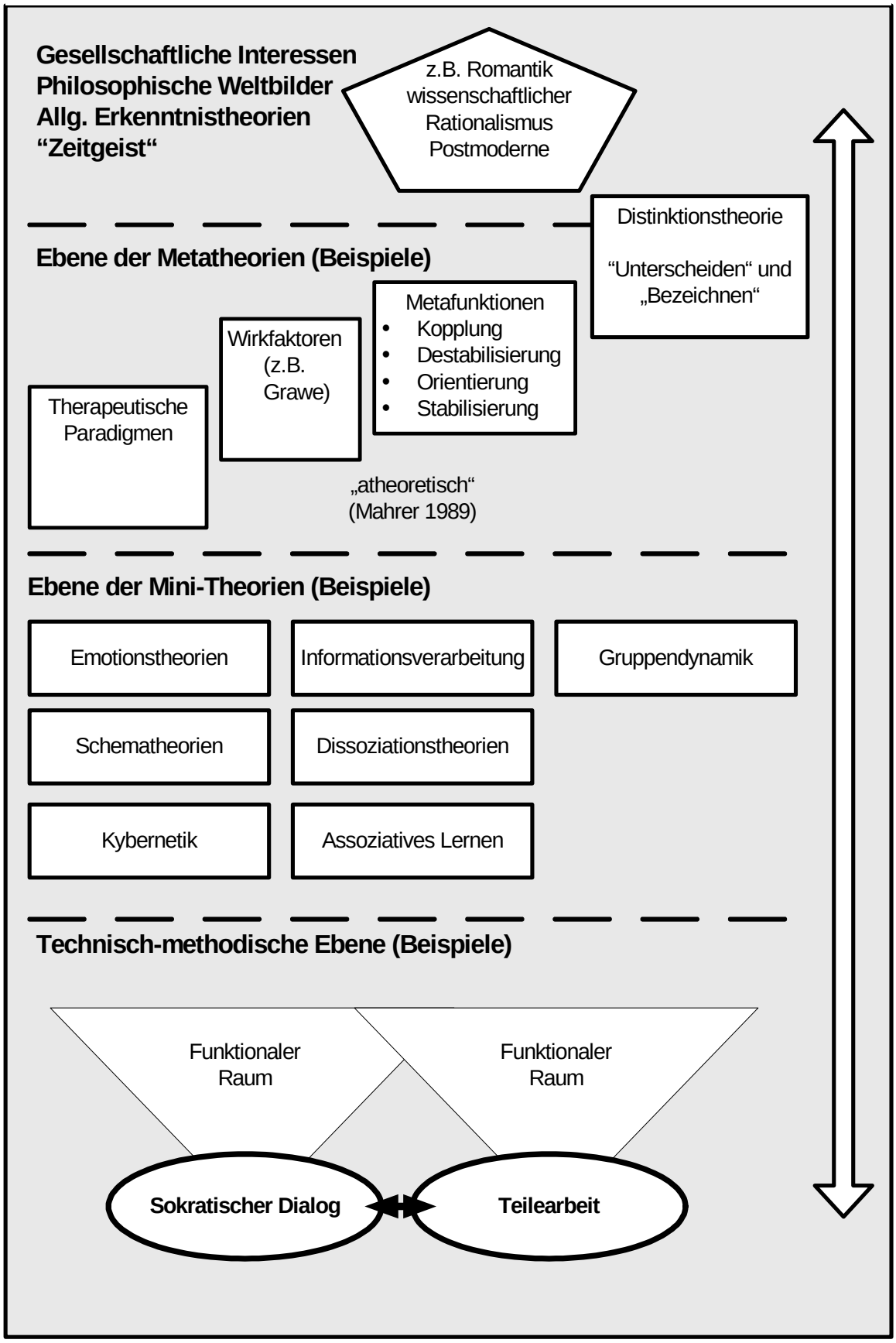
a) Kopplung, b) Destabilisierung, c) Orientierung und d) Stabilisierung könnten mit ihrem Minimalismus zu Bausteinen einer Metatheorie der Veränderung werden (Revenstorf 1996a, 27; 1999, 21 ff.)[14]. Paradigmen haben als Metatheorien zunächst auch eine integrative Funktion, weil sie Theorie, Normen und Methoden verbinden (Kuhn 1967, 149). Allerdings können sie auch im Konsens nach innen und Dissens nach außen jegliche Integrationsversuche auf Methodenebene erschweren.

In der Klassifikation von Nocross & Goldfried (1992) fehlen jedoch zeitgeschichtlich abhängige philosophische Strömungen und gesellschaftliche Interessen, die wiederum Metatheorien beeinflussen (vgl. Bischof 1995, 90) (vgl. Abb. 1). Shweder (1994, 41) hat beispielsweise folkloristische Hintergrundtheorien zur Erklärung somatischer und psychischer Krankheit untersucht. Er unterschied: (1) Biochemische Theorien von Krankheit; (2) Interpersonale Theorien von „Verhexung"; und (3) Moralische Theorien von „Leiden". Westlich kulturell akzeptierte Erklärungstrends gehen dabei durchaus über die biochemischen Theorien hinaus und betonen (wieder) interpersonale Theorien (z.B. systemisches Denken) oder sogar moralische Theorien (z.B. kollektive Umweltsünden). Welche funktionalen Möglichkeiten eine Methode erfüllen muss, dürfte neben Modellen, Theorien und Paradigmen auch mit gesellschaftlich zu erfüllenden Funktionen einer Epoche zu tun haben. Beide Methoden zählen zwar zum Kontext amerikanischer Therapieverfahren, doch möglicherweise spielt bereits der Gegensatz New York (Ostküste) versus Palo Alto (Westküste) eine Rolle. Anzunehmen ist auch, dass die Erklärungstrends der 50er Jahre (Ellis) sich von jenen der ausgehenden 60er Jahre (Bateson, Satir) unterscheiden dürften.

Angesichts der Klassifizierung in Abbildung 1 untersucht die vorliegende Arbeit, welche Einflussfaktoren aus den unterschiedlichen Kontextebenen Form und Funktion der beiden Methoden bestimmen. Ziel ist es, auf diesem Weg Klarheit über Inkompatibilitäten, aber auch Hinweise auf Integrationsmöglichkeiten der beiden Methoden zu erhalten.

[14] Mahrer (1989) würde diese Funktionen nicht als Metatheorie bezeichnen, sondern sie unter den Wirkfaktoren als atheoretisch verorten.

Abbildung 1: Kontextverwobenheit von Methoden (in Anlehnung an Revenstorf 1996, 27)



1.6 Aufbau der Arbeit

In **Kapitel 2** wird untersucht, welche philosophiehistorischen Kontextbedingungen Form und Funktion des antiken sokratischen Dialogs beeinflussten. Dabei werden vor allem zwei wesentliche Funktionen des sokratischen Dialogs herausgearbeitet: die „regressive Abstraktion“ und die „Elenktik“. Es wird untersucht, aus welchem Grund beide Funktionen in dieser Form für ihren Entstehungskontext so bedeutsam waren. Gleichzeitig wird nach möglichen therapeutisch relevanten Wirkungen der sokratischen Methode gesucht. Überraschenderweise finden sich in der „regressiven Abstraktion“ formale und funktionale Ähnlichkeiten zu einer hypnosystemischen „Teilearbeit“. Die sokratische Maieutik basiert – wie die hypnosystemische Teilearbeit – auf einer grundsätzlichen Potenzialannahme. Gleichzeitig aber wird die Notwendigkeit einer „Elenktik“ mit der Annahme begründet, „Wahnvorstellungen“ müssten bekämpft werden. Diese Kampfmetaphorik wird sich - 2000 Jahre später - im sokratischen Dialog der Rational-Emotiven Therapie von Ellis wieder finden.

In **Kapitel 3** steht der sokratische Dialog als therapeutische Methode der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie im Mittelpunkt der Betrachtung. Es wird gefragt, welche philosophie- und therapiehistorischen Einflüsse den sokratischen Dialog zu einer zentralen Methode der kognitiven Verhaltenstherapien werden ließen. Welche Funktionen kann eine Methode der Antike für eine Therapieform des 21. Jahrhunderts erfüllen? Wie eng sind Form, Funktion und Kontext verwoben? Dabei zeigt sich, dass der funktionale Möglichkeitsraum des sokratischen Dialogs von einer Vielzahl von Einflüssen bestimmt wird, nicht zuletzt von den Bemühungen um eine Abgrenzung zur Psychoanalyse.

In **Kapitel 4** wird jene Variante von „Teilearbeit“ gesucht, die der Methode des sokratischen Dialogs am gegensätzlichsten zu sein scheint. Bei dieser „Suche“ wird deutlich werden, wie jede Variation von Teilearbeit erst aus ihrem therapiehistorischen Kontext heraus verständlich und erklärbar wird. Die hypnosystemische Variante der „Teilearbeit“ wird sich als besonders gegensätzlich zum sokratischen Dialog der REVT erweisen und stellt damit für eine Integration eine besondere Herausforderung dar. Als zentrale Prämisse dieser Form von Teilearbeit erweist sich das Postulat von der „positiven Absicht des Symptomteils“. Es wird geklärt werden müssen, aufgrund welcher therapie- und philosophiehistorischen Einflüsse diese Prämisse entstehen konnte, steht sie doch der Kampfmetaphorik des sokratischen Dialogs diametral entgegen.

In **Kapitel 5** werden beide Methoden auf mögliche Anknüpfungspunkte, aber auch auf mögliche Inkompatibilitätsprobleme hin untersucht. Dabei steht die Frage im

Zentrum des Interesses, welche Rolle die historisch gewachsenen, unterschiedlichen Prämissen beider Methoden spielen. Können sie bei einer Integration vernachlässigt werden oder verursachen sie Konflikte? Antwort auf diese Frage können nicht zuletzt vier neue, integrative Therapieansätze geben. Ihre integrativen Lösungsstrategien machen deutlich: Annäherungen auf Methodenebene verlangen neben kreativen Verknüpfungen von Formen und Funktionen auch Veränderungen auf der Ebene der Prämissen, Konstrukte und Paradigmen. Eine kritische Reflexion der historisch entstandenen Prämissen leistet dabei wertvolle Dienste. Für die REVT kann sogar eine Neuorientierung am antiken sokratischen Dialog eine integrative Hilfe darstellen. Aber auch für die hypnosystemische Teilearbeit gilt: Eine kritische Reflexion ihrer historisch entstandenen Prämissen kann integrationshemmende Normen relativieren.

Kapitel 6 fasst die Ergebnisse der Untersuchung unter der Anfangs gestellten Fragestellung zusammen: Braucht ein Anwender Kenntnisse über die therapie- und philosophiehistorischen Prämissen und Kontexte, um Methoden stimmig integrieren zu können? Argumentativ werden die Vorteile einer Kontextsensibilität erläutert: Sie hilft dem Anwender, auf widersprüchliche Prämissen aufmerksam zu werden. Im besten Fall können funktionale Beschränkungen einer Methode, die aus zeitgeistbedingten Prämissen resultieren, neu überprüft und gegebenenfalls aufgehoben werden. Gleichzeitig steigt mit dem Wissen um die historische Verwendungsgeschichte einer Methode auch die Kenntnis ihrer vielseitigen Einsatzmöglichkeit jenseits der aktuellen erkenntnistheoretischen Strömung. Die Arbeit schließt mit einer Empfehlung für Anwender.

1.7 Übersicht verwendeter Abkürzungen

Die folgende Übersicht der verwendeten Abkürzungen ist als Nachschlagemöglichkeit gedacht. Die Abkürzungen werden, soweit sie nicht allgemein gebräuchlich sind, jeweils an der ersten Erscheinungsstelle im Text nochmals erläutert.

2. ABC	Nach Ellis „Symptomstress“ (z.B. Ärger über den Ärger), Im Sinne des ABC-Modells wird C (Angst) zu einem neuen A.
ABC-Modell	A (activating event), B (belief system), C (emotional consequences)
DIS	Dissoziative Identitätsstörung (früher auch: Multiple Persönlichkeitsstörung, MPS)
EL, ER, K	Eltern-Ich-Zustand, Erwachsenen-Ich-Zustand, Kind-Ich-Zustand
GS	General Semantics (nach Korzybski seit 1933)
KVT	Kognitive Verhaltenstherapie (Sammelbegriff)
MREVT	Metaloge Rational-Emotive Therapie (nach Scholz)
MRI	Mental Research Institute (der Palo-Alto-Gruppe um Bateson)
NLP	Neuro Linguistisches Programmieren (seit 1974)
NLT	Neuro Linguistisches Training (seit 1941 nach Korzybski)
Platon-Dialoge (z.B.: Laches 180a)	Name des Platon Dialogs mit Seiten und Abschnittszahlen nach der Platon üblicherweise zitiert wird (Platon-Ausgabe von Henricus Stephanus gemäß der Oxford-Ausgabe von I. Burnet)
REBT	Rational-Emotive Behavior Therapy
REI	Rational-Emotive Imagination (oder: Vorstellungsübung)
RET	Rational-Emotive Therapie (seit 1961)
REVT	Rational-Emotive Verhaltenstherapie (seit 1993)
RT	Rationale Therapie (seit 1955)
TA	Transaktionsanalyse (seit 1957 nach Berne)

Abkürzungen der Rational-Emotiven Therapie

1955 nannte Albert Ellis seine Therapie „Rationale Therapie“ (RT), 1961 änderte er den Namen in „Rational-Emotive Therapie“ (RET) und seit 1993 heißt sie „Rational-Emotive Verhaltenstherapie“ (REVT). Ich werde im Text nur dann von der heutigen Bezeichnung (REVT) abweichen, wenn ich auf einen historischen Zustand verweisen will. Zitate beinhalten den Stand der Namensgebung zum Zeitpunkt ihrer Entstehung.

2. Teil: Form, Funktion und mögliche Wirkung der sokratischen Methode in den platonischen Frühdialogen

Die (…) Seelen müssen durch negative Dialektik so erschüttert, verärgert, beschämt, aufgewühlt und entwaffnet werden, bis sie im Todeskampf der vorgefassten Meinung sich lösen, um einen Hauch von der Freiheit des Geistes zu spüren, der im Paradies der Meinungslosigkeit weht.
(Sloterdijk 2002, 82)

Der so genannte „sokratische Dialog" gilt als eine zentrale Methode der kognitiven Psychotherapien (Perris 1988, 3; Stavemann 2003,1). In der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie spielt er vor allem in der sog. „Disputation" eine entscheidende Rolle mit dem Ziel einer kognitiven Umstrukturierung (Walen 1982, 179 f.). Albert Ellis hat immer wieder betont, dass die Rational-Emotive Verhaltenstherapie …

1.) unter den großen Psychotherapien den sokratischen Dialog am stärksten integriert hat:

While RET hardly invented the disputation of irrational beliefs – since philosophers from Socrates onward have specialized in this kind of disputation – it has, among all major psychotherapies, specialized most in this respect. (Ellis 1980a, 22)

2.) unter den von ihr benutzten anderen Methoden der sokratischen Methode eine zentrale Bedeutung zumisst:

RET is a truly comprehensive method of treatment, which includes cognitive-explicatory, evocative-emotive and behavioristic-active-directive methods. (...) Its unique essence, however, especially when it is employed in individual psychotherapy and in marriage and family therapy, is a Socratic-type dialogue (...). (Ellis 1971, 4)

Im Folgenden soll am Beispiel des antiken sokratischen Dialogs untersucht werden, wie der philosophiehistorische Kontext Form und Funktion dieser Methode beeinflusst hat. In Kapitel 3 kann dann die Übernahme dieser Methode in eine Therapieform des 21. Jahrhunderts analysiert werden. Der Einfluss der veränderten Kontexte auf Form und Funktion dieser Methode kann Aufschluss darüber geben, wie eng Prämissen, Funktionalität und Form verwoben sind. Möglicherweise kann die Kenntnis des antiken Vorbilds der Methode für Fragen ihrer integrativen Verwendung hilfreich sein.

2.1 Probleme der Begriffsbestimmung

Bei der Begriffsbestimmung des antiken „sokratischen Dialogs“ stößt man auf einige Schwierigkeiten:
1.) Sokrates (469 - 399 v. Chr.) selbst hat keine Schriften verfasst. Als einzige zeitgenössische Quelle sind uns die Dialoge Platons und die sokratischen Schriften Xenophons erhalten. Platon, der Sokrates am intensivsten kannte[1], hat nun einerseits – aus Respekt vor seinem Lehrmeister - die sokratische Methode im Gesprächsstil von Sokrates übernommen, andererseits aber bereits eigene Weiterentwicklungen in die Texte einfließen lassen (Stavemann 2003, 34). Zudem war Platon skeptisch, ob eine schriftliche Fixierung der Spontanität und Lebendigkeit der Dialoge wirklich gerecht werden kann. Nicht ein Text, sondern nur ein philosophisches Gespräch könne in der Seele eines Menschen Wirkung zeigen[2]. Xenophon ist Sokrates zwar im Alter von 25 begegnet, aber große Teile seiner „Erinnerungen[3]“ sind Jahrzehnte nach dessen Tod verfasst worden. Dementsprechend viel basiert auf Erzählungen zweiter Hand. Sein „Sokrates“ wirkt bisweilen als biederer Moralist, der niemals die Jugend verderben, noch die Götter in Frage hätte stellen können. Beide zeichnen ein recht unterschiedliches Bild vom – wie Schleiermacher sagen würde - „Geschäft“ des Sokrates.

2.) Sokrates wird von den nachfolgenden Philosophen und Schulen nicht einheitlich interpretiert (Martens 1992, 6, 14 ,20; Suhr 2001, 10). Bereits die „sokratischen Schulen“, die nach dem Tod des Sokrates entstanden sind, betonen unterschiedliche Aspekte: Das Spektrum reicht von einer eher lebenspraktischen, xenophonen Richtung bis zur theoretisch-systematisch, platonischen Sichtweise des Sokrates. Bis heute sorgen unterschiedliche Interpretationen für eine lebhafte Debatte[4].

3.) Der „sokratische Dialog“ wird von einer Vielzahl von philosophischen Schulen bis heute verändert und weiterentwickelt. So ist es nicht verwunderlich, dass es sich mit den therapeutischen Schulen, die sich in ihrer Methodik auf die sokratische Traditionslinie berufen, ähnlich verhält. Ihre Vorgehensweisen unterschei-

[1] Aus den Berichten von Diogenes Laertios (III, 6) geht hervor, dass Platon Sokrates bereits im Alter von 12 bis 14 Jahren erlebte. Ab dem Alter von 20 Jahren „war er ununterbrochen ein Hörer des Sokrates“.
[2] Man kann davon ausgehen, dass Platon „ein klares Bewusstsein vom Mangelcharakter alles Schriftlichen“ (Szlezak 1990, 47) hatte. Vgl.: Phaidon 274a, Parmenides 136e. Schleiermacher (1996) wies darauf hin, dass Platon mit der Dialogform diesen Mangel auszugleichen versuchte. Dialoge wie Lysis, in der die fehlerhafte Argumentation gegen Ende eingestanden wird, fordern geradezu zum eigenen Philosophieren heraus. Platon hatte eine tiefe Abneigung gegenüber jeglicher Form von Reproduktion (Mimesis), insbesondere in der Kunst (vgl. Maranhao 1986, 135-149).
[3] Xenophon. Erinnerungen an Sokrates. Stuttgart: Reclam.
[4] Eine umfangreiche und aktuelle Darstellung der unterschiedlichen Interpretationen findet sich bei Scott (2002).

den sich oft erheblich in ihrer Direktivität, der Fragetechnik und der inhaltlichen Lenkung durch den Therapeuten (Stavemann 2003, 2).

4.) Hinzu kommt, dass sich kognitive Schulen zwar auf den sokratischen Dialog beziehen, „aber eine genaue Definition oder gar nachvollziehbare Beschreibung des Verfahrens findet auch bei ihnen in der Mehrzahl der Fälle nicht statt“ (ebd., 58). So schreibt Burkard Hoellen, einer der ersten Vertreter der Rational-Emotiven-Therapie im deutschsprachigen Raum noch 1997: „(Es) fehlt in der REVT bislang ein einheitliches Konzept hinsichtlich des sokratischen Dialogs und des kognitiven Disputs“ (Ellis & Hoellen 1997, 154).

2.2 Sokratischer Dialog und platonische Philosophie

Fragt man nach den idealtypischen Merkmalen eines „sokratischen Dialogs“, so ist es sinnvoll, sich auf die 11 „Frühdialoge“ der insgesamt 41 überlieferten Dialoge Platons zu konzentrieren[5]. In diesen, unmittelbar nach dem Tod von Sokrates verfassten Dialogen – insbesondere in den „aporetischen Definitionsdialogen“ steht das Fragen an sich im Zentrum der Dialoge, weniger die Antwort. In den mittleren Dialogen – wie der „Politheia“ – werden diese Fragen mit Hilfe der Ideenlehre beantwortet. In den späten Dialogen werden diese Antworten wiederum problematisiert. Neben Extrempositionen können sich die meisten Philosophiehistoriker heute insoweit einigen, dass im spezifischen Fragetypus der Frühdialoge Sokrates erkennbar wird, während es in den mittleren Dialogen Platon selbst ist, der durch die Kunstfigur des Sokrates Antworten gibt (Vlastos 1991; Bordt 1999, 58; Kreeft 2004, 345; Sloterdijk 2002, 72 ff.; vgl. Pleger 1998, 182 ff.). Dennoch: Eine eindeutige Trennung, was an den Dialogen genuin sokratisch und was platonisch ist, lässt sich, auch angesichts der langen philosophiehistorischen Diskurstradition zu diesem Thema, nur schwer ziehen (vgl. Taylor, C. 2002, 34-54)[6]. Sokrates ist „gleichsam eine Legierung, eine Verschmelzung mit seinem Nachgänger eingegangen“ (Jung 2001, 45). Die so genannte „Tübinger Schule“ vertritt die Auffassung, dass bereits hinter den aporetischen Definitionsdialogen Platons philosophisch-dogmatisches System stehe[7]. Es ist, so Schmidt „als ob die platonische Philosophie im ganzen, an sich vollendet, sich successive enthüllte. In jedem Dia-

[5] Die sog. Frühdialoge lassen sich in 3 Gruppen einteilen**:** 1. Dialoge um die Verurteilung des Sokrates: *Apologie, Kriton*; 2. Definitionsdialoge: *Laches, Lysis, Charmides;* 3. Auseinandersetzungen mit der Sophistik: *Ion, Protagoras, Gorgia, Euthyphron,* und *Euthydemos.* Als Übergangsdialog zählt vor allem *Menon*. Vgl. z.B. Bordt (1999, 35). Vlastos (1995, 135) zählt *Hippias minor, Hippias major,* und *Alkibiades I* ebenso zu den Frühdialogen. Deren Echtheit ist allerdings umstritten.

[6] wie heftig und engagiert diese Debatte geführt worden ist, zeigt sich an der Position Poppers (1957). Er war der Meinung, Platon habe den liberal, individualistischen Sokrates verraten.

[7] Die „Tübinger Schule“ besteht aus deutschen Platoninterpreten, wie H.J. Krämer (1995), T. Szlezak (1985, 1990) und G. Reale (1993).

log werde je andere Teile und Aspekte der platonischen Lehre freigelegt“ (Schmidt, Gerhart 1985, 8). Weil wir nicht mehr – wie noch A.T. Taylor (1926) - davon ausgehen können, dass uns im sokratischen Dialog nur der historische Sokrates begegnet, ist es notwendig, den „sokratischen Dialog“ vor dem Hintergrund der platonischen Philosophie zu betrachten. Ellis war sicher vom „Sokratischen“ fasziniert, d.h. vom widerlegenden, konfrontativen Stil der Dialoge, weniger von der Annahme der Existenz unabhängiger Ideen[8]. Weil aber Ellis gleichzeitig immer wieder das Philosophische seiner Therapieform betont (z.B. Ellis & Hoellen 1997, 72), scheint es mir legitim, den philosophischen Entstehungskontext zu betrachten, aus dem die sokratische Methode entnommen wurde. Zumindest sollte untersucht werden, ob nicht auch in der Ellis’schen Verwendung des sokratischen Dialogs mehr „Platon“ enthalten ist, als intendiert.

Die Funktion des sokratischen Dialogs in der platonischen Philosophie

In der platonischen Philosophie geht es um die Frage nach dem ordnenden und bleibenden Prinzip in einer chaotisch, sich ständig verändernden Welt (Horster 1994, 11). Dieses bleibende und ordnende Prinzip, das Wesen einer Sache - im platonischen Sprachgebrauch ‚*eidos’* oder ‚*idea*’, ist für Platon die wahre Wirklichkeit[9]. Sie ist für unsere Sinne nicht wahrnehmbar. Der externen Welt und deren Wahrnehmung misstraut man bereits seit Parmenides, lässt sie sich doch in ihrer Vergänglichkeit und Vielfalt nicht widerspruchsfrei denken. „Die Erkenntnis der Wirklichkeit mittels Wahrnehmung ist nur eine dunkle und schwache, jederzeit störbare Kenntnisnahme, kein Wissen, sondern bloße Meinung (‚*doxa*’)“ (Patzig 1983, 46). Im Dialog „Phaidon“ erzählt Sokrates, wie er als junger Mann durch die antike, naturwissenschaftliche Beschäftigung mit den vergänglichen Einzeldingen zu keiner befriedigenden Erkenntnis kam, weil er bei allem „Werden und Vergehen nach dem Grunde“ suchte (Phaidon, 96a). Das Problematische am sinnlichen Erkennen ist also: 1.) Es ist abhängig vom Beobachter, 2.) Es ist unbeständig und 3.) Es ist nicht widerspruchsfrei. Wenn von Platon als Vertreter einer „weltabgewandten“ Philosophie die Rede ist, dann sollte man allerdings auch bedenken, dass er sich gegen die Konzeption seines Vordenkers Parmenides wandte. Dessen Konzentration auf das ungewordene und unvergängliche eine „Sein“ „hatte sich zu sehr von den gegebenen Erscheinungen distanziert“ und „ließ keine der unter ihm verschwundenen Gegebenheiten mehr ableiten oder begrifflich erfassen, Gattungen und Arten sowenig wie Einzeldinge“ (Geier 1993, 118). Diese Konzeption einer hinter den Dingen stehenden Idee war zu starr und losgelöst von

[8] Zum Weltbild von Ellis gehört die unbedingte Ablehnung alles „Mystischen“ und „Metaphysischen“ (Vgl. Ellis & Hoellen 1997, 76).
[9] im Deutschen hat sich die Übersetzung „Idee“ eingebürgert. Treffender wäre „Gestalt“ oder „Form“ (vgl. Bordt 1999, 64 ff.).

den weltlichen Erscheinungen, die nur noch „unbedeutende Epiphänomene sterblichen Wähnens und trügerische Worte sein können“ (ebd.). Auf der anderen Seite verhindert die Konzentration auf eine ständig sich im Fluss befindliche Welt, wie sie Heraklit in seiner Kosmologie zeichnet, das Begreifen und Erkennen[10]. Mit der Ideenlehre versucht Platon eine systemische Gesamtlösung im Spannungsfeld der verschiedenen Dimensionen zu entwickeln (Nestle 1973, xxii):

das Einzelne	–	das Gesamte
das sinnlich Wahrnehmbare	–	die Idee, das Wesen, die Gestalt
das Vergängliche	–	das Beständige
Mimesis (die Reproduktion)	–	Methexis (das Teilhabende)
das Konkrete	–	das Allgemeine

Dieses Spannungsverhältnis wird nicht nur innerhalb der Geschichte der Philosophie bis heute zwischen wechselnden Opponenten ausgefochten[11]. Es wird auch in der praktischen Therapie von Bedeutung werden, wenn es darum geht, ob und in welchem Ausmaß der Therapeut das individuelle Erleben des Klienten würdigt oder interpretiert bzw. auf dahinterliegende Prinzipien zurückführt[12]. Eine gewisse „Geringschätzung der Erfahrungswelt“ (Höffe 2005, 45) beispielsweise lässt sich auch in der therapeutischen Methode des „sokratischen Dialogs“ nicht leugnen. Wie das System von Einzeldingen und Ideen organisiert ist, diskutiert Sokrates mit dem kritischen Parmenides (ab 131a), ohne jedoch zu einer befriedigenden Lösung zu kommen. Sicher ist nur: Im sokratischen Dialog hat man ein Instrument gefunden, um vom Wahrnehmbaren zum Wesen zu kommen. Denn das wahre Wesen einer Sache zeigt sich in ihrer Widerspruchsfreiheit und kann nur durch Vernunft erkannt werden.

Für die Frage nach der psychotherapeutischen Relevanz dieser Methode, scheint es zunächst nahe liegend, die ontologisch-metaphysischen Annahmen der platonischen Philosophie auszuklammern. Man könnte annehmen, dass die Übernahme einer antiken Methode in eine Psychotherapie des 21. Jahrhunderts ähnlich verläuft, wie das Herausdestillieren der therapeutischen Techniken von Erickson, Satir und Perls aus ihren originären philosophischen und ethischen Begründungszusammenhängen durch R. Bandler und J. Grinder (1975, 1976, 1979). Ging es ihnen doch darum, „Modelle zu entwerfen, die auf einer *strikt formalen*

[10] vgl. Höffe 2005, 27: Das alles einer Gesetzmäßigkeit der Veränderung unterliegt, ist an sich schon etwas Regelhaftes. Zu Heraklit siehe auch: Russel, B. (2005, 33 ff.).
[11] Zu den Traditionen dieser Auseinandersetzung innerhalb der Philosophie, vgl. Geier (1993), Kapitel 3. Jung geht wie Betrand Russel von einer typbedingten Wahrnehmungspräferenz aus.
[12] Ein zentrales Thema der Therapiekritik ist die Geringschätzung der Erfahrungswelt von Klienten. Vgl.: Masson 1988;

Beschreibung dessen beruhten, was (…) Perls, Satir, und Erickson *taten* – und nicht auf dem, was sie *glaubten* zu tun“ (Walker 2000, 41)[13]. Vor einer ähnlichen Herausforderung standen Leonard Nelson, Gustav Heckmann und Deltef Horster, die das Sokratische Gespräch für die Erwachsenenbildung und für philosophische Gruppengespräche seit den 20er Jahren lebendig erhalten haben. Sie fragten sich: Wie kann das „sokratische Gespräch dennoch seinen originären Charakter bewahren?“ (Horster 1994, 42). Nach all den philosophischen Paradigmenwechseln könne man doch „nicht mehr völlig ungezwungen von der ontologischen oder der mentalistischen Wahrheits- oder Vernunftauffassung ausgehen“ (ebd., 44)[14]. Wenn man die sokratische Methode von der metaphysischen Philosophie löst, verbleiben:

1.) ein (internes) kognitives Organisationssystem und
2.) der sokratische Dialog als Methode, um sich innerhalb dieses Systems unterschiedlicher Abstraktionsebenen zu bewegen. Ziel ist es,
    a. von den sinnlichen Wahrnehmungen und Einzelphänomenen zu den regelbildenden Annahmen einer höheren Abstraktions- und Organisationsebene zu gelangen.
    b. Bewusstheit über die Inhalte und die Dynamik des Systems zu bekommen und somit „Explikationswissen“ zu erwerben.

Kant, über den Nelson (2002, 42) sagt, er habe die sokratische Methode von der Umschlingung durch die platonische Mystik befreit, hat die platonische Idee als „Begriff“ interpretiert, der als Regel dient:

> *eine Regel ist etwas Gedachtes, und darin ist gedacht, wie etwas aussehen kann und muss, um z.B. ein Tier zu sein. Das kann sehr verschieden aussehen, man kann keine Farbe angeben, die es haben müsste, und auch keine bestimmte Größe, auch die Form kann ganz verschieden sein, und doch darf es nicht ganz beliebig aussehen, z.B. nicht so wie ein Eiche oder wie ein Ziegelstein.* (Bröcker 1967, 204)

Bereits an dieser Stelle wird vielleicht verständlich, warum die kognitiven Therapien Interesse an einer antiken Methode zeigen konnten, steht doch im Mittelpunkt ihrer Fragestellung das Konstrukt der „kognitiven Schemata“ mit ihren Regelbil-

[13] Entgegen vieler populärwissenschaftlicher Darstellungen sahen die Begründer des „Neuro-Linguistischen-Programmierens“, ihre Aufgabe in erster Line im „Modellieren“ von gesellschaftlich herausragenden Leistungen (vgl. Dilts 1990, 1992, 1994, 1998). Aufgrund ihrer disziplinären Herkunft - John Grinder, war Linguist mit dem Schwerpunkt „Transformationsgrammatik“ und Richard Bandler war Informatiker und Mathematiker - sowie aufgrund der damaligen soziokulturellen Umgebung von Santa Cruz Anfang der 70er Jahre, war die „Therapie“ als Untersuchungsgegenstand nahe liegend, aber nicht unbedingt zwingend. (vgl. Dilts & DeLozier (2000). Encyclopedia. 849 ff.).

[14] Vgl. die Erörterung des Problems bei Horster (1994, 41-53): Die Ergebnisse der sokratischen Dialoge sollen im Sinne Meads in ihrer ethnozentristischen und zeitlichen Begrenztheit verstanden werden. Dies kommt auf der einen Seite dem sokratischen Anliegen nach Bewusstheit eines begrenzten Erkennens entgegen, auf der anderen Seite widerspricht es dem Anliegen des Sokrates gegen den „ethischen Relativismus“ der Sophisten und dessen Wahrheitsauffassung. Zusammenfassend bei Stavemann 2003, 44-48.

denden Funktionen (vgl. Teasdale 1993, 349; Rumelhart 1980; Neisser 1976, 54). Zumindest funktional ist der Schema-Begriff mit einer entmystifizierten „Gestalt“ durchaus vergleichbar:

> *A schema is a cognitive structure that consists in part of the representation of some defined stimulus domain. The schema contains general knowledge about that domain, including a specification of the relationships among its attributes, as well as specific examples or instances of the stimulus domain. As such, one of the chief functions of a schema is to provide an answer to the question, "what is it?"* (Taylor & Crocker 1981, 91)

2.3 Die „regressive Abstraktion“ als zentrale Funktion der sokratischen Frühdialoge

Das sokratische Gespräch zielt nach Kessels (2001, 140) darauf ab, so genannte “Fragen zweiter Ordnung” zu analysieren. Bei diesen Fragen geht es zunächst nicht darum zu klären, wie jemand sich in einer konkreten praktischen Situation verhalten soll (Fragen erster Ordnung), sondern es geht um die ihn leitenden Ideen. Im Gesprächsverlauf sollen dem Gesprächspartner dessen implizites Wissen und Vorannahmen bewusst gemacht werden. Es geht also nicht um Wissensvermittlung, sondern vielmehr um die Wiedergewinnung des bereits Gewussten, des verschütteten Wissens (Kessels 2001,18). Luhmann (1991) spricht von einer Beobachtung, die sich mit den Latenzbereichen und Legitimationsformeln eines Beobachters erster Ordnung beschäftigt.

Nicht im induktiven Verfahren - vom Besonderen zum Allgemeinen - sah Nelson das Originäre an der sokratischen Vorgehensweise, sondern in der „regressiven Abstraktion“ (Nelson 2002, 33; Horster 1994, 55). Nach Kessels (2001, 80) geht man bei der regressiven Abstraktion von einem konkreten, am besten unbefangenen Urteil aus und fragt nach den Prämissen zurück, die dem Urteil zugrunde liegen. „Wir verfahren regressiv“, so Nelson (2002, 33), “wenn wir von den Folgen zu den Gründen aufsteigen.“ Regression ist die Suche nach den, unserer Weltsicht zugrunde liegenden „ultimate presuppositions“ (Birnbacher 1999, 6). Platon unterscheidet verschiedene Erkenntnisstadien bei dem Erwerb philosophischen Wissens: Im ersten Stadium haben wir Fantasien und Vermutungen, die eng an bestimmte Erfahrungen geknüpft sind und als unreflektierte Meinungen sprachlich schwer zu fassen sind. Im zweiten Stadium können wir unsere Meinungen auch sprachlich begründen. Dennoch sind diese Überzeugungen immer noch eng mit einer Situation verbunden. Im dritten Stadium haben wir Einsicht in „das Muster oder die Gesetzmäßigkeit, das Gleichbleibende innerhalb einer sich ständig wandelnden Wirklichkeit“ (Kessels 2001, 82).

2.3.1 Von der Verallgemeinerung zum Allgemeinen: der Dialog „Laches“

Die von Platon überlieferten Dialoge des Sokrates – vor allem die so genannten Definitionsdialoge der Frühphase – folgen einem bestimmten Muster[15], für das beispielhaft der Dialog „Laches“ gelten kann. Die Ausgangsfrage ist von praktischer Relevanz. Ein Gesprächspartner von Sokrates braucht „Beratung“ (Laches 178b)[16]: Sollen die Kinder zur Fechtkunst in voller Rüstung erzogen werden oder nicht? Die anwesenden Feldherren widersprechen sich als Experten in ihrem praktischen Ratschlag und Sokrates wird um Hilfe gebeten. Dieser stellt die Frage „Erziehung wozu?“ und zielt auf die „Seele der Jugendlichen“. Wer hat genügend Fachwissen, um entscheiden zu können, zu was Kinder erzogen werden können? Das Gespräch wird eingeleitet durch die „ti-esti-Frage“, also die Frage nach dem Wesen einer Sache:

Sokrates: *Dieses also wollen wir zuerst versuchen zu erklären, was die Tapferkeit ist. (Laches 190d-e)*

Sokrates fordert nun den Gesprächspartner heraus, eine Definition dieses Allgemeinbegriffs zu geben, worauf dieser eine beispielhafte Situation schildert:

Laches: *Dieses, oh Sokrates ist beim Zeus nicht schwer zu sagen. Denn wenn jemand pflegt in Reih und Glied standhaltend die Feinde abzuwehren und nicht zu fliehen, so wisse, dass ein solcher tapfer ist. (190e)*
(…)

Gefragt ist aber eine zeit-, raum- und situationsübergreifende Bestimmung des Untersuchungsgegenstandes:

Sokrates: *(…) ich wäre schuld daran, dass du nicht richtig geantwortet hast; weil ich dich nicht recht gefragt habe, denn ich wollte nicht nur erfahren, welches die Tapferen im Fußvolke wären, sondern auch in der Reiterei und in allem, was zum Krieg gehört; und nicht nur die im Kriege, sondern auch die Tapfern in den Gefahren der See, ferner auch die, welche Krankheiten und in Armut und in der Staatsverwaltung tapfer sind, ja noch mehr, nicht nur die gegen den Schmerz tapfer sind und gegen die Furcht, sondern auch die gegen Begierden und Lust stark sind zu fechten, und zwar sowohl standhaltend als umwendend.(191c,d,e)*
(…)
Noch einmal also versuche die Tapferkeit zu erklären, was doch seiend sie in allem diesen dasselbe ist. (191e)

[15] vgl. Puster (1983).
[16] Ich beziehe mich – wenn nicht abweichend angegeben – auf die folgende Platon-Ausgabe in der Übersetzung Schleiermachers: Platon. Sämtliche Werke. Band 1 bis 4. Auf der Grundlage der Bearbeitung von Walter F. Otto, Ernesto Grassi und Gert Plamböck; Hrsg. von Ursula Wolf, 2002, Rheinbeck: Rowohlt. Ich verwende die allgemein üblichen Seiten- und Abschnittszahlen der Platon-Ausgabe von Henricus Stephanus, und zwar gemäß der Oxford-Ausgabe von I. Burnet.

Daraufhin schlägt Laches ein distinktives Merkmal vor:

Laches: *So dünkt sie mich denn eine gewisse Beharrlichkeit der Seele zu sein (192c)*

Sokrates hinterfragt abermals, ob denn jegliche Beharrlichkeit Tapferkeit bedeute, auch jene ohne Bewusstheit, worauf Laches seine Definition um das Merkmal „verständig“ erweitert:

Sokrates: *Also ist die Beharrlichkeit mit Verstand wohl gut und vortrefflich? (192c)*
Laches: *Allerdings (192c)*

Sokrates bringt nun aber im weiteren Beispiele, in denen Menschen in unterschiedlichsten Kontexten beharrlich und bewusst handeln ohne dass Laches dieses Handeln als tapfer bezeichnen würde (192e). Zudem bringt er Beispiele, bei denen Laches den unbewusst (unverständig) handelnden, eher als tapfer bezeichnen muss und widerlegt damit das eben aufgestellte Definitionsmerkmal „verständig“ (193a). Schließlich spricht er von Situationen, in denen die Handelnden unbewusst ein Risiko eingehen, so dass ihr Handeln nicht mehr tapfer, sondern fahrlässig gelten kann. Damit ist auch das Definitionsmerkmal „unbewusst“ ungeeignet.

Kennzeichnend für diese Dialoge ist, dass der erste Definitionsversuch sich ausschließlich an der eigenen Erfahrung orientiert (vgl. Pleger 1998, 196). Laches war ein erfolgreicher Befehlshaber der athenischen Streitkräfte und wirkte in der Schlacht bei Delion als Hoplit (Schwerbewaffneter) mit. Er schloss sich, zusammen mit Sokrates nicht den anderen flüchtenden Soldaten an, sondern zog sich tapfer kämpfend zurück[17]. Laches Definition von Tapferkeit ist also eine Verallgemeinerung seiner eigenen Erfahrung. Der Priester Euthyphron behauptet zu wissen, was Frömmigkeit sei: „Ich sage eben, dass fromm ist, was ich jetzt tue“ (Euthyphron 5d) und begründet anschließend sein Handeln mit den alten Mythen, die jeder Schüler des ausgehenden 5. Jahrhunderts auswendig zu lernen hatte. Thrasymachos, der zu den wohlhabenden, führenden Männern Athens gehört, beantwortet die Frage nach dem Wesen der Gerechtigkeit mit der Meinung, Gerechtigkeit sei die Macht des Stärkeren, das zu tun, was er für richtig hält (Staat I, 338 c). In fast allen diesen Definitionsdialogen gilt: Die Erfahrung und das Expertenwissen blockieren eine klare Bestimmung des gesuchten Allgemeinen. Fluck (2002, 9) weist darauf hin: „Erstaunlich daran ist, dass es gerade die einschlägige Erfahrung der Gesprächpartner ist, die sich – anders als man es erwarten würde –

[17] Zu den Biographien der sokratischen Dialogpartner vgl.: Vorwort von Otto Apelt zur folgenden Gesamtausgabe: Platon. Sämtliche Dialoge. Band 1, 1998, Hamburg: Felix Meiner Verlag. 5-9.

gerade nicht als hilfreich erweist.“ Die Gesprächspartner bemühen sich um das Allgemeine, gelangen allerdings „nur zu Verallgemeinerungen ihrer eigenen Standpunkte, der Lebensregeln ihrer speziellen gesellschaftlichen Gruppe“ (ebd., 11).

2.3.2 Hinweise auf therapeutisch nützliche Funktionen der „regressiven Abstraktion“

Die sokratischen Gesprächspartner werden zu einem differenzierten Sprachgebrauch herausgefordert. Die Verknüpfung des Konzepts „Tapferkeit“ mit dem semantischen Merkmal „Beharrlichkeit“ wird in Frage gestellt und erweist sich als zu rigide. Andere Verknüpfungen werden angeboten und wieder verworfen. Nachdem die Definitionsversuche der Gesprächspartner sich als allesamt beschränkt gültig erweisen, endet der Dialog in der Aporie, d.h. im allgemeinen Eingeständnis des Nicht-Wissens, dem sich im Übrigen auch Sokrates anschließt[18]. Er weist die ihm angetragene Rolle als Lehrer zurück, da auch er – wie alle anderen – in Verlegenheit geraten sei. Aporetische Situationen wie diese haben in den Frühdialogen durchaus den „Charakter eines positiven Ergebnisses“ (Fluck 2002, 5). Fluck (2002, 27) weist darauf hin, wie schwierig es ist, jemandem zu erklären, worin nun das Positive an Dialogen sei, die ohne Ergebnis enden: „Man lernt etwas von ihnen. Aber was?“

Auf der **Inhaltsebene** geht es um den Erwerb von „Explikationswissen“ (Birnbacher 1999):

- Der „Berater“ akzeptiert das handlungsleitende Konzept des Gesprächspartners (z.B. Tapferkeit, Frömmigkeit, Besonnenheit).
- Der „Berater“ erkundet die individuelle, kognitive Landkarte des Gesprächpartners und gewinnt dadurch Explikationswissen.
- Der Gesprächspartner wird sich seines individuellen Konzepts bewusst und gewinnt seinerseits Explikationswissen.

[18] Auf die Frage, warum Platon die Dialoge ergebnisoffen enden lässt, gibt es unterschiedliche Antworten. Von der Interpretation der „Tübinger Schule“, Platon habe die Frühdialoge „als Werbeschrift“ für seine Akademie konzipiert (Krämer 1995) bis zur Ansicht, Platon habe die komplexen Fragen erst in den mittleren Schriften befriedigend beantworten können, gibt es ein breites Spektrum an Meinungen.

Auf der **Prozessebene** könnte aber weit mehr geschehen:

- Durch das Infragestellen alter, erfahrungsabhängiger semantischer Verknüpfungen und dem Erproben neuer Verknüpfungen wird die Auflösung einer kognitiven Starrheit gefördert.
- Dem Gesprächspartner wird bewusst, wie brüchig sein vermeintlich sicheres, übernommenes Wissen doch ist.
- Der Gesprächspartner soll unabhängig vom „Berater" die sokratische Methode für sich selbst nutzen können. Für L. Nelson (2002, 35) ist die sokratische Methode die Kunst, „nicht Philosophie, sondern Philosophieren zu lehren".[19]

> *Socrates' interlocutors (...) benefited from the debates in the long run, first by realizing that what they thought they knew was precarious, and second by sharpening their critical skills.* (Maranhao 1986, 140)

Die Gesprächsführung von Sokrates zielt nicht nur auf den Erwerb von Explikationswissen, sondern kann – auf Prozessebene - als Dezentrierung verstanden werden. Ziel ist es, das Verstehen vom engen Kontext der eigenen subjektiven Erfahrung und kulturellen Regeln zu lösen und durch Einbeziehung anderer Perspektiven und Lebenswelten zu erweitern. Im Buch „Politeia" wird Platon dann Sokrates sein berühmtes Höhlengleichnis erzählen lassen und seine Erkenntnistheorie visuell metaphorisch präsentieren. Was wäre wenn, so fragt Sokrates im Dialog den Glaukon, ein Entfesselter nicht nur die Menschen hinter dem Feuer sehen würde, sondern auch die Welt außerhalb der Höhle? Würde der Befreite nicht bei jeder Erweiterung seiner Sicht diese wie eine „wirklichere Wirklichkeit" ansehen, als die jeweils vorhergehende? Platon entwickelt hier eine visuelle Metapher: Erkenntnisgewinn geschieht durch Erweiterung des visuellen Rahmens. Ist der Rahmen erst einmal erweitert, verändert sich auch die Bedeutung der Einzelerscheinung[20].

Sokrates erklärt Theodoros:

> *Hört er [der Philosoph] aber, dass einer zehntausend Morgen Landes oder noch mehr (…) besitzt, so kommt ihm das wie eine Winzigkeit vor, da er gewohnt ist, seinen Blick über die ganze Erde schweifen zu lassen.* (Theätet, 175)

[19] Vgl. Bordt (1999, 16): „Sein (Sokrates, R.B.) enormer Einfluss auf die jungen Männer wie Platon bestand nicht darin, dass er eine eigene Lehre entwarf, sondern darin, dass er eine Methode lehrte, Fragen zu stellen und philosophische Probleme zu diskutieren."

[20] vgl. Von Förster 1997, 54.

Beschreibung der regressiven Abstraktion am Modell der „logischen Ebenen“

Diese metaphorische Beschreibung gleicht einem Prozess, der innerhalb des therapeutisch, beraterischen Kontexts als „kognitive Umstrukturierung“ oder „Reframing“ bekannt ist (Gerl 2001, 269; Beck & Freeman 1993, 74). Um diesen Prozess des sokratischen Vorgehens beschreiben zu können, bietet sich das „Modell der logischen Typen“ an. Bateson (1982) hat es in Anlehnung an Russel und Whitehead (Russel 2005, 389 f.) für das menschliche Lernen adaptiert. Dilts (1976, 2002) hat es als „Modell der logischen Ebenen“ für den therapeutischen Kontext stark vereinfacht (s. Abb. 2, S. 39). Kennzeichnend für dieses ursprünglich mathematische Modell ist nach Jochims (1995, 205): Eine Menge muss stets auf einer höheren Stufe stehen als die Elemente oder Objekte, die in der Menge enthalten sind. Für Aussagen gilt: eine Aussage über eine Aussage ist von höherem logischen Typus als die Aussage selbst. Es geht mir an dieser Stelle jedoch nicht darum, die Aussagen über die relationalen Beziehungen der verschiedenen Ebenen zu diskutieren, wie sie das Modell impliziert[21]. Es soll vielmehr verdeutlichen, welche unterschiedlichen **Abstraktionsebenen** im sokratischen Dialog fokussiert werden und welche Strategien mit einer entsprechenden Fokussierung verbunden sind. Revenstorf (1996a, 32; 1999, 17) verwendet ein ähnliches Mehrebenen-Modell, um die unterschiedlichen Interventionsebenen der therapeutischer Richtungen zu veranschaulichen.

Der Prozess einer regressiven Abstraktion kann nun analog zur Abb. 2 (S. 39) so beschrieben werden: Ausgehend von einer konkreten Fragestellung (**Ebene 1**) zielt Sokrates mit der „Was-ist-das“-Frage auf eine sehr hohen Ebene der Abstraktion: im platonischen Weltbild auf eine außerpsychische Ebene (**Ebene 6**), aus profaner und aristotelischer Sicht auf die Ebene der Werte und Überzeugungen (**Ebene 3**)[22]. Wenn Sokrates Charmides (158 d-e) fragt, ob er „Besonnenheit ha-

[21] Die “Logik” dieses Modells ist nämlich durchaus kritisch zu sehen. Wenn man dieses abstrakte Modell auf Ebenen therapeutischer Veränderung anwendet, dann bedeutet dies: Ein Verhalten findet in einem konkreten raum-zeitlichen Kontext statt. Die Menge der Verhaltensweisen schließt die einzelne Verhaltensweise ein. Die Menge der Fähigkeiten schließt die Menge der Verhaltensweisen und diese wiederum das einzelne Verhalten ein. Die Menge der Überzeugungen und Werte schließt alles Vorherige ein. Die Menge der Annahmen über sich selbst (Identität) schließt wiederum alles andere mit ein. Die spirituelle Ebene schließt alles andere ein. Zu fragen wäre, warum die Identitätsebene der Ebene der Werte und Überzeugungen übergeordnet ist? Gleichzeitig wäre zu fragen: Da die Überzeugungen auf einer höheren Ebene stehen als die Verhaltensweisen, schließt die Änderung einer Überzeugung die Veränderung von Verhaltensweisen mit hoher Wahrscheinlichkeit ein. Aber: Damit sich eine neue Überzeugung bilden kann, müssen zuerst neue Verhaltensweisen vorhanden sein, denn die Bildung einer Überzeugung setzt neue Verhaltensweisen voraus. Damit entsteht ein zirkuläres Problem. Veränderungen auf einer Ebene setzten Veränderungen auf einer anderen Ebene voraus und umgekehrt. Russel selbst hat das Modell kritisch gesehen (vgl. Berman 1984, 250).

[22] Aristoteles betrachtete den sokratischen Dialog als induktive Methode um zu Allgemeinbegriffen zu kommen, was der „Umkehrung einer platonischen Denkfigur“ gleichkommt (Pleger 1998, 183). Platon geht hingegen von der Annahme der Existenz für sich bestehender Ideen aus, was in unserem Modell einer außer-

be“, dann zielt dies auf die Identitätsebene (**Ebene 5**). Der Gesprächspartner antwortet meist mit einem konkreten Verhalten gebunden an einen begrenzten Raum-Zeit-Kontext (**Ebene 1**). Sokrates argumentiert nun nicht auf einer abstrakten Ebene, sondern bringt den Gesprächspartner dazu, sich weitere Verhaltensweisen in anderen Raum-Zeit-Kontexten vorzustellen: z.B. als Reiter, auf dem Meer, in der Armut, in der Politik (**Ebene 1**). Diese Kontexte können der Erfahrungswelt des Gesprächspartners entsprechen oder auch nicht. Durch die Fragestellung („als-ob“) werden sie vom Gesprächspartner konstruiert, die konkrete Erfahrung kann umgangen werden. Im Rahmen dieses Modells schafft Sokrates so die Voraussetzung für Veränderungen auf höherer Ebene. Auf **Ebene 5** könnte die Grundannahme nun heißen: Weil ich in bestimmten Situationen geflohen bin, bin ich dennoch ein tapferer Mensch. Da es Sokrates aber immer auch um das tatsächliche Handeln geht, erhofft er sich generalisierende Effekte auf der Verhaltensebene in einem neuen Kontext (**Ebene 2**), denn „wer das Gerechte weiß, handelt auch gerecht“ (Pleger 1998, 212). Aus der Logik dieses Modells heraus sind die Voraussetzungen ja nun geschaffen. Nur der Vollständigkeit halber sei erwähnt, dass diese Vorgehensweise auch dann sinnvoll ist, wenn man eine unveränderbare, außerpsychische „Idee“ (**Ebene 6**) voraussetzt, die das höchste Abstraktionsniveau einnimmt. Die Annäherung an diese „Idee“ kann nur dann gelingen, wenn im interpersonellen Dialog genügend neue, innerpsychischen Überzeugungen (**Ebene 4**) geschaffen worden sind.

Erstaunlich ist nun, dass die regressive Abstraktion des sokratischen Dialogs dem hypnosystemischen Vorgehen in der „Teilearbeit“ näher ist als dem sokratischen Disput in der REVT. Die Argumentation erfolgt weniger auf einer intellektuellen Ebene von Überzeugungen, sondern geschieht indirekt durch die imaginierte Ausweitung konkreter Situationen in einem erweiterten Raum-Zeit-Kontinuum. Dies ist aber nur deshalb möglich, weil auf ein „Allgemeines“ verwiesen wird, dass ad Definitionem keinem Wandel von Zeit und Ort unterliegt, sondern die unterschiedlichen, gegensätzlichen Wahrnehmungen in sich vereint (Russel 2005, 77). Weniger bedeutsam ist für diesen Prozess die philosophiehistorisch strittige Frage, ob im Rahmen einer metaphysischen Ideenlehre auf unabhängig existierende „Ideen“ oder auf die formallogischen Erfordernisse einer Definition verwiesen wird (Russel 2005, 76; Pleger 1998, 176). Entscheidend ist die sprachliche Fokussierung auf einen übergeordneten Referenzpunkt, vergleichbar eines „therapeutischen Tertiums“[23] (Peter 2001), welches der Gesprächspartner akzeptiert. Es

---

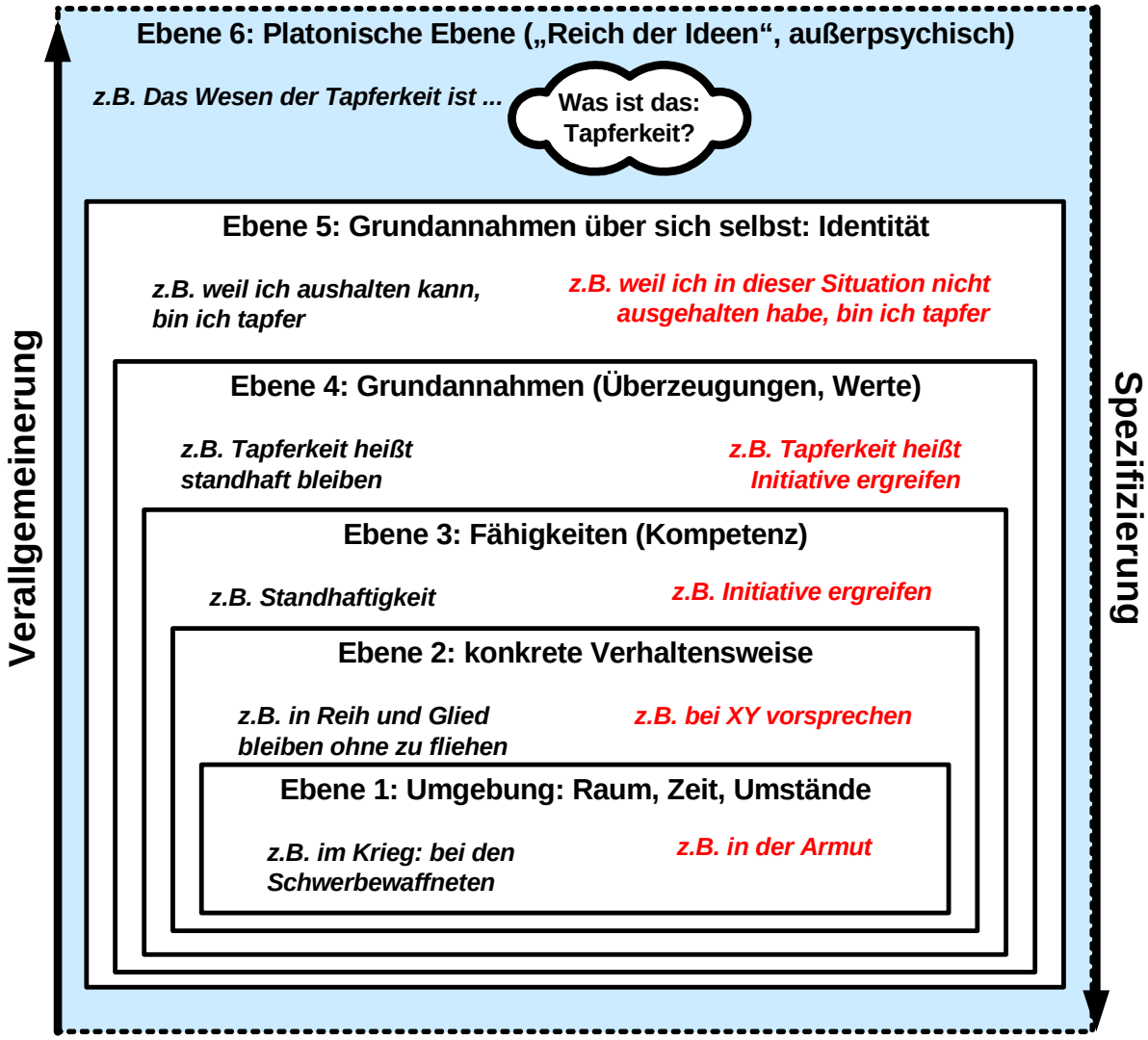
psychischen Wirklichkeit (Ebene 6) entspricht. Dinge haben für Platon gegenüber Ideen einen „geringeren Seinsrang“ (ebd., 182).

[23] Peter (2001) geht davon aus, dass in jedem therapeutischen System auf etwas Drittes (neben Klient und Therapeut) verwiesen wird, dem eine „heilende Kraft oder Weisheit“ zugeschrieben wird. Dieser Referenzpunkt ist je nach zeitgeschichtlichem Kontext unterschiedlich und koppelt oft an den „Tanszendenz-Pol“ des Ichs an (vgl. Macha 1989, 330; 1996, 76).

wird noch zu untersuchen sein, welches „Tertium“ in einem therapeutischen Verfahren des 21. Jahrhundert wie begründbar sein wird.

Die regressive Abstraktion ist allerdings nicht Selbstzweck, sondern gehört zur Elenktik, die eine wesentliche Funktion des antiken sokratischen Dialogs darstellt (vgl. Sloterdijk 2002, 60-98). Die Elenktik wird auch eine wesentliche Funktion im sokratischen Dialog der REVT erfüllen. Im Folgenden geht es deshalb um die Fragen, unter welchen strategischen Voraussetzungen eine Widerlegung im antiken Dialog gelingt, warum das Falsifikationsprinzip der Elenktik überhaupt notwendig ist und welche Auswirkungen eine elenktische Gesprächsführung auf die Kooperationsbereitschaft der Gesprächspartner hat.

Abbildung 2: „Regressive Abstraktion“ am Beispiel des sokratischen Dialogs „Laches“, dargestellt am Modell der logischen Ebenen (nach Bateson 1982, Jochims 1995; Dilts 2002).



2.4 Die Elenktik in der sokratischen Gesprächsführung

2.4.1 Konnotationen des Elenktik-Begriffs

Der Begriff der „Elenktik“ wurde in den letzten 30 oder 40 Jahren zur Standardbezeichnung des sokratischen Philosophierens in den Frühdialogen (Scott 2002, 2; Bordt 1999, 124)[24]. Lesher (2002, 19-35) verweist auf die Bedeutungsvielfalt des Begriffs ‚*elenchos*’ in vorsokratischer Zeit. War er bei Homer noch eng mit der Bedeutung der „Beschämung“ verbunden (z.B. durch die Niederlage in einem sportlichen Wettbewerb), so bezeichnet er im 5. Jahrhundert zunehmend den Prozess des „Prüfens“ selbst. Wie ein Prüfstein, der Gold von unedlen Metallen unterscheidet, so wird ein Mensch oder eine Sache auf ihren wahren Gehalt hin getestet[25]. Diese Prüfstein-Metapher findet dann sich auch bei Sokrates (Gorgias 486d). Bereits Parmenides verwendet diesen Begriff, wenn es darum geht, zwei unterschiedliche Denkweisen auf ihre Legitimität hin zu prüfen (Young 2002, 79). In den platonischen Dialogen kann sich der Begriff einmal auf den Prozess beziehen mit der Bedeutung des „Prüfens“ (Gorgias 486d) als auch auf das Ergebnis mit der Bedeutung des „Widerlegens“ (Theaetetus 161e7-8) oder des „Beweisens“. Vlastos (1995, 12) sieht die sokratischen Elenktik als „instrument of research“. In Abgrenzung zur Eristik, in der es darum geht „zu widerlegen, was gesagt wird, gleichviel ob es falsch ist oder wahr“ (Euthydemos 272a), steht hier die Intention des „(Unter-)Suchens“ im Vordergrund[26]:

> *Socratic elenchus is a search (R.B.) for moral truth by question-and-answer adversary argument in which a thesis is debated only if asserted as the answerer´s own belief and is regarded as refuted only if its negation is deduced from his own beliefs. (*Vlastos 1995, 4)

Ausland (2002, 36-60) weist in „Forensic Characteristics of Sorcatic Argumentation“ darauf hin, dass viele Elemente der sokratischen Elenktik aus der gängigen juristischen Praxis stammen und nun für die philosophische Wahrheitsfindung genutzt werden (Apologie 24d; Gorgias 115b; Apologie 17a-18a)[27].

---

[24] Vgl.: Vlastos (1983). Vlastos selbst gebraucht diesen Begriff seit den 50er Jahren. Vorläufer sind: Robinson (1941) sowie Grote (1865).

[25] Bei Bacchylides (Fr. 14) heißt es bereits: „For the Lydian stone reveals gold, but it is wisdom and all powerful truth, that are the tests for [*elenchei*] excellence among men.”

[26] Sokrates setzt das Philosophieren mit dem „Suchen“ gleich. Auch seine Ankläger fordern, er solle die „*Nachforschungen*“ nicht mehr betreiben und nicht mehr nach Weisheit „*suchen*“ (Apologie, 29c).

[27] Tarrant (2002, 61) schlägt vor, den „*exetasis*-Begriff“ mit dem Merkmal des „kooperativen Untersuchens“ für die Methode des Sokrates zu verwenden. Der „elenchos-Begriff“ mit seiner starken Konnotation des „Wettkampfs, der Rivalität und der Konfrontation“ sei nur für die Dialoge mit „Rivalen“ zutreffend.

2.4.2 Die Strategie der Widerlegung am Beispiel des Dialogs „Charmides“

An dieser Stelle bleibt festzuhalten: Obwohl der Begriff ‚*Elenktik*’ im sokratischen Dialog die prozessuale, neutrale Bedeutung des „Suchens“, „Überprüfens“ und „Testens“ angenommen hat, bleibt die negative Zielrichtung des „Widerlegens“ im Sinne einer Falsifikation auch konnotativ erhalten (Spencer 2003). Beispielhaft dafür soll der Dialog „Charmides“ stehen. Weil es nach Capenter und Polansky (2002) die unterschiedlichsten Formen von Widerlegungen in den sokratischen Frühdialogen gibt, beschränke ich mich hier nur auf ein typisches Muster. Der Dialog „Charmides“ ist deshalb für die spätere therapeutische Fragestellung geeignet, weil zumindest der Aufhänger ein psychosomatisches Problem ist und die Argumentation von Charmides keine sophistischen Züge trägt. Ohne hier auf alle Umstände dieses Dialogs eingehen zu können, sei nur so viel angemerkt: Charmides leidet unter morgendlichen Kopfschmerzen. Sokrates verweist auf den Zustand der Seele als Ursprung von Gesundheit und Krankheit und kommt auf die Besonnenheit zu sprechen, die – wenn sie vorhanden sei – Heilung bewirke. Ob sie bei Charmides vorhanden sei, könne dann entschieden werden, wenn es ihm gelingt, das Wesen der Besonnenheit zu beschreiben. Charmides bietet 3 Definitionen an, die jedoch alle von Sokrates als unzureichend verworfen werden. Charmides schlägt zunächst vor, „Besonnenheit“ als „ordentliches und ruhiges“, man könnte auch sagen „bedächtiges“ Handeln zu beschreiben (159b2-3). Sokrates jedoch deutet „ruhig“ als „langsam“. Er holt sich zunächst das Einverständnis, dass die Besonnenheit zum Schönen gehört. Anschließend zählt er Situationen auf, in denen man gerade das schnelle und nicht das langsame Handeln als schön bezeichnen würde. Wenn also die Schnelligkeit zum Schönen gehört, dann kann die Langsamkeit zumindest nicht als distinktives Merkmal gelten. Die Ausgangsdefinition wird verworfen. In Anlehnung an Vlastos (1995, 11) ergibt sich folgender „standard elenchus“ (vgl. Kreef 2004, 212):

Tabelle 1: Prozess der Widerlegung im antiken sokratischen Dialog

1.	**Ausgangsthese des Gesprächspartners:**	**A (besonnen) = p (bedächtig)**
2.	**Rückversicherung auf eine gemeinsame Werthaltung (Referenzpunkt):**	**A = w (schön/gut)**
3.	**Prüfung der Ausgangsthese:**	**nicht-p (schnell) = w**
4.	**Schlussfolgerung und Widerlegung:**	**A ≠ p**

Entscheidend bei diesem Widerlegungsmuster ist der 2. Schritt: die Rückversicherung des Sokrates auf einen gemeinsame Referenzpunkt auf (w). „Sag mir also“

fragt Sokrates Charmides, „gehört die Besonnenheit nicht zu dem Schönen?“ (159c). Und Laches fragt er: „das nämlich weiß ich doch, dass du die Tapferkeit unter die vortrefflichen Dinge rechnest.“ Es dürfte für Sokrates leicht sein, an diesem Punkt Zustimmung zu erreichen, zählen doch Gerechtigkeit, Klugheit, Tapferkeit und Besonnenheit zu den Kardinaltugenden und damit zur aretē (mit der Bedeutung „Bestheit“, „Gutheit“) an sich.[28] Im **Modell der logischen Ebenen** (vgl. Abb. 2, S. 39) lässt sich das Widerlegungsmuster so beschreiben: Ausgangspunkt ist ein konkretes Problem (**Ebene 1**). Sokrates zielt mit seiner „Was-ist-das“-Frage wieder auf **Ebene 6** (platonische Sicht) bzw. auf **Ebene 4** (profane Sicht). Der Gesprächspartner antwortet mit einer Definition auf **Ebene 4**. Sokrates knüpft nun die Verbindung zu **Ebene 6**, dem Guten und Schönen, die der Gesprächspartner akzeptiert. Im weiteren Verlauf zeigt Sokrates konkrete Beispiele auf **Ebene 1 und 2**, die alle keine Verbindung zu **Ebene 6** haben: In diesen Kontexten kann langsames Handeln nicht als „schön“ bezeichnet werden. Also kann auch die Definition auf **Ebene 4** nicht stimmen.

Zusammenfassend lässt sich zeigen, dass bei diesem Widerlegungsmuster - ähnlich wie bei der regressiven Abstraktion - die Bezugnahme auf einen gemeinsamen Wert entscheidend ist. Nur wenn der Gesprächspartner akzeptiert, dass die Besonnenheit zum Guten und Schönen gehört, die Tapferkeit zum Vortrefflichsten, kann die Widerlegung gelingen. Die Frage, die sich im 3. Kapitel stellt ist folgende: *Auf welcher Basis kann ein Therapeut des 21. Jahrhunderts die Überzeugungen seiner Klienten widerlegen? Wie sieht dort der gemeinsame Bezugspunkt aus?* Doch zunächst gilt zu klären, warum die Funktion des Widerlegens im sokratischen Dialog so bedeutsam ist, selbst auf die Gefahr hin, dass Sokrates in die Nähe sophistischer „Wortklaubereien“[29] und Scheinargumentationen gerät.

2.4.3 Die Falsifikation als notwendiges Ziel des sokratischen Dialogs

Kutschera (2002, 174) verweist darauf, dass Sokrates insofern unfair argumentiere, da mit dem Merkmal der „Bedächtigkeit“ zumindest eine Bedeutungskomponente des damaligen Sprachgebrauchs ganz gut getroffen sei. „Aber erstens“ so Kutschera „ist es dort, wo es um Wahrheitsfindung geht, legitim, sich auf die Schwächen eines Vorschlags zu konzentrieren. Zweitens geht es Sokrates darum, Charmides zu beweisen, dass er keine Vorstellung von Besonnenheit hat, die er argumentativ verteidigen kann, und somit kein Wissen von dem, was Besonnenheit ist.“ (ebd., 175; Hervorh. von R.B.). Hier bleibt allerdings zu fragen, ob den

[28] Dennoch gab es in der Antike eine Diskussion darüber, ob ein tugendhaftes Leben genügt, um ein gutes und glückliches Leben zu führen, oder ob zudem Gesundheit oder Geld notwendig sind (Bordt 1999, 57).
[29] Ellis über Sokrates in: Hoellen (1986, 201).

jeweiligen Gesprächspartnern der Unterschied zwischen „analytischem Explikationswissen und fundierendem Begründungswissen“ (Birnbacher 1999, 5) wirklich bewusst ist. Wenn nicht, dann *muss* die Argumentation von Charmides und anderen ins Leere gehen, solange sie sich an den allgemeinen sprachlichen Konventionen orientieren. An diesem Punkt scheint mir der Vorwurf einer „unfairen Argumentation“ dennoch nicht ganz berechtigt. Ist es doch gerade das Ziel zu prüfen, ob die subjektive erlebte „Besonnenheit“ nur eine ist, die dem allgemeinen Definitionsgebrauch genügt, oder ob es sich um jene „Besonnenheit“ handelt, die für einen Heilungsprozess hilfreich ist.

Interessant wird es allerdings dann, wenn „intendierte Argumentationsfehler“ (Patzig 1983, 14) wie im Dialog mit Euthyphron den Gesprächsverlauf im Sinne des Sokrates manipulativ steuern sollen. Offensichtlich spiegelt Sokrates die nur äußerliche Bereitschaft des Euthyprhron zu einer Wissensprüfung durch sein eigenes Verhalten wieder, indem auch er nur eine oberflächliche Scheinprüfung vornimmt (Martens 1992, 92). Ob platonische „Argumentationsschwäche“ oder „intendierte Argumentationsfehler“ (Patzig 1983, 14) vorliegen, kann und soll hier nicht vertieft werden. Vielmehr stellt sich die Frage: Warum ist die Widerlegung mit dem Ziel der Falsifikation von so großer Bedeutung? Selbst auf Kosten einer „fairen“ Argumentation unter Zuhilfenahme einer – vorsichtig ausgedrückt - sophistisch anmutenden Rhetorik[30]? Die Frage nach der „negativen Zielrichtung“ der Dialoge ist deshalb von Interesse, weil sie Albert Ellis übernehmen wird. Sie wird sogar zu einem entscheidenden Merkmal seiner therapeutischen Gesprächsführung werden. Auch bei ihm geht es vornehmlich um die „Prüfung“ der Meinungen seiner Klienten, letztlich aber mit dem Ziel der „Widerlegung“ im Sinne einer Falsifikation.

> *Der Klient steht gleichsam in der Verantwortung zu „beweisen“, dass sein Denken und seine Herangehensweise korrekt sind.* (Ellis & Hoellen 1997, 155)

Auch er wird sich vorwerfen lassen müssen, bisweilen unlogisch und unfair zu argumentieren (vgl. Robertson 2000). Könnte man nicht, um zum Beispiel von „Charmides“ zurückzukehren, den positiven Weg gehen und das jeweils Treffende an jeder Definition hervorheben?

In der Antike kann die Notwendigkeit einer Falsifikation unterschiedlich begründet werden:

1.) **Die erkenntnistheoretische Begründung**. Weil das Wahre nie widerlegt werden kann (Georgias 473b 10-11), ist die Elenktik das geeignete Prüfverfahren.

[30] Maranhao (1986, 156) argumentiert, dass man die Elenktik deswegen nicht zu den sophistischen Praktiken zählen kann, weil die Argumentationsschritte für den Gesprächspartner transparent seien und er jederzeit Einspruch erheben könne.

Durch Widersprüche in der Argumentation des Gesprächspartners wird falsches Wissen erkennbar (Apologie 29e-30a, Sophistes, 230a-d). Euthyphron beschreibt seine Erfahrung im Dialog so: „Wovon wir auch ausgehen, das geht uns immer herum und will nicht bleiben, wo wir es hingestellt haben“ (11b6-8). Instabile Überzeugungen, die sich unter dem Druck der Argumente verändern, sind für Platon nur „Meinungen“. Die Vernunfteinsicht jedoch „lässt sich durch Überredung nicht beseitigen“ (Timaios 51e4).

2.) **Die emotionale Begründung**. Im Dialog „Sophistes“ wird explizit auf die Nützlichkeit des Schamgefühls verwiesen[31]. Die Beschämten ärgern sich zwar über sich selbst, werden aber doch „zahm“ gegen die anderen. Ähnlich wie ein Arzt Hindernisse „wegräumt“, damit der Patient wieder neue Nahrung aufnimmt, so können die Gesprächspartner „nicht eher Nutzen haben (…) von den ihr dargereichten Wissensschätzen, als bis der Widerlegende seinen Gegner zur Scham vor sich selbst gebracht, und so die der Belehrung hinderlichen Wahnvorstellungen weggeräumt, ihn gereinigt (…) habe“ (230a-d, Hervorh. von R.B.). Man sollte diejenigen, die man sich zu Lieblingen machen will, nicht aufblasen, sondern erniedrigen und ducken, erklärt Sokrates im Dialog Lysis (210e). Auf die problematische Seite dieser „Nebenwirkung des Elenchos“ (Landmann 1950, 26) werde ich später noch zurückkommen. Ähnlich argumentiert Sloterdijk (2002, 82):

> *Die (…) Seelen müssen durch negative Dialektik so erschüttert, verärgert, beschämt, aufgewühlt und entwaffnet werden, bis sie im Todeskampf der vorgefassten Meinungen sich lösen …“*

3.) **Die therapeutische Begründung**. Gesundheit besteht nach Platon zum einen in der seelischen Konfliktfreiheit, zum anderen aber in der Fähigkeit, zwischen dem, was man weiß, und dem was man nicht weiß, zu unterscheiden. Durch Widerlegungen der falschen Wissensansprüche kann somit die Seele kathartisch gereinigt werden (Kutschera 2002, 174).[32] Sprache ist vergleichbar mit einem „pharmakon“, es kann Medizin und Gift zugleich sein.

4.) Die **dialektische Begründung**, wie sie später Hegel und Kierkegaard vertreten haben, ist der Therapeutischen nicht unähnlich. Bevor die griechische Moral in eine höhere Entwicklungsstufe überführt werden kann, müssen „erst alle falschen Vorstellungen der veralteten Moral beseitigt werden“, wobei die „unbegrenzte, absolute Negativität“ der Ironie als „Waffe“ dient (Taylor 2002, 114). Ähnlich argumentiert Sloterdijk (2002, 81): Um in einen Zustand des Nicht-Wissens zu kom-

[31] Über die Funktion des Schamgefühls: McKim, R. (1988). Shame and Truth in Plato’s Gorgias. In: Griswold, C.L. (1988). 34-38.
[32] vgl. Sophistes (227c-230e). Charmides soll durch „Besprechungen“ so von Kopfschmerzen geheilt werden.

men, „müssen sämtliche vorkommenden Ideen über Lebensfragen von Belang (…) durchgearbeitet und annulliert sein."

Auf die kulturhistorischen Begründungen, insbesondere auf die Auseinandersetzung mit der sophistischen Position soll später eingegangen werden. Zunächst sind noch andere Merkmale des sokratischen Dialogs von Bedeutung, die zusammen mit der elenktischen Gesprächsform zu einer Intensivierung des sokratischen Dialogs führen.

2.4.4 Emotional intensivierende Merkmale

Die existentielle Dimension

Was die sokratischen Dialoge von sophistischen Streitgesprächen unterscheidet, ist deren „existentielle Dimension" (Vlastos 1995, 9). Dies hat folgende Ursachen: a) Im Kreuzfeuer des Dialogs steht meist eine Überzeugung, die im Wertesystem des Gesprächspartners einen zentralen Stellenwert einnimmt. b) Der Gesprächspartner wird mit der Forderung konfrontiert, seine persönlichen Überzeugungen authentisch zu vertreten, statt – wie in philosophischen und mathematischen Diskussionen durchaus üblich – mit hypothetischen Annahmen zu argumentieren[33]. Verweist jemand auf eine Autorität, muss er dessen Meinung so verteidigen, als ob es seine Eigene sei.[34] Antworten im Sinne der sozialen Erwünschtheit werden hinterfragt: „Und siehe wohl zu (…), dass du es nicht gegen deine Meinung eingestehst. Denn ich weiß wohl, dass nur wenige dies glauben und glauben werden" (Kriton, 56c-d). c) Die Gespräche erfordern das ganze Engagement der Beteiligten (Maranhao 1986, 13), denn Sokrates "stands on his repeatedly expressed conviction that the only opinion which matters in the argument is that of the arguers themselves" (Vlastos 1995, 14). Versuche, den Berater selbst zu hinterfragen, werden zurückgewiesen[35]. d) Der Gesprächspartner glaubt bezüglich seiner Thematik im Recht zu sein. e) Ausgangspunkt der Gespräche sind lebenspraktische Themen. Die philosophisch-sokratischen Gespräche in der Tradition von Nelson

[33] Mit hypothetischen Annahmen im Sinne eines „als ob" weiter zu argumentieren, war zum Beispiel Bestandteil der Dialektik Zenos, sowie der mathematischen Diskussion eines Protagoras. Diesen fordert Sokrates auf: „Ich begehre gar nicht, dass ein solches „Wenn du willst" und „Wie du meinst" untersucht werde, sondern Ich und Du. Das „Ich" und „Du" sage ich aber in der Meinung, der Satz werde selbst am besten geprüft werden, wenn man dieses „Wenn" ganz herauslässt." (Protagoras, 331c). Weitere Beispiele: Gorgias, 500b: „treibe weder Scherz mit mir und antworte nicht gegen deine Meinung"; Euthydemos, 286d: „Sagst du nun dies etwa nur, um zu reden, Dionysodoros, und um etwas Wunderliches zu sagen? Oder denkst du in der Tat, dass kein Mensch unverständig ist?"; „(…) ob nicht Nikias wirklich glaubt, etwas zu sagen und nicht bloß um zu streiten dieses vorträgt" (Laches, 196c).

[34] Zum Beispiel Polemarchus im „Staat" oder Charmides 161b ff.

[35] z.B. Sokrates im Dialog mit Kritias (Charmides, 163e): „Denn noch untersuchen wir ja nicht, was ich denke, sondern was du jetzt sagst".

beginnen bis heute mit einem selbst erlebten Beispiel und nicht mit einem konstruierten (Horster 1994, 35). Nelson nahm in metaphysischer Tradition an, dass es die empirisch wahrnehmbaren Einzeldinge sind, in denen die Wahrheit steckt.

Die lebenspraktische Dimension

Die Themen dieser Dialoge sind von fundamentaler, lebenspraktischer Bedeutung. Sie werden an Orten geführt, wo Menschen ihre alltäglichen Aufgaben zu bewältigen haben. Das Wort ‚*aretē*' unterscheidet sich von unserem eher passiven und abstrakten Verständnis von „Tugend". Das griechische Wort lässt sich besser umschreiben mit „bester Zustand, in dem der Mensch aktiv seine eigentliche Berufung erfüllen kann" (Bordt 1999, 58). Die Frage nach der Definition einer Tugend „ist also keine bloß theoretische und abstrakte Frage, sondern unmittelbar relevant für die Frage, wie ein menschliches Leben gelingen kann" (ebd., 58).

> *Wer der Rede des Sokrates ganz nahe kommt und sich mit ihm auf ein Gespräch einlässt, wird von ihm unvermeidlich, auch wenn er vorher von etwas ganz anderem angefangen hat zu reden, so lange ohne Ruhe in der Rede herumgeführt, bis er dahin gerät, dass er über sich selbst Rechenschaft ablegen muss, auf welche Weise er jetzt lebt und auf welche Weise er sein vergangenes Leben gelebt hat.*
> (Laches 187e,f)

Im Dialog mit Euthydem führt Sokrates exemplarisch vor, dass ein rein theoretisches Definitionswissen zu nichts führt, solange es keine Auswirkungen auf das Handeln und Leben der Menschen hat. Der „richtige Gebrauch der Wörter" (Euthydem, 277e) ist die Grundlage von Verstehen, wer aber nur mit Worten umgehen kann, sei zu keiner ernsten Wahrheitssuche fähig (Theätet, 115b). Sokrates hat die Beschäftigung mit reinen Definitionsfragen als sophistische Variante der „Was ist das"- Frage kritisiert (Martens 1992, 72).

Die radikale Dimension

Im sokratischen Dialog sind die Gesprächspartner mit der Entscheidung konfrontiert, ob sie dem „Common Sense" folgen oder jenem „Logos" als Ergebnis des Dialogs. Das Spannungsfeld zwischen den Kategorien „mimēsis" (Imitation) und „methexis" (Teilhabe am Wahren) wird in allen Dialogen explizit oder implizit zum Thema. Für Platon und das antike Athen ist die Entwicklung von Meinungen, Tugenden und Handlungen aus sich selbst heraus das Erstrebenswerte. Das Übernommene und Imitierte gilt als unechter Schein und als Blockade für das Wahre (Maranhao 1986, 137)[36]. Kennzeichen einer philosophischen Rhetorik – so wie sie

[36] z.B.: Gorgias (482c): „Und ich wenigstens, du Bester, bin der Meinung, dass besser meine Lyra verstimmt sein und mißtönen möge oder ein Chor, den ich anzuführen hätte, und dass eher die meisten Menschen mir

Platon in „Theätet“ entwickelt - ist ihre Freiheit von den Zwängen, die aus den Grundbedingungen des menschlichen Lebens resultieren.[37] Sie muss sich nicht an der Mehrheitsmeinung orientieren, ja sie unterliegt noch nicht einmal dem beständigen Zwang zur Selbsterhaltung. Mit der Methode der regressiven Abstraktion soll die Person auf das ihr Eigene zurückgeführt werden und die von außen ungeprüft übernommenen Meinungen identifiziert werden. Der Gesprächspartner wird mit unkonventionellen, ja in seinen Augen geradezu paradoxen („para doxan“) Überzeugungen konfrontiert[38]. So fragt Kallikles verwundert:

> *Denn wenn du es ernstlich meinst und das wahr ist, was du sagst, so wäre ja wohl das menschliche Leben unter uns ganz verkehrt und wir täten in allen Dingen das gerade Gegenteil, wie es scheint, von dem, was wir sollten.* (Gorgias, 481c)

2.5 „Widerstand“ im sokratischen Dialog

Angesichts der emotional intensivierenden Elemente stellt sich einem unwillkürlich die Frage nach den Reaktionen der Dialogpartner. Die eigentliche Radikalität des Sokrates liegt nämlich darin, dass er philosophische Methoden nicht – wie seine Vordenker – auf den Kosmos, sondern auf den Menschen selbst anwendet (M. Jung 2001, 17). Die existentielle, lebenspraktische und radikale Dimension der elenktischen Dialoge, konnotativ verknüpft mit den Bedeutungen von „Wettstreit“, „Prüfung“, und „Scham“ lassen vermuten, dass die Gesprächsteilnehmer emotional nicht unbeteiligt bleiben. Daraus ergeben sich folgende Fragen:

1.) Lassen sich in den Texten spezifische Schwierigkeiten erkennen, die mit der sokratischen Dialogform einhergehen?
2.) Worauf genau lassen sich diese Schwierigkeiten zurückführen?
3.) Welche Strategien nutzt Sokrates präventiv, um diese Schwierigkeiten zu verhindern?

---

widersprechen mögen, als dass ich allein mit mir selbst nicht zusammenstimmen, sondern mir widersprechen müsste.“

[37] Teätet, 172c-177c.

[38] Hierzu einige Beispiele:

1.) Wir sollten niemals Falsches mit Falschem oder Böses mit Bösem vergelten (Kriton, 48b-49c).
2.) Wie sollten niemals in Sachen der Gerechtigkeit der großen Masse folgen, sondern demjenigen, der über die Sache Bescheid weiß (Kriton, 48a).
3.) Nicht das Leben ist das zu erstrebende, höchste Gut, sondern das gute Leben (Kriton, 48a ff.).
4.) Es ist besser unschuldig Unrecht zu erleiden als schuldig zu sein und der Strafe entgehen zu können (Gorgias).
5.) Eine fromme Handlung ist deshalb von Gott geliebt, weil sie fromm ist. Eine Handlung wird nicht dadurch fromm, weil sie von Gott geliebt wird.
6.) Der Gerechte wird seinen Feinden nicht schaden (der Staat I, 335).
7.) Der gerechte Herrscher regiert nicht zu seinem Vorteil, sondern zum Vorteil der Staatsbürger (der Staat I, 338c-347d).

Im nächsten Kapitel wird dann zu untersuchen sein, ob mit der Übernahme des sokratischen Dialogs als therapeutische Methode auch die damit verbundenen Probleme „mitimportiert“ wurden und welche Lösungen innerhalb der REVT entwickelt wurden. Obwohl die sokratischen Gesprächspartner auf den ersten Blick als willige Jasager erscheinen, finden sich dennoch die vielfältigsten Formen von „Widerstand“. Die Gesprächspartner von Sokrates:

- vermeiden die Dialoge[39],
- brechen den Dialog mit den unterschiedlichsten Begründungen ab und flüchten[40],
- drohen ihm[41],
- lehnen die abgeleiteten Erkenntnisse ab[42],
- werden wütend und unwillig[43],
- üben Kritik an seiner Person und seiner Methode[44].

Am Beispiel des Charmides-Dialogs stellt Schmid (2002, 239) erstaunt fest: „The interlocuters are refuted, again and again – but don`t admit and learn from it! This is puzzling.” Eine Antwort ist schnell gefunden:

> *The development of the moral habit of dialectical reason implies overcoming habits of inferiority and achieving the willingness, through intellectual courage, to question authority figures and think for oneself in matters of personal values (this is where Charmides fails); it also implies overcoming, through intellectual humility, habits of self-assertion, in the sense of the unwillingness to submit one's values to rational criticism (this is where Critias will fail); and it involves a commitment of self-election in the community of rational inquiry, with its ideals of truth, fairness, and mutuality (both fail in this respect). When his interlocutors reject reason, they reject also the moral principles that orient and underlie the commitment of the citizen in the dialectical community. Their motives for rejecting Socratic rationality may be found, at least in part, in their resistance to those principles*. (Schmid, T. 2002, 245; Hervorh. R.B.)

Der Rückgriff auf das Konzept des „Widerstands“ als Erklärungsmodell für unerwünschte Reaktionen der Dialogpartner besitzt eine lange Tradition in der Geschichte der Psychotherapie[45]. Mit der Ausdifferenzierung der Therapieformen und der damit einhergehenden Methodenvielfalt ist dieses Konzept jedoch zunehmend kritisch hinterfragt worden. Aus konstruktivistischer Perspektive wurde die Mach-

[39] z.B. Alkibiades in: Symposium 216a-c, Sokrates beschreibt in Theätet (150e3) die Trennung vieler seiner „Schüler“ und die Folgen.
[40] z.B. Kritias in: Charmides, 166c-d; Theätet, 150c.
[41] z.B. Kallikles in: Georgias; Theätet, 151c; Apologie, 23c.
[42] z.B. Euthyphron.
[43] z.B. Anytos in: Menon, 94e; Theätet, 151c4; Vgl. Gutmann (2003, 226): „Besonders die Entlarvung falscher Antworten als Missgeburten des Verstandes erregt bei seinen Schülern Ärger und Unwillen.“.
[44] z.B. Eutyphron, 15e; Theätet, 150e; Hippias (304b) spricht von „Possen und leerem Geschwätz“.
[45] Beck & Freeman (1993, 58) vermeiden deshalb den Begriff und sprechen von „Verweigerung der Zusammenarbeit“. Zum Thema „Definitionsmacht der Experten“ vgl. Masson (1988, 17-21).

barkeitsideologie von Methoden und Interventionen radikal in Frage gestellt. Aus systemischer Perspektive wurde die Herstellung autoritärer Beziehungsstrukturen und die damit verbundene Definitionsmacht des Therapeuten problematisiert[46]. Zudem fand eine Umdeutung statt: der „Widerstand“ wurde selbst zur Ressource. In diesem Sinne wird zu fragen sein, ob nicht die Ursache dieses „Widerstands“ in der Methode des sokratischen Dialogs selbst zu finden ist.

Und hier werden zwei zentrale Spannungsfelder deutlich:

1.) Auf der einen Seite ist es ja gerade das Ziel, den Gesprächspartner zum kritischen, eigenständigen Denken zu bewegen. Widerstand wäre also durchaus im sokratischen Sinn. Auf der anderen Seite soll ein Mindestmaß an Kooperationsbereitschaft und Akzeptanz der Methode gewährleistet werden. Sonst wäre das sokratische Gespräch schnell zu Ende.

2.) Problematischer ist aber das folgende Spannungsfeld, das sich aus der sokratisch-platonischen Philosophie ergibt: Auf der einen Seite soll der Gesprächspartner im Sinne einer subjektiven Moralität[47] zu eigenen Einsichten kommen. Auf der anderen Seite spricht Platon von „Wahnvorstellungen“, von denen der „Patient“ gereinigt werden soll.

2.5.1 Strategien zur Erhaltung der Arbeitsbeziehung und der Kooperationsbereitschaft

Die Methode der Elenktik beinhaltet – wie oben ausgeführt - stark selbstwertmindernde Elemente. Bei Personen mit starken Ausgangsüberzeugungen ist diese Wirkung methodisch geradezu intendiert (vgl. Sophistes). Die möglichen Gefahren liegen auf der Hand: Ärger und Aggression gegenüber dem Gesprächsleiter, Aufgabe der Kooperationsbereitschaft oder: Selbstabwertung und Scheinargumentation im Sinne sozialer Erwünschtheit. Zu fragen wäre, ob in den sokratischen Dialogen Strategien zu finden sind, die - sozusagen als Balance - der Aufrechterhaltung einer Kooperationsbereitschaft dienen. Die folgenden Verhaltenweisen könnten eine derartige Funktion übernehmen:

1. Sokrates holt sich die Zustimmung für seinen „Arbeitsauftrag“, sowie die Zustimmung für jeden neuen Argumentationsschritt.

[46] vgl. Epstein et al. (1998) sowie De Shazer (1998).
[47] Rezeptionsgeschichtlich wurde dieses Ziel besonders von Kierkegaard betont: Die Ablösung von einer fremdbestimmten Moralität zur moralischen Subjektivität. (Kierkegaard 1991, Abt. 31). Vgl. aber auch Sloterdijk (2002, 94) zum Thema: Sokrates als Gründer der kritischen Theorie.

2. Er akzeptiert die Wertorientierung des jeweiligen Gesprächspartners. Er streut in seine Argumentation immer wieder „Allgemeinplätze“, deren Zustimmung nicht schwer fällt.[48]
3. Er arbeitet flexibel mit dem „Material“ des Gesprächpartners und gleicht sich seinem Gesprächspartner an.[49]
4. Der Prozess als solches, sowie die Aporie wird positiv (um-) gedeutet.
5. Dem Gesprächspartner wird die abschließende Lösung des Problems selbst überlassen.
6. Sokrates diskutiert – wenn notwendig - über seine Methode und erläutert sie
7. Er macht Komplimente und ermutigt.[50]
8. Er verweist auf Gemeinsamkeiten.
9. Sokrates betont seine Rolle als Suchender und sein eigenes Nichtwissen und stellt sich damit auf eine gemeinsame Stufe mit dem Gesprächspartner.

Mit dieser Aufzählung wird deutlich, dass die Kernstrategie zur Aufrechterhaltung der Kooperationsbereitschaft in der Betonung der Gemeinsamkeiten liegt, sowie in der Akzeptanz des vom Dialogpartner angebotenen Materials. Maranhao (1986, 142) fasst diese Strategie so zusammen:

> *Unlike the Sophist teachers, who stripped discourse of its moral content, Plato proposes a methexis which unfolds mimesis. An initial worldview is necessary from the start even when the speaker´s project is to build a new one. Methexis is this process of disassembling the initial worldview as the new one is elaborated.*

Dieses Angleichungsprinzip („Mimesisprinzip“) wird immer dann eingesetzt, wenn die Gesprächspartner ihrerseits die Kooperation aufkündigen wollen. So provoziert Sokrates Kritias in aller Öffentlichkeit (162b) und nach einer schwierigen Disputation bricht es aus ihm heraus: „Du gehst nur darauf aus, mich zu widerlegen, und kümmerst dich wenig um das, wovon die Rede ist.“ (Kritias, 166c). Sofort wendet Sokrates das „Mimesisprinzip“ an: Er könne die Widerlegung genauso gut auf sich selbst anwenden, denn auch er könne sich fälschlicherweise jederzeit einbilden etwas zu wissen. Ja, in Wirklichkeit würde er die Untersuchung nur seinetwillen führen (Kritias, 166d-e). In Streitgesprächen mit philosophischen „Gegnern“ verkehrt sich die Wirkung dieser Strategie allerdings in ihr Gegenteil. Als Ironie wird sie zum eristischen Kampfmittel.

Ein weiteres, potenzielles Mittel, die Kooperationsbereitschaft trotz Elenktik und Falsifikation aufrechtzuerhalten liegt in der Person des Sokrates, allgemein ge-

[48] Xenophon (IV, 6,15) weist wiederholt darauf hin, Sokrates habe sich immer wieder auf „Allgemeinplätze“ bezogen. Z.B. Teätet (184c): „Wörter und Redewendungen schnell bei der Hand zu haben und sie nicht spitzfindig zu prüfen ist meistens nicht unschön, vielmehr ist das Gegenteil hiervon engstirnig. Manchmal aber ist es erforderlich. So müssen wir uns auch jetzt deine Antwort, die du gegeben hast, vornehmen, inwiefern sie nicht richtig ist.“

[49] Der Vorteil des mündlichen Dialogs liegt darin, dass sich der Redner auf die Persönlichkeit des Gesprächspartners einstellen kann. Die Kenntnis von der „Verschiedenheit der Seelen“ ist deshalb Voraussetzung für einen überzeugenden Redner. Vgl. Phaidros, 270 ff.

[50] z.B.: Teätet, 151e.

sprochen in der Person des „Beraters“. Die platonisch-sokratische Konzeption von Rhetorik gründet ihre Legitimität auch auf die Moralität des Redners. Platon geht zwar nicht so weit wie die Stoa, die behauptet, nur der Weise werde als wahrer Redner anerkannt, aber im *Phaidros* wird vom guten Redner verlangt, dass er weiß, wie sich die Sache verhält, über die er spricht. Die Haltung des Philosophen ist das entscheidende Kriterium für einen guten Redner und nicht – wie in ihrer sophistischen Konzeption – das Beherrschen rhetorischer Techniken[51]. Diese Forderung unterstützt natürlich das Angleichungsprinzip (was ich von Dir fordere erfülle auch ich), gleichzeitig aber entsteht eine Bindung an die moralische Autorität, im weiteren Sinn an das Charisma des Sokrates, dessen Wirkung und Ausstrahlung ja von den unterschiedlichsten Quellen von Aischines bis Xenophon belegt wird (Kutschera 2002, 34). Die Person und das Leben des Beraters werden zum personalisierten Argument. Mit der erfolgreichen Etablierung einer Meister-Schüler-Interaktion wird zwar die Gefahr eines möglichen Widerstandes reduziert, rollentypische Reaktionen werden aber ebenso wahrscheinlich[52]. Landmann (1950, 13) weist zudem darauf hin, dass Platon die elenktische Methode als „den eigentlichen Kernpunkt der Animosität gegen Sokrates“ gesehen hat und es deshalb notwendig war, die „Eigentümlichkeiten des Sokrates auf göttliches Geheiß zurückzuführen“.[53] Die Berufung auf eine göttliche Instanz darf als weiteres Mittel zur Legitimierung der elenktischen Intervention gesehen werden und bestätigt noch einmal die potenziell selbstwertgefährdende „Nebenwirkung“ dieser Methode.

2.5.2 Kulturhistorische Erklärungen einer „Überredung zur Einsicht“

Es besteht eine seltsame Diskrepanz zwischen der dem Sokrates zugeschriebenen kommunikativen Kompetenz, allein durch Fragen den Gesprächspartner zu Einsichten zu bewegen und den tatsächlich überlieferten Dialogen. Als „Ironie des Sokrates“[54] wird dieses Thema bis heute kontrovers diskutiert. Dabei wird von einigen Autoren mit viel Akribie versucht darzustellen, dass „Ironie“ im Sinne einer „zweckberechnenden Heuchelei“ (Landmann 1950, 20) nur eine „Fehldeutung seitens seiner Gegner“ (ebd., 21) sei, welche die unterschiedlichen Bedeutungen des sokratischen Wissensbegriffs nicht differenziert genug beachteten (Vlastos 1995,

[51] Zur platonischen Rhetorikkritik vgl.: Niehues-Pröbsting (1987), 43-184.
[52] Aus transaktionaler Sicht (Berne 1990, 30) handelt es sich dann um eine Komplementär-Transaktion. Diese „vollzieht sich „reibungslos und kann unendlich lang dauern“.
[53] In der Apologie soll das elenktische Vorgehen ganz als eine Forderung des Gottes, sogar gegen die eigentliche Absicht des Sokrates, erscheinen. Zudem soll Sokrates in seiner Unwissenheit als Paradigma für die göttliche Weisheit dienen.
[54] Gemeint ist „Ironie“ im alltagssprachlichen Sinn, weniger im Sinne Kierkegaards als Kennzeichen von Subjektivität (Kierkegaard 1991, Abt. 31, 269). Über den Zusammenhang beider Bedeutungen vgl. Taylor, C.C.W. (2002, 113 ff.).

