



Lotz

**THERAPIE-TOOLS**



# Sokratischer Dialog

2. Auflage

---

---

---



Online-Material auf  
[psychotherapie.tools](https://psychotherapie.tools)

---

**BELTZ**

Prof. Norbert Lotz, Ph.D.  
FIRST – Frankfurter Institut für Rational-Emotive und Kognitive Verhaltenstherapie, Supervision und Training  
Sandweg 53  
60316 Frankfurt am Main  
www.first-institut.de

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:  
ISBN 978-3-621-29250-4 Print  
ISBN 978-3-621-29251-1 E-Book (PDF)

2., neu ausgestattete Auflage 2024

© 2024 Programm PVU Psychologie Verlags Union  
in der Verlagsgruppe Beltz • Weinheim Basel  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Andrea Glomb, Antje Raden  
Umschlagbild: Lina Oberdorfer  
Herstellung: Victoria Larson  
Satz: Markus Schmitz, Altenberge  
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza  
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor\_innen und Titeln finden Sie unter: [www.beltz.de](http://www.beltz.de)

# Inhalt

Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter	6
Vorwort	8
<b>1 Einführung: Historische Entwicklung des Sokratischen Dialogs und seine Charakterisierungen</b>	10
1.1 Sokrates und Psychotherapie	10
1.2 Die Entwicklung des Dialogs als Form der Gesprächsführung	12
1.3 Charakterisierungen des Sokratischen Dialogs	14
<b>2 Die fünf Grundhaltungen im Sokratischen Dialog</b>	19
2.1 Die Haltung des Gegners	19
2.2 Die Haltung des Verkäufers	20
2.3 Die Haltung der ebenbürtigen Partner	21
2.4 Die Haltung des Prüfers	21
2.5 Die Haltung des Ressourcenaufdeckers	22
2.6 Flexible Anwendungen	23
2.7 Arbeitsmaterial	24
<b>3 Den disputativen Dialog vorbereiten</b>	45
3.1 Einführung	45
3.2 Arbeitsmaterial	45
<b>4 Disputation</b>	60
4.1 Einführung	60
4.2 Arbeitsmaterial	61
<b>5 Hilfreiche Interventionen zur Gesprächsführung</b>	108
5.1 Einführung	108
5.2 Arbeitsmaterial	108
<b>6 Begleitende Interventionen</b>	136
6.1 Einführung	136
6.2 Arbeitsmaterial	136
<b>7 Hilfreiches Wissen zur Sokratischen Gesprächsführung vermitteln</b>	168
7.1 Einführung	168
7.2 Arbeitsmaterial	168
Literatur	191

# Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter

## 2 Die fünf Grundhaltungen im Sokratischen Dialog

AB 1	Grundhaltungen der Sokratischen Gesprächsführung: Gegner	25
AB 2	Provokation	31
AB 3	Grundhaltungen der Sokratischen Gesprächsführung: Verkäufer	32
AB 4	Grundhaltungen der Sokratischen Gesprächsführung: Ebenbürtige Partner	35
AB 5	Die Berg-Metapher	37
AB 6	Grundhaltungen der Sokratischen Gesprächsführung: Prüfer	38
AB 7	Grundhaltungen der Sokratischen Gesprächsführung: Ressourcenaufdecker	41
INFO 1	Ressourcenaufdeckung in Aktion	44

## 3 Den disputativen Dialog vorbereiten

AB 8	Voraussetzungen für die Anwendung des Sokratischen Dialogs	46
AB 9	Situationsanalyse	49
AB 10	Meine Denk- und Gedankenwelt	52
AB 11	Den Sokratischen Dialog ankündigen	55
AB 12	ABC-Schema	56

## 4 Disputation

AB 13	Dem Erzählprozess eine Richtung geben	64
AB 14	Aktivierendes Ereignis (A)	66
AB 15	Beschreiben – Interpretieren – Bewerten	70
INFO 2	Einteilung der kognitiven Disputationen	72
AB 16	Disputation – Wissenscheck	74
AB 17	Disputation – Vorbereitungen	75
AB 18	Disputation – Einstieg	80
AB 19	Empirische Disputation	82
AB 20	Empirische Unrichtigkeit	84
AB 21	Logische Disputation	86
AB 22	Hedonistische Disputation	88
AB 23	Frage-Spektrum	90
AB 24	Sokratische Selbsthilfe	94
AB 25	Das Leben neu (er)finden	96
AB 26	Um was geht es wirklich?	97
AB 27	Wertorientierungen – Wohin soll's gehen?	98
AB 28	Gedanken, die im Wege stehen	100
AB 29	Neukonstruktion	104
AB 30	Advocatus diaboli	105
AB 31	Meine Vornahme	107

## 5 Hilfreiche Interventionen zur Gesprächsführung

AB 32	Bestätigen	110
AB 33	Konkretisieren	112

AB 34	Verkettungen auflösen	114
AB 35	Wiederholen	116
AB 36	Zusammenfassen	119
AB 37	Zusammenführen	121
AB 38	Wörtlich nehmen	124
AB 39	Zustimmend einen Zweifel setzen	127
AB 40	Textmarker	129
AB 41	Verbal-Absätze	130
AB 42	Unterbrechen	131
AB 43	Körpersprache	133
AB 44	Sokratischer Stuhl	134

## 6 Begleitende Interventionen

AB 45	Alltagsverzerrungen	138
AB 46	Ansteckungsgefahr	139
AB 47	Bewertungen	141
AB 48	Auf die Bewertungen kommt es an	143
AB 49	Den Rahmen anpassen	146
AB 50	Gedanken bestimmen das Fühlen und Handeln	148
AB 51	F-E-H-L-E-R	149
AB 52	Fehlerperspektiven	150
INFO 3	Fusion im Alltag	151
AB 53	Gedanken-Temperaturen	153
AB 54	Gesprächshaltung	154
AB 55	Kleines Wortprotokoll	155
AB 56	Kurzer Dialog zum sokratischen Fragen	157
INFO 4	Drei Filter	158
AB 57	Meinungen	161
AB 58	Meinungen drücken nur Meinungen aus	162
AB 59	Metagespräch	163
AB 60	Perspektiven	166
AB 61	Verhältniskrankheit oder Morbus praepositionis	167

## 7 Hilfreiches Wissen zur Sokratischen Gesprächsführung vermitteln

INFO 5	Sokrates – ein Einseitenroman	170
INFO 6	Sokrates – ein Einseitenbericht	172
INFO 7	Absolute Gewissheit	173
AB 62	Scheinbare absolute Gewissheit	174
INFO 8	Denkfehler – Erläuterung	176
INFO 9	Denkfehler	177
AB 63	Denkfehler-Training	179
INFO 10	Irrationalität	181
INFO 11	Kosten der kognitiven Dissonanz – Erklärung	182
INFO 12	Kosten der kognitiven Dissonanz	183
INFO 13	Kognition	184
INFO 14	Sokratischer Dialog: ein Beispiel	185

# Vorwort

Der *Sokratische Dialog* gilt als zentrales Element kognitiv-orientierter Therapie und Beratung. In Relation zu diesem hohen Stellenwert existiert ausgesprochen wenig Literatur bezüglich seiner Umsetzung.

