
THEMENSCHWERPUNKT

**Tagungsbericht
Zeit-Erfahrungen**

BEILAGEN

Fortbildungsakademie
Jahresprogramm 2000

Publikationsverzeichnis
der GLE 1986-1999

INHALT

Editorial	3
TAGUNGSBERICHT - VORTRÄGE	
Zeitlichkeit als Herausforderung wahrhaften Existierens (<i>C. Wicki</i>)	4
Zeitaspekte der Krankheit (<i>W. Winkelhofer</i>)	10
Philosophische Aspekte der Zeitlichkeit im Abendland und ihre psychiatrische Dekompensation (<i>H. Tellenbach</i>)	14
Was bewegt den Menschen? Die existentielle Motivation der Person (<i>A. Längle</i>)	18
TAGUNGSBERICHT - PANEL	
Zeiterleben und Lebensgestaltung: Wechselwirkungen und Auswirkungen (<i>S. Boethius, L. Ciompi, L. Tutsch, U. Wirtz, B. Wicki</i>)	30
TAGUNGSBERICHT - ARBEITSGRUPPEN	
Umgang mit verpaßter Zeit (<i>C. Firus</i>)	38
Zeitung-Tatzeit-Zeitbombe-Fragen der Gewalt in unserer Zeit (<i>H. Gall</i>)	38
Die äußere und innere Zeitgestalt des Krankseins (<i>J. Gnaiger</i>)	39
BUCHBESPRECHUNGEN	41
PUBLIKATIONEN/ ABSCHLUSSARBEITEN	42
AKTUELLES	
Weihnachtsaktion der GLE	44
Beginn der EA-Ausbildung in Moskau	45
Histrionische Persönlichkeiten - „Selbstlose Menschen“	46
Kassenverhandlungen in Österreich - Stellungnahme der GLE	47
MITTEILUNGEN	48
KONTAKTADRESSEN	52
IMPRESSUM	52
Lehrberechtigte der GLE	53
TERMINE	55
Kongreß 2000	62

Bankverbindungen der GLE

Österreich:	Konto Nr.: 040-33884, Erste Österr. Spar-Casse-Bank
Deutschland:	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 oder mittels AX, DC, VISA, EC/MC

Unsere e-mail Adresse: gle-wien@eunet.at
Neu gestaltete Homepage! <http://www.existenzanalyse.org>

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,-
Einzelpreis:
öS 100,- / DM 15,- / sfr 12,50

H I N W E I S E

Themen-Redaktion
Dr. Beda Wicki

Lehrberechtigte der GLE

Korrigierte Liste
Seite 53

Kassen- verhandlungen in Österreich

Seite 47

Weihnachtsaktion für Rumänien

Seite 44

Vorschau aufs nächste Heft:
**Neuere Methoden
der LT/EA**

Themen-Redaktion
Dr. Silvia Längle

Themen der nächsten Hefte:

EA Forschungsprojekte Therapeutische Beziehung

**Redaktionsschluß für die
Nummer 1/2000:**

10. Jänner 2000

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen !

Wir stehen vor der Jahrtausendwende; dieses Ereignis beschäftigt viele Menschen und weckt Fragen, Unsicherheit und Ängste.

Dadurch erhält das Thema "Zeit" große Aktualität. Eigentlich ist es ein uraltes Thema, wie an der Tagung der GLE vom 3. – 5. April 1992 in Unterägeri in der Schweiz zum Ausdruck kam. Die Jahrtausendwende macht lediglich sensibler für die Tatsache, dass menschliches Leben unentrinnbar mit der Zeit verwoben ist. In den Tagungsvorträgen, Workshops und im Panel ist eine Vielzahl von Aspekten der menschlichen Zeitverwobenheit zur Sprache gekommen, die ungebrochen eine große Aktualität haben. Von daher lohnt es sich, diese Gedanken auch 7 ½ Jahre nach der Tagung einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen.

Zudem ist die Tagung in Unterägeri auch für die Entwicklungsgeschichte der Logotherapie und Existenzanalyse interessant, weil sich hier in vielen Voten deren Weiterentwicklung ankündigt: Das Gespräch bewegte sich in wahrnehmbarer Weise zu den Voraussetzungen des Existieren-Könnens hin: es war viel von "spüren", "erleben" "Authentizität", "leben des Eigenen" die Rede. So hat sich rückblickend an der Tagung "Zeit-Erfahrungen" eine neue Zeit in der Entwicklung der Logotherapie und Existenzanalyse angekündigt.

Beda Wicki

Die Fertigstellung des letzten Heftes im Jahr 1999 ist natürlich ein Augenblick, um Rückschau zu halten und Bilanz zu ziehen.

Viele Ausgaben der GLE-Zeitung sind seit ihrem ersten Erscheinen im Jahre 1986 herausgekommen, anfangs unter der Bezeichnung *Bulletin der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse*, ab 1995 als EXISTENZANALYSE. So eine Rückschau, wie ich sie bei der Erstellung des Publikationsverzeichnisses unternommen habe, läßt auf eine beeindruckend gewachsene Kultur der Publikationen blicken. Allein die Anzahl von 145 Artikeln mag einiges der Publikations-, aber auch der geleisteten Reflexionsarbeit zu verschiedenen Themen der Existenzanalyse und Logotherapie demonstrieren.

Nach zögerlichem, aber stetig wachsendem Beginn hat sich in den letzten vier Jahren mit annähernd hundert Artikeln der Umfang verdreifacht.

Für das neue Jahrtausend beschäftigen wir uns mit weiteren Verbesserungen. Soweit es möglich ist, sollen Artikel auch über die Homepage abrufbar sein. Im Zuge der Internationalisierung sollen den Artikeln englische Abstracts vorangestellt werden. Aber vor allem ist mir der Fundus der Abschlußarbeiten ein Anliegen; sie sollen noch bekannter und die enthaltenen Erfahrungen besser verfügbar werden. Da liegt noch viel Arbeit vor uns.

Im Namen der Redaktion wünsche ich Ihnen eine friedvolle Weihnachtszeit und eine glückende "Zeitenwende"!

*Silvia Längle
für das Redaktionsteam*

Zeitlichkeit als Herausforderung wahrhaften Existierens

Christine Wicki

Die Frage nach der zeitlichen Verfaßtheit menschlicher Existenz wird von jedem Menschen mehr oder weniger eindringlich erfahren. Daß der Mensch sich aber als ein Wesen in der Zeit vorfindet, steht außer Frage, ja dies ist ein Grundphänomen menschlicher Seinsweise.

Ausgehend von diesem Tatbestand werden einige existentielle Gesichtspunkte zur Zeitstruktur menschlichen Daseins herausgearbeitet. Weiters wird der Frage nachgegangen, ob und wie der Mensch mit dieser vorgegebenen Zeit(-struktur) umgehen kann. Diese allgemein existenzphilosophischen Überlegungen werden durch ein Fallbeispiel illustriert.

Im Tagungsprogramm steht, daß ich nun eine gute halbe Stunde Zeit habe, um über die Zeit zu sprechen. Dies kommt mir lang vor, wenn ich versuchen wollte, über die objektiv meßbare Zeit zu sprechen, kurz bzw. spannend, wenn ich versuche einige Aspekte der subjektiv erlebten bzw. gelebten Zeit herauszuarbeiten. Ich werde über das letztere sprechen und hoffe, daß auch Sie es spannend finden werden, so daß die Zeit für uns alle 'wie im Flug vergehen' wird.