39 ff.). Ich möchte im Folgenden eher auf jene Spannung hinweisen, die Niehues-Pröbsting (1987) treffend mit „Überredung zur Einsicht“ beschrieben hatte. Viele Kritiker bemängeln, dass von einer angestrebten Gleichheit der Gesprächpartner nichts zu bemerken sei, stattdessen seien manche Dialoge ironisch und die Gesprächspartner zu reinen Jasagern degradiert (Chessik 1982; Horster 1994; Birnbacher 1999, 10). Der Gesprächsverlauf sei manipulativ, einseitig rationalistisch (Martens 1992, 153) und bestehe in entscheidenden Momenten aus Monologen und einem „unsokratischem Dogmatismus“ (Birnbacher 1999, 3). Nelson (2002, 35) spricht sogar von offensichtlichen „Fehlern“ in der sokratischen Lehrweise und Martens (1992, 153) kann gar in keiner einzigen Quelle „den vielfach an Sokrates gerühmten offenen, an der Sache orientierten Dialog“ finden. Nicht das prozessuale Wissen - also das Wissen um die Methodik - widerspricht dem Postulat des Nicht-Wissens, sondern die starke inhaltliche Lenkung, die sich hinter den Fragen verbirgt. Auf der einen Seite besteht der Anspruch, der Gesprächspartner müsse die Erkenntnis ganz aus sich heraus gewinnen – die unechte Nachahmung soll auf jeden Fall vermieden werden. Auf der anderen Seite sieht Sokrates seine Mission darin, den Gesprächspartner von „Unsinn zu befreien“ und „Trugbilder ohne weiteres Aufsehen beiseite zu schaffen und wegzuwerfen“ (Teätet, 151c). Es ist vor allem Aristoteles, der das Nicht-Wissen von Sokrates betont:

> *Deshalb fragte Sokrates und antwortete nicht, weil er beteuerte, nichts zu wissen.* (Sophistische Widerlegungen I 34.)

Dementsprechend lässt Aristoteles nur jenen Dialog als sokratisch gelten, in dem alles vom Wissen des Dialogpartners abgeleitet wird: den „prüfenden Dialog“. Aber bereits für Xenophon sind auch jene Dialoge „sokratisch“, in denen dialektisch versucht wird, den Gesprächspartner von den eigenen Annahmen ausgehend zu widerlegen. Zudem findet man – wie bereits dargestellt - in den Dialogen durchaus Eristik: Provokation, Ironie und Scheinargumentation, insbesondere dann, wenn die Gesprächspartner selbst diese Mittel einsetzen.[55]

Die kulturhistorische Ebene

Gerade in einer Zeit, in der „sich die traditionellen Antworten auf die Frage nach dem gelungenen Leben offensichtlich zunehmend als unzureichend erwiesen und neue Antworten auf die neue gesellschaftliche Situation formuliert werden mussten“ (Bordt 1999, 27), intensivierte sich auch die Auseinandersetzung um „Be-

[55] So zum Beispiel im Dialog mit „Euthyphron“: Sokrates bezeichnet diesen ironischerweise als „Lehrer“ und „weise“ (4a f., 5a f., 12e, 13e, 14d, 15d). Er provoziert seinen Gesprächspartner mit der Kritik, dieser sei „weichlich aus Überfluß an Weisheit“(12a) und der Aufforderung „Nimm dich ein wenig zusammen, denn es ist ja gar nicht so schwer zu verstehen, was ich meine.“(14a). Bzgl. der weiteren Scheinargumentation vgl. die Analyse des Dialogs bei Martens 1992, 80-102.

wahrung“ und/oder „Veränderung“ der bisher für selbstverständlich akzeptierten gesellschaftlichen Werte. Für Teile der Sophistik wurde der „ethische Relativismus“ zu einer akzeptablen Antwort. Die Auffassung, dass die Wertvorstellungen der eigenen Polis relativ seien, wurde durch den kolonialen Kontakt mit anderen Sitten und Gebräuchen des übrigen Mittelmeerraumes begünstigt. Der Versuch eine Kultur zu vermitteln, die man gleichzeitig in Frage stellt oder neu erfindet, führte bei den Sophisten einerseits zu einem Verlust ihrer Lehrinhalte, andererseits wurde die Vermittlung von kommunikativen Techniken der Überredung und Überzeugung mit dem Ziel des individuellen Lebenserfolgs immer bedeutsamer (Maranhao 1986, 154). In einer Atmosphäre des Misstrauens in objektive oder zumindest allgemein akzeptierte Beurteilungsmaßstäbe wird die Kompetenz zur rhetorischen Einflussnahme immer wichtiger. Platons zentrale philosophische Bemühungen zielen nun darauf ab zu begründen, dass es einen objektiven Maßstab gibt, an dem sich der Mensch orientieren muss, wenn er ein gutes und glückliches Leben führen will. Der sokratische Dialog zielt eben in Abgrenzung zur sophistisch-rhetorischen Konzeption nicht allein auf den Lebenserfolg des Menschen. Die Wahrheit darf dem Lebenserfolg nicht geopfert werden. Eine Weisheit außerhalb des Wissens und der Wahrheit bleibt für Platon eine reine Scheinweisheit (Niehues-Pröbsting 1987, 13). Aus diesem Grund zielen die begrifflichen Analysen in den Dialogen auch nicht auf explikatorisches Wissen, sondern auf ein unabhängig von semantischen Übereinkünften gültiges Begründungswissen. Auf der anderen Seite ist die Figur des Sokrates in seinem Bemühen nach gesellschaftlicher Autonomie und in seiner Radikalität selbst ein Teil der neuen Bildungsbewegung, die man nicht zu Unrecht die „sophistische Aufklärung“ genannt hat (Bordt 1999, 26). Suhr (2001, 35) betont,

> *dass Platon schon sehr früh aus der sokratischen Lehre seine eigene Philosophie weiterentwickelt und Sokrates „zu Ende gedacht“ hat; dass er sich zwar Sokrates weiterhin als seines Sprachrohrs bedient hat, aber hinter dem Sokrates, der von sich gesagt hatte, er wisse nur eines, nämlich dass er nichts wisse, immer mehr einen Sokrates erscheinen lässt, der über ein sehr festes, sehr klares und sehr bestimmtes System verfügt, von dem er freilich je nach Situation immer nur Teile deutlich werden lässt; und dass die berühmte „Ironie“ des Sokrates eben darin besteht, allem Anschein nach der „unwissende“ Sokrates zu sein, in Wirklichkeit jedoch seine Gesprächspartner immer auf ein ganz bestimmtes Ergebnis hinführen zu wollen. So zeigen alle Frühdialoge, die sich um die Definition der verschiedenen Arten von „Güte“ (aretai) bemühen, dass die Ausweglosigkeit (aporia), in die die Gesprächsteilnehmer geraten, immer nur scheinbar ist, dass man die Lösung der Aporie mit Händen greifen kann und dass die ganze Gesprächsführung des Sokrates gar nicht zu verstehen ist, außer man setzt voraus, dass er sehr klar weiß, auf welches Ziel er zusteuert.*

Das gesellschaftliche Ringen um „Bewahrung und Veränderung“ spiegelt sich somit auch in der Gesprächsführung des sokratischen Dialogs wieder. Zielgerichtete Lenkung auf der einen Seite und Vertrauen in die autonome Lösungsfähigkeit des

Gesprächspartners auf der anderen Seite zeichnen den Charakter der Dialoge. Bei genauerem Hinsehen werden zwar Strategien deutlich, diese zielgerichtete Lenkung ironisch zu konterkarieren, dennoch oder gerade deshalb bleibt diese Ambivalenz als Doppelbotschaft für den Rezipienten spürbar. Aus transaktionsanalytischer Sicht handelt es sich um „verdeckte Transaktionen“: auf der „sozialen Ebene“ verläuft die Transaktion zwischen den Erwachsenen-Ich-Zuständen, auf der „psychologischen Ebene“ zwischen dem Eltern-Ich und Kind-Ich-Zustand (Berne 1990, 33; Hennig & Pelz 1999, 47). „Überredung zur Einsicht“ ist eine treffende Beschreibung dieser Doppelbotschaft. Der Philosoph ist nicht nur ein Suchender oder ein potentiell Wissender. Er ist - und das unterscheidet ihn von seinem Gesprächpartner - auch ein tatsächlicher Teilhaber des Wissens (Apologie, 29b6-7; Gorgias, 486e5-6; Protagoras, 357d7-e1; Gorgias, 512b1-2; Crito, 48a5-7). So sagt Sokrates zu Theätet, als dieser schließlich die von Sokrates erwünschte Antwort formuliert:

> *Außer deinem schönen Reden aber hast du auch dadurch etwas Gutes getan, dass du mich von einer langwierigen Rede befreit hast, wenn es dir einleuchtet, dass die Seele einiges selbst für sich genommen betrachtet, einiges aber vermittels der körperlichen Fähigkeiten. Denn genau dies war auch meine eigene Auffassung, die ich gerne auch bei dir sehen wollte.* (Teätet, 185e, Hervorh. R.B.)

Ein legendärer Ausspruch von A. Ellis lautet entsprechend:

> *What are you telling yourself (…) that you make yourself feeling guilty? I can tell you, but let’s see, if you can figure it out.* (Ellis 1994c; Anhang S. 8, Z. 4-5; Hervorh. R.B.)

2.6 Zusammenfassung des zweiten Kapitels

Die Methode des sokratischen Dialogs soll innerhalb ihres soziokulturellen Entstehungskontextes funktional Lösungen für die vielfältigen kulturimmanenten und philosophiehistorischen Spannungen anbieten. Der einzelne Gesprächspartner soll Orientierung gewinnen in einer sich rasant verändernden Umgebung, in der die bisherigen, mythisch begründbaren Wertvorstellungen nicht mehr unkritisch übernommen werden können. Durch die regressive Abstraktion soll eine Dezentrierung, durch die elenktische Funktion eine Destabilisierung erreicht werden. Die negative Dialektik verbunden mit einer emotionalen Intensivierung des Gesprächs führt zur Notwendigkeit von Kopplungsstrategien mit dem Ziel „Widerstand“ zu minimieren. Die methodenimmanente Ambivalenz einer „Überredung zur Einsicht“, die nicht zuletzt auf die unterschiedlichen Stile, Motive und Entwicklungsphasen von Platon und Sokrates zurückzuführen ist, bleibt jedoch erhalten. Vertrauen in die Lösungskompetenz einerseits bei gleichzeitig starker inhaltlicher Lenkung andererseits kennzeichnen die Dialoge.

Für die nach Revenstorf (1996a, 27) übergeordneten Metafunktionen von Psychotherapie und Beratung „Destabilisierung“ und „Orientierung“ kann der sokratische Dialog durch seine regressive Abstraktion und Elenktik dennoch interessante Interventionsstrategien anbieten. Was davon wie und mit welchen Konsequenzen in eine Therapieform des 21. Jahrhunderts übernommen wurde, soll im nächsten Kapitel untersucht werden. Mögliche Anknüpfungspunkte zur kognitiven Therapieform wurden aufgezeigt. Überraschenderweise zeigten sich aber auch Parallelen zum antagonistischen Ansatz, der „Teilearbeit“ in der hypnosystemischen Therapie.

3.Teil: Die Übernahme des sokratischen Dialogs als therapeutische Methode in die Rational-Emotive Verhaltenstherapie

Ich hätte wohl nie die Rational-Emotive Verhaltenstherapie entwickelt, wenn ich nicht von Philosophen stärker beeinflusst worden wäre als von Psychotherapeuten.
(Ellis & Hoellen 1997, 72)

Der rationale Therapeut nimmt *„den Kampf gegen die verborgensten und eingefleischtesten pathologischen Verhaltensmuster des Menschen“* auf.
(Ellis 1993, 160)

In diesem Kapitel möchte ich der Frage nachgehen, aus welchen Gründen der „sokratische Dialog“ der Antike zu einer therapeutischen Methode des 21. Jahrhunderts werden konnte (vgl. Walen 1982, 179). Welche therapeutischen Funktionen kann eine sokratische Gesprächsführung erfüllen? Welche Wirkungen und Nebenwirkungen werden dabei bewusst oder unbewusst „importiert“? Auch wenn die „sokratische Methode“ Bestandteil aller kognitiven Verhaltenstherapien ist, werde ich mich auf die Rational-Emotive Verhaltenstherapie (REVT) nach A. Ellis konzentrieren. Sie nimmt, stärker als alle anderen kognitiven Therapien immer wieder Bezug auf philosophische Grundlagen, ja sie versteht sich sogar als das „einzige System, das Philosophie lehrt“ (Becker, V. 1989, 34; Stavemann 2002). Ellis betont, unter den großen Psychotherapien den sokratischen Dialog am stärksten integriert zu haben und ihm am meisten Bedeutung zuzumessen (Ellis 1971, 4; 1980a, 22).

Es wird zu untersuchen sein, wie die philosophie- und therapiehistorischen Kontextveränderungen Einfluss auf die funktionalen Möglichkeiten dieser Methode haben konnten. Zunächst aber wird deutlich werden, dass selbst die Persönlichkeit und die Biographie des Therapiebegründers als gelebte Auseinandersetzung mit den zeitgenössischen Therapierichtungen der 40er und 50er Jahre maßgeblich die Form und Funktion dieser Methode bestimmten.

3.1 Gründe für eine Übernahme der sokratischen Methode und ihrer Funktionen

3.1.1 Persönliche Präferenzen des Therapiebegründers

Der heute 94 jährige Psychotherapeut Albert Ellis (*1913) begründete 1955 seine „rationale Therapie“ (RT) und gilt zusammen mit Aaron Beck als Vater der kognitiven Verhaltenstherapien (Keßler 1992; Beck & Freeman 1993, 3-4)[1]. Bereits in seiner Jugend hat er sich ungewöhnlich intensiv mit den antiken Philosophen beschäftigt:

> *(…) long before I was a psychologist, my hobby had been philosophy. Although I never had a single college or graduate course in this important area, I had become deeply involved in it at the age of 16 and had read, during the next few years, virtually every major philosophic book ever written and innumerable secondary sources. I was especially interested in the writings of Epictetus, Marcus Aurelius, and other Stoics; of Spinoza, Erasmus, Voltaire, Schopenhauer, and other, latter-day philosophers who extended the practical, hard-headed thinking of the Stoics.* (Ellis 1979, 34)

Während Ellis als Pionier lange Zeit von der akademischen Welt ignoriert wurde, war es Aaron Beck, der durch seine wissenschaftliche Fundierung der kognitiven Therapie auch in wissenschaftlichen Fachkreisen Geltung verschaffte (Blocher 2000, 255; Ellis 2003a). Die Gründe hierfür sind für die Thematik dieser Arbeit durchaus von Interesse. Als „Enfant terrible“ oder „Lenny Bruce der Therapieszene“[2] scheint Ellis in seinem persönlichen Lebensstil einer sokratischen und stoizistischen Lebensform amerikanischer Prägung sehr nahe zu kommen. Schon als „berüchtigster Sexual-Apostel Amerikas“ (Spiegel 1967) hat sich Ellis als pragmatischer Aufklärer und Rebell jenseits des Elfenbeinturms verstanden:

> *Ein wirklich rationaler Mensch wird immer etwas von einem Rebellen an sich haben, da man in unserer Gesellschaft einen Gutteil seiner eigenen Individualität nur wahren kann, indem man sich gegen verdummenden Konformismus auflehnt*. (Ellis 1993, 277)

---

[1] Neben den bekannten Vorläufern der kognitiven Therapien wie Paul Dubois, Jules Dejerinne, Ernst Gauckler und Alfred Adler sei hier auf George Lincoln Walton verwiesen, der mit seinem „mental training“ Anfang dieses Jahrhunderts der Ellis’schen Konzeption einer rationalen Therapie bereits erstaunlich nahe kam. Vgl.: Orens, J. R.: The First Rational Therapist: George Lincoln Walton and Mental Training. *Journal of Rational-Emotive Therapy*, Vol.4, No.2, 1986, 180-184.

[2] Hurley, D. (2004). From Therapy's Lenny Bruce: Get Over It! Stop Whining! In: New York Times. May 4, 2004.

Die Radikalität seines Ansatzes kommt der radikalen Dimension des sokratischen Vorgehens mit dem Ziel der „Selbstbestimmung“ durchaus entgegen. In seinen berüchtigten New Yorker „Friday Night Workshops” führt er seit 37 Jahren in aller Öffentlichkeit Beratungsgespräche zu Problemen des täglichen Lebens. Für 10 $ können Teilnehmer ein Problem ihrer Wahl vorbringen. Das Publikum „is then welcome to join in a discussion of the problems presented by the volunteers“[3]. Im Gegensatz zu Beck hat Ellis einen Großteil seiner 75 Bücher, Pamphlete und „rational humorous songs“[4] im typischen Self-help-Stil verfasst (Ellis 1957a, 1976, 1988, 1990, 1992, 1998a-c, 2001, 2003b, 2004; Ellis et al. 2003). Unbeeindruckt vom Eklektizismus der therapeutischen Gemeinschaft und dem Bemühen um eine metatheoretische Integration therapeutischer Richtungen, geht Ellis keiner Konfrontation aus dem Weg, wenn es um die Wirksamkeit seiner therapeutischen Verfahren geht (vgl. Yapko 1994b). 1994 überraschte er das akademische Publikum des Hamburger Therapiekongresses „Evolution of Psychotherapy“ mit dem spontanen Singen von Liedern während eines Fachvortrages, mit einer – so der Vorwurf eines Zuhörers – „vulgären“ Ausdrucksweise der Bronx und mit so provokativen Aussagen wie Wilhelm Reich sei psychotisch.[5] Das Verhalten von A. Ellis ist nur zum Teil einer für die amerikanischen „Primadonnen der Psychotherapie“ (Becker, V. 1989) mittlerweile typischen Selbstdarstellung zuzuschreiben. Es resultiert auch aus der radikalen Umsetzung seiner philosophisch-therapeutischen Grundsätze, so zum Beispiel …

- der Ironisierung absolutistischer Wissensansprüche bei gleichzeitig kompromissloser Suche nach der „Wahrheit“ im Sinne des Lewinschen Satzes „Wirklich ist, was wirkt“ (Lewin, zit. nach Hege 1998, 43),
- einer draus resultierenden „Respektlosigkeit“ gegenüber Autoritäten und einem konsequenten In-Frage-Stellen allgemein akzeptierter Gewissheiten,
- einem Primat des Seins gegenüber des Scheins im Sinne einer Forderung nach sichtbaren Erfolgen therapeutischer Theorien.

Diese Lebensmaximen spiegeln durchaus die sokratische Forderung nach kompromissloser Umsetzung individuell geprüfter Werte unter Inkaufnahme möglicher gesellschaftlicher Polarisierungen wieder (vgl. Jung, M. 2001; Gross 2002; Martens 1992).

---

[3] Vgl. Online-Publikation: http://www.rebt.org/workshops/fridaynight.asp, Stand 28. Mai 2005, vgl. Erlebnisbericht von Lilly Kemmler (1993), 46-47.

[4] Beispielhaft dafür sind seine „Rational Humorous Addiction Songs“, in denen suchtbegünstigende Einstellungen mit bekannten Melodien ironisiert werden. Siehe: Ellis, A. (1976). A Garland of Rational Songs. New York: Institute for Rational Living.

[5] Vgl. Audio-Mitschnitt: Ellis 1994c, d. Hintergrund der Aussage über Reich ist dessen Präsentation einer Patientin, die seit 10 Jahren bei Reich in Behandlung war. Ähnlich in: Becker, V. (1989, 40); Yapko (1994b).

3.1.2 Die Entdeckung des inneren Selbstgesprächs und die Entstehung der kognitiven Therapie

Ich werde mich im Folgenden nur auf jene biographischen Einflüsse beschränken, die eine Rezeption der sokratischen Methode verständlich werden lassen. Die REVT ist das Resultat einer aktiven Auseinandersetzung mit den in den 40er und 50er Jahren vorherrschenden Therapierichtungen: der Psychoanalyse und der noch stark behavioristisch geprägten Verhaltenstherapie. Die Abkehr von der Psychoanalyse hin zu einer kognitiven Verhaltenstherapie vollzog sich schrittweise und begann mit einer methodischen Unzufriedenheit (Ellis 1993, 246). 1943 war Ellis als Ehe- und Sexualberater tätig, als er sich für die Psychoanalyse entschied, mit der Hoffnung, „dass diese (…) gründlicher und tiefschürfender sei und daher auch erheblich bessere Heilerfolge verbürge“ als nichtanalytische Methoden (Ellis 1993, 9). Sein Lehranalytiker wurde der Emigrant und ehemalige Dadaist Richard Huelsenbeck[6]. Dieser gehörte zwar der neoanalytischen Karen Horney-Schule an, die von jeher der aktiven, problemlösenden Seite des Ichs mehr Aufmerksamkeit schenkte, orientierte sich aber in seiner analytischen Technik fast ausschließlich an Freud[7]. In seiner eigenen New Yorker Praxis empfand Ellis - trotz überdurchschnittlicher Erfolge - bald die orthodox analytisch gebotene Zurückhaltung und Neutralität als erhebliche Belastung. Plagten ihn doch Zweifel, ob der Widerstand der Patienten gegenüber der analytischen Methode wirklich als Widerstand gegen eine Übertragungsbeziehung gedeutet werden konnte:

> *Wenn mir völlig klar zu sein schien, was einem Patienten zu schaffen machte, warum musste ich dann manchmal wochenlang untätig zuwarten, bis er durch seine eigenen Deutungsversuche erkennen ließ, dass er voll und ganz „bereit“ war, meine Einsichten zu akzeptieren? Warum durfte ich den Patienten nicht mit ein paar gezielten Fragen oder Bemerkungen weiterhelfen, wenn ihnen die Technik der freien Assoziation so viel Mühe machte (…)?* (Ellis 1993, 12)

1952 wechselte Ellis schließlich zu aktiveren, rascher interpretierenden Methoden der Neofreudianer und Neoadlerianer und gewann zu seiner eigenen Überraschung durch diese „oberflächlichere“ Methode nicht nur raschere, sondern auch dauerhaftere Wirkungen. Aufgrund der immer noch großen Anzahl an Patienten,

---

[6] vgl. den Aufsatz von Hoellen, B. (1993). Richard Huelsenbeck und Albert Ellis. *Zeitschrift für Rational-Emotive Therapie*, 4/1, 1993, 5-37.

[7] Ausgehend von Hartmann (1939) betonten die Ich-Psychologen unter den Analytikern vor allem die Autonomie-Entwicklung des Patienten. Die Schlussfolgerung: Vor allzu aktivem Vorgehen ist abzuraten. Der Klient soll zu seinen eigenen Deutungen kommen. Deutungen sind durch Fragen zu ersetzen. Hier ist wichtig anzumerken, a) dass die Warnung vor Direktivität sich auf die Präsentation von „Deutungen“ bezieht, b) dass auch eine andere Schlussfolgerung möglich wäre: Der Ich-Stärke des Klienten ist eine Konfrontation zuzumuten. Über den Einfluss der Ich-Psychologie auf die Behandlungstechnik vgl. Mertens, W. (1990), 91-94.

die trotz Einsicht in die frühkindlichen Ursachen ihrer Probleme noch immer keine wirkliche Veränderung erlebten, begann Ellis 1953 am Prinzip der Einsichtstherapie zu zweifeln und zunehmend verhaltenstherapeutische Methoden einzusetzen.

> *Ich begann daher, meinen Patienten nicht nur den Ursprung ihrer Angst klarzumachen und ihnen zu demonstrieren, dass sie sich vor diesen Dingen (wie Ablehnung durch die Eltern) nicht mehr zu fürchten brauchten, sosehr sie auch früher dazu Grund gehabt haben mochten; ich versuchte außerdem (und das fand ich ebenso wichtig), sie zu ermutigen, zu überreden und notfalls unter Druck zu setzen, die Dinge zu tun, vor denen sie Angst hatten (etwa Ablehnung seitens ihrer Eltern oder anderer zu riskieren), um konkreter zu erfassen, dass diese Dinge nicht so fürchterlich waren, wie sie meinten.* (Ellis 1993, 15)

Aber auch diese Methoden hatten ihre Grenzen. Während sich manche Patienten überreden ließen, ihr Vermeidungsverhalten aufzugeben und gegen ihre Emotionen zu handeln, weigerten sich andere „das mindeste für ihre eigene Genesung zu tun“ (ebd., 15). Die Kernfrage lautete nun: Wie kann ein erwachsener Mensch eine ehemals konditionierte Emotion aufrechterhalten, trotz fehlender positiver Verstärkung bei gleichzeitiger Zunahme höchst unangenehmer Bestrafung? Die Beantwortung dieser Frage führte Ellis 1954 zur Bedeutung des inneren Dialogs - aus therapeutischer Sicht zum „Einfluss verbaler Selbstindoktrination - für die Aufrecherhaltung psychischer Störungen“ (ebd., 21). Die innere Bewertung von äußeren Ereignissen, also die interne Informationsverarbeitung interagiert mit der sinnlichen Wahrnehmung, bisweilen kann sie diese auch ersetzen. Der Mensch kann sich „auch durch sein eigenes Denken belohnen oder bestrafen, selbst wenn dieses Denken weitgehend abgeschnitten von äußeren Belohnungen und Bestrafungen ist“ (ebd., 19). Im Therapiebeispiel 1 (Anhang, S. 226 ff.) ist die „Geburtsstunde“ der REVT und ihrer Prämissen dokumentiert.

3.1.3 Von der Leserfokussierung zur Textfokussierung

Warum, so könnte man aus heutiger Sicht fragen, war denn die Bedeutung des inneren Dialogs für den Psychologen Ellis so etwas Revolutionäres, angesichts von damals bekannten Bewusstseinspsychologen wie Wundt, Titchener und James? Gleichzeitig stellt sich die Frage, ob nicht gerade mit der Methode der freien Assoziation[8] innere Dialoge aufgedeckt werden konnten?

Eine Antwort auf die erste Frage liegt sicher in der damals noch vorherrschenden behavioristischen Metatheorie, die alle Gedanken, Gefühle und Ideen nicht als gültige Daten akzeptierte. Wenn Baars (1986, 4) von einer „leisen Revolution im Denken vieler psychologischer Wissenschafter“ spricht, dann meint er die Jahre

[8] Hauptmittel der Materialgewinnung in der psychoanalytischen Therapie. Der Klient wird aufgefordert, alles zu sagen, was ihm durch den Kopf geht, ohne eine Auswahl zu treffen.

1955 bis 1965. Wenn Ellis (1996, 5) beim Thema Verhaltenstherapie bis heute John B. Watson´s Konditionierung kindlicher Ängste anführt und seine erfolgreiche Eigenbehandlung sozialer Ängste beschreibt, dann wird deutlich, dass „innere Dialoge“ noch ein Teil der „Black Box“ waren. U. Neissers Titel „Cognitive Psychology“, welcher der neuen Bewegung ihren Namen gab, wurde 1967 vorgelegt. Erst zu Beginn der 70er Jahre kann man von einer „radikalen Neuorientierung der Verhaltenstherapie“ (Ellis & Hoellen 1997, 7) und einer Beendigung der einstigen „kognitiven Inquisition“ (Mahoney 1977) sprechen.[9]

Die Antwort auf die zweite Frage ist ungleich schwieriger, kann sie doch mit Icheiser (1970, 7) als „Blindheit gegenüber dem Offensichtlichen“ bezeichnet werden. Ellis gibt selbst zu, er habe, „wie nahezu alle anderen damals praktizierenden Therapeuten (…) den einfachen, präzisen Aussage- und Ausrufungssätzen zu wenig Beachtung geschenkt“ und „durch Freud-orientierte Theorien, die ideologischen Ursachen zugunsten der psychodynamischen Ursachen vernachlässigt“ (Ellis 1993, 24). Die eigentlichen Worte des Klienten traten offensichtlich durch Interpretation und Deutung immer mehr in den Hintergrund. Die Erzählungen der Klienten wurden durch die der Therapeuten nach und nach ersetzt (Gerken & Kaye 1992, 169). Auch Aaron Beck (1979), der unabhängig von Ellis ein paar Jahre später die Bedeutung der „inneren Kommunikation“ entdeckte, führt die damalige Vernachlässigung der bewussten Gedankenbildung nicht nur auf die metatheoretischen Grundannahmen der Verhaltenstherapie, sondern auch auf jene der Psychoanalyse zurück. Auch sie hatte keinen Grund, die wörtlichen Aussagen ihrer Klienten für bare Münze zu nehmen. Der klassische Psychoanalytiker betrachtete die bewussten Gedanken als getarnte Repräsentationen unbewusster Konflikte, als falsche Rationalisierungen oder als Abwehr und übersetzte sie in ihre symbolischen Bedeutungen. Die Umkehrung dieses Prozesses bezeichnet De Shazer (1998, 54) in Anlehnung an Derridas Begriff der „Dekonstruktion“ als „Textfokussierung“ - in Abgrenzung zur „Leserorientierung“ (vgl. Engelmann 1990).[10]

Gerade an diesem Punkt erklärt sich die Notwendigkeit des Dialogs und des Fragens: das Gesagte des Klienten aus seiner eigenen Logik heraus zu verstehen ist umso notwendiger, je mehr der eigene Deutungsapparat zurückgestellt wird[11].

Es gibt aber noch einen weiteren Grund weshalb Dialog und Frage innerhalb des kognitiven Paradigmas immer wichtiger wurde. Beck (1979, 29) entdeckte, dass seine Patienten – trotz freier Assoziation – ganze „Gedankenketten“, die mit Ge-

[9] Einen lebendigen Einblick in die paradigmatischen Umbrüche dieser Jahre findet sich in: Baars (1986). A cognitive revolution in psychology. New York: Guilford Press.

[10] Ellis würde nie Shazers Sprachpessimismus einnehmen („man kann den anderen nicht verstehen“) aber gerade in der Anfangsphase der neuen Therapie war es notwendig, auf vorgefertigte Deutungsschablonen zu verzichten und im Sinne Derridas Verstehen erst zu leisten (vgl. Grochowiak & Heiligtag 2002, 36).

[11] Eine ähnliche Tendenz weg von der Deutung und hin zum „Angetroffenen“ ist auch bei Fritz Perls zu beobachten; Vgl. Hochgerner, M. (2004, 128-133). Im Gegensatz zu Ellis misstraut Perls dem sprachlichen Rationalisieren (vgl. Perls 2002, 117; 1986, 62).

fühlen einhergingen, nicht berichteten. Diese Auslassung deutete Beck nun nicht als Widerstand oder Abwehr, sondern hatte seiner Beobachtung nach mit „dem Faktum zu tun, dass der Patient nicht geschult worden war, seine Aufmerksamkeit auf eine bestimmte Art von Gedanken zu richten“ (ebd., 29). Diese Gedanken in Form innerer Selbstgespräche, wie „er wird mich nicht mögen“ oder „ich hätte das nicht sagen sollen“ unterschieden sich von den sonstigen mitgeteilten Einfällen dadurch, dass sie „automatisch“ auftraten und „sehr rasch abliefen“ (ebd., 39). Beck nannte diese inneren „Dialoge“ deswegen „automatische Gedanken“. Die kognitiven Schlussfolgerungen und Bewertungen von Ereignissen waren offenbar so eng mit dem Ereignis selbst verkoppelt, dass Menschen sich der „gedanklichen Bindeglieder“ (ebd., 30) nicht mehr bewusst waren und nur dann Bewusstheit über sie bekommen konnten, wenn der Fokus ihrer Aufmerksamkeit auf diese innere Kommunikation gelenkt wurde. Dies verlangte eine inhaltlich ergebnisoffene, prozessual aber stark lenkende Gesprächsführung vom Therapeuten. Der antike sokratische Dialog könnte gerade durch den platonischen und sokratischen Einfluss diese funktionalen Anforderungen erfüllen. Die starke Lenkung in der Gesprächsführung ist schon deshalb notwendig, weil man sich von der psychoanalytischen Suche nach dem „Ursprung“ einer Störung nicht verabschiedet hat. Der „Ursprung“ besteht zwar nicht mehr aus den Traumata der Vergangenheit, sondern aus den symptomstabilisierenden Kognitionen der Gegenwart.

3.2 Die „regressive Abstraktion“ im therapeutischen Dialog

3.2.1 Distanzierung und Dezentrierung als Voraussetzung für Destabilisierungsprozesse im platonischen und therapeutischen Dialog

Was bewirkt nun eine Bewusstmachung der gedanklichen Prämissen? Beck (1979, 203) spricht von „Distanzierung“ und „Dezentrierung“. Im Zustand der Distanzierung[12] gewinnt eine Person die Fähigkeit, sozusagen „von außen“ auf die gedanklichen Prämissen ihres Erlebens zugreifen zu können. Während das unmittelbare, emotionale Erleben einer Situation als „wahre Empfindung“ betrachtet wird, können Gedanken und Schlussfolgerungen auch „falsch“ sein. Dies entspricht der Alltagsphilosophie vieler Klienten: Gefühle sind „wahr“, aber „irren ist menschlich“. Aus dieser Dissoziation heraus ist es nur noch ein kleiner Schritt, Gedanken und Schlussfolgerungen als zu überprüfende Hypothesen zu betrachten. „Dezentrierung“ ist dann der Prozess der „Loslösung des Patienten von sei-

[12] Dieser Begriff wurde ursprünglich für die Fähigkeit von Personen verwendet, bei projektiven Tests wie dem Rorschachtest „die Unterscheidung zwischen den Tintenklecksfiguren und der dadurch hervorgerufenen Assoziation oder Phantasie aufrechtzuerhalten“ (Beck 1979, 203).

nem Denkschema, das ihn als Mittelpunkt aller Ereignisse erscheinen lässt“ (ebd., 204). Die Trennung von Kognition und Emotion kann somit als eine **Strategie** verstanden werden, dem Klienten eine Distanzierung zu ermöglichen mit dem Ziel, ihm auf kognitiver Ebene größere Wahlmöglichkeiten zu verschaffen. Wichtig ist in diesem Zusammenhang, dass die „Distanzierung“ eine Voraussetzung für den elenktischen Teil des sokratischen Dialogs darstellt, denn – so Walen (1982, 72): „Über Gefühle kann man nicht disputieren.“ Aus diesem Grund ist es von entscheidender Bedeutung, dass dem Klienten diese Konzeption überzeugend vermittelt wird. Walen (1982, 72) gibt Therapie- und Beratungsanfängern folgenden Ratschlag:

> *Der Therapeut muss sorgfältig darauf achten, in welcher Bedeutung seine Klienten das Wort „fühlen“ brauchen, und er soll sie dazu ermuntern, den Begriff zur Beschreibung emotionaler Konsequenzen zu verwenden und nicht um Meinungen und Bewertungen zum Ausdruck zu bringen. Diese Unterscheidung wird dem Klienten helfen, den Unterschied zwischen seinen Überzeugungen und den emotionalen C's (Konsequenzen, R.B.) zu entdecken, was von größerer Bedeutung sein wird, wenn er versucht, seine irrationalen Überzeugungen in Frage zu stellen. Deshalb ist es oft nützlich, Klienten zu korrigieren, wenn sie ein B (evaluative Gedanken, R.B.) fälschlicherweise als ein Gefühl etikettieren.*

Im folgenden Therapieausschnitt (Nr. 1: Ellis, 1993, 24; Anhang, S. 226, Z. 2-15) wird nun deutlich, dass - sollte ein Klient diese Trennung nicht akzeptieren - elenktische Dialoge sogar *vor* der eigentlichen Disputation notwendig sind, um den Klienten auf einer Metaebene davon zu überzeugen:

K: *Aber im Grunde hat sich an meinem Gefühl nichts geändert - dass an mir etwas faul ist, etwas, woran ich nichts ändern kann und das die anderen sehen können. Und ich weiß nicht, wie ich gegen dieses Gefühl ankämpfen soll.*

Ellis: *Aber dieses „Gefühl“, wie Sie es nennen, ist nur Ihre Meinung - sind Sie sich dessen bewusst?*

K: *Wie kann mein Gefühl bloß eine Meinung sein? Ich fühle das wirklich. Ich kann es nicht anders beschreiben denn als Gefühl.*

Ellis: *Ja, aber Sie fühlen das, weil Sie daran glauben. Wenn Sie beispielsweise fest davon überzeugt wären, dass Sie in Ordnung sind, trotz aller Fehler, die Sie gemacht haben und im Leben noch machen werden, und obwohl andere Leute, etwa Ihre Eltern, meinen, dass Sie nicht in Ordnung sind; wenn Sie davon wirklich überzeugt wären, würden Sie sich dann auch minderwertig fühlen?*

K: *- Ah. Hmm. Nein, ich glaube, Sie haben recht; wahrscheinlich würde ich mich dann nicht so fühlen.*

Im weiteren Verlauf der Arbeit soll das Implementieren einer „Distanzierung“ noch kritisch hinterfragt werden. Möglicherweise bringt dieser Prozess nicht nur Vorteile, sondern hat auch seinen Preis. Zunächst aber benötigte die kognitive Therapie eine Methode, die geeignet war,

1. beim Klienten einen Zustand der Distanzierung und Dezentrierung zu erreichen,

2. den Klienten zu überzeugen, dass seine „Wahrheit“ in Wirklichkeit eine auf Prämissen aufgebaute Meinung ist,
3. dem Klienten seine dem Erleben zugrunde liegenden Kognitionen bewusst zu machen,
4. die Aufmerksamkeit des Klienten auf seine inneren Dialoge zu lenken.

Der „sokratische Dialog“ ist nun deshalb für den kognitiven Therapeuten interessant, weil mit ihm ähnliche Ziele verfolgt werden.

Zu den Zielen 1 und 2: Carpenter und Polansky (2002) konnten zeigen, dass der elenktische Dialog des Sokrates nicht nur verwendet wurde, um Einstellungen rund um das Thema „Tugend“ zu disputieren. Sokrates nutzte die elenktische Form der Rede um die verschiedensten personalen Konzepte seiner Gesprächspartner in Frage zu stellen, die für den weiteren Verlauf seiner „Besprechungen“ hinderlich gewesen wären. Im Dialog Charmides versucht Sokrates den Gesprächspartner davon zu überzeugen, dass „Empfindungen“ auch verbalisierbar sein müssen (Charmides, 159a). Diese Prämisse ist für das ganze sokratische Vorhaben Voraussetzung. Ähnlich wie in der REVT gilt: was nicht verbalisiert wird, kann schlecht disputiert werden.

Aber auch für die **Ziele 3 und 4** ist die Form des sokratischen Dialogs nützlich. Die meisten Gesprächspartner von Sokrates haben sehr starke Überzeugungen, die im Sinne des Einstellungskonstrukts (Rosenberg & Hovland 1960, 3) als „predispositions to respond to some class of stimuli with certain classes of response“ beschrieben werden können. Gemeint sind also relativ stabile assoziative Reiz-Reaktions-Verknüpfungen, die in ihrer hohen Verarbeitungsgeschwindigkeit im Erleben den Eindruck des Unwillkürlichen und Selbstverständlichen hervorrufen[13]. In der Terminologie der REVT[14] entspricht dies einer „A-C Verbindung“, wobei A für „activating event“ und C für „emotional and behavioral consequences“ steht (Schwartz, D. 2002, 26). Wie im zweiten Kapitel beschrieben, besteht nun die Intention des Sokrates gerade darin, eine vorschnelle, automatisch-reaktive Urteilsbildung zu unterbrechen und stattdessen im Prozess der „regressiven Abstraktion“ die der Urteilsbildung vorgeschalteten Prämissen wieder neu ins Bewusstsein zu

[13] vgl. das Konzept „Mindfulness“ bei Langer et al. (1981, 1985, 1986; Langer 1989, 1997). Voraussetzungen für “Mindfulness” sind: (1) openness to novelty; (2) alertness to distinction; (3) sensitivity to different contexts; (4) implicit, if not explicit, awareness of multiple perspectives; (5) orientation in the present (Langer 1997, 23).

[14] Ellis formuliert im sog. „ABC-Modell“ seine Erklärung zur Aktualgenese von Emotionen. „A“ steht dabei für die reizauslösende Situation, die Wahrnehmung und die Interpretation dieser Situation; „B“ steht für die kognitiven Grundannahmen; „C“ steht für Konsequenzen auf der Emotions- und Verhaltensebene (Siehe Abb. 3).

rufen. Euthyphron erfährt, dass sein Vater einen Sklaven getötet hat (A)[15] und zeigt diesen wegen fahrlässiger Tötung an (C). Zwischen Ereignis und Reaktion des Euthyphron steht dessen Lebensphilosophie (Belief, B), konkret dessen Konzeption von „Frömmigkeit", die im weiteren Dialog mit der „Was-ist-das"-Frage" „textfokussiert" erkundet wird. Die Antwort „Frömmigkeit ist das was ich tue" (5d) zeigt, so Martens (1992, 85), dass der Gesprächspartner „keine kritische Distanz gegenüber seinem eigenen Handeln einzunehmen vermag". An dieser Stelle möchte ich jedoch vor der Interpretation warnen, Euthyphron sei zu einer kritischen Auseinandersetzung nicht *willig*, weil er keine Einsicht in den Begründungszusammenhang seiner Urteile hätte[16]. Langer & Weinman (1981) konnten zeigen, dass die Leistungsfähigkeit von Personen dann besonders beeinträchtigt wird, wenn sie über vertraute, aber bisher unreflektierte Inhalte reden müssen. Mit der Frage nach dem Allgemeinen, schafft Sokrates eine Dissoziierung, die eine kritische Überprüfung erst ermöglicht. Im Therapiebeispiel 2 (Ellis 1994c, Anhang, S. 232 ff.) entschließt sich eine Tochter aus dem elterlichen Haus auszuziehen (A), doch ihre starke Schuldgefühle (C) werden zur Belastung. Die Klientin erlebt die Verknüpfung von Ereignis und emotionaler Reaktion als unwillkürlich („that's something that I don't have under control", Anhang, S. 232, Z. 48-49), was sie wiederum beängstigt. Ellis zielt auf die subjektive Theorie der Klientin, in der Terminologie der REVT auf ihre „Philosophie", analog zur sokratischen Frage „Was ist das – eine gute Tochter?". Ellis stellt allerdings nicht die sokratische „Was-ist-das"-Frage, also die Frage nach dem Allgemeinen, sondern er stellt – ähnlich hartnäckig - die Frage nach dem „Müssen":

> *Why do you **have to** stay to stop them from being miserable?* (ebd., Z. 22-23)

Dieses "müssen" repräsentiert auf verbaler Ebene die Zwangsläufigkeit der A-C Verbindung. Ähnlich wie Sokrates, vor dem nichts Allgemeingültiges sicher war, stellt auch Ellis jegliches „muss" in Frage.

3.2.2 Das Konzept des „Demandingness"

In den absolutistischen Forderungen an sich („Ich muss perfekt sein"), an andere Menschen („ X muss mich zuvorkommend behandeln") sowie an situative Umstände („Die Welt muss so sein, wie ich das will") – glaubt Ellis seit den 90er Jahren einen zentral verursachenden Faktor für neurotisches Erleben und Verhalten

[15] ich verwende hier die Kategorien in der Logik der kognitiven Verhaltenstherapien, sowie zur Vereinfachung deren Abkürzungen. Ich bin mir bewusst, dass diese Kategorisierung einer postkognitiven Emotionstheorie entspricht.

[16] z.B. Martens 1992, 94. Martens vermutet Widerstand, weil „er von seinem Interessensstandpunkt her Behauptungen aufstellt, ohne die erforderliche Begründung zu liefern".

entdeckt zu haben (Ellis 1994e, 135 f.). Das Konzept des „Demandingness[17]“ wird für ihn zum Alleinstellungsmerkmal der REVT in Abgrenzung zu den übrigen kognitiven Therapien (Ellis 1997, 16). Die sokratische „Was-ist-das“-Frage und das Ellis'sche Konzept des „Demandingness“ haben mehr Gemeinsamkeiten, als man auf den ersten Blick vermutet. Kann doch der sokratische Dialog der Antike als Prüfverfahren verstanden werden, um unberechtigte Handlungsimperative bewusst zu machen und ausschließen zu können (Maranhao 1986, 155). Das Revolutionäre im sokratischen Vorgehen liegt ja gerade darin, assoziative Verknüpfungen zu lösen, die durch die Internalisierung gesellschaftlicher Werturteile entstanden sind und in ihrer unüberprüften Form den Fortbestand kultureller Werte, Normen und Rollen sichern sollen. Dies führt dazu, dass in den sokratischen Dialogen selbstverständlich erscheinendes Allgemeingut in Frage gestellt wird. So wird beispielsweise hinterfragt, ob „man“ …

- Böses mit Bösem vergelten *muss* (Kriton, 48b-49c),
- als guter Redner sicher auftreten und etwas darstellen *muss* (Gorgias),
- ein langes Leben anstreben *muss* (Kriton, 48a ff.).

Sokrates könnte Euthyphron ebenso gut fragen, warum er seinen Vater verklagen *muss* und dieser könnte mit den Göttermythen als Begründungsinstanz für gerechtes und frommes Handeln antworten. Begriffe wie „müssen“, „sollen“ und „notwendig sein“ drücken als Modaloperatoren der Notwendigkeit verinnerlichte präskriptive Regeln aus (Grochowiak & Heiligtag 2002, 112). Diese implizieren das Vorhandensein einer realen oder fiktiven Autorität sowie mögliche negative Konsequenzen bei Nichteinhaltung dieser Regeln. Weidle und Wagner (1982) konnten durch die Methode des lauten Denkens zeigen, dass imperierende Selbstgespräche von Probanden häufig die Form von absoluten Befehlen annehmen unter Tilgung eben dieser Informationen. Die Bewusstmachung dieser Informationen schafft dann erst die Voraussetzung für den Prozess der Distanzierung und Dezentrierung. Wie im antiken Dialog werden die Klienten im therapeutischen Prozess herausgefordert, ihre Autoritätsinstanzen kritisch auf Aktualität und Stimmigkeit zu hinterfragen. Mit dieser Schwerpunktsetzung kommt Ellis dem sokratischen Dialog noch näher als vergleichbare kognitive Therapien (vgl. Kap. 2.3.1).

[17] Übersetzbar mit: „Absolutistische Forderungen“ a) an die eigene Person, b) an die Mitmenschen oder c) an die Welt. In der Tradition von K. Horney entspricht dies der „Tyrannei des Sollte“, Berne spricht in der Transaktionsanalyse von „Antreibern“, F. Perls in der Gestalttherapie von „Top-Dog“.

Starrheit und Destabilisierung

Nicht nur gesellschaftlich, sondern auch individuell erfüllen assoziative Verknüpfungen in ihrer „Starrheit“ eine stabilisierende Funktion, gefährden allerdings auch die Anpassungsleistung bei Veränderungsprozessen[18]. Aus metatheoretischer Sicht hat Therapie die Aufgabe, Prozesse von Stabilisierung und Destabilisierung in Richtung größtmöglicher Gesundheit je nach Direktivität zu begleiten bzw. aktiv zu beeinflussen (Revenstorf 1996a). Der sokratische Dialog kann dabei - wie in Kapitel 2 ausgeführt - durch Schaffung einer Distanzierung Voraussetzung für eine Destabilisierung schaffen. Seine Funktion, gesellschaftlich sozialisierte Normen und Werte auf ihre absolute (verallgemeinerbare) Gültigkeit hin zu überprüfen und in Frage zu stellen, kann therapeutisch genutzt werden.

3.2.3 Die Anatomie der kognitiven Struktur

Es ist bereits deutlich geworden, dass die kognitiven Therapien bald über die „inneren Selbstgespräche“ der Klienten hinaus, deren Lebensphilosophie in den Mittelpunkt des Interesses rückten:

> *Meine Patienten waren nicht bloß in ihrer frühen Kindheit mit irrationalen, falschen Ideen von ihrer eigenen Wertlosigkeit überzeugt worden, sondern sie hielten als Erwachsene automatisch bzw. aus Trägheit an diesen Ideen fest. Genauer gesagt: wie das Menschen normalerweise tun, reindoktrinierten sie sich sehr aktiv und direktiv mit dem ursprünglichen Nonsens und sorgten so dafür, dass er weiterlebte und schließlich zu einem integrierenden Bestandteil ihrer Lebensphilosophie wurde.*
> (Ellis 1993, 22)

Sowohl Ellis als auch Beck wurden bewusst, dass jener „stream of consciousness“ (James, 1892) Ausdruck und Teil eines kognitiven Systems war. Er war abgeleitet von allgemeinen Prämissen, die wiederum Folge von gedanklichen Prämissen noch allgemeinerer Art waren. Am Ende dieser Gedankenkette stand meist eine Grundannahme von hohem Abstraktionsniveau.
Ausgehend von der Auffassung, dass „die häufigsten psychischen Störungen auf bestimmte Irrwege des Denkens zurückzuführen sind“ (Beck 1979, 179), interessierte sich Beck zunächst vor allem für die innere Logik dieser gedanklichen Ablei-

[18] vgl. Auswirkungen von „Kritischen Lebensereignissen“ (Filipp 1995). Aus biologischer Sicht: Hüther (1997): Untersuchungen zu Auswirkungen von unkontrolliertem Stress als Folge fehlender Anpassungsleistung auf Veränderungen neuronaler Verschaltungsmuster in limbischen und kortikalen Hirnregionen. Zusammenfassend: „Vereinfacht ausgedrückt heißt das: Unkontrollierbarer Stress kann veraltete, für neuartige Anforderungen unbrauchbare Bewertungs- und Bewältigungsmuster durch überwiegend degenerative Veränderung der ihnen zugrunde liegenden neuronalen Verschaltungen destabilisieren und auslöschen. Ein solcher Prozess geht, je länger er anhält, mit einer zunehmenden Labilisierung und der Gefahr einer Dekompensation des Individuums einher“ (ebd., 76).

tungen. Ellis hingegen betrachtete die Informationsverarbeitung nur als Oberfläche der jeweiligen fundamentalen Grundannahmen. Hauptziel der REVT ist bis heute,

> *dem Patienten Klarheit über seine eigenen menschlichen Grundeinstellungen bzw. sein Wertsystem zu verschaffen und diese Lebensprämissen radikal zu verändern. Dieser Versuch, die grundlegende Lebensphilosophie des einzelnen zu verändern, unterscheidet die tiefenwirksame von der oberflächlichen Therapie (…).* (Ellis 1993, 266, Hervorh. vom R.B.)

Dementsprechend gehören - wie in Abbildung 3 verdeutlicht werden soll - Wahrnehmung, Schlussfolgerung, Interpretationen und Bewertung (A1 - A4) zu den „aktivierenden Ereignissen" und sind im strengen Sinn nicht Ziel der therapeutischen Intervention. Das therapeutische Vorgehen zentriert sich auf das „belief-system" (B) der Klienten (Walen 1982, 56)[19]. Der Rational-Emotive Therapeut und Berater hält sich nicht lange mit den situativen Erzählungen des Klienten auf, sondern ist angehalten, rasch zu den zugrunde liegenden Prämissen vorzudringen[20].

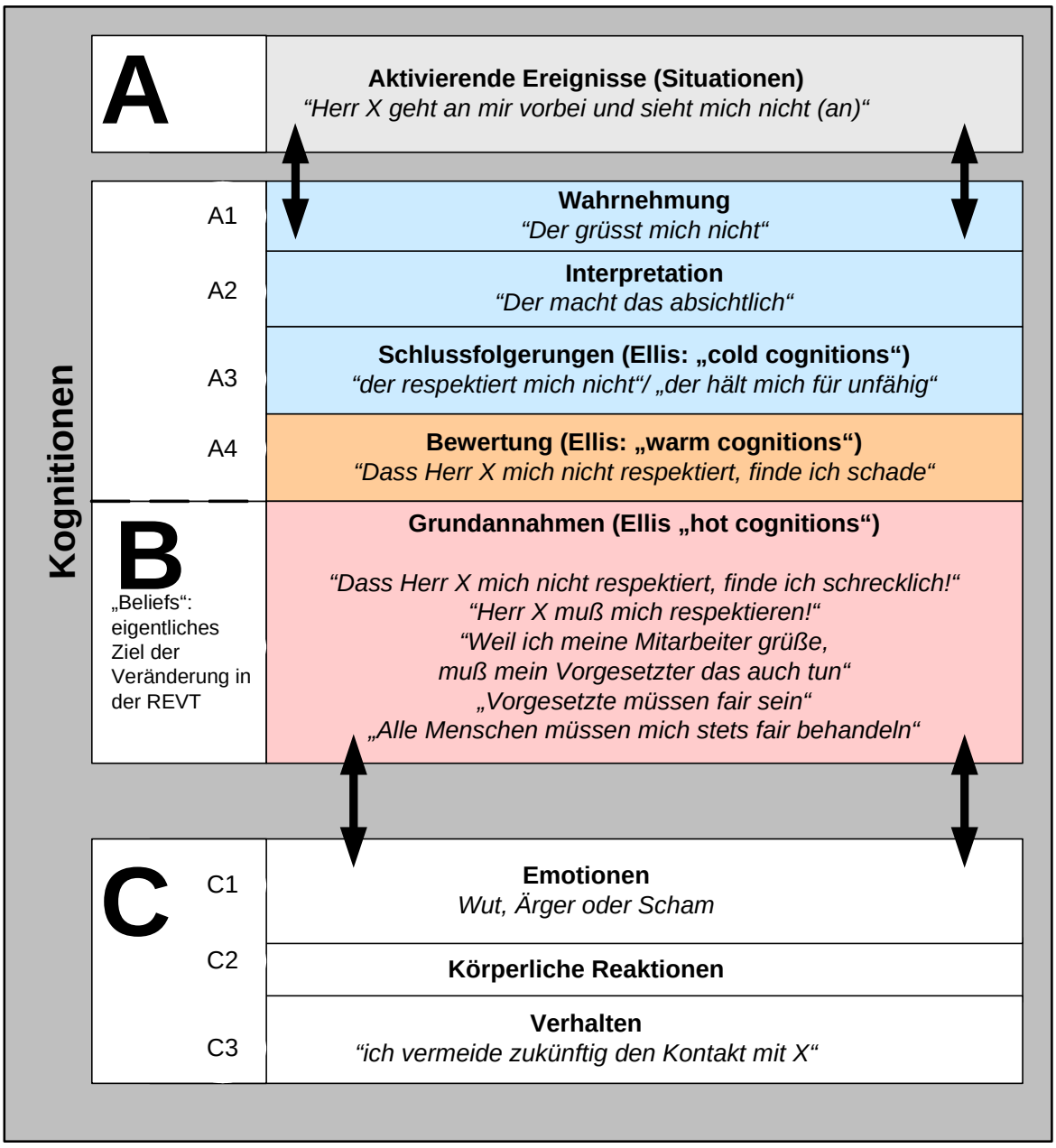
Dieses Ziel erfordert eine Methode, die geeignet ist, von den sinnlichen Wahrnehmungen der Klienten - in Form von narrativen Einzelerfahrungen - zu den regelbildenden Annahmen einer höheren Abstraktions- und Organisationsebene der kognitiven Verarbeitung zu gelangen. Es benötigt eine Methode, die nicht nur „innere Dialoge", sondern auch „kognitive Landkarten" (Korzybski 1933/1983) bewusst machen kann. An dieser Stelle wird besonders deutlich, warum gerade die REVT sich so explizit auf den sokratischen Dialog bezieht. Auch in der „regressiven Abstraktion" des sokratischen Dialogs geht man – wie im Kapitel 2 ausgeführt – von einem konkreten Urteil aus, zielt aber auf die „ultimate presuppositions" (Birnbacher 1999, 6). Wenn auch Platon im Rahmen seiner Ideenlehre mit der Frage nach dem „Wesen" eine außerpsychische Kategorie im Sinn hatte, so zielt doch die sokratische Frage - wie am Beispiel Charmides - nach „innen":

> *Noch einmal also, Charmides, sprach ich; und genauer aufmerkend schaue in dich selbst und beobachte, wozu dich die dir einwohnende Besonnenheit macht und (…) sage dann (…), als was sie dir erscheint.* (Charmides 160e; Hervorh. von R.B.)

[19] vgl. die Empfehlung von Walen (1982, 57): „Deshalb empfehlen wir dem Neuling der RET, dem Modell von Ellis zu folgen und die Infragestellung der Wahrnehmung von A zurückzustellen, bis er eine Zeitlang an den Bewertungen des Klienten gearbeitet hat." Dieses Vorgehen wird in der REVT auch als „elegante Lösung" bezeichnet. Als deutscher Vertreter der REVT schlägt Lotz (1995, 67-69) demgegenüber vor, „zunächst einmal die Ebene der Deskription und Interpretation disputierend zu überprüfen".

[20] vgl. IRET (1992). Student Evaluation Form: Im Bewertungsformblatt des IRET für therapeutische Gespräche von REVT-Studenten gilt als „Common errors: Let client discuss A`s in too much details". Hierzu auch R.S. Walen (1982, 57): „Eine übertrieben ausführliche Beschreibung des A ist unnötig, da der Fokus der Therapie auf dem B liegen wird, dem Bewertungssystem."

Abbildung 3: Das „ABC-Modell“ nach Ellis (1993, 1997) an einem Beispiel erläutert. Zentrales Disputationsziel in der REVT ist das „B“ - die „Philosophie“ des Klienten - nicht A1 - A4.



3.2.4 Strategien der „regressive Abstraktion“ am Beispiel eines Beratungsgesprächs von A. Ellis

Zu fragen ist nun, mit welchen Strategien die REVT zu den „ultimate pressuppositions“ vordringt und sich dabei am antiken Vorbild orientiert. Im Therapiebeispiel 2 (Anhang, S. 231-232) führt Ellis die Klientin hartnäckig auf die zentrale Frage des „müssens“ zurück:

> *But why **must you not** leave your parents and help make them unhappy*?
> (Anhang, S. 231, Zeilen 16,17)

Ellis wiederholt diese Frage drei Mal (Anhang, S. 231, Zeilen: 16/17; 22/23; 28/29). Die Antworten lauten sinngemäß:

1. Ich könnte meinen Eltern helfen (Zeile 18),
2. es macht mich traurig sie so deprimiert zu sehen (Zeile 24),
3. ich könnte mich schlecht fühlen und das könnte mein Leben ruinieren (Zeilen 30-33).

Während die ersten Antworten eher altruistische Werte nahe legen, wendet sich mit der 3. Antwort überraschenderweise die Perspektive von der Besorgnis um das Wohlergehen der Eltern zur Besorgnis um das eigene Wohlergehen. Das Explikationswissen für Klientin und Therapeut wurde erweitert. Dies könnte jetzt ein Hinweis darauf sein, dass mehrere Grundannahmen zu disputieren sind. Nicht nur 1.) Ich muss eine gute Tochter sein; und 2.) Eine gute Tochter trägt zu jeder Zeit Verantwortung für die Stimmung der Eltern, sondern auch 3.) Ich werde wie meine Eltern ein Opfer meiner Gefühle werden oder 4.) Ich kann das Gefühl von Traurigkeit nicht aushalten. An dieser Stelle sei nur angemerkt, dass Ellis hier Ansätze von lösungsorientiertem Denken konsequent ignoriert. In Zeile 19/20 spricht die Klientin von einer möglichen Lösung:

> *And that’s exactly the reason why I have to leave on the other side.*

Was an dieser Strategie ist typisch sokratisch? Vom Modell der logischen Ebenen aus betrachtet, zwingt sowohl die „Was-ist-das“-Frage als auch die Frage nach dem „muss“ in ihrer penetranten Hartnäckigkeit die Gesprächspartner dazu, ihre Aufmerksamkeit auf eine höhere Ebene ihrer kognitiven Organisationsstruktur zu lenken. Warum Ellis sich schließlich für die Disputation der ersten Grundannahme „Ich muss eine gute Tochter sein“ entscheidet, wird später noch genauer untersucht werden müssen.

Vorschlag einer regressiven Abstraktion nach sokratischem Vorbild

Alternativ zum dargestellten Weg könnte eine „abstrakte Regression“ durchaus „sokratischer“ geführt werden. Sie könnte sich wie im Kapitel 2.3.2 beschrieben so darstellen (vgl. Abb. 4):

1.) Der Dialog orientiert sich am wichtigsten Wert der Klientin, z.B. „eine verantwortungsvolle Tochter“ zu sein. Im **Modell der logischen Ebenen** entspräche dies der **Ebene 5** (aus platonischer Sicht der **Ebene 6**).

2.) Wie im antiken Dialog stellt der Therapeut die „Was-ist-das“- Frage: „Was ist das: Verantwortlichkeit?“ oder: „Was ist das? Eine gute Tochter.“

3.) Die Klientin würde auf **Ebene 1** mit ihrem Verhalten in ihrer konkreten Situation antworten: „Bei meinen Eltern bleiben und für sie sorgen“.

4.) Der Therapeut könnte nun – wie Sokrates – darauf verweisen, dass er eine allgemeinere Antwort (auf **Ebene 4**) erwartet hätte.

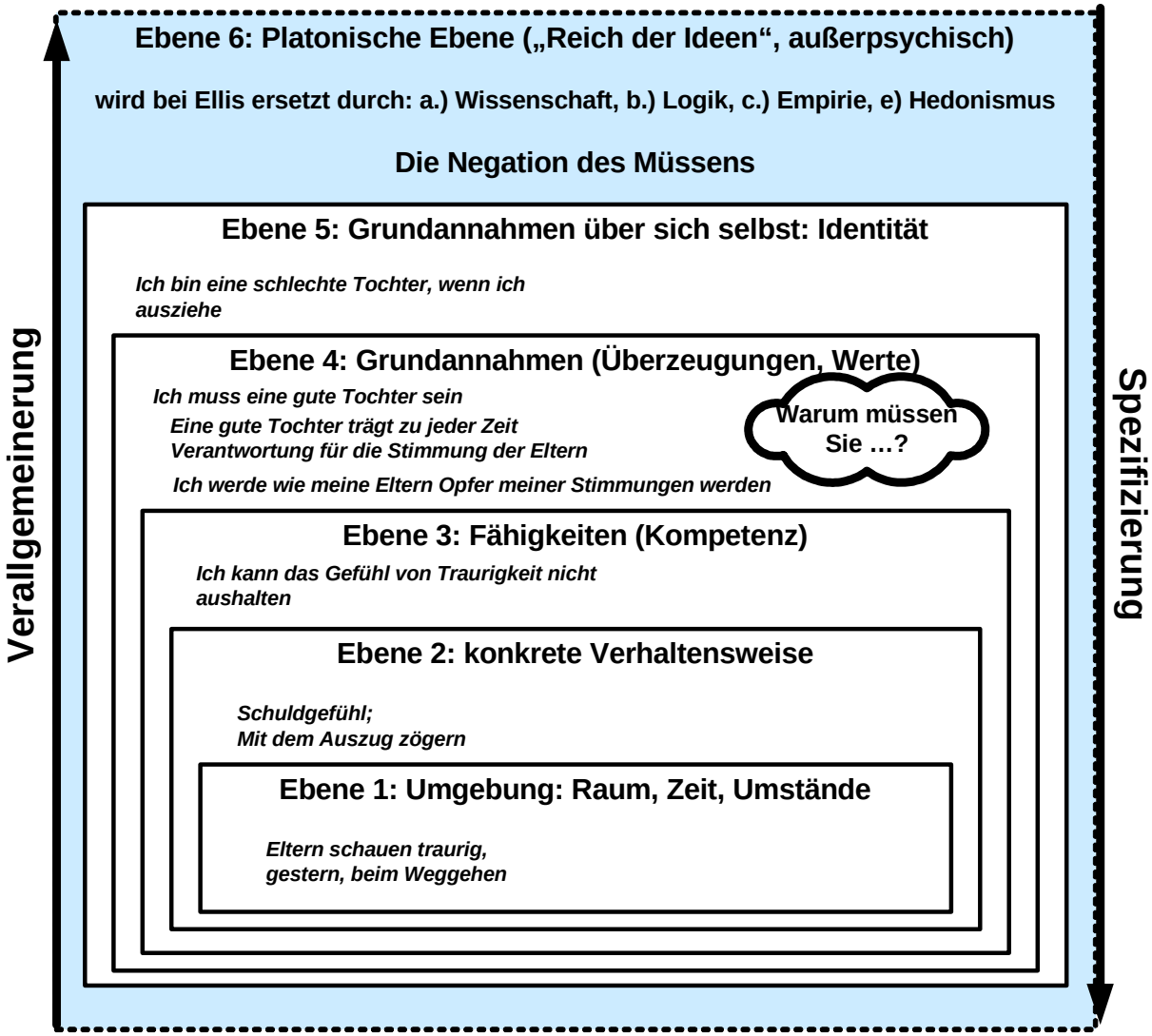
5.) Die Klientin könnte das semantische Merkmal „fürsorglich“ nennen.

6.) Der Therapeut könnte nun auf **Ebene 1 und 2** Beispielsituationen erarbeiten,

   a. in denen jemand „fürsorglich“ ist und doch „verantwortungslos“ handelt,
   b. in denen jemand „sich selbst gegenüber fürsorglich“ ist und gerade damit „verantwortlich“ handelt,
   c. in denen der Klient dem Wunsch der Eltern eher entspricht, wenn er seinem eigenen Leben gerecht wird.

Dieses Vorgehen wäre zwar zutiefst „sokratisch“, aber nur dann zielführend, wenn „Verantwortlichkeit“ wirklich einen hohen Wert für die Klientin darstellt. Sollte der Wert „Freiheit von negativen Gefühlen“ hier zentral sein, könnte die Disputation ins Leere gehen. Im platonischen Dialog geht man zwar davon aus, dass die aretē gesellschaftlich verpflichtend auch dem individuell höchsten Wert entspricht. Doch angesichts der sophistisch gezeichneten Gesprächspartner muss auch Sokrates - zumindest rhetorisch - fragen, ob sie denn die „Tapferkeit“ „unter die vortrefflichen Dinge rechnen“ (Laches 192c).

Abbildung 4: „Elenktik“ und „regressive Abstraktion“ in einem Beratungsgespräch mit A. Ellis am Modell der logischen Ebenen (nach Batseon 1990; Jochims 1995; Dilts 2002). Referenzpunkt ist eine postmoderne Negation des Müssens.



3.2.5 Das Primat der Kognition in der Störungstheorie der REVT

Ellis formuliert 1956 die zentrale Prämisse seiner RT, die besagt,

> *dass der Mensch sowohl ein immens rationales als auch ein unerhört irrationales Wesen ist; dass seine emotionalen oder psychologischen Störungen weitgehend eine Folge seines unlogischen oder irrationalen Denkens sind; und dass er sich weitgehend von seinem emotionalen bzw. psychischen Leidensdruck, seiner Ineffektivität und seinen Schwierigkeiten befreien kann, wenn er lernt, sein rationales Denken zu maximieren und ein irrationales Denken zu minimieren.* (Ellis 1993, 35)

Wenn Ellis betont, die Schwierigkeiten seiner Klienten seien die „Folge" verzerrter Wahrnehmung und unlogischen Denkens hat dies mehrere Implikationen. Zunächst vertritt er damit eine postkognitive Konzeption von Emotionen (Mahoney 1977, 197). Immer wieder betont er, wie stark seine Störungstheorie von der stoischen Philosophie geprägt wurde (Ellis 1993, 49). Die stoische Lehre von der kognitiven Struktur der emotionalen Befindlichkeit findet sich in vollem Umfang in den theoretischen Formulierungen von REVT wieder (Hoellen 1986; 3, 150). Epiktets Formulierung, nicht die Dinge beunruhigten den Menschen, sondern dessen Vorstellungen, wird geradezu zu einem Markenzeichen und Leitsatz der REVT und zugleich Essenz der „ABC-Theorie". Was in vielen kritischen Darstellungen der REVT, zum Beispiel bei Robertson (2000) verkannt wird: Bereits in seinen ersten Darstellungen der „RT" vertritt Ellis eine reziprok determinierte Konzeption von Emotion, Kognition, Wahrnehmung und Verhalten, die er in vieler Hinsicht als „essentiell identisch" betrachtet (Ellis 1958; 1993, 44)[21]. In seiner „revidierten ABC-Theorie" Anfang der 90er Jahre betont er noch einmal die interdependente Beziehung zwischen A (activating event), B („Belief-System), und C (emotional consequences) und erklärt, sie als getrennte Prozesse zu definieren, sei „höchst selten, wenn überhaupt, (…) korrekt" (Ellis 1994). Dennoch ist meiner Meinung nach das typisch therapeutische Vorgehen, sowie die Art der Vermittlung des ABC-Modells für Klienten und Rezipienten näher an einer postkognitiven Auffassung als an einer reziprok determinierten. Hierzu Schwartz:

> *Despite the inclusion of a general interactive statement, the lack of specific hypotheses that place affect or behaviour in a primary role suggest that RET is in actuality a cognitive primacy theory with a formally undeveloped interactionist stance. This position tends to result in unicausal hypotheses of a cognitive primacy nature, to reduce affect to cognition, thus discouraging further conceptual distinctions, and to limit therapeutic practice by promoting a uniformity myth.* (Schwartz, R.M. 1984, 224)

[21] „in meinem ersten Vortrag über die REVT (…) sagte ich insbesondere, dass die Kognitionen, die Gefühle und die Verhaltensweisen von Menschen nicht voneinander getrennte Prozesse sind, sondern dass sie Teil einer organismischen oder holistischen Interaktion sind." (Ellis 1997, 75). Den überarbeiteten Vortrag auf der Jahresversammlung der American Psychological Association von 1958 findet sich bei Ellis, 1993, S. 34-53.

Aber auch in der aktuellen Self-help-Literatur[22] und den Therapiedemonstrationen von Ellis (1994c) lautet die Botschaft „Sie fühlen sich so, weil Sie so denken“ und nicht etwa „Sie denken so, weil Sie sich so fühlen“. Dies hat mehrere Gründe:

1. **Erklärungskraft und paradigmatische Dominanz des Appraisal Ansatzes**. Das Emotionskonzept von Ellis (1956) betont in Übereinstimmung mit Magda Arnold (1960) vor allem die Bewertungskomponente und gehört damit zu den typischen „Appraisaltheorien“ (z.B. Frijda 1986; Lazarus 1991; Lazarus & Smith 1988; Oatley & Johnson-Laird 1987; Ortony, Clore & Collins 1988; Roseman 2001; Roseman, Antoniou & Jose 1996; Roseman, Spindel & Jose 1990; Scherer 1984 a,b, 1988; Smith & Ellsworth 1985; Smith & Lazarus 1993; Weiner 1985). Diese reklamieren eine hohe Erklärungskraft für interindividuelle Unterschiede und intraindividuelle Stabilität emotionaler Reaktionen und gehören - zusammen mit den evolutionsbiologischen - derzeit zu den „einflussreichsten psychologischen Theorien der Emotion“ (Mitmansgruber 2003, 33; vgl. auch die Kritik von Ulich & Mayring 2003, 75, 76-83, 86).

2. **Vereinfachung des Modells für den Klienten.** Hoellen (1992) spricht von „Gründen der therapeutischen Zeckmäßigkeit“ wenn Ellis (z.B. 1988) die kausale Verbindung überbetone, um den Klienten ein vereinfachtes Modell anzubieten.

3. **Kompatibilität des Appraisal-Ansatzes mit Alltagstheorien**. Mit ihrer Prämisse „appraisal als vorausgehende Bedingung von Emotion“ kämen diese Ansätze, so Parkinson (1995, 28) „einer common-sense Theorie der Emotion“ sehr nahe. Gerade die Akzeptanz des Beschreibungsmodells durch den Klienten gehört nach Grawe (1994b; 2000, 21 f.) zur Ressourcenorientierung und damit zu den wesentlichen therapeutischen Wirkprinzipien. Hier gilt allerdings zu hinterfragen, ob es eine universelle oder zumindest westlich kulturelle Akzeptanz dieses Modells wirklich gibt, oder ob die naiven Emotionstheorien erfahrungs- und persönlichkeitsabhängig sind. Befunde über die Bedeutsamkeit des Wirkfaktors „subjektive Theorien“ machen hier weitere Untersuchungen notwendig (Duncan & Miller 2003). Zudem möchte ich darauf zurückkommen, dass für viele Klienten das Erleben der Unmittelbarkeit emotionaler Prozesse ein Kriterium für „Echtheit“ darstellt (Ulich & Mayring 2003, 60), während das „ABC-Modell“ in seiner logischen Schlüssigkeit vielleicht der intellektuellen Ak-

[22] zum Beispiel im Rational-Emotiven Lebenshilfebuch von Schwartz, D. (2002, 24): „Irrationale Ideen führen zu emotionalen Störungen. Deswegen bewahrt eine rationale Sichtweise der Welt vor neurotischen Problemen“. Siehe auch Walen (1982, 17): „Die RET Ist in dieser Hinsicht vermutlich einzigartig, weil ihr Interesse der kognitiv-emotionalen Wechselwirkung gilt. Das grundlegendste Prinzip der rational-emotiven Theorie besagt: Die Kognition stellt den wichtigsten Bestimmungsfaktor der menschlichen Emotion dar. Einfach ausgedrückt: Wir fühlen, was wir denken!“

zeptanz genügen mag. Welche Kriterien für welche Personengruppe welche Überzeugungskraft haben, dürfte auch von der individuellen Präferenz der jeweiligen Klienten abhängen (vgl. Grawe 2000, 30).

4. **Die Wahl des Emotionskonzeptes und dessen Auswirkungen.** Auch wenn die übergeordnete „revidierte ABC-Theorie“ der REVT eher eine interdependente als eine postkognitive Emotionskonzeption postuliert, führt ein Emotionsverständnis im Sinne des Appraisal-Ansatzes schnell zu einem Vorrang des Kognitiven. Wie viele Appraisal-Theoretiker betrachtet auch Ellis „appraisals“ als notwendige und hinreichende Bedingung für die Auslösung von Emotionen. Die „bewertende Komponente“ tritt in den Vordergrund, andere, nicht-evaluative Komponenten werden zweitrangig[23]. Nun kommt hinzu, dass Ellis nur jene evaluativen Komponenten für therapeutisch relevant hält, die er als „irrational“ und „unlogisch“ definiert, so zum Beispiel ein absolutistisches Fordern in der sprachlichen Formulierung des „muss/sollte“. Diese semantische Füllung begründet zusätzlich den Vorrang des Kognitiven und legt den Einsatz verbaler Interventionen auf rationaler Ebene, wie des sokratischen Dialogs, nahe.

5. **Kognitive Schemata.** Sowohl bei Ellis als auch bei Beck haben „kognitive Schemata“ (Beck & Freeman 1993) - wenn sie aktiviert sind - einen eigendynamischen Steuerungscharakter und ziehen „eine systematische Verzerrung in der Informationsverarbeitung nach sich“ (ebd., 28). Will man dauerhaft etwas verändern, so die Argumentation, ist eine Veränderung dieser Schemata auf kognitiver Ebene unumgänglich. Der Mathematiker Cassius Keyser (1927) postuliert diese Sichtweise lange vor Korzybski (1933):

   we have the freedom (in accord with the laws of thought) to choose our assumptions, but once chosen, the consequences follow with a "logical fate“. (Read, A.W. 1975, 244)

   Ellis leugnet nicht „die potenzielle Wirksamkeit anderer legitimer Methoden der Einflussnahme auf das gestörte menschliche Gefühlsleben“ (Ellis 1993, 38), sieht aber in den Methoden der kognitiven Umstrukturierung die effektivste, weil dauerhafteste Möglichkeit der generalisierenden Einflussnahme auf Emotion und Verhalten.

[23] vgl. Ellis (1993, 44): „Ein Großteil dessen, (wenn auch nicht alles), was wir als Emotionen bezeichnen, scheinen mithin Urteile bzw. Bewertungen zu sein, die a) aufgrund früherer Wahrnehmungen oder Erfahrungen stark verzerrt oder voreingenommen sind; die b) sehr subjektiv und c) oft von starken körperlichen Reaktionen begleitet sind, und die d) den Betreffenden häufig zu positiven oder negativen Handlungen veranlassen.“

6. **Der philosophische Einfluss**. Während die Referenz auf philosophische Vorbilder wie Epiktet bei anderen kognitiven Therapien oft nur den Eindruck von schmückendem Beiwerk hat, darf dieser Einfluss gerade bei Ellis nicht unterschätzt werden:

   Dieses Prinzip (…) war vor mir bereits von den Philosophen der Stoa erkannt und formuliert worden, speziell von Zeno aus Kition (dem Begründer der Schule), Chrysippus, Panaitios aus Rhodos (der den Stoizismus in Rom bekannt machte), sowie von Cicero, Seneca, Epiktet und Mark Aurel. Die Erkenntnisse der Stoiker wurden vielleicht am klarsten von Epiktet dargelegt. (Ellis 1993, 49)

   Nach Hoellen (1986, 154 ff.) zeigt sich die Übereinstimmung der REVT mit den Stoikern nicht nur im postkognitiven Emotionsverständnis, sondern auch

   - in der Einteilung von Affekten in krankhafte, unberechtigte und negative Gefühle auf der einen und gute, berechtigte Gefühle auf der anderen Seite,
   - in einer skeptischen Grundhaltung Gefühlen gegenüber, weil sie die innere Selbstbestimmung des Menschen und dessen Ausgeglichenheit gefährden (Hoellen 1986, 36),
   - in der Entwicklung von antiken Übungen zur Gelassenheit, so zum Beispiel der „Prämeditation“, die der „Schlimmsten-Fall-Methode“ in der REVT entspricht (vgl. Walen 1982, 128).

Die Rolle der Emotionen in der REVT

Vor allem der letzte Punkt macht deutlich, dass die Emotionsauffassung der REVT - verbunden mit dem hedonistischen Kalkül (vgl. Kapitel 3.2.2) - doch sehr stark am „Optimierungsinteresse“ orientiert ist (vgl. Ulich & Mayring 2003, 55). Für ein Emotionsverständnis im psychotherapeutischen Kontext mag dies zunächst ja auch nahe liegen. Klienten kommen nicht zuletzt deshalb in die Therapie, weil sie ihre aktuellen Emotionen als belastend erleben. Doch hier ist Vorsicht geboten: Vielleicht ist ja gerade dieses Emotionsverständnis ein Teil des Problems? Wenn Emotionen nur noch durch ihre Anpassungsleistung als „angemessen“ bzw. „unangemessen“ oder „schädlich“ definiert werden (Walen 1982, 68; Keßler & Hoellen 1982, 13; Ellis 1997, 28), bleiben vielleicht gerade jene „positiven“ Erlebniskomponenten von Gefühlen unbeachtet, die als Ressource für eine notwendige Balance im Klienten sorgen könnten. Eine „salutogenetische“ Sichtweise ist aber auch innerhalb der Forschungsgemeinschaft erst in den letzten Jahren ins Blickfeld der Aufmerksamkeit geraten. Ähnlich verhält es sich mit dem Interesse an „positiven“

Gefühlen (vgl. Friedlmeier 1993, 1). Der Vorwurf, die REVT sei „gefühllos und unemotional“ (vgl. Jaeggi 1982) trifft meines Erachtens jedoch aus folgenden Gründen nicht zu: Trotz ihrer relativ gleich bleibenden Grundbotschaft, hat sich die REVT seit ihrer Entstehung auch beständig erneuert. Die „RT“ wird zunächst zur „RET“, weil sie der mittlerweile verbreiteten Meinung entgegenwirken will, sie sei eine rein „intellektuelle“ Therapie und befasse sich nicht mit „Gefühlen“ (Ellis 1994d). Tatsächlich ist die REVT einer der wenigen Therapien, die eine explizite Emotionstheorie transparent formuliert (Schelp & Kemmler 1988, 78). Auch gibt es im therapeutischen Prozess keinen Mangel an erlebbaren Gefühlen, man denke nur an die „Shame-Attacking-Exercises[24]“, die Bedeutung des Humors und der Einsatz von „emotiven Methoden“. Es bleibt jedoch ein Kritikpunkt: Die „emotiven Methoden“, wie zum Beispiel die Rational-Emotive Vorstellungsübung (REI) haben vor allem eine disputative Funktion. Der Klient erlebt beweisbar, dass er durch Veränderung seines Denkens eine emotionale Veränderung hervorrufen kann. Immer wieder wurde auch innerhalb der REVT ein Umdenken gefordert, Emotionen nicht nur als „abhängige Variable unseres Denkens“ (Schwartz 1984, 224) zu betrachten (Hoellen 1986, 36-41; Eschenröder 1985, 60) und sich den „explosionsartig gewachsenen Erkenntnissen der Emotionsforschung zu stellen“ (Ellis & Hoellen 1997, 29; vgl. Hoellen 1986, 127-134).

Im Kapitel 3.3.2.1 möchte ich aufzeigen, dass sogar der Einfluss von Alfred Korzybski dazu hätte führen können, eine gestaltherapeutische „Achtsamkeit“ gegenüber dem kienästhetischen Erleben - theoretisch gerechtfertigt - zu integrieren. Im 4. Kapitel stellt sich dann die Frage, in welcher Weise die systemisch hypnotherapeutische Methode der Teilearbeit mit Emotionen umgeht.

3.3 Die elenktische Disputation im therapeutischen Dialog

3.3.1 Logisch analysieren, semantisch zerpflücken, philosophisch attackieren: Destabilisierung durch Falsifikation

Die Schlussfolgerung, die Ellis aus seiner Störungstheorie zog, ist zunächst nahe liegend: Die methodische Intervention sollte auf der gleichen Ebene ansetzen, auf der sich das Problem manifestiert (Selbstverbalisation) und auf der man die Problem aufrechterhaltenden Faktoren vermutet (fundamentale Glaubenssätze) (Ellis

[24] Risikoübungen oder Übungen zur Bekämpfung peinlicher, schambehafteter Gefühle, sind eine wichtige Technik der REVT. Es handelt sich um Übungen, die bewusst zu dem Zwecke gemacht werden, sich ‚unmöglich’ zu benehmen, sich in den Augen anderer Leute der ‚Lächerlichkeit’ preiszugeben, Dinge zu tun, die ‚man nicht tut’, die Aufmerksamkeit vieler Leute auf sich zu ziehen etc.

1993, 88). Der Gedanke ist so einfach wie provozierend: „ (…) der Mensch ist in der einzigartigen Lage, sich sowohl in Schwierigkeiten hinein- als auch aus diesen herauszureden“ (ebd., 88). Die Ziele der REVT sind:

1.) Der Klient soll seine „irrationalen, widersprüchlichen und unrealistischen Wahrnehmungen und Gedanken“ erkennen (Ellis 1993, 100).
Der Therapeut soll dazu …

- die Grundprämissen freilegen (ebd., 267), schonungslos aufdecken (ebd., 88) und analysieren (ebd., 267),
- zum Kern der irrationalen Denkweise vordringen (ebd., 82).

2.) Der Klient soll dazu veranlasst werden, seine „Überzeugungen zu überprüfen und zu befragen“ (ebd., 89), „seine eigenen internalisierten Wertvorstellungen logisch zu analysieren, semantisch zu zerpflücken und philosophisch zu attackieren“ (ebd., 273). Der Therapeut soll …

- dem Klienten überzeugend klarmachen, warum und weshalb die Ängste irrational sind und äußerst ungünstige Folgen haben (ebd., 82),
- diese Annahmen geradeheraus und ohne Umschweife attackieren und entkräften (ebd., 81),
- als Gegenpropagandist dem Aberglauben und der selbstschädigenden Propaganda des Patienten widersprechen und diese widerlegen (ebd., 81),
- immer wieder gegen die irrationalen Auffassungen ankämpfen und diese ausrotten (ebd., 82).

Ich möchte an dieser Stelle auf die Ellis’sche Metaphorik des Kampfes aufmerksam machen, die wohl auch Jaeggi (1991, 42) nicht verborgen geblieben ist, wenn sie fragt:

> *Der Mensch als Kampfplatz zwischen Vernunft und Unvernunft. Zu fragen ist, dieser Tradition gemäß: Wie kommt dieser Kampf zustande? Wer wird siegen? Welche Mittel verhelfen der einen oder anderen Seite zum Sieg?*

Die Ellis’sche Diktion zeigt in eindrücklicher Weise das Ziel der REVT und begründet gleichzeitig die Wahl des sokratischen Dialogs. In der REVT geht es nicht nur um die Bewusstmachung von Denkweisen, sondern vor allem um deren aktive Widerlegung auf bewusster Ebene (Becker, V. 1989, 44*).* Die zentrale Prämisse ist dabei, dass bestimmte Auffassungen „bekämpft“ werden müssen um sie loszuwerden:

Erst nachdem er solcherart gelernt hat, seine eigenen negativen Autosuggestionen radikal zu bekämpfen, ist der Patient imstande, sich selbst eine richtigere und tragfähigere Lebensphilosophie zu suggerieren. (Ellis 1993, 273, Hervorh. R.B.)

Die Aufgabe der Psychotherapie ist es, ihnen den Glauben an ihre unvernünftigen Ideen zu nehmen und ihre selbstsabotierenden Einstellungen zu verändern. (Ellis 1993, 81, Hervorh. R.B.)

Diese Argumentation ähnelt den sokratischen Begründungen für die Notwendigkeit eines elenktischen Verfahrens mit falsifikatorischer Zielrichtung (vgl. Kapitel 2.4.3). Voraussetzung für seelische Heilung ist die Beseitigung falscher Wissensansprüche durch ihre Widerlegung. Nur wenn die „hinderlichen Wahnvorstellungen weggeräumt" (Sophistes 230a) seien, könne der Patient wahres Wissen erwerben. Sloterdijk (2002, 85) spricht von der Destruktivität sokratischer Maieutik. Der Rational-Emotive Therapeut benötigt also ein Instrumentarium, das ihm erlaubt die Auffassungen des Klienten zu prüfen und zu widerlegen. Dieses Instrumentarium findet sich in den kognitiven Therapien in Form der so genannten „Disputation" wieder, nach Ellis (1990, 105) ein „Hauptmittel" zur Problemlösung in der REVT. Doch auf welcher Grundlage kann so eine Disputation stattfinden? In den antiken sokratischen Frühdialogen ging es ja vor allem darum, dem Gesprächspartner zu zeigen, dass seine Aussagen unzulässige Verallgemeinerungen darstellen und dem Anspruch des „Allgemeinen" nicht gerecht werden. Im folgenden Kapitel wird es um die Fragen gehen, aufgrund welcher Kriterien eine Therapieform der Postmoderne eine Widerlegung bewerkstelligen will, wie sie das praktisch umsetzt und welche Möglichkeiten und Probleme sich daraus ergeben.

3.3.2 Kriterien einer elenktischen Disputation

3.3.2.1 Der Einfluss der „General Semantics" auf die REVT

Die verbale Ebene von Kommunikation ist für Ellis der entscheidende Veränderungsfaktor.

Jedesmal, wenn ein Mensch sich neurotisch verhält (…), sagt er sich zweifellos etwas verbal vor, (…). Und diese innere Verbalisierung ist es in erster Linie, was sein Unbehagen auslöst. (Ellis 1993, 258)

Auffallend ist, dass Ellis weder der nonverbalen Ebene, noch den kienästhetischen oder visuellen Metaphern seiner Klienten viel Aufmerksamkeit schenkt. Wörter und Definitionen sind für ihn von Interesse. Beispielhaft dafür kann folgender Auszug aus einem Beratungsgespräch (Ellis 1994c) stehen:

Ellis: *What´s your real feeling?*
K: *I feel very heavy …*

Ellis: *Very heavy, what would you call that heavy feeling?*
K: *I feel that I can't move any more, no move anymore, no energy.*
Ellis: *You feel clum, and would you say you feel guilty?*

Ein Gestalt- oder Hypnotherapeut hätte hier die Gelegenheit ergriffen, mit der köperbezogenen Metapher „heavy" des Klienten zu arbeiten. Für Ellis ist die präzise Benennung des Gefühls „guilty" entscheidend. Die Präferenz des Auditiven zeigt sich innerhalb der Therapie durch den starken Gebrauch von Selbsthilfeliteratur und Liedtexten. Biographisch hatte Ellis immer eine Affinität zum Schriftstellerischen (vgl. Yapko 1994). Dies mag auch ein Grund sein, warum Ellis - und damit die REVT - von den Ideen Alfred Korzybskis (1879-1950) und seiner Bewegung der „General Semantics" (GS) so wesentlich beeinflusst wurde (Ellis 1991b; Ellis & Hoellen 1997, 88). Nun lenkt die GS ganz ohne Zweifel ihre Aufmerksamkeit auf die verbale Seite der Kommunikation. Dass dies nicht zwangsläufig so sein muss, zeigt der Ansatz von Kodish & Kodish (2001, 2005): Mit ihren Wahrnehmungsübungen im Rahmen der GS trainieren sie das, was Korzybiski die „leise, unaussprechbare Ebene" bezeichnet hat. Ein Anliegen der GS ist es ja gerade, sich des Prozesses der sinnenhaften Wahrnehmung bewusst zu werden, in Abgrenzung zu Etikettierung, Bewertung und Interpretation. Somit hätte die GS auch zu einer Methode führen können, die Gendlin (1982) als „Fokusing" bezeichnet.

> *GS involves a practical and personal study of what we call our semantic or evaluational reactions. Evaluational reactions include non-verbal as well as verbal, 'thinking' and 'feeling' responses to any events, not just words and symbols*.
> (Kodish 2005)

Ähnlich argumentiert Babescu (1979, 57):

> *Those who associate general semantics with the study of language, and those for whom gestalt work means non-verbal expression (body feelings, tone of voice, posture, etc.) are missing much of the richness of each.*

Schließlich war es Korzybski selbst, der vor einer „Überbewertung der Sprache" warnte (Hochgerner 2004, 108). Sein Einfluss auf die Gestalttherapie zeigt sich dann auch im Prinzip des „Hier-und-Jetzt" (Babescu 1979). Trotz all dieser Beteuerungen und der theoretischen Möglichkeiten, ist die GS ein typischer Fall für den psychodynamischen Leitsatz „eine Idee, auf die man sich konzentriert, tendiert dazu, verwirklicht zu werden" oder in der Diktion Wittgensteins „Wenn man über eine Proposition „p" und ihre Verneinung „non p" spricht, so spricht man von demselben" (Foerster & Pörksen 1999, 22). Korzybskis Warnungen vor der unreflektierten Macht der Worte lassen gerade diese in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit treten. Seine Appelle für eine kontinuierliche Bewusstheit erschweren das Erleben eines assoziativen Zustands. Im so genannten „Meta-Modell" des Neuro-Linguistischen Programmierens, das im Wesentlichen auf den Grundlagen der

„Allgemeinen Semantik“ beruht (Walker 1996, 36), wird diese Überbetonung der bewusst-sprachlichen Ebene noch deutlicher. Doch im Gegensatz zu Ellis sorgte hier der Einfluss Gregory Batesons und Fritz Perls für eine Integration des Körperlichen (vgl. Perls 2002, 26 ff.). Bei Ellis jedoch führte die „General Semantics“ in Verbindung mit dem stoisch philosophischen Einfluss zu einer noch stärkeren Betonung des Verbalen.

Für Korzybski war der Mensch ein „semantisches Tier“, da er sich mehr als alle anderen Lebewesen an den Bedeutungen seiner selbst geschaffenen Worte und Begriffe orientiert, als an seinen Sinneswahrnehmungen. Die wesentlichen Aussagen der „General Semantics“ formulierte Korzybski bereits 1933 in seinem Hauptwerk mit dem bezeichnenden Titel „Science and Sanity“[25]:

1. Im Sinne einer „semantischen Reaktion“ handeln Menschen aufgrund ihrer kognitiven Modelle und weniger aufgrund ihrer sinnlichen Wahrnehmung.
2. Ebenso wie eine brauchbare Landkarte nicht das Gebiet ist, das sie darstellt, sondern nur eine dem Gebiet ähnliche Struktur hat, so sind kognitive Modelle umso brauchbarer je ähnlicher sie der realen Struktur der Welt entsprechen.
3. Diese Modelle werden unter anderem durch den Gebrauch von Sprache gebildet.
4. Da die Sprache unser wichtigstes Modellbildungsinstrument darstellt, führt der unreflektierte Gebrauch dieses Instruments zu inadäquaten Modellen.

Korzybski, stark beeinflusst von den wissenschaftlichen Neuerungen seiner Zeit, insbesondere von der Relativitätstheorie Einsteins, vertritt die Weltsicht eines Heraklit: Die Welt ist beständig im Fluss und einem beständigen Wandel unterworfen. Seine Schlussfolgerung: Je abstrakter der Sprachgebrauch, desto weniger können damit konstruierte Modelle den kontinuierlichen - vorwiegend in den Details erkennbaren - Veränderungen Rechnung tragen. Jede Abstraktion wird um den Preis einer gewissen Starrheit erkauft. Korzybski geht einerseits von einem ontologischen Realismus, andererseits vom Prinzip der „strukturellen Koppelung“ (Varela 1990) aus. Bedeutsam sind also nicht die Einzelerscheinungen sondern die Annahmen über die isomorph strukturellen Beziehungen dieser Einzelteile. Wirklich problematisch aber sah Korzybski den Prozess der „Identifikation“: Die begrifflichen Etiketten werden für den Sprecher zur Realität und entwickeln im Whorfschen Sinn eine wirklichkeitskonstruierende Eigendynamik (Korzybski 1933/1983, 373). Ähnlich gefährlich betrachtete er eine Identifikation mit sprachlichen Grenzen, die in der außersprachlichen Realität keine zwingende Entsprechung haben

[25] Korzybski (1933/1983).

(z.B. „somatisch“ und „psychisch“). Die Ursache für diese unreflektierten Identifikationsprozesse sah Korzybski im aristotelischen Denken, das im Fragen nach dem „Was ist“ die Aufmerksamkeit auf Gemeinsamkeiten lenkt und dabei Unterschiede vernachlässigt. Auf der anderen Seite war auch ihm bewusst, dass die Tilgung von Informationen zum sprachlichen Modellbildungsprozess gehören muss. Seine Lösung bestand in der Entwicklung eines „Neurolinguistischen Trainings (NLT)“[26] als Lernmodell einer viablen Erkenntnistheorie mit den folgenden Zielen (Korzybski 1951, 195 ff.):

- Bewusstwerdung und Prüfung des eigenen Sprachgebrauchs,
- Erkennen von unzulässigen Identifikationsprozessen,
- Erlernen eines differenzierteren Sprachgebrauchs unter Berücksichtigung der „getilgten“ Informationen (wie z.B. des raum- und zeitlichen Kontextes),
- Einübung in eine, den Ansprüchen von Wissenschaft genügende „extensionale Sprache“[27],
- Training semantischer Reaktionen von „Nicht-Identität“.

Diese Ziele wurden von Ellis begeistert aufgenommen: [28]

> *In den Jahren 1920 bis 1951 stellte Korzybski darüber hinaus einige ungewöhnliche Ideen vor, die ich von ihm und anderen Philosophen übernommen und in die REVT fest eingegliedert habe.* (Ellis 1997, 76)

> *Die REVT und die General Semantics sind beides psychoedukative Ansätze, um Menschen bei der Verbesserung ihrer persönlichen Probleme und ihrer interpersonalen Beziehungen zu helfen.* (Ellis 1997, 86)

[26] Wesentliche Aspekte des „Neurolinguistischen Programmierens“, insbesondere des sog. „Meta-Modells“ sind von A. Korzybski bereits zwischen 1930 und 1951 formuliert worden. In der 2. Auflage von „Science and Sanity“ 1941 prägte er den Begriff „neuro-linguistisch“. Vgl. Doris, G. (1983).

[27] extensional: beschreibend, beobachtungsorientiert, zwischen Wahrnehmung, Interpretation und Beurteilung unterscheidend. Korzybski selbst empfahl neue Redewendungen wie „semantische Reaktion“ einzuüben. Vgl. Bois, J.S. (1958). An Interview with Alfred Korzybski. Etc.: A Review of General Semantics. Vol. XVI, No. 2, S.170.

[28] Ellis (& Hoellen 1997, 84) bezeichnet Korzybski als „Pionier auf dem Gebiet der Linguistik“. Die universitäre Sprachwissenschaft betrachtete den Mathematiker allerdings mit einiger Skepsis und Ablehnung, nicht zuletzt aufgrund dessen aufklärerischen Intention, mit Hilfe des NLT gesellschaftliche und individuelle Verbesserungen erreichen zu wollen. Vgl. dazu Lewandowski (1990, 48): „Der übertriebene sektiererisch-missionarische Optimismus der Sprach- und Weltverbesserer sah sich der Lächerlichkeit preisgegeben. Die Entwicklung der modernen Linguistik jedoch hat gezeigt, dass zur vollen Spracherfassung die Einbeziehung des pragmatisch-situativen Aspekts und ein Reihe sozialer sowie sozialpsychologischer Faktoren notwendig ist.“ Schließlich gilt auch zu bedenken, dass die GS in einer Zeit entstand, in der es durch den taxonomischen Strukturalismus zu einer Vernachlässigung semantischer Probleme gekommen war. Vgl. auch: Nickel, G. (1985): Einführung in die Linguistik: Entwicklung, Probleme, Methoden. Berlin: Schmidt, S. 136-137.

Erstes Prüfkriterium: Der differenzierte Sprachgebrauch

Ellis konnte nun die sprachphilosophischen Grundlagen der GS auf die Sprache des „inneren Dialogs“ anwenden und diese als Prüfkriterien für seine Disputation im sokratischen Stil verwenden (vgl. Ellis 1991b). Das innere Selbstgespräch des Klienten sollte auf „Identifikationen“ untersucht werden, insbesondere auf unreflektierte

- Verallgemeinerungen, Tilgungen und Verzerrungen,
- Formulierungen von Beziehungen und Zusammenhängen (z.B. Kausalitätszuschreibungen).