Dieses Tools-Buch ist per definitionem praktisch ausgerichtet – mit dem Sokratischen Dialog bekommen Sie ein höchst effizientes Werkzeug an die Hand. Es werden Vorgehensweisen erklärt und beschrieben, die wir entweder in den Gesprächen mit Sokrates selbst finden oder die uns helfen, ein Gespräch zur Untersuchung von Kognitionen im sokratischen Sinne zu führen. Kompetentes und flexibles Einbringen verschiedener sokratischer Verfahren trägt in hohem Maße zum erfolgreichen Ausgang von therapeutischen und beratenden Gesprächen bei.

Praktiker benötigen sequenzielle Anleitungen für ihr Vorgehen – genau dies soll das vorliegende Buch leisten. Konkrete Informations- und Arbeitsblätter sind bei der nicht leicht fassbaren Methode eine unverzichtbare Hilfe. Jeder einzelne Schritt wird transparent angeleitet.

Beim Sokratischen Dialog, einer exakten, fast schon akribischen Befragung von Meinungen und Überzeugungen, dem genauen Reflektieren bestimmter Entscheidungen oder Handlungen, kommt es leicht zu sich festfahrenden Diskussionen, zu Besserwisserei oder kämpferischen Auseinandersetzungen. Bezeichnenderweise charakterisierte Sokrates sich selbst bereits als die »Stechmücke Athens«. Aus diesem Grund wird in den Materialien ein besonderes Augenmerk darauf gelegt, eine aufgeschlossen-interessierte Haltung zu erwecken, bevor der Befragungsprozess eingeleitet und während er durchgeführt wird.

Zur theoretischen Einbindung und zum Verständnis des Kontextes dienen die Ausführungen über Sokrates, über das Stilmittel des *Dialogs* und über die *Charakterisierungen des Sokratischen Dialogs* im Einführungskapitel (1).

Im Dialog selbst kommen *fünf grundlegende Haltungen* zum Einsatz, die mit verschiedenen Facetten beschrieben werden (Kap. 2). Als Kernkompetenz der praktischen Umsetzung folgt die *Disputation* (Kap. 4), die ihrerseits durch *einleitende Vorgehensweisen* vorbereitet wird (Kap. 3). Techniken zur *Gesprächsführung* (Kap. 5) helfen beim effektiven Durchführen der Disputationsschritte. Zur Reduzierung der Widerstände im Dialog und Aufrechterhaltung der Motivation dienen die *begleitenden Interventionen* (Kap. 6). Psychologische Erkenntnisse sowie biografische Kurzbeschreibungen über Sokrates finden sich unter *Hilfreiches Wissen* (Kap. 7).

**Hinweise zur Handhabung.** Um sich im Buch schnell und effektiv zurechtzufinden, sind auf allen Arbeits- und Informationsblättern Icons abgebildet. Anhand dieser Icons können Sie direkt sehen, für wen das vorliegende Informations- oder Arbeitsblatt gedacht ist und wie es eingesetzt werden kann. Die folgenden Icons werden Ihnen auf den verschiedenen Arbeitsblättern begegnen:



**Therapeut\*in:** Dieses Icon kennzeichnet Informations- oder Arbeitsblätter, die für die Therapeutin bzw. den Therapeuten selbst gedacht sind.



**Klient\*in:** Informations- oder Arbeitsblätter mit diesem Icon werden dem Klienten bzw. der Klientin zur Bearbeitung ausgehändigt.



**Ran an den Stift:** Dieses Icon fordert dazu auf, einen Stift zur Hand zu nehmen und Antworten und Überlegungen direkt auf dem Arbeitsblatt oder auch separat zu notieren.



**Input für den Kopf:** Auf diese Weise markierte Abschnitte beinhalten Hintergrundinformationen für eine vertiefte Auseinandersetzung mit den Inhalten der Therapie.



**Hier passiert etwas:** An dieser Stelle werden Handlungsanweisungen für Therapeut\*innen oder Klient\*innen gegeben.



**Wie sag ich's?** Dieses Icon kennzeichnet Beispiele in wörtlicher Rede als Beispielformulierungen für Therapeut\*innen.

In diesem Buch wird der besseren Lesbarkeit halber das generische Femininum verwendet. Selbstverständlich sollen damit Therapeut\*innen und Klient\*innen aller Geschlechter angesprochen werden.

Ich danke dem Beltz Verlag, insbesondere Dr. Svenja Wahl und Antje Raden, die das Vorhaben mit mir auf den Weg brachten, und Andrea Glomb für ihr aufgeschlossenes und unterstützendes Lektorieren. Mein Dank gilt auch meiner Frau Christina Oxfort, meinem Freund Jonas Torsten Krüger und meiner wissenschaftlichen Mitarbeiterin Sinem Rhein für die zahlreichen Tipps, Korrekturen und Recherchen. Angeregt und bereichert haben mich die vielen Erfahrungen, die ich in über 100 Workshops mit diesem Thema von meinen Teilnehmerinnen und Teilnehmern gewinnen durfte.

Viel Erfolg und Freude mit dieser lebendig-kreativen Arbeitsweise für eine glücklich(er)e Lebensgestaltung – denn darum geht es letztendlich bei der Anwendung des Sokratischen Dialogs in Therapie und Beratung.

Frankfurt, im Frühjahr 2021

*Norbert Lotz*

# 1 Einführung: Historische Entwicklung des Sokratischen Dialogs und seine Charakterisierungen

## 1.1 Sokrates und Psychotherapie

»Vielmehr hat er es sich zur Aufgabe gemacht, die intellektuelle Anmaßung, in der die meisten Menschen ihr eigenes Wissen überschätzen, zu bekämpfen und an ihrer Stelle Übereinstimmung von Selbsteinschätzung und wirklichem Sein zu erzielen.«

*Landmann, 1950, S. 14, über Sokrates*

Was hat Sokrates (469–399 v. Chr.) mit Psychotherapie und Beratung zu tun, was mit Supervision und Coaching? Kann man ihn als ersten Psychotherapeuten (Chessick, 1982) bezeichnen? Zutreffend ist, dass es ihm um die Pflege der Seele geht (Platon, Apologie, 29e). Und von der Seele, so seine Behauptung, würde für den Körper und den ganzen Menschen Gutes wie Böses ausgehen, also müsse man diese vorzugsweise ärztlich behandeln (Platon, Charmides, 156e–157a). Der Sinn des Lebens zeigt sich für ihn in der Suche und der Erkenntnis nach Wahrheit. Es geht ihm um logisch-strenges Reflektieren über moralische Fragen, um Suchen und Zweifeln, um dialektische Vernichtung von Scheinwissen und Geleiten zu echtem Wissen (Ueberweg, 1926).