Zeit als wesentliche Grundlage menschlicher Existenz

Diesem Phänomen, daß die Zeit als lang oder kurz, zähflüssig oder schnell vergehend usw. empfunden wird, ist lange nicht die nötige Beachtung geschenkt worden. Was alleine zählte, war die objektiv meßbare Zeit und die subjektiv erlebte, die häufig von der objektiv meßbaren Zeit abweicht, wurde nicht ernst genommen; sie wurde nur insofern vermerkt, als daß es am richtigen Zeitgespür fehle. Erst mit - soviel ich weiß - Henri Bergson hat diese Unterscheidung Bedeutung gewonnen und seitdem hat die Frage nach der zeitlichen Verfaßtheit menschlicher Existenz an Bedeutung gewonnen. Heute wird allgemein anerkannt, daß das Bewußtsein, das Erleben von Zeit wesentlich mit

unserer Art des Lebens, des Existierens zusammenhängt. Menschliches Existieren bezeichnet immer einen Prozeß, eine Bewegung, die in der Zeit verläuft und ihren Bedingungen unterworfen ist. Das Existieren, dieses aus sich Herausgehen, das In-der-Welt-sein erfolgt immer innerhalb eines gewissen Horizontes: der Zeit. Das, was wir allgemeinhin 'Zeit' nennen, ist also eine wesentliche Grundlage menschlicher Existenz. Zeit ist ein entscheidender Faktor allen Werdens und Vergehens; Zeit ist ganz eng mit jedem Aspekt unserer Existenz verwoben.

Die Zeit stellt ein Phänomen dar, das alle Wissenschaften, eigentlich jeden Menschen betrifft.

So vermerkt denn Heidegger, der ja zu diesem Thema ein grundlegendes Werk, nämlich 'Sein und Zeit' geschrieben hat, "Das Medium, in welchem sich das Menschsein im Sinne von Existenz vollzieht, ist primär die Zeit. In ihr entfaltet der Mensch sein Wesen, das in den Bezügen zur Zeit und zur Welt erst konkrete Gestalt annimmt. Die Zeit ist der immer schon vorgegebene Horizont, in dem das Dasein, als In-der-Welt-sein verstanden, jeweils zum Vollzug gelangt, ..." (Heidegger 1984, 54). Und Bollnow meint: "Es handelt sich darum in der Frage nach der Zeitlichkeit um die Frage nach dem Wesen des Menschen selbst." (Bollnow 1979, 165)

Wir können uns nicht von der Zeit lösen; die zeitliche Verfaßtheit gehört untrennbar zur menschlichen Existenz. Die große Tragweite dieser Tatsache, die Bedeutung der Zeitlichkeit menschlicher Existenz erfährt jeder mehr oder weniger intensiv. Die Zeit läßt sich nicht manipulieren; wir können nicht 'die Uhren zurückstellen', die Zeit 'stehen bleiben lassen' usw. Unsere Lebenszeit schreitet unaufhörlich - von uns nicht beeinflussbar - voran. Unsere Zeit macht uns die Unwiederbringlichkeit gewisser Situationen, verpaßter Möglichkeiten usw. deutlich. „Das ist der Ernst der Tatsache, daß das personale Leben sich in der Zeit abspielt. Denn die Zeit läßt nicht mit sich spaßen. Entweder sie wird genützt, oder sie wird versäumt. Entweder ist sie das Medium unseres Aufbaues oder unseres Abbaues, ...“ (v. Gebattel 1958, 357)

Letztlich ist die Zeitlichkeit ein Ausdruck der Endlichkeit menschlicher Existenz. Wir sind zeitliche Wesen, weil wir endliche Wesen sind. Von hierher erfährt die Zeitlichkeit ihre letzte, tiefste Bedeutung, von hierher gesehen bekommt das Phänomen der Zeitlichkeit eine ganz bestimmte Spannung. Hätte der Mensch unendlich viel Zeit,

wäre das Morgen so gut wie das Heute, hätte er eigentlich keinen Grund etwas anzufangen, Entscheidungen zu treffen, Möglichkeiten zu ergreifen usw. Erst das Wissen um seine endliche Lebenszeit bewegt den Menschen zum Handeln, sein Leben zu gestalten. "Erst durch den Druck der Endlichkeit kommt die Spannung in das Leben, die den Menschen zwingt ... die Zeit des Lebens zu nutzen." (Bollnow 1984, 98)

Auf die Bedeutung der Endlichkeit des menschlichen Lebens (für die verschiedenen Zeitdimensionen der Existenz) werde ich an späterer Stelle noch näher eingehen.

Die verschiedenen Zeitdimensionen in ihrer Bedeutung für die menschliche Existenz

Häufig wird die Zeit aber als etwas gleichförmig Vergehendes erlebt. Die Zeit wird als ein ständiges Dahinfließen einzelner Zeitmomente verstanden, die aus der Zukunft kommend in die Gegenwart eingehen, um in der Vergangenheit zu verschwinden. Einzelne Augenblicke. Zeitmomente werden in ihrer qualitativen Bedeutung nicht gesehen; was alleine zählt ist die Quantität, meßbar in möglichst vielen Erlebnissen in möglichst kurzer Zeit.

Diese Auffassung beruht auf der Deutung der Zeit als eines gleichförmig ablaufenden Kontinuums. Man geht hierbei von der Vorstellung aus, daß das Leben wie ein Faden abläuft, bis irgendwann einmal dieser Faden abgeschnitten wird. Alles ist mehr oder weniger gleichförmig. Die Vergangenheit ist vorbei; sie zählt nicht mehr; die Zukunft ist noch nicht und hat von daher noch keine Bedeutung. Höchstens die Gegenwart wird in Beziehung zu meinem jetzigen Leben gesetzt, nur sie zählt. Hier gilt es möglichst viel zu machen, zu erleben, bevor es in der Vergangenheit verschwindet und damit vorbei ist. Hektik, Ungeduld, Sensationslust, leere Betriebsamkeit, Mangel an Geduld, das nicht Verweilen können usw. sind nur einige Folgeerscheinungen, die sich aus diesem Zeitverständnis ergeben können. So wird z.B. der Tod nur als das Ende, das irgendwie von außen an das Leben herankommt, gesehen; dessen tiefere Wesensbestimmung, seine große Bedeutung für das schon gegenwärtige Leben wird nicht gesehen (höchstens dumpf als etwas Schreckliches, Bedrohliches erahnt, über das man aber besser nicht nachdenkt).

Aber schon beim näheren Hinsehen verschiedener Zeitmomente zeigt sich, daß das eben beschriebene Verständnis von der Zeit nicht haltbar ist. Schon beim Versuch den je gegenwärtigen Augenblick zu beschreiben, zeigt sich, daß in ihm eine reiche zeitliche Struktur enthalten ist. In dem Augenblick z.B., in dem der Mensch plant, etwas erhofft oder befürchtet usw. ist schon ein Moment der Zukunft enthalten. Von daher lassen sich Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft nicht als gleichförmige Glieder einer mehr oder weniger langen Kette verstehen, sondern sie sind "die drei Richtungen, in denen sich das zeitliche Verhalten des Menschen ausstreckt und aus denen zusammen sich der gegenwärtige Augenblick konstituiert." (Bollnow 1984, 106) In diesem Sinne spricht Heidegger von

den drei "Exstasen" oder auch von den drei "Dimensionen" der Zeit.

Mir geht es im folgenden nun darum, herauszuarbeiten, daß alle drei Zeitdimensionen - sowohl die Vergangenheit, wie die Gegenwart, als auch die Zukunft - Wirklichkeitscharakter besitzen, d.h. nicht nur die Gegenwart wirkt in unserem Leben, sondern sowohl Vergangenheit als auch Zukunft können vom Menschen als wirkend erfahren werden. Hierbei darf aber nicht der Eindruck entstehen, als ob diese drei Wirklichkeiten unverbunden nebeneinander stehen würden. Sie bilden insofern eine Einheit, als daß der Mensch als Existierender an ihnen Teil hat; sie sind im Zusammen der Existenz wirklich. Weiters muß betont werden, daß diese drei Dimensionen weder als bloße neutrale Faktoren menschlichen Seins, noch immer gleichwertig erfahren werden; sie werden vom Menschen je anders erlebt. So kann z.B. die Vergangenheit sowohl als Last, die man mit sich rumschleppen muß, als Bürde erlebt werden, oder auch als fester Boden, der Kraft gibt, erfahren werden. Ähnliches läßt sich auch von der Gegenwart und der Zukunft feststellen.