Zweites Prüfkriterium: Die formale Schlusslogik

Ellis hat aber nicht nur die sprachphilosophischen Ideen Korzybskis übernommen, sondern auch dessen heute bisweilen naiv anmutende Wissenschaftsgläubigkeit, die sich bereits im Titel „Science and Sanity“ ankündigt. Sie ist Antwort auf eine fundamentale Frage, die erst aus dessen Biographie als Naturwissenschaftler und Kriegsteilnehmer verständlich wird[29]: Warum gibt es in den Naturwissenschaften kontinuierlich Fortschritte - im zwischenmenschlichen Zusammenleben aber so katastrophale Rückschritte (Read, C.S. 1975, 244)? Für Korzybski lag die Antwort in einem an den Naturwissenschaften orientieren Denken und Sprechen:

> *In diesem Sinne impliziert Korzybski meiner Meinung nach stark, dass sich Wissenschaft und nichtneurotische, mentale Gesundheit zu entsprechen scheinen, und die REVT ist mit ihm hier einer Meinung.* (Ellis 1997, 77)

> *Daher betrachten wir die Wissenschaft – die intrinsisch flexibel, undogmatisch und frei von religiösen Festlegungen ist – als Teil Rational-Emotiver Theorie und Praxis. Die RET vergöttert die Wissenschaft nicht (noch irgend etwas anderes), aber sie nimmt an: Menschen hätten es sehr schwer, sich emotional zu verwirren, wenn ihr Handeln und Denken hauptsächlich wissenschaftlich geprägt wäre*. (Ellis 1991, 12)

Auch Ellis betrachtet nun die RET als „eine Erweiterung der wissenschaftlichen Methode auf menschliche Angelegenheiten“ (Ellis 1973a, 62). Da emotionale Probleme durch irrationales, unwissenschaftliches Denken bedingt werden, hat der Therapeut die Aufgabe, dem Klienten wissenschaftliche Methoden zu lehren, damit er sie auf sich selbst anwenden kann (Ellis 1973b, 182). Der Ellis’sche Wissenschaftsbegriff orientiert sich dabei an den klassischen Kriterien von Empirie und Logik. Zum einen werden die Klienten in der REVT in einem aufklärerischen,

[29] vgl. die biographische Notizen seiner ehemaligen Mitarbeiterin: Read, C.S. (1950). Alfred Habdank Skarbek Korzybski, A Biographical Sketch. Oder: Kodish & Kodish (2001), S. 202-205.

bibliotherapeutischen Sinn wirklich mit Literatur versorgt oder über Statistiken und Untersuchungen informiert, zum anderen aber kann im beraterischen Setting keine empirische Untersuchung durchgeführt werden. So bleibt, wie im sokratischen Dialog die sprachliche Prüfung der gedanklichen Schlussfolgerungen durch Mittel der formalen Logik. Sowohl hier wie in den platonischen Dialogen „hat diese indirekte, logische Vorgehensweise etwas Kurioses; sofern nämlich der Sprache viel zugetraut wird“, denn „mittels der Logik kann man etwas über die Wirklichkeit erfahren, ohne dass man sich tatsächlich auf diese Wirklichkeit einlassen muss“ (Peterreins 1994, 11).[30] Zwei Probleme beschäftigten allerdings bereits die Denker der Antike: 1.) Die logische Korrektheit der Syllogismen sagt noch nichts über die Qualität der Prämissen aus. 2.) Die Prämissen wiederum bestehen aus weiteren Syllogismen, die wiederum ungeprüft sind, deren Prämissen wiederum aus Syllogismen bestehen usw. (vgl. Kreeft 2004, 219). Diese Problematik lässt sich an dem folgenden - inhaltlich etwas anspruchslosen - Beratungsbeispiel von Cohen (1995, 128-129) gut illustrieren:

Counselee:	*My husband should be the one to make all the final decisions in our marriage. I should just go along with what he says.*
Counselor:	*Why should your husband make all the decisions?*
Counselee:	*Because my husband is the man.*
Counselor:	*Let's look at your reasoning. You think the man should make all the decisions in a marriage. Therefore, since your husband is the man, he should make all the decisions in your marriage. Is that your reasoning?*
Counselee:	*Yes.*

Da der Berater vom Klienten oft verkürzte Syllogismen angeboten bekommt, muss er diese mit dem Klienten vervollständigen, so dass die Prämissen geprüft werden können. Im logischen Sinne stellt das alltagssprachliche Argument ja oft nur eine einzelne Prämisse dar.

Counselor:	*Let's look at your first premise that the man should make all the decisions in a marriage. Why do you believe this?*
Counselee:	*Men are always better at making decisions than women.*
Counselor:	*So you think that those who are best at making decisions should make them; and that since men are always best at making decisions, then they should make them?*
Counselee:	*Yes.*

[30] Die REVT lässt sich natürlich insofern auf diese Wirklichkeit ein, indem sie verhaltenstherapeutische Desensibilisierungsaufgaben stellt. Die wichtigste Methode zur kognitiven Umstrukturierung aber sieht sie in der Disputation.

Hinter einer Prämisse verbirgt sich also ein weiterer Syllogismus, der nun nicht weiter vertieft wird. Stattdessen folgt der Berater dem alten aristotelischen Rat, die Begründung einer Prämisse auf der Ebene der Sinneswahrnehmung zu suchen:[31]

Counselor:	*Is there anything that you know more about than your husband?*
Counselee:	*I know a lot about real estate investment and he knows very little.*
Counselor:	*Do you think, then, that you are better than your husband at making real estate investment decisions?*
Counselee:	*Yes.*
Counselor:	*But if those who are best at making decisions should make them and you are best at making real estate investment decisions, then who should make those decisions?*
Counselee:	*I suppose I should.*
Counselor:	*Do you still think, than, that the man should do all the decisions?*
Counselee:	*No, I should make the ones I am best at making and he should make the ones he's best at making.*

Da weder Klient noch REVT-Therapeut Experten in philosophischer Logik sein dürften, orientiert sich die therapeutische Disputation eher an der „intuitiven Logik" der Sprachteilnehmer bzw. an den zum Allgemeingut gewordenen Prinzipien der klassischen, aristotelischen Logik, z.B. dem Gesetz der Widerspruchsfreiheit (vgl. Tetens, H. 2004, 282-299)[32]. Das eigentliche Problem, das sich hinter dem Kriterium der formalen Logik verbirgt aber ist folgendes: Wenn der Therapeut auf diesem Weg beweisen will, dass die Annahmen des Klienten unlogisch sind, sollte er bessere intellektuellere Fähigkeiten besitzen als der Klient oder wie Cohen (1995) es fordert, in formaler Logik trainiert worden sein. In jedem Fall aber könnte dies bei Klienten – ähnlich wie im antiken sokratischen Dialog – selbstwertmindernde Gefühle und Übertragungsreaktionen auslösen. Ein depressiver Klient kann eine Widerlegung geradezu als Beweis für seine „Unfähigkeit" betrachten, was dessen Attributionsmuster (internal, global, negativ) eher verstärkt. Auf der anderen Seite wird ein „Versagen" des Therapeuten zum Beweis für die Richtigkeit seines Denkens. Eine Strategie, dieses Dilemma zu entschärfen, besteht darin, eine Prämisse („*Men are always better at making decisions than women*") empirisch zu prüfen, d.h. den Klienten auf seine eigenen, konkreten Erfahrungen zurückzu-

[31] vgl. Kreeft (2004, 220): „We do not deduce the rest of our knowledge from tautologies; they are not the starting points of our learning. Sense experience is it." Aristoteles war der Ansicht, dass Syllogismen sich nicht unendlich verzweigen, sondern irgendwann sich selbst beweisen: entweder durch sensitive Erfahrung oder durch Tautologien.

[32] Dies betrifft offenbar nur die Prüfung von Schlussfolgerungen. Auf anderer Ebene beruft sich Ellis ja auf das sog. „non-aristotelian system" von Korzybski, dessen Bemühen es war, die aristotelischen Prinzipien in ihrer Auswirkung auf die Sprachverwendung zu kritisieren. Dieser Widerspruch wurde bisher von Ellis nicht thematisiert. Vgl. hierzu Ellis 1991b, S. 15.

führen („*Is there anything that you know more about than your husband*?“). Nach wie vor geht es darum, eine Meinung zu widerlegen, doch die Argumentation beruht nun auf den Erfahrungen des Klienten. Das genuin Sokratische an den Ellis'schen „logico-empirical methods“ (Ellis 1973a, 12) ist die Verschränkung von deduktiver und induktiver Argumentation (vgl. Kreeft 2004, 212).

Drittes Prüfkriterium: Die empirische Evidenz als Wahrheitskriterium

Ellis geht also noch einen Schritt weiter: Er hinterfragt nicht nur die semantische Wohlgeformtheit und logischen Stimmigkeit der geäußerten Überzeugungen, sondern fordert auch deren Beweisbarkeit: „Wo ist der Beweis?“, Können Sie das beweisen?“, „Woher wissen Sie das?“, Warum muss es so sein?“, „Entspricht das genau der Realität?“, „Ist diese Überzeugung realistisch und beruht auf Fakten?“ (Ellis 1990; Walen 1982, 113-114; Lotz 1996, 72). Die Frage nach der Beweisbarkeit - gleichsam das Wahrheitskriterium - führt nicht nur in ein erkenntnistheoretisch gefährliches Terrain, sie wurde auch immer wieder Ziel starker Kritik (Kleinmann 1980; Eschenröder 1985; Hoellen 1986, 99). Doch zunächst einmal stehen hier (noch) nicht ontologische Fragestellungen im Vordergrund, sondern Fragen der Wirksamkeit. Im sokratischen Sinn soll der Klient erkennen, dass seine für wahr gehaltene Position nur eine Hypothese ist, die er noch nicht einmal genau durchdacht hat, deren Begründung ihm Schwierigkeiten bereitet und ihn möglicherweise in Widersprüche verstrickt (Keßler & Hoellen 1982, 76). Hierzu Walen (1982, 113):

> *Die Antwort auf eine Warum-Frage erfordert einen Beweis oder eine Rechtfertigung für eine Überzeugung, und da es für irrationale Überzeugungen keinen Beweis gibt, erscheint es dem Klienten vielleicht logisch, sie aufzugeben.*

Die Frage, die sich geradezu aufdrängt ist natürlich, ob es denn für eine so genannte „rationale“ Überzeugung wirklich einen Beweis gibt. In diesem Zusammenhang ist es wichtig sich zu erinnern, dass es in der REVT in den seltensten Fällen wirklich zu einem In-Frage-Stellen von Wahrnehmung, Interpretation und Schlussfolgerung kommt. Disputiert werden sollen nach Walen (1982, 131 ff.):

a. absolutistische Forderungen an sich, an andere Personen und an die Welt,
b. Katastrophendenken,
c. geringe Frustrationstoleranz,
d. globale Selbstbewertungen.

Streng betrachtet wird sowieso nur das Konzept der „demandingness“ Gegen-

stand der Disputation sein, da nach Ellis alle anderen Kognitionsklassen (b-c) Ableitungen darstellen (Ellis 1991a, 7; Ellis & Höllen 1997, 14).

> *Aber ich bin geneigt zu glauben, dass der menschliche Hang, zu vergöttern wie zu verdammen und Definitionen als Fakten anzusehen, hauptsächlich abgeleitet ist aus dem muß-turbatorischen Denken.* (Ellis 1991a, 8)

Eschenröder (1985, 63) weist nun darauf hin, dass all diese, von Ellis als „irrational" bezeichneten Kognitionen größtenteils Werturteile beinhalten, für die es keine empirischen Beweise geben kann. „Katastrophisieren" beispielsweise beinhaltet eine Bewertung innerhalb eines individuell gewählten oder aktuell zur Verfügung stehenden Bezugsystems. Beispielhaft dafür soll ein konstruierter Beratungsfall stehen:

> **Beispiel:** Eine Führungskraft, die das „Versagen" in einer Präsentation mit dem Begriff der „Katastrophe" benennt (und deshalb Präsentationen vermeidet), stuft ein mögliches „Versagen" auf einer Skala von 1 bis 100 (1 = ohne Bedeutung; 50 = unangenehm; 100 = schrecklich/ katastrophal) auf 100 ein. Der Berater disputiert mit der Katastrophenliste (Kessler 1982, 90; Walen 1982, 141; vgl. Schelp et al. 1990, 174-175) indem er fragt: „Denken Sie sich mögliche persönliche, familiäre, berufliche oder Umweltkatastrophen aus und stufen Sie diese auf einer Skala von 1 bis 100 ein. 100 bedeutet dabei das schlimmstmögliche Erlebnis. Dann ordnen Sie Ihr Problem oder das von Ihnen gefürchtete Ereignis auf der Skala ein." Die Führungskraft trägt „Unfall meiner Tochter" bei 100 ein und revidiert die ursprüngliche Bewertung der danebengegangenen Präsentation.

Der REVT-Berater wird in diesem Fall dem Klienten getilgte Informationen in Erinnerung rufen, die es ihm ermöglichen, seinen Bezugsrahmen zu erweitern und das zu erwartende Missgeschick in Relation neu zu verorten. Dies ist im klassischen Sinn kein Beweis, sondern in der sokratischen Tradition ein Aufdecken von Widersprüchen. Der Therapeut könnte aber auch fragen, was denn schlimmstenfalls passieren könnte:

> **Beispiel:** Der Klient könnte antworten: „Die Kollegen würden über mich lachen, ich würde meine Autorität verlieren, keiner würde mich mehr Ernst nehmen". Der Therapeut stellt daraufhin Fragen wie: „Wer würde denn wie lange über sie lachen? Bei wem würde wie lange in welcher Fachfrage ihre Autorität schwinden? Haben Sie Ihre Autorität über das Präsentieren erworben oder über ihr Fachwissen …?"

An dieser Stelle könnte der Therapeut die empirische Evidenz der erwarteten Konsequenzen in Frage stellen. Allerdings handelt es sich auch hier weniger um einen Beweis, als um Wahrscheinlichkeitseinschätzungen. Der angehende REVT-Berater würde allerdings von seinem Ausbilder darauf hingewiesen, dass diese Vorgehensweise nicht der sog. „eleganten Lösung" entspricht.

> **Beispiel:** Im Sinne von Ellis müsste der Therapeut fragen: „Wir wissen nicht, ob das alles so eintritt, aber angenommen Sie haben Recht: Was würde das für Sie bedeuten?" Die Antworten könnten sein: „Dass ich eine Niete bin!", „Ich könnte das

nicht ertragen!“ oder „Ich muss doch in jeglicher Hinsicht perfekt sein und überdurchschnittliche Leistungen bringen“.

Dies sind aber wieder Bewertungsfragen, die sich empirisch nicht beweisen lassen. Folgen wir Lotz (1986, 67) und disputieren auch die deskriptive und interpretatorische Ebene, dann kann in bestimmten Situationen eine „empirische Überprüfung“ durchaus sinnvoll sein:

Beispiel: Wenn der Klient sagt: „Alle haben gedacht, was ist denn das für ein Idiot, der da draußen steht…“, kann der Berater fragen: „Woher wissen Sie das?“, „Woher wissen Sie, dass alle das gedacht haben?“, „Woran haben Sie das erkannt?“, „Was haben Sie gesehen und gehört?“

Allerdings wird eine Empirie in Anlehnung an Heiders (1958) Konzeption vom Menschen als „naiven Wissenschaftler“ eher als „wissenschaftlich orientiert“ zu bezeichnen sein. Eschenröder (1985, 100), der sich kritisch mit dem Anspruch auf „Wissenschaftlichkeit“ auseinandersetzt, kommt zum Schluss, dass „Rationalität“ im Sinne der REVT mehr „den Charakter einer Weltanschauung“ und „Lebensauffassung“ hat. Auch die Vertreter der „Allgemeinen Semantik“ sprechen heute eher von einer „scientific attitude“ (Kodish & Kodish 2001, 40). Beide berufen sich heute auf den Ansatz des Kritischen Rationalismus nach Popper, während sie zu früheren Zeiten durchaus den Ansatz des Logischen Positivismus vertraten (Hoellen 1986, 208; Jacobs 1989; Kodish & Kodish 2001, 43). Bei Ellis ist dieser Übergang nicht immer konsequent vollzogen und oft nur von „Insidern“ zu erkennen. Dies hat zwei Gründe:

1. Bis heute stellt Ellis dem „wissenschaftlichen Denken“ und der „wissenschaftlichen Methode“, die dem Klienten gelehrt werden soll, den Begriff der „Irrationalität“ gegenüber. Mit Korzybski misstraut Ellis „elementaristischen und metaphysischen Begriffen“, weil die „auf ihnen beruhenden Spekulationen irreführend oder gefährlich“ seien (Ellis & Hoellen 1997, 76):

   In meiner oft formulierten Kritik an mystischen und transpersonalen Ideen und Praktiken in der Psychotherapie (…) habe ich Korzybskis Positionen gegen gefährliche Arten von Mystizismus weiterentwickelt. (Ellis & Hoellen 1997, 76)

   Obwohl Ellis wesentlich zurückhaltender geworden ist mit seiner radikal atheistischen Position, insbesondere was die Gleichsetzung von Religion und abweichendem Verhalten betrifft (Ellis 1980b, 637), „entscheidet in der RET eindeutig der Therapeut, welche ethischen Werte die ‚richtigen sind’ “ (Eschenröder 1985, 207).

2. Ellis formulierte 11 „irrationale Ideen“[33], „die psychische Störungen verursachen und aufrechterhalten“ (Ellis 1993, 54-77). Diese Ideen bestanden eindeutig aus inhaltlich gefüllten Werteüberzeugungen. Schließlich reduzierte Ellis diese Ansammlung auf 3 irrationale Grundannahmen (Ellis 1996, 13) und erhöhte dadurch zwangsläufig ihr Abstraktionsniveau. Gleichzeitig wurde die Regelhaftigkeit der „Wenn-dann-Verknüpfungen“ besser herausgestellt. Mit dem Konzept der „demandingness“ reduzierte Ellis alle „Ideen“ noch einmal auf **einen** Modaloperator der Notwendigkeit (Ellis & Hoellen 1997, 14). Ingesamt ist also bei Ellis eine Veränderung vom Inhalt zum Prozeß festzustellen, der allerdings in der Außenwahrnehmung wenig Beachtung findet. Solange in den Selbsthilfebüchern (z.B. Ellis 1988) die 11 bzw. 3 irrationalen Ideen als Grundlagen der Disputation aufgelistet bleiben, wird sich das auch nicht ändern.

Die REVT bleibt eine Therapie, die in ihren historischen Anfängen durch den Positivismus geprägt, nicht nur im Sinne des Konstruktivismus der Viabilität verpflichtet ist, sondern „einen Bezugsrahmen anbietet, der, sowohl allgemein als auch ins einzelne gehend, Vorstellungen darüber enthält, wie und was eine gesunde Person zu denken hat, um sich psychisch gesund zu empfinden“ (Keßler 1983, 1108). Dabei ist der REVT-Therapeut ein „moralischer Unternehmer“ (Becker 1973), der die Normen und Werte einer von ihm als gut und richtig erkannten Lebenspraxis offensiv vertritt“ (Gröschke 1981, 349). Die REVT stellt mehr als andere Therapien die Frage nach der „Wahrheit“ im Sinne empirischer Evidenz, wenngleich ihr bewusst ist, dass diese „Wahrheit“ immer wieder falsifiziert werden muss.

3.3.2.2 Der Einfluss des amerikanischen Pragmatismus

Der Einfluss des amerikanischen Pragmatismus auf die REVT ist an dieser Stelle deshalb erwähnenswert, weil aus ihm ein weiteres Prüfkriterium erwächst, das bei Korzybski nur indirekt eine Rolle spielt: die Frage nach der Nützlichkeit hinsichtlich des Erreichens der eigenen Lebensziele. Die wissenschaftstheoretische Idee der „Wahrheit“ wird in der Philosophie eines John Dewey (1859-1952) durch das Kriterium der „Nützlichkeit“ ersetzt. Mit dem starken Einfluss von Bertrand Russels (1977) „Conquest of Happiness“ auf Albert Ellis wird das Höchstmaß an persönlichem Glück zum Referenzpunkt des Nützlichkeitsbegriffs (Ellis & Becker 1982; Wessler & Wessler 1984, 3)[34]. Nun könnte man sich erhoffen, dass mit diesem

[33] Die Sammlung „irrationaler Ideen“ werden heute immer noch mit der REVT verbunden und zitiert, z.B. Grochowiak & Heiligtag 2002, 436.
[34] vgl. Hoellens persönliche Mitteilung von A. Ellis über den starken Einfluss von Bertrand Russels Gedanken auf die Entstehung der REVT. Ellis und Russel haben miteinander brieflich korrespondiert (Hoellen 1986, 73-77). Über den Einfluss von Russels „logischer Ebenen“ auf die Disputation: vgl. Ellis 1991b.

Ansatz die „positiven Gefühle“ als Ressource ins Blickfeld der REVT kommen. Doch auch bei Russel (1977) geht es vorrangig um die Bekämpfung und Befreiung von Angst und Selbstquälerei (S. 55) durch „Zwiesprache mit der Vernunft“ (S. 76). Der Therapeut stellt im sog. „hedonistischem Disput“ folgende Fragen (Walen 1982, 216; Maultsby 1975, 8; Ellis & Harper 1975, 47; Lotz 1995, 73):

> *Hilft mir mein Gedanke, meinen Zielen näher zu kommen, beziehungsweise sie zu erreichen? Hilft mir mein Gedanke, mich so zu fühlen, wie ich es möchte? Hilft mir mein Gedanke, mein Leben und meine Gesundheit zu schützen und zu erhalten?*

Zusammenfassung der elenktischen Prüfkriterien

Innerhalb der Disputation sollen die Annahmen der Klienten durch die folgenden Kriterien geprüft werden (Ellis & Hoellen 1997, 155):

- Enthalten die Gedanken Verallgemeinerungen („müssen“, „sollen“)?
- Entsprechen die gedanklichen Schlussfolgerungen den Regeln der Logik?
- Können die Annahmen einer empirischen Überprüfung standhalten?
- Hilft die Einstellung des Klienten ihm bei der Erreichung seiner Ziele und beim Führen eines langfristig glücklichen Lebens?

3.3.3 Antike Elenktik und therapeutische Disputation – ausgewählte Aspekte im Vergleich

Bisher habe ich in meiner Argumentation versucht zu zeigen, dass der sokratische Dialog viele Funktionen erfüllen kann, die für eine kognitive Therapieform notwendig geworden sind. Dazu gehört die Gewinnung von Explikationswissen durch die Methode der regressiven Abstraktion sowie die Distanzierung und Dezentrierung als Voraussetzung für eine Destabilisierung. Dass der sokratische Dialog mit seiner elenktischen Funktion dem Ziel der REVT nach „semantischem Zerpflücken und philosophischem Attackieren“ (Ellis 1993, 273) nahe kommt, dürfte auch deutlich geworden sein. Die Forderung nach einem differenzierten Sprachgebrauch und einer logischen Stimmigkeit der Argumentationsketten findet sich auch in den sokratischen Dialogen. Neben all diesen Gründen, welche die Brauchbarkeit der Methode des sokratischen Dialogs für die REVT verständlich werden lassen, bleiben dennoch einige offene Fragen.

- Sind die philosophischen Prämissen der REVT (Wahrheitskriterium, Wissenschaftsorientierung) mit der (antiken) sokratischen Methode und ihrem Postulat des Nicht-Wissens kompatibel?
- Wie sieht bei Ellis die Widerlegung aus, wenn er sich nicht auf die Ideenlehre beziehen kann?
- Ist das hedonistische Kalkül mit dem antiken Vorbild des sokratischen Dialogs vereinbar?
- Steht die Philosophie der „General Semantics“ mit ihrer Ablehnung des aristotelischen Weltbildes nicht im Widerspruch zur Methode des sokratischen Dialogs?

3.3.3.1 Das sokratische Postulat des Nicht-Wissens und die philosophischen Prämissen der REVT

Diese Frage ist am besten zu beantworten, wenn man den explorativen Teil des sokratischen Dialogs vom disputativ-elenktischen Teil gesondert behandelt.

Die explorative Funktion

Für Hoellen (1986) zeichnet sich Sokrates vor allem durch seine Grundeinstellung der „bedingungslosen Suchhaltung“ (S. 200) aus, mit der er „ohne einen vorausgesetzten Wahrheitsbegriff“ (S. 198) „nicht doziert und indoktriniert“ (S. 197), sondern das Wissen gemeinsam mit dem Ratsuchenden erarbeitet. Deswegen liegt für ihn auch der größte Unterschied zur Methode der REVT darin begründet, dass der Therapeut den Anspruch des Nicht-Wissens aufgibt und stattdessen den Klienten mit seinen Hypothesen konfrontiert.

> *Ein größerer Widerspruch zwischen der bedingungslosen Suchhaltung des Sokrates und der Methode des Rational-Emotiven Therapeuten, dem Klienten seine Auffassung von Wahrheit anzutragen, ist auf den ersten Blick betrachtet, kaum denkbar.* (Hoellen 1986, 200)

> *Anders als Sokrates, der das Wissen durch den Gesprächspartner selbst hervorholen lässt, trägt die RET in der von Ellis praktizierten Art Einsichten in weitaus stärkerem Maße von außen an den anderen heran, wenngleich auch ihr Ziel die Selbstbestimmung des Menschen ist*. (Hoellen 1986, 209).

Wie bereits im Kapitel 2.5.2 herausgearbeitet, basiert diese gleichsam idealisierende Sicht der sokratischen Dialoge keineswegs auf den uns vorliegenden Frühdialogen, in denen neben einer starken inhaltlichen Lenkung durch die Fragen des Sokrates vor allem auch jene Intention Platons erkennbar wird, den Leser – wenn auch nur durch Ausschluss des Falschen – auf eine bestimmte Spur zu lenken (vgl. Kutschera 2002, 31). Diese Ambivalenz einer „Überredung zur Ein-

sicht“ hat wohl auch Ellis gesehen, wenn er in einer persönlichen Mitteilung an Hoellen von Sokrates sagt „er habe den Leuten genau das in den Mund gelegt, was er habe hören wollen“ (Hoellen 1986, 201). Er kritisiert nicht die Tatsache, dass Sokrates auch inhaltlich eigene Meinungen vertritt, sondern dass er dies nicht auf eine direkte und offene Weise sagt. Nun hat Ellis oftmals seine Abneigung gegen indirekte Methoden geäußert und mangelnde Direktheit kann gerade ihm nicht vorgeworfen werden (Becker, V. 1989, 43). Und dennoch: Durch die Übernahme der sokratischen Methode erbt Ellis ein ähnlich ambivalentes Spannungsfeld, welches darin besteht,

- Fragen zu stellen, deren Antworten der Fragende bereits weiß, und
- Fragen zu stellen, dessen Antworten darauf zielen den Befragten zu widerlegen

Beispielhaft für dieses Spannungsfeld können die folgenden Ausschnitte stehen: zunächst aus einem Beratungsgespräch von A. Ellis, dann aus einem antiken sokratischen Dialog:

Ellis *What are you telling yourself about leaving that you make yourself feeling guilty? I can tell you, but let’s see if you can figure it out, what you tell yourself to make yourself guilty?* (Beratungsausschnitt Nr. 2, Zeilen 4-6, Anhang, S. 231, Hervorh. R.B.)

Sokrates *Außer deinem schönen Reden aber hast du auch dadurch etwas Gutes getan, dass du mich von einer langwierigen Rede befreit hast, wenn es dir einleuchtet, dass die Seele einiges selbst für sich genommen betrachtet, einiges aber vermittels der körperlichen Fähigkeiten. Denn genau dies war auch meine eigene Auffassung, die ich gerne auch bei dir sehen wollte.* (Teätet, 185e, Hervorh. R.B.)

Beide Ausschnitte sind für die jeweiligen Kontexte in denen sie stehen nicht repräsentativ, aber sie zeigen eine Gemeinsamkeit auf: Je stärker die inhaltlichen Festlegungen sind, desto schwerer fällt jene „Dekonstruktion“ (De Shazer 1998, 54), die gerade im Entstehungsprozess der kognitiven Therapien ihr distinktives Merkmal ausmachte. Je mehr der Fragende zum inhaltlichen Experten wird, desto unwichtiger wird der Inhalt des Befragten. Jenes „obszöne“ Fragen, so Bodenheimer (1999, 36) hebt das Selbstbewusstsein auf und führt zur Selbstentfremdung. Gerade die kognitiven Therapien haben aber in Anlehnung an Kelly und Heider den Klienten immer als besten Experten seiner selbst gesehen und dessen intuitives Wissen betont (Kelly 1955; Heider 1958, 2). Aaron Beck (1979) hat in seiner Begründungsschrift der kognitiven Therapie „Wahrnehmung der Wirklichkeit und Neurose“ die Mündigkeit des „Klienten“ dadurch aufgewertet, indem er Denkfehler für psychische Probleme verantwortlich machte und jegliche pauschale Pathologisierung ablehnte. Im Hinblick auf Verfahren, die den Expertenstatus des Therapeuten betonten schreibt er:

> *Durch die gezielte Abwertung des gesunden Menschenverstandes hindert ihn diese subtile Indoktrinierung daran, bei der Analyse und Lösung seiner Probleme auf sein eigenes Urteil zu vertrauen. Diese allgemeine Einstellung hält den Psychotherapeuten ab, den Patienten zu ermutigen, sich seiner eigenen problemlösenden Mechanismen zu bedienen.* (Beck 1979, 13)

Seine Empfehlung besteht darin, jenes Denken, welches innerhalb falscher Prämissen dennoch plausible Schlussfolgerungen hervorbringt, als Ressource zu entdecken und in die Vorstellungswelt des Klienten zu schlüpfen, um aus dessen Bezugsrahmen heraus plausibel argumentieren zu können. Der damals „neue" Ansatz, so Beck (1979, 23) „zeichnet sich durch ein größeres Interesse an bewussten Gedanken, Zielen und Einstellungen sowie durch die Bereitschaft aus, diese für bare Münze zu nehmen". Sowohl der antike als auch der therapeutische sokratische Dialog stehen in der Gefahr, mit der Zunahme an Professionalisierung und Deutungswissen jene Bereitschaft zum textfokussierten Zuhören zu verlieren. Der Ausflug von der Psychoanalyse wäre somit kurz gewesen. Entstand doch die „Entdeckung" der kognitiven Therapie bei Beck und Ellis aus dem Dialog mit Klienten (Beck 1979, 29 ff.; Ellis 1993, 25 ff.) Nie wieder war wohl Ellis dem sokratischen Nicht-Wissen näher als im Dialog des Therapiebeispiels 1 (Anhang, S. 225 ff.), in dem Ellis sagt:

> *Ich wusste die Antwort immer noch nicht, hatte aber das Gefühl, dass wir ihr auf der Spur waren.* (Ellis 1993, 27; Anhang, S. 226, Z. 44-45)

> *Aber ob dies nun meine Idee war oder Ihre, sie scheint jedenfalls zu stimmen*. (Ellis 1993, 28; Anhang, S. 227, Z. 112-113)

Schon Platon, so Sloterdijk (2002, 80), habe den „maieutischen Negativismus" seines Lehrers nicht aushalten können und dann begonnen, am Ende doch Wissen zu generieren. Die Ideenlehre sei aus der Ungeduld Platons entstanden. Zwar habe Platon die Methode von Dialog und Frage formal beibehalten, dabei aber längst das Postulat des Nicht-Wissens aufgegeben und den Dialog inhaltlich gefüllt. Ähnlich steht jeder Berater oder Therapeut in der Gefahr, durch eine vorschnelle Verortung des Gesagten in irrationale Ideen (Ellis), Schemata oder Profile (Beck), Antreiber oder Spiele (Berne) die aus der persönlichen Geschichte heraus entstandene individuelle Philosophie nicht mehr erfassen zu können.[35] Was die explorative Funktion des sokratischen Dialogs angeht, könnte die REVT von der regressiven Abstraktion der antiken sokratischen Dialoge durchaus neu profitieren.

Die disputativ-elenktische Funktion

Die Ausgangsfrage, ob die REVT mit ihren inhaltlichen Festlegungen mit der sokratischen Methode kompatibel ist, kann hier eindeutig bejaht werden, solange wir

[35] vgl. Gespräch von A. Ellis mit der Journalistin V. Becker (1989, 37-38).

Platon mitdenken. Im antiken Dialog ist die Annahme eines „*eidos*“ oder „*idea*“ eine wichtige Voraussetzung für die elenktische Disputation[36]. Die „Was-ist-das“-Frage zielt somit auf einen gemeinsam anerkannten als objektiv betrachteten Referenzpunkt, von dem aus entschieden werden kann ob gedankliche Annahmen sich widersprechen oder nicht (Bordt 1999, 67). Ellis ersetzt die Idee (als objektiven Wert) durch die empirische Evidenz, durch die Methode einer wissenschaftlichen Objektivierbarkeit im Sinne des Kritischen Rationalismus und letztendlich durch die Verneinung eines Absolutheitsanspruchs (s. Abb. 4, S. 72). Der aktuelle Referenzpunkt der REVT („demandingness“) ist somit auch ein Wert, der in gewissem Sinne absolut gesetzt wird, allerdings mit negativem Vorzeichen. Mit positivem Vorzeichen könnte der Wert „Wahlfreiheit“ stehen. Unter diesem Aspekt beinhaltet die REVT-Disputation beide Aspekte: den genuin sokratischen Aspekt einer negativen Dialektik, aber auch die platonische Forderung nach Zurückweisung eines Werterelativismus. Eine Frage aber bleibt: Wenn bei Ellis das positive Element - das „Allgemeine“ oder die platonische „Idee“ - fehlt: wie kann dann eine Widerlegung erfolgen?

3.3.3.2 Die postmoderne Strategie der Widerlegung im Modell der Logischen Ebenen

Um die Strategie von Ellis mit der antiken Strategie eines Sokrates vergleichen zu können, beziehe ich mich im Folgenden wieder auf das **Modell der logischen Ebenen** (vgl. Abb. 4, S. 72). Ob die Klienten nun ihr Problem auf **Fähigkeitsebene (3)** schildern (z.B. seinen Ärger nicht kontrollieren können) oder auf Identitätsebene („ich bin keine gute Tochter“), meist wird der REVT-Therapeut seinen Klienten bitten, eine konkrete Beispielsituation (Verhalten im Raum-Zeit-Bezug) zu schildern. Auch die platonischen Frühdialoge beginnen meist mit einem konkreten Problem auf **Ebene 1 und 2**. Im Regelfall wird der REVT-Therapeut nun versuchen, im Sinne einer regressiven Abstraktion Explikationswissen von den Überzeugungen und Prämissen des Klienten auf **Ebene 4** zu gewinnen, um diese dann disputativ in Frage zu stellen. Äußert der Klient ein Vermeidungsverhalten, könnte der Therapeut die antizipierte Zukunft auf **Ebene 1 und 2** erfragen und dann erst zu den evaluativen Gedanken auf **Ebene 4** zu gelangen (Schlimmste-Fall-Methode). Ellis würde nun zuerst prüfen, ob der Klient sich mit einem „Müssen“ im Sinne des bereits beschriebenen Konzepts der „demandingness“ identifiziert. An diesem Punkt geschieht etwas Entscheidendes, das sich nur im Modell gut visualisieren lässt (s. Abb. 4, S. 72). Für Ellis stellt dieses „Müssen“ nun etwas dar, das

[36] Daneben gibt es noch andere Disputationsformen, z.B. die Argumentation mit Allgemeinplätzen.

der Ebene des „Magischen“ (Ellis 1973, 24; Ellis 1997, 15) bzw. des Absoluten gleichkommt.

> *Virtually all human disturbance is the result of magical thinking.* (Ellis 1973, 11)

Interessanterweise benutzt Ellis, wenn er von „Demandingness“ spricht, auch den Ausdruck der „göttlichen Gebote“ bzw. der „irrationalen Dreieinigkeit“ (Ellis 1997, 103):

> *Wenn Du allerdings diese, gleichsam göttlichen Gebote in starke, aber nichtfordernde Wünsche umwandelst, dann wirst Du höchstwahrscheinlich weniger neurotisch denken, fühlen und agieren.* (Ellis 1994e, 135 f.)

Im Weltbild eines Albert Ellis befinden sich diese Annahmen natürlich auf **Ebene 4**, für den Klienten allerdings haben sie die gleiche Verbindlichkeit wie die platonischen Tugenden, allerdings ohne eine göttliche Begründungsinstanz angeben zu können. An deren Stelle treten die gesellschaftlichen „Antreiber“ der Transaktionsanalyse[37]: „Sei erfolgreich!“, „Streng Dich an!“, „Beeil Dich!“, „Sei perfekt!“, „Mach es allen Recht!“ (Hennig & Pelz 1999, 227-229; 116-117). Aus diesem Grund führt Ellis seinen Kampf gegen diesen „Aberglauben“ (1973, 11) auf einer **Ebene 6** und stellt seinen eigenen absoluten Wert des „Nicht-Müssens“ dagegen (Ellis 1997, 158). Viele Klienten erkennen dann, dass sie lediglich die präferentielle Variante des „Wünschens“ begründen können, nicht aber das „Müssen“. Präferenzen aber befinden sich – nach Ellis – wieder auf der **Ebene 4** und sind „angemessen“ und „rational“, weil besser geeignet, die eigenen Ziele zu erreichen.

Das „hedonistische Disputieren“

Die Erreichung der eigenen Ziele oder das Herstellen angemessener Gefühle – kurz: das hedonistische Kalkül ist ein weiterer absoluter Wert, diesmal positiv formuliert, den Ellis auf **Ebene 6** dem „muss“ entgegensetzen wird. Eine Prüfung dieses hedonistischen Kriteriums geschieht dann im Sinne des Pragmatismus als „hedonistisches Disputieren“ (Ellis 1997, 159) auf **Ebene 1 und 2**: „Hilft Dir dieses „muss“ in dieser oder jener Situation gelassener zu werden?“. Antwortet der Klient mit „nein“, so gilt er als widerlegt. In den letzten Jahren nimmt auch bei Ellis die anfängliche „Wissenschaftsgläubigkeit“ ab und das Wahrheitskriterium verliert an Bedeutung. In gleichem Maße wird das „hedonistische Kriterium“ immer bedeutsamer.

[37] Kahler, T. & H. Caspers (1974) haben Anfang der 70er Jahre vergleichbar mit dem Konzept der „demandingness“ in der REVT das Konzept der „Antreiber“ für die Transaktionsanalyse entwickelt. Elterliche und gesellschaftliche Erwartungen werden zu internalisierten, absoluten Befehlen.

> *Entscheidend für die Bestimmung „irrational" ist heute (…) weniger die fehlerhafte Logik oder die mangelnde Realismusnähe der Überzeugungshaltungen, sondern der Tatbestand, dass ein Mensch sie als hinderlich hinsichtlich der Erreichung seiner persönlichen Lebensziele erfährt.* (Ellis 1997, 158)

Das sog. „hedonistische Kalkül" ist aber explizit kein sokratisches Kriterium, sondern ist den Sophisten und Nachsokratikern zuzuordnen. Sokrates jedenfalls kann man eher eine „laxe Einstellung zur Selbsterhaltung" (Niehues-Pröbsting 1987, 51) nachsagen, das irdische Leben – so versichert er Kallikles – sei eben nicht das höchste Gut (Gorgias 512d). In einer Zeit aber, in der die absolut geltenden Werte der Polis in Frage gestellt werden und gleichzeitig radikaldemokratische Tendenzen individuelle Zielerreichungen erst ermöglichen, wird eine heuristische Prüfung von Überzeugungen aus sophistischer Sicht immer dringlicher. Der Einzelne muss sein Charisma und seine Fähigkeiten einsetzen, um vor Gericht und in der Politik Menschen zu gewinnen (vgl. Bordt 1999, 28). In der Entstehungszeit der REVT vollzieht sich ein vergleichbarer Wandel wie innerhalb der Therapiegemeinschaft. Die „absoluten" Modelle des Behaviorismus und der Psychoanalyse werden zunehmend in Frage gestellt und ausdifferenziert. Positivistische Wissenschaftsbegeisterung und Machbarkeitsphantasien werden durch konstruktivistischere Positionen abgelöst. Das ist an Ellis nicht spurlos vorüber gegangen. Selbst das in der Therapie nach wie vor hartnäckig vertretene Konzept der „demandingness" wird heute metatheoretisch in „neuer Bescheidenheit" (Ellis & Hoellen 1997, 16) vorgetragen:

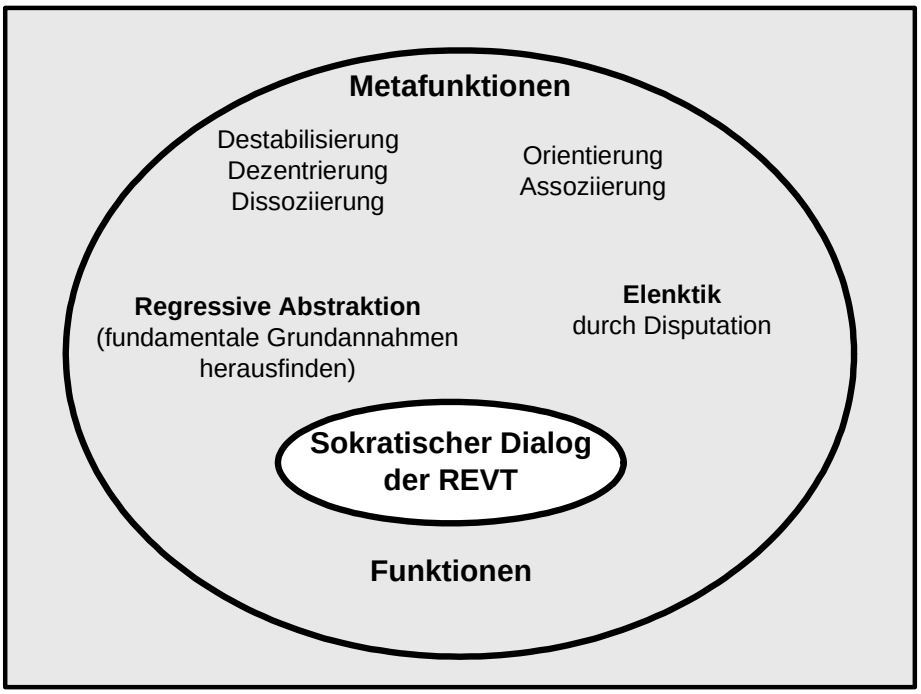
> *Dies ist eine wesentliche Hypothese der REVT. Keine Tatsache! Nicht in Stein gehauen! Nicht absolut „wahr". Lediglich eine brauchbare (Arbeits-) Hypothese. Für wen? Für viele Menschen und zu vielen Gelegenheiten. Nicht für alle Menschen und nicht für alle Zeiten. Eine Hypothese, die untersucht und getestet werden sollte, ohne dass sie je absolut bewiesen werden könnte.* (Ellis 1994e, 135 f.)

Das Prüfkriterium „Nützlichkeit hinsichtlich der Erreichung der eigenen Ziele" dürfte zudem auch den Individualisierungs- und Pluralisierungstendenzen postmoderner Lebensformen entgegenkommen (vgl. Engelmann 1990).

3.4 Zusammenfassung des dritten Kapitels: Möglichkeiten und Grenzen des sokratischen Dialogs

In den letzten zwei Kapiteln wurde deutlich, dass die Funktion des sokratischen Dialogs innerhalb der platonischen Philosophie als Verbindungsglied zwischen einer sich ständig verändernden sinnenhaften Welt und einer konstanten, regelbildenden Ideenwelt den dialogischen Erfordernissen einer kognitiven Therapieform entgegenkommt. Schafft sie doch für Therapeut wie Klient ein explikatorisches Wissen von den relativ konstanten regelbildenden Schemata, welche die Wahrnehmung und Interpretation der sinnenhaften Welt steuern. Funktional kommt dies der antiken „regressiven Abstraktion“ gleich, allerdings in einer sehr eingeschränkten Form. In kurzer Zeit soll zu den wesentlichen Prämissen des Klienten Zugang gefunden werden. In seiner elenktischen Funktion ist der sokratische Dialog ein Prüfinstrument, das falsche Absolutheitsansprüche in negativer Dialektik ausschließen und durch Destabilisierungsprozesse den Dialogpartner für Veränderungen öffnen soll. Auch diese Funktion war für die kognitiven Therapien nützlich, traute man doch den bewussten Problemlösefähigkeiten des vernunftbegabten Ichs mehr zu als die klassischen Anätze von Psychoanalyse, Verhaltenstherapie und Psychiatrie dies taten. In Abbildung 5 sind die wesentlichen Funktionen des sokratischen Dialogs der REVT dargestellt:

Abbildung 5: Zentrale Funktionen eines sokratischen Dialogs in der REVT



Allerdings wurde auch erkennbar, dass die vielfältigen Einflussfaktoren des therapeutischen Kontexts und seiner Prämissen, wie sie in Abbildung 6 zusammengefasst sind, den funktionalen und formalen Möglichkeitsraum der Methode beeinflussen und begrenzen. Zu diesen – bereits diskutierten – „Begrenzungen“[38] gehören:

1. Die Notwendigkeit einer direkten, verbalen Falsifikation auf bewusster Ebene durch den Therapeuten oder Berater.
2. Die Etablierung einer Kampfmetaphorik in der Beziehungsbeschreibung von „rationalen“ und „irrationalen“ Anteilen.
3. Die starke Problemorientierung aufgrund einer negativen Maieutik.
4. Das Primat der Kognition im Emotionsverständnis der KVT: Emotionen werden zu abhängigen Variablen.
5. Die Trennung von Emotion und Kognition in der therapeutischen Praxis als Mittel der Dezentrierung.

Erst die Kenntnis dieser historisch gewachsenen Prämissen lassen die Möglichkeiten, aber auch die Begrenzungen des funktionalen Möglichkeitsraums verstehbar und hinterfragbar werden. Es ist die Gesamtheit der unter Abb. 6 dargestellten Einflüsse, welche den sokratischen Dialog in dieser Verwendungsweise formen. Gerade der Wunsch nach einer Abgrenzung zur Psychoanalyse lassen potenzielle Variationen des sokratischen Dialogs unmöglich erscheinen. Waren im antiken sokratischen Dialog durch die platonische Amnesislehre noch Bezugnahmen auf ein „kollektives Unbewusstes“ als „therapeutisches Tertium“ (Peter 2001, 49) möglich, so wurde mit der Ablehnung der Psychoanalyse auch der Begriff des „Unbewussten“ als Ressource problematisch (vgl. Ellis 1993, 149 f.). Zu sehr brachte Ellis das „Unbewusste“ mit der Freudschen Konzeption in Verbindung:

> ***Das** Unbewusste ist ein Humbug. Es ist eine Erfindung. Es gibt nicht **das** Unbewusste. Du hast vielleicht unbewusste Gedanken, aber du hast normalerweise keine unbewussten Gefühle. (…) Und das war einer von Freuds Fehlern, und es zeigt, wie krumm Menschen denken. Sie übernehmen diesen unspezifischen Quatsch, der besagt, dass es **das** Unbewusste ist, welches Dich steuert.* (Interview 1994 von M. D. Yapko mit Ellis, Yapko 1994, 10).

Ähnliches gilt für indirekte Interventionsformen, über die Ellis - in Abgrenzung zu Erickson - sagt:

> *So konfrontieren wir direkt offen und ehrlich. Wie benutzen keine Tricks, um an das Unbewusste zu kommen.* (in Becker, V. 1989, 43).

[38] Der Begriff „Begrenzung“ ist hier nicht als Wertung zu verstehen. Begrenzung kann im positiven Sinn eine Orientierung bedeuten.

> *Damit es dem Klienten besser geht, muss er sich bewusst ändern.* (ebd., 44, Hervorh. R.B.)

Mit dem Wegfall eines postulierten impliziten Lösungswissens[39], wird die Rolle des Therapeuten als aktiver „Gegenpropagandist" anspruchsvoller (vgl. Ellis 1993, 82), die elenktische Funktion wichtiger. Aus der Perspektive eines systemisch-personalen Menschenbildes (Macha 1996, 79; 1989, 330) kann gesagt werden, dass der Transzendenz-Pol mit dem Kultur-Pol zusammenfällt, weil er im Postulat des „wissenschaftlichen Denkens" einerseits und einer „Negativität" des „Nicht-Müssens" andererseits aufgelöst wird. Der sokratische Dialog der REVT weist im Grunde eine ähnliche Ambivalenz auf wie sein antikes Vorbild (vgl. Kap. 2.5.2). Die REVT ist ein typisches Projekt der Moderne, in der Menschen aus den Zwängen vormoderner Kontexte gelöst werden, um sie gleichzeitig auf neue Legitimationsnormen zu verpflichten. Engelmann (1990, 14) hat diese Ambivalenz kritisch beschrieben:

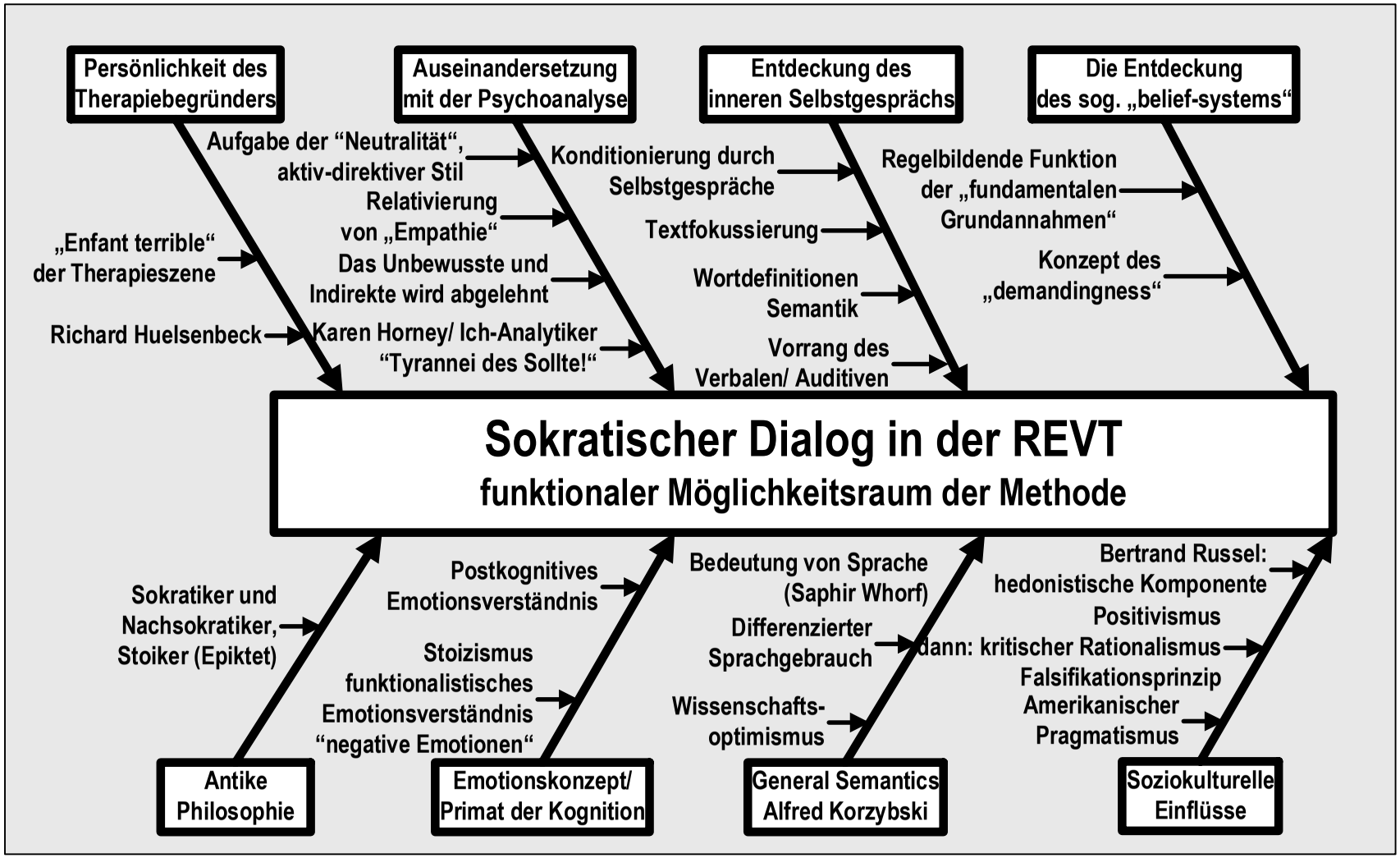
> *Der subjektzentrische Ordnungsgestus der Neuzeit beruht auf einem doppelten Abstraktionsprozess. Auf der einen Seite wird das Subjekt seit Decartes als Denken gefasst, um über die phänomenale Vielheit des Menschen hinwegzukommen und sicherzustellen, dass die Wahrheit für alle Menschen gleichermaßen verbindlich ist. Diese Abstraktion ist zugleich eine Reduktion auf eine, vergleichbare Eigenschaft aller Menschen. (…). Der auf das Subjekt als Denken reduzierte Mensch nimmt die Phänomene als gedachte auf. In dieser Abstraktion liegt die Gleichmachung der Dinge beschlossen, die zugleich auch Reduktion ihrer Vielheit an Eigenschaften ist. Der Ausschluss von Heterogenität oder Differenz gehört also zur Konstitutionsbewegung neuzeitlicher Wissenschaft und der durch diese verallgemeinerten szientistischen Rationalität.* (Engelmann 1990, S.14)

In **Kapitel 4** wird es darum gehen, mit der „Teilearbeit" eine Methode zu untersuchen, die in vielfacher Hinsicht als Gegenentwurf zur sokratischen Methode betrachtet werden kann, gleichzeitig aber auch mit dem Anspruch auf Veränderungswirksamkeit eingesetzt wird. Interessant wird dabei jene Variante von „Teilearbeit" sein, die sich von den oben genannten Prämissen am deutlichsten abhebt. Die hypnosystemische „Teilearbeit", welche noch am ehesten als „postmodernes Projekt" beschrieben werden kann, wird diesem Anspruch gerecht werden.

In **Kapitel 5** kann dann die Frage nach einer integrativen Verbindung beider Methoden gestellt werden.

[39] Es soll hier nicht der Eindruck erweckt werden, als würde Ellis kein implizites Wissen voraussetzen. Ellis zeichnete nur an vielen Stellen das Bild eines von Natur aus zur Irrationalität neigenden Wesens und betonte selten das, was heute unter Ressourcenorientierung verstanden wird (vgl. Interview mit V. Becker, 1989).

Abbildung 6: Therapie- und philosophiehistorische Prämissen als Einflussfaktoren auf den funktionalen Möglichkeitsraum des sokratischen Dialogs in der REVT.



4.Teil: Die Methode der „Teilearbeit“ als Gegenentwurf zum sokratischen Paradigma der REVT

Aber wenn es nur eine Seite ist, die depressiv ist, empfinde ich viel weniger Druck: Und wenn es eine depressive Seite gibt, könnte es auch andere geben.
(Äußerung eines Klienten in:
G. Schmidt 2005, 280)

Eine bloße Unterdrückung des Schattens ist ebenso wenig ein Heilmittel, wie Enthauptung gegen Kopfschmerzen. (…) Die Versöhnung der Gegensätze ist eines der wichtigsten Probleme, das selbst in der Antike einige Geister beschäftigte. (Jung 1962, 91)

Ich bin mir bewusst, dass ich mit der Methode der „Teilearbeit“ in gewisser Weise immer noch Neuland betrete. Als Hesse 1998 seine Qualifizierungsarbeit innerhalb seiner Ausbildung zum systemisch orientierten Hypnotherapeuten über dieses Thema schrieb, stand er vor dem Problem, dass die „Teilearbeit“ zwar längst in die therapeutische Praxis Einzug gehalten hatte, eine Reflexion über die theoretischen Grundlagen und therapiehistorischen Quellen aber weitgehend fehlte. Die Literaturlage hat sich mit den Publikationen von G. Schmidt (2004, 2005) und Hesse (2003) nur leicht verbessert, dennoch hinkt die wissenschaftliche Aufarbeitung immer noch der Praxis hinterher. Dies mag auch daran liegen, dass die Bezugnahme auf innere „Teile“, „Anteile“, oder „Teilpersönlichkeiten“ innerhalb der Psychotherapiegeschichte nicht neu ist und in unterschiedlichen Modellen mit verschiedenen Bezeichnungen Eingang gefunden hat. Im Rahmen dieser Arbeit ist für mich die Methode allerdings nur dann von Interesse, wenn sie zu den eben beschriebenen Problembereichen des sokratischen Paradigmas alternative Lösungen anbieten kann. Eine problemorientierte, defizitäre Beschreibung von „Teilpersönlichkeiten“ beispielsweise würde keine echte Alternative zum Falsifikationskonzept und zur starken Problemorientierung der REVT darstellen. Stattdessen müsste die Methode eine Alternative darstellen zur …

- starken Problemorientierung,
- Überbetonung der rational-argumentativen verbalen Ebene,
- Abwertung von als problematisch bezeichneten Anteilen,
- Überbetonung des aktiv direktiven Gesprächsstils,

- methodischen Trennung von Emotion und Kognition.

Es wird noch zu prüfen sein, welche Variante von „Teilearbeit“ hierzu wirklich Alternativen anbieten kann.

4.1 Das Multiplizitätskonzept der Teilearbeit

Wenn von „Teilearbeit“ die Rede ist, so legt dies das Vorhandensein eines einheitlichen Verständnisses von Konzept und Begrifflichkeit nahe. Dem ist nicht so. Der Teilebegriff erfuhr im Lauf der Therapiegeschichte unterschiedliche semantische Konzeptionen, was sich wiederum auf das auswirkte, was man unter „Arbeit“ im Sinne von Verfahren oder Methodik verstand. Verschiedene psychotherapeutische Schulen nehmen Bezug auf „Teile“, „Identitäten“, „Persönlichkeitsanteile“, Selbste“, „Aliens“, „innere Ratgeber“, „Teilpersönlichkeiten“ oder „Zustände“. Gemeinsam ist diesen Ansätzen, dass sie den Menschen als „multiples Wesen“ darstellen, der sich auch in einem nicht-pathologischen Zustand als Person mit mehreren „Seelen“ oder „inneren Stimmen“ erlebt, die bisweilen dialogisch wie in einer inneren Konferenz das jeweilige Tun begleiten. Stierlin (1994) beschreibt den kleinsten gemeinsamen Nenner so:

> *Je mehr sich diese (psychotherapeutische, R.B.) Praxis differenzierte, umso problematischer erwies es sich, das Selbst als psychische Einheit, als letztlich unteilbare psychische Monade versehen und beschreiben zu wollen. Vielmehr eröffneten sich dem Blick psychische Untersysteme, wenn man will: Sub-Selbste, die untereinander komplexe Beziehungen eingehen, die füreinander Kontexte bilden und somit vom Beobachter eine besondere Art von (individuumszentrierter) Kontextsensibilisierung verlangen.* (Stierlin 1994, 105)

Deissler & Gergen (2004, ii) bezeichnen die „innere Vielstimmigkeit“ als eine Prämisse postmoderner Beratung:

> *Damit ist die Auffassung gemeint, dass ein Mensch kein einheitliches (monolithisches) Selbst hat, sondern sich aus vielen Selbsten bzw. eigenständigen Anteilen des Selbst zusammensetzt, die sich in unterschiedlichen Kontexten zeigen (…) Diese unterschiedlichen Selbste können in unterschiedlicher Qualität miteinander im Gespräch sein.*

G. Schmidt (2004, 195) entwickelte das Modell der „inneren Familie“ oder des „inneren Parlaments“ aus der folgenden Beobachtung:

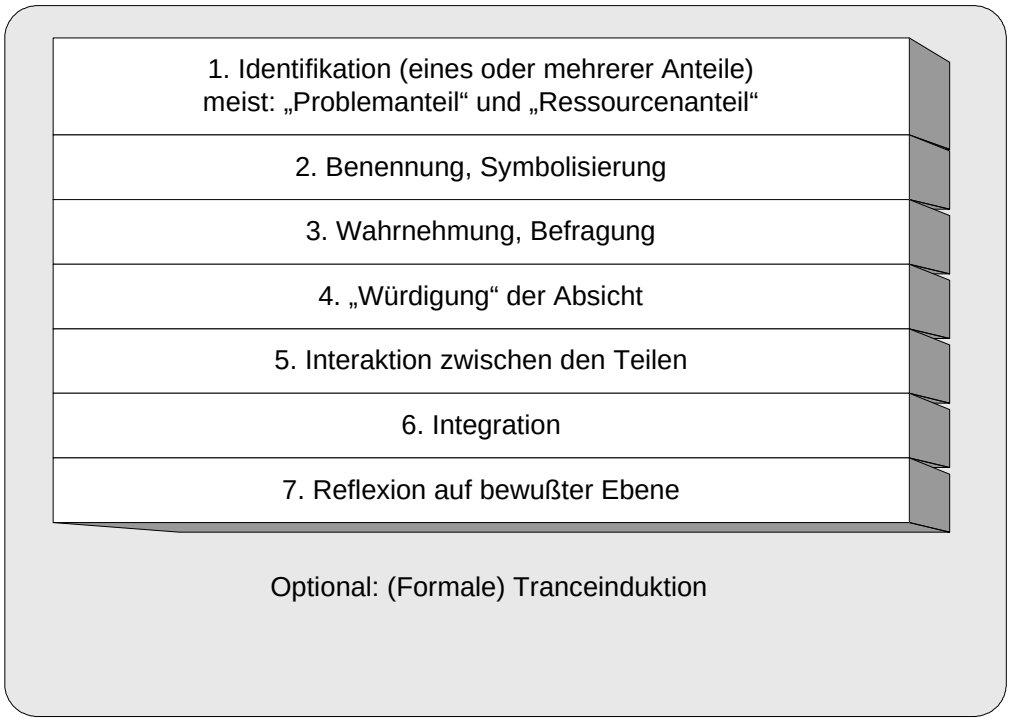
> *Wir gleiten ständig von einem Bewusstseinszustand zum nächsten mit jeweils unterschiedlichen physiologischen, kognitiven und emotionalen Mustern, so als ob wir multiple Persönlichkeiten seien, mit multiplen Seiten oder „Anteilen“. Der jeweilige Bewusstseinszustand ist dann eine vorübergehende Identifikation des bewussten „Ich“ mit einer der vielen Seiten.*

Macha (1996, 77) unterscheidet das „Ich“, welches eine „überdauernde biographische Einheit in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft und über alle Rollen und Identitäten hinweg“ geben kann von den „Identitäten“ eines Menschen, die in systemischer Sicht als „Subsysteme des Ich“ „im Prozess des Handelns situativ entstehen“. Sie schlägt in ihrem „Prozessmodell des Ich“ (Macha 1989, 330) für die Instanz des Verbindenden zwischen den Identitäten den Begriff des „Ich“ vor, das als „Integrationsinstanz“ Körper, Geist, Unbewusstes und Bewusstsein und den Kern des Ich wie auch die Kontaktgrenze umfasst. Das was im angelsächsischen Sprachraum als „Ego-States“ bezeichnet und im hypnosystemischen Sprachgebrauch vereinfacht mit „Teile“ übersetzt wird, kommt in diesem Modell dem Begriff der „Identitäten“ noch am nächsten. Demgegenüber entspricht das angelsächsische „Self“ der Konzeption eines teileübergreifenden „Ich“.

Idealtypische Interventionsschritte

In den therapiespezifisch unterschiedlichen Auffassungen von „Teilearbeit“ - lassen sich einige idealtypische Interventionsschritte ableiten, die je nach Therapierichtung und therapeutischem Ziel unterschiedlich kombiniert und gestaltet sein können:

Abbildung 7. Idealtypische Interventionsschritte in einer „Teilearbeit“



Ich habe diese idealtypische Darstellung bewusst an den Anfang dieses Kapitels gestellt, weil aus ihr deutlich hervorgeht, wie wichtig die Konzeption des Teilebegriffs ist. Die Einführung dieses Begriffs durch den Therapeuten bzw. Berater wird die Wahrnehmung des Klienten hinsichtlich seines Problems und einer möglichen Lösung entscheidend beeinflussen. Gleichzeitig hängt von der Konzeption des Teilebegriffs ab, was an methodischen Interventionen möglich ist. Zur Beschreibung dieser unterschiedlichen Konzeptionen ist die Terminologie der Distinktionstheorie hilfreich, wie sie George Spencer Brown[1] (1973, 2004) in seinem Standardwerk „Laws of Form“ eingeführt hat. Sie soll im Folgenden kurz erläutert werden.

4.2 Die Distinktionstheorie nach Spencer Brown

Nach Spencer Browns Distinktionstheorie (1973, 2004) ist die Operation des Unterscheidens („to draw a distinction“) ein kreativer Akt, der durch Schaffung einer geschlossenen Form eine Vielfalt neuer Formen generiert, die dann als „wahr, falsch, logische Operationen, Symbole, Signale, Namen, Prozesse, selbstverändernde Formen“ usw. angesehen werden können.

> *Distinktionen stellen lebensweltliche Trennungs- und Vereinheitlichungsvorgänge dar, die verändert werden können, die vergehen, um dann später in anderen neuen Zusammenhängen und unter anderen semantischen Schwerpunkten wieder aufzutauchen und zu wirken*. (Jokisch 1999, 33)

Spencer Browns „Laws of Form“ gilt daher als minimales und gleichzeitig allgemeines Rezept wie die Welt sich in Form und wie sich die Form zur Wahrnehmung bringt. Erkennen ist ein durch distinkte Ereignisse zustande kommender Kognitionsvorgang (Joksich 1999, B 6.), wobei das Unterscheiden und das Bezeichnen bei Spencer Brown eine identische Operation ist (Jokisch 1996, I. 2.).

> *Es gibt keine Unterscheidung, die nicht etwas gleichzeitig Bezeichnetes unterschiede. Und umgekehrt gibt es kein Bezeichnetes, das nicht vom anderen unterschieden wäre.* (Schöppe 1995, 77)

Für Wissenschafter, Therapeut und Klient ist die Distinktion die Grundlage für Information, denn „in einer Welt, in der es - für einen Beobachter - keine Distinktionen gibt, gibt es - für einen solchen Beobachter - auch keine Informationen“ (Jokisch 1999, E 34; Faust 2000, 8). Eine Informationseinheit ist nach Bateson (1972, 315) definierbar als „difference which makes a difference”. Spencer Brown impli-

[1] Über den enormen Einfluss von G. Spencer Brown auf Luhmann, Heinz von Foerster, Laing u.a. vgl. Schönwälder et. al. 2004, 205-257.

ziert mit dem Vorgang des Unterscheidens noch eine andere Möglichkeit, die für Therapie und Beratung interessant sein dürfte. Ein Begriffssystem kann durch semantische Unterscheidungen „seine eigenen Rahmen ‚transzendieren', sich selbst von außen her in einer Gesamtheit überblicken und mit der so gewonnenen Information wieder in sich selbst ‚eintreten'" (Watzlawick 1997, 233). „Von außen her", so Watzlawick (ebd., 234) „erweist sich dieser Rahmen dann als Falle; von innen als scheinbar geschlossenes, widerspruchsfreies Universum". In der Sprache der Psychologie und Therapie heißt das: Sprachliche Grenzziehungen ermöglichen Distanzierung und Informationsgewinnung, beinhalten aber auch durch ihre Geschlossenheit die Gefahr einer systemimmanenten Blindheit (Stolzenberg 1997). Spencer Brown (1973, 105) und Varela (1975, 22) haben nämlich auch darauf hingewiesen, dass die Bebachtung von „außen" immer mehr mit dem Beobachter zu tun hat als mit dem Beobachteten selbst.

Wenn im Folgenden von „Teil" die Rede ist, dann kann man aus dieser Sichtweise heraus fragen,

- ob der Teilebegriff als semantische Form einen anderen Grenzverlauf aufweist als die Formen „Emotion" und „Kognition",
- welche neuen Möglichkeiten sich aus diesen Formen für Therapeut und Klient ergeben,
- welche neuen Begrenzungen mit dieser Terminologie verbunden sind.

Ich bin mir bewusst, dass mit der Bezugnahme auf die Distinktionstheorie eine konstruktivistische Orientierung unvermeidbar ist[2]. Die oben gestellten Fragen zentrieren sich deshalb auch nicht um Fragen der empirischen Nachweisbarkeit des Teilekonzepts, sondern um dessen Viabilität für das beraterische und therapeutische Ziel einer Ermöglichung von Wahlfreiheit im Denken und Handeln. Aus konstruktivistischer Sicht im Sinne Maturanas und Varelas (1987) stellt sich die Frage nach einer strukturellen Koppelungsmöglichkeit. Bietet das Teilekonzept mehr Ankopplungsmöglichkeit an die Sprachwelt des Klienten als die Begrifflichkeit der REVT? Diese Frage wäre wiederum ein Thema empirischer Forschung, für die diese Arbeit nur die Grundlagen legen kann. Auf jeden Fall bietet die distinktionstheoretische Sichtweise jenen hohen Abstraktionsgrad, der für einen Vergleich von Methoden aus so unterschiedlichen Herkunftssystemen notwendig ist (Schmid, B. 1994, 41-42; Schmidt, J. 1996, 41; Jokisch 1999, A1).

Unterschiede zwischen den verschiedenen Ansätzen von „Teilearbeit" zeigen sich bei den folgenden Fragen:

[2] Unterscheidungen sind für Spencer Brown nicht Wesenheiten einer an sich bestehenden ontischen Wirklichkeit, sondern sind immer von BeobachterInnen gemachte Unterscheidungen.

- Wie trennscharf ist der Teilebegriff definiert? Eher vage oder eher konkret?
- Wie festgelegt ist der „Anteil“ durch eine inhaltliche Füllung?
- Werden die Teile neutral dargestellt oder bewertet?
- Gibt es einen zentralen, hierarchisch bedeutsameren Anteil mit „Steuerungsfunktion“ oder liegen alle „Anteile“ auf der gleichen Organisationsebene?

Diese Fragen sollen zunächst beispielhaft an das Multiplizitätskonzept der Transaktionsanalyse (TA) gestellt werden, welche aus mehreren Gründen für die Thematik der „Teilearbeit“ interessant ist. Die Transaktionsanalyse lässt sich als eine spezifische Form von Teilearbeit verstehen. Eric Berne (1910-1970) hat fast zeitgleich mit Ellis, seinen Ansatz im soziokulturellen Klima der ausgehenden 50er Jahre entwickelt[3]. Wie Ellis war Berne psychoanalytisch ausgebildet und entwickelte seine Therapie in der Auseinandersetzung mit diesem Paradigma. Während Ellis zu einem erklärten Gegner der Psychoanalyse wurde, hat sich Berne, trotz seiner kritischen Haltung, Zeit seines Lebens als „Analytiker“ verstanden und das, obwohl seine Therapie überaus starke kognitive Züge trägt und er mit Ellis zu den Begründern der kognitiven Therapie gezählt werden kann (Schlegel 2002, 26)[4]. Die Synthese beider Therapierichtungen eröffnet interessante Impulse für eine „Teilearbeit“, auch wenn diese noch weit von einem systemischen Verständnis entfernt ist. Zudem lässt sich an diesem Beispiel gut zeigen, wie unterschiedliche Distinktionen auf Konstruktebene die therapeutischen und beraterischen Möglichkeiten beeinflussen.

4.3 Distinktionstheoretische Überlegungen am Beispiel des Multiplizitätskonzepts der Transaktionsanalyse

4.3.1 Das Konzept der Ich-Zustände in der Auseinandersetzung mit der Psychoanalyse

Die Transaktionsanalyse von E. Berne (1910-1970) steht in der Frühzeit ihrer Entstehung mit der Formulierung der Ich-Zustände scheinbar noch ganz in der Tradition des Freudschen Strukturmodells (Berne 1957; Schlegel 2002, 145, 233). Später wurde das Strukturmodell der Transaktionsanalyse aus „Erwachsenen-Ich“, „Eltern-Ich“ und „Kind-Ich“ weiter ausdifferenziert, doch das Grundmodell kann auf den ersten Blick seine Ähnlichkeit mit den Instanzen des „Ich“, „Über-Ich“, und

[3] Bernes 1957 gehaltener Vortrag über „Transaktionsanalyse als neue und wirksame Methode der Gruppentherapie“ kann als erste öffentliche Darstellung des Konzepts gelten (Berne 1957, 1958). Für Ellis gilt das gleiche im Jahr 1956 (Ellis 1956).
[4] Berne war analytisch ausgebildet, aber nie graduiertes Mitglied der psychoanalytischen Vereinigung.

„Es“ nicht verleugnen. Zwar sieht es so aus, als habe Ellis den Ablöseprozess von der Psychoanalyse konsequenter vollzogen, doch auch in der REVT lässt sich – bei aller methodischer Abgrenzung - ein verblasstes Abbild des Freud’schen zweiten topischen Modells erkennen. Das „Muss“ im Demandingness-Konzept gleicht dem kategorischen Imperativ („Du sollst!“) des Über-Ich, die Vernunft des Rationalitätskonzepts gleicht der Ich-Funktion, das stoische Emotionskonzept erinnert an das „Es“ (vgl. Roth 2003, 48). Berne jedoch beschreitet mit der Formulierung seines Strukturmodells einen anderen Weg als Ellis. Mit der Konzeption der „Ich-Zustände“, die er als das zentrales Bestimmungsmerkmal seiner Therapie verstanden wissen will, setzt er andere distinktive Entscheidungen (Berne 1970, 243). Während Ellis Emotion und Kognition voneinander abgrenzt, kreiert Berne jene drei verschiedenen Ich-Zustände als **Einheit von Emotion, Kognition und Verhalten.**[5] Wenn in der populärwissenschaftlichen TA-Literatur das „Eltern-Ich“ als Normeninstanz, das „Erwachsenen-Ich“ als Vernunft und das „Kind-Ich“ als Emotion dargestellt wird, so entspricht dies in keiner Weise der ursprünglichen Intention des Therapiegründers (Erskine 2003, 86). Nach Schmid (1994, 17) definierte Berne einen „Ich-Zustand“ zunächst mit dem vagen Begriff „state of mind“, wohl in Anlehnung an Breuer, der, so Berne (1990, 417), die Ich-Zustände entdeckt, aber seine Entdeckung nicht weiter verfolgt habe. Später beschrieb er die Ich-Zustände als kohärente Systeme von Einstellungen (attitudes), Haltungen (states of mind), Gefühlen (system of feelings) und damit korrespondierenden Verhaltensweisen - körpersprachliche und physiologische Merkmale eingeschlossen (Berne 1961, 17, 28; Schlegel 2002, 125). Ich-Zustände bezeichnen somit „Einheiten des Erlebens und beinhalten Denken, Fühlen und Verhalten, die eine geschlossene Gestalt bilden“ (Hennig & Pelz 1999, 27). Die Transaktionsanalyse geht nun davon aus, dass diese Einheiten nicht nur aus Gründen der Nützlichkeit formuliert wurden, sondern dass sie ihre Entsprechung im phänomenologischen Erleben, im beobachtbaren Verhalten, in der Lebensgeschichtlichkeit und im sozialen Kontext von Klienten (bzw. Menschen überhaupt) haben (Drego 1993, Stewart & Joines 1993, 41). Zudem verabsolutiert Berne die Dreiteilung als ausschließend (Schlegel 2002, 126). Die bisherige Definition der Ich-Zustände kann deshalb um die phänomenologische Komponente ergänzt werden:

> *Ein Ich-Zustand ist eine Sammlung von stimmigen und zusammenhängenden Mustern des Seins, Entscheidens, Denkens, Fühlens, Verhaltens, das eine Person als stimmige Einheit erlebt und nach außen hin zeigt.* (Hennig & Pelz 1999, 37)

Verfolgt man Bernes Aufsätze bis zum Entstehungszeitraum des Strukturmodells, so wird deutlich, dass dieses Modell ein Versuch war, die „schwerfällige analytische Theorie auf die Ansprüche praktischer therapeutischer Arbeit zuzuschnei-

[5] Vgl. auch Abb. 8, S. 124.

den“ und mit „pragmatischen Faustformeln und Minimalmodellen“ das Freud’sche Unbewusste zu verdinglichen (Wartenberg 1991, 25).

> *Die Untersuchung von Urbildern auf die ihnen zugrunde liegenden unbewussten Strukturen wird durch die Charakterisierung prototypischer, anschaulicher Erinnerungsbilder ersetzt.* (Wartenberg 1991, 24)

Die Erinnerungsbilder werden von Berne distinktiv begrenzt. Sie sind nicht nur vom Klienten erlebbar, sondern auch vom Therapeuten beobachtbar. Aus der mühsamen Erforschung des Unbewussten wird ein modellgeleitetes Fragen nach begrenzbaren Erlebnisinhalten. Mit den Bebobachtungskriterien[6] von Ich-Zuständen grenzt sich Berne nicht nur von der Freud’schen Konzeption ab (vgl. Berne 1957, 131), er geht auch über das Konzept seines Vordenkers und Lehranalytikers Paul Federn (1952) und dessen Schüler Edoardo Weiss (1950) hinaus. Wenn der Freud-Schüler Federn einen Ich-Zustand als „the totality of a persons mental and bodily experience at any one moment“ (Stewart 1992, 23) beschreibt, dann hat dieser die ganzheitliche Konzeption bereits vorformuliert. Auch die Möglichkeit des Wiedererlebens von vergangenen Ich-Zuständen hat Federn in seiner Arbeit betont. Ein Eltern-Ich war zwar von Weiss als eine psychische Präsenz und von Fairbairn (1952, 171) als „anti-libidinal ego“ eingeführt worden, doch ohne eine fürsorgliche Variante. Was die TA nun zum Multiplizitätskonzept werden lässt, ist die Tatsache, dass Berne diese Ich-Zustände nicht nur als „Persönlichkeitsanteile“, sondern sogar als „Persönlichkeiten“ betrachtet (Berne 1970, 81, 70; 1971, 6-13; 1973, 63-92), die „jeder und jede im Kopf mit sich herumträgt“ (1970, 81, 70). Die Etablierung des Persönlichkeitsbegriffs[7] für Persönlichkeitsanteile oder Zustände ist meines Erachtens aus mehreren Gründen erklärbar:

1. Berne (1961) hat mit dem Ich-Zustand eine „Form“ kreiert, die Emotion, Kognition und Körperlichkeit als Gesamtheit umschließt und damit mehr Bestandteile von Persönlichkeit abdeckt als Kognitionen oder Emotionen allein.[8] Nach der Definition von Pervin (1996, 414), beinhaltet Persönlichkeit allerdings auch „effects of the past, including memories of the past, as well as constructions of the present and future”. Nun kann man argumentieren, dass die einzelnen Ich-

[6] Es würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen, die zum Teil sehr detaillierten Beschreibungen einzelner Ich-Zustände hier wiederzugeben. Beobachtungskriterien der sog. „Struktur-Analyse“ liegen vor in Hennig & Pelz (1999, 29-42) in Anlehnung an Erskine & Trautmann (1981). Ebenso bei Berne selbst (z.B. 1990, 26 ff.).

[7] Genau genommen bleiben die “Ich-Zustände” in der transaktionsanalytischen Literatur mehrdeutig. Sie werden mit folgenden Bedeutungen verwendet: a) als personifizierte Ich-Zustände, b.) jemand kann in einem Zustand sein, c.) jeder besteht aus 3 Personen, d.) 3 Personen sind „im Kopf“; vgl. Schlegel (2002, 126). Zwar hat Berne das Konzept der „Ich-Zustände“ zum zentralen Bestimmungsmerkmal der TA erklärt (Hennig & Pelz 1999, 27), ist jedoch immer wieder von seinen eigenen Definitionen abgewichen (Stewart 1992, 25, vgl. auch Sills und Hargaden, 2003, x).

[8] Vgl. Pervin (1996, 414) „Personality is the complex organization of cognitions, affects and behaviors that gives direction and pattern (coherence) to the person’s life.”

Zustände der TA eigentlich nur Persönlichkeitsanteile sind, weil sie dies nicht alles abdecken können. Aus der Sicht der TA könnte man aber entgegnen, dass auch wir – als Personen - nicht alles zur gleichen Zeit aktualisieren, was potenziell möglich ist. Das sog. Strukturmodell 2. und 3. Ordnung besitzt aber hier mehr Erklärungskraft (vgl. Stewart & Joines 1993, 59-68). Bei einer beruflichen Entscheidung kann der Sohn dann plötzlich die Stimme seiner Mutter hören, die zur Vorsicht mahnt (System 1. Ordnung), deren Ich-Zustände wiederum von ihrer Mutter aus der Kriegsgeneration stammen (System 2. Ordnung) oder die sie selbst aus ihren eigenen Kriegserlebnissen heraus entwickelt hat (System 2. Ordnung). Die internalisierte Persönlichkeit der Mutter beinhaltet somit implizit die von Pervin genannten Bestimmungsmerkmale von Persönlichkeit.

2. Wenn man den Ausführungen seines Mitarbeiters Harris (1992) Glauben schenken will[9], koppelte Berne mit seinem Persönlichkeitsbegriff an die Distinktionen eines seiner Klienten an. Was Spencer Brown mit „Distinktion“ gemeint hat, wird hier noch einmal exemplarisch deutlich:

   Irgendwann während der Stunde fragte er (der Klient): „Sprechen Sie mit dem Anwalt oder mit dem kleinen Jungen?“. Sowohl Berne wie sein Patient fanden Existenz und Auftreten dieser beiden realen Menschen oder Seinszustände immer interessanter und fingen an, sie als „der Erwachsene“ und „das Kind“ zu bezeichnen. Die Behandlung konzentrierte sich darauf, die beiden zu trennen. (Harris 1992, 31-32; Hervorh. vom R.B.)

3. Berne konnte sich auf eine gewisse – wenn auch ambivalente - psychoanalytische Tradition des Multiplizitätskonzepts beziehen (Berne 1990, 417). Mit der Erkrankung von Berta Papenheim wurde bereits Breuer – nach den heutigen diagnostischen Kriterien[10] - mit einer „Dissoziativen Identitätsstörung“ (DIS) konfrontiert (Breuer 1895/1991; Gast 2002; Ellenberger 2005, 659 f.). Freud lehnte dann aber die Theorie eines geteilten Bewussteins ab (Freud 1912/1975, 32) und verdrängte für mehrere Jahrzehnte das Dissoziationsmodell des französischen Psychiaters Pierre Janet (1859-1947). Berne übernahm den Begriff des Ich-Zustands von seinem Lehranalytiker und Freud-Schüler Federn, der von einem „Duolog“ zwischen zwei Bestandteilen des Ichs ausging (Berne 1990, 417; Schlegel 2002, 27).

[9] Für die Glaubwürdigkeit spricht, dass Harris (1992) 10 Jahre lang Mitarbeiter von Eric Berne war.
[10] vgl. Gast (2002). Breuer und Freud diagnostizierten bei Bertha Pappenheim (Anna O.) eine hysterische Störung. Ausgehend vom DSM-IV sind aber mindestens 2 Kriterien für eine dissoziative Persönlichkeitsstörung erfüllt: Mehrere Identitäten, Übernahme der Kontrolle durch eine Identität bei schwerer Amnesie. Früher war der Begriff „Multiple Persönlichkeitsstörung, MP“ gebräuchlich.

4. Damals „neue“ Erkenntnisse des Neurochirurgen Wilder Penfield (1952) bestärkten Berne in der Annahme von personalisierten Introjekten (vgl. Harris 1992, 19 ff.).[11] Berne zitiert Penfield in “Principles of Group Treatment” (Berne 1966a, 281).

5. Die Vorstellung von Objektbeziehungsanalytikern, wie Fairbairn und Winnicott, dass unsere Erfahrungen von internalisierten Objektbeziehungsstrukturen geprägt werden, findet sich auch im Berne’schen Modell wieder (Pine 1990, 50; Sills & Hargaden 2003, xiii). Das Eltern-Ich wird als „exteropsychisches System“ betrachtet und beinhaltet gespeicherte Repräsentationen von realen, meist lebensgeschichtlich bedeutsamen Personen, wie zum Beispiel des Vaters (Berne 1957, 300). Wenn eine Objektrepräsentanz zu einer Selbstrepräsentanz verwandelt wird, also eine Introjekt zu einer Identifikation wird, dann spricht der Junge nicht nur wie sein Vater im Sinne einer Imitation. Die Sprache des Vaters ist ein Teil vom Selbst des Jungen geworden (Watkins & Watkins 2003, 33).

   In diesem Zustand fühlt, denkt, handelt, spricht und reagiert der Mensch ebenso, wie seine Eltern das getan haben, als er selbst noch klein war. (Berne 1990, 26)

   Aber selbst ein „archeopsychisches System“[12] wie das Kindheits-Ich, das aus Repräsentationen des eigenen kindlichen Erlebens und Verhaltens zu einem bestimmten Zeitpunkt besteht, kann nach Berne (1990, 27) personaler Natur sein:

   Jeder Mensch trägt in seinem Inneren aber auch einen kleinen Jungen bzw. ein kleines Mädchen mit sich; Dieses Wesen fühlt, denkt, handelt und reagiert genauso, wie der betreffende Mensch das getan hat, als er sich in einem ganz bestimmten Kindheitsalter befand.

   Unabhängig von einem lebensgeschichtlichen Vorbild oder dem eigenen kindlichen Verhalten aus der Vergangenheit kann auch ein neuer, eigenständig konstruierter, gleichsam aktualisierter Ich-Zustand existieren, der entweder bereits verfügbar ist oder potenziell konstruiert werden kann. Dieses „neopsychische System“, das dem Erwachsenen-Ich-Zustand zugeordnet wird, ist in der

[11] Penfield reizte Gehirnregionen mit einer Sonde, worauf die Patienten in der Stimmlage von Zuständen sprachen, in denen sie sich damals befanden bzw. wortwörtliche Zitate von Eltern wiedergeben konnten (vgl. Penfield 1952; Harris 1992, 19 f.).

[12] Definition analog zu Schmid 1994, 147: „Das exteropsychische System fasst alle Ich-Zustände zusammen, die von anderen übernommen wurden, und zwar auf früher wie auf heute bezogen“; Das „archeopsychische System fasst alle Ich-Zustände zusammen, die von der Person selbst früher (häufig in der Kindheit) gebildet wurden“; Das „neopsychische System fasst die heute realen (oder möglichen) Ich-Zustände, die die Person selbst bildet, zusammen“.

TA von therapeutischem und beraterischem Interesse, „weil es das Augenmerk (…) auf solche Ich-Zustände richtet, die aktualisiert oder entwickelt werden müssten, damit eine Person sich auf das Heute in gesunder Weise beziehen kann“ (Schmid 1994, 147).

Aus den genannten Gründen ist es zumindest verstehbar, warum Berne über den Begriff der „Anteile“ hinaus sogar von internalen Persönlichkeiten spricht. Gleichzeitig wird auch deutlich, wie stark diese Konzeption noch an das psychoanalytische Paradigma gekoppelt ist. In Verbindung mit dem Skriptbegriff [13] sind die „Ich-Zustände“ an ein psychoanalytisches Grundverständnis von Wiederholungsautomatismen frühkindlicher Grunderfahrungen geknüpft. In Bernes therapeutischen Aufzeichnungen bekommen diese Anteile dann auch schnell den autonomen Charakter einer multiplen Persönlichkeit zugeschrieben:

> *Der Satz „meine Ehe ist perfekt!“ wurde von einem pompösen und herrischen Mutter-Eltern-Ich ausgesprochen oder diktiert, der sozusagen Bridys Sprechapperat als abschließendes Ausdrucksinstrument benutzt hatte.* (Berne 1990, 413, Hervorh. R.B.)

Der Therapeut beansprucht die Deutungshoheit über die „Skriptsignale“ (Stewart & Joines 1993, 171), die beispielsweise aus körpersprachlichen Gesten bestehen können:

> *Bridys rechte Hand wurde von ihrem Erwachsenen-Ich übernommen, um klarzustellen, dass sie tatsächlich und vermutlich auch für immer mit einem Schurken verheiratet war.* (Berne 1990, 413)

Die Aktivierung der Ich-Zustände entspricht in ihrem Muster den frühkindlichen Erfahrungen:

> *Hier spiegelt sich die Situation wieder, wie sie im wirklichen Leben bestand. Als Kind konnte Bridy nicht offen mit ihren Eltern reden, sondern sie musste verschiedenes hinter ihrem Rücken tun. Wurde sie dabei erwischt, dann versuchte sie der Verantwortung für ihr Tun auszuweichen, indem sie behauptete, sie (ihr Erwachsenen-Ich) wisse nicht, was sie (ihr Kindheits-Ich) tue. Klinisch gesehen, handelt es sich hier um eine hysterische Situation, bei der das Kindheits-Ich alle möglichen Dinge tun kann, während das Erwachsenen-Ich sich weigert, die Verantwortung dafür übernehmen, und das Eltern-Ich ganz aus dem Spiel bleibt.* (Berne 1990, 414)

Obwohl Berne das Freud’sche Triebkonzept nicht explizit übernimmt, zeigt sich auch in seinem Modell das antagonistisch Gegensätzliche zwischen den Ich-Zuständen. Durch die Triebtheorie und die Etablierungen eines Über-Ichs, das

[13] Berne (1990, 472) gibt folgende Definition: „Beim Skript handelt es sich um ein kontinuierliches (fortlaufendes) Programm, das in der Zeit der frühen Kindheit unter elterlichem Einfluss entwickelt wird und das das Verhalten eines Individuums in den wichtigsten Aspekten seines Lebens bestimmt.“ Dabei nimmt Berne Bezug auf Freuds „Wiederholungs- und Schicksalszwang“, auf Adlers „Lebensplan“ und auf Jungs „Archetypen“ (Berne 1990, 79 ff.). Zur Auseinandersetzung mit dieser Berne’schen Rückbesinnung vgl. das Interview mit der Transaktionsanalytikerin Fanita English in: Becker, V. 1989, 66 ff.

sich dieser Triebe schämt und schuldig fühlt, gehört dieser Antagonismus zum psychoanalytischen Erbe (Sills & Hargaden 2003, xii). Es mag am pathologischen Kontext liegen, dass bei Berne die innerpsychische Dynamik oft in einer Kampf-Metapher beschrieben wird, als „the relics of the infant who once actually existed, in a struggle with the relics of the parents who once actually existed“ (Berne 1961, 66).

4.3.2 Neuerungstendenzen innerhalb der Transaktionsanalyse und ihre möglichen Auswirkungen auf eine „Teilearbeit“

Angesichts des psychoanalytischen Paradigmas ist es auch nicht verwunderlich, dass im Strukturmodell der TA hauptsächlich der Vater, die Mutter, der Onkel oder das Kind als internale Persönlichkeiten in Erscheinung treten. Was aber ist mit den aktualisierten, konstruierten Zuständen? Gibt es auch „den Mutigen“, den „Diffusen“ oder den „Kritiker“ als „Persönlichkeit“ in einem neopsychischen Sinn? Der Transaktionsanalytiker Bernd Schmid (1990) hat hier auf eine wichtige Unterscheidung aufmerksam gemacht und innerhalb der Transaktionsanalyse eine Reformdiskussion angeregt. Das oben beschriebene Strukturmodell ist seiner Meinung nach einzig den Fragen nach der Herkunft von Zuständen vorbehalten. Es ist ursprünglich von Berne entwickelt worden, um Übertragungsphänomene transparent zu machen.

> *(...) das Ich-Zustandsmodell im Bern'schen Sinne ist kein universales Persönlichkeitsmodell. Es diente zunächst nur dazu, fixierte Kindheitserlebnisse, die das Hier und Jetzt beeinflussen, zu erfassen.* (Schmid 1990,156)

Es ist also nicht entwickelt worden um Verhalten oder Interaktionen zu beschreiben. Stellt man im Rahmen dieses Modells Fragen, wird man immer auf entwicklungspsychologische Themen stoßen. Daneben existiert aber auch das so genannte „Funktionsmodell“, das die meisten mit der Transaktionsanalyse in Verbindung bringen. Es beschreibt auf synchroner Ebene, welches Verhalten für die einzelnen Ich-Zustände typisch ist und kann unabhängig von Fragen der Herkunft diagnostische Erkenntnisse über die Aktivierung bzw. die Dynamik dieser Zustände liefern. Zudem wird es genutzt, um typische Interaktionsmuster zu beschreiben. Was nun zur Verwirrung auch innerhalb der transaktionsanalytischen Gemeinschaft führt, ist die Tatsache, dass dieses Modell in Form und Inhalt dem Strukturmodell gleicht (vgl. Schlegel 2002, 27). Schmid (1990, 157) weist darauf hin, dass es beispielsweise „irreführend und falsch“ sein kann, eine fürsorgliche Haltung dem Eltern-Ich-Zustand zuzuordnen. Dieser Teil (bzw. diese Haltung) kann im Lauf der Pubertät entwickelt worden sein während beide Eltern dieses

Verhalten eher weniger zeigten. B. Schmid (1990) schlägt deshalb vor, für die Beschreibung von Funktionen die Dreiteilung mitsamt der TA-typisch graphischen Kreisdarstellung aufzugeben, um jede Vermischung von Herkunftsfrage und Funktionsfrage zu verhindern und Fragestellungen nicht unangemessen auf Pathologie und Vergangenheit einengen zu müssen (vgl. Schmid 1994, 155 ff.). Gleichzeitig plädiert er dafür, die Reduzierung auf die Anzahl von drei Ich-Zuständen aufzugeben, da es ja – je nach Fragestellung - eine Vielzahl von möglichen Funktionen geben kann. Diese Dreiteilung sei ja nun im Übrigen nicht mehr zu rechtfertigen, wenn der Bezug auf Eltern und Kind wegfiele. Vielmehr sei es wichtig, vor der Etablierung eines Beschreibungsmodells jeweils neu die Kriterien festzulegen, nach denen man beobachten will. „Fürsorglich" kann dann nur eine Möglichkeit der Benennung sein, „diffus", oder „klar" eine andere. Es stellt sich natürlich die Frage, was bei einer Aufgabe der Kategorien „EL", „ER", und „K" noch von der Transaktionsanalyse bleibt.[14] Schmid schließt jedoch eine Verwendung der Kategorien nicht aus, wendet sich aber gegen ihren gewohnheitsmäßigen Gebrauch und fordert, „mehr über die Implikationen und Konsequenzen der gewählten Perspektiven nachzudenken" (ebd., 160).

Bernd Schmid hat zwar hauptsächlich dafür plädiert, sich bei der Analyse von Interaktionen von den traditionellen Termini frei zu machen, doch die besprochene Problematik trifft meines Erachtens auch für die „Teilearbeit" zu. Wenn wir von einem „fürsorglichen Eltern-Ich-Anteil" sprechen, ist die entwicklungsgeschichtliche Ebene sofort präsent. Gerade für Beratung und Coaching wäre es aber unabdingbar, auf einer synchronen Ebene bleiben zu können. Aus diesem Grund bringt diese interne Diskussion auch für die Thematik der „Teilearbeit" wichtige Erkenntnisse und Impulse:

- Je nach übergeordneter Theorie und Fragestellung können unterschiedliche „Teile" zu Tage treten.
- Jede Distinktion bringt eine Orientierung, gleichzeitig aber auch eine Begrenzung.
- Distinktionen beeinflussen die Intuition des Therapeuten und des Klienten.
- Die Benennung von „Teilen" aufgrund übergeordneter Theorien (z.B. freies Kind-Ich) sorgt für Orientierung aber auch für eine Begrenzung.
- Für jedes therapeutische System ist es deshalb ein Zeichen von Professionalität, sich der Prämissen bewusst zu sein, aufgrund derer Distinktionen und Benennungen erfolgen.

[14] vgl. hierzu den Beitrag von B. Schmid (1988): Ortsbestimmung. Überlegungen zur Identität als Transaktions-Analytiker. Transaktions-Analyse 2/88, S. 75-77.

Wenn wir Bernd Schmids Vorschlag folgen, könnte man einen „fürsorglichen Anteil“ benennen ohne auf die lebensgeschichtliche Herkunft dieses Teils verweisen zu müssen. Man könnte die transaktionsanalytischen Bezeichnungen „kritisch, fürsorglich, frei, angepasst, rebellisch, erwachsen“ als Orientierung im neopsychischen System nutzen, ohne sich darauf zu beschränken. Wie von Berne ursprünglich geplant, wäre das Modell der Ich-Zustände dann eine „Organisationshilfe für die Intuition“ (Schmid 1990, 156) des Beraters. Ungeklärt bliebe allerdings, ob die Termini „Teilpersönlichkeiten“ oder „internale Persönlichkeiten“ vertretbar wären, würde ihr Bezug auf real existierende Personen aufgegeben. Therapiegeschichtlich zeichnet sich hier der Versuch ab, die Transaktionsanalyse für eine systemisch prozessuale Sichtweise zu öffnen und sie aus unreflektiert übernommenen psychoanalytischen Denktraditionen zu befreien (vgl. Stierlin 1994, 68).

Lee (2003) plädiert für eine konstruktivistische Betrachtungsweise der „Ich-Zustände“ so wie es ursprünglich von Federn (1952) im „Orthriogenesis-Konzept“ gedacht war. Eltern-Ich und Kind-Ich werden dabei weniger als Konstruktionen der Vergangenheit, sondern - gemeinsam mit dem Erwachsenen-Ich - als täglich neue Konstruktion in der Gegenwart gesehen. Sie steht dabei durchaus in der Tradition von Berne (1961, 48), der betont:

> *Psychic life may be thought of as a … continuum, with a single ego state which is modified from moment to moment in an abrupt or plastic way.*

Diese Perspektive würde es erlauben, dann von neuen “Kind-Ich-Zuständen“ zu sprechen, wenn eine vergangene Situation mit dem Wissen des gegenwärtigen Erwachsenen-Ich-Zustandes neu erlebt werden könnte.

4.3.3 Das kognitive Konzept des Erwachsenen-Ichs

Das Selbstverständnis der Transaktionsanalyse liegt aber nicht nur in ihrer analytischen Denktradition begründet, sondern gerade in ihrer kreativen Verbindung mit dem kognitiven Paradigma (Schlegel 1998, 1). Dies zeigt sich vor allem in der Bedeutung und Rolle des Erwachsenen-Ich-Zustands. Nach Berne (1961, 246; 1963; 2001, 215) soll die „Erwachsenenperson“ die „Vorherrschaft“ ausüben und bestimmen, welcher Zustand in einer gegebenen Situation zu aktivieren sei, wird doch ihr die Fähigkeit zur Realitätsprüfung zugeschrieben. Die Realitätsprüfung sei vergleichbar mit dem Funktionieren eines Computers: dem Sammeln einschlägiger Informationen, deren Verarbeitung und schließlich deren Auswertung zu Entscheidung und gegebenenfalls Handlung[15]. Berne hat diesen Terminus der

[15] Die Computer-Metapher wird bis heute in der populärwissenschaftlichen Selbsthilfeliteratur der TA für die Beschreibung des „ER“ gebraucht, vgl. Schmidt, R. (1998, 52).

