
THEMENSCHWERPUNKT

Traumarbeit

WISSENSCHAFT

Psychodynamik

Psychotherapieforschung

FORTBILDUNG

GLE-Akademie

Fort- und Weiterbildung

INHALT

Editorial	3
ORIGINALARBEIT	
Gewalt im Traum (<i>R. Kunert</i>)	4
Die Arbeit mit dem Traum in der therapeutischen Praxis (<i>D. Grabner</i>)	11
Verständnis und Therapie der Psychodynamik in der Existenzanalyse (<i>A. Längle</i>)	16
Bedingungen psychotherapeutischer Wirksamkeit aus daseinsanalytischer Sicht (<i>G. Condrau</i>)	28
Zum Verhältnis von Forschung und Praxis in der Psychotherapie (<i>J. Kriz</i>)	33
FORUM	
Traumerfahrung in der existenzanalytischen Therapie (<i>D. Kessler</i>)	38
Existentielles Bilderleben (<i>C. Possel</i>)	45
AKTUELLES	
GLE Fortbildungs- und Weiterbildungsakademie	48
Rückblick auf die Herbstakademie 1997 in Göppingen	51
Schwieriger Essay über den Sinn menschlichen Leidens (<i>Rheinische Post</i>)	52
Absurdität des Lebens im KZ eindrucksvoll vor Augen geführt (<i>WAF</i>)	53
Bericht zur Lage der Berufsvertretung der österreichischen Psychotherapeuten	53
BUCHBESPRECHUNGEN	47
MITTEILUNGEN	55
TERMINE	57
Jahrestagung	66
Kontaktadressen	37

Bankverbindungen der GLE

Österreich:	Konto Nr.: 040-33884, Erste Österr. Spar-Casse-Bank
Deutschland:	Konto Nr.: 3135400, Bank für Sozialwirtschaft GmbH., Berlin Konto Nr.: 902-127810, Stadtparkasse München Konto Nr.: 7000006, Spar- und Kreditbank Nürnberg
Schweiz:	Konto Nr. 80-5522-5, Schweiz. Kreditanstalt, 6301 Zug
Finnland:	Konto Nr.: 500001-524312, OKO-Bank, Helka Makkonen, Logotherapian GLE-keräily
Andere Länder:	Wir bitten um Zahlung mittels Postanweisung

Wissenschaftlicher BEIRAT

Michael ASCHER Philadelphia (USA)
Wolfgang BLANKENBURG Marburg (D)
Gion CONDRAU Zürich (CH)
Herbert CSEF Würzburg (D)
Nolberto ESPINOSA Mendoza (ARG)
Reinhard HALLER Feldkirch (A)
Hana JUNOVÁ Prag (CS)
Christoph KOLBE Hannover (D)
George KOVACS Miami (USA)
Jürgen KRIZ Osnabrück (D)
Rolf KÜHN Wien (A)
Karin LUSS Wien (A)
Corneliu MIRCEA Temesvar (RO)
Christian PROBST Graz (A)
Heinz ROTHBUCHER Salzburg (A)
Christian SIMHANDL Wien (A)
Michael TITZE Tuttlingen (D)
Liselotte TUTSCH Wien (A)
Helmuth VETTER Wien (A)
Beda WICKI Unterägeri (CH)
Wasiliki WINKLHOFER München (D)
Elisabeth WURST Wien (A)

Mitglieder erhalten die Zeitschrift kostenlos.
Jahresabonnement für Nichtmitglieder:
öS 280,- / DM 40,- / sfr. 35,-

H I N W E I S E

Themen-Redaktion
dieses Heftes
Mag. Rudolf Kunert

GLE-Akademie
für
Fort- und Weiterbildung
Seite 48

Theateraufführungen
von
Frankl-Stücken
Seite 52

Aggression
und Gewalt
Jahrestagung 1998
in Thun, Schweiz
vom 24.-26. April 1998
Seite 66

Themen der nächsten Hefte:

Philosophie
Psychotherapeutische
Methoden
Kindertherapie

Vorschau aufs nächste Heft:

Aggression und Gewalt
Tagungsbericht

Redaktionsschluß für die
Nummer 2/98:

31. Mai 1998

Liebekolleginnen, Liebekollegen!

Diesmal können wir Ihnen ein Heft vorlegen, das eine Vielfalt an Themen bietet. Für den Themenschwerpunkt dieses Heftes, die Arbeit mit Träumen, hat *Rudolf Kunert* dankenswerterweise die Themenredaktion übernommen. Der Bogen der *Traumarbeit* spannt sich von einer Thematisierung der praktischen Arbeit von D. Kessler über einen Schulvergleich im Umgang mit Träumen von D. Grabner zu Reflexionen zur Gewalt im Traum von R. Kunert. Er greift damit ein Thema auf, das im therapeutischen Umgang heikel ist und stimmt gleichzeitig ein auf unsere kommende *Tagung in Thun* in der Schweiz zu Aggression und Gewalt. Wir hoffen, daß diese thematisch vielversprechende Tagung an diesem landschaftlich wunderbaren Ort, der zudem gut erreichbar ist, viele von Ihnen anspricht und Sie in die Schweizer Berge zieht.

Quasi als Vorbereitung auf diese Tagung dient die Arbeit von A. Längle zur *existenzanalytischen Psychodynamik*. Er beschreibt damit ein Gebiet, das für viele, besonders für Teilnehmer aus frühen Ausbildungen, Neuland ist und bereitet den Boden für ein Verständnis der Prozesse der psychischen Dimension aus ihrem Zusammenhang zur personalen Dimension des Menschseins.

Ein lang gehegter Wunsch sind die Arbeiten zur *Psychotherapieforschung* von zwei Mitgliedern unseres wissenschaftlichen Beirats, von G. Condrau und J. Kriz. Sie thematisieren in einer der Existenzanalyse nahestehenden Weise den großen und in der Beantwortung letztlich noch offenen Fragenkomplex von psychotherapeutischer Forschung zu Wirksamkeit und Wissenschaftlichkeit.

Und so wie die drei Themenbereiche uns ein ständiges Weiter-suchen nach Verstehen vor Augen führen, soll eine neue Einrichtung der GLE jedem, der in beruflicher Herausforderung steht, Gelegenheit zum Vertiefen von Wissen und Aufbruch zu Neuem geben: die *Fort- und Weiterbildungsakademie*. Damit sollen die bereits vorhandenen Veranstaltungen besser verbreitet, aber auch die Palette der Angebote erweitert werden. So steht zum Frühlingsbeginn auch die GLE ganz im Zeichen neu aufbrechenden Lebens.

Ihre

Silvia Längle
für das Redaktionsteam

Unsere e-mail Adresse: gle-wien@ping.at
Homepage: <http://members.ping.at/gle-wien>

Gewalt im Traum

Rudolf Kunert

Im folgenden Artikel wird cursorisch auf die Frage nach der existentiellen Bedeutung von aggressiven Aspekten in Träumen eingegangen und darüber hinaus die Rolle der Aggression für Therapie und seelische Gesundheit reflektiert. Dabei werden auch einige Grundbegriffe der existenzanalytischen Traumarbeit dargestellt. Hauptanliegen des Autors ist eine Öffnung des therapeutischen Blicks für die positiven und lebensfördernden Kräfte einer „gutartigen Aggression“ (E. Fromm) im Unterschied zur Destruktivität, insbesondere, wenn sie in Träumen in Erscheinung tritt.

Oftmals, wenn vom Traum und dem Träumen die Rede ist, denken wir an die große, schöne Welt des Traumes, mit ihrem hellen Horizont, vor dem sich ein Wunsch endlich erfüllt. Doch selbst da, wo die Dramaturgie des Traumgeschehens von einem befriedigenden, vielleicht sogar erhebenden Gefühl begleitet wurde, wundern wir uns im Erwachen manchmal über das, was da in unserem Innersten sich ereignet hat und manch einer fragt sich, was das soll. Vom Sich-Wundern über die Unbegreifbarkeit des Traumes kann sich unsere Betroffenheit steigern bis zur Unruhe, zur Angst. Das größte Erschrecken folgt meist den Träumen von geschehener oder drohender Gewalt. Ist der Träumer selbst das Opfer eines Gewaltaktes, so ist die Angst die begleitende Emotionalität und es bleibt oft nur die Flucht in das Erwachen. Ist der Träumer im Traum der Gewalttäter, so können die unterschiedlichsten Emotionen beteiligt sein, von der Angst bis zum Glücksgefühl. Hier folgt oft erst nach dem Erwachen das Erschrecken darüber, daß der Träumer, wenn auch „nur“ in der Traumwelt dazu fähig ist. Das ist verständlich, besonders dort, wo Gewalt und Aggression nicht zu dem Verhaltensrepertoire des Träurers zählen und er mit einem ihm fremden Verhalten an sich selbst konfrontiert wird. Anders, wenn der Therapeut darüber erschrickt. Das würde dann nur beweisen, daß er die Botschaft des Traumes nicht versteht und es ihm an Offenheit für Veränderung mangelt. Gerade in der Berufsgruppe der Therapeuten gibt es ja, wie ich meine, viele sanfte Menschen, die über ihre annehmende Art und humanistische Gesinnung hinaus den aggressiven Aspekten des Lebens etwas zögerlich gegenüberstehen. Diesen wird auch das Erscheinen von Gewalt im Traum möglicherweise

Verständnisschwierigkeiten bereiten. Diesem Mangel, den ich in diversen Traumseminaren beobachten konnte, und den damit verbundenen Problemen für die Therapie möglichst vorzubeugen, dazu dienen die folgenden Überlegungen.

Vorüberlegung

Für die Arbeit mit Träumen gilt, so wie meines Erachtens für alle psychotherapeutische Arbeit, daß, während sie passiert, die Theorie weit in den Hintergrund zu treten hat. Wir sitzen einem Menschen gegenüber, der sich verändern will und haben keine allgemein gültige Theorie des therapeutischen Prozesses. Manche der psychotherapeutischen Theorien ergänzen, andere widersprechen einander. Phänomenologisch betrachtet kann das bedeuten, daß sich Menschsein in seiner abenteuerlichen Komplexität, die ja oftmals gerade in der pathologischen Situation augenfällig wird, nicht auf das Prokrustesbett einer einzelnen, in sich vielleicht schlüssigen Theorie spannen läßt, sondern das Phänomen Mensch uns zur Offenheit, zur phänomenologischen Einklammerung unseres bereits Gewußten zwingt. Der Therapeut ist in seiner Eigenschaft als Förderer und Begleiter schöpferischer Veränderung nicht so sehr Wissender, sondern Verstehender, und als solcher braucht er den unverstellten Blick, wie nichts sonst. „So ist Psychotherapie“, schreibt V. Frankl, „immer auf mehr angewiesen, als auf bloß technisches Können: Immer ist sie auch ein gut Stück Kunst. (...) Nichts läßt sich da schematisieren, nie läßt sich da ein Schema starr befolgen; vielmehr bedarf jeder einzelne Fall seiner Methode - sie muß improvisiert werden, in jedem Falle und für jeden Fall aufs neue.“ (Frankl 1986, 170) Außer in der Diagnosestellung und Therapieplanung ist der Therapeut nicht so sehr als urteilender Experte, sondern vor allem als einführender Dialogpartner gefragt. Die Fixierung seiner Aufmerksamkeit auf eine Theorie, und sei sie noch so richtig, würde leicht seine Hellhörigkeit für das Sich-Zeigende behindern. Anstatt zu wissen, warum der Patient dies oder das tut, sollte er herausfinden, was er in Anbetracht der Situation selbst tun, sagen oder aber unterlassen kann, um dem Gegenüber zu helfen, einen Schritt bei der Lösung seines Problems voranzukommen. „Phänomenologie ist kein unmethodisches Vorgehen“, schreibt Vetter zur Verhütung eines derartigen Mißverständnisses, „unterscheidet sich aber von der Methode der Wissenschaft, im besonderen der neuzeitlichen Naturwissenschaft durch eine andere Grundhaltung:

An die Stelle eines Verfügen-Wollens tritt ein Lassen. Für die Phänomenologie ist „das, was sich zeigt“, TO PHAINOMENON, das Maß jeglicher Methode, und nicht umgekehrt die Methode (und wäre sie noch so differenziert) das Maß für die Phänomene.“ (Vetter 1991, 6.) Die Therapiesitzung ist der Ort, an dem die Person in ihrem So-Sein erscheint und erscheinen darf. Dabei kann das Traumgespräch eine wertvolle Hilfe sein.

Phänomenologische Traumarbeit

Phänomenologische Traumarbeit unterwirft den Traum nicht dem schnellen deutenden Zugriff des Therapeuten, um ihn für den Patienten zu erklären. Wir wissen aus der Praxis zur Genüge, daß die rationale Diskussion über Probleme nur selten einen Patienten dessen Lösung näher bringt. Allzu sehr bleibt er dabei in seinen gewohnten

Badende in der Brandung von Ludwig Heinrich Jungnickel. In: Katalog der Galerie bei der Albertina

Denkmustern verhaftet, die sein Problem ja möglicherweise mitbedingen, jedenfalls aber bisher nicht zu einer Lösung geführt haben. (vgl. Watzlawick 1986, 41ff.) Therapeutische Veränderung braucht die neue Erfahrung, sei es im Wechsel des Bezugsrahmens (Reframing) oder der Bewußtseinslage (Trance, Imagination, Freie Assoziation), der Überraschung, der Neuentdeckung, des Nachspürens, des Bergens der Emotionalität und der Begegnung mit dem Fremden. Gerade im Traum bieten sich dem Patienten neue Erfahrungen an, erlebt er neue Gefühlsqualitäten, wird konfrontiert mit überraschenden Zusammenhängen. Es spricht sich ihm aus seiner eigenen Tiefe heraus ein Anderssein zu, und nun als Wiedererwachter hat er die Gelegenheit, daraus etwas zu machen, die kompensatorische oder subversive, aber jedenfalls persönlichkeitsweiternde Arbeit des Traumes weiterzuführen, das Erfahrene nicht abzutun wie einen psychischen Reflex auf die Tagesereignisse sondern ernstzunehmen als etwas zu ihm Gehöriges und ihn selbst Betreffendes. Als solches lohnt es sich, den Traum in die therapeutische Arbeit zu integrieren.

Wenn auch die verschiedensten Therapierichtungen in

der Traumarbeit ganz unterschiedliche methodische Ausprägungen kennen, so stimmen alle analytisch orientierten doch in der hohen Bedeutung überein, die dem Traum und seinem Verständnis für die Therapie zukommt. Verschiedene Theorien bringen einander ergänzende Aspekte ein, und für die Praxis stellt eine breite Methodenvielfalt jedenfalls eine Bereicherung dar, von der der Patient eher profitieren wird, als von der Schmalspurbahn einer Orthodoxie. So lohnt es sich allemal, sich vertraut zu machen mit den verschiedenen Traumtheorien, die zur Verfügung stehen.

Für unsere Überlegungen sei hier besonders auf die daseinsanalytische Arbeit von M. Boss verwiesen, der eine streng phänomenologische Auslegung betreibt.

„Der phänomenologische Zugang (...) bemüht sich,“ schreibt Boss in Auseinandersetzung mit der psychoanalytischen Traumdeutung, „alle bloß ‘logischen’ Schlußfolgerungen zu vermeiden und ganz bei dem

faktisch vorliegenden zu verweilen, um in immer differenzierterer und präziserer Weise der von diesem selbst her sich kundgebenden qualitativen Bedeutsamkeiten und Verweisungszusammenhänge inne zu werden.“ (Boss 1975, 15) Dieses phänomenologische Hinsehen-Können ist der „Wesensblick“ und notwendige Voraussetzung phänomenologischer Traumarbeit.

Für Boss genügen zwei Fragen, aus deren Beantwortung sich das Traumverständnis erschließt:

- 1) Für welche Gegebenheiten ist jeweils ein Mensch in einem gegebenen Augenblick offen genug, um ihnen Einlaß in seinen Weltbereich ans Vernehmen gewähren zu können?
- 2) In welcher besonderen Art und Weise ist er vernehmend und antwortend auf dieses ihm Begegnende bezogen? (Boss, 1975, 61)

Die erste der beiden Fragen scheint uns vertraut. Schon Jung hat auf die kompensatorische und ausgleichende Funktion des Traumes verwiesen, durch die sich dem

Alltagsbewußtsein inkommensurable Persönlichkeitsanteile dem Träumer mitteilen und so den 'Individuationsprozeß' fördern. (vgl. Jung 1988, 68 ff.) Daneben kann der Traum auch Tagesreste bringen oder Inhalte, die dem wachen Denken entgangen oder von ihm in ihrer Bedeutung verkannt worden sind.

Die Zweite Frage aber ist den meisten Praktikern der Traumarbeit keineswegs so geläufig. Der Bereich der Stimmungen und des Atmosphärischen wurde in der Traumdeutung beinahe konsequent vernachlässigt. Schon Freud hat zwar festgestellt, daß die Emotion (bei Freud 'Affekt') eines Traumes am wenigsten der sog. sekundären Bearbeitung unterliegt. (vgl. Freud 1982, 444 ff.) Um so mehr erstaunt es uns daher, daß in der Literatur über Traumdeutung sowohl bei Freud als auch bei Jung und anderen die Emotionalität oft nicht einmal erwähnt wird. Ein Traum kann jedenfalls aus phänomenologischer Sicht ohne die ihn begleitende Emotion nicht wirklich verstanden werden. Es wird dies sofort deutlich, wenn wir uns vorstellen, daß ein und dasselbe Traumbild, wie z.B. das Stehen auf einem freien Feld oder das Schwimmen in einem Fluß, einmal von Angst und ein andermal (vielleicht sogar bei demselben Träumer) von Freude begleitet sein kann. Natürlich, und dem wird auch der Nichtsachverständige beipflichten müssen, kann man daraus auch auf unterschiedliche Bedeutung des Traumes insgesamt schließen. Nicht nur in der Psychologie, auch in anderen Wissenschaften wie etwa der Biologie, weiß man heute, daß, um eine Sache zu verstehen, es notwendig ist, sie innerhalb ihres Kontext zu sehen. Insofern ist die Emotionalität als Kontextvariable eines Traumbildes für das Verständnis eines Traumes notwendig zu erheben und einzubeziehen. „Es gehört zu den großen Errungenschaften phänomenologischen Denkens,“ schreibt H. Vetter, „Stimmungen nicht als einen Appendix der Vernunft aufzufassen, sondern sie als ein konstitutives Moment des ganzen Menschen zu begreifen.“ (Vetter 1991, 7) Niemals kann ein Mensch und sein Existieren - sowohl das wachende als auch das träumende - auf genetische Weise aus objektiven Sachverhalten determiniert werden. Erst in seinem Gestimmt-Sein erscheint er wirklich als einer, der in der Welt ist, von ihr wirksam berührt und intentional auf diese (Werte-) Welt sich antwortend zubewegt.

Im Traum als Ausdruck der präreflexiven Tiefenperson findet diese Gestimmtheit einen Raum und eine Bewandnis; einen Resonanzraum, in dem eine im Wachen erfolgte Berührung und Bewegung nachklingen kann.

Von einem existenzanalytischen Ausgangspunkt lassen sich also die beiden Fragen, die Boss vorschlägt, gut übernehmen. Das existentielle Grundparadigma lautet: „eingehen auf das, was dich angeht“ (vgl. Längle, Wende ins Existentielle 1988, 41). Diese Möglichkeit konstituiert den dialogischen Weltbezug, ihre Verwirklichung das sinnerfüllte Dasein. Die Kunst der Traumarbeit liegt darin, die Offenheit, die träumend in bezug auf ein jeweiliges Gestimmtsein bereits da war, in einen Dialog, der über den Traum eröffnet wird, aufzunehmen und schließlich das, was im Traum an emotionaler Wirklichkeit erfahren wurde, im

konkreten Lebenskontext des Träumers wieder aufzufinden. Auf diese Weise geht der Mensch ein auf etwas, das ihn aus der eigenen Tiefe heraus als etwas Bedeutungsvolles angegangen ist. (vgl. Kunert 1993, 204ff.)

Die existenzanalytische Traumarbeit kann also die beiden Fragen übernehmen: 'WAS geht den Träumer (im Traum) an und WIE geht es ihn (im Traum) an?', wird aber eine dritte Frage gleich bedeutsam halten, in der es um personale Stellungnahme und Integration geht. Sie lautet: 'Wie geht der Träumer (im Wachen) damit um, das geträumt zu haben. Was bedeutet es ihm?'

Die Möglichkeit der Aggression

Im Hinblick auf unser Thema „Gewalt im Traum“ zeigt sich oft ganz spontan die Schwierigkeit des Patienten, das Traumgeschehen als etwas auf eigentümliche Weise zu ihm Gehöriges zu akzeptieren oder gar zu verstehen. Im Erschrecken des Angsttraums gibt sich die Unmöglichkeit zu erkennen, dem frei und offen gegenüberzutreten, was sich aus der Tiefe heraus offenbart. „Seit Freud wissen wir“, schreibt Boss, „daß in der Behandlung der Zeitpunkt, zu dem sich ein neurotischer Mensch mit seinem ganzen Wesen in die absolute Wahrhaftigkeit sich selbst gegenüber offen einzulassen vermag, mit dem der Gesundung zusammenfällt. Nur wenn ein Analysand sich einzugestehen wagt und durch und durch inne wird, aus welchen hundertfältigen und unterschiedlichsten Verhaltensmöglichkeiten sein Da-sein faktisch besteht, wenn er den Mut gewinnt, sowohl vor sich wie vor seinem Analytiker-Zeugen zu ihnen allen als zu seinen eigensten Möglichkeiten zu stehen, hat er die Voraussetzung zu einem freien, reifen und gesunden Existieren gewonnen.“ (Boss 1975, 107)

Ein besonders deutliches Beispiel mag dies veranschaulichen:

Die Träumerin ist eine 26-jährige Buchhaltungsangestellte, die mich aufsucht, weil sie Lernschwierigkeiten und Prüfungsängste habe, die sie bei einem Fortbildungskurs, der ihr beruflicherseits empfohlen worden ist, behindere. Beruflich ist die Patientin unerfüllt. Obwohl ihr Leben nach ihrer eigenen Einschätzung „ganz unproblematisch“ sei, schlafe sie häufig sowohl abends weinend ein und erwache auch morgens weinend. In ihrer gesamten Erscheinung und ihrem Verhalten wirkt sie sehr kindlich (etwa vorpubertär) und unsicher. Anamnestisch wäre zu erwähnen, daß die Patientin im Ausland geboren war und mit 14 Jahren zusammen mit der Familie (Vater Ausländer 70a, Mutter Österr. 50a, Geschwister 20a und 24a.) nach Österreich übersiedelte. Vor vier Jahren kam es nach fortwährendem Streit zur Scheidung der Eltern, und der Vater kehrte allein in seine Heimat zurück. Die ersten drei Sitzungen sind einer erweiterten Anamnese gewidmet. Obwohl die Patientin dabei bleibt, daß das Weinen, das auch in der Stunde unvermittelt einsetzt, keine Bedeutung habe und sie keinerlei Konflikt spüre, gibt sie doch ein Bedauern zu, daß der

Vater im Ausland sei und ihrer Meinung nach sehr bald sterben werde (wofür es laut Angabe der Patienten keinen medizinischen Anhaltspunkt gibt). Die Person des Vaters ist mit ambivalenten Gefühlen besetzt und es kommt hervor, daß er die gesamte Familie vor seiner endgültigen Abreise beschuldigt und „verdammt“ habe. Die Patientin berichtet von einer „geschlossenen Formation gegen den Vater“, die zu dieser Zeit bestanden habe, wobei sie selbst aber „aus Selbstunsicherheit“ nie die von der Mutter geforderte Ablehnung gegen den Vater habe aufbringen können. Gegenüber den jüngeren Geschwistern wurde die Patientin von der Mutter und vom Vater häufig zurückgesetzt und blamiert. Freundschaftliche Beziehungen nach außen wurden trotz Sehnsucht der Patientin nach sozialen Kontakten voller Ressentiment betrachtet und besonders vom Vater unterdrückt. Einzig die Erinnerungen an eine Tante väterlicherseits, die die Pat. durch die Emigration verlassen mußte, sind geprägt von warmen, zärtlichen Gefühlen, und sie vermißt diese Tante als einen Menschen, der sie gern gehabt habe.

In den Gesprächen erscheint die Patientin als eine unreife, innerlich zerrissene Persönlichkeit, allein gelassen und belastet von schweren Schuldgefühlen. Die primäre Emotion im Zusammenhang mit der Emigration und der Trennung vom Vater ist über Jahre hinweg dissoziiert geblieben.

Eine Therapie scheint zu diesem Zeitpunkt schwierig, da die Verleugnung, mit der die Pat. ihrer problematischen psychischen Verfassung gegenübersteht, eine klare Therapiemotivation behindert. Die Sitzungen finden in unregelmäßigen, etwa 14-tägigen Abständen statt. In der vierten Sitzung erzählt sie folgenden Traum:

„Ich war in einem Wohnhaus mit Balkon am Meer. Jemand ist gekommen und wollte die Leute verschleppen. Eine Verschlepperin. Ich war am Balkon. Ich hatte Angst und habe die Frau vom Balkon geworfen. Sie ist mit der Stirn auf dem Boden aufgekommen. Ich habe nachgesehen, ob sie auch wirklich tot ist.“ (Erleichterung)

Die phänomenologische Analyse ergibt folgende Anhaltspunkte:

Die Träumerin befindet sich in einem Wohnhaus. In einem Wohnhaus wohnt man, hat man sein Zuhause. „Wohnen“ ist ein Grundbedürfnis des Menschen. Es bedeutet, einen vertrauten Ort zu haben, der Zuflucht, Ressource und Entwicklungsraum sein kann. Im engl. Sprichwort „My home is my castle“ gibt sich die Bereitschaft kund, diesen Schutzraum notfalls gegen Eindringlinge wie eine Burg zu verteidigen. Wohnung zu verlieren ist eine schwere Form der Enteignung. Im humanen Strafvollzug dürfen auch Häftlinge ihre Zelle als Wohnraum gestalten.

Das „Verschleppt-Werden“ stellt eine Bedrohung dar, die darin besteht, daß Menschen, vornehmlich Kinder, gegen ihren Willen und Widerstand von einem vertrauten Ort zu einem fremden gebracht werden. Auf diese Bedrohung reagiert die Träumerin wehrhaft, das heißt, sie schützt ak-

tiv den Wert, der in der Angst bedroht ist. Dieses Sich-zur-Wehr-Setzen ist erfolgreich und führt mittelbar zum Tod der Person, von der die Bedrohung ausging. Die Träumerin mißtraut zunächst dem Erfolg ihrer Abwehr und vergewissert sich, „ob sie auch wirklich tot ist“. Träumend steht sie also trotz der radikalen Konsequenz zu ihrer Abwehr. Die darauf einsetzende Erleichterung bezieht sich auf das Bleiben-Können in dem Wohnhaus.

Es erstaunt zunächst, daß anders als in der wachen Existenz in diesem Traum bei der Träumerin keinerlei Ambivalenz oder Insuffizienz zu sehen ist. Träumend ist sie offen für ein konsequentes Sich-zur-Wehr-Setzen. In ihrer Aggression, die der Abwehr einer Bedrohung dient, ist sie entschlossen und authentisch. Die Verschlepperin ist durch ihre Hand zu Tode gekommen und doch gibt es kein Bedauern oder Zurückschrecken davor. Zwar handelt es sich um eine „nur“ geträumte Authentizität, aber diese erscheint zumindest im Traum als Möglichkeit und nimmt so eine Existenzweise vorweg, die im Wachen noch nicht verfügbar ist.

Im anschließenden Traumgespräch, das mit der Frage eingeleitet wird, ob die Patientin nicht selbst darüber erstaunt sei, mit welcher Entschiedenheit sie sich im Traum zur Wehr setzen kann, kommt die Sprache sogleich auf ihre Beziehung zur Mutter. Diese identifiziert die Träumerin spontan als die Verschlepperin, weil sie es war, die auf den Umzug nach Österreich bestanden hat. Weiters wird die akute emotionale Zerrüttung der Patientin verständlich, als sich herausstellt, daß die Mutter derzeit wieder „krank“ sei, wobei es sich, soweit sich aus den Angaben der Pat. vermuten läßt, um Schübe einer paranoiden Schizophrenie handelt, die ohne ärztliche Behandlung von der Familie durchlitten wird. Die Patientin gibt zögernd zu, den Wunsch verspürt zu haben, die Mutter möge bald sterben.

Die Aggression, zu der die Patientin träumend fähig ist, darf nun therapeutischerseits keineswegs als Destruktivität verdächtigt oder in Frage gestellt werden. Sie ist nicht Ausdruck einer gewalttätigen, unmoralischen Gesinnung, sondern das Anklingen einer reiferen Lebens- und Überlebensmöglichkeit in der Selbstbehauptung. Die moralische Abstinenz ist von therapeutischer Seite hier dringend gefordert, um nicht Gefahr zu laufen, die aufkeimende Lebenskraft durch unangebrachte Kritik wieder im Keim zu ersticken. Wir sind hier an Erich Fromm erinnert, der in seiner Untersuchung: „Anatomie der menschlichen Destruktivität“ schreibt: „Wandel der Persönlichkeit ist nur dann möglich, wenn es ihm (dem Menschen - Anm.d.Verf.) gelingt, sich zu einer neuen Art, dem Leben Sinn zu geben, zu ‘bekehren’, indem er seine lebensfördernden Leidenschaften mobilisiert und auf diese Weise eine stärkere Vitalität und Integration erfährt, als er sie zuvor besaß. Solange dies nicht geschieht, kann er zwar gezähmt, aber nicht geheilt werden.“ (Fromm 1977, 26) Als Teil dieses Prozesses muß der Traum verstanden und gewürdigt werden. Ganz eindeutig kommt in ihm die von Fromm so genannte „gutartige“, defensive Aggression zum Ausdruck, die er von Destruktivität und Grausamkeit klar trennt (vgl.

Fromm 1977, 20). Phänomenologisch liegt der entscheidende Unterschied beider Aggressionstypen darin, daß die defensive Aggression intentional auf einen Wert gerichtet ist, der durch sie und kraft der in ihr wirksamen Lebendigkeit geborgen und geschützt wird, wohingegen die Destruktivität auf die Zerstörung und Auslöschung eines Wertes gerichtet ist.

Der besprochene Traum kann als Schlüsseltraum gelten, der einen Zugang zu Gefühlen eröffnet hat, die zuvor aufgrund von Indoktrination, Angst und Schuldgefühl unterdrückt wurden. In der Biographie der jungen Frau war auch kein Raum für die Trauer, die die Trennung vom Vater verursacht hat. Durch die Abwehr dieser Emotionen verlor die Patientin den innersten Kontakt zu sich selber und damit auch die Möglichkeit zu weiterer Reifung. Wo wir starke Gefühle und die daraus sich ergebende Schwingung und innere Bewegung (Emotion) aus dem Spektrum unseres Weltbezuges ausblenden, verlieren wir Lebendigkeit. Und dies nicht nur in Bezug auf die vielleicht „negativen“ Gefühle sondern im Verlust des Fließens, als ein Sich-nicht-Einlassen in den gelebten Augenblick. „Der Mensch“, schreibt M. Buber, „kann zum Dasein nur gelangen, indem sein Gesamtbezug zu seiner Situation Existenz wird, d.h., indem alle Arten seines Lebensverhältnisses wesentlich werden.“ (Buber 1982, 124) Der Traum hat die Patientin zurückgerufen aus einer Einseitigkeit ihres Existierens in diesen Gesamtbezug ihrer Situation. Was immer es für ein Gefühl ist, das in uns anklingt, wie angenehm oder unangenehm auch immer, in ihm liegt die Chance des Lebendigseins. Nur wenn es uns gelingt, diese Resonanz der Welt in uns klingen zu lassen, dann sind wir wirklich da. Dann finden wir die Spur zurück aus einer Einseitigkeit und Verschlossenheit in die sinnliche Gegenwärtigkeit des Existierens.

In den darauffolgenden Sitzungen mit der Patientin gelingt es, der im Traum angeklungenen Stimmung Raum zu geben und die darin liegende Kraft derart zu fördern, daß die Patientin in die Lage kommt, die Mutter einer notwendigen psychiatrischen Behandlung zuzuführen. Weiters nimmt sie Kontakt zu ihrem Vater auf und besucht diesen nach einem für sie überraschend erfreulichen Briefverkehr. In dieser Entwicklung bessert sich die Gesamtverfassung der Patientin. Obwohl die Patientin für eine längere Therapie nicht motiviert ist, so kann doch mit Hilfe des Traumes gleich zu Beginn der Behandlung eine Richtung eingeschlagen werden, in der in relativ kurzer Frist eine Besserung erreicht wird. (Nach erfolgreich abgelegter Prüfung beendete die Patientin wie erwartet die Therapie.)

Was A. Längle für die biographische Arbeit formuliert, gilt genauso für die existenzanalytische Traumarbeit: „Das persönliche Beteiligtsein kann sich in noch nicht entfalter Form als bloßer Affekt ereignen, der sich als ursprüngliche emotionale Antwort auf ein situatives Ereignis einstellt (primäre Emotion). Diese Vorform personaler Beteiligung kann weitgehend aus der Ebene des affektiven Betroffenseins herausführen. Dann sind weitere Fähigkeiten personaler Lebendigkeit angesprochen. Sie kommen als

existentielle Entscheidung dazu und führen zur Integration des wertmäßig Erfassten in die weiteren Zusammenhänge und Bindungen, in denen sich die Person versteht (integrierte Emotionalität). Wenn das Beteiligtsein in einen Ausdruck einmündet, so führt das schließlich zur Vollform des Erlebens.“ (Längle 1992, 20)

Im vorangegangenen Beispiel war dieser Zusammenhang gut sichtbar, weil die Träumerin selbst im Traum als Akteurin auftrat und so mit einer ihr zumindest im Traum verfügbaren Verhaltensmöglichkeit konfrontiert wurde, ohne deren Aneignung ihr Dasein in Gefahr war, in einem rätselhaften Meer von Tränen unterzugehen. Das, worüber sie im Wachen weinte, war nicht nur das Vergangene, etwa die Trennung vom Vater, sondern auch die Unmöglichkeit, frei aus sich herauszuleben und das Leben bedingungslos so zu ergreifen, wie es sich im konkreten Lebensmoment zu spricht. Es war auch die Trauer über das ungelebte Leben.

Aber nicht immer liegt die Bedeutung des Traumgeschehens für die eigene Person und das eigene Leben so auf der Hand und wird so leicht evident wie im vorangegangenen Beispiel.

Je weniger Authentizität eine Person in Bezug auf eine bestimmte Emotion aufbringt, um so verschlüsselter muß der Traum, in dem sie anklingt, die Bewandnis dem Schlafenden präsentieren, um seine Subversionsarbeit am Ich zu tun. Diese Subversion besteht darin, ein wenig lebendige Anarchie in das feste Diktat eines rigiden Ich einzubringen. Die Gebote des ‘Du- sollst’ und des ‘Du-darfst-nicht’ werden im Traum relativiert und außer Kraft gesetzt. Im Traum entspricht die Welt und wir selbst nicht dem Bild, das wir uns wachend gemacht haben. Dem Wachbewußtsein inkommensurable Persönlichkeitsanteile betreten die Traum-Bühne dieses Underground-Theaters, in dem wir Regisseur und Zuseher zugleich sind. So läßt sich Freuds Hypothese von einer Traumzensur leicht verstehen, die darüber wacht, daß nicht Dinge auf der Bühne geschehen, die den Zuschauer so schockieren, daß er fluchtartig den Saal verläßt - und erwacht. Je schwerer es uns fällt, den Wertbezug, der in einer bestimmten Emotionalität liegt, zu bergen, um so weiter rückt sie im Traumbild von uns ab. Im Falle der Aggression und Wut werden es dann fremde, gesichtslose Täter oder Naturkräfte und wir werden mehr und mehr nur Beobachter des Geschehens.

Am Ende einer mehrjährigen Therapie träumte eine vormals sehr unsichere und zeitweise depressive Frau:

Ich sehe Delphine, wie sie schnell und kraftvoll durchs Wasser gleiten und springen. Es sieht elegant und majestätisch aus. Ich weiß, sie könnten mit dem Schlag der Schwanzflosse einen Menschen töten.

Die Möglichkeit, kraftvoll und schlagfertig zu sein, erscheint im Horizont der Träumerin. Trotz der Tatsache, daß sie Zuseherin ist, überwiegt ihr Beteiligtsein im Sinne der Bewunderung der Delphine. Sie ist offen für eine Existenz in kraftvoller Vitalität. Und doch könnte es sein, daß die Möglichkeit, „einen Menschen zu töten“, Abstand braucht

und dazu führt, daß eben Tiere zu den Akteuren werden, denen man diese Möglichkeit ohne weiteres zubilligen würde. Wobei auffällt, daß Delphine sozusagen Übergangswesen sind, die man aufgrund ihrer Intelligenz und ihres Sozialverhaltens kaum als 'wilde Tiere' bezeichnen würde. Die Träumerin nähert sich also langsam an die Verfügbarkeit von Aggression als Vitalkraft und der Möglichkeit der Gewaltanwendung an, hält aber noch Distanz zum Verletzen anderer.

Es mag sein, daß man durch diesen Prozeß der Aneignung von Existenzmöglichkeiten für den einen oder anderen Mitmenschen unbequemer werden wird, eine wie immer geartete Verrohung oder Brutalisierung ist dadurch aber nicht zu befürchten. Wir brauchen die Kraft der Aggression, um uns erfolgreich für das Wertvolle einzusetzen, für das Schützenswerte um uns herum und in uns selbst. Wir erinnern uns an ein Wort Gandhis : „Nicht-Gewalt ist eine Waffe der Starken. Beim Schwachen kann sie leicht zur Heuchelei werden.“ (Gandhi 1977, 113) Erst wenn ich in der Lage bin, mich zu verteidigen, in Wut und Ärger 'Nein' zu sagen, wächst auch die Möglichkeit friedfertig zu sein und aus wichtigen Gründen auf aggressive Abwehr zu verzichten. Könnte ich es nicht, aus Angst vor dem Konflikt, dann gebe ich das Wertvolle auf, überlasse es dem Untergang, und das Leben verarmt. Unter diesem Nicht-Können, das oft als Gutherzigkeit maskiert ist, leiden häufig depressive Menschen, die nie gelernt haben, sich selbst als kostbaren Wert zu empfinden, um den es erlaubt und sinnvoll ist zu kämpfen.