Um aber die drei Zeitdimensionen in ihrer möglichen Wertigkeit für das je eigene Leben zu erfahren, zu erkennen, muß diese Bedeutung der Zeitlichkeit für die menschliche Existenz erhellt werden. Hier sei nur am Rande vermerkt, daß dies - meiner Meinung nach - noch eine wichtige Arbeit in Therapiegesprächen sein kann.

Leben angesichts der Endlichkeit

Nun möchte ich näher auf die existentielle Bedeutung dieser Zeitdimensionen eingehen. Hierzu werde ich immer mal wieder auf das Beispiel einer Frau zurückgreifen und damit versuchen, die Theorie etwas zu illustrieren. Es handelt sich um eine Frau, Ende 20; ich möchte sie hier 'Ann' nennen.

Ann und ich haben uns vor etwas mehr als einem Jahr zum ersten Mal getroffen. Sie hatte kurz zuvor erfahren, daß sie HIV⁺ ist und wollte - wie sie sich ausdrückte - 'aufräumen'. Etliche Sachen in ihrem Leben schleppte sie mit sich rum; sie wollte davon loskommen, wußte aber nicht wie. Anfangs war ihr ganzes Augenmerk darauf gerichtet, möglichst gesund zu leben (körperlich und seelisch), um die Krankheit zu besiegen. Sie setzte sich damit schrecklich unter Druck, ließ Dinge, Menschen, Situationen nicht in ihrem Eigenwert bzw. Eigensein bestehen, sondern sah sie nur unter dem Aspekt "gesund oder nicht gesund für mich". Dieser Druck, diese Bürde mußte erst gelockert werden. - Soweit einige Informationen zu Ann.

Welche Bedeutung ein in der Zukunft liegendes Ereignis für unser gegenwärtiges Leben hat, ist vorhin schon kurz angeklungen. Es wurde gesagt, wir sind zeitliche Wesen, weil wir endliche Wesen sind und dieses Wissen um unsere Endlichkeit bewegt uns u.a. zum Handeln im Hier und Jetzt. Der Tod und damit das Wissen um unsere Endlichkeit ist ein konstitutiver Bestandteil unseres gegenwärtigen Lebens und nicht nur ein Ereignis, das irgend-

wann einmal stattfinden wird. In diesem Sinne schreibt dann Bollnow: "Die Bewegung des Lebens drängt nicht hin zum Tod, sondern wird von ihm zurückgeworfen auf das Leben." (Bollnow 1984, 94) Der Tod, als etwas in der Zukunft Stattfindendes, ist also ein bewegender und gestaltender Bestandteil unseres jetzigen Lebens.

Ann hatte sich vor ihrer Krise kaum Gedanken über die Endlichkeit ihres Lebens gemacht. Der Tod war bis dahin etwas gewesen, was weit weg war, und es lohnte sich von daher nicht, sich Gedanken darüber zu machen. Nun wurde sie knallhart damit konfrontiert, daß sie ein sterbliches Wesen ist, daß ihr Leben irgendwann vorbei ist. Zum ersten Mal versuchte sie, sich mit diesen Gedanken auseinanderzusetzen. Die Gegenwart, ihr jetziges Leben, bekommt für sie durch dieses Wissen eine neue Bedeutung, eine andere Qualität. Sie sagt: "Jetzt, da ich damit rechnen muß, irgendwann - früher oder später - zu sterben, wird das Leben für mich ganz was Kostbares. Ich werde 'geizig' mit meiner Zeit. Ich streife viel Ballast ab, mache nicht mehr soviel, was 'man' so macht. Ich mag nicht mehr so blödsinniges Zeug machen, nur um die Zeit tot zu schlagen." - Soweit Ann.

Mit diesem Wissen um den Tod ist aber eine große Ungewißheit verbunden. Die wenigsten Menschen wissen um den Zeitpunkt ihres Todes. Vor allem Heidegger hat die Folgen hiervon, nämlich Angst, Schwindel, Unheimlichkeit, die den Menschen beim Gedanken an das Nicht-mehr-sein überkommen, herausgearbeitet. Die Pläne, Hoffnungen, die Erwartungen, die der Mensch an das noch vor ihm liegende Leben hat, werden hiervon betroffen. Die Ungewißheit der Todesstunde zwingt den Menschen so zu leben, daß nicht erst ein in der Zukunft liegendes Ereignis sein Leben sinnvoll macht. Will der Mensch angesichts des Todes bestehen, wird er aufgerufen, sein Leben in solcher Weise einzurichten, in dem Sinne zu existieren, daß die Gegenwart Sinnfülle in sich birgt; er wird auf das Wesentliche in seinem gegenwärtigen, augenblicklichen Leben verwiesen. Er wird zur Entschlossenheit wahrhaften Existierens aufgerufen. In diesem Sinne schreibt Jaspers: "Was angesichts des Todes wesentlich bleibt, das ist existierend getan." (Jaspers 1973, 223)

Diese Gedanken, die vor allem von Heidegger herausgearbeitet wurden, sind bestimmt wichtig für das Verständnis der menschlichen Existenz, aber - meiner Meinung nach - zu einseitig, nicht ausreichend. Der Mensch, beschrieben als ein angesichts des Todes Lebender, von diesem Wissen in Sorge und Angst Existierender, reicht für das Verständnis des Menschen nicht aus. Es entspricht dem Menschen nicht, nur einseitig in der Erwartung des Todes, in Angst und Sorge zu leben, sondern der Mensch richtet sich auch auf die Möglichkeit des Weiterlebens, des Zukunft-Habens ein, d.h. er plant und hofft in die Zukunft hinein. Um dem Menschen als zeitliches Wesen gerecht zu werden, muß also ein doppeltes gesehen werden: die Möglichkeit des jederzeit möglichen Sterbens wie die Möglichkeit des Zukunft-Habens, wirken in sein gegenwärtiges Leben hinein.

Von hierher bekommt die Zukunft für das gegenwärtige Leben des Menschen noch ein anderes Gewicht. Der Mensch als Existierender ist nie fertig, ist immer ein sich Entwickelnder, ein Werdender und mit diesem Werden ist die Richtung auf die Zukunft mitgegeben. Die Zukunft ist also die Richtung, in die das Leben hineinläuft; unsere Zeit ist gerichtete Zeit, die auf die Zukunft verweist. Im Erwarten, im Planen des Menschen bekommt die Zukunft Bedeutung für das gegenwärtige Leben; die in der Zukunft liegenden Möglichkeiten bewegen die Existenz zum Handeln. Das Gerichtetsein auf die Zukunft macht u.a. die Lebendigkeit, die Dynamik des gegenwärtigen Lebens aus. So ist es für das gegenwärtige Leben des Menschen von wesentlicher Bedeutung, in welchem Verhältnis es zur Zukunft steht.

Mit dem Gedanken des 'Zukunft-Habens' hatte Ann Mühe. Sie glaubte nicht mehr groß an Zukunft, und fühlte sich zum Teil deshalb vom Leben abgeschnitten. Wir haben darüber gesprochen, was Zukunft haben heißen kann. Zukunft war bis dahin für Ann etwas Abstraktes gewesen, was zwar ständig da ist, sich irgendwie in Jahren messen läßt, aber noch weit weg ist und mit dem gegenwärtigen Leben nicht sonderlich in Beziehung steht. Bis dahin war die Zukunft als vage Möglichkeit da, auf die Ann vor allem hoffte und baute, wenn ihr das gegenwärtige Leben leer, langweilig oder schwierig erschien; die Zukunft erschien dann in einem rosigen Licht, "in der Zukunft wird alles besser, mach ich alles anders". Zukunft, so gesehen, wurde aber nie gegenwärtig. Von diesem Zukunftsgedanken löst Ann sich; Zukunft haben ist mittlerweile für sie etwas ganz Konkretes: das, was jetzt noch nicht ist, aber als Möglichkeit konkret vor mir liegt, ergreifen und damit wirklich werden lassen.