Realitätsprüfung aus der Psychoanalyse entlehnt, benutzt ihn aber wie Beck und Freemann (1993, 32), die als ausdrückliches Ziel der kognitiven Therapie die Wiederbelebung des realitätsüberprüfenden Systems begreifen.[16] Ziel der Transaktionsanalyse ist die „Enttrübung" der Erwachsenenperson von übergeneralisierten Eltern-Ich-Forderungen sowie von idealisierenden Wunschvorstellungen des Kind-Ichs (Berne 1958, 1961). Berne (1990, 23) definiert die Rolle des Erwachsenen-Ichs so:

> *Das Erwachsenen-Ich ist die einzige Kraft, die wirksam zwischen dem Eltern-Ich und dem Kindheits-Ich intervenieren kann, und davon müssen alle therapeutischen Interventionen ausgehen.*

Während in der klassischen Psychoanalyse das „Ich" noch ein „Spielball der anderen Mächte" war, wurde es bereits in der psychoanalytischen Ich-Psychologie „als mit eigener Energie ausgestattet" erklärt (Schlegel 2002, 232). Ich möchte nun an dieser Stelle die Forderung nach der „Vorherrschaft" der „Erwachsenenperson" problematisieren. Auf der einen Seite entwirft Berne ein alternatives Konstrukt von Ich-Zuständen, das alle Komponenten von Persönlichkeit einschließt. Auf der anderen Seite soll nun einer dieser Ich-Zustände als primus inter pares eine hierarchisch übergeordnete Organisationsfunktion übernehmen. Dies sieht auch Schlegel (2002, 150) kritisch:

> *Die Instanz, die bestimmt, welcher Ich-Zustand in einer bestimmten Situation aktiviert werden soll, kann nicht selbst einer dieser Ich-Zustände sein, sondern muss den Ich-Zuständen, also der „Eltern-Person", „der Erwachsenen-Person", dem „Kind" übergeordnet sein!*

Wenn Berne an anderer Stelle von einer Hegemonie eines Ich-Zustands spricht (z.B. Berne 2001, 42), dann in Zusammenhang mit der Unterdrückung eines weiteren Ich-Zustands. Schlegel (2002, 150) schlägt deshalb vor, von einer übergeordneten oder beigeordneten „Erwachsenen-Ich-Person" zu sprechen. Wie noch zu zeigen sein wird, hat das Konstrukt einer übergeordneten Instanz auch in anderen Multiplizitätskonzepten ihre Entsprechung. Falls aber diese Instanz mit der Funktionsweise eines Computers gleichgesetzt wird, ist zu fragen, worin die Alternative zum sokratischen Paradigma besteht. Der Skriptbegriff entspricht den „Schemata", die „Antreiber" den „absolutistischen Forderungen", die „Erlauber" den „rationalen Alternativen" und wenn Berne davon spricht, der Klient solle die „nichtangepassten, sinnlosen, schädlichen und irreführenden Direktiven abstoßen und die angepassten und nützlichen beibehalten" (Berne 1990, 420), dann entspricht dies ebenfalls der Ellis'schen Terminologie. Auch die Kampfmetaphorik der REVT findet sich bei Berne wieder:

[16] Die Ich-Funktion der „Realitätsprüfung" ist im analytischen Sinn eng mit dem Erkennen von Übertragungsphänomenen verbunden. Vgl. Mertens 1990, 168.

Ein zaghafter Therapeut ist ebenso wenig in der Lage, ein zorniges Eltern-Ich zu bändigen, wie ein zaghafter Cowboy in der Lage ist, ein sich aufbäumendes Pferd zu bändigen. (Berne 1990, 426)

Da wundert es nicht, dass Ellis bereits 1962 in positiver Weise auf Berne verwiesen hat (Ellis 1994b, 34; Becker, V. 1989, 66). Die Computermetapher ist allerdings auch von Teilen der Transaktionsanalytischen Gemeinschaft abgelehnt worden. Clarkson (1996, 81) spricht explizit vom „integrierten Erwachsenen-Ich-Zustand“, der „emotional über ein breites Reaktionsspektrum (Pathos) verfügt“ und setzt sich damit gegen die traditionelle Funktion der „Erwachsenenperson“ als Datensammler und Verwerter ab. Nach Berne sind im erwachsenen Ich-Zustand Gefühle keineswegs ausgeschlossen, sollen aber weder durch Wunschdenken noch durch Vorurteile geleitet sein (Berne 2001, 74 ff.; 1979, 202-205; 1964b, 180). Explizit spricht er von einem „set of feelings, attitudes, and behaviour patterns which are adapted to current reality (Berne 1961, 69). Folgt man diesem ganzheitlichen Ursprungskonzept, müsste eine Neubewertung und Realitätsprüfung auch auf „Erwachsenenebene“ unter Berücksichtigung der Emotionen möglich sein. Einige Schüler von Berne sprechen der „Erwachsenenperson“ dennoch Emotionen ab (Dusay 1968; Dusay & Steiner 1971; Goulding & Goulding 1981, 25; Woollams & Brown 1978, 14).

Trotz der offensichtlichen Gemeinsamkeiten mit der REVT, gibt es dennoch interessante Unterschiede, welche für die Methode der „Teilearbeit“ bereichernd sein könnten.

4.3.4 Impulse und Beiträge der Transaktionsanalyse für die Arbeit mit „Teilen“

Die Entdeckung des innerdynamischen Dialogs

Weil Berne „Ich-Zustände“ nicht nur als Bewusstseinszustände konzipiert, sondern auch personalisiert, schafft er damit in systemimmanenter Logik auch die Möglichkeit einer Kommunikation zwischen diesen Zuständen. Dieser Gedanke taucht bei Ellis nicht auf, weil er sich auf den dominanten, dysfunktionalen Hauptgedanken konzentriert, während er selbst die Rolle des unterrepräsentierten Alternativgedankens einnimmt. Die kognitiven Therapien sprechen bisweilen auch von „Dialogen“ (z.B. Beck 1979, 36), konzentrieren sich aber methodisch auf die Gedankenketten eines Monologs. In der KVT nimmt der Therapeut solange die Rolle eines „Hilfsprüfers“ an, bis das System der Realitätsprüfung „wieder belebt“ wird. In der Ellis’schen Diktion klingt das etwas anders: Der Therapeut versteht sich

parteiisch als „Gegenpropagandist“ gegen den „Aberglauben“ im Denken des Klienten (Ellis 1993, 81; vgl. Kap. 3.3.1). Aus der Sicht der Transaktionsanalyse lässt sich das Vorgehen der REVT so beschreiben: Der Klient steht unter einem Antreiberverhalten bzw. handelt skriptgebunden. Sobald die Person gegen dieses Skript handelt, wird das Eltern-Ich aktiv und versucht, das Kind-Ich in Schranken zu halten. Einem Berater stehen nun zwei - für Berne (1990, 422) wenig aussichtsreiche – Wege offen:

> *Sagt ein Außenstehender: „Lass es doch das tun!“ dann wird sofort das Eltern-Ich alarmiert, und seine Verbote werden umso energischer, so dass das Kindheits-Ich überhaupt keine Chance mehr hat. Der Außenstehende kann jedoch das Kindheits-Ich verführen, dass es selbst Energie beschafft, und zwar in Form von Ermutigung oder Druck. Dann kann es durchaus geschehen, dass das Kindheits-Ich sein (an sich verbotenes Verhalten) tatsächlich ausführt. Aber danach schaltet sich dann sofort das immer noch aktiv energiegeladene Eltern-Ich ein und versucht das sogenannte „Kater“-Phänomen, wie beispielsweise bei einem alkoholischen „Kater“, bei Schuldgefühlen oder bei manisch-depressiven Symptomen, die auf eine allzu große Freiheit des Kindheits-Ichs folgen.*

Wie bereits oben erwähnt, sieht Berne als einzig aussichtsreiche Intervention die Stärkung des Erwachsenen-Ich-Zustands. Übernimmt der Berater aber die Rolle des (rebellischen oder freien) Kind-Ichs, könnte er das interpersonale Transaktionsmuster sogar noch verstärken (vgl. Hennig & Pelz 1999, 178). Auch wenn man der systemimmanenten Logik von Berne nicht folgen will, weil man die Reduktion von internalen Entscheidungsprozessen auf den Aspekt einer Eltern-Kind-Repräsentation für einseitig hält, muss man der Transaktionsanalyse doch zugestehen, den „sokratischen Dialog“ um den Systemgedanken erweitert und die Rolle des Beraters im System problematisiert zu haben. Das objektbeziehungstheoretische Erbe der Transaktionsanalyse lenkt die Aufmerksamkeit auf mögliche Wiederholungen von Objektbeziehungsmustern. Im Gegensatz zur REVT hält die Transaktionsanalyse eine ihr eigene Terminologie für derartige „Spielangebote“ seitens des Klienten bereit, z.B. „Spielköder“, „Spielanfälligkeit“, „Spielzug“, „Spielformel“, „pay off“, „Spielgewinn“ usw. (Schlegel 2002, 303-308). Dabei sind „Spiele“ verdeckte symbiotische Ansprüche, die aus inneren Konflikten zwischen den Ich-Zuständen resultieren (Berne 1990, 40 ff.) Mit der Prämisse, dass sich in der internen Kommunikation zwischen Eltern-Ich und Kind-Ich ein einst „wirklich“ erlebtes Muster repräsentiert, erweitert Berne das „innere Selbstgespräch“ (Ellis 1993) bzw. den „inneren Monolog“ (Beck 1979, 31) um das Thema Familiendynamik. Es bleibt anzumerken, dass er mit diesem Erklärungsmodell die möglichen Dialogmuster aber auch begrenzt.

Das Kooperations-Prinzip

Die Berne'sche Konzeption eines Austausches von „Energie" zwischen den „Ich - Zuständen" könnte auch unter dem Oberbegriff „innerer Dialog" verortet werden. Den heute mechanistisch anmutenden Energiebegriff hat Berne von Freud entlehnt, ohne dass definiert worden wäre, was mit Energie gemeint ist (Wartenberg 1991, 20; Schlegel 2002, 56; Schmid 1994, 159).[17] Dies soll hier nicht weiter problematisiert werden, nicht zuletzt weil Schmid betont, Berne habe sich fast für den Informationsbegriff entschieden (Schmid 1994, 159). Dies wird dann deutlich, wenn Berne davon spricht, durch Kommunikation könne Energie in den Erwachsenen-Ich-Zustand hineinkommen bzw. die Energieverteilung verändern (Berne 1990, 423). Wichtiger scheint mir zu sein, dass die „Energiemetapher" nicht zwangsläufig einen Verteilungskampf impliziert, sondern auch einen Kooperationsgedanken zwischen den Teilen denkbar werden lässt (vgl. Berne 1990, 423).

Ressourcenorientierung in der TA

Die Störungstheorie der TA endet nicht mit dem Begriff der „Trübung". Problematisches Verhalten entsteht auch durch sog. „Ausschlüsse" und „Fixierungen". Unter „Ausschluss" wird die Unmöglichkeit oder wenigstens die Hemmung verstanden, einen bestimmten Ich-Zustand zu aktivieren. Unter Fixierung versteht man die Schwierigkeit, einen anderen Ich-Zustand einzunehmen als den, aus dem heraus man die meiste Zeit seines Lebens strukturiert (Hagehülsman & Hagehülsman 1998, 49; Schlegel 2002, 140; Schmid 1994, 161). Ziel der Therapie ist es nun, einen bisher ausgeschlossenen Ich-Zustand zu reaktivieren. Diese Vorgehensweise hebt sich nun fundamental von einer problem- und defizitorientierten Betrachtung ab, was eine tatsächliche Alternative zum sokratischen Paradigma wäre. Das Modell der Ich-Zustände wird insbesondere dann zur theoretischen Legitimation für ein ressourcenorientiertes Vorgehen, wenn es sich an der ursprünglichen Berne'schen Konzeption orientiert. Berne hat niemals die Anzahl von möglichen Ich-Zuständen auf drei Kategorien (Eltern, Erwachsener, Kind) begrenzt, wie fast ausnahmslos in der populärwissenschaftlichen TA-Literatur dargestellt wird (Berne 1990, 28). Er hat zwar weitere Kategorien ausgeschlossen, aber innerhalb dieser eine Vielzahl von möglichen „Teilpersönlichkeiten" zugelassen. Von Anfang an konzipierte Berne das Kind-Ich als Sammelbegriff vieler möglicher Ich-Zustände, weil er in Anlehnung an Erik Erikson (1966) die verschiedenen Entwicklungsphasen berücksichtigte:

[17] Paul Federn gab bereits die Libidotheorie Freuds auf und löste den Energiebegriff vom Sexuellen (Watkins & Watkins 2003, 30).

Each person is likely to have many different archaic ego-states that she may re-experience at various times. (Stewart 1992, 26).

Es eröffnen sich neue therapeutische und beraterische Möglichkeiten der Ressourcenorientierung, wenn man davon ausgeht, dass eine Person potenziell eine Vielzahl von Ich-Zuständen zur Verfügung hat. Im sog. „exteropsychischen" System könnte dies beispielsweise auch die Erfahrung der Mutter als Modell sein, im archeopsychischen System das Denken, Fühlen und Verhalten während der Pubertät, im „neopsychischen" System das mutige Eingreifen bei einer schikanösen Behandlung einer alten Frau. Der Ressourcenraum erstreckt sich diachron über die Zeit wie auch synchron über verschiedene Kontexte. Berne geht sogar über die individuelle Lebensspanne hinaus, wenn er generationenübergreifende Skripte untersucht oder ganz im Sinne des kollektiven Unbewussten von den prähistorischen Menschen in uns spricht (Berne 1990, 316). Die ganzheitliche Konzeption von Ich-Zuständen in Denken, Fühlen, Handeln und Körperwahrnehmung macht es zudem möglich, ein „Erinnerungsbild" eines ressourcenhaften Zustandes durch Interventionen auf verschiedenen Ebenen zu aktivieren, was mit einem hypnotherapeutischen Vorgehen vergleichbar wäre.

An dieser Stelle muss allerdings betont werden, dass Berne mehr destruktive Zustände thematisiert als dies seine theoretische Konzeption zulassen würde (Hennig & Pelz 1999, 98; Schlegel 2002, 273). Die Terminologie der klassischen TA ist zudem stark problemfokussierend. Zum einen kann dies mit Bernes professioneller, psychiatrischer Rolle erklärt werden, zum anderen spielt sicher auch dessen existenzialistische Lebensphilosophie eine Rolle, die in seiner Äußerung vom „absurden Glücksspiel des Lebens" (Berne 1966, 1990) zum Ausdruck kommt. Beispielhaft für die Problemorientierung der TA stehen:

- Die destruktiven Grundbotschaften des Lebensskripts, wie Einschärfungen und Gegenskriptbotschaften sowie ihre mythologischen Entsprechungen (Tantalus, Arachne, Damokles, Herakles, Sisyphus, Philemon und Baucis),[18]
- die Auswahl von archeotypischen Persönlichkeiten wie des „kleinen Faschisten" (Berne 1990, 314 ff.) oder des „kleinen Professors" (Stewart & Jones 1993, 60),
- das Konzept des „Miniskripts" als Teufelskreis und Bestätigung für das Scheitern im Leben,
- die ausnahmslos negativ definierten „Spiele" (z.B. das Drama-Dreieck der manipulativen Rollen) und die Spielanalyse (z.B. mit dem Aufdecken des Schwindels).[19]

[18] Dem steht die „Erlaubnismatrix" von Woollams und Brown (1978) mit der Betonung der förderlichen Botschaften gegenüber. Vgl. auch die positive Umkehrung des Teufelskreises von: Levin, P. (1982). The Cycle of Development. TAJ 12, 2, 129-139.

Obwohl Berne (1990, 243) ein so genanntes „Gewinnerskript“ und ein „banales Skript“ einführte, wird der Skriptbegriff von vielen Transaktionsanalytikern **negativ** konnotiert (vgl. Schlegel 2002, 275). Dies dürfte damit zusammenhängen, dass ein „Skript“ ad definitionem aus unbewusst ablaufenden Prozessen besteht unter Umgehung einer bewussten Reflexion. Dies wiederum würde die Vorherrschaft der „Erwachsenenperson“ beeinträchtigen. Das „Unbewusste“ wird zu einem Gefährdungspotenzial für ein autonomes Leben. Dies gilt auch für den gesamten Prozess der „Introjektion“ im exteropsychischen System. Als „unconscious defense mechanism“ und als Antwort auf unerfüllte Bedürfnisse ist er konfliktbehaftet und keine Ressource (Erskine 2003, 89). Obwohl in der Transaktionsanalyse wie auch in den kognitiven Therapien die Verdinglichung des Unbewussten keine Rolle spielt - Berne (1990, 457 f.) spricht eher vom „Vorbewussten“ - scheint mir der Einfluss einer psychoanalytischen und tiefenpsychologischen Konzeption vom Unbewussten hier doch zum Tragen zu kommen. „Wo ES war, soll ICH werden“ (Freud 1933, 86) bedeutet in der Transaktionsanalyse: Von der „archeopsychischen Unbewusstheit“ zur „neopsychischen Bewusstheit“ (Berne 2001, 115; vgl. Schlegel 2002, 341). Dabei wird in Freudscher Tradition das Unbewusste dem „Kind-Ich“ zugerechnet, und zwar dem „somatischen Kind“[20], mit dem über das „Erwachsenen-Ich“ Kontakt aufgenommen werden kann. Auch in diesem Aspekt der Theorie lägen wieder Möglichkeiten, ressourcenorientiert vorzugehen, vor allem dann, wenn mit dem Konzept des Unbewussten nicht vor allem problemstabilisierende Faktoren verknüpft wären. Über die Konzeption des „somatischen Kindes“, damit sind die einst erlebten Körperempfindungen gemeint, wäre auch die kognitive Orientierung auf das rein sprachlich Intellektuelle durchbrochen, wäre da nicht das Postulat von der Vorherrschaft des „Erwachsenen“ ohne den keine Intervention erfolgen soll.

Zusammenfassung

Zusammenfassend lässt sich feststellen: Die Überwindung der Grenzziehung von Emotion, Kognition und Verhalten durch das ganzheitliche Konstrukt der Ich-Zustände sowie die Konzeption dieser Einheiten als internale und interaktive (Teil -) Persönlichkeiten eröffnen neue methodische Interventionsmöglichkeiten. Die Einbettung dieses Konstrukts in psychoanalytische und kognitive Denkstile

[19] Dem gegenüber steht der Versuch von B. Schmid (1994, 187) das Spielekonzept neutral oder sogar positiv zu beschreiben. Für einen neutralen, systemischen Spielbegriff steht auch Simon & Weber (1993).
[20] Berne unterteilt in einer Strukturanalyse 2. Ordnung das „Kind-Ich“ nochmals in drei Anteile: Das Eltern-Ich, das Erwachsenen-Ich und das Kind-Ich im Kind-Ich-Zustand, was auch als „somatisches Kind“ bezeichnet wird. Mit diesem „somatischen Kind“ verbindet Berne alles Unbewusste und Prähistorische (vgl. Stewart & Joines 1993, 67 f.).

führt zu neuen Impulsen für die beraterische Arbeit mit diesen Teilen, begrenzt aber auch den Handlungsspielraum. Folgende Prämissen können kritisch hinterfragt werden:

- ein defizitorientieres Verständnis vom Unbewussten,
- die Annahme einer rein familialen, rollenspezifischen Interaktion zwischen den Teilen,
- die Etablierung einer Energiemetapher mit rivalisierenden Verteilungskämpfen zwischen den Teilen,
- die Forderung nach einer durchsetzungsstarken Therapeutenpersönlichkeit,
- die Betrachtung der Persönlichkeitsstruktur als Spiegel erlebter familialer Strukturen,
- die starke Deutungsmacht von Skriptsignalen durch den Therapeuten,
- das Primat der Kognition durch die Vorherrschaft des Erwachsenen-Ichs.

Gerade im Hinblick auf das sokratische Paradigma kann die Theorie der TA aber auch folgende Alternativen und Impulse anbieten:

- die Berücksichtigung von systemdynamischen Prozessen bei einer Intervention von „außen“,
- die Annahme von Kommunikation und Kooperation zwischen den Teilpersönlichkeiten,
- die Integration des Körperlichen,
- die Betrachtung von Persönlichkeitsanteilen als Ressource,
- die Möglichkeit der Stärkung und Reaktivierung von Persönlichkeitsanteilen,
- die Unbegrenztheit der möglichen Ich-Zustände aus den archeopsychischen, neopsychischen und exteropsychischen Systemen.

4.4 Das Multiplizitätskonzept der „Ego-State-Therapy“ von J. und H. Watkins

Während Eric Berne die Ich-Zustände zu einem zentralen, aber nicht zum einzigen Bestimmungsmerkmal seiner TA gemacht hat, stehen die „Ego-States“[21] bei John G. und Helen H. Watkins (2003) im Zentrum ihrer Störungs- und Veränderungs-

[21] „Ego-States“ sind übersetzbar mit „Ich-Zuständen“. Im Folgenden soll immer dann der Begriff der „Ego-States“ beibehalten werden, wenn der Ansatz von Watkins gemeint ist.

theorie und sind folgerichtig auch Namensgeber ihrer hypnoanalytischen Therapie[22]. Die Autoren verknüpfen in ihrem Ansatz die folgenden Konzepte:

- Das Konzept der Ich-Zustände von Paul Federn und Edoardo Weiss (Watkins & Watkins 2003, 45 f.; vgl. Abb. 7.),
- das Konzept der psychischen Energien auf der Grundlage von Federns Ich- und Objekt-Besetzungen (ebd., 32 f.),
- Hilgards Neodissoziationstheorie der Hypnose und seine Untersuchungen zum Phänomen des „verborgenen Beobachters" in Anknüpfung an Janets Arbeiten zu den „Automatismen" (ebd., 58, 19), sowie
- Methoden aus Konzepten der Familien- und Gruppentherapie (ebd., 128).

Obwohl beide Autoren seit den 40er Jahren Patienten mit der Diagnose „Dissoziative Identitätsstörung" (DIS) behandeln, war es ihre Intention „eine Theorie auszuarbeiten, welche eine Brücke herstellen kann zwischen dem normalen Funktionieren der Persönlichkeit und den extremen Formen der Dissoziation, wie sie sich bei den multiplen Persönlichkeitsstörungen, den Amnesien und den Fugue-Zuständen finden" (Watkins & Watkins 2003, 14). Gerade dieses Anliegen macht den Ansatz für die Thematik „Ressourcenorientierung im beraterischen Kontext" so interessant, betont doch J. Watkins (1992, 91), dass Konflikte zwischen den „Ego-States" auch einfacheren Problemen zugrunde liegen können. Multiplizität - selbst in seiner pathologischen Form - wird nicht als extreme und radikale Aufspaltung der Persönlichkeit betrachtet, sondern als Ergebnis zweier existentiell lebensnotwendiger Prozesse, nämlich der 1.) **Integration** (Zusammensetzen, verknüpfen, assoziieren) und der 2.) **Differenzierung** (Auseinandernehmen, lösen). Diese Prozesse entsprechen der Brown'schen Operation der Distinktion bzw. deren Aufhebung.

> *Dadurch, dass diejenigen Verhaltens- und Erlebnisweisen, die gemeinsam auftreten oder irgendwie zusammengehören, innerhalb einer gemeinsamen Grenze zusammengefasst werden, bildet sich ein „Ego State".* (Watkins 1992, 91)

Im Vergleich zur Transaktionsanalyse stehen weniger die Ich-Zustände als vielmehr die Prozesse im Vordergrund, welche diese Ich-Zustände entstehen und wieder vergehen lassen.[23] Weiterhin ist für einen beraterischen Kontext hilfreich, dass das Konstrukt der „Ego-States" sehr weit gefasst wurde (Watkins & Watkins 2003, 45), was den Reformvorschlägen eines Bernd Schmid entsprechen würde.

[22] Mit „Hypnoanalyse" kann Unterschiedliches gemeint sein. Die Ego-State-Therapie versteht sich als „tiefenpsychologisch fundierte Handhabung von Hypnose" (Zindel 2001, 325; Watkins 1992). Zur Geschichte vgl. Revenstorf & Peter (2001, 142).

[23] Watkins (2003, 51 ff.) unterscheidet 3 Prozesse, die Ich-Zustände generieren: a) die normale Differenzierung, b) die Introjektion bedeutsamer anderer und c) traumatische Erfahrungen.

> *Ich-Zustände können in unterschiedlichen Dimensionen organisiert sein. Sie können eine große Reichweite haben und all die verschiedenen Verhaltensweisen und Erfahrungen einschließen, die zum Beispiel durch den Beruf aktiviert werden. Sie können eng umgrenzt sein und nur die Verhaltensweisen und Gefühle umfassen, die hervorgerufen werden, wenn man etwa Baseball-Spiel besucht. Sie können die gegenwärtige Art des Verhaltens und der Erfahrung repräsentieren oder, wie es bei einer Hypnose hervorgerufenen Regression der Fall ist, viele Erinnerungen, Einstellungen, Gefühle usw. enthalten, die nur in einem früheren Lebensstadium in Erscheinung getreten sind.* (Watkins 2003, 46)

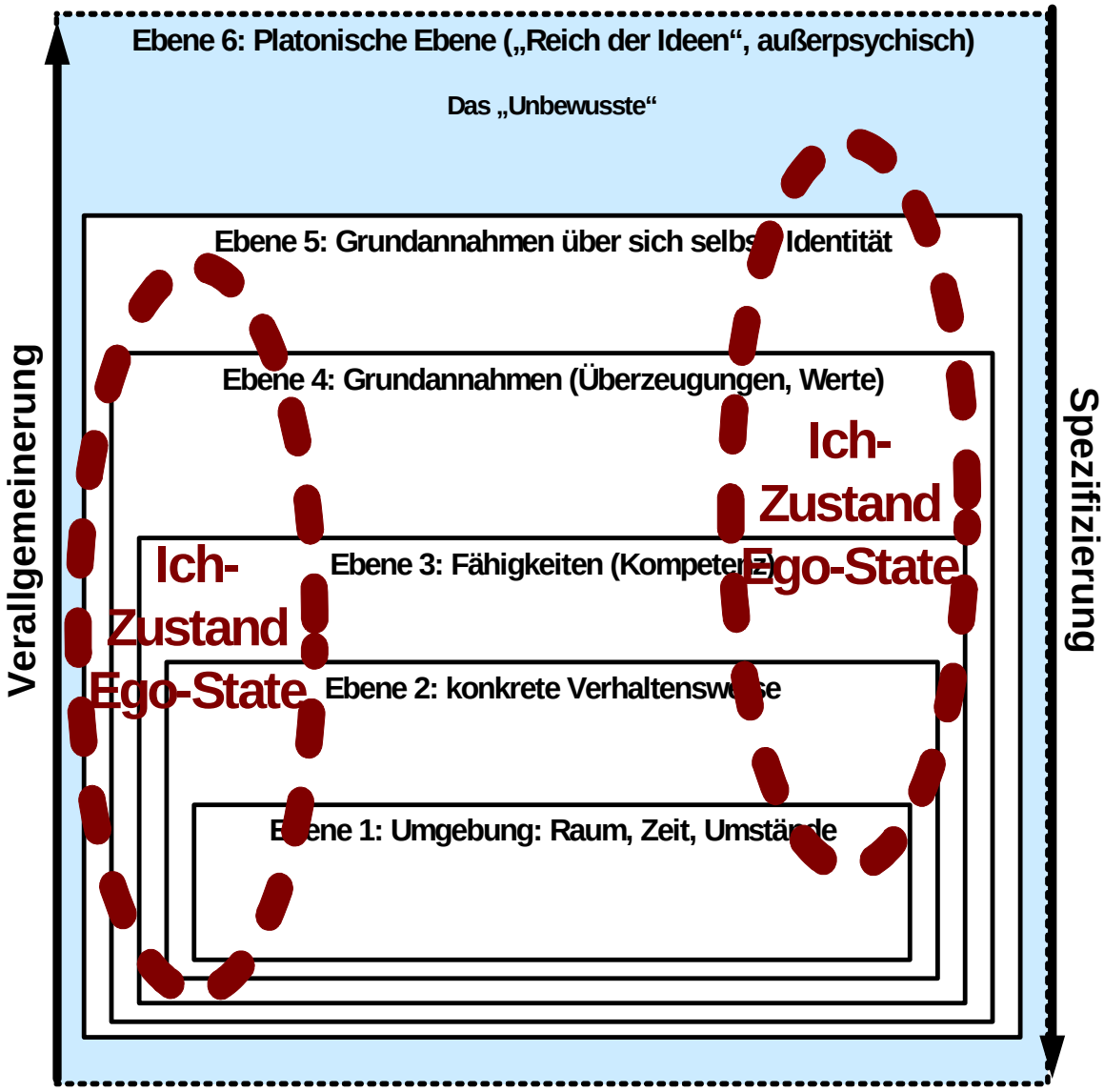
Die Einführung von frei definierbaren Dimensionen (s. Abb. 8), erweitert das Instanzenmodell der Transaktionsanalyse. In bestimmten Dimensionen können sich die Ego-States „überschneiden“, in anderen jedoch grenzen sie sich ab. Diese Konzeption geht über den gebräuchlichen „Trübungsbegriff“[24] in der TA hinaus und eröffnet mehr therapeutischen und beraterischen Handlungsspielraum. Überschneidungen als assoziative Verknüpfungen von Ego-States könnten genutzt werden, um Ressourcen zu aktivieren. Auch dies kann für den Kontext Beratung nützlich sein.

Wenn also die Ego-State-Therapie ihren Ansatz auch für den Einsatz in einem nicht-pathologischen Umfeld für nützlich hält, dann sollte die Konzeption jenes Prozesses genauer betrachtet werden, der für die Entstehung und Aufrechterhaltung von Multiplizität verantwortlich gemacht wird: die Dissoziation. Die eigentliche „Arbeit“ in der „Teilearbeit“ ist abhängig von der distinktiven Konzeption dieses Prozesses. Watkins beruft sich dabei auf die Forschungstradition von Janet und Hilgard, die als „Konkurrenzunternehmen“ zum Freud’schen Ansatz aufgefasst werden kann. Die abschließende Frage ist dann: Kann diese „Arbeit“ eine Alternative zum „sokratischen Paradigma“ darstellen oder ändern sich nur die Begrifflichkeiten?

[24] Der Begriff der „Trübung“ wird in der TA oft auf die Überschneidungen von Kind-Ich und Erwachsenen-Ich bzw. von Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich begrenzt. Trübungen werden als problematisch betrachtet, weil sich die Person mit unreflektierten Erfahrungen aus der Vergangenheit identifiziert. „Enttrübungsarbeit bedeutet in diesem Zusammenhang, die Funktion der Realitätseinschätzung von diesem Fehler zu reinigen“ (Schmid 1994, 163). Schmid fordert auch hier, den Trübungsbegriff nicht auf die 3 Instanzen zu reduzieren.

Abbildung 8:

Grenzüberschreitende Distinktionen im Multiplizitätskonzept in Anlehnung an Watkins & Watkins (2003).
„Ich-Zustände“ schließen mehrere Ebenen des Erlebens ein. Über die Ebene 1 können „Ich-Zustände“ auch als Ressourcen der Vergangenheit aktiviert werden.



4.4.1 Problem- und ressourcenorientierte Aspekte des Dissoziationsbegriffs

In der Geschichte der Psychologie ist Multiplizität untrennbar mit dem Konstrukt der Dissoziation verbunden, dem aber sehr unterschiedliche Modellvorstellungen unterlegt werden (Straube, Wolfradt & Bischoff 1997; Putnam 2003). Die „dissoziative Identitätsstörung“ (DIS) wurde zwar in DSM und ICD aufgenommen, dennoch weisen die Autoren beider Diagnosesysteme auf die Umstrittenheit des Konzepts hin (DSM IV 1996; ICD 1991). Angesichts der langen Tradition, der Theorienvielfalt und der gegenwärtigen Medienaufmerksamkeit des Phänomens erstaunt die immer noch geringe Zahl an empirischen Studien mit oft (zu) geringen Stichproben[25]. Dornbusch und Straube (2001, 361) kommen zum Schluss, „dass die Ätiologieannahmen und Untersuchungen zur Validität der diagnostischen Entität noch sehr weit weg sind von einer eindeutigen diagnostischen Konzeptualisierung“, befürworten aber die „‚Hypothese’ einer entsprechenden DSM-Kategorie“. In der Terminologie von Watkins stellen „Differenzierung und Dissoziation, einfach einen verschiedenen Grad des ‚Trennungs- und Unterscheidungsprozesses’ dar (Watkins 2003, 48). Die „Dissoziation“ als extreme Form der Differenzierung wird als „etwas Pathologisches“, der Prozess der Differenzierung als solcher wird als nützlicher Anpassungsprozess betrachtet (Watkins & Watkins 2003; 53, 106). Ein Kontinuumsmodell entspricht nach Dornbusch & Straube (2001, 355) der gängigen Konzeptualisierung innerhalb der klinischen Psychologie, legen doch verschiedene Befunde nahe, dass dissoziative Erfahrungen in einem Großteil der Bevölkerung nachweisbar sind (Ray 1996; Eckhardt-Henn & Hoffmann 2003, 393). Andere Studien zeigen nicht nur quantitative, sondern auch qualitative Unterschiede, die Menschen mit einer DIS von Menschen aus der Allgemeinbevölkerung abgrenzen (Waller, Putnam & Carlson 1996)[26]. Watkins & Watkins (2003, 53) gehen auch von einem Kontinuum aus, wählt aber für den alltäglichen Prozess den Ausdruck der „adaptiven Differenzierung“ von Ego-States, womit er der oben beschriebenen Befundlage gerecht wird. Für einen Schüler beispielsweise ist es hilfreich, den Zustand des „Spielens“ von dem des „konzentrierten Lernens“ unterscheiden zu können. Der Übergang von einem in einen anderen Zustand mag für den Schüler schwer sein, aber er ist machbar. Für Watkins ist die Starrheit im Wechsel der verschiedenen States das Problematische, nicht deren Existenz an sich. Auch bei der Behandlung von Patienten mit einer DIS sei es nicht Ziel, Entitäten vollständig zu integrieren oder aufzulösen, sondern die „Starrheit der Grenzen zwischen den Ich-Zuständen“ (zu) lockern, die

[25] Vgl. den Überblick zum Forschungsstand 2001: Dornbusch & Straube (2001).
[26] Beide Studien arbeiteten mit dem „Dissociative Experience Scale (DES)“ von Bernstein & Putnam (1986), ansonsten hat sich aber gezeigt, dass die Skalen zur Messung von „Dissoziation“ von unterschiedlichen Fragebögen keineswegs ausreichend hoch miteinander korrelieren, um von einem einheitlichen Konstrukt zu sprechen (Dornbusch & Straube 2001, 355).

Konflikte zwischen ihnen zu vermindern und das gegenseitige Verständnis aufgrund einer Kommunikation zwischen den einzelnen Zuständen (zu) fördern und (zu) verbessern – etwa so, wie wir es auch in der Familientherapie machen“ (ebd., S. 56). An dieser Konzeption ist zum einen bemerkenswert, dass die Kampfmetapher einer Verhandlungsmetapher gewichen ist, zum anderen dass der Dissoziationsprozess (in seiner abgeschwächten Form) als etwas durchaus Konstruktives betrachtet wird, was in der Geschichte der Nosologie eher die Ausnahme darstellt. Watkins’ Rückgriff auf die Traditionslinie Janet-Hilgard macht diese Sichtweise erklärbar.

Für Janet[27] (1889, 1904) war zwar die Dissoziation noch eng mit der Pathologie verknüpft, aber er erkannte, „dass neurotisch bedingte Dissoziationen rückgängig gemacht werden können, erkennt man nur genau genug deren Struktur und Funktion für den jeweiligen Patienten“ (Peter 1987, 23). Janet, der als Vater des Dissoziationskonzepts gilt (Hantke 1999, 19), hat damit vorweggenommen, was in der hypnosystemischen Teilearbeit selbstverständlich geworden ist: Die Frage nach der Absicht des „Problemteils“. Janets „Automatismen“ als „Speicher vergangener Integrationsleistungen“ (Hantke 1999, 68), die in ihrer Gesamtheit von Fühlen, Denken und Handeln der Konzeption der Ich-Zustände ähneln, waren durchaus „normale“ kognitive Vorgänge. Sie waren für Janet nur dann problematisch, wenn sie im Sinne einer Aktualsynthese nicht mehr in Verbindung mit neuen Informationen gebracht werden können und sich dissoziativ verselbständigen (Janet 1893, x, xix, xi). Im Gegensatz zu Freud ist für Janet nicht der Inhalt des abgespaltenen Materials konfliktdynamisch wirksam, sondern deren mangelnde Kommunikation und Integration (Hantke 1999, 108). Janet verwendete den Begriff des „Unterbewussten“ – explizit in Abgrenzung zum metaphysisch aufgeladenen „Unbewussten“ – als Stauraum von Erinnerungen, die dem Bewusstsein zum gegebenen Moment nicht zugänglich sind (Hilgard 1977, 5; Ellenberger 2005, 489). Janet legte damit Grundlagen, an die Hilgard, Watkins und die Traumatherapie wieder anknüpfen konnten. Freud, der noch zu Anfang seiner Arbeit einen Dissoziationsbegriff in Anlehnung an Janet verwendete, ersetzte diesen allmählich durch das Postulat einer absichtlichen, aktiven Verdrängung durch ein unbewusstes Ich (Breuer & Freud 1895/1991, 93; Freud 1905, 53 f.), das „an der Bewältigung von Aufgaben scheitert“ (Freud 1953, 42)[28]. Das Unbewusste wurde geradezu zum Synonym für Verdrängung:

[27] Janet (1889) verwendete in seiner Doktorarbeit „L`Automatisme psychologique“ den Begriff „désagrégation“, d.h. „Auseinandernehmen vorher zusammengefügter Elemente, bzw. Auseinandernehmen, indem die Einheit zerstört wird“ (Robert, 1980); vgl. Peter 1987, 23. Für Janet war das Pathologische aber immer auch Anschauungsform des „Normalen“. Seiner Auffassung nach könne man die psychischen Funktionen nicht verstehen, wenn man sie nicht in ihrer extremen Ausprägung studiere (vgl. das Vorwort bei Janet 1893, xix).

[28] Freuds Konzeption von einer Verdrängung kindlicher Inzestwünsche war nach Hantke (1999, 114) der Grund, weshalb die Dissoziation über Jahrzehnte in Vergessenheit geraten konnte. Erst seit den 70er Jahren fand man in Janets Dissoziationsverständnis wieder ein adäquates Modell für aktuelle Ergebnisse der Traumatologie und Missbrauchsforschung.

> *Unseren Begriff des Unbewussten gewinnen wir also aus der Lehre von der Verdrängung … das Verdrängte ist uns das Vorbild des Unbewussten.* (Freud 1923, 241)

In der psychoanalytischen Folgezeit gewann der Dissoziationsbegriff bei Fairbairn (1954) und Winnicott (1976) eine positivere Bedeutungszuschreibung. Nach Peter (1987a, 25 ff.) zeigen sich vor allem bei Winnicott Parallelen zu Piagets Konzept der „Dezentration" (Piaget 1962, 3), das in Zusammenhang mit dem Begriff des Egozentrismus zu sehen ist (Inhelder & Piaget 1977; Mussen et al. 1993; 305). Die Fähigkeit zur Dezentrierung führt über das rein perzeptuelle Denken hinaus zum konzeptionellen Denken. In der Begriffsgeschichte der Pathologie bedeuten „Dissoziation" und „Dezentrierung" zwar Gegensätzliches,

> *… betrachtet man den Prozess der Dezentrierung aber genauer, so erkennt man, dass er vor allem aus Differenzierungs- bzw. Abspaltungsvorgängen besteht: Eine vorher relativ amorphe Masse wird in immer kleinere Teile aufgespalten, beginnend mit der Trennung von Subjekt und Objekt beim Säugling bis hin zur Übernahme anderer Perspektiven in späteren Stufen.* (Peter 1987, 27)

Für Hilgard (1973; 1977; 1989; 1994) schließlich, auf dessen Neodissoziationstheorie sich Watkins & Watkins berufen, ist die Dissoziation ein wesentliches Charakteristikum kognitiver Funktionen und ein „normales kognitives Phänomen" (Revenstorf 1993b, 15). In Anlehnung an die Konzeption von Janet entwickelte er ein eigenes Modell der Dissoziation als Informationsmechanismus, unabhängig von konfliktdynamischen Prämissen unter Einbeziehung neuerer Theorien der Informationsverarbeitung, der geteilten Aufmerksamkeit und der Gehirnfunktionen (Hilgard 1977, 12). Hilgard plädierte aus den folgenden Gründen dafür, den Dissoziationsbegriff als eigenständigen Begriff beizubehalten und ihn nicht durch die „Verdrängung" zu ersetzten:[29]

1.) Verdrängung – so Hilgard - impliziere eine Motivation, während in der Dissoziationstheorie die Schranke zwischen den getrennten Aktivitäten im Wesentlichen eine Amnestische wäre. Satt Verdrängung solle man den neutraleren Überbegriff der Amnesie verwenden, welcher der Schlüssel zum Verständnis von Dissoziation sei (Hilgard 1977, 62).

2.) Verborgene (dissoziierte) Persönlichkeiten seien manchmal normaler und geistig gesünder als diejenige, welche offen zutage treten. Das passe nicht zur Vorstellung eines primitiven Unbewussten, das im großen und ganzen vom primärhaftem Denken reguliert werde. Die dissoziative Spaltung sei nicht regressiv, während die Verdrängung immer auch eine Regression impliziere (Hilgard 1977, 83).

[29] Ich folge hier den Ausführungen von Hantke (1999, 136 ff.)

3.) Spaltungen des Bewusstseins hätten mit Triebkonflikten oft nichts zu tun. Die Unterscheidung in Primärprozesse (impulsiv, irrational) und Sekundärprozessen (rational, realitätsorientiert) würde beispielsweise in der Hypnose (als dissoziativer Prozess) keine Rolle spielen (Hilgard 1977, 86).

Die Betrachtung von dissoziativen Prozessen unter Informations- und Kommunikationsgesichtspunkten könnte die Theorie gerade auch für den Beratungskontext interessant werden lassen. Sie impliziert nämlich auch die Vernachlässigung von „Deutungen" durch den Berater, insbesondere der Deutung als „Widerstand", die untrennbar mit dem Konzept der Verdrängung verbunden ist (Hilgard 1985, 37, vgl. Hesse 2003, 76). Allerdings – darauf weist Hantke (1999, 137) hin – verengt die Sichtweise Hilgards den Prozess auf kognitive Aspekte unter Vernachlässigung von Gefühl und Körper[30]. Im Folgenden soll das Multiplizitätskonzept Hilgards näher beschrieben werden, das weitere ressourcenhaften Aspekte von Multiplizität beinhaltet.

4.4.2 Das Multiplizitätskonzept von Hilgard

Hilgard entdeckte bei hypnotisierten Probanden ein eigenes, verdecktes kognitives System, das parallel zu dem offenliegenden – während der Hypnose schmerzunempfindlichen und tauben – System, Informationen aufnehmen und verarbeiten konnte (Hilgard 1977, 238). Er nannte dieses System metaphorisch „*verdeckter Beobachter*" (Hilgard 1994, 36), weil es unter hypnotischen Bedingungen (auf Ansprache) über Informationen Auskunft geben konnte, die der Person während ihres amnestischen Zustandes nicht zugänglich waren[31]. In Hilgards Modell ist das Bewusstsein eine Einheit, bestehend aus multiplen, einander überlappenden und üblicherweise hierarchisch geordneten kognitiven „subordinate controll systems" (Hilgard 1977, 17), die latent oder aktiv sowohl unterschiedliche Informationen wie auch unterschiedliche Funktionen im Gesamtsystem haben können (Hilgard 1977, 222). Sie interagieren, können aber unter bestimmten Umständen voneinander isoliert werden. Wenn ein Subsystem erst einmal aktiviert ist, besitzt es einen bestimmten Grad an Autonomie gegenüber anderen Subsystemen. Über allem steht die zentrale Kontrollstruktur (das Ich), „that manages the interaction or competition between and among the structures" (Hilgard, 1994, 38). Sie erfüllt überwachende (central monitoring) und ausführende Funktionen (central executive functions). Zu den überwachenden Funktionen zählt Hilgard die Eingangskontrolle (scanning),

[30] Hantke (1999, 137) führt aus, Hilgard habe Janets Dissoziationsbegriff fälschlicherweise mit einer Abspaltung von „fixen Ideen" gleichgesetzt und damit eine rein kognitive Orientierung herbeigeführt.
[31] zum experimentellen Design der „hidden observer"-Experimente vgl. Hantke (1999, 129 ff.), Watkins & Watkins (1993, 117) und im Original Hilgard (1994, 32 ff.).

die Informationsauswahl (selection) und das Überprüfen der Feedback-Schleifen (managing). Auch die Subsysteme haben nach Hilgard überwachende und ausführende Funktionen. Das Gefühl von Kontinuität und Einheit, trotz unterschiedlicher Rollen, wird durch das Gedächtnis gewährleistet, das Bewusstsein der Einheit sei allerdings eine Illusion:

> *The unity of consciousness is illusory. Man does more than one thing at a time – all the time – and the conscious representation of these actions is never complete.* (Hilgard 1977, 1)

Hilgard war mit Generalisierungen seiner Beobachtungen eher vorsichtig und zog Parallelen zu bereits bestehenden Konzeptionen von Multiplizität, zum Beispiel zu Sarbin, der in seiner Rollentheorie Stufen von unterschiedlicher Involviertheit in Rollen aufzeigte (Sarbin & Coe 1972; Sarbin & Slagle 1980). Die für die jeweilige Rolle zuständige Handlungsinstanz sah Hilgard in einem untergeordneten Kontrollsystem (Hilgard 1977, 17). Die Verknüpfung der Dissoziationstheorie mit dem Rollenkonzept hat den Vorteil, auf ein mittlerweile zum Allgemeingut gewordenes Vokabular aufbauen zu können (vgl. Haug 1994, 154). So entspricht es der Alltagserfahrung vieler Menschen …

- mehrere – oft widersprüchliche Rollen – einnehmen zu können (Revenstorf 1993b, 14),
- unterschiedliche Rollen als Ressource zur Bewältigung sich verändernder Umweltanforderungen zu betrachten,
- in einer Rolle mit der gesamten Persönlichkeit „aufgehen“ zu können oder als Beobachter „neben sich“ zu stehen,
- in eine neue Rolle hineinwachsen zu können.

Macha (1996, 1989) unterscheidet in ihrem „Prozessmodell“ neben einem Ich, das in Identitäten erscheint und einem Ich als Instanz, das sich selbst als Einheit erlebt, einen „Kern“ des Ich, das der Entität des „verdeckten Beobachters“ ähnlich sein dürfte:

> *Der Kern des Ich meint, dass es eine überdauernde, z.T. bewusste, z.T. unbewusste Instanz gibt, die das personale Zentrum des Ich darstellt. In dieses können sich Menschen, die schwere Schädigungen und Traumata in der Kindheit erleiden, weitgehend zurückziehen und sich so partiell schützen (…).* (Macha 1996, 77-78)

Dieser Kern des Ich hat Zugang zu bewussten und unbewussten Anteilen des Geist- und Leib-Ich sowie zum biographischen Gedächtnis. Es kann somit nicht vom Bewussten/ Rationalen oder Unbewussten/ Emotionalen konzeptuell vereinnahmt werden.

4.4.3 Ambivalente Aspekte in der Ego-State-Therapie

Tiefenmythos oder Ressourcenorientierung?

Watkins Ego-State-Therapie stellt eine Integration der unterschiedlichsten Ansätze dar: Neben Anleihen aus der Dissoziationstheorie Hilgards und der Bezugnahme auf den Rollenbegriff, bleibt der Autor dem Energiekonzept seines Lehranalytikers und Freud-Schülers Federn treu. Diese Kombination zeigt sich unter anderem in Sätzen wie:

> *Wenn ein anderer Ich-Zustand ein höheres Maß an Besetzung erfährt und die ausführende Rolle übernimmt, kann auch eine neue Konstellation innerer Werte an die Stelle der alten treten.* (Watkins & Watkins 2003, 109)

Nicht nur an dieser Stelle wird eine gewisse Ambivalenz zwischen der Janet-Hilgard-Linie und der psychoanalytischen Tradition deutlich. Während Hilgard Subsysteme allenfalls metaphorisch personifiziert („hidden observer"), sonst aber eine informations- und kognitionstheoretische Beschreibung vorzieht, merkt man den Watkins die Arbeit mit multiplen Persönlichkeiten an. „Ego-States" werden zwar distinktiv sehr offen konzeptualisiert, in der therapeutischen, ja sogar in der beraterischen Praxis aber sind Ego-States kommunikative „Subjekte". Das Wiedererleben der Vergangenheit, die Abreaktion, sowie die Arbeit mit Übertragungsreaktionen sind zudem essentielle Bestandteile mit analytischer Tradition (Philipps, M. 1994; Watkins & Watkins 1990; Watkins & Watkins 2003, 152; Federn 1956, 21). Hypnose dient nicht zuletzt der Intensivierung und Beschleunigung von Übertragungsregressionen (Watkins & Watkins 2003, 130; Revenstorf & Peter 2001, 144). Selbst bei Klienten ohne diagnostizierter Störung, also in Beratung oder Coaching, spielt das Zurückgehen zum verletzenden Auslöser sowie das Wiedererleben des Konfliktes eine zentrale Rolle. Dies wird besonders im Beratungsgespräch deutlich, welches Watkins als Beispiel für die „Lösung eines normalen Ego-State-Problems" anführt (Watkins & Watkins 2003, 113-117). Hier – wie in anderen Beratungssituationen – tauchen vor allem regredierte Kindheits-Ich-Zustände auf. Die Frage nach dem Alter der Ich-Zustände gehört zum standartisierten Ablauf der diagnostischen Erkundung (ebd., 145). Dementsprechend nutzen die Watkins` Techniken wie die „Affektbrücke" oder die „somatische Brücke" mit deren Hilfe sie „dem Ursprung eines unangemessenen Gefühls in der Gegenwart auf die Spur kommen können" (ebd., 134; Hervorh. R.B.). Daneben gibt es allerdings auch Techniken, mit deren Hilfe im „Hier-und-Jetzt" eine Kommunikation zwischen den beteiligten „states" gefördert werden soll. Auf diesen Verhandlungsansatz werde ich im Rahmen der hypnosystemischen Teilearbeit noch zurück-

kommen. Was die Hypnoanalyse im Vergleich zur Psychoanalyse betont, ist ihr Erlebnischarakter im Gegensatz zur rein kognitiven Einsichtstherapie (ebd., 270). Die regredierten Ich-Zustände sind nicht nur Gedanken, sondern gerade aufgrund ihrer personalen Konzeption, erlebnisfähig. Theoretisch wäre – ähnlich wie in der Transaktionsanalyse – der Aufbau oder die Integration neuer, hilfreicher Ich-Zustände möglich:

> *Auch im positiven Sinne können neue Ich-Zustände entwickelt und inkorporiert werden, die dann mehr oder weniger dauerhaft die ausführende Rolle übernehmen.* (ebd., 112)

Persönlichkeitsanteile: Rollen oder Subjekte?

Die Rolle der Hypnose bei der „Aufdeckung" bzw. „Erschaffung" von Teilpersönlichkeiten ist Teil eines wissenschaftstheoretischen Diskurses, der von Freud über Hilgard bis heute sehr kontrovers geführt wird (Peter 1987a, 31; Hantke 1999, 127 ff.). Watkins & Watkins (2003; 55, 106, 142) thematisieren diese Problematik und weisen darauf hin, dass sie für die Diagnose einer DIS keine formale Hypnose verwenden, weil bei multiplen Persönlichkeiten deren Alter-Personen spontan auftreten müssen. Für alle anderen (ohne Persönlichkeitsstörung) sei der „direkteste Weg", „den Patienten in eine Hypnose zu führen und ihn dann zu fragen, ob es in ihm einen Teil gibt, der sich anders fühlt als die Hauptpersönlichkeit oder etwas empfindet, das dem, was der Patient im normalen Tagesbewusstsein fühlt, entgegengesetzt ist" (ebd., 142). Es kann an dieser Stelle im Rahmen der Arbeit nicht der Diskurs über die ontologische Beweisbarkeit dieser Teile eröffnet werden, vielmehr ist es meine Aufgabe, herauszuarbeiten, welche unterschiedlichen Distinktionen mit welchen Implikationen dem Klienten angeboten bzw. suggeriert werden. Dennoch sei hier kritisch auf das hohe Suggestionspotenzial der Worte verwiesen, mit denen die Frage nach den Zuständen verbal eingeleitet wird[32]. Dies ist umso dringlicher, weil - während die konstruktivistische Position sich auf die Frage der „Brauchbarkeit" zurückzieht - Watkins gerade „kein künstliches Konstrukt in die Welt setzen" will, „das der Therapeut durch hypnotische Suggestion hervorgebracht habe" (ebd., 107). Watkins (2003, 142) versucht zwar mit Sätzen wie „aber es ist ganz okay, wenn es keinen solchen Teil gibt", „künstliche Gebilde" auszuschließen, allerdings müsste der Autor um die suggestive Wirkung von verneinten

[32] vgl. dazu Watkins & Watkins (2003, 106) zum Thema „Ich-Zustände beim normalen Individuum": „Das Auftreten abgespaltener Persönlichkeitsanteile kann spontan erfolgen (wie bei DIS-Patienten, die nicht unter Hypnose stehen), oder es bedarf vielleicht einer Suggestion wie der folgenden: ‚Gib es irgendeinen Persönlichkeitsanteil in Mary, der weiß, was gestern passiert ist, als sie die Kopfschmerzen hatte?' In diesem Moment meldet sich häufig ein neuer Ich-Zustand zu Wort." Zum Thema „Suggestion und Wortwahl" vgl. Pawloski & Riebsahm (2000) sowie Bandler & Grinder (2000).

Aussagen wissen[33]. Ähnlich wie Berne, der allerdings ohne direkte Hypnose arbeitete, schreibt Watkins mit diesen Aussagen den Ego-States eine gewisse ontologische Wirklichkeitsberechtigung zu. In Abgrenzung zu Hilgard schreibt er über die Ich-Zustände bei nicht multiplen Persönlichkeiten:

> *Ihre Spontanität und Unberechenbarkeit scheinen darauf hinzuweisen, dass sie mehr sind als Verhaltensweisen, die auf Verlangen hervorgerufen werden können, und sie zeigen oft ganz andere Reaktionen, als vom Therapeuten erwartet oder verlangt. Die Anerkennung, dass solche Entitäten in normalen Individuen existieren, ist nicht ohne bedeutsame Konsequenzen für die Theorie und Therapie der menschlichen Persönlichkeit.* (Watkins & Watkins 2003, 126; Hervorh. R.B.)

Verhandlungsmetapher oder Kriegsmetapher?

Wenn man nach der Funktion der Hypnose in der Ego-State-Therapie fragt, kommt man auf eine weitere Ambivalenz, die bereits von Anna Freud (1936) als Argument gegen den Einsatz von Hypnose ins Feld geführt wurde: Durch Hypnose würde man das Ich umgehen, weshalb die Ergebnisse auch oberflächlich und vorübergehend seien. An dieser Stelle ist anzumerken, dass sich die Auffassung von Hypnose von ihrer autoritären, direktiven Form zu einer kooperativen Beziehungsgestaltung wesentlich verändert hat. Die Argumentation von Watkins lässt allerdings aufhorchen:

> *Die Hypnoanalyse umgeht das Ich nicht. Sie umgeht häufig die Abwehrmechanismen des Ich, etwa so wie in der modernen Kriegführung ein Fallschirmjäger, der hinter einer Festung landet und dafür sorgt, dass diese nicht länger gehalten werden kann; in der Psychoanalyse greifen wir die Verteidigungsstellung für gewöhnlich an und zerstören sie (wir analysieren den Widerstand und arbeiten ihn durch), bevor wir weiter vordringen. Das kann sehr zeitaufwendig sein. Wenn ein Abwehrmechanismus auf hypnoanalytischem Wege aufgegeben wird, dann wird das Ich dabei nicht zerstört: es wird vielmehr erweitert, da es nun größere, "befreite" Regionen der Persönlichkeitsstruktur inkorporieren muss.* (Watkins & Watkins 2003, 193; Hervorh. R.B.)

Hier bleibt festzuhalten: Auf der einen Seite dient Hypnose als integrativer Katalysator für Verhandlungsprozesse im Sinne eines Kooperationsprinzips, auf der anderen Seite dient sie in einer Kriegsmetaphorik dazu, Prozesse des bewussten Ichs zu umgehen. Diese Kriegsmetaphorik ist sicherlich aus der spezifischen Trauma- und Missbrauchsarbeit erklärbar[34], auf der anderen Seite resultiert sie aus der Tradition des Widerstands- und Abwehrkonzepts. Man könnte also zuge-

[33] Zum Prinzip der verneinten Aussage/Aufforderung als Suggestionsauslöser vgl. Pawloski & Riebsahm (2000, 17 ff.), Revenstorf & Peter (2001; 598, 157).

[34] Schwere Traumata als Voraussetzung für DIS: vgl. Putnam et al. (1986): in 100 Fällen von DIS hatten nur 3 % der Patienten kein Kindheitsstrauma angegeben. Sexueller Missbrauch in der Kindheit wurde am häufigsten berichtet (83 %). Vgl. auch Eckhardt-Henn & Hoffmann (2003), S. 398 ff.

spitzt fragen: Gilt die Ellis'sche Kampfmetaphorik nun auch für die Teilearbeit? Hat sich nur die Strategie der „Kriegsführung" geändert (Watkins & Watkins 2003, 126)? Die Frage ist nicht eindeutig zu bejahen, denn es finden sich gleichzeitig Metaphern von Kooperation. Watkins vergleicht Ich-Zustände mit Parteien und Organisationen, die ihre gesellschaftliche Mission erfüllt haben, nun verzichtbar geworden sind, aber dennoch ihre Koexistenz verteidigen.
Sie haben keinen Überblick über die notwendigen, übergeordneten Aufgaben, weil die Kommunikation zum Gesamtsystem unterbrochen wurde. Ziel sei es nicht, ihre Existenz zu eliminieren, sondern in einer Reorganisation diesen Teilen neue Funktionen zu übertragen – so als ob Mitarbeiter einer Behörde nun neue Aufgaben übernähmen (ebd., 93 f.).

> *Integration bedeutet Kooperation im Rahmen eines Ausgleichs der Unterschiede aufgrund gegenseitiger Bedürfnisbefriedigung.* (Watkins & Watkins 2003, 141)

4.4.4 Mögliche Impulse der Ego-State-Therapie für die Arbeit mit „Teilen"

Die Hypnoanalyse der Watkins` kann für die Teilearbeit folgende Impulse beitragen:

- Eine – über die familialen Rollen – hinausgehende Öffnung der Ich-Zustände zu frei definierbaren Erlebniseinheiten von Denken, Fühlen und Handeln,
- die Möglichkeit einer Integration von neuen, hilfreichen Erlebniseinheiten – nicht zuletzt durch die Verwendung des Rollenbegriffs,
- das Bemühen um eine Konzeptualisierung von Multiplizität und Dissoziation für das „normale Individuum" (ebd., 106) und damit eine gewisse Entpathologisierung,
- die Frage nach der positiven Funktionalität der Ego-States,
- das Kooperationsprinzip als Interventionsrahmen,
- die Integration der Konzepte von Janet und Hilgard und damit die …
    - Entmystifizierung des Unbewussten (das Unbewusste wird zum Speicher von Information, statt zum Hort verdrängter Triebe),
    - Betonung von Information und Aufmerksamkeit,
    - Berücksichtigung des realen Kontextes.
- die Betonung des ganzheitlichen Erlebens gegenüber einer rationaler Einsicht,
- die Bereitstellung von nicht-hypnotischen Techniken wie der Stuhlmethode (Watkins & Watkins 2003, 173 ff.).

4.5. Die Ressourcenorientierung und das Kooperationsprinzip in der hypnosystemischen Teilearbeit: Einflussfaktoren

Die Etablierung einer hypnosystemischen Teilearbeit ist in Deutschland vor allem Helm Stierlin und Gunther Schmidt zu verdanken, welcher um 1980 den Begriff „hypnosystemisch“ vorgeschlagen hat,

> *um ein Modell zu charakterisieren, das versucht, systemische Ansätze für Psychotherapie und Beratung (Coaching, Teamentwicklung, Organisationsentwicklung) mit den Modellen der kompetenzaktivierenden Erickson´schen Hypno- und Psychotherapie zu einem konsistenten Integrationskonzept auszubauen (welches auch hilfreiche Aspekte aus anderen Ansätzen mit einbezieht, die mit diesen Konzepten kompatibel sind und sie bereichern, z.B. aus Psychodrama, Körpertherapien u.a.).* (Schmidt, G. 2005, 7)

Die Kombination des systemischen Ansatzes mit der Hypnotherapie des Psychiaters Milton Erickson ist vor allem deshalb für die Teilearbeit interessant, weil durch die systemische Entwicklungstradition psychoanalytische Positionen in Frage gestellt und durch Erickson das althergebrachte Verständnis von „Hypnose“ neu konzeptualisiert wurde[35]. Der Ansatz verbindet die Arbeit mit „interaktionellen Mustern“, wie sie Beteiligte in Beziehungssystemen miteinander austauschen mit internalen, intrapsychischen Musterdynamiken (Schmidt, G. 2005, 8). Im Folgenden möchte ich auf eine Gesamtdarstellung beider Ansätze, wie sie in vielen Lehrbüchern zur systemischen Therapie[36] enthalten sind, verzichten und mich auf jene Aspekte konzentrieren, die aufgrund distinktiver Entscheidungen eine alternative Sichtweise zum sokratischen Dialog, aber auch zu den bisher dargestellten Konzeptionen von Teilearbeit ermöglichen. Hier gilt vor allem zu fragen, durch welche Weichenstellungen sich das Kooperationsprinzip und die Teile-Begrifflichkeit entwickelt hat. Ein zentrales Merkmal der hypnosystemischen Teilearbeit ist ihre konsequente Ausrichtung am Kooperationsprinzip, wie es bereits – wenn auch mit Einschränkungen – in der Ego-States-Therapie praktiziert wird. Voraussetzung für dieses Kooperationsprinzip ist eine bestimmte Betrachtungsweise des Problemzustands, der sich von der Ellis´schen Sichtweise unterscheidet.

Da die Palo-Alto-Gruppe um G. Bateson allgemein als historischer Ausgangspunkt für die Entwicklung der unterschiedlichen systemischen Schulen gilt (Ebert, W. 2001, 297), sollten vor allem dort Antworten zu den oben genannten Fragestellungen zu finden sein.

---

[35] Vgl. hierzu die therapiehistorischen Ausführungen von H. Stierlin (1994, insbesondere S. 90 ff.).
[36] Vgl. Bamberger (2001) Kap. 2; Döring-Meijer (1999); Schlippe & Schweitzer (2002); Simon (1988); König & Volmer (2005); Ebert, W. (2001);

4.5.1 Gregory Batesons Einfluss auf die Entstehung einer Teilearbeit: Kontextualisierung und Multiplizität

Nach Stierlin (1994, 56) war es vor allem die Palo-Alto-Gruppe um den Anthropologen Gregory Bateson, die sich gegen die psychoanalytische Theorie und Begrifflichkeit auflehnte. Bateson (1904-1980), dessen interdisziplinäre und transkulturelle Studien zwangsläufig auf die Beschreibung systemimmanenter Regeln ausgerichtet waren[37], importierte das ökosystemische Denken in den psychosozialen Bereich und wurde damit zum „Wegbereiter systemischer Therapiekonzepte“ (Walker 2000, 57).

> *Bateson war es ja, der die geniale Idee hatte, dass die Familie ein System sei.*
> (Selvini Palazzoli in Deissler 1999, 30)

Die Vertreter der Palo-Alto-Gruppe[38] kritisierten an der Psychoanalyse vor allem deren Tendenz zur metaphorischen Verdinglichung von Prozessen (z.B. “Widerstand“) sowie deren monokausale Erklärungsansätze aus der Welt der Naturwissenschaften des ausgehenden 19. Jahrhunderts. Vor allem das medizinische Modell implizierte eine Diagnostik, in der man ein gezeigtes Symptom auf einen Erreger, Defekt oder eben auf ein Trauma zurückführen konnte. Während auch die kognitiven Ansätze die Notwendigkeit einer „archäologischen Ausgrabungsarbeit“ und den „Kampf um die Erinnerung“ (Stierlin 1994, 69) kritisierten, blieb der Kampf gegen die Erreger – die irrationalen Ideen – offenbar erhalten. Nominalisierte Verdinglichungen – und darauf machte Bateson aufmerksam – sind kontextabhängige Beschreibungen. „Widerstand“ beispielsweise, dessen Kraft in verschiedenen Abwehrmechanismen zum Ausdruck kommt, gewinnt seine semantischen Merkmale hauptsächlich durch den Kontext der psychoanalytischen Zweierbeziehung. In einem erweiterten Kontext (Raum, Zeit, Personen) kann das dem Widerstand zugerechnete Verhalten eine positive Funktion ausüben. Die Sensibilisierung für den Kontext ist somit eine einfache wie bedeutsame Prämisse für das Kooperationsprinzip und die Ressourcenorientierung**.** Ein Problemteil kann aus der Perspektive erweiterter Kontexte durchaus eine positive Funktion einnehmen. Diese Rekontextualisierung wurde im „Reframing“ zu einer wichtigen Methode innerhalb der hypnosystemischen Teilearbeit.

---

[37] Interkulturelle Forschungen betrieb Bateson in Neuguinea und mit seiner Frau Margaret Mead in Bali. Interdisziplinarität zeigte sich durch sein Interesse an so unterschiedlichen Wissensbereichen wie Logik, Spieltheorie, Entwicklungspsychologie, Psychologie des Nationalsozialismus, soziales Verhalten von Delphinen, Lerntheorien, Gruppenprozessen und schizophrenen Verhaltensweisen. Vgl. Walker (2000, 57-107). Die Forschergruppen um Bateson waren inderdisziplinär angelegt und bestanden keineswegs nur aus Psychiatern.

[38] Dazu zählten 1985 neben Bateson: Jay Haley, John Weakland, William Fry und Don Jackson. Später kamen u.a. hinzu: Jules Riskin, Virginia Satir und Paul Watzlawick (vgl. Satir im Interview mit Stahl, Th. (1982) oder Kriz (2001) S. 244.)

Batesons Anwendung kybernetischer Prozesse auf menschliche Beziehungssysteme, vor allem aber der von Don Jackson eingebrachte Homöostasebegriff des Physiologen Walter Cameron sind weitere Prämissen für ein Kooperationsprinzip (Haley 1999, 113). Jener Mechanismus, der Blutdruck und Körpertemperatur bei sich verändernden Kontextbedingungen im Gleichgewicht hält, wurde einfach auf die Familie übertragen (Stierlin 1994, 59). Verhalten wird somit in seiner abweichungsregulierenden Funktion innerhalb des Gesamtsystems beschreibbar. Die Annahme, dass Familien dazu tendieren homöostatisch ihren Ist-Zustand stabil zu halten, wird auch für die innerpsychische Arbeit mit Anteilen Folgen haben. Jackson und Mitarbeiter hatten in ihrem Projekt[39] beobachtet, dass Familienmitglieder plötzlich krankes oder abweichendes Verhalten zeigten, wenn ein ursprünglich krankes Familienmitglied wieder gesund in die Familie zurückkehrte. Oder aber: Sobald das gesund gewordene Familienmitglied in die Ursprungsfamilie zurückkehrte, zeigte es wieder krankhafte Symptome. Hinzu kommt, dass im systemischen Verständnis Regeln wie Muster durch die Beiträge der Beziehungspartner aufrechterhalten werden. Eine einfache Bestimmung was Impuls und was Folge (bzw. was der böse und gute Teil) davon ist, kann dann nur schwer geleistet werden. Aus dieser Perspektive erscheint es wenig aussichtsreich, problematische Teile zu bekämpfen ohne die anderen Elemente des Systems zu berücksichtigen.

Berman (1984, 170 ff.) betont, dass Bateson zwar an die technische Kybernetik seiner Zeit anknüpfte, aber aufgrund seiner ethnologischen Erfahrungen neben dem Eidos (dem logischen System), vor allem dem Ethos (dem allgemeinen Gefühlswert einer Kultur) eine zentrale Rolle beim Verstehen anderer Kulturen zugestand. Die rituellen Handlungen einer Volksgruppe könnten zwar in ihrer Funktionalität korrekt beschrieben werden, doch würde dies noch nichts über die Motive ihrer Mitglieder aussagen. Um diese zu erforschen, müsse man sich zwangsläufig mit dem Ethos „in die Zirkelschlüssigkeit“ des Systems begeben (Berman 1984, 179). Die Notwendigkeit einer ganzheitlichen Perspektive wurde so über den Umweg der Ethnologie an eine allgemeine Erkenntnistheorie herangetragen[40]. Wenn Virginia Satir in ihrer Teilearbeit vor allem die emotionalen Motive im Gesamtsystem herausarbeitet, steht sie ganz in der Tradition dieser personalen Systemtheorie.

[39] Ab 1952 kam Bateson in Kontakt mit der Forschergruppe Jackson, Watzlawick und Satir. Ihr Projekt hieß: „Homöostase in der Familie“ (König & Volmer 2005, 21; Walker 2000, 93). Der Homöostase-Begriff wurde allerdings im Lauf der Zeit durch das Prinzip der „Selbstorganisation“ ersetzt, weil er Veränderung nicht zufriedenstellend erklären konnte.

[40] Bateson sieht seine Vorgehensweise bei der Iatmul-Untersuchung als paradigmatisch für andere Problemlösungen bzgl. Ethik, Pädagogik und Evolution an (Bateson 1993, 237 ff.).

In der Rezeption Batesons werden immer die interaktionistischen Gesichtspunkte bei der Aufrechterhaltung von Verhalten betont. Für die Thematik der „Teilearbeit“ scheint mir aber vor allem der folgende Gedanke wichtig zu sein: Wenn ein bestimmtes Verhalten weniger auf einer Eigenschaft beruht, sondern auf Interaktion, dann bringt der interaktive Prozess - in auf Polaritäten beruhenden Beziehungen (z.B. Paarbeziehung, Chef-Mitarbeiter-Beziehung) - ein jeweils polares Verhalten hervor, das potenziell in der Person vorhanden sein muss. Die interaktionistische Perspektive impliziert geradezu Multiplizität. Bateson kommt dann auch in seiner Studie über die Abhängigkeit geschlechterspezifischen Verhaltens[41] zu folgender Schlussfolgerung:

> *Menschen seien nicht einfach dominant oder unterwürfig, unterstützend oder abhängig, verrückt oder normal. Sie verhielten sich vielmehr in umfassenden Beziehungsmustern, die diese „Eigenschaften“ erst hervorbringen. Wann immer man also Menschen begegnet, die nur einen Pol solcher Muster offen ausdrückten, könne man vermuten, dass die Saat der anderen Hälfte ebenfalls in ihnen angelegt sei.* (Walker 2000, 71).

Verhaltens- und Gefühlsmuster existieren für Bateson nicht für sich alleine, sondern aktualisieren sich im Rahmen eines ineinander verwobenen Beziehungsgeschehens. Ähnlich verhält es sich mit dem „Selbst“[42], das nunmehr im Rahmen einer zwischenmenschlichen Kybernetik zunehmend „seinen Platz, seine Funktion, seinen Anspruch“ verlor (Stierlin 1994, 79). Ein Mann, der einen Baum mit einer Axt fällt, so Bateson, ist ein selbstregulierender Prozess, herbeigeführt durch ein Gesamtsystem (Baum-Augen-Gehirn-Muskeln-Axt-Hieb-Baum) bzw. durch Informationen über Unterschiede in diesem System. Der Zustand des Stammes beeinflusst beispielsweise die Art und Weise, wie die Axt gehalten werden muss, deshalb gehört er mit zum lebendigen System:

> *Das ist aber nicht die Weise, in der ein durchschnittlicher Abendländer die Abfolge der Ereignisse eines fallenden Baums sieht. Er sagt: „Ich habe den Baum gefällt“, und glaubt sogar, dass es einen abgrenzenden Vermittler, das „Selbst“ gibt, der eine abgegrenzte „zweckgerichtete“ Handlung an einem abgegrenzten Gegenstand ausführte.* (Bateson 1982, 410 f.)

Die Palo-Alto-Gruppe kritisierte in diesem Zusammenhang auch die metaphorische Verdinglichung des Freudschen Instanzenmodells als „Fehlschluss der unangebrachten Konkretheit“ (Bateson 1982, 126). Abstraktionen sind sprachliche Notwendigkeiten, aber „eine andere Sache ist es, diese Etiketten zu handelnden Protagonisten einer mythisch anmutenden Schlacht zu stilisieren“ (Walker 2000, 85).

---

[41] Gemeint sind seine Studien über das Ritual „Naven“ der Iatmul auf Neuguinea, in der Frauen und Männer ihre typischen Rollen wechseln (Bateson 1982, 237 f.; Berman 1984, 180 f.)

[42] im deutschsprachigen Raum entspricht der Begriff eher dem „Ich“, vgl. Macha (1996, 80).

> *Die Verhaltenswissenschaften und besonders die Psychiatrie haben immer die Theorie vermieden … Psychologen akzeptieren alle möglichen internalen Erklärungseinheiten (Ich, Angst, Aggression, Instinkt, Konflikt etc.) in einer Art, die an mittelalterliche Psycho-Theologie erinnert. (…) Sie (Psychiater, R.B.) suhlten sich in internalen und mythischen Entitäten, in Es´s und Archetypen. Vor allem entlehnten sie Konzepte aus Physik und Mechanik (Energie, Spannung und Ähnliches), um Wissenschaftlichkeit zu schaffen.* (Bateson im Vorwort zu Bandler & Grinder 1975/2001, 13)

Die kritische Haltung gegenüber sprachlichen Etikettierungen hat nicht zuletzt etwas mit Batesons Bewusstheit um die Definitionsmacht des Therapeuten zu tun (vgl. Deissler 1986).

In seinem Essay „die Kybernetik des ‚Selbst': eine Theorie des Alkoholismus" untersuchte Bateson (1972, 400 ff.) die erfolgreiche Arbeit der Anonymen Alkoholiker. Der Alkoholiker gibt in einem betrunkenen Zustand auf, den Körper kontrollieren zu wollen. Die Aufgabe des Kampfes gegen sich selbst und die Welt um ihn herum wirkt als willkommene Befreiung. Der Alkoholismus wird dadurch aufrechterhalten, dass innerhalb eines Dualismus der „anständige", „reine", „noble" bewusste Wille – „hier drinnen", den „schwachen", „schmutzigen", alkoholischen Körper „dort draußen" kontrollieren will (Berman 1984, 212). Nach der Philosophie der anonymen Alkoholiker besteht der erste Schritt zur Lösung nicht in einer Verstärkung von Kontrolle, sondern gerade im Gegenteil: im Eingeständnis der vollkommenen Unkontrollierbarkeit. Die Voraussetzung für alle weiteren Schritte ist somit eine Aufgabe des Kampfes gegen diesen „Teil" (vgl. Schmidt, G. 2004, 339).

4.5.2 Schlussfolgerungen für die Methode der Teilearbeit

Viele Positionen von Bateson finden sich in der hypnosystemischen Teilearbeit wieder:

- Die Berücksichtigung des Kontextes,
- die Berücksichtigung einer systemdynamischen Perspektive,
- die Bedeutung von verbaler und nonverbaler Kommunikation,
- die Frage nach der Motivation der Teile, nach Ethos und Eidos,
- die Kontextabhängigkeit von Bedeutungen,
- die Entstehung von Multiplizität durch polare Beziehungen,
- die Selbstorgansiationsfähigkeit von Systemen,
- die Berücksichtigung von Elementen, die durch die sprachliche Struktur nicht als systemintern betrachtet werden (z.B. Baumstamm) und nicht zuletzt
- das Infragestellen einer Kampfmetaphorik.

Auf der anderen Seite bekommt die Legitimation einer Teilearbeit als systemische Methode dann die ersten Risse, wenn Bateson Entitäten wie „das Selbst“ möglichst aus dem Wortschatz verbannen möchte. Man könnte nun mit Stierlin (1994, 83) argumentieren, es gelte ein Modell des Selbst zu entwickeln, das „uns weder in Kontextvergessenheit versinken noch uns in Kontextbesessenheit verrennen lässt“. Mit anderen Worten: Bateson habe vor allem den dynamisch interaktionistischen Aspekt betont, das Selbst als Kontextmarkierer und aktiver Konstrukteur von Wirklichkeiten bisweilen vernachlässigt. König & Volmer (2005, 23) argumentieren so: Das Selbst kommt spätestens dann wieder ins Spiel, wenn im Gegensatz zur allgemeinen Systemtheorie die „Elemente“ nicht nur reagieren, sondern im Rahmen einer „personalen Systemtheorie“ deutend handeln. Natürlich könnte man die Positionen der Palo-Alto-Gruppe relativierend kontextualisieren (z.B. als Gegenbewegung zur Individualisierung im psychoanalytischen Paradigma), oder aber deren Warnungen vor jenen „epistemologischen Ungeheuern“ bei einer Konzeption von Teilearbeit berücksichtigen (Bateson 1977, 53). Dies würde immer dann gelten, wenn …

- „Teile“ als personifizierte, statische, vom therapeutischen System vorgegebene Entitäten konzeptioniert werden, statt sie vom Klienten selbst (er-) finden zu lassen,
- „störende Teile“ negative Benennungen erhalten,
- „Teile“ im Sinne von Eigenschaftszuschreibungen verstanden werden.

Insgesamt aber gilt zu bedenken, dass Bateson auf die Kontextbewusstheit von Distinktionen aufmerksam machen wollte. Zugleich griff er mit dem Selbst die Idee einer bewussten Kontrolle des Ichs an (Gerl 2001, 278). Die Konzeption von Multiplizität mit sich selbst organisierenden Subsystemen und der Möglichkeit der Parallelverarbeitung von Informationen kommt dem prozessualen Verständnis von Bateson näher als dem Selbst als Einheit. „Gegen Identität als Substanz und Festigkeit betonen sie (die Teil-Selbste, R.B.) Beweglichkeit und Prozess“ (Bilden 1997, 228). Im Vergleich zu den bisher dargestellten psychoanalytisch geprägten Varianten von Teilearbeit wird sich eine systemisch beeinflusste Variante zudem eher auf die Gegenwart als auf die Vergangenheit konzentrieren (vgl. Haley 1999, 112 f.). Es wird sich noch zeigen, dass gerade ein integratives Projekt mit einem auf Rationalität und Bewusstsein ausgerichteten „Ich“ – wie es die REVT postuliert – historisch notwendig gewordene „Einseitigkeiten“ zu Gunsten eines ganzheitlichen „Ichs“ (vgl. Macha 1989, 330) relativieren kann.

4.5.3 Der Einfluss Virginia Satirs: Von Kommunikationsebenen zu Persönlichkeitsanteilen

Die Entscheidung psychische Störungen unter dem Gesichtspunkt von kommunikativen Mustern zu untersuchen, wie es Bateson et al. (1982, 289) in ihrer „Double-bind"-Forschung praktizierten, brachte noch einen anderen Aspekt zum Vorschein, der den Boden für die Teilearbeit vorbereitet haben dürfte: das Phänomen der **Inkongruenz**. Virginia Satir (1916-1988), die zur Forschergruppe um Bateson gehörte[43], hat gerade diesen Aspekt aufgegriffen und methodisch weiterentwickelt (Bandler, Grinder & Satir 2002, 86 f.). Kongruenz wird für sie zum Inbegriff einer gesunden Familie und einer gesunden Persönlichkeit mit Selbstwertgefühl (vgl. Satir 2005a, Kap. 5). In den „Satir-Kategorien" tauchen bereits zu Mustern gebündelte Repräsentanten inkongruenter Kommunikationsformen auf: der Beschwichtiger, der Ankläger, der Rationalisierer und der Ablenker (Satir 2005a, 71 f.). Die Beschreibung dieser „Teile des Selbst" (ebd., 71) in Worte, Gedanken, Körpersprache und Gefühle erinnert an die ganzheitliche, dynamische Konzeption von Ich-Zuständen. Bateson begrenzte Inkongruenz auf den verbalen und nonverbalen Kanal. Die „Inhaltsebene" wurde dem verbalen, die „Beziehungsebene" dem nonverbalen Anteil von Kommunikation zugeschrieben (Watzlawick, Beavin & Jackson 1990, 53 f.). Der nonverbale Anteil war für Bateson der „Aufrichtigere", weil dort die eigentliche Botschaft des Senders zu finden sein sollte:

> *Diese (tierische, R.B.) Ambiguität ist jedoch ganz verschieden von dem Phänomen, das unter Menschen üblich ist, wo die Freundlichkeit in den Worten eines Menschen der Spannung oder Aggressivität seiner Stimme oder Haltung widerspricht. Der Mensch lässt sich in eine Art Unaufrichtigkeit ein, eine insgesamt komplexere Angelegenheit.* (Bateson 1972, 424 f.; Hervorh. R.B.)

Die nonverbale Botschaft wurde deshalb als „eigentliche" Botschaft betrachtet, weil sie Bateson im Rahmen von Russels „Theorie der logischen Typen" als höher einstufte[44]. Satir teilte diese Auffassung nicht, sondern betrachtete beide Aspekte als gleichermaßen gültige Darstellungen von Kommunikation. Diese Entscheidung ist für das Kooperationsprinzip der Teilearbeit von großer Bedeutung. Lüge und

[43] Ab 1959 gründete sie mit Jackson das Mental Research Institute (MRI) in Palo Alto und blieb dort bis 1966. Es soll hier nicht der Eindruck entstehen, Satir hätte die Thematik der Inkongruenz von Bateson übernommen. Bevor sie Batesons Artikel zur Double-Bind-Forschung las, entwickelte sie aus ihrer praktischen Arbeit heraus ähnliche Hypothesen. Sie praktizierte den kontextuellen Ansatz in ihrer Arbeit mit Familien vor 1959 (Walker 2000, 156 ff.). Vgl. auch Satir in Stahl, Th. (1982): „Im Juli oder im August 1957 las ich Don Jacksons Artikel ‚Towards a Theory of Schizophrenia'. Nun, dazu muss man berücksichtigen, dass ich 1951 meine erste Familie sah; niemand sonst wusste irgendetwas von Familientherapie, und ich habe es gemacht".

[44] Aus 2 Gründen kann A (nonverbales Verhalten) dem B (verbales Verhalten) übergeordnet werden: 1.) A schließt B ein, 2.) A ist ein kontextueller Kommentar zu B. (Vgl. Bandler & Grinder 1975/2001, 43 f.).

Unaufrichtigkeit konnten für Satir schon deshalb keine Beschreibungskategorien sein, weil sie Inkongruenz als unbewussten Prozess betrachtete:

> *Bei fast all diesen Gelegenheiten ist die Person sich nicht bewusst, dass sie doppeldeutige Aussagen macht.* (Satir 2005a, 69)

Noch interessanter ist allerdings die Argumentation, die Satir zusammen mit Bandler und Grinder anführt:

> *Wir wollen nun herausarbeiten, dass jede der von George (einem Klienten, R.B.) ausgedrückten Botschaften eine gültige Darstellung eines Teils von ihm in diesem Augenblick ist. Werden diese Botschaften und damit auch der Teil von George, der sie hervorbrachte, geleugnet, ignoriert oder als schlecht verurteilt, dann werden auch wichtige Fähigkeiten von George, die ihm viel Kraft geben könnten, geleugnet und ignoriert.* (Bandler, Grinder & Satir 2002, 87; Hervorh. R.B.)

Dieser Text enthält einige wesentliche Grundannahmen:

1.) Botschaften werden durch Teile hervorgebracht,
2.) Alle Botschaften oder Teile sind gleichermaßen gültig,
3.) die Abwertung oder Ignorierung eines Teils verhindert gleichzeitig den Zugang zu dessen Ressourcen.

Während Bateson also den systemdynamischen Kommunikationsbegriff betonte, kommt es bei Satir durch die Rückführung von Botschaften auf intrapersonale Entitäten wieder zu einer Verdinglichung.

Die Grundannahme von der „guten Absicht" der Systemteile als Gegenentwurf zum sokratischen Paradigma innerhalb der Kognitiven Therapien

Eng verbunden mit der 3. Grundannahme ist das zentrale Postulat von der „guten Absicht", das wiederum als Basis für alle nachfolgenden „Reframingmodelle" gelten kann (Andreas 1994, 24; Stahl 2002, 183). Dieses Postulat geht von einer „guten Absicht" des problematischen Symptomteils aus. Die Konzeption erfordert allerdings eine Differenzierung von Absicht und Verhalten. Die Phänomenologie eines Anteils kann demnach dysfunktional sein, der Motivation dieses Anteils wird hingegen eine **positive Funktion** unterstellt. Nur so wird jene Intervention verständlich, die Satir bei einer suizidalen Frau anwendet (Becker, V. 1989, 192)[45]:

> *(…) und wenn Du von Suizid redest, dann möchte ich dich fragen: was wollte dieser Teil, der den Wunsch zu sterben in dir hatte, Gutes für dich tun? Was war die eigentliche Absicht?*

[45] Erlebnisbericht von Vera Becker (1989, 192) über einen Workshop von V. Satir 1987 in New York.

Aufgrund des enormen Netzwerkes im Umfeld der Palo-Alto-Gruppe ist heute nur schwer rekonstruierbar, wer welchen Einfluss bei der Entstehung dieser Axiome hatte[46]. Erschwerend kommt in diesem Zusammenhang hinzu, dass Satir in erster Linie an der Praxis und nicht an (akademischer) Forschung und Publikation interessiert war. Während Bateson vor allem an theoretischer Reflexion interessiert war, suchte Satir als ausgebildete Sozialarbeiterin nach praktikablen Lösungen:

> *Ich gebrauche alles, was passt und erfinde Neues, soweit es mir eben möglich ist. So bin ich nicht an irgendeine Art von Technik gebunden, ich betrachte Technik als zweitrangig und die (…) Interaktion und die gemeinsame Beziehung zu den Leuten als vorrangig.* (Satir in Stahl 1982)

Als überaus belesene Praktikerin integrierte sie zwar „Ideen verschiedener theoretischer Richtungen auf originelle und kreative Weise in ihre Arbeit" (Moskau & Müller 2002, 9), allerdings scheinen diese Ideen hauptsächlich ihre eigene praktische Erfahrung mit Familien widerzuspiegeln (Dodson 2002, 15). Schlippe (2004, 9) führt die Aussagen Satirs auf verschiedene „epistemologische Niveaus" zurück:

> *So sind ihre Gedanken auf der Ebene des Menschenbildes mit der Humanistischen Psychologie verwandt, gehen aber gleichzeitig darüber hinaus, indem die soziale Verfasstheit der Person stärker akzentuiert wird. Ihre persönlichkeitstheoretischen Aussagen sind denen von Rogers (…) sehr ähnlich und gehen über sie hinaus, indem Aspekte kognitiver Theorien über individuelle Informationsverarbeitungsprozesse miteinbezogen werden. Ihre Familientherapie ist systemisch und geht darüber hinaus mit dem Versuch, zu verstehen, wie intrapsychische Prozesse und Kommunikation zusammenhängen.*

Aus diesem Grund können auch die oben genannten Annahmen unterschiedlich begründet werden. Das Postulat der „positiven Absicht" scheint auf den ersten Blick dem Menschenbild der „Human Potential Bewegung" zu entstammen, von der Satir stark beeinflusst war (Moskau & Müller 2002, 7 f.), was nicht immer mit der nüchternen systemfunktionalen Sichtweise am MRI harmonierte. Über Jay Haley und dessen systemtheoretische Position sagte sie einmal:

> *Er weigert sich zu glauben, dass es irgendetwas gibt, was in den Menschen passiert. Er denkt, dass alles zwischen den Menschen passiert. Und er glaubt nicht daran, dass Menschen Gefühle haben, und er glaubt auch nicht daran, dass dieser Sachverhalt sehr bedeutsam ist.* (Satir in Stahl, Th. 1982)

> *Zur zwanzigsten Jahresfeier des MRI machte ich dort eine Demonstration, und dort sagte er, ich würde mich der Religion zuwenden.* (Satir in Stahl, Th. 1982)

[46] Satir war psychoanalytisch ausgebildet. Am MRI gab es neben Bateson und den Mitarbeitern immer wieder Kontakte zu Milton Erickson (der Weakland und Haley ausbildete) und zu Salvador Minuchin (vgl. Stahl 1982). Ab 1972 kam es zur engen Zusammenarbeit mit Bandler, der über Robert Spitzer bereits die Methoden von Fritz Perls analysierte, welchen Satir als Direktorin am Esalen Institut kennen lernte (vgl. Walker 27 ff.; 164). Nach McClendon (2003) war Satir immer wieder Gast bei den experimentellen Workshops von Bandler & Grinder. Satirs Vorläufer in der Skulpturenarbeit waren Bunny und Fred Duhl und David Kantor, die wiederum von Moreno beeinflusst waren.

Das Axiom von der „Nichtabwertung der Teile“ dürfte bei Satir eng mit dem Begriff des „Selbstwerts“ verbunden sein, der die zentrale Zielgröße in ihrer Therapie darstellt (Satir 1970, 2005a; Walker 2000, 177; Kriz 2001, 285 f., vgl. Becker, V. 1989, 207; Nerin 2002, 173). Kommunikation ist für sie „der Maßstab, mit dem zwei Menschen gegenseitig den Grad ihres Selbstwerts messen, und sie ist auch das Werkzeug, mit dem dieser Grad für beide geändert werden kann“ (Satir 2005a, 39). Überträgt man dies nun auf die personale Systemtheorie, so lässt sich leicht die Forderung nach einer respektvollen Kommunikation mit Systemteilen ableiten.

Aus systemischer Perspektive stellt das Postulat der „positiven Absicht“ eine Form der **Rekontextualisierung** dar. Dies bedeutet nichts anderes, als dass in irgendeinem Kontext das Symptomverhalten einen guten Zweck hätte erfüllen können oder sogar erfüllt hat. Die Bedeutungszuschreibung des „Symptomverhaltens“ ist abhängig vom jeweiligen Kontext. Aus dieser Sichtweise ist die Rekontextualisierung eng mit dem Informationsbegriff verbunden. Stahl (2002, 186; Hervorh. R.B.) weist darauf hin:

> *Die mit dem nicht akzeptierten Problemverhalten für das Wohl des Klienten arbeitenden Teile seines Unbewussten stehen in einem Hierarchieverhältnis zu seinem Bewusstsein. Sie sind mächtiger und verfügen über ein Mehr an Informationen – sowohl als Grundlage für die Entscheidung, wann es genau an der Zeit ist für das Problemverhalten, als auch bezüglich seiner positiven Schutz- und Ermöglichungsfunktion (…) im systemischen Ganzen der Person.*

Besonders deutlich wird dies an Satirs Methode der „Familienrekonstruktion“[47] (Nerin 2002, 163). Satir zielte mit dieser Methode auf eine Versöhnung mit jenem Familienmitglied, dessen Verhalten abgelehnt wird. Das abgelehnte Verhalten sollte durch eine Rekonstruktion des Kontextes verstehbar werden. Die Voraussetzung für Integration ist also Information, die der „Entdecker“[48] allein in seinem begrenzten Systemüberblick nicht haben kann[49]:

> *Wenn man dem Entdecker Gelegenheit gibt, diesen Teil der Eltern kennenzulernen, gewinnt er neue Informationen.* (Nerin 2002, 170; Hervorh.: R.B.)

Diese Konzeption knüpft an die frühe Sichtweise von Janet an, der - wie bereits dargestellt - das Problem der Dissoziation und Integration vor allem als Informationsproblem betrachtete (Hilgard 1977, 5; Ellenberger 2005, 489). In diesem metaphorisch isomorphen Setting übernehmen Personen die Familienrollen des

[47] Die Familienrekonstruktion ist eine frühe Form der Aufstellungsarbeit, die Satir Ende der 60er Jahre entwickelte. Aktuelle Formen der Aufstellungsarbeit wurden maßgeblich durch Satir beeinflusst. Nerin (2002, 164) weist darauf hin, dass sich in dieser Methode „Satirs gesamte Philosophie“ widerspiegelt.
[48] Anderer Name für Klient/Kunde, der eine Familienrekonstruktion machen lässt (Nerin 2002, 164).
[49] Vgl. Nerin (2002, 163): Nach der Familienrekonstruktion „lebte sie mit ihrer Mutter in Frieden, weil sie an diesem Tag die Dynamik der Familie ihrer Mutter erkannte“. Obwohl die Methode sehr emotional ist, geht es in erster Linie um Information.

Ratsuchenden und können nun erklären, welche Absicht ihrem damaligen Verhalten zugrunde lag. Aufgrund der begrenzten Kontextinformation und der Trennung von Absicht und Verhalten kommt Satir zu folgendem Schluss:

> *Wir gehen davon aus, dass die Verhaltensweisen, die Menschen hervorbringen, die bestgeeigneten Reaktionen sind, die sie in dem Kontext zur Verfügung haben, ganz egal, wie bizarr und unangenehm sie zu sein scheinen.* (Bandler & Grinder 1994, 167)

Mit der Methode der sog. **„Parts Party“** vollzieht Satir (1978, 2005b) nun endgültig den Schritt nach „Innen“. Zugleich stellt diese Methode eine Verknüpfung des personalen Systemgedankens mit den Prinzipien der Gruppendynamik dar. Sprechakte des „Verhandelns“ und „Sich Einigens“, die sich als hilfreich in der zwischenmenschlichen Kooperation erwiesen haben, werden auf internale Konflikte übertragen (Satir 2004, 202 ff.; Moskau & Müller 2002, 191 ff., 201 ff.; McClendon 2003, 29 ff.). Gruppenmitglieder repräsentieren als namhafte Personen der Geschichte oder Gegenwart metaphorisch die geschätzten wie abgelehnten Persönlichkeitsanteile des „Gastgebers der Party“. Die Rollenspieler sollen allerdings nicht statisch eine Eigenschaft darstellen, sondern erleben, wie sich „die Rollen gegenseitig beeinflussen, provozieren und selbst verwandeln“, wobei „Konflikte oder auch Bündnisse zwischen den Gästen“ entstehen (Moskau & Müller 2002, 197). Schließlich wird jeder „Teil“ aufgefordert, das Spiel zu dominieren und ein Machtkampf entsteht. Das darauf einsetzende Chaos soll die Einsicht der Anteile in die Notwendigkeit zur Kooperation stärken:

> *Die einzelnen Anteile werden sich jetzt bewusst, dass sie die Kooperation eines anderen Teils brauchen, um ihre Bedürfnisse zu befriedigen. (…). Ehrgeiz z.B. macht Handlungen oft zu einem Kampf. Wird er aber durch Intelligenz und Vorsicht gezügelt, wandelt sich die negative Energie, die zu destruktivem Verhalten führt, in positive Energie, die den Menschen voranbringt und ihn zu einem guten Anführer macht. Das gilt für alle Anteile, die für den Klienten eine negative Bedeutung haben.* (Satir & Baldwin 2004, 204)

Ein Akteur darf auch eine neue Eigenschaft annehmen, die zur Unterstützung eines Einigungsprozesses hilfreich ist (z.B. Geduld). In einem abschließenden Ritual werden die veränderten Teile in die Persönlichkeit des Gastgebers integriert. An dieser Methode ist vor allem das synergetische Prinzip hervorzuheben: unterschiedliche Zustände oder Teile verändern durch ihre Verbindung ihre Qualität.

Ressourcenorientierung als Rekontextualisierung

Satir hat mit ihren Methoden die konzeptionellen Gemeinsamkeiten von systemischen und hypnotherapeutischen Sichtweisen bereits vorweggenommen:

> *Wenn Erleben (individuell und interaktionell) als Ausdruck von regelhaften Mustern dargestellt werden kann, also von Assoziationsnetzwerken, die ja immer wieder aktuell abgerufen werden, also nicht grundsätzlich in sich stabil sind, dann heißt Veränderung nichts anderes als das Einführen von Unterschieden in diese Muster. Damit wirksame Veränderungen angeregt werden, muss dann auch nicht ein ganzes Muster verändert werden, sondern es genügt meist, Unterschiede in einem oder mehreren Elementen oder Verknüpfungen in ihm einzuführen. Da ja ein Muster sich als Ausdruck eines Wechselwirkungsnetzwerkes darstellt, werden dann nicht nur die direkt veränderten Elemente des Musters erfasst, sondern in Wechselwirkung das ganze Muster.* (Schmidt, G. 2005, 8)

Unterschiedlichkeit geschieht in der Arbeit Satirs weniger durch das Aufgeben als vielmehr durch das Hinzufügen von Information im Rahmen einer Rekontextualisierung. Das Hinzufügen eines Teils (bzw. eines Ich-Zustandes) kann eben auch als Rekontextualisierung verstanden werden. In irgendeinem Kontext hat die Person schon einmal eine Eigenschaft oder Verhaltensweise gezeigt (Mut, Kreativität oder Geduld), auf die sie wie in der Denktradition von Janet im aktuellen Kontext keinen Zugriff hat. Durch die metaphorische Zusammenfügung von Teilen soll dieser Zugang wieder hergestellt werden.