Als Psychotherapeuten wissen wir darum, daß gerade die verdrängten Impulse und Persönlichkeitsanteile am ehesten geeignet sind eine chaotische Wirkung zu entfalten, weil sie qua Verdrängung einer Strukturierung und Integration in den Wertehorizont im Sinne einer bewußten Entscheidung weitgehend entzogen sind. Verdrängte Impulse schleichen sich durch die Hintertür unbemerkt ein und richten leicht psychischen und sozialen Schaden an. Sich in einer Therapie auf die Möglichkeiten des Existierens - auch als ein aggressiv bewegtes - voll einzulassen, heißt noch nicht, davon unverantwortlichen Gebrauch zu machen. Wir suchen uns niemals aus, wie wir von der Welt betroffen werden und welche primäre Emotion in uns entsteht. Verantwortlich sind wir allein in der Antwort, die wir geben; in Haltung, Stellungnahme und Tat. Wie aber sollen wir antworten, wenn wir nicht wissen worauf? Wie sollen wir leben, wenn das Leben unseren Panzer nicht mehr durchdringen kann? Es braucht die rückhaltlose Offenheit gegenüber dem Begegnenden, das uns von außen oder aus der eigenen Tiefe her angeht um zurückzufinden zu uns selbst und unseren eigenen Möglichkeiten. Dabei leistet die Traumarbeit unverzichtbare Dienste, weil wir im Traum berührbarer sind als sonst für das, was an emotionaler Wirklichkeit unser Sein durchdringt (vgl. Kunert 1993).

Psychotherapie ist der Prozeß, in dem ein Mensch die Möglichkeit wiederfindet, in der Brandung des Lebens wie einst als Kind zu spielen, sich umspülen zu lassen, sich den Wogen auszusetzen, sich aufheben und umwerfen zu las-

sen, ohne die Angst zu ertrinken. Manch große Woge, die weit draußen meterhoch drohend kommt, wirft dann viel weiße Gischt auf und ist, wenn sie uns schließlich erreicht, nicht mehr stark genug, uns mit sich fortzureißen. So verlieren wir allmählich die Angst vor dem Wasser und der Tiefe und gewinnen Vertrauen, uns tragen zu lassen.

Die andere Seite

Dem aufmerksamen Leser wird nicht entgangen sein, daß wir zunächst nur auf die lebensfördernde Seite der Aggression eingegangen sind. Aggression erschien uns hier als vitale Kraft, die dazu notwendig ist, den lebendigen Kontakt zur eigenen Wertewelt zu erhalten.

Dies soll und kann jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, daß es auch die andere Seite der Aggression gibt. Beinahe täglich werden wir mit Informationen konfrontiert, die uns die Existenz einer lebensfeindlichen Aggression hinreichend beweisen. Erich Fromm bezeichnet sie als Nekrophilie, die er beschreibt als „...das leidenschaftliche Angezogenwerden von allem, was tot, vermodert, verwest und krank ist; sie ist die Leidenschaft, das was lebendig ist, in etwas Unlebendiges umzuwandeln; zu zerstören um der Zerstörung willen...“ (Fromm 1974, 373) Warum und wie es im Menschen zu dieser Destruktivität kommt, kann an dieser Stelle nicht eingehend untersucht werden. Vielleicht wird aber ein existenzanalytischer Erklärungsansatz davon ausgehen müssen, daß ein Mensch, der in der Ausprägung seiner wesentlichen Existenzmöglichkeiten massiv behindert oder gestört ist, dazu tendiert, die ihm fehlende Lebendigkeit auf quasi kannibalistische Weise aus anderen lebenden Wesen zu konsumieren. In der Unmöglichkeit, sich selbst in der Dynamik des Lebendigen weiterzuentwickeln, wird die Enteignung des anderen Lebens zur einzigen Quelle der Erfahrung von Lebensintensität.

Dazu der Traum eines 50-jährigen schwer depressiven Mannes:

Ich befinde mich in der Wohnung der Mutter. Sie hat einen Mann und eine Frau ermordet. Die Leichen liegen in Plastik verschnürt hinter dem Sofa. Sie sind schon stark verwest und Leichenflüssigkeit tritt aus. Polizei kommt und sie wollen die Mutter verhaften. Ich nehme aber die Schuld auf mich. Dann verspüre ich Hunger. Die Mutter macht mir ein Brot und bestreicht es mit Leichenteilen. Ich esse es und es schmeckt zu meiner Überraschung sehr gut.

Die Existenzmöglichkeit als Frau und Mann im Sinne der Partnerschaftlichkeit tritt hier als eine abgetötete in den Horizont des Träumers (das ermordete Paar). Diese Tatsache bekümmert ihn nicht. Was ihn ängstigt, ist allein die Beschuldigung der Mutter, die er dann auch abwendet, indem er die Schuld auf sich nimmt. Tatsächlich trifft ihn, wie in den Therapiegesprächen sichtbar wurde, die existentielle Schuld, niemals den ernsthaften Versuch gewagt zu haben, sich aus dem zerstörerischen Einfluß der Mutter zu

lösen, um selbst offen zu werden für eine lebendige partnerschaftliche Beziehung. Auch in der Therapie ließ er lange Zeit nichts über seine Mutter kommen und betonte stattdessen immerzu die guten Absichten, die in ihren Handlungen lägen. In seinen Darstellungen erschien sie lange Zeit ausschließlich als die besorgte Frau, die selbstlos alles mögliche für ihren Sohn getan hat. Er war verschlossen für die Gewalt, mit der sie, sogar über ihren Tod hinaus, als Störerin seiner Liebesbeziehungen in sein Leben hineingewirkt hat. Dementsprechend katastrophal gestaltete sich sein Eheleben. Das Essen der Leichenteile im Traum ist dann ein drastischer Hinweis auf das Verfallensein in ein passives, lebensabgewandtes Dasein, in dem ausschließlich narzißtische Bedürfnisse ihre regressive Erfüllung finden.

Obwohl es in Therapieprozessen oftmals zum Erscheinen von Aggression im Traum kommt, ist mir in den mehreren tausend Traumgesprächen, die ich geführt habe, nur sehr selten echte Destruktivität begegnet. Soweit ich erkennen konnte, zeichnet sich diese im Traum typischerweise dadurch aus, daß ihr die eigentliche Aggression als heftige innere Bewegtheit fehlt. Die Zerstörung im Bild des lebensdestruktiven Traumes geschieht bei einem innerlichen Unbeteiligt-Sein oder einer heiteren Gelassenheit des Träumers während seines grausamen Tuns. Dieses Paradoxon, daß gerade den lebensdestruktiven Träumen die Aggression fehlt, wird aber verständlich, wenn wir bedenken, daß dieser Traum-Akt nicht im Dienste von etwas steht, das es zu erhalten und zu verteidigen gilt und von dessen Werthaftigkeit der Träumer innerlich ergriffen ist. Wir müssen vielmehr annehmen, daß der Verlust des Lebenswerten biographisch bereits eingetreten ist und eine Leere und Belanglosigkeit zurückgelassen hat. Also spiegelt sich dann auch in solchen Träumen die Belanglosigkeit des Lebendigen als ein leichtgängiges Vernichten-Können von Leben, zu dem keine Anstrengung im Sinne aggressiver Kraftanwendung mehr notwendig ist.

Ich verzichte hier auf eine detaillierte Falldarstellung zum vorigen Traum und berichte stattdessen von einem Vergleichstraum desselben Mannes gegen Ende einer mehrjährigen Therapie:

In dem kleinen Garten meines Reihenhauses sind zwei Elefanten. Durch ihre Bewegungen zerstören sie die Blumenrabatten rundherum. Ein Nachbar sieht aus dem Fenster und schüttelt entrüstet den Kopf. Ich nähere mich einem Elefanten mit einem zärtlichen Gefühl und möchte ihn berühren und streicheln.

Die passive teilnahmslose Gewalt des ersten Traumes ist verschwunden und hat einer naturhaft-lebendigen Aggression Platz gemacht, die in der Gestalt der Elefanten zwar die Blumen-Eingrenzungen zerstört, aber damit einer ursprünglichen impulsiven Bewegung Platz und Raum schafft. Die Elefanten sind, wie im vorigen Traum die Leichen, wieder ein Paar, doch diesmal höchst lebendig. Der Nachbar, der entrüstet den Kopf schüttelt, wirkt wie ein Kommentar eines machtlosen Über-Ich, eines ohnmächtig ge-

wordenen Hüters der Ordnung. Vor allem aber das zärtliche Gefühl des Berühren-Wollens läßt auf eine tiefgreifende Umorientierung im Leben des Patienten schließen. Er erlebt sich träumend unterwegs zu einem Lebendig-Bewegtsein, für das er im Traum bereits bejahend offen ist, was sich aus dem zärtlichen Gefühl kundtut, mit dem er sich - zum Streicheln bereit - nähert.

Es braucht uns nicht zu wundern, daß auch in diesem Traum wieder die Aggression - in der Zerstörung durch die Elefanten - thematisiert ist. Therapie soll den Menschen nicht beruhigen, sondern ihn vielmehr aufwecken zu sich selbst. Sie soll ihm Mut machen, die notwendige Aggression aufzuspüren und aufzubringen, um an den Grenzen der Anpassung den Kampf aufzunehmen gegen die Kräfte der Unterdrückung und Selbstentfremdung, die sich oft lautlos in das Leben eingeschlichen haben. Der Weg, den der Patient dabei geht, ist schwer, unter anderem, weil er gepflastert ist mit Vorwürfen von anderen, die es gewohnt waren, daß er brav und reibungslos funktioniert. Oft genug muß sich ein ehemals depressiver Mensch auf seinem Weg zur Gesundung gefallen lassen, von anderen - gerade Nahestehenden - als Egoist bezichtigt zu werden. Das kann eine herbe Enttäuschung sein, an die er nicht im Traum gedacht hat. Die einzige Entschädigung dafür mag die wachsende Lebensfreude sein, die diesen Prozeß begleitet.

Literatur

- Battegay R., Trenkel A. (1987) Der Traum aus der Sicht verschiedener psychotherapeutischer Schulen. Bern: Huber
- Boss M. (1975) Es träumte mir vergangene Nacht. Schüben im Bereich des Träumens und die praktische Anwendung eines neuen Traumverständnisses. Bern: Huber
- Buber M. (1982) Das Problem des Menschen. Heidelberg: Lambert & Schneider
- Frankl V. (1986) Die Psychotherapie in der Praxis. München: Piper
- Freud S. (1982) Die Traumdeutung. Frankfurt: Fischer
- Fromm E. (1977) Anatomie der menschlichen Destruktivität. Hamburg: Rowohlt
- Gandhi M. (1977) Texte zum Nachdenken. Hrsg.: G.u.T.Sartory. Freiburg: Herder
- Jung C.G. (1988) Vom Wesen der Träume. GW Bd.1. Olten: Walter
- Jung C.G. (1988) Traumsymbole des Individuationsprozesses, GW Bd.5. Olten: Walter
- Kunert R. (1993) Traumsprache und Traumverstehen, in: Tagungsbericht Nr. 1 u. 2. der GLE, Wien
- Längle A. (1994) Die Biographische Vorgangsweise in der Personalen Existenzanalyse, in: Tagungsbericht Nr.1/1992 der GLE. Wien
- Längle A. (1988) Wende ins Existentielle, in: Entscheidung zum Sein. München: Piper
- Vetter H. (1991) Die Bedeutung der Phänomenologie für die Psychotherapie, Vortrag gehalten am 21.6.91 auf der Tagung der österr. Ges. für Daseinsanalyse in Wien
- Watzlawik P. Die Möglichkeit des Andersseins. Bern: Huber

*Anschrift des Verfassers:
Mag. Rudolf Kunert
Maria Treu Gasse 6/9
1080 Wien*

Die Arbeit mit dem Traum in der therapeutischen Praxis

Wahrnehmungs- und Arbeitsweisen verschiedener Therapierichtungen
bei einem Traumbericht.

Ein Vergleich zwischen Psychoanalyse, Gestalttherapie und Existenzanalyse

Daniela Grabner

Der Artikel ist ein Auszug aus der gleichnamigen Dissertation, die gleichzeitig die Abschlußarbeit für die Ausbildung in Existenzanalyse darstellt.

In der vorliegenden Studie wurden jeweils 20 Psychoanalytiker/innen, 20 Gestalttherapeuten/innen, und 20 Existenzanalytiker/innen zu ihren Wahrnehmungen und Assoziationen beim Durchlesen eines konkreten Traumberichtes befragt. Weiters wurden sie auch zu ihren Arbeitsweisen interviewt, die sie eventuell bei der Bearbeitung dieses Traumberichtes einsetzen würden.

Die Ergebnisse zeigen, daß bereits bei den Wahrnehmungen zum Traumbericht die schultheoretische Ausrichtung der Therapeuten/innen eine maßgebliche Rolle spielt. Noch deutlicher zeigt sich dies bei den Arbeitsweisen der Psychotherapeuten/innen mit dem Traum.

nissen man käme, wenn man einen Traumbericht Therapeuten unterschiedlicher Therapierichtungen präsentieren würde. Wie würden sich ihre Wahrnehmungen, Assoziationen und Arbeitsweisen an einem konkreten Traumbericht darstellen? Die Art, wie mit einem Traum umgegangen wird, ist sicherlich abhängig von der jeweiligen Therapierichtung. Es kann daher erwartet werden, daß Therapeuten/innen verschiedener Therapierichtungen deutliche Unterschiede aufweisen, welche Inhalte sie im Traumbericht wahrnehmen. Aber auch ihre Arbeitsweise mit einem konkreten Traumbericht müßte geprägt sein von der Therapierichtung, der sie angehören.

So findet sich in der Literatur auch immer wieder der Vorwurf, daß Psychotherapeuten/innen nur jene Elemente des Traumes herausgreifen, die gut in ihre theoretischen Überzeugungen passen und anderes Material ignorieren (Barnett 1971; Boss 1991; Fischer 1979; French & Fromm 1986).

Zane (1971) meint, daß Psychotherapeuten den Traum benützen, um die Patienten in ihr Theoriegebäude einzupassen. Sie entnehmen dem Traum, aber auch anderem klinischen Material nur jene Elemente, die ihre Vorurteile unterstützen und mißachten jene Elemente, die Unterschiede aufzeigen zwischen der Traumstruktur und den Lebensereignissen. Sie sollten daher mehr darauf achten, wie die Traumdaten, speziell die räumlichen und zeitlichen, sich mit dem Leben des Träumenden verbinden lassen.

Ziel der Arbeit sollte es dabei nicht sein, eine Theorie als die allein richtige herauszuarbeiten, denn, wie Jung (1971) zum Facettenreichtum der Thematik Traum treffend bemerkt: „Die Absicht der Forschung besteht ja nicht darin, sich im Besitz der allein richtigen Theorie zu wähnen, sondern durch Bezweiflung aller Theorien der Wahrheit allmählich näherzukommen“ (S. 338).

Mit dieser Studie sollte ein Einblick in die unterschiedlichen Wahrnehmungs- und Arbeitsweisen der Therapeuten/innen der verschiedenen Therapierichtungen bei der Arbeit mit dem Traum gewährt werden.

Diese Arbeit sollte auch einen Beitrag dazu leisten, die

Problemstellung

Das Thema der vorliegenden Studie ergab sich aufgrund eines Traumseminars im Rahmen der existenzanalytischen Therapieausbildung. In diesem Seminar wurde die Studie von Zane vorgestellt, der bei einem Workshop fünf Psychoanalytikern einen Traumbericht eines seiner Klienten zur Interpretation vorspielte. Dabei zeigte sich, daß die Analytiker zu sehr unterschiedlichen Ergebnissen gelangten, obwohl alle die gleichen Informationen zur Verfügung hatten (Zane 1971).

Aufgrund dieser Studie stellte sich im existenzanalytischen Traumseminar die Frage, zu welchen Ergeb-

Barrieren und Vorurteile einzelner Therapieschulen untereinander abzubauen und die Stärke einer therapeutischen Vielfalt aufzeigen. Auch Struck (1992) weist in ihrem neu erschienenen Buch, in dem ein Vergleich der psychoanalytischen mit der daseinsanalytischen Traumtheorie durchgeführt wird, darauf hin, daß ein Traumverständnis aus der Kenntnis verschiedener tiefenpsychologischer Schulen anzustreben ist.

Untersuchungsplan

In der vorliegenden Arbeit wurden psychoanalytisch, gestalttherapeutisch und existenzanalytisch arbeitende Therapeuten/innen einbezogen.

Den Therapeuten/innen dieser drei Schulrichtungen wurde ein Traumbericht vorgelegt, der von einer 30-jährigen Studentin stammt und neben einem kurzen Kommentar zur Person der Träumerin (gegenwärtige Lebenssituation) und dem manifesten Traum auch einige Bemerkungen der Träumerin zum Traum enthält. Die Therapeuten/innen wurden gebeten, folgende Fragen zu beantworten:

- Was sind Ihre Wahrnehmungen, Assoziationen und Überlegungen zu diesem Traum?
- Wie könnte der erste Arbeitsschritt aussehen, wenn die Träumerin zu Ihnen in Therapie kommen würde?

Von jeder Gruppe wurden 20 Therapeuten/innen interviewt. Die Befragung war anonym und dauerte zwischen 20 und 60 Minuten. Die Interviews wurden mit einem Tonbandgerät aufgezeichnet und später transkribiert. Bevor den Therapeuten/innen der Traumbericht vorgelegt wurde, sollten sie durch einen selbst zusammengestellten Fragebogen, der sich auf die Erfahrungen bei der Arbeit mit Träumen in der Therapie bezog, auf die Thematik angemessen eingestimmt werden (Interviewleitfaden zur therapeutischen Praxis mit Träumen).

Aufgrund der theoretischen Auseinandersetzung mit dieser Thematik wurden folgende drei Forschungshypothesen entwickelt und überprüft:

HYPOTHESE 1:

Therapeuten/innen der drei Therapierichtungen Psychoanalyse, Gestalttherapie und Existenzanalyse unterscheiden sich in ihren Wahrnehmungen zu einem konkreten Traumbericht.

HYPOTHESE 2:

Therapeuten/innen der drei Therapierichtungen Psychoanalyse, Gestalttherapie und Existenzanalyse unterscheiden sich in ihrer Arbeitsweise mit einem konkreten Traumbericht. Die für eine Therapierichtung typischen Arbeitsweisen werden hauptsächlich von Therapeuten/innen dieser Richtung angewandt.

HYPOTHESE 3:

Psychoanalytiker/innen nehmen im Vergleich zu Gestalttherapeuten/innen und Existenzanalytikern/innen bei einem konkreten Traumbericht häufiger Symboldeutungen vor.

Zusätzlich wurde folgenden Fragestellungen nachgegangen:

- Mit welcher Häufigkeit nehmen Therapeuten/innen Symboldeutungen mit sexuellem Charakter vor.
- Welche Elemente der manifesten Traumkonfiguration (Physische Umgebung des Traumes; Personen/Figuren des Traumes; Soziale Interaktionen im Traum; Aktivitäten im Traum; Emotionen im Traum) werden von den Therapeuten/innen beachtet.

Auswertung der Untersuchung

Die Auswertung der Studie erfolgte inhaltsanalytisch und statistisch mit Hilfe des CHI-Quadrat-Tests. Es wurde dabei mit einem Signifikanzniveau von $\alpha=0,05$ gearbeitet. Ein Ergebnis mit dem Niveau $\alpha=0,1$ wurde als Trend bezeichnet. Diese Vorgehensweise wurde aufgrund des geringen Stichprobenumfangs gewählt.

Bei den Wahrnehmungen der Therapeuten/innen zum manifesten Traum wurde eine zusammenfassende Inhaltsanalyse durchgeführt. Dazu wurden die wichtigsten Kernaussagen der Therapeuten/innen herausgegriffen und zu Kategorien zusammengefaßt. Es ergab sich ein System von 8 Kategorien:

- Wunscherfüllung
- Sexueller Aspekt
- Problematische Männerbeziehung
- Persönlichkeitsdiagnostische Bewertungen
- Bezug zur Diplomarbeit
- Emotionaler Aspekt
- Familienbeziehungen
- Interaktionen im Traum

Dieses Kategoriensystem wurden von zwei Beurteilern (Therapeut/in einer anderen schulischen Richtung) rücküberprüft. Dabei zeigte sich eine hohe Übereinstimmung bei der Zuordnung der Interviews in das Kategoriensystem. Die Hypothese 1 konnte bestätigt werden. So zeigte sich, daß psychoanalytisch orientierte Therapeuten/innen signifikant häufiger eine Wunscherfüllung im Traum wahrnahmen. Im Vergleich dazu nahmen existenzanalytisch orientierte Therapeuten/innen signifikant häufiger Interaktionen im Traum wahr. Von den Gestalttherapeuten/innen wurde keine der Kategorien signifikant häufiger beansprucht. Bezüglich der häufigeren Wahrnehmung des sexuellen Aspekts durch Psychoanalytiker/innen und der Emotionen durch Existenzanalytiker/innen konnten Trends festgestellt werden.

Zur Auswertung der Arbeitsweisen wurde das Interviewmaterial einer strukturierenden Inhaltsanalyse unterzogen. Als Kategoriensystem dienten die gängigen Arbeitsweisen der jeweiligen Therapierichtung.

Psychoanalytische Arbeitsweisen:

- Assoziieren zum Gesamttraum
- Assoziieren zu Details
- Fragen nach dem Tagesrest

Gestalttherapeutische Arbeitsweisen:

- Traum in Gegenwart erzählen
- Identifikation mit Personen/Dingen
- Rollenspiel

Existenzanalytische Arbeitsweisen:

- Fragen zum Traumgeschehen
- Fragen zur Emotionalität
- Fragen zur allgemeinen Lebenssituation

Die Hypothese 2 konnte zum Teil bestätigt werden. Die für eine Therapieschule typischen Arbeitsweisen werden hauptsächlich von den Therapeuten/innen der jeweiligen Richtung angewandt. Bezüglich der Psychoanalytiker/innen und der Gestalttherapeuten/innen war dieses Ergebnis signifikant, bezüglich der Existenzanalytiker/innen konnte ein Trend festgestellt werden. Besonders interessant ist die Beobachtung, daß gestalttherapeutische Arbeitsweisen ausschließlich von Gestalttherapeuten/innen durchgeführt wurden.

Bezüglich der Häufigkeit bei der Verwendung von Symboldeutungen zeigte sich, daß diese bevorzugt von Psychoanalytikern/innen eingesetzt werden. Bezüglich der Hypothese 3 konnte somit ein Trend in dieser Richtung ermittelt werden. Weiters konnte festgestellt werden, daß Psychoanalytiker/innen im Vergleich zu den beiden anderen Therapierichtungen häufiger sexuelle Symboldeutungen vornahmen.

Die Auswertung der Fragestellung, welche Elemente der manifesten Traumkonfiguration von Therapeuten/innen beachtet wurden, d.h. in ihren Interviews angesprochen wurden, zeigte, daß besonders Existenzanalytiker/innen, aber auch Gestalttherapeuten/innen dem Traumgeschehen ihre Aufmerksamkeit schenken (Physische Umgebung des Traumes; Interaktionen im Traum; Emotionen im Traum). Dies stimmt auch gut mit der existenzanalytischen Traumtheorie überein, in der die Phänomenologie eine zentrale Rolle spielt.

Interpretation der Ergebnisse

Ziel der vorliegenden Studie war es, einen Einblick in die Wahrnehmungs- und Arbeitsweisen von Therapeuten/innen unterschiedlicher Therapierichtungen beim Umgang mit einem Traumbericht zu geben. Die Auswertung der Interviews erfolgte inhaltsanalytisch und statistisch.

Bezüglich der Wahrnehmungen der Therapeuten/innen zum Traumbericht konnten folgende Ergebnisse festgestellt werden:

Psychoanalytisch orientierte Therapeuten/innen nah-

men signifikant häufiger eine Wunscherfüllung bzw. den Versuch einer Wunscherfüllung im manifesten Traum wahr, wie auch häufiger sexuelle Aspekte (Trend mit $\text{Alpha}=0,1$). Im Vergleich dazu nahmen existenzanalytisch orientierte Therapeuten/innen signifikant häufiger Interaktionen sowie häufiger emotionale Aspekte (Trend mit $\text{Alpha}=0,1$) im Traum wahr.

Gestalttherapeuten/innen nahmen hier eine Mittelstellung ein, es wurde keine der Wahrnehmungskategorien von ihnen am häufigsten beansprucht. Die Hypothese 1, daß Therapeuten/innen unterschiedlicher Therapierichtungen sich in ihren Wahrnehmungen zum manifesten Traum unterscheiden, konnte damit aufgrund der signifikanten Unterschiede in zwei Kategorien bestätigt werden. Der Trend, der in zwei weiteren Kategorien festgestellt werden konnte, untermauert dieses Ergebnis.

Es wird hier sichtbar, daß die schultheoretischen Konzepte der jeweiligen Traumtheorie einen Einfluß auf die Wahrnehmungen haben. In der psychoanalytischen Traumtheorie spielen die Wunscherfüllung und die sexuelle Komponente eine wesentliche Rolle (Freud, 1900). Dadurch läßt sich erklären, daß die entsprechenden Kategorien vermehrt von Psychoanalytikern/innen angesprochen wurden.

Da die Phänomenologie ein zentraler Bestandteil der existenzanalytischen Theorie ist, und der Therapeut dadurch angehalten ist, das Traummaterial nicht als einen Ausdruck für etwas anderes zu sehen, sondern sich an das zu halten, was sich im Traum zeigt, ist es nicht überraschend, daß Existenzanalytiker/innen vermehrt auf die Interaktionen und Emotionen im Traum eingingen (Boss, 1975; Kunert, 1993; Pereira, 1990). Das sind jene Kategorien, die das Traumgeschehen im besonderen Maße beinhalten.

Gestalttherapeuten/innen nahmen in ihren Wahrnehmungen eine Mittelstellung zwischen Psychoanalytiker/innen und Existenzanalytikern/innen ein. Das könnte damit in Zusammenhang stehen, daß die gestalttherapeutische Traumtheorie hauptsächlich ausgerichtet ist auf die Bearbeitung des Traumes mit dem Klienten in der Therapie (Lüchl, 1981; Perls, 1974).

Mit Hilfe einer strukturierenden Inhaltsanalyse wurde der Hypothese nachgegangen, ob sich die Arbeitsweise der Therapeuten/innen nach ihrer therapeutischen Schule richtet. Es wurden die wichtigsten Arbeitsweisen mit dem Traum der jeweiligen Therapierichtung zusammengestellt und das Interviewmaterial auf die Verwendung dieser therapeutischen Techniken hin untersucht.

Alle Gestalttherapeuten/innen verwendeten typisch gestalttherapeutische Arbeitsweisen (Traum wird in der Gegenwart nacherzählt, Identifikation mit Traumelementen, Rollenspiel mit Traumelementen).

Kein psychoanalytisch oder existenzanalytisch arbeitender Therapeut/in verwendete diese Techniken (signifikantes Ergebnis). Typisch psychoanalytische Traumarbeitstechniken (Assoziieren zum Gesamttraum, Assoziieren zu Details im Traum, Fragen nach dem Tagesrest) wurden hauptsächlich von Psychoanalytikern/innen (signifikantes Ergebnis) und typisch existenzanalytische Ar-

beitsweisen (Fragen zur Emotionalität, Fragen zum Traumgeschehen, Fragen zur allgemeinen Lebenssituation) hauptsächlich von Existenzanalytikern/innen verwendet (Trend mit $\alpha=0,1$).

Die Hypothese 2, daß sich die Arbeitsweise der Therapeuten/innen mit dem Traum stark nach ihrer therapeutischen Schule richtet, konnte damit für Psychoanalytiker und Gestalttherapeuten bestätigt werden, für Existenzanalytiker konnte ein Trend festgestellt werden.

Interessant ist die Tatsache, daß gestalttherapeutische Arbeitsweisen ausschließlich von Gestalttherapeuten/innen angewendet wurden. Es handelt sich hier um sehr spezifische Arbeitsmethoden, die von der Vorstellung bestimmt sind, daß nur durch das Wiedererleben des Traumes durch den Träumenden die Botschaft des Traumes verstehbar werden kann. Diese Vorstellung existiert nur in der gestalttherapeutischen Traumtheorie.

Bei den existenzanalytischen Traumarbeitstechniken zeigte sich, daß diese auch von den beiden anderen Therapierichtungen eingesetzt wurden. Man könnte daraus die Vermutung ableiten, daß existenzanalytische Arbeitsweisen einen eher generellen Anspruch haben und weniger spezifisch sind wie zum Beispiel gestalttherapeutische Arbeitsweisen. Existenzanalytiker/innen verwendeten aber auch psychoanalytische Arbeitstechniken (z.B. Assoziieren).

Bezüglich der Verwendung von Symbolen zeigte sich ein Trend, daß psychoanalytisch arbeitende Therapeuten/innen dies häufiger praktizieren. Damit konnte die Hypothese 3, daß Psychoanalytiker/innen vermehrt Symboldeutungen vornehmen, jedoch nicht bestätigt werden.

Die Auswertung der Symboldeutungen konnte weiters aufzeigen, daß Psychoanalytiker/innen die Symbole häufiger sexuell interpretierten, als dies die anderen Therapeuten/innen taten.

Bei der Untersuchung der Fragestellung, welche Elemente der manifesten Traumkonfiguration von Therapeuten/innen beachtet wurden, zeigte sich, daß Existenzanalytiker/

innen, aber auch Gestalttherapeuten/innen dem Traumgeschehen und der Traumhandlung mehr Aufmerksamkeit schenkten (physische Umgebung des Traumes, soziale Interaktionen im Traum, Emotionen im Traum) als dies Psychoanalytiker/innen taten. Dies kann als ein Beleg für die Anwendung der phänomenologischen Betrachtungsweise gewertet werden. Die Kategorie Personen/Figuren des Traumes sowie Aktivitäten wurden von den Vertretern der drei

Die Sehnsucht nach Glück. Gustav Klimt, Beethovenfries, Österreichische Galerie, Wien

Therapierichtungen in etwa dem gleichen Ausmaß beachtet.

All diese Ergebnisse fügen sich gut in das Gesamtbild der jeweiligen Traumtheorien. In der existenzanalytischen Traumtheorie bildet die Phänomenologie ein wesentliches Kernstück. Das heißt, das im Traum Erfahrene wird als Faktum betrachtet, an dem nicht weiter herumgedeutet wird. Das Traumgeschehen ist als eine Gegebenheit anzusehen, die nicht weiter entschlüsselt werden muß. Dies zeigt sich einerseits in den Wahrnehmungen der Existenzanalytiker/innen zum Traum, wo verstärkt auf die Interaktionen und Emotionen im Traum eingegangen wird, wie auch andererseits in den Arbeitsweisen und in den beachteten Traumelementen.

Auch die Gestalttherapeuten/innen arbeiten phänomenologisch, doch liegt ihr Hauptaugenmerk auf der Arbeit des Klienten mit dem Traum und dem Anliegen, besonders die Emotionen des Klienten/in im Zusammenhang mit dem Traum spürbar und erlebbar zu machen. Dazu dienen vor allem die typisch gestalttherapeutischen Arbeitsweisen, die von allen befragten Gestalttherapeuten/innen angewandt wurden.

Bezüglich der Wahrnehmungen zum Traum zeigte sich, daß die Gestalttherapeuten/innen eine Mittelstellung zwischen Psychoanalytikern/innen und Existenzanalytikern/innen einnahmen.

Anders aufgebaut ist die psychoanalytische Traumtheorie, wo das manifeste Traumgeschehen als ein Rätsel angesehen wird, das erst durch die spezielle Deutungsarbeit verstehbar wird. So zeigte sich bei den psychoanalytisch arbeitenden Therapeuten/innen die Tendenz, hinter dem manifesten Traum noch etwas anderes zu vermuten (sexuelle Inhalte, diagnostische Bewertungen, Familienproblematik).

Bei der Auswertung des Interviewleitfadens zur therapeutischen Praxis mit Träumen zeigte sich, daß die Mehrzahl der Therapeuten/innen im Erstgespräch nicht auf die Bedeutung von Träumen in der Therapie hinweisen, sondern abwarten, ob der Klient/in darauf zu sprechen kommt.

Bei der Frage, ob sich die innere Haltung der Therapeuten/innen beim Anhören eines Traumes verändert im Vergleich zum übrigen therapeutischen Geschehen, meinte die Hälfte der Psychoanalytiker/innen, daß sie konzentrierter, hellhöriger, aufmerksamer werden würden, die andere Hälfte meinte, daß es keine Veränderung in ihrer Haltung gäbe. Bei den Gestalttherapeuten/innen und Existenzanalytikern/innen meinten jedoch 70%, daß sich ihre innere Haltung verändern würde.

Bezüglich der Fragestellung welche psychische Funktion der Traum erfülle, meinten die meisten Therapeuten/innen aller drei Richtungen, daß ihm vor allem Entlastungs-, Konflikt- und Bewältigungsfunktion zukommt. Nur Psychoanalytiker/innen erwähnten auch die Wunscherfüllungsfunktion.

Abschließend kann festgestellt werden, daß die jeweilige Traumtheorie den Blick des Therapeuten/in sowie auch die Arbeitsweise mit dem Traum entscheidend beeinflusst. Allerdings finden sich auch innerhalb jeder Therapieschule Unterschiede hinsichtlich der Wahrnehmungen und Arbeitsweisen mit dem Traum, was zum Teil durch die Kategorienbildung verschleiert wird. Daher bleibt ein wesentlicher Bestandteil dieser Studie die Transkriptionen der Interviews, die diese Vielschichtigkeit der therapeutischen Wahrnehmungen und Arbeitsweisen am besten zum Ausdruck bringen. Es sei noch darauf hingewiesen, daß eine detaillierte Darstellung der durchgeführten Studie (Traumbericht, Interviewleitfaden zur therapeutischen Praxis mit Träumen, Transkriptionen der Interviews) in der gleichnamigen Dissertation zu finden ist (siehe Literaturverzeichnis).

Literatur

- Barnett J. (1971) The Analyst's Role in Dream Interpretation. In J.H. Masserman (Hrsg.), *Dream Dynamics. Scientific Proceedings of the American Academy of Psychoanalysis* (182-185). New York: Grune & Stratton.
- Battegay R. & Trenkel, A. (Hrsg.). (1987) *Der Traum aus der Sicht verschiedener psychotherapeutischer Schulen*. Bern: Huber. Boss M. (1953). *Der Traum und seine Auslegung*. Bern: Huber.
- Boss M. (1975). „Es träumte mir vergangene Nacht,...“ (1. Auflage). Bern: Huber.
- Boss M. (1991) „Es träumte mir vergangene Nacht,...“ (2. Auflage). Bern: Huber.
- Fischer C. (1978) *Der Traum in der Psychotherapie. Ein Vergleich Freud'scher und Jung'scher Patiententräume*. München: Minerva.
- Fischer C. (1988) Träumen Sie nach Freud oder nach Jung? In Red. *Psychologie heute* (Hrsg.), *Die Werkstatt der Seele: Thema: Träume*, 71-85. Weinheim: Beltz.
- Frankl V. & Kreuzer F. (1986) *Im Anfang war der Sinn*. München: Piper. Frankl, V. (1987). *Logotherapie und Existenzanalyse*. München: Piper.
- Frankl V. (1988) *Ärztliche Seelsorge*. Wien: Fischer.
- French T. & Fromm E. (1986) *Dream Interpretation: A New Approach*. Connecticut: Int.Univ.Press.
- Freu, S. (1900/1989) *Die Traumdeutung*. Studienausgabe, Band 2. Frankfurt: Fischer.
- Freud S. (1916/1989) *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. Studienausgabe, Band 1, 101-241. Frankfurt: Fischer.
- Freud S. (1940/1989) *Die Psychoanalytische Technik*. Studienausgabe, *Ergänzungsband*, 407-421. Frankfurt: Fischer.
- Grabner D. (1995) *Die Arbeit mit dem Traum in der therapeutischen Praxis. Wahrnehmungs- und Arbeitsweisen verschiedener Therapierichtungen bei einem Traumbericht*. Unveröffentlichte Dissertation. Psychologisches Institut, Wien.
- Jung C.G. (1971) *Über die psychische Energetik und das Wesen der Träume*. Olten: Walter Verlag.
- Kunert R. (1993) *Traumsprache und Traumverstehen*. In A. Längle (Hrsg.), *Wertbegegnung, Phänomene und methodische Zugänge*, 201-219. Wien: Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse.
- Längle A. (1988) *Was ist Existenzanalyse und Logotherapie?* In A. Längle (Hrsg.), *Entscheidung zum Sein*. Viktor E. Frankls *Logotherapie in der Praxis*, 9-21. München: Piper.
- Längle A. (1993) *Personale Existenzanalyse*. In A. Längle (Hrsg.), *Wertbegegnung, Phänomene und methodische Zugänge*, 133-160. Wien: Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse.
- Lückl K. (1981) *Begegnung mit Sterbenden. „Gestaltseelsorge“ in der Begleitung sterbender Menschen*. München: Kaiser.
- Pereira P. (1990) *Tiefenpsychologische und phänomenologische Theorien des Traumes und seiner Deutung*. Unveröffentlichte Dissertation, Philosophische Fakultät, Zürich. Perls, F.S. (1974). *Gestalt-Therapie in Aktion*. Stuttgart: Klett Verlag.
- Struck E. (1992) *Der Traum in Theorie und therapeutischer Praxis von Psychoanalyse und Daseinsanalyse*. Weinheim: Deutscher Studien Verlag.
- Trenkel A. (1987) *Der Traum in der psychotherapeutischen Praxis*. In R. Battagay & A. Trenkel (Hrsg.), *Der Traum aus der Sicht verschiedener psychotherapeutischer Schulen*, 118-132. Bern: Huber.
- Zane M.D. (1971) *Significance of Differing Responses Among Psychoanalysts to the Same Dream*. In J.H. Masserman (Hrsg.), *Dream Dynamics. Scientific Proceedings of the American Academy of Psychoanalysis*, 174-177. New York: Grune & Stratton.

Anschrift der Verfasserin:
Mag. Dr. Daniela Grabner
Göllnergasse 2-4/2/20
A-1030 Wien

Verständnis und Therapie der Psychodynamik in der Existenzanalyse

Alfried Längle

Als Psychotherapiemethode, die den ganzen Menschen behandeln will, hat die Existenzanalyse ihre Position der Psyche gegenüber auf dem Hintergrund ihrer praktischen Erfahrungen mit neuen Methoden immer wieder zu bedenken. Durch die methodische Weiterentwicklung in der Existenzanalyse ergeben sich zusätzliche Verstehenszusammenhänge und Zugänge zur Psychodynamik. Diese werden hier zusammengefaßt (siehe auch lexikalische Zusammenfassung S. 20) und anthropologisch reflektiert. Die Psychodynamik wird in ihrer Erscheinungsweise als Affekt, Impuls, psychische Schutzreaktion und pathologische Entwicklung systematisiert. Eine Fallstudie erläutert die Theorie.

eine (intrinsische) Fähigkeit zur *Opposition gegen sich selbst* verankert ist. Frankl faßte diese Sichtweise des Menschen im Konzept des "psycho-noetischen Antagonismus" (Frankl 1975, 219-221, 227 f.). Ihm zufolge besteht zwischen dem Noetischen und dem Psychischen ein Hiatus, der nicht streng genug gezogen werden kann (Frankl 1988, 18). Nur an zwei Stellen (s.u.) schreibt Frankl der antagonistischen Position des Noetischen zum Psychischen keine aversive, sondern eine subsidiäre Funktion zu. Da eine sich wechselseitig unterstützende Funktionsweise zu keinen Problemen führt, ist der psychophysische Synergismus für die Psychopathologie vordergründig zu vernachlässigen. Er ist klinisch nicht relevant. Für die Behandlung seelischer Störungen und für eine anthropologische Bestimmung des Menschen hingegen ist das Gewahrwerden des Synergismus aber umso wichtiger, wie wir sehen werden. Hier nun zunächst die beiden Frankl-Zitate:

"Der psychonoetische Antagonismus ist, im Gegensatz zum obligaten psychophysischen Parallelismus, ein fakultativer. Demgemäß ist die Trotzmacht des Geistes eine bloße Möglichkeit, aber keine Notwendigkeit. Zu trotzen ist zwar immer möglich, aber der Mensch hat es nicht immer nötig. Der Mensch kann immer trotzen, aber er muß es nicht immer. Der Mensch muß von der Trotzmacht des Geistes keineswegs immer Gebrauch machen. Er braucht sie nicht immer zu bemühen. Seinen Trieben, seinem Erbe und seiner Umwelt braucht er einfach schon deshalb nicht immer zu trotzen, weil er sie braucht; denn *mindestens ebensooft wie trotz seiner Triebe, trotz seines Erbes und trotz seiner Umwelt behauptet sich der Mensch auch kraft seiner Triebe, dank seinem Erbe und dank seiner Umwelt.*" (Frankl 1959, 663)

"..., daß die Bedürfnisse dazu da sind, das Subjekt auszurichten und hinzuordnen auf einen Gegenstandsbereich, auf einen Bereich von Objekten." (ebd. 690).

Die historische Aufgabe der Logotherapie

Die *Aufgabe der Logotherapie* sieht Frankl (vgl. 1982, 18, 25 ff.) darin, die Position des Geistigen gegenüber dem Psychischen zu stärken. Die psychische Dimension, die zwar eine elementare Wirklichkeit des Menschen darstellt und der prinzipiell derselbe Stellenwert in der Anthropologie eingeräumt wird wie der geistigen, kommt durch diese Aufgabenstellung in ein Schattendasein in der Logotherapie. Sie wird deshalb einzig hinsichtlich ihrer

Der anthropologische Hintergrund

Die existenzanalytische Anthropologie nach Frankl (1959, 665 ff.) versteht das Menschsein als eine Einheit von drei Dimensionen ("Seinsweisen"), die in ihrem Wesen und hinsichtlich ihrer Aufgaben von einander zu unterscheiden wären: der somatischen, der psychischen und der noetischen. Der Psyche kommt in diesem Modell die Funktion zu, gemeinsam mit dem Somatischen ein *antagonistisches Kräftespiel* mit dem Geistigen aufzubauen. Anders gesagt: durch das Psychische, das ja nach Frankl das Somatische gefühlsmäßig vertritt (psychophysischer Parallelismus), erhält das Menschsein einen Vektor, der dem Geistigen entgegenstehen und somit im Menschen ein Spannungsfeld erzeugen kann. Dieses Menschenbild gehört somit in eine abendländische Tradition, in der auch Ludwig Klages steht, der den Geist des Menschen explizit als den "Widersacher der Seele" (1929) definierte.

Die Anthropologie Frankls fußt unmittelbar auf jener von Max Scheler und ist von dessen Verständnis des Menschen geprägt (Wicki 1991, 39 ff., 123 ff.). In Schelers (und damit auch in Frankls) Anthropologie wird besonders ein Umstand herausgestrichen, daß nämlich im Menschen

hemmenden und das Noetische beeinträchtigenden Wirkung beleuchtet. So gilt es, die psychische Dimension, die nach dieser anthropologischen Konzeption mit ihren zuständigen Gefühlen wie z.B. Angst oder Depression die noetische Dimension belagert und in ihrem Aktvollzug behindert, durch Einüben der Selbstdistanzierung zurückzudrängen. *Die klassische Position der Logotherapie der Psyche gegenüber ist daher die eingehaltene Distanz und die Fähigkeit, von ihr abrücken zu können, sich von sich "nicht alles gefallen lassen" zu müssen* (Frankl 1959, 685), sich günstigenfalls in humoristischer Weise von ihrer blockierenden Wirkung zu lösen, wie dies in der bekanntesten Methode Frankls, der Paradoxen Intention, systematisch angewandt wird.

Durch diese Position, sich erklärtermaßen für das Geistige einzusetzen, hatte die Logotherapie historisch gesehen eine wichtige Funktion innerhalb der Psychotherapie zu erfüllen. Wegen der mit dem Anliegen verbundenen Einseitigkeit kommt die Psyche allerdings in Gefahr, nicht nur eine Widersacherin des Noetischen zu sein, sondern fast den Beigeschmack eines feindlichen Prinzips zu erhalten, das der Gewissenhaftigkeit und Geistigkeit entgegensteht. Einmal in eine solche Position gedrängt wundert es nicht, wenn in der Franklschen Anthropologie über die psychische Dimension keine weiteren Aussagen gemacht werden. Frankl überließ die Bearbeitung dieser Dimension der traditionellen Psychotherapie. Er selbst war sich dabei der Einseitigkeit seiner Position aus erkenntnistheoretischer Notwendigkeit (also der Sache wegen, weil es etwas zu verteidigen gibt) durchaus bewußt (Frankl 1975, 260 - das Werk stammt aus 1949/50).

Die Weiterentwicklung der Existenzanalyse erfordert ein Überdenken der Anthropologie

Eine Existenzanalyse aber, die sich nicht mehr als Verteidigerin der *geistigen* Dimension des Menschen gegen den Psychologismus verstehen muß, sondern als *umfassende Psychotherapie* den ganzen Menschen (inklusive der psychischen Dimension wie des leiblichen Daseins) im Auge behält, hat sich auch diesen Dimensionen und ihrer Bedeutung für die humane Existenz zuzuwenden und immer wieder zu untersuchen.

Dieser Beitrag bemüht sich um eine weitere Reflexion der anthropologischen und psychotherapeutischen Funktion der psychischen Dimension. Dabei soll diese nicht nur in ihrer Rolle als Widersacherin des Geistes betrachtet werden, sondern *grundsätzlich in ihrer Aufgabe bezüglich menschlicher Existenz* verstanden und in ihrer Bedeutung für personales Dasein beleuchtet werden. Von einer solchen (weitergefaßten) Sicht auf die psychische Dimension wird ein therapeutisch angemessener und umfassender Zugang zur psychischen Dimension erwartet, der aber dennoch der existenzanalytischen Tradition verpflichtet bleibt.

Durch die Entwicklung der personal-existentiellen Grundmotivationen (GM) und der Personalen Existenzanalyse (PEA) hat sich ein neuer und tiefgreifender methodi-

scher Zugang zu den Voraussetzungen (Kognition, Emotion, Identifikation, Aktion) und Bedingungen "personalere Existenz" (z.B. Frankl 1959, 664) ergeben. Als Bedingungen werden die vier existentiellen Grunderfahrungen entsprechend den vier personal-existentiellen Grundmotivationen - Sein-Können, Leben als Wert, Selbstwert, Sinn in der Welt - und die persönlichen Stellungnahmen dazu angesehen. Diese Ergebnisse eröffnen zusätzliche Einsichten in die Struktur personaler Prozesse und in die Wechselwirkungen der spezifischen somatischen, psychischen und existentiellen Dynamiken. Der Stand der Forschung und methodischen Weiterentwicklung erfordert eine Reflexion des Verständnisses und der Bedeutung dieser Kräfteverhältnisse für die existenzanalytische Anthropologie und Theorie der Therapie sowie für ihre Auswirkung auf die psychotherapeutische Praxis.

Diese Arbeit beschränkt sich auf das Verständnis der psychischen Kräfte und ihre Bedeutung für die Existenz. Es bleibt einer weiteren Studie vorbehalten, das Verhältnis der Leiblichkeit für die Existenz zu beleuchten und zusammenzufassen. Ansätze dazu werden bereits im Rahmen der Lehre der Grundmotivationen in den Ausbildungen vorgestellt. Das Anliegen dieser Arbeit ist, eine neue, integrierende Sicht der Psychodynamik vorzustellen. Sie soll in ihrem Zusammenhang mit den anthropologischen Prämissen der Existenzanalyse und ihren existentiellen Theoremen (d.i. Umgang mit der Welt) reflektiert werden. Aus dieser neu gefaßten anthropologischen Anbindung der Psychodynamik leitet sich eine Theorie des Handelns für den therapeutischen Umgang mit ihr ab.

Dementsprechend ist der Aufbau dieser Arbeit. Zunächst geht es um die anthropologische Reflexion, dann um das Verständnis der Dynamik der Psyche. Im vierten Kapitel wird kurz der therapeutische Umgang mit der Psychodynamik mit Hilfe der *Personalen Existenzanalyse (PEA)* (Längle 1993) erläutert. Schließlich folgt eine Beleuchtung der Psychodynamik im Lichte der personal-existentiellen Grundmotivationen (Längle 1997a, b). Diese stellen für die Zuordnung der psychodynamischen Affekte sowie ihrer Dynamiken (Schutzfunktionen bzw. Copingreaktionen) eine "Landkarte" (Topographie) dar, die ein differenziertes Verständnis der Psychodynamik erlauben. Sie kann nun nämlich verstanden werden in ihrer Anbindung an die existentielle Verfaßtheit der Person - also auf das, was den Menschen als geistiges Wesen hinsichtlich der Gestaltung seines Daseins beschäftigt. Es wird auf die Interdependenz der personal-existentiellen Grundmotivationen mit der Psychodynamik hingewiesen, wodurch die Psychodynamik ebenso als Wächterin der Existenzialität wie als ihre vital gebundene Blockierung in Form von rigiden Dynamiken zur Darstellung kommt. Das Verständnis der Psychodynamik im Lichte der Grundmotivationen erlaubt eine gezielte und tiefer verstehende existenzanalytische Behandlung der Psychodynamik.

In der Diskussion unter den Ausbildnern, Supervisoren und Praktikern der GLE interessiert derzeit an der existentiellen Psychodynamik besonders ihre Bedeutung als

Schutzfunktion (Copingreaktionen) sowie die Erkennbarkeit der jeweils involvierten Psychodynamik anhand der sie begleitenden Affekte. Die Affekte (bzw. zuständlichen Gefühle wie beispielsweise Kränkung, Unruhe, die verschiedenen Formen von Ängstlichkeit) legen die Schiene frei zur Diagnose der jeweils aktivierten Psychodynamik, die im Hinblick auf ihren Zusammenhang mit den personal-existentialen Grundmotivationen ein vertieftes existentielles Verständnis der Lebenssituation des betreffenden Menschen erlauben. Diesbezüglich ergaben sich spannende Diskussionen und wertvolle Beiträge vor allem von L. Tutsch sowie G. Funke, Ch. Kolbe, S. Längle, Ch. Probst im Sommer 1997, als wir im Ausbilder-Team diese Inhalte diskutierten.

Mit dieser Arbeit fassen wir den eigenständigen, rein existenzanalytischen Zugang zu Verständnis und Behandlung der Psychodynamik zusammen. Es ist uns bewußt, daß es sich dabei erst um einen Anfang handelt, der aber schon jetzt eine spannende Entwicklung verspricht.

Die Aufgabe der Psyche für die Existenz des Menschen

Die Psyche bringt die *vitalen Voraussetzungen der Existenz* in eine erlebnismäßige Repräsentanz. Darum hat sie - ganz im Gegensatz zum einseitigen Frankl-Schelerschen Verständnis - auch die *Funktion eines Bindegliedes* zwischen der noetischen und der physischen Dimension. Ohne Psyche käme es zu einer Art "Nebeneinanderleben" von Geist und Körper, ohne daß ein erlebbarer Bezug zwischen beiden vorhanden wäre. Damit würde die "Ganzheit Mensch" ebenso zerfallen, wie sie ohne Leib und ohne Geist nicht mehr gegeben ist.

Diese Auffassung weist im übrigen eine *formale Ähnlichkeit zum Freudschen Strukturmodell* des Menschen auf, der an ihm ein Es, ein Ich und ein Über-Ich beschreibt. Obwohl die Inhalte der einzelnen Schichten verschieden sind - das Freudsche Es entspräche weitgehend unserer psychischen Dimension, das Ich der noetischen und das Über-Ich der psychischen und noetischen Dimension - ist doch bemerkenswert, daß eine psychodynamische Betrachtung auch in der Existenzanalyse zu einem ähnlichen Formalismus führt, wie sie schon Freud gefunden hatte.

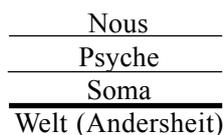


Abb. 1: Das dreidimensionale Menschenbild in einer geschichteten Darstellung, durch die der Stellenwert der Psyche innerhalb der Anthropologie verdeutlicht werden soll: die Psyche als Bindeglied zwischen dem Noetischen und dem Somatischen bzw. dem physischen In-der-Welt-Sein.

Durch diese Aufgabe kommt der Psyche eine wesentlich schützende und bewahrende Funktion innerhalb des leiblichen Menschseins zu. Sie kann damit als *Repräsentantin bzw. Wächterin der vitalen Lage* des Menschen angesehen werden, deren Aufgabe es ist, auf das Überleben und das Wohlbefinden des Menschen zu achten. Diese Funktion erfüllt die Psyche in erster Linie durch die stetige "Bewertung" des Erlebens in Form angenehmer oder unangenehmer Gefühle.

Am einfachsten kann diese Funktion des Psychischen im Zusammenhang mit körperlichen Mangelzuständen verdeutlicht werden. Wenn diese nicht gestillt werden, entstehen psychische Spannungen, die sich als Unlustgefühle bemerkbar machen. Ein anfängliches Hungergefühl steigert sich zu einem quälenden Empfinden und mobilisiert den ganzen Menschen, der auf die vitale Not aufmerksam gemacht wird.

Die zuständlichen Gefühle der psychischen Dimension beziehen sich auf zwei Erlebnisbereiche. Zum einen bilden sie die *körperliche Verfassung (Befindlichkeit)*, d.h. ihre Kräfte, Bedürfnisse und die der Erhaltung des Lebens dienende Triebblage ab, die nach ihrem vitalen Recht verlangen: Spieltrieb, Funktionslust, Sexualtrieb, Schutztrieb.

Darüber hinaus sind die zuständlichen Gefühle aber auch *erlebnismäßige Repräsentanzen des In-der-Welt-Seins*. Bedrohende Lebenssituationen, belastende Ereignisse, glückliche und erfolgreiche Umstände werden auch psychisch mitempfunden und in ihrer Bedeutung für die vitale Lage bemessen. Man könnte von psychischen Begleitgefühlen sprechen, die als *Gestimmtheit* (Heidegger 1979, 134 ff.) das reale Dasein des Menschen durchziehen, mitgestalten und auch prägend beeinflussen. So können Erfahrungen mit sich selbst und der Welt, die traumatisierend oder sich oft wiederholend bzw. lange anhaltend waren, sich tief im Erleben einprägen und zu bedeutsamen emotionalen Erinnerungsfurchen heranwachsen. Sich wiederholende Beziehungsmuster, erforderliche Strategien zur Erreichung von Bedürfnisbefriedigungen, rezidivierende Mißachtung, Bedrohung, Lieblosigkeit oder Mißbrauch können zu Erlebnismustern führen, die den größten Teil des bisherigen "In-der-Welt-Seins" (Heidegger) abbilden und daher beständigen Charakter haben. Die Psyche kann somit als "Speicher" typischer Erfahrungen des "In-der-Welt-Seins" angesehen werden (Tutsch, Diskussion). Als solche beeinflussen die "Ein-drücke" bzw. "Ein-prägungen" hemmend oder fördernd, jedenfalls "mitlaufend" die Akte der Person (Tutsch). Es können ängstliche, depressive oder sich selbst entfremdete (hysterische) psychische Reaktionslagen (Gestimmtheiten) entstehen.

Das geschilderte Verständnis der Funktion der Psyche schließt die Franklsche Sicht der Psyche als *Antagonistin bzw. Widersacherin des Geistigen* nicht aus. Denn der Mensch in seiner "Welt als Wille und Vorstellung" (Schopenhauer) kann sich durchaus auf Ziele beziehen, die der Psyche beispielsweise als bedrohlich erscheinen. Wer sich etwa einer konflikthaften Situation psychisch nicht gewachsen fühlt, geschwächt durch traumatische Vorerfahrungen

oder unsicher durch fehlende Erfahrung, dem kann sich die Psyche als Gegenspielerin zum verantwortlichen Entschluß einstellen und als Angst die geplante Aktion blockieren. Eine anthropologische Diskussion könnte sich dann z.B. um den Stellenwert der noetischen Diskussion bemühen. Ein psychotherapeutisches Vorgehen hingegen wird als erstes die psychische Repräsentanz zu verstehen und zu integrieren versuchen. Nur in leichten Fällen und in vereinzelt Situationen mag es angehen, die psychisch wahrgenommene Realität durch alleinige Selbstdistanzierung in den Wind zu schlagen und dann einer anthropologischen Vorgabe zu folgen. Das wiederholte Handeln in diesem Sinne - mit alleiniger Selbstdistanzierung ohne Selbstannahme - käme aber auf die Dauer einer Selbstverleugnung und Feindlichkeit bzw. Abwertung des eigenen, leibhaftig empfundenen Daseins gleich. Zu Recht warnt Frankl (1982b, 151 f.) aus diesem Grunde vor der Gefahr eines einseitigen Noologismus.

Es scheint uns daher für eine psychotherapeutische Haltung wesentlich, die antagonistische Sichtweise der Psyche auf indizierte Fälle und Situationen zu beschränken und die wesentliche Dynamik, die zwischen Psyche und Nous herrscht, nicht ausschließlich in der antagonistischen Sicht zu sehen, sondern mehr in einer kooperativen bzw. integrativen. In dieser Sicht läßt sich die Psyche etwa mit einer guten Mutter vergleichen, die auf das leibliche Wohl und auf die Gefahr der Überforderung bedacht nimmt und auf die Fähigkeiten und das physische und psychische Gewachsenheit achtet. In der Alltagsbewältigung zeigt die Psyche auch ihren "Nous", ihre "vernehmende Potenz", nur ist ihr Horizont ein anderer als der des Geistes, ist binnenhaft, der Lebenserhaltung dienend. In manchen Situationen, in denen es der Person um situationsüberdauernde Werte geht (z.B. in einem Erleben, in einer schöpferischen Leistung, in einer Einstellung oder im Glauben), ist dieser einseitig auf das Wohlbefinden bedachtnehmenden Fürsorge durchaus auch mit Opposition oder Relativierung zu begegnen. Dabei soll aber doch bewußt bleiben, daß wir Menschen dieser psychischen Funktion in der Regel das Überleben verdanken.

Die existentielle Bedeutung der Psychodynamik

Der Psyche kommt also neben der Funktion, in Form von Gefühlen und Trieben die vitale Lage abzubilden und die erfahrenen Informationen fühlend zu *speichern*, auch die Aufgabe zu, sich als Hüterin und Bewahrerin der Vitalität und des Überlebens "*einzusetzen*". Mit welchen Mitteln kommt nun die Psyche dieser Aufgabe nach? Dies geschieht durch zwei Mechanismen: durch *Beeinflussen der Aufmerksamkeit* (Allertheit, wachsam machen) des Noetischen (z.B. thematische Apperzeptionen) und durch Ausbilden von autonomen *Schutzreaktionen* (Copings) ohne nennenswerte Beteiligung und gleichsam wie unter Umgehung des Noetischen. Die Psyche ist somit auch Korrektor (vielleicht auch "Ko-ektor") des Noetischen, das den Menschen vor dem von sich oder von anderen geforderten

Unzumutbaren bewahrt. Sie "scheut" sich sozusagen nicht, zu ihrem Schutz auch Angstreaktionen oder depressive Verstimmungen zu entwickeln. Das Psychische vermag somit eine kognitive Entscheidung hinsichtlich ihrer Durchführbarkeit in ihren Modalitäten aus Gründen der Zumutbarkeit (des sich Gewachsen-Fühlens) zu korrigieren, zu ergänzen, zu verlangsamen, zu beschleunigen oder zu blockieren. Nicht nur der Freiheit, sondern auch der Verantwortung und dem Gewissen kann die Psyche entgegenhalten, daß durch die eingenommene Haltung im Einzelfall das Leben bedroht zu sein scheint oder die Lebensfreude Mangel erleidet.

Was die Psyche in die menschliche Realität einbringt, ist ein einseitiges, aber hinsichtlich des vitalen, leibhaftigen Lebens bzw. Lebensgefühls legitimes Anliegen. Wenngleich die Psyche mitunter in die Position einer Gegenspielerin zum Noetischen kommt, erweist sie sich im Lichte einer akzeptierenden Sichtweise als Herausforderin und Mitspielerin des Noetischen, die nur im Falle einer zur noetischen Dimension divergenten Einschätzung der Lage eigens zur Stellungnahme auffordert. Dann ist das psychische Gefühl auf seine integrale, ganz-menschliche und existentielle Bedeutung hin zu prüfen und vermittelt einer Stellungnahme personal zu integrieren (integrierte Emotion in der PEA).

Eine solche Sichtweise der Psyche erlaubt eine angstfreie Haltung ihr gegenüber. Mit ihr kann die psychische Dimension des Menschseins ohne Beklemmung oder vorausgehender Verdächtigung als *Lebenskraft* gelebt werden und der Zugang zur *Lebensfreude* erweitert werden, wodurch das genuine Anliegen der Psyche zum Leben kommen kann. Darin sehen wir eine spezifische Aufgabe der Psychotherapie.

Die Entstehung der Dynamik der Psyche

Ihre Dynamik erhält das psychische Erleben aus zwei Quellen:

- aus der *Selbsterhaltung* und
- aus den *existentiellen Haltungen*

Zum einen ist die Psyche daher Ausfluß der Verwurzeltheit des Menschen in der (physischen) *Natur*, zum anderen ist die Psyche Spiegel der ganz-menschlichen und somit auch *geistigen* Veranlagung der Person und ihres In-der-Welt-Seins. Betrachten wir diese beiden Punkte etwas genauer.

Die natürliche Dynamik der Psyche ist identisch mit der selbsterhaltenden, biologischen Veranlagung des Menschen. Wie jedes Lebewesen, so ist auch der Mensch von Anfang an mit einer Art von Steuerungssystem versehen, das auf die Erhaltung des individuellen Lebens sowie auf die Erhaltung der eigenen Art ausgerichtet ist. Bei den höheren Lebewesen, die über ein Nervensystem verfügen, bildet sich diese *vitale Intentionalität* als lenkende, lebensfördernde und lebensentfaltende Gefühle (Lebenserhaltungstrieb und Sexualtrieb) ab oder macht sich als len-

kende, das Leben schützende Gefühle wie z.B. Angst, Depression oder Übersprungshandlungen bemerkbar. Der Selbsterhaltungstrieb ist bei höheren Lebewesen in Form psychisch erlebter Dynamik repräsentiert (Triebe, Stimmungen, Affekte bzw. Copingreaktionen).

Die existenzanalytische Betrachtung des Menschen macht neben diesem geläufigen auch noch einen anderen Zustrom zur psychodynamischen Kraft sichtbar, der ebenfalls einen wesentlichen Teil ihrer Dynamik ausmacht. Der Mensch ist nicht nur ein von Natur aus Getriebener, sondern auch ein auto-determinierendes, sich selbst gestaltendes Wesen. Diese determinierende Kraft hat eine andere Herkunft als die psychische Energie, die aufs engste mit der somatischen verbunden ist. Die geistige Kraft ist vergleichbar mit dem Schwachstrom, mit dem ein Relais den Starkstrom schalten kann, oder mit der Software eines Computers, die auf der Hardware aufgespannt ist. Sie kann kraft der Energie des Hardwareapparates funktionieren, ist aber von der Hardware bezüglich der Art ihrer Operationen und Ergebnisse inhaltlich unabhängig (wenn auch nicht unbeeinflusst). Ob Computerspiele, Textverarbeitung oder statistische Berechnungen gemacht werden und wie diese Operationen angelegt sind und welche Ergebnisse sie liefern, ist durch das Softwareprogramm festgelegt. Die Bedingung ist nur, daß das Softwareprogramm den Voraussetzungen der Hardware angepaßt ist. Länge und Umfang der Operationen, die durch die Software vorgegeben sind, hängen von der Hardware ab.

Diese bildhaften Analogien sollen deutlich machen, daß der Mensch *durch seine existentiellen Haltungen eine Modulation der vitalen Verfaßtheit* vornehmen kann. Diesen Einfluß kann man sich rasch verdeutlichen, wenn man daran denkt, daß z.B. nur derjenige, der tatsächlich leben *will*, auf Dauer lebenserhaltende Triebe und Stimmungen aufbringen wird. Auch Haltungen dem Partner, der Beziehung, den Kindern, dem Beruf gegenüber geben Anlaß zu Gefühlen der Lust, des Neids, der Eifersucht, der Angst,

der Bedrückung und führen zu entsprechenden Copingreaktionen. Natürlich greifen die Grundhaltungen zur Existenz stärker in die Psychodynamik ein als Haltungen in der täglichen Lebensbewältigung (die erst ein paar "Stockwerke tiefer" an den Grundhaltungen angebunden sind). Als Grundhaltungen zur Existenz haben wir vier beschrieben, die wegen ihres maßgeblichen Einflusses auf die Lebensgestaltung eine starke motivationale Kraft darstellen und daher als "personal-existentielle Grundmotivationen" bezeichnet werden (z.B. Längle 1997a, 17 f.; 1997b, 153 ff.). Es sind dies die Haltung zum Dasein (zur Gegebenheit des Daseins stehen), die Haltung zum Leben (zum Wert des Lebens stehen), die Haltung zu sich selbst (Wertschätzung des Selbst) und die Haltung zum Sinnhaften (Offenheit für die Zukunft) im Leben. (Natürlich sind zur Ausbildung dieser vier Grundhaltungen auch entsprechende Grunderfahrungen wie Verlässlichkeit, Lebenswert, Wertschätzung der Person und Sinn Erfahrungen notwendig. Die Unerläßlichkeit dieser Erfahrungen für die Ausbildung personaler Existenz entfaltet eine Grunddynamik, die als Grundmotivation hinter den Alltagsmotivationen steht.)

Die vier Grundbedingungen für personale Existenz steuern (neben einem Anteil an der Dynamik der Psyche) insbesondere zur Modulation der psychischen Dynamik hinsichtlich ihrer Polung bzw. Richtung bei. Verändern sich die Hintergrundfolien der existentiellen Grundbedingungen, sind also beispielsweise die Voraussetzungen für das Dasein-Können, den Lebenswert usw. nicht erlebbar, so verändert sich auch die Richtung der Psychodynamik, die das existentielle Bedrohtsein vital erfährt und die Psychodynamik darauf ausrichtet, die fehlende oder bedrohte existentielle Grundbedingung aufzufüllen. Ist z.B. die Haltung zum Dasein auf wackeligem Boden, so daß das Gefühl eines ganz-menschlichen Gehaltenseins, das auch einen geistigen Halt miteinschließt, nicht gegeben ist,

EXISTENZANALYTISCHE PSYCHODYNAMIK - EINE LEXIKALISCHE KURZFASSUNG

Psychodynamik, existenzanalytische. Bezeichnung für das Kräftespiel der psychischen Dimension (vgl. Anthropologie) und der Funktion des Psychischem im Kontext personaler Existenz. Der Psyche kommt die Funktion zu, die vitalen Voraussetzungen der Existenz erlebnismäßig zu repräsentieren und so das Bindeglied zwischen dem geistigen und dem leiblichen Dasein zu bilden mit der Aufgabe, das Wohlbefinden des Menschen und die Erhaltung des vitalen Lebens zu hüten (führt zu Copingreaktionen).

Konkret repräsentiert die Psyche das *Fühlen* des körperlichen Befindens (Erleben von *Vitalität und Triebhaftigkeit*) und des existentiellen Gesamtbefindens (*psychische Gestimmtheit*, vgl. Emotionstheorie).

Das psychische Erleben erhält seine *Dynamik* nicht nur aus der selbst- und arterhaltenden Eigengesetzlichkeit, sondern auch aus den existentiellen Haltungen (Einstellungen), die der Mensch bezüglich der Grundbedingungen des Existieren-Könnens einnimmt (Grundmotivationen) und der Psychodynamik die Richtung geben. Nur wer beispielsweise tatsächlich leben *will*, wird auf Dauer lebenserhaltende Triebe und Stimmungen aufbringen.

Psychodynamik, die nicht personal integriert ist, führt zu einem Mangel an Existentialität. Das Verhalten des Menschen wird dann zunehmend von (psychischen) Reaktionen und (somatischen) Reflexen bestimmt, die das akthafte (entschiedene und verantwortete) Handeln ersetzen. Der *therapeutische Zugang* zur Psychodynamik geschieht mittels der Personalen Existenzanalyse und spezifischem Bearbeiten der Grundmotivationen.

der Dynamik der Psyche) insbesondere zur Modulation der psychischen Dynamik hinsichtlich ihrer Polung bzw. Richtung bei. Verändern sich die Hintergrundfolien der existentiellen Grundbedingungen, sind also beispielsweise die Voraussetzungen für das Dasein-Können, den Lebenswert usw. nicht erlebbar, so verändert sich auch die Richtung der Psychodynamik, die das existentielle Bedrohtsein vital erfährt und die Psychodynamik darauf ausrichtet, die fehlende oder bedrohte existentielle Grundbedingung aufzufüllen. Ist z.B. die Haltung zum Dasein auf wackeligem Boden, so daß das Gefühl eines ganz-menschlichen Gehaltenseins, das auch einen geistigen Halt miteinschließt, nicht gegeben ist,

dann entstehen psychodynamische Absicherungstendenzen und verstärkte Angstreaktionen. Die Psychodynamik kann damit ins Gegenteil kippen und statt der raumergreifenden Verankerung und Verwurzelung des Daseins und dem Schaffen eines Zuhauses in eine ängstliche Fluchtreaktion und in ein Leben ständiger Vermeidung münden. Besonders augenfällig ist die Verkehrung der psychischen Dynamik in ihr Gegenteil auf der Ebene der zweiten Grundbedingung der Existenz. Wenn nämlich die positive Haltung zum Leben aus irgendwelchen Gründen (belastende Lebensverhältnisse, Verluste) sich in eine lebensablehnende Haltung verwandelt, so kann der Überlebenstrieb zu einem Todestrieb (Freud) werden. (Der Existenzanalyse ist das Bestehen eines eigenständigen Todestriebes nicht geläufig; dem Todestrieb entsprechende Phänomene können in der Existenzanalyse am ehesten als Entwicklungen der Psychodynamik, denen - zumeist unbewußte - Lebenshaltungen zugrunde liegen, angesehen werden, die sich nach dem geschilderten Muster modulatorisch auf die Psychodynamik einfärben.)

Auch Frankl (1959, 681) weist auf die gestaltende Kraft des Noetischen hin, wenn er schreibt:

“Die psychologische Wirklichkeit ergibt nun, daß ‘Triebe an sich’ beim Menschen niemals zum Vorschein kommen. Immer *sind* die Triebe schon bejaht oder verneint; immer sind sie irgendwie - so oder so - schon gestaltet. Alle Triebhaftigkeit ist beim Menschen immer bereits von einer geistigen Stellungnahme überformt - so daß dieses Geprägtsein vom Geistigen her der menschlichen Triebhaftigkeit immer schon geradezu als *geistiges Apriori* anhaftet. Die Triebe sind immer schon von der Person her gesteuert, durchtönt und durchklungen: Triebe sind immer schon *personiert*.

Denn von seiner Geistigkeit her sind die Triebe des Menschen - im Gegensatz zu denen des Tieres - immer schon durchherrscht und durchwaltet, in diese Geistigkeit ist die Triebhaftigkeit des Menschen immer schon eingebettet, so zwar, daß nicht nur dann, wenn Triebe gehemmt, sondern auch dort, wo sie enthemmt werden, der Geist immer schon am Werk gewesen ist, immer schon dareingeredet hat - oder aber dareingeschwiegen.

Der Mensch ist ein Wesen, das zu den Tieren immer auch nein sagen kann und keineswegs zu ihnen immer ja und Amen sagen muß. Sofern er Triebe bejaht, geschieht dies immer erst auf dem Wege einer Identifizierung mit ihnen. All dies ist es ja, was ihn aus der Tierreihe ausnimmt. Während sich der Mensch mit den Tieren jeweils erst identifizieren muß (sofern er sie überhaupt bejaht), ist das Tier mit seinen Tieren identisch. Der Mensch hat Triebe - das Tier ‘ist’ seine Triebe. Was der Mensch demgegenüber ‘ist’, ist seine Freiheit - insofern nämlich, als sie ihm a priori und unverlierbar eignet: Etwas, das ich bloß ‘habe’, könnte ich ja auch verlieren.”

Eine Psychodynamik, die nicht personal integriert ist, führt zu einem Mangel an Existentialität. Das Verhalten des Menschen wird zunehmend von (psychischen) Reaktionen

und (somatischen) Reflexen bestimmt, die das akthafte (entschiedene und verantwortete) Handeln ersetzen. Wenn der Mensch die personale Integration psychodynamischer Kräfte nicht von sich aus schafft, ist Fremdhilfe angezeigt, auch wenn sich (noch) kein Leidensdruck bemerkbar macht. Der *therapeutische Zugang* zur Psychodynamik geschieht in der Existenzanalyse sowohl über die Methode der Personalen Existenzanalyse als auch über das spezifische Bearbeiten der einzelnen Grundmotivationen. Beide Zugänge beziehen sich sowohl auf das aktuelle Erleben der unmittelbaren Gegenwartigkeit als auch auf das (noch immer) aktuelle Erleben vergangener und auf das (bereits aktuelle) Erleben anstehender, zukünftiger Biographie.

Zugang und Bearbeitung der Psychodynamik mit der Personalen Existenzanalyse

Durch die Personale Existenzanalyse soll die zu bearbeitende Lebenssituation und Erlebnisweise in der ganzen Breite der menschlichen Erfahrung - also somatisch, psychisch und noetisch - und in ihrer zeitlichen Dimension (Vergangenheit - Zukunft) zugänglich gemacht werden. Ist einmal das Erlebnisfeld erschlossen, kann es einer personalen Bearbeitung zugeführt werden, ohne daß wesentliche personale Inhalte verloren gehen. Dies ist in unserem Rahmen insbesondere im Hinblick auf die Bearbeitung der Psychodynamik von Bedeutung. Denn ihr Beitrag zur Lebenserhaltung soll verstanden und durch die Therapie lebbar werden. Im Falle einer Blockade durch erstarrte Psychodynamik soll sie verändert, freier werden und von der Einseitigkeit der Copingreaktionen gelöst werden. Dies ermöglicht dem Menschen (wieder) eine vermehrte Freisetzung personalen Lebens (mehr Personalität), das von der Psychodynamik nun nicht mehr konflikthaft bekämpft werden muß und umgekehrt die Psychodynamik nicht ins Abseits “verdrängen” braucht. Mit Hilfe der personal integrierten Energie der Psyche kann schließlich die Umsetzung der personalen Existenz mit mehr Wirkungskraft erfolgen.

Der Zugang zur Bearbeitung der Psychodynamik mit Hilfe der Personalen Existenzanalyse ergibt sich aus der Abfolge ihrer Schritte. Bei der Bearbeitung des *Eindrucks* ist die Hebung der Gefühle und ihrer Dynamik, die in Verbindung mit dem Erfahrenen stehen, von zentraler Bedeutung. Der Eindruck setzt sich zusammen sowohl aus somatischen Reflexen, psychischen Gefühlszuständen und psychischer Dynamik sowie noodynamischen Elementen. Auf dieser Stufe der Personalen Existenzanalyse geht es um das globale Erfassen des Erlebens, in welchem die einzelnen Dimensionen undifferenziert und miteinander verbacken als Ganzheitlichkeit zur Darstellung kommen sollen. Die Psychodynamik bildet sich dabei vor allem im Gefühl und im spontanen Impuls ab, die gemeinsam mit dem phänomenalen Gehalt den Eindruck ausmachen.

