



Thomas Stölzel

Fragen – Lösen – Fragen

Philosophische Potenziale für Therapie,
Beratung und Organisationsentwicklung

Vandenhoeck & Ruprecht



Für Mone, die es auf ihre Weise begleitet

Thomas Stölzel

Fragen - Lösen - Fragen

Philosophische Potenziale für Therapie, Beratung
und Organisationsentwicklung

Mit 4 Abbildungen und 4 Tabellen

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-525-40452-2

ISBN 978-3-647-40452-3 (E-Book)

Umschlagabbildung: www.shutterstock.de

© 2014, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen /
Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.
www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Printed in Germany.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Druck und Bindung: ☺ Hubert & Co., Göttingen

Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier.

Inhalt

| | |
|--|----|
| Danksagung | 7 |
| Zum Gebrauch des Buches | 10 |
| Empfehlung | 13 |
| Ein Dialog zwischen »Verwandten« | 14 |
| Eine Frage der Kommunikation | 14 |
| Angrenzen, Abgrenzen, Ausgrenzen – Sinn und Unsinn von Unterscheidungen | 16 |
| Erkenne dich selbst! | 21 |
| Der Kompetenzraum des Philosophierens | 23 |
| Lebensklugheit, Lebenskunst, »Lebenskönnerschaft«, Lebensberatung bzw. »Life-Coaching« | 25 |
| Metasystemisches | 29 |
| Was wären wir ohne Fragen? | 33 |
| »Vizelösungen« | 38 |
| Methodenporträts: Vorbemerkungen | 42 |
| Erstes Methodenporträt: Das besondere »Arbeitsfeld« Mensch (Reflektierte Anthropologie) | 44 |
| Das Rätsel der Sphinx | 44 |
| Umgehen mit einer alten Frage | 47 |
| Arbeiten mit der persönlichen Anthropologie | 51 |
| »Das Wir in mir« – Potenziale der philosophischen Intravision | 55 |
| Exkurs: Authentisch (sein) – wie geht das? | 63 |
| Die Wissenschaft vom Menschen | 65 |

| | |
|--|------------|
| Zweites Methodenporträt: Zwischen Lebens- und Meinungsgeschichten (Epistemologische Biographie) | 70 |
| Der Mensch als ein <i>animal fabulator</i> | 70 |
| Die »Wahrheiten« des autobiographischen Gedächtnisses | 78 |
| Erfahrungen – Überzeugungen – (mögliche) Gewissheiten | 88 |
| Überzeugungen, die sich verfestigt haben: Glaubenssätze | 94 |
| | |
| Drittes Methodenporträt: Mit sich sein, aber nicht allein (Selbstsorge und Fremdsorge) | 102 |
| Die Unterscheidung von innen und außen | 102 |
| »Weltinnenraum« | 105 |
| Ich entsteht aus mir | 114 |
| Bedenken, wie es um mich steht | 118 |
| Selbstsorge – Begriff und Anwendung | 126 |
| Den anderen wahrnehmen (können) – Selbstsorge und Außenwelt | 131 |
| | |
| Viertes Methodenporträt: Selbstgespräch, Zwiegespräch, Metagespräch (Philosophische Dialogformen) | 140 |
| Eine Grundkonstante des Lebens? | 140 |
| Weltzwischenräume: Grundsätzliches zum Dialog | 156 |
| Formen sokratischen Miteinanderredens | 173 |
| Eine lebendige Form des Denkens | 195 |
| | |
| Fünftes Methodenporträt: Wissen, Nichtwissen, Lethologie (Kritische Epistemologie) | 207 |
| Was wissen wir vom Wissen? | 207 |
| Sicher, zu sicher, unsicher | 215 |
| Lethologie | 220 |
| Experte für sich selbst werden | 225 |
| | |
| Ausblicke | 231 |
| | |
| Koda: Fragen aus Antworten bilden | 235 |
| | |
| Chronologische Liste der Übungen | 237 |
| | |
| Literatur | 240 |

Danksagung

[...] man muß viel selbst beobachtet haben, um die Beobachtungen anderer so gebrauchen zu können als wenn es eigene wären, sonst liest man sie nur und sie gehen ins Gedächtnis ohne sich mit dem Blut zu vermischen.

Georg Christoph Lichtenberg

Es ist gut, ein Buch mit einer Danksagung zu beginnen. Es gibt dem Autor die Möglichkeit, Personen und Einflüssen seine Reverenz zu erweisen, die für die Entwicklung *eigener* Ideen sehr hilfreich waren und dadurch an ihrer jetzigen Gestalt ihren (mehr oder weniger großen) Anteil haben.¹ Der Autor tritt dem Leser damit nicht nur in seiner Individualität, sondern – systemisch betrachtet – auch als »Geflechtswesen« entgegen, als jemand, der auf seine Weise auf Entwicklungen reagiert, Tendenzen aufgreift oder konterkariert, in bestimmten Bezügen und Zusammenhängen steht, der Anregen um- oder Traditionen fortsetzt. So möchte ich hier meinen persönlichen Dank aussprechen. Und der gilt allen Patienten, Klienten und Kooperationspartnern sowie den Teilnehmern von Fortbildungsseminaren, kasuistischen Runden und Vorträgen, die es mir über eine Reihe von Jahren möglich gemacht haben, meine Konzeptionen und Interventionen vorzustellen, anzuwenden und zu überprüfen. Namentlich möchte ich folgenden Personen danken: Matthias Ohler für die konstruktive und bereichernde gemeinsame Arbeit an verschiedenen Fortbildungsreihen und philosophischen Supervisionen in Deutschland und der Schweiz während mehrerer Jahre, für die Entwicklung der gemeinsam geleiteten Weiter-

1 Vgl. hierzu den Begriff Kryptomnesie (Stölzel, 1996, S. 116 f.) sowie das Spannungsverhältnis zwischen eigener, angeeigneter und fremder Meinung (auch in Analogie zum Spracherwerb, vgl. Stölzel 1998b, S. 133 ff.).