4.5.4 Der Einfluss von R. Bandler und J. Grinder auf die Teilearbeit

Die Publikationen von Bandler und Grinder, in denen das strategische Vorgehen von Virginia Satir dargestellt wird, dürfen in ihrem Einfluss auf die Praxis der therapeutischen und beraterischen Community nicht unterschätzt werden (Bandler & Grinder 1975, 1976, 1979, 1984, 1994, 1995; Bandler, Grinder & Satir 1976). Kaum eine Literatur zu Beratung und Coaching kommt ohne den Hinweis auf jene Publikationen aus, die in Teilen oder zur Gänze Satirs Methoden im Umgang mit Inkongruenz und damit auch die Teilearbeit zum Thema haben[50]. Das Wort „Reframing“ gehört mittlerweile zum Standartwortschatz der Beratungsliteratur (vgl. Schlippe 2000, 41). Hypnosystemische Ansätze beziehen sich zwar lieber direkt auf Milton Erickson und die Palo-Alto-Gruppe, greifen aber für die praktische Arbeit und Ausbildung auch auf die vereinfachten Modellbeschreibungen wie das „Sechs-Schritt-Reframing“ von Bandler & Grinder (1995) zurück[51]. Aufgrund dieser rezeptionsgeschichtlichen Bedeutung muss m. E. auf die „Teilearbeit“ im Rahmen der Publikationen von Bandler & Grinder eingegangen werden. Der Anfang, ja sogar der inhaltliche Kern des Neuro-Linguistischen-Programmierens (NLP) ist im

[50] Beispiele aus dem hypnosystemischen Kontext: Schmidt, G. (2004, 443), Revenstorf & Peter (2001, 280, 740), aus dem lösungsorientierten Kontext: Bamberger, G.G. (2001), 102; allg. Beratungsliteratur: Bachmair (1989, 178), Schulz von Thun, F. (1981, 1990, 1998), Schulz von Thun, F. & Thoman, P. (1991).
[51] Zum Beispiel im Standardwerk zur Hypnotherapie von Revenstorf & Peter (2001, 280)

Wesentlichen mit der Arbeit Satirs, insbesondere mit ihrem „Teileverständnis“ verbunden[52]. Satir (in Stahl 1982) bestätigt dies:

> *… und so ergab es sich, dass ich für ihn (Richard Bandler, R.B.) eine Parts Party machte. So etwas hatte es in seinem Leben noch nicht gegeben, und er war total sprachlos darüber, welche Veränderungen dadurch in ihm bewirkt wurden. So kam es, daß er anfing, sich dafür zu interessieren, wie diese Veränderungen stattfinden. Er bat mich dann um alle meine Ton- und Videobänder und um alle meine Transskripte und fing an, zu studieren. Und dann traf er John Grinder. John ist Linguist. Die zwei kamen also zusammen, und es wurde sehr spannend, denn ich war aufgeregt darüber, was sie dabei heraus fanden.*

Aufgrund des engen, auch regional bedingten Kontakts mit Bateson und der übrigen Palo-Alto-Gruppe, sowie mit Fritz Perls und vor allem mit Milton Erickson kommt es durch Bandler und Grinder zu einer zunehmenden Verschmelzung von systemischen, hypnotherapeutischen und humanistischen Methoden und Konzepten, deren Entstehungsprozess ohnehin als Gemeinschaftswerk betrachtet werden muss (vgl. Haley 1999, 10-13). Dabei sind die folgenden Entwicklungen erkennbar:

1. Während die Teilearbeit in den „Parts Parties“ noch externalisiert war, wird sie durch den Einfluss Milton Ericksons vollständig nach „innen“ verlagert (Bandler & Grinder 1975/2001, 167). War bei Satir das bewusste Erkennen noch der Schlüssel für Veränderung, spielt bei Bandler & Grinder das Bewusste bereits eine untergeordnete, bisweilen sogar störende Rolle (Bandler & Grinder 1994, 182, 170). Diese Position dürfte dem Einfluss von Milton Erickson, nicht zuletzt auch jenem von Fritz Perls zuzuschreiben sein (ebd., 197; Polster 1967). Da diese Position als Gegenentwurf des sokratischen Dialogs aufgefasst werden kann, möchte ich diese Thematik noch einmal aufgreifen.
2. Der humanistische Einfluss, insbesondere die Betonung der Therapeut-Klient-Beziehung tritt aufgrund des technisch-methodischen Interesses in den Hintergrund. Da die Methoden unabhängig von der Person ihres Gründers verwendet werden sollen, entspricht diese Entpersonalisierung dem Programm. Angesichts des Vorwurfs einer technizistischen Seelenlosigkeit, ist es doch erstaunlich, dass in den Modellen von Bandler & Grinder viele „humanistische“ Prämissen Satirs erhalten geblieben sind, so zum Beispiel die Annahme der guten Absicht (Bandler & Grinder 1994, 167,168). Dies impliziert auch die Ablehnung einer Kampfmetaphorik im Umgang mit dem „Problemteil“:

[52] Satir lernte Bandler 1972 als jungen Musiker kennen, der ihre Therapien zunächst nur aufzeichnen sollte. Nach einer Phase der engen Zusammenarbeit distanzierte sich Satir allerdings von der Arbeit Bandlers mit der Begründung, er würde ihr Vorgehen praktizieren ohne „Kontext, der durch Liebe, Einfühlung und durch die Person“ gekennzeichnet ist. (Satir in: Stahl 1982). Über den Einfluss von Satir auf die Reframingmodelle vgl. Stahl (2002, 183)

Dir ist immer noch nicht klar geworden, dass dieser Teil die ganze Zeit etwas Lebenswichtiges für dich getan hat. Er hat dir einen Dienst erwiesen und du verbringst so viel Zeit damit, gegen deine eigenen internalen Prozesse anzukämpfen, während sie versuchen, etwas Positives für dich zu tun. (ebd., 184)

3. Die Frage, ob es so etwas wie „Teile" wirklich gibt, wird bei Bandler und Grinder endgültig obsolet[53]. Sie verwenden austauschbar die folgenden Begriffe: Multiple Botschaften, Ausdrucksmöglichkeiten, Modelle, Ressourcen (Bandler & Grinder 1975/2001, 49) und - „in Ermangelung eines besseren Wortes" – „Anteile" oder „Teile" (Bandler & Grinder 1994, 168). Noch am ehesten verwenden sie den Teilebegriff in der Bedeutung von „Modell" im Sinne einer subjektiven Theorie.
4. Bandler & Grinder (1975/2001, 45) begründen die Gleichwertigkeit inkongruenter Botschaften damit, dass sie alle Botschaften der verschiedensten Outputkanäle (z.B. rechte Hand, linke Hand, Stimme) als auf einer logischen Ebene liegend betrachteten. Keine verbale oder nonverbale Äußerung kann aus ihrer Sicht als übergeordnet betrachtet werden, vor allem nicht wenn man das Verhalten einer Person über längere Zeit hinweg betrachtet:

   Indem wir diese Organisation benützen, vermeiden wir eine Schwierigkeit, die aus Batesons Schema resultiert, nämlich die Entscheidung, welche Gruppe der Para-Botschaften der anderen übergeordnet ist.

   Damit lösen sie aus ihrer Sicht zudem das Problem der Integration von Elementen unterschiedlicher logischer Ebenen (vgl. 4.5.3).

Neben Bateson, Satir, Bandler & Grinder gehörte Fritz Perls - zumindest zeitweise - zum einflussreichen Umfeld der Palo-Alto-Gruppe (vgl. McClendon, 19 f.). Seine Variante von „Teilearbeit" beeinflusste viele spätere Formen.

4.5.5 Der Einfluss des Taoismus und des heraklitischen Denkens auf die Teilearbeit von Fritz Perls

Der Einfluss von Fritz Perls (1893 – 1970) auf die Verbreitung der „Teilearbeit" kann nicht überschätzt werden. Polster & Polster (2002) sehen in der Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen geradezu den Kern der Gestalttherapie:

[53] Vgl. Bandler & Grinder (1994, 23): „Wir haben *keine* Ahnung von der ‚wirklichen' Natur der Dinge, und wir sind nicht sonderlich daran interessiert, was ‚wahr' ist. Die Funktion der Modellbildung besteht darin, zu Beschreibungen zu kommen, die *nützlich* sind."

Einander entfremdete Anteile eines Menschen wieder in Kontakt miteinander zu bringen, ist die natürliche Weiterführung der grundlegenden Annahme der Gestalttherapie, dass Kontakt Veränderung herbeiführt.

Als Perls in einem Interview gefragt wird, was Gestalttherapie sei, beginnt er spontan mit einer Teilearbeit.[54] Die gestalttherapeutische Technik des „Two chair dialogue" zur Reintegration von nicht wahrgenommenen Anteilen ist hinreichend bekannt (Grawe 2000, 83)[55]. In seinem „Top-Dog/ Under-Dog"-Modell spiegeln sich die antagonistischen Anteile von Eltern-Ich und Kind-Ich, die miteinander in Dialog treten (McClendon 2003, 23; Perls 2002, 146). Goldsteins (1934) „Organismische Theorie", in der Symptome als Antworten auf Fragen des Körpers interpretiert werden, entsprechen dem Postulat der „positiven Absicht" (Amendt-Lyon, Bolen & Höll 2004, 119; Nausner 2004, 39-43; Perls 2002, 26 ff.), das auch Perls vertritt, wenn er sagt:

Das ist das Paradoxe des Wandels. (…) Solange man ein Symptom bekämpft, wird es schlimmer. (Perls 1986, 187)

Vergleichbar mit dem Postulat von der positiven Absicht ist der Begriff von der „guten Gestalt", die Goldstein von Wertheimer übernahm (vgl. Perls 2002, 20):

Gute Gestalt, oder wie man es nennen mag, stellt eine ganz bestimmte Form der Auseinandersetzung von Organismus und Welt dar, nämlich die, in der der Organismus sich am besten seines Wesens entsprechend verwirklicht. (Goldstein 1934, 231).

Hingewiesen sei an dieser Stelle vor allem auf einen, in diesem Zusammenhang selten erwähnten Aspekt: den **Einfluss des Taoismus** (Hochgerner et al. 2004, 117). Nicht nur durch Paul Goodman, sondern auch durch den Philosophen und Literaten Salomo Friedlaender[56] kamen die Perls mit der Philosophie des Taoismus in Kontakt (vgl. Höll 2003).

Die Welt in all ihren Phänomenen lässt sich nach Friedlaender als in Gegensätze ausdifferenziert begreifen, wobei das "Nichts des Nullpunktes" zwischen den jeweiligen Polen dieser Gegensätze die Balance zu bewahren und in seiner Mitte zu ruhen ermöglicht. (Höll 2003)

Schöpferische Indifferenz und polare Differenzierung charakterisieren dann auch den gestalttherapeutischen Ansatz (Frambach 1996, 296). Gestalttherapeuten versuchen, Vordergrundfiguren nur im Kontext von Hintergrundgeschehen zu verstehen (Amendt-Lyon et. al. 2004, 122). Die Überwindung des polaren Entweder-

[54] Bry, A. (1996): Fritz Perls im Interview mit A. Bry zum Thema: Was ist Gestalttherapie? Das Interview wurde erneut abgedruckt in: Gestaltkritik, 2, 96.
[55] nachzulesen in Transkripten, die zwischen 1966 und 1968 entstanden sind: Perls (1986) oder (2002).
[56] Friedlaender bezieht sich in seinen Polaritäten auf Heraklit – vgl.: Geerken, H. & Hauff, S. (1986). Salomo Friedlaender / Mynona, Alfred Kubin: Briefwechsel, S. 247 ff. und: Friedlaender (1918). Schöpferische Indifferenz.

oder, die kognitive „Entdifferenzierung“ (Naranjo 1998), ist für Perls eng verbunden mit dem Prinzip der „Nicht-Einmischung“ bzw. dem wahrnehmenden Aushalten dieser Polarität:

> *In unserem Fall - in diesem Dialog - nehmen Sie diesen anderen Teil, der Sie verfolgt, der außerhalb von Ihnen zu sein scheint, wahr und erkennen, dass er zu Ihnen gehört, dass Sie das sind. Dadurch nehmen Sie diese Gefühle zu sich zurück, Sie re-assimilieren einen Teil Ihrer dominierenden Bedürfnisse.* (Perls in Bry 1996)

Diese „paradoxe Theorie der Veränderung“[57] (Beisser 1995) birgt einige Herausforderungen für Therapie und Beratung:

> *Der Gestalttherapeut verweigert die Rolle des 'Veränderers', weil seine Strategie darin besteht, den Klienten zu ermutigen, ja sogar darauf zu bestehen, dass er sein möge, wie und was er ist. Er glaubt, dass Veränderung nicht durch Bemühen, Zwang, Überzeugung, Einsicht, Interpretation oder ähnliche Mittel zu bewirken ist. Vielmehr entsteht Veränderung, wenn der Klient - zumindest für einen Moment - aufgibt, anders werden zu wollen, und stattdessen versucht zu sein, was er ist*. (Beisser 1995)

In einer hypnosystemischen Teilearbeit wird dann der Therapeut eher die Rolle eines Moderators annehmen, der dafür sorgt, diese „andere Seite“ der Polarität wahrnehmen zu können. Interessanterweise bezieht sich Perls in seiner Arbeit nicht nur auf den Taoismus, sondern dezidiert auf die antike Tradition **Heraklits** (Petzold 1993b, 57, vgl. Perls 1986, 85, 26; 1992, 23) [58]. Der Taoismus und die heraklitische Position haben nicht nur bei Perls die Prämissen einer „Teilearbeit“ gelegt, sondern finden sich auch bei C.G. Jung im Prinzip der „Einheit der Gegensätze“ (vgl. Jacobi 2003, 139 f.; Jung 1990, 67-77) und im Prinzip „Rückkehr zum Gegenteil“[59] wieder. Jacobi (ebd., 58) weist darauf hin, dass gerade die regulierende Funktion komplementärer Gegensätze, wie sie das gesamte Jung’sche Werk prägt, insbesondere auch dessen „Typologie“ (vgl. Jung 2003, 177, 181), im antiken abendländischen Denken noch am ehesten in der Position Heraklits zu finden ist.

> *(…) vielmehr wenn du etwas groß nennst, wird es sich auch klein zeigen, und wenn schwer, auch leicht, uns so gleicherweise in allem, da nichts eines oder etwas oder irgendwie beschaffen ist; sondern durch Bewegung und Veränderung und Vermischung alles untereinander nur wird, wovon wir sagen, dass es ist, nicht richtig bezeichnend; denn niemals ist eigentlich irgend etwas, sondern immer nur wird es.* (Platon: Theaitet, 152d2)

Bezeichnenderweise wird gerade diese Position von Platon in seinem berühmten sokratischen Dialog „Theaitet“ disputiert und angegriffen (vgl. Gutmann 2003, 208-

[57] "Veränderung geschieht, wenn jemand wird, was er ist, nicht wenn er versucht, etwas zu werden, das er nicht ist" (Beisser 1998).
[58] Über den Zusammenhang von Taoismus und Heraklit vgl. auch: Watzlawick (1997, 159); Luciano (1995, 68) und Chung, J. (2004, 19).
[59] Jung verwendet dafür den Begriff „Enantiodromie“, der von Heraklit stammt (Ellenberger 2005, 958).

294; Popper 2005, 48 ff.). Mit Einschränkungen kann man sagen, dass die Prämissen einer prozessorientierten Teilearbeit, wie sie im Umkreis der Palo-Alto-Schule verstanden wurde, eher einer vorsokratischen Tradition der Antike entsprechen, während der sokratische Dialog – wie ihn Ellis einsetzt – eher einer aristotelisch-sokratischen Tradition verpflichtet ist (vgl. Kap. 3.3.2). Diese gegensätzliche Orientierung an historisch so unterschiedlichen „Denkstilen" (Fleck 1980) dürfte eine Integration nicht gerade erleichtern. Wenn man Poppers (2005) Argumentation folgen will, dann wurde mit dem Anspruch der aristotelischen Logik auf Wahrheitsfindung das antike Projekt eines kritischen Rationalismus aufgegeben (S. 23 ff.). Ein ursprünglich den Göttern vorbehaltenes Wissen (‚*episteme'*) wurde nun mittels einer logischen Beweisführung auch für den Menschen begreifbar. Die vorsokratische Welt eines Heraklit hingegen betont die Unmöglichkeit des Statischen (Popper 2004, 44), die Identität der Gegensätze (Störig 1997, 136), „das Umschlagen der Dinge in ihr Gegenteil" (Watzlawick 1997, 221) sowie die Abhängigkeit des Beobachteten vom Beobachter. Wissen bleibt für die Vorsokratiker allenfalls eine Annäherung an die ‚episteme'.

Einerseits liegt in diesen antiken Orientierungen viel an Unterschiedlichkeit zwischen den beiden Methoden begründet, andererseits – und das wurde bisher deutlich – sind beide Methoden auch von vielen anderen Faktoren beeinflusst worden. Zudem sollte nicht vergessen werden, dass der sokratische Dialog der Frühdialoge gerade als Brücke zwischen den Polen „Wandel" und „Veränderung" verstanden werden kann (vgl. Kap. 2; Rockmore 1993). Die Position Heraklits wiederum beinhaltet eine Kampfmetaphorik, wenn auch in ihrer positiven, lebenserhaltenden Funktion[60] (vgl. Luciano 1995, 67). Diese Aspekte berühren allerdings bereits integrative Fragestellungen, wie sie in Kap. 5 erörtert werden sollen.

Zuvor muss aber ein unverzichtbarer Protagonist der hypnosystemischen Teilearbeit vorgestellt werden: Milton Erickson. Obwohl er sich meines Wissens weder auf den Taoismus noch auf Heraklit bezieht, basiert seine „Teilearbeit" auf der Grundlage ähnlicher Prämissen.

[60] Heraklit sah den Kampf der Elemente als unabdingbare Notwendigkeit für Veränderung und Leben. (Heraklit, F2). Das jeweils antagonistische Element muss aus seiner Sicht positiv bewertet werden: „Keiner der beiden Widersacher darf je die Oberhand bekommen, denn sein Sieg würde gleichzeitig auch seine Niederlage bedeuten" (Luciano 1995, 69). Als Einheit organisierendes Element schuf Heraklit den schwer interpretierbaren „Logos"-Begriff (vgl. Störig 1997, 137).

4.5.6 Der Einfluss Milton Ericksons: Die Bewusst-Unbewusst-Dissoziation

Zwar wird Milton Erickson (1901-1980) oft als „Vater“ der modernen Hypnotherapie bezeichnet (Gilligan 1998, 8), aber sein enormer Einfluss auf die systemische Familientherapie wird unterschätzt[61]. Erickson unterhielt schon früh die unterschiedlichsten Kontakte zur Palo-Alto-Gruppe[62] und die heutigen Vertreter der „Teilearbeit“ wurden noch von ihm selbst ausgebildet[63]. Es waren vor allem Helm Stierlin und Gunther Schmidt, die auf die systemisch inspirierte und systemisch anregende Arbeitsweise von Milton Erickson hingewiesen haben (Stierlin 1994, 91 ff.; Schmidt, G. 2004, 39, 40). Während die Teilearbeit in der Transaktionsanalyse und der Hypnoanalyse noch viele Parallelen zum psychoanalytischen und kognitionstherapeutischen Gedankengut aufweist, werden durch den Einfluss Milton Ericksons neue - auch dem sokratischen Paradigma - gegenläufige Tendenzen sichtbar:

1. Die **Potenzialhypothese**: Das Unbewusste ist nicht mehr „Ort ungezügelter und potentiell destruktiver Triebbedürfnisse“, sondern „Quelle von konstruktiven Energien, Ressourcen, Kreativität und Lösungsmöglichkeiten für anstehende Probleme“ (Stierlin 1994, 90).
2. Die **Ressourcenorientierung** wird in diesem Ausspruch Ericksons deutlich: „Wenn man Phantomschmerzen haben kann, dann kann man auch angenehmes Phantomerleben haben“ (Gilligan 1998, 9). Die „Utilisierung“ des Problemzustands wird zur zentralen Strategie der Erickson’schen Arbeitsweise.
3. **Die begrenzte Intelligenz des bewussten Ich**: Statt Heilung durch Einsicht und Bewusstmachung, setzte Erickson mitunter auch auf Heilung durch Ausschalten von Bewusstheit und Rationalität (Gilligan 1998, 283-355; Schmidt, G. 2004, 147). Problemlöseprozesse des Unbewussten sollen vor einem zu frühen Bewertungsprozess auf bewusster Ebene geschützt werden. Vergleichbar damit sind die Begrifflichkeiten wie „Inkubationszeit“, oder „analogische Bearbeitung“ aus der kognitiven Psychologie des Problemlösens (Revenstorf & Peter 2001, 9).

---

[61] Vgl. Diskussion über die Einheit von Hypno- und Systemischer Therapie in: Deissler (1999, 179 f., 190)

[62] Erickson war seit 1932 mit Bateson und Mead befreundet (Haley 1988, 21; vgl. Gilligan 2006). In der ersten Nummer der Zeitschrift „Family Process“ – der weltweit ersten Zeitschrift für Familientherapie – war bereits Erickson mit einem Aufsatz vertreten (Stierlin 1994, 91; Erickson 1962). Ab 1953 lernte Jay Haley bei Erickson Hypnose. Er führte viele Interviews mit Erickson und machte mit seinen Transkriptionen Erickson auch in Deutschland bekannt (vgl.: Haley 1978, 1999). Auch John Weakland wurde von Erickson ausgebildet. Von 1961/1962 an war Erickson immer wieder Gast in den Meetings am MRI (vgl. Interview mit Satir in Stahl, 1982).

[63] Die meisten Vertreter der Milton-Erickson-Gesellschaft hatten noch persönlichen Kontakt zu Erickson bzw. nahmen an seinen Seminaren teil (z.B. G. Schmidt 2004, 40; vgl. auch Revenstorf & Peter 2001, 735).

4. **Der Verzicht auf Regression und Ursachenforschung:** Erickson baute auf Veränderung durch die Einführung minimaler, systemisch wirksamer Unterschiede bzw. Musterunterbrechungen statt auf die Bearbeitung von „Problemursachen“ (Gordon et al. 1981, 140; Deissler 1999, 193).
5. Damit verbunden war seine **Präferenz für indirekte Interventionen** (Zeig 1983b, 466; Whiteside 1983, 480 ff.). Beispielhaft dafür steht der Gebrauch indirekter, tranceinduzierender Sprachmuster (Burton & Bodenhamer 2002).
6. Obwohl Erickson auch die Autoritätsgläubigkeit von Klienten „utilisierte“, war seine Konzeption von Trance und Hypnose – in Abgrenzung zur klassisch autoritären Hypnose – **kooperativ, partizipatorisch und individualisiert** (Revenstorf & Peter 2001, 735, 43; Gilligan 1998, 29, 89; Watzlawick 1982). Nach G. Schmidt (2004, 38) praktizierte Erickson bereits damals den Gedanken der Autopoiese, indem er annahm, „dass alle hypnotischen Induktionsprozesse letztlich immer selbst-hypnotische Prozesse sind“ (G. Schmidt 2005, 35).[64]

4.5.6.1 Die Konzeption des Unbewussten und die Potenzialhypothese

Bis in jüngster Zeit ringt die therapeutische Gemeinschaft der Erickson-Schule um eine Klärung dessen, was Erickson unter dem Konzept des „unconscious mind“ verstanden hat [65]. Durchaus kritisch wird die Verdinglichung, die Romantisierung und der eklektisch unbefangene, simplifizierte Gebrauch des Begriffs diskutiert (Havens 2003, 10 ff.; Revenstorf & Peter 2001, 735, 49 f.; Kraiker 1989; Gottwald 1989; Schmidt, G. 1989; Freund 1989; Revenstorf 1989). Eine Begriffsbestimmung gelingt noch am besten, wenn man ihn mit dem Freud’schen Es-Anteil des Unbewussten kontrastiert (Revenstorf 1996a, 37) oder mit den Jung’schen Archetypen vergleicht (Mayer 1989, 47). Nach Mayer (1989, 44) wird die Diskussion immer dann schwierig, wenn die verschiedenen Beschreibungsebenen nach Bateson: (1) Rohdaten, (2) heuristische Konzepte (3) wissenschaftliche Modelle und (4) wissenschaftliche Gesetzmäßigkeiten vermischt werden. Obwohl die Therapieprinzipien von Erickson einen weitreichenden Einfluss auf andere Therapieformen gehabt haben, hat er seine Vorgehensweise nie systematisiert oder theoretisch begründet. Seine Haltung war eklektisch, weil er davon ausging, dass jeder Klient eine neue Therapie und eine eigene Theorie benötigte (Revenstorf & Peter 2001, 6). Aus diesem Grund wird je nach aktuellem Wissenschaftstrend die

[64] Vgl. die Ethik-Diskussion um den Fall „Joe“ (Zeig 1983b, 465). Erickson rechtfertigt seine sprachlich metaphorisch-verdeckte Tranceinduktion bei einem Krebspatienten auch durch den Autopoiese-Gedanken.
[65] Vgl. die kontroverse Diskussion in der Milton-Erickson-Gesellschaft (M.E.G.) um den Begriff des „Unbewussten“ in: Hypnose und Kognition, Band 6, Heft 1, April 1989.

theoretische Leerstelle des „Unbewussten“ mit unterschiedlichen Modellen aufgefüllt. Die Hemisphärentheorie der 70er Jahre beispielsweise musste bereits Anfang der 80er Jahre kritisch überdacht werden (z.B. Johnson 1983; Ornstein 1992, 68-69). Heute wird vorwiegend auf Autopoiesetheorien und auf aktualisierte Ergebnisse der Neurowissenschaften verwiesen, welche die Bedeutung vorbewusster Entscheidungsinstanzen betonen (Roth 2003, 196 ff.; Damasio 2000, 2004; Kaplan-Solms 2003) oder auf die Multiplizität mentaler Verarbeitungszentren verweisen (Fodor 1983, Bownds 1999). Aufgrund des weitreichenden Einflusses - nicht zuletzt durch eine unvermeidliche Popularisierung der Aussagen von Erickson („Trust your Unconscious“) - und aufgrund der Tatsache, dass die so genannte Bewusst-unbewusst-Dissoziation einen wesentlichen Interventionsschritt in der Teilearbeit darstellt, sollen im Folgenden die wichtigsten Bedeutungsaspekte des „Unbewussten“ aus der Sicht Ericksons dargestellt werden.

Das Unbewusste als „Langzeitgedächtnis“

Erickson, der sich als Praktiker weniger um eine wissenschaftlich differenzierte Ausdrucksweise kümmern musste, benutzte für seine Klienten zur Umschreibung des „Unbewussten“ häufig die Metapher des Warenhauses, in dem alle Eindrücke und Erlebnisse, alles Lernen und alle Erfahrung abgelegt seien (Peter 1987a, 32).[66] Die Erickson’sche Hypnotherapie kann somit von der Grundannahme ausgehen, dass in praktisch allen Fällen die Grundkompetenzmuster, die zur Lösung von Problemen notwendig wären, im Erfahrungsspektrum der Beteiligten gespeichert, wenn auch aktuell nicht zugänglich sind (Erickson & Rossi 1981). Diese Vorstellung vom „Unbewussten“ kommt dem „Unterbewussten“ der Janet-Hilgard-Linie sehr nahe (Gilligan 1998, 55). Die Betonung des Informations- und Gedächtnisaspekts des „Unbewussten“ dürfte zu einer gewissen Entmystifizierung des Begriffs beitragen (Peter 1987a, 33; Revenstorf & Peter 2001, 7; Schmidt, G. 2005, 16). Zum Fall des Krebspatienten „Joe“[67], den Erickson mittels einer suggestive „Einstreutechnik“ zum Trinken bewegen wollte, sagte er später:

Ich habe tatsächlich viele Worte gesagt, die Joe in das übersetzen konnte, was er in seinem Leben durch Erfahrung gelernt hatte und von dem er dachte, er hätte es für immer verloren, bis er seinen Vorrat an guten Assoziationen wieder genügend aufgefüllt hatte, um sie gegen alles das auszutauschen, was er nicht wollte. (Erickson in einer persönlichen Mitteilung an Zeig 1995, 66)

[66] Vgl. Erickson, M.H. (1999, 61): „Das Unbewusste besteht aus allem, was Sie im Leben gelernt haben. Das meiste davon haben Sie völlig vergessen, greifen aber in Ihren Verhaltensautomatismen darauf zurück. Ein großer Teil unseres Verhaltens sind also automatische Wirkungen dieser vergessenen Erinnerungen.“
[67] Falldarstellung in: Erickson 1966, 203; In Kurzform auch in Zeig 1995, 65-66.

Das Unbewusste als Quelle von Ressourcen

Die positive, ressourcenorientierte Konzeption des „Unbewussten“ liegt nicht zuletzt in der Biographie von Milton Erickson begründet[68]. Im Alter von 17 Jahren war er durch eine Polioinfektion völlig gelähmt und lag über viele Monate hinweg völlig ausgeliefert und hilflos im Bett bzw. in einem Schaukelstuhl. Dabei erlebte er das ideomotorische Prinzip - den Zusammenhang von Wunsch, Imagination und unwillkürlichen Körperbewegungen - sozusagen am eigenen Leib (Schmidt, G. 2004, 53; Zeig 1995, 25 ff.; Peter 1987b, 134 f.):

> *Eine Hauptstrategie z.B., die er benutzte, um sich körperlich von der totalen Lähmung zu erholen, (…), bestand darin, sich eine kleine Gruppe von Muskeln (z.B. seines rechten Zeigefingers) einzeln vorzunehmen und dann Kindheitserfahrungen wiederzubeleben, bei denen jene Muskeln aktiv waren (z.B. beim Hin- und Herschwingen an einem Baum). Dadurch, dass er sich längere Zeit immer wieder intensiv in die Erinnerung vertiefte, konnte er in den Zielmuskeln meist eine ideomotorische Bewegung erzeugen.* (Gilligan 1998, 421)

Aufgrund dieser und anderer biographischen Erfahrungen mit schwerer Krankheit werden jene Prinzipien verständlich, die später für seine Psychotherapie – und in gewissem Maße auch für eine Teilearbeit – kennzeichnend werden sollten:

- Das Vertrauen auf die „unwillkürlichen“ Prozesse (in Ermangelung der direkten Einflussnahme),
- die große Bedeutung von motivdynamischen Zusammenhängen bei Veränderungen,
- die Möglichkeit der Reaktivierung bereits vorhandener Ressourcen,
- die enge Verwobenheit körperlicher und mentaler Prozesse.

Das „Unbewusste“ aus sozial-konstruktivistischer Sicht

Peter (Revenstorf & Peter 2001, 49) betrachtet das „Unbewusste“ bei Erickson als zeitgeschichtlich variables Medium, auf das während des therapeutischen Prozesses Bezug genommen werden kann. Je nach zeitgeschichtlichem, soziokulturellem Kontext wird es einmal in externalisierter Gestalt dargeboten, z.B. bei Mesmer[69] (1734-1815) als transpersonale Kraft des animalischen Magnetismus oder Mitte der 70er Jahre als „Unbewusstes in seiner intrapersonalen Gestalt“, als eine „weise, kluge, wissende und wohlwollende Instanz innerhalb der Person, die zuweilen auch deren vermeintliche Fähigkeiten und Möglichkeiten überschreitet und

[68] Quellen zur Biographie Ericksons sind: Der Anhang „A Biographical Conversation“ zu: Haley, J. (Ed.) (1985), sowie: Erickson & Rossi (1977); Zeig (1995).
[69] Vgl. Ellenberger 2005, 95 ff.

so Ähnlichkeiten mit dem transpersonalen Medium der Romantik aufweist“ (ebd., 51). Peter schließt nicht aus, dass mit dem Verweis auf das „Unbewusste“ etwas Faktisches gemeint sein kann, „nämlich die in Form von neuronalen Erinnerungsspuren niedergelegten psychischen und physischen Fähigkeiten eines Menschen, die es gilt, zur aktuellen Problembewältigung zu reaktivieren“, weist aber darauf hin, dass es nicht selten den Anschein habe, als rede man von einer Person oder einer Instanz (ebd., 51). G. Schmidt (2004, 148) argumentiert ähnlich konstruktivistisch. Der Erickson’sche Begriff vom Unbewussten sei

> *nur eine geniale Metapher, die ein höchst wirksames therapeutisches Doublebind schafft. Egal, was der Klient tut, der Therapeut kann nicht entwertet und gekontert werden, denn das Unbewusste wird als autonome und kompetente Autorität sogar vom Therapeuten selbst angerufen. (…) Das Schöne dabei ist, dass der Klient unausweichlich in die Situation gestellt wird, dass er weise, hilfreiche und fähige Anteile hat, die die Problemlösung erreichen werden.*

Die Frage sei nur, so Schmidt, welche Implikationen sich für das Selbstbild des Klienten aus den entsprechenden Konnotationen von „Bewusst“ bzw. „Unbewusst“ ergeben.

> *Wenn ich ein positives Verständnis von meinem Unbewussten akzeptiere, gestalte ich die Beziehung zu mir selbst wie zu einem vertrauenswürdigen Freund. Dies ist ein sehr attraktives Resultat*. (ebd., 151)

> *Wenn die Annahme ist: „Wo Es war, soll Ich werden“, und unbewusste oder vorbewusste Prozesse eher bewusst gemacht werden sollen, schwinden natürlich alle Bemühungen dahin. Dadurch entwickelt sich die Beziehung eines Menschen zu sich selbst eher so, dass er sein eigener Beobachter, Aufpasser, vielleicht sogar sein Detektiv wird. (…). Dies hat selbstverständlich Konsequenzen für seine Spontaneität und dafür, wie er seine eigene intuitive Selbststeuerungsfähigkeit einschätzt. Nach meiner Ansicht impliziert dieses Konzept eher ein permanentes mehr oder weniger subtiles Misstrauen gegen sich selbst.* (ebd., 150)

Gleichzeitig stellen sich zwei Fragen: 1.) Welche Implikationen haben für den Klienten indirekte Interventionsmethoden (wie Einstreutechniken, Konfusionstechniken usw.) mit dem Ziel, das Bewusstsein „außer Kraft zu setzen“ und die „bewussten Widerstände der Person abzutragen“ (Gilligan 1998, 283)? 2.) Hat die häufige Betonung einer unbewussten Intelligenz „zur Folge, dass das, was als das bewusste Denken eines Menschen definiert ist, (…) abgewertet wird“ (Schmidt, G. 1989, 20)? Beispielhaft dafür soll die folgende Bemerkung Ericksons stehen:

> *Ihr bewusster Verstand ist sehr intelligent … doch Ihr Unbewusstes ist viel gescheiter… und deshalb fordere ich Sie nicht dazu auf, irgendwelche neuen Fertigkeiten zu lernen … ich bitte Sie nur bereit zu sein, die Fähigkeiten zu nutzen, die sie bereits besitzen, derer Sie sich jedoch noch nicht so ganz bewusst sind.* (Erickson in Gilligan 1998, 97)

Gerade die Heidelberger Gruppe setzt sich kritisch mit diesem Thema auseinander und argumentiert in mehrere Richtungen:

1.) Erickson habe aufgrund der gesellschaftlichen Dominanz des analytischen und bewussten Denkens die Intelligenz des Unbewussten besonders betont (Schmidt, G. 2004, 151; Havens 2003, 9).
2.) Ericksons Stil sei oft sehr direktiv (Haley 1999, 54)[70], formale Tranceinterventionen seien eher die Ausnahme gewesen (Gordon et. al. 1981, 16; vgl. Watzlawick 1983).
3.) Schmidt weist immer wieder darauf hin, dass sich eine Abwertung des bewussten Verstandes ähnlich negativ auswirken könne wie eine Abwertung von „Irrationalität" (Schmidt, G. 1989, 1997; 2001, ii). Dies würde das problematische Muster vieler Klienten sozusagen seitenverkehrt verstärken. Eine kunstvolle, „indirekte Technik" impliziere eben auch Misstrauen gegenüber der rationalen Seite des Klienten:

> *Die moderne Erickson'sche Sicht plädiert nun keineswegs dafür, dass dieser intuitive Bereich allein dominieren sollte. Vielmehr stellt sich die Aufgabe, eine wertschätzende Kooperationsbeziehung zwischen diesen verschiedenen Seiten menschlicher Kompetenz aktiv herzustellen und zu nutzen .(…) Nur dann können wertschätzende Verhandlungen und Übersetzungsleistungen zwischen den Teilbereichen unserer Kompetenz entstehen und eine ganzheitliche Integration unserer Kompetenzbereiche gewährleistet werden.* (Schmidt, G. 2004, 48)

Dass diese Auffassung bereits sehr früh von Erickson selbst vertreten wurde, zeigt das folgende Zitat von 1948:

> *Die Hypnotherapie sollte das Bewusstsein und das Unbewusste gleichermaßen berücksichtigen, da die Integration der gesamten Persönlichkeit das angestrebte Ziel der Psychotherapie ist.* (Erickson 1948/1990, 575)

Im Therapiebeispiel Nr. 3 (Anhang, S. 233 ff.) kommt G. Schmidt (2004, 280) diesem Anliegen immer wieder entgegen. Beispielsweise macht er dem Klienten explizit deutlich, dass die Teilemetapher nur eine mögliche Beschreibung darstellt:

> *Wir wissen heute, dass es sich ganz unterschiedlich auf menschliches Erleben aus wirkt, je nachdem, wie man es beschreibt.* (Anhang, S. 233, Z. 10-12, Hervorh. R.B.)

Dennoch bleibt - vergleichbar mit der Ellis'schen Emotion-Kognition bzw. Rational-Irrational Distinktion - ein „Unbehagen" (Revenstorf 1989, 49): Auf der einen Seite weiß man um die ontologische Fragwürdigkeit des Konzepts des „Unbewussten", auf der anderen Seite wird sie dem Klienten als hilfreich angeboten[71].

[70] Haley 1999, 54: „Teilweise arbeitete er mit offenen Direktiven: Er sagte den Klienten dann, was sie tun sollten und bestand manchmal darauf, dass sie ihr Leben drastisch verändern müssten."
[71] Vgl. Diskussion der Milton-Erickson-Gesellschaft im Themenheft „Hypnose und das Unbewusste" in: Hypnose und Kognition, Bd. 6, H.1, 1989.

4.5.6.2 Die Funktion tranceinduzierender Sprachmuster innerhalb der hypnosystemischen Teilearbeit

Bei allem Bemühen um das Herstellen von Transparenz innerhalb der hypnosystemischen Teilearbeit als Kompetenzzuschreibung an den „bewussten Anteil", bleibt eine gewisse Ambivalenz durch die Verwendung **indirekter Sprachmuster** in der Tradition Ericksons erhalten. Zur Einführung einer Bewusst-unbewusst Dissoziation schlägt G. Schmidt (2005, 113) beispielsweise folgendes „Sprachmuster" vor:

> *Während Sie hier im Moment noch in Ihrem gewohnten Denken mit allen möglichen, vielleicht sogar Sie bedrängenden Themen beschäftig sind, und das ist doch ganz in Ordnung, das würde wahrscheinlich jedem Menschen so ergehen, könnten vielleicht schon Ihre intuitiven (oder unbewussten) Wahrnehmungsinstanzen beginnen, Erinnerungen auszuwählen, die hilfreiche Schritte enthalten für Ihre Anliegen, zunächst aber vielleicht noch gar nicht bewusst bemerkbar, oder tauchen auch schon bewusst deutlicher wahrnehmbare erste hilfreiche Ideen auf …?*

An diesem Vorschlag wird nicht nur die Einführung eines „therapeutischen Tertiums" deutlich, sondern auch, wie stark indirekte Suggestionen in der Tradition Ericksons in diesen Text eingebunden sind. [72] Sind es doch gerade jene Techniken, die Ellis dazu gebracht haben, die gesamte Palo-Alto-Schule abzulehnen[73]. Aber auch innerhalb der „Erickson-Schule" ist das Thema: Ethik, Transparenz und indirekte Vorgehensweisen immer wieder kritisch diskutiert worden (z.B. Zeig 1983b, 459-475). Um jedoch entscheiden zu können, ob eine Teilearbeit ohne hypnotische Sprachmuster möglich wäre, muss zunächst deren Funktion geklärt werden.

Eine Antwort auf diese Frage liegt im Erickson'schen Verständnis von Trancezuständen[74], die mittels dieser Sprachmuster induziert werden sollen. Durch eine Aufmerksamkeitsfokussierung sollen dissoziative Prozesse erleichtert (Gilligan 1998, 58, 68) gleichzeitig aber auch assoziative Prozesse im Sinne einer Inte-

---

[72] Erickson hat eine Fülle indirekter Suggestionsformen entwickelt. Schmidt 2004, 156-157: „Bei indirekten Suggestionen ist der Zusammenhang zwischen der suggestiven Aufforderung und der gewünschten Reaktion bewusst nicht oder kaum erkennbar, oft wird auch nicht bewusst wahrgenommen, dass es sich um eine Aufforderung handelt". Beispiel: Die Abtönungspartikel „noch", „schon": signalisieren ein mögliches Ende des Zustands und der Beginn von etwas Neuem. Vgl. Bandler & Grinder 2000, 261-265. Vgl. auch Peter (1996) und Kraiker (1996).

[73] Vgl. die Aussagen von A. Ellis über Watzlawick und Erickson: „So konfrontieren wir offen und ehrlich. Wie benutzen keine Tricks, um an das Unbewusste zu kommen.", „Damit es dem Klienten wirklich besser geht, muss er sich bewusst ändern." (Ellis im Interview mit V. Becker 1989, 34-44); vgl. auch die Diskussion um Ethik in Deissler 1999, 187.

[74] Erickson gibt nur eine tautologische Definition: „Therapeutische Trance ist eine Periode, in der es dem Patienten gelingt, aus seinem gewohnten Bezugsrahmen und seinen Überzeugungen auszubrechen, so dass er innerlich andere Funktionsmuster und Assoziationen erleben kann, welche die Problemlösefähigkeit fördern" (Erickson & Rossi 1981, 3). Aktuelle Def.: Peter 1993, 100; Gilligan 1998, 85; Revenstorf 2001, 16 ff.

gration genutzt werden. Aus der Vielzahl phänomenologischer Tranceerfahrungen soll beispielhaft das Erleben von Kontext (Zeit und Raum), die Veränderung sensorischer Erfahrung sowie die sog. „Trancelogik“ angesprochen werden (vgl. Gilligan 1998, 72, 73, 78). Diese Erfahrungen sind gerade für die Ziele der Teilearbeit von großer Bedeutung. Eine Reintegration von Rollen im Sinne Sarbins (Sarbin & Coe 1972) wird dann erleichtert, wenn die Person sich von einer Aufmerksamkeitsfokussierung auf die Gegenwart lösen und sich an Rollen erinnern kann, die sie bereits einmal in anderen Kontexten erfolgreich eingenommen hat[75]. Auch die phänomenologisch erlebbare Sinnesorientierheit (Gilligan 1998, 71) kann den Zugang zu alternativen Ich-Zuständen über die Sinnesmodalitäten erleichtern, sind doch auch die Ich-Zustände in der Tradition Federns erlebnishaft konzipiert (vgl. Peter 2001, 36-38). Wesentlich für die assoziative Funktion von Tranceerfahrungen dürfte auch die sog. „Trancelogik“ (Orne 1959), „symmetrische Logik“ (Matte-Blanco 1979) oder in der Freud’schen Terminologie der „Primärprozess“ sein, der es erleichtert „Sowohl-als-auch“-Relationen herzustellen (Gilligan 1989, 78; Revenstorf & Peter 2001, 17). Der Neo-Ericksonianer Gilligan (1998, 418), betrachtet Symptome als symbolische, unbewusste Versuche, komplementäre Seiten zu integrieren:

> *Symptome sind verdichtete Ergänzungen, die durch Wirkmechanismen der Negation (d.h. der Dissoziation) gebunden sind.* (Gilligan 1998, 418)

> *Der Klient präsentiert eine Schleife, die beide Seiten einer scheinbar widersprüchlichen Beziehung enthält: „Ich möchte mich verändern/ Ich möchte mich nicht verändern“, (…), „Ich will gehen/ Ich will bleiben“. Aus der Perspektive des bewussten Verstandes muss man das eine oder das andere wählen, d.h., der bewusste Verstand identifiziert sich mit einer Seite gegen die andere*. (Gilligan 1998, 79)

Durch eine „symmetrische Logik“ sollen diese Doublebind-ähnlichen Zustände gelöst werden (Gilligan 1983). Wie auch eine hypnotische Amnesie semantisch vorbereitet wird (Cooper 1972, Orne 1966), ist davon auszugehen, dass es spezifische Sprachmuster sind, die jene „complementary balance“ (Gilligan 1983, 216) begünstigen. Beispielhaft dafür kann der oben angeführte Text von Schmidt (2005, 113) gelten. Schmidt (2005, 113) verknüpft in diesem Text die bewussten und unbewussten Anteile zeitlich und logisch miteinander: „Während x noch währt, kann bereits y für x etwas tun“. Dieses Muster adverbialer Verknüpfungen oder „impliziter Kausative“ werden typischerweise Erickson zugeschrieben (Burton & Bodenhamer 2002, 272-274). Deutlicher wird dieses Prinzip bei einem Text von Trenkle (1998, 62), der die folgende Verletzung formaler Logik beinhaltet:

> *er hört den Wind und hört ihn nicht, er sieht die Bäume und sieht sie nicht.*

[75] Fromm & Hurt (1980) erklären den Trancezustand mit einer veränderten Aufmerksamkeitsverteilung. Immer wenn die Aufmerksamkeit fokussiert oder erweitert wird, erleben Menschen Trancezustände.

Gilligan (1983, 217) geht über eine Bewusst-unbewusst Dissoziation hinaus und bezieht andere komplementäre Teile in sein Multiplizitätskonzept mit ein. In seiner Beratungspraxis achtet er auf „verbal and nonverbal cues“, die „correlational splits“ (d.h. Konflikte zwischen komplementären Anteilen) aufzeigen. Gilligan (1983, 217) schlägt das folgende Sprachmuster vor:

1. *Eine allgemeine Aussage über eine Fähigkeit, Erfahrung etc., .*
2. *Eine allgemeine Aussage, die andeutet:*
   1.) kann auf verschiedene Weise geschehen,
3. *Eine spezifische Möglichkeit x (wie „es“ geschehen könnte“),*
4. *Eine spezifische Möglichkeit y,*
5. *Eine spezifische Möglichkeit z,*
6. *Eine allgemeine Aussage darüber, dass es in irgendeiner Form geschieht.*

Die Frage, ob eine Teilearbeit auch ohne diese indirekten Sprachmuster vorstellbar wäre, ist deswegen schwer zu beantworten, weil Ericksons Trancebegriff sich vom traditionellen Verständnis von Trance und Hypnose unterscheidet. Für Erickson sind Trancezustände als dissoziierte Zustände natürliche Phänomene, die integrative Prozesse unterstützen (Gilligan 1998, 37, 63; vgl. Erickson in Rossi, Ryan & Sharp 1983, 183). Analog zu Fromm & Hurt (1980), die Trancezustände mit einer Veränderung der Aufmerksamkeitsverteilung erklären, kann für Erickson jede Frage, die einen Suchprozess auslöst, tranceinduzierend wirken. Für Erickson stellen Tranceprozesse individuell unterschiedliche Zustände auf einem Kontinuum dar. Mit dieser Definition ist eine Vermeidung von Tranceinduktion in der beraterischen und therapeutischen Arbeit unmöglich. Aus distinktionstheoretischer Sicht hat Sprache eben immer eine assoziative und dissoziative Wirkung (vgl. Watzlawick 1983). Diese Frage soll später noch einmal aufgegriffen werden, wenn es um Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen der REVT und der Teilearbeit geht.

4.6 Zentrale Aspekte hypnosystemischer Teilearbeit an praktischen Beispielen

4.6.1 Die Bewusst-unbewusst Dissoziation

Die Frage ist nun, welche Funktion die Einführung einer Bewusst-unbewusst-Dissoziation innerhalb einer Beratung oder Therapie erfüllen soll. Aus hypnosystemischer Sicht soll sie an die erlebte, oft ambivalente Wirklichkeit vieler Klienten und Ratsuchenden ankoppeln, deren Problembeschreibung sich idealtypisch

verkürzt so darstellen lässt: Person A möchte X, aber Y hält ihn/sie zurück. Y wird dabei oft als ein unwillkürlicher, der bewussten Einflussnahme nicht zugänglicher Prozess erlebt. Aus der Sicht des Klienten verständlich ist die bewusste Parteinahme und Identifikation mit X. Y soll „ausgeschaltet" werden oder einfach nur „weg". Gleichzeitig befindet sich der Klient in einem assoziierten Zustand mit Y („Ich bin Y"). Der Kampf zwischen willkürlichem und unwillkürlichem Erleben ist aus hypnosystemischer Sicht ebenso problemstabilisierend, wie das Erleben des Ichs als „Opfer", dessen Täter nun nicht mehr außen, sondern vielmehr quasi im eigenen Inneren sitzen (Schmidt, G. 2005, 113; 2004, 279). Im Vorgespräch zum Therapieausschnitt 3[76] weisen die inneren Dialoge des Klienten auf diese Struktur von „correlational splits" hin:

> *Aber es muss ja was geschehen. Ich habe mir gesagt, du musst dich jetzt zusammenreißen und diese blöde Skepsis unterdrücken.* (Schmidt, G. 2005, 278)
>
> *Aber so sehr ich mir das auch sage, ich bin so kraftlos, manchmal fühle ich mich wie eingemauert, und das macht mich dann noch mehr fertig.* (ebd., 277*)*
>
> *Wenn ich sage „Ich bin depressiv" und dann „Ich sollte das nicht sein", empfinde ich sehr viel Druck.* (ebd., 278)

Der Therapeut führt die so genannte „Bewusst-unbewusst-Dissoziation" ein, indem er von „Seiten" spricht:

> *Mir kommt es so vor, als ob eine Seele oder Seite in Ihnen Sie so richtig antreibt, endlich das tun, was Sie als wünschenswert erleben, aber eine andere Seite sich dabei überfordert fühlt.* (ebd., 277)
>
> *Und genau deshalb fühle ich mich verpflichtet, Ihnen anzubieten, von einer Seite zu reden, die sich depressiv fühlt, anstatt von Ihnen als ganzem Menschen.* (Anhang, S. 234, Zeilen 85-87)

Der Therapeut vermittelt immer wieder in neuen Variationen, dass beide Seiten ihre Berechtigung haben, insbesondere auch jene Seite, die sich hilflos fühlt (z.B. Anhang, S. 234, Zeilen 59-61). Er lässt den Klienten sich immer wieder in die eine oder andere Seite versetzen. Schließlich akzeptiert der Klient die Distinktion und zieht die komplementäre Seite in Betracht:

> *Aber wenn es nur eine Seite ist, die depressiv ist, empfinde ich viel weniger Druck: Und wenn es eine depressive Seite gibt, könnte es auch andere geben. Ich habe das Gefühl, es tut sich ein Fenster auf, und ich habe mehr Raum.* (Anhang, S. 233, Zeilen 22-25).

[76] Das Vorgespräch zum Therapieausschnitt 3 ist in G. Schmidt (2005, 276-279) nachzulesen. Der Therapieausschnitt 3 ist im Anhang, S. 233 ff. abgedruckt.

Zusammenfassend wird im Therapiebeispiel Nr. 3 (Anhang, S. 233 ff.) deutlich, welche Ziele mit dem Angebot einer Bewusst-unbewusst-Dissoziation erreicht werden sollen:

1.) Der Klient wird zunächst in seinem als fremdgesteuert empfundenen Erleben akzeptiert (Zeilen 81-83),

2.) Er fühlt sich mit seiner Erfahrung von Ambivalenz bzw. innerer Zerrissenheit verstanden (Zeilen 1-5),

3.) Der Klient soll Handlungsoptionen wiedergewinnen,

   a. indem er aus einer Metaposition heraus die bedrängenden Prozesse mental externalisiert („*Nicht Sie sind es, sondern eine Seite von Ihnen*“, Zeilen 7-10; 56-55),

   b. indem er durch eine mögliche Benennung der „Seiten in ihm“ Distanz gewinnt (Zeilen 31-32).

4.) Der Klient soll durch die Einführung eines „intelligenten Unbewussten“ mit sich selbst „versöhnt“ werden. Aus der Kampfhaltung soll eine kooperative Haltung werden (Zeilen 39-40; 124-127). Gefühle werden als „Organismus“ zur „Metapher für unwillkürliche Bedürfnisse“. Der Klient soll seinen Organismus als nützliche Informationsquelle nutzen und ihn „wie einen Kooperationspartner mit Bedürfnissen achtungsvoll (…) behandeln, Loyalität auch zu sich selbst aufzubauen“ (Zeilen 49-52).

4.6.2 Die Förderung von Kommunikation zwischen den Anteilen

Im Fallbericht von Wolfgang Lenk „Behandlung von Sprachproblemen eines bilingualen Griechen“ (Lenk 1990, 34-43) wird deutlich, dass das Herstellen einer Kommunikation zwischen den „Anteilen“ auch ohne formale Tranceinduktion möglich ist. Neben anderen Methoden verwendet Lenk auch die „Teilearbeit“[77], wobei die Teile „Problemzustand“ und „Lösungszustand“ ganz in der Tradition Fairbairns und Watkins als Erlebniszustände konzeptionalisiert werden. Eine Personalisierung der Teile geschieht durch eine Metapher des Klienten selbst, die dann zur Kommunikation genutzt wird:

> *Wir hatten noch Zeit, und da unser Ausgangspunkt die "Sprachstörung" war, fragte ich ihn nun, was er innerlich erlebt, wenn er klar und gut sprechen kann. Ich half*

[77] „Teilearbeit“ stellt nur *eine* Methode im Behandlungsplan dar. Neurologische Störungen wurden abgeklärt. Zur Einbettung der Methode in den Behandlungsplan vgl. den Fallbericht, publiziert in Hypnose und Kognition, Bd. 7, Heft 2, Oktober 1990, 34-43.

ihm, sich in eine dieser Situationen hineinzufühlen, während er sich hinstellte (Bodenanker) und mir dann antwortete: "Es ist, als wenn Boote ganz schnell durch die Kanäle im Gehirn flitzen und überall an der richtigen Stelle für die Worte anlegen". Und das geht "schschsch", "so schnell". (Mit dem "schschsch" hatte ich einen akustischen Anker, mit dem ich ihn oft unterstützte.) Wenn er aber unter der "Sprachstörung" leidet (er stellte sich im Therapiezimmer woanders hin: der zweite Bodenanker), dann ist im Kopf überall Nebel, und die Männer in den Booten finden die Anlegestellen nicht. "Sie haben dann auch keine Lust", sagte er lachend; und da sie gewerkschaftlich organisiert sind, drohten sie mit Streik, wenn er nicht aufhören würde, sich selbst Stress und damit Nebel zu machen. (Lenk 1990, 38-39)

Eine Verknüpfung beider „Zustände“ kann verbal erfolgen:

Er beschloss, zur Vorbereitung seiner Reise zu seinen griechischen Verwandten öfter mit diesen Männern zu reden, um zu lernen sich zu entspannen. So hatte er seine eigene Metapher für das Funktionieren/Nicht-Funktionieren des "Sprachzentrums" gefunden, die ihm ermöglichte, entweder mit den Männern in den Booten zu verhandeln oder aber den Nebel im Kopf aufzulösen. (ebd., 39)

Oder nonverbal durch einen Positionswechsel:

Ich bat ihn, sich an dieselbe Stelle im Therapieraum zu stellen, wo er das letzte Mal mit dem Nebel im Kopf gestanden hatte und an die schlimmste Situation hinsichtlich der Sprachstörung während oder nach der Geburtstagsfeier zu denken. Der Nebel hatte sich ein wenig gelichtet, aber manchmal gibt es heftige Stürme. Dann bat ich ihn, langsam und sorgfältig seinen Weg zu finden zu der anderen Position (der erste Bodenanker aus der letzten Stunde) und wahrzunehmen, was sich alles in seinem Körper und seinem Kopf verändert, bis er ganz in der anderen Position sich befindet. Er ging dann einige Male hin und her (…), bis die Nebel sich lichteten und die Stürme sich beruhigt hatten. Den Männern in den Booten gefiel das sehr. Er selbst fühlte sich "klar". (ebd., 39; Hervorh. R.B.)

Entscheidend ist, dass der Therapeut keine elenktische Intervention einsetzt, sondern einen Informationsaustausch zwischen den Zuständen moderiert.

4.6.3 Das Prinzip der „positiven Absicht“

Wie bereits an anderer Stelle betont, ist die Annahme einer positiven Absicht des Symptomteils bzw. des antagonistischen Teils ein wesentlicher Aspekt der hypnosystemischen Teilearbeit. Beispielhaft dafür kann der Dialog im Fallbericht von Manfred Prior (1990, 44-45) stehen, der ein psychosomatisches Symptom mittels der Teilearbeit bearbeitet. Eine „Kommunikation“ mit dem Anteil wird durch dessen Personalisierung ermöglicht (Revenstorf & Peter 2001, 77). Die kinästhetisch erlebten Merkmale des Symptoms werden durch Auditive[78] ergänzt. So fragt Prior (1990, 44, 47) den Klienten: „Wenn der Anteil „eine Stimme hätte, wäre es eine

[78] In der Hypnotherapie bezeichnen „kinästhetische Merkmale“ Körperempfindungen. Auditive Merkmale beziehen sich auf eine „innere Stimme“ bzw. auf einen „Klang“ (Revenstorf & Peter 2001, 41, 81).

Männerstimme, eine Frauenstimme oder eine Kinderstimme?“. In diesem Zusammenhang interessanter ist aber die Frage nach der positiven Absicht des „Problemteils“:

T: *Und wenn Sie noch einmal auf das Keifen hören (…) und dieses Keifen mit dem Keifen noch etwas Gutes für sie wollte, was wäre das?*
K: *Ruhe, Abgeschiedenheit.*
T: *Und was noch?*
K: *Schutz, Sicherheit.*
T: *Und was ist der eigentliche, dahinter liegende Wunsch? Was sollen sie erleben, wenn Sie Ruhe, Abgeschiedenheit, Schutz und Sicherheit erfahren?*
K: *Glück.*

Die sprachlichen Präsuppositionen (vgl. Bandler & Grinder 2000, 186) legen dem Klienten die Annahme nahe, dass „das Symptom auch Informationen darüber (enthält), welche Verhaltensweisen, Fähigkeiten, Gefühle, Einstellungen, Rollen, welche Identität, welche Erfahrungen in einem ‚ganzen', ‚richtigen' Leben mehr gelebt werden sollten“ (Prior 1990, 48). Prior wendet hier ein Verfahren an, das unter dem Namen „Sechs-Schritte-Reframing“ ausgehend von Bandler & Grinder (1995) auch Einzug in die hypnosystemische Arbeit gefunden hat (Grochowiak & Heiligtag 2002, 105; Gerl 2001). Entscheidend für dieses Verfahren ist die Einführung einer weiteren Distinktion: Unterschieden wird zwischen dem **Ausdruck** und der eigentlichen **Intention** oder **Motivation des Symptomteils**. Der entsprechende Interventionsschritt wird bei Gerl (2001, 281) so beschrieben:

> *Arbeite das „eigentliche Bedürfnis“ von B[79] heraus, seine Funktion im ganzen Organismus: Wofür sorgt Teil (B) mittels des Symptoms (B)? Kläre das von B intendierte Ziel: was müsste erreicht oder sichergestellt sein, dass B beruhigt und entlastet wäre und kein B-Verhalten produzieren müsste?*

Der Ausdruck mag für den Betroffenen störend, unangenehm, unpassend oder sogar symptombildend sein. Die „eigentliche“ Intention wird als für den Organismus wert- und sinnvoll betrachtet.

4.6.4 Das Verhandlungsprinzip

Ein weiterer zentraler Aspekt der hypnosystemischen Teilearbeit, insbesondere im sog. „Sechs-Schritte-Reframing“ ist das Verhandlungsprinzip[80]. Der Klient „bietet“ in einem metaphorisch-ritualisierten Verhandlungsrahmen dem Symptomteil Verhaltensweisen an, die dem „eigentlichen Bedürfnis“ des Teils entsprechen, gleichzeitig aber für den Klienten akzeptabel sind. Diese Verhaltensweisen können auf

[79] „B“ steht für „Problemteil“ oder „Symptomteil“.
[80] vgl. Die Beschreibung der gesamten Vorgehensweise bei: Gerl 2001, 281 ff.

bewusst-rationaler Ebene oder mittels eines Rituals durch Befragung des Symptomteils gefunden werden. Mittels eines ritualisierten Dialogs mit dem Symptomteil (B) wird dessen Einverständnis eingeholt:

> *Imaginiere im Ressource-Zustand den problematischen Verhaltensablauf (B); unterbrich an einem Punkt und lass etwas Neues eintreten. Sobald mehrere Alternativen deutlich wurden, bitte B, drei davon auszuwählen, mit denen sich seine Absicht genauso gut oder besser als mit dem Problemverhalten verwirklichen lässt. Ersuche B, ein „Ja"-Signal zu geben, wenn er eine solche Alternative gewählt hat.* (Gerl 2001, 281)

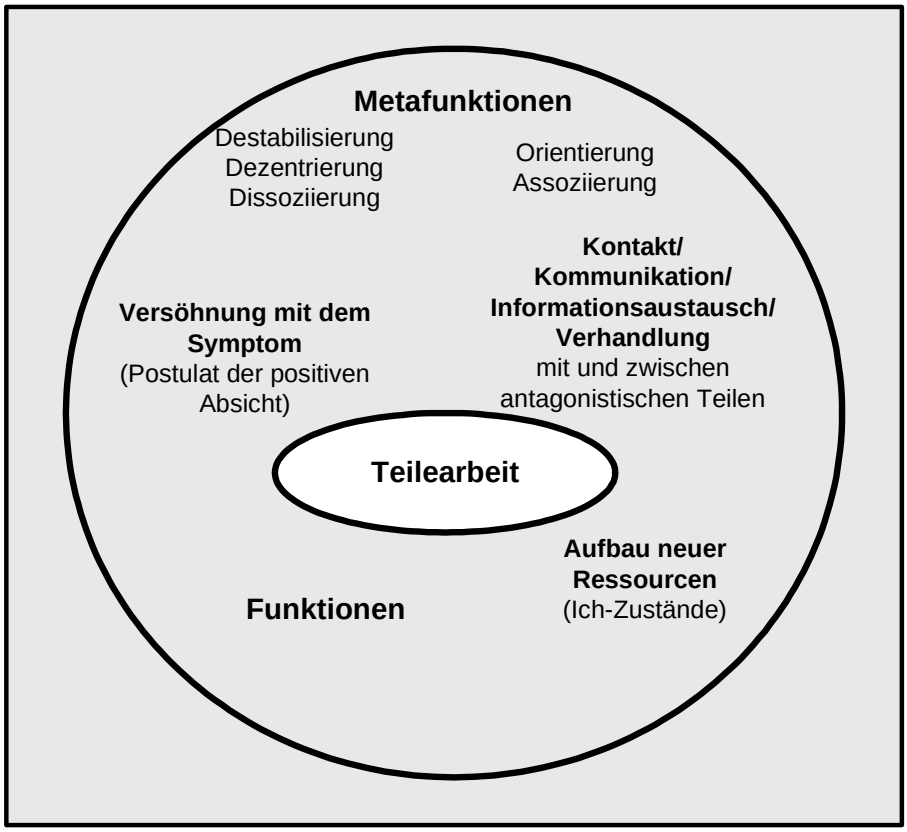
Besonders an diesem Prinzip wird eine systemökologische Ausrichtung in der Tradition der Palo-Alto-Gruppe um G. Bateson deutlich. Mit dieser Variante von Teilearbeit ist die Kampfmetaphorik nun endgültig von einer Kooperationsmetaphorik abgelöst worden.

4.6.5 Impulse einer systemischen Hypnotherapie für die Arbeit mit „Teilen"

In diesem Kapitel dürfte deutlich geworden sein, dass eine moderne hypnosystemische Teilearbeit einen Teilebegriff verwendet, der gewissermaßen eine ausdifferenzierte Form des „Unbewussten" darstellt. Havens (2003) präsentiert diese Form der Teilearbeit explizit als „Neo-Ericksonian Approach", der über die „highly oversimplified conceptual convenience" einer dualistischen Konzeption hinausgehe. Distinktionstheoretisch ist ein solcher Teilebegriff sehr offen angelegt. Er kann motivationale oder emotionale Merkmale besitzen, den Organismus repräsentieren und je nach Metaphorik auch stimmliche Qualitäten entwickeln. Durch seine Personalisierung wird eine ritualisierte Kommunikation mit dem Anteil oder zwischen den Anteilen ermöglicht, was einer internalisierten Disputation gleichkommt. Die Form des „Teils" hängt mehr von der Struktur des angebotenen Konflikts des Klienten ab, als von der Theorie des Therapeuten. Er wird antagonistisch konstruiert, um einseitige Überidentifikationen oder Verallgemeinerungen aufzulockern. Dabei geht der Teilegebrauch längst über eine Bewusst-unbewusst-Distinktion hinaus: „Wenn eine Person in sich zwei Konfliktseiten erlebt, die ihr beide wichtig und nah sind", kann innerhalb eines „Verhandlungsmodells" mit beiden, durchaus bewussten Seiten gearbeitet werden (Gerl 2001, 282). Auch die Benennung der Teile kann vom Klienten selbst ausgehen. Sie sind - anders als in der Transaktionsanalyse - begrifflich offen. Eine Regression ist mit dieser Form von Teilearbeit nicht zwangsläufig verbunden: die „Teilpersönlichkeiten" brauchen nicht Personen aus den Ursprungsfamilien entsprechen. Durch den Einfluss der Erickson'schen Therapie gestaltet sich auch die Arbeit mit den Teilen individuell verschieden und hat bisweilen kreativen, experimentellen Charakter. Mit dem Versuch „ein für beide Seiten offener, ehrlicher Makler zu sein" (Gerl 2001, 282) ver-

sucht diese Form von Teilearbeit einem Kooperationsprinzip zu entsprechen. Metaphern wie inneres „Parlament“, „Konferenzen“ oder „Team“ lösen Kampf- und Kriegsmetaphern ab. Da die hypnosystemische Teilearbeit untrennbar mit dem indirekten Vorgehen verbunden ist, bleibt die Diskussion um die Themen Ethik und Transparenz in Therapie und Beratung. Die zentralen Funktionen einer hypnosystemischen Teilearbeit sind noch einmal in Abbildung 9 dargestellt:

Abbildung 9: Zentrale Funktionen einer hypnosystemischen Teilearbeit



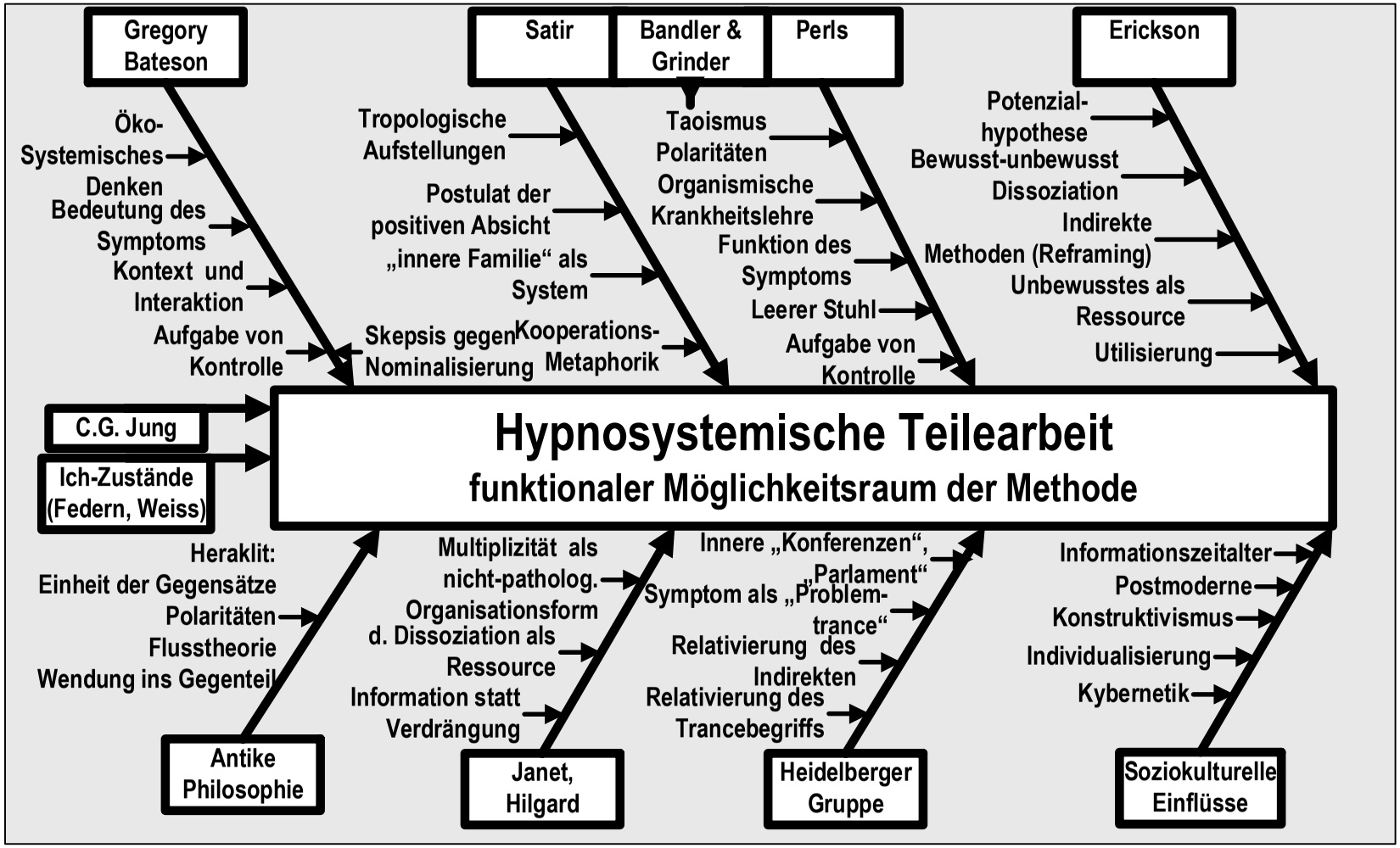
Am Ausgangspunkt dieses Kapitels stand die Frage, ob die Methode „Teilearbeit“ als Alternative zum sokratischen Paradigma gelten kann. Dabei standen vor allem die folgenden Merkmale des sokratischen Dialogs der REVT zur Diskussion:

a.) Problemorientierung,
b.) Überbetonung der rational-argumentativen verbalen Ebene,
c.) Abwertung von als problematisch bezeichneten Anteilen (Kampfmetaphorik),
d.) Überbetonung des aktiv-direktiven Gesprächsstils,
e.) methodische Trennung von Emotion und Kognition.

Obwohl alle dargestellten Varianten von “Teilearbeit” an dem einen oder anderen Punkt alternative Vorgehensweisen aufweisen konnten, hat sich die hypnosystemische Variante als besonders gegensätzlich zum sokratischen Dialog erwiesen. Die hypnosystemische Teilearbeit zeigt sich dabei als typisch postmodernes Projekt, hat sie doch auch das Ziel „die Möglichkeit einer nicht auf Ausgrenzung des Heterogenen beruhenden Diskursivität zu erkunden“ (Engelmann 1990, 17, vgl. Lyotard 1990, 48). Mit ihrer offenen Teilekonstruktion, ihrer Betonung des Prozesshaften sowie ihrer antithetisch gestalteten Heterogenität besitzt sie aber auch eine lange Denktradition, die sich - ähnlich wie der sokratische Dialog - über die therapeutischen Traditionen von Erickson, Satir, Perls und Jung hinaus, bis zur Flusstheorie eines Heraklit zurückverfolgen lässt (vgl. Gutmann 2003, 240 ff.; Jacobi 2003, 58-59).

Gleichzeitig wurde auch deutlich, wie bereits innerhalb einer Methode die unterschiedlichen therapiehistorischen Kontexte - wie sie in Abbildung 10 (S. 167) zusammenfassend dargestellt sind - Form und Funktion der verschiedenen Varianten von Teilearbeit beeinflussen. Am Beispiel des „Postulats der positiven Absicht des Symptomteils“ konnte auch dargestellt werden, dass eine Vielzahl von Einflussfaktoren diese Prämisse etablieren konnte. Das Zusammenspiel von persönlichen Erfahrungen der Protagonisten, kulturellen Gegenbewegungen, therapiehistorischen Abgrenzungsbedürfnissen und wissenschaftlicher Forschung lässt jene Normen entstehen, welche hinter der spezifischen Form und Funktion dieser Methode stehen.

Abbildung 10: Therapie- und philosophiehistorische Prämissen als Einflussfaktoren auf den funktionalen Möglichkeitsraum der hypnosystemischen Teilearbeit.



5. Teil: Probleme und Lösungen bei der integrativen Verwendung beider Methoden

Entwicklung vollzieht sich in Phasen der Differenzierung und Integration (…). Die Psychotherapie hat eine lange Phase der Differenzierung hinter sich.
(Grawe 2000, 719)

In den vorausgegangenen Kapiteln wurde immer wieder auf mögliche Unvereinbarkeiten aber auch auf mögliche Anknüpfungspunkte zwischen den beiden Methoden hingewiesen.

In **Abschnitt 5.1** werden noch einmal die wesentlichen Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den beiden Methoden zusammenfassend dargestellt (Tabelle 2), sowie die Vorteile einer integrativen Verwendung diskutiert.

In **Abschnitt 5.2** sollen vor allem jene Aspekte noch einmal vertiefend analysiert werden, die sich möglicherweise für eine Integration als hinderlich erweisen. Gleichzeitig werden erste Lösungsvorschläge dieser Integrationsprobleme zur Diskussion gestellt.

In **Abschnitt 5.3** werden dann vier aktuelle Therapieansätze vorgestellt, die eine Integration beider Methoden bereits vollzogen haben oder zumindest Anknüpfungspunkte für eine Integration anbieten können. Bewusst wurden zwei Ansätze aus der Tradition der KVT und zwei Ansätze aus der Tradition der systemischen Hypnotherapie ausgesucht.

Am Beispiel dieser Ansätze wird in **Abschnitt 5.4** untersucht werden, welche Strategien notwendig sind, um eine Integration zu ermöglichen. Besonderes Interesse gilt dabei der Frage, wie die unterschiedlichen therapiehistorischen Prämissen vereint werden können. Welche strategischen Veränderungen sind notwendig,

damit beide Methoden sich annähern können? Aus der Untersuchung dieser Frage erhoffe ich mir Erkenntnisse, welche Rolle die Kontexte bei einer Integration von Methoden überhaupt spielen und inwieweit diese berücksichtigt werden müssen.

In **Abschnitt 5.5** wird schließlich beispielhaft dargestellt, wie hilfreich eine kritische Reflexion der therapiehistorischen Tradition einer Methode für Fragen der Integration sein kann. Für den sokratischen Dialog der REVT wird eine Rückbesinnung auf sein antikes Vorbild vorgeschlagen.

5.1 Zusammenfassender Vergleich beider Methoden und Vorteile einer integrativen Verwendung

In Tabelle 2 sind noch einmal die aus Kap. 3 und 4 erarbeiteten Gemeinsamkeiten und Unterschiede dargestellt:

Tabelle 2: Sokratischer Dialog und hypnosystemische Teilearbeit im Vergleich

Zusammenfassung der Gemeinsamkeiten und Unterschiede			
	Vergleichspunkte	**Sokratischer Dialog in der REVT**	**Hypnosystemische Teilearbeit**
1	**Distinktionen**	Kognition – Emotion Rational – Irrational	Bewusst-unbewusst-Dissoziation Oder: Ganzheitliche „Ich-Zustände“ – freie Teilekonzeption
2	**Funktionalität der Distinktionen**	Dezentrierung (Dissoziierung); Destabilisierung; Später: Assoziative Verknüpfung und Orientierung	Dezentrierung (Dissoziierung); Destabilisierung; Später: Assoziative Verknüpfung und Orientierung
3	**Veränderungsprozess**	Regressive Abstraktion und Elenktik (Disputation) der irrationalen Ideen	Kooperations- und Verhandlungsprozesse zwischen den berechtigen Bedürfnissen verschiedener Anteile
4	**Metaphorik**	Kampf	Kooperation (Postulat der positiven Absicht)

5	**Veränderungs-ebene**	Sprachliche Symbolisierung (innerer Dialog); (Ausnahme: Rational-Emotive Vorstellungsübung)	Auch metaphorische Symbolisierungen (alle Sinne)
6	**Emotionstheorie**	Primat der Kognition; Postkognitiv; (Theoretisch: interdependent)	Früher: Primat des Unbewussten; Heute: Interdependent; Keine explizite Theorie
7	**Gesprächsführung**	Eher direkt; Ablehnung indirekter Interventionen durch Ellis	Großer Anteil: indirekt (wird aber problematisiert)
8	**„Therapeutisches Tertium“ (Referenzpunkt)**	Rationales Denken; Empirie; Hedonismus	Das „Unbewusste“; Weisheit des „Organismus“
9	**Orientierung**	Eher Problemorientierung	Eher Lösungsorientierung
10	**Rolle des Therapeuten**	Aktiver „Gegenpropagandist“	Prozessbegleiter
11	**Veränderungs-fokus**	Suche nach dem „Ursprung“ des Problems (nicht „Trauma“ sondern: „aktivierendes Schema“)	Schaffen von minimalen Veränderungen im System (Ursprung weniger wichtig); Kontextualisierung
		Inhaltsorientierung (Schemata, Philosophie, Irrationale Ideen); Später: Prozessorientierung: “müssen“ als Prozess	Prozessorientierung
12	**Zentrale Prämisse der Störungstheorie**	Falsches Denken führt zu selbstschädigenden Emotionen	Nicht integrierte Bedürfnisse von Anteilen führen zu inneren Konflikten und Symptomen
13	**Antike Einflüsse**	Aristoteles (Logik), Sokrates (Elenktik), Nachsokratische Philosophie: Stoizismus (Emotionstheorie),	Vorsokratische Philosophie des Heraklit („Gleichheit der Gegensätze“). Vemittelt über: Jung, Perls, Goodmann etc.

14	**Soziokulturelle Hintergründe**	Abkehr von der klassischen Psychoanalyse bei gleichzeitig starker Prägung von derselben; Wissenschaftsgläubigkeit, Positivismus, amerikanischer Pragmatismus, später: kritischer Rationalismus und Konstruktivismus	Familientherapie „ohne Familie“; Postmoderne, Individualisierung der Lebenswelten, Multiplizität der Rollen durch anwachsende Veränderungsgeschwindigkeit, Ausdifferenzierung und Pluralisierung; Renaissance der interkulturellen Heilungstraditionen; Konstruktivismus, Gleichzeitig: Einfluss biologistischer Erklärungsmodelle (Kybernetik, Autopoiese)
15	**Menschenbild**	Veränderungspotenzial wird skeptisch gesehen; Genetischer Einfluss am „Irrationalen“ wird postuliert; Veränderungen geschehen mit viel Arbeit und Mühe. Suggestivität wird eher negativ betrachtet.	Veränderungspotenzial eher optimistisch; Potenzialhypothese; Minimale Veränderungen können Großes bewirken;
16	**Konzept von Widerstand**	„Starker“ Therapeut; Eigenverantwortlichkeit des Klienten	Widerstand ist ein Kooperationsangebot; “Utilisierung“ der Werte

Vorteile einer integrativen Verwendung

Mit diesem Vergleich werden zugleich die potenziellen Vorteile einer integrativen Verwendung[1] deutlich:

- Ausgehend von einem systemisch personalen Menschenbild, können Interventionen mit beiden Methoden wesentlich mehr Aspekten des menschlichen Erlebens gerecht werden (vgl. Macha 1996).
- Der Berater und Therapeut kann dann im Sinne eines systematischen Eklektizismus flexibler auf Problem, Person und Situation eingehen (vgl. Gonçalves & Machado 1989, 518; Haley 1999, 70).
- Er dürfte damit den interindividuellen Unterschieden in Wahrnehmungs- und Beurteilungspräferenzen seiner Klienten besser gerecht werden und mehr Kopplungsmöglichkeiten nutzen können (Duncan & Miller 2003, 129).

[1] Dabei soll bewusst offen bleiben, ob damit eine Kombination der Methoden in einer zeitlicher Verknüpfung oder eine tatsächliche Integration im Sinne einer neuen Methode gemeint sein soll.

- Die in Kapitel 2, 3 und 4 aufgezeigten methodenimmanenten Schwierigkeiten durch möglicherweise historisch bedingte Einseitigkeiten könnten ausgeglichen werden.

Die hier dargestellten Effekte bleiben natürlich im Bereich des Hypothetischen, solange sie nicht empirisch nachgewiesen werden, was im Rahmen dieser Arbeit nicht geleistet werden soll. Diese möchte jedoch im Sinne einer **vorbereitenden Klärung** Möglichkeiten, Grenzen und Vorbedingungen einer integrativen Verwendung untersuchen. Die zentrale Fragestellung zentriert sich dabei auf die Bedeutung der kontextuellen Prämissen.

5.2 Gemeinsamkeiten, Integrationshemmnisse und mögliche Lösungen

5.2.1 Was die Methoden eint: Dissoziationen als gemeinsames Mittel der Dezentrierung und Destabilisierung

Bevor ich auf mögliche Integrationshindernisse zu sprechen komme, soll zunächst auf eine Gemeinsamkeit hingewiesen werden, die aufgrund der Unterschiedlichkeit der Methoden vielleicht nicht offensichtlich ist. Beide Methoden arbeiten mit Distinktionen, um eine Dissoziation bzw. Dezentrierung zu erreichen (Abb. 11). Im sokratischen Dialog der REVT ist die Emotions-Kognitions- sowie die Rational-irrational-Distinktion wesentlich. In der hypnosystemischen Teilearbeit wird eine Bewusst-unbewusst-Dissoziation eingeführt. In beiden Methoden ist es wichtig, dass Klienten diese Distinktionen in ihr Weltbild übernehmen. Beide Ansätze profitieren im Sinne der Distinktionstheorie Spencer Browns von einer Optionserweiterung im Zuge des Benennens und Unterscheidens (vgl. Kap. 4.2). Gemeinsames Ziel ist es, assoziativ verknüpfte Muster eines einheitlichen Erlebens zu destabilisieren. Allerdings gilt für beide Methoden auch, den asymmetrischen Charakter des Unterscheidens zu bedenken, fallen doch nach Varga von Kibéd „Distinktor“ und „Negator“ im Sinne einer „präsupponierenden“ Negation zusammen (Varga v. Kibéd 1990; Blau 2004; Faust 2000, 9). Spencer Brown formulierte diesen Sachverhalt so:

> *… we cannot produce a thing without coproducing what it is not, and every duality implies triplizity: what a thing is, what it isn´t and the boundary between them.* (Spencer Brown 1973, ix; Hervorh. R.B.)

Dieser Gedanke soll kurz erläutert werden: Im Alltagsdenken leiten wir das Erkennen einer Form (z.B. einer Tasse) von den Merkmalen dieser Form ab. Für

Spencer Brown ist aber „form“ der gesamte Kontext, innerhalb dessen eine Unterscheidung getroffen wurde (z.B. weiße Fläche und grüne Tasse). Er wollte darauf hinweisen, dass eine Form niemals losgelöst von den Bedingungen ihres Kontextes interpretiert werden kann (Simon 1993, 63). Die Polarität bzw. die „andere Seite“ wird also immer mitgedacht. Diese Sichtweise kann nun auch auf sprachliche Unterscheidungen im Rahmen einer Therapie angewandt werden. In beiden Schulen finden sich deshalb auch kritische Stimmen, die vor einer Abwertung von bzw. vor einer Überidentifikation mit einer „Seite“ warnen[2]. So schreibt Hoellen als Vertreter der REVT:

> *Die RET wird den ständig wachsenden Ansprüchen an therapeutisches Handeln um so besser begegnen können, je mehr sie das Wachsen und Reifen eines Menschen in den Mittelpunkt stellt und die Gefühle des Menschen als wichtiges Moment seiner Identitäts- und Souveränitätsfindung begreift.* (Hoellen 1992, 34; Hevorh. R.B.)

Und G. Schmidt (1989, 20) für die Psychotherapie nach Erickson:

> *Der Gebrauch der Begriffe BEW (Bewusst) und UNBEW (unbewusst) in der EK (Erickson'schen Therapie) birgt in sich eine Tendenz, Spaltungsprozesse mit symmetrischen Kampfmustern zwischen Teilbereichen unseres Erlebens zu fördern.*

In beiden Ansätzen ist zudem eine gewisse Diskrepanz erkennbar zwischen dem schuleninternen Bemühen um eine wissenschaftlich korrekte Begrifflichkeit und dem Sprachgebrauch gegenüber den Klienten (z.B. Kraiker 1989, 60): Ellis weiß, dass Emotionen, Kognitionen und Handeln eine systemische Einheit bilden. Erickson weiß, dass die Rede vom „Unbewussten“ eine vereinfachende Verdinglichung darstellt. Bereits in den 40er Jahren schrieb er:

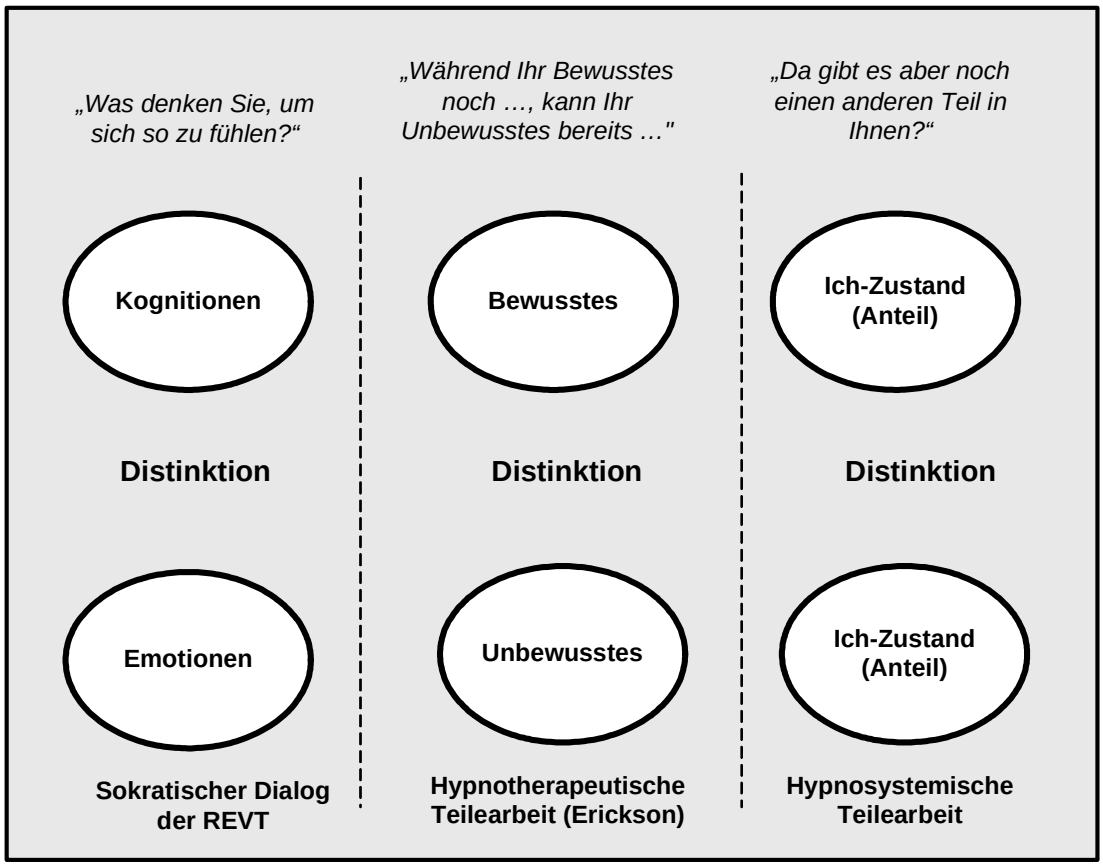
> *The human personality is characterized by infinite varieties and complexities of development and organization, and is not a simple limited unitary organization.* (Erickson 1980, Vol. 3, Kap. 24, 262)

Zusammenfassend ist zu sagen: Indem der Rational-Emotive Therapeut das „muss“ des Klienten angreift, versucht er, ähnlich dem Hypnosystemiker, eine „zweite Seite“ im Klienten zu etablieren. Indem er Erlebniszustände als „Meinungen“ bezeichnet[3], öffnet er für den Klienten die Möglichkeit, auch „anders“ zu denken. Indem er Kognitionen und Emotionen trennt, schafft er verschiedene Teile, die als Einzelkomponenten beweglicher sind. Die Etablierung von Distinktionen ist deshalb nicht der entscheidende Unterschied zwischen beiden Methoden. Wenn man die therapeutischen Metafunktionen von Revenstorf[4] zur funktionalen Beschreibung beider Methoden verwendet, so kann man sagen: Beide

[2] Vgl. auch Kritik von Polster (1967) an einer Bewusst-unbewusst-Dissoziation.
[3] Therapiebeispiel 1, Anhang S. 225, Zeilen 5-23.
[4] Metafunktionen wie a) Kopplung, b) Destabilisierung, c) Orientierung und d) Stabilisierung (Revenstorf 1996a, 27; 1999, 21 ff.).

nutzen die Trennung von Erlebniszuständen in „Teile“ um eine Destabilisierung zu bewirken (s. Abb. 11). In Kapitel 4 wurde herausgearbeitet, wie unterschiedlich der Grenzverlauf und die Offenheit dieser Teilekonzeptionen bei unterschiedlichen Varianten der Teilearbeit sein können. In der Transaktionsanalyse sind die Teile durch bestimmte familiale Rollen festgelegt, Erickson unterschied hauptsächlich zwischen „bewusst“ und „unbewusst“ und die neuere hypnosystemische Teilearbeit hat einen sehr offenen Teilebegriff. Allen gemeinsam ist ihre Destabilisierungsfunktion.

Abbildung 11: **Distinktionen im sokratischen Dialog der REVT und in zwei Varianten der Teilearbeit.** Die Methoden trennen Erlebniseinheiten (Distinktion), um zunächst eine Dezentrierung und Destabilisierung zu erreichen. Die hypnosystemische Teilearbeit problematisiert die Verdinglichung des „Unbewussten“ und spricht oft nur von „Teilen“.



Wenn man, wie Ellis & Hoellen (1997, 1001) dies tun, das Konzept der „Demandingness“ als den zentralen „Mythos“ der REVT betrachtet, dann liegt in der Distinktion **die große Gemeinsamkeit mit der „Teilearbeit“**. „Müssen“ stellt eine verallgemeinernde Assoziation dar. Nur einen Anteil zu erleben, bedeutet in ähnlicher Weise eine Verallgemeinerung eines assoziativ erlebten Zustandes. Durch die Operationen des „Trennens“ und „Benennens“ werden in beiden Methoden diese Assoziationen gelöst und für beide Methoden gilt:

> *Die Therapie verläuft in Richtung einer Dezentrierung (und zeitweisen Desäquilibrierung) zu komplexeren Ebenen kognitiven Funktionierens.* (Gonçalves & Machado 1989, 518)

Der Vollständigkeit halber muss an dieser Stelle darauf hingewiesen werden, dass die sprachlichen Distinktionen in beiden Methoden nicht nur dissoziative und destabilisierende Funktionen haben. Sowohl im sokratischen Dialog als auch in der Teilearbeit werden im Verlauf des Prozesses neue assoziative Verknüpfungen dieser „Teile“ angestrebt. Wenn der Rational-Emotive Therapeut fragt „Wie könnten Sie noch denken, um sich anders zu fühlen?“ zielt dies auf eine neue Assoziation zwischen der „Rationalen Alternative“ und dem erwünschten Gefühlszustand. Ähnlich zielt auch die hypnosystemische Teilearbeit auf einen neuen „Kontakt“ zwischen den Persönlichkeitsanteilen. Zusätzlich zur Destabilisierungsfunktion haben diese Distinktionen in beiden Methoden auch eine Orientierungs- und Stabilisierungsfunktion: Bevor allerdings etwas verbunden werden kann, müssen die Elemente erst getrennt werden. Auf der Abstraktionsebene der Metafunktionen nach Revenstorf (1996a, 27; vgl. Kap. 1.5) sind sich die verschiedenen Varianten von Teilarbeit und der sokratische Dialog ähnlich. Beide Methoden erfüllen funktional assoziative und dissoziative Prozesse. Fragt man allerdings danach, *was* getrennt wird, werden die Unterschiede zwischen beiden Methoden bedeutsamer. Entscheidender für die Unterschiedlichkeit der Methoden sind der Verlauf und die Grenzen ihrer Distinktionen. Möglicherweise könnten hier die ersten Integrationsprobleme liegen.

5.2.2 Die Kognitions-Emotions-Distinktion versus die ganzheitliche Teilekonzeption

Ein bedeutsamer Unterschied zwischen beiden Methoden besteht im hypnosystemischen Teilebegriff, wenn er in der Tradition der Ich-Zustände nach Paul Federn (1952) ganzheitlich konzipiert ist (vgl. Kap. 4.3.1). Er beinhaltet rationale, emotionale, motivationale, körperliche und verhaltensrelevante Merkmale, die oft an einen zeitlich situativen Kontext gebunden sind. Eine Konzeption im Einklang mit einem systemisch personalen Menschenbild (Macha 1996), hätte meiner Ansicht nach auch für die REVT mehrere Vorteile:

1. Die Einführung einer Dissoziation unterschiedlicher Erlebniszustände muss nicht zu einer Spaltung des Erlebens führen. Klienten, die Denken und Fühlen als Einheit erleben und sich schwer tun, ihre Gefühle als abhängige Variable

zu betrachten, können in dieser Konzeption diese Einheit bewahren. Beispielhaft dafür kann die Frage einer Klientin von Ellis stehen:

> **K:** *Wie kann mein Gefühl bloß eine Meinung sein? Ich fühle das wirklich. Ich kann es nicht anders beschreiben denn als Gefühl.* (Anhang, Therapiebeispiel 1, S. 225, Z. 7-8)

In der hypnosystemischen Teilearbeit kann der Therapeut dieses Erleben zunächst so stehen lassen. Einen antagonistischen Erlebniszustand könnte er über die Frage nach der Ausnahme finden, wie sie im lösungsorientierten Ansatz üblich ist (Bamberger 2001, 54 f.; Grochowiak & Heiligtag 2002, 185-212). Die Frage nach der Ausnahme zielt auf alternative Erlebniszustände innerhalb einer erweiterten Zeit- und Raumwahrnehmung.

2. Aufgrund einer Teilekonzeption, die alle Sinne, aber auch die Körperhaltung in Raum-Zeit-Kontexten einbezieht, bieten sich mehrere Möglichkeiten, assoziative Erinnerungsleistungen an alternative Erlebniszustände zu aktivieren. Die Frage der REVT „Wie könnten Sie noch denken, um sich … zu fühlen?“, also die Frage nach der rationalen Alternative wäre nur *eine* Möglichkeit, in Kontakt mit einem anderen Erlebniszustand zu kommen. Mit einer ganzheitlichen Teilekonzeption könnte der REVT-Therapeut auch fragen:

   „Wie wäre ihre Körperhaltung, wenn Sie sich in dieser Art und Weise fühlen würden?“ oder *„Kennen Sie eine Situation, in der Sie dieses Gefühl schon einmal gehabt haben?“, „Wo im Körper spüren Sie dieses Gefühl? Wie lässt sich das beschreiben?“, „ Welche Gedanken gehen Ihnen dabei durch den Kopf?“*

   Ergänzend muss erwähnt werden, dass auch die REVT eine Methode nutzt, um alternative Ich-Zustände im Klienten zu initiieren. Sie wird oft im Anschluss an den sokratischen Dialog eingesetzt und heißt „Rational-Emotive-Imagination“ (REI)[5] (vgl. Lotz 1996, 82 ff.). Innerhalb dieser Übung verändert der Klient willentlich seine Gefühle im Sinne einer Abschwächung. Auf die Frage, wie er das geschafft habe, antwortet der Klient häufig mit einer veränderten Einstellung. In der Terminologie der Teilearbeit könnte man also sagen, dass diese Methode einen Wechsel von Ich-Zuständen bewirkt. Ausgehend von den Gefühlen vervollständigt der Therapeut die anderen Erlebnismerkmale wie Ein-

[5] Die „Rational-Emotive Imagination“ (REI) (Walen 1982, 118) wird in der REVT als Disputationsverfahren eingesetzt. Die Klienten kommen in Kontakt mit ihren negativen Gefühlen und verändern dann willentlich die Gefühlsstärke. Dabei beobachten sie, wie sich ihr innerer Dialog verändert hat. Ellis setzt diese Methode oft nach der kognitiven Disputation (sokratischer Dialog) ein, um zu demonstrieren, wie man durch Veränderung des Denkens eine Veränderung der Gefühle bewirken kann. Die REI kann auch eingesetzt werden, um den Inhalt der inneren Dialoge zu explorieren.

stellungen und Kognitionen. Die REI wird innerhalb der REVT allerdings als Teil der Disputation, also der „Infragestellung des irrationalen Bewertungssystems des Patienten“ (Walen 1982, 112) betrachtet und zielt auf eine veränderte Selbstverbalisation (ebd., 118). Wenn man die REI in einer explorativen Funktion im Sinne der regressiven Abstraktion einsetzt, dann könnte hier eine Annäherung beider Methoden liegen. Wenn die Übung allerdings eine elenktische Funktion hat, würde dies dem Kooperationsprinzip und der Annahme von der positiven Absicht des Symptoms widersprechen.

Die entscheidende Frage ist: Kann man sich einen sokratischen Dialog im Sinne der REVT ohne explizite Trennung von Kognition und Emotion vorstellen? Im nächsten Abschnitt (5.3) werde ich entsprechende Therapieansätze darstellen, in denen genau dies praktiziert wird. Ganzheitliche Ich-Zustände disputieren miteinander, ohne dass diese explizit Gefühle oder Gedanken repräsentieren müssen. Was aber geschieht mit den Prämissen einer postkognitiven Emotionstheorie (vgl. Tab. 2; Punkt 5)? Was mit dem Primat der Kognition? Wenn Emotionen *als Folge* von Gedanken betrachtet werden, dann liegt es natürlich nahe, Gedanken primär zu verändern und dann eine Veränderung der Gefühle zu erwarten. Dies führt zu einer Trennung von „Gedanken“ und „Gefühlen“. Wenn man aber von einer interdependenten Beziehung ausgeht, in der alle Anteile für das Gesamtsystem veränderungswirksam sein können, dann sind auch Interventionen zwischen ganzen Ich-Zuständen denkbar. An dieser Stelle wird zum ersten Mal praktisch relevant, wie stark Methoden in die therapiehistorischen Prämissen ihres Entstehungskontextes eingebettet sind (vgl. Kap. 1, Abb. 1). Form und Funktionalität des sokratischen Dialogs passen eben zum theoretischen und paradigmatischen Umfeld. Eine Veränderung auf Methodenebene rüttelt gleichzeitig am theoretischen Gerüst des umgebenden Kontextes.

Für diesen Konflikt sind die folgenden **Lösungen** vorstellbar:

- Prüfung der Prämissen eines postkognitiven Emotionsmodells („Primat der Kognition“) durch Integration der Befunde aus einer aktualisierten Emotionsforschung (vgl. Ellis & Hoellen 1997, 100).
- Rückgriff auf die Aussagen von Ellis zu einer grundsätzlich interdependenten Beziehung von Kognition, Emotion und Verhalten (vgl. Kap. 3.2.5). Während diese Interdependenz theoretisch nicht bestritten wird (vgl. Ellis & Hoellen 1997, 99), müsste dies dem Klienten auch so vermittelt werden. Damit verbunden wäre der
- Gebrauch des „ABC-Modells“ ohne die Simplifizierung „Du fühlst wie du denkst“ (Lotz 1996, 26; Ellis & Hoellen 1997, 99).