Im Schritt der *Stellungnahme* geschieht die Integrati-

on des Eindrucks in das bestehende personale Gefüge. Das Neue des Eindrucks wird mit den alten Wertbezügen der Person in Verbindung gebracht. Aus diesem Zusammenhang heraus wird die Bedeutung des Neuen für das Leben der Person verstehbar und aus diesem Hintergrund heraus kann eine Stellung zum Eindruck bezogen werden. Die Psychodynamik wird auf dieser Ebene personal integriert und kann so für die Person in ihrer ganzen Kraft fruchtbar werden.

Auf der *Ausdrucksebene*, im letzten Schritt der Personalen Existenzanalyse, geht es darum, die durch die Stellungnahme personifizierte Dynamik mit den Gegebenheiten und Erfordernissen der Situation zur Abstimmung zu bringen. Es handelt sich somit um eine Integration der restituierten Personalität in den lebensweltlichen Bezug. Dies wird als Schaffen von Existentialität bezeichnet. Diese Integration geschieht durch die Aktfindung, in welcher es um ein verantwortetes Handeln statt eines automatischen oder reflexartigen Reagierens geht.

Die Personale Existenzanalyse ist ein *handlungsorientierter Zugang* zu den personalen Ressourcen des Menschen. Sie greift die psychischen und noetischen Dynamiken des Menschen auf, die vor dem Hintergrund der somatischen und situativen Wirklichkeit den Brennpunkt der Arbeit darstellen. In einem schrittweisen Annehmen und Bergen dieser Kräfte zentriert sich die Arbeit in der Ebene der Stellungnahme auf eine Integration und Selektion der Dynamiken, die nun eine Bündelung und Richtung erhalten. Dieses innere Bearbeiten des Eindrucks und die Restitution der personalen Integrität macht die Person schließlich wieder aktfähig und versetzt sie in ihre ursprüngliche Potenz wirkungsvoller Weltbegegnung. Wesentlich dafür ist die Einbindung aller Dynamiken des Menschen, damit die Person nicht durch inneren Reibungsverlust an äußerer Wirkung verliert und somit den situativen Anforderungen nicht ganz entsprechen kann.

Verwobenheit von Grundmotivationen und Psychodynamik

Die Grundmotivationen (GM) stehen in einem engen Verhältnis zur Psychodynamik. Dies rührt daher, daß die Grundmotivationen jene vier existentiellen Grundbedingungen des Menschen beschreiben, ohne die dem Menschen ein Existieren im vollen Sinne des Wortes nicht möglich ist. Sie sind daher so basal im menschlichen Leben angesetzt, daß Störungen in ihrem Bereich sich auch unmittelbar vital niederschlagen und in der Stimmung und den von ihr abgeleiteten Psychodynamiken Niederschlag finden. So bringt die Kenntnis der Grundmotivationen ein differenziertes Verständnis der Psychodynamik zuwege. Die psychodynamischen Affekte und Verarbeitungsreaktionen können den einzelnen Grundmotivationen zugeschrieben werden und geben Aufschluß über die existentielle Verfaßtheit der Person bzw. den Störbereich der Grund-

motivation, mit der die Person beschäftigt ist. Ein Bearbeiten der Grundmotivationen kommt um die Psychodynamik nicht herum, sondern wird gerade anhand von ihr wertvolle Zugänge zur Existenz erschließen können.

Im folgenden soll zunächst die Auswirkung der Strebungen der Grundmotivation auf die Psychodynamik besprochen werden, sodann die Psychodynamik, die aus blockierten Grundmotivationen entsteht, und schließlich soll auf die Psychodynamik automatischer Schutzreaktionen eingegangen werden.

Die Psychodynamik der GM

Die Inhalte der GM schlagen sich psychodynamisch als *Verlangen, Strebung bzw. Sehnsucht* nieder. Als basale Inhalte geistigen Lebens werden sie auch vital empfunden. Die Psyche als Wächterin des Überlebens des Menschen steuert daher eine entsprechende Dynamik bei, damit die existentiellen Grundbedingungen des Menschen auch stets sorgsame Beachtung erhalten.

Jede einzelne Grundmotivation hat eine *Grundstrebung*, die mit einem gefühlsmäßigen Erleben verbunden ist:

die 1.GM strebt nach	}	beide streben nach <i>Geborgenheit</i>
<i>Halt, Schutz, Raum, Sicherheit</i>		
die 2.GM strebt nach <i>Nähe,</i>		
<i>Wärme, Beziehung, Leben spüren</i>		
die 3.GM strebt nach		
<i>Wertschätzung, Unabhängigkeit, Autonomie</i>		
die 4.GM strebt nach		
<i>Erfüllung, Freude, Sinn im Erleben und Handeln</i>		

Die vier Grundmotivationen als die personal-existentielle ("noetische") Dimension des Menschen sind mit der psychischen dadurch verbunden, daß die geistigen Inhalte gefühlsmäßig empfunden werden und den Charakter von *Bedürfnis* erhalten können, wenn sie fehlen. Durch die gefühlsmäßige Empfindung sind die GM lebbar und können personal aufgegriffen werden. Wird die gefühlsmäßige Empfindung blockiert, z.B. abgespalten oder ständig übergangen, so wird über eine Grundbedingung menschlicher Existenz nicht mit lebendiger Sorgfalt gewacht. Es können schneller Störungen entstehen und persistieren, als wenn eine frei verfügbare Affektivität die Inhalte der Grundmotivationen begleitet.

Die Psychodynamik des Erlebens blockierter Existentialität

Gelingt die Ausbildung der einzelnen Grundbedingungen der Existenz nicht, so führt dies zu existentiellen Grundgefühlen, die bei Anhalten bzw. zunehmender Schwere immer mehr psychisch unterschichtet werden und zu *reinen zuständlichen Gefühlen auswachsen*, die im weiteren zu Erstarrungen (Fixierungen) führen und somit psychische Störungen auslösen.

ORIGINALARBEIT

personales Gefühl	→psychisches Mangelgefühl (empfundene Not)	→ psychische Warnung	→ psychische Bedrohung (=Angst)	→ zunehmende psychische Erstarrung (Fixierung, neurot. Ebene)	→psychische Substratänderung (Persönlichkeitsstörungen) → ganzmenschliche Dekompensation (Psychosen)
1. GM:	Verunsicherung	→ Unruhe, Verslossenheit	→ Ängstlichkeit	→Grundangst	→ Grundangstüberflutung (Schizophr.)
2. GM:	Belastung	→ Niedergedrücktsein, Vitalitätsverlust	→ beziehungsbezogene Erwartungsangst = Angst vor Beziehungsverlust / Verlust des Lebendigseins	→ Depression Resignation	→ Resignationsüberflutung (Major Depression)
3. GM:	innere Hohlheit	→ Einsamkeit Beleidigtsein, Kränkung, Ekel	→ selbstwertbezogene Erwartungsangst, = Angst vor Ansehensverlust / Verlust der sozialen Integration	→Hysterie Verletztheit	→ Überflutung des Beobachtet-Werdens (Paranoia) Schmerzüberflutung (die häufigsten Persönlichkeitsstörungen)
4. GM:	(äußeres) Leeregefühl Langeweile	→ Sinnzweifel, Sinnleere	→ existenzbezogene Erwartungsangst = Angst vor Sinnlosigkeit	→ existentielles Vakuum	→ Verzweiflung bei ausweglosem Sinnlosigkeitsgefühl (Suizidalität)

Tab. 1: Die Gefühlsketten, die sich aus der Störung der jeweiligen Grundmotivation ergeben, in Abhängigkeit von der Schwere der Störform.

Störungen der GM: Grundgefühl	Grundbewegung (Vermeidungsversuch)	paradoxe Bewegung (Bewältigungsversuch)	Abwehrdynamik im Nicht-Entkommen (Aggressionstyp)	Überwältigungserleben (Totstellreflex)
1.GM → ängstlich	Fliehen	Ankämpfen	destruktiv: Haß	Lähmung
2.GM → depressiv	Rückzug	Leisten / Entwerten	beziehungs-suchend: Wut	Erschöpfung Resignation
3.GM → hysterisch	auf Distanz gehen	Aktivismus; (Überspielen)	abgrenzend: Zorn / Ärger; Spalten	Dissoziation (Spaltung, Leugnung, Abschottung)
4.GM → dependent	provisorische Lebenshaltung	Idealisierung	kämpferisch: Fanatismus	Nihilismus

Tab.2: Die Formen des automatischen Schutzverhaltens (der Copingreaktionen), gegliedert nach den Themen der Grundmotivationen.

In Zusammenhang mit dieser Arbeit soll ein erster Überblick über die Gefühlsketten gegeben werden, die einen Einblick in die Verbindung der Grundmotivationen mit der Psychodynamik vermitteln (*siehe Tabelle 1, Seite 23*).

Die Psychodynamik der Copingreaktionen

Die Psyche als Wächterin des vitalen Grundgefühls und Wohlbefindens ist nicht auf die Ausbildung von Gefühlen und damit auf die Repräsentanz der vitalen Lage des Menschen beschränkt, sondern stellt *Schutzreaktionen* bereit, um das Leiden an der Frustration der Voraussetzungen personaler Existenz zu mildern und aufzufangen. Diese automatischen, psychogenen Schutzreaktionen nennen wir in der Existenzanalyse zunehmend öfter "Copingreaktionen" (zur Verwendung des Begriffs siehe Blankenburg 1989, 4). Bei diesen reflexartigen, automatisch ablaufenden Schutz- und situativen Bewältigungsreaktionen werden vier Grundformen unterschieden: die Grundbewegung (Vermeidungsverhalten), Bewältigungsversuche, Abwehrdynamik im nicht Entkommen und ein letztes Schutzverhalten gegenüber dem Gefühl des Überwältigtseins, eine Analogie zum Totstellreflex. Durch die Copings können die negativen Gefühle aufgefangen oder abgeschwächt werden. Versagen die Copings, dann brechen die pathologischen Gefühle durch.

Die Schutzreaktionen haben alle zum Ziel, der situativen Belastung oder Gefahr möglichst rasch zu entkommen und damit das psychische (manchmal sogar physische) Überleben zu gewährleisten. Die Schutzreaktionen haben je nach Grundmotivation unterschiedliche Bewegungsmuster. Kennt man die Bewegungsrichtung bzw. den thematischen Inhalt der Schutzreaktion, erhält man einen deutlichen Hinweis auf die Grundmotivation, die bedroht ist. Tabelle 2 zeigt die Copingreaktionen im Überblick (*Tabelle 2 siehe Seite 23*).

In der vorliegenden Tabelle sind die Copingreaktionen gegliedert nach dem subjektiv empfundenen Grad der Bedrohung: die Grundbewegung ist in der Regel das erste Verhaltensmuster, auf das Bezug genommen wird. Hat die Situation den Charakter der Ausweglosigkeit (z.B. weil es überall Bakterien gibt, kann der Zwängliche ihnen nicht

entkommen - er beginnt sich gegen sie zu verteidigen), so entstehen paradoxe Bewegungen. Die vitale Empfindung schlägt sich gefühlsmäßig als Angst nieder, in die natürlich auch die persönlichkeitsbedingte (und nicht nur von der Situation ausgelöste) Aggressionsbereitschaft einfließt. Ist die Bedrohung massiv und versagen alle Reaktionen, kommt es zu einer Art von "Totstellreflex". Diese letzte Schutzreaktion ist bereits geprägt von der Überwältigung. Sie gehört daher nicht zum Verhaltensrepertoire der gesunden Psyche und ist daher von den anderen Copingreaktionen abgesetzt (Man kann den Totstellreflex mit einer "Notbremse" oder einer "letzten Sicherung" vergleichen).

Forschungen der nächsten Jahre könnten eine Differenzierung der Copingreaktionen insbesondere im Hinblick auf ihren Reifegrad ergeben. Eine weitere interessante Studie wird der Vergleich der Copingreaktionen mit den psychoanalytischen Abwehrmechanismen ergeben. Wir erwarten, daß unsere Studien dadurch wertvolle Anregungen erhalten.

Für die Psychotherapie von besonderem Interesse sind die *starrten Copingmuster*, die sich in gleicher Art in unterschiedlichen Situationen wiederholen. Jemand verhält sich psychisch gesund, wenn er z.B. auf eine bedrohliche Situation mit Vermeidung reagiert, ein andermal aggressiv wird und Haßgefühle bekommt, sich aber dann, wenn es ihm wichtig ist, der Situation stellen kann und sie aushält. Er ist flexibel in den Copingreaktionen. Diese haben eine gewisse Affinität zu den äußeren Umständen und können durch spezifische Verarbeitungsformen abgelöst werden, wenn es der Person sinnvoll und geboten erscheint. Dadurch ist psychische Gesundheit charakterisiert (vgl. Längle 1992).

Im Falle psychischer Krankheit führt das Erleben äußerer Umstände zu einer gleichförmigen psychischen Reaktion, die auch von unterschiedlichen äußeren Situationen immer in gleicher Weise "getriggert" (ausgelöst) wird. Das ängstliche Subjekt, um bei dem Beispiel zu bleiben, reagiert gleichförmig mit Angst auf reale Gefahren, aber auch auf Herausforderungen, Aufgaben, Gedanken, auf Veränderungen, auf Neues - kurzum auf alles, was es fühlen läßt, daß es nicht wirklich Halt hat in seiner Existenz. Entsprechend ihrem Erleben ist die Dynamik der Psyche die, die nach sofortiger Absicherung strebt und jene Coping-

GM	Prozeß	spezifisches Können	Ergebnis
1.GM	sich stellen (da-sein), sich konfrontieren, den Raum ein-nehmen, Ruhe suchen	<i>aus-halten</i> <i>Allgemeiner:</i> annehmen, lassen	sein-lassen
2.GM	Beziehung aufnehmen, den Verlust anfühlen, innere (gefühlsmäßige) Nähe suchen, sich Zeit nehmen	<i>trauern</i> <i>Allgemeiner:</i> Zuwendung geben, Nähe halten, sich berühren lassen.	ein-lassen
3.GM	Schmerz an-sehen, es sich leid tun lassen, auf Distanz gehen, eigene Intimität aufsuchen	<i>bereuen</i> (anerkennen) <i>Allgemeiner:</i> gegenübertreten, an-sehen, Stellungnahme, abgrenzen, aussöhnen	los-lösen
4.GM	sich anfragen lassen, sich in Übereinstimmung bringen, Sinn suchen	<i>Tätigwerden</i> (realisieren der neuen Haltung). <i>Allgemeiner:</i> Hingabe, Sinn leben; religiöse Verbundenheit	auf-geben

Tab.3: Die personal-existentiellen Verarbeitungsformen existentieller Probleme, den vier Grundmotivationen zugeordnet.

reaktionen mobilisiert, die am erfolgreichsten waren (Konditionierungen) oder die sie am besten gelernt und am häufigsten verwendet hat. So kommt es zur Ausbildung von starren Verhaltensmustern, die situativ inadäquat sind und kognitiv bzw. personal nur mehr schwer oder nicht mehr korrigierbar sind.

In solchen Fällen ist Psychotherapie (und nicht mehr Beratung) angezeigt. Alle von ihr eingesetzten Mittel wie beschreiben, darstellen, erinnern, stützen, ermutigen, verstehen, klären, konfrontieren usw. wirken sich nicht nur auf die personal-existentiellen Kompetenzen und Kräfte aus, sondern auch auf die Psyche in ihrem Fühlen, in ihrer Dynamik und Reaktionsweise. Ziel der Psychotherapie ist in dem Bereich, der die Psyche betrifft, zweierlei:

- eine Lockerung und schließlich Auflösung rigider Erlebnis- und Reaktionsweisen
- eine Erweiterung des Einsatzes von Copingreaktionen (z.B. nicht nur mit Vermeidung, sondern auch mit An kämpfen oder Aggressionsgefühlen reagieren zu können)

Über diese Arbeit an der Grundausrüstung psychischer Schutzreaktionen und ihrer Integration in das existentielle Leben, werden schließlich die personal-existentiellen Verarbeitungsformen entwickelt und freigegeben. Sie stellen den Kern existenzanalytischer Psychotherapie dar.

Zum Abschluß sollen daher noch diese *personal-existentiellen Verarbeitungsformen* existentieller Probleme, wie Bedrohungen (1. GM), Belastungen (2. GM), Verletzungen (3. GM) und Aussichtslosigkeiten (4. GM) genannt werden. Einer Verarbeitung auf dem existentiellen Niveau geht es nicht um das rein situative Überleben, sondern um die lösungsgerechte Bearbeitung der Probleme durch die Entwicklung personaler Stellungnahmen. Durch sie bringt sich die Person in die Lage, sich den Situationen gewachsen zu fühlen. Das eröffnet ihr neue Horizonte und gibt sie für Veränderungen frei.

Fallstudie zur Verwobenheit von Psychodynamik und existentieller Dynamik

Ein 35 jähriger Mann steht in Trennung von seiner Frau, mit der er seit zehn Jahren verheiratet ist und ein gemeinsames Kind hat. Die Trennung fällt ihm äußerst schwer. Er vermag sie nicht ohne Unterstützung von außen durchzuführen. (Psychotherapeutischer Kommentar: Daraus ist zu schließen, daß die Lebenssituation noch nicht bewältigt ist und Copingreaktionen zum Einsatz kommen). Er hängt sehr an seiner bildhübschen Frau, mit der er bereit wäre, selbst unter bedeutenden Opfern weiterhin zusammenzuleben. Er mag ihre Art, ihre große Lebendigkeit, ihre freie und unkonventionelle Gesinnung. Seine Liebe ist ungebrochen wie am ersten Tag. Sie hingegen begann ihn zunehmend zu vernachlässigen, behandelte ihn in den letzten Jahren immer gleichgültiger, suchte andere Gesell-

schaften auf, insbesondere Künstlerkreise, blieb schließlich nächtelang weg. Der Mann war immer häufiger allein mit seinem Kind zu Hause und begann unter dieser lieblosen und abweisenden Behandlung zunehmend zu leiden.

Mit Bedauern schildert er, daß er durch ein *sich selbstständiges Verhaltensmuster* zu dieser Entwicklung der Beziehung wahrscheinlich auch selbst beigetragen habe. Er habe auf die Verhaltensweisen seiner Frau in einer Art und Weise reagiert, das er als "Jalousien dicht machen" bezeichnete. Wenn die Frau von einer ihrer "Touren" nach Tagen wieder heimkehrte, hat er tagelang kein Wort mit ihr gesprochen, war gekränkt, verletzt und beleidigt. Er schwieg beharrlich und reagierte mit Liebesentzug und Rückzug in der Erwartung, daß sie ihn um Verzeihung bitte. Dabei brachte er manchmal seine (Ohn-)Mächtigkeit auch in verbalen Äußerungen zum Ausdruck, in einer Art, die er selbst vom Vater kannte und deren demütigenden Charakter er in guter Erinnerung hatte. Stärker noch war seine *innere Reaktion*: er war voller Aggression, und sein Stolz war gekränkt. Er wollte sich mit dem Rückzug an ihr im Grunde rächen. Dabei verfolgte er die Absicht, daß sie die Strafe irgendwann nicht mehr aushalten könne und schließlich klein beigeben würde. Und er würde warten, so war das Gefühl im hintersten und finstersten Winkel seiner Seele, bis sie "gekrochen" käme, ihn um Verzeihung bittend, weil sie endlich einsah, daß er im Recht war. Wenn sie so gekommen wäre, wenn sie so seine Rache und Strafe angenommen hätte, dann hätte er mit sich reden lassen. Andernfalls soll sie leiden unter seiner Wortlosigkeit.

So waren die Gefühle in ihm, so war die Psychodynamik, die nach außen mit einer Art Totstellreflex (Abschottung) reagierte, einem letzten Verhaltensreflex, der sich einstellte, weil er seine dynamischere Copingreaktion, die Aggression, nicht anbringen konnte. Denn eigentlich hätte er verärgert oder zornig auf sie reagieren mögen, aber in den wenigen Malen, als er das tat, spürte er die Gefahr, seine Frau durch diese Provokation zu verlieren. Dem fühlte er sich nicht gewachsen. So lebte er seine Aggression wortlos in stiller Gekränktheit. Er fühlte sich darin gelähmt und seiner Frau gegenüber ohnmächtig.

Als er über diese Geschichte und über sein Erleben der Situation nun sprach, war er überrascht, daß doch so viel Aggression in ihm war. Es war ihm nicht bewußt, daß er in seinem Affekt eigentlich darauf gewartet hatte, daß seine Frau förmlich gekrochen käme, um seinen gekränkten Stolz zu entschädigen. Im Hineinfühlen in die Situation fand er aber, daß dies genau seinem Gefühl entsprach.

Zwei Dinge machten ihm nun zu schaffen. Das eine war Schuld, da ihm nun deutlich wurde, was er zuvor schon geahnt hatte: mit seiner Reaktion aus gekränktem Stolz heraus selbst erheblich zur Trennung beigetragen zu haben. Das andere war Selbstablehnung, da er diese Art des Reagierens ganz genau von seinem Vater her kannte. Sein Vater war ein Leben lang in dieser Art mit seiner

Frau umgegangen. Schon als Kind hat der Sohn diese Verhaltensweise abgelehnt und empfindet auch heute noch starke Affekte dabei, weil auch er unter ihr zu leiden hatte. Der Vater machte so oft "die Jalousien dicht", wegen Kleinigkeiten oder sogar grundlos, daß es ihm kaum je möglich war, an ihn heranzukommen. Und genau diese unmögliche Verhaltensweise bemerkte er nun an sich selber, hat er selber bei seiner Frau eingesetzt! Nur zu verständlich, daß seine Frau nun nichts mehr von ihm wissen wolle. Er weiß ja darum Bescheid, wie kränkend ein solches Verhalten ist...

Mit Hilfe der *Personalen Existenzanalyse* war der Eindruck bezüglich des Verhaltens seiner Frau und seiner eigenen spontanen Schutzreaktionen nun gehoben und eine erste Stellungnahme vollzogen worden. Auf der Ausdrucksebene fand sich aber ein Zwiespalt. Schien es ihm doch so, daß er in dieser Situation nicht anders hätte handeln können. Psychisch fühlte er sich zu diesem Vorgehen gedrängt und er hatte das Gefühl, ihm nicht auskommen zu können. Dazu kam, daß er kein anderes Verhalten für ähnliche Situationen von zu Hause her kannte. Trotz Ablehnung des Verhaltens des Vaters war ihm keine andere Strategie im Umgang mit ähnlichen Situationen bekannt. Daneben war nun im Gespräch auch das Begleit-Gefühl stärker geworden, daß er sich nicht unbedingt so verhalten mußte. Er hätte sich durchaus auch anders verhalten können. (Was er schon längst gespürt und worunter er gelitten hatte, war nun bewußt, somit reflektierbar und kommunizierbar geworden.) Gerade darauf beruht ja der Vorwurf, den er sich heute macht, daß er es selbst nicht anders habe wollen, daß er dieses Verhalten gebraucht habe und es einsetzen wollte, um seine Würde zu bewahren. "Ich war auch selbst einverstanden mit dem, was ich tat, obwohl ich es heute als Fehler ansehe. Ich hätte damals sensibler reagieren sollen, hätte mehr sprechen sollen, sage ich mir jetzt." Diesen Anteil freien Verhaltens nicht verantwortungsvoll genützt zu haben, macht er sich nun zum Vorwurf.

Das tiefere Verstehen

Einer Psychotherapie aber stellt sich die Frage, warum er seine Freiheit nicht genützt hat? Ihr geht es darum, das tatsächliche Verhalten zu verstehen und nicht bei Selbstvorwürfen und Schuldgefühlen stehen zu bleiben. Nach diesem ersten, mehr explorierenden Durchgang der leidvollen Beziehungssituation anhand der Personalen Existenzanalyse geht es im nächsten Abschnitt um die Durcharbeitung der Situation, wofür ebenfalls die Schritte der Personalen Existenzanalyse herangezogen werden. Durch die Exploration haben wir ein volles Bild der Psychodynamik und ein erstes Verständnis der existentiellen Dynamik erhalten, in der sich personale Freiräume auftun. Wir verlassen nun diese erste Schicht des Erlebens, die von den Schutz- und Überlebensreaktionen geprägt ist, und stoßen in die nächste Schicht vor, in der es um ihn als Person geht, die in der personalen Tiefe

freigelegt werden soll.

Was war die personale Situation, in der er sich befindet und seit Jahren befunden hatte? Was bewegte und berührte ihn so sehr? Sein Blick war durch die Schmerzen getrübt und nur nach außen gerichtet. Er war förmlich an seiner Frau und an ihrem Verhalten festgekrallt. Was ihn selbst betroffen hatte, war ob seiner Selbstverständlichkeit fast wie vergessen. Der ihn begleitende Therapeut half ihm bei der Beantwortung dieser Fragen: "Bei allem, was Sie bisher sagten, bekam ich immer wieder den Eindruck, daß Sie ihre Frau noch immer sehr lieben. Auch jetzt schützen Sie sie, auch jetzt möchten Sie sich eigentlich nicht von ihr trennen, auch jetzt ist Ihr Leiden darauf zurückzuführen." Diese Worte lösten in ihm ein tiefes Weinen aus. Sie hatten ihn in seinem Herzen berührt, und er fühlte sich darin zutiefst verstanden. Ausgehend von dieser Basis des Verstandenseins gingen wir noch einmal zurück zum Schritt des Eindrucks in der Personalen Existenzanalyse (PEA1) und fragten nach dem *phänomenalen Gehalt*, der im Verhalten seiner Frau zum Ausdruck kam. Es bedurfte einiger Zeit und der Mithilfe des Therapeuten, bis er sehen konnte, was die Frau ihm durch ihr Verhalten schon längst zu verstehen gegeben hatte: nämlich, daß sie ihn anscheinend nicht mehr wirklich liebte. Und nun wurde ihm deutlich, daß er das schon seit Jahren gefühlt hatte, daß er eine gefühlsmäßige Wahrnehmung dieses Sachverhaltes hatte. Daß es das war, was ihn gekränkt, beleidigt und verletzt hatte. Er verstand, daß er sich gegen diesen Schmerz gewehrt hatte, sich zurückgezogen und geschützt hatte. Es wurde deutlich, daß er diese Wahrheit bereits gefühlt, aber nicht verstanden hatte, nicht verstehen wollte, nicht verstehen konnte - und daß er deswegen nicht wirklich handeln konnte, sondern nur psychodynamisch reagieren konnte. Und als Person mußte er der psychodynamischen Reaktion Recht geben, weil er spürte, daß sie in seinem Sinn war und konkordant zu seinem Gefühl ablief: denn er hatte das Gefühl, daß seine Frau schuld an seinem Unglück war und er im Recht sei und daß sein Stolz dieses Unrecht nicht zulassen konnte und er sich daher zu schützen und immer zu kämpfen hatte.

An dieser Stelle löste sich der Selbstvorwurf und die Selbstbeschuldigung auf, und an ihre Stelle trat ein tiefer Schmerz. Wo einst das Phänomen des "Jalousien dicht Machens" war, fielen ihm jetzt gleichsam die Schuppen von den Augen. Der lange zurückgehaltene Schmerz und die verdrängte Wahrheit brachen über ihn herein. Was er erlebte, war schmerzlich, aber zugleich wohltuend, weil sich ein tiefes Verstandensein darin fand. In der Stellungnahme (PEA2) zu dem Empfundenen fühlte er, daß er sich selbst zurückgewonnen hatte, weil er sich selber nun verstehen konnte.

Nach dem Zurückgewinnen der eigenen Person und des Verstehens dessen, was er gefühlsmäßig schon längst wahrgenommen hatte, ging es um die letzte Frage, die nun noch offen war: Wie kam es, daß er eine solche zentrale Wahrnehmung verdrängt hatte? Warum konnte er nicht

gelten lassen, was er längst spürte? Dies führt in die tiefste Schicht, in die Schicht der Existenzialität.

Wir wissen nicht, ob er das, was die Wahrheit war, nicht wahrhaben wollte oder ob er es nicht wahrhaben konnte. Ob er es verdrängen wollte oder verdrängen mußte. Möglicherweise fallen solche Differenzierungen in diesen tiefen Schichten, wo es um die Grundmotivationen geht, in eins zusammen.

Der Therapeut fragte das, was er als sein tiefstes Problem ansah, direkt an: "Wie wäre es für Sie gewesen, wenn Sie gewußt und realisiert hätten, daß Ihre Frau Sie vielleicht nie wirklich oder zumindest schon lange nicht mehr geliebt hat? Vielleicht nie hat lieben können in der Art, wie Sie ihre Frau bis heute lieben?" - Seine Antwort kam prompt: "Es wäre die Hölle gewesen. Es wäre nicht zum Aushalten gewesen. - Es wäre kein Leben mehr gewesen. - Es war eigentlich auch kein Leben mehr. Es war auch damals schon zeitweise wie die Hölle. Nur war sie dann wieder so lieb, daß ich mir wieder Hoffnung machte. Das hat mich schließlich ganz verwirrt. Aber dann war es wieder die reine Hölle."

Das Problem, das sein Leben über Jahre beeinflusst und blockiert hatte, bestand im tiefsten also darin, daß er sich der Wahrheit nicht gewachsen gefühlt hatte. Er konnte nicht wahrhaben, was er empfand, weil er das Empfundene nicht in die Existenz hätte bringen können, weil er eben nicht mehr gewußt hätte, wie er mit dieser Wahrheit hätte leben können. Die Grundbedingungen der Existenz standen in Frage, insbesondere die zweite Grundbedingung der Existenz, nämlich die Beziehung zum Leben. Die Tatsache, seine Frau zu verlieren und dabei auch noch zu erfahren, daß sie ihn seit längerem, ja vielleicht überhaupt nie wirklich geliebt hatte, hätte eine solche Erschütterung für ihn bedeutet, daß es für ihn fraglich gewesen wäre, ob er dann überhaupt noch hätte leben mögen. Er stand in Gefahr, daß ihm diese Säule der Existenz (2.GM) wegbriecht, und an ihre Stelle das Gefühl träte, daß es unter diesen Bedingungen nicht mehr gut wäre, da zu sein; daß das Gefühl ihn beherrschte: "Das ist kein Leben mehr."

An dieser tiefsten Stelle der Aufarbeitung ging es um die zweite Grundmotivation. Im Verhalten zu seiner Frau reagierte er vorwiegend mit Elementen der dritten Grundmotivation: Kränkung, auf Distanz gehen, Stolz, Verletztheit. Es könnte sein (und dies wäre ganz allgemein noch zu erforschen), daß die Partner darum ihr Problem nicht lösen konnten, weil er nicht auf der Ebene seiner bedrohten Existenzialität (2.GM) reagiert und gehandelt hatte, sondern auf einer anderen Ebene (3.GM), die seinem Persönlichkeitstypus und auch jenem seiner Frau mehr entsprochen hatte, aber in der aktuellen Situation vorbeiging.

Existenzanalytisch ging es nun darum, daß er an seiner Stellungnahme zum Lebenswert und zu seiner Biographie (also dem tatsächlich gelebten und projektierten Leben) arbeitete. Ein Element darin ist die Bearbeitung der Vaterbeziehung. Seine Lieblosigkeit (2.GM) und Unfähigkeit zur Begegnung (3.GM) hinterließ ein starkes Bedürf-

nis, das sich (unbewältigt) zu einem starren Copingmuster (Aggression und Abschottung) verfestigt hatte. Da das Gefühl für zwei existentielle Grundbedingungen unerfüllt geblieben war, führte dies zu einer mit der Psychodynamik gepaarten verstärkten Motivation in der 2. und 3. GM und daher zu einem heftigen Einsatz der Copingreaktionen, als diese GM neuerlich bedroht waren. Wenn er erst einmal festen Grund unter den Füßen hat und im Gefühl lebt, daß dieses Leben auch einen Wert für ihn hat, der über die Beziehung zu seiner Frau hinausgeht und daß er selbst in seiner Not (z.B. vom Therapeuten) gesehen wird, dann kann er sich den nötigen Schritten gewachsen fühlen. Um dies zu erreichen, mußte er noch viel trauern und weinen, um sich darin vom Fluß des Lebens wieder berühren zu lassen.

Literatur

- Blankenburg W. (1989) Lebensgeschichte und Krankengeschichte. Zur Bedeutung der Biographie für die Psychiatrie. In: Blankenburg W. (Hrsg.): Biographie und Krankheit. Stuttgart: Thieme, 1-10.
- Frankl V. (1959) Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie. In: Frankl V., v. Gebattel V., Schulz J.H. (Hrsg.): Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie. München: Urban & Schwarzenberg, 663-736.
- Frankl V. (1975) Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber.
- Frankl V. (1982) Ärztliche Seelsorge. Wien: Deuticke.
- Frankl V. (1982b) Theorie und Therapie der Neurosen. München: Reinhardt UTB.
- Frankl V. (1988) Der Unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion. München: Kösel, 7°.
- Heidegger M. (1979) Sein und Zeit. Tübingen: Niemeyer, 15°
- Klages L. (1929) Der Geist als Widersacher der Seele. 4 Bände 1929-1931. Leipzig.
- Längle A. (1992) Der Krankheitsbegriff in der Existenzanalyse und Logotherapie. In: Pritz A., Petzold H. (Hrsg.): Der Krankheitsbegriff in der modernen Psychotherapie. Paderborn: Jungfermann, 335-370.
- Längle A. (1993) Wertberührung. In: Längle A. (Hrsg.): Wertbegegnung. Phänomene und methodische Zugänge. Wien: GLE, 22-59.
- Längle A. (1993) Glossar zu den Emotionsbegriffen. ebd. 161-173.
- Längle A. (1997a) Das Ja zum Leben finden. In: Längle A., Probst Ch. (Hrsg.): Süchtig sein. Wien: Facultas-Universitäts-Verlag 13-32.
- Längle A. (1997b) Modell einer existenzanalytischen Gruppentherapie für die Suchtbehandlung. In: Längle A., Probst Ch. (Hrsg.): Süchtig sein. Wien: Facultas-Universitäts-Verlag, 149-169.
- Wicki B. (1991) Die Existenzanalyse von Viktor Frankl als Beitrag zu einer anthropologisch fundierten Pädagogik. Bern: Haupt.

Anschrift des Verfassers:

*Dr.med.Dr.phil. Alfried Längle
Eduard Sueßgasse 10
1150 Wien*

Bedingungen psychotherapeutischer Wirksamkeit aus daseinsanalytischer Sicht

Ein Beitrag zur Grundsatzdiskussion in der Wirksamkeitsforschung

Gion Condrau

In diesem Vortrag, der im Rahmen des 1. Weltkongresses für Psychotherapie im Juli 1996 in Wien gehalten wurde, geht der Autor auf die Problematik der aktuellen Effizienzforschungsdiskussion ein. Aus dem Hintergrund der Daseinsanalyse geht es zunächst um ein Selbstverständnis der Psychotherapie und eine Explikation ihrer Voraussetzungen im daseinsmäßigen Mit-Sein im Horizont von Sprache, Gestimmtheit und Zeit.

In der Gegenüberstellung von Heil-kunde und Heil-kunst geht es um die Abgrenzung der Psychotherapie von einem einseitigen Wissenschaftsverständnis im Sinn der Naturwissenschaft und im weiteren um einen Ausblick in eine phänomenologische Wissenschaftlichkeit.

Anläßlich eines Festvortrages in seiner Heimatstadt Messkirch 1955, der später (1959) unter dem Titel *Gelassenheit* veröffentlicht wurde, beschrieb Martin Heidegger zwei Arten von Denken, die zwar beide auf ihre Weise berechtigt und nötig seien, jedoch in unterschiedlichem Maße dem Wesen des Daseins gerecht würden: das rechnende Denken und das besinnliche Nachdenken. Wenn heute und hier, an der Wiege der Psychoanalyse und im Rahmen des ersten Weltkongresses für Psychotherapie das Wort "Gelassenheit" am Beginn meiner Ausführungen steht, dann hat dies eine Bedeutung, welche der Psychotherapie zukommt und gleichzeitig dem Zeitgeist widerspricht. Psychotherapie ohne Gelassenheit ist an sich sinnwidrig, andererseits scheint der Zeitgeist uns geradezu imperativ dazu aufzufordern, die Psychotherapie zielstrebigter als bisher zu betreiben und unter das Diktat des rechnenden Denkens zu stellen. Dies gilt nun im Besonderen dann, wenn Psychotherapie unter dem Gesichtswinkel der Wirksamkeitsforschung betrachtet wird. "Wirksamkeit" oder "Effizienz" verweisen auf ein Kausalitätsverhältnis, von dem man allerdings nicht so

genau weiß, was es im spezifisch menschlichen Bereich zu suchen hat.

Psychotherapie ist "Fürsorge"

Kann man aber von der Psychotherapie sprechen, ohne sie in den spezifisch menschlichen Bereich anzusiedeln? Ludwig Binswanger (1961, p.133) jedenfalls hat "Psychotherapie" schon früh als einen psychiatrischen Kunstausdruck bezeichnet, der seine Prägung und seinen Sinn einer von ganz bestimmten psychiatrisch-klinischen Wissens- und Leistungszielen erfolgten begrifflichen Auslese aus einer bestimmten Seinssphäre verdankt. Es handle sich dabei um die Sphäre des mitmenschlichen und mitweltlichen Seins, denn in jeder Form von Psychotherapie stehen sich zwei Menschen gegenüber, sind zwei Menschen in irgendeiner Weise "aufeinander angewiesen", setzen sich zwei Menschen irgendwie "miteinander auseinander". Im Ausdruck "Psychotherapie" werde dieses zwischen- oder mitmenschliche Verhältnis vereinfacht oder reduziert, indem an die Stelle des einen Partners, des Kranken, lediglich ein wissenschaftliches Abstraktum, die "Psyche" trete, während der andere Partner, der Therapeut, hinter seiner mitmenschlichen Funktion, der Therapie, verschwinde. Die Auseinandersetzung zwischen Therapeut und Krankem komme im Terminus "Psychotherapie" überhaupt nicht als ein mitmenschliches Verhältnis, sondern als Dienst an einer Sache zum Ausdruck, denn "Psyche" im medizinisch-psychiatrischen Sinne bedeute keineswegs den Mitmenschen als Person, sondern lediglich als ein "beseeltes" Objekt, einen beseelten Organismus, eine seelische Funktionseinheit. "Therapeia" hingegen meine Wartung, Pflege, Besorgung, Behandlung, "wie man sie auch einem anderen Organismus, einem Tier oder einer Pflanze angedeihen lassen kann."