Die Bedeutung des Werdens menschlicher Existenz, die durch die Gerichtetheit auf die Zukunft möglich ist, wird besonders eindrücklich von Menschen erfahren, denen dieser Zukunftsaspekt verlustig zu gehen droht. Ein wesentliches Merkmal depressiver Verstimmungen z.B. besteht in einem veränderten Zukunftsbezug. Die Zukunft wird nicht als der Bereich erlebt, der Möglichkeiten des Werdens und Entfaltens in sich birgt, sondern die Zukunft steht als etwas Unheimliches, Drohendes vor dem depressiven Menschen und läßt von daher keinen Raum zum Werden, letztlich zum Leben offen. In der Folge befürchten viele, zugrunde zu gehen, sie werden immer weniger, ihre Kraft und Leistungsfähigkeit läßt nach, letztlich fühlen sie sich wertlos, das Leben hat keinen Sinn mehr. Die Zukunft als mögliches Potential ist ihnen verschlossen; Kraft, Hoffnung und Zuversicht sind ihnen dadurch verwehrt. Von hierher bekommen auch Schuldgefühle, die der depressive Mensch erfährt, ihr besonderes Gewicht. Jeder Mensch macht sich in seinem Leben schuldig; das Drückende der Schuld wird vom Gesunden aber selten in dem Maße erfahren, wie sie der Depressive erfährt, da der nicht-depressive Mensch Möglichkeiten der Schuldbewältigung in der Zukunft sieht. Dieser Zugang ist dem depressiven Menschen aber aufgrund seines veränderten Zukunftsbezugs nicht möglich.

Von daher nimmt die Schuld "den Charakter des Unwiderstehlichen, des Unkorrigierbaren und Endgültigen an und wird zum herrschenden Faktor des depressiven Schuldgefühls." (v. Gebattel 1958, 366) Hier zeigt sich - meiner Meinung nach - in besonders eindrücklicher Weise die Bedeutung der Zukunft für das gegenwärtige Leben des Menschen.

Zusammenfassend kann also gesagt werden, daß die Zukunft nicht nur der Bereich ist, in dem der Tod, die Endgültigkeit menschlichen Lebens, beheimatet ist und von daher mit Angst und Sorge auf das gegenwärtige Leben wirkt, sondern das Zukünftige ist auch der Bereich des Werdens und Entstehens, der das gegenwärtige Leben mit Kraft, Zuversicht und Hoffnung erfüllen kann.

Die Einstellung zur Vergangenheit

Nun kann das menschliche Leben aber nicht nur als von der Zukunft kommend betrachtet werden. Zukunft wird Gegenwart und bleibt als Gewordenes in der Vergangenheit der menschlichen Existenz beheimatet. Da die Bedeutung der Vergangenheit allgemeinhin erkannt und anerkannt ist, möchte ich hierauf nicht mehr ausführlich eingehen, sondern nur einen Punkt herausgreifen, der häufig in der Diskussion um die Bedeutung der Vergangenheit zu kurz kommt.

Allgemeinhin wird davon ausgegangen, daß die Vergangenheit, meist als Last und Bürde verstanden, die Gegenwart einengt. Hierbei wird schnell übersehen, daß die Gegenwart ihrerseits aber auf das Vergangene einwirken kann und von daher der Vergangenheit neue Bedeutungsinhalte gibt. Der Mensch ist dann nicht mehr Opfer seiner Vergangenheit, sondern Gestalter der Bedeutung der Vergangenheit für sein gegenwärtiges Leben. Vergangenheit - so betrachtet - ist keine starre Tatsache, sondern etwas, das an mich Forderungen stellt, mich auffordert mich mit ihr auseinanderzusetzen; letztlich muß ich mich für meine Vergangenheit verantwortlich zeigen. Sich verantwortlich für die Vergangenheit zeigen heißt heute - in meinem gegenwärtigen Leben - antworten auf das Vergangene; ihr die Bedeutung geben, die ich ihr von meinem gegenwärtigen Leben her geben kann. Die Tatsache der in der Vergangenheit geschehenen Ereignisse ist unverrückbar gegeben, aber die Art und Weise, wie ich dies in mein gegenwärtiges Leben einbeziehe, was und welche Bedeutung es für mein gegenwärtiges Leben bekommt, hängt von meinem Leben im Hier und Jetzt ab. Die Art und Weise, wie ich heute lebe, wirkt auch auf das Vergangene ein, indem es an Bedeutung gewinnt oder abnimmt, neue Bedeutungsmomente hinzukommen, andere schwinden usw.

Insofern kann gesagt werden, daß der Mensch im Hier und Jetzt auch Verantwortung für seine Vergangenheit trägt; die Gegenwart wirkt also auf die Vergangenheit. In diesem Zusammenhang läßt sich auch das sehen, was Frankl als die "Trotzmacht des Geistes" bezeichnet hat. "Unter Bedingungen des Menschseins stehend, steht der unbedingte Mensch trotzdem zu seinem Menschsein: er trotzt den

Bedingungen, in mitten deren Fülle er sich gestellt findet." (Frankl 1975, 84)

In den Kontext unseres Themas übertragen kann das bedeuten, daß der Mensch sich trotz bestimmter Ereignisse in der Vergangenheit, trotz einer bestimmten Lebensgeschichte, anders verhalten kann. Sein gegenwärtiges Verhalten kann darüber bestimmen, welche Bedeutung vergangene Ereignisse haben. "Der faktischen Bedingtheit des Menschen steht seine fakultative Unbedingtheit gegenüber." (Frankl 1975, 85) Welche heilsame, befreiende Wirkung diese Tatsache in manchen Therapiegesprächen zeigt, liegt auf der Hand.

Gegenwart – die reine Aktualität

Der Vollständigkeit halber möchte ich noch kurz einige Anmerkungen zur Bedeutung der Gegenwart des menschlichen Lebens machen.

Von der Gegenwart zu sprechen ist recht schwer. Sie gibt es nämlich nicht in der Allgemeinheit, sondern nur im Ereignis, in der reinen Aktualität. In dieser reinen Aktualität erfährt der Mensch sich selbst, hier ist er präsent. "Die Welt wendet sich im Übergang von Zukunft in Vergangenheit in der Gegenwart auf uns zu. ... Sie heischt Antwort, Stellungnahme, Entscheidung." (Schrey 1947, 82)

Gegenwart ist das Einmalige, Unwiederholbare schlechthin; in ihr ist die Person in reiner Aktualität gegeben. Hier erfährt der Mensch sich unmittelbar. Das aus sich Heraus-treten, das In-der-Welt-Sein, das Stellung nehmen, alle diese Akte des wahrhaften Existierens finden in der Gegenwart statt und lassen von daher den Menschen sich seiner selbst gewiß werden oder besser gesagt: gewiß sein.

Von daher ist eine wesentliche Aufgabe der Therapie nicht nur Vergangenheitsbewältigung, sondern sie besteht auch darin, den Patienten zu befähigen und zu ermutigen, aktiv Gestaltender seines je gegenwärtigen Lebens zu werden. So gesehen erhellt sich auch zum Teil das Problem von Menschen, die fast nur in der Vergangenheit oder der Zukunft leben; sie stehen in der Gefahr, die unmittelbare Gewißheit ihrer selbst zu verlieren; sie spüren, sie erleben sich nicht selbst als aktiv Handelnde, Gestaltende ihrer Welt, sondern sind mehr Zuschauer oder gar Gefangene und von daher haben sie z.B. das Gefühl der Zukunft ausgeliefert zu sein.