- Verstärkte Nutzung der Rational-Emotiven Vorstellungsübung (REI), um alternative Ich-Zustände erlebbar zu machen.
- Beschränkung der „Teilearbeit“ auf einen „emotionalen“ und einen „kognitiven“ bzw. auf einen „rationalen“ und einen „irrationalen“ Teil.

Beim letzten Lösungsvorschlag würde die hypnosystemische Teilearbeit in einer der REVT angepassten Form praktiziert werden. Diese Praxis wird im Abschnitt 5.3 mit der kognitiven Schematherapie von Young et al. (2005) vorgestellt: Die elenktische Disputation wird nach „innen“ verlegt und findet zwischen so genannten „adaptiven“ und „maladaptiven“ Persönlichkeitsanteilen statt. Grundsätzlich besteht für die hypnosystemische Teilearbeit aufgrund ihrer offenen Teilekonzeption kein Grund, nicht zwischen einem „kognitiven“ und einem „emotionalen“ Teil zu unterscheiden, wird dies doch häufig dann praktiziert, wenn ein typischer Konflikt zwischen „Kopf“ und „Herz“ vorliegt (vgl. Revenstorf 1996, 44-45). Eine ausschließliche Trennung von „Kognition“ und „Emotion“ würde die hypnosystemische Teilearbeit allerdings in ihren funktionalen Möglichkeiten erheblich einschränken. Die Beispiele in Kapitel 4.6 zeigen, dass eine eindeutige Zuschreibung der als konflikthaft erlebten Persönlichkeitsanteile in „Kognitionen“ und „Emotionen“ der Komplexität des Erlebens nicht gerecht werden könnte.

5.2.3 Der Therapeut als „Gegenpropagandist“ versus „Prozessbegleiter“

Wenn der sokratische Dialog - wie oben vorgeschlagen - zwischen internalen Ich-Zuständen initiiert werden würde, hätte dies Folgen für eine direkte Kontrollierbarkeit des Dialogs. Der Therapeut würde eher die Rolle eines Prozessbegleiters und weniger die Rolle eines „Gegenpropagandisten“ einnehmen – wie Ellis dies fordert (vgl. 3.3.1; Tab. 2, Punkt 10). An dieser Stelle lohnt sich die Frage, ob eine derartige Veränderung mit den übrigen Normen und Prämissen der REVT vereinbar wäre. Wäre diese veränderte Rolle des Therapeuten mit dem Menschenbild der REVT kompatibel (vgl. Tab. 2, Punkt 15)? In gewisser Weise müsste der REVT-Therapeut die Kontrolle über den sokratischen Dialog der Selbstorganisation des Klienten überlassen, was wiederum durchaus den Prämissen der systemischen Hypnotherapie in der Tradition Ericksons entspricht (vgl. 4.5.6), aber weniger der Forderung der REVT nach einem aktiv-direktiven Gesprächsstil. Diese wiederum ist im Rahmen der Störungstheorie und des Menschenbildes der REVT verständlich: Wie in Kap. 3.3.1 ausgeführt, sieht Ellis die Menschen als rationale Wesen, aber auch als „beschränkte“ und „kaputte Denker“ (Ellis in V. Becker, 1989, 32, 33), die für irrationale Ideen genetisch höchst anfällig sind (ebd., 32, 33) und deren Autosuggestionen aktiv bekämpft werden müssen (Ellis 1993, 81). Auch an die-

sem Beispiel wird deutlich, dass eine integrative Veränderung auf Methodenebene durchaus auch Antworten auf einer hohen Abstraktionsebene von Prämissen, beispielsweise dem Menschenbild erfordert. Wie in Kapitel 3 und 4 deutlich wurde, ist aber gerade die Frage des „Menschenbildes" stark von der Persönlichkeit und der Erfahrung des Therapiegründers abhängig. Während Milton Erickson, der die hypnosystemische Teilearbeit durch seinen indirekten Stil prägte, vor allem durch die Aufgabe der willkürlichen Kontrolle eine persönliche Veränderung erfuhr, veränderte sich Ellis durch die aktive Überwindung seiner Ängste[6]:

> *Veränderung ist harte Arbeit. Das ist auch der Grund, weshalb es keine Wunder gibt. Das ist es, weshalb ich mit den meisten Therapeuten nicht einverstanden bin. Sie glauben, es ist einfach: Man braucht nur auf dem Sofa zu liegen und während man über seine Kindheit redet, geht es einem plötzlich besser. (…) Es ist sehr harte Arbeit, anders zu denken und anders zu handeln.*
> (Ellis in V. Becker, 1989, 40)

Milton Erickson wird gemeinhin als bodenständige, aktive, bisweilen höchst autoritäre Persönlichkeit beschrieben, die sehr direktiv sein konnte (Zeig 1995, 12, vgl. Erickson 1999). Durch die Beschränkungen seiner Krankheit jedoch, wurde für ihn das „Unwillkürliche" zum Potenzial, für Ellis eher zur Bedrohung (Zeig 1995, 13; Ellis & Hoellen 1997, 76; Yapko 1994). Diese biographischen Einflüsse dürften auch dazu beigetragen haben, die jeweilige Präferenz der Therapiegründer für die eine oder andere Interventionsform zu begründen. Wie in Kapitel 3 beschrieben, entwickelte Ellis die REVT aufgrund seiner methodischen (!) Unzufriedenheit mit den passiven Methoden der Psychoanalyse (vgl. Kap. 3.1). Indirekte Vorgehensweisen ohne die Möglichkeit einer aktiv-direktiven Intervention wurden für Ellis zum Sinnbild für Ineffektivität. Nicht zuletzt aber dürfte die Rolle des Therapeuten von den Prämissen der unterschiedlichen soziokulturellen Kontexte ableitbar sein. Die Kultur der Ostküste, amerikanischer Pragmatismus, Wissenschaftsbegeisterung, Positivismus und Behaviorismus auf der einen Seite, die Kultur der Westküste, die Human Potential-Bewegung und eine beginnende Re-Romantisierung einer Gegenkultur um Esalen[7] auf der anderen Seite, stabilisierten ohne Zweifel Form und Funktion der beiden therapeutischen Methoden. Für die Teilearbeit gilt, dass sie mit ihrer Multiplizitätsannahme einer Gesellschaft der pluralisierten Lebenswelten tendenziell entspricht (Tab. 2, Punkt 14)[8]. Diese Auflistung soll nur

[6] Ellis erzählt immer wieder, dass er sich mittels systematischer Desensibilisierung von diversen Ängsten befreit hat (vgl. Ellis 1994 a, b, d); Erickson hingegen hat zwar Zeit seines Lebens immer wieder mental trainiert, erlebte aber durch seine Lähmung die Grenzen des aktiven Handelns und betonte deswegen eher ideomotorische, unwillkürliche Prozesse als Motor für Veränderungen (vgl. 4.5.6.1; Schmidt, G. 2004, 52).
[7] Das „Esalen Institute" galt als Zentrum einer geistigen Gegenkultur. Fritz Perls, Virginia Satir und Gregory Bateson waren zeitweise mit dem Institut verbunden (vgl. Walker 2000, 66, 117, 138, 141, 165).
[8] Erickson selbst war nicht Teil dieser Gegenkultur. Seine Fallberichte zeigen, dass er manchen Klienten dieser Gegenkultur zu konventionellen und konservativen Regeln ermutigen musste (vgl. Gordon & Meyers-Anderson 1981). Wie Peter (2001) betont, konnte aber seine Idee von der Potenzialhypothese im Zeitgeist einer Re-Romantisierung besonders gut gedeihen. Einen guten Eindruck vom Zeitgeist dieser Jahre geben Berman (1984), Gordon & Meyers-Anderson (1981) und besonders McClendon (2003). Über den Zeitgeist

verdeutlichen, dass die Prämissen von Form und Funktion der Methoden, wie sie in Tabelle 2 dargestellt sind, nicht vereinzelt existieren, sondern in einem Netzwerk von Begründungen verwoben sind. Dieser Gedanke wird in Abschnitt 5.5 noch einmal aufgegriffen werden. Zunächst aber sollen Lösungen für das integrative Problem „Rolle des Therapeuten“ vorgeschlagen werden.

Mögliche Integrationslösungen in dieser Frage könnten sein:

- Die **Dissoziationstheorie von Hilgard** könnte eine integrative Theorie zwischen REVT und Hypnotherapie darstellen (vgl. Kap. 4.4.2). Mit dem „hidden observer“ hätte man gerade jenen Persönlichkeitsanteil entdeckt, der sowohl dem „rationalen Ich“ als auch dem „weisen Unbewussten“ ähnlich ist (Peter 1987a, 30). Perry (1985, 88) schreibt über den „hidden observer“:

  Wenn man das Bild betrachtet, das Hilgard in den letzten 10 Jahren hindurch bezüglich des hidden observer gezeichnet hat, so wird es geschildert als rational, sachlich nüchtern und der Realität bewusst (…): eine Art beobachtendes Ich, ähnlich dem unbewussten Bewusstsein, mit dem Freud sich abmühte. Es kann sich tatsächlich um diesen schwer definierbaren Prozess der kritischen Beurteilung handeln, von dem wir alle glauben, dass wir ihn in unterschiedlichen Graden besitzen, wo besonders in Augenblicken von Stress schnelle Entscheidungen getroffen werden müssen und ein Handlungsablauf automatisch ins Gedächtnis kommt, ohne dass irgend eine offensichtliche Logik vorhanden ist. Wir „wissen“, was wir tun sollten.

  Nicht von ungefähr, bringt Peter (1987a, 20) dieses Konzept in Zusammenhang mit den „kognitiven Schemata“ als „konstruktive Bindeglieder zwischen Hypnotherapie und kognitiver Therapie[9]. Über die Etablierung eines solchen rationalen Anteils könnte der Therapeut den Dialog im Sinne der REVT beeinflussen. Dieser Anteil könnte dann – sozusagen stellvertretend – für den REVT-Therapeuten die Rolle des „rationalen Vermittlers“ einnehmen. Praktisch könnte dies mit einer Intervention von Stahl (1995, 34) geschehen:

  Du als reifer, erwachsener Mann oder reife, erwachsene Frau hast eine Menge gelernt zu unterschiedlichen Zeiten in deinem Leben, mit unterschiedlichen Menschen und an unterschiedlichen Orten; was von diesen vielen Fähigkeiten kannst du benutzen, um

---

der Ostküste um Ellis können alle Veröffentlichungen der „General Semantics“ einen authentischen Eindruck vermitteln, z.B. Bois (1958) und natürlich Ellis (1993).

[9] Peter (1987a) versucht Gemeinsamkeiten zwischen Kognitiver Therapie und Hypnotherapie herauszuarbeiten. Dabei sieht er Ähnlichkeiten zwischen den Konstrukten „Schema“, „bewusstes Unbewusstes“ und der Instanz des „hidden observers“. Alle drei Konstrukte erfüllen eine Brückenfunktion zwischen dem „unwillkürlichen“ und dem „willkürlichen Handeln“.

in dieser Situation (Name des Problemkontextes benutzen) zu deinem Ziel zu kommen (…)?

- Die aktive Rolle des „Gegenpropagandisten“ ist für einen REVT-Therapeuten auch deshalb erforderlich, weil er a) davon ausgeht, dass es im Klienten (noch) keine „andere Seite“ gibt, und b) er über keine Methodik verfügt, einen Dialog mit dieser Seite zu initiieren. Im Therapiebeispiel Nr. 2 (Anhang, S. 231 ff.) zeigt sich aber an mehreren Stellen diese „andere Seite“, wenn die Klientin beispielsweise sagt:

  *I think they are **both sides**.* (Anhang, S. 231, Z. 41)

  *And that's exactly the reason why I have to leave **on the other side**.* (ebd., Z.19-20)

  Obwohl die Klientin diese „andere Seite“ anspricht, geht Ellis im Therapiebeispiel 2 nicht darauf ein. Die Wahrnehmung einer Inkongruenz und der jeweils polaren Seite könnte auch für das Führen eines sokratischen Dialogs im Sinne der REVT hilfreich sein, weil es den Therapeuten in seiner Rolle als „Gegenpropagandist“ entlastet.

- Eine Rückbesinnung der REVT auf die sokratische **Potenzialannahme** im platonischen Dialog könnte für die Frage des unterschiedlichen Menschenbildes von REVT und Hypnotherapie von Nutzen sein. Die Fragetechnik des antiken sokratischen Dialogs hatte ihren Ursprung nicht zuletzt in der Annahme eines internalen Lösungswissens, also in einer Potenzialhypothese. Diese Möglichkeit wird in Abschnitt 5.5.3 ausführlicher beschrieben.

- Ähnliches gilt für eine Rückbesinnung der REVT auf die Anfänge der kognitiven Therapie. Beck (1979) betonte damals vor allem - in Abgrenzung zu Defizitmodellen - das enorme Potenzial des Menschen im Hinblick auf dessen kognitive Selbstorganisation:

  Wie wir sehen werden, versetzt die Kognitive Therapie den Patienten häufiger in die Rolle des Wissenschaftlers und bedient sich seines bereits vorhandenen Instrumentariums, um an Probleme heranzugehen, die ihm vorher unlösbar erschienen. (Beck 1979, 15; Hervorh. R.B.)

  Durch die gezielte Abwertung des gesunden Menschenverstands hindert ihn diese subtile Indoktrinierung (der damaligen Psychotherapie, R.B.) daran, bei der Analyse und Lösung seiner Probleme auf sein eigenes Urteil zu vertrauen. (Beck 1979, 13;

Hervorh. R.B.)

Die Anerkennung dieser Potenzialhypothese wird auch im Therapiebeispiel 1 (Anhang, S. 225 ff.) deutlich, welches die Anfänge der Rationalen Therapie markiert. Dort wird ersichtlich, dass die wesentlichen Annahmen der RT von der Klientin selbst kommen und Ellis eher die Rolle eines „Geburtshelfers“ einnimmt als die eines „Gegenpropagandisten“. Tatsächlich scheint in der Gründungsphase der kognitiven Therapien die „Textfokussierung“ stärker ausgeprägt gewesen zu sein, als dies in den späteren Phasen der Fall war (vgl. 3.1.3).

5.2.4 Elenktik im sokratischen Dialog versus Kooperationsprinzip in der Teilearbeit

Mögen die bisherigen Aspekte von Unterschiedlichkeit noch im Rahmen des Lösbaren liegen, wird meines Erachtens nun ein zentraler Konflikt deutlich. Innerhalb der hypnosystemischen Teilearbeit wird eine Kampfmetaphorik vermieden, weil sie als systemstabilisierend betrachtet wird (Deissler 1999, 193). Sowohl im sokratischen Dialog der Antike wie in der REVT ist eine disputative Elenktik aber oft mit einer Kampfmetaphorik verbunden (vgl. 3.3.1). Dieser Unterschied dürfte in den vorausgegangen Kapiteln deutlich gemacht worden sein. Zwar treffen in der Teilearbeit unterschiedliche Teile aufeinander, deren Zusammentreffen dient aber in erster Linie einem Informationsaustausch. Der Klient im Therapiebeispiel 3 (Anhang, S. 233 ff.) würde einem Rational-Emotiven Therapeuten eine gute Vorlage bieten, wenn er sagt:

> *Wenn ich sage „Ich bin depressiv“ und dann „Ich sollte das nicht sein“, empfinde ich sehr viel Druck.* (ebd., Zeilen 21-22*)*

Der Hypnosystemiker disputiert allerdings nicht das „sollte“ des Klienten, sondern holt eine zweite Seite im Klienten zur Hilfe, die den internalen Konflikt abschwächt:

> *Und genau deshalb fühle ich mich verpflichtet, Ihnen anzubieten, von einer Seite zu reden, die sich depressiv fühlt, anstatt von Ihnen als ganzem Menschen.* (ebd., Zeilen 85-87)

Das Prinzip des hypnosystemischen Vorgehens liegt darin, einer internalen Selbstorganisation im Klienten zu vertrauen. Während der Rational-Emotive Therapeut klar Position für eine Seite bezieht und damit zum externalisierten Fürsprecher der antagonistischen Seite wird (Ellis 1974, 85), bleibt der Hypnosystemiker ein „Vermittler“, ausgehend von der Überzeugung, dass „jeder Patient die Lösung

seiner Probleme weiß“ (Deissler 1999, 192). Diese Haltung hat natürlich wesentliche Konsequenzen für die Beziehung zwischen Therapeut und Klient. Gerade weil der Therapeut keine Position im elenktischen Disput einnehmen muss und keine Stellvertreterfunktion des „anderen Teils“ übernimmt, bleibt er als unparteiischer „Mediator“ außerhalb des Konflikts. Elenktische Prozesse spielen sich – wenn überhaupt – als Umorganisationsprozesse im Inneren des Klienten ab. Weil das Symptom als wertvoller Informationsträger interpretiert wird (Prior 1990, 48), kommt eine Elenktik im Sinne einer Kampfmetaphorik nicht mehr in Betracht. Das Prinzip der „positiven Absicht“ vermeidet das Problem der „Abwertung“ von authentisch erlebten Erlebniszuständen mit der Folge einer möglichen Selbstabwertung auf Seiten des Klienten. Dies ist aber nur dann der Fall, wenn der hypnosystemische Therapeut eine Haltung von „Allparteilichkeit“ (Varga von Kibéd & Sparrer 2002, 121) einnimmt.

Diese Diskrepanz ist meines Erachtens der zentrale Unterschied in den Prämissen beider Methoden. Schwierig bleibt die Unvereinbarkeit von Kampf- und Kooperationsmetaphorik im Umgang mit dem Symptom. Wie kann man einem Klienten einerseits deutlich machen, dass sein Symptom wertvolle Informationen zur Lösung enthält und entsprechend gewürdigt werden soll, auf der anderen Seite aber gerade dieses Symptom im Sinne einer Elenktik „bekämpft“ bzw. „bezwungen“ werden soll (z.B. Young et al. 2005, 66). Nach Befunden der Wirkungsforschung stellt aber die glaubwürdige Darstellung eines Störungs- und Heilungsmodells mit der entsprechenden Akzeptanz einen entscheidenden Beitrag zum Wirkfaktor „Intentionsveränderung“ bzw. zur „Zielerreichungsmotivation“ dar (vgl. Grawe 2000, 22; Duncan & Miller 2003).

Eine mögliche Lösung dieser Diskrepanz könnte im Konzept des so genannten „2. ABC’s“ liegen. Ellis hat immer wieder betont, dass eine Selbstabwertung des Klienten aufgrund seines Symptoms problemstabilisierend wirkt (Ellis & Hoellen 1997, 109 ff.). Deswegen wird in der REVT - wenn möglich - der so genannte „Symptomstress“ (die „Angst vor der Angst“, der „Ärger über den Ärger“ etc.) auch vorrangig bearbeitet. Aus hypnosystemischer Sicht kann diese Vorgehensweise auch als Versöhnung mit dem Symptomteil interpretiert werden:

> *Für die Klienten bedeutet das Sichabfinden, dass sie ihre Eigenverantwortlichkeit hinsichtlich ihrer Probleme erkennen, was voraussetzt, dass sie im Denken und im Handeln nicht weiterhin in Gegnerschaft zu sich selbst stehen. Daraus folgen auch die Bereitschaft und die Befähigung, sich selbst verzeihen zu können.* (Ellis & Hoellen 1997, 11; Hervorh. R.B.)

Wie im Abschnitt 5.3 noch ausgeführt wird, macht vor allem die metaloge REVT nach Scholz (2002) vom integrativen Potenzial dieses Konzepts Gebrauch. So elegant diese Lösung auf den ersten Blick erscheint, so muss doch eingeräumt

werden, dass es sich hierbei nur um eine Teillösung handelt. Die „Versöhnung“ bezieht sich eben nur auf den Symptomstress im „2. ABC“. Die anderen integrativen Therapiekonzepte, die im Abschnitt 5.3 vorgestellt werden, haben weitere interessante Lösungen für dieses Problem. Dennoch bleibt mit diesem Aspekt ein echtes Inkompatibilitätsproblem bestehen.

5.2.5 Die Methoden im Netzwerk ihrer vielfältigen Einflussfaktoren

Bisher wurde deutlich, dass es trotz aller Unterschiedlichkeit viele Schnittstellen und Anknüpfungsmöglichkeiten zwischen beiden Methoden gibt. Gleichzeitig wurde aber auch deutlich: Form und Funktionalität dieser Methoden sind eng mit den entsprechenden Prämissen der jeweiligen Kontexte verbunden. Weder die Wahl der Konstrukte (z.B. der „Teile“) noch das Ausmaß an Direktivität im Therapeutenverhalten sind zufällig, sondern können als Ableitungen der jeweiligen Theorien und anderen Einflussgrößen betrachtet werden. Besonders auffallend ist aber: Die vielfältigen Einflussfaktoren der jeweiligen Kontexte bedingen sich gegenseitig (s. Abb. 15).

Besonders offensichtlich wurde dies an der Problematik „Kampfmetaphorik“ versus „Kooperationsmetaphorik“ (vgl. 5.2.4). Diese zentralen Metaphern sind mit den Prämissen vieler Einflussfaktoren verknüpft: Von der persönlichen Erfahrung der Therapiegründer bis zur zeitgeistbedingten, erkenntnistheoretischen Strömung. Eine ähnliche Verknüpfung von Einflussfaktoren zeigte sich bei Frage nach der Rolle des Therapeuten: „Gegenpropagandist“ oder „Prozessbegleiter“ (vgl. 5.2.3). Die Verlagerung des disputativen Dialogs ins „Innere“ der Person bei gleichzeitiger Aufgabe einer direkten Einflusskontrolle über diese Multiplizität, ist mit der erkenntnistheoretischen Strömung einer Kybernetik und Autopoiese ebenso verknüpft wie mit der gesellschaftlichen Individualisierung der Lebenswelten und dem Projekt einer Postmoderne (vgl. Tab. 2, Punkt 14). Was bedeutet nun dieses „Begründungsnetzwerk“ für das Projekt einer Integration von Methoden?

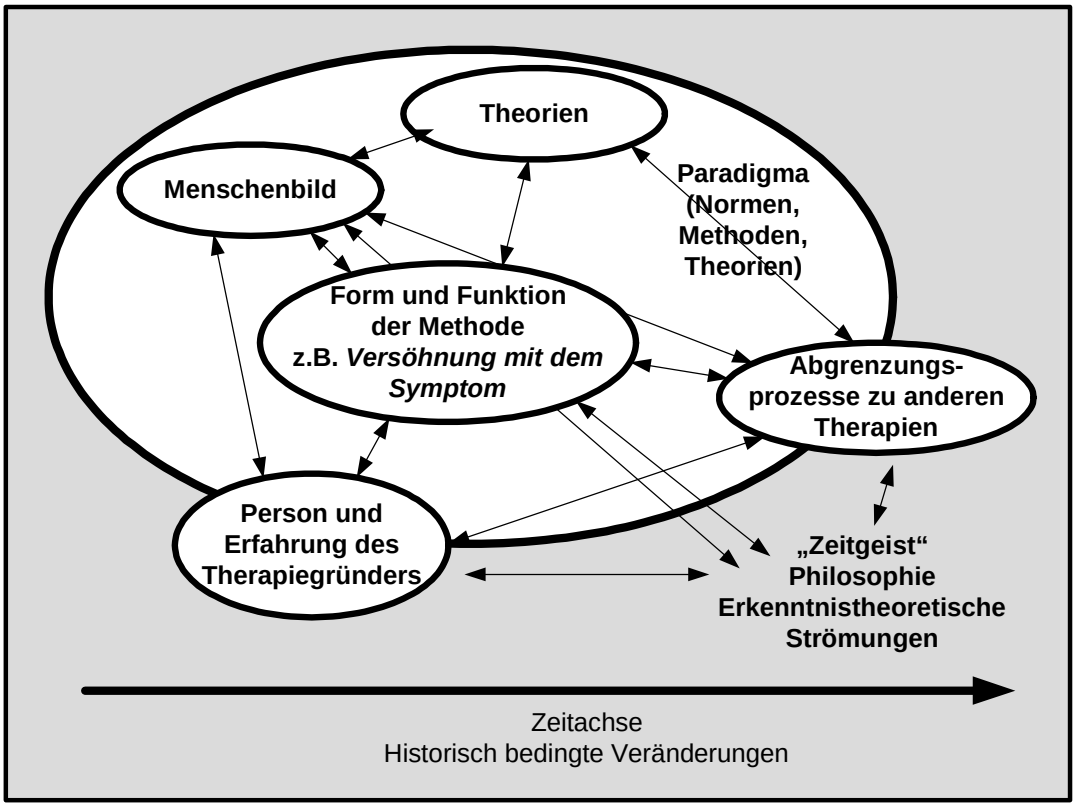
- Eine Veränderung dieser Aspekte in Richtung Integration, erfordert entsprechend große Anpassungs- und Koordinationsleistungen. Es ist anzunehmen, dass ein Fehlen oder Misslingen dieser Abstimmungsprozesse beim Anwender und möglicherweise auch beim Klienten jenes Gefühl von Unstimmigkeit und Ambivalenz hervorruft, das von mir im Vorwort dieser Arbeit beschrieben wurde.

- Die vielfältigen Vernetzungen der Methoden machen deutlich, dass beide eingebunden sind in das, was man „erkenntnistheoretische Paradigmen“ nennen kann. Aus Kapitel 3 und 4 geht hervor, dass die Methoden eher der „Moderne“ bzw. der „Postmoderne“ zugeordnet werden können. Diese an sich schon antithetisch angelegten Denksysteme dürften eine Annäherung nicht gerade vereinfachen (vgl. Engelmann 1990, 17).

- Möglicherweise verändern sich im Lauf der Zeit die Einflussvariablen, aber die Methode wird gewohnheitsmäßig in ihrer alten Form tradiert. Eine kritische Überprüfung der Aktualität und Stimmigkeit der einzelnen Einflussvariablen könnte ein erster Schritt zur Integration sein.

Im nächsten Abschnitt werden vier neuere therapeutische Ansätze daraufhin untersucht, welche Lösungen sie für diese Problematik gefunden haben. Alle Ansätze haben - mehr oder weniger erfolgreich - eine methodische Integration bewältigt.

Abbildung 15: **„Begründungsnetzwerk“:** Sich gegenseitig bedingende kontextuelle Einflüsse auf Form und Funktion einer Methode könnten integrative Bemühungen erschweren.



5.3 Mögliche integrative Lösungsansätze

Nachdem noch einmal die wesentlichen Integrationsprobleme dargestellt worden sind, möchte ich nun neue Therapieansätze vorstellen, die im Sinne einer integrativen Verwendung beider Methoden **Lösungen** oder zumindest **Ankopplungsmöglichkeiten** anbieten können. Hierzu zählen:

1. Die neueren „Schematherapien“ (nach Beck & Freeman 1993 und Young et al. 2005),
2. die „metaloge REVT“ (MREVT) (nach Scholz 2002),
3. die systemische „Tetralemmaaufstellung“ (nach Varga von Kibéd & Sparrer 2002),
4. der Neo-Erickson’sche Ansatz einer „Psychotherapie der Selbstbeziehungen“ (nach Gilligan 2004)

Die ersten beiden Ansätze kommen aus der Tradition der KVT, Letztere aus der hypnosystemischen Tradition. 2. und 3. sind Weiterentwicklungen aus dem deutschen Raum, 1. und 3. sind angelsächsischen Ursprungs. Im Rahmen der Fragestellung dieser Arbeit wird dabei vor allem von Interesse sein, welche integrativen Lösungsstrategien diese Ansätze anbieten, um die oben beschriebenen Integrationsprobleme bewältigen zu können.

5.3.1 Teilearbeit und neuere Schematherapien

In die Nachfolge traditioneller kognitiver Therapien treten heute so genannte „Schematherapien“, wie die von Beck (1993), Young et al. (2005) und Guidano & Liotti (1985). Sie betonen weniger den Informationsverarbeitungsprozess, sondern stellen das Konstrukt des „Schemas“ in den Vordergrund. Dies ist zum einen deshalb notwendig geworden, weil die kognitiven Therapien sich thematisch mit den Persönlichkeitsstörungen zu befassen hatten, zum anderen, weil auch Entwicklungsaspekte eine größere Rolle spielen sollten (Ellis & Hoellen 1997, 101). Nach Ansicht Grawes (2000, 114) liegt nun im Schema-Begriff, wie in der kognitiven Therapie überhaupt das „größte integrative Potenzial“. Der Schema-Begriff könnte meines Erachtens unter zwei Voraussetzungen auch eine Integration von sokratischem Dialog und Teilearbeit befördern:

- Er müsste über eine rein „kognitive“ Fassung hinausgehen und andere Dimensionen des Erlebens einschließen, wie z.B. motivationale und emotionale Schemata (Grawe 2000, 340 ff.; Ulich & Mayring 2003, 57 ff.).

- Er müsste im Sinne einer „positiven Psychologie“ auch nicht-pathologische Zustände beschreiben können (Mitmansgruber 2003, 199).

Unter diesen Umständen könnte eine „Teilearbeit“ ergänzend und unterstützend im Rahmen einer kognitiven Schematherapie eingesetzt werden. „Schemata“ würden dann wie „Ich-Zustände“ oder „Teile“ behandelt werden. Die „Teilearbeit“ könnte für folgende Aufgaben eingesetzt werden:

a.) Klärung der motivationalen Bedürfnisse emotionaler Schemata,
b.) Aufbau neuer Schemata bzw. unterentwickelter Strategien,
c.) Professionelle Bearbeitung einer Schemaumdeutung,
d.) Initiieren eines sokratischen Dialogs zwischen „adaptiven“ und „maladaptiven“ Schemamodi.

Meines Erachtens könnten gerade diese Aufgaben wesentlich differenzierter mit der Methode der hypnosystemischen Teilearbeit erfüllt werden als mit den traditionellen Methoden der KVT.

Zu a) Teilearbeit zur Klärung der motivatonalen Bedürfnisse emotionaler Schemata

Obwohl eine Vermischung von Emotion und Motivation durchaus kritisch zu betrachten ist, soll hier beispielhaft der emotionale Schema-Begriff von Greenberg et al. (1993, 66-68) stehen. Sie definieren „emotional schemes“ als „goal-directed, functional units, ultimately adressed to the environment to negotiate the meeting of some need” (Hervorh. R.B.). Die Sichtweise von emotionalen Schemata als „need related action tendencies“ und „targets of our therapeutic work“ würde einer motivationalen Klärungsarbeit im Sinne des Postulats der “positiven Absicht” entsprechen (vgl. Grawe 2000, 83-84). Emotionale Schemata beinhalten hier kognitive, affektive, motivationale und interpersonale Handlungsstrukturen:

> *The point of therapy is not to use reason or evidence to change purely cognitive schemes (Beck 1976; Ellis 1962). Rather, it is to change the complex cognitive, affective, motivation, and relational action components of emotion schemes.* (Greenberg et al. 1993, 68)

Beispielhaft für einen integrierenden, kognitiven Ansatz nennt Grawe die Arbeit von Guidano & Liotti (1985, Guidano 1996), einer konstruktivistischen Variante der KVT, die motivdynamische Konflikte hinter den Symptomen auch indirekt bearbeitet (Grawe 2000, 115-120). Allerdings sollen beispielsweise Sicherheits- und Bindungsbedürfnisse durch die therapeutische Beziehung erfüllt werden, was im Lauf

der Therapiegeschichte immer wieder problematisiert worden ist.[10] Dieses Ziel könnte über eine ressourcenorientierte Teilearbeit ergänzend erreicht werden. Persönlichkeitsanteile, die Selbstsicherheit und Geborgenheit symbolisieren, könnten in der „Teilearbeit" herausgearbeitet und erlebbar gemacht werden.

Zu b) Teilearbeit zum Aufbau neuer Schemata

Beck (Beck & Freeman 1993) hat im Vergleich zur ersten Darstellung seiner kognitiven Verhaltenstherapie (1979) die Konzeption seiner Schemata im Rahmen einer „Psychotherapie der Persönlichkeitsstörungen" erheblich erweitert und differenziert. Dabei erarbeitete er je nach Störung über- und unterentwickelte Strategien (ebd., 37). Zu den unterentwickelten Strategien der „Zwanghaften" zählt er beispielsweise „Spontaneität" und „Ausgelassenheit". Aus der Perspektive der hypnosystemischen Teilearbeit beschreiben diese „Zustände" Persönlichkeitsanteile, deren Existenz amnestisch ausgeblendet wird. Während auf verhaltenstherapeutischer Ebene der Aufbau dieser komplementären Schemata berücksichtigt wird (z.B. durch Beobachtungsaufgaben), fristen diese auf kognitionstheoretischer Ebene eher ein Schattendasein. Die Beschreibungen der dysfunktionalen Schemata haben in ihren jeweils polaren Erlebniszuständen kein Gegenüber. Dabei gäbe es doch einige Vorbilder: Elliot & Lassen (1997) beispielsweise postulieren hinter jedem maladaptiven Schema ein entsprechendes adaptives Schema. Die Kognitive Verhaltenstherapie könnte zudem auf neuere Tendenzen innerhalb der Emotionspsychologie zurückgreifen, in denen Gefühle der Zuneigung und des Wohlbefindens berücksichtig werden (z.B. Ulich & Mayring 2003, Kap. 7; vgl. Mees 1991). Ähnlich argumentiert Seligman (2002, 4):

> *The message of the positive psychology movement is to remind our field that it has been deformed. Psychology is not just the study of disease, weakness, and damage; it also is the study of strength and virtue. Treatment is not just fixing what is wrong; it is also building what is right.*

Gerade für den „Aufbau neuer Schemata" (Beck 1993, 73-74) könnte die Methode einer ressourcenorientierten, hypnosystemischen Teilearbeit – ergänzend zu verhaltenstherapeutischen Methoden – unterstützend wirken (vgl. Kap. 4.4.2; Kap. 4.5.1).

[10] Ellis zum Beispiel wendet sich gegen Ansätze, in denen der Therapeut den Sicherheits- und Bindungsbedürfnissen der Klienten entgegenkommt (vgl. Ellis 1993, 12; vgl. auch die Diskussion in: Ellis & Hoellen 1997, 121 ff.). Aber auch die neueren, lösungsorientierten Ansätze betonen in analytischer Tradition eine Neutralität des Therapeuten.

Zu c) Teilearbeit zur „schematischen Uminterpretation“

Unter dem Oberbegriff der „schematischen Uminterpretation“ (ebd., 74) berücksichtigt Beck sogar das Prinzip der „positiven Absicht“. Beispielhaft dafür führen Beck et al. (1993, 74) den Fall einer Computerprogrammiererin mit zwanghaft perfektionistischem Arbeitsverhalten an. „Den Versuchen“, so Beck, „diese hypervalenten Schemata zu ändern, begegnete sie mit großem Widerstand“. Schließlich änderten Beck und Freeman ihre Strategie und ermutigten sie eine Arbeitsstelle anzunehmen, die „langsames und genaues“ Arbeiten ohne Rücksicht auf Zeit ermöglichte. In der Terminologie der Teilearbeit akzeptierten sie die „positive Absicht“ des Symptoms und veränderten die Situation im Sinne einer Bedürfniserfüllung dieses „Anteils“. Hier könnte das „Verhandlungsmodell“ der Teilearbeit den langfristigen Erfolg stabilisieren, weil methodisch alle internalen Einsprüche der Person berücksichtigt werden, **bevor** Verhaltensänderungen intendiert werden. Die Teilearbeit könnte so die klärungsorientierten Vorgehensweisen (zur Unterstützung von bewältigungsorientierten Vorgehensweisen) bereichern. Grochowiak & Heiligentag (2002, 421) weisen darauf hin:

> *Die RET mit ihrer Vorstellung vom rational Agierenden übersieht hingegen, dass die Rationalität des Ich und die Rationalität des Unbewussten zwei sich ausschließende „Optimierungsstrategien“ darstellen können. Ist die unbewusste Optimierungsstrategie mächtiger als die bewusste (und dies ist meist der Fall), entsteht bei der RET und ähnlichen Interventionsmethoden ein so genannter doppelter Loyalitätskonflikt.*

Zu d) Teilearbeit zur Etablierung eines Dialogs zwischen den Schemamodi

Young et al. (2005) entwickelten im Rahmen ihrer Schematherapie den Begriff der „Schemamodi“. Während der Schemabegriff hier eher das Statische abdeckt, beschreiben „Schemamodi“ den Wechsel von Zuständen. Diese Schemamodi sind eng verbunden mit dem Dissoziationskonzept und sind vergleichbar mit „Ich-Zuständen“ (Young et al. 2005, 375). Der bei Young et al. (2005, 142) angewandte Dialog zwischen den verschiedenen Schemata (gesundes Schema – dysfunktionales Schema) lässt auf eine Integration der Teilearbeit hoffen. Allerdings geht der Dialog über ein reines Rollenspiel, in dem Argumente für die „gesunde“ Seite eingeübt werden, nicht hinaus. Eine Akzeptanz und Utilisation des Symptomzustandes wie in der hypnotherapeutischen Teilearbeit fehlen völlig. Ein Dialog zwischen den unterschiedlichen Modi verläuft differenzierter, ähnelt allerdings mit den standardisierten Zuständen (verletzbares Kind, verärgertes Kind, undiszipliniertes Kind, gesunder Erwachsener etc.) einer Kombination von Transaktionsanalyse

und Ego-State-Therapie (ebd., 368 ff.). Für integrative Lösungen ist der auf Beck aufbauende Ansatz dennoch aus den folgenden Gründen interessant:

1. Young initiiert einen Dialog zwischen den internalen Schemata und Modi, der im Sinne einer „regressiven Abstraktion“ auch weniger lenkend gestaltet werden könnte.
2. Young löst die Spannung zwischen Elenktik und Postulat der positiven Absicht so: bestimmte Schemamodi sollen aus der Position des Erwachsenen-Ichs heraus anerkannt und unterstützt werden, anderen sollen Grenzen gesetzt, maladaptive und dysfunktionale Modi sollen sogar bekämpft werden (ebd., 368).

Obwohl in dieser theoretisch hoch ausdifferenzierten kognitiven Therapie die unterschiedlichsten erlebnisorientierten Methoden von Gestalt- und Hypnotherapie integriert werden, können die Methoden ihre Wirksamkeit deswegen nicht entfalten, weil die dazugehörigen Prämissen nur teilweise integriert werden können. Die „Kampfmetaphorik“ bleibt vorherrschend, denn „eine Therapie gleicht einem Krieg gegen das Schema“ (Young et al. 2005, 66) und ein Aufbau adaptiver Schemata bei Persönlichkeitsstörungen scheint konzeptuell nicht vorgesehen (Young et al. 2005, 38). Die Methoden dienen damit wieder vorrangig der Bekämpfung der Schemata.

5.3.2 Der Ansatz der „metalogen REVT“ nach Scholz

Die so genannte „metaloge REVT“ (MREVT) nach Scholz (1992, 1999, 2000, 2002) gehört zu jenen neueren Strömungen und Ansätzen in der kognitiven Verhaltenstherapie, die möglicherweise Lösungen für die unter 5.1.4 genannten Integrationsprobleme anbieten können. Scholz arbeitet seit langem an der Integration einer REVT „welche logisches Denken nicht mehr als das entscheidende Agens therapeutischer Veränderung begreift“ und dem Erickson’schen Ansatz (Scholz 1992, 185). Er ist damit Teil jener Veränderungstendenzen innerhalb der KVT, die nach Scott & Dryden (1996, 169) „Dialog und vielleicht Integration mit anderen Psychotherapien realisierbarer machen“. Nach Scholz (2002) zählen zu jenen Veränderungen:

- *von der einseitigen Betonung bewusster Prozesse zur stärkeren Beachtung unbewusster Prozesse (ebd., 85),*

- *von einer Betonung strikt kognitiver Prozesse zu einer Aufwertung der Bedeutung von Emotionen und erlebnisorientierter Methoden für die therapeutische Veränderung (ebd., 85),*
- *von Rivalitätskämpfen mit behavioristischen, humanistischen und psychodynamischen Orientierungen zum Dialog mit dem Leitbild einer integrativen psychologischen Psychotherapie und Beachtung der therapeutischen Beziehung als möglichem Mikrokosmos der Klientenprobleme* (ebd., 89).

Besonders aufhorchen lässt an diesem Ansatz, dass 1.) Kognition, Emotion und Verhalten nicht nur in einem interaktiven Zusammenhang gesehen, sondern auch weitgehend in Symbolisierungen fusioniert werden, 2.) eine psychische Störung als rigide, unzulängliche ökologische Passung aufgrund unterentwickelter Problemstellungs- und Problemlösungskapazitäten verstanden und die therapeutische Veränderung im Sinn einer Entwicklungsförderung konzipiert wird (Scholz 2002, 185). Ersteres erinnert an den Begriff der „states" bzw. der „Teile", zweiteres an das Postulat der positiven Absicht. Die Frage ist allerdings: Wo bleibt der sokratische Dialog? Scholz geht nämlich davon aus, dass zur Veränderung handlungsleitender Symbolisierungen die sprachlich-logische Disputation weniger wirksam ist als die „tropologische Disputation" (Scholz 1992, 185). In einer tropologischen Disputation werden Prozessbildungen der Synekdoche, der Metapher, der Metonymie und der Ironie verwendet[11]. „Metalog" bedeutet, dass diese tropologischen Strukturen sich auch durch „überverbalbegriffliche Mittel" (ebd., 190) imaginativ oder über symbolische Handlungen realisieren lassen. Diese Strategie ist sowohl der Erickson'schen Vorgehensweise als auch der Teilearbeit sehr ähnlich (vgl. Kap. 4.6.2) - es bleibt nur die Frage: Was daran ist noch Rational-Emotiv? Wie Scholz den sokratischen Dialog mit der Teilearbeit kombiniert, soll an einem Interventionsbeispiel deutlich werden. Ich beziehe mich dabei auf die Zeilennummerierung im Therapiebeispiel 4 (Anhang, S. 236 ff.).

1. Zunächst einmal ist der sokratische Dialog in diesem Ansatz näher am antiken Modell: Die Symbolisierungsphase und die tropologische Disputation nimmt wie in der regressiven Abstraktion als explorative Phase einen größeren Stellenwert ein als in der klassischen REVT. Wie in den Frühdialogen ist der Prozess bereits auch das Ziel. Dies ist typisch für alle neueren konstruktivistisch entwicklungsorientierten, kognitiven Therapierichtungen (Scholz 2002).
2. Es werden zusätzlich zu einer Art „Teilearbeit" weiterhin „irrationale" bzw. „dysfunktionale" Denkmuster ermittelt (Scholz 2002, 94; Anhang S. 236, Z. 24-26).

[11] Scholz (1992, 189) bezieht sich dabei auf die tetradische Tropologie von Kenneth Burke (1969, 503 ff.), der die Synekdoche (Teil als Ganzes und umgekehrt), die Metapher (Perspektivenwechsel), die Metonymie (Vergegenständlichung) sowie die Ironie zu den Basistropen zählt.

3. Gleichzeitig werden aber auch Bedürfnispolaritäten erstellt (ebd., Z. 21-23).
4. Es findet eine indirekte Form von Elenktik statt, die an das eigene Erleben gekoppelt wird.
5. Es wird zusätzlich zur tropologischen Disputation ein sokratischer Dialog in verbaler Form eingesetzt.

Integration von Elenktik und Postulat der positiven Absicht in Phase I

Vor allem aber findet sich bei Scholz (2002, 94) eine Lösung des unter Abschnitt 5.1.4 beschriebenen Problems „Kampfmetaphorik vs. Kooperationsmetaphorik". Der sokratische Dialog wird in seinem Therapiegespräch zwar zur Elenktik eingesetzt, allerdings zur Elenktik im Dienst des Postulats der „positiven Absicht":

> *(Ich) biete ihr (…) in einer Art sokratischem Dialog mit suggestiven Anteilen (…) als ressourcenorientierte Umdeutung ihres bisherigen Zögerns an, dass sie in dieser Zeit sich gedanklich gut vorbereitet habe, um eine wirklich für Kopf und Herz zufrieden stellende Entscheidung bei dieser Entwicklungsaufgabe für ihr Leben zu treffen.* (Anhang, S. 236; Z. 32-37)

In sokratischer Tradition wird das semantische Merkmal „Feigheit", das dem „Zögern" zugeschrieben wird, als nicht-distinktiv entlarvt. „Zögern" kann auch im Sinne eines „gelungenen Lebens" zielführend sein. Im Sinne der „Teilearbeit" dient der sokratische Dialog der Versöhnung mit dem abgewerteten Symptomteil. Ellis hat mit seiner Konzeption des Infragestellens des „Müssens" eine ähnliche Vorgehensweise („Warum müssen Sie sich immer schnell entscheiden?"), doch zielt diese Disputation mit ihrer negativen Maieutik immer auch auf den Selbstwert des Klienten.

Sokratischer Dialog nach einer Teilearbeit in Phase II

In den Zeilen 39-67 zeigt Scholz, wie Teilearbeit und klassischer, sokratischer Dialog zeitlich hintereinander eingesetzt werden können. Eine Variante der Teilearbeit wird funktional zur regressiven Abstraktion eingesetzt (Z. 39-57). Erst durch die Teilearbeit werden die handlungsleitenden Prämissen der Klientin deutlich: Wenn ich mich für x entscheide, könnte ich unverantwortlich handeln. Dies entspricht auch der „Schlimmsten-Fall-Methode" in der REVT. Klassisch sokratisch ist der anschließende Dialog, weil er sich an den handlungsleitenden Werten der Klientin orientiert: dem verantwortlichen Handeln (Z. 57-65). Wieder steht der sokratische Dialog in Verbindung mit dem Postulat der positiven Absicht: Hinter der Angst

steht die positive Absicht des verantwortlichen Handelns. Aber was ist das – „verantwortliches Handeln“?

> *Wer wird wohl unverantwortlich handeln, derjenige, der Angst davor hat, unverantwortlich zu handeln, oder der, der keine Angst davor hat?* (ebd., Z. 60-62)

Es folgt eine Intervention im Sinne des „Verhandlungsmodells“ (vgl. Kap. 4.6.4): Wie könnte die Klientin verantwortlich handeln und dennoch nach Chile reisen? (Z. 61-67) Dieses Vorgehen entspricht der klassischen Struktur der Teilearbeit nach Satir. In dieser Phase kann man nicht nur von einem zeitlichen Hintereinander von Methoden sprechen, sondern von einer funktionalen Verknüpfung. Der sokratische Dialog steht im Dienst des hypnosystemischen Verhandlungsmodells, sowie des Postulats der positiven Absicht. Eine Form von „Teilearbeit“ dient der „regressiven Abstraktion“.

Klassische Teilearbeit im Anschluss an den sokratischen Dialog in Phase III

Nachdem die Klientin nun vorbereitet worden ist, kann die eigentliche Teilearbeit beginnen. Wie in den bisher dargestellten Beispielen von Teilearbeit (Kap. 4.6.2) soll der Klient die Rollen und Zustände, die an bestimmte Raumpositionen geknüpft sind, immer wieder wechseln:

> *Anschließend wiederholt sie - meiner Anleitung folgend - die beiden Schritte mit der jeweiligen Vorstellung und jeweils ohne bzw. mit Blickkontakt zum jeweiligen Zielstuhl - bald auch ohne meine helfende Hand - noch mehrmals, bis sie keine Angst mehr spürt*. (ebd., Z. 87-90)

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Scholz innerhalb seiner MREVT tatsächlich eine stimmige Integration beider Methoden aufzeigt. Assoziative und dissoziative Prozesse werden funktional von beiden Methoden übernommen.

5.3.3 Die negierte Tetralemmaaufstellung nach Varga v. Kibéd & Sparrer

Starke Überschneidungen zum „sokratischen Negativismus“ finden sich in der Aufstellungsarbeit[12] von Varga v. Kibéd und Sparrer (2002). Über die Struktur des „Tetralemmas“, das explizit Negationen und Aporien zur Lösungsfindung einsetzt,

[12] An dieser Stelle kann nicht die aktuelle Diskussion über die „Aufstellungsarbeit“ von Hellinger thematisiert werden. Varga v. Kibéd und Sparrer verweisen neben den 38 Ansätzen zwar auch auf Einflüsse von „Hellinger“ (ebd., 122). Aber die hier ausgeführten Aspekte dieses Ansatzes liegen entstehungsgeschichtlich weit vor Hellinger und verweisen auf Satir, Moreno u.a. (ebd., 100).

verbinden sie die indische Tradition des Nagarjuna[13] mit zeitgenössischen hypnosystemischen Ansätzen (ebd., 222 ff.). Damit knüpfen sie sogar an vorplatonische Lehren wie jene des Heraklit an, die den Zustand eines festen „Wissens“ eher skeptisch betrachteten (ebd., 94). Das „Nichtwissen“, die „Hilflosigkeit“ und die „Verwirrung“ werden dementsprechend als „kostbare Ressourcen“ für das systemische Handeln genannt:

> *Wir wollen Ihnen hier zum Ausgang unserer Überlegungen noch drei kraftvolle Helfer vorstellen, die unserer Erfahrung nach zu den kostbarsten Ressourcen gehören. (…) Es handelt sich um das Nichtwissen, die Hilflosigkeit und die Verwirrung.* (ebd., 169)

Ursprünglich hatte das „Tetralemma“ eine originär elenktische Funktion als Prüfverfahren im Rahmen eines juristischen Streitfalls. Ein Richter sollte mit dieser Struktur alle möglichen Positionen in Betracht ziehen und einseitige Fehlurteile vermeiden. Wie im Kapitel 2.4.1 ausgeführt, ist diese Prüffunktion der abendländischen Elenktik im sokratischen Dialog ähnlich. Überschneidungen finden sich zudem mit dem Ellis’schen „Nicht-Müssen“ in seiner buddhistisch philosophischen Ausrichtung (Ellis 1993, 34). „Teilearbeit“ findet insofern statt, als in diesem Tetralemmaschema synekdotisch Positionen im Raum für antithetische Überzeugungspositionen stehen:

	Das Eine	
Keines von Beiden		***Beides***
	Das Andere	

Diese tropologisch metaloge Disputation orientiert sich an der Systematik des Tetralemmas. In der Position „Beides“ spiegelt sich die sokratische Frage nach dem „Allgemeinen“. Wie bereits ausgeführt, führt auch die Frage nach dem „Allgemeinen“ zu einer „Iteration“, d.h. zu einer „sequentiellen, zeitlich abwechselnden, oft kontextabhängigen Verbindung von dem Einen und dem Anderen“ (Varga v. Kibéd & Sparrer 2002, 80). Distinktionstheoretisch wird auf die gemeinsame „Form“ verwiesen. Prozessual soll folgendes geschehen:

> *Wenn es Ihnen gelingt, diese Position einzunehmen, werden Sie beispielsweise entdecken, dass die Handlungsweise, die sie jetzt als Fehler ansehen, zu einer Fülle von wichtigen Einsichten, Lernprozessen und Erfahrungen durch Konfrontation mit Schwierigkeiten, die aus dem Fehler entstanden, geführt hat. Es kann auch sein, dass sie die Loyalitäten entdecken, denen Sie*

[13] Als bedeutender Vertreter der buddhistischen Philosophie entwickelte Nagarjuna (ca. 125 n. Chr.) eine „Logik der Verneinung“ (vgl. Störig 1997, 63 ff.).

viel verdanken. Beides weist hin auf die bislang übersehenen Vereinbarkeiten der Positionen des Einen und des Anderen. (ebd., 78)

Angesichts der hypnosystemischen Traditionen dieses Ansatzes (Varga von Kibéd & Sparrer 2002, 100, 222-234) wundert es auch nicht, dass so das Postulat der „positiven Absicht" zur Anwendung kommt (ebd., 52):

Die verborgenen Werte hinter äußerlich unvereinbaren Standpunkten sind auf höherer Ebene vereinbar. (ebd., 95)

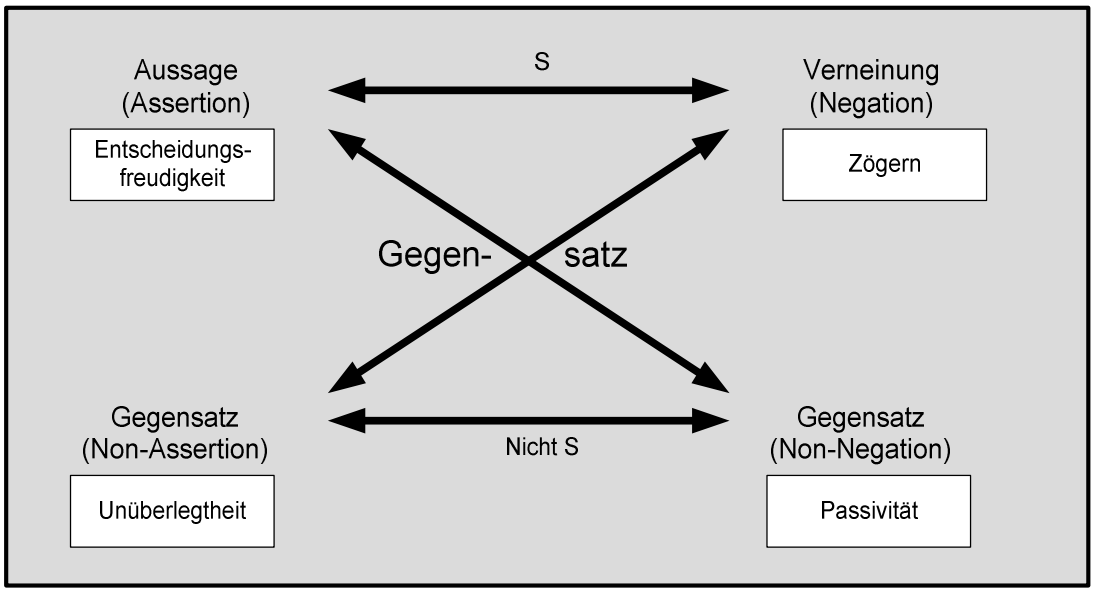
Durch die Einführung einer 5. Negation, einer Verneinung des Tetralemmas, die „Keines von Beiden" in Frage stellt (ebd., 79), erhofft man sich kreative Lösungen auf einer neuen Abstraktionsebene (ebd., 92). Auch dieses Vorgehen ist dem Sokratischen ähnlich, weil auch hier einmal gefundene Lösungen nochmals in Frage gestellt werden. Insgesamt geht es sowohl im sokratischen Dialog als auch in der Tradition des Nagarjuna um „ein stufenweises Aufsteigen zu immer höherer, umfassender Wahrheit" (Störig 1997, 63), wobei in beiden Fällen eine „Logik der Verneinung" (ebd.) zur Anwendung kommt. Durch die personale Aufstellung auf verschiedene Positionen werden aber nicht nur „Meinungen" miteinander in Beziehung gesetzt, sondern ganze „Ich-Zustände". Darin liegt die integrative Leistung dieser „Tetralemma-Aufstellung". Unerheblich ist dann, ob während der Aufstellung geredet wird, oder der Betreffende die Veränderungen einfach wahrnimmt. Varga v. Kibéd & Sparrer (2002, 94-98) bieten in einer Übung an, ein Problem mittels der Struktur des Tetralemmas schriftlich durchzuarbeiten. Eine Ankopplungsmöglichkeit an die schriftlichen Hausaufgaben der REVT, in denen ein Problem durch die Struktur des sokratischen Dialogs bearbeitet werden soll, wäre auch hier gegeben (vgl. Lotz 1996).

Das semiotische Quadrat

Eine dem Tetralemma vergleichbare, aber einfachere Strukturierung bietet das „**semiotische Quadrat**" des strukturalistischen Semiotikers Algirdas Greimas (1993) (Abb. 12). Ziel dieses Quadrats ist es, semantische Begrenzungen im Entweder-oder-Dilemma aufzulösen und dadurch **Polaritätsgegensätze zu überwinden**. Im „semiotischen Quadrat" lässt sich zeigen, dass Negation und Gegensatzbildung nicht dasselbe sind.[14] Diese Strukturierung könnte im Rahmen einer Aufstellungsarbeit, eines Gesprächs oder einer Hausaufgabe genutzt werden.

[14] Grochowiak & Heiligtag (2002, 179) weisen darauf hin, dass innerhalb der formalen Logik eine doppelte Negation zur Ausgangsposition zurückführen muss. Die Gegensatzbildung ist aber in diesem Modell nicht primär durch die Negation geregelt, sondern „durch alle möglichen vom Klienten ausdenkbaren, vorstellbaren und erlebbaren Gegensätze". Nach der klassischen Logik müsste „Unüberlegtheit" und „Zögern" eine Identität darstellen. Tatsächlich lassen sich aber viele mögliche Gegensätze von „Zögern" finden. Ziel ist es, - ähnlich wie im sokratischen Dialog – semantische Assoziationen zu lösen und zu erweitern.

Abbildung 12: Semiotisches Quadrat nach Greimas (1993).
Im semiotischen Quadrat kann durch die Darstellung von Komplementarität die positive Absicht des Problemteils verdeutlicht werden. Die Doppelpfeile repräsentieren eine Kontradiktion, also die Beziehung zwischen einem Begriff und seiner Negation.



Im Therapiebeispiel 4 (Anhang, S. 236 ff.) könnte der Berater der Klientin die „positive Absicht“ des abgewerteten Verhaltens (des Zögerns) deutlich machen: Unüberlegtes und letztlich unverantwortliches Handeln soll vermieden werden. Wenn man die einzelnen Verhaltensweisen als „Persönlichkeitsanteile“ definiert und die Arbeit mit dem semiotischen Quadrat als „sokratische Disputation“ gestaltet, dann hätte man beide Methoden integriert. Ähnlich wie in der metalogen REVT dient der sokratische Dialog dann dem Postulat der positiven Absicht.

Schulz v. Thun (1998, 153) geht in seiner „Teilearbeit“ einen ähnlichen Weg. Er nutzt ein vergleichbares Modell – das „Wertequadrat“ – zur „dialogischen Überwindung einer Polarisierung“ innerhalb seiner „Teilearbeit“:

> *Für eine positive Streitkultur ist daher ganz entscheidend, dass die Kontrahenten (…) sich nach der Entladung, als Träger wichtiger (Teil-) Wahrheiten und als Verfechter wertvoller Prinzipien sehen lernen, die einander im Rahmen eines Ergänzungsverhältnisses bedürfen.* (ebd., 154)

Der letzte integrative Lösungsansatz, der hier vorgestellt werden soll, wurde von Stephen Gilligan entwickelt, einem langjährigen Schüler und Mitarbeiter von Milton Erickson. Überraschenderweise integriert er in seiner „Psychotherapie der Selbstbeziehungen“ eine archetypisch orientierte Teilearbeit mit der Elenktik des sokratischen Dialogs.

5.3.4 Der Neo-Erickson'sche Ansatz einer „Psychotherapie der Selbstbeziehungen"

Der Neo-Ericksonianer Gilligan verbindet „Teilearbeit" in Rahmen seiner „Psychotherapie der Selbstbeziehungen"[15] mit der Archetypenlehre von C.G. Jung (Gilligan 2004, 189-218; Hesse 2003, 62-67). Nach Jahren der hypnotherapeutischen Arbeit vermisste der Erickson-Schüler einen interpersonellen und soziokulturellen Bezug sowie die Anbindung des „Unbewussten" an den Körper:

> *In Erickson's work, the unconscious sounds a bit ethereal at times. It just kind of hangs around in the air.* (Gilligan 2006)

Mit der Anbindung der Hypnotherapie an die „représentations collectives" versucht Gilligan (2002, 93, 190) eine rein individuumszentrierte Perspektive zu überwinden. Kriz (1998) weist zudem darauf hin, dass die Jungschen Archetypen zunächst zwar als „Urbilder" gedacht, dann aber als „dynamische Organisatoren von Bildern und Ideen" im Sinne von Schemata zu verstehen sind. Gleichzeitig findet Gilligan in C.G. Jung einen Vertreter jener „Allparteilichkeit", die sich gegen eine einseitige Überbewertung des somatischen wie des kognitiven Selbst richtet. Mit dem Konstrukt des „Schattens" lässt sich zudem das Postulat der positiven Absicht verbinden:

> *Eine bloße Unterdrückung des Schattens ist ebenso wenig ein Heilmittel, wie Enthauptung gegen Kopfschmerzen. Die Moral eines Menschen zu zerstören, hilft ebenfalls nicht, weil es sein besseres Selbst töten würde, ohne welches auch der Schatten keinen Sinn hat. Die Versöhnung der Gegensätze ist eines der wichtigsten Probleme, das selbst in der Antike einige Geister beschäftigte.* (Jung 1962, 91)

Mit dem Jung'schen Prinzip einer „regulierenden Funktion der Gegensätze" (Jacobi 2003, 58) schließt sich auch der Kreis zur Perls-Goodmann-Jung-Linie (vgl. Walker 2000, 142-143; Höll 2003; Kap. 4.5.5). Durch die Polarität der Archetypen kann Gilligan jeweils vernachlässigte Pole im Sinne eines Aufbaus neuer Schemata reaktivieren (Gilligan 2004, 205) (Abb. 13). Symptome können nach Gilligan (ebd., 204) als Formen nicht integrierter Archetypen betrachtet werden:

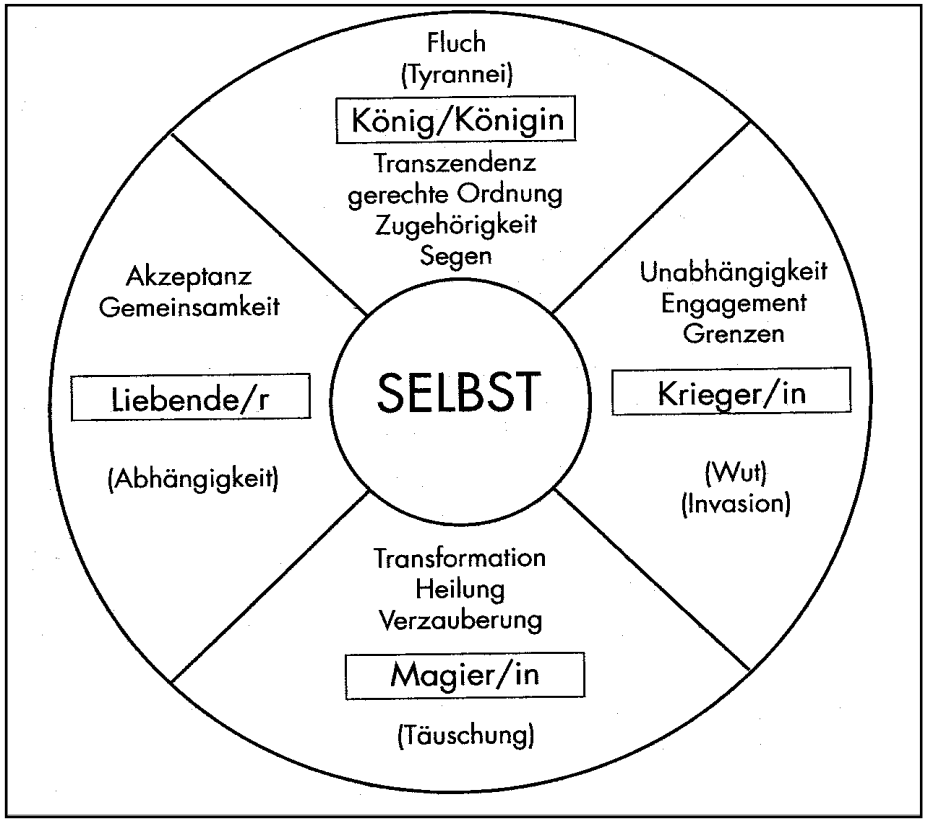
> *(…) der wesentliche Punkt ist, dass es hilft, einen Feind zum Verbündeten zu machen, wenn man die Symptome unterstützt.*

Neu ist das Postulieren von – im Sinne der Schematherapie – maladaptiven Schemata oder Modi, die Gilligan ironisch „Aliens" (Gilligan 2004, 178) oder „entfremdende Mentoren" (ebd., 179) nennt. Diese „Aliens" (im Sinne Becks „automatische Gedanken") werden nun weder integriert, noch nach den dahinterliegenden Bedürfnissen befragt, sondern in Ansätzen eines sokratischen Dialogs

[15] Engl. Bezeichnung der Therapie: „Self-Relations Psychotherapy"

„externalisiert“ (ebd., 176-179). Interessanterweise wird hier die Elenktik des sokratischen Dialogs wieder eingeführt und das Postulat der „positiven Absicht“ verlassen. Dabei sind die „negativen Mentoren“ nichts anderes als innere Dialoge, die selbstabwertende Botschaften zum Inhalt haben. Durch eine dezentrierende Suggestion („Sind dies wirklich Ihre Stimmen?“, ebd., 178) versucht Gilligan eine zweite Selbstabwertung zu vermeiden. Für die eigentlichen Symptome bleibt allerdings das Postulat der positiven Absicht erhalten, drücken sich in ihnen doch archetypengesteuerte Entwicklungswünsche aus (ebd., 193). Wird beispielsweise der Archetypus des Kriegers als Repräsentation von Unabhängigkeitsbedürfnissen nicht integriert, zeigt sich möglicherweise die Aggression als Ausdruck dieser nicht integrierten Entwicklungsbedürfnisse (s. Abb. 13).

Abb. 13. Archetypische Polaritäten (Gilligan 2004, 205).
Die in Klammern stehenden Problemzustände resultieren aufgrund einer unzureichenden Integration des Archetyps.



5.4 Zusammenfassung der Lösungsstrategien

Betrachtet man die eben dargestellten vier Ansätze, so lassen sich darin unterschiedliche Strategien erkennen, die eine Integration beider Methoden ermöglichen. Sie können drei Kategorien zugeordnet werden:

- Strategien, die durch neue Konstrukte oder Veränderungen auf Paradigmenebene eine Methodenintegration erleichtern.
- Strategien mit dem Ziel, die Funktionen beider Methoden zu verknüpfen.
- Strategien mit dem Ziel einer kreativen Verknüpfung von Funktionen und Formen beider Methoden.

Die Kategorien sind nicht trennscharf, denn alle Ansätze nutzen, wenn auch mit unterschiedlichen Schwerpunkten, alle Strategien. Zur Analyse ist es jedoch hilfreich, die unterschiedlichen Strategien getrennt zu betrachten. Bei der ersten Kategorie untersuchen wir, welche kontextuelle „Umbauarbeiten“ auf Konstrukt- oder Paradigmenebene vorgenommen wurden. Bei der zweiten Strategie, welche Ankopplungsmöglichkeiten zwischen den Funktionen genutzt wurden. Bei der dritten Strategie kann man auf die kreative Verknüpfung von Formen und Funktionen achten.

5.4.1 Lösungsstrategien durch Veränderungen auf Paradigmen- und Konstruktebene

(1) Die Verwendung polarer Strukturierungsprinzipien

Durch die Einbindung von „Teilen“ in bereits antithetisch aufgebaute Strukturen (z.B. der Archetypenlehre, des Tetralemmas bzw. des semiotischen Quadrats) ergeben sich ganz automatisch elenktische und regressiv abstrakte Prozesse zugleich. Statt der antiken „Ideenlehre“ als Ordnungsprinzip werden nun alternative Strukturierungsmöglichkeiten angeboten, die allerdings antithetisch aufgebaut sind. Wenn das Teilekonstrukt zudem ganzheitlich konzipiert ist, kann man die Funktionen des sokratischen Dialogs und der hypnosystemischen Teilearbeit verbinden. Ein weiterer Vorteil dieser vorgegebenen Strukturen liegt in der Entlastung des Therapeuten von seiner Rolle als „Anwalt der Gegenseite“.

(2) Die Integration motivdynamischer Aspekte durch die neuen kognitiven Verhaltenstherapien

Die Teilearbeit kann in neueren kognitiven Schematheorien, die in Anlehnung an psychodynamische Therapien motivdynamische Konflikte hinter den aktuellen Symptomen vermuten, als klärungsorientiertes Verfahren ergänzend eingesetzt werden. Zum Aufbau neuer Schemata bzw. Schemamodi kann sie außerdem unterstützend zu bewältigungsorientierten Verfahren der Verhaltenstherapie genutzt werden. Die Autoren dieser Ansätze vermuten, dass ohne Kenntnis motivdynamischer Hintergründe die Arbeit an kognitiven Schemata durch mehr Widerstand gekennzeichnet ist bzw. der Erfolg langfristig weniger stabil bleibt. So verweist Grawe (2002, 40 ff.) am Beispiel eines typisch verhaltenstherapeutisch lösbaren Problems, der Agoraphobie, auf die mögliche Bedeutung von motivdynamischen Konflikten. Eine Methodenintegration erscheint hier möglich, weil sich kognitive Verhaltenstherapien psychodynamischen Traditionen öffnen (vgl. Ellis & Hoellen 1997, 100).

(3) Die Verwendung der Teilearbeit in der traditionellen KVT zum Aufbau neuer Schemata bzw. unterentwickelter Strategien, sowie zur Schemaumdeutung

Immer dann, wenn in der neueren KVT vom „Aufbau neuer Schemata“ oder von „Schemaumdeutung“ die Rede ist, kann eine „Teilearbeit“ sinnvoll integriert werden. Gerade die entwicklungsorientierte Konzeption von „unterentwickelten Strategien“ bietet hier vielfältige Anknüpfungspunkte. Allerdings müsste dieses Konzept besser in die Theorie der KVT integriert werden. Ressourcenorientiertes Denken fristet – wie bereits ausgeführt – innerhalb der traditionellen KVT - noch immer ein Schattendasein.

(4) Die Konstruktion von „schlechten“ und „guten Teilen“

Die problematische Ambivalenz einer gleichzeitigen Kampf- und Kooperationsmetaphorik soll mit dieser Strategie aufgelöst werden. „Gute Teile“ werden mit dem Postulat der positiven Absicht bedacht, „schlechte Teile“ werden bekämpft bzw. „externalisiert“ (z.B. Therapie der Selbstbeziehungen, Ego-State-Therapie, Schematherapie nach Young).

Angesichts dieser Strategien wird deutlich, dass eine sinnvolle Integration beider Methoden erhebliche Veränderungen auf Konstrukt- und/oder Theorieebene erfordert. Manche Forderung und Prämisse der jeweiligen Therapiekontexte (vgl. Tab. 2) müssen dabei aufgegeben werden. Die Strategien (2) und (3) erfordern Veränderungen auf paradigmatischer Ebene: Die neuen kognitiven Therapiean-

sätze beinhalten wieder mehr entwicklungsorientierte Aspekte und berücksichtigen motivdynamische Konflikte (Scholz 2002, 33 ff.). Einschränkungen, die aus einer Oppositionshaltung zur Psychoanalyse entstanden sind, müssten hier aufgegeben werden. Mit der Aufgabe der Suche nach dem „Ursprung von Traumata“ und der Konzentration auf das „Hier-und-Jetzt“ verblassten auch entwicklungsorientierte Fragestellungen in der REVT (vgl. V. Becker, 1989, 40). Aber auch die Strategie (4) kann als paradigmatische Veränderung verstanden werden: Mit der Einführung von „schlechten Teilen“ wird das generelle Postulat der positiven Absicht in den hypnosystemischen Ansätzen durchbrochen. Es ist fraglich, ob zum Beispiel Satir mit einer „Externalisierung“ von „schlechten Teilen“ einverstanden gewesen wäre, wie es Gilligan in seiner neuen Therapieform praktiziert. In der Strategie (1) muss die REVT auf ihre duale Polarisierung „Rational-Irrational“ verzichten und stattdessen mehrere Positionen bedenken, dafür bliebe ihr die Elenktik, sowie die Möglichkeit einer direkten, sprachlich-argumentativen Vorgehensweise erhalten. Die Auseinandersetzung innerhalb einer Struktur („Tetralemma“ oder „Archetypen“) kann – wie oben angesprochen – durchaus verbal argumentativ geschehen.

Mit dieser Strategie bewegen sich beide Paradigmen aufeinander zu. Ellis & Hoellen schreiben dazu 1997:

> *Diese knappen Ausführungen machen deutlich, welche Bewegung in die kognitiven Psychotherapien ganz allgemein geraten ist. Die „traditionellen“ Kognitiven Therapien verschließen sich dieser Entwicklung jedoch keineswegs. (…). Viel intensiver als zuvor wird auch nach den historischen Entwicklungsbedingungen von fehlangepassten, irrationalen Kognitionen gefragt. In deutlichem Gegensatz zur früheren Praxis der REVT bestimmt der Klient das Tempo dieses Prozesses, und seine persönlichen Initiativen und Möglichkeiten, sich in einem kognitiven Erklärungsmodell wiederzufinden, werden deutlich höher veranschlagt.* (Ellis & Hoellen 1997, 100-101)

Aber auch in der hypnosystemischen Teilearbeit zeigen sich Reformbewegungen wie dies am Ansatz des Erickson-Schülers Gilligan erkennbar wurde. Neben diesen Lösungen zeigt sich in der metalogen REVT und in der systemischen Strukturaufstellung zudem noch eine Strategie, die ich als „funktionale Verknüpfung“ bezeichnen möchte.

5.4.2 Die Strategie der „funktionalen Verknüpfung“ von Methoden

Am Beispiel der metalogen REVT konnte gezeigt werden, dass eine „funktionale Verknüpfung“ zweier sonst gegensätzlicher Methoden möglich ist (vgl. 5.3.2). Diese Vorgehensweise ist so beschreibbar:

1. **Erkundung des funktionalen Möglichkeitsraums einer Methode**. Für den sokratischen Dialog kann beispielhaft die „regressive Abstraktion“ und die „Elenktik“ genannt werden.

2. **Erkundung des funktionalen Möglichkeitsraum der zweiten Methode**. Für die hypnosystemische „Teilearbeit“ können „die Versöhnung mit dem Problemteil“ (Postulat der positiven Absicht) sowie der „Kontakt“ bzw. die „Kommunikation“ zwischen den Teilen genannt werden. Wichtig ist auch der „Aufbau neuer Ressourcen“.

3. **Beantwortung der Fragestellungen**: Wie können die Funktionen beider Methoden verknüpft werden? Wie können mit der Funktion einer Methode gleichzeitig die funktionalen Erfordernisse der anderen Methode erfüllt werden?

Die folgenden Beispiele von **funktionalen Verknüpfungen** können als Antworten auf diese Frage gelten (vgl. Abb. 14, S. 204):

Beispiel 1: Elenktik im Dienst der Versöhnung mit dem Symptom

Wie am Beispiel der metalogen REVT (vgl. 5.3.2) dargestellt, kann die „Elenktik“ dazu eingesetzt werden, um einseitige Abwertungen des Problemteils elenktisch zu disputieren. Der sokratische Dialog wird funktional in den Dienst des Postulats der „positiven Absicht“ gestellt und zugleich mit dem Ellis’schen Konzept des „2. ABC´s“ verknüpft. Das so genannte „2. ABC“ bedeutet bei Ellis ja eine Selbstabwertung aufgrund der problematischen Symptomatik (also die „Depression über die Depression“, den „Ärger über den Ärger“ etc.). Eine Destabilisierung mittels Elenktik wird zwar angestrebt, allerdings um die Abwertung des Symptomteils zu vermeiden. Kampf- und Kooperationsmetaphorik stehen so nicht im Widerspruch. Diese Lösung ist besonders elegant, weil zwei an sich gegensätzliche Funktionalitäten verknüpft werden. Kritisch könnte man natürlich anmerken, dass eine gewisse Widersprüchlichkeit für den Klienten bestehen bleibt: Das Symptom beim eigentlichen Problem wird gewürdigt, das „sekundäre Symptom“ wird bekämpft. Eine ähnliche Diskrepanz findet sich aber auch in der Strategie von Gilligan (2004), „gute“ und „schlechte“ Symptome zu unterscheiden. Beide Lösungen versuchen letztlich den Wirklichkeitskonstruktionen beider Methoden gerecht zu werden.

Beispiel 2: Kommunikation zwischen den Anteilen im Dienst einer „regressiven Abstraktion“ und indirekten Elenktik

Diese Lösung bezieht sich auf die verschiedensten Ansätze, in denen „Teile“ durch ganzheitliche Symbolisierungen aufgestellt oder verortet werden (MREVT, Systemische Strukturaufstellung, Systemische Hypnotherapie). Ziel dieser Form von Teilearbeit ist es, verschiedene Persönlichkeitsanteile kommunikativ miteinander in Kontakt zu bringen. Dieser Kontakt kann aber Funktionen erfüllen, die eher dem sokratischen Dialog der REVT zugerechnet werden, nämlich der Elenktik oder der regressiven Abstraktion.

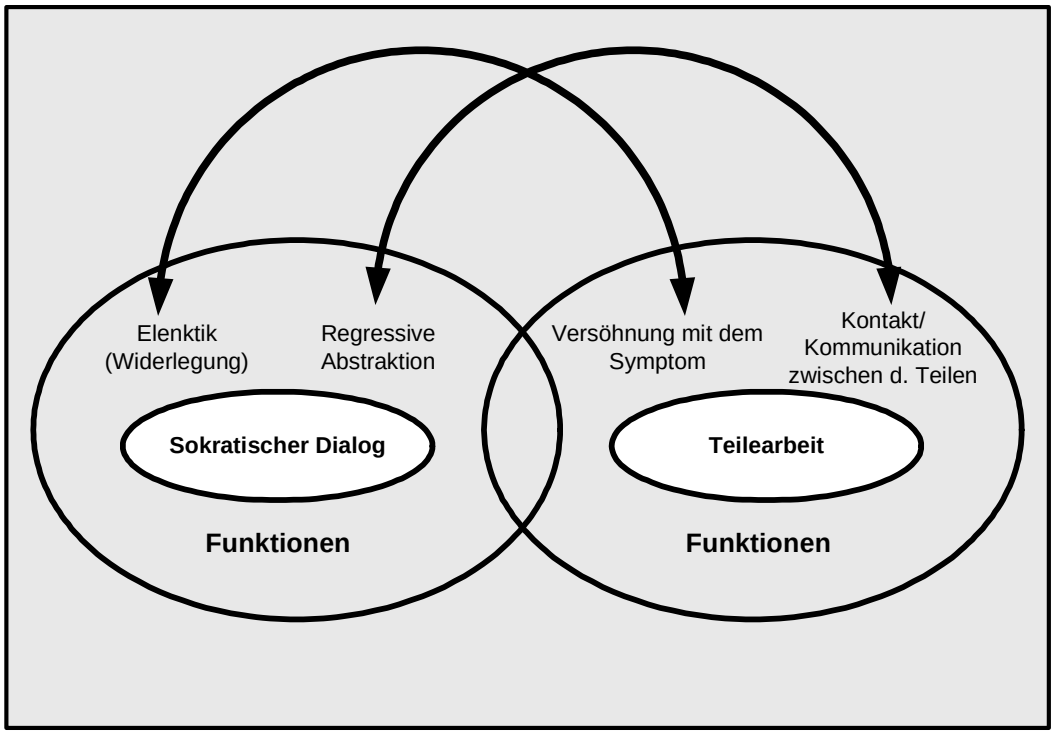
Wie in 5.3.2 dargestellt, kann eine Aufstellung durchaus als indirekte Form einer Elenktik interpretiert werden. Nach dem Wechsel der Positionen kann der Klient seine ursprüngliche Meinung geändert haben, ohne dass ein internaler disputativer Dialog immer offensichtlich wäre. Beispielhaft dafür kann ein Fallbericht[16] von Revenstorf (1996a, 44-45) stehen, in dem ein Klient seine Hände symbolhaft für die kognitive und die emotionale Seite seines Problems einsetzen sollte. Verstandesmäßig konnte er eine Entscheidung bejahen, gefühlsmäßig zögerte er. Nach einem ritualisierten Zusammenfügen seiner Hände kam er zur Überzeugung, dass sein Zögern geradezu ein Beweis für seine verstandesorientierte Entscheidung war. Die Umdeutung einer Position (z.B. dem Zögern) im Sinne einer konnotativen Prüfung kann durchaus als Elenktik im sokratischen Sinn aufgefasst werden.

Eine Aufstellung bzw. eine andere Symbolisierung der Anteile mit dem Ziel des Kontakts kann aber auch die Funktion einer regressiven Abstraktion übernehmen. Durch den spielerischen Wechsel in eine andere Position kommt der Klient erst an jene gedanklichen Prämissen, die ihn hindern, diese Position einzunehmen (vgl. 5.3.2). Der traditionelle REVT-Therapeut stellt die Frage: „Was würde denn schlimmsten Falls passieren, wenn Sie dies oder jenes tun?“. Mit dieser hypothetischen Frage kommen Klient und Therapeut an die eigentlichen Befürchtungen heran. Das Gleiche geschieht durch das geleitete Gehen an einen Platz, der für den Klienten eine problematische Position symbolisiert. Durch das Anliegen der Teilearbeit, „Anteile“ miteinander in Kommunikation zu bringen, wird funktional das gefördert, was einer „regressiven Abstraktion“ entspricht.

Mit der Strategie einer „funktionalen Verknüpfung“ wird versucht, durch eine kreative Verknüpfung möglichst vielen Funktionen gerecht zu werden (s. Abb. 14).

[16] Der Fallbericht von Revenstorf kann in diesem Rahmen nur sehr verkürzt dargestellt werden. Neben der impliziten Technik der Handbewegungen wurde auch die Technik des „inneren Weisen“ gebraucht.

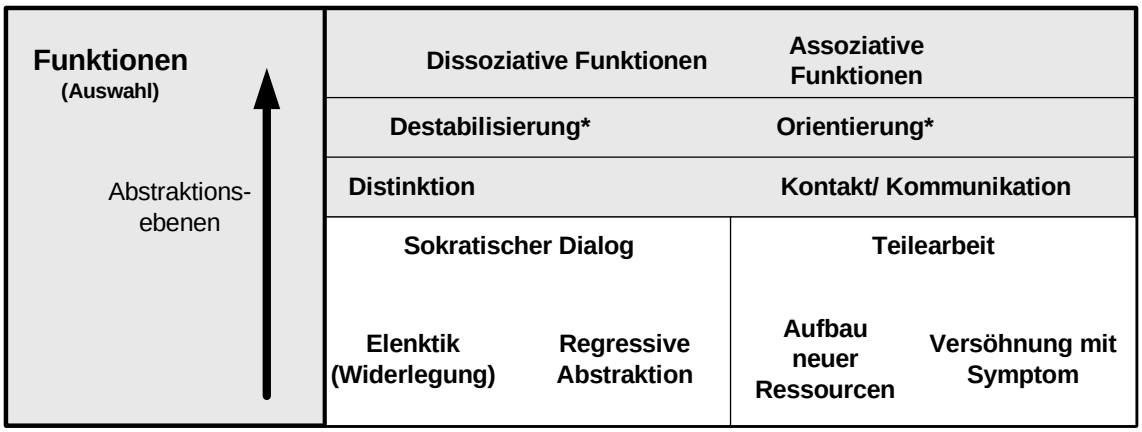
Abbildung 14: **„Funktionale Verknüpfung" beider Methoden im Rahmen einer MREVT**. Die Elenktik dient der Versöhnung mit dem Symptom, weil selbstabwertende Einstellungen in Frage gestellt werden. Eine tropologische Aufstellung mit der Funktion der Kommunikation zwischen den Teilen dient einer „regressiven Abstraktion", also einer Erkenntnis von den gedanklichen Prämissen eines Problems.



Diese Strategie nutzt die unterschiedlichen **Abstraktionsebenen von Funktionen** (s. Abb. 15)**.** „Kommunikation" bzw. „Kontakt" befinden sich auf einer hohen Abstraktionsebene, während „Elenktik" als spezifische Funktion von „Kommunikation" aufzufassen ist. Methoden, die durch ihre Form „Teile" in Kontakt bringen, könnten damit auch andere Funktionalitäten erfüllen. In der metalogen REVT kann so eine Teilearbeit mit der Funktion, „Kontakt zwischen Teilen herzustellen", auch die Aufgabe einer „regressiven Abstraktion" erfüllen, also einen spezifischen Erkenntnisgewinn bewirken[17]. Umgekehrt kann die sokratische Elenktik, wenn sie auf einen spezifischen Bereich angewandt wird, eine Versöhnung mit dem Symptom bewirken. Interessanterweise unterscheidet sich diese Strategie nicht von den allgemein üblichen Regeln kreativer Prozesse, in denen deduktive und induktive Ableitungen zur Problemlösung genutzt werden (z.B. Osborn 1953; Malorny & Schwarz 1997, 86-88)[18]. Abbildung 15 zeigt einen Vorschlag, wie weitere funktionale Abstraktionsebenen unterschieden werden können.

[17] Ziel der „regressiven Abstraktion" ist es, die handlungsleitenden Kognitionen zu erfahren, also eine spezifische Form von Erkenntnis zu bekommen.
[18] Die Osborn-Checkliste schlägt Operationen vor, mit der man Produkte kreativ verändern kann. Sie ist bis heute in vielen Variationen als Impulsgeber für Kreativität in Verwendung. Fragestellungen in dieser Check-

Abbildung 15: **Unterschiedliche Abstraktionsebenen von Funktionen.**
* Metafunktionen nach Revenstorf (1996, 27)



5.4.3 Die Strategie der Verknüpfung von Formen und Funktionen

Der eigentliche kreative Prozess bei der Integration von Methoden wird durch zwei Fragen ausgelöst:

- Was will man mit dieser Methode eigentlich bewirken? (s. Abb. 15). Und:
- Wie kann man dies mit den Formen (oder Mitteln) der jeweils anderen Methode erreichen? (s. Abb. 16).

Für die Elenktik des sokratischen Dialogs würde das bedeuten: Die Destabilisierung, die eigentlich erreicht werden soll, könnte indirekt über eine Aufstellung nach antithetischem Muster ermöglicht werden, wie es in der systemischen Strukturaufstellung nach Varga von Kibéd & Sparrer (2002) praktiziert wird. Abbildung 16 gibt eine Übersicht der potenziellen Verknüpfungen zwischen Funktionen und Formen.[19] Am Beispiel der systemischen Strukturaufstellung kann gezeigt werden, dass dieser Ansatz versucht, die Funktionalitäten beider Methoden mit den Formen beider Methoden zu erreichen.

---

liste sind beispielsweise: Wie kann man die Absichten (Funktionen) beider Produkte miteinander verbinden? Und: Welche Funktion könnte ein Produkt noch übernehmen? (vgl. Bambeck & Walters 1992, 139 ff.). Die Die sog. „Progressive Abstraktion“ nutzt Induktion und Deduktion zur integrativen Ideenfindung (Malorny & Schwarz 1997, 86-88).

[19] in Anlehnung an den „Morphologischen Kasten“, einer verbreiteten Kreativmethode (vgl. Malorny & Schwarz, 1997, 88-91).

Abbildung 16: **Möglichkeiten integrativer Verknüpfungen** von Funktionen und Formen der Methoden „sokratischer Dialog“ und „Teilearbeit“. Beispielhaft an der systemischen Strukturaufstellung (nach Varga v. Kibéd & Sparrer 2002) dargestellt. Die Markierung (★) zeigt jene Funktionen und Formen, die mit diesem Ansatz hauptsächlich realisiert werden können.

* Metafunktionen nach Revenstorf (1996, 27)

Funktionen (Auswahl) / **Formen** (Auswahl)		Dissoziative Funktionen		Assoziative Funktionen	
		Destabilisierung*		Orientierung*	
		Distinktion		Kontakt/ Kommunikation	
		Sokratischer Dialog		**Teilearbeit**	
		Elenktik (Widerlegung)	**Regressive Abstraktion**	**Aufbau neuer Ressourcen**	**Versöhnung mit Symptom**
Intervention	**Direkt (Sok.)**				
	Indirekt (Teile)	★			★
Symbol-isierung	**Sprache (Sok.)**	☆ optional	☆ optional		☆ optional
	Tropolog. (z.B. Hand) (Teile)	★			★
Art der Distinktion	**Kognition/ Emotion (Sok.)**	☆ optional			☆ optional
	Ich-Zustände (Teile)	★			★
Rolle d. Therapeuten	**Aktiv-direktiv (Sok.)**				
	„Prozeß-begleiter“ (Teile)	★			★
Art der Teile	**Offen (trad. Teile)**				
	feststehend (Gegenpol) (Sok.)	★			★

Bei aller Kreativität stellt sich aber immer die Frage, ob bzw. unter welchen Voraussetzungen das „Produkt“ auch den Prämissen der jeweiligen Kontexte gerecht werden kann. Therapie- und philosophiehistorische Prämissen können als Normen für diese kreativen Prozesse sowohl Hindernis als auch Orientierung bedeuten. Haley (1997, 70) als Vertreter eines pragmatischen Eklektizismus hat vor allem den negativen Aspekt vor Augen, wenn er schreibt:

> *Sie (die Therapieschüler, R.B.) glauben, dass es ihnen später bei der therapeutischen Arbeit helfen wird, wenn der Lehrer ihnen die Unterschiede zwischen den verschiedenen Schulen und Ansätzen erklärt. Wenn sie dann zum ersten Mal selbst Klienten gegenüberstehen, merken sie, dass die tatsächliche Veränderung von Menschen eine andere Art zu denken erfordert, denn diese findet nicht im Kopf, sondern in der realen Welt statt (...).Die meisten Therapeuten genesen irgendwann von der Ideologiekrankheit (…).*

Eine kritische Reflexion von den Prämissen und ihrer Entstehungskontexte kann auch kreative Prozesse fördern, indem sie „Ideologien“ systematisch in Frage stellt und gleichzeitig die Absicht dieser Normen würdigt. Dies soll in Abschnitt 5.5 begründet werden.

5.5 Die kritische Reflexion historischer Traditionen als Integrationshilfe

Betrachtet man die bisher dargestellten integrativen Lösungsstrategien, so sind bei einer Integration drei Prozesse entscheidend:

- Eine kritische Reflexion der paradigmatischen **Einschränkungen** der entsprechenden Methoden,
- ein Verständnis von den historisch und theoretisch begründeten **Absichten**, die mit diesen Einschränkungen verbunden sind,
- eine Erkenntnis von den potenziellen, funktionalen und formalen **Möglichkeiten** der Methoden.

Alle drei Prozesse können durch die Kenntnis der philosophie- und therapiehistorischen Kontexte sowie der Verwendungsgeschichte der Methoden befördert werden. Dies soll noch einmal beispielhaft an einigen Aspekten beider Methoden dargestellt werden, wobei nun auf Material aus den Kapiteln 2 bis 4 zurückgegriffen werden kann.

5.5.1 Am Beispiel der Teilearbeit

Für die hypnosystemische Teilearbeit haben Gunther Schmidt und Helm Stierlin viele historisch bedingte Prämissen, wie zum Beispiel die Vorrangigkeit des Indirekten, die große Bedeutung von Tranceinduktionen sowie eine mögliche Abwertung des bewussten Verstandes durch die Rede vom „intelligenten Unbewussten“ kritisch hinterfragt und zum Teil revidiert (vgl. Kap. 4.5.6.1). Ähnlich wie die REVT entstand auch die Bewegung im Umkreis der Palo-Alto-Schule als Gegenbewegung zur Psychoanalyse. Wie in Kapitel 4 beschrieben, lassen sich viele Prämissen auch als antithetisch formuliertes „Kontrastprogramm“ zur psychoanalytischen Tradition betrachten (Stierlin 1994, 56). Helm Stierlin (1994, 80) kritisiert dabei die Überbetonung des „Kontexts“ und die Abwertung des „Selbst“ als Steuerungsinstanz, wie sie Ellis im Rationalitätskonzept immer vertreten hat. Beides ist durch ein historisches Abgrenzungsbedürfnis zur Psychoanalyse verständlich. Ähnlich kritisiert Schmidt eine Überbetonung des „Unwillkürlichen“ wie sie neuerdings durch manche Erkenntnisse der Neurowissenschaften postuliert wird (Schmidt, G. 2005, 29; vgl. Roth 2003, Kap. 15).[20] Damit sind auch historisch erklärbare Einseitigkeiten und Überbetonungen relativiert worden, die eine Kombination mit anderen Methoden erschweren ohne jedoch innovative Neuerungen wie das „ökosystemische Denken“ zu vernachlässigen. G. Schmidt (2004, 177) stellt sogar – allerdings im Kontext der Familientherapie – die „positive Konnotation aller Verhaltensweisen aller Mitglieder des Systems“ in Frage. Die Ressourcenaktivierung durch Komplimente ist eine der wesentlichen Interventionsstrategien im systemischen Ansatz und dürfte ihren Ursprung im Postulat der positiven Absicht haben[21]. Immer dann, so argumentiert er, wenn positive Konnotationen bereits Teil des dysfunktionalen Musters eines Systems geworden sind, führen sie eher zu deren Stabilisierung.

> *In solchen Fällen können negative Konnotationen oder konfrontierende Stellungnahmen des Therapeuten eher eine relevante Veränderung herbeiführen*. (ebd., 177; Hervorh. R.B.).

Weil die hypnosystemische „Teilearbeit“ auch als Arbeit mit der „inneren Familie“ bezeichnet wird, stellt sich die Frage, ob damit das generelle Postulat der positiven Absicht (des Symptoms) innerhalb der Teilearbeit relativiert werden soll. In diesem Fall wären von Seiten der hypnosystemischen Teilearbeit auch elenktisch disputative Interventionen zwischen oder mit Teilen denkbar.

[20] Gemeint ist der Zweifel am „freien Willen“ durch Neurowissenschaftler, die als Kontrastprogramm zum Primat der Kognition vom Primat der Emotion bzw. des Unbewussten sprechen (vgl. Roth 2003, Kap. 15).
[21] Vgl. Bamberger 2001, 110 ff.

5.5.2 Am Beispiel des sokratischen Dialogs

Auch am Beispiel des sokratischen Dialogs lässt sich zeigen, dass eine Rekontextualisierung des historischen Entstehens einer Methode sowohl auf mögliche Einschränkungen wie auch auf weitere funktionale Möglichkeiten aufmerksam machen kann. Beides wurde in Kapitel 3 immer wieder deutlich. Alfred Korzybskis Einfluss auf Ellis hätte nicht zwangsläufig zu einer Überbetonung des Sprachlichen führen müssen, was das Beispiel von Fritz Perls beweist, der unter dem Einfluss der General Semantic (GS) dem sprachlichen Rationalisieren eher misstraute (vgl. 3.3.2.1; Babescu 1979). Für Perls (1981, 85) bestand die Botschaft der GS in der Forderung nach einer Wahrnehmung von Körper und Geist:

(…) ebenso wie wir die Koordination von links und rechts nötig haben, brauchen wir (vielleicht noch nötiger) die Koordination der oberen und unteren Teile von uns.

Selbst die Orientierung der REVT am hedonistischen Kriterium (vgl. Kap. 3.3.3.2) kommt dem Bedürfnisaspekt der Teilearbeit sehr nahe. Was bedeutet „Hedonismus“ anderes als die „positive Absicht“ eines Anteils am Wohlergehen des Gesamtsystems zu berücksichtigen? Der Referenzpunkt des sokratischen Dialogs wurde vom Wahrheitskriterium eines Positivismus über den Kritischen Rationalismus bis zum konstruktivistischen Hedonismus verschoben ohne jedoch die Form des sokratischen Dialogs mit dessen Schwerpunkt auf die Elenktik verändert zu haben (vgl. Kap. 3.3.2). Eine kritische Reflexion dieser historischen Entwicklung führt zwangsläufig zur Frage, ob der sokratische Dialog diesem veränderten Wahrheitskriterium nicht angepasst werden müsste. Die Ablehnung des „Unbewussten“ bzw. die Abneigung gegen „indirekte Methoden“ resultiert bei Ellis – wie im 3. Kapitel angesprochen – offensichtlich aus den Erfahrungen mit der psychoanalytischen Praxis der damaligen Zeit (vgl. Kap. 3.1.2). Auch in dieser Frage kündigt sich in der Diskussion innerhalb der REVT ein Umdenken an, wenn auch der kognitive Begriff des „Unbewussten“ nicht ganz dem Erickson’schen gleichen dürfte:

> *Eine der überraschendsten Entwicklungen in der Kognitiven Therapie stellt nach Mahoney (…) die Tatsache dar, dass heutzutage die Rolle von unbewussten Prozessen nicht mehr bestritten wird. Die inhaltliche Konzeption mag variieren, und die Nähe zu psychoanalytischen Konzepten mag in dem einen Fall größer (z.B. Mahoney), im anderen Fall kleiner sein (z.B. Ellis), die Erkenntnis aber, dass bestimmte Kognitionen und Kernannahmen unbewusst ablaufen und damit nur schwer kommunizierbar sind, hat wichtige Auswirkungen auf Diagnose und Therapie.* (Ellis & Hoellen 1997, 100)

Diese Beispiele sollen verdeutlichen, dass die historischen Einflüsse auf die Prämissen einer Methode nicht zwangsläufig zu bestimmten funktionalen Einschränkungen oder Festlegungen führen müssen. Vielmehr zeigte sich in Kapitel 3 und 4, dass

- die persönlichen Erfahrungen und Präferenzen der Therapiegründer maßgeblich die Interpretation dieser Einflüsse bestimmten,
- nicht wenige Prämissen als Abgrenzungsbedürfnis zur jeweils kulturdominanten Therapieform zu betrachten sind.

Eine kritische Rückbesinnung auf die Traditionen der REVT könnte durchaus ihren funktionalen Möglichkeitsraum erweitern und eine Integration mit der Teilearbeit erleichtern. Die Ergebnisse von Kapitel 2 legen nahe, dass sogar eine Rückbesinnung auf den antiken sokratischen Dialog die Methodik der REVT bereichern und eine Integration mit der „Teilearbeit“ erleichtern könnte. Diese Möglichkeit soll - sozusagen als letzte integrative Lösungsstrategie - im folgenden Abschnitt erörtert werden.

5.5.3 Platonischer Dialog und hypnosystemische Teilearbeit

Eine Rückbesinnung der REVT auf ihre antike Tradition könnte auch eine Annäherung an die hypnosystemische Teilearbeit bedeuten (vgl. Kap. 2.3.2; Stavemann 2002). Interessanterweise gibt es zwischen dem antiken sokratischen Dialog und einer hypnosystemischen Perspektive mehr Gemeinsamkeiten als zunächst zu erwarten wäre:

1. Die oben erwähnte „Allparteilichkeit“ des Hypnosystemikers kommt dem Postulat des „Nicht-Wissens“ sehr nahe. Ähnlich wie im antiken sokratischen Dialog versucht er die mit der eigenen Position bisher ausgeblendeten Aspekte wieder ins Blickfeld zu bringen. Gerade der aporetische Ausgang der Frühdialoge betont das Wertvolle am Prozesshaften.