Betrachten wir jedoch die Psychotherapie als eine personale Beziehung auf dem Hintergrund des ontologisch erwiesenen Mit-Seins des Daseins, so sehen wir unmittelbar, daß die einem hilfesuchenden Mitmenschen angedeihte Sorge sich nicht im "Besorgen" erschöpft, wie wir es einem nicht daseinsmäßig Seienden im täglichen

Umgang mit den Dingen dieser Welt, selbst auch Tieren und Pflanzen zukommen lassen. Daseinsmäßig Seiendes fordert eine andere Art der Sorge, bekannt als Fürsorge.

Die spezifischen Voraussetzungen für Psychotherapie

Psychotherapie ist also Fürsorge und steht somit in ganz besonderer Weise im Dienste mitmenschlichen Seins. Zweifellos ist damit aber das Spezifische psychotherapeutischer Beziehung noch nicht angesprochen, gibt es doch auch eine mitmenschliche Fürsorge, die ganz anderer Art ist. So werden wir beispielsweise die Speisung Hungeriger nicht als Psychotherapie deklarieren, auch nicht die ärztliche Behandlung somatisch Kranker oder die Sozialhilfe für Notleidende. Selbst die von Heidegger in "Sein und Zeit" unterscheidbare "vorspringende" und "einspringende" Fürsorge beantwortet unsere Frage nicht, gilt diese Unterscheidung doch auch für andere Formen mitmenschlicher Fürsorge. Sie ist zwar für die Psychotherapie von besonderer Bedeutung, spielt aber auch in anderen Bereichen eine wesentliche Rolle. So hat denn schon Binswanger (1961, p.134) deutlich gemacht, daß Psychotherapie zwar wirkt, "weil sie einen bestimmten Ausschnitt darstellt aus den überall und jederzeit ausgeübten Wirkungen von Mensch auf Mensch", gründend im *Miteinander- und Füreinander-Sein*, "wie es dem echten Freundschafts-, Liebes- und Autoritäts- oder Vertrauensverhältnis zugrunde liegt", andererseits aber auch in der erworbenen Kunst und dem Wissen des Therapeuten. Psychotherapie wirkt als "Strategie", als ein Gesamt aus einzelnen taktischen Entscheidungen und Methoden. Dies führt uns zur Frage, wie denn eigentlich psychotherapeutische Wirksamkeit entsteht.

Psychotherapie beruht auf Sprache und Gestimmtheit sowie auf der erklärtermaßen in ihrem Wesen kaum erfaßten Zeit. Eine Fragestellung hinsichtlich ihrer Wirksamkeit ohne vorgängige Abklärung ihrer Voraussetzungen, nämlich des daseinsmäßigen Mit-Seins im Horizont der Sprache, der Stimmung und der Zeit dürfte das Ziel nicht erreichen. Vielleicht steht das besinnliche Denken dem Wesen der Psychotherapie näher als das rechnende. Psychotherapieforschung könnte vermutlich mehr als bisher von der Chaosforschung profitieren, erfolgt doch die Wirkung nur selten linear.

Sprache

Versuchen wir zunächst auf andere Weise dem Phänomen "Psychotherapie" näher zu kommen, so bietet sich uns zunächst die Sprache an. Psychotherapie ereignet sich in der Sprache. Diese aber ist nicht lediglich an die Verlautbarung gebunden, sondern geht ihrem Inhalt und Sinn nach

weit darüber hinaus. Sprechen heißt reden, heißt aber auch hören und schweigen. Im verlautbarten Sprechen ist also Hören und Schweigen inbegriffen, oder wollte jemand bezweifeln, daß es auch ein "beredtes" Schweigen gibt? Darüber hinaus sagen wir vom Menschen, daß er immer spricht, sowohl im Wachen wie im Traum, oft ohne ein Wort verlauten zu lassen, beim Hören und Lesen, bei der Arbeit oder beim Nichtstun. Psychotherapie ist also Gespräch, aber doch kein gewöhnliches, kein konventionelles, ja nicht einmal ein rationales. Im psychotherapeutischen Gespräch begegnet der Mensch sich selbst, erfährt er sich so wie er ist und nicht so, wie er erscheinen möchte. In der Sprache liegt die Vergegenwärtigung der "Vergangenheit", des Gewesenen, das eben nicht "vergangen", sondern immer noch anwesend ist. Der Kranke spricht zum Therapeuten, aber auch zu sich selbst. Er holt aus seiner Biographie alle Leiden, Enttäuschungen, Entbehrungen, Mißhandlungen hervor, um sie wieder zu erleben, um sich in eine Situation zu versetzen, die er seinerzeit nur ungenügend gemeistert hat oder überhaupt nicht zu bewältigen vermochte. Er läßt den Therapeuten an seinem Schicksal teilnehmen, er teilt mit ihm seine vielleicht nur zaghaft vorgebrachten geheimen Wünsche und Hoffnungen, macht ihn zum Mitverschwörer seiner Rachsucht und seines Hasses. Dies jedenfalls ist die klassische Situation einer Psychotherapie, wie sie dem Begründer der Psychoanalyse vorschwebte, als er die Forderung aufstellte, "wo 'ES' war, soll 'ICH' werden".

Inzwischen ist beinahe ein Jahrhundert vergangen, die Psychoanalyse hat sich erhalten, sie hat konkurrierende Nachahmer gefunden und sich außerhalb tiefenpsychologischen Gedankenguts in viele Facetten zersplittert. Die Geographie der psychotherapeutischen Landschaft ist ungeheuer vielfältig und viefarbig geworden, niemand kennt sich vollständig darin aus, das Angebot an Praktiken, Techniken, Methoden und Vorschlägen ist unübersehbar geworden. Ausnahmslos alle aber berufen sich darauf, daß sie "wirksam" seien und den Menschen aus der Enge neurotischen Leidens zu befreien vermögen. Dies bedeutet nun aber keineswegs, daß eine paradisiische Übereinkunft darüber besteht, was eigentlich wirksam ist und wie überhaupt die Wirksamkeit "erforscht" werden kann, um dem wissenschaftlichen Anspruch der Neuzeit zu genügen.

Zeit

Zunächst ist neben der Sprache das Zeitproblem anzusprechen. Daß Psychotherapie sich in der Zeit ereignet, daß sie Zeit braucht, dürfte wohl niemand bestreiten. Die Frage ist aber, *wieviel* Zeit und allenfalls *welche* Zeit dafür aufzuwenden ist, denn dies ist einer der häufigsten Streitpunkte in der Wirksamkeitsforschung. Menschliches Sein ist an die Zeit gebunden. Gemeint ist damit aber nicht lediglich die von der Uhr ablesbare Zeit, sondern die Zeit

wie sie sich als gewesene, gegenwärtige und zukünftige darbietet. Eine Zeit an und für sich gibt es nicht, es gibt immer nur die "Zeit-für-etwas" und immer nur in bezug auf den Menschen. Es gibt keine Möglichkeit von Zeit zu sprechen, ohne vom Dasein zu reden. Gewiß sind wir heute noch nicht weiter als der Kirchenvater Augustinus, der in seinen "Confessiones" bekannte, er könne, wenn befragt, keine Antwort über das Wesen der Zeit geben. Aber immerhin stellte er fest, es gäbe keine vergangene Zeit, wenn nichts vorüberginge, keine zukünftige Zeit, wenn nichts anrückte und keine gegenwärtige Zeit, wenn nichts vorhanden wäre.

Heidegger spricht von den "Dimensionen der Zeit" (1987, p.61), die jedoch nicht linear aufeinanderfolgen, sondern gleichzeitig sind. Damit ist also die Zeit angesprochen, die wir in der Psychotherapie erfahren und mit der sich Patienten wie Therapeuten auseinandersetzen haben. Nun hat die Zeit aber noch Qualitäten, die für unsere Belange von größter Wichtigkeit sind. Heidegger nennt ihrer vier: Die Deutbarkeit, die Datierbarkeit, die Gespanntheit und die Öffentlichkeit.

Die Deutbarkeit ist im Wesen des Zeit-habens-für-etwas gegeben. Die Deutbarkeit der Zeit verweist somit auf ein *Wofür*, das sich eigentlich nicht messen läßt. In der Psychotherapie geht es aber ausgerechnet um eine Auseinandersetzung, für die Zeit - oft eben lange Zeit - gebraucht wird. Diese Zeit haben *für* ist aber nicht intentional gemeint im Sinne eines Gerichtetseins, sondern in umfassendem Sinne als immer vorhandenes und das Wesen der Zeit bestimmendes Phänomen. Aus diesem Grunde darf daraus auch nicht die Forderung abgeleitet werden, daß Patienten und Psychotherapeuten sich zeitlich auf etwas beschränken sollten, beispielsweise auf ein Symptom oder eine Verhaltensweise.

Die Datierbarkeit bezieht sich auf die Einheit von Gewärtigen und Behalten (dann, damals, später, einmal), sie ist aber nicht bloß im Sinne des Kalenderdatums gemeint, sondern immer auch in bezug auf ein Geschehen - "damals, als etwas geschah", "dann, wann etwas sein wird". Diese Datierbarkeit kann unbestimmt sein, gehört aber wesensmäßig zur Zeit. Im Unterschied zur Uhr-Zeit ist die Zeit, die wir *für* etwas und *in-der-Zeit* haben, nicht lediglich als eine Abfolge von Jetzt-Punkten zu verstehen, obwohl wir auch gelegentlich vom "günstigen" oder "ungünstigen" Zeitpunkt sprechen. Das "Jetzt" ist nämlich nie punktuell zu verstehen, sondern besitzt immer schon eine zeitliche Weite, so wenn wir sagen, "heute morgen" oder "in diesem Sommer". Jedenfalls läßt sich vermuten, sagt Heidegger in einem Zollikoner Seminar (1987, p.55), "daß sich zum Beispiel der gestörte Zeitbezug der psychisch kranken Menschen nur von dem ursprünglich, natürlich vernommenen, stets deusamen und datierten Zeitverhältnis des Menschen her verstehen lassen wird, nicht aber im Hinblick auf die gerechnete Zeit, die aus der Vorstellung von Zeit als Abfolge an sich leerer, 'charakterloser' Jetzt stammt". Die Spannweite verweist also auf Dauer und die Öffentlichkeit der Zeit auf

das Miteinander (z.B. des Vortragenden und der Hörer).

Für die Psychotherapie gilt es demnach sowohl die Deutbarkeit (wozu, wofür), die Datierbarkeit (wann), die Spannweite (Dauer) und die Öffentlichkeit (Miteinander) zu berücksichtigen, wenn von Wirksamkeit im Zusammenhang mit der Zeit gesprochen wird. Am deutlichsten kommen diese vier Qualitäten der Zeit in der Redewendung zum Ausdruck: "Ich habe keine Zeit". Übertragen auf die heutige Psychotherapiediskussion, in der Zeit Geld bedeutet, heißt dies unmißverständlich, ich habe kein Geld für diese Zeit. Alles andere ist Schaumschlägerei.

Gestimmtheit

Als drittes Element psychotherapeutischen Tuns ist neben der Sprache und der Zeit die Gestimmtheit zu beachten, in der sich das Geschehen ereignet. Neurotisches, psychosomatisches oder psychotisches Kranksein wird immer und ohne Abstriche zunächst durch die Gestimmtheit manifestiert, die den Patienten beherrscht; sie kennzeichnet aber auch die psychotherapeutische Beziehung. In Heideggers "Sein und Zeit" ist von der Befindlichkeit die Rede. Sie ist die das Dasein bestimmende Gestimmtheit seines jeweiligen Bezugs zur Welt, zum Mitdasein der Mitmenschen und zu sich selbst. Diese Befindlichkeit fundiert das jeweilige Wohl- oder Mißbefinden, ist aber wiederum seinerseits begründet in der Ausgesetztheit des Menschen an das Seiende im Ganzen (Heidegger, 1987, p.182). Die Befindlichkeit als ein Grundzug des Daseins ist der Boden, auf dem das beruht, was wir Gefühle, Emotionen, u.a. Ängste, Phobien und Niedergeschlagenheit bis hin zu Depressionen, Zwängen und Beziehungsstörungen kennen - alles Phänomene, die wir als Therapeuten nur allzu gut kennen. Damit haben wir es also zu tun - und dafür müssen wir den Beweis erbringen, daß unsere Hilfe auch effektiv, also wirksam ist. Können wir aber diesem Anspruch genügen?

Die Unmöglichkeit linearer Beweisführung

Eine primäre Antwort würde zweifellos negativ ausfallen. Da weder Schmerz, noch Ängste oder Schuldgefühle, ja alles, was als "psychisch" qualifiziert wird, sich der zumindest linearen Berechenbarkeit entzieht, müßten wir mit aller Deutlichkeit eine auf dieser aufbauenden Wirksamkeitsforschung den Rücken kehren. Dazu kommt, daß durch den Leistungserweis eine doppelte Buchführung nötig wird. Von unseren Patienten fordern wir, daß sie sich zunächst positiv zu ihrer Krankheit einstellen, ist doch jede Neurose sowohl durch das Leiden selbst als auch durch die Versuche, dieses abzuwehren bestimmt. Dazu kommen die verschiedenen Möglichkeiten eines (zumin-

dest sekundären) Krankheitsgewinns - worauf hier nicht im Einzelnen eingegangen werden soll. Jedenfalls verflechten sich so viele Elemente bis zum Heilungsprozeß, daß man wohl eher von einem Chaos sprechen kann. Physik und Philosophie haben sich, in Abkehr von der Newtonschen Theorie der physikalischen Gesetzmäßigkeit, schon längst der Chaosforschung zugewandt, die von Jules Henri Poincaré (1854-1912), einem Mathematiker und Wegbereiter der Einsteinschen Relativitätstheorie inauguriert wurde. Für unser Gebiet dürfte von Gültigkeit sein, daß geringfügige Veränderungen der Ausgangsvariablen zu unvorhersagbaren Ereignissen führen. Aus diesem Grunde ist an sich bereits die "Wissenschaftlichkeit" der ganzen psychotherapeutischen Wirksamkeitsforschung in Frage gestellt.

Heil-kunde oder Heil-kunst?

Eine Tagung der Internationalen Vereinigung für Daseinsanalyse war 1991 der Frage gewidmet, ob Psychotherapie Heilkunst oder Heilslehre sei (Condrau, 1992). Helmut Holzhey (1992) siedelte in seinem Vortrag die Heilkunst zwischen "Erfahrung und Wissenschaft", Helmut Vetter (1992, 176) zwischen naturwissenschaftlicher Forschung und Heilkunde "als zwischen einem vom Ansatz her vollständig depersonalisierten Wissen und einem philosophisch zu fundierenden Wissen vom Menschen" an. Wenn aber die Psychotherapie eher der Heilkunst als der Heilkunde zuzurechnen ist, dann wird es wirklich fragwürdig, an ihr "Werk" metrische Maßstäbe zu legen. Oder wollte jemand wirklich Michelangelos "Moses", Rodins "Denker" oder Picassos "Guernica" rechnerisch qualitativ prüfen? Wenn aber die Psychotherapie sich dem Begriff Heilkunde unterzieht und damit ihren Anspruch auf Wissenschaftlichkeit dokumentiert, dann wird sie sich unweigerlich auch deren rechnerischer Qualitätsprüfung unterziehen müssen. In diesem Dilemma befindet sich heute die Psychotherapie und mit ihr auch, bis zu einem gewissen Grade, die Daseinsanalyse. Daß dies nicht so abwegig ist, wie es aus unserer Sicht etwa scheint, liegt im Wesen des psychotherapeutischen Weges begründet, den Patient wie Therapeut gemeinsam zu gehen haben. Psychotherapeuten sind eben doch keine "Künstler", die ein "Werk" schaffen. Ihr "Können" besteht nur darin, sich den im Patienten noch befindlichen Ressourcen zur Verfügung zu stellen, um diese ihm wieder fruchtbar werden zu lassen. Kein Psychotherapeut kann etwas erreichen, das nicht als Möglichkeit im Patienten schon vorhanden ist. Mit anderen Worten: das *Vorhandene* soll in *Zuhandenes* verwandelt, *Verborgenes* *entborgen* werden. Maßgebend für die Wirksamkeitsforschung ist also die alte (aus der Theologie bekannte) Unterscheidung was *ex opere operato* (aufgrund der erfolgten Handlung) und was *ex opere operantis* (aufgrund des die Handlung Vollziehenden) geschieht.

Der neuzeitliche Mensch versteht "Wirken" nur im leistungsorientierten Sinne. In der Psychotherapie lernt er möglicherweise, daß es neben der *vita activa* auch eine *vita contemplativa* gibt. "Contemplatio" heißt "Betrachtung", und möglicherweise liegt gerade in dieser Betrachtung des Anwesenden das Geheimnis des therapeutischen Erfolgs. Eine "Betrachtung" dessen, was sich *als solches* und nicht als Fremdbestimmtes zeigt, kann das Gesichtsfeld unserer Patienten erweitern. Besitzt doch für die Daseinsanalyse immer noch das Goethe-Wort in den "Xenien" aus dem Nachlaß Priorität:

*"Was ist das Schwerste von allem?
Was dir das Leichteste dünket.
Mit den Augen sehen,
was vor den Augen dir liegt."*

Die andere - phänomenologische - Wissenschaftlichkeit

Der Daseinsanalyse wird unter anderem vorgeworfen, sie sei wissenschafts-, gegenstands- und begriffsfeindlich. Auch zu dieser Frage hat Heidegger (1987, p.160) deziidiert Stellung bezogen. Er wehrt sich nicht gegen die Wissenschaft als Wissenschaft, wohl aber "gegen die Verabsolutierung der Naturwissenschaft". Wissenschaftsfeindlichkeit, Gegenstandsfeindlichkeit und Begriffsfeindlichkeit sind absurd, wenn als Vorwurf an die Adresse der Daseinsanalytiker gebraucht. Sie wehren sich jedoch gegen den naturwissenschaftlichen Anspruch, aufgrund der Meß- und Wägbarekeit der Dinge und deren Berechenbarkeit als einzige Wissenschaft legitimiert zu sein, als "exakt" zu gelten. Statistik und Experiment mögen ein Zugang zu psychotherapeutischer Prozeßerörterung sein, sie sind jedoch keineswegs als gesicherte Erkenntnisse zu werten. Vor allem können sie niemals das phänomenologische Sehen und Verstehen ersetzen, das die Psychotherapeuten in ihrer täglichen Praxis vom Sinn ihres Tuns überzeugt.

Bei all den Einwänden, welche die traditionelle Wirksamkeitsforschung in der Psychotherapie von seiten der Daseinsanalytiker erfährt, besteht kein Grund, sich den auch durch diese gewonnenen Erkenntnissen in der Praxis zu entziehen. Nicht von ungefähr hat deshalb das Daseinsanalytische Institut für Psychotherapie und Psychosomatik in Zürich (auf die verdienstvolle Initiative einer Dozentin, Valerie Gamper) eine Untersuchung in Auftrag gegeben, die anhand von Kandidaten öffentlich zur Diskussion gestellten Fallbeschreibungen die Wirksamkeit der phänomenologisch-daseinsanalytischen Therapien untersuchen soll. Bruno Weber, der Verfasser der Studie ("Über die Wirksamkeit der daseinsanalytischen Therapie bei psychosomatischen Störungen", 1994) kommt nach dem Studium von insgesamt 21 Falldarstellungen mit vorwiegend psychosomatischen Störungen, deren Therapiedauer zwischen minimal 60 und ma-

ximal 300 Sitzungen betrug, zum Ergebnis, daß sich

1. die daseinseinsanalytische Psychotherapie bei einer Vielzahl von Patienten mit uni- und multifaktoriellen Störungen sinnvoll anwenden läßt und als Gesamtergebnis hochsignifikante Unterschiede zwischen Therapiebeginn und Falldarstellung aufweist, und daß
2. diese hochsignifikanten Ergebnisse die vorläufige Aussage zulassen, daß diese Therapieform bei psychosomatischen Störungen als erfolgversprechend zu bezeichnen ist.

Die vorliegenden Ergebnisse weisen zudem daraufhin, daß die daseinsanalytische Psychotherapie als Ganzes mehr erreicht als eine bloße Symptombekämpfung, daß sie in der Mehrzahl der Fälle das erreicht, was sie zu erreichen wünscht: ein vermehrtes Offenständigsein (sprich: Freisein) dem Begegnenden gegenüber, was in der Folge zu einem Abklingen der Symptome führt. Offenständigkeit und Freiheit sind Grundworte der Daseinsanalyse. So soll ein Zitat Heideggers aus einem Zollikoner Seminar (1987, 202) diese Ausführungen beenden: "Der Mensch ist wesensmäßig hilfsbedürftig, weil er immer in der Gefahr ist, sich zu verlieren, mit sich nicht fertig zu werden. Diese Gefahr hängt mit der Freiheit des Menschen zusammen. Die ganze Frage des Krankseinkönnens hängt mit der Unvollkommenheit seines Wesens zusammen. Jede Krankheit ist ein Verlust an Freiheit, eine Einschränkung der Lebensmöglichkeit".

Nur insofern die Psychotherapieforscher daran denken, daß Psychotherapie nicht lediglich Symptombekämpfung sein sollte - das kann die pharmakologische Medizin weit besser - dürfte sie sich als das bezeichnen, was sie im Grunde ist und sein will: Seelenbehandlung. Die Therapeuten mögen als Wegweiser, Berater, Deuter,

vielleicht lediglich als Begleiter aber die Maxime bedenken, daß eine "einspringend-beherrschende" Fürsorge in der Psychotherapie weniger gefragt ist als eine "voraus-springende-befreiende".

Literatur

- Augustinus (1960) Confessiones. München: Kösel
- Binswanger L. (1961) Über Psychotherapie. In: Ausgewählte Vorträge und Aufsätze, 2. Aufl.. Bern: Francke, 132-158
- Condrau, G. (1990) Heilfaktoren in der daseinsanalytischen Psychotherapie. In: Lang, H. (Hrsg.): Wirkfaktoren in der Psychotherapie. Berlin: Springer, 150-155
- Condrau G. (1992) Psychotherapie - Heilkunst oder Heilslehre? Basel: Karger
- Condrau G. (1994) Psychotherapie auf dem Prüfstand. Ärztezeitung 76, Schweiz (1345-1363)
- Condrau G. (1996) Wirksamkeitsforschung in der Daseinsanalyse? Daseinsanalyse 13. Basel: Karger, 223-268
- Heidegger M. (1957) Sein und Zeit. 8. Aufl. Niemeyer, Tübingen
- Heidegger M. (1957) Gelassenheit. Pfullingen: Heske
- Heidegger M. (1987) Zollikoner Seminare (Hrsg. M. Boss). Frankfurt/M.: Klostermann
- Holzhey H. (1992) Heilkunst zwischen Erfahrung und Wissenschaft. In: Condrau G. (Hrsg.) Psychotherapie - Heilkunst oder Heilslehre? Basel: Karger, 12-19
- Vetter H. (1992) Medizin als Heil-Kunst. Versuch einer Charakterisierung am Beispiel der Psychotherapie. In: Condrau G. (Hrsg.) Psychotherapie - Heilkunst oder Heilslehre? Basel: Karger, 163-177
- Weber B. (1994) Über die Wirksamkeit der daseinsanalytischen Therapie bei psychosomatischen Eßstörungen. Daseinsanalyse II, Basel: Karger, 1-98.

*Anschrift des Verfassers:
Prof. Dr. Gion Condrau
Strehlgasse 15
CH-8704 Herrliberg*

Zum Verhältnis von Forschung und Praxis in der Psychotherapie*

Jürgen Kriz

Es wird der Frage nachgegangen, ob die gegenwärtigen kognitiven "Landkarten" der Orientierung von Psychotherapeuten nützen, und wie weit große Teile gegenwärtiger Psychotherapieforschung noch dem Weltbild des 19. Jahrhunderts verhaftet sind. Die modernen Naturwissenschaften haben nämlich längst den Irrtum korrigiert, der Mensch könne sich als Erkennender beim Erkenntnisvorgang ausblenden - während die Mainstream-Psychotherapieforschung noch immer versucht, ein "objektives" Bild ihres Gegenstandes zu zeichnen. Zudem wird die moderne Systemforschung in Physik und Chemie der "Arbeit am Lebendigen" - u.a. Gestaltung aus inneren Kräften, Wechselseitigkeit des Geschehens - gerechter als Teile der Psychotherapieforschung.

Lassen Sie mich mit einer persönlichen Bemerkung beginnen:

Ich bin begeisterter Wissenschaftler und Forscher. Und es ist für mich viel mehr als nur ein "Job", im kognitiven Ringen mit den eigenen Grenzen zu versuchen, den "Zauber der Welt" einzufangen und abzubilden. Dabei habe ich manche Jahre und einige Bücher auch speziell methodischen Fragen gewidmet.

Gleichzeitig bin ich auch Kliniker und Psychotherapeut, dem diese Arbeit ebenfalls viel bedeutet. Man könnte daher vermuten, daß ich mich selbst und Sie für die gegenwärtige Psychotherapieforschung begeistern könnte. Leider aber empfinde ich in Bezug auf diesen Gegenstand vor allem Unbehagen. Wenn ich dies folgend thematisiere, so nicht in destruktiver Absicht, sondern als Ermutigung, nach Wegen zu einer menschengerechteren Forschung zu suchen.

Ein so komplexes Thema wie "das Verhältnis von

Praxis und Forschung in der Psychotherapie" läßt sich natürlich nicht in 30 Minuten abhandeln.

In dem Bemühen, für das nachfolgende Gespräch auf diesem Panel Impulse zur Verfügung zu stellen, werde ich die Bilder, die mich leiten und begleiten, somit nicht in der Detailtreue einer Radierung sondern in holzschnittartiger Typisierung darstellen.

In der Tat möchte ich als erstes mit einem Bild, einer Metapher, einige Klärungsversuche vornehmen und die Frage aufwerfen: Nützen die gegenwärtigen kognitiven Landkarten der Psychotherapie-Forschung der Orientierung von Therapeuten?

Das Verhältnis zwischen Praxis und Theorie läßt sich treffend als Verhältnis von Landschaft zu Landkarte wiedergeben.

Therapeuten sind dann Menschen, deren Qualität sich vornehmlich daran zu zeigen hat, wie sie die Landschaft durchwandern (als begleitender Führer derer, die sich ihnen anvertrauen); wie sie dabei Hindernisse zu überwinden, Gefahren zu erspüren, eisige Nächte und trockene Wüsten zu durchstehen vermögen.

Von ganz anderer Art sind die Anforderungen an Kartographen - d.h. die Theoretiker und Forscher: Die Karten, die sie zeichnen, müssen z.B. möglichst klar, detailliert und doch handhabbar sein. Die alte Leitidee, Landkarten sollten "wahr" sein, hat hingegen die wissenschaftstheoretische Debatte inzwischen - und das nicht erst in der Postmoderne - als "science fiction", als Fiktion von "Wissenschaft", entlarvt.

Es kann nämlich unendlich viele Abbildungen einer Landschaft (z.B. der "Stadt Zürich") geben - und ich wähle für einen Moment dieses konkrete Beispiel "Zürich", da es mir eher weniger komplex und eher handhabbar erscheint, als die Landschaft "Psychotherapie": Eine grobe sight-seeing-map ist nicht unwahrer, als eine präzise 1:1000 Darstellung der Ebene, sie dient nur anderen Zwecken. Für viele Zwecke ist die sight-seeing-map wegen ihrer Übersichtlichkeit und leichteren Handhabbarkeit aber nicht nur nützlicher, sondern sogar auch präziser als ein dickes und schweres Kartenwerk - so z.B. hinsicht-

* Dieser Vortrag wurde gehalten am 11. Mai 1996 in Zürich 1. beim Wissenschaftlichen Kongreß, der die Charta Psychotherapie unterzeichnenden psychotherapeutischen Ausbildungsinstitute und Fachverbände

lich der Frage, was viele Menschen gerne besichtigen. Zudem enthält auch das schwerste, umfangreichste Kartenwerk grundsätzlich *unendlich* viele Aspekte *nicht* (z.B. über Luftverschmutzung zu einem bestimmten Zeitpunkt, die Vernetzung mit Telefonen, die Besuchshäufigkeit zwischen den Menschen). Wenn man solche Fragen hat, können und müssen Spezialkarten erstellt werden. Damit wird auch sofort deutlich, daß es *das* Kartenwerk - sprich: *die* Theorie - nicht geben kann. Lassen Sie sich also nicht durch vollmundige Behauptungen mancher Psychotherapeuten - wie: man habe alles erfaßt und objektiv richtig wiedergegeben - mundtot oder kritikunfähig machen. Gleichwohl ist es gut, sich klar zu machen, daß im Volksglauben über Wissenschaft, teilweise auch bei Gesetzgebern, ja sogar in Bereichen der Wissenschaft selbst diese Fiktion aufrecht erhalten wird und uns als Argument begegnet. Schon immer war es in den Glaubenskriegen Methode, den Glauben der anderen als Irrglauben abzutun, den eigenen Glauben aber für unrelativierbare Wahrheit zu halten - oder, wie heute modern, die kognitiven Landkarten von anderen als "Konfession" zu diskreditieren, das eigene Glaubenssystem aber als Fortschritt der Profession auszugeben.

Gleichwohl können wir diese Metapher durchaus auch dafür verwenden, etwas zu Relevanz von "Landkarten" ins Feld zu führen: Zunächst einmal können sie vor Ort hilfreich sein, indem sie zur bessern Übersicht und Orientierung oder als Entscheidungshilfe herangezogen werden (Aspekt der *Anwendung*). Aber auch durch Vergleich unterschiedlicher Erfahrungen auf Teil-Reiserouten läßt sich anhand von Landkarten die Einsicht in die Gesamtlandschaft erhöhen und somit ggf. wiederum zu einer Verbesserung der Landkarten beitragen (Aspekt der *Debatte* über *Theorie- und Forschungsergebnisse*). Letztlich können Landkarten sogar fernab von der Landschaft (nennen wir es: im Elfenbeinturm) den Praktikern nützen - sie können nämlich jenen, die sich vorbereiten, diese Landschaft zu bereisen, gezielt und übersichtlich bestimmte Erfahrungen vermitteln und auf mögliche Erfahrungen vorbereiten (Aspekt der *Ausbildung*).

Allerdings - und damit will ich diesen ersten Punkt beenden - kann eine Landkarte auch hinderlich sein: Wer immer mit der Landkarte vor Augen durchs Gelände läuft, dürfte bald an einem Baum oder in einer Schlucht enden (konkretes Beispiel: frühkindliche Sprachentwicklung, die normalerweise durch Eltern intuitiv sichergestellt ist, dürfte scheitern, wenn Eltern versuchen wollen, sie nach psycholinguistischen Theorien zu organisieren. Analoges gilt für einen Therapeuten, der sich bemüht, alle Lehrbuchkategorien von "Echtheit" in seinem Verhalten auszudrücken - statt für jene Bedingungen zu sorgen, unter denen er einfach "echt" sein kann).

Ein besonderes Problem ergibt sich aber dann, wenn Kartographen, die das Meer nur aus ihren Karten oder vom Flugzeug aus kennen, auf der Basis ihrer Kenntnisse nun der allgemeinen Schifffahrt Vorschriften machen wollen. Man könnte Ausgangs- und Endpunkte einer Reise auf der

Karte mit dem Lineal verbinden und erklären, jede Abweichung von dieser Linie sei ineffizient und somit sei die Verwendung von Tragflügelbooten die einzig sinnvolle Vorgehensweise.

Es ist richtig: Unter dieser Prämisse muß z.B. Segeln absurd und ineffizient erscheinen, wo man, nur weil Wind aufkommt, von der "richtigen", "gradlinigen" Route abweichen muß, um dagegen anzukreuzen. Wer so argumentiert - und in der gegenwärtigen Debatte um die wirksamste Psychotherapie erscheinen mir manche Argumente strukturell ähnlich zu sein - vergißt, daß es auch um die Frage geht, wie Menschen überhaupt leben wollen, - miteinander, mit und in ihrer Welt, welche Erfahrungen auf dem einzig wirklich vorgegebenen Wege - dem von der Wiege zur Bahre - für sie wichtig sind und ob es dabei keine anderen Ziele geben darf, als möglichst schnell und gradlinig von A nach B zu gelangen.

Natürlich sind in einer pluralistischen Gesellschaft Werbeveranstaltungen und -broschüren für Tragflügelboote erlaubt - sie sollten nur nicht als "Ergebnisse" einer allgemeinen "Schifffahrtforschung" ausgegeben werden, um den Seglern das Wasser abzugraben. Ich denke, ich muß diese Metapher nicht weiter ausdeuten!

Lassen Sie mich nun konkret zu den unterschiedlichen Anliegen von Praxis und Forschung kommen:

Die erkenntnisleitende Blickrichtung, unter der (professionell) Welt erfahren wird, ist zwischen Forschern und Psychotherapeuten gemeinhin völlig gegensätzlich. Wissenschaftliche Forschung, so wird gesagt, habe den Blick auf Gesetzmäßiges, Prognostizierbares und auf mögliche Gemeinsamkeiten in den Phänomenen zu richten und damit von der Individualität und der Einmaligkeit der Abläufe in dieser Welt zu abstrahieren.

Im Gegensatz dazu haben Psychotherapeuten immer einen einzelnen Menschen (oder ein Paar, eine Familie) vor sich, ausgezeichnet durch eine individuelle Geschichte. Zwar lassen sich Ähnlichkeiten - ja sogar manche Gleichheiten - zur jeweils individuellen Geschichte anderer finden. Aber für ein tieferes Verständnis und für eine angemessene, würdevolle Begegnung, geht es eben gerade um diese Einmaligkeit, die sich aus dem Vergleichbaren spezifisch hervorhebt.

Ohne Zweifel weiß auch der Psychotherapeut im Rahmen klinisch-psychologischer Theorien um "Gesetzmäßigkeiten". Er mußte die derzeit im Abendland gängigen Vorstellungen über Krankheitsentstehung und -verläufe studieren; er kennt die diagnostischen Kategoriensysteme, mit Hilfe derer er sich mit anderen Psychotherapeuten über seine Patienten verständigen kann, weil solche Kategorien auf einen gemeinsamen Erfahrungshintergrund im Umgang mit menschlichem Leid verweisen, er hat sich mit Kriterien und Konzepten wirksamer Interventionen auseinandergesetzt, kurz: er kennt die Psychotherapie *auch als eine Wissenschaft*, in der es um allgemeine Gesetze geht - also um Reproduzierbares hinsichtlich der psychischen, psychosomatischen und sozialen Natur des Menschen.

Somit ist der Psychotherapeut auch in das soziale und kognitive Gefüge der Wissenschaft eingebunden. Aber in der konkreten therapeutischen Situation bildet dieses Wissen bestenfalls einen allgemeinen kognitiven Hintergrund, vor dem er handelt (oder, in manchen Psychotherapieformen, wie z.B. der Verhaltenstherapie, aus dem er einen Teil seines "Handwerkszeuges" abgeleitet hat). Er kann daher beispielsweise seinem Patienten nicht als einem "Depressiven" begegnen, der genau in die diagnostische Kategorie 300.40 DSM III-R fällt - mit den damit zusammenhängenden Vorstellungen über Entstehung und Verlauf von Krankheit. Vielmehr kann der Psychotherapeut nur zu einem einmaligen Menschen Kontakt herstellen, und er wird dessen einmalige Lebensgeschichte implizit und explizit berücksichtigen müssen und ihn, bestenfalls, im Verlauf der psychotherapeutischen Kontakte auf allen Wegen und "Umwegen" - jenseits lehrbuchartiger "Krankheitsverläufe" - begleiten,

Es scheint so, als folgten aus diesen gegensätzlichen Perspektiven - der Psychotherapeut, der sich dem Einmaligen, Individualgeschichtlichen widmet, und der Wissenschaftler, der das Allgemeine, Reproduzierbare der Welt zur Sprache bringt - zwangsläufig auch unterschiedliche Tugenden im Umgang mit der "Welt". Dem einen geht es um Beziehung, etwas Persönliches, dem anderen um eine möglichst objektive Abbildung von Welt. Daß eine solche Schlußfolgerung aber fehlt, hat der Quantenphysiker und Nobelpreisträger Werner Heisenberg bereits 1955 so ausgedrückt:

*"Wenn von einem Naturbild der exakten Naturwissenschaften in unserer Zeit gesprochen werden kann, so handelt es sich eigentlich nicht mehr um ein Bild der Natur, sondern um ein Bild **unserer** Beziehung zur Natur."*

Dabei ist mit "Beziehung" kein abstrakter Sachverhalt, etwa im Sinne einer mathematischen Relation, gemeint, sondern die Art und Weise des sich In-Beziehung-Setzens. D.h. die moderne Naturwissenschaft trachtet danach - zumindest bei zahlreichen ihrer Vordenker - die Fehlentwicklung abendländischer Wissenschaft bis zum Ende des 19. Jahrhunderts nun wieder zu korrigieren, nämlich die Sichtweise, den Erkennenden aus der Beschreibung des Erkanneten auszublenden:

Es ist zu fragen, wie stark die Psychotherapie-Forschung noch im Denken des 19. Jahrhunderts verhaftet ist? Wird nicht in weiten Bereichen noch immer versucht, objektivistisch ein "Bild der Natur" - d.h. "der Psychotherapie" zu zeichnen, statt ein Bild der Beziehung zum Forschungsgegenstand "Therapie"?

