

PLÄDOYER FÜR EINE „PHILOSOPHISCHE WENDE“ IN DER KOGNITIVEN (VERHALTENS-)THERAPIE

Harlich H. Stavemann

*Institut für Integrative Verhaltenstherapie
Hamburg*

Konfuzius, Lao-Tse, Buddha, Epiktet, Cicero, Seneca, Marc Aurel, Kant, Schopenhauer, Emerson, Dewey, Santayana, Russell ... , sie alle haben, nach Ellis (1995), dasselbe zentrale Thema: Menschen schaffen sich ihr unnötiges emotionales Leid größtenteils durch irrationales oder dysfunktionales Denken. Und schaut man heute auf die thematischen Inhalte von psychischen Störungen und die individuellen Begründungen der Betroffenen für ihre emotionalen Probleme, stellt man fest, dass sich daran bislang nichts geändert hat. Und wie ist diesem Problem mit verhaltenstherapeutischen oder kognitiven Methoden zu begegnen?

Anschrift des Verfassers: Dipl.-Psych. Harlich H. Stavemann, IVT – Institut für Integrative Verhaltenstherapie, Osterkamp 58 – 22043 Hamburg

© 2002 Dieter Schwartz