

## **Sokratische Gesprächsführung**

### **für Coaching**

Sokrates vermittelte kein Wissen, sondern er fragte viel und dies gekonnt. Für einen Coach sind Fragen auch ein wichtiges Werkzeug. Sicher lässt sich einiges von Sokrates lernen...

Sokrates (469-399 v.Chr.) war ein bekannter griechischer Philosoph, der über ethische Fragen und moralische Ansichten philosophierte. Er beschäftigte sich mit den Fragen des Lebens, insbesondere mit dem eines guten, richtigen und gerechten Lebens. In seinen Gesprächen schaffte er es, dass seine Gesprächspartner ihre eigenen Sichtweisen kritisch reflektierten und zu tiefe Einsichten gelangten.

Auf einige ausgewählter Ziele und Themenbereiche lässt sich die Gesprächsführung Sokrates sinnvoll und unterstützend auch im Coaching anwenden.

In seinen Gesprächen nahm Sokrates eine „unwissende“ Haltung ein, die es ihm ermöglichte, sich unvoreingenommen auf das Gesagte und den Anderen zu konzentrieren. Er hinterfragte oft selbstverständlich Erscheinendes und lies seine Gesprächspartner so eigene Einsichten und hilfreiches Wissen entwickeln. Der Zustand von Verwirrung seines Gesprächspartners war durchaus gewünscht – stellt er doch die Grundlage für eine neue Sichtweise und einer Neuorientierung dar. Er erkannte dabei immer die „Landkarte des Anderen“ an, seine individuelle ethisch-moralische Grundhaltung, seine Überzeugungen und seine Werte.

Die sokratische Gesprächsführung kann hilfreich sein, wenn das Denken, das Selbstbild und die Überzeugungen des Coachee in Bezug auf Zieladäquatheit überprüft werden sollen. Wichtig ist die Reflexion eigener Überzeugungen und Glaubenssätze und das Entwickeln hilfreicher Sichtweisen. Es kann eingesetzt werden bei negativen Selbstbildern und hinderlichen Überzeugungen. Voraussetzung ist eine vertrauensvolle Gesprächsatmosphäre und die Bereitschaft, eigene Wert-Vorstellungen zu reflektieren und die Offenheit für Veränderungen. Der Coach sollte mit dieser Art von Gesprächsführung vertraut sein, einen „offenen Geist“ haben und die Weltansichten des Coachees wertschätzen.