Nehmen wir z.B. die diagnostischen Kategoriensysteme, so finden wir "Krankheits-" oder "Störungsbilder" häufig so beschrieben, als handle es sich um ontisch feststehende Eigenschaften der Betroffenen. Welches Erkenntnisinteresse aber dahinter steht, gerade jenes Set an Phänomenen zur Bildung einer bestimmten Kategorie und zur Abgrenzung gegen andere aus der phänomenalen Komplexität zu abstrahieren, bleibt meist verborgen: In der kli-

nischen Literatur geht es fast ausschließlich darum, wie wir ein bestimmtes "Störungsbild" von einem anderen unterscheiden, und kaum jemals warum (vgl. Kriz 1989). D.h. es wird krampfhaft versucht, den Erkennenden aus der Beschreibung des Erkanneten auszublenden.

Im Ringen um eine stärkere gesellschaftliche Anerkennung (insbes. seitens der Gesetzgeber und Kassen) reduziert sich zudem "die Psychotherapieforschung" auf wenige Fragen - die mir für einen inhaltlichen Fortschritt der Psychotherapie eher irrelevant erscheinen. So kreist viel um die Aspekte:

- * Wirkt Therapieform X?
- * Wirkt Therapieform X besser/schneller als Therapieform Y?
- * Wie werden Effektgrößen berechnet (und zahlreiche weitere damit verbundene statistische Detailfragen)?

Bei solchen Fragen wird aber allzuleicht übersehen, daß diese die Bestimmung von Therapiezielen voraussetzen - Ziele aber beinhalten primär Werte, und diese wiederum sind bekanntlich kein Gegenstand wissenschaftlicher Methodik. Vom Konsens hinsichtlich der Therapieziele kann aber gegenwärtig wohl kaum gesprochen werden.

Aus diesem Grund habe ich in einer kürzlich veröffentlichten Arbeit (Kriz 1996) nach seitenlangem Aufzählen von ungelösten inhaltlichen Fragen zur Psychotherapieforschung auch feststellen müssen: "Solange diese Fülle an *inhaltlichen* Fragen nicht geklärt ist (und oft nicht einmal angemessen diskutiert wird) nützen selbst (oder: gerade?) die aufwendigsten "Untersuchungen" wenig; sie verhindern eher eine redliche Psychotherapie-Forschung. Oder, provokanter ausgedrückt: Solange wir in der Erforschung und wissenschaftlichen Debatte, was überhaupt unter Psychotherapie-Effekten zu verstehen ist, so weit am Anfang stehen, kann die großangelegte und wissenschaftspolitisch brisante "Sammlung" von Effekten eben nur Effekt-Hascherei sein. Aus diesen Gründen würde ich selbst auch eher für eine stärkere *Grundlagenforschung* in diesem Bereich plädieren, damit einige der obigen Fragen zunächst in ihrer Bedeutung stärker geklärt werden, bevor man den Computer bemüht und mit der Wahl einer "Methode" *unwissenschaftlich* zu diesen Fragen Stellung bezieht. Die Praktiker beeindruckt die gegenwärtige Psychotherapieforschung ohnedies nicht, wie in zahlreichen Arbeiten der Forscher beklagt wird. Der Therapeut, der zu seiner und der Patienten Zufriedenheit behandelt, wird seine Vorgehensweise und Weltsicht nicht deswegen wechseln, weil eine Untersuchung unter (für ihn) nicht genau geklärten Umständen bei einer Klientel (die er schwer beurteilen kann) hinsichtlich einiger Kriterien (von denen er vielleicht manche keineswegs teilt) die statistische Nullhypothese, daß Therapie nicht wirkt (wovon er jeden Tag sowieso das Gegenteil erfährt), "signifikant" zurückweisen konnte. Es würden auch Wissenschaftler wenig Gehör finden, wenn sie Menschen von einem 4-Gang-Menü in gemüthlicher Atmosphäre in einen Hamburger-Imbiß locken wollen - mit dem Argument, es sei wissenschaftlich erwiesen, daß man dort

viel schneller satt werde und viel mehr Kalorien zu sich nehme. Eine der relevanteren Fragen wäre, wer die Zeche bezahlen soll - aber dies ist, wie schon bemerkt, keine *Methoden-Frage*, und sie läßt sich daher über das Abzählen von Pommes Frites auch nicht beantworten.

Statt des "horse-race" der Therapie-Methoden würde ich mir eine stärkere Berücksichtigung von Fragen wünschen wie:

- * Welche Vorstellungen von Krankheit/Gesundheit/Entwicklung leiten Menschen (Patienten und Therapeuten)?
- * Welche Zielvorstellungen haben Patienten bzw. Therapeuten von therapeutischer Veränderung?
- * Welche Theorien/Modelle sind hilfreich, welche eher einengend?
- * Was benötigen Menschen (Patienten und Therapeuten), um sich besser, freier auf hilfreiche Beziehungen einlassen zu können?

Es ließen sich hier viele weitere Fragen anschließen, die mir weit mehr als der *methodische Beweis von Effektivität* am Herzen liegen. Wir können aber im Hinblick auf eine Anfrage an die Forschung nochmals mit Heisenberg thematisieren: Welches Bild liefert die Psychotherapieforschung von ihrer Beziehung zu ihrem Gegenstand? Wird sie z.B. den sechs Kennzeichen der "Arbeit am Lebendigen" (nach Metzger 1962, Walter 1977) gerecht, oder bemüht sich zumindest darum? Kennzeichen, von denen ich überzeugt bin, daß jeder Praktiker sie berücksichtigen muß und wird:

1. Nicht-Beliebigkeit der Form: Man kann Lebendigem "auf die Dauer nichts gegen seine Natur aufzwingen...."
2. Gestaltung aus inneren Kräften: "Die Kräfte und Antriebe, die die angestrebte Form verwirklichen, haben wesentlich in dem betreuten Wesen selbst ihren Ursprung."
3. Nicht-Beliebigkeit der Arbeitszeiten: Das lebende Wesen kann nicht beliebig auf seine Pflege warten Es hat vor allem seine eigenen fruchtbaren Zeiten und Augenblicke für Veränderung..
4. Nicht-Beliebigkeit der Arbeitsgeschwindigkeit: Prozesse des Wachsens, Reifens, Überstehens einer Krankheit usw. haben offenbar ihre jeweils eigentümlichen Ablaufgeschwindigkeiten ...
5. Die Duldung von Umwegen: Man muß überall Umwege in Kauf nehmen.
6. Die Wechselseitigkeit des Geschehens: "Das Geschehen ... ist wechselseitig. Es ist im ausgeprägten Fall ein Umgang mit 'Partnern des Lebens' ..."

Nochmals: Welches Bild von ihrer Beziehung zu ihrem Gegenstand liefert eine Psychotherapie-Forschung, die sich nicht bemüht, diesen Kennzeichen der "Arbeit am Lebendigen" Rechnung zu tragen?

Diese Frage ist um so radikaler zu stellen, als die moderne naturwissenschaftlich fundierte interdisziplinäre Systemforschung zeigt, daß sogar in Bezug auf die Erforschung von toten physikalischen und chemischen Systemen oft diesen Aspekten Rechnung zu tragen ist.

Es muß geradezu absurd erscheinen, daß inzwischen in den Naturwissenschaften umfangreiche Forschungsprogramme laufen, an denen zahlreiche Forscher aus unterschiedlichen Disziplinen mitwirken, in denen es um Selbstorganisation und Nicht-Determinismus geht, wo gezeigt wird, daß schon bei simplen Systemen oft je nach Zustand große Einflüsse fast nichts, hingegen ganz geringe sehr viel bewirken können, während maßgebliche Teile der Psychotherapie-Forschung immer noch danach trachten, einzelne Wirkfaktoren zu isolieren und das Geschehen deterministisch zu kontrollieren oder zumindest abzubilden.

Gerade wenn wir als Kliniker nach der Beziehung der Psychotherapie-Forschung zu ihrem Gegenstand fragen, ergibt sich oft ein nicht gerade schmeichelhaftes Bild. Denn es ist keineswegs zufällig, wenn wir dieselben Strukturen, die in der klassischen abendländischen Wissenschaft als "Tugenden" einer sauberen Methodik propagiert werden, bei unseren Patienten als Kontrollbedürfnisse zum Zwecke der Angstabwehr verstehen:

- * möglichst weitgehende Ausschaltung von Unvorhersehbarem und Unkontrollierbarem,
- * Reduktion von Einflußvariablen,
- * möglichst weitgehende Prognose der Ergebnisse von Handlungen,
- * maximale Kontrolle dessen, was passieren kann,
- * Verbergen der eigenen Motive und Emotionen hinter einer "richtigen" Vorgehensweise, d.h. Methodik,
- * Beschränkung der Erfahrungen auf jenen Bereich, der durch sog. "zulässige" Fragen und Vorgehensweisen vorab definiert ist.

Daß dieses Programm klassisch abendländischer Wissenschaft seit Anbeginn durch seine Leitfiguren Bacon, Descartes und Newton in der Tat vor allem von Kontrollbedürfnissen gekennzeichnet ist, kann ich hier nicht weiter ausführen - ich habe dazu kürzlich einen längeren Beitrag geschrieben. Wichtig ist, daß wir dieses Programm nicht mit **der** Forschung verwechseln oder meinen, nur auf diesem Wege könne Wissenschaft betrieben werden. Die moderne Systemforschung in den Naturwissenschaften weist andere Tugenden auf, die der Arbeit am Lebendigen viel näher stehen. Und es gibt gerade unter den Organisatoren dieses Kongresses einige, die versuchen, diese neue Blickrichtung der Systemwissenschaften fruchtbar für eine menschengerechte Psychotherapie-Forschung zu machen.

Ich habe mit einer persönlichen Bemerkung begonnen - lassen Sie mich auch mit zwei eher persönlichen Bemerkungen abschließen:

Mir ist es ein Bedürfnis - wofür ich auch einen Großteil meiner Kraft einsetze - ein, möglichst umfassendes Verständnis klinischer und therapeutischer Vorgänge zu erlangen.

Ich halte es sogar für erstrebenswert, wenn die Psychotherapie-Forschung *im Grundlagenbereich* zu einem weitgehenden einheitlichen *Theoriengebäude* voranschreitet. Ich bete aber darum, daß es niemandem gelingen möge,

eine allgemein gültige Therapie "methode" durchzusetzen. Bei den Verschiedenheiten der Menschen, ihrer Bedürfnisse, Werte und Ziele könnte ich mir diese nur als Zwangsjacke vorstellen.

Wir sollten nicht - aus Angst, daß unsere buntblühenden Therapie-Felder vom vielbeschworenen "Therapie-Dschungel" überwuchert werden könnten - in die Plantage einer "effektiven" Monokultur flüchten.

Wenn man die Schweizer Berge abträgt und damit die Seen auffüllt, erhält man vielleicht ein Flachland, das sich viel effektiver bebauen läßt - und das bei Bepflanzung mit einer Mais-Monokultur den noch effektiveren Einsatz von Großmaschinen ermöglicht. Aber: Was ist der Preis für eine solche "Effektivität". Und: Wollen wir so leben??

Dies war die eine Bemerkung.

Die andere ist eine Einladung, die übliche Blickrichtung auf das Verhältnis: Praxis - Forschung der Psychotherapie umzudrehen. Dies hat bereits vor rund 20 Jahren Maslow (sinngemäß) wie folgt formuliert:

Warum fragen wir eigentlich immer wieder, ob die Psychotherapie auch wissenschaftlich genug sei? Warum fragen wir nicht lieber, ob die Wissenschaft und ihre Forschungsmethoden psychotherapeutisch genug sind?

Eine Psychotherapie-Forschung, die sich nicht angstvoll hinter der Schein-Objektivität von "Science Fiction" verbirgt, sondern mit den systemwissenschaftlichen Physikern und Chemikern wetteifert, den Prinzipien der "Arbeit mit Lebendigen" Rechnung zu tragen; und sich letztlich als Erkennender nicht aus der Beschreibung des Erkannten auszublenden versucht - eine solche Psychotherapie-For-

schung könnte endlich dieses Anliegen der Menschen ernsthaft aufgreifen.

Literatur

- Heisenberg W. (1955) Das Naturbild der heutigen Physik. Hamburg: Rohwolt
- Kriz J. (1985) Grundkonzepte der Psychotherapie (4. Aufl. 1994). Weinheim: PVU
- Kriz J. (1989) Einige Gedanken zur Sucht. Systema 3: 41-44
- Kriz J. (1996) Grundfragen der Forschungs- und Wissenschaftsmethodik. In: Hutterer-Krisch et al (Hrsg.) Psychotherapie als Wissenschaft - Fragen der Ethik. Wien: Facultas Universitätsverlag, 15-160
- Kriz J. (1997) Ganzheitliche Psychotherapie - Wegweiser einer lebensgerechten Wissenschaft? In: Meyer-Abich K.M. (Hrsg) Mit-Wissenschaft. München: Beck
- Kriz J., Lück H., Heidbrink H. (1987) Wissenschafts- und Erkenntnistheorie. Eine Einführung für Psychologen und Humanwissenschaftler (3. Aufl. 1996). Oplanden: Leske & Budrich
- Maslow A.H. (1977) Die Psychologie der Wissenschaft. Neue Wege der Wahrnehmung und des Denkens. München: Kindler
- Metzger W. (1962) Schöpferische Freiheit. Frankfurt: W. Kramer, Walter H.-J. (1977) Gestalttheorie und Psychotherapie. Darmstadt: Stinkopf

Anschrift des Verfassers:
Prof. Dr. Jürgen Kriz
Univ. Osnabrück FB 8
Klin. Psychologie
Knollstraße 15
D - 49088 Osnabrück

Kontaktadressen der GLE

- Dr. Christian Firus, Bruggerstraße 51, D-78628 Rottweil (Tel.: 0741/14237)
- Günter Funke, Seelingstraße 29, D - 14059 Berlin (Tel.: 030/3226964)
- Dipl. theol. Erich Karp, Meisenweg 11, D - 73035 Göppingen (Tel.: 07161/641 - Klinik am Eichert)
- Dr. Krizo Katinic, Kneza Borne 1, 41000 Zagreb, Kroatien (Tel: 414839)
- Dr. Christoph Kolbe, Borchersstraße 21, D - 30559 Hannover (Tel.: 0511/5179000, Fax: 0511/521371)
- Dr. Milan Kosuta, Sermagea 17, 41000 Zagreb, Kroatien, (Tel.: 41-239193)
- Univ.-Doz. Dr. Rolf Kühn, Kaiserstraße 37, D-78532 Tuttlingen (Tel.: 07461/77280)
- Dr. Heimo Langinvainio, Riihitje 3 A 1, SF - 00330 Helsinki 33
- Dr. Wilhelmine Popa, Görlitzerweg 1, D - 40880 Ratingen (Tel.: 02102/470818)
- Univ. Prof. Dr. Heinz Rothbucher, Praxis Tel.: 0662/847558, Universität (Tel.: 0662/8844-2800)
- Dr. Inge Schmidt, Pfeifferhofstraße 7, A-5020 Salzburg (Tel.: 0662/822158)
- Univ. Doz. Dr. Mircea Tiberiu, Str. Tarnave No. 2, 1900 Timisoara, Rumänien
- Dr. Beda Wicki, Weststraße 87, CH - 6314 Unterägeri (Tel.: 041/7505270)
- Dr. Walter Winklhofer, Nymphenburgerstraße 139, D - 80636 München (Tel.: 089/181713)
- Stud. Dir. Wasiliki Winklhofer, Schleißheimerstraße 200, D - 80797 München (Tel./Fax: 089/3087471)
- Dr. Christopher Wurm, Sera House, 33 Dequetteville Terrace, Kent Town, SA 5067, Australien (Tel.: ++61-8-83640141, Fax: ++61-8-83313814)
- Institut für Existenzanalyse und Logotherapie Graz, Neutorgasse 50, A - 8010 Graz (Tel.: 0316/815060)
- Gesellschaft f. Existenzanalyse u. Logotherapie in München e.V., Wertherstraße 9, D-80809 München (Tel./Fax: 089/3086253)
- Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Lietzenburger Straße 39, D - 10789 Berlin (Tel./Fax: 030/2177727)
- Norddeutsches Institut für Existenzanalyse Hannover, Borchersstr. 21, D-30559 Hannover (Tel.: 0511/5179000, Fax: 521371)
- Gesellschaft für Existenzanalyse und Logotherapie, p.A. Mezenerweg 12, CH-3013 Bern (Tel.: 031/3324205)
- SINNAN - Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Weststraße 87, CH-6314 Unterägeri (Tel./Fax: 041/7505270)

Methodik der Traumarbeit

Der Artikel - ein Auszug aus der Abschlußarbeit für die Ausbildung in Existenzanalyse - zeigt einen existenzanalytischen-phänomenologischen Zugang zu Träumen auf. Der Ausgangspunkt bei dieser Traumarbeit ist immer die im Traum wahrgenommene Gestimmtheit und Emotionalität der Person. Der darüber aufgenommene Dialog mit dem Klienten versucht, die Tiefenperson des Träumers zu erreichen. Die ursprüngliche Berührtheit ist Ausdruck der Person und wird zum Anlaß der Auseinandersetzung. In der vorliegenden Arbeit soll speziell der Hinweischarakter von Träumen für die Entdeckung von Existenzmöglichkeiten und die Gestaltung von konkreten Lebenssituationen aufgezeigt werden.

Die Personale Existenzanalyse von Alfried Längle wird als methodische Vorgehensweise angewendet, um die Emotionalität des Träumers zu heben. Für die therapeutische Traumarbeit werden dabei folgende Aspekte beschrieben: Traumbericht - Traumbilder - Traumgehalt - Traumbotschaft.

Traumerfahrung in der existenzanalytischen Therapie

Doris Kessler

Einleitung

Träume gehören zum Wesen des Menschen. Dem Träumer¹ offenbart sich eine Welt, seine Traumwelt, in die er Nacht für Nacht eintaucht. Damit erschließen sich ihm Bereiche seiner Persönlichkeit und seiner Erfahrungswelt, die ihm im Wachzustand verborgen bleiben können.

Träume können verstanden werden als eine Begegnung mit sich selbst, mit seinen ureigensten Existenzmöglichkeiten. Ein solches Traumverständnis würde nahelegen, im Traum die Potentialität seines Personseins zu entdecken. Träume sind Äußerungen des Unbewußten. Das Unbewußte liefert das Traummaterial; dem Bewußtsein obliegt es, damit umzugehen: die Träume anzunehmen oder zu verwer-

fen, sie als Anstoß oder als Hemmnis zu bejahen oder zu verneinen.

Der Träumer gibt sich zumindest im Traum den Raum für sein Betroffensein und für seine Berührbarkeit. Die im Traum wahrgenommene Emotionalität gibt Aufschluß über seine Wahrnehmungen und ist damit der Bezug zur realen Außenwelt. Durch das Zuwenden zu den Traumgehalten und das Zulassen der Traumstimmungen wird die Person des Träumers sichtbar. Das Wirksame der existenzanalytischen Traumarbeit, das was "sie so heilsam macht, ist ein tieferes Selbstverständnis durch Begegnung mit dem eigenen Leben im Modus der Evidenz-erfahrung" (Kunert 1993, 203).

Die existenzanalytisch-phänomenologische Traumarbeit besteht darin, einen Dialog mit dem Träumer aufzunehmen und damit die "Tiefen-

person", jene geistig-existentielle Person in ihrer unbewußten Tiefe, die Frankl als die "wahre Tiefen-Person" bezeichnet hat (Frankl, 1988, 20), zu erreichen. Über den Dialog mit dem Therapeuten kann der Träumer zu seiner Tiefe vordringen. Die im Traum sich zugesprochene Emotionalität wird mit dem Therapeuten im Gespräch neu konstituiert und damit der Zugang zu der Tiefenperson ermöglicht.

Aus dieser Tiefe heraus offenbaren die Traumbilder die existentielle Verfassung des Träumers. Seine emotionale Gestimmtheit wird auf seinem konkreten Lebenshintergrund hin verstanden. Die Inhalte, die sich aus dem geistig Unbewußten zeigen, sind Anlaß für die Auseinandersetzung und können zu einer Erweiterung der Bewußtheit führen. Damit können Entdeckungen für die eigenen Existenzmöglichkeiten gefunden werden.

Als methodische Vorgehensweise zur Erschließung des Hinweischarakters von Träumen kommt die von Alfried Längle beschriebene Methode der "Personalen Existenzanalyse" (PEA) zur Anwendung. Die vier methodischen Schritte der PEA - Deskription, phänomenologische Analyse, innere Stellungnahme, Ausführung - werden mit dem Verständnis für Träume erweitert. Dabei wird die Emotionalität der Person geborgen; durch das Vernehmen der Traumbilder wird ihr situatives Verständnis und Selbstverständnis erweitert; durch Stellungnahmen werden persönliche Antworten zu den Traumgehalten gefunden. Unter Berücksichtigung der bestehenden Wertbezüge können sie als Ausdruck von Lebensmöglichkeiten umgesetzt werden.

Traumtheorien

Seit Menschengedenken hat der Traum in allen Kulturen Beachtung und Deutung erfahren und wurde von zahlreichen Gesichtspunkten aus betrachtet. Viele Beschäftigungen mit Träumen und deren Deutungsversuche sind

¹ Wegen der einfacheren Lesbarkeit sind im Text diese Formen gewählt. Sie beziehen sich sowohl auf weibliche wie männliche Personen.

überliefert. Drei Traumtheorien, die die Geschichte der Traumdeutung wesentlich beeinflusst haben, sind die von Sigmund Freud, Carl Gustav Jung und Medard Boss.

Heute kommt in allen psychotherapeutischen Schulen dem Traum eine wichtige Bedeutung zu. Die Aspekte und Ansätze, die gewählt werden, sind demgemäß verschieden, doch haben alle gemeinsam, daß durch die Bearbeitung von Träumen bedeutsame Inhalte für den therapeutischen Prozeß aufgegriffen werden.

Existenzanalyse und phänomenologisches Traumverständnis

Im Traum ist die Person ganz sich selbst überlassen. Im Traum kommt der Träumer sich nahe, ist ganz er selbst, kommt aber nicht der Welt nahe. Der Traum ist Offenbarung der Seele in ihrer Innerlichkeit. Im Traum ist das Erleben unmittelbar, der Träumer ist "innen", im Inneren seiner selbst. "Die Seele birgt in sich das Vermögen, Welt in allen der Welterfahrung zukommenden Erlebnisqualitäten zu entwerfen, zu bildern und wieder aufzuheben" (Wyss 1988, 289). In den Träumen ist der Schläfer seiner Seele pathisch hingegeben. Der Traum gibt den Blick auf die Person frei. "Durch das tiefe Eingetaucht-Sein im Unbewußten partizipiert die Seele - mehr als in ihrem freien bewußten Zustande - an jenem Miteingeflochtensein im allgemeinen und an dem Durchdringungsein von allem Räumlichen und Zeitlichen, wie es dem Unbewußten überhaupt zukommt" (Foucault 1992, 42).

Im Traum ist der Mensch absolut allein, auf sich selbst gestellt, wohingegen er wach im Bewußtsein der Welt ist. Schon der griechische Philosoph Heraklit von Ephesos stellte fest, daß die Wachenden eine gemeinsame Welt haben, während sich die Schlafenden jeweils der eigenen Welt zuwenden. Träume erscheinen nur im Lichte des Wachbewußtseins als unverständlich. Während des Traumes lebt der Träu-

mer in einer für ihn selbstverständlichen Welt wie im Wachen. "Der Mensch lebt permanent auf zwei Ebenen: der des Traumes und der des Wachens" (Wyss 1988, 248). Solange wir träumen merken wir nicht, in welcher der beiden Welten wir uns befinden, denn im Traum gibt es kein Kriterium, das uns zeigt, ob wir wach sind oder nicht. Im Schlaf wendet der Mensch sich ausschließlich sich selbst zu und nimmt dies als Bilderfolge wahr. Der Traum wie der Träumer schöpfen aus einem "Weltgehalt" die Möglichkeiten aller Möglichkeiten. Die Welt im Traum ist subjektiv, sie ist die subjektive Wirklichkeit der Person.

Wenn der Mensch träumt, wendet er sich von seiner Außenwelt ab und seiner inneren Welt zu. Er schließt die Augen. Die Welt des Wachens verschwindet mit dem Einschlafen und wird mit dem Erwachen wiedergewonnen. Im Schlaf erfährt das Bewußtsein eine regelmäßige tiefe Unterbrechung durch das Traumbewußtsein. Der Mensch kann sich träumend nicht von sich abwenden. Es erschließt sich damit sein innerer Raum. Die Person ist befreit zu sich selbst. Im Traum ist die Person frei von allen Bedingungen und Verpflichtungen. Es gibt keine Form der Zensur. Auch schlafend bleibt die Person Person, die sich im Traum ausdrückt. Sie kann damit aus der Begrenzung der Wachwelt aussteigen und in ihre eigene Welt eintauchen (Funke 1994). Im Traum konstituiert sich die ganz subjektive Welt des Träumers.

"Die Bedeutung der Traumarbeit im Rahmen einer existenzanalytischen Therapie liegt in dem durch sie möglichen Zugang zur personalen Tiefe, zur 'Tiefenperson' des Träumers" (Kunert 1993, 202).

Im Dialog mit dem Träumer kann die Tiefenperson erreicht werden. Diese geistige Tiefenperson ist obligat unbewußt (Frankl 1988, 20 ff.).

Auch im Schlaf bleibt der Mensch Person und das Unbewußte fließt in das Traumgeschehen mit ein. Frankl (1992, 30) schreibt dazu, daß in die "Träume, diese echten Produktionen des Unbewußten, nicht nur Elemente des triebhaft Unbewußten eingehen, sondern auch solche des geistig Un-

bewußten."

"Halten wir fest", schreibt Frankl, "der Existenzanalyse zufolge gibt es nicht nur unbewußte Triebhaftigkeit, sondern auch unbewußte Geistigkeit; mit anderen Worten: wir kennen und anerkennen nicht nur ein triebhaft Unbewußtes, sondern auch ein geistig Unbewußtes, und in dem sehen wir den tragenden Grund aller bewußten Geistigkeit. Im Gegensatz zur Psychoanalyse - die den Menschen für ein Wesen hält, das vom Es, von unbewußter Triebhaftigkeit beherrscht wird... - zeichnet sich der Mensch im Rahmen des existenzanalytischen Menschenbildes als ein Wesen ab, das vom Unbewußten getragen wird, und nicht zuletzt von unbewußter Geistigkeit. Der Logos... wurzelt im Unbewußten" (Frankl 1955, zit. nach Kunert 1993, 203)

Demzufolge wendet sich die existenzanalytische Traumarbeit den bewußten und unbewußten Erfahrungen zu. Durch den Versuch, Elemente des geistig Unbewußten mittels der Traum Erfahrung in die Bewußtheit zu heben, kann ein tieferes Verständnis für die eigene Existenz ermöglicht werden. Der Traum ist eine eigene Wirklichkeit und nicht Ausdruck einer defizitären Abart des Bewußtseins. Die Beschaffenheit dieser eigenen Wirklichkeit ist Ausdruck der Person und kann Hinweis auf ihre Existenzmöglichkeiten geben. Der Traum weiß nicht um sich selbst, er ist absichtslos.

"Im Thema des Traumes, das stets mit der jeweiligen Intentionalität engstens verschränkt ist, zeigt sich das Wesen des Erlebnisses oder seine Wesenhaftigkeit, die sich in dieser Wesenhaftigkeit nicht im Wachen darstellt" (Wyss 1988, 256). Der Traum macht unmittelbare Wesenszusammenhänge sichtbar, er ereignet sich als Wesensschau. Um ein Verständnis für den Trauminhalt zu erlangen, eignet sich die Phänomenologie, die das Verstehen als ein "innerliches Aneignen" (Foucault 1992, 29) bezeichnet und die Bedeutung im Ausdrucksakt selbst findet und nicht dazuerfindet. Es ist der Versuch, beim ursprünglich Erlebten zu bleiben, nichts Neues hereinzunehmen und damit keine Entfremdung her-

einzubringen.

Frankl hat in seinen Traumauslegungen unter anderem die freien Assoziationen angewendet, dabei aber den personalen Bezugsrahmen nie verlassen. Ihm war es jedoch auch wichtig, den phänomenologischen Tatbeständen den gebührenden Rang zu überlassen (Frankl 1988, 48). Träume vollziehen sich vorwiegend in Bildern. In dieser Bilderwelt offenbart sich eine ursprüngliche Beziehung zur Wirklichkeit. Eine phänomenologische Analyse vermag durch das Herausarbeiten der Bilder, die der Träumende gesehen hat und das Bergen der dazugehörigen Emotionalität den Sinngehalt eines Traumes zu erschließen. Im offenen Hinhören und Anschauen beider phänomenologischen Vorgangsweisen, werden das Gegebene rein in seiner Wesenheit zur Anschauung gebracht und dadurch die ihm innewohnenden Zusammenhänge einsichtig gemacht.

In der phänomenologischen Traumarbeit wird jede Art von exegetisch dechiffrierender Deutung und Symbolik unterlassen. Sie wendet sich der Gestimmtheit und Befindlichkeit der Person zu. Das Traumerfahren, das Traumerleben "vollzieht sich primär intuitiv und fühlend" (Wyss 1988, 71). Die Unmittelbarkeit des Traumes verweist auf die emotionalen Beziehungen und Begegnungen und gibt damit den Blick auf die Person frei. Der Traum ist "Entdeckung der Seele" (Wyss 1988, 288 ff.).

Die subjektive Weltbegegnung spiegelt sich im Traum wieder. Mit den Bildern im Traum entstehen Gefühle. Durch das Bewegtsein wird die Emotionalität unmittelbar empfunden, und der Träumer gibt ihr Raum. Die

Berührtheit entstammt aus einer Wertberührung, die im Wachbewußtsein vernommen wurde, aber eventuell unbewußt geblieben ist. In den Träumen berührt, was an "emotionaler Wirklichkeit unser Dasein durchdringt. Diese primäre Emotionalität (Längle) als ursprüngliche und unverzerrte Welt- und Wertberührung ist die Grundlage für jede existentielle Entscheidung und Sinnerfahrung" (Kunert 1993, 209). Der Traum ist Ausdruck von Emotionalität, die unter bestimmten Bedingungen zum Vorschein kommt. Insofern zeigt sie sich zwar in den Traumbildern, ist jedoch nicht im Traum entstanden.

Erst im Wachen kann die Person das im Traum Angesprochene aufnehmen und zu sich in Berührung setzen. Die emotionale Gestimmtheit im Traum wird so als Teil der Existenzverfassung zugelassen. Durch Stellungnahme, Verantwortung und Entscheidung erfolgt die Integration der wahrgenommenen Emotionalität.

Das tiefere Verständnis für das eigene Leben wird für den Träumenden dadurch zugänglich, daß er in den Traumbildern seine Affizierbarkeit entdeckt und damit seine Hinwendung zu seinen Werten und zu seinem Wollen erkennt, die sodann in sein Handeln einfließen können. Daher ist Traumarbeit hilfreich für das Erkennen von Lebensmöglichkeiten.

Existenzanalytische Traumarbeit

Ziel der existenzanalytischen Traumarbeit ist es, über Träume den Zugang

zu der Tiefenperson zu finden und die Person zu ihrer authentischen Art zur Existenz zu führen.

In den Träumen zeigt sich das Personale, das Psychische und das Geistige des Menschen. Die Person und ihre Emotionalität kann mittels der "Personalen Existenzanalyse", die von Alfred Längle beschrieben wurde, aufgefunden werden. Der Traum ist Ausdruck der Person, das "Eigene" zeigt sich. Die Äußerungen der Person erscheinen im Traum und sind der Ansatzpunkt der therapeutischen Traumauslegung. Im Folgenden wird dargestellt, wie sich die methodische Vorgehensweise der PEA (Personale Existenzanalyse) eignet, um die Emotionalität des Träumers zu heben und die Person zu erreichen.

Bei der Bearbeitung eines Traumes werden die folgenden vier Schritte vollzogen:

- Schilderung des Traumes
- Vernehmen der Traumbilder
- Auseinandersetzung mit dem Traumgehalt
- Umsetzung der Traumbotschaften

Diese Schritte sind in Tabelle 1 (siehe unten) den Schritten der PEA gegenübergestellt.

Schilderung des Traumes - Deskription in der PEA

In der Traumarbeit geht es in dieser Phase um die Schilderung von Träumen, den Traumberichten. Bevor nun die therapeutische Vorgehensweise dargestellt wird, sind hier wichtige praktische Hinweise zu Träumen zusammen-

Methodische Schritte	PEA	Traumarbeit
1 DESKRIPTION	Beschreibung der Fakten	Schilderung des Traumes
2 PHÄNOMENOLOGISCHE ANALYSE	Auffinden von Eindrücken und Empfindungen	Vernehmen der Traumbilder
3 INNERE STELLUNGNAHME	Verstehen, Stellungnahme	Auseinandersetzung mit dem Traumgehalt
4 AUSFÜHRUNG	Erarbeiten einer Antwort	Umsetzung der Traumbotschaften

Tabelle 1: Gegenüberstellung der vier methodischen Schritte der PEA und der Traumarbeit.

gefaßt, wie Träume inhaltlich und stimmungsmäßig wahrgenommen und erinnert werden können.

Träume wahrnehmen, erinnern - eine offene, innere Haltung einnehmen

Kenntnisse über Träume und praktische Anleitungen zum Wahrnehmen und Erinnern sind sowohl für den Therapeuten als auch für den Klienten hilfreich und führen zu einer gesteigerten Aufnahmefähigkeit.

Träume sind "Sehübungen" für den Therapeuten und je öfter er dieses phänomenologische Schauen vornimmt, desto mehr vertieft sich sein Verständnis für die Traumbilder. Längle (1991, 45) verweist darauf, daß der Therapeut in der Existenzanalyse gelernt hat, seine Sinnesorgane zu schärfen, und sich im Gespräch an das halten kann, was den Patienten bewegt. Es genügt nicht, wenn der "Therapeut allein die phänomenologische Haltung einnimmt. Auch der Patient hat sie durch die Vermittlung des Therapeuten einzuüben" (Längle, ebd.). Die phänomenologische Haltung gibt den Blick frei auf den Grund des Fühlens und somit auf die Evidenz der Existenz.

Durch die exakte Formulierung von Traumgehalten rücken die Traumbilder vor den inneren Blick. Die eigene Wahrnehmungs- und Erinnerungsfähigkeit läßt sich z.B. steigern, indem man sich beim Erwachen eine gewisse Routine aneignet, einige Minuten ruht und den Traum revuepassieren läßt. Man achtet darauf, was einem in den Sinn kommt und vor allem auch, in welcher Stimmung man sich befindet. Solche Wahrnehmungen bauen eine Brücke zu den geträumten Gefühlen und Stimmungen. Das verlangt eine meditative Ruhe, eine Phase der Besinnung.

Erinnerungen an Träume unterscheiden sich und können sich verschieden präsentieren (vgl. Jovet 1994,94). Man erinnert:

- ein bestimmtes, isoliertes Thema,
- mehrere unzusammenhängende Szenen,

- einen kurzen, abgeschlossenen Traum oder eine Traumsequenz,
- drei oder vier verschiedene, deutlich unterscheidbare, miteinander verkettete Traumepisoden,
- einen langen Traum mit fünf oder mehr Episoden.

Die Fähigkeit, sich Inhalte der Träume zu merken, steigert sich ab dem Moment der Hinwendung zu dem Geträumten. Für die spätere Traumbearbeitung sind alle genannten Traumerinnerungen möglich. Als hilfreich hat sich auch die Körperwahrnehmung erwiesen (Puls, Atmung, Herzschlag, Schwitzen, ...).

Die Stimmung und die Atmosphäre zu erinnern ist für den emotionalen Zugang zu den Traumbildern besonders entscheidend. Sie lassen sich durch Aufschreiben (z.B. Traumtagebuch) oder durch Sprechen auf ein Tonband / Diktiergerät festhalten. Je mehr an Einzelheiten sichtbar wird, desto unmittelbarer ist das spätere Wiedererleben der Traumhalte möglich. Wenn der gesamte Traum nicht in Erinnerung ist, lassen sich die verschiedenen Traumelemente festhalten; zu einem Bruchstück kommen häufig aus dem Gedächtnis noch weitere dazu. Während dieses Festhaltens sollte möglichst wenig gefiltert oder zensuriert und kategorisiert werden..

Therapeutische Haltung und Vorgehensweise mit Traum- berichten in der Phase der Deskription

Traumberichte stehen nicht im Mittelpunkt der existenzanalytischen Arbeit. Aber als eine Ausdrucksform unbewußter Anteile liegt in den Träumen eine schöpferische Kraft, die zur Motivation der Lebensgestaltung eingesetzt werden kann.

Der Therapeut, der seinen Klienten die Möglichkeit gibt, Träume zu erzählen, sie gemeinsam zu betrachten und aus ihnen Hinweise aufzunehmen, erweitert damit das Spektrum der therapeutischen Arbeit. Die Zuwen-

dung zur inneren Wirklichkeit hat therapeutische Qualität. Die offene Haltung des Therapeuten signalisiert die Bereitschaft, sich auf Träume einzulassen und den Traum zu würdigen als eine Form der Äußerung der Tiefenperson des Träumers. Der Klient kann sich somit mit seinen Emotionen, seiner Berührbarkeit auseinandersetzen und Bereiche seiner Innenwelt entdecken.

Den Traumbericht nimmt der Therapeut so an, wie er erzählt wird. Er stimmt sich auf das Gehörte ein und läßt sich davon unmittelbar ansprechen. Es empfiehlt sich, ohne Nachfragen den Traum anzuhören und dabei eventuell Notizen zu machen. Es ist wichtig, den Traum seinem Wesen nach zu erfassen, den Traum in seiner Gesamtheit auf sich wirken zu lassen. Es geht um das Erkennen von dem, was wirkt, das Eigentliche wahrzunehmen. Als Grundsatz läßt sich formulieren: beim Träumer sein und nicht beim Traum (Kunert 1995). Damit wird versucht, dem Traumbericht als *Aussage des Träumers* gerecht zu werden.