2. Das Verfahren der „regressiven Abstraktion“, wie es in Kapitel 2 dargestellt wurde, kommt dem Multiplizitätsgedanken sehr entgegen. Jeder hat „Tapferkeit“ in unterschiedlichen Raum-Zeit-Kontexten und Rollen erlebt. Eine erlebnisorientierte Aktivierung dieser verschiedenen Rollen in der Explikationsphase des antiken sokratischen Dialogs ähnelt dem ressourcenorientierten Vorgehen

in der Erickson'schen Therapie.

3. Im sokratischen Dialog wird immer wieder die „Vereinbarkeit des Unvereinbaren" (Varga von Kibéd & Sparrer 2002, 123) entdeckt. Dies geschieht zwar innerhalb eines elenktischen Rahmens, aber durch die Frage nach dem Allgemeinen werden scheinbar unvereinbare Positionen assoziiert. Die Argumentation – das Hin- und Her zwischen den einzelnen Positionen – ist durchaus mit dem Wechsel zwischen den verschiedenen Ich-Zuständen vergleichbar. Für die Teilearbeit ist ja gerade das Erleben des eigenen Wechselns zwischen den Zuständen oder Anteilen veränderungswirksam (vgl. Kap. 4.6.2).

4. Ziel des antiken Frühdialogs ist die radikale Erfahrung des „Nicht-Wissens". Was anders bedeutet diese Erfahrung als eine Kapitulation des bewussten, analytischen Verstandes? Nach Sloterdijk (1988, 86) ist die „Maieutik" in ihrem „Negativismus" ein „Fötalisierungsverfahren". Die Erinnerungslehre ziele in Wirklichkeit auf eine Erinnerung des frühen Nicht-Wissens, auf eine „gedankenreiche Gedankenlosigkeit", in der Gedanken in einen „Zustand versetzt werden, wo sie zwischen Gelten und Nichtgelten schweben" (ebd., 81). Die angeborenen Ideen hingegen seien „Platons ingeniöse Erfindung, um das tödliche Examen durch den sokratischen Hebammenblick zu unterlaufen" (ebd., 81). Ausgehend von einer solchen Interpretation finden sich auch Anknüpfungspunkte an den Erickson'schen Skeptizismus gegenüber der Problemlösefähigkeit des bewussten Verstandes. Zur Erickson'schen Therapie gehören dementsprechend Interventionstechniken, die das Ziel haben, „bewusste Verarbeitungsstrategien einer Person (zu) unterbrechen" (Gilligan 1998, 283; vgl. Yapko 1984; Revenstorf & Peter 2001, 180, 209). In den sokratischen Frühdialogen finden sich Ähnlichkeiten mit Konfusionstechniken und indirekten Methoden zur Tranceinduktion. Beispielhaft dafür steht die Technik der „Musterüberladung" (Gilligan 1998, 312): Zu einem Thema werden beispielsweise mehrere, meist widersprüchliche Sichtweisen angeboten (Revenstorf & Freund 2001, 182), Trugschlüsse eingestreut oder eine Informationsüberladung herbeigeführt (Gilligan 1998, 314)[22]. Im antiken, sokratischen Dialog führt die starke kognitive Beanspruchung der Gesprächsteilnehmer zu definitorischen Fragen auf sehr abstraktem Niveau nicht selten zu einer kognitiven Überlastung mit Verwirrungszuständen. Exemplarisch dafür kann die Zustandsbeschreibung eines Menon (80a-b) stehen, von dem Sokrates dann sagen wird, er sei in diesem Zustand „einem Nichtwissenden ganz ähnlich" (80d):

[22] Zu den ethischen Voraussetzungen: vgl. Gilligan 1998, 314; Zeig 1983b.

Oh Sokrates, ich habe schon gehört, ehe ich noch mit dir zusammengekommen bin, dass du allemal nichts als selbst in Verwirrung bist und auch andere in Verwirrung bringst. Auch jetzt kommt es mir vor, dass du mich bezauberst und mir etwas antust und mich offenbar besprichst, dass ich voll Verwirrung geworden bin.

5. Der von Platon vertretene Mythos der Wiedererinnerung[23] soll hier nicht unnötig strapaziert werden, zumal umstritten ist, welchen Status Platon der Amnesislehre gegeben hat (Bordt 1999, 107). Dennoch lassen sich Ähnlichkeiten mit dem „therapeutischen Tertium" des „intelligenten Unbewussten" sowie der hypnosystemischen „Potenzialhypothese" (Schmidt, G. 2004, 51) nicht ganz vermeiden, wenn auch der pythagoreische Ansatz von Erickson nie vertreten worden ist.[24] Für Erickson bezog sich die Wiedererinnerung auf Kompetenzerfahrungen, die aufgrund aufmerksamkeitsfokussierender „Problemtrancen" (Schmidt 1999, 79) im Sinne Janet und Hilgards dem Klienten nicht zur Verfügung stehen. Nur so kann Erickson einem „bettnässenden" Mädchen sagen:

   Ich bin ein Arzt wie alle anderen. Ich kann dir auch nicht helfen. Aber da ist eines, das weißt du, aber du weißt nicht, dass du´s weißt. Sobald du erst heraus hast, was das ist, was du schon weißt, ohne zu wissen, dass du´s weißt, dann bist du bald so weit, dass dein Bett trocken bleibt. (Erickson in Zeig 1999, 109)

   Wenn Platon Sokrates sagen lässt: „Suchen und Lernen ist (…) ganz Erinnerung" (Menon 81d), dann zeigt sich auch hier die Potenzialhypothese (vgl. Müssen 1995, 7). Auch im antiken Dialog wird sie zur Suggestion bzw. zum motivierenden Moment, wenn sie ausgesprochen wird. Als Argument für die eigene Position elenktisch eingesetzt, erzeugt sie allerdings bereits bei Gorgias (474b) „Widerstand". Dort benutzt Sokrates sie im Sinne von „Ich weiß schon, dass du es weißt, nur du weißt es noch nicht", womit man jede Position begründen kann. G. Schmidt (2004, 148) vergleicht schließlich die Erickson'sche Rede vom Unbewussten mit einer „Metapher, die ein höchst wirksames Doublebind schafft. Egal was der Klient tut, der Therapeut kann nicht entwertet oder gekontert werden, denn das „Unbewusste" wird als autonome und kompetente Autorität vom Therapeuten selbst angerufen."

Wie eine stärkere Rückbesinnung auf das antike Erbe des sokratischen Dialogs praktisch aussehen könnte, wurde in Kap. 3.2.4 dargestellt und soll hier nicht noch

[23] wird im Dialog „Menon" zum ersten Mal eingeführt (81c ff.). Viele Interpretatoren schreiben diese pythagoreisch beeinflusste Lehre eindeutig Platon zu. Mit ihr wird der Übergang vom typisch Sokratischen zum Platonischen markiert (vgl. Taylor 2002, 53; Kutschera 2002, 228).
[24] Gemeint ist der metaphysische Aspekt der Amnesislehre: z.B. die Lehre der Wiedergeburt etc.

einmal ausgeführt werden. Insgesamt sollte dieser Abschnitt zeigen, dass eine historische „Rekontextualisierung“ auch die Palette der funktionalen Möglichkeiten einer Methode wieder erweitern kann.

5.6 Zusammenfassende Reflexion

Mit den oben dargestellten Integrationsprozessen wird es möglich, die Funktionen beider Methoden symbiotisch zu nutzen. Für den Therapeuten und Berater, der kontextsensibel sich der Formen und Funktionen beider Methoden bedient, bedeutet dies eine Optionserweiterung seines professionellen Handelns. Gleichzeitig könnte er wesentlich besser die Forderung von Gonçalves & Machado (1989, 518) erfüllen, sich bei der Wahl seiner Interventionsform der strukturalen Entwicklungsebene seines Klienten anzupassen. Es dürfte offensichtlich sein, dass ein Therapeut oder Berater, der beide funktionalen Möglichkeitsräume zur Verfügung hat, flexibler auf Person, Problem und Situation eingehen kann. Betrachtet man das „Prozessmodell der Ich-Entwicklung“ von Macha (1997, 79), so wird deutlich, dass ein Berater und Therapeut gerade jene vielfältigen Interventionsformen benötigt, die sich in einem historisch dialektischem Prozess antithetisch entwickelt haben. Das Eingebundensein des „Ich“ in die Systeme: Kultur/ Gesellschaft, Natur/Kosmos und Transzendenz mit wechselnden Identitäten spiegelt auch die jeweiligen Betonungen in der historischen Theorieentwicklung wieder. Ein daraus entstehender systematischer oder pragmatischer Eklektizismus (Nocross & Goldfried 1992), wie ihn beispielsweise Erickson vertreten hat, wird meines Erachtens dann professionell machbar, wenn zuvor eine kontextuelle Klärungsarbeit im Sinne einer Integrationsprüfung geleistet worden ist. Am Beispiel „sokratischer Dialog“ und hypnosystemische „Teilearbeit“ konnten durch die Annäherung der entsprechenden therapeutischen Systeme bei gleichzeitiger Aufgabe von historisch bedingten Einseitigkeiten viele Inkompatibilitäten aufgehoben werden. So hilft eine Rekontextualisierung der therapeutischen Prämissen auch, ideologische Positionen zu relativieren (vgl. Haley 1999, 70).

Eine Inkompatibilität, die oft erwähnte Widersprüchlichkeit der Botschaften „Kampf versus Kooperation“, konnte meines Erachtens nicht vollständig gelöst werden. Die Konzeption einer „indirekten Elenktik“, wie sie auch im antiken Dialog von Sokrates praktiziert wurde, könnte sich aber als eine für beide Systeme akzeptierbare Lösung erweisen. Sich derartiger Inkompatibilitätsprobleme bewusst zu werden, ist meines Erachtens der erste Schritt zu einem pragmatischen Eklektizismus.

6. Teil: Ergebnissicherung und mögliche Konsequenzen

> Die Idee, dass Integration (…) in erster Linie eine Achtung von Differenzen bedeutet (…) war bislang nicht charakteristisch für ein Projekt integrativer Psychotherapie.
> (Scholz 2002, 320)

Zu Beginn der Arbeit stand die Frage, ob ein Anwender zur Lösung integrativer Entscheidungen auf Methodenebene, Kenntnisse über die jeweiligen therapie- und philosophiehistorischen Entstehungskontexte braucht. Anlass für diese Fragestellung war:

- vielfältig begründete Forderungen nach einem flexiblen, schulenübergreifenden Einsatz beraterischer und therapeutischer Methoden im Sinne einer allgemeinen Psychotherapie,
- die Situation eines bestehenden pragmatischen Eklektizismus,
- eine zunehmende Nutzung originär therapeutischer Methoden für Beratung und Coaching.

Beispielhaft für die Frage nach der Integration von Methoden aus unterschiedlichen Entstehungskontexten sollten der sokratische Dialog aus der REVT sowie die Teilearbeit aus der hypnosystemischen Therapie stehen. Ein Vergleich sollte Antworten auf die folgenden Detailfragen ergeben:

1. Welche therapie- und philosophiehistorischen Entstehungsbedingungen haben zu welchen Prämissen innerhalb dieser Methoden geführt? Welchen Einflüssen waren diese Methoden im Lauf ihrer Entwicklungsgeschichte ausgesetzt?
2. Wie beeinflussen therapiehistorische Entscheidungen auf Konstruktebene die funktionalen Möglichkeiten dieser Methoden?
3. Wie eng ist die Struktur dieser Methoden mit den Prämissen des jeweiligen heuristischen Modells verwoben?

4. (Wie) Können unterschiedliche, antagonistische Prämissen aufgelöst werden?
5. Wie lassen sich unterschiedliche Prämissen gegenüber dem Klienten/Kunden argumentativ stimmig vermitteln?

6.1 Zusammenfassende Darstellung der Ergebnisse aus den einzelnen Kapiteln

Im **Kapitel 2** ist deutlich geworden, dass die Struktur und Form der sokratischen Methode Funktionen gewährleisten soll, die nur im historischen Kontext verstehbar sind. Form, Funktion und gesellschaftlich geleitetes Interesse zeigen sich in ihrer gegenseitigen Verwobenheit. Die sokratische Methode ist von Anfang an ein integratives Projekt, das keinen geringeren Anspruch hat als divergierende Polaritäten zu verbinden: Das Einzelne – das Ganze, die Wahrnehmung – die Gestalt, die Vielfalt – die Einheit. Schon jetzt zeigt sich, dass der sokratische Dialog als die zentrale Methode der kognitiven Verhaltenstherapien im Grunde eine hypnosystemische „Teilearbeit“ ist. Diese explorative Funktion – von Nelson als „regressive Abstraktion“ bezeichnet – wird später bei Ellis vernachlässigt. In einer halben Therapiestunde kann man sich keine Aporien leisten und zeitintensive Analysen sind genau das, was man nicht mehr will. Perls wird diese Funktion des sokratischen Dialogs in seiner „Teilearbeit“ wieder aufgreifen, geht es bei ihm doch – wie einst im sokratischen Dialog – um das geduldige Aushalten und Wahrnehmen dieser Polaritäten. Diese Funktion wird aber nur deshalb aktiviert, weil eine übergeordnete Erkenntnistheorie dies zulässt: der Taoismus. Im historischen Kontext der griechischen Antike muss der sokratische Frühdialog noch eine weitere Funktion erfüllen: die der Elenktik. Auch diese Funktion ist nur wirklich als Antwort auf einen sophistischen Relativismus verstehbar. Aus heutiger Sicht impliziert die starke Lenkung ein Misstrauen an der Selbstorganisationsfähigkeit der Diskutanten. Wieder wird die elenktische Funktion durch eine übergeordnete Krankheitstheorie aktiviert: Etwas Neues hat nur Platz, wenn das Alte verschwunden ist. Die Krankheitsursache – das unlogische Denken – muss bekämpft werden. Jene Kampfmetaphorik findet sich später auch bei Ellis. Schon im antiken Dialog erweist sich die Ambivalenz einer „Überredung zur Einsicht“ als problematisch. Diese Spannung zwischen Lenken und Fragen wird Ellis gleichsam mit der Methode erben. Insgesamt zeigt sich, dass gerade der platonische Versuch des großen Wurfs - philosophische Polaritäten von Heraklit bis Parmenides – zu vereinen, beim sokratischen Dialog einen weiten funktionalen Möglichkeitsraum hinterlässt, der einen vielfältigen Einsatz als therapeutische Methode ermöglicht.

In **Kapitel 3** wird verständlich, warum der Transfer einer antiken Dialogform in eine Therapie des 21. Jahrhunderts gelingt. Das erst neu entstandene kognitive Paradigma kann die Struktur und die Funktionalität dieser Methode gut utilisieren. Eine „regressive Abstraktion“ wird notwendig um von den „automatischen Gedanken“ zu den handlungsleitenden Ideen und regelbildenden Schemata vorzudringen. Die prozesshaften Funktionen, die in einer antiken „Regression“ so wertvoll waren, dass man die Dialoge in der Aporie enden lassen konnte, werden allerdings nicht ausgeschöpft. Ellis fordert eine schnelle Aufdeckung der gedanklichen Prämissen. Auch hier spielen historische Kontextvariablen eine Rolle: der amerikanische Pragmatismus, die Revolte gegen die dominante Therapieform der Psychoanalyse sowie der Positivismus. Die Frage ist nur: wie kann man die Funktion der Elenktik in der Moderne begründen? Die Begründung geht aus der kognitiven Veränderungstheorie hervor, die der Antiken nicht unähnlich ist: irrationale Gedanken müssen destabilisiert werden, um Perturbationen im Gesamtsystem von Kognition, Emotion und Verhalten auszulösen. Voraussetzung für eine Destabilisierung ist allerdings auch eine Dezentrierung. Berne spricht von einer Stärkung des „Erwachsenen“-Ichs, Karen Horney von der Ich-Stärke, Hilgard vom „hidden observer“. Nur aus einem dissoziierten Zustand heraus ist eine bewusste Regiearbeit wieder möglich. Strategisch wird dies durch eine Emotions-Kognitions-Dissoziation erreicht. Epiktet formuliert mit seinem berühmten Ausspruch die entsprechende postkognitive Emotionstheorie: *Nicht die Dinge selbst, sondern unsere Vorstellungen beunruhigen uns*. Die dualistische Trennung in Kombination mit einer Kampfmetaphorik wird von den Systemikern um Bateson kritisch gesehen. Eine integrative Verbindung mit einem systemischen Verfahren scheint eher unwahrscheinlich. Hinzu kommt die Legitimation der Elenktik: Ellis wird die notwendige Bezugnahme auf einen höheren Referenzpunkt, dem „therapeutischen Tertium“, natürlich nicht mit der Ideenlehre beantworten können, wo doch das Streben nach dem „Absoluten“ zum Irrationalen gehört. Der Referenzpunkt ist die „Rationalität“ - im eigentlichen Sinn aber die Negation jeglicher absolutistischer Forderungen. Die Struktur des sokratischen Dialogs ist für diese negative Maieutik bestens geeignet. Wie soll allerdings eine Integration mit einem Verfahren gelingen, das ganz in der Tradition der ressourcen- und lösungsorientierten Therapien steht? Integrative Lösungen können nur in gemeinsamen, übergeordneten Funktionsprinzipien zu finden sein: Destabilisierung, Dissoziation, Orientierung und Koppelung. Zu fragen ist: Wie realisiert eine hypnosystemische Teilearbeit diese funktionalen Aufgaben?

Im **Kapitel 4** wird deutlich, dass hauptsächlich in der hypnosystemischen „Teilearbeit“ nach Schmidt (2004, 2005) die größte Herausforderung für eine Integration mit dem sokratischen Dialog liegt. Trotz ihrer unterschiedlichen Begrifflichkeit haben die Teilearbeit der Transaktionsanalyse, der Ego-State-Therapie und sogar

der Hypnotherapie nach Erickson zu viel Gemeinsames mit der REVT, als dass durch eine Integrationsleistung der Möglichkeitsraum für Therapie und Beratung wirklich erweitert wird. Die „Teilearbeit“ der Transaktionsanalyse beispielsweise präferiert – wie die REVT – eine Stärkung des rationalen „Ichs“ unter Beibehaltung einer Kampfmetaphorik. Selbst in der Erickson’schen Hypnotherapie entsteht durch die „Bewusst-unbewusst-Dissoziation“ eine dem Ellis’schen Ansatz ähnliche, nur inverse Struktur: „Trust your unconscious“ ist die seitenverkehrte Botschaft zum Rationalitätskonzept bei Ellis und impliziert indirekt eine Abwertung der „rationalen Seite“. Dennoch resultieren aus den dargestellten unterschiedlichen Kontexten von „Teilearbeit“ Alternativen zum sokratischen Paradigma, die vor allem in der hypnosystemischen Variante der Teilearbeit Eingang gefunden haben: das Postulat der positiven Absicht verbunden mit einer Kooperationsmetaphorik, eine erlebnisorientierte Ressourcenaktivierung, indirekte Vorgehensweisen sowie ein ganzheitliches Konstrukt von Ich-Zuständen nach der Tradition von Paul Federn. Die Transaktionsanalyse führt den ökosystemischen Gedanken bei der Veränderungsarbeit ein: Wenn ein „Anteil“ gegen eine Veränderung ist, bleibt das therapeutische Bemühen erfolglos. G. Bateson hat diesen originär kybernetischen Gedanken auf die Humanwissenschaften übertragen. Bei der Analyse der verschiedenen Varianten von „Teilearbeit“ erweist sich die Terminologie der Distinktionstheorie als ein Analyseinstrument mit hoher Integrationskraft. Diese Terminologie ist als übergeordnetes Funktionsprinzip - ähnlich wie die Begrifflichkeiten „Destabilisierung“, „Kopplung“, „Orientierung“ und „Stabilisierung“ - für eine Integration hilfreich. Integrative Anknüpfungspunkte zum sokratischen Dialog zeigen sich aber auch durch die Dissoziationstheorie von Hilgard, welcher Information statt Energie in das Zentrum seiner Theorie stellt. Insgesamt aber wird auch in diesem Kapitel die enge Verknüpfung von gesellschaftlichem Kontext, Funktion und Struktur sichtbar. Im Zeitalter einer Re-Romantisierung zum Ausgang der 60er Jahre kann das „therapeutische Tertium“ weder aus der Ratio noch aus der Negation bestehen. Als „Weisheit des Unbewussten“ kehrt es in den Kompetenzbereich des Individuums zurück, allerdings losgelöst von einer gesellschaftlichen Bindung. Im hypnosystemischen Paradigma wird das Systemische internal verortet. Eine Lenkung und Kontrolle – wie es die Elenktik bieten kann – scheint zumindest in einer fremdgesteuerten Form nicht nötig, sieht man doch gerade in der Aufgabe von Kontrolle ein mögliche Lösung problemstabilisierender Muster.

In **Kapitel 5** wurden verschiedene Ansätze vorgestellt, bei denen eine Integration der beiden Methoden bereits erfolgt ist (z.B. MREVT) oder bei denen unter verschiedenen Voraussetzungen eine Kombination im Sinne einer Ergänzung denkbar und wünschenswert wäre (z.B. die KVT nach Beck). Bezug nehmend auf die Ergebnisse der letzten drei Kapitel wurde untersucht, unter welchen Voraussetzungen eine für den Kunden argumentativ stimmige Integration gelingen kann.

Dabei zeigte sich, dass gerade in der Erkundung des historischen Entstehungskontexts viele Hinweise auf mögliche funktionale Anknüpfungspunkte sichtbar werden. Deutlich sichtbar wurden auch zeitgeist- und persönlichkeitsbedingte funktionale Einschränkungen, die nicht unbedingt durch die Struktur der Methode vorgegeben sind. Durch die Erkundung der therapie- und philosophiegeschichtlichen Kontexte wurden aber auch Inkompatibilitäten offenbar, die sich ohne bewusste Lösungsfindung auf Strategie- oder Konstruktebene im beraterischen und therapeutischen Kontext negativ auswirken. Will man auf Methodenebene Veränderungen realisieren, sollte man auch die entsprechenden Netzwerke der Prämissen bedenken. Eine kritische Beleuchtung der historischen Einflussfaktoren kann bestimmte einschränkende Prämissen relativieren und den formalen und funktionalen Möglichkeitsraum der verwendeten Methoden erweitern.

6.2 Braucht ein Anwender Kenntnisse über die therapie- und philosophiehistorischen Kontexte, um integrative Entscheidungen treffen zu können?

Ich möchte die **Ergebnisse** zu dieser zentralen Fragestellung aus Kapitel 1 zusammenfassend hier beantworten:

1.) Eine integrative Verwendung von Methoden wird vor allem dann erleichtert, wenn die übergeordneten Theorien und Normen der jeweiligen Paradigmen sich integrativ öffnen. Der Anwender muss dazu die entsprechenden Entwicklungen der Therapieformen kennen und sie vor allem an ihren „Rändern“ auf Ausdifferenzierungen hin beobachten. Die jeweiligen Pioniere der Integration liefern dann argumentativ Impulse, die eine stimmige Integration von Methoden erleichtern. Die Öffnung der kognitiven Verhaltenstherapien für entwicklungsorientierte Aspekte und motivdynamische Konflikte erleichtert beispielsweise eine sinnvolle Einbindung der „Teilearbeit“ (vgl. Scholz 2002, 314). Eine gleichwertige Betonung von rationalen und unbewussten Anteilen innerhalb der hypnosystemischen Variante der „Teilearbeit“ erleichtert ebenfalls die Einbindung des „sokratischen Dialogs“. Dass eine Disputation auf bewusster Ebene, sprachlich und direkt erfolgen muss, lässt sich vor allem aus der Tatsache erklären, dass die RT als Gegenbewegung zur Analyse entstanden ist. Erst mit der Kenntnis dieser therapiehistorischen Dialektik lassen sich methodische Begrenzungen besser verstehen und hinterfragen.

2.) Aus der Kenntnis der therapiehistorischen Entwicklung und philosophiehistorischen Einbettung dieser Methoden ergeben sich auch integrative Lösungen.

Wie in dieser Arbeit gezeigt werden konnte, liegen im antiken sokratischen Dialog mehr Möglichkeiten, als in seiner therapeutischen Entsprechung innerhalb einer REVT. Aber auch die hypnosystemische Teilearbeit beinhaltet elenktische Funktionen, die auf den ersten Blick nicht zu vermuten wären. Beide Methoden beinhalten mehr funktionale Möglichkeiten als sie in ihrem momentanen Kontext und in ihrer momentanen Verwendung zeigen können. Wie in der MREVT nach Scholz (2002), kann dann in einer funktionalen und formalen Verknüpfung eine stimmige Integration erfolgen.

3.) Die Kenntnis des historisch gewachsenen funktionalen Möglichkeitsraums einer Methode lässt zudem auch kreative Verknüpfungen mit anderen Modellen und Konstrukten zu. Das negierte Tetralemma (nach Varga von Kibéd & Sparrer 2002) passt nur deshalb zum sokratischen Dialog, weil es strukturell und funktional andocken kann. Mit seiner „Negation“ kann es an die sokratische Methode, funktional sogar an die Tradition einer vorsokratischen „Prüfung“ (im juristischen Sinn) anschließen (vgl. Kap. 2). Eine systemische Tetralemmaaufstellung mit Positionswechsel erfüllt einen ähnlichen Zweck wie der geleitete Wechsel zwischen den Ich-Zuständen innerhalb einer Teilearbeit.

4.) Die Kenntnisse der therapiehistorischen Entwicklung einer Methode bereiten den Anwender auf methodentypische Schwierigkeiten vor, die er durch die Kombination mit einer anderen Methode ausgleichen kann. Wenn er beispielsweise weiß, dass Ellis im Grunde ein postkognitives Konzept von Emotionen in seiner Ausschließlichkeit nie vertreten hat bzw. nur aus didaktischen Gründen perpetuiert, ist er auf eine logisch-analytische Form der Disputation nicht mehr festgelegt, sondern kann eine Variante der tropologischen Disputation wählen. Er kann mit der Teilearbeit ganze „Ich-Zustände“ in Dialog treten lassen, ohne Kognitionen und Emotionen distinktiv trennen zu müssen. Der Anwender kann eine Kognitions-Emotions-Distinktion einführen, aber nur dann, wenn er sich bewusst dafür entscheidet.

5.) Kenntnisse über die therapiehistorische Entwicklung der Methoden bereiten den Anwender auch auf problematische Ambivalenzen innerhalb einer Methode vor. Spannungen und Ambivalenzen, die bereits in der Theoriebildung vorhanden sind, können sich nicht nur tradieren, sondern auch potenzieren. Beispielhaft dafür kann die Ambivalenz „Überredung zur Einsicht“ im antiken sokratischen Dialog stehen, die sich in einer ähnlichen Form in der therapeutischen Methode wiederholen kann. Unter positivistischem Vorzeichen und einer charismatischen Figur wie Ellis kann diese Ambivalenz ausgeglichen werden. Was aber passiert wenn der Positivismus durch den Konstruktivismus ersetzt wird, die Struktur der Methode aber bleibt? Diese Problematik kann der

Anwender nur dann präventiv bearbeiten, wenn sie ihm bewusst ist.

6.) Eine unsystematische Methodenkombination ohne Kenntnis der therapiehistorischen Prämissen ist im besten Fall unmöglich und führt im schlechtesten Fall zu einer Ambivalenz, die sich negativ auf die vom Klienten wahrgenommene Stringenz und innere Logik des Vorgehens auswirkt. Wie wichtig aber gerade die Akzeptanz des präsentierten Modells und damit die Glaubwürdigkeit des Therapeuten für den Therapieerfolg sind, zeigen seit langem die Befunde der Wirksamkeitsforschung (vgl. Grawe 2000, 22; Duncan & Miller 2003; Hubble et al. 2001). Beispielhaft dafür kann die in dieser Arbeit oft diskutierte Problematik „Elenktik“ versus „Postulat der positiven Absicht“ stehen. Es dürfte kein Zufall sein, dass überall dort, wo problemorientierte und lösungsorientierte Formen aufeinandertreffen, sich Strategien („Externalisierung“, „Schemaumdeutung“) oder Konstrukte verändern, ja sogar neue Konstrukte („Aliens“, „adaptive Schemamodi“) geschaffen werden. Die entsprechenden Lösungsversuche wurden in Kapitel 5.3 dargestellt.

7.) Letztlich wird für den Anwender durch das Studium von Entwicklungsgeschichte und Kontext deutlich, welche Methodenvariante für ihn wirklich eine Alternative - im Sinne einer Optionserweiterung - darstellt.
Wenn Eric Berne davon spricht, dass ein „starker“ Therapeut nur über das Eltern-Ich andere Zustände verändern kann, dann ist dies für einen Rational-Emotiven Therapeuten keine wirkliche Optionserweiterung. Dies wird er ohnehin praktizieren. Wenn aber innerhalb der Transaktionsanalyse bisher unterrepräsentierte Kind-Ich-Zustände bewusst aktiviert werden, dann könnte dieses Vorgehen durchaus ein Impuls für ihn sein, mehr zu tun als nur „rationale Alternativen“ zu fördern. Wenn in der „Teilearbeit“ die Möglichkeit einer Elenktik völlig der Selbstorganisation des Klienten überlassen wird, dann stellt das für den REVT-Therapeuten eine größere Herausforderung dar als einen gelenkten, rationalen Dialog zwischen den Schemata zu initiieren, wie es Young (2005) vorschlägt.

8.) Integrative Lösungen - wie sie die neueren Therapieansätze in Kapitel 5 aufweisen - sind auch das Ergebnis kreativer Prozesse, denen eine Inkubationszeit vorausgegangen ist. Eine Kontexterkundung der jeweiligen therapeutischen Systeme unter Vermeidung von vorschnellen Lösungen kann als notwendige Inkubationsphase betrachtet werden, welche in der Kreativitätsforschung gemeinhin als Voraussetzung für kreative Problemlösungen gilt. Viele Therapeuten, die sich auf einen pragmatischen Eklektizismus berufen (z.B. Erickson, Haley, Satir) haben sich im Lauf ihrer beruflichen Biographie nachweislich über lange Zeit mit den unterschiedlichsten Ansätzen sehr intensiv

auseinandergesetzt (vgl. Kap. 3 und 4). Die vermeintliche Leichtigkeit einer flexiblen Intervention dürfte eher das Produkt dieser jahrelangen Integrationsarbeit sein.

9.) Die dialektisch sich entwickelnde Theoriegeschichte mit ihren Betonungen der jeweils - im vorausgegangenem Modell - vernachlässigten Einflussgrößen, spiegelt letztlich die polare Verfasstheit des Ichs wieder (vgl. Macha 1996). Eine historische Kontexterkundung der Methoden kann den Berater und Therapeuten dabei unterstützen, zeitgeistbedingte Einseitigkeiten, Tabuisierungen und Überbetonungen zu erkennen und der Komplexität von Klient und Problem durch eine Vielseitigkeit von Interventionsformen besser gerecht zu werden.

6.3 Ausblick und mögliche Schlussfolgerungen

6.3.1 Schlussfolgerungen für Studium und Ausbildung

Die Erkundung eines historisch gewachsenen, funktionalen Möglichkeitsraums einer Methode eröffnet dem Anwender neue Möglichkeiten für integrative Verknüpfungen mit anderen Methoden. Das Wissen um die Normen und Prämissen, die hinter einer Methode stehen, zeigen ihm mögliche Kompatibilitätsprobleme auf. Für die in Kapitel 1 beschriebene Ausgangsforderung einer schulenübergreifenden, flexiblen Handhabung von Methoden könnte dies folgendes bedeuten:

- In den schuleninternen Ausbildungen zum Therapeuten und/oder Berater sollte dieser historisch gewachsene funktionale Möglichkeitsraum für integrative Lösungen stärker thematisiert werden. Gleiches könnte für die universitären Lehrinhalte gelten: Meist nehmen die paradigmatischen Unterschiede zwischen den einzelnen Therapieschulen mehr Raum ein als methodisch-integrative Aspekte.

- Ähnliches gilt für eine kritische Prüfung der Prämissen, die Form und Funktion von Methoden beeinflussen. Diese ist ohne Kenntnis ihrer historischen Entstehungskontexte und den persönlichen Präferenzen der Therapiegründer nur schwer zu leisten. Auch für Berater sollte deshalb die Entstehungsgeschichte dieser Methoden zum Teil ihrer Ausbildung gehören. Dabei sollten philosophische Einflüsse verstärkt thematisiert werden. Mahoney (1991, 453), der selbst zu den wichtigsten Förderern von integrativen Veränderungen innerhalb der KVT gehört, empfiehlt deshalb:

Von besonderer Bedeutung für jene, die später möglicherweise Therapeuten werden, sind Kurse in Philosophie, Weltgeschichte, Weltreligionen, Anthropologie, Soziologie und Literatur.

- Es hat sich in dieser Arbeit gezeigt, welche Chancen sich auf Methodenebene durch eine konstruktivistische Ausrichtung der kognitiven Therapien ergeben. Dennoch sollte dies nicht dazu führen, unter dem Dach des „Konstruktivismus" alle Kompatibilitätsprobleme als gelöst zu betrachten. Ein vorschnelles Aufgeben von charakteristischen Eigenheiten einer Methode führt eben auch zum Verlust ihrer Stärke. Die meisten der im Kapitel 5.3 vorgestellten integrativen Ansätze zeichnen sich gerade darin aus, die Stärken beider Methoden berücksichtigt zu haben.
- Kritisch zu hinterfragen ist, ob Berater ohne entsprechendes Studium eine entsprechende Integrationsleistung umsetzen können. „Methodensammlungen" für Beratung und Coaching aus dem „Supermarkt der Therapieformen" (Nestmann 1992, 80) implizieren eine methodische Beliebigkeit nach dem Baukastenprinzip. Entsprechende Kompatibilitätsunstimmigkeiten werden meist nicht thematisiert.

6.3.2 Empfehlungen für Anwender

Abschließend möchte ich die folgenden Empfehlungen für jene Anwender formulieren, die eine **Integration von Methoden** in Betracht ziehen:

1. Erkunde den funktionalen Möglichkeitsraum der Methoden: Wer hat diese Methoden bereits für welchen Zweck eingesetzt? Welche Möglichkeiten ergeben sich aus der historischen Verwendungsgeschichte der Methoden?
2. Achte darauf, wo der funktionale Möglichkeitsraum einer Methode eingeschränkt wird: Einschränkungen können sich ergeben durch …
    a. die Person des Therapiegründers,
    b. Theorien,
    c. Paradigmen und Erkenntnistheorien,
    d. dialektische Prozesse (Extrempositionen durch Abgrenzungen),
    e. gesellschaftliche Interessen (Zeitgeist).

3. Überprüfe kritisch die Argumentation dieser Einschränkungen auf ihre aktuelle Gültigkeit. Welche Einschränkungen sind allein durch historisch bedingte „Gegenbewegungen“ entstanden?

4. Gibt es an den Rändern der akzeptierten Psychotherapierichtungen Erneuerungen, die auch methodische Konsequenzen haben? Gibt es innerhalb der Schulrichtungen Tabuisierungen?

5. Überprüfe die Möglichkeit einer funktionalen Verschränkung von Methoden. Hilfreich dabei ist der Rückgriff auf Begrifflichkeiten von Metatheorien (Distinktionstheorie, Metafunktionen).

6. An welche Stellen könnte eine Methode die Einseitigkeit der anderen Methode ausgleichen?

7. Achte darauf, ob sich die impliziten Prämissen der eingesetzten Methoden widersprechen.

Ein Zitat von Bernd Schmid (1994, 119), der sich seit Jahren für eine Integration von Systemischer Therapie und Transaktionsanalyse einsetzt, soll die Quintessenz dieser Arbeit zusammenfassen:

> *Die Kompetenz zur Konzeptualisierung schließt das Verständnis der **Implikationen und Konsequenzen** der gewählten **Konzepte** ein. Das Verständnis der impliziten Annahmen, der Logik ihrer Verknüpfungen sowie der aus ihnen abgeleiteten Konsequenzen macht aus Erfahrungen von gestern geistige Arbeitsmittel für morgen.*

Anhang

Beispielhafte Therapie- und Beratungsausschnitte

Therapieausschnitt Nr.1: Ellis, A. 1993, 24-31 (mit Kommentar)

(…)

K: Aber im Grunde hat sich an meinem Gefühl nichts geändert - dass an mir etwas faul ist, etwas, woran ich nichts ändern kann und das die anderen sehen können. Und ich weiß nicht, wie ich gegen dieses Gefühl ankämpfen soll.

T: Aber dieses „Gefühl“, wie Sie es nennen, ist nur Ihre Meinung - sind Sie sich dessen bewusst?

K: Wie kann mein Gefühl bloß eine Meinung sein? Ich fühle das wirklich. Ich kann es nicht anders beschreiben denn als Gefühl.

T: Ja, aber Sie fühlen das, weil Sie daran glauben. Wenn Sie beispielsweise fest davon überzeugt wären, dass Sie in Ordnung sind, trotz aller Fehler, die Sie gemacht haben und im Leben noch machen werden, und obwohl andere Leute, etwa Ihre Eltern, meinen, dass Sie nicht in Ordnung sind; wenn Sie davon wirklich überzeugt wären, würden Sie sich dann auch minderwertig fühlen?

K: - Ah. Hmm. Nein, ich glaube, Sie haben recht; wahrscheinlich würde ich mich dann nicht so fühlen.

T: Eben. Ihr Gefühl, dass Sie schlecht oder minderwertig seien, ist also in Wirklichkeit eine Meinung, eine sehr tief verwurzelte, wenn auch eher vage artikulierte Meinung, dass Sie im Grunde nichts taugen, obwohl Sie gegenwärtig gut zurechtkommen und Ihr Mann und Ihre Bürokollegen Ihnen deutlicher gezeigt haben, dass sie Sie mögen.

K: Nun ja, nehmen wir einmal an, dass Sie Recht haben und dass meinem Gefühl eine Meinung zugrunde liegt und es verursacht. Wie kann ich diese Meinung loswerden?

T: Wie können Sie sie aufrechterhalten?

K: Ach, sehr leicht. Denn ich habe sie ja aufrechterhalten - seit Jahren, wie Sie behaupten.

T: Ja, aber aufgrund welcher Evidenz erhalten Sie sie aufrecht? Wie können Sie beweisen, dass Sie nichts taugen und minderwertig sind?

K: Muss ich es mir selbst beweisen? Kann ich es nicht einfach akzeptieren, ohne es zu beweisen?

T: Genau! Genau das tun Sie und haben es zweifellos seit Jahren getan - Sie haben diese Meinung akzeptiert, diesen völlig unbegründeten Glauben an Ihre eigene „Schlechtigkeit“, ohne jeglichen Beweis, ohne Fakten, die ihn rechtfertigen würden.

K: Aber wie kann ich an diesem Glauben festhalten, wenn er völlig unbegründet ist, wie Sie sagen?

T: Sie können daran festhalten, weil - an diesem Punkt war ich selbst etwas ratlos, aber ich hatte das Gefühl, dass ich möglicherweise auf eine für mich und meine Patientin befriedigende Lösung stoßen würde, wenn ich die Sache mit ihr ausdiskutierte, statt zu den alten psychoanalytischen Klischees Zuflucht zu nehmen, die bisher keine echte Antwort auf diese oft gestellte Frage erbracht hatten. Ich fuhr daher unbeirrt fort: - weil, nun, weil Sie ein Mensch sind.

K: Ein Mensch? Was hat denn das damit zu tun?

Therapieausschnitt Nr.1: Ellis, A. 1993, 24-31 (mit Kommentar)

T: Nun - Ich wusste die Antwort immer noch nicht, hatte aber das Gefühl, dass wir ihr auf der Spur waren. Genauso verhalten sich eben viele Menschen, glaube ich. Sie klammern sich eisern an völlig unbegründete Meinungen, obwohl sie über keinerlei Beweise dafür verfügen. Millionen von Menschen glauben beispielsweise aus tiefstem Herzen und dogmatisch an die Existenz Gottes, obwohl sich diese niemals beweisen lassen wird, das Gegenteil freilich ebenso wenig, wie Hume, Kant und viele andere hervorragende Philosophen festgestellt haben. Aber das hält sie nicht ab, weiter leidenschaftlich daran zu glauben.

K: Sie meinen also, dass ich an meine eigene Schlechtigkeit etwa in derselben Weise glaube, wie diese Menschen an die Existenz Gottes, nämlich ohne Beweise zu haben, auf die sich dieser Glaube stützen könnte?

T: Ist es nicht so? Und handelt es sich nicht in beiden Fällen - bei der Theorie von der Existenz Gottes und von Ihrer eigenen Wertlosigkeit - im Grunde um ein Problem der Definition?

K: Der Definition?

T: Ja. Sie beginnen mit einem Axiom oder einer Hypothese, zum Beispiel: „Wenn ich im Leben nicht in jeder Hinsicht Erfolg habe, tauge ich nichts." Oder in Ihrem Fall: „Wenn ich nicht eine perfekte, aufopfernde Tochter, Ehefrau und Mutter bin, tauge ich nichts." Dann sehen Sie sich die Tatsachen an, und es wird Ihnen klar, dass Sie nicht in jeder Hinsicht Erfolg haben - dass Sie nicht die vollkommenste, aufopferndste Tochter, Gattin und Mutter sind, die es je gab. Daraus schließen Sie: „Also tauge ich nichts - ja ich bin schlecht und wertlos."

K: Aber ergibt sich denn dieser Schluss nicht aus den Tatsachen? fragte meine Patientin.

T: Nein, keinesfalls! Er ergibt sich nur aus Ihren falschen Prämissen. Und Ihre Folgerung enthält im Grunde überhaupt keine Tatsachen, da Sie angesichts Ihrer Prämissen schon sehr voreingenommen an Ihre so genannten „Beweise" herangehen.

K: Aber stimmt es denn nicht, dass ich keine vorbildliche, aufopfernde Tochter, Frau und Mutter bin?

T: Nein, nicht unbedingt. Denn es ist durchaus möglich, dass Sie eine ebenso gute Tochter sind wie die meisten anderen Frauen; vermutlich haben Sie sich in dieser Beziehung sogar weniger vorzuwerfen als die meisten anderen. Aber Ihre Prämisse lautet „um gut zu sein, muss ich praktisch vollkommen sein". Und angesichts dieser Prämisse können Sie die Tatsache, dass Sie eine durchaus ordentliche Tochter sind, gar nicht richtig würdigen. Fast zwangsläufig müssen Sie zu dem Schluss kommen, Sie seien eine „schlechte" Tochter, obwohl Sie in Wirklichkeit überdurchschnittlich sein mögen.

K: Meine Schlussfolgerung enthält also gar keine realen Tatsachen?

T: Nein. Aber selbst wenn dem so wäre - wenn Sie beispielsweise eine unterdurchschnittliche Tochter oder Ehefrau wären - , wäre Ihre Folgerung dennoch völlig tautologisch: denn sie „beweist" nur, was Sie in Ihrer Prämisse behaupteten; nämlich, dass Sie wertlos sind, wenn Sie nicht vollkommen sind. Ihre angebliche Wertlosigkeit oder Schlechtigkeit ist daher lediglich eine Frage der Definition und beruht nicht auf Fakten.

K: Ist das bei allen psychischen Störungen so?

Therapieausschnitt Nr.1: Ellis, A. 1993, 24-31 (mit Kommentar)

T: Ja, wenn ich es mir recht überlege - Ich dachte nach, und schlagartig wurde mir klar, dass allen psychischen Störungen tatsächlich ein System falscher Definitionen zugrunde zu liegen scheint. Wir nehmen an, ein bestimmter Sachverhalt sei schrecklich - insbesondere die Tatsache, dass wir nicht vollkommen sind oder jemand anderer sich nicht so engelhaft benimmt, wie wir es von ihm erwarten. Sobald wir diese Annahme gemacht haben, suchen wir dann buchstäblich nach „Fakten", um unsere Prämisse zu beweisen. Und wir finden diese „Fakten" natürlich auch prompt - wir stellen fest, dass unser Benehmen (oder das anderer) sehr zu wünschen übrigläßt. Daraus ziehen wir den „logischen" Schluss, dass wir von Anfang an Recht hatten und dass das „schlechte" Benehmen ein überzeugender Beweis für unsere ursprüngliche Annahme ist. Aber die einzigen realen oder zumindest objektiven „Fakten" in dieser von uns konstruierten „Beweiskette" sind unsere eigenen Prämissen - jene Sätze, die wir uns am Anfang vorsagen.

K: Wollen Sie damit sagen, fragte meine Patientin, dass ich mir selbst bestimmte aus der Luft gegriffene Sätze einrede und dass meine Probleme direkt auf diese meine eigenen Sätze zurückzuführen sind?

T: Ja, antwortete ich mit plötzlichem Enthusiasmus. Sie haben mich da auf eine Idee gebracht. Ich habe das bisher noch nicht von dieser Seite gesehen, oder im Grunde doch, ohne es in die gleichen Worte zu kleiden, denn wie ich eben zu Ihnen sagte, sind es die Sätze, die wir uns am Anfang einreden, die den Ball der selbstdefinierten Prämissen, der zur Hälfte aus Definitionen bestehenden „Fakten" und der falschen Schlussfolgerungen ins Rollen bringen. Aber ob dies nun meine Idee war oder die Ihre, sie scheint jedenfalls zu stimmen: dass sich jeder psychisch gestörte Mensch eine Kette falscher Sätze einredet - da das menschliche Denken sich nun einmal in Worten, Redewendungen und Sätzen zu vollziehen scheint. Und diese Sätze sind der Kern seiner Neurose.

K: Können Sie das konkretisieren? Welche Sätze sage ich mir beispielsweise vor?

T: Schauen wir einmal. Sicher können wir das rasch herausfinden. Natürlich beginnt es damit, dass man den Sätzen anderer, vor allem der Eltern, zuhört. Und deren Sätze lauteten, wie wir hier schon oft festgestellt haben: „Wenn du uns nicht von Herzen und in aufopfernder Weise liebst, bist du schlecht, und die Leute werden merken, dass du schlecht bist und werden dich nicht mögen, und das wird schrecklich, schrecklich, schrecklich für dich sein."

K: Und ich habe mir diese Sätze meiner Eltern, die sie mir immer wieder vorsagten, schließlich zu Eigen gemacht - stimmt das?

T: Ja. Sie haben sie sich angeeignet. Natürlich nicht nur ihre offen geäußerten Sätze, sondern auch ihre Gesten, ihren Tonfall, ihre kritischen Blicke usw. Auch diese sind von großer Bedeutung für Sie, da Sie sie in Ihren Gedanken in Redewendungen und Sätze verwandeln. Wenn Ihre Mutter beispielsweise in scharfem und nachdrücklichem Ton „las das!" sagt, dann setzen Sie im Geist hinzu: „Las das - wenn du nicht gehorchst, mag ich dich nicht, und alle werden merken, dass du schlecht bist, und werden dich auch nicht mögen, und das wäre schrecklich!

K: Wenn mir meine Eltern durch Worte oder Gesten zu verstehen geben, dass ich schlecht bin, dann sage ich mir sofort: „Sie haben recht. Wenn ich sie nicht von Herzen liebe und mich für sie aufopfere, bin ich schlecht, und alle werden merken, dass ich schlecht bin, und niemand wird mich akzeptieren, und das wird fürchterlich sein!"

Therapieausschnitt Nr.1: Ellis, A. 1993, 24-31 (mit Kommentar)

T: Richtig. Und diese Sätze, die Sie sich da vorsagen, rufen das Gefühl Ihrer Wertlosigkeit hervor - sie verursachen Ihre Schuldgefühle und Ihre Neurose.

K: Aber wie? Was an diesen Sätzen bewirkt denn eigentlich, dass ich mich so furchtbar schlecht fühle? Was ist das Falsche an diesen Sätzen?

T: Gewöhnlich der letzte Teil. Denn der erste Teil ist sehr oft richtig. Sie wissen ja, der erste Teil besagt in etwa: „Wenn ich meine Eltern nicht bedingungslos liebe und für sie Opfer bringe, werden viele Leute, darunter auch meine Eltern, vermutlich denken, dass ich eine schlechte Tochter bin — dass ich nichts tauge.“ Und dieser Teil Ihrer Sätze kann sehr wohl richtig sein.

K: Viele Leute einschließlich meiner Eltern denken vielleicht wirklich, dass ich schlecht bin, wenn ich mich so verhalte - meinen Sie das?

T: Ja. Das ist möglich. Ihre Beobachtung, dass bestimmte Leute, speziell Ihre Eltern, Sie ablehnen und als wertlos ansehen werden, wenn Sie keine untadelige Tochter sind, ist vermutlich völlig richtig. Aber das ist es nicht, was Ihnen schadet. Die zweite Hälfte Ihrer Sätze ist es, was Ihnen soviel Schaden zufügt.

K: Sie meinen den Teil, in dem ich mir sage: „Weil mich viele Leute ablehnen, wenn ich keine vollkommene Tochter bin, bin ich tatsächlich schlecht?“

T: Richtig. Wenn viele oder sogar alle Leute denken, dass Sie keine perfekte Tochter sind, aber eine perfekte Tochter sein sollten, so mag das ihre ehrliche Meinung oder ihr Gefühl sein - aber was hat das damit zu tun, was Sie glauben müssen? Wieso sind Sie wertlos, wenn Sie keine perfekte Tochter sind - außer in deren Augen? Selbst wenn es stimmt, dass Sie sich Ihren Eltern gegenüber nicht tadellos verhalten - ist das wirklich schrecklich? Und warum ist es fürchterlich, dass viele Leute Sie ablehnen, wenn Sie keine brave Tochter sind?

K: Ich brauche nicht zu glauben, dass ich fürchterlich bin, bloß weil sie es glauben? Ich kann mich als unvollkommen akzeptieren, selbst wenn es stimmt, dass ich es bin, ohne zu denken, dass dies abscheulich sei?

T: Ja. Es sei denn, Sie definieren „abscheulich“ und „wertlos“ genauso wie Ihre Eltern. Genau das tun Sie aber, wenn Sie sich von der Meinung Ihrer Eltern und anderer über Sie irritieren lassen. Sie machen dann deren Definition zu Ihrer eigenen. Sie nehmen deren Sätze und machen sie zu Ihren eigenen. Dieses höchst kreative, selbstdefinierende Verhalten Ihrerseits ist schuld an Ihren Schwierigkeiten.

K: Ich habe also theoretisch die Wahl, ihre Definition, dass ich als unvollkommene Tochter wertlos sei, zu akzeptieren oder zurückzuweisen. Und wenn ich sie akzeptiere, eigne ich sie mir an und mache mich dadurch verrückt!

T: Ja, Sie machen sich grundlos verrückt.

K: Aber warum ist das unbedingt grundlos? Könnten sie nicht Recht haben, dass ich als unvollkommene Tochter wertlos bin?

T: Nein - das ist nur die subjektive Definition der Eltern. Denn es steht doch fest, dass nicht alle Eltern ihre unvollkommenen Töchter für wertlos halten. Manche Eltern schätzen ihre Töchter, selbst wenn sich diese nicht für sie aufopfern. Ihre Eltern sind offenbar anderer Ansicht und beurteilen bzw. definieren Ihren Wert danach, wie viel Sie für sie tun. Es kann sie zwar niemand daran hindern, Ihren Wert so zu definieren. Aber ihre Einstellung zu Ihnen ist eine subjektive Definition und so fragwürdig wie jede Tautologie.

K: Sie meinen, obwohl mich meine Eltern für wertlos halten, wenn ich nicht genügend Opfer für sie bringe, gibt es keinen absoluten Beweis, dass ich wirklich wertlos bin?

T: So ist es. Selbst wenn alle Menschen auf der Welt Ihren Eltern zustimmten, dass Ihre mangelnde Opferbereitschaft Sie wertlos mache, so wäre das immer noch jedermanns subjektive Definition; und Sie müssten sie immer noch nicht akzeptieren. Aber wie wir eben festgestellt haben, ist es höchst unwahrscheinlich, dass ihnen alle Menschen zustimmen würden - was nur noch mehr beweist, wie subjektiv diese Definition Ihres Wertes ist.

K: Und selbst wenn meine Eltern und alle anderen übereinstimmten, dass ich verdammenswert sei, weil ich mich nicht genügend für ihr Wohlergehen interessiere, das würde immer noch nicht heißen, dass ich diese Definition akzeptieren müsste?

T: Nein, gewiss nicht. Denn selbst wenn es stimmt, dass Sie für sie wertlos sind, wenn Sie sich nicht für sie aufopfern - es ist natürlich ihr gutes Recht, Sie gering zu schätzen, wenn Sie nicht tun, was sie sich wünschen -, so besteht doch kein Zusammenhang, außer in Ihrer Vorstellung, zwischen dem Wert, den Ihnen Ihre Eltern beimessen, und dem Wert, den Sie sich selbst beimessen. Sie können nach Ihren eigenen Maßstäben vollkommen in Ordnung sein, obwohl Sie nach den Maßstäben Ihrer Eltern nichts taugen.

K: Das klingt alles sehr schön und gut. Aber kehren wir jetzt zu meinen Sätzen zurück und schauen wir, was sich da machen lässt.

T: Ja, Sie haben ganz recht. Denn diese spezifischen Sätze müssen Sie ändern, um Fortschritte machen zu können. Wie wir bereits festgestellt haben, lauten Ihre Kernsätze: „Meine Eltern halten mich für wertlos, wenn ich mich nicht für sie aufopfere, und sie haben recht. Es wäre schrecklich, wenn sie das weiterhin von mir dächten und mit mir unzufrieden wären. Ich muss also größere Opfer für sie bringen - oder mich selbst hassen, falls ich das nicht tue."

K: Und diese Sätze soll ich umändern?

T: Nun, zweifellos sollten Sie sie folgendermaßen ändern: „Sie mögen denken, ich sei wertlos, wenn ich mich nicht mehr für sie aufopfere, aber was hat das mit meiner Selbsteinschätzung zu tun? Wäre es wirklich so schrecklich, wenn sie das weiterhin von mir dächten? Brauche ich ihre Anerkennung so sehr? Muss ich mich weiterhin hassen, wenn ich nicht opferbereiter bin?"

K: Und indem ich diese Sätze ändere, meine eigenen Versionen von ihren Sätzen und meinen Glauben daran, kann ich meine Schuldgefühle und das Gefühl meiner Wertlosigkeit loswerden, und dann wird es mir besser gehen?

T: Warum probieren Sie es nicht aus und warten ab? Meine Patientin unterzog ihre autosuggestiven Sätze tatsächlich einer kritischen Prüfung und versuchte sie zu ändern. Die Folge war, dass sie innerhalb weniger Wochen nach dem geschilderten Gespräch weit größere Fortschritte machte als in den vorhergegangenen Jahren meiner Behandlung.

K: Ich glaube, ich habe es wirklich heraus! berichtete sie zwei Monate später. Jedes Mal, wenn ich Schuldgefühle habe oder verunsichert bin, sage ich mir sofort, dass da irgendein dummer Satz sein muss, den ich mir einrede und der mich beunruhigt; und fast augenblicklich, meist innerhalb weniger Minuten, finde ich den betreffenden Satz. Und genau wie Sie mir gesagt haben, beginnt dieser Satz

fast immer mit: „Ist es nicht schrecklich, dass -“ oder „Wäre es nicht furchtbar, wenn -“. Sobald ich diese Sätze unter die Lupe nehme und mich frage: „Wieso ist es schrecklich, dass -?“ oder „Warum wäre es furchtbar, wenn -?“, stelle ich fest, dass es gar nicht so schlimm wäre, und beruhige mich rasch wieder. Es ist so gekommen, wie Sie vor einigen Wochen vorausgesagt haben: je kritischer ich meine eigenen Sätze analysiere und in Frage stelle, desto seltener tauchen sie im Unterschied zu früher auf. Nur noch gelegentlich sage ich mir, dass etwas furchtbar wäre, wenn es einträte, oder dass etwas bereits Geschehenes schrecklich ist. Und in diesen relativ seltenen Fällen kann ich wie gesagt den eingebildeten „Schrecken“ rasch auf den Grund gehen, die Sache faktisch oder logisch anders einstufen und damit die Angstquellen aus der Welt schaffen. Ich kann es selbst kaum glauben:

Nachdem ich mir viele Jahre lang über praktisch alles Sorgen gemacht und mich immer für eine Niete gehalten habe, egal, was ich tat, wird mir jetzt klar, dass nichts so furchtbar oder schrecklich ist, und ich erkenne das allmählich schon im Voraus und nicht erst nachdem ich mich über etwas aufgeregt habe.

Therapieausschnitt Nr. 2: Ellis, A. 1994c (live Demonstration*)

K: I just can't stop feeling guilty leaving my parents, although I know, its stupid.

T: You want to leave, and you may leave, but you feel very guilty if you did because … what are you telling yourself about leaving that you make yourself feeling guilty? I can tell you, but let's see, if you can figure it out, what you tell yourself to make yourself guilty?

K: That I can't leave my parents alone because they are so unhappy people.

T And if I leave my parents, what …?

K: They are – perhaps – even a little more unhappy, if I am not in the house anymore.

T: And that will make me what …?

K: Not a good daughter?

T: A rotten daughter, a rotten person.

T: O.K:, It is undesirable in many respects for you to leave your parents because they get along with you and you get along with them and that's sad, that's sorry, but why **must you not** leave your parents and help make them unhappy?

K: I think, I can help them, talking to them, because they both can better talk to me than to each other. And that's exactly the reason why I have to leave on the other side.

T: (…) But lets suppose they never agree and they get very miserable if you leave, which is a good chance. Why do you **have to** stay to stop them from being miserable.

K: Because it makes me sad, to see them so sad.

T: Well, it makes you sad … But you said it makes me no good, inadequate … It does make you sad, it would be very sad, that is very appropriate, you better feel sad, disappointed … You better feel sad, sorry for them, because you don't want them to be miserable, unhappy. But how does that proof that you **absolutely must not** leave for you?

K: Because I am afraid, that I cannot be happy living on my own. I am afraid that this sad feeling, this feeling sorry for my parents for fucking up the last twenty years of their lifes makes me sad and makes me scared to do the same.

T: Yes but that's because again you feel guilty putting yourself down. If you would only fell sad about it and say: I am very sad to leave my parents, but I would be sader to stay, so therefore I go. But you are saying: I am pretty no good, I will be worthless, I must stay with them (…) isn't that what you are saying? That's guilt!

K: (…)

T: That's different then sadness!

K: I think they are both sides. Its guilt on the one hand and on the other hand this fear of not being able to be happy if they are not happy.

Therapieausschnitt Nr. 2: Ellis, A. 1994c (live Demonstration*)

T: Ok, but let's suppose that you leave (…) and they are miserable. How would their misery make you miserable? How do that occur?

K: If I talk to them … (wird unterbrochen)

T: You talk to them and they don't change, they stay miserable (…). Now, why must you also be miserable, why do you have to be?

K: I know that I don't have to be, but I just am, and that's something that I don't have under control. That's scares me again.

T: Oh, you don't have it under control because of your philosophy. Your philosophy is 1. I must not create misery for my parents 2. If I do I am no good. With those philosophies you will feel miserable and guilty unless you change them. What could you tell yourself instead of this, what else could you tell yourself to allow you, to give you permission to leave them, if you want to leave them. What could you say to yourself?

K: They are unhappy anyway if I stay or if I leave. I just have to accept it.

T: You are right, you better accept it. And even if you stay they can be unhappy. Because they have a talent for misery.

K: They do.

T: But even If they were happy for you to stay and then you left when you stay, you are allowed to make your own decision at your age. You don't have to do what they want. It would be nice to them, but you don't have to. You are saying: I have to do the right thing, I have to do the right thing. That will make you miserable even if you're first happy alone and then they are miserable, you will make yourself miserable, saying, I did the wrong thing. (…)

* Das Beratungsgespräch wurde als Audio-Mitschnitt (Ellis 1994c) vom Autor (R.B.) transkribiert. Besonders betonte Stellen wurden **fett** markiert.

Therapieausschnitt Nr. 3 „Teilearbeit“: Schmidt, G. (2004, 280-283)

T: Man kann da unserer Erfahrung nach sehr wohl Hilfreiches aufbauen. Es ist dafür aber wichtig, dass wir allen Aspekten in Ihnen gerecht werden. Es scheint so zu sein, als ob da mehrere Seelen oder Seiten miteinander in Ihnen im Clinch liegen.

K: Ja, das stimmt. Manchmal zerreißt es mich fast. Das kostet so viel Kraft.

T: Das glaube ich Ihnen. Wir alle reden ja auch wie Sie, so, als ob wir immer einheitlich in unserem Erleben wären. Genau genommen, wenn man Ihnen gerecht werden will, müsste man aber sagen, eine Seite fühlt sich so fertig, und eine andere Seite kämpft dagegen an. Denn die, welche sich so niedergedrückt fühlt, ist sicher nicht die gleiche wie die, welche kämpft. Wir wissen heute, dass es sich ganz unterschiedlich auf menschliches Erleben auswirkt, je nachdem, wie man es beschreibt. Wenn Sie mal vergleichen würden, wie es sich auswirkt, wenn Sie den Ablauf wie bisher schildern (ichassoziiert), und wie, wenn Sie sagen würden, das ist eine Seite und das eine andere, aber beides nicht ich als ganzer Mensch, welche unterschiedlichen Auswirkungen erleben Sie dabei? (Nach diesen Dissoziationsangeboten berichten fast alle IP sofortige Verbesserungen. Ich kenne sonst keine Intervention, die in kurzer Zeit derartig effektiv und dabei sofort völlig transparent in Eigenregie für die Betroffenen verfügbar ist.)

K: Wenn ich sage „Ich bin depressiv“ und dann „Ich sollte das nicht sein“, empfinde ich sehr viel Druck: Aber wenn es nur eine Seite ist, die depressiv ist, empfinde ich viel weniger Druck: Und wenn es eine depressive Seite gibt, könnte es auch andere geben. Ich habe das Gefühl, es tut sich ein Fenster auf, und ich habe mehr Raum

T: Verstehe ich Sie richtig, dass Ihr Organismus Ihnen gleich durch andere Gefühle und Körperreaktionen zurückmeldet, dass ihm das Zweite mehr gut tut? (Mit dieser Frage will ich schon die Idee anbieten, die Feedbacks aus dem eigenen Organismus ernst zu nehmen und als hilfreiche Information über Bedürfnisse achtungsvoll zu behandeln.)

K: Ja. Es ist erleichternder, wenn ich mir vorstellen kann, dass es nur eine Seite ist.

T: Ich habe den Eindruck, Ihre Erleichterung weist darauf hin, was Sie brauchen können, z. B. mehr Raum und Entlastung; es ist, als ob Ihr Organismus mit seiner spontanen Reaktion Ihr intuitives Wissen zeigt, was hilfreich für Sie ist. (Angebot von Ideen und Erfahrungen, die ein positiveres Selbstbild und allmählich wertschätzenden Umgang mit unwillkürlichen Prozessen fördern können.)

K: Wie meinen Sie das? Ich soll intuitives Wissen haben? Ich fühle mich oft so leer und hohl.

T: Na ja, je nachdem, wie Sie über sich denken und reden, reagiert Ihr Organismus sofort anders. Da müssen Sie gar nicht extra noch was machen. Das geschieht ganz unwillkürlich. So äußert sich bei Menschen unbewusstes Wissen. Und wenn es Ihnen schlecht geht, geschieht das ja auch unwillkürlich. Wenn Sie sich wieder erlauben, verschiedene Seiten von sich wahr zunehmen, schafft Ihnen das offenbar sofort Raum und Abstand vom Bedrückenden, und Sie erleben dadurch Erleichterung. Ich schließe daraus, Ihr Organismus spricht in seiner Körpersprache dadurch

sein Wissen darüber aus, was Sie benötigen. Und wenn er es bekommt, antwortet er prompt mit Belohnung. (Angebot der Idee, den Organismus - als Metapher für unwillkürliche Bedürfnisse - wie einen Kooperationspartner mit Bedürfnissen achtungsvoll zu behandeln, Loyalität auch zu sich selbst aufzubauen. Und: Durch den Vergleich von unterschiedlichen Situationen, ihren Mustern und diversen Auswirkungen wird Veränderbarkeit erfahrbar und eine Metaposition aufgebaut.)

K: So habe ich das noch nicht gesehen. Meinen Sie etwa, ich könnte Einfluss haben darauf, wie es mir geht? Ich würde das ja gerne haben, aber mir geht es oft so schlecht, da kann ich gar nichts machen.

T: Das ist doch ganz verständlich. Es wäre viel zu leicht dahergeredet, wenn jemand sagen würde, Sie können das so einfach. Das erleben Sie ja täglich. Aber wann würden Sie sich noch mehr ohnmächtig und ausgeliefert fühlen: Wenn Sie zu sich sagen, ich bin so depressiv und kann nichts machen, oder wenn Sie sich sagen würden, eine Seite von mir erlebt das? (Kompetenzfokussierung darf hier nie assoziiert werden mit der Idee, es wäre leicht. Dann würde sich der IP schnell selbst abwerten, wenn er es bisher noch nicht geschafft hat, sich sehr unter Leistungsdruck setzen - die depressive Spirale würde noch verstärkt.)

K: Na ja, schlimmer wäre es, wenn ich sagen würde, ich bin es ganz.

T: Dann fühle ich mich geradezu verpflichtet, ab sofort Ihr Erleben immer so zu beschreiben, dass deutlich wird, es ist eine Seite von Ihnen, die oft ganz viel leidvollen Einfluss bekommt bisher. Das mag Ihnen ungewöhnlich erscheinen, denn so reden wir alle ja nicht im Alltag. Aber ich verstehe Sie so, dass Sie sich oft furchtbar ausgeliefert und ohnmächtig fühlen, so, als ob Sie selbst gar nichts machen könnt damit Ihr Leid weniger wird oder gar aufhört. Verstehe ich Sie da richtig? (Immer wieder werden meine Angebote mit Rückfragen versehen, damit sich der IP nicht als fremddefiniert erleben muss und als Autorität gewürdigt wird.)

K: Ja, genau. Und gleichzeitig sage ich mir tausendmal, ich muss doch was machen können, aber es geht halt nicht, und dann werde ich so niedergeschlagen und resigniere.

T: Das ist doch verständlich, dass es Ihnen so geht. So würde es jedem anderen Menschen auch gehen. Wenn Sie merken würden, Sie können etwas Hilfreiches machen, würden Sie es doch tun, oder?

K: Natürlich.

T: Und genau deshalb fühle ich mich verpflichtet, Ihnen anzubieten, von einer Seite zu reden, die sich depressiv fühlt, anstatt von Ihnen als ganzem Menschen. Denn wie Sie eben ja selbst erlebt haben, lässt sich damit dieses schreckliche Erleben, so eingemauert zu sein, in ersten Schritten in Bewegung bringen. Sie haben ja selbst erlebt, dass es sich verändern lässt, oder habe ich Sie falsch verstanden? (Erinnerungsangebot, da die hilfreichen Erfahrungen oft sehr schnell wieder amnesiert werden.)

K: Nein, es stimmt, wenn Sie mich jetzt noch mal darauf aufmerksam machen. Ich habe es schon wieder fast vergessen.

T: Das finde ich ganz natürlich. Das gewohnte Denken und Umgehen mit diesen wichtigen Themen ist wie automatisiert, das geht schneller, als man

denkt. Das hat quasi Wettbewerbsvorteile. Damit die hilfreicheren Muster Chancen bekommen, braucht man Maßnahmen, die helfen, die alten Gewohnheiten zu unterbrechen und die hilfreicheren zu stärken. Wären Sie daran interessiert, dass ich Ihnen einige Strategien anbiete, die nach unserer Erfahrung dabei sehr oft helfen? (Hier werbe ich um einen differenzierteren neuen Auftrag, der IP wird wieder als Autorität gewürdigt, welche die Interventionen erlaubt oder nicht.)

K: Ja, das interessiert mich sehr.

T: O.K.: Aber bevor ich damit beginne, möchte ich Sie noch um etwas bitten. Wenn das, was ich Ihnen anbiete, Ihnen plausibel erscheinen würde und Sie es für sich passend finden würden, habe ich gerade bei Menschen, die sehr gewissenhaft sind und es sehr gut machen wollen, was ja für sie spricht, die Erfahrung, dass die dazu neigen, sich sofort unter Druck zu setzen und von sich zu erwarten, sie müssten das Gehörte schnell zu 100 % umsetzen. Das wäre aber eine schlimme Überforderung. Hilfreich ist es in aller Regel nur, wenn man sich erlaubt, langsam, in kleinen Schritten und mit Geduld und viel tröstender Toleranz dafür, wenn es mal nicht so klappt, behutsam eines nach dem anderen auszuprobieren und sehr achtsam mit den Reaktionen darauf umzugehen. Dann aber kann es sehr unterstützend wirken. Ich möchte Sie also bitten, alles, was ich Ihnen anbiete, so zu behandeln, und wenn Sie merken, dass Sie sich mal unter Druck setzen, was ja ganz natürlich wäre, oder wenn es Ihnen zu schnell ginge, mir dies bitte so schnell als möglich zurückzumelden. Wären Sie dazu bereit? (Diese Intervention soll einladen dazu: die perfektionistischen Antreiber zu relativieren, was der IP von sich aus wahrscheinlich nicht tun würde; neugierig auf sich selbst und auf die eigenen unwillkürlichen Feedbacks zu werden (Metaposition) selbstverantwortlicher eine wertschätzendere Haltung zu sich aufzubauen.)

K: Eigentlich dachte ich, wenn ich mich nicht endlich zusammenreiße, wird das nichts mehr. Aber wenn es Ihrer Erfahrung nach hilfreicher ist so, versuche ich, darauf zu achten. (Der Klient nimmt die Erlaubnis vorsichtig an.)

Therapieausschnitt Nr. 4 „metaloge REVT“: Scholz (2002, 93-97) (mit Kommentar)

Praktisches Vorgehen: Phase 1

In einem Workshop während der „V. International Conference on Constructivism in Psychotherapy“ an der Universität von La Laguna 1996 stellt sich eine dort auf Teneriffa wohnende chilenische Kollegin für eine Therapiedemonstration nach einer theoretischen Einführung in das Workshopthema „Body Techniques in the Metalogue Approach of Rational Emotive Behaviour Therapy“ (…) mit folgendem Problem zur Verfügung:

Sie hatte ihr Heimatland zu Zeiten der Pinochet-Regierung verlassen und sich eine berufliche Existenz und einen Freundeskreis auf Teneriffa aufgebaut. Inzwischen sind aber einige der besten Freunde aus wirtschaftlichen Gründen auf das spanische Festland gezogen, die politischen Verhältnisse in Chile sind wieder demokratisch und sie sieht voraus, dass in absehbarer Zukunft der Sonderstatus, den die Kanarischen Inseln gegenüber Festlandspanien hinsichtlich der Mitgliedschaft in der Europäischen Union noch haben, entfällt und sie als Nicht EU-Bürgerin mit Nachteilen rechnen muss. Sie kann sich nicht entscheiden, ob sie nach Chile zurückgehen will oder sich um die spanische Staatsbürgerschaft bewerben soll. Sie weiß, dass ein Besuch in Chile ihr zur Entscheidungsfindung helfen könnte, aber sie hat davor für sie unverständliche Angst und unternimmt seit Jahren wider besseres Wissen nichts.

In dem Eingangsgespräch, aus dem ich diese Geschichte heraus gewonnen habe, erschließe ich außerdem als unbewusste Konstrukte a) eine Unausgewogenheit ihrer Daseinsbefindlichkeit mit Überwiegen von Kontroll- und Geborgenheitsbedürfnissen gegenüber Spiel-, Explorations- und Austauschbedürfnissen (…), b) eine unbewusste Grundüberzeugung (oder Lebensregel im Sinne von Wessler (1984) „Ich darf auf keinen Fall einen Fehler machen und sollte nicht freiwillig unnötige Risiken eingehen“ und c) unbewusste Denkprozessstrukturen im Problembereich auf hauptsächlich formal-operatorischer Entwicklungsebene, die weder post-operatorische Lösungen ermöglichen noch emotional wirksam sind (…).

Ich vergewissere mich bei diesem Eingangsgespräch auch meines intuitiven Eindrucks, dass sie gefühlsmäßig lieber Chilenin bleiben als Spanierin werden möchte, und biete (im Sinne einer „heilenden Theorie“ a la Meichenbaum (…)) ihr in einer Art sokratischem Dialog mit suggestiven Anteilen (…) als ressourcenorientierte Umdeutung ihres bisherigen Zögerns an, dass sie in dieser Zeit sich gedanklich gut vorbereitet habe, um eine wirklich für Kopf und Herz zufriedenstellende Entscheidung bei dieser Entwicklungsaufgabe für ihr Leben zu treffen.

Praktisches Vorgehen: Phase II

In den weiteren Interventionsphasen greife ich auf die Technik des ersten entscheidenden Schritts (…) zur metalogen statt logischen Disputation der selbsthinderlichen Risikovermeidung zurück. Ich frage die chilenische Kollegin, ob sie nach dieser Vorbereitung hier auf der Stelle einen symbolischen Schritt zur Weiterentwicklung ihrer Lebensgeschichte tun möchte. Nach ihrem Einverständnis lege ich zunächst zwei Stifte im Abstand eines größeren Schritts auf den Boden, bitte sie, jenseits des einen Stifts Position zu beziehen, und leite sie an, sich vorzustellen, ihr jetziger Standort sei Teneriffa mit all den damit verbundenen Erfahrungen und Überlegungen, die sie mir zum Teil schon

mitgeteilt hat, und jenseits des anderen Stiftes läge für einen Besuch Chile bereit mit allen für sie dazu gehörigen Erlebnissen und Erwartungen.

Dann bitte ich sie, geradeaus zu schauen und in sich hineinzuspüren, und wenn sie die Empfindung habe, der richtige Zeitpunkt für den symbolischen Schritt sei gekommen möge sie - ohne nach unten zu schauen - den großen Schritt vorwärts bis jenseits des anderen Stifts tun.

Sie macht den Schritt nach einiger Zeit und berichtet danach, sie glaube, ihre Angst vor einem Chile-Besuch rühre daher, dass sie dann vielleicht gar nicht mehr zurückkommen wolle, und das wäre unverantwortlich. Ich beglückwünsche sie zu dem Fortschritt, dies nun herausgefunden zu haben. Daran schließe ich eine ironische rhetorische Denkfigur episch-narrativer Vorausschau an, um ihrer Sicht auf sich und die Welt eine andere Perspektive zu geben: Wer wird wohl unverantwortlich handeln, derjenige, der Angst davor hat, unverantwortlich zu handeln, oder der, der keine Angst davor hat? Wie würde also sie, wenn sie tatsächlich nach dem Besuch in Chile am liebsten gar nicht mehr zurückkommen wolle, wohl sich selbst und anderen gegenüber verantwortlich handeln? Daraufhin bemerkt sie, dass sie dann sicher auf jeden Fall noch einmal zurückkäme, um hier alles zu ordnen, bevor sie nach Chile ziehen würde.

Praktisches Vorgehen: Phase III

Ich schlage der Kollegin vor, mit der eben gewonnenen Einsicht ihren symbolischen, entscheidenden ersten Schritt noch einmal auf einem höheren Niveau zu vollziehen. Dazu stelle ich zwei Stühle etwa an die Stelle der beiden Stifte und bitte sie, sich auf den Teneriffa-Stuhl zu stellen. Ich mache sie darauf aufmerksam, dass sie wisse, dass sie, ohne nach unten zu schauen, den Schritt auf den anderen Stuhl, den Chile-Stuhl, machen könne, denn der Abstand sei eher etwas Meiner als vorhin, aber dennoch würde sie wahrscheinlich mehr Angst verspüren.

Ich leite sie wieder wie zuvor an, sich ihre Vorstellungen von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft in Teneriffa und in Chile zu machen, diesmal unter Einschluss der Möglichkeit, von einem Besuch in Chile nicht zurückkommen zu wollen, und ihren verantwortlichen Handlungsmöglichkeiten für diesen Fall. Sie macht den symbolischen Schritt gemäß ihrem Empfinden für den richtigen Moment, diesmal aber zunächst nur an meiner Hand. Danach bitte ich sie, sich auf dem Chile-Stuhl umzudrehen, den Teneriffa-Stuhl ins Auge zu fassen, sich klar zu machen, dass sie auf jeden Fall noch einmal nach dem Chile-Besuch hierher zurückkehrt und diesen Schritt mit Blick auf den Teneriffa-Stuhl dann zu tun, was ihr leicht fällt. Anschließend wiederholt sie - meiner Anleitung folgend - die beiden Schritte mit der jeweiligen Vorstellung und jeweils ohne bzw. mit Blickkontakt zum jeweiligen Zielstuhl - bald auch ohne meine helfende Hand - noch mehrmals, bis sie keine Angst mehr spürt.

Sie fühlt sich danach sicherer, dass sie nunmehr den Chile-Besuch in Angriff nehmen wird, und berichtet mir unaufgefordert an einem der nächsten Tage beim Kongress, dass sie die Reise für in zwei Monaten plant.

Literaturverzeichnis

Alexander, E.G. & Selsnick, S.T. (1969). Geschichte der Psychiatrie. Zürich: Diana.
Alexander, F. & French, T. (1946). Psychoanalytic Therapy. New York: Ronald Press.
Amendt-Lyon, N., Bolen, I. & Höll, K. (2004). Konzepte der Gestalttherapie. In: Hochgerner, M., Hoffmann-Widhalm, H., Nausner, L. & E. Wildberger (Hrsg.), Gestalttherapie (S. 101-125). Wien: Facultats.
American Psychiatric Association (1994). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.) (DSM-IV). Washington, DC: APA.
Andreas, S. (1994). Virginia Satir. Muster ihres Zaubers. Paderborn: Junfermann.
Antonovsky, A. (1997). Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: dgvt.
Aristoteles. (1968). Sophistische Widerlegungen. Hamburg: Meiner.
Aristoteles. (1985). Nikomachische Ethik. Hrsg. von Bien, Günther. Hamburg: Meiner.
Aristoteles. (1994). Metaphysik. Reinbek: Reclam.
Arnold, M. (1960). Emotion and personality. New York: Columbia University Press.
Asanger, R. & Wenniger, G. (Hrsg.) (1992). Handwörterbuch der Psychologie. Weinheim: PVU.
Ausland, H.W. (2002). Forensic Characteristics of Socratic Argumentation. In: G.A. Scott (Hrsg.), Does Socrates hava a method (S. 36-61). Pennsylvania: Penn State Press.
Baars, B.J. (1986). The cognitive revolution in psychotherapy. New York: Guilford Press.
Babescu, B. (1979). On the use of some general semantic formulation in the parctice of Gestalt Therapy. General Semantic Bulletin, Institute of General Semantics, 57-66.
Bacchylides. (1994). The Poems and Fragments. Edited by Richard C. Jebb. Hildesheim: Olms.
Bachmair, S. (1989). Beraten will gelernt sein. Weinheim: PVU, Beltz.
Bambeck, J. & Wolters, A. (1992). Jeder kann gewinnen. Kreatives Konflikt- und Problemmanagement. Frankfurt am Main: Ullstein.
Bamberger, G.G. (2001). Lösungsorientierte Beratung. Weinheim: PVU, Beltz.
Bandler, R. & Grinder, J. (1976). The Structure of Magic. Vol. II. Palo Alto: Science and Behavior Books.
Bandler, R. & Grinder, J. (1979). Frogs into Princes. Neuro Linguistic Programming. Real People Press.
Bandler, R. & Grinder, J. (1984). Kommunikation und Veränderung. Die Struktur der Magie II. Paderborn: Junfermann.
Bandler, R. & Grinder, J. (1995). Reframing. Ein ökologischer Ansatz in der Psychotherapie (NLP). Paderborn: Junfermann.
Bandler, R. & Grinder, J. (2000). Patterns. Muster der hypnotischen Techniken Milton H. Ericksons. Paderborn: Junfermann.
Bandler, R. & Grinder, J. (2000). Therapie in Trance. Hypnose: Kommunikation mit dem Unbewußten. Neurolinguistische Programme. Stuttgart: Klett-Cotta.
Bandler, R. & Grinder, J. (2001). Metasprache und Psychotherapie. Die Struktur der Magie I. Paderborn: Junfermann.
Bandler, R. & Grinder, J. (1975). The Structure of Magic. Vol. I. Palo Alto: Science and Behavior Books.
Bandler, R. & Grinder, J. (1994). Neue Wege der Kurzzeit-Therapie. Neurolinguistische Programme. Paderborn: Junfermann.
Bandler, R. & MacDonald, W. (1991). Der feine Unterschied. NLP-Übungsbuch zu den Submodalitäten. Paderborn: Junfermann.
Bandler, R. (2001). Veränderung des subjektiven Erlebens. Fortgeschrittene Methoden des NLP. Paderborn: Junfermann.
Bandler, R., Grinder, J. & Satir, V. (2002). Mit Familien reden. Gesprächsmuster und therapeutische Veränderung. München: Pfeiffer. (Original 1976: Changing With Families. A Book about Further Education for Being Human.).
Basescu, B. (1979). On the Use of General Semantics Formulations in the Practice of Gestalt Therapy. General Semantics Bulletin, No. 46, Institute of General Semantics.
Bateson, G. (1972). Steps to an Ecology of Mind: A Revolutionary Approach to Man's Understanding of Himself. San Francisco.
Bateson, G. (1977). The Birth of a Matrix of Double-Bind and Epistemology. In: Berger, M. (Hrsg.), Beyond the Double-Bind (S. 53 ff). New York: Brunner/ Mazel.
Bateson, G. (1982). Ökologie des Geistes. Anthropologische, psychologische, biologische und epistemologische Perspektiven. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Bateson, G. (1993). Geist und Natur. Eine notwendige Einheit. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J. & Weakland, J. (1956). Towards a Theory of Schizophrenia. Behavioral Science, 1, 251- 264.
Beahrs, I.O. (1971). The Hypnosis psychotherapy of Milton H. Erickson. American Journal of Clinical Hypnosis, 14, 73-90.
Beck, A.T. & Freeman, A. (1993). Kognitive Therapie der Persönlichkeitsstörungen. Weinheim: PVU.
Beck, A.T. (1976): Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. New York: International Unitversities Press.
Beck, A.T. (1979). Wahrnehmung der Wirklichkeit und Neurose. Kognitive Psychotherapie emotionaler Störungen. München: Pfeiffer.
Beck, A.T. (1992). Kognitive Therapie der Depression. Weinheim: PVU.
Beck, A.T. (1994a). Fundamentals of Cognitive Therapy I. Heidelberg: Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress "Evolution of Psychotherapy" 1994, Hamburg).
Beck, A.T. (1994b). Fundamentals of Cognitive Therapy II. Heidelberg: Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress "Evolution of Psychotherapy" 1994, Hamburg).
Beck, A.T. (1994c). New Advances in Cognitive Therapie. Heidelberg: Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress "Evolution of Psychotherapy" 1994, Hamburg).
Beck, A.T. (1994d). Liebe ist nie genug. Mißverständnisse überwinden, Konflikte lösen, Beziehungsprobleme entschärfen. München: dtv.
Beck, A.T. (2000). Prisoners of Hate. The Cognitive Basis of Anger, Hostility and Violence. Scranton, Pennsylvania: HarperCollins Publishers.
Becker, H.S. (1973). Außenseiter. Zur Soziologie abweichenden Verhaltens. Frankfurt am Main: Fischer.
Becker, V. (1989). Die Primadonnen der Psychotherapie. Interviews mit berühmten Therapeuten. Paderborn: Junfermann.
Beisser, A.R. (1995). Die paradoxe Theorie der Veränderung. Gestalt-Publikationen, Heft 18. Würzburg: Zentrum für Gestalttherapie.
Beisser, A.R. (1998). Gestalttherapie und das Paradox der Veränderung. Gestaltkritik 1.
Berman, M. (1984). Die Wiederverzauberung der Welt. Am Ende des Newton'schen Zeitalters. München: Dianus-Trikont.
Berne, E. (1947/1968). A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis. New York: Ballantine Books.
Berne, E. (1957). Ego States in Psychotherapy.
Berne, E. (1958). Transactional Analysis, a New and Effective Method of Group Analysis. Nachdruck in: Berne, E. (1977). Intuition and Ego States (S. 145- 158). San Francisco: TA Press. (dt.: Transaktionsanalyse – eine neue und wirksame Methode der Gruppentherapie. In: Berne, E. (1991). Transaktionsanalyse der Intuition (S. 177- 190). Paderborn: Junfermann.)
Berne, E. (1961). Transactional Analysis in Psychotherapy. New York: Ballantine Books.
Berne, E. (1963). The Structure and Dynamics of Organizations and Groups. New York: Ballantine Books.
Berne, E. (1964a). The intimacy experiment. Transactionsanalytical Bulletin (TAB), 3, 113.
Berne, E. (1964b). Games People Play. New York: Grove Press.
Berne, E. (1964c). More about intimacy, Transactionsanalytical Bulletin (TAB) 3, 125.
Berne, E. (1966a). Principles of Group Treatment. New York: Oxford University Press.
Berne, E. (1966b). Recent Advances in Transactional Analysis. Current Psychiatric Therapy, 6, 114-124. Nachdruck in: Toman, W. u. Egg, R. (Hrsg.) 1988, Psychotherapeutische Verfahren (S. 112-123). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
Berne, E. (1970). Sex in Human Loving. New York: Pocket Books.
Berne, E. (1971). Away from a Theory of the Impact of Interpersonal Interaction on Non-verbal Participation. TAJ, 1, 6-13 (dt.: Weg von der Theorie der Einwirkung interpersonaler Interaktion auf non-verbale Partizipation. ZfTA, 1, 6-16).
Berne, E. (1972). What Do You Say After You Say Hello. New York: Bantam Books.
Berne, E. (1973). Transcription of Eric Berne in Vienna, TAJ, 3, 63-72.
Berne, E. (1977). Intuition and Ego States, San Francisco: TA Press.
Berne, E. (1979). Struktur und Dynamik von Organisationen und Gruppen. München: Kindler.
Berne, E. (1990). Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag" gesagt haben. Frankfurt am Main: Fischer.
Berne, E. (1991). Transaktionsanalyse der Intuition. Paderborn: Junfermann.
Berne, E. (2001). Die Transaktionsanalyse in der Psychotherapie. Paderborn: Junfermann.
Bernstein, E. M. & Putnam, F.W. (1986). Development, reliability and validity of a Dissociation Scale. Journal of Nervous and Mental Disease, 174, 727-123.

Biermann, T. & Dehr, G. (Hrsg.) (1997). Innovation mit System. Berlin: Springer.
Bilden, H. (1997). Das Individuum – ein dynamisches System vielfältiger Teil-Selbste. Zur Pluralität in Individuum und Gesellschaft. In: H. Keupp & R. Höfer (Hrsg.), Identitätsarbeit heute. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Birnbacher, D. & Krohn D. (2002) (Hrsg.). Das sokratische Gespräch. Stuttgart: Reclam.
Birnbacher, D. (1999). Das sokratische Gespräch – eine philosophische Standortbestimmung. Vortrag beim Seminar: Das sokratische Gespräch; Soest, 11./ 12. Januar 1999. (Online-Publikation: http://www.learn-line.nrw.de/angebote/praktphilo/didaktik/sokra_gespraech.html, Stand: 2006-05-27).
Bischof, N. (1995). Struktur und Bedeutung. Eine Einführung in die Systemtheorie für Psychologen. Bern: Huber.
Blau, U. (2004). Zur Logik der Unbestimmtheiten und Paradoxien. Mskr. LMU-München.
Blocher, D. (2000). The evolution of counselling psychology. New York: Springer.
Bodenheimer, A.R. (1999). Warum? Von der Obszönität des Fragens. Stuttgart: Reclam.
Bodin, A.M. (1981). The Interactional View. Family Therapy Approaches of the Mental Research Institute. In: Gurman, A.S. & D.P. Kinskern, Handbook of Family Therapy. New York.
Böhme, G. (1998). Der Typ Sokrates. Frankfurt am Main: Reclam.
Bois, J.S. (1958). An Interview With Alfred Korzybski. In: Et Cetera: A Review of General Semantics. Vol. XVI, 2.
Bordt, M. (1999). Platon. Freiburg: Herder.
Bosch, M. (1977). Ansätze der entwicklungsorientierten Familientherapie, Dissertation (unveröffentl.), 1977.
Bownds, M.D. (1999). The Biology of Mind: Origins and Structures of Mind, Brain, and Consciousness. Canada, Hoboken, N.J.: John Wiley & Sons.
Breuer, J. & Freud, S. (1895/1991). Studien über Hysterie. Nachdruck: Frankfurt am Main: Fischer.
Breuer, J. (1895/1991). Fräulein Anna O. In: J. Breuer & Freud, S. (1991). Studien über Hysterie (S. 20- 40). Frankfurt am Main: Fischer.
Breuer, J. (1978). Die Krankengeschichte Bertha Papenheim. Gefunden im Sanatorium Bellevue. Erstmals abgedruckt in: Hirschmüller, A. (1978). Physiologie und Psychoanalyse in Leben und Werk von Josef Breuer. Jahrbuch der Psychoanalyse [Neue Reihe] Beiheft 4. Bern: Hans Huber.
Brewer, W.F., Spiro R.J., Bruce, B. (Hrsg.) (1980). Theoretical issues in reading comprehension. Perspectives from Cognitive Psychology, Linguistics, Artificial Intelligence, and Education. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
Bröcker, W. (1967). Platos Gespräche. Frankfurt am Main: Klostermann.
Bry, A. (1996). Fritz Perls: Was ist Gestalttherapie? Ein fast vergessenes Interview. Gestaltkritik 2, 96.
Buber, M. (1923). Ich und Du. Nachdruck 1966: Köln: Hegner.
Burke, K. (1969). A grammer of motives. Berkeley, CA: University of California Press.
Burrows, G. & Dennerstein, L. (Hrsg.) (1980). Handbook of hypnosis and psychosomatic medicine. Amsterdam: Elsevier.
Burton, J. & Bodenhamer B.G. (2002). Hypnotic Language. Wales: Crown House Publishing.
Carpenter, M. & Polansky, R.M. (2002). Variety of Socratic Elenchi. In: Scott, G.A. (Hrsg.), Does Socrates have a method? Rethinking the Elenchus in Plato´s Dialogues and Beyond (S. 89-101). Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press.
Caspar, F. & Grawe, K. (1992). Psychotherapie. Anwendung von Methoden oder ein heuristischer integrierender Produktionsprozeß?. Psychologie-Report 7/92, 10 ff.
Chasiotis, A. (1995). Die Mystifikation der Homöostase: Das sozioemotionale Gegenseitigkeitsempfinden als grundlegende psychische Dimension. Gestalt Theory, 1995, 2.
Chessik, R.D. (1982). Sokrates: First Psychotherapist. The American Journal of Psychoanalysis, 42 (1).
Chomsky, N. (1973). Strukturen der Syntax. Den Haag.
Chung, J. (2004). Kulturelle Identität zwischen aufgehender und untergehender Sonne. Disseration der Bergischen Universität Wuppertal – Fachbreich Architektur, Design. Wuppertal.
Clarkson, P. & Fish, S. (1988). Rechilding. Transactional Analysis Journal, 18, 51-59.
Clarkson, P. & Gilbert, M. (1988). Berne's original model of Ego-States. Theoretical considerations. Transactional Analysis Journal, 18, 20−29.
Clarkson, P. (1992). Transactional Analysis Psychotherapy, an integrated approach. London/ New York: Routledge.
Clarkson, P. (1996). Transaktionsanalytische Psychotherapie. Freiburg i.Br.: Herder.

Cohen, E.D. (1995). Philosophical Counselling: Some Roles of Critical Thinking. In: Lahav, R. & M. Da Vanza Tilmanns (1995). Essays on Philosophical Counselling (S. 121- 133). Lanham (Maryland): University Press of America.
Consumer Reports (1995). Mental Health: Does therapy help? November 1995, 734-739.
Cooper, L.F. & Erickson, M. H. (1959). Time distortion in hypnosis. Baltimore: Williams & Wilkins.
Cooper, L.M. (1972). Hypnotic amnesia. In: E. Fromm & R.E. Shor (Hrsg.), Hypnosis: Research. Developments and perspectives. Chicago: Aldine-Atherton.
Cornell, W.F. (1980). Life Script Theory: A critical review from a developmental perspective. Transactional Analysis Journal , 18, 270−282.
Crasilneck, H. & Hall, J. (1985). Clinical hypnosis: principles and applications. London: Grune & Stratton.
Cremerius, J. (1979). Gibt es zwei analytische Techniken? Psyche, 33, 577-599.
Dahms, H.-J. (1994). Positivismusstreit. Die Auseinandersetzung der Frankfurter Schule mit dem logischen Positivismus, dem amerikanischen Pragmatismus und dem kritischen Rationalismus. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Damasio, A.R. (2000). Ich fühle, also bin ich. Die Entschlüsselung des Bewusstseins. München: List.
Damasio, A.R. (2004). Descartes' Irrtum. Fühlen, Denken und das menschliche Gehirn. München: List.
De Shazer, S. (1998). Worte waren ursprünglich Zauber. Lösungsorientierte Kurztherapie in Theorie und Praxis. Dortmund: Borgmann.
Deissler, K.G. & Gergen, K.J. (Hrsg.) (2004). Die Wertschätzende Organisation. Transcript-Verlag.
Deissler, K.G. (1986). Brauchen wir die «Machtmetapher», um unsere zwischenmenschliche Wirklichkeit zu konstruieren? Zeitschrift für Systemische Therapie, 4, 258-268.
Deissler, K.G. (1999). Beiträge zur systemischen Therapie. Marburg: ifam.
Derrida, J. (1976). Of grammatology. Baltimore: John Hopkins University.
Derrida, J. (1990). Die différance. In: Engelmann, P. (Hrsg.), Postmoderne und Dekonstruktion (S. 76-114). Stuttgart: Reclam.
Dilts, R. & Epstein, T. (1991). Systemic NLP - A unified field theory. Ben Lomond: Dynamic Learning Publications.
Dilts, R. & Epstein, T. (1992). Overview of Advanced NLP. Skills & Tools. Ben Lomond: Dynamic Learning Publications.
Dilts, R. (1976). Roots of Neuro-Linguistic Programming. Cupertino: Meta Publications.
Dilts, R. (1985). Strukturen subjektiver Erfahrung. Ihre Erforschung und Veränderung durch NLP. Paderborn: Junfermann.
Dilts, R. (1990). Walt Disney. The Dreamer, The Realist and The Critic. Ben Lomond : Dynamic Learning Publications.
Dilts, R. (1991). Identität, Glaubenssysteme und Gesundheit. Höhere Ebenen der NLP Veränderungsarbeit. Paderborn: Junfermann.
Dilts, R. (1992). Einstein. Geniale Denkstrukturen und Neurolinguistisches Programmieren. Paderborn: Junfermann.
Dilts, R. (1994). Know-how für Träumer. Strategien der Kreativität. NLP und Modelling. Struktur der Innovation. Paderborn: Junfermann.
Dilts, R. (1997). Kommunikation in Gruppen & Teams. Lehren und Lernen effektiver Präsentationstechniken. Angewandtes NLP. Paderborn: Junfermann.
Dilts, R. (1998). Von der Vision zur Aktion. Visionäre Führungskunst. Die Erschaffung einer Welt, der die Menschen zugehören wollen. Angewandtes NLP. Paderborn: Junfermann.
Dilts, R. (2002). Die Veränderung von Glaubenssystemen. NLP Glaubensarbeit. Paderborn: Junfermann.
Dilts, R.B. & DeLozier, J.A. (2000). Encyclopedia of Systemic Neuro-Linguistic-Programming and NLP New Coding. Scotts Valley: NLP University Press.
Diogenes Laertios. Leben und Lehre der Philosophen. Dizingen: Reclam.
Dodson, L.S. (2002). Der Prozess der Veränderung. In: Moskau, G. & G.F. Müller G.F. (Hrsg.), Virginia Satir. Wege zum Wachstum (S. 13- 39). Paderborn: Junfermann.
Döring-Meijer, H. (Hrsg.) (1999). Ressourcenorientiert - Lösungsorientiert. Etwas mehr Spaß und Leichtigkeit in der systemischen Therapie und Beratung. Göttingen: Vanderhoeck & Ruprecht.
Doris, G. (1983). Korzybski and General Semantics. Semantics Bulletin, 50. Reprinted and revised with permission from "Self and Society: European Journal of Humanistic Psychology", Vol. XI, 3, 159-166.