### Wichtig

Die bleibende Wirkung von Sokrates und seinem Vorgehen besteht darin, die kognitive Welt eines Menschen und damit seine Erlebenswirklichkeit konstruktiv in Frage zu stellen und ihm dadurch andere Perspektiven und Einsichten zu eröffnen. Damit können eigene Ressourcen aufgebaut und umgesetzt werden.

### 1.1.1 Woher wir wissen, was wir über Sokrates wissen

Sokrates selbst hat nichts geschrieben. Er erachtet Buchstaben lediglich als Gedächtnishilfe – für den, der schon weiß, wovon das Geschriebene handelt – (Platon, Phaidros, 275c–d) und betont die dadurch eintretende Vernachlässigung eigenen Denkens: Zu sehr würde man auf fremde Zeichen von außen vertrauen statt auf das Suchen nach Erkenntnis aus sich selbst heraus (Platon, Phaidros, 275a). So verdanken wir unser Wissen über Sokrates, über seine Lehre und sein Leben, sechs verschiedenen Quellen – meistens wird allerdings von nur fünf gesprochen. Diese zeichnen ein zum Teil sehr unterschiedliches Bild von ihm. Das gilt es, sich vor Augen zu führen, wenn im Folgenden Aussagen über ihn getroffen werden.

**Platon (427–347 v. Chr.).** Beginnen wir mit der wichtigsten und umfangreichsten Quelle, dem Sokrates-Schüler Platon. Ihm werden 36 Werke zugeschrieben, von denen jedoch möglicherweise einige nicht von ihm selbst verfasst wurden. Platons Werke prägen bis heute unser Wissen und Verständnis von den Sokratischen Dialogen. Eine Schwierigkeit besteht darin, dass man nicht wissen kann, inwieweit Platon seinen Lehrer authentisch wiedergibt oder mit seiner eigenen Philosophie vermischt bzw. sie diesem in den Mund legt.

**Xenophon (um 430–354 v. Chr.).** Der Söldner und Heerführer Xenophon war ebenfalls Schüler von Sokrates, wenn auch nicht so lange wie Platon. Er berichtet nicht nur über selbst Erlebtes, sondern bezieht sich in seinem Erzählten auch auf andere. Einer Anekdote zufolge (Laertius, II, 48) war die erste Begegnung mit Sokrates, als dieser ihm in einem engen Gässchen mit vorgehaltenem Stock den

Weg versperrte und ihn fragte, wo man bestimmte Nahrungsmittel einkaufen könne. Nach erhaltener Antwort fragte Sokrates, wo denn die Stätten für die Bildung der Menschen zur Tugendhaftigkeit zu finden seien. Als Xenophon darüber keine Auskunft wusste, soll Sokrates gesagt haben: »So folge mir denn und lass dich belehren.« Daraufhin wurde er Schüler von Sokrates.

**Aristophanes (um 450–380 v. Chr.).** Der griechische Dichter schrieb die Komödie »Die Wolken«, welche 423 v. Chr. in Athen uraufgeführt wurde – also zu Lebzeiten von Sokrates – und uns in einer überarbeiteten Version (vgl. Schmalzriedt, 1974) heute noch vorliegt. In diesem Werk, der ältesten zeitgenössischen Quelle, wird Sokrates verspottend dargestellt als spinnerter Naturphilosoph und als sophistischer Wortverdrehler angegangen.

**Aristoteles (384–322 v. Chr.).** Er war der bedeutendste Schüler von Platon und ist 15 Jahre nach Sokrates' Tod geboren. In seinen Werken können wir Passagen finden, die sich auf die Lehre von Sokrates beziehen, in denen er aus seiner Sicht zustimmend darauf aufbaut oder sich anderslautend davon abgrenzt.

**Nachsokratiker (ab ca. 330 v. Chr.).** Diese Bezeichnung, im Unterschied zu den *Vorsokratikern*, ist ungebrauchlich. Hierunter können alle Philosophen und Denkschulen verstanden werden, die sich auf die Lehren von Sokrates beziehen, sie in seinem Sinne weiterführen oder betont andere Wege einschlagen. Beispiele für einflussreiche entsprechende Denkschulen sind die Stoa und der Epikureismus.

**Diogenes Laertius (3. Jh.).** Dieser verfasst seine philosophiegeschichtlichen Schriften wahrscheinlich im dritten Jahrhundert. Er sammelt Exzerpte von Texten, Biografien und anekdotenartige Geschichten. Die Schilderungen dürfen nicht unbedingt als real angesehen werden, und doch stellen sie einen unverzichtbaren philosophischen Schatz des griechisch-römischen Altertums dar.

### 1.1.2 Sokrates' Leben, Engagement und wichtigste Themen

Sokrates wird in einem Vorort Athens geboren (469 v. Chr.) als Sohn des Steinmetzes und Bildhauers Sophroniskos und der Hebamme Phainarete (Laertius, II, 18; Platon, Laches, 181a; Platon, Theaitetos, 149a). Sokrates selbst scheint in frühen Jahren auch zeitweise als Bildhauer zu arbeiten. Dreimal zieht er als Soldat in den Krieg: Seine Tapferkeit, Besonnenheit und Mut machen großen Eindruck, auch wie er Entbehrungen wie Hunger und Kälte erträgt (Platon, Symposion, 220d–221c; Laertius II, 22–23). Verheiratet ist er mit Xanthippe, sie haben zusammen drei Söhne. Xanthippe wird oftmals – wahrscheinlich zu Unrecht – als zänkisch angesehen. In einem Dialog mit seinem Sohn Lamprokles, in dem Sokrates über die Dankbarkeit den Eltern gegenüber spricht, äußert sich dieser über seine Mutter, u. a.:

»Wohl! Und wenn sie auch alles, was du sagtest, und noch viel mehr dergleichen getan hat, so ist's doch nicht menschenmöglich, eine Gemütsart wie die ihrige auszustehen. ... Sie sagt einem Dinge, die kein Mensch in seinem ganzen Leben hören möchte.«

*Xenophon, Sokratische Gespräche 8, 3*

Eine hervorragende und ausgewogene Darstellung über Xanthippe sowie eine erhellende Schilderung der historischen Situation, in der Sokrates lebt, finden sich in Weithmann (2010).

#### Engagement

Sokrates wirkt auf dem Markt- und Versammlungsplatz von Athen, der Agora, dem Mittelpunkt altgriechischer Kultur und Politik. Am Morgen geht er in die Wandelhallen (Säulengänge, die Schutz vor Sonne und Regen bieten) und zu den Turnplätzen. Wenn der Markt dann voller Menschen ist, kann man ihn dort antreffen mit der Möglichkeit, seinen Reden zuzuhören (vgl. Xenophon, Erinnerungen, 1, 10).

Vieles deutet darauf hin, dass Sokrates eine bekannte Persönlichkeit ist. Aristophanes würde ihn sonst bestimmt nicht als zentrale Figur in seiner Komödie wählen. Er gilt als der weiseste Mann, wenn dies auch auf einer unkorrekten Zitierweise beruht: Ein Jugendfreund mit Namen Chairephon beruft das damals berühmte Orakel in Delphi. »... und, wie gesagt, empört euch nicht, ihr Männer, er fragte

also, ob jemand größeres Wissen habe als ich. Und die Pythia gab zur Antwort, es gäbe niemanden, der mehr wisse« (Platon, Apologie, Haitsch, 21c). Die Pythia, das griechische Wort für Priesterin, wird vom Volk bestimmt und gilt durch den Gott Apollon mit prophetischen Gaben bedacht. Niemand wisse mehr als Sokrates, so heißt es, und nicht: Sokrates sei der weiseste aller Menschen. Doch schon das Zitat von Diogenes Laertius geht in die superlativistische Richtung: »An Weisheit nimmt es niemand auf mit Sokrates« (II, 37).

Das wohl bekannteste Sokrates zugeordnete Zitat lautet: »Ich weiß, dass ich nichts weiß.« Doch die Übersetzung stimmt so nicht. Richtig ist wohl: »Ich weiß als Nicht-Wissender«, »Ich als Nicht-Wissender weiß« oder »Ich weiß, dass ich nicht weiß.« Da es das (!) Sokrates-Zitat ist, noch einmal genauer: »Ich aber, so wie ich nicht weiß, so schätze ich mich auch nicht ein zu wissen« (Platon, Apologie, 21d; Ü. d. A.).

In den Gesprächen mit Sokrates stellt sich viel sog. Wissen als Scheinwissen heraus. So resümiert er im Gespräch mit Menon: »... du aber hast es vielleicht vorher gewusst, ehe du mich berührt hast [mit mir in Kontakt getreten bist: Anm. d. A]; jetzt aber bist du dem, der es nicht weiß, gleich« (Platon, Menon, 80d).

Sokrates ist bestrebt, geradezu besessen davon, vermeintliches, nicht haltbares Wissen aufzudecken. Er sucht nach dem Wahren, nach dem, was bleibt, nach den bleibenden Werten. Tugenden bzw. die Tugend an sich sind für ihn zentrale Themen. Und er vertritt die Meinung, dass niemand bewusst gegen das gefundene Beste handeln würde, wohl aber aus Unwissenheit (Platon, Protagoras, 358b–d; Aristoteles, Nikomachische Ethik, VII 3, 1145).

### Sein Lebensausgang

Im Jahr 399 v. Chr. kommt es zum öffentlichen Prozess gegen Sokrates. Die Anklage vor dem Athener Gericht umfasst drei Punkte:

- (1) Sokrates glaube nicht an die Götter, an die die Polis, der griechische Stadtstaat, glaubt: Er versünde sich durch Ablehnung derselben (Laertius, II, 40).
- (2) Er führe stattdessen neue göttliche Wesen ein.  
Hinweis: Sokrates glaubt an sein *Daimonion* (Laertius, II, 40), eine göttliche Stimme in ihm (Platon, Apologie, 31c).
- (3) Sokrates lehrt die Jugend kritisch-prüfendes Vorgehen bezogen auf die herkömmlichen Werte: Er vergehe sich an der Jugend, indem er sie verführe (Laertius, II, 40).

Der so Angeklagte zeigt keine Reue, er habe nur nach seinem Gewissen gehandelt. Er verdiene keine Strafe, vielmehr eine hohe staatliche Auszeichnung. Erzürnt über die vermeintliche Provokation verlangen die Ankläger daraufhin die Todesstrafe. Diese wird mit klarer Mehrheit ausgesprochen.

Sokrates wird ins Gefängnis gebracht. Ganz offensichtlich ermöglichen ihm seine Freunde die Flucht, was er strikt ablehnt. Bedingt durch ein jährliches Fest in der Polis verbleiben ihm circa 30 Tage. Im Beisein seiner Freunde leert Sokrates dann den Giftbecher, den Schierlingstrunk. Dieser führt über zentrale Lähmungen zum letzten »Einschlafen«.

## 1.2 Die Entwicklung des Dialogs als Form der Gesprächsführung

### 1.2.1 Platons Dialoge

Platon hat die literarische Form des Dialogs nicht erfunden; doch er hat sie etabliert und weltgeschichtlich unsterblich gemacht (Meyer, 2006). Die meisterhaften Personalisierungen bestimmter Argumentationen haben eine »starke Appellfunktion« (Rufener, 2005, S. 14), durch die wir uns in die Gespräche hineingezogen fühlen, weil wir unseresgleichen zu erkennen meinen. Wenn wir vom *Sokratischen Dialog* sprechen, dann meinen wir einerseits die Literaturgattung von Platon, deren deutlichstes Merkmal darin liegt, dass Sokrates darin vorkommt. Oder wir meinen die zeitgemäß-moderne Anwendung dieser Gesprächsform im Rahmen von Psychotherapie, Supervision, Beratung und Coaching. Aristote-

les spricht von den »Sokratischen Dialogen«, meint jedoch, dass diese Kunstform noch »keine eigene Bezeichnung« habe, kein »gemeinsamer Begriff« gefunden worden sei (Poetik, 1447b.). Für Diogenes Laertius steht Platon durch »seine strenge Behandlung und Ausbildung dieser eigenartigen Schriftgattung« auf dem ersten Platz, »und zwar in Bezug auf die Schönheit wie auch auf die Erfindung« (III, 48).

Der dialogische Ansatz selbst hat weit ältere Quellen. In Epen und Dramen von Homer (ca. ab 750 v. Chr.), Hesiod (vor 700 v. Chr.) und Aischylos (525–456 v. Chr.) werden menschliche Themen streitend dialogisch dargestellt, werden widerstrebende Charakterzüge des Menschen entfaltet, wird das Ringen um gesellschaftliche Ordnungen – oft als Spiegelbild der seelischen Ordnung und deren agonalen Kräfte verstanden (Blößner, 2002) – zur Entfaltung gebracht. In der Tragödie begleitet der Dialog nicht nur die Handlung, er verkörpert sie, er treibt das Geschehen voran (vgl. Pleger, 2006), wird selbst dazu.

Das Wort *Dialog* geht zurück auf das altgriechische Substantiv *diálogos*: Unterredung, Gespräch, bzw. auf das Verb *dialégesthai*: sich unterreden, besprechen. Die Wortwurzeln sind *diá*: durch, vermittelst und *lógos*, das eine Vielzahl von Bedeutungen haben kann: Wort, Rede, Sprechen, Behauptung, Vernunft u. v. m. (Gemoll, 2006). Als Dialog bezeichnen wir eine sich in Frage und Antwort abspielende Ausführung eines ausgewählten Themas. Wenn wir uns gleich der interessanten Frage zuwenden, wieso die Erkenntnisvermittlungen in Dialogen vorgetragen werden – wie etwa bei Platon –, so ist hierauf, wie Voegelin (2000) meint, keine abschließende Antwort zu erwarten; man sollte nicht mehr als eine Reihe von Punkten bescheiden auflisten, die hier in Erwägung zu ziehen seien.

Eine Bemerkung von Ludwig Wittgenstein, knapp zweieinhalb Jahrtausende später, kann uns auf den Weg bringen. Er betont, man müsse »in der Philosophie nicht nur in jedem Fall lernen, was über einen Gegenstand zu sagen ist, sondern auch, wie man über ihn zu reden hat. Man muss immer wieder erst die Methode lernen, wie er anzugehen ist« (Wittgenstein, 1984, S. 50).

## 1.2.2 Der Dialog als philosophische Methode

Der Dialog als Methode des Philosophierens lässt sich auf Sokrates zurückführen (Pleger, 2006). Er hat ihn entwickelt als

- ▶ eine Methode der philosophischen Forschung und
- ▶ eine Methode der richtigen Lebensweise (Pleger, 2006).

Im vorliegenden Buch verstehen sich die sog. Disputationsverfahren (Kap. 4) als Erforschung der eigenen Meinungen; durchaus lässt sich sagen, im Sinne der eigenen Lebensanschauungen und -philosophien. Und der zweite Punkt ist hier von Wichtigkeit: Wir wenden das Vorgehen intensional an, d. h. für ein »Um«: um besser zu leben, glücklicher, weniger leidvoll; um Handlungen, die für uns wichtig sind, entsprechend ausführen zu können; um anstehende Entscheidungen möglichst konstruktiv und förderlich umsetzen zu können.

## 1.2.3 Wesensfrage, Meinungen und Einsicht

Ausgangspunkt für ein Gespräch sind Behauptungen, Anschauungen, Mutmaßungen, Thesen usw. – am besten formuliert: Meinungen. Meinungen sind subjektive Wahrheiten, erlebte Wirklichkeiten des Alltags. Meinungen sind Ursachen und Umsetzungstreiber für Emotionen, Handlungen und weitere Meinungen. Meinungen drücken sich aus als Wissen, schleppen jedoch oft einen mehr oder weniger großen Ballast an Nichtwissen mit. Die Meinung, wenn sie nicht als vorsätzlich unwahr, als Lüge geplant ist, beabsichtigt das Wahre. Meinungen sind in der Regel nicht an sich wahr oder falsch, sie befinden sich grundsätzlich in dem Kontinuum zwischen den beiden Polen. Meinungen haben Wahrheitspotenzial, sie können auf den Wahrheitsgehalt geprüft werden. Diese Prüfung erfährt ihre Angemessenheit nicht in einer einfachen Bestätigung, Widerlegung, Modifizierung; sie erfährt ihre Angemessenheit im Prozess des Prüfens. Die Methode der Wahl, die hier vorgestellt wird, ist der Dialog. Die zu gewinnende Erkenntnis bzw. die gewonnene Erkenntnis ist nicht bloß eine weitere Behauptung, eine weitere Mei-

nung, sie erweist sich als Resultat eines Prozesses, eines nachvollziehbaren Weges. Sie mündet in einer (neuen) Einsicht. Wenn diese auch als Ergebnis eines Prüfprozesses gefunden wurde und darin ihren Abschluss bekommen hat, bleibt auch diese Einsicht eine prinzipiell immer wieder zu überprüfende, sie bleibt »eine Sicht«. Sie beschreibt ferner eine Hinein-Sicht, wie das Wort »ein« häufig für hin-ein steht. Dieses Hineinsehen, Hinein-Erkennen trägt somit auch Züge von Selbsterkenntnis, von *Erkenne dich selbst*, wie der bekannte Spruch an einer Säule der Vorhalle des Apollon-Tempels in Delphi lautet.

Eine Einsicht zu gewinnen bedeutet, sich im Denken und (!) Handeln zu ändern. Einsichten sind verhaltensausrichtend und handlungsleitend. Sie werden gespeist von unseren Werteorientierungen, von der treibenden Kraft in uns, ein würdiges und glück erfülltes Leben zu führen.

»Wer volle Einsicht besitzt, beherrscht sich selbst, wer sich selbst beherrscht, bleibt sich gleich, wer sich gleich bleibt, ist ungestört, wer ungestört ist, ist frei von Betrübnis, wer frei von Betrübnis ist, ist glücklich: also ist der Einsichtige glücklich und die Einsicht genügt zum glücklichen Leben.«

*Seneca, Moralische Briefe, XI–XIII, LXXXV, 2*

So ist auch der Dialog für Sokrates mehr als eine Gesprächs-, Forschungs- und Prüfmethode; er ist eine würdevolle Lebenshaltung, eine respektvolle Lebensführung, eine seelenheilbringende Gesinnung, eine Berührung mit *dem* Gott. Er geht so weit zu sagen, dass »ein Leben ohne Selbsterforschung aber gar nicht verdient gelebt zu werden ...« (Platon, Apologie, Schleiermacher, 38a).

### 1.3 Charakterisierungen des Sokratischen Dialogs

Nachfolgend werden verschiedene Systematisierungen vorgestellt, die das Wesen des Sokratischen Dialogs charakterisieren und die Vorgehensweisen benennen und beschreiben:

- (1) Typologien des Sokratischen Dialogs in der modernen Platon-Forschung
- (2) typische Diskussionsstrategien in der Sokratischen Didaktik
- (3) Varianten des Sokratischen Dialogs nach Stavemann
- (4) die fünf Grundhaltungen des Sokratischen Dialogs nach Lotz

#### 1.3.1 Typologien des Sokratischen Dialogs in der modernen Platon-Forschung

In der Platon-Forschung – wir erinnern uns: Sokrates hat nichts geschrieben – haben sich bezüglich der Dialoge vier Typologien herauskristallisiert:

- (1) Eristische Gesprächsführung
- (2) Agonale (antagonistische) Gesprächsführung
- (3) Didaktische Gesprächsführung
- (4) Synergistische Gesprächsführung

##### (1) Eristische Gesprächsführung

Die Benennung leitet sich ab von altgriech. *eris*: Streit, Hader. Sie bezeichnet die *Kunst des wissenschaftlichen Streitgesprächs*.

Beide Dialogpartner führen ein Streitgespräch mit dem Ziel, den Gesprächspartner zu widerlegen, ohne dabei oder dadurch eigene Thesen oder Standpunkte aufzuführen bzw. zu entwickeln.

##### (2) Agonale (antagonistische) Gesprächsführung

Das altgriechische Wort *agón* bedeutet *Versammlung*; *agonía* ist der *Kampf, Wettkampf*. Bezeichnet wird damit auch das Streitgespräch in der attischen Komödie.

*Antagōnistēs* bedeutet *Nebenbuhler, Feind*. Es ist gebildet aus *antí*: *gegen* sowie *ágein*: *[an]führen, gewaltsam mit sich nehmen, handeln*. Ein *Antagonist* ist also ein *Gegenhandelnder*, ein Widersacher.

Beide Dialogpartner versuchen, für sich Recht zu behalten und die Ansichten des anderen zu widerlegen. Mit erfolgreicher Falsifizierung beginnt ein Wettstreit, zu einer haltbaren bzw. haltbareren Aussage zu gelangen.

### (3) Didaktische Gesprächsführung

*Didáskein* heißt *lehren*, *didaktikós*: *belehrend*, *zur Belehrung geeignet*. *Didaktik* kann man als die *Wissenschaft und Kunst des Lehrens und Lernens* bezeichnen.

Im Dialog ist oder fungiert einer der Partner als Lehrer, der andere als zu Belehrender bzw. Schüler. Der Lehrer kennt möglicherweise schon die Antworten und die Lösungen, zumindest aber den Methodenweg dorthin. Auf den Sokratischen Dialog bezogen, bedeutet diese Art der Gesprächsführung: Der als Lehrer fungierende Dialogpartner teilt Antworten und Lösungen auf anliegende Fragen nicht einfach mit, sondern bringt sie durch hilfreiche Überlegungen sowie methodisches Herausfragen ans Licht, stößt so den Vorgang des Gedanken-Gebärens an und leitet ihn.

### (4) Synergistische Gesprächsführung

Altgriechisch *sýn*: *gemeinsam*, *zugleich*; *enérgeia*: *Wirksamkeit*; *synergía* bedeutet *Zusammenwirken*.

Den Gesprächsführenden ist ihr fundamentales Nichtwissen bewusst. Keiner behauptet, die Wahrheit, die Lösung bereits zu kennen. Sie treffen sich lethologisch (Lethologie: Lehre vom Nichtwissen), diskutieren zusammen, »begegnen sich« als Nicht-Gegner.

Die Argumente und Meinungen der Dialogpartner werden wechselseitig wohlwollend geprüft und im Geiste des neutral-neugierigen Wissenschaftlers betrachtet. Eine multiperspektivische Bearbeitung erfolgt. Wahrheiten und »Wahrheit« werden gemeinsam gesucht.

(In den Stilbeschreibungen wurden verarbeitet: Wieland, 1999; Pleger, 1998, 2006)

#### Gibt es bei Platon schon entsprechende Benennungen der Dialogstile?

Es gibt sie noch nicht. Und doch finden wir im Platon-Dialog »Menon« zumindest eine Unterscheidung zwischen zwei Vorgehensweisen. Sokrates führt hierzu aus:

»Und wäre der Fragende einer von jenen Weisen (Sophisten, Anm. d. A.), Streitkünstlern und Wortfechtern, so würde ich ihm sagen, ich habe nun gesprochen, und wenn ich nicht richtig erklärt habe, so ist nun deine Sache, das Wort zu nehmen und mich zu widerlegen. Wären es aber Freunde, die, wie du und ich jetzt, sich miteinander zur Belehrung unterhalten wollten, so müsste die Antwort dann freilich freundlicher und der Dialektik gemäßiger lauten«.

*Platon, Menon, Schleiermacher, 75c-d*

Und das bedeutet:

»... dass man nicht nur das Richtige antwortet, sondern dieses auch nur in solchen Ausdrücken gibt, von welchen der Fragende eingesteht, sie zu verstehen. Auf diese Art nun will ich auch versuchen, es dir zu erklären«.

*Platon, Menon, 75b-e*

Mit den Typologien gemäß der Platon-Forschung können wir sagen, dass bei den »Weisen«, »Streitkünstlern« usw. ein eher *eristisches* oder *agonales* Gesprächsverhalten angewendet wird, bei den »Freunden« ein eher *didaktisches*.

### 1.3.2 Typische Diskussionsstrategien in der Sokratischen Didaktik

Für den Sokratischen Dialog sind vier Prozesse, vier Vorgehensweisen des Erkennens, charakteristisch:

- (1) Elenktik
- (2) Maieutik
- (3) Protreptik
- (4) Regressive Abstraktion

#### (1) Elenktik

Mit dem Begriff der Elenktik wird Verschiedenes benannt. Er kann sich einerseits auf den *Prozess des Prüfens* bzw. *Untersuchens* beziehen wie auch auf dessen *Ergebnisse des Beweisens oder Widerlegens*. Wenn es in der *Eristik* darum geht, das Gesagte des Gesprächspartners schlichtweg zu widerlegen, steht bei der *Elenktik* das prüfende Untersuchen im Vordergrund, das dann auch zu einer Widerlegung führen kann. Dieses Verfahren zur Auflösung von Scheinwissen dient bei Sokrates der Reinigung der Seele: Durch »prüfende Zurechtweisung« wird dem Menschen »rein dargestellt, was er wirklich weiß«, und auch, was er zuvor glaubte zu wissen (Platon, *Sophistes* 230d–e). Und so, sagt Sokrates, wird er jeden Athener, also denjenigen aus der größten und für Weisheit und Macht berühmtesten Stadt, fragen, ob er sich nicht schämt, dafür zu sorgen, am meisten Geld zu erlangen sowie Ruhm und Ehre, aber für Einsicht und Wahrheit und für die Seele, dass sie sich aufs Beste befinde, nicht sorgt und hieran auch nicht denken will (Platon, *Apologie*, 29d–e).