Der Traum ist ein spezifisches Erlebnis des Erzählers, dessen Selbstempfinden und Selbstbewußtsein die einzige verbindende Brücke zwischen der Erlebniswelt des Träumens und der des Wachens bleibt. Damit wird schon in der Wiedergabe von Träumen das Personale sichtbar, denn der Träumer erzählt bereits seine subjektive Sichtweise für den Traum. Alles, was der Klient mitteilt, sei es in Mimik oder Gestik, in seinen Emotionen und Stimmungen wird als ganz persönlicher Ausdruck verstanden, in welcher sich das individuelle Erleben ebenso äußert wie verbirgt. Der Traum ist eine subjektive Wahrnehmung. Allein schon die Deskription ist nicht "Wirklichkeit", sondern subjektive Wahrnehmung von Welt im Traum. So nimmt der Klient die Welt wahr, sich, Menschen, Beziehungen, Begegnungen. Was sagt es dem Therapeuten, daß der Klient *so* die Welt wahrnimmt? Was bewegt, berührt den Klienten? Wie fühlt er sich jetzt, wenn er den Traum erzählt?

Vernehmen der Traumbilder - Phänomenologische Analyse in der PEA

In der phänomenologischen Analyse der PEA geht es um das Erfassen des Wesentlichen und um das Bergen der ursprünglichen Emotionalität. "Um zum Wesen vorzustoßen, müssen die Fakten zurückgelassen und auf ihre Tiefe hin durchschaut werden. Eine solche phänomenologische Analyse führt auch die therapeutische Intervention in die Tiefe" (Längle 1993, 150). In der phänomenologischen Analyse von Träumen geht es um die Wirkung der Traumbilder. Die emotionalen Bindungen des Klienten werden im Traum aufgezeigt. Durch die phänomenologische Haltung wird der Blick offen für das Wesenhafte der Person. In den Traumbildern wird die ursprüngliche Berührtheit entdeckt und zugelassen. Durch die Interventionen des Therapeuten kann die primäre Emotionalität geborgen und freigelegt werden.

Therapeutische Haltung und Vorgehensweise beim Vernehmen der Traumbilder

Die unmittelbare Traumerfahrung wird beim Erwachen abgelöst durch Gedanken, Bilder und Empfindungen, welche das Erlebte nur unvollständig wiedergeben. "Die eigentliche Kunst der Traumarbeit besteht darin, die Offenheit, die träumend bereits da war, im Dialog, der über den Traum eröffnet wird, aufzunehmen und das, was im Traum an emotionaler Wirklichkeit erfahren wurde, über die personale Begegnung im konkreten Lebenskontext wiederzufinden" (Kunert 1993, 204). Das psychotherapeutische Gespräch ist personal und dialogisch. Das dialogische Prinzip wird auch in der Bearbeitung von Träumen sichtbar. Die Person entfaltet die dialogische Beziehung (Buber) zwischen sich und der Welt, zwischen sich und der Traumwelt. Im Dialog wird der Traum neu konstituiert. Dieser dialogische Bezug schafft die wichtige Voraussetzung, den Träumer so zu vernehmen, wie er sich zeigt.

Erforderliche Fähigkeiten des Therapeuten im dialogischen Traumgespräch sind das Verweilen können, auf der existentiellen Spur zu bleiben, den Blick zu öffnen auf die tiefen Schichten der Person, den Blick zu richten auf das, was diesen Menschen wesentlich auszeichnet, die Beziehungsfähigkeit (zu sich, zu seinem Lebensgrund, zur Welt) zu fördern. Im Vorfeld dazu muß der Therapeut freien Zugang zu seiner eigenen Emotionalität haben und sich selbst als Person erfahren haben und einbringen können.

Die Haltung des Therapeuten sollte offen und phänomenologisch sein. Er bringt sich als authentisches Gegenüber mit seiner eigenen Erfahrungswelt und Tiefe ein. Über die Begegnung nimmt er Beziehung zum Träumenden auf, der wiederum Beziehung zu sich über seine Traumbilder aufnimmt. Die phänomenologische Haltung, die auch der Klient durch diesen Umgang einübt, ermöglicht ihm, feste Sichtweisen zu hinterfragen und eine offene Haltung zu seinen Erfahrungen und Prägungen einzunehmen. Oftmals wird mit Staunen erkannt, was im Traum verborgen liegt.

Der Therapeut antwortet auf die Traumdarlegung des Klienten, indem er der Aussage des Träumers Bedeutung gibt. Er greift das Wesentliche des Traumes auf und gibt den Inhalt phänomenologisch wider. Diese Resonanz des Therapeuten wirkt verstärkend und damit auch klärend. So kommt der Träumer in Resonanz zu seinen Traumgehalten. Es ist ein Ansprechen dessen, was an Angesprochen-Sein spürbar ist. Dabei achtet der Therapeut darauf, wie und wodurch diese Resonanz in Schwingung gebracht wird und welche Stimmung sich einstellt.

Der Therapeut soll sich teilnehmend auf die Stimmung und den Gehalt des Traumes einlassen und vernehmen, was die Bilder sagen. Die Gefühle verweisen auf einen Wertbezug. Daher lassen der Patient und der Therapeut die Traumbilder auf sich wirken und gehen ihnen nach. Sie schauen, was sie auslösen, in Bewegung setzen, in Erinnerung rufen und worauf sie sehnsüchtig machen.

Die Emotionen werden klarer erkennbar.

Durch das Wahrnehmen der Emotionen ist der Blick auf die Tiefenemotionalität des Träumers gerichtet. Die tief unbewußte Intentionalität kann der Traum aufgreifen, weil der Träumer eins ist mit seiner Seele. Der Traum ist die Aufhebung der Selbstentfremdung. Die Bestätigung der Emotionalität im Traum führt zu einer Bestätigung seiner selbst. Durch die Emotionalität gelangt der Klient aus der Sicht des Beobachters zum Selber-dabei-sein, zum Selber-sein. Es ist die Annäherung an die eigene Person.

Der Therapeut spricht das Vernommene des Traumes nochmals an und faßt es zusammen. Der Klient kann es innerlich nachvollziehen und den Dialog mit neuen Inhalten fortsetzen. Der Therapeut kann den Klienten anregen, eigenen Assoziationen nachzugehen. Freie Assoziationen verweisen auf Zusammenhänge. Die Berührtheit des Klienten ist dabei immer der Bezugspunkt. Assoziationen drücken sich nicht nur in Gedanken und Erinnerungen aus, sondern auch in Gefühlen und Stimmungen. Der Klient muß innerlich gefühlsmäßig zustimmen können. Nur der Träumende weiß um sein Geträumtes, spürt die Wirkung individuell und subjektiv. Der Traum kommt in der Evidenz zur Ruhe.

Die dialogische Beziehung, in der der Therapeut ein authentisches Gegenüber ist, schafft die Voraussetzung für einen freien Umgang mit den Einfällen und Assoziationen. Der Therapeut wird durch das Gehörte angesprochen, und er antwortet auf das Vernommene durch Einfühlen und Mitschwingen. Es ist unvermeidlich, daß dabei manche Erfahrungen aus der eigenen Erlebniswelt miteinfließen, sowie auch erlerntes und erfahrendes Wissen. Dieser natürliche Fluß der Einfälle und Assoziationen, das Vorwissen von Theorien und Konzepten wird nicht ausgesperrt, sondern der Therapeut versucht, damit umzugehen. Er läßt diese Gedanken so kommen, wie sie in der jeweiligen Situation anfallen und prüft dann, ob er sie zum Verständnis des Gegebenen brauchen kann, gebrauchen will. Der Therapeut stellt

Überlegungen an, hat Einfälle, die ihm plausibel erscheinen, aber er verfällt ihnen nicht. Der Therapeut muß sie als Fährte, als Spur ansehen, die er auch wieder verlassen kann. "Die Obsession ist der Tod der Phänomenologie" (Kunert 1997). Der Therapeut muß sich seiner Assoziationen und Gedankengänge bewußt sein, damit er sie nicht unbewußt verfolgt.

Es ist eine große Herausforderung an den Therapeuten, das Gespräch über den Traum in der erforderlichen Offenheit zu halten. Interpretationen und Symbolisierungen verzerren die Offenheit. Der Therapeut soll Deutungen, die den persönlichen Bezugsrahmen verlassen und fremddiskursiv sind, vermeiden. Der Traum soll durch den Therapeuten nicht umgedeutet werden oder mit Sinn unterlegt werden. Auch sollen die Assoziationen nicht von der Person wegführen und damit in eine fremde Deutungsdynamik hineinsteuern. Vorsicht ist bei Fragen geboten, die von der Emotion in die Kognition führen!

Der Traum kann eine Hilfestellung sein, die primäre Emotionalität zu entdecken und damit zu bergen. Selbst verschiedenste Traum inhalte können ein Hinweis auf ein Gefühl, eine Stimmung sein. Sie fordern auf, ihnen nachzugehen, sie verstehen zu lernen. Sie zu verstehen bedeutet, sich selber besser zu verstehen. Dem Unbewußten geht nicht verloren, was auch immer in der Realität war. Sowohl für den Therapeuten wie den Patienten ist es beruhigend zu wissen, daß es eine Instanz gibt, die weise genug ist, das was wesentlich ist zu speichern. Das Unbewußte ruft uns. Die Impulse dieser Instanz werden in den Träumen empfangen.

Auseinandersetzung mit dem Traumgehalt - Innere Stellungnahme in der PEA

Die innere Stellungnahme hat in der PEA das Ziel, das Neue mit dem Bestehenden in Beziehung zu bringen. Die Empfindungen werden in die vorhandenen persönlichen Wertbezüge

eingearbeitet. Im Traum ist dieser Schritt der Umgang mit dem Sinngehalt von Träumen. In dieser Phase geht es darum, daß der Träumer ein inneres "Ja" zu den Traum inhalten findet. Sie bedürfen der Annahme und der inneren Stellungnahme. "In der Stellungnahme konfluiert das noetisch Unbewußte (Frankl) und das Bewußtsein (Urteil) mit der gesamten leib-seelisch-geistigen Verfassung" (Längle 1993, 142).

Therapeutische Haltung und Vorgehensweise mit dem Traumgehalt

Die Inhalte der Traummitteilungen sind dem Träumer selbst meist nicht verständlich. Der Therapeut begleitet den Patienten bei dem Prozeß, die Träume in die eigene Sprache zu bringen, sie zu verstehen und sie in Beziehung zu setzen zum Alltag. Zusammenhänge werden herausgearbeitet, und die Anbindung an reale Bezüge wird angeschaut. Der Träumer verwebt seine Vorerfahrungen in die Traumbilder und verbindet seinen aktuellen Lebensbezug dazu. Zugleich stellt der Therapeut die Anfragen, die sich durch die Wirkung der Traumbilder ergeben haben. Dem Traum begegnen heißt, sich in Frage stellen zu lassen, auf seine Anfragen zu antworten.

Die Wahrnehmungserlebnisse, die die Person im Traum erfährt, werden als Hinweise verstanden, deren Bedeutung erst auf dem Hintergrund der eigenen Erfahrung sichtbar werden. Der Wert, den das Gewissen spürt, ist Anlaß für die Auseinandersetzung. Es ist die Frage an das Gewissen, die sich stellt: tut es not, sich auf den Traum einzulassen? Steht das noch aus, sich oder etwas so zu sehen, sich oder etwas *auch* so zu sehen?

Wie sieht sich dieser Mensch in Wirklichkeit, wie sieht er sich im Traum? Wie hat er im Traum ein Problem aufgegriffen? War diese Weise ihm vertraut oder nicht?

Durch die Traumbilder wird für den Träumer eine Stimmung erlebbar, die atmosphärisch wirkt. Die Emotionalität, die in den Träumen erfahren wurde, wird bewußt gemacht. In der

Auseinandersetzung mit dem Traumgehalt folgt der Schritt, der zur "integrierten Emotionalität" führt. Der Therapeut und der Patient versuchen, die Wahrnehmungen aus den Traum inhalten mit den biographischen und aktuellen Bezügen zu verweben. Das Schaffen dieser Zusammenhänge führt zum Verstehen des Traumes. Durch das Annehmen der Traum inhalte und durch die Anbindung an andere Berührungspunkte wird die Emotion integriert. Diese integrierten Emotionen sind von Stimmigkeiten begleitet (Längle) und führen zum authentischen Handeln.

Damit zeigt sich aber auch zugleich die Freiheit, mit der inneren Welt umzugehen. Man ist den Träumen nicht ausgeliefert, sondern hat die Möglichkeit, mit ihnen umzugehen. Es geht nicht darum, schnell und verkürzt eine Botschaft aus dem Traum zu entnehmen und sie zu übersetzen. Es geht vielmehr darum, das Verständnis für Träume und damit für sich selbst zu erweitern und zu vertiefen.

Die wahrnehmenden Gefühle zeigen auf, was an Werten und Möglichkeiten aufgegriffen wird. Die Übereinstimmung von Betroffenheit und Wert wird als stimmig erlebt. Im Annehmen und Integrieren dieser Stimmigkeiten werden die Wertbezüge neu gestaltet. In der Bejahung und Aufnahme der Traumhinweise gewinnt der Klient Verständnis für sich und versteht, welche Bewandnis sich ihm offenbart. Über die Stellungnahme und Integration findet der Klient zu seiner Umsetzung der Traumbotschaft.

Umsetzung der Traumbotschaften - Ausführung in der PEA

In diesem vierten Schritt der PEA ist die Person nun bereit zu handeln und zu antworten. Sie will sich selbst verwirklichen, indem sie ihre Möglichkeiten umsetzt.

In der Umsetzung von Traum inhalten wird die Botschaft des Traumes in die Wachwelt gebracht. Inhalte, die der Träumer über sich erfahren hat, werden transformiert in die aktuellen

Lebensbezüge. In der Vernetzung von Traumerkenntnissen mit der Wirklichkeit werden neue Möglichkeiten entdeckt und so der Gestaltungsraum erweitert.

Therapeutische Haltung und Vorgehensweise mit der Umsetzung der Traumbotschaft

Der Traum wartet nun auf die ganz persönliche Antwort, auf die Ausführung in der Realwelt. "Der Umgang mit dem Traum wird zu einer 'Existenzfrage': erweitert sie doch in jedem Fall das Bewußtsein zur Entdeckung der eigenen Möglichkeiten" (Wyss 1988, 293).

Der Traum kann auf Existenzmöglichkeiten, Defizite, Ängste und Befürchtungen hinweisen. "Ohne sich vom Erlebten ansprechen zu lassen, ohne dem Gespürten und (vielleicht unbewußt) Erspürten Raum zu geben und es in sich (im Gefühl) tragen zu können (sein lassen zu können) oder eventuell bewußt zu machen, kann der Mensch sein Leben nicht aufgreifen und leben" (Längle 1993, 150). In den Träumen wird dem unbewußt Gespürten Raum und Gestalt gegeben. Im Traumgespräch wird es aufgegriffen, bewußt gemacht und ins Leben gebracht. Durch das Bergen der Emotionalität und durch das Finden der Stellungnahme ist eine Spur aufgenommen worden. Über die Stimmigkeit, die bestätigend und ermutigend wirkt, wird nun die Chance der Erweiterung der personalen Fähigkeiten genutzt. Das Ansprechen ist schon eine Form der Gestaltung. Der Mut, Dinge auszusprechen, kann sie schon verändern.

"Das Traumthema bildet das 'An sich' des aufscheinenden Wesens, seine jeweilige Gestaltung dann den Bezug des Individuums zu dem Thema" (Wyss 1988, 258). Was der Klient in Bezug setzt zu seinem Thema, hat mit seinem aktuellen Leben zu tun. Die Anbindung an reale Gegebenheiten und die Anbindung an therapeutische Inhalte werden bewußt gemacht. Was ist zur Zeit in der Therapie aktuell? Gibt es Träume, die ständig in verschiedenen Variationen zu einem Thema auftauchen? Was ist das Eigentliche,

was dahinter liegt? Ist es in der Wachbewußtheit aufgenommen und angenommen worden?

Im Traum werden die Möglichkeiten des eigenen Handelns aufgezeigt. Der Träumer wird mit seinen eigenen Möglichkeiten konfrontiert. Es ist eine Herausforderung zur Entscheidung. Die Traum inhalte dienen der Selbsterfahrung, zeigen Erweiterungsmöglichkeiten auf und bringen der Person neue Aspekte der Selbstverwirklichung.

Der Therapeut begleitet und stützt diesen Prozeß. Es gilt die Balance zu finden zwischen Überforderung und Herausforderung. Der Therapeut ermutigt den Klienten, ohne ihm Verantwortung abzunehmen.

Der wachen Person geht es um die sinnvolle Lebensgestaltung. Das ist mit dem Auffinden von Werten und deren Umsetzung verbunden. In der existenzanalytischen Therapie ist das Wahrnehmen, Erspüren und Erleben von Werten grundlegend. Gerade in dieser Hinsicht bieten die Träume Möglichkeiten, diesen Prozeß zu unterstützen, zu fördern, in Gang zu bringen.

Ausblick

Träume gehen ihre eigene Wege, begleiten uns Nacht für Nacht, und sind gerade deswegen der Aufmerksamkeit wert, weil sie einen ergänzenden Einblick für die gesamte Existenz geben. Sie sind Ausdruck lebendiger Prozesse und Beziehungen.

Die existenzanalytisch-phänomenologische Traumarbeit stellt einen Verständigungsversuch zwischen den zwei unterschiedlichen Erlebniswelten - der des Wachens und der des Träumens - dar. Primär vom Erleben und von der Emotionalität ausgehend, wird der Umgang mit dem Traum dem einzelnen Patienten durch das Auffinden seines authentischen Personseins gerecht. Traumerfahrungen sind ein Beitrag zur existentiellen Erhellung und geben ein tieferes Verständnis für innere Zusammenhänge.

Die in diesem Artikel beschriebene Herangehensweise an Träume stellt

eine Art Leitfaden dar und lädt zugleich ein, Träumen und Traumphänomenen auf die Spur zu kommen. Um noch mehr Aufschlüsse über Träume und ihre Wirkungen zu erhalten, ist es wichtig, Traumerfahrungen zu sammeln und aufzuzeichnen. Im Austausch mit anderen existenzanalytischen Therapeuten sollten Erfahrungen in Hinsicht auf verschiedene krankheitswertige Diagnosen und Träume bzw. Therapieverläufe und Träume festgehalten und dokumentiert werden.

Für den Therapeuten heißt die Beschäftigung mit Träumen eine innere Haltung zu entwickeln, bei der Intuition, Spontaneität und Erfahrung gleichermaßen wichtig sind und helfen, den Patienten in seiner Gesamtheit zu verstehen. Diese Haltung und die Einbeziehung von Träumen in die Therapie führt nicht vom Menschen weg, sondern führt zu ihm hin. Der Traum und das Träumen sind Ausdruck des persönlichen Seelenlebens.

Literatur

- Battegay R. u. Trenkel A. (Hrsg.) (1987) Der Traum aus der Sicht verschiedener psychotherapeutischer Schulen. Bern: Huber.
- Binswanger L. (1992) Traum und Existenz. Bern: Gachnang & Springer.
- Boss M. (1991): Es träumte mir vergangene Nacht. Bern: Huber.
- Buber M. (1994) Das dialogische Prinzip. Gerlingen: Lambert Schneider.
- Dieckmann H. (1994) Träume als Sprache der Seele. Waiblingen-Hohenacker: Bonz.
- Foucault M. (1992) Einleitung zu Traum und Existenz. Bern: Gachnang & Springer.
- Frankl V. E. (1988) Der unbewußte Gott. München: Kösel.
- Frankl V. E. (1987) Ärztliche Seelsorge. Frankfurt: Fischer.
- Frankl V. E. (1990): Der leidende Mensch. München: Piper.
- Frankl V. E. (1959) Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie. In: Logotherapie und Existenzanalyse (1987). München: Piper.
- Freud S. (1982) Die Traumdeutung. Frankfurt: Fischer.
- Funke G. (1993) Wozu brauchen wir eigentlich einen Personenbegriff? In: Bulletin der GLE, 1/1993.
- Funke G. (1994) Persönliche Mitschrift d. Traumseminars am Pilon, August 94

- Heidegger M. (1993) Sein und Zeit. Tübingen: Max Niemeyer.
- Jouvet M. (1994) Die Nachtseite des Bewußtseins. Warum wir träumen. Hamburg: Rowohlt.
- Jung C.G. (1991) Grundwerk. Band 1. Olten: Walter.
- Kunert R. (1993) Traumsprache und Traumverstehen. In: Wertbegegnung, Tagungsbericht Nr 1 u. 2/1991 der GLE, S. 201 – 219.
- Kunert R. (1995) Persönliche Mitschrift des Traumseminars der Herbstakademie der GLE in Altlenzbach im Oktober 1995.
- Kunert R. (1997) Persönliche Mitteilung.
- Längle A. (1991) Anmerkungen zur Phänomenologischen Haltung und zum Wirklichkeitsbegriff in der Psychotherapie. In: Selbstbild und Welt-sicht, Tagungsbericht der GLE Nr 1/1989, S. 44 – 46.
- Längle A. (1993) Personale Existenzanalyse. In: Wertbegegnung, Tagungs-
- bericht der GLE Nr 1 und 2/1991, S. 133 – 160.
- Längle A. (1994) Kann ich mich auf mein Gefühl verlassen? In: ORF-Studioheft Vbg., 22. Ausgabe, Oktober 1994, S. 20 - 38.
- Vetter H. (1991) Die Bedeutung der Phänomenologie für die Psychotherapie. Vortrag, gehalten anlässlich der 1. Tagung der österr. Gesellschaft für Daseinsanalyse am 21.6.1991 in Wien.
- Wagner-Simon Th. u. Benedetti G. (Hrsg.) (1984) Traum und Träumen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Wyss D. (1988) Traumbewußtsein? Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Anschrift der Verfasserin:

*Doris Kessler
Breitensteinstr. 19
D - 83620 Feldolling*

zwar als eine Hilfe zur Selbstannahme innerhalb der phänomenologischen Analyse.

Vorgehensweise - Ablauf eines existentiellen Bilderlebens

Wichtig für einen erfolgreichen und ungestörten Ablauf einer EB-Erfahrung ist die positive Atmosphäre.

1. Zu Beginn der Übung schließen die Teilnehmer möglichst die Augen. Nach einigen kurzen Entspannungsübungen bittet der Leiter die Teilnehmer sich geistig auf eine bestimmte Umgebung (Wiese, Bach, Berg...) oder eine Situation (Wandern, Lasten tragen, Gipfel stürmen...) einzulassen, und das Bild, welches auch immer sich auf diesen Impuls hin zeigt, kommen zu lassen. Auch wenn dieses **innere Schauen** nur 1 ½ bis 3 Minuten dauert, liefert es eine Fülle von Bildern und Szenen.

2. Bei kleineren Gruppen stellt anschließend jeder Teilnehmer sein Bild mit allen Details, Farben, Formen und Klängen so genau wie möglich dar. Diese **Beschreibung** wird von den anderen weder gewertet noch kommentiert, geschweige diskutiert; "es ist". Das Aufspüren des Grundempfindens im Geschauten, möglicherweise ein sehr wechselhaftes, hat hier seinen Platz. In großen Gruppen erfolgt die Bildbeschreibung in Kleingruppen; die Bildfolge wird dann von einem anderen Teilnehmer gespielt, d.h., kommentarlos nacherzählt. Vergessene Details sind aufschlußreiche Hinweise für den Schauenden und den Nacherzähler.

3. Als nächster Schritt erfolgt das **Assoziieren**. Hier versucht der Bildautor zu einem ihm fremd oder wichtig erscheinenden Teilaspekt seines Bildes alle ihm zufallenden Ideen zu verbalisieren. Fällt ihm selbst nichts mehr ein, dürfen alle anderen Gruppenmitglieder ihre Assoziationen zu diesem Thema beisteuern.

Imaginatives Verfahren zur PEA nach W. Popa

Der Artikel beschreibt kurz die Entstehung des Existentiellen Bilderlebens (EB), zeigt die Vorgehensweise auf, sowie die Verbindungsebenen zur existenzanalytischen Anthropologie und Methodik.

Existentielles Bilderleben

von Claudia Possel

Entstehung

Ein Vorläufer des Existentiellen Bilderlebens (EB) ist in dem von Hanscarl Leuner in den fünfziger Jahren entwickelten "Katathymen Bilderleben" (KB), zu sehen, das auch Symboldrama genannt wird, und ein imaginatives, psychotherapeutisches Verfahren darstellt. Das (KB) (kata = griech.: gemäß; thymos = griech.: Seele, d.h. Emotionalität) entstand aufgrund vielfältiger und langjähriger Experimente mit dem Tagtraum. Diese Vorgehensweise fokussiert die unbewußten Anteile psychischer Probleme und bietet gleichzeitig eine individuelle und kreative Entfaltungsmöglichkeit für Therapeut und Patienten.

Therapeutische Zielsetzung ist die Reifung der Persönlichkeit.

Das Existentielle Bilderleben wurde von Wilhelmine Popa Ende der 80er Jahre entwickelt. Im Unterschied zum KB beschränkt sich die Vorgehensweise nicht auf die Psychodynamik, sondern geht über in das Bergen der primären Emotionalität. Es ermöglicht dann durch die bewußt eingesetzte Noodynamik eine personale Positionsfindung und darüber hinaus eine Weiterentwicklung von Selbstdistanz, Selbsttranszendenz und einen neuen, freieren Zugang zu sich und zur Welt.

A. Längle bezeichnete das Imaginative Verfahren des KB/EB als eine adjuvante Technik im Rahmen der Personalen Existenzanalyse (PEA) und

4. Dieser Vorgang geht über ins **Amplifizieren** (lat.: Erweiterung), an dem die ganze Gruppe beteiligt ist. Alle Ideen, Weisheiten... aus Weltliteratur, Kunst, Bibel, Märchen und Sprichwörtern... sind hier gefragt. Damit soll ein weiteres und tieferes Erfassen des Geschauten angebahnt werden und der nächste Schritt,
5. das **Identifizieren** eingeleitet werden. Der Schauende identifiziert sich nun mit dem von ihm als wichtig oder unverständlich Geschautem. Dies geschieht in der "Ich-Form", z.B.: "ich bin die Treppe, ich bin alt, hölzern, abgetreten..."
Im Identifizieren mit dem Eigenen, bisher oft Fremdem oder Beängstigendem, wird Bedrohliches und Unverständliches ent-fremdet, wird ein Zugang zu bisher ungelebtem Leben geschaffen. Aus dem ursprünglichen Bekämpfen und Abwehren wird ein Vertrautwerden und verstehendes Annehmen. Die damit verbundenen erstaunlichen, aber oft auch schmerzhaften Erkenntnisse auszuhalten und anzunehmen, erfordert Kraft, Mut und Selbstdisziplin vom Teilnehmer, Offenheit, geduldiges Aushalten, behutsames und einfühlsames Begleiten durch den Leiter und die übrigen Teilnehmer.
6. Das daran anschließende **Übertragen** soll Möglichkeiten bewußt machen, wie das Geschaute und Erkannte gestaltet, umgesetzt und integriert werden kann. Ob daraus ein Gedicht, ein Strickmuster, ein Bild oder eine Tonfigur wird oder etwas völlig anderes, bleibt der Kreativität des Teilnehmers überlassen. Die Gestaltung geschieht auch nicht jetzt, innerhalb der Übung, sondern soll in das alltägliche Leben eingebracht werden.

Bezug zur Existenzanalyse

Betrachtet man Ablauf und Methode dieser EB-Erfahrung, so zeigt sich deutlich die Übereinstimmung mit verschiedenen Aspekten der Personalen Existenzanalyse.

1. Das **Einlassen** auf das "Medium" erfordert Hingabe an etwas, ist somit Ausdruck der Selbsttranszendenz.
Gleichzeitig vollzieht sich die Entwicklung einer bis dahin oft unbewußten kreativen Fähigkeit, die den Teilnehmer mit seiner unmittelbaren, aktuellen psychischen Situation konfrontiert. Der Schauende erlebt sich gleichzeitig als "Zuschauer" (Selbstdistanzierung) und als "Handelnder" (Selbsttranszendenz), ohne jedoch steuernd in den Ablauf einzugreifen. Hier findet also eine Art Sinnerfahrung durch imaginiertes Werteerleben statt (Frankl). Im Ausdruck zeigt sich die Person, im Anschauen des Ureigensten vollzieht sich Selbstdistanz (SD), im Einlassen auf das Geschehen Selbsttranszendenz (ST).
2. Im **Beschreiben** des Geschauten ist erneut die SD angefragt, aber auch die 1. Stufe der PEA, die Deskription. Es geht ums Sagen "was ist", um ein phänomenologisches Schauen, wertfrei und ohne Interpretation; es geschieht ein Annehmen und Aushalten des Faktischen. Hier geht es um den Seinsgrund der Existenz und das "Ich bin", emotional um das Wahrnehmen der Grundstimmung: Angst, Sehnsucht, Vereinsamung...
3. In der Phase des **Assoziierens** und **Amplifizierens** zeigt sich die Person, bringt sie sich zum Ausdruck (ST), setzt sich mit dem eigenen Unbekannten auseinander (SD, Dialogfähigkeit), schafft Neues (Sinnerfahrung durch Werteerleben), und erfährt Zuwendung und Wertschätzung durch die übrigen Teilnehmer (Werteerleben, Selbstwert=sein dürfen).
4. Besonders stark ausgeprägt wird das Bergen der primären Emotionalität in der Phase der **Identifikation**; die unmittelbare Zuwendung, Annahme und das Zu-sich-selber-Stehen (Wertsein, Mögen und Selbstsein-Dürfen) fordern SD und ST. Die Person bringt sich erneut zum Aus-

druck, nimmt Stellung (PEA), entdeckt sich neu - "Ich darf so sein" (Selbstwert).

5. Abgerundet und vertieft wird dieser vielfältige Zugang zur Person durch die **Umsetzung** des Geborgenen in die Realität (Personale Positionsfindung; Sinnvolles Wollen, ST, Freiheit und Verantwortung) - "Was soll mit dem Geborgenen werden"?

Diese als "Existentielles Bilderleben" bezeichnete Selbsterfahrung trägt ihren Namen zurecht. Die Person steht im Mittelpunkt, ihr zur Existenz zu verhelfen geschieht hier auf eine sehr einfühlsame und intensive Weise.

Das EB ermöglicht Selbstfindung und Selbstakzeptanz, führt dem Ausübenden die Erkenntnis der eigenen Vielfalt und Ambivalenz vor Augen, und zeigt ihm seine personale Werthaftigkeit trotz aller Mängel und Schwächen. Dies geschieht hier umso "leichter", da Blockaden und Abwehrmechanismen der ausschließlich kognitiven Methoden umgangen werden und der Bezug des Bildes zur konkreten Lebenssituation meist klar erkennbar wird.

Ein Zitat aus E. Drewermanns Werk "Das Eigentliche ist unsichtbar" mag das Eigentliche des EBs verdeutlichen: "Nicht zu formen und zu verändern gilt es daher, sondern reifen zu lassen und ins Licht zu heben."

Literatur

- Längle A. (1993) Personale Existenzanalyse. Tagungsbericht 1/93. Wien: GLE
- Längle A. (1994) Personale Positionsfindung. Bulletin der GLE 3/94. Wien: GLE
- Leuner H.C. (1990) Katathymes Bilderleben. Bern: Hans Huber
- Popa W. (1990) Erkennen - Zulassen - Übersetzen. Brief an Teilnehmer des EBs. Düsseldorf

Anschrift der Verfasserin:

*Claudia Possel
Heimstättenallee 12
D - 82152 Planegg*

WERNER EBERWEIN - GERHARD SCHÜTZ

Die Kunst der Hypnose. Dialoge mit dem Unbewußten

Junfermann Verlag, Paderborn, 1996, 270 S.

Die beiden Autoren haben hier ein flüssig lesbares Buch auf den Markt gebracht. Es ist in einem erzählenden bzw. kommunikativen Stil geschrieben, der im Leser den Eindruck entstehen läßt, man säße mit den Autoren zusammen in einem Seminar, lauscht aufmerksam ihren Darstellungen und tauscht sich aus. Das ist ein großes Plus dieses Buches.

Auch die Grundzüge der Hypnose werden in einer möglichst offenen Darstellungsweise beschrieben. Die Autoren verzichten auf eine theoretische Einführung, statt dessen setzen sie an der unmittelbaren Alltagserfahrung des Lesers an, dort, wo jeder ganz natürlicherweise Trance- und Hypnoseerfahrungen hat. Im weiteren wird der Leser an die Hand genommen und Schritt für Schritt näher an die Phänomene der Hypnose herangeführt. Dies erweist sich besonders im Kontext des gesamten Buches als ein sinnvolles Procedere, werden dadurch doch mögliches Mißtrauen und Widerstände gegenüber der Hypnose abgebaut. Es ist ein Vertrautheit und Vertrauen schaffendes Vorgehen, das ja letztendlich befähigen soll, die Anleitungen zur Selbsthypnose umzusetzen - so auch die Verheißung auf dem Buchcover.

Dennoch, so ganz ohne Hintergrund kommt auch das praktischste Buch nicht aus. So werden die markantesten Unterschiede zwischen klassischer und Ericksonischer Hypnose beschrieben, der direkten und der indirekten Form. Die Darstellung rückt vor allem ein Verständnis des sozialen und mitmenschlichen Umgangs im historischen Kontext der Entstehungszeit beider Hypnoseformen in den Mittelpunkt.

Unversehens sind auch jede Menge recht spezifischer Annahmen über das Unbewußte und seiner Wirkungsweise im Raum und bleiben auch da. In dieser Selbstverständlichkeit wirkt es unbedarft und hätte entweder einer theoretischen Reflexion bedurft oder Mut zu einer noch phänomenologischeren Beschreibung. Das hätte dann sehr interessant werden können.

Die beiden Autoren folgen in ihren weiteren Ausführungen der indirekten Form der Hypnose nach Milton H. Erickson. Es wird das Wesentliche einer indirekten Tranceinduktion beschrieben, ebenso spezifische Vorgangsweisen wie Pacing und Leading.

Das nächste Kapitel beschreibt detailreich "was man in Trance alles erleben kann" oder eher noch, was man in

Trance bewirken kann: Verwirrung, Vermischung von Sinneskanälen, Umdeutung (Reframing) von Ereignissen bezüglich Kontext und Inhalt, suggerierte Bewegungen, Posthypnose, suggeriertes Vergessen, Erinnern vergessener Ereignisse, Schmerzverminderung und Schmerzausschaltung, Hypnose bei psychosomatischen Beschwerden, Dialog mit Symbolen, Rückführung in die Kindheit und Durchleben traumatischer Erlebnisse, Gruppenhypnose.

In den kurzen Fallgeschichten vermischt sich die Hypnose mit NLP-Techniken, sind doch beide Autoren auch NLP-Master. Und da wird aus der suggestiven Methode eine überaus manipulative. Hier scheint mir die Hoffnung auf schnelle Wirkung bzw. Erfolg zu bedenklichen Verbiegungen der Patientenwirklichkeit zu verführen.

Im 2. Teil wird das Buch noch praktischer und gibt in einer Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Selbsthypnose die Aktivität an den Leser weiter.

Die Lektüre des Buches läßt einen eigenartigen Zwierspalt zurück. Die Darstellung der Hypnose bleibt in der Beschreibung des Handwerklichen hängen, ihr Menschenbild, die Anthropologie dahinter bleibt beliebig. So öffnet sie einen breiten Verstehens- und Deutungsspielraum vom NLP bis zur Esoterik. Für jeden sind Anknüpfungspunkte vorgezeichnet. Und weiters - vielleicht auch mit der mangelnden Anthropologie in Zusammenhang - verwundert es, daß in Hypnose alles so leicht gehen soll. Ob es sich um traumatische Erlebnisse oder psychosomatische Störungen handelt, es wird der Eindruck vermittelt, daß durch den Schritt ins Unbewußte sich alles mühelos regelt. Gerade in der manipulativen Vorgangsweise wird dem Patienten auch noch eine eigene Stellungnahme abgenommen. Während der Patient in Trance ist, richtet der Hypnotherapeut die Probleme für den Patienten - wenn er aufwacht, ist alles erledigt.

In den Hinweisen auf die therapeutische Anwendung greift das Buch sicherlich zu kurz. Es ist eher ein Probier- und Experimentierbuch.

Die Autoren betonen ihre Achtung und ihren Respekt vor der Person des zu Hynotisierenden und beschreiben die Hypnose als ein effizientes Mittel zur Heilung und zur Linderung von Schmerz. Nur - ob alles so einfach geht?

Silvia Längle

Fortbildung

GLE - Akademie

Weiterbildung

Die Vorgeschichte

“Schön wäre es, wenn die Angebote der Herbstakademie über das Jahr verteilt wären...”

“Macht doch ein übersichtliches Angebot, aus dem man erkennen kann, welche Entwicklungen in der Existenzanalyse gerade stattfinden...”

“Nach der Ausbildung tut es gut, bei Seminaren der GLE wieder die ‘Geschwister’ zu treffen...”

“Gibt es auf die Ausbildung aufbauende Weiterbildungen?...”

Diesen und ähnlichen Anregungen und Fragen begegneten wir immer wieder. Dazu kam die berufspolitische Entwicklung in Österreich, welche die Fortbildungspflicht im Psychotherapiegesetz festlegt und die gesetzliche Situation in Deutschland, welche die anerkannten Therapierichtungen sowie die Quellenberufe stark einschränkt und damit aufwendige Ausbildungen in ein inadäquates Verhältnis zu den späteren beruflichen Möglichkeiten bringt, sodaß auch hier der Weiterbildungssektor zunehmend von Bedeutung wird. Ein Drittes ist dann noch die Fortbildungspflicht innerhalb der Ausbildung zum Existenzanalytiker, welche uns vor die Notwendigkeit stellt, die Anrechenbarkeit der angebotenen existenzanalytischen Seminare auszuweisen und deren Qualität zu kontrollieren.