Ann versucht auch die Bedeutung der Gegenwart zu erspüren und dementsprechend zu leben. Ein verändertes Lebensgefühl entsteht bei ihr. Sie sagt: "Jetzt lerne ich mich erst richtig kennen, jetzt merke ich erst, was ich kann oder nicht kann, was eigentlich wichtig ist. Früher habe ich immer auf das Morgen gewartet, gedacht, das richtige Leben fängt erst an, wenn ich meinen Traummann gefunden habe, mir schöne Urlaube leisten kann, einen Job habe, der mich voll befriedigt usw. Jetzt merke ich, Leben ist Alltag mit all seinen Höhen und Tiefen. Komischerweise fühle ich mich jetzt sicherer und geborgener als früher; ich muß nicht mehr so vielem hinterher hetzen und auf vieles warten."

Soviel zu den drei Zeitdimensionen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Ihre Erörterung ist hiermit noch keineswegs erschöpft; die bis dahin gestellten Überlegungen sollten nur auf die Bedeutungsvielfalt für die menschliche Existenz aufmerksam machen.

Entschlossenheit

Im folgenden soll noch der Frage nach dem "richtigen" Verhältnis des Menschen zur Zeit nachgegangen werden. Hierzu schreibt Bollnow, daß diese Frage "sich im Leben selbst mit unwiderstehlicher Gewalt aufdrängt. Das menschliche Leben steht unter dem Gesetz der Zeitlichkeit. Das ist alles andere als eine formale, wertfrei hinzunehmende Beschreibung, sondern ist der Ausdruck einer tiefen, gar nicht beiseite zu schiebenden Bedrohung; denn Zeitlichkeit heißt Vergänglichkeit, heißt Hinfälligkeit, ja schärfer zugespitzt: heißt Nichtigkeit des Menschen im Angesicht der schwindenden Zeit." (Bollnow 1987, 10)

Wie aber schon erwähnt, ist die schwindende Zeit, die Vergänglichkeit der menschlichen Existenz nur eine Seite des zeitlichen Geschehens. Das zeitliche Geschehen, die zeitliche Verfaßtheit menschlicher Existenz ermöglicht auch ein Werden, ein Entstehen, etwas Neues hervorbringen zu können usw. Die durch die zeitliche Verfaßtheit menschlicher Existenz gegebene Lebenssituation ruft den Menschen zur Entscheidung. Es liegt an ihm, ob die Zeit als nutzlose, verpaßte dahinschwindet, oder ob sie als Möglichkeit seines Könnens, seines Werdens ergriffen wird. Hier bin ich gefordert; hier geht es darum, daß ich mich jetzt entscheide, die Situation zu der meinigen mache, indem ich mich unbedingt einsetze. Dieser unbedingte Einsatz trägt Sinn und Wert in sich, d.h. der Sinn meines Tuns hängt nicht von dem zu erreichenden Ziel, vom Erfolg meines Handelns ab, sondern der Sinn liegt in der Unbedingtheit meines Einsatzes.

Heidegger spricht in diesem Zusammenhang von der "Entschlossenheit". "Die 'Entschlossenheit' bezeichnet also diejenige Verfassung eigentlichen menschlichen Daseins, wo die Tätigkeit ihren Sinn nicht mehr von einem zu erreichenden Ziel empfängt, sondern diesen unzerstörbar in sich selber trägt. Es handelt sich um eine letzte Angespanntheit des menschlichen Daseins, in der sich dieses aus dem Zustand eines bloßen Dahindämmerns und Sichttreibenlassens herausreißt. ... Der Mensch nimmt hier sein Dasein, das sonst in der Vielzahl der sich anbietenden Möglichkeiten zerstreut war, ... in einer bestimmten Leistung zusammen, die ihren letzten Sinn nicht aus dem erreichten (oder auch möglicherweise nicht erreichten) Erfolg, sondern ausschließlich aus der Unbedingtheit des Einsatzes selber empfängt." (Bollnow 1984, 108 f.)

Mit diesem Gedanken ist Ann noch am Ringen. Auf der einen Seite spürt sie die Verantwortung, dieses "auf mich kommt es an". Sie erahnt auch die befreiende Kraft, die dieses entschlossene Existieren, dieses sich unbedingt Einsetzen mit sich bringt: dieses Befreiende, daß das Hier und Jetzt zählt, daß das gegenwärtige Tun und Handeln von

entscheidender Bedeutung ist und nicht ein Ereignis, ein noch in der Zukunft liegender Erfolg oder Abschluß, der nicht unbedingt in ihrer Hand liegt.

Auf der anderen Seite macht gerade dieser Gedanke ihr noch Mühe. Sie fragt sich: "Wenn ich etwas nicht zu Ende bringe, der Erfolg sich nicht einstellt, war es dann trotzdem richtig und gut? Hat es sich gelohnt?" Sie beantwortet sich die Frage mit einem "Ja schon, aber ..." Über dieses "aber" sind wir noch am Reden.

Dieser unbedingte Einsatz, dieses wahrhafte Existieren sind die wesentlichen Momente im Leben; es sind Augenblicke, die die ganze Fülle der Zeit in sich bergen, die Ewigkeitscharakter haben. Im Erfahren, Erleben dieser Augenblicke, im Aufschwung des wahrhaften Existierens bekommt die Zeit eine ganz neue Bedeutung; sie verliert vieles von ihrem bedrohlichen Charakter. Es geht überhaupt nicht mehr um Quantität, um eine Anhäufung von Erfolgen, möglichst viel machen, erreichen usw., sondern die jeweilige Situation als solche, im unbedingten Einsatz zu ergreifen, ist das Wesentliche. In diesem unbedingten Einsatz, in dieser Entschlossenheit ist etwas erreicht, das durch alles zeitliche Zerfließen und Dahinschwinden hindurch nicht mehr in Frage gestellt werden kann; es besitzt Sinn und Wert in sich; es hat so etwas wie Ewigkeitscharakter.

Ein sogenannter 'kurzer Augenblick' kann die Fülle der Zeit in sich enthalten. Hier spüren wir den Pulsschlag des Lebens; solche Augenblicke stehen außerhalb der dahinschwindenden Zeit; sie besitzen Dauer und Wert in sich. Im Blick, im Anblick zweier Menschen z.B. kann eine ganze Geschichte enthalten sein; die sich im Anblick Begegnenden erfahren etwas, erleben etwas, das nicht im nächsten Moment in der Vergangenheit verschwunden ist, sondern das durch dieses Anblicken Erfahrene besitzt Dauer und Bestand; besonders eindrücklich läßt sich dieser Augenblick in der Liebe erleben.

Diese Gedanken sind in ihrer ganzen Bedeutungstiefe vor allem von Sören Kierkegaard herausgearbeitet worden. Es würde aber zu weit führen, hier näher darauf einzugehen. (In einigen Workshops wird noch auf die Bedeutung des Augenblicks eingegangen werden.)

Soweit einige Überlegungen zum möglichen Umgang des Menschen mit seiner Lebenszeit. Bis anhin habe ich aber hauptsächlich über mögliche Weisen des wahrhaften Existierens gesprochen, die sich aus der zeitlichen Verfaßtheit menschlicher Existenz ergeben.

Wohnen in der Zeit

Zum Schluß möchte ich noch kurz auf ein Grundphänomen menschlicher Existenz eingehen, das meiner Meinung nach ganz wesentlich im Zusammenhang der Frage nach dem Verhältnis des Menschen zu seiner Lebenszeit steht.