#### (2) Maieutik

»Die Maieutik besteht darin, aus dem Gesprächspartner etwas herauszuholen, wovon dieser selbst noch nicht weiß, dass er es weiß, was er aber wissen kann, sobald er nur durch geschickt gestellte Fragen richtig über seine Probleme nachdenkt.«

*Hirschberger (1983, S. 23)*

Sokrates postuliert die Seelenwanderung: Die menschliche Seele ist unsterblich, somit beim einzelnen Menschen präexistent vorhanden. In ihr liegt alles Wissen. Mit der Geburt verliert der Mensch den Zugriff auf sein Wissen. Durch äußere Anstöße kann sich der Zugang öffnen. So können gestellte Fragen den Erinnerungsprozess (griech.: *anámnesis*: Erinnerung) anstoßen, verborgenes Wissen kann ins Bewusstsein kommen. Der menschliche Intellekt kann zwar kein neues Wissen erschaffen, doch er kann es sich zurückholen. Der Akt des Hervorbringens dieses potenziell vorhandenen Wissens ist wie ein Gebären, wie eine Wiedergeburt. Das Fragenstellen fungiert wie die Geburtshilfe einer Hebamme. Entsprechend wird diese Gesprächsführung als *Maieutik* oder *Mäeutik* benannt (*maia*, altgriech.: Hebamme; *maieutiké* [*téchnē*]: Hebammenkunst). Als Beleg für seine Theorie führt Sokrates die Befragung eines Sklaven über die Lösung eines mathematisch-geometrischen Problems an (Platon, *Menon*).

Nach heutigem Wissensstand ist die Theorie bzgl. der *Anámnesis* so nicht haltbar; sie stellt jedoch keine Grundvoraussetzung zur Anwendung der Hebammenteknik im Gespräch dar. In Platons Dialog »*Theaitetos*« erklärt Sokrates seine Hebammenkunst:

»Von meiner Hebammenkunst gilt alles, was auch sonst von ihr zutrifft. Sie unterscheidet sich aber dadurch, dass sie auch Männern Geburtshilfe leistet, nicht nur Frauen, und dass sie für ihre gebärenden Geistesprodukte Sorge trägt, nicht vorwiegend für ihre Leiber. Das Größte an dieser Kunst ist, dass wir dadurch imstande sind zu prüfen, ob ein Mensch ein geistiges Trugbild, also eine Falschheit zu gebären im Begriff ist oder etwas Echtes und Fruchtbares.«

*Platon, Theaitetos, 150b (vom Autor moderner und verständlicher umformuliert)*

Fragen gehört nach Sokrates' Auffassung zum Akt des Gebärens.

»Viele werfen mir vor, dass ich andere fragte, selbst aber keine klugen Antworten hätte; darin haben sie Recht. Geburtshilfe zu leisten, dazu fühle ich mich von Gott berufen, Meinungen zu erzeugen hingegen, hat er mir verwehrt.«

*Platon, Theaitetos, 150c (vom Autor moderner und verständlicher umformuliert)*

Betrachten wir noch einmal genauer, wie er seine Geburtshilfe versteht: Man solle sich ihm anvertrauen, ihm als dem Sohn einer Geburtshelferin und auch selbst einem Kundigen der Geburtshilfe.

»Was ich dich frage, das beifere dich so gut du nur kannst zu beantworten. Und wenn ich bei der Untersuchung etwas, was du sagst, für nichts Echtes befunden habe, es also verwerfe, so erzürne dich darüber nicht.«

*Platon, Theaitetos, 150c (vom Autor moderner und verständlicher umformuliert)*

Schon viele seien gegen ihn aufgebracht gewesen, dass sie ihn »ordentlich hätten beißen mögen«. Mehrmals betont Sokrates, dass er das Verwerfen aus »Wohlmeinen«, nicht aus »Übelwollen« tue. Es sei ihm nur »eben keineswegs gestattet, Falsches gelten zu lassen und Wahres zu unterschlagen« (Platon, Theaitetos, 151c–d).

### **(3) Protreptik**

Die Protreptik geht zurück auf das altgriechische Verb *protrépein*: (jemanden zu etwas) hinwenden, anregen, aufmerksam machen, ermuntern. Man versteht darunter die Fertigkeit zur überzeugenden, werbenden Ansprache; in dieser wird entweder ein Anliegen positiv angepriesen oder negativ, mahnend abratend dargestellt. Sokrates baut – meist implizit, wie nebenbei – protreptische Passagen in seine Dialoge ein. Anders gesagt: Prüfung und Widerlegung bisheriger Ansichten, geleitetes Entdecken und Entwickeln zu wahrhaftige(re)n Anschauungen sind nicht Selbstzweck oder logische Spielereien. Er mahnt, motiviert, »wirbt« damit, dass es immer mehr oder weniger um eine wissende Lebensführung geht, um das Erstreben und Umsetzung von Tugend und Glück, um die Reinigung der Seele.

### **(4) Regressive Abstraktion**

Regress bezeichnet in der traditionellen Logik den Rückgang, das Rückschreiten des Denkens vom Bedingten auf die Bedingung, von der Wirkung auf die Ursache und vom Besonderen zum Allgemeinen. In der *Regressiven Abstraktion* gehen wir vom Konkreten aus, vom einzelnen Ding, von einer konkreten Erfahrung oder Wahrnehmung aus dem Alltag. Von hier aus versuchen wir zum eigentlichen, allgemein gültigen Wesen einer Sache vorzudringen, zu abstrahieren. So greift Sokrates einzelne konkrete Lebenssituationen heraus, um daraus Glaubenssätze und allgemeine Vorstellungen herauszufiltern. Er selbst hat den Begriff *Regressive Abstraktion* nicht gekannt und ihn daher auch nicht benutzen können.

Vom Abstrakten können wir dann wieder zurückschließen auf das Konkrete bzw. es davon ableiten. Auf unsere therapeutisch/beratende Tätigkeit bezogen, bedeutet das: Wir gehen von einem konkreten Beispiel, einem bestimmten Ereignis aus, und versuchen, das Allgemeine, das Typische, das Regelmäßige, die Struktur daran herauszuarbeiten, um dann wiederum beliebige konkrete Ereignisse erkennen und erklären zu können.

## **1.3.3 Varianten des Sokratischen Dialogs nach Stavemann**

Stavemann (2015, S. 98–106) teilt die Sokratischen Dialoge nach inhaltlichen Gesichtspunkten ein und skizziert einen jeweils typischen Ablauf der psychotherapeutischen Gespräche.

**Explikativer Dialog.** Der explikative Dialog dient der Beantwortung der Frage »Was ist das?« und damit der Klärung von Begriffen. Beispiele: Ich möchte, dass meine Kinder »gute Schüler« werden. Mein Anspruch an mich ist, meiner Partnerin gegenüber immer »offen« zu sein. Ich glaube, ich bin als »Mutter« zu »egoistisch«. Es gilt, die aufgeführten Begriffe zu definieren.

**Normativer Dialog.** Der normative Dialog dient der Beantwortung der Frage »Darf ich das?« und damit der Prüfung und Klärung, ob bestimmte Einstellungen, Handlungsvornahmen oder ausgeführte Handlungen nach dem eigenen Werte- und Normensystem vertretbar sind. Beispiele: Darf ich meinem Kind sagen, dass ich heute keine Lust habe, ihm bei seinen Hausaufgaben zu helfen? Darf ich vor meinem Lebenspartner Geheimnisse haben? Darf ich erschöpft sein?

