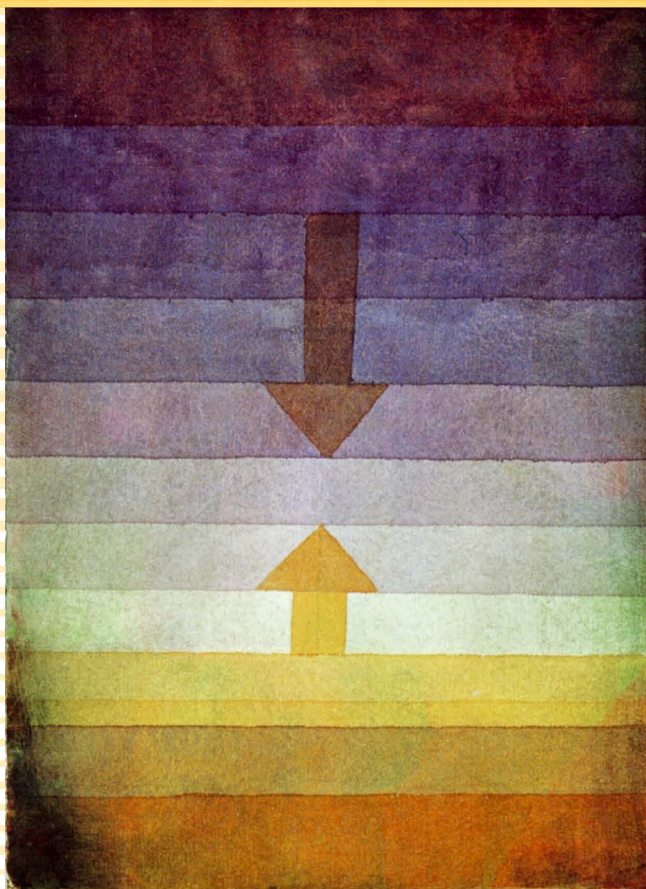


Günter Gösde, Jörg Zirfas

Therapeutik und Lebenskunst

Eine psychologisch-philosophische Grundlegung



Psychosozial-Verlag

Günter Gödde, Jörg Zirfas
Therapeutik und Lebenskunst

Therapie & Beratung

Günter Götde, Jörg Zirfas

Therapeutik und Lebenskunst

Eine psychologisch-philosophische Grundlegung

Mit einer Eröffnung von Michael B. Buchholz

Psychosozial-Verlag

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

E-Book-Ausgabe 2016
© 2016 Psychosozial-Verlag
E-Mail: info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche
Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer
Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Paul Klee: .Scheidung abends., 1922

Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar
www.imaginary-world.de

Satz: metiTEC-Software, me-ti GmbH, Berlin

ISBN Print-Ausgabe: 978-3-8379-2439-8

ISBN E-Book-PDF: 978-3-8379-6808-8

Inhalt

Eine Eröffnung	19
<i>Michael B. Buchholz</i>	
Lebenskunst – philosophische Erörterung justiert therapeutische Basiskonzepte neu	19
Empathie, Sorge und Selbstfürsorge	26
Lebenskunstlehre in der Therapieutik	29
Vorwort	33
1 Die Wechselbeziehung zwischen Therapieutik und Lebenskunst	41
Der aktuelle Diskurs über Lebenskunst	42
Die Relevanz des Lebenskunstdiskurses für die Therapieutik	45
Fragen der heutigen Therapieutik an die Lebenskunst	48
Einschätzung der »Lebenskunst« des Patienten	49
Behandlungsperspektiven und -ziele	51
Behandlungsmethode und -kunst	53
Implizite Lebenskunstkonzepte des Therapieuten	55
Polaritäten und Widersprüche	56
Selbstsorge des Therapieuten	58
Fragen der Lebenskunst an die Therapieutik	59
Schönheit	60
Glück	61
Kunst	62
Optionen und Kontingenzen	64
Phantasie und Kreativität	66
Zeitlichkeit und Endlichkeit	68
Ausgewählte Literatur	69

2 Philosophien der Lebenskunst	71
Antike	72
Sokrates und Platon: Wahrheitssuche und Erinnerungsarbeit	73
Die Stoa: Beherrschung der Affekte	83
Die Epikureer: Die Orientierung an der Lebenslust als Vermeidung von Unlust	91
Zusammenfassung der antiken Positionen	99
Ausgewählte Literatur	101
Renaissance, Aufklärung und Romantik	102
Michel de Montaigne: Die Essayistik des Selbst	106
Immanuel Kant: Das Programm einer vernünftigen Lebensführung	115
Zur Dialektik von Aufklärung und Romantik	126
Ausgewählte Literatur	138
Wegbereiter der Lebensphilosophie im 19. Jahrhundert	138
Arthur Schopenhauer: Erlösung von der Triebhaftigkeit	140
Friedrich Nietzsche: Die große Loslösung	150
Schopenhauers und Nietzsches Lebenskunstkonzepte im Vergleich	159
Ausgewählte Literatur	162
Wiederaufleben der Lebenskunstphilosophie im 20. Jahrhundert	163
Michel Foucault: Selbstsorge und Ästhetik der Existenz	165
Wilhelm Schmid: Nutzen und Nachteil der Wahl	174
Ausgewählte Literatur	179
Zusammenfassung der Positionen von der Renaissance bis zur Postmoderne	180
Die therapeutischen Einsichten der Lebenskunstphilosophen	182
3 Von der antiken Heilkunst zur modernen Psychotherapie	185
Medizinische Heilkunst und philosophische Lebenskunst in der Antike	187
Medizin und Lebenskunst	187
Die medizinisch-seelische Sorge um sich	194
Asketische versus ekstatische Konzepte der therapeutischen Lebenskunst	200
Die lebenskunstphilosophische Relevanz der Traumdeutung	204
Der Umgang mit der Sexualität	209
Körper und Seele	213
Ausgewählte Literatur	225

Historische Stationen des Lebenskunstmodells im Blick auf und im Umgang mit Sexualität	225
Der Diskurs über den maßvollen Umgang mit der Sexualität	226
Die Moralisierung des Geschlechtsaktes und die Ächtung der Lust (Augustinus)	228
Zivilisierung und Selbstbeobachtung (Erasmus von Rotterdam)	231
Der Kampf gegen die Onanie in der Aufklärung	234
Rückblick: Scientia Sexualis oder Ars Erotica (Thomas Hobbes und Michel Foucault)	239
Ausgewählte Literatur	243
Von geistlichen über philosophische zu psychologischen Seelenkuren	244
»Geistliche« Seelenkuren als Reaktion auf die Frömmigkeitskrise im 17. Jahrhundert	245
Entwurf einer »philosophischen« Seelenkur in der Frühaufklärung	247
Etablierung der Psychologie und Ästhetik als Teildisziplinen der Philosophie	249
Übergang zum Projekt »psychologischer« Seelenkuren	252
Anwendung der psychischen Kur auf die Geisteskranken	256
Zur psychischen Kur in den Anfängen der Psychiatrie	261
Therapeutische Grenzen der Seelenkuren	263
Ausgewählte Literatur	264
Zwischenstufen auf dem Weg zu einer psychodynamischen Therapeutik	264
Mesmers Konzeption des Heilmagnetismus	265
Entdeckung des Somnambulismus	268
Der Magnetiseur als neuer Typus des Heilers	271
Übergänge zum Hypnotismus und zur Suggestionstherapie	274
Erfahrungen mit dem »Rapport«	279
Das Aufdecken krankmachender Geheimnisse	282
Die Bedeutung der Magnetiseure und Hypnotiseure für die moderne Psychotherapie	284
Ausgewählte Literatur	286
Zusammenfassung: Lebenskunstkonzepte und therapeutische Strategien	287

4 Freuds Therapieut – ein Brückenschlag zur philosophischen Lebenskunst	291
Zur unmittelbaren Vorgeschichte der psychoanalytischen Behandlungskonzeption	293
Drei Hauptströmungen in den Anfängen der modernen Psychotherapie	294
Im Banne des Hypnotismus – Charcots neurologisches Paradigma der Hysterie	295
Pierre Janet's Prioritätsanspruch hinsichtlich der Erkenntnis des Unbewussten	299
Ausgewählte Literatur	307
Breuers und Freuds Therapiemodell der <i>Psychokatharsis</i>– in den Spuren von Jacob Bernays	308
Der Fall Anna O.	308
Breuers Entdeckung der Katharsis als Heilfaktor	309
Die Ausarbeitung der »kathartischen Methode« durch Breuer und Freud	311
Zurückstufung der Katharsis von einer Behandlungsmethode zu einem Heilfaktor	313
Bernays' »pathologische« und »therapeutische« Katharsis-Konzeption	314
Die Katharsis-Konzeptionen von Freud, Bernays und Nietzsche im Vergleich	318
Ausgewählte Literatur	321
Der Übergang von der Ekstase zur Askese als Weichenstellung für die Psychoanalyse	321
Die Erkenntnis der »Verdrängung«	322
Kunst des Erinnerns und Vergessens	324
Die Entdeckung der Sexualität als Krankheitsfaktor und Anthropologikum	327
Die lebensgeschichtliche Erforschung der Symptome	329
Die neue Ausrichtung an einem Therapiemodell der Askese	331
Ausgewählte Literatur	334

Mut zur Wahrheit – von der psychoanalytischen Grundregel zurück zur antiken »Parrhesia«	335
Die psychoanalytische Grundregel	335
Rückblende in die Antike	336
Selbstanalyse mittels Traumdeutung	338
Differenzen hinsichtlich des Anspruchs auf Erkennbarkeit der Wahrheit	341
Wahrheitssuche als Spiel des Aushandelns	344
Ausgewählte Literatur	345
Gleichschwebende Aufmerksamkeit im Vergleich zu Muße und Kontemplation	346
Gleichschwebende Aufmerksamkeit als therapeutische Grundhaltung	347
Philosophische Wurzeln	349
Der Blickwinkel der ästhetischen Erfahrung	353
Der intersubjektive Blickwinkel	355
Gleichschwebende Aufmerksamkeit als »Mythos« – Ideal und Wirklichkeit	357
Ausgewählte Literatur	359
Sigmund Freuds implizite Lebensphilosophie – Askese als Axiom der Lebenskunst	360
Freuds asketische Lebensform als biografischer Hintergrund	361
Der Dualismus von Eros und Todestrieb im Spätwerk	364
Askese als Axiom der Lebenskunst	368
Ausgewählte Literatur	372
5 Ausgewählte psychodynamische Therapierichtungen und ihre impliziten Lebenskunstkonzepte	373
Die »klassische Einsichtstherapie« als Ausgangsposition	377
Zwei unterschiedliche Begriffe der Behandlungs-»Technik«	378
Freuds Modell einer »Einsichtstherapie«	380
Zur Bedeutung der Metaphern des therapeutischen Erkennens	383
Therapiemetaphern in Freuds Frühschriften zur Hysterie	385
Therapiemetaphern in Freuds Schriften zur Behandlungstechnik	389
Widersprüche zwischen Freuds expliziter und impliziter Behandlungstechnik	395
Ausgewählte Literatur	398

Sándor Ferenczis Weichenstellung zur »Therapie der emotionalen Erfahrung«	398
Zur Biografie	399
Therapie der emotionalen Erfahrung versus klassische Einsichtstherapie	401
Beziehungskunst und therapeutischer Takt	404
Die Gefahr der Retraumatisierung in der Therapie	407
Die intersubjektive Dimension der therapeutischen Beziehung	408
Unmittelbare Beziehungsregulierung auf der Ebene emotionaler Regeln	411
Ferenczis Rehabilitierung und Nachwirkung	414
Ausgewählte Literatur	415
Theodor Reiks intuitionistische Therapiekonzeption und ihre Weiterentwicklung	416
Zur Biografie	418
»Hören mit dem dritten Ohr«	421
Behandlungskunst versus Behandlungstechnik	425
Vor- und Nachteile verschiedener Modi des (Zu-)Hörens	428
Der Stellenwert der unbewussten Intuition und ihr Kontext	433
Das Arbeitsmodell des »präsenten« Analytikers	436
Reiks Vorliebe für den »persönlichen Pol« der therapeutischen Haltung	438
Ausgewählte Literatur	442
Stavros Mentzos als Selbst- und Beziehungspsychologe – der anthropologische Grundkonflikt zwischen Selbst- und Objektbezogensein	442
Zur Biografie	444
Der unbewusste Konfliktverarbeitungsmodus	446
Konfliktdynamik in der Psychose	450
Die anthropologische Grundannahme der Bipolarität	453
Interpersonale Abwehr und psychosoziale Arrangements	455
Neue Beziehungserfahrungen in der Psychosentherapie	458
Mentzos' Position zwischen »harter« und »weicher« Objektbeziehungstheorie	461
Ausgewählte Literatur	465