Dornbusch, K.M. & Straube, E.R. (2001). Dissoziative Identitätsstörungen - Überblick zum aktuellen Forschungsstand. In: Silbereisen, R.K. & M. Reitzle (Hrsg.), Psychologie 2000 (S. 355-363). Lengerich: Pabst Science Publishers.
Dowd, E.T. (2000). Cognitive Hypnotherapy. New York: Aronson.
Drego, P.A. (1993). Paradigms and Models of Ego States. Transactional Analysis Journal, 21,1.
Duncan, B.L. & Miller, S.D. (2003). Die Veränderungstheorie des Klienten: Den Klienten im integrativen Prozess beratend um Rat fragen. In: Schemmel, H. & J. Schaller (Hrsg.), Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit (S. 123- 147). Tübingen: dgvt.
Dusay, J.M. & Steiner, C. (1971). Transactional Analysis in Groups. In: Harold, L. & J.Sadock. (Hrsg.), Comprehensive Group Therapy (S. 198- 240). Baltimore: Williams & Wilkins.
Dusay, J.M. (1968). Transactional Analysis. In: Berne, E. (1947/1968). A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis (S. 277- 306). New York: Ballantine Books.
Ebert, Th. (1974). Meinung und Wissen in der Philosophie Platons. Berlin/ New York.
Ebert, W. (2001). Systemtheorien in der Supervision. Opladen: Leske + Budrich.
Eberwein, W. & Schütz, G. (1996). Die Kunst der Hypnose. Dialoge mit dem Unbewußten. Mit Anleitung zur Selbsthypnose. Paderborn: Junfermann.
Eckhardt-Henn, A. & Hoffmann, S.O. (2003). Dissoziative Störungen. In: Egle, U.T., Hoffmann, S.O. & P. Joraschky (Hrsg.), Sexueller Mißbrauch, Misshandlung und Vernachlässigung (S. 393- 509). Stuttgart: Schattauer.
Egle, U.T.; Hoffmann, S.O. & Joraschky, P. (Hrsg.) (2003). Sexueller Missbrauch, Misshandlung und Vernachlässigung. Stuttgart: Schattauer.
Ekkehard, M. (1984). Sokrates als philosophischer Praktiker. In: Achenbach, G.B. (Hrsg.), Philosophische Praxis (S. 131-143). Köln.
Ekkehard, M. (1992). Die Sache des Sokrates. Stuttgart: Reclam.
Ekkehard, M. (1997). Zwischen Gut und Böse. Elementare Fragen angewandter Philosophie. Ditzingen: Reclam. [Sokrates-Interpretationen]
Ellenberger, H.F. (2005). Die Entdeckung des Unbewußten. Bern: Huber.
Elliott, C.H. & Lassen, M.K. (1997). A schema polarity model for case conceptualization, intervention and research. Clinical Psychology, Science and Practice, 4, 12-28.
Ellis, A. & Becker, I. (1982). A guide to personal happiness. North Hollywood: Wilshire Books.
Ellis, A. & Grieger, R. (Hrsg.) (1979). Praxis der rational-emotiven Therapie. München: Urban & Schwarzenberg.
Ellis, A. & Harper, R.A. (1975). A new guide to rational living. Hollywood: Wilshire Books.
Ellis, A. & Hoellen, B. (1997). Die Rational-Emotive-Verhaltenstherapie – Reflexionen und Neubestimmungen. München: Pfeiffer.
Ellis, A. & Wolpe, J. (1994). New Developments in Rational Emotive Behavior Therapy. Heidelberg: Carl Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress “Evolution of Psychotherapy“ 1994, Hamburg).
Ellis, A. & Yeager, R. (1989). Why some therapies don’t work. The dangers of transpersonal psychology. Buffalo, NY: Prometheus.
Ellis, A. (1956). An operational reformulation of some of the basic principles of psychoanalysis. In: The Psychoanalytic Review, 36, 163-180.
Ellis, A. (1957a). How to live with a neurotic: At home and at work. New York: Crown.
Ellis, A. (1957b). Outcome of Employing Three Techniques of Psychotherapy. Journal of Clinical Psychology, 13, 344- 350.
Ellis, A. (1958). Rational psychotherapy. Journal of General Psychology, 59, 35- 49.
Ellis, A. (1971). Growth through Reason. Hollywood: Melvin Powers.
Ellis, A. (1972). What Does Transpersonal Psychology Have to Offer the Art and Science of Psychotherapy? Voices, 8(1), 20-28.
Ellis, A. (1973a). Humanistic Psychotherapy. New York: Julian.
Ellis, A. (1973b). Rational- emotive therapy. In: Corsini, R. (Hrsg.). Current psychotherapies (S. 167-206). Itasca, Ill.:Peacock.
Ellis, A. (1974). Humanistic Psychotherapy. New York: McGraw-Hill.
Ellis, A. (1976). A garland of rational songs. New York: Institute for Rational Living.
Ellis, A. (1977). Fun as Psychotherapy. In: A. Ellis & R. Grieger (Hrsg.), Handbook of rational-emotive therapy (S. 261-270). New York: Springer.
Ellis, A. (1979). Klinisch-theoretische Grundlagen der rational-emotiven Therapie. In: Ellis, A. & R. Grieger. (Hrsg.), Praxis der rational-emotiven Therapie (S.3-36). München: Urban und Schwarzenberg.
Ellis, A. (1980a). Overview of the Clinical Theory of Rational-Emotive Therapy. In: Grieger, R.M. & I. Boyd (Hrsg.), Rational-Emotive Therapy - A Skills-Based Approach. New York: Nostrand Reinhold.

Ellis, A. (1980b). Psychotherapy and atheistic values: A response to A.E. Bergins´s “Psychotherapy and religious values”. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 48, 635- 639.
Ellis, A. (1987). The use of rational humorous songs in psychotherapy. In: W.F. Fry & W.A. Salameh (Hrsg.), Handbook of humor and psychotherapy (S. 265- 285). Sarasota: Professional Ressource Exchange.
Ellis, A. (1988). Training der Gefühle. Landsberg: mvg.
Ellis, A. (1990). How to Think Scientifically About Yourself, Other People, And Your Lifeconditions. Et Cetera: A Review of General Semantics, Summer 1990, 135-141.
Ellis, A. (1991a). Die Philosophische Basis der Rational-Emotiven Therapie (RET). Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie (ZfRET & KVT), 2 (1), 5-19.
Ellis, A. (1991b). General Semantics and Rational-Emotive Therapy. General Semantics Bulletin, 12 – 28.
Ellis, A. (1992). When Aa Doesn't Work for You: Rational Steps to Quitting Alcohol. Barricade Books.
Ellis, A. (1993). Die Rational-Emotive Therapie: das innere Selbstgespräch bei seelischen Problemen und seine Veränderung. München: Pfeiffer.
Ellis, A. (1994). Die revidierte ABC-Theorie der Rational-Emotiven Therapie (RET). Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie (ZfRET & KVT), 5, 23-45.
Ellis, A. (1994a). Rational Emotive Behaviour Therapy I. Heidelberg: Carl Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress “Evolution of Psychotherapy“ 1994, Hamburg).
Ellis, A. (1994b). Rational Emotive Behaviour Therapy II. Heidelberg: Carl Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress “Evolution of Psychotherapy“ 1994, Hamburg).
Ellis, A. (1994c). Live Demonstration of Rational Emotive Behaviour Therapy I. Heidelberg: Carl Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress “Evolution of Psychotherapy“ 1994, Hamburg).
Ellis, A. (1994d). Conversation Hours. Heidelberg: Carl Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress “Evolution of Psychotherapy“ 1994, Hamburg)
Ellis, A. (1994e). Reason and Emotion in Psychotherapy. A Comprehensive Method of Treating Human Disturbances. Revised and Updated. New York: Carol Publishing Group.
Ellis, A. (1996). Better, deeper, and more enduring brief therapy: the rational emotive behavior therapy approach. New York: Brunner/Mazel.
Ellis, A. (1997). Grundlagen und Methoden der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie. München: Pfeiffer.
Ellis, A. (1998a). How to Control Your Anger Before It Controls You. Secaucus, New Jersey: Birch Lane Press.
Ellis, A. (1998b). How to Control Your Anxiety Before It Controls You. Secaucus, New Jersey: Birch Lane Press.
Ellis, A. (1998c). Optimal Aging: Get Over Getting Older. Open Court Publishing Company.
Ellis, A. (2001). Overcoming Destructive Beliefs, Feelings, and Behaviors. Prometheus Books.
Ellis, A. (2003a). Reasons why rational emotive behavior therapy is relatively neglected in the professional and scientific literature. Journal of Rational-Emotive & Cognitive Behavior Therapy, Vol 21 (3-4), 245-252.
Ellis, A. (2003b). Anger: How to Live with and Without It. Secaucus, New Jersey: Citadel Press.
Ellis, A. (2004). Rational Emotive Behaviour Therapy: It Works for Me - It Can Work for You. Prometheus Books.
Ellis, A., Schwartz, D. & Jacobi, P. (2003). Coach dich! Rationales Effektivitäts-Training zur Überwindung emotionaler Blockaden. Ein philosophisch-psychologischer Ratgeber. Hemmer/Wüst.
Engelmann, P. (1990). Einführung: Postmoderne und Dekonstruktion. Zwei Stichwörter zur zeitgenössischen Philosophie. In: ders. (Hrsg.), Postmoderne und Dekonstruktion (S. 5- 33). Stuttgart: Reclam.
English, F. (1980). Was werde ich morgen tun? In: Barnes, G. (Hrsg.), Transaktionsanalyse seit Eric Berne (S. 170- 257). Berlin: Institut für Kommunikationstherapie.
Epstein, E.K., Kellenbenz Epstein, M. & Wiesner, M. (1998). Vom reflektierenden Team zum reflektierenden Prozess. Reflexive Kooperation in einer Kinder- und Jugendpsychiatrie. In: Hargens, J. & A. v. Schlippe (Hrsg.), Das Spiel der Ideen. Reflektierendes Team und systemische Praxis (S. 20- 31). Dortmund: Borgmann.
Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1977). Autohypnotic experiences of Milton H. Erickson M.D. American Journal of Clinical Hypnosis, 20, 36-54.
Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1979). Experiencing hypnosis. New York: Irvington.
Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1981). Hypnotherapie. Aufbau, Beispiele, Forschungen. München: Pfeiffer.

Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1991). Der Februarmann. Persönlichkeits- und Identitätsentwicklung in Hypnose. Paderborn: Junfermann.
Erickson, M.H. (1948/1990). Hypnotic psychotherapy. In: Rossi, E. (Hrsg.), The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. Vol. 4. Innovative hypnotherapy (S. 35-48). New York: Irvington.
Erickson, M.H. (1958/1980). Naturalistic techniques of hypnosis. In: Rossi, E. (Hrsg.), The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. Vol. I. The nature of hypnosis and suggestion (S. 168-176). New York: Irvington.
Erickson, M.H. (1959/1980). Further clinical techniques of hypnosis: Utilization techniques. In: E. Rossi (Hrsg.), The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. Vol. 1. The nature of hypnosis and suggestion (S. 177-205). New York: Irvington.
Erickson, M.H. (1962). The Identification of a Secure Identity. Family Process, 1, 294-303.
Erickson, M.H. (1964/1980). The "Surprise" and "My-Friend-John" techniques of hypnosis: Minimal cues and natural field experimentation. In: Rossi, E. (Hrsg.), The collected papers of Milton H. Erickson on hypnosis. I. The nature of hypnosis and suggestion (S. 340-359). New York: Irvington.
Erickson, M.H. (1966). The Interspersal Technique for Symptom Correction an Pain Control. American Journal of Clinical Hypnosis, 3, 198-209.
Erickson, M.H. (1980). Collected papers. Vol. I–IV. (Edited by Ernest L. Rossi). New York: Irvington.
Erickson, M.H. (1999). Meine Stimme begleitet Sie überallhin. Ein Lehrseminar mit Milton H. Erickson (hrsg. und kommentiert von Jeffrey K. Zeig). Stuttgart: Klett-Cotta. (Original 1980: A teaching seminar with Milton H. Erickson).
Erickson, M.H., Rossi, E.L. & Rossi, S.L. (1976). Hypnotic realities. New York: Irvington.
Erickson, M.H., Rossi, E.L. & Rossi, S.L. (1978). Hypnose. Induktion, psychotherapeutische Anwendung, Beispiele. München: Pfeiffer. (Original 1976: Hypnotic Realities. The Induction of Clinical Hypnosis and Forms of Indirect Suggestion).
Erikson, E.H. (1964). Einsicht und Verantwortung. Hamburg.
Erikson, E.H. (1966). Identität und Lebenszyklus. Frankfurt.
Ernst, H. (Hrsg.) (1991). Welche Therapie? Weinheim, Basel: Beltz. (Psychologie-Heute-Redaktion).
Erskine, R.G. & Zalcmann, U.J. (1979). Das Maschensystem. Neues aus der TA., 3 (12), 125.
Erskine, R.G. (2003). Introjection, psychic presence and parent ego states: considerations for psychotherapy. In: Sills, Ch. & H. Hargaden (Hrsg.), Ego States. Key Concepts in Transaktional Analysis (S. 83-106). London: Worth Publishing.
Erskine, R.G., Clarkson, P., Goulding, R.L., Groder, M.G. & Moiso, C. (1988). Ego state theory: Definitions, description and points of view. Transactional Analysis Journal, 8,6−14.
Ertler, W. (1994). Psychotherapie zwischen Anpassung, Heilung und Emanzipation. Wien: Verlag für Gesellschaftskritik.
Eschenröder, C.T. (1985). Wir rational ist die rational-emotive Therapie? Eine kritische Diskussion der theoretischen Grundlagen und der therapeutischen Methoden der RET. Hypnose und Kognition, 2, 2, 57- 68.
Fairbairn, W.R.D. (1941). A revised psychopathology of the psychoses and psychoneuroses. International Journal of Psychoanalysis, 22, 250-279.
Fairbairn, W.R.D. (1952). Object Relationship and Dynamic Structure. In: Fairbairn: Psychoanalytic Studies of the Personality (S. 137- 151). London: Tavistock Publications. (dt.: Objektbeziehung und dynamische Struktur. In: Kutter, P. (Hrsg.) (1982), Psychologie der zwischenmenschlichen Beziehung (S. 64- 81). Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.)
Fairbairn, W.R.D. (1954). Observations on the nature of hysteric states. British Journal of Medical Psychology, 27, 106-125.
Farrelly, F. & Brandsma, J.M. (1986). Provokative Therapie. Berlin: Springer.
Faust, J. (2000). Zur differenzlogischen Interpretation des sozial-konstruktivistischen Personenpersonkonzeptes. Bochumer Arbeitsgruppe für Sozialen Konstruktivismus und Wirklichkeitsprüfung (Hrsg.). Bochumer Berichte. Heft Nr. 3.
Federn, P. (1952). Ego Psychology and the Psychoses. New York: Basic Books.
Federn, P. (1956). Ichpsychologie und die Psychosen. Bern, Stuttgart: Huber.
Feixas, G. (1992). Constructivismo e integracion en psicoterapia. Revista de Psicoterapia, 3 (12), 101-108.
Fiedler, P. (2001). Dissoziative Störungen und Konversion. Trauma und Traumabehandlung. Weinheim: Beltz.
Figal, G. (1995). Sokrates. München.
Filipp, S.-H. (Hrsg.) (1995). Kritische Lebensereignisse. Weinheim: PVU
Fleck, L. (1980). Entstehung und Entwicklung einer wissenschaftlichen Tatsache. Einführung in die Lehre vom Denkstil und Denkkollektiv. Frankfurt: Suhrkamp.

Fluck, R. (2002). Zur Ironie des Sokrates. Club Dialektik e.V. - Verein zur Förderung der Auseinandersetzung mit dialektischer Philosophie. (Online-Publikation: http://www.club-dialektik.de/texte/ironie_des_sokrates.html, Stand: 2006-05-27).
Fodor, J. (1983). The modularity of mind. Cambridge, Massachusetts: Bradford Book/ MIT Press.
Foerster, H. v. & Pörksen, B. (1999). Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners: Gespräche für Skeptiker. Heidelberg: Carl-Auer.
Foerster, H. v. (1985). Sicht und Einsicht − Versuch einer operativen Erkenntnistheorie. Heidelberg: Carl-Auer Systeme.
Foerster, H. v. (1997). Entdecken oder Erfinden. Wie lässt sich Verstehen verstehen? In: Gumin, H. & H. Meier (Hrsg.), Einführung in den Konstruktivismus (S. 41-89). München: Piper.
Fourie, D.P. (1994). Hypnose. Ein ökosystemischer Ansatz. München: Quintessenz.
Frambach, L. (1996). Salomo Friedlaender/ Mynona (1871-1946). Gestalttherapie. 1, 5-25.
Frankl, V.E. (1975). Theorie und Therapie der Neurosen. München: Reinhardt.
Freud, A. (1936). Das Ich und die Abwehrmechanismen. Wien: Internationaler Psychoanalytischer Verlag.
Freud, S. (1905). Meine Ansichten über die Rolle der Sexualität in der Ätiologie der Neurosen. In: ders. 1942: Gesammelte Werke V (S.149- 159). Frankfurt am Main: Fischer.
Freud, S. (1912/1975). Einige Bemerkungen über den Begriff des Unbewußten in der Psychoanalyse. In: Sigmund Freud. Studienausgabe. Psychologie des Unbewußten (Band III). Herausgegeben von Mitcherlich, A., Richards, A. & J. Strachey. Frankfurt am Main: Fischer.
Freud, S. (1913). Das Interesse an der Psychoanalyse. Gesammelte Werke, Bd. 8. Frankfurt am Main 1960: Fischer..
Freud, S. (1915). Triebe und Triebschicksale. Studienausgabe, Bd. 3. 1982. Frankfurt am Main: Fischer.
Freud, S. (1923). Das Ich und das Es. Studienausgabe, Bd. 3. 1982. Frankfurt am Main: Fischer.
Freud, S. (1930). Das Unbehagen in der Kultur. Studienausgabe, Bd. 9. 1982. Frankfurt am Main: Fischer.
Freud, S. (1933). Das lch und das Es. Ges. W. Bd. XIII, 235-289.
Freud, S. (1933). Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Studienausgabe Bd. 1. 1982. Frankfurt am Main: Fischer.
Freud, S. (1953). Abriß der Psychoanalyse. Frankfurt am Main: Fischer.
Freund, U. (1989). Beliebigkeit, Belegbarkeit, Bedingtheit – Gibt es einen ethischen Rahmen für die Arbeit mit der Metapher des Unbewussten. Hypnose und Kognition, 6, 1, 33- 34.
Friedlaender, S. (1918). Schöpferische Indifferenz. München.
Friedlmeier, W. & Holodynski, M. (Hrsg.) (1999). Emotionale Entwicklung. Heidelberg: Spectrum Akademischer Verlag.
Friedlmeier, W. (1993). Entwicklung von Empathie, Selbstkonzept und prosozialem Handeln in der Kindheit. Diss. Konstanz: Hartung-Gorre Verlag.
Frijda, N.H. (1986). The emotions. Cambridge: Cambridge University Press.
Fromm, E. & Hurt, S.W. (1980). Ego-psychological parameters of hypnosis and other altered states of consciousness. In: Burrows, G.D. & L. Dennerstein (Hrsg.), Handbook of hypnosis und psychosomatic medicine (S. 13-27). Elsevier/North-Holland: Biomedical Press.
Fromm, E. & Nash, M.R. (1997). Psychoanalysis and Hypnoanalysis. Madison, CT: International Universities.
Fromm, E. & Shor, R.E. (1979). Hypnosis. Developments in research and new perspectives. New York: Aldine.
Fromm, E. (1985). Psychoanalyse und Ethik. Bausteine zu einer humanistischen Charakterologie. München: dtv.
Fürstenau, P. (2001). Psychoanalytisch verstehen, systemisch denken, suggestiv intervenieren. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett Cotta.
Gadamer, H.-G. (1987). Sokrates' Frömmigkeit des Nichtwissens. In: ders., Gesammelte Werke, Band 7 (S. 83-117). Tübingen: Mohr.
Gast, U. (2002). Dissoziation und Multiple Persönlichkeitsstörung. 4. Vorlesung der Reihe "Geist, Psyche und Gehirn - inter- und transdisziplinäre Konzepte in der klinisch orientierten Kognitionsforschung", 4. Dezember 2002. Hannover: Medizinische Hochschule Hannover / Philosophische Fakultät, Universität Hannover. (Online- Publikation: www.klinische-psychiatrie.de, Stand: 2006-05-27).
Geerken, H. & Hauff, S. (Hrsg.) (1986). Salomo Friedlaender / Mynona, Alfred Kubin: Briefwechsel. Linz: Literaturverlag Droschl.
Gendlin, E.T. (1982). Fokusing. Salzburg: Otto Müller.

Gerken, K. & Kaye, J. (1992). Beyond Narrative in the Negotiation of Therapeutic Meaning. In: McNamee S. & K. Gerken (Hrsg.), Therapy as Social Construction (S. 166-185). London: Sage.
Gerl, W. (2001). Reframing. In: Revenstorf, D. & B. Peter (Hrsg)., Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin (S. 269-285). Berlin: Springer.
Geyerhofer, S. & Komori, Y. (1999). Die Integration poststrukturalistischer Modelle in der Kurzzeittherapie. Systeme 13 (2), 130-143.
Gigon, O. (1979). Sokrates. Sein Bild in Dichtung und Geschichte. Bern/München: Artemis.
Gilligan, S.G. (1983). Generative Autonomy. Principles for an Ericksonian Therapy. In: Zeig, J. (Hrsg.), Ericksonian Psychotherapy, Vol. I: Structures (S.196- 243). New York: Brunner/ Mazel.
Gilligan, S.G. (1998). Therapeutische Trance. Heidelberg: Carl Auer.
Gilligan, S.G. (2001). Interview with Stephen Gilligan by Astrid Krueger, in Düsseldorf, Germany, Sept 2001. (Online-Publikation http://www.stephengilligan.com/, Stand: 2006-05-27)
Gilligan, S.G. (2004). Liebe dich selbst wie deinen Nächsten. Die Psychotherapie der Selbstbeziehungen. Heidelberg: Carl-Auer.
Gilligan, S.G. (2006). An Interview with Dr. Stephen Gilligan. By Chris & Jules Collingwood. (Online-Publikation: http://www.stephengilligan.com/, Stand: 2006-05-27)
Glöckner, A. (1992). Ausgewählte Grundlagentheorien der Transaktionsanalyse. Privatdruck, Heidelberg.
Golden, W. L. & Dryden, W. (1986). Cognitive-Behavioural Therapies: Common Activities, Divergences and Future Developments. In: Dryden, W. & W.L. Golden (Hrsg.), Cognitive-Behavioural Approaches to Psychotherapy. London: Harper & Row.
Golden, W. L. & Friedberg, F. (1986). Cognitive-Behavioural Hypnotherapy In: Dryden, W. & W.L. Golden (Hrsg.), Cognitive-Behavioural Approaches to Psychotherapy. London: Harper & Row.
Goldstein, K. (1934). Der Aufbau des Organismus. Einführung in die Biologie unter besonderer Berücksichtigung der Erfahrungen am kranken Menschen. Den Haag: Nijhoff.
Gonçalves, O. F. & Machado, P.P.P. (1989). Do Pensamento Absolutista para o Pensamento Dialectico atraves da Terapia Cognitvia. In: Cruz, J.F., Abrunhosa Gonçalves, R. & Machado, P.P.P. (Hrsg.), Psicologia e Educaçao (S. 511- 528).
Gordon, D. & Meyers-Anderson, M. (1981). Phoenix. Therapeutische Strategien von Milton H. Erickson. Hamburg: isko press.
Gordon, D. (1992). Therapeutische Metaphern. Paderborn: Junfermann.
Gottfried, G. & Schildknecht, C. (Hrsg.) (1990). Literarische Formen der Philosophie. Stuttgart: Reclam.
Gottfried, M. (1967). Sokrates. Reinbek: Rowohlt.
Gottwald, P. (1989). Die Rede vom “Unbewussten” im Menschen – ein geistesgefährliches Spiel. Hypnose und Kognition, Band 6, Heft 1, 13-19.
Goulding, M. & Goulding, M.L. (1979). Changing Lives through Redecision Therapy. New York: Brunner/ Mazel.
Goulding, M. & Goulding, M.L. (1981). Neuentscheidung. Stuttgart: Klett-Cotta.
Goulding, M. (2000). „Kopfbewohner“ oder: Wer bestimmt dein Denken? Paderborn: Junfermann.
Grawe, K. & Meyer, A.E. (1994). Vergleichende Psychotherapieforschung I. Heidelberg: Carl Auer. (Audio-Mitschnitt vom Weltkongress “Evolution of Psychotherapy“ 1994, Hamburg).
Grawe, K. (1992). Psychotherapieforschung zu Beginn der neunziger Jahre. Psychologische Rundschau ,43, 132-162.
Grawe, K. (1994a). Psychoanalytische Illusionen und empirische Wirklichkeit. Psychotherapeut, 39, 309-313.
Grawe, K. (1994b). Was sind die wirklich wirksamen Ingredienzien der Psychotherapie? (Online-Publikation: http://www.psychotherapie.org/klaus/ref-grawe.htm, Stand: 2006-05-27)
Grawe, K. (2000). Psychologische Therapie. Göttingen: Hogrefe.
Grawe, K. (2004). Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe.
Grawe, K., Bernauer F. & Donati, R. (1990). Psychotherapien im Vergleich: Haben wirklich alle einen Preis verdient? Psychother. med. Psychol., 40, 102-114.
Grawe, K., Caspar F. & Ambühl, H. (1990). Die Berner Therapievergleichsstudie. Klinische Psychologie, 19, 294-376.
Grawe, K., Donati, R. & Bernauer, F. (1994). Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Göttingen: Hogrefe.
Greenberg, L.S., Rice, L. & Elliott, R. (1993). Faciliating emotional change: The moment to moment process. New York: Guilford.
Greimas, A. (1993). Semiotica of passion. Minneapolis: University of Minnesota Press.

Grinder, J. & DeLozier, J. (1995). Der Reigen der Daimonen. Vorbedingungen persönlichen Genies. Paderborn: Junfermann.
Griswold, C.L. (1988). Platonic Readings, Platonic Writings. New York: Routledge.
Grochowiak, K. & Heiligtag S. (2002). Die Magie des Fragens oder warum es keine unschuldigen Fragen gibt. Handbuch für kommunikative Kompetenz. Paderborn: Junfermann.
Gröschke, D. (1981). Moralische Behandlung und direktive Psychotherapie. Über kulturelle Tradition in der modernen Psychotherapie. Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie, 29, 342- 352.
Gross, R. (2002). Socrates way. Seven master keys to using your mind to the utmost. New York: Penguin Putnam.
Grote, G. (1865). Plato and the Other Companions of Socrates. 3 vols. London: John Murray.
Guidano, V.F. & Liotti, G. (1985). A constructivist foundation for cognitive therapy. In: Mahoney M.J. & A.F. Freeman (Hrsg.), Cognition and psychotherapy (S.101-142). New York: Plenum Press.
Guidano, V.F. (1996). Constructivist psychotherapy: A theoretical framework. In: Neimeyer R.A. & M.J. Mahoney (Hrsg.), Constructivism in psychotherapy (S.101-142). Washington: APA.
Gutmann, M. (2003). Die dialogische Pädagogik des Sokrates – Ein Weg zu Wissen, Weisheit und Selbsterkenntnis. European Studies in Education. Münster: Waxmann.
Habermas, J. (1981). Theorie des kommunikativen Handelns. Frankfurt: Suhrkamp.
Hagehülsman, U. & Hagehülsman H. (1998). Der Mensch im Spannungsfeld seiner Organisation. Paderborn: Junfermann.
Haley, J. (1967). Advanced Techniques of Hypnosis and Therapy. Selected Papers of Milton H. Erickson. M.D.. Boston: Allyn and Bacon.
Haley, J. (1978). Die Psychotherapie Milton H. Ericksons. München: Pfeiffer.
Haley, J. (1988). Milton Ericksons Beitrag zur Psychotherapie. Hypnose und Kognition, Band 5, Heft 2, 19-33.
Haley, J. (1999). Therapie lehren & lernen. Paderborn: Junfermann.
Haley, J. (Hrsg.) (1985). Conversations With Milton H. Erickson, M.D., Volume III: Changing Children and Families. New York /London: Triangle Press, Norton & Co Ltd.
Hantke, L. (1999). Trauma und Dissoziation. Modelle der Verarbeitung traumatischer Erfahrungen. Berlin: Wiss. Verlag.
Hargens, J. & Schlippe, A.v. (Hrsg.) (1998). Das Spiel der Ideen. Reflektierendes Team und systemische Praxis. Dormund: borgmann.
Harris, T.A. (1992). Ich bin o.k. Du bist o.k. Eine Einführung in die Transaktionsanalyse. Hamburg: Rowohlt.
Hartmann, H. (1939). Ich-Psychologie und Anpassungsproblem. Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse, 24, 62-135.
Hartmann, T. (2000). ADD: Veränderungen selbst bewirken. Lübeck: Schmidt-Römhild.
Hassan, S. (1993). Ausbruch aus dem Bann der Sekten. Psychologische Beratung für Betroffene und Angehörige. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
Haug, F. (1994). Kritik der Rollentheorie. Hamburg: Argument-Verlag.
Havens, R. (2003). Hypnotherapy Scripts: A Neo-Ericksonian Approach to Persuasive Healing. New-York: Routledge-Brunner.
Heckmann, G. (1981). Das Sokratische Gespräch. Erfahrungen in philosophischen Hochschulseminaren. Hannover: Hermann Schroedel.
Hege, M. (1998). Feldtheorie und Systemtheorie. In: Schattenhofer K. & W. Weigand (Hrsg.), Die Dynamik der Selbststeuerung. Beiträge zur Angewandten Gruppendynamik (S. 39- 52). Opladen, Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
Hegel, G.W.F. (1996). Vorlesungen über die Geschichte der Philosophie. Band I (Werke Band 18). Frankfurt am Main.
Heider, F. (1958). The Psychology of Interpersonal Relations. New York: Wiley.
Hennig, G. & Pelz, G. (1999). Transaktionsanalyse. Lehrbuch für Therapie und Beratung. Freiburg: Herder.
Heraklit (2000). Fragmente. Hrsg. von Bruno Snell. Bern/ München: Artemis und Winkler.
Hesse, U.P. (2003). Teilearbeit: Konzepte von Multiplizität in ausgewählten Bereichen moderner Psychotherapie. Heidelberg: Verlag für Systemische Forschung im Carl-Auer-Systeme Verlag.
Hilgard, E. & Hilgard, J. (1983). Hypnosis and the relief of pain. Los Angeles, CA: Kaufman.
Hilgard, E.R. (1965). Hypnotic susceptibility. New York: Harcourt, Brace & World.
Hilgard, E.R. (1973). A neodissociation interpretation of pain reduction in hypnosis. Psychological Review: 1973/1980, 396-411.

Hilgard, E.R. (1974). Towards a neodissociation theory: Multiple cognitive controlls in human functioning. Perspectives in Biology and Medicine, 17, 301- 316.
Hilgard, E.R. (1977). Divided consciousness: multiple controls in human thought and action. New York: Wiley.
Hilgard, E.R. (1979). Imaginative and sensory-affective invorlvements: in everyday life and in hypnosis. In: E. Fromm, E. & R. Shorr (Hrsg.), Hypnosis: Developments in research and new perspectives (S. 483-517). New York: Aldine.
Hilgard, E.R. (1985). Conscious and unconscious processes in hypnosis. In: Waxman, D., Misra, P.C., Gibson, M. & M.A. Basker (Hrsg.), Modern trends in hypnosis. New York: Plenum Press.
Hilgard, E.R. (1989). Eine Neo-Dissoziationstheorie des geteilten Bewusstseins. In: Kraiker, C. & Peter, B. (Hrsg.), Hypnose und Kognition, Band 6, Heft 2. München: MEG.
Hilgard, E.R. (1994). Neodissociation Theory. In: Lyinn, S.J. & J.W. Rhue (Hrsg.), Dissociation: Clinical and Theoretical Perspectives (S. 32- 51). New York: Guilford Press.
Hilgard, J.R. & LeBron, S. (1982). Relief of anxiety and pain in children and adolescents.
Hilgard, J.R. & Morgan, A.H. (1978). Treatment of anxiety and pain in childhood cancer through hypnosis. In: Funkel F.H. & H.S. Zamansky (Hrsg.), Hypnosis at its bicentennial. New York: Plenum.
Hilgard, J.R. (1970). Personality and hypnosis: A study of imaginative involvement. Chicago: University of Chicago Press.
Hilgartner, C.A. (1968). General Semantics, Psychotherapy and the Logic of Science. In: Etc.: A Review of General Semantics, 25, 3.
Hochgerner, M., Hoffmann-Widhalm, H., Nausner, L. & Wildberger, E. (Hrsg.) (2004). Gestalttherapie. Wien: Facultats.
Hoellen, B. (1986). Stoizismus und rational-emotive Therapie (RET). Ein Vergleich. Pfaffenweiler: Centauru.
Hoellen, B. (1992). Emotionen in der Rational-Emotiven- Therapie (RET). Ihre Bedeutung und Handhabung im therapeutischen Prozess. Zeitschrift für Rational-Emotive Therapie & Kognitive Verhaltenstherapie, 3(1), 5-37.
Hoellen, B. (1993). Richard Huelsenbeck und Albert Ellis. Zeitschrift für Rational-Emotive Therapie & Kognitive Verhaltenstherapie, 4 (1), 5-37.
Hoerster, N. (1983). Klassiker philosophischen Denkens. 2 Bände. München: dtv.
Höffe, O. (2005). Kleine Geschichte der Philosophie. München: Beck.
Hoffman, L. (1982). Grundlagen der Familientherapie. Hamburg: isko press.
Höfner, E. & Schachtner, H.U. (1995). Das wäre doch gelacht! Humor und Provokation in der Therapie. Reinbek: Rowohlt.
Höll, K. (2003). Anarchismus, Existenzphilosophie und Tao. International Gestalt Journal, 26, 2.
Hörmann, H. (1980). Der Vorgang des Verstehens. In: Kühlwein, W. & A. Raasch (Hrsg.), Sprache und Verstehen, Bd. 1. (S. 17- 29). Tübingen: Narr.
Horowitz, M.J. (1991). Person schemas and maladaptive interpersonal behavior. Chicago: University of Chicago Press.
Horster, D. (1988). Sokrates. In: Lutz, B. (Hrsg.), Philosophen-Lexikon (S. 735- 739). Stuttgart.
Horster, D. (1994). Das Sokratische Gespräch in Theorie und Praxis. Opladen: Leske.
Hubble, M.A., Duncan B.L. & Miller, S.D. (Hrsg.) (2001). So wirkt Psychotherapie. Empirische Ergebnisse und praktische Folgerungen. Dortmund: VML.
Hurley, D. (2004). From Therapy's Lenny Bruce: Get Over It! Stop Whining! In: New York: New York Times vom 4. Mai.
Hüther, G. (1997). Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden. Weinheim: PVU.
Hutterer, R. (1996). Die Consumer Reports Studie: Längere Psychotherapien sind effektiver. Psychotherapie Forum, Supplement, 4, 1, 2-6.
Icheiser, G. (1970). Appearances and Reality. San Francisco: Jossey-Bass.
Inhelder, B. & Piaget, J. (1977). Von der Logik des Kindes zur Logik des Heranwachsenden. Olten: Walter.
IRET (1992). Student Evaluation Form. Primary Practicum Certificate Practicum. Orlando, Florida: IRET (Institutseigener Bewertungsbogen für das Führen von Therapiegesprächen).
Jacobi, J. (2003). Die Psychologie von C. G. Jung. Eine Einführung in das Gesamtwerk. Frankfurt am Main: Fischer.
Jacobs, S. (1989). Karl Popper and Albert Ellis: Their ideas on psychology and rationality compared. Journal of rational-emotive & cognitive-behavior therapy, 7, 3,173.
Jaeggi, E. (1982). Sind kognitive Therapien »gefühllos«? Zeitschrift für personenzentrierte Psychologie und Psychotherapie, 1, 79-91.

Jaeggi, E. (1991). Das Menschenbild der Kognitiven Verhaltenstherapie. In: Ernst, H. (Hrsg.), Welche Therapie (S. 39-57). Weinheim: Beltz.
James, W. (1892). The stream of consciousness. From Psychology (Chapter XI). Cleveland/ New York: World.
Janet, P. (1889). L`Automatisme psychologique. Paris: Alcan.
Janet, P. (1893). Préface. In: ders. (1889). L`Automatisme psychologique. Paris: Alcan. vii-xxi
Janet, P. (1904). L'amnesie et la dissociation des souveniers. Journal de Psychologie, 1, 28–37.
Jaspers, K. (1975). Die maßgeblichen Menschen. Sokrates, Buddha, Konfuzius, Jesus. München.
Jochims, I. (1995). NLP für Profis. Glaubenssätze & Sprachmodelle. Paderborn: Junfermann.
Johnson, D.J. (1983). “I am now talking with your right hemisphere”. A critical Evaluation of the Lateralization Hypothesis. In: J. Zeig (Hrsg.), Ericksonian Psychotherapy, Vol. I Structures (S. 448-458). New York: Brunner/ Mazel.
Johnson, W. (1946). People in Quandaries: The Semantics of Personal Adjustment. San Francisco: International Society for General Semantics, 83-86.
Jokisch, R. (1996). Logik der Distinktionen. Zur Protologik einer Theorie der Gesellschaft. Opladen: Westdeutscher Verlag.
Jokisch, R. (1999). Paradigmawechsel innerhalb der Wissenschaften, speziell innerhalb der Soziologie. (Online-Publikation: http://www.tuberlin.de/~society/Jokisch_GB_Paradigmawechsel.htm, Stand: 2006-05-27)
Jung, C.G. (1962). Psychologie und Religion. Zürich: Rascher.
Jung, C.G. (1990). Über die Psychologie des Unbewussten. Frankfurt am Main: Fischer.
Jung, C.G. (2003). Typologie. München: dtv.
Jung, M. (2001). Sokrates. Tod, wo bleibt dein Stachel? Perspektiven der Menschlichkeit. Lahnstein: Emu-Verlags-GmbH.
Jürgens, G. (1983). Überblick zur Familientherapie: Ausbildung, berufliche Situation, Supervision. In: Schneider, K. (Hrsg.), Familientherapie aus der Sicht therapeutischer Schulen. Paderborn: Junfermann.
Kahler,T. & Caspers, H. (1974). The miniscript. Transactional Analysis Journal, 4, 1, 79-87.
Kaplan-Solms, K. (2003). Neuropsychoanalyse. Stuttgart: Klett-Cotta.
Kelly, G.A. (1955). A theory of personality: The psychology of personal constructs. New York: Norton.
Kemmler, L. (1993). Albert Ellis zum achtzigsten Geburtstag. Eine Umfrage. Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie (ZfRET & KVT), 45-48.
Kessels, J. (2001). Die Macht der Argumente. Die sokratische Methode der Gesprächsführung in der Unternehmenspraxis. Weinheim: Beltz.
Keßler, B.H. & Hoellen, B. (1982). Rational-emotive Therapie in der klinischen Praxis. Eine Einführung. Weinheim: Beltz Verlag.
Keßler, B.H. (1983). Rational-emotive Therapie. In: Corsini, R.J. (Hrsg.), Handbuch der Psychotherapie (S. 1105- 1126), Bd.2. Weinheim: Beltz.
Keßler, B.H. (1992). Rational-emotive Therapie. In: Asanger, R. (Hrsg.), Handwörterbuch Psychologie (S. 640- 644). Weinheim: PVU.
Keyser, C. (1927). Mole philosophy & other essays. New York: E Dutton.
Kierkegaard, S. (1929). Der Begriff der Ironie mit ständiger Rücksicht auf Sokrates. Übers. von Wilhelm Rütemeyer. München: Kaiser.
Kierkegaard, S. (1991). Gesammelte Werke, Hrsg. von Emanuel Hirsch und Hayo Gerdes, Abt. 31 (Der Begriff der Ironie) und Abt. 16 (Abschließende unwissenschaftliche Nachschrift).
Kiesler, D.J. (1994). Standardization of Intervention: The Tie that binds Psychotherapy. In: Talley, F, Strupp, H. & S.F. Butler (Hrsg.), Psychotherapy Research and Practice: Bridging the Gap. New York: Basic Books.
Kleinmann, H.J. (1980). Einige kritische Anmerkungen zum Irrationalitätskonzept von Albert Ellis. RET-Report,1, 27-35.
Knappe, T.A. & Straßburg, J. (2005). Einfach Coaching! Das Praxishandbuch für Führungskräfte, Projektleiter und Personalverantwortliche. Schilling Gert.
Kodish, B.I. & Kodish, S.P. (2001). Drive Yourself Sane. Using the Uncommon Sense of General Semantics. Foreword by Albert Ellis, Ph.D. Pasadena, CA: Extensional Publishing.
Kodish, B.I. (2005). General Semantics and Non-Verbal Awareness. Institute of General Seminatics. (Online-Publikation: http://learn-gs.org/learningctr/bk-nv.htm, Stand: 2006-05-27).
König, E. & Volmer, G. (2005). Systemisch Denken und Handeln. Weinheim: Beltz.
Korzybski, A. (1933). Science and Sanity. An Introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics. New York: International non-Aristotelian Library.

Korzybski, A. (1951). The Role of Language in the Perceptual Processes. In: Blake, R.R. & G.V. Ramsey (Hrsg.), Perception: An Approach to Personality (S. 170- 205). New York: The Ronald Press Company.
Korzybski, A. (1983[5]). Science and Sanity. An Introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics. Englewood, NJ: Institute of General Semantics.
Kossak, H.-C. (1989). Hypnose. München: PVU.
Kossak, H.-C. (2004). Hypnose. Lehrbuch für Psychotherapeuten und Ärzte. Weinheim: Beltz.
Kraiker, C. (1989). Besessen vom Unbewussten. In: Hypnose und Kognition, 6 (1), 3-13.
Kraiker, C. (1996). Suggestionen im wissenschaftlichen Diskurs. Hypnose und Kognition, 13, 115-125.
Krämer, H.J. (1995). Arete bei Platon und Aristoteles. Heidelberg.
Kreeft, P. (2004). Socratic Logic. A Logic Text Using Socratic Method, Platonic Questions, and Aristotelian Principles. South Bend: St Augustine´s Press.
Kriz, J. (1998). Archetypische Ordnungen. Die Begegnung von Physik und Psychotherapie. Vortrag vom 8.-10. Mai. Mühlheim/ Ruhr: Sonderband der Ev. Akademie.
Kriz, J. (2001). Grundkonzepte der Psychotherapie. Eine Einführung. München: PVU.
Kroger, W. (1977). Clinical and experimental hypnosis. Philadelphia: Lippincott.
Kuhn, T.S. (1967). Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Kuhn, T.S. (2002). Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Kutschera, F.v. (2002). Platons Philosophie. Band 1. Paderborn: Mentis.
Landmann, M. (1950). Elenktik und Maieutik. Drei Abhandlungen zur antiken Psychologie. Bonn: H. Bouvier und Co.
Langer, E. & Weinman, C. (1981). When Thinking Disrupts Intellectual Performance: Mindlessness on an Overlearned Task. Personality and Social Psychology, 7, 240-243.
Langer, E. (1989). Mindfulness. Reading. MA: Addsion-Wesley. (Deutsch: Langer, E. (1991). Fit im Kopf. Reinbek: Rowohlt).
Langer, E. (1997). The Power of Mindful Learning. Reading. MA: Addison-Wesley.
Langer, E., Bashner, R. & Chanowitz, B. (1985). Decreasing Prejudice by Increasing Discrimination. Journal of Personality and Social Psychology, 49, 113-120.
Langer, E., Piper, A. & Friedus, J. (1986). Preventing Mindlessness: A Positive Side of Dyslexia. Harvard.
Laurence, J.R. & Tremblay, M. (1996). Awareness, Automaticity and Control Issues in Implicit and Explicit Memory: Are Information Processing, Hypnotizability, Absorption and Imagery Contributing Factors? Unpublished Manuscript. Montreal, Quebec: Concordia University.
Laurence, J.R. (1991). Comportement et experience hypnotique: Un modele synergique. Phoenix, 11-12, 106-120.
Laurence, J.R., Blatt, T., Maestri, D. & Khodaverdi-Khani, M. (1997). Differential Acquisition of Automatic Responses among High and Low Hypnotizable Subjects. Paper presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois, August 15-19.
Lazarus, A.A. (1997). Brief but comprehensive psychotherapy: The multimodal way. New York: Springer.
Lazarus, R.S. & Smith, C.A. (1988). Knowledge and appraisal in the cognition-emotion relationship. Cognition and Emotion, 2, 281- 300.
Lazarus, R.S. (1991). Emotion and adaptation. New York: Oxford University Press.
Leahy, R.L. (1996). Cognitive Therapy: Basic Principles and Applications. Chapter 2: Historical context of cognitive therapy. American Institute for Cognitive Therapy, NYC and Weill-Cornell University Medical College. Jason Aronson Publishers.
Lee, A. (2003). The Mirror-Exercice: creating new ego states now – a constructivist approach. In: Sills, Ch. & H. Hargaden (Hrsg.), Ego States. Key Concepts in Transaktional Analysis (S.73-83). London: Worth Publishing.
Lenk, W. (1990). Behandlung von Sprachproblemen eines bilingualen Griechen. Hypnose und Kognition, 7(2), 34-43.
Lesher, J.H. (2002). Parmenidean Elenchos. In: Scott, G.A. (Hrsg.), Does Socrates have a method? Rethinking the Elenchus in Plato´s Dialogues and Beyond (S. 19-36). Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press.
Levin, P. (1982). The Cycle of Development. TAJ (Transactional Analysis Journal), 12 (2),129-139.
Lewandowski, T. (1990). Linguistisches Wörterbuch 1-3. Heidelberg: Quelle und Meyer. Lotz, N.W. (1995). FIRST – Papers zur RE(V)T. Frankfurt am Main: First.
Lotz, N.W. (1996). Das Flußdiagramm der Rational-emotiven Verhaltenstherapie REVT. Ein Arbeitsbuch für Beratung und Therapie. Frankfurt am Main: First.
Luciano, C. (1995). Alles fließt, sagt Heraklit. München: btb.

Luciano, C. (2000). Ach, Aristoteles! Anleitung zum Umgang mit Philosophen. Hamburg: Europäische Verlagsanstalt.
Luhmann, N. (1987). Soziale Systeme, Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Luhmann, N. (1991). Wie lassen sich latente Strukturen beobachten? In: Watzlawick, P. & P. Krieg, (Hrsg.), Das Auge des Betrachters - Beiträge zum Konstruktivismus: Festschrift Heinz von Foerster (S. 61-74). München: Carl-Auer-Systeme.
Lyotard, J.-F. (1990). Beantwortung der Frage: Was ist postmodern? In: Engelmann, P. (Hrsg.), Postmoderne und Dekonstruktion (S. 33-49). Stuttgart: Reclam.
Macha, H. & Solzbacher, C. (Hrsg.) (1996). Zur Aktualität des personalen Menschenbildes. Beiträge zur Pädagogischen Anthropologie. Frankfurt am Main: Peter Lang.
Macha, H. (1989). Pädagogisch-anthropologische Theorie des Ich. Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
Macha, H. (1996). Die Fortschreibung des personalen Menschenbildes durch die systemische Pädagogik – die Welt der Kinder in den ersten Lebensjahren. In: Macha, H. & C. Solzbacher (Hrsg.), Pädagogisch-anthropologische Theorie des Ich. Bad Heilbrunn: Klinkhardt.
MacIntyre, A. (1995). Geschichte der Ethik im Überblick. Weinheim: PVU.
Mackenthun, G. (1997). Länger hilft besser. Frankfurter Rundschau. 18. Januar 1997.
Mahoney, M.J. (1977). Kognitive Verhaltenstherapie. München: Pfeiffer.
Mahoney, M.J. (1991). Human change processes. The scientific foundations of psychotherapy. New York: Basic Books.
Mahoney, M.J. (1993). Introduction to special section: Theoretical developments in the cognitive psychotherapies. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61, 187-193.
Mahrer, A.R. (1989). The integration of psychotherapies. New York: Human Science Press.
Malorny, C. & Schwarz, W. (1997). Die Sieben Kreativitätswerkzeuge. K. 7: Innovationsfähigkeit stärken. In: Biermann, T. & G. Dehr (Hrsg.), Innovation mit System (S. 79-105). Berlin: Springer.
Maranhao, T. (1986). Therapeutic Discourse and Soractic Dialoge. Wisconsin: University of Wisconsin Press.
Margraf, J. (Hrsg.) (1996). Handbuch der Verhaltenstherapie. Heidelberg: Springer.
Marinoff, L. (2003). Bei Sokrates auf der Couch. Philosophie als Medizin für die Seele. München: dtv.
Martens, E. (1992). Die Sprache des Sokrates. Stuttgart: Reclam.
Maslow, A.H. (1991). Motivation und Persönlichkeit. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt. (Original 1954: Motivation and Personality.)
Masson, J.M. (1988). Die Abschaffung der Psychotherapie. Ein Plädoyer. München: Bertelsmann.
Matte-Blanco, I. (1975). The unconscious as infinite sets. London: Duckworth.
Maturana, H.R. & Varela, F. (1987). Der Baum der Erkenntnis. Wie wir die Welt durch unsere Wahrnehmung erschaffen – die biologischen Wurzeln des menschlichen Erkennens. München: Piper.
Maultsby, M.C. (1975). Help yourself to happiness through rational self-counseling. Boston, Marlborough: Herman.
Mayer, E. (1989). Von Gehirnen, Seelen und Sprachen. Hypnose und Kognition, 6 (1), 43-49.
McClendon, T. (2003). The Wild Days. Über die Anfänge des NLP 1972-1981. Paderborn: Junfermann (Original 1989: The Wild Days. NLP 1972-1981).
McDermott, I. & O'Connor, J. (1997). NLP und Gesundheit. Die offenen Geheimnisse der Gesunden. Freiburg im Breisgau : VAK.
McKim, R. (1988). Shame and Truth in Plato´s Gorgias. In: Griswold, C.L., Platonic Readings, Platonic Writings (S. 34-39). New York: Routledge.
Mees, U. (1991). Die Struktur der Emotionen. Göttingen: Hogrefe.
Mertens, W. (1990). Einführung in die psychoanalytische Therapie. Band1. Stuttgart: Kohlhammer.
Mertens; W. (1994). Psychoanalyse auf dem Prüfstand? Eine Erwiderung auf die Meta-Analyse von Klaus Grawe. Berlin, München.
Migge, B. (2005). Handbuch Coaching und Beratung. Wirkungsvolle Modelle, kommentierte Falldarstellungen, zahlreiche Übungen. Weinheim: Beltz.
Miller, G.A. (1956). The magical number seven, plus or minus two: Some Limits on our capacity for processing information. The Psychological Review, 63, 2, 81-97.
Miller, G.A., Galanter, E. & Pribram, K. H. (1991). Strategien des Handelns. Pläne und Strukturen des Verhaltens. Stuttgart: Klett-Cotta . (Original 1960: Plans and the Structure of Behavior).
Mitmansgruber, H. (2003). Kognition und Emotion. Die Regulation von Gefühlen im Alltag und bei psychischen Störungen. Bern: Verlag Hans Huber.
Montgomery. R.W. (1993). The ancient Origins of Cognitive Therapy: The Reemergence of Stoicism. Journal of Contemporary Psychotherapy, 17(4), 250-269.

Moser, T. (1993). Der Trend zu einer integrativen Therapie. Vortrag von Tilmann Moser zur 8. Arbeitstagung des WAP vom 20. bis 25. März 1993. (Online-Publikation: http://www.tilmannmoser.de/essays.html, Stand: 2.03.2006)
Moskau, G. & Müller G.F. (2002) (Hrsg). Virginia Satir. Wege zum Wachstum. Paderborn: Junfermann.
Mücke, K. (1998). Systemische Beratung und Psychotherapie. Berlin: ÖkoSystemeVerlag.
Müssen, P. (1995). Konstruktivismus und die sokratische Methode der Maieutik. Delfin. Eine deutsche Zeitschrift für Konstruktion, Konstruktivismus und Ethik. Rheda-Wiedenbrück: Poiesis.
Mussen, P.H., Conger, J.J., Kagan, J. & Huston, A.C. (1993). Lehrbuch der Kinderpsychologie. Stuttgart: Klett-Cotta.
Nadon, R., Laurence, J. R. & Perry, C. (1987). Multiple predictors of hypnotic susceptibility. Journal of Personality and Social Psychology, 58, 948-960.
Nadon, R., Laurence, J. R. & Perry, C. (1991). The Two Disciplines of Scientific Hypnosis: A Synergistic Model. In: Lynn, S.J. & J.S. Rhue (Hrsg.), Theories of Hypnosis. Current Models and Perspectives (S. 485- 519). New York: Guilford Press.
Nadon, R., Laurence, J.R. & Perry, C. (1987). Multiple predictors of hypnotic susceptibility. Journal of Personality and Social Psychology, 53, 948- 960.
Naranjo, C. (1998). Gestalttherapie als dionysischer Existentialismus. Gestalttherapie, 12, 22-37.
Nausner, L (2004). Anthropologische Grundlagen der Integrativen Gestalttherapie. In: Hochgerner, M., Hoffmann-Widhalm, H., Nausner, L. & E. Wildberger (Hrsg.), Gestalttherapie (S. 37- 52). Wien: Facultats.
Neimeyer, R.A. & Feixas, G. (1990). Constructivist contributions to psychotherapy integration. Journal of Integrative and Eclectic Psychotheray, 9 (1), 4-20.
Neisser, U. (1967). Cognitive psychology. New York: Appleton-Century-Crofts.
Neisser, U. (1976). Cognition and reality. San Francisco: W.H. Freeman.
Nelson, L. (1929). Die sokratische Methode. Göttingen: Verlag „Öffentliches Leben“.
Nelson, L. (1970). Die sokratische Methode. In: ders., Gesammelte Schriften in neun Bänden, Band 1, Hamburg.
Nelson, L. (2002). Die sokratische Methode. In: Birnbacher, D. & D. Krohn (Hrsg.), Das sokratische Gespräch. Stuttgart: Reclam.
Nerin, W.F. (2002). Virginia Satirs Familienrekonstruktion: Ein Spiegel ihrer Persönlichkeit. In: Moskau, G. & G.F. Müller (Hrsg.), Virginia Satir. Wege zum Wachstum (S. 163-183). Paderborn: Junfermann.
Nestle, W. (1973). Einleitung zu: Platon. Hauptwerke. Stuttgart: Kröners Taschenausgabe. Bd. 69.
Nestmann, F. (1992). Beratung. In: Asanger, R. (Hrsg.), Handwörterbuch Psychologie (S. 78- 84). Weinheim: PVU.
Nickel, G. (1987). Einführung in die Linguistik: Entwicklung, Probleme, Methoden. Berlin: Schmidt, S.
Niehues-Pröbsting, H. (1987). Überredung zur Einsicht: der Zusammenhang von Philosophie und Rhetorik bei Platon und in der Phänomenologie. Frankfurt am Main: Klostermann.
Nocross, J.C. & Goldfried, M.R. (Hrsg.) (1992). The handbook of psychotherapy integration. New York: Basic Books.
Norcross, J.C. & Newman, C.F. (1992). Psychotherapy integration: Setting the context. In: Norcross, J.C. & M.R. Goldfried (Hrsg.), Handbook of psychotherapy integration (S. 3- 45). New York: Basic Books.
Oatley, K. & Johnson-Laird, P.N. (1987). Towards a cognitive theory of the emotions. Cognition and Emotion, 1, 29-50.
Orens, J.R. (1986). The First Rational Therapist: George Lincoln Walton and Mental Training. Journal of Rational-Emotive Therapy, 4 (2), 180-184.
Orne, M.T. (1959). The nature of hypnosis: Artifact and essence. Journal of Abnormal and Social Psychology, 58, 27-299.
Orne, M.T. (1966). On the mechanisms of posthypnotic amnesia. International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis, 58, 227-299.
Ornstein, R. (1992). Multimind. Ein neues Konzept des menschlichen Geistes. Paderborn: Junfermann.
Ortony, A., Clore, G.L. & Collins, A. (1988). The cognitive structure of emotions. Cambridge: Cambridge University Press.
Orzessek, A. (2000). Die hinterlistige Kunst der Rede. Es sind fast immer gewiefte Rhetoriker, die die Rhetorik mies machen: Vom Ethos der Wörter und vom Pathos der Verführer. Süddeutsche Zeitung, Nr. 83 vom 8./9. April.
Osborn, A.F. (1953). Applied Imagination. New York.

Parkinson, B. (1995). Ideas and realities of emotion. London: Routledge.
Parmenides. (1985). Über das Sein. Stuttgart: Reclam.
Patzig, G. (1983). Platon. In: Hoerster, N. (Hrsg.), Klassiker des philosophischen Denkens, Band 1: Platon, Aristoteles, Thomas von Aquin, Descartes, Spinoza, Locke, Leibniz, Berkeley. München: Dtv.
Pawloski, K. & Riebsahm, H. (2000). Suggestion. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
Penfield, W. (1952). Memory Mechanism. American Medical Association. Archives of Neurology and Psychiatry, 67, 178-198.
Perls, F.S. (1981). Gestalt-Wahrnehmung. Verworfenes und Wiedergefundenes aus meiner Mülltonne. Frankfurt am Main: Verlag für Humanistische Psychologie.
Perls, F.S. (1982). Das Ich, der Hunger und die Aggression. Die Anfänge der Gestalt-Therapie. Stuttgart: Klett-Cotta.
Perls, F.S. (1986). Gestalttherapie in Aktion. Stuttgart: Klett-Cotta.
Perls, F.S. (1992). Gestalt - Wachstum - Integration. Aufsätze, Vorträge, Therapiesitzungen. Paderborn: Junfermann.
Perls, F.S. (2002). Grundlagen der Gestalt-Therapie. Einführung und Sitzungsprotokolle. Stuttgart: Klett-Cotta.
Perls, F.S., Hefferline, R.E. & Goodman, P. (1981). Gestalt-Therapie (Theoretische Grundlagen). Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung. Stuttgart: Klett-Cotta.
Perris, C. (1988). The Foundations of Cognitive Psychotherapy and Its Standing in Relation to Other Psychotherapies. In: Perris, C., Blachburn, I. M. & H. Perris (Hrsg.), Cognitive Psychotherapy. Berlin: Springer.
Perry, C. (1985). Dissoziation und Hypnose: Geschichte und Untersuchungsergebnisse. Experimentelle und klinische Hypnose, 1 (2), 81-90.
Pervin, L.A. (1996). The science of personality. New York: Wiley.
Peter, B. & Schmidt, G. (1992). Erickson in Europa. Europäische Ansätze der Ericksonschen Hypnose und Psychotherapie. Heidelberg: Carl-Auer.
Peter, B. (1987). Dissoziation in kognitiven Therapien. Hypnose und Kognition, 4 (1), 22-38.
Peter, B. (1988). Milton Ericksons Weg der Hypnose. Experimentelle und klinische Hypnose. 5, (2), 46-53.
Peter, B. (1993). Beiträge zur Integration der Hypnose in Psychotherapie und Psychosomatik: eine Bestandsaufnahme zum 15. Jahrestag der M.E.G. Hypnose und Kognition, 10 (2), 86-120.
Peter, B. (1996). Normale Instruktion oder hypnotische Suggestion: Was macht den Unterschied? Hypnose und Kognition, 13, 147-165.
Peter, B. (2001). Hypnose und Konstruktion von Wirklichkeit. In: Revenstorf, D. & B. Peter (Hrsg.), Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin (S. 33- 53). Heidelberg: Springer.
Peter, B., Kraiker, C. & Revenstorf, D. (1991). Hypnose und Verhaltenstherapie. Bern: Huber.
Peterreins, H. (1994). Sprache und Sein bei Platon. München: Pfeil.
Petzold, H. & Sieper, J. (Hrsg.) (1993). Integration und Kreation. Bd. 1: Modelle und Konzepte der Integrativen Therapie, Agogik und Arbeit mit kreativen Medien. Paderborn: Junfermann.
Petzold, H. (1993a). Integrative Therapie. Modelle, Theorien und Methoden für eine schulenübergreifende Psychotherapie. Paderborn: Junfermann.
Petzold, H. (1993b). Zur Frage nach der „therapeutischen Identität“ in einer pluralen therapeutischen Kultur am Beispiel von Gestalttherapie und Integrativer Therapie – Überlegungen (auch) in eigener Sache. In: Petzold, H. & J. Sieper (Hrsg.), Integration und Kreation. Bd. 1: Modelle und Konzepte der Integrativen Therapie, Agogik und Arbeit mit kreativen Medien (S. 43-51). Paderborn: Junfermann.
Phillips, D. W. (1994). Initial Development and validation of the Phillips Dissociation Scale (PDS) of the MMPI. Dissociation, 7, 92-100.
Phillips, M. (1994). Developing a positive transference “trance” in treating post-traumatic patients. (Presented at the annual meeting of the American Society of Clinical Hypnosis, Philadelphia, March).
Piaget, J. (1962). Comments of Vygotsky´s critical remarks concerning The Language and Thought of the Child and Judgement and Reasoning in the Child. Attachement to L.S. Vygotsky: Thought and Language. Cambridge, Mass.: Ballinger.
Piaget, J. (1975). Der Aufbau der Wirklichkeit beim Kinde. GW Bd. 2. Stuttgart: Klett.
Pieper, Josef (1993). Kümmert euch nicht um Sokrates. Freiburg: Johannes-Verlag.
Pine, F. (1990). Drive, Ego, Object and Self: A Synthesis for Clinical Work. New York: Basic Books.
Platon (1986). Sokrates im Gespräch. Herausgegeben und mit Nachwort und Anmerkungen versehen von Bruno Snell, Frankfurt am Main.

Platon. (1981). Teätet. Stuttgart: Reclam.
Platon. (1998). Sämtliche Dialoge. Herausgegeben und mit Einleitungen, Literaturübersichten, Anmerkungen und Registern versehen von Otto Apelt. Hamburg: Felix Meiner Verlag.
Platon. (2002). Sämtliche Werke. Bd. 1 bis 4. Auf der Grundlage der Bearbeitung von Walter F. Otto, Ernesto Grassi und Gert Plamböck; Hrsg. von Ursula Wolf, Übers. v. Friedrich Schleiermacher. Reinbek: Rowohlt.
Pleger, W.H. (1998). Sokrates. Der Beginn des philosophischen Dialogs. Reinbek: Rowohlt.
Polster, E. & Polster, M. (2002). Gestalttherapie. Therapie ohne Widerstand. Gestaltkritik 2002, (1). Köln: Gestaltinstitut.
Polster, E. (1967). Neuere Entwicklung in der Gestalttherapie. Gestaltkritik, 1, 2006.
Popper, K.R. (1957). Die offene Gesellschaft und ihre Feinde (2 Bde.). Band 1: Der Zauber Platons. Bern: Francke-Verlag.
Popper, K.R. (1997). Alles Leben ist Problemlösen. Über Erkenntnis, Geschichte und Politik. München: Piper.
Popper, K.R. (2005). Die Welt des Parmenides. Der Ursprung des europäischen Denkens. München: Piper.
Prengel, A. (Hrsg.) (1983). Gestaltpädagogik. Therapie, Politik und Selbsterkenntnis in der Schule. Weinheim und Basel: Beltz.
Presby, S. & Kodish, B.I. (2001). Drive Yourself Sane: Using the Uncommon Sense of General Semantics. Extensional Publication.
Prior, M. (1990). Die therapeutische Nutzung des Symptoms als Ziel und Ressourcengenerator. Hypnose und Kognition, 7 (2), 43-50.
Prochaska, J.O. & DiClemente, C.C. (1984). The transtheoretical approach: Crossing the traditional boundaries of psychotherapy. Illinois: Dow Jones-Irvin.
Putnam, F.W. (1989). Diagnosis and treatment of Multiple Personality Disorder. New York: Guilford Press.
Putnam, F.W. (2003). Diagnose und Behandlung der Dissoziativen Identitätsstörung. Paderborn: Junfermann.
Putnam, F.W., Guroff, J.J., Silberman, E.K., Barban, L. & Post, R.M. (1986). The Clinical Phenomenology of Multiple Personality Disorder: Review of 100 Recent Cases. Journal of Clinical Psychiatry, 47 (6), 285- 293.
Quekelberghe, R. v. (1979). Systematik der Psychotherapie. Vergleich und kognitiv-psychologische Grundlegung psychologischer Therapien. München: Urban & Schwarzenberg.
Rauen, C. (2005). Coaching-Tools. Erfahrene Coaches präsentieren 60 Interventionstechiken aus ihrer Coaching-Praxis. Bonn: Verlag Manager-Seminare.
Ray, W.J. (1996). Dissociation in Normal Populations. In: Michelson, L.K. & W.J. Ray (Hrsg.), Handbook of Dissociation (S. 51- 66). New York: Plenum Press.
Read, A.W. (1982). Is There a Place for 'Mysticism' and 'Occultism' in General Semantics? General Semantics Bulletin, 49,141-142.
Read, A.W. (1985). Is General Semantics Compatible With Utopianism? General Semantics Bulletin, 52, 23-35.
Read, C.S. (1950). Alfred Habdank Skarbek Korzybski, A Biographical Sketch.
Read, C.S. (1975). General Semantics. Etc.: A Review of General Semantics. Vol. XXXII, No. 3.
Reale, G. (1993). Zu einer neuen Interpretation Platons. Paderborn: Junfermann.
Reichelt, S. (2001). Mein Vater wird mich heiraten. Tagebuch einer NLP-Therapie nach sexuellem Mißbrauch. Heidelberg, Kröning: Asanger.
Resch, F. & Schulte-Markwort, M. (2004). Kursbuch für integrative Kinder- und Jugendpsychotherapie. Weinheim: Psychologie Verlags Union.
Revenstorf, D. & Freund, U. (2001). Indirekte Induktion und Kommunikation. In: Revenstorf, D. & B. Peter (Hrsg.), Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin. Manual für die Praxis (S. 169-183). Berlin: Springer.
Revenstorf, D. & Peter, B. (Hrsg.) (2001). Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin. Manual für die Praxis. Berlin: Springer.
Revenstorf, D. (1989). Das Unbehagen mit dem sogenannten Unbewussten. Hypnose und Kognition, 6 (1), 49-59.
Revenstorf, D. (1990). Technik der Hypnose. In: Revenstorf, D. (1990). Klinische Hypnose. Berlin, Heidelberg: Springer.
Revenstorf, D. (1990). Zur Theorie der Hypnose. In: Revenstorf, D. (1990). Klinische Hypnose. Berlin, Heidelberg: Springer.
Revenstorf, D. (1993a) (Hrsg.). Klinische Hypnose. Berlin, Heidelberg, New York: Springer-Verlag.

Revenstorf, D. (1993b). Hypnose und Hypnotherapie. Eine Übersicht von Dirk Revenstorf und Uwe Prudolo. Tübingen: Psychologisches Institut der Universität Tübingen. (Online-Publikation: http://www.meg-hypnose.de/hypn.htm., Stand: 2006-05-27).
Revenstorf, D. (1996a). Hypnose und Kognitive Verhaltenstherapie. Hypnose und Kognition, 13, 23-51.
Revenstorf, D. (1996b). Verhaltenstherapie und andere Therapieformen. In: Margraf, J. (Hrsg.), Handbuch der Verhaltenstherapie. Heidelberg: Springer.
Revenstorf, D. (1999). Wenn das Glück zum Unglück wird. Psychologie der Paarbeziehung. München: C.H. Beck.
Revenstorf, D. (2003). Hypnotherapie. Expertise zur Beurteilung der wissenschaftlichen Evidenz des Psychotherapieverfahrens. Universität Tübingen.
Robert, P. (1980). Micro Robert: dictionnaire du francais primordial. Paris: Dictionnaire Le Robert.
Robertson, D. (2000). REBT, Philosophy and Philosophical Counselling. Practical Philosophy, 3, 3, 28-37.
Robertson, I. (2002). Das Universum in unserem Gehirn. Wie wir ungenutzte Potentiale ausschöpfen können. München: Piper.
Robinson, R. (1941). Platos Earlier Dialectic. Ithaca, N.Y.: Cornell University Press.
Rockmore, T. (1993). Jaspers und Heidegger. Über das Verhältnis von Philosophie und Politik. In: Hybašek, E. & K. Salamun (Hrsg.), Jahrbuch der Österreichischen Karl-Jaspers-Gesellschaft, Jahrgang 6 (37-52). Wien: VWGÖ.
Rogers, C. R. (1991). Die nicht-direktive Beratung. Counseling and Psychotherapie. Frankfurt am Main: Fischer.
Roseman, I.J. (1984). Cognitive determinants of emotion: A structural theory. In: Sharer, P. (Hrsg.), Review of personality and socialpsychology: Vol. 5. Emotions, relationships, and health (S. 11- 36). Beverly Hills, CA: Sage.
Roseman, I.J. (2001). A model of appraisal in the emotion system: Integration theory, research, and application. New York: Oxford University Press.
Roseman, I.J., Antoniou, A.A. & Jose, P.E. (1996). Appraisals of emotion-eliciting events: Testing a theory of discrete emotions. Cognition and Emotion, 10, 241-277.
Roseman, I.J., Spindel, M.S. & Jose, P.E. (1990). Appraisal of emotion-eliciting events: Testing a theory of discrete emotions. Journal of Personality and Social Psychology, 59, 899-915.
Rosen, S. (Hrsg.) (1986). Die Lehrgeschichten von Milton H. Erickson. Kommentiert von Sidney Rosen. Salzhausen: iskopress.
Rosen, S., Erickson, M.H. (2002). Der richtige Therapeut. Eine Auswahl aus den Lehrgeschichten von Milton H. Erickson. Kommentiert von Sidney Rosen. Audio-CD, 78 Min. Sprecher: Lothar Grützner (Sidney Rosen) und Uwe Friedrichsen (Milton H. Erickson). Salzhausen: iskopress.
Rosenberg, M.J. & Hovland, C.I. (1960). Cognitive, affective, and behavioral components of attitudes. In: Hovland, C.I. & M.J. Rosenberg (Hrsg.), Attitude Organization and Change. New Haven: Yale University Press.
Rossi, E.L. (Hrsg.) (1995-1998). Gesammelte Schriften von Milton H. Erickson. Bd. I-VI. Heidelberg: Carl-Auer.
Rossi, E.L., Ryan, M.O. & Sharp, F.A. (Hrsg.) (1983). Healing in hypnosis: The seminars, workshops and lectures of Milton H. Erickson. New York: Irvington.
Roth, G. (2003). Fühlen, Denken, Handeln. Wie das Gehirn unser Verhalten steuert. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Rumelhart, D.E. (1980). Schemata: The building blocks of cognition. In: Spiro, R.J., Bruce, B.C. & W.F. Brewer (Hrsg.), Theoretical issues in reading comprehension. Hillsdale, NJ: L. Erl.
Russel, B. & Whitehead, N. (2002). Principia Mathematica. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Russel, B. (1977). Eroberung des Glücks. Neue Wege zu einer besseren Lebensgestaltung. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Russel, B. (2005). Denker des Abendlandes. Eine Geschichte der Philosophie. Stuttgart: Belser.
Sarbin, T. & Coe, W. (1972). Hypnosis: a social psychological analysis. New York: Holt, Rinehart & Winston.
Sarbin, T. & Slagle, R. (1980). Psychophysiological outcomes of hypnosis. In: Burrows, G. & L. Dennerstein (Hrsg.), Handbook of Clincal Hypnosis. Amsterdam: Elsevier.
Sarbin, T.R. (1950). Contributions to role-taking theory: I. Hypnotic behaviour. Psychological Review, 57, 255-270.
Sarbin, T.R. (1956). Physiological effects of hypnotic stimulation. In: Docus, R.M. (Hrsg.), Hypnosis and its therapeutic applications. New York: McGraw Hill.

Satir, V. & Baldwin, M. (2004). Familientherapie in Aktion. Die Konzepte von Virginia Satir in Theorie und Praxis. Paderborn: Junfermann.
Satir, V. (1964). Conjoint Family Therapy. Palo Alto: Science and Behavior Books (dt.: Familienbehandlung, Freiburg: Lambertus, 1973).
Satir, V. (1967). A Family of Angels. In: Haley, J. (1967). Techniques of Family Therapy. New York: Grune & Stratton.
Satir, V. (1970). Selfesteem. Berkeley, California: Celestial Arts.
Satir, V. (1972). People Making. Palo Alto: Science and Behavior Books (dt.: Selbstwert und Kommunikation, München: Pfeiffer, 1975).
Satir, V. (1975). When I Meet a Person. In: Spitzer, R.S. (1975). Tidings of Comfort and Joy. Palo Alto: Science and Behavior Books.
Satir, V. (1976). Making Contact. Berkeley, California: Celestial Arts.
Satir, V. (1976). The Family as a Treatment Unit. In: Haley, J. (1967). Techniques of Family Therapy. New York: Grune & Stratton.
Satir, V. (1978). Your Many Faces. Berkeley, California: Celestial Arts.
Satir, V. (1985). Familienbehandlung. Kommunikation und Beziehung in Theorie, Erleben und Therapie. Freiburg im Breisgau: Lambertus.
Satir, V. (2005a). Selbstwert und Kommunikation. Familientherapie für Berater und zur Selbsthilfe. München: Pfeiffer.
Satir, V. (2005b). Meine vielen Gesichter. Wer bin ich wirklich. München: Kösel.
Schacht, T.E. (1984). The varieties of integrative experience. In: Arkowitz, H. & S.B. Messer (Hrsg.), Psychoanalytic therapy and behavior therapy: Is integration possible (S. 107- 132)? New York: Plenum.
Schelp, T. & Kemmler, L. (1988). Emotion und Psychotherapie: ein kognitiver Beitrag zur Integration psychotherapeutischer Schulen. Bern: Huber.
Schelp, T., Maluk D., Gravemeier, R., Meusling, U. (1990). Rational-Emotive Therapie als Gruppentraining gegen Stress. Bern: Hans Huber.
Schemmel, H. & Schaller, J. (Hrsg.) (2003). Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit. Tübingen: dgvt.
Scherer, K.R. (1984a). On the nature and function of emotion: A component process approach. In: Scherer, K.R. & P. Ekman (Hrsg.), Approaches to emotion (S. 293- 317). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
Scherer, K.R. (1984b). Emotion as a multicomponent process: A model and some cross- cultural data. In: Shaver, P. (Hrsg.), Review of Personality and Social Psychology, Vol. 5: Emotions, Relationships, and Health (S. 37- 63). Beverly Hills, CA: Sage.
Scherer, K.R. (1988). Criteria for emotion-antecedent appraisal: A review. In: Hamilton, Bower, G.H. & N.H. Frijda (Hrsg.), Cognitive perspectives on emotion and motivation (S. 89- 126). Dordrecht, The Netherlands: Martinus Nijhoff.
Schlegel, L. (1998). Was ist Transaktionsanalyse? Was sind ihre Eigenheiten im Vergleich zu anderen psychotherapeutischen Richtungen? Transactional Analysis Journal, 28 (4), 269-287. (Seitenzahlen beziehen sich auf die Online-Ausgabe des Artikels, beginnend mit Seite 1: http://www.dsgta.ch/ressourcen/ta-handwoerterbuch/, Stand: 2006-05-27).
Schlegel, L. (2002). Handwörterbuch der Transaktionsanalyse. Sämtliche Begriffe der TA praxisnah erklärt. Deutschschweitzerische Gesellschaft für Transaktionsanalyse. (Online-Publikation: http://www.dsgta.ch/ressourcen/ta-handwoerterbuch/, Stand: 2006-05-27).
Schleiermacher, F. (1996). Über die Philosophie Platons, hrsg. von P. Steiner. Hamburg. Meiner
Schlippe, A. v. & Schweitzer, J. (2002). Lehrbuch der systemischen Therapie & Beratung. Göttingen: Vandenhoeck + Ruprecht.
Schlippe, A. v. (2004). Vorwort zur deutschen Ausgabe von Familientherapie in Aktion. In: Satir, V. & Baldwin, M. (2004). Familientherapie in Aktion (S. 7- 9). Paderborn: Junfermann.
Schlippe, A. v., Molter, H. & Böhmer, N. (2000). Zugänge zu familiären Wirklichkeiten. Systema. Zeitschrift des Instituts für Familientherapie, Weinheim. Sonderheft 1, 1995, Nachdruck.
Schmid, B. (1986). Systemische Transaktionsanalyse. Paderborn: Junfermann.
Schmid, B. (1988). Ortsbestimmung. Überlegungen zur Identität als Transaktions-Analytiker. Transaktions-Analyse 2, (88), 75 – 77.
Schmid, B. (1990). Eine neue TA. Leitgedanken zu einem erneuerten Verständnis unseres professionellen Zugangs zur Wirklichkeit. Transaktionsanalyse 4,90, 156-172.
Schmid, B. (1994). Wo ist der Wind, wenn er nicht weht? Professionalität & Transaktionsanalyse aus systemischer Sicht. Paderborn: Junfermann.
Schmid, B. (2005). Überblick über psychologische Schulen. Institutsinterne Schriften des Instituts für systemische Beratung. Wiesloch.

Schmid, T. (2002). Socratic Dialetic in the Charmides. In: Scott, G.A. (2002). 235-252.
Schmidt, G. (1989). Wenn Sie Ihr Unbewusstes treffen, grüßen Sie es von mir! – Einige Anmerkungen zum Phänomen einer Verdinglichung. Hypnose und Kognition, Band 6, Heft 1, April. 19-33.
Schmidt, G. (1989). Wenn Sie Ihr Unbewusstes treffen, grüßen sie es von mir. Hypnose und Kognition, Band 6, Heft 1, April, 19-33.
Schmidt, G. (1996). Konferenzen mit der inneren Familie und deren hypnotische Wirkungen. Müllheim-Baden: Auditorium Netzwerk.
Schmidt, G. (1997). Indirekte Kommunikation und Induktion. Workshopaufzeichnungen. Band 1 bis 4. Müllheim-Baden: Auditorium Netzwerk.
Schmidt, G. (1999). Hypno-Systemische Kompetenzentfaltung. In: Döring-Meijer, H. (Hrsg.), Ressourcenorientiert - Lösungsorientiert. Etwas mehr Spaß und Leichtigkeit in der systemischen Therapie und Beratung (S. 70-130). Göttingen: Vanderhoeck & Ruprecht.
Schmidt, G. (2001). Selbsthypnose, Selbstmanagement und imaginative Verfahren als kontextbezogene Erickson´sche Selbstinduktion, Teil I - IV. Workshop des MEI Heidelberg in Heidelberg am 11.06.99 – 12.06.99. Dortmund: vcr (Video-Cooperative-Ruhr), (Video-Aufzeichnung).
Schmidt, G. (2004). Liebesaffären zwischen Problem und Lösung. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
Schmidt, G. (2005). Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
Schmidt, G. (N.N.). Das Integrationsmodell von hypnotherapeutischen Ansätzen in systemische Kontexte. Müllheim-Baden: Auditorium Netzwerk.
Schmidt, G. (N.N.). Nutzung von Trancephänomenen I. Trance und Dissoziation. Audioaufzeichnungen eines Workshops. Band 1 bis 4. Müllheim-Baden: Auditorium Netzwerk.
Schmidt, Gerhart (1985). Platons Vernunftkritik. Oder die Doppelrolle des Sokrates im Dialog Charmides. Würzburg: Könighausen und Neumann.
Schmidt, R. (1998). Immer richtig miteinander reden. Transaktionsanalyse in Beruf und Alltag. Paderborn: Junfermann.
Schmidt, S.J. (1996) (Hrsg.). Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Schmitt, A. (1994). Das Bewußte und das Unbewußte in der Deutung durch die griechische Philosophie. Antike und Abendland, 40, 59-85.
Scholz, W.-U. (1992). Metaloge Rational-emotive Therapie und der ericksonsche Ansatz in der Psychotherapie. In: Peter, B. & Schmidt, G. (Hrsg.), Erickson in Europa. Europäische Ansätze der Ericksonschen Hypnose und Psychotherapie (S. 185- 193). Heidelberg: Carl-Auer.
Scholz, W.-U. (1999): Die List der Vernunft – Rational-Emotive Verhaltenstherapie: Metaloge Ansätze. Frankfurt am Main: FIRST Verlag.
Scholz, W.-U. (2000): Beyond the ABC: The Rational-Emotive Metalogue. Frankfurt am Main: FIRST Verlag.
Scholz, W.-U. (2001). Weiterentwicklungen in der Kognitiven Verhaltenstherapie. Stuttgart: Pfeiffer.
Scholz, W.-U. (2002). Neuere Strömungen und Ansätze in der kognitiven Verhaltenstherapie. Stuttgart: Pfeiffer
Schön, D.A. (1983). The Reflective Practicioner. How Professionals Think in Action. New York: Basic Books.
Schönwälder, T., Wille, K. & Hölscher, T. (2004). George Spencer Brown. Eine Einführung in die "Laws of Form". Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.
Schopenhauer, A. (1983). Eristische Dialektik oder die Kunst Recht zu behalten. Zürich: Haffmans Verlag.
Schöppe, A. (1995). Theorie paradox: Kreativität als systemische Herausforderung. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
Schulz von Thun, F & Stegemann, W. (2004). Das innere Team in Aktion. Praktische Arbeit mit dem Modell. Hamburg: Rowohlt.
Schulz von Thun, F. & Thomann, C. (1991). Klärungshilfe - Handbuch für Therapeuten, Gesprächshelfer und Moderatoren in schwierigen Gesprächen. Hamburg: Rowohlt.
Schulz von Thun, F. (1981). Miteinander reden 1 - Störungen und Klärungen. Hamburg: Rowohlt.
Schulz von Thun, F. (1989). Miteinander reden 2 - Stile, Werte, Persönlichkeitsentwicklung. Hamburg: Rowohlt.
Schulz von Thun, F. (1998). Miteinander reden 3 - Das innere Team und situationsgerechte Kommunikation. Hamburg: Rowohlt.
Schwartz, D. (1998). Vernunft und Emotion. Die Ellis-Methode. Borgmann: Dortmund.

Schwartz, D. (2002). Gefühle verstehen und positiv verändern. Ein rational-emotives Lebenshilfebuch. München: CIP-Medien.
Schwartz, R.M. (1984). Is rational-emotive therapy a truly unified interactive approach? A reply to Ellis. Clinical Psychology Review, 2, 267- 293.
Scott, G.A. (Hrsg.) (2002). Does Socrates have a method? Rethinking the Elenchus in Plato´s Dialogues and Beyond. Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press.
Scott, M.J. & Dryden, W. (1996). The cognitive-behavioural paradigm. In: Woolfe, R. & W. Dryden (Hrsg.), Handbook of counselling psychology (S. 156- 179). London: Sage.
Seligman, M. (1995). The Effectiveness of Psychotherapy: The Consumer Reports Study. Am. Psychol. December, 963-974.
Seligman, M. (1996). Die Effektivität von Psychotherapie – Die Consumer Reports-Studie. Integrative Therapie, 2, 3, 264-287.
Shweder, R.A. (1994). You´re not sick, you´re just in love. Emotion as an interpretive system. In: Ekman, P. & R.J. Davidson (Hrsg.), The nature of emotion. Fundamental questions (S. 32-44). New York: Oxford University Press.
Sills, Ch. & Hargaden, H. (Hrsg.) (2003) . Ego States. Key Concepts in Transaktional Analysis. London: Worth Publishing.
Simon, F.B. & Weber, G. (1993). Systemische Spieltherapie I. Zur Theorie systemischen Intervenierens. Post aus der Werkstatt, Familiendynamik, 18, 73-81.
Simon, F.B. (1993). Unterschiede, die Unterschiede machen: Klinische Epistemologie. Grundlage einer systemischen Psychiatrie und Psychosomatik. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Simon, F.B. (Hrsg.) (1988) Lebende Systeme. Wirklichkeitskonstruktionen in der Systemischen Therapie. Heidelberg: Carl-Auer.
Sloterdijk, P. (2002). Zur Welt kommen – Zur Sprache kommen. Frankfurter Vorlesungen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Smith, C.A. & Elsworth, P.C. (1985). Patterns of cognitive appraisal in emotion. Journal of Personality and Social Psychology, 48, 813-838.
Smith, C.A. & Lazarus, R.S. (1993). Appraisal components, core relational themes, and the emotions. Cognition and Emotion, 7, 233-269.
Smith, M.L., Glass, G.V. & Miller, T.I. (1980). The benefits of psychotherapy. Baltimore/ London: John Hopkins University Press.
Spanos, N.P. (1994). Multiple Identity enactments and multiple personality disorder: A sociocognitive perspective. Psychological bulletin, 116 (1), 143-165.
Spencer Brown, G. (1973). Laws of Form. New York: Bantam Books.
Spencer Brown, G. (2004). Laws of Form - Gesetze der Form. Lübeck: Bohmeier.
Spencer, J. (2003). Plato Among and Against the Post-Modernists. Aporia. A student journal of philosophy, Vol. 13, 2.
Sponsel, R. (1995). Handbuch Integrativer Psychologischer Psychotherapie. Zur Theorie und Praxis der schulen- und methodenübergreifenden Psychotherapie. Erlangen: IEC-Verlag.
Stahl, Th. (1981a). Das Konzept "Widerstand" in der Psychotherapie Milton Ericksons, in der Kommunikationstherapie und im Neurolinguistischen Programmieren. In: Petzold, H. (Hrsg.), Widerstand - Ein strittiges Konzept in der Psychotherapie. Paderborn: Junfermann.
Stahl, Th. (1981b). Der Erickson-Kongreß: ein subjekter Bericht. Integrative Therapie, 7, 79-84.
Stahl, Th. (1982). Gespräch mit Virginia Satir. Integrative Therapie, 8, 193-215. Paderborn: Junfermann.
Stahl, Th. (1983): Interventionsmuster des NLP in der Familientherapie. In: Schneider, K. (Hrsg.), Familientherapie aus der Sicht therapeutischer Schulen. Paderborn: Junfermann.
Stahl, Th. (1988). Triffst Du 'nen Frosch unterwegs ... NLP für die Praxis. Paderborn: Junfermann.
Stahl, Th. (1994). Das Konzept »Widerstand« in der Psychotherapie Milton Ericksons, in der Kommunikationstherapie und im Neurolinguistischen Programmieren. Teil 1. MultiMind - NLP aktuell 2/ 94, 49 ff.
Stahl, Th. (2002). Reframing. In: Moskau, G. & G.F. Müller (Hrsg.), Virginia Satir. Wege zum Wachstum (S. 183- 191). Paderborn: Junfermann.
Stavemann, H. (2002). Plädoyer für eine "philosophische Wende" in der Kognitiven (Verhaltens-) therapie. Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie (ZfRET & KVT), 1, 20-25.
Stavemann, H. (2003). Sokratische Gesprächsführung in Therapie und Beratung. Eine Anleitung für Psychotherapeuten, Berater und Seelsorger. Weinheim: Beltz.
Stein, S. (2002). NLP und die Feldtheorie von Kurt Lewin. Theorie, Praxis und zielorientierte Business-Beispiele. Berlin : WiKu-Verlag.

Steiner, C. (1967). Vortrag von Claude Steiner im sozialpsychiatrischen Seminar vom 6.4.1967, TAB (Transactional Analysis Bulletin), 4, 63-64.
Steiner, C. (1982). Wie man Lebenspläne verändert. Paderborn: Junfermann.
Stemmer, P. (1985). Unrecht tun ist schlechter als Unrecht leiden. Zur Begrüdnung moralischen Handelns im platonischen Gorgias. Zeitschrift für philosophische Forschung, 39. Jg.,501-522.
Stewart, I. & Joines, V. (1993). Die Transaktionsanalyse. Eine neue Einführung in die TA. Freiburg: Herder.
Stewart, I. (1991). Transaktionsanalyse in der Beratung. Paderborn: Junfermann.
Stewart, I. (1992). Eric Berne. London: Sage Publications.
Stierlin, H. (1994). Ich und die anderen: Psychotherapie in einer sich wandelnden Gesellschaft. Stuttgart: Klett-Cotta.
Still, A. & Dryden, W. (2003). Ellis and Epictetus: Dialogue vs. method in psychotherapy. Journal of Rational-Emotive & Cognitive Behavior Therapy, 21 (1), 37- 55.
Stolzenberg, G. (1997). Kann eine Untersuchung der Grundlagen der Mathematik uns etwas über das Denken verraten? In: Watzlawick, P. (Hrsg.), Die erfundene Wirklichkeit. Wie wissen wir, was wir zu wissen glauben? Beiträge zum Konstruktivismus (S. 236- 294). München: Piper.
Störig, H.J. (1997). Kleine Weltgeschichte der Philosophie. Frankfurt am Main: Fischer.
Straube, E.R., Wolfradt, U. & Bischoff, N. (1997). Abschlußbericht zum Forschungsprojekt Paranormale Überzeugungen, Dissoziationsfähigkeit und Suggestibilität. Frankfurt: Institut für Psychologie, Friedrich-Schiller-Universität.
Suhr, M. (2001). Platon. Frankfurt am Main: Campus.
Szlezak, T.A. (1985). Platon und die Schriftlichkeit der Philosophie. Berlin: Gruyter.
Szlezak, T.A. (1990). Gespräche unter Ungleichen. Zur Struktur und Zielsetzung der platonischen Dialoge. In: Gottfried G. & C. Schildknecht (Hrsg.), Literarische Formen der Philosophie. Stuttgart: Reclam.
Talley, F., Strupp, H. & Butler, S.F. (Hrsg.) (1994). Psychotherapy Research and Practice: Bridging the Gap. New York: Basic Books.
Tarrant, H. (2002). Socratic Interrogation. In: Scott, G.A. (Hrsg.), Does Socrates have a method? Rethinking the Elenchus in Plato´s Dialogues and Beyond (S. 61- 78). Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press.
Tausch, R. (1994). Die Beziehung zwischen Emotionen und Kognitionen. Folgerungen für die Einfühlung des Psychoterapeuten. Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie (ZfRET & KVT), 5, 5-23.
Taylor, A.T. (1926). Socrates. The man and his work. London: Methuen.
Taylor, C.C.W. (2002). Sokrates. Freiburg: Herder.
Taylor, S.E. & Crocker, J. (1981). Schematic bases of social information processing. In: Higgins, E.T., Herman, C.P. & M.P. Zanna (Hrsg.), Social Cognition: The Ontario Symposium. Vol. 1, (S. 89-160). Hillsdale, NJ: L. Erlbaum.
Teasdale, J.D. (1993). Emotion and the two kinds of meaning: Cognitive Therapy an applied cognitive science. Behavior Research and Therapy, 31, 339-345.
Tetens, H. (2004). Philosophisches Argumentieren. München: Beck.
Titze, M. & Eschenröder, C.T. (1998). Therapeutischer Humor. Grundlagen und Anwendungen. Frankfurt am Main: Fischer.
Trenkle, B. (1998). Die Löwengeschichte. Hypnotisch-metaphorische Kommunikation und Selbsthypnosetraining. Heidelberg: Carl-Auer.
Trower, P., Casey, A. & Dryden, W. (1988). Cognitive-Behavioural Counselling in Action. London: Sage Publications.
Ulich, D. & Mayring, P. (2003). Psychologie der Emotionen. Stuttgart: Kohlhammer.
Ulich, D., Kienbaum, J. & Volland, C. (1999). Emotionale Schemata und Emotionsdifferenzierung. In: Friedlmeier, W. & M. Holodynski (Hrsg.), Emotionale Entwicklung (S. 52- 69). Heidelberg: Spectrum Akademischer Verlag.
Varela, J F. (1975). A calculus for self-reverence. International Journal of General Systems, 2, 5-24.
Varela, J.F. (1990). Kognitionswissenschaft – Kognitionstechnik: Eine Skizze aktueller Perspektiven. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Varga v. Kibéd, M. & Sparrer, I. (2002). Ganz im Gegenteil. Tetralemmaarbeit und andere Grundformen systemischer Strukturaufstellungen. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
Varga v. Kibéd, M. (1990). Aspekte der Negation in der buddhistischen und formalen Logik. Synthesis Philosophica, 10, 581-592.
Vlastos, G. (1983). The Socratic Elenchus. Oxford Studies of Ancient Philosophy ,1, 27-58.
Vlastos, G. (1991). Socrates. Ironist and moral philosopher. Cambridge: Cornell University Press.

Vlastos, G. (1995). Socratic studies. Cambridge: Cambridge University Press.
Von Glasersfeld, E. (1985). Wissen, Sprache und Wirklichkeit. Braunschweig: Vieweg.
Walen, S.R. (1982). RET-Training. Einführung in die Praxis der rational-emotiven Therapie. München: Pfeiffer.
Walker, W. (2000). Abenteuer Kommunikation. Bateson, Perls, Satir, Erickson und die Anfänge des Neurolinguistischen Programmierens (NLP). Stuttgart: Klett-Cotta.
Waller, N., Putnam, F.W. & Carlson, E.B. (1996). Types of dissociation and dissociative types: A taxometric analysis of dissociative experiences. Psychological Methods, Vol 1 (3), 300-321.
Wartenberg, R. (1991). Kommentierender Überblick zu Bernes Essays über Intuition und Ich-Zustände. In: Berne, E. (1991). Transaktionsanalyse der Intuition (S. 15-33). Paderborn: Junfermann.
Watkins, C.E., Lopez, F.G., Campbell, V.L. & Himmell, C.D. (1986). Contemporary counselling psychology: Results of a national survey. Joumal of Counseling Psychology, 33 (3), 301-309.
Watkins, J.G. & Watkins, H.H. (1990). Ego-state transferences in the hypnoanalytic treatment of dissociative reactions. In: Fass, M.L. & D. Brown (Hrsg.), Creative mastery in hypnosis and hypnoanalysis. A Festschrift for Erika Fromm (S. 255- 261). Hillsdale, NJ: Laswence Erlbaum.
Watkins, J.G. & Watkins, H.H. (2003). Ego-States. Theorie und Therapie. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
Watkins, J.G. (1992). Hypnoanalytic techniques. The practice of clinical hypnosis. Irvington: New York.
Watzlawick, P. & Kreuzer, F. (1988). Die Unsicherheit unserer Wirklichkeit. Ein Gespräch über den Konstruktivismus. München: Piper.
Watzlawick, P. & Krieg, P. (Hrsg.) (1991). Das Auge des Betrachters - Beiträge zum Konstruktivismus. Festschrift Heinz von Foerster. Piper: München.
Watzlawick, P. (1982). Ericksonian's Contribution to the Interactional View of Psychotherapy. In: Zeig, J.K. (Hrsg.), Ericksonian Approaches to Hypnosis and Psychotherapy (S. 147- 154). New York: Brunner/ Mazel.
Watzlawick, P. (1983). Hypnotherapy Without Trance. In: Zeig, J.K. (Hrsg.), Ericksonian Psychotherapy, Vol. I, Structures (S. 5- 14). New York: Brunner/Mazel.
Watzlawick, P. (1990). Wie wirklich ist die Wirklichkeit. Wahn - Täuschung - Verstehen. München: Piper.
Watzlawick, P. (Hrsg.) (1997). Die erfundene Wirklichkeit. Wie wissen wir, was wir zu wissen glauben? Beiträge zum Konstruktivismus. München: Piper.
Watzlawick, P., Beavin, J.H. & Jackson, D.D. (1990). Menschliche Kommunikation. Formen. Störungen, Paradoxien. Bern: Verlag Hans Huber.
Weidle, R. & Wagner, A.C. (1982). Die Methode des Lauten Denkens. In: Huber, G.L. & H. Mandl (Hrsg.), Verbale Daten. Eine Einführung in die Grundlagen und Methoden der Erhebung und Auswertung (S. 81-103). Weinheim/ Basel: Beltz.
Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. Psychological Review, 92, 548-573.
Weiss, E. (1950). Principles of Psychodynamics. New York: Grune & Stratton.
Wessler, R.A. & Wessler, R.L. (1984). The principles and practice of Rational-Emotive Therapy. San Francisco: Jossey-Bass.
Wester, W. & Smith, A. (Hrsg.) (1984). Clinical hypnosis. New York: Lippincott.
Whiteside, J.W. (1985). Four Schools of Hypnosis: Who`s Best? In: Zeig, J.K. (1985b). Ericksonian Psychotherapy, Vol.1, Structures (S. 477- 491). New York: Brunner.
Whorf, B. (1963). Sprache, Denken, Wirklichkeit. Reinbek: Rowohlt.
Winderl, E. (1996). Hinter die Erinnerung schauen. Neue Grundzüge und Techniken des NLP. Paderborn: Junfermann.
Winiarski, R. (2004). Beratung und Kurztherapie mit Kognitiver Verhaltenstherapie. Weinheim: PVU.
Winnicott, D.W. (1976). Von der Kinderheilkunde zur Psychoanalyse. München: Kindler.
Wittgenstein, L. (1951). Logisch-Philosophische Abhandlungen. New York: Humanities Press.
Wittgenstein, L. (2003). Philosophische Untersuchungen. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
Woollams, St. & Brown, M. (1978). Transactional Analysis. Dexter (USA, MI): Huron Valley Institute Press.
Xenophon. (1980). Erinnerungen an Sokrates. Stuttgart: Reclam.
Yapko, M. (1984a). Trance work: an introduction to clinical hypnosis. New York: Irvington.
Yapko, M. (1994b). Ein Interview mit Albert Ellis. M.E.G. Phon, Informationsblatt der Milton Erickson Gesellschaft für klinische Hypnose, 19. April 1994, 7-14.

Young, C.M. (2002). Comments on Lesher, Ausland and Tarrant. In: Scott, G.A. (Hrsg.), Does Socrates have a method? Rethinking the Elenchus in Plato´s Dialogues and Beyond (S. 78- 89). Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press.
Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2005). Schematherapie. Paderborn: Junfermann.
Zeig, J.K. & Lankton, S. (Hrsg.) (1985). Developing Ericksonian Psychotherapy. New York: Bruner/Mazel.
Zeig, J.K. (1995). Die Weisheit des Unbewussten. Hypnotherapeutische Lektionen bei Milton H. Erickson. Heidelberg: Carl Auer.
Zeig, J.K. (2001). Assessment and Treatment Planning in Ericksonian Hypnotherapy Teil I + II, englisch, VHS-Kopie von DVCam. VCR.
Zeig, J.K. (Hrsg.) (1983a). Ericksonian Psychotherapy. Vol. I, Structures. New York: Brunner.
Zeig, J.K. (Hrsg.) (1983b). Ethical Issues in Ericksonian Hypnosis: Informed Consent and Training Standards. In: Zeig (Hrsg.), Ericksonian Psychotherapy, Vol. I, Structures (S. 459- 473). New York: Brunner.
Zeig, J.K. (Hrsg.) (1999). Meine Stimme begleitet sie überall hin. Ein Lehrseminar mit Milton H. Erickson. Stuttgart: Klett-Cotta.
Zeller, E. (1990). Die Philosophie der Griechen in ihrer geschichtlichen Entwicklung. Zweiter Teil. Erste Abteilung. Sokrates und die Sokratiker. Plato und die ältere Akademie. Hildesheim (Nachdruck).
Zindel, J.P. (2001). Hypnoanalyse. In: Revenstorf, D. & B. Peter (Hrsg.), Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin. Manual für die Praxis (S. 325- 335). Berlin: Springer.

Curriculum vitae (gekürzte Form)

Robert Baur

geb. 06.09.1963 in Augsburg

Schulbildung

1969-1973	(Pestalozzi) Grundschule Haunstetten
1973-1974	(Pestalozzi) Hauptschule Haunstetten
1974-1984	Gymnasium Königsbrunn

Hochschulbildung

1987-1994	Studium der Pädagogik, Anglistik und Germanistik an der Universität Augsburg.
1994-1998	Studium der Erwachsenenbildung, Psychologie, Soziologie an der Universität Augsburg.
1998	Diplom: Dipl.-Päd. (Univ.).
2000-2003	Promotionsstudium, Philosophische Fakultät I
2007	Abschluss des Promotionsverfahrens („magna cum laude“)

Berufliche Tätigkeit

seit 1991	in der Weiterbildung/ Personalentwicklung
2002	Gründung und Geschäftsführung der Kapitalgesellschaft „Train & More GmbH“ (Personalentwicklung und Organisationsberatung: Training, Beratung, Coaching).

Aus- und Weiterbildung

Seit 1991	Aus- und Weiterbildung in unterschiedlichen therapeutischen und beraterischen Ansätzen.