Die dargelegten Gedanken zur Zeitstruktur der menschlichen Existenz und die daraus sich ergebenden möglichen Weisen des Existierens können die mit der Zeitlichkeit ge-

gebene grundsätzliche Unsicherheit des Lebens nicht beiseite schieben. Mit dieser unaufhebbaren Unsicherheit muß der Mensch Zeit seines Lebens leben. Er kann versuchen zu planen, vorausschauend zu denken und zu handeln - aber dies alles auf dem Boden dieser grundsätzlichen Unsicherheit bzw. Ungesicherheit der Lebenszeit; ja der Mensch ist aufgerufen sich mit dieser Unsicherheit auseinanderzusetzen; sie gehört wesentlich mit zum Leben in seiner zeitlichen Verfaßtheit.

Wenn der Mensch nun diesem Wissen nicht ausweicht, dann "macht er eine seltsame Erfahrung. ... Rilke sprach von einem 'Umschlag': Die Gefahr, die ganze / reine Gefährdung der Welt ... schlägt in Schutz um, wie du sie völlig erfühlst." (Bollnow 1987, 90) Der Mensch findet hier, an den Grenzen der eigenen Machbarkeit, ein vertrauensvolles Verhältnis zur Zukunft. Dieses vertrauensvolle Verhältnis zur Zukunft kennen wir alle unter dem Begriff 'Hoffnung'.

Ann machen die Erfahrungen der Ungesicherheit immer mal wieder Angst; sie versucht dann diesen Erfahrungen, diesen Gedanken auszuweichen. "So tun als ob ...", nennt sie dann ihr Verhalten. Sie begibt sich damit in einen Teufelskreis. Sie versucht zu planen, vergißt die Gegenwart, wird hektisch, versucht Sicherheiten zu erlangen, wird aber immer ängstlicher usw., bis sie an einen Punkt kommt, wo sie merkt: "Ich komme so nicht weiter." Sie sagt: "Wenn ich so bin, dann kann ich gar nicht anders mehr als hoffen, daß es irgendwie weitergehen wird. Irgendwie werde ich es schon schaffen. Und dann geht es auch wieder."

Wenn der Mensch von der Ungesicherheit seines Lebens nicht "einfach kapitulieren und sich der Verzweiflung überlassen will, bedarf es also einer Kraft, die ihm über diese Anfechtungen hinweghilft, und an dieser Stelle setzt dann die Leistung der Hoffnung ein." (Bollnow 1987, 90)

Hoffnung darf aber nicht als die Haltung des bloßen Hinnehmens und Abwartens verstanden werden, sondern wahrhafte Hoffnung gibt dem Menschen Kraft und Zuversicht; sie bewegt ihn zum Handeln. Diese Hoffnung muß aber vom Menschen immer wieder neu errungen, neu erarbeitet werden; sie ist nicht als Selbstverständlichkeit menschlicher Existenz gegeben. Bloch schreibt in diesem Zusammenhang davon, daß es darauf ankommt, "das Hoffen zu lernen." (Bollnow 1987, 80) Dieses Lernen geschieht im Hier und Jetzt in der gegenwärtigen Lebenssituation des Menschen, indem der Mensch u.a. die Situation ergreift und zur je seinen macht.

Die Hoffnung zu gewinnen und sie gegen alle Anfechtungen und Verzweiflungen hindurch immer wieder neu zu erringen, ist darum eine entscheidende Aufgabe im Verhältnis des Menschen zu seiner Lebenszeit; ja sie prägt meiner Meinung nach wesentlich das Erleben bzw. Erleiden des Menschen bezüglich seiner zeitlichen Verfaßtheit.

Merleau-Ponty hat einen Begriff geprägt, der treffend zusammenfaßt, was ich versucht habe, hier zu umschreiben. Er spricht vom "Wohnen in der Zeit" und versteht folgendes darunter:

"Wie der Mensch im Raum wohnt, indem er sich in der großen und unheimlichen Welt an einem bestimmten Ort niederläßt und sich in ihm heimisch macht, und doch dazu nur imstande ist, weil er über alles Wissen von den Zerstörungen hinweg von einem letzten Vertrauen zur Welt getragen ist, so wohnt er auch in der Zeit, indem er sich in Gelassenheit im gegenwärtigen Augenblick niederläßt, die vielfältigen Funktionen im 'Gebäude' der Zeit angemessen erfüllt, das Mögliche mit Verantwortung und Sorgfalt plant und sich der offenen Zukunft mit der unerschütterlichen Hoffnung entgegenwendet und so der Gegenwart einen Sinn verleiht, der in sich selber ruht und über alle Vergänglichkeit hinausweist." (Bollnow 1987, 112)

Ich wünsche uns allen solche Wohnmöglichkeiten.

Literatur

- Bollnow O.F. (1979) Neue Geborgenheit. Stuttgart: Kohlhammer, 4°
Bollnow O.F. (1984) Existenzphilosophie. Stuttgart: Kohlhammer, 9°
Bollnow O.F. (1987) Das Verhältnis zur Zeit. Heidelberg: Quelle & Meyer
Frankl V.E. (1975) Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern/Stuttgart/Wien: Hans Huber
v. Gebattel, V.E. (1958) Die Störungen des Werdens und des Zeiterlebens im Rahmen psychiatrischer Erkrankungen. In: Roggenbau H. (Hrsg) Gegenwartsprobleme der psychiatrisch-neurologischen Forschung. Stuttgart: Ferdinand Enke
Heidegger M. (1984) Sein und Zeit. Tübingen: Max Niemeyer, 15°
Jaspers K. (1973) Philosophie II Existenzerhellung. Berlin/Heidelberg/New York: Springer, 4°
Schrey H. (1947) Existenz und Offenbarung. Tübingen

*Christine Wicki
Weststraße 87
CH - 6314 Unterägeri*

Zeitaspekte der Krankheit

Einige Anmerkungen zu biologisch-medizinischen und psycho-sozialen Faktoren, die den zeitlichen Verlauf von Krankheiten beeinflussen

Walter Winkelhofer

Die biologischen Abläufe des menschlichen Körpers weisen eine Reihe mehr oder weniger bekannter zyklischer und rhythmischer physiologischer zeitlicher Schwankungen auf.

Auch der kranke Körper unterliegt diesen Einflüssen. Ebenso stehen die sozio-kulturellen und gesellschaftlichen Bedingungen (der sog. „Zeitgeist“) in einer engen Beziehung zur Entstehung und Verlauf von Krankheiten.

Das Referat weist auf einige dieser Zusammenhänge hin.

Die Bedeutung der biologischen (physischen) zeitlichen Vorgänge auch für den Psychotherapeuten

Bevor im Verlaufe der weiteren Referate dieser Tagung philosophische und existenzanalytische Überlegungen im Mittelpunkt stehen werden, sollen einige bekannte und weniger bekannte Fakten hinsichtlich des Zeitaspektes der Krankheit in Erinnerung gebracht werden.

Die körperlichen Bedingungen und deren Störungen wirken sich nicht unerheblich auf das Erleben (psychophysischer Parallelismus) aus und lassen auch das „Noetische“ nicht unbeteiligt, auch wenn die „Trotzmacht des Geistes“ (Frankl) grundsätzlich dagegen opponieren kann! Für das ganzheitliche Verständnis der Krankheiten des Menschen verdienen die „basalen“ biologischen Gesetzmäßigkeiten auch für den vorwiegend an der psychischen und noetischen Dimension interessierten Psychotherapeuten eine gewisse Beachtung.

„Der Zahn der Zeit wird auch über diese Wunden Gras wachsen lassen“ schrieb ein Schüler in einem Schulaufsatz. Er griff stilistisch zweifellos daneben, wollte aber offensichtlich mit seiner überzogenen sprachlichen Redundanz den Wahrheitsgehalt und die Bedeutung seiner Aussage unterstreichen. Er meinte damit: „Die Zeit heilt Wunden“ und drückte damit die Grundaussage aus: Krankheit, besser das Krank-sein des Menschen hat mit Zeit zu tun.