Irvin Yalom als philosophischer Therapeut – Fokussierung auf existenzielle Fragen	466
Zur Biografie	467
Existenzielle Psychotherapie	469
»Chronik einer Therapie« – eine frühe Falldokumentation	472
Therapeutische Konzepte von Heilungsprozess und Ziel	476
Therapiebeispiele für Lebenskunstaspekte	478
»Und Nietzsche weinte« – ein fiktives Fallbeispiel	482
Yaloms Balancieren zwischen existenziellen Bipolaritäten	486
Ausgewählte Literatur	487
Vergleich der impliziten Lebenskunstkonzepte und therapeutischen Strategien	487
Therapiemetaphern im Wandel – »open to revision«	488
Therapeutische Grundhaltungen im Vergleich	495
Anthropologische Polarisierungen und Polaritäten	498
Weltanschauliche Hintergrundannahmen	501
Folgerungen	505
Ausgewählte Literatur	506
6 Dimensionen einer philosophischen und sozialwissenschaftlichen Lebenskunstkonzeption	509
Das Selbst der Selbstsorge	511
Identität im Übergang	512
Sich-nicht-um-sich-selbst-sorgen-Können	514
Kohärenz und Kontinuität	516
Ausgewählte Literatur	523
Der Andere in der Lebenskunst	524
Das Selbst und der Andere	524
Das Modell der Anerkennung	526
Formen der Anerkennung	531
Ausgewählte Literatur	536
Der Sinn des Lebens	537
Die Begriffe Sinn und Wert	537
Zur Genealogie des Sinns	541
Arbeit an der Widersprüchlichkeit	543
Ausgewählte Literatur	547

Die Sublimierung des Geschmacks	548
Der Geschmack als ästhetisches Vermögen	549
Zur Psychoanalyse der Ästhetik	552
Geschmacksbildungen	555
Ausgewählte Literatur	558
Das Spiel der ästhetischen Erfahrung	558
Metawahrnehmungen	559
Spiele mit dem Unbewussten	562
Die therapeutische Situation	564
Ausgewählte Literatur	568
Das Glück der Phantasie	569
Nur der Unglückliche phantasiert – Möglichkeitsräume	571
Der Wunsch nach dem verlorenen Paradies	575
Realistisches Glück	577
Ausgewählte Literatur	580
Die Stilisierung der Existenz	581
Die Bedeutung der Inszenierung	581
Stile in der Therapie	586
Stilisierung und Sublimierung	587
Ausgewählte Literatur	593
Takt als intersubjektiver Beziehungsregulator	594
Bedeutungsdimensionen	595
Soziale Funktionen	599
Der therapeutische Prozess	602
Ausgewählte Literatur	603
Zusammenfassung	604
 7 Die Bedeutung von Lebenskunstkonzepten in der Therapie- und Lebenspraxis	 609
Zum Theorie-Praxis-Verhältnis in der Psychotherapie	611
Die Kluft zwischen wissenschaftlicher Theorie und professioneller Praxis	612
Medizinisches versus sozialwissenschaftliches Therapiemodell	614
Die therapeutische Beziehung im Fokus	617
Orientierung an Persönlichkeit und Kompetenzen des Therapeuten	621
Ein Phasenmodell der Therapeutenentwicklung	624
Zum Umgang mit der Pluralität in der psychotherapeutischen Praxis	625

Die implizite Verwendung von Lebenskunstkonzepten	630
Ausgewählte Literatur	634
Schnittfelder zwischen Therapeutik und Lebenskunst – ein Modell	635
Erschütterung des Selbst	636
Abstand, Ruhe, Distanz – Möglichkeitsräume	644
Beziehungen und Gefühle	652
Widersprüchlichkeit der Existenz und der Professionalität	662
Kunst der Balance	672
Ausgewählte Literatur	679
Therapeutische Lebenskunst in der Moderne – ein Ausblick	680
Psychologisierung in der heutigen Lebenskunst	681
Autonomie versus Abhängigkeit	684
Literatur	693
Personenregister	727