bildungsreihe »Philosophisches Jahr« sowie die Anregungen, Hinweise und Ideen, die ich während dieser Zusammenarbeit von ihm erhalten habe und die mit geholfen haben, mein philosophisch-systemisches Profil zu schärfen; Peter Friedrich und Charlotte Friedli von dem Fachbereich Psychosoziales Management der Fachhochschule Nordwestschweiz für ihren tatkräftigen Einsatz bei der Etablierung des CAS-Kurses »Angewandte Philosophie im beruflichen Kontext«, in dessen Rahmen einige der hier vorgestellten Ideen erprobt und verifiziert werden konnten; Fritz B. Simon, der die Anregung gab, philosophische Methoden durchaus breiter darzustellen; Michael Klas und Günther Zeltner für ihr Interesse an der (philosophischen) Selbstsorge, was mir die Möglichkeit gab, meine Konzeptionen hierzu zu verfeinern und zu verbessern; Günter Presting und Sandra Englisch vom Vandenhoeck & Ruprecht Verlag für ihr anhaltendes Interesse an dem Thema und ihre Bereitschaft in (rascher) Folge noch ein zweites Buch herauszubringen sowie für die gute und professionelle Zusammenarbeit; Silke Strupat für ihre sorgfältige Durchsicht auch dieses Manuskripts. Unter den Philosophischen Praktikern danke ich vor allem Gerd B. Achenbach und Anders Lindseth für konkrete Anregungen und Detlef Staude, Thomas Gutknecht und Michael Niehaus für die Möglichkeit, meine Ideen in Vorträgen und Seminaren zur Verfügung zu stellen und erproben zu können.

Ich danke Gunthard Weber, der mir vor bald zwanzig Jahren die Tür zur systemischen Welt geöffnet und mich dadurch mit nachwirkenden Erfahrungen und aufschlussreichen Perspektiven in Verbindung gebracht hat. Ich danke Gabriele Lang (früher Eichler) für die mehrjährige, enge und produktive Zusammenarbeit, während meiner Ausbildung in systemischer Therapie und Beratung, die mir Gelegenheit gab, die Wirkungen systemischen Arbeitens unmittelbar kennenzulernen. Ich danke Gunther Schmidt, der mir durch seine hypnosystemische Vorgehensweise auch die Lösungswelt von Milton H. Erickson nahe gebracht hat. Ich danke Christiane Endler für die Möglichkeit, philosophisch inspirierte, lösungsdienliche Ideen im Rahmen einer großen Businessorganisation zu erproben. Ich danke Wulf Hildebrandt für die mehrjährige Kooperation im Feld der individuellen Lösungsfindung und Stressregulation. Ich danke Uli Frick vom Zentrum für Psychiatrie Emmendingen für seine Offenheit, systemische und philosophische Interventionen (in Gestalt von Weiterbildungen) in den

psychiatrischen Kontext einbringen zu können. Die Bibliographie am Ende des Buches verzeichnet, welchen Dank ich vielen lebenden und toten Anregern schulde (ich habe darauf verzichtet, hier einen »Stammbaum« aller relevanten Einflüsse zu zeichnen, wie das Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer, 2002, S. 221 ff. taten, wobei dies sicher aufschlussreich gewesen wäre).

Zuletzt und zumeist (die Widmung deutet es wiederum an) danke ich meiner lieben Frau Simone Stölzel für ihre Anteilnahme, Dialogbereitschaft und Unterstützung, mit der sie den Entstehungsprozess auch dieses Buches freundlich-kritisch begleitet hat. Bedanken möchte ich mich auch bei unseren Kindern Maura, Nikolai, Valentin und Milan. Ohne ihr Verständnis und ihre Rücksichtnahme (auch den Launen des Verfassers gegenüber) wäre dieses Buch so nicht möglich gewesen.

Thomas Stölzel

Zum Gebrauch des Buches

*Wahlspruch: »Ich stelle Ideen zur Verfügung
und lade zu ihrer Überprüfung ein.«*

Das Buch, das Sie gerade in Händen halten, setzt den Band »Staunen, Humor, Mut und Skepsis. Philosophische Kompetenzen für Therapie, Beratung und Organisationsentwicklung« in verschiedener Hinsicht fort. Das heißt, es steht für sich und kann auch für sich gelesen und verwendet werden. Doch ist es durch zahlreiche Bezüge, thematische Varianten, inhaltliche Ergänzungen und Erweiterungen mit dem ersten verbunden und bildet dadurch eine Art von »zweieiigem Zwillingsgeschwister«. So wie auch die Ausrichtung auf *Kompetenzen* und *Potenziale* in eine verwandte Richtung weist. Eine weitere Gemeinsamkeit besteht im gleichen Bezugswort bzw. Attribut *philosophische* (und der Leser und Verwender dieses Buches wird es für sich besser nutzen können, wenn er vom ersten Buch dessen Anfangskapitel »Reizwort Philosophie« kennt bzw. sich zu Gemüte geführt hat).

Dabei wird das Bezugswort bzw. Attribut *philosophische* hier anders verstanden und verwendet, als es (noch immer) viele Therapeuten, Berater, Coaches oder Organisationsentwickler verstehen und verwenden. Wie auch andere akademische Disziplinen hat auch die »Philosophie« eine legitime und sogar nützliche Forschungsaufgabe und besitzt gleich den anderen Universitätsfächern in erster Linie eine Theorieausrichtung. Sie jedoch ausschließlich darauf zu beziehen und zu beschränken, ließe ihr besonderes Potenzial weitgehend ungenutzt. Dieses anhand von einigen ausführlicher dargestellten Methoden nicht alleine professionellen Anwendern vorzustellen und zu erschließen, ist ein wesentliches Ziel des vorliegenden Buches.