Aber auch das gilt: Der falsche Umgang mit der Zeit kann krank machen.

In meinem Kurzreferat gehe ich von folgender grundsätzlicher Überlegung aus:

Der Mensch ist in Raum und Zeit unentrinnbar hineingestellt. Er kann sich der Zeit nicht entziehen, allenfalls in seiner Phantasie (wo er sich in einer Science-fiction-Welt mit Hilfe von Time-machines die Zeit frei verfügbar macht). Zeit ist in allem menschlichen Tun, in seinem Denken und Sprechen, in seiner Bewegung, in seiner Musik und in seinem sonstigen leiblichen Sein.

Da gibt es eine objektive Zeit zwischen Geburt und Tod, die als Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft erlebbar ist. Auch der geschichtlichen Zeit, der Zeitepoche und deren „Zeitgeist“ ist der Mensch ausgesetzt. Auch ihr kann er sich nicht völlig entziehen oder wie es v.Uslar ausgedrückt hat: „Wir können nur als Zeitgenossen existieren und nicht in der Vergangenheit des 17. Jahrhunderts“ (v.Uslar, 1973, S. 404).

Kranksein des Menschen ist deshalb zwangsläufig ein zeitliches Geschehen.

Aufgrund seiner noetischen Dimension kann sich der Mensch dem Verhaftetsein an die physischen Bedingungen seiner Existenz in so weit entziehen, als er Stellung dagegen beziehen und sogar seine zeitlichen körperlichen Strukturen z.T. mißachten und ihnen zuwiderhandeln kann. Aus dieser seiner Freiheit erwächst ihm jedoch die Gefahr, krank zu werden.

Physiologische und pathologische Abläufe und Rhythmen des Körpers

Richten wir zunächst einen kurzen Blick auf die gesunden Abläufe und physiologischen Gesetzmäßigkeiten im Körper.

Die Biologie und die naturwissenschaftliche Medizin gehen als messende Wissenschaften an die Phänomene heran, das Meßbare interessiert. Als Maß für die Zeiteinheit ist die Sekunde, ein Vielfaches oder ein Bruchteil davon, festgelegt. Die Dauer von Zeitabschnitten läßt sich mit Uhren oder Kalendern bestimmen.

Biologische Systeme weisen ihrerseits eigene Zeiteinheiten auf, festgelegt durch rhythmische und periodisch ablaufende Prozesse unterschiedlicher Dauer. Erst sekundär werden diese ursprünglichen biologischen Rhythmen durch physikalisch-naturwissenschaftliche Messung „willkürlich“ mit Maßeinheiten belegt werden, z.B. von 10^{-3} für den Entladungsrhythmus des Nerven, 10^4 als Tages- und 3×10^7

als Jahresrhythmus. Die Kontraktion des Herzmuskels, erlebbar im Herzschlag oder Puls, ist ein ursprünglicheres Zeitmaß als die meßbare und in Zahlen auszudrückende Zeitdauer.

Das EEG (Elektroencephalogramm oder Hirnstrombild) mit seinen in Sekundenbruchteilen meßbaren Strukturen der Alpha-, Beta-, usw.- Wellen stellt lediglich ein physikalisches Abbild rhythmischer elektrischer Entladungen der Hirnaktivität dar, aufgetragen auf einer willkürlichen Zeitachse.

Auch die Teilung der Körperzelle und der damit verbundenen DNA -Strukturen richtet sich nach einem zelleigenen Rhythmus, der z.B. im Falle der bösartigen Entartung der Carcinomzelle entgleist.

Eine andere typische Periodizität läßt sich in der Tagesrhythmik beobachten.

Die neurovegetative Steuerung der meisten Körperfunktionen wird bekanntlich über die beiden Steuerungssysteme des Sympathikus und Parasympathikus (Vagus) geregelt, die Spannung und Entspannung, Leistung und Erholung, Schlafen und Wach-Sein im zeitlichen Wechsel ermöglichen. Sie entsprechen weitgehend dem Rhythmus von Tag und Nacht.

Es dürfte bekannt sein, daß die Körpertemperatur gegen Spätnachmittag sowohl beim Gesunden als auch beim Fieberkranken zunimmt. Ebenso verändern sich Blutdruck, Pulsfrequenz und Atmung, um nur einige Beispiele zu nennen, zum Nachmittag hin mit einer Zunahme und einem Minimum gegen Mitternacht. Auch das Blutbild zeigt gesetzmäßige rhythmische Veränderungen: Eine maximale Zunahme der roten Blutkörperchen am Tage und im Gegensatz dazu ein Maximum der weißen Blutkörperchen (der Eosinophilen) und der für die Blutgerinnung zuständigen Blutplättchen (Thrombozyten) nachts. Weitere Beispiele wären die typischen tageszeitlichen Schwankungen im Hormonsystem oder bei der Verdauung einschließlich der Enzymaktivität der Leber.

Diese zeitlichen Schwankungen lassen das Auftreten bestimmter krankhafter Zustände, z.B. von Herzinfarkten oder Schlaganfällen besser verstehen. Ein weiteres Beispiel für die rhythmischen Schwankungen sind die Veränderungen der psycho-physischen Leistungsbereitschaft (Konzentration, Fehlerquote u.a.) im Verlauf des Tages mit der bekannten zweigipfeligen Kurve und dem Hoch am Vormittag und einem zweiten am frühen Abend, sowie dem relativen Tief nachmittags und dem absoluten Tief nach Mitternacht.

Diese tagesrhythmische oder „circadiane“ (circa diem = ungefähr der Dauer eines Tages entsprechend) Organisation wurde vom Max-Planck-Institut für Verhaltensphysiologie in den bekannten Versuchen in Erling/Andechs erforscht, bei denen sich 300 freiwillige VP bis zu vier Wochen in einen unterirdischen Bunker begaben, völlig isoliert von Außeneinflüssen, also auch unabhängig vom natürlichen Tag- und Nachtrhythmus bzw. von hell und dunkel (und selbstverständlich ohne Uhr). Es stellte sich bei diesen VP eine innere Uhr auf einen Rhythmus von 25,2

Stunden ein.

Längere zeitliche Rhythmen richten sich nach dem Lauf des Mondes - man spricht deshalb vom sog. Mondmonat, das bekannteste Beispiel ist der Menstruationszyklus der Frau.

Jahresrhythmen, die sich nach dem Lauf der Sonne richten, sind ebenso bekannt, sie spielen eine Rolle bei jahreszeitlichen Häufungen bestimmter Krankheiten. So wurden z.B. in letzter Zeit Hinweise gefunden für die Abhängigkeit periodischer Schwankungen bei depressiven Psychosen (bzw. affektiven Psychosen), von der jahreszeitlichen Lichtmenge in den Sommer- bzw. Wintermonaten. Der früher eher gebräuchliche Begriff für dieses Krankheitsbild, die „Cyclothymie“, drückt bereits im Wort den zeitlichen Aspekt der zyklisch auftretenden Erkrankung aus. (Herr Prof. Tellenbach wird in seinem Vortrag auf einen besonderen Zeitaspekt beim psychiatrischen Krankheitsbild der Depression eingehen, nämlich auf das gestörte Zeiterleben bei dieser Erkrankung).

Diese Zyklen unterliegen jedoch keinen starren Zeitmustern und können in ihrem Auftreten erheblich variieren. Ähnliches gilt für die schizophrene Psychose, für die Multiple Sklerose oder die rheumatische Erkrankung, wo man von Krankheitsschüben spricht und damit einen Hinweis für den zeitlichen Verlauf findet. Die Malaria tertiana, das Dreitagefieber, unterscheidet sich nicht nur durch ihre zeitliche Rhythmik von der M. quartana, letztere ist auch die viel ernster zu nehmende Erkrankung.