Die derzeitige Form des Fort- und Weiterbildungsangebotes (1 Tagung pro Jahr, 1 Herbstakademie und verschiedene Einzelseminare) war damit zu “schmal” geworden und füllte vor allem strukturell nicht die Nachfrage. Denn mit zunehmendem Wachstum der

GLE, steigender Anzahl existenzanalytischer Ansätze, steigender Anzahl von Seminaren, wurde es immer schwieriger die Erweiterungen, Vertiefungen, Weiterentwicklungen und Spezialisierungen in der doch recht schnellen Entwicklung der noch immer jungen “Therapieschule” GLE zusammenzuschauen bzw. zu überblicken.

Die Gründung der Akademie und ihre Widmung

Diesen Tatsachen Rechnung tragend beschloß der Vorstand - mit vorangegangener Diskussion und in Zustimmung mit dem Ausbildungsteam - die Gründung einer “GLE Fort- und Weiterbildungsakademie”. Sie soll ein Forum und Rahmen für ein GLE qualitätsgeprüftes Fortbildungsangebot sein und Spiegel des jeweils aktuellen Standes existenzanalytischer Wissenschaft und Praxis.

Sie richtet sich damit zum einen nach “innen” - an Existenzanalytiker und Logotherapeuten bzw. Kandidaten zur Existenzanalyse und Logotherapie, die “in Bewegung” bleiben und über die Kerninhalte der Ausbildung hinausgehende Bereiche kennenlernen wollen oder sich in einzelnen Inhalten theoretisch oder selbsterfahrerisch vertiefen. Zum anderen aber auch nach “außen” als Repräsentanz der Existenzanalyse der GLE, an Interessierte also, die Inhalte der EA kennenlernen oder Teilbereiche erlernen wollen, ohne eine vollständige Ausbildung zu absolvieren.

Warum Fort- und Weiterbildungsakademie?

Vermutlich haben Sie sich schon gefragt, weshalb wir zwei Begriffe verwenden. Was unterscheidet in unserem Verständnis Fort- von der Weiterbildung?

Unter Fortbildungsveranstaltungen subsumieren wir alle Einzelveranstaltungen, also z.B. einmalig zu einem Thema abgehaltene Seminare, während wir mit Weiterbildung jene Veranstaltungen bezeichnen, welchen ein Curriculum zugrunde liegt und die einen fortlaufend aufbauenden Charakter haben, wie z.B. das Curriculum zur Supervisorenausbildung. Gerade der Bereich dieser berufserweiternden und berufsbegleitenden Weiterbildungen soll in der nächsten Zeit eine größere Aufmerksamkeit gewidmet werden. So ist ein Pädagogik Curriculum und eines für Integrative Existenzanalyse im Entstehen und auch der Bereich der Kinder- und Jugendtherapie wartet auf eine strukturierte “Zusammenfassung”. Veranstaltungen der GLE Fort- und Weiterbildungsakademie werden von GLE Lehrausbildnern und Lehrsupervisoren sowie zusätzlichen ausgewählten Dozenten angeboten.

Der “Start”

Erste Veranstaltungen “GLE zertifizierter Fortbildungen” haben schon stattgefunden. Für mich war es ein besonderes Vergnügen und eine große Freude, daß mein Fortbildungsakademie-Erstling mit der schon sehr vertrauten Oberösterreich-Supervisionsgruppe stattgefunden hat.

Soviel zum Einblick in die Entstehungsgeschichte der Akademie. Im folgenden jetzt aber einen Überblick über die derzeitigen Angebote.

Lilo Tutsch

FORTBILDUNG

Professionalisierung - Psychiatrie für Psychotherapeuten und Berater

ab Februar 1998

Für viele nicht klinisch ausgebildete Therapeuten und Berater ist die Psychopathologie psychiatrischer Erkrankungen und das zugehörige Fachvokabular ungewohnt und ungeübt. In fünf Tagesseminaren bieten wir Theorie (Psychiatrische Zustandsbilder sowie Fachbegriffe kennen- und verstehen lernen) und praktische Übungen (Psychostatus erheben, Befunde lesen und verfassen) zu folgenden Teilgebieten an:

- Basisstörungen • Schizophrenie • MDK und schizoaffektive Psychosen
- Psychoorganische Syndrome • Psychopharmaka

Leitung: Dr. Lilo Tutsch und Dr. Karin Luss

Zeit: Termine in monatlichen Abständen (Fr. 15-19 Uhr; Sa. 10-14 Uhr)

Ort: Einwanggasse 23, 1140 Wien

Anmeldung: Dr. Tutsch - Tel.: 894 14 07 (zur vollen Stunde) und Dr. Luss - Tel.: 911 59 39

Kosten: öS 1.500,- pro Seminar

Aufbruch zur Entdeckungsreise

20.-22.3.98

Existentielles Bilderleben. 3-Tage Seminar (jeweils halbtags).

Leitung: Dr. Wilhelmina Popa

Ort: Görlitzerweg 1, 40880 Ratingen

Zeit: Freitag 17.00-21.00 Uhr - **Einstieg ins Bergwerk**

Samstag 9.30-14.30 Uhr - **Gang durch die Tropfsteinhöhle**

Sonntag 9.30-13.30 Uhr - **Vorstoß zur Fundgrube**

Information und Anmeldung: Dr. W. Popa, Tel.: 2102/47 08 18

Weiterer Termin: 21.-23.5.98

Sexualität

21.3.98

Fortbildungsakademie für Kurs 11c

Leitung: DDr.A. Längle

Ort: GLE Wien

Vertiefte Auseinandersetzung mit klinischen Zustandsbildern -

Anthropologische Prämissen - Pathogenese - Therapeutische Methodik

17.4.98

Hysterie *Leitung:* Dr. Drexler (Warteliste)

Ort: Steyr / OÖ

5.6.98

Psychosomatik *Leitung:* Dr. Orgler (Warteliste)

Ort: Steyr / OÖ

Zeit: 13.00-21.00 Uhr

18.7.98

Persönlichkeitsstörungen *Leitung:* Dr. Tutsch (Warteliste)

Ort: Attersee / OÖ

Kosten: öS 1.500,- pro Fortbildungstag

Information und Anmeldung: Dr. Tutsch - Tel.: 89 41 407 (zur vollen Stunde)

Dr. Orgler - Tel.: 89 41 406

Dr. Drexler - Tel.: 89 41 405

Diagnostik in Beratung und Therapie

12.-14.6.98

Leitung: Dr. Lilo Tutsch

Ort: Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie

Kosten: DM 280,-

Herbstakademie der GLE

3.-4.10.98

Leitung: Erich Karp

Ort: Göppingen

Programme dazu liegen der EXISTENZANALYSE 2/98 bei

Das Kindheitstrauma des sexuellen Mißbrauchs

16.-18.10.98

Leitung: Birgitta Rennefeld

Ort: Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie

Kosten: DM 300,-

Weitere Seminarangebote, die Sie als Gruppe buchen können:

Jana Bozuk

- Die Reflexion der eigenen Entwicklungsgeschichte (die Möglichkeiten der Vertiefung der Biographiearbeit in der Psychotherapie).

Alfried Längle

- Seminar zur Personalen Existenzanalyse (PEA) (1- oder 2-tägig)
- Einführender Überblick über die Grundmotivationen (2-tägig)
- Vertiefungen in den einzelnen Grundmotivationen mit Selbsterfahrungsanteil (jeweils 3 Tage pro GM)

Lilo Tutsch

- Klinische Themen (inklusive Diagnostik)
- Psychodynamik? Existentielle Dynamik? Wonach frage ich mit welcher Frage? Was bewege ich mit welcher Frage?

Beda Wicki

- Authentisch - auch in den Forderungen an mich selbst?
- Lebenswertem auf der Spur. Eine pädagogische Herausforderung

Beda und Christine Wicki:

- Worin gründet die Hoffnung?
- Person-Sein im Abgrenzen
- Leben in der Spannung von Angst und Halt

Christine Wicki

- Gelingendes Leben. Existenzanalytische Selbsterfahrungsgruppe
- Einführung in Logotherapie / Existenzanalyse

Wasiliki Winklhofer

- Aggressivität, Depressivität, Drogenkonsum bei Jugendlichen
- Prävention von Burnout im Lehrberuf
- Sexueller Mißbrauch - ein Problem für die Schule
- Mit dem hyperaktiven und / oder teilleistungsgestörten Kind umgehen lernen

Diese Liste soll noch erweitert werden und wird laufend in der EXISTENZANALYSE veröffentlicht. Wenn Sie sich für ein Seminar interessieren, nehmen Sie bitte Kontakt mit dem Seminarleiter oder der GLE auf.

WEITERBILDUNG

Supervisorenausbildung der GLE - 3. Semester Teamsupervision

(nur für Absolventen der Existenzanalyse-Ausbildung)

Information und Anmeldung: Dr. L. Tutsch

Termine: 25.-27.09.98 20.-22.11.98

23.-25.10.98 04.-06.12.98

Integrative Existenzanalyse

Programm kann ab August im Berliner Institut angefordert werden.

Leitung: G. Funke, S. Jaeger-Gerlach, Ch. Kolbe

Ort: Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie

Existenzanalyse für Pädagogen - Curriculum ist in Vorbereitung

Rückblick auf die Herbstakademie 1997 in Göppingen

Erich Karp hat es unternommen, der Herbstakademie ein ganz besonderes, schwäbisches Gepräge zu geben. In herzlich-geselliger Atmosphäre konnten sich die Teilnehmer einer intensiven Auseinandersetzung mit ausgewählten Themen widmen.

Die beiden folgenden Berichte sollen einen Eindruck dieser Tage vermitteln und einen Vorgeschmack für die Herbstakademie 1998 geben.

Über Land- und Straßenkarten

Freitag, 14.11.1997, 8 Uhr morgens: Andrea, Ingrid, Maria und Beate auf dem Weg von Wien nach Göppingen. Maria und Andrea, unsere beiden Muttis in der Runde, nehmen erleichtert auf den hinteren Sitzreihen Platz. Einmal nicht am "Steuer" zu sitzen, einmal nicht zu planen und organisieren - dieses Vergnügen alleine ist eine Reise ins Unbekannte wert.

Ingrid und Beate übernehmen, bewaffnet mit einer Straßenkarte - ("wo liegt eigentlich dieses Göppingen?") - das Steuerruder in ihre Hände, und so erreichen die vier, mit kleineren Autopannen und größeren Verkehrsstaus konfrontiert, nach 8 Stunden Fahrt

durch Regen und Nebel, in der Dunkelheit - ("haben die auch Berge hier?") - ihr Reiseziel.

Bitte Beeilung meine Damen!! Wir sind hier bei einer Herbstakademie!! Schnell die Koffer ins Hotel, denn in 15 Minuten beginnt der erste Vortrag.

Durch verschiedene vorangegangene Fortbildungsveranstaltungen geprägt, eingestellt auf "trockene Theorievergewaltigungen", bewaffnet mit viel Papier und Schreibzeug, so betreten wir die nüchternen und heiligen Hallen des St.Martins Bildungshauses.

"Jetzala - da schau i aba - meine Schätzle aus Wien sind da!!"

Sodala - da stehen wir. Ist das die offizielle Begrüßung?

Erich stürmt auf uns zu und umarmt uns herzlichst.

Wie gut tut es uns, nach dieser langen Anreise so freudig willkommen geheißen zu werden.

Dieser Eindruck bestätigte sich auch an den darauf folgenden Tagen. Theorie in Verbindung mit einem schwäbischen Sprachkurs und kulinarischen Köstlichkeiten aus dem Schwabenlande, gekrönt mit einem Schuß Herzlichkeit und Humor sowie erwärmenden Plaudereien am offenen Kaminfeuer - so macht Fortbildung eben Spaß.

Am Anfang einer langen Ausbildung stehend, wo jeder von uns gerade seine eigene GLE-Landkarte modelliert, die auch bestückt sein wird mit zahlreichen Erlebniswerten und Stellungnahmen, da können Fortbildungsveranstaltungen wie diese sehr viele Eindrücke und Spuren hinterlassen.

Wie einfach ist es da, anhand einer bereits fertiggestellten Straßenkarte mit dem Auto von Wien nach Göppingen zu fahren.

Das Zentrum der Spielzeug-eisenbahnen war eine Abzweigung wert, und dazu beigetragen haben sicherlich die Organisatoren dieser Veranstaltung - ein Dankeschön und Servus von Wien nach Göppingen!!!

Beate Riedler

Die Herbstakademie im neuen Gewand

"Wer zom O'glick gebora isch, der bricht de Fenger em Hosasack."

Mit dieser schwäbischen Grunderfahrung hatten wir - weltweit - die Mitglieder der GLE zur ersten gemeinsamen Herbstakademie nach Göppingen eingeladen und waren gespannt, wieviele kommen würden.

Als die magische Zahl von 40 Teilnehmern überschritten wurde, kam der erlösende Anruf von Gaby aus Wien: "Die Herbstakademie kann stattfinden!" 60 GLE-lerInnen ließen sich dann gedanklich und emotional auf das inhaltliche und begleitende Angebot ein. Viele sagten mir, daß es für sie eine gute Erfahrung war, sich

auf unterschiedliche Formen wie Vortrag und Vertiefung in der Kleingruppe einzulassen, verschiedene Vortragende und Ausbildner zu erleben ... Gerade aber sich vielfältigen Inhalten an einem Wochenende zu stellen, sie bei sich selbst zum "Schwingen" zu bringen und sie für den Alltag fruchtbar werden zu lassen, sei der Reichtum dieser Tage gewesen.

Für mich war es wieder einmal bereichernd zu erleben, wie Alfried Längle beim öffentlichen Vortrag am Freitagabend vor ca. 120 Personen "Endlich Leben - Zur Sinnerhellung im Alltag" die Existenzanalyse und Logotherapie entfaltete, und wie mir einige Gedanken wieder neu "aufgingen": Vor

allem seine Fähigkeit war zu bewundern, wie er sich den Fragenden "zuneigte", getragen von der Gelassenheit, daß sich schon eine gute Antwort herausstellen wird, wenn ich den Fragenden verstehe, wie er dazu kommt, gerade diese Frage so zu stellen!

Am Samstagvormittag versuchte Michael Titze, uns durch "live demonstration" in den Humor einzuführen anhand seiner körperlich/seelischen Haltung, die bei manchen die zweifelnde Frage hervorlockte: "... geht's ihm nun so schlecht oder tut er bloß so?"

Der Nachmittag war vom "Bournout" geprägt, thematisch ... Freilich ist ein Unterschied, ob ich den Artikel in der Existenzanalyse lese oder ob ich die Gedanken live entwickelt erlebe, um sie dann mit KollegInnen in der Kleingruppe diskutieren zu können.

Der Sonntagmorgen war von Hans-Martin Rothe und seinem Thema: "Die Beziehung in Beratung und Therapie unter besonderer Berücksich-

tigung von Übertragung und Gegenübertragung" geprägt. Schon die lebhaftige Diskussion gleich im Anschluß zeigte mir, wie dieses Thema uns alle tagtäglich beschäftigt und wir schauen müssen, wie wir es aus dem Blickwinkel der Existenzanalyse und Logotherapie fassen können. Hans-Martin Rothe hat mir seinen Vortrag nach einiger Überarbeitung zukommen lassen, und ich glaube, dieser kann uns eine gute Diskussionsgrundlage sein. Er soll möglichst umgehend veröffentlicht werden.

Eine neue Form der Herbstakademie. Mir scheint es eine gelungene Form zu sein, in einem überschaubaren Rahmen miteinander zu arbeiten und Zeit für Kontakte zu haben ... Gerne wollen wir schauen, ob sie sich weiterentwickeln läßt und laden deshalb heute schon ganz herzlich zur 2. Herbstakademie vom 2.-4. Oktober 1998 nach Göppingen ein.

Erich Karp

Weiß-Malerei an - nicht jeder Täter ist nur schlecht -, macht es sich jedoch bei der metaphysischen Auflösung des Dilemmas arg einfach: Das Leben macht Sinn, das Sterben macht Sinn, also muß das Leiden dazwischen auch einen Sinn machen.

Als Theater ein Alptraum

Es geht beinahe in jedem Satz ums Ganze: um existentielle Not (das Stück spielt in einem Konzentrationslager), um die Philosophie (Sokrates, Spinoza und Kant beobachten das Geschehen), um das Theodizee-Problem. Es gibt lange Monologe, wenig Handlung, kaum Spannungsbögen, wenig Entwicklung bei den Hauptpersonen. Kurz und gut: Als Theaterstück ist "Synchronisation in Birkenwald" ein Alptraum.

Was die Schüler daraus machen, ist schier unglaublich. Sie schaffen es, die Zuschauer 90 Minuten bei der Stange zu halten. Es ist bis zum letzten Satz beinahe beängstigend still im gut gefüllten Stadttheater. Die Ausweglosigkeit, der Hunger, die Not, die Verzweiflung werden greifbar. Alle Rollen liegen weit außerhalb des Erfahrungshorizonts der Schüler: die verlausten., halb verhungerten Häftlinge; die Mutter, die um ihre Söhne bangt; die Philosophen, die einzugreifen versuchen. Und doch wirkt das Spiel in keiner Minute unangemessen. Eine beeindruckende Ensembleleistung, kein einziger Ausfall und zwei Akteure, die herausragen: Christof Bultmanns Kant ist wunderbar preußisch, unemotional und sich seiner Überlegenheit bewußt; Jan Leder zeigt eindrücklich, daß der Hunger des Häftlings nach Antworten fast noch quälender ist als der nach Bot.

Enthusiasmus und Können gehen beim Experimentier Theater eine im Bereich des Laientheaters seltene Allianz ein. Hinzu kommt eine bemerkenswert professionelle konzeptionelle Arbeit.

Aus: Rheinische Post, 2. Februar 1998

Schwieriger Essay über den Sinn menschlichen Leidens

von Ralf Jüngermann

Experimentier Theater meisterte Frankls "Synchronisation im Birkenwald"

RATINGEN. Es ist prinzipiell nicht einfach, was sich das Lintorfer Experimentier Theater aufbürdet. Statt üblicher Schülertheater-Kost suchen sich die Nachwuchsschauspieler mit Vorsatz Stücke aus, in denen es um die letzten Fragen geht. Am Wochenende meisterte das Experimentier Theater zweimal im Stadttheater seine bisher größte Herausforderung: den Einakter

"Synchronisation in Birkenwald" von Victor E. Frankl.

Das Kurzdrama wird äußerst selten aufgeführt und das aus gutem Grund. Es ist genau genommen unspielbar. Frankl war ein glänzender Neurologe, ein umfassend gebildeter Mann, aber eben kein Dramatiker. "Synchronisation in Birkenwald" ist ein gedankenschwerer, zum Teil bedenkenswerter, zum Teil aber auch bedenklicher Essay über den Sinn menschlichen Leidens. "Es ist alles nicht so einfach." Diese scheinbar banale Erkenntnis ist zentral für das Stück. Dabei prangert Frankl wohl-tuenderweise die übliche Schwarz-

Absurdität des Lebens im KZ eindrucksvoll vor Augen geführt

Erinnerungen an Holocaust

Warendorf (thi). Anlässlich des Holocaustgedenktagess präsentiert die Volkshochschule Warendorf am Dienstagabend mit "Trotzdem ja zum Leben sagen ..." eine szenische Darstellung ganz besonderer Art: Jens Guske Jacobi spielte den 1905 in Wien geborenen Psychologieprofessor Victor Frankl, der jahrelang in nationalsozialistischen Konzentrationslagern interniert war, und löste damit beim spärlichen Publikum sichtliche Betroffenheit aus.

In seinen Aufzeichnungen beschreibt Frankl das alltägliche Leben und Sterben im KZ aus der Sicht des Häftlings. Schon bald weicht dort anfänglicher Optimismus der bitteren Realität. Frankl nimmt Abschied von seinem bisherigen Leben. Gemeinsam mit den anderen Häftlingen entwickelt er mit der Zeit eine Art "Galgenhumor", der ihm hilft, die Grausamkeiten der Wachmannschaften zu überstehen. Die Gaskammer verliert ihren Schrecken, wird zur Alternative zum Selbstmord. Die "normalen" Gefühle der Internierten stumpfen immer mehr ab. Grausamkeiten werden eher teilnahmslos hingenommen, "das Leiden wird relativ".

Frankl gelangt zu der Erkenntnis, daß jeder Häftling, der in seinem Leben keinen Sinn mehr sieht, unweigerlich zugrunde geht. Diese Erkenntnis hält Frankl am Leben, und als der Tag der Befreiung kommt, trifft er die Häftlinge unvorbereitet. "Man verlernt, sich zu freuen; man muß es erst wieder lernen. Und Schritt für Schritt wirst Du wieder Mensch."

Diese Erkenntnis Frankls setzt Jacobi eindrucksvoll in Szene, bringt sie in eine chronologische Reihenfolge und macht sie so auf der Bühne dar-

stellbar. Jacobi führt dem Publikum die Absurdität des Lageralltags vor Augen, springt unvermittelt zwischen der Person Frankls und der des Lageraufsehers hin und her, ist in der einen Sekunde Frankl, der die menschliche

Leidensfähigkeit analysiert, in der nächsten der Lageraufseher, der laut schreiend seine Befehle erteilt und die Häftlinge beschimpft.

Sein Ziel hat Jacobi bei seinen Zuschauern erreicht. Durch das Gesehene und Gehörte sichtlich bewegt und nachdenklich gestimmt, dauert es lange, bis sich die ersten Besucherinnen und Besucher am Ende der Vorstellung von ihren Plätzen erheben. Zu applaudieren wagt kaum jemand ...

Aus: WAF, 4. Februar 1998

Bericht zur Lage der Berufsvertretung der österreichischen Psychotherapeuten

Lilo Tutsch

In der Generalversammlung des ÖBVP im November 1997 wurde - völlig unerwartet für einen großen Teil der Anwesenden - das altbewährte Präsidium (Dr. Pritz, Dr. Patera, Dr. Bartuska, Dr. Fehlinger, Dr. Korbel) vor eine neue Wahlsituation gestellt. Unvorangekündigt gab Frau Dr. Patera einer Anfrage einer Gruppierung innerhalb des ÖBVP nach und kandidierte für die Präsidentschaft, mit der Auflage, einen Kandidaten für die Vizepräsidentschaft ihrer Wahl nominieren zu können. Für sie "sei es wichtig ein Präsidium zu haben, mit dem sie gut zusammenarbeiten könne: Dr. Chimani (Vizepräsident), Ilse Döring (Kassierin), Helga Wimmer (Schriftführerin), Madelaine Wessely (Kandidatenvertreterin)."

Diese Kandidaten wurden dann auch mit knapper Mehrheit gewählt, wobei Dr. Bartuska und Waibel von der Kandidatur zurücktraten, nachdem Dr. Patera und Dr. Chimani als Präsidentin und Vizepräsident gewählt wurden. Ilse Döring trat später ihr Präsidiumsamt nicht an.

Was war passiert?

Ein bereits lange vorher vorbereiteter, aber geheim gehaltener Umsturz? Ausdruck von Unzufriedenheit mit dem Präsidium? Spaltung unterschiedlicher Interessensgruppierungen in berufspolitischen Fragen wie Kassenverhandlungen und Kammer? Frauenrevolte? Angriff auf die präsidiale Macht? Vatermord?

Es steht hier nicht an, Hintergründe zu gewichten oder diesen neuen Aspekt beizufügen, wohl aber die Art und Weise dieses Vorgehens zu beleuchten:

Dieser Stil ist eines ernstzunehmenden, berufspolitischen Gremiums und gar einer therapeutischen Zunft nicht würdig und disqualifiziert unseren Berufsstand. Ein Minimum an Transparenz und Fairness ist zumindest die Offenlegung einer Kandidatur mit den entsprechenden Arbeitszielen. Auf solchem Hintergrund ist es schließlich den Mitgliedern möglich zu entscheiden, ob man die Reise aus einem Bundesland zur Generalversammlung antritt oder mit den kandidierenden Personen einverstanden ist und es nicht so viel Unterschied macht, wer dann ge-

wählt wird,

Die Wurzeln für dieses pseudo-demokratische Vorgehen (nur 8% der wahlberechtigten Mitglieder waren anwesend) liegt jedoch in den Statuten, die bislang die Möglichkeit einer Briefwahl nicht vorsieht. Erst damit wäre die einsehbare Kandidatur gewährleistet.

Auf dem Hintergrund dieser Geschehnisse hat der österreichische Vorstand der GLE einen Antrag an die Generalversammlung des ÖBVP gestellt, dessen Wortlaut wir hier zu Ihrer Information abdrucken.

1. Antrag an die ao. Generalversammlung:

Die Generalversammlung möge beschließen, eine Änderung des § 9 Z 8 Abs 1 der Statuten des ÖBVP i.d.g.F. vom 8. Oktober 1994 betreffend den Wahlmodus der Vorstandmitglieder im folgenden Sinne vorzunehmen:

Die Wahl der Vorstandmitglieder erfolgt alle zwei Jahre jeweils acht Wochen vor der Generalversammlung mittels Briefwahl. Die Aussendung der Wahlblätter ergeht an alle Mitglieder und beinhaltet zumindest eine Liste aller KandidatInnen und das späteste Einlang-Datum (Poststempel), falls das Wahlblatt nicht eigenhändig bei der Generalversammlung abgegeben wird. Das Ergebnis der Vorstandswahl ist bei der Generalversammlung vom scheidenden Vorstand vorzustellen und zu bestätigen.

Die Beschlußfassungen in der Generalversammlung erfolgen in der Regel mit einfacher Stimmenmehrheit... (bisheriger Text geht unverändert weiter).

Bisher lautete § 9 Z 8 Abs 1: "Die Wahlen und die Beschlußfassungen in der Generalversammlung erfolgen in der Regel mit einfacher Stimmenmehr-

heit. Beschlüsse, mit denen Statuten des Vereins geändert werden sollen, bedürfen einer qualifizierten Mehrheit von zwei Dritteln der abgegebenen gültigen Stimmen."

Begründung:

Eine Vereinigung, deren Mitglieder sich über das gesamte Bundesgebiet verteilen, kann kaum jemals eine repräsentative Zahl ihrer Mitglieder für eine Mitgliederversammlung zusammenbringen, wie die Erfahrung gezeigt hat. Um aber Vorstandswahlen durchführen zu können, die repräsentativ für den Wählerwillen der Mitglieder des ÖBVP sind, erscheint die Durchführung einer Briefwahl als das angemessenste Mittel. Bei der Briefwahl kann jedes Mitglied des ÖBVP ungeachtet zeitlicher, räumlicher oder finanzieller Hindernisse seinen Wählerwillen zum Ausdruck bringen.

2. Antrag an die ao. Generalversammlung:

Die Generalversammlung möge im Falle der Befürwortung der Briefwahl beschließen, zum ehest möglichen Zeitpunkt, spätestens jedoch bis zum Oktober 1998, eine Neuwahl des Vorstandes in Form einer Briefwahl vorzunehmen und den alten Vorstand bis spätestens einen Monat nach Konstituierung eines gültigen Vorstandes abzuwählen.

Begründung:

In der Ausschreibung zur Wahl im November 1997 bestand keine Gegenkandidatur. Dies verleitete zur Annahme, daß der Vorstand aus der Reihe der ausgeschriebenen Kandidaten, wie gewohnt, gewählt würde. Darauf haben die Mitglieder Bezug nehmen können und ihre Entscheidung für die Teilnahme an der Generalversammlung getroffen.

Mit diesen Voraussetzungen ist es sowohl für den alten Vorstand keine eindeutige Absage als auch für den neuen Vorstand kein ausreichender Arbeitsauftrag (schwächt den neuen Vorstand).

Es ist außerdem anzumerken, daß die Wahl nur von einem kleinen Prozentsatz der ÖBVP-Mitglieder (ca. 0,8%) getroffen wurde, was keiner Repräsentativität entspricht.

Es gilt nun, den wahren Wählerwillen im ÖBVP festzustellen.

Dieser kam jedoch auch auf der außerordentlichen Generalversammlung des ÖBVP im Jänner 1997 nicht zur Abstimmung, da die Turbulenzen der letzten Zeit die noch dringlichen Sachthemen wie z.B. die Kammerregelung, aber auch grundsätzliche statutarische Änderungsanträge, wie eben die Briefwahl, verdrängten. Dies alles schwächt unsere Position nach "außen".

Für den 7. März 1998 wurde nun von drei Landesverbänden (Kärnten, Oberösterreich und Wien) sowie einem Personenkomitee (Brandl-Nebehay, Keil, Längle, Stumm, Weber) eine neuerliche Generalversammlung gefordert, in der eine ordentliche (offene, faire, transparente) Neuwahl thematisiert wird.

Fragen, wodurch und wie sich ein solcher politischer Stil etablieren konnte, in dem es möglich wird, daß ein verdienstvolles Team, welches sich von der Stunde Null an für die gesetzliche und gesellschaftliche Etablierung unseres Berufsstandes eingesetzt hat, auf diese Weise abgewählt werden kann oder wie es einem Präsidium wohl geht, daß sich in dieser Weise konstellierte hat, also ohne "soliden Grund" arbeiten muß, werden dort wohl auch nicht beantwortet werden.

Sachfragen vielleicht doch: Ich hoffe, Sie werden selber kommen und wählen.

Abschlußarbeiten in Logotherapie und Existenzanalyse

- ARTAKER G. Menschsein und Arbeit
BERTEL M.-B. Vertrauen. Phänomen und Bedeutung für die psychotherapeutische Beziehung
BRÜSTLE G./RAUCH J. Ein kulturanthropologischer Beitrag zur Psychotherapie
EIBENSTEINER K. Die Lebensproblematik des Querschnittgelähmten existenzanalytisch und logotherapeutisch betrachtet
HASELWANTER E.M. Ich bin. Existenzanalytische Anthropologie und Behinderung
HÖTZER M. Das psychosomatische Konzept von Dieter Wyss und sein Beitrag zur Existenzanalyse
KREUZER J. Väterverlust in der Kindheit. Phänomenologische Betrachtung und therapeutische Möglichkeiten aus existenzanalytischer Sicht
KREXNER H. Reason in Madness. Rezension des gleichnamigen Werkes von M.D. Niv
LAURE S. Sexueller Mißbrauch und funktionelle Anfälle. Ein existenzanalytischer Abriss über einen Zustand des "aus der eigenen Existenz-Gefallen-Seins"
NOWAK J. Burnout. Erfahrungen und Reflexion
PLOTZ R. Hunger nach Sinn. Rezension des Buches von Ursula Wirtz und Jürg Zöbeli
SOCIO-SCHWEITZER M.T. Das Gespräch in der psychotherapeutischen Praxis aus der Sicht der Existenzanalyse und Logotherapie
STRUCKL-VOGLJÄGER E. Zurück zum Leben finden. Ein Erfahrungsbericht über die psychotherapeutische Arbeit mit Krebsbetroffenen unter Berücksichtigung einer existenzanalytischen Untersuchung an brustkrebserkrankten Frauen
UNTERKOFLEK K. Daß sie das Leben in Fülle haben. Aspekte aus christlicher und existenzanalytischer Sicht
WACLAWEK E. Die existentielle Traumanalyse im therapeutischen Prozeß. Eine Studie der phänomenologischen Traumarbeit anhand einer Traumserie
WAGNER R.P. Theoretische Grundlagen der existenzanalytisch-logotherapeutischen Ausbildung. Ein Kondensat
WILDNER Ch. Soziales Lernen - Beratungsmodell für LehrerInnen an allgemeinbildenden höheren Schulen zur Förderung ihrer Persönlichkeit und zur Verbesserung ihrer Berufszufriedenheit auf dem Hintergrund eines existenzanalytischen Menschenbildes zur Theorie, Praxis und Reflexion im schulischen Handlungsfeld für LehrerInnenteams
WINKLER E. Jenseits der Empathie. Zur Idee der provokativen dialektischen Intervention als spezielle psychotherapeutische Technik und als meta-therapeutische Grundhaltung

ZEIRINGER H. Existenzanalytische Therapie einer Eßstörung. Bulimie nach Anorexie auf dem Hintergrund einer emotional instabilen Persönlichkeitsstörung

Publikationen

- LÄNGLE A. (1998) Sinn - Die existentielle Motivation des Menschen. In: Impuls. Mitarbeiterzeitung Kardinal Schwarzenberg'sches Krankenhaus, Nr. 5
POCH V. (1998) Der Personzentrierte Ansatz und die Existenzanalyse/Logotherapie. Jochen Sauer im Gespräch mit Alfred Längle. In: Korunka Ch. (Hg.) Begegnungen: Psychotherapeutische Schulen im Gespräch. Dialoge der Person-Centred Association in Austria (PCA). Wien: Facultas Verlag
PROBST CH. (1998) Therapie eines Patienten mit Borderline-Persönlichkeitsstörung. In: Psychopraxis. Zeitschrift f. prakt. Psychiatrie und Grenzgebiete 2/98. Wien/New York: Springer, 48-50
WURM CH. (1997) Deciding about Drinking - an Existential Approach to Alcohol Dependence. In: du Plock S. (Ed.) Case Studies in Existential Psychotherapy and Counselling. London: Wiley, p. 141-156

Neue Mitglieder

- Frau Dr. Birgitta AFSCHAR, Graz (A)
Frau Imme-Kathrin BERTHEAU (D)
Frau Alexandra BLANK (D)
Herr Heinz BÖNIG, Lilienthal (D)
Frau Susanne DROSG, Graz (A)
Frau Renate GYGER, Schladming (A)
Frau Mag. Tanja KNAPP, Graz (A)
Frau Fiede KRANZ, Berlin (D)
Frau Maria KRATOCHVIL, Ottenschlag (A)
Frau Mag. Margarete LACKNER, Gleisdorf (A)
Frau Waltraud LOPATKA, Graz (A)
Frau Regine LUENSTROTH, Berlin (D)
Frau Mag. Ingeborg MEISTER, Andorf (A)
Frau Marie Theres MELCHINGER, Perchtoldsdorf (A)
Frau Dr. Barbara MELISCH, Graz (A)
Frau Silvana NEUHOLD, Wien (A)
Frau Renate PFEIFFER, Obertrum (A)
Frau Mag. Beate RIEDLER, Wien (A)
Frau Ingrid RIEK, Heilbronn (D)
Frau Barbara RITTER-KÖLPL, Gasen (A)
Frau Gertraud TRAUNFELLNER, Wien (A)
Herr Peter TESCHKY, Veitsbrunn (D)
Frau Herta WAGNER, Wien (A)
Frau Andrea WARTUSCH, Hollabrunn (A)
Herr Hans-Peter WIESINGER, Weinitzen (A)
Frau Dipl. Ing. Elfriede ZIMMERMANN, Wien (A)

Ausgetretene Mitglieder

- Frau Dr. Gisela BERNBECK (D)

Herr Dr. Heinz BIXA (A)
Frau Barbara FRANKE (A)
Frau Elke GOTE (D)
Frau Mag. Ute HUEMER (A)
Herr Erhard KOHL (D)
Frau Dr. Mechthild KRANEWITTER (A)
Frau Dipl.Päd. Gabriele LIESS (D)
Herr Mag. Gerhard BASCHLBERGER (A)
Herr Willi HINTERSONNLEITER (A)
Herr Tony HÜLTNER (A)
Herr Frank KOREN (A)
Frau Susanne PROMMEREGER (A)
Frau Dr. Anna TECHT (A)

Praxiseröffnungen

- Linz** Mag. phil. Judith Fink
Aubergstraße 8
4040 Linz
Tel.: 07234/85262
- Basel/Schweiz:** Dr. med. Kaspar A. Strub-Löw
Facharzt für HNO sowie Facharzt für
Allergologie und klin. Immunologie
sowie Psychotherapeut in AE/LT
Kornhausgasse
CH - 4051 Basel
Tel.: 261 23 23 / 264 94 00 (ab 1.4.98)
Fax: 261 23 23 / 264 94 01 (ab 1.4.98)
- Kent Town/
Australien:** Dr. Christopher Wurm
Sera House
33 Dequetteville Terrace
Kent Town, SA 5067
Australien
Tel.: ++61-8-8364 0141
Fax: ++61-8-8331 3814

Neue Ausbildungsgruppen

WIEN - EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM

Leitung: Alfried Längle
Beginn: 17.-18.9.1998 (Aufnahmeseminar)
Information: GLE Wien, Sekretariat
Ed. Sueßgasse 10, 1150 Wien
Tel.: 0222/985 95 66

WIEN - LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG

Beginn: Herbst 1998
Informationstage: 8.5. und 9.9.98 von 18.00-21.00 Uhr
Information: GLE Wien

INNSBRUCK - EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM

Leitung: Christine Orgler und Helene Drexler
Beginn: 16.-17.5.1998 (Aufnahmeseminar)
Information: Ch. Orgler, Tel.: 89-41-406 oder
H. Drexler, Tel.: 89-41-405
Einwanggasse 23/10, 1140 Wien

MÜNCHEN - LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG

Leitung: Walter und Wasiliki Winklhofer
Beginn: 14.-15. März 1998 (Einführungsseminar)
Information: Wasiliki Winklhofer, D-80797 München,
Schleißheimerstraße 200
Tel. und Fax: 089/3087471 oder
Dr. Walter Winklhofer, Tel: 089/3086253
Es können noch weitere TeilnehmerInnen
aufgenommen werden.

HANNOVER - LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG

Leitung: Christoph Kolbe, A. Böttcher-Poetsch
Beginn: 14.-17.05.1998
Informationstag: 1.4.98 von 17.00-19.00 Uhr
Information: Norddeutsches Institut für Existenzanalyse
Borchersstr. 21, D-30559 Hannover,
Tel.: 0511/5179000, Fax: 0511/521371

BERLIN - LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG (B4)

Leitung: Günter Funke, Susanne Jaeger-Gerlach
Beginn: 11.03.1998 - jeden Mittwoch außerhalb
der Berliner Schulferien
Information: Berliner Institut für Existenzanalyse & LT
Lietzenburger Straße 39
D-10789 Berlin, Tel./Fax: 030/2177727

BERLIN - LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG (B5)

Leitung: Günter Funke, Susanne Jaeger-Gerlach
Beginn: 23.-25.10.1998 (Wochenendkurs)
Information: Berliner Institut für Existenzanalyse & LT
Lietzenburger Straße 39
D-10789 Berlin, Tel./Fax: 030/2177727