Es besteht aus drei Teilen. Den größten Raum nimmt (nicht allein quantitativ) eine Reihe von Methodenporträts ein. Hierin wird der Versuch unternommen, philosophische Perspektiven für die konkrete

Arbeit an sich selbst, dem Team, der Organisation usw. anschaulich und zugänglich zu machen. Dieses Hauptstück wird von zwei kürzeren Texten gerahmt: einführenden Überlegungen zur Verbesserung eines interdisziplinären Methodendialogs und kurzen Ausblicken auf die gegenwärtige und die zukünftige Situation nebst einer Koda. Damit das Buch als reflektiertes und reflektierendes Anwendungsbuch wirken kann, habe ich mich dazu entschlossen, das Ausgangsmanuskript so weit zu kürzen, dass eine handliche Länge entsteht. *Der Leser* (wie im Vorgängerband verwende ich – ausschließlich – aus Gründen der sprachlichen Schlantheit das männliche Genus; Frauen sind hier selbstverständlich in gleicher Weise angesprochen)² wird hier also (nur) eine Auswahl finden, doch hoffe ich genügend Material (für das eigene Nachdenken) zur Verfügung gestellt zu haben.

Wie ich es in meinem Wahlspruch verdichtet habe, möchte ich nichts »lehren«; dieses Ansinnen wie der damit verbundene Gestus sind mir fremd und erscheinen mir geradezu unphilosophisch. Ideen zur Verfügung zu stellen und zu ihrer Überprüfung einzuladen, bedeutet: Ohne die Mitarbeit des Lesers geht es nicht, wobei dieser hier nicht missioniert, nicht überredet, nicht zu etwas gebracht werden soll, sondern selbstverantwortlich entscheidet, was, wie viel, wozu er die hier vorgestellten Ideen nutzen, welche er erproben, mit welchen er experimentieren möchte. Wie in dem Buch über die philosophischen Kompetenzen werden hier nicht nur Thesen aufgestellt oder Beschreibungen gegeben, sondern es wird auch zu (unterschiedlichen) Übungen eingeladen, um das hier Vorgestellte für sich und andere zu überprüfen.

Dabei spreche ich Empfehlungen aus, knüpfe weitere Bezüge und beziehe ungewohnte Perspektiven. Ich nähere mich den einzelnen Themen mitunter über den Weg genauer Begriffsbeobachtungen, und das nicht allein, weil er in diesem Feld weniger begangen ist und gerade für professionelle Anwender aufschlussreich sein kann. Ich wünsche allen Lesern und Verwendern dieses Buches viele weiterführende Anstöße und Anregungen und hoffe mit meinen Ausführungen einen lebensdienlichen Zugang zum Philosophieren eröffnet zu haben, durchaus im Sinne von Ludwig Wittgenstein, der erklärt: »Die Arbeit an der Phi-

2 Wie Grawe, Donati und Bernauer ist es auch mir »nicht gelungen, das grammatische Geschlecht der Subjekte und Objekte unserer Sätze in eine ein-deutige Beziehung mit dem biologischen Geschlecht der Subjekte und Objekte zu bringen, die wir jeweils meinten« (1995, S. X).

osophie ist [...] eigentlich mehr eine Arbeit an einem selbst. An der eigenen Auffassung. Daran, wie man die Dinge sieht (und was man von ihnen verlangt)« (Wittgenstein, 1977, S. 38).

Thomas Stölzel

Empfehlung

Ich möchte Ihnen vorschlagen, bei allem, was Sie jetzt lesen werden, Ihr unmittelbares leibliches Empfinden mit einzubeziehen. In der Weise, dass Sie darauf achten, wo etwas in Ihnen auf-, wo etwas in Ihnen zugeht, wenn Sie die hier vorgestellten Gedanken, Ideen, Perspektiven, Methoden, Beispiele oder Übungen auf sich wirken lassen, sich damit auseinandersetzen oder damit experimentieren. Achten Sie bitte darauf, was es mit Ihnen macht, wenn etwas zu- oder etwas aufgeht, und ob Sie das als begrenzend, als beengend oder als erweiternd erleben. Zum Beispiel, indem Sie sich – leiblich – fragen: Was davon stärkt mich? Was davon schwächt mich? Wo geht Kraft weg? Wo kommt Kraft her?

Ein Dialog zwischen »Verwandten«

*Philosophie heißt [...] von neuem
lernen, die Welt zu sehen.
Maurice Merleau-Ponty*

Eine Frage der Kommunikation

Das Beraten ist ein zentrales (und unverzichtbares) Element des menschlichen Lebens. Das reicht von profanen Entscheidungsfragen, in denen sich jemand mit sich oder anderen »berät« (was einzukaufen, was anzuziehen, was zu unternehmen sei) bis hin zu existenziellen Dilemmata, deren Klärungsarbeit sich aufwendiger gestaltet. Auch ist die Zunft der Berater, Begleiter, Therapeuten, Coaches usw. keine Erfindung des 20. Jahrhunderts gewesen, wenngleich sich das Berufsbild und Selbstverständnis in diesem Säkulum in besonderer Weise konturiert hat (vgl. Corsini, 1983; Grawe, Donati u. Bernauer, 1995).³ Beratung war, ist und wird wohl »immer« wichtig sein. Unabhängig davon, ob es sich um die verschiedenen Selbstgesprächs- (vgl. Viertes Methodenporträt), Selbstberatungs- und Selbstsupervisionsprozesse handelt oder um verschiedene Formen der Fremdberatung, Fremdsupervision oder des Beratenwerdens durch andere. Und sämtliche Beratungsprozesse finden mindestens *zwischen* zwei Personen, Instanzen, Teilnehmern, Aspekten statt, auch wenn sie sich *in* ein und derselben Person ereignen (Selbstgespräch).

Beratung als eine Form des *inner-* wie des *zwischenmenschlichen*

3 Corsini (1983) hat zu Beginn der 1980er Jahre siebzig verschiedene Therapiemethoden porträtieren lassen. Grawe et al. (1995) zogen Jahre später für ihre statistischen Wirksamkeitsuntersuchungen noch eine Reihe weiterer heran (S. 735 ff.). Zwischenzeitlich dürfte die Zahl der Verfahren bei weit über hundert liegen.

Austauschs stellt eine besondere Gestaltungsmöglichkeit der menschlichen Kommunikation dar. Wie auch Kommunikation *das* verbindende Element aller professionellen Beratungs-, Begleitungs-, Therapie- und Coachingverfahren bildet, seien diese nun ärztlich, psychiatrisch, psychotherapeutisch, (sozial-)pädagogisch, seelsorgerisch, mediatorisch oder strategisch etc. motiviert. Wie im Einzelnen auch immer vorgegangen, gearbeitet, gesprochen werden mag, welche Methoden zur Anwendung kommen, welche Veränderungen angestoßen, welche Ziele angestrebt werden, es geht in wesentlicher Weise auch um eine Verbesserung, Erweiterung, Veränderung der Kommunikation:

- mit und für sich selbst,
- mit dem eigenen Unbewussten,
- mit anderen Menschen (Lebenspartnern, Kindern, Kollegen, Herkunftssystem, Konfliktpartnern, Teams, Organisationen),
- mit bewegenden Fragen,
- mit anstehenden Herausforderungen usw.

Man kann hier die Etymologie des Begriffs Kommunikation in doppelter Weise verstehen. Kommunikation leitet sich aus dem lateinischen *communis* her, was als Grundbedeutung für das Gemeinsame, Gemeinschaftliche steht. Allen Beratungsberufen ist – bei allen denkbaren Unterschieden im Selbstverständnis und in den Vorgehensweisen – die Kommunikation *gemeinsam*. Andererseits (und für diese Sicht möchte ich hier werben) dient sie gleichermaßen den Vertretern der verschiedenen Beratungsberufe wie denjenigen, die sich an sie wenden, wenn sie *gemeinschaftlich* die Arbeit mit und für Menschen im Austausch und in der Verständigung untereinander pflegen und die Kommunikation auch in diesem Sinne praktizieren. Über dieses grundsätzlich Verbindende sind Synergien besser auszumitteln und Prüfkriterien für einen konstruktiven Austausch leichter aufzuspüren. An dieser Stelle erhebt sich zudem die Frage: Von wie vielen Komponenten der Kommunikation kann man ausgehen? Unmittelbar erfahrbar sind:

1. die körpersprachliche,
2. die wortsprachliche,
3. die atmosphärische,⁴
4. die existenzielle (vgl. Jaspers in Stölzel, Th., 2012, S. 106 ff.),

4 Vgl. hier den Ansatz von Ohler und Schöll in Schweitzer und Schlippe (2012).

5. die energetische,⁵
6. die feinstoffliche/intuitive.

Damit verbunden sind auch Metafragen, wie: Was beginnt in einer (professionellen) Kommunikation, was hört auf, zeigt sich, verändert sich, verschlechtert sich, verbessert sich, verlängert sich, vergrößert oder verkleinert sich? Strebt man einen konstruktiven, für alle Beteiligten bereichernden Austausch an (in unserem Fall zwischen Philosophischer Praxis, Therapie, Beratung und Organisationsentwicklung), dann empfiehlt es sich, die Frage der Kommunikation im Blick zu behalten, vor allem dann, wenn die Unterschiede überdeutlich zu werden scheinen.

Angrenzen, Abgrenzen, Ausgrenzen - Sinn und Unsinn von Unterscheidungen

*Wer viel einteilt,
teilt wenig aus.*

Friedrich Georg Jünger

Der Appell »Draw a distinction« des Logikers George Spencer-Brown hat ein nützliches Kriterium zur Genese von Informationen zu Bewusstsein gebracht. Er enthält »die grundlegende Operation [...] von der sich all unsere Erfahrung⁶ ableitet: [die] *Unterscheidung*« (Simon, 1993, S. 55). Gregory Bateson hat diese Aufforderung Spencer-Browns zu dem informationstheoretischen Axiom verdichtet, demzufolge Information überhaupt erst dadurch entstehe, dass ein Unterschied gemacht, konstruiert, beobachtet werde, »der einen Unterschied macht« (Bateson, 1982, S. 274). Das bedeutet: Je mehr Unterscheidungen wir machen (die wenigstens *einen* Unterschied machen), desto mehr Unterscheidungen produzieren wir. Einer steigenden Menge an Unterscheidun-

5 Dort, wo die (nur wenig wortsprachlich orientierte) Vorgehensweise innerhalb von Systemaufstellungen wichtige Dynamiken aufzeigt und gute Lösungen ermöglicht, wird wesentlich diese Komponente der Kommunikation wirksam.

6 Dieser Primär dualismus sollte jedoch nicht unhinterfragt bleiben, da er sich sonst in erkenntnisverriegelnder Weise totalisiert und gegen Einsprüche immunisiert (vgl. Moldzio, 2004, S. 126 ff.).

gen entspricht der Zuwachs bzw. die Differenzierung an Information, die wir dadurch erhalten (können).

Dieses »Mehr« kann unser Wahrnehmen und Erleben reicher und nuancierter machen; es begünstigt zudem das Erfassen von und Umgehen mit komplexen Strukturen oder Situationen – zumal wenn ein informationstheoretisches Bewusstsein dafür entwickelt wird, welche Unterscheidungen wir machen und welche Unterschiede bzw. Informationen wir dadurch überhaupt erst erzeugen. Die Möglichkeit des Unterscheidens sollte jedoch nicht ohne die systemische Komponente gesehen werden, nämlich die Beziehung, die zwischen einem Unterschiedsbilder und seinen Unterscheidungen durch die Tätigkeit des Unterscheidens entsteht und die man zu den Fragen zuspitzen könnte: Was machen (die getroffenen) Unterscheidungen mit dem Unterschiedsbilder – welche Rückkoppelungen sind hier beobachtbar? Inwieweit gilt der Satz: An seinen Unterscheidungen sollt ihr ihn erkennen?

Aspekte, die uns wichtig (er-)scheinen; Akzente, die wir setzen; Perspektiven, die wir einnehmen usw. sind, informationstheoretisch betrachtet, Unterscheidungshandlungen, die uns die Möglichkeit geben, etwas neu, anders, umfassender, genauer, klarer, vollständiger wahrnehmen (und damit auch verstehen) zu können. Diese eigens oft nicht beachtete Handlungsweise sei mit folgender Übung veranschaulicht.

