



Lösungsorientierte Methoden

in der Beratung und in der Kunsttherapie

Die Geometrie

- Wichtig ist auch, dass die Ideenlehre aus der Lehre der Geometrie entstanden ist. Wenn wir eine geometrische Figur zu erkennen glauben, dann ist das nur deshalb so, weil es eine ideale Welt gibt, in der bereits alles Wissen vereint ist und nur schrittweise, erinnern wir uns an diese Welt oder Bruchstücke aus dieser.
- Die geometrische Figur ist demnach ein Ideal, das wir im Geiste konstruieren, die aber nicht das ist, was wir eigentlich sehen. Wir idealisieren also fortdauernd unsere materielle Welt.

Das Höhlengleichnis

In einer Höhle sitzen Menschen mit Blick zur Höhlenwand. Sie können den Höhleneingang nicht sehen. Das einzige, was sie sehen, sind die Schatten der Dinge draußen vor der Höhle, die an der Höhlenwand tanzen. Diese Schatten, die die Menschen da sehen, halten sie für die einzigen Dinge, die existieren - sie sehen ja den Höhleneingang nicht, wissen also nicht, dass es eine Welt jenseits der Höhle gibt.

Das Höhlengleichnis
Comicbild 1



JEDER IST IN EINER HÖHLE ANGEKETTET.
DIE GEFANGENEN SEHEN NUR SCHATTEN,
DIE SIE FÜR DIE WIRKLICHKEIT HALTEN.

Diesen Zustand nennt Platon die "Sinneswelt", sprich: die Welt, die uns durch unsere Sinne vermittelt wird. Wir glauben an die Existenz aller Dinge um uns herum, weil wir sie sehen, hören, riechen, fühlen, schmecken. Aber genau wie die Schatten an der Wand sind alle diese Dinge nur flüchtig und nicht ewig.

Die Ideenwelt

Nun fragt sich einer dieser Menschen in der Höhle, woher eigentlich die Schatten und das Licht kommen? Er ist der einzige, der sich umdreht und den Höhleneingang sieht. Voller Neugierde steht er auf und geht aus der Höhle hinaus und sieht dort die Originale, die er bisher nur als Schatten kannte.

Diese Welt bezeichnet Platon als "**Ideenwelt**".

Das Höhlengleichnis
Comicbild 2



Die Formen der Ideenwelt

Alle Formen in der Ideenwelt sind ewig und nicht vergänglich und selbstverständlich sind sie die *Urformen aller flüchtigen Dinge in der Sinneswelt* (also den Schatten in der Höhle) und damit perfekte Substanz.

Als der Mensch von draußen wieder in die Höhle kam und seinen Kameraden von der Welt und den Formen draußen berichtete, glaubten sie ihm nicht. Für sie existierten lediglich die Schatten der Formen, die sie an der Wand sahen.

Der Weg dieses einen Menschen, der sich aus der Höhle hinauswagte, ist auch gleichzeitig, laut Platon, der Weg des Philosophen, der unermüdlich fragen muss "Woher? Warum? Was ist die Welt?".

Das Höhlengleichnis
Comicbild 3



Zusammenfassung

- Es gibt eine **Sinneswelt**, in der alle Materie, alle Dinge usw. vergänglich und unfertig ist.
- Die Sinneswelt ist, im Grunde, die Welt, in der wir leben.
- Demgegenüber existiert die **Ideenwelt**, in der die Urformen (Entelechien) aller Dinge der Sinneswelt sind.

Philosophie und Religion

Auch die großen Religionen haben das selbe Verständnis wie Platon. Philosophie, Religion und Psychotherapie treffen sich im Humanismus und finden so einen neuen Zugang zum Menschen.

Philosophischer Humanismus

Jeder einzelne repräsentiert die ganze Menschheit, und deshalb sind alle Menschen gleich – nicht was ihre Begabungen und Talente betrifft, sondern hinsichtlich ihrer grundlegenden menschlichen Qualitäten.

Biblische begründeter Humanismus

Diese Idee von der Gleichheit aller Menschen wurzelt u. a. in der jüdisch-christlichen Tradition. Nach dem Alten Testament wurde nur *ein Mann und eine Frau erschaffen, und zwar nach dem Bilde Gottes.*

Mosaischer Humanismus

Nach der Auslegung des Talmud will die Bibel damit sagen: „*Wer einen anderen Menschen zugrunde richtet, vernichtet gleichsam die ganze Welt, und wer einen anderen Menschen rettet, der hat gleichsam die ganze Menschheit gerettet.*“

Themenorientiertes Dialogisches Zeichen TDZ (bei geöffneter Tür)

Klient und Coach arbeiten auf einem gemeinsamen Papier zum Thema:.... Der Klient gibt das Thema vor, z. B.: Mein größte Angst, mein Berufswunsch, mein großer Traum, meine unbeantwortete Frage, meine Stärke. Eine Linie, die mittig unterbrochen ist, teilt das Blatt. Der Klient beginnt auf seiner Seite. Der Coach nimmt durch die Öffnung Kontakt mit dem Klienten auf.

Der Klient beginnt den Dialog zu seinem Thema, woraufhin eine „Antwort“ des Coaches erfolgen sollte. Der Coach versucht sich dabei ganz auf das Thema seines Klienten einzustellen, so lange bis der Klient das nonverbale Gespräch beendet.

Im Anschluss erfolgt eine begleitete Reflexion zum Befinden während des Zeichenprozesses und was sich daraus für die Zukunft des Klienten ergeben könnte.

Meine große Ressource

Symbol (griechisch symbolon: Wahrzeichen, Merkmal), allgemein ein sinnlich wahrnehmbarer Verweisungsgegenstand oder – vorgang, der zeichenhaft für etwas anderes, mit den Sinnen nicht Wahrnehmbares (Gedachtes bzw. Geglaubtes) steht (siehe Semiotik).

In der Wirklichkeitsauffassung Goethes stellt prinzipiell alles Vergängliche nur ein Gleichnis dar (Faust II):

„Alles ist ja nur symbolisch zu nehmen und überall steckt noch etwas anderes dahinter“.

Was ist ein Symbol?

Ein Symbol ist eine Sache, die stellvertretend für einen abstrakten Sachverhalt steht. So steht die Krone für Herrschaft oder die Taube für den Frieden. Das Herz ist ein bekanntes Symbol für die Liebe, für Freundschaft oder für Güte. Ein Symbol oder Sinnbild ist ein Zeichen für etwas.

- Meine stärkste Ressource: Was gibt mir in meinem Leben Kraft? Was steht mir schon zur Verfügung? Was könnte mir noch Kraft geben?
- Der Klient wird aufgefordert, seine **stärkste Ressource** in Form eines Symbols darzustellen.