**Funktionaler Dialog.** Der funktionale Dialog dient der Beantwortung der Frage »Soll ich das?« und damit der Prüfung und Klärung, ob eine Einstellung oder Handlung mit den eigenen Werteorientierungen vereinbar sind. Beispiele: Soll ich mir Wohnungseigentum zulegen? Soll ich meinen Arbeitsplatz wechseln? Soll ich meine Bandscheibe operieren lassen?

Allgemein bezeichnet Stavemann den **psychotherapeutischen Sokratischen Dialog** als »einen philosophisch orientierten, durch eine nicht-wissende, naiv fragende, um Verständnis bemühte, zugewandte, akzeptierende Therapeutenhaltung geprägten Gesprächsstil (...). Er dient einzig der Zielsetzung, dass der Klient durch die Fragen des Therapeuten alte Sichtweisen reflektiert, vorhandene Widersprüche und Mängel erkennt, selbstständig funktionale Einsichten und Erkenntnisse erarbeitet und seine alte, dysfunktionale Ansicht ersetzt« (Stavemann, 2015, S. 98).

### 1.3.4 Die fünf Grundhaltungen im Sokratischen Dialog nach Lotz

Im vorliegenden Tools-Buch wird das Modell der *fünf Grundhaltungen* (Lotz, 1995) dargestellt (Kap. 2). Hier sind »aufgrund der Analyse sokratischer Dialoge (...) fünf Performanzvarianten des sogenannten ›Diskuteurs‹ gegenüber dem ›Diskutanten‹ differenziert« (Scholz, 2001, S. 80). Die Performanzen drücken sich in fünf benennbaren *Diskussionshaltungen* aus, zwischen denen die Therapeutin flexibel wechseln kann, je nachdem, welchen Stil sie in der jeweiligen Gesprächssituation als hilfreich-voranbringend einschätzt.

#### Abschließende Bemerkungen

In den Arbeitsmaterialien finden sich zahlreiche Arbeitsblätter für die *Elenktik*, das Prüfen von Gedanken und damit die Beibehaltung (Beweisführung) oder Widerlegung. Die *Maieutik* als eine bzw. die Hauptmethode der Sokratischen Gesprächsführung ist in den Tools zentral vertreten. Die *Protreptik*, nicht explizit benannt, findet sich in vielen Arbeitsblättern, welche die Motivation, den Widerstand und die Gesprächsatmosphäre zum Thema haben. Auch die *Regressive Abstraktion* wird thematisiert.

Die *Sokratische Methode* bzw. der *Sokratische Dialog* werden oft als wichtige Methode kognitiver Gesprächsführung betont (z. B. Hautzinger, 2013; Brakemeier & Jacobi, 2017), gar als der Königsweg der kognitiven Umstrukturierung (s. Lotz, 2021) benannt. Die vielfältigen und tiefgehenden Möglichkeiten werden deshalb in ihrer gesamten Bandbreite im vorliegenden Tools-Buch dargestellt. Hierzu gehört, auf die in der Literatur tendenziell zu wenig aufgeführten unerwünschten Wirkungen Bezug zu nehmen. Das Wissen hierüber macht das Umsetzen dieses Erkennens-Prozesses nachhaltig erfolgreicher.

## 2 Die fünf Grundhaltungen im Sokratischen Dialog

Die Vorgehensweisen im Sokratischen Dialog, die nachfolgend beschrieben werden, lassen sich am besten vergegenwärtigen, indem man sich fünf *Haltungen* vorstellt. Damit ist gemeint, dass die Therapeutin die entsprechende Perspektive, die entsprechende Einstellung der beschriebenen Positionen einnimmt. So kann die Therapeutin aus fünf Blickwinkeln agieren:

- (1) Gegner
- (2) Verkäufer
- (3) Ebenbürtiger Partner
- (4) Prüfer
- (5) Ressourcenaufdecker

Diese Haltungen einnehmend, leitet und führt sie die Klientin beim Untersuchen ausgewählter eigener Meinungen, Glaubenssätze und Denkmuster, die bislang eine unerwünschte und ungünstige Wirkung auf das Befinden und Handeln erzeugen.

### 2.1 Die Haltung des Gegners

»Fängt die Ironie mit ernster Miene an und endigt mit lächelnder, so hält der Humor es umgekehrt.«  
A. Schopenhauer, 1859, S. 119

»Fängt die Sokratische Ironie mit der Bewunderung des Anderen und dem Anzweifeln der eigenen Kompetenz an, so endet sie mit der Demontage des Schein-Wissens des Anderen und dem Anerkennen des eigenen kompetenten Zweifel-Wissens.«  
N. Lotz

Mit der Haltung als *Gegner* wird versucht, die Klientin in Bezug auf bestimmte Auffassungen zu verunsichern und ihr diese als nicht stimmig, nicht zielführend vorzuführen, sie mit ihren eigenen Meinungen zu konfrontieren. Hierbei kommen zwei Stile zum Einsatz: Ironie und Humor.

Das Anwenden von *Ironie* ist eingekleidet in betont scheinbarem Nicht-Wissen oder – ganz entgegengesetzt – in absichtlich übertriebener Besserwisserie. Ironie bedeutet, etwas anderes bis Gegenteiliges als das, was gemeint ist, auszudrücken. Unter dem Deckmantel der Ernsthaftigkeit verbergen sich Spaß, Scherz und Spott. Ironie hat typischerweise eine neckende bis aggressive Komponente. Sie setzt an der Aussage der Klientin an, »spielt« damit und führt sie in unerwarteter Weise – durchaus kreativ – weiter. Die angewandte Kampf-Logik könnte man als haarspalterisches Entgegenen, als Hack-Logik (logic chopping, Byerly, 1973) bezeichnen. Das Einbringen von Ironie lebt davon, dass sie vom Gesprächsteilnehmer durchschaut wird; kann das nicht geschehen, so muss man zur direkten Klarstellung übergehen.

**Sokratische Ironie.** Die Haltung des *Gegners* ist gekennzeichnet durch die berühmte *Sokratische Ironie*. Diese wird in der Forschung unterschiedlich interpretiert: von der Auffassung einer zweckberechnenden Heuchelei – wie Landmann (1950, S. 20) einige Auslegungen benennt – bis hin zur Meinung des Platon-Schülers Aristoteles, Sokrates habe nur prüfende Gespräche geführt, keine didaktischen, keine eristischen (Aristoteles, Sophistische Überlegungen; Martens, 1992). Hier im Buch wird davon ausgegangen, dass Sokrates die gesamte Bandbreite zur Anwendung bringt. Und es gibt eine weitere Position der Interpretationen: Wenn Sokrates ironisch spreche, sei dies in einer Hinsicht wahr, in ei-