Wie vollständig ist »vollständig«?

Wählen Sie eine Person, ein Thema, eine Frage oder ein Problem aus, das Sie gerade beschäftigt. Stellen Sie dieses mit Hilfe Ihrer Vorstellungskraft in die Mitte eines (leeren) Raumes, so dass Sie sich diesem sozusagen von »allen« Seiten nähern, es aus unterschiedlichen Positionen betrachten können. Achten Sie darauf, welche Haltungen und Reaktionen sich gewissermaßen sofort, »automatisch« einstellen, welche Sie einzunehmen gewohnt oder geneigt sind. Bringen Sie sich zu Bewusstsein, auf welchen Unterscheidungen diese wie »selbstverständlich« beruhen. Gehen Sie dann mit den Fragen um: Von wie vielen Seiten, Gesichtspunkten, Voraussetzungen usw. müsste ich diese Person, dieses Thema, diese Frage, dieses Problem betrachten, um ihm möglichst gerecht zu werden, um es möglichst gut erfassen zu können? Wann und wodurch ist meine »Vollständigkeitsgrenze« erreicht? Wie verändern sich Person, Thema, Frage oder Problem, wenn ich sie zum Beispiel durch eine phi-

losophische, psychologische, biologische, medizinische, soziologische, theologische, linguistische »Brille« betrachte bzw. die Unterscheidungen vollziehe, auf denen diese Beobachter-Konzepte beruhen?

Unterscheidungen sind nicht nur möglich, sie sind auch unumgänglich, wenn wir etwas besser verstehen wollen. Auf diesen geistigen Handlungen basieren alle unsere Wahrnehmungen, Werte, Konzepte; sie bilden die Uoperationen unseres gesamten Welterlebens. Wenn ich hier diese »Selbstverständlichkeit« etwas genauer vor Augen zu führen versucht habe, so geschah das, um Ihren Blick im Voraus etwas zu schärfen für die Betrachtung von so unterschiedlich-ähnlichen Projekten, wie Philosophischer Praxis, (Psycho-)Therapie, Beratung, Coaching und Organisationsentwicklung, deren »Verwandtschaftsgrad« von Betrachter zu Betrachter bzw. Unterscheider zu Unterscheider durchaus wechselt.

Psychologie war (auch in ihren praktischen) Aspekten lange Zeit selbstverständlicher Teil⁷ der Philosophie. Während der Antike gab es innerhalb der verschiedenen philosophischen Tätigkeitsfelder eine ausgeprägt existenziell-lebensdienliche Ausrichtung (vgl. Hadot, 1999; Foucault, 2004; Schmid, 1998; Horn, 1998), wurden Verfahren und Techniken – wie zum Beispiel die *Selbstsorge* (vgl. Drittes Methodenporträt) – entwickelt, die Vorformen späterer Therapie- und Beratungskonzeptionen darstellen. Seneca, der auch als Berater tätig war, schrieb seinem Freund Lucilius geradezu paradigmatisch: »Wissen willst du, was die Philosophie verspricht dem Menschengeschlecht? Beratung« (Seneca, 1995, S. 379).

Das bedeutet: Innerhalb der Antike ist diese Unterschiedsbildung zwischen Philosophie und Psychologie (wie sie heute viele Menschen wie selbstverständlich vollziehen) noch gar nicht gemacht worden. Auch die Unterscheidung von Theorie und Praxis sowie die vornehmliche Theoriezuweisung an die Philosophie ist Folge mittelalterlicher Rollenzuweisungen (vgl. Flasch, 1986). Als Gerd B. Achenbach 1981 den Begriff »Philosophische Praxis« einführte und damit das (besondere) Potenzial philosophischer Lebensberatung akzentuierte, knüpfte er damit auch an antike Konzeptionen an und irritierte zugleich die selbstverständlich gewordene Unterscheidung (an der auch viele aka-

7 Vgl. Thomas Stölzel (2012, S. 14, 67 ff.) sowie außerdem Nicole D. Schmidt (1995) und Dagmar Fenner (2005).

demische Philosophen ihren Anteil hatten) zwischen Philosophie und Psychologie. Hinzu kommt der Umstand, dass es zu dieser Zeit die heute selbstverständlich gewordenen Beratungs- und vor allem Coachingkonzeptionen⁸ gar nicht gab. Zugespitzt gesagt, muss heute keiner eine standardisierte Störung, Krankheit oder Pathologie mehr als Voraussetzung anliefern, um in den Genuss und die perspektivischen Möglichkeiten professioneller Unterstützung kommen zu können. Therapie – so hatten es bereits in den 1960er Jahren die Gestalttherapeuten Miriam und Irving Polster betont – sei zu kostbar, um nur dem Kranken vorbehalten zu werden.

An dieser Stelle begegnen uns zwei folgenreiche Unterscheidungen. Die Unterscheidung zwischen Therapie und Beratung⁹ bzw. Coaching und – noch grundlegender – die Unterscheidung zwischen gesund und krank. Alle Unterscheidungen (das sollte stets bewusst sein) sind *menschengemacht* bzw. von bestimmten Intentionen, Interessen und Motiven eines Beobachters abhängig. Die gegenwärtige (Psycho-)Therapie, insbesondere die humanistischen wie die systemisch-lösungsorientierten Verfahren, hat also eine andere Unterschiedsbildung vorgenommen und »behandelt« heutzutage nicht allein klinisch Auffällige oder als gestört, behindert oder beeinträchtigt Anerkannte, sondern auch »Gesunde«.¹⁰

Sie hat demnach ihr Tätigkeitsfeld von den verschiedenen Formen der Heilbehandlung hin zu verschiedenen Formen der Lebensberatung erweitert (Brandt, 2010, S. 164). Mit dieser Erweiterung begegnet sie nicht nur anderen Beratungsformen (NLP, Management- und Organi-

8 Diese reichen mittlerweile in ganz therapieferne Bereiche hinein, vgl. zum Beispiel Elke Esders Buch »Coaching für Politiker« (2011), in dem sich die Autorin auch für die methodische Unterstützung »nachhaltigen Denkens« einsetzt, oder es werden literarische Ideen herangezogen, wie zum Beispiel von Peter W. Gester: »Zum Nutzen einiger Konzepte Ernst Jüngers im Coaching« (Gester, 2008, S. 233 ff.).

9 Diese ist jedoch nicht so leicht auszumitteln, da die Grenzen zwischen diesen Verfahren »so schwer zu ziehen« sind, »weil es sie in Wirklichkeit nicht gibt« (Grawe et al., 1995, S. 10). Daniel Brandt zufolge scheint die »Grenze von Psychotherapie und Philosophischer Praxis [...] durch ihre jeweilige – gemeinsame – Mitte« zu verlaufen (Brandt, 2010, S. 154 f.). Das überrascht weniger, wenn man sich in Erinnerung bringt, dass Platon, Epikur, Seneca, Plutarch, Epiktet oder Marc Aurel den Philosophen als einen Arzt der Seele und der platonische Sokrates das Philosophieren als eine Praxis der Seelsorge verstanden haben.

10 Vgl. hierzu die »Differenz und Konvergenz« der beiden Interventionsformate Coaching und Psychotherapie, die Christoph Schmidt-Lellek dargestellt hat (Schmidt-Lellek u. Schreyögg, 2007, S. 137 ff.).

sationsentwicklung u. a.), sondern auch »einer wichtigen – diskutierten, umstrittenen, fruchtbaren – Gegenwartsgestalt der Philosophie« (Marquard, 1989, Sp. 1306): der Philosophischen Praxis. Und diese enthält und verkörpert, wenn sie konstruktiv¹¹ genutzt wird, Beratungs- und Begleitungsformen, die nicht nur für die »Verwandten« alias die im selben Feld Tätigen, sondern auch für die Klienten, Kunden, Besucher nützlich sein können, wie zum Beispiel:

- die längste Tradition im Umgang mit menschlichen Themen, Fragen, Problemen aller Art;
- einen sehr großen Reichtum an verschiedenen Modellen, Techniken, Perspektiven, die auch sinnvoll in die therapeutisch-beraterischen Tätigkeitsfelder mit einbezogen werden können;
- durch die konstante Orientierung an *Grundlagenfragen* eine geradezu meta-supervisorische Qualität.

Andererseits ist das Berufsprofil eines (durchschnittlichen) Philosophischen Praktikers noch nicht hinreichend konturiert; und so ist es noch mehr als bei eingeführteren und erprobteren Verfahren davon abhängig, wer mit welchen Vorerfahrungen und weiteren Qualifikationen als Philosophischer Praktiker tätig wird. Nach meiner Beobachtung hantieren nicht wenige Philosophische Praktiker lediglich mit einer akademischen Fachqualifikation und ohne solide (gesprächs-)therapeutische Weiterbildungen oder beraterische Praxis bzw. Menschenkenntnis, das heißt: Sie machen einen Unterschied zwischen Philosophie und Psychologie, allerdings von der anderen Seite her. Es gibt nach meiner Beobachtung jedoch auch Therapeuten, Berater, Coaches, Organisationsentwickler, die sehr methodenbefangen und ohne entwickeltes Metabewusstsein für ihre Tätigkeit unterwegs sind. Tabelle 1 zeigt, wie man die jeweils »reinen«, quasi monotheistischen Vertreter einander gegenüberstellen könnte.

11 Wie in allen anderen therapeutischen oder beraterischen Vereinigungen, Gesellschaften, Vereinen, Verbänden gibt es auch unter den Philosophischen Praktikern (IGPP, GPP usw.) viele Kontroversen, Abspaltungen und Vorverständnisse, was – gute, richtige – Philosophische Praxis sei, was nicht. Man sollte jedoch auch hier mit dem *allzu menschlichen Faktor* so umgehen, dass er die Arbeit mit und für andere nicht blockiert, da man hauptsächlich mit sich selbst beschäftigt ist.

Tabelle 1: Gegenüberstellung entwicklungsfähiger Philosophischer Praktiker, Therapeuten, Berater, Coaches und Organisationsentwickler

| Philosophische Praktiker | Therapeuten/Berater/ Organisationsentwickler |
|---|---|
| hantieren in der Regel unsupervidiert | erscheinen häufig methodenfixiert bis methodengläubig |
| agieren häufig ohne solide gesprächspsychologische Ausbildung und Erfahrung | zeigen mitunter ein schwach entwickeltes Sprach- und Metaphernbewusstsein |

Doch nicht allein die pointierte Gegenüberstellung macht deutlich, dass ein konstruktiver Dialog zwischen Vertretern dieser »verwandten« Tätigkeitsfelder zum Wohle und zur Weiterentwicklung aller Beteiligten sehr nützlich wäre, zumal sich das Therapie- und Beratungsfeld zu Beginn des 21. Jahrhunderts anders darstellt als über weite Strecken des vorausgegangenen »Therapie- und Beratungs-Jahrhunderts« (vgl. Stölzel, Th., 2012, S. 78 f.). Es geht nicht zuletzt für die Patienten, Klienten, Kunden und Besucher darum, die *unvermeidlichen* Gemeinsamkeiten und *notwendigen* Unterschiede (vgl. Stölzel, 2008, S. 63 ff.) gemeinsam in den Blick zu nehmen und die Halbdurchlässigkeit von Grenzen aller Art zu gewärtigen sowie dem Phänomen der Übergängigkeit mehr Aufmerksamkeit zu schenken.

Erkenne dich selbst!

*Philosophieren ist keine Lehre,
sondern eine Tätigkeit.*
Ludwig Wittgenstein

In der kurzen, formelhaften Aufforderung *gnôthi sautón* (erkenne dich selbst),¹² die an einer Säule des Apollontempels zu Delphi angebracht war und die auf Apollon selbst oder die sogenannten Sieben Weisen

12 Vgl. hierzu Gregory Batesons systemtheoretisch gestellte Frage »Wo ist meine Hand?« sowie seinen Vorschlag, Selbsterkenntnis als Selbstbeziehungsrelation (vgl. Drittes Methodenporträt) zu bestimmen (Bateson, 1987, S. 168 ff.).

zurückgeführt wird und bereits bei Heraklit aufscheint, finden sich philosophische und psychologische, wenn man will auch psychotherapeutische Aspekte zu einem Motiv verdichtet. Der Imperativ *erkenne!*, mit dem dieser durch die Jahrhunderte hallende, anthropologische Appell einsetzt, ist (nicht allein durch die Erkenntnistheorie) seit jeher ein wesentlicher Teil des Philosophierens; und die beiden Pronomina *dich selbst* stehen nicht nur bei der sogenannten Ich-Psychologie, sondern bei aller seelenkundlichen Beschäftigung im Mittelpunkt. Diese antike Sentenz scheint aufzuzeigen: Will man eine vertiefte, nuancierte Aufklärung und ein möglichst genaues Verständnis für die eigene Existenz gewinnen, ist das eine (Philosophie) ohne das andere (Psychologie) schwerlich zu erreichen.

Da sich in der gegenwärtigen Wissenssituation diese epistemischen Disziplinen zum Teil antagonistisch gegeneinander ausdifferenziert haben, erhebt sich die Frage, ob hier auf unterschiedlichen Wegen und Weisen Ähnliches gewollt und betrieben wird und welche Auswirkungen dies für diejenigen hat, die sich an diese Disziplinen wenden. Wenn auch beide »dem« Menschen als situativem Wesen (vgl. Zweites Methodenporträt) Aufklärung und Unterstützung anbieten, um sich selbst besser und genauer zu verstehen und den Belastungen und Herausforderungen des Lebens souveräner und reflektierter begegnen zu können, so vermögen philosophische Vorgehensweisen das umfassender und voraussetzungsbewusster als therapeutisch-beraterische, die zumeist einem bestimmten anthropologischen Modell (vgl. Erstes Methodenporträt) folgen. Während skeptisch-philosophische Positionen eher von Metamodellen ausgehen. Andererseits verfügen therapeutisch-beraterische Verfahren über ein erprobteres Handlungswissen.

Es geht hier jedoch nicht um ein besser oder schlechter, sondern um ein anderes Vorgehen und Selbstverständnis. Nach meiner Beobachtung stehen Philosophische Praxis und Therapie, Beratung, Coaching oder Organisationsentwicklung in einem produktiv-gestaltbaren Verhältnis¹³ zueinander. Das heißt, Gemeinsamkeiten und Unterschiede sind hier so verteilt, dass alle Beteiligten gut voneinander lernen, einander ergänzen, beleben, erweitern, supervidieren und damit einander

13 Man denke hier nur an Jaspers, Stierlin, Watzlawick oder Gendlin, die nicht allein qua Studium oder Ausbildung das Philosophische und das Psychologische in Personalunion in sich verbunden haben und gerade auf dieser Grundlage ihre wichtigen und innovativen Ideen entwickelten.

verbessern können. Eine philosophisch geläuterte Therapie, Beratung, Coaching oder Organisationsentwicklung etwa kann nicht nur ein reflektiertes methodologisches Bewusstsein und damit ganz andere Handlungsmöglichkeiten erlangen. Eine durch therapeutisch-beraterisches Gesprächsführungswissen oder Coaching- und Organisationsentwicklungsformate angereicherte Philosophische Praxis kann ihr Analysepotenzial und ihre Metaperspektiven konkreter einsetzen. So betrachtet, besitzt der alte anthropologische Appell auch eine interdisziplinäre Dimension. Das zeigt sich zum Beispiel in den Fragen: Als was erkennen sich diese Vorgehensweisen und wie geben sie sich selbst und anderen zu erkennen?

Der Kompetenzraum des Philosophierens

Was heißt: Sich im Denken orientieren?

Immanuel Kant

Diese Frage Kants führt in das Zentrum praktischen Philosophierens oder Philosophischer Praxis¹⁴ – wobei Denken¹⁵ nicht allein als rational-kognitive Fähigkeit verstanden wird. Es geht um die Gesamtheit der menschlichen Existenz, die den Körper bzw. Leib als besonderes phi-

14 Ich kann das einschlägige Schrifttum, das sich in den letzten Jahren zu einer gewissen Breite ausgewachsen hat, hier nicht in adäquater Weise berücksichtigen. Ausführliche Literaturhinweise zu relevanten Veröffentlichungen zwischen 1982 und 2006 finden sich bei Stölzel (2009a, S. 87 f.). Aus den neueren Veröffentlichungen möchte ich auf die umfangreiche Dokumentation »Zur Einführung in die Philosophische Praxis« (Achenbach, 2010) hinweisen, des Weiteren auf »Management by Sokrates« (Niehaus u. Wisniewski, 2009), das auf die Bedürfnisse der Wirtschaft eingeht; den kasuistisch ausgerichteten »Termin bei Kant« (Mussenbrock, 2010), in dem Fallbeispiele aus der philosophischen Lebensberatung mit Theoriemodellen verbunden werden; die lebenspraktisch ausgerichtete Frage »Macht Denken glücklich?«, der Ina Schmidt auch mit Blick auf die Systemtheorie nachgeht (Schmidt, I., 2010), sowie dem Handbuch »Methoden Philosophischer Praxis«, in dem der Herausgeber Detlef Staude eine Reihe von anwendungsrelevanten Perspektiven und Vorgehensweisen versammelt hat (Staude, 2010).

15 In seinem emphatischen Aufsatz »Was heißt Denken?« hat Heidegger in dem ihm eigenen Gestus die Tätigkeit des Denkens zu bestimmen versucht (Heidegger, 1954, S. 123 ff.). In ihm findet sich auch die für viele anstößige Behauptung: »Die Wissenschaft denkt nicht« (S. 127).

losophisches (Resonanz-)Organ mit einbezieht und gerade von »hier« wesentliche Impulse und Auskünfte erwartet. Philosophieren bedeutet demnach eine Stärkung der Fähigkeit, sich selbst orientieren zu können, wozu die nachfolgenden Methodenporträts eine Reihe von Vorschlägen und Anleitungen vorstellen, die nicht nur für professionelle Anwender von Belang oder Bedeutung sein können. Das berührt die Frage nach dem – genuin menschlichen – Potenzial und der individuellen Weisheitsfähigkeit (vgl. Stölzel, Th., 2012, S. 41 ff.).

Das eröffnet dem Einzelnen (wie auch Teams oder Organisationen) zudem persönlich ausgestaltbare Zugänge zu den Ungewissheiten und Unwissbarkeiten (vgl. Fünftes Methodenporträt), also zu jenen Bereichen des Lebens, in denen die vermeintlich sicheren Antworten, welche uns der (ständige) Erkenntnisfortschritt zu geben scheint, nicht überzeugen. Das betrifft auch Momente und Herausforderungen, in denen wir uns dazu angehalten sehen, unser Leben – wie aus einem »Weitwinkel« heraus – zu betrachten und uns beispielsweise zu fragen:

- Was bedeutet es für mich, ein gutes Leben zu führen?
- Wen oder was brauche ich dazu?
- Was weiß ich von meinen »wirklichen« Bedürfnissen?
- Worauf gründe ich?
- Wie sind die geistigen Grundlagen meines Lebens zustande gekommen?

Das Besondere der Philosophie (auch als akademisches Fach)¹⁶ besteht darin, nicht über die Grundfragen hinauszukommen,¹⁷ die viele andere Disziplinen glauben längst überwunden zu haben. Das heißt, am »Boden«, bei den Fundamenten der Dinge zu bleiben; an jenem Ort, an dem »voraussetzungsüberprüfende Fragen« (Karl Popper) gestellt werden können. Wie nützlich und weiterführend sich dies in scheinbar philosophiefernen Bereichen darstellen kann, hat zum Beispiel der Personal- und Organisationsentwickler Cyrus Achouri aufgezeigt (Achouri, 2002).

16 Das mehr oder weniger (wie in anderen Fächern auch) von dem akademischen Lehrer abhängt. Der Kantianer Norbert Hinske hat auf die Unterscheidung zwischen »Philosophie lernen« und »Philosophieren lernen« hingewiesen (Hinske, 1995).

17 Odo Marquard spricht da von »einer zweieinhalbttausendjährigen Tradition der Nichteinigung ihrer Grundsatzpositionen« (Marquard, 1986, S. 113).

Dabei sollte in diesen konkreten Anwendungsfeldern, die manche überraschen, die an der ausschließlichen Zuordnung des Philosophierens zur Theorie festhalten, die Geistbetonung nicht unterschlagen werden. Nur: Es geht hier darum, das geistige Potenzial unmittelbar lebensdienlichen Zwecken zuzuführen. Manche Philosophen können dabei durchaus »Nous-Knacker«¹⁸ bleiben und ihre betrachtsame Lebensführung, ihren *bios theoretikós* (Aristoteles) in perspektivenerweiternder Weise einbringen.

Lebensklugheit, Lebenskunst, »Lebenskönnerschaft«, Lebensberatung bzw. »Life-Coaching«

Leben willst du: kannst du es denn?
Seneca

Der Begriff »Leben« ist einer der weiträumigsten, der im allgemeinen Sprachspiel verwendet wird; was wird nicht alles damit bezeichnet oder in Verbindung gebracht. Zugleich erscheint er in besonderer Weise auf jede Existenz direkt und individuell bezogen, in der Art, in der jemand von *seinem* Leben spricht. Auf diesen Doppelcharakter können philosophische Ansätze gut reagieren, da sie einerseits den größten »Weitwinkel« anbieten und andererseits in einer persönlichen Lebensphilosophie¹⁹ ihren unmittelbaren Ausdruck finden. Um sich bei einer so weiträumigen Angelegenheit wie dem (eigenen) Leben nicht zu verlaufen oder gar zu verrennen, ist Klugheit (vgl. Groth, 2008) geboten. Sie kann sich als ein wichtiger Orientierungsgeber, geradezu als existenzieller Kompass erweisen.

18 Diese humorvolle Charakterisierung, die mit der Homophonie »Nußknacker« spielt, deutet daraufhin, dass »die Welt den Philosophen manche Nuß zu knacken gibt« (Marquard, 1986, S. 6). Marquards Wortspiel erschließt sich, wenn man die Bedeutung des griechischen Wortes »nous« (sprich nus), was »Geist« bedeutet, berücksichtigt. Vgl. hierzu auch den (lesbaren) Aufsatz Hegels »Wer denkt abstrakt?« (Hegel, 1970).

19 Die sich natürlich ganz unterschiedlich darstellen kann. In unserer von Selbstdarstellungsinszenierungen geprägten Zeit treten Interviewformate wie »Was ist Ihre Philosophie?«, in denen auch theorieunverdächtige Menschen nach ihrer »eigenen Weltanschauung« befragt werden, verstärkt in Erscheinung.

Wozu philosophieren? Um Handlungs- und Entwicklungspotenziale zu entdecken! Dieser Band verknüpft Elemente der philosophischen Praxis und Beratung – Anthropologie, Biographie, Selbstsorge, Dialogformen und Wissen – mit systemischen Methoden. Konkrete Interventionsideen, Fallbeispiele und Übungen eröffnen wie schon im Vorgängerband »Staunen, Humor, Mut und Skepsis« ganz neue Perspektiven für Therapeuten, Coaches und Berater und deren Klienten.

Der Autor

Dr. phil. Thomas Stölzel, Philosophischer Praktiker (IGPP), Systemischer Therapeut und Berater (SG), ist als Coach und Dozent an Fachhochschulen, Akademien, Weiterbildungsinstituten, in klinischen Einrichtungen und Organisationen sowie in der Einzelberatung tätig.

ISBN: 978-3-525-40452-2



www.v-r.de