Eine nicht ganz wörtlich zu nehmende Periodizität liegt vor, wenn man bei einer speziellen Form der Alkoholkrankheit vom „Quartalssäufer“ spricht.

Es ließen sich noch viele weitere Beispiele für die zeitliche Charakteristik von Krankheiten anführen, einige recht interessante Zusammenhänge zwischen den körpereigenen Zeitstrukturen und den daraus folgenden praktischen medizinischen Konsequenzen möchte ich aber noch anfügen, die auch für den Alltag des gesunden Menschen eine Bedeutung haben.

Die oben geschilderten Gesetzmäßigkeiten in der Tagesrhythmik sind für folgendes Phänomen verantwortlich: Wenn der Zahnarzt zur Schmerzbetäubung Lidocain spritzt, so hält die gleiche Dosis zwischen 7 und 9 Uhr durchschnittlich 12 Minuten, zwischen 13 und 14 Uhr 33 und zwischen 17 und 19 Uhr 19 Minuten im Durchschnitt in ihrer Wirkung an. Ähnliche Unterschiede in der Wirksamkeit von Medikamenten sind bekannt. Narkotika und Tranquilizer sind während Zeiten physiologischer Ruheperioden deutlich wirksamer als außerhalb dieser. Allergische Reaktionen gegenüber Penizillin sind in der Nacht sehr viel heftiger. Im Versuch löst eine Injektion von Histamin, das ist der Stoff, der bei Allergien vermehrt auftritt, um 23 Uhr eine wesentlich stärkere Hautreaktion (Rötung) aus als gegen Morgen.

Die Empfindlichkeit des Zielorgans verändert sich rhythmisch, man spricht von Chronästhesie. Die bekannte Formel: „Dreimal täglich eine Tablette“ ist also nicht immer richtig!

Sozio-kulturelle Zeitaspekte der Krankheit

Einen gänzlich anderen Aspekt stellt das veränderte Erleben der Zeit bei bestimmten psychischen Erkrankungen dar. Ich möchte hier nur in Grundzügen andeuten, was Herr Prof. Tellenbach in seinem Referat näher ausführen wird.

Hat schon Max Scheler darauf hingewiesen, daß „das Urerlebnis der Zeitlichkeit gegeben [ist] in einem Erlebnis des Könnens“ (zit. n. v.Gebtsattel, 1972, 106), so haben vor allem die der Daseinsanalyse nahestehenden Forscher wie Minkowski, Straus, v.Gebtsattel und Tellenbach auf die Störung des Zeiterlebens bei Depressiven und Zwangs-kranken hingewiesen: Es finden sich Störungen der erlebnisimmanenten oder Werde-Zeit, es kommt zur depressiven Werdenshemmung, die strömende Lebensbewegung ist angehalten. Durch die „Lähmung seines Könnens“ ist der Depressive „von der stets uns anfordernden Zukunft abgeschnitten und ohne eine sich erfüllende Gegenwart“ (v.Gebtsattel, 1972, S. 107).

Wenden wir uns schließlich dem krankmachenden Einfluß der Zeit zu, im Sinne der geschichtlichen Zeit, in der wir leben. Man könnte auch von der Pathogenität des Zeitgeistes sprechen.

Wie schon eingangs erwähnt, kann sich der Mensch über seine eigenen biologisch verankerten Zeitstrukturen hinwegsetzen. Ein Tier kann das nicht. Gerade diese menschliche Freiheit, das endogene Zeitraster zu ignorieren, birgt in sich die Gefahr zu erkranken.

Der Mensch lebt heute häufig „gegen seine Zeit“. Sowohl in der Arbeit als auch in der Freizeit ist sein Lebensrhythmus der circadianen Zeitkurve entgegengesetzt. Wenn es auch konstitutionell sogenannte „Eulen“ und „Lerchen“, also Morgen- und Abendtypen gibt, verführt die Technik mit ihrer Möglichkeit durch künstliches Licht die Nacht zum Tage zu machen, sich über biologische Zeitstrukturen hinwegzusetzen. Schreibtischarbeit bis spät in die Nacht, Abendveranstaltungen, Nachtsitzungen von Managern oder Politikern sind unphysiologisch und führen im Übermaß zu krankhaften Störungen.

Ein klassisches Beispiel ist die Schichtarbeit: Hier rächt sich der Verstoß gegen den physiologischen Rhythmus durch das Auftreten von nervösen Störungen. Untersuchungen an Schichtarbeitern ergaben bis zu 70% Befindlichkeitsstörungen, den Schlaf oder die Verdauung betreffend. „Schichtarbeit macht krank“- eine Dauernachtschicht ist deshalb verboten.

Viel zu wenig wird bedacht, daß ständige Arbeitszeitverkürzung zu mehr Schichtarbeit führt (Rentabilität von Maschinen!).

Ein neues Phänomen (vergleichbar dem der Schichtarbeit) zeigt sich im sog. Jet-lag, die Zeitverschiebung durch Interkontinentalflüge und in den damit verbundenen Körperreaktionen.

Das biblische: „Sechs Tage sollst Du arbeiten, am siebten aber sollst Du ruhen“ wird durch das moderne Freizeitverhalten gründlich pervertiert (aber auch Tagungen an

Wochenenden, wie diese hier, gehören dazu!). Wochenenden dienen weitgehend nicht mehr der Erholung, gleiches gilt vom Urlaub. Auf die Wirkung von Dauerstress mit nachfolgendem Erschöpfungssyndrom hat der Stressforscher Selye hingewiesen. Auch die jahreszeitlichen Rhythmen, die in unseren Breitengraden z.B. im Winter durch abnehmende Lichtfülle und Temperaturen gekennzeichnet sind und den Menschen zu einer eher ruhigeren Lebensweise und mehr Stille gemahnen sollte, werden ignoriert. (Es gibt in kaum einer Zeit so viele Verpflichtungen und Termine wie gerade im November oder im Dezember in der Vorweihnachtszeit!)

Es ist darüber hinaus sehr fraglich, ob es für den jahreszeitlichen Körperrhythmus und die Gesundheit förderlich ist, im Winter zwischendurch zwei Wochen auf tropischen Inseln Urlaub zu machen um vor diesen zweifellos unwirtlichen Monaten zu fliehen. (Im August ist dann Gletscherschilaf angesagt!)

„Zeit heilt Wunden“ sagt noch etwas anderes aus. Jeder Heilungsvorgang braucht wie alles Wachstum Zeit. Erholung und Regeneration sind an körpereigene zeitliche Gesetzmäßigkeiten gebunden und lassen sich nicht künstlich verkürzen. Der heutige gehetzte Mensch läßt sich und gibt sich nicht mehr die Zeit, die sein Körper oder besser sein Leib zum Heil-Werden benötigt. Eine nicht gefährliche Infektion durch die eigene Abwehr des Immunsystems auszukurieren dauert länger als die Behandlung mit einem Penicillinstoß (darüber hinaus wird die Bildung gefährlicher immuner Bakterienstämme dadurch eher verhindert!). Das Knie des Fußballstars oder der Arm des Tennisprofis können nicht bis zum Ausheilen warten, „Zeit ist Geld“ und Cortison als Injektion macht's möglich!

Dieses Nicht-Warten-Können ist in allen Lebensbereichen zu beobachten. Etwas werden und entstehen zu lassen braucht Zeit, braucht Geduld und manchmal auch Mut, diese Zeit abzuwarten und durchzustehen. Viele Eltern in Erwartung eines Kindes wollen sich nicht mehr überraschen lassen, ob Mädchen oder Junge, sie wollen schon in der frühen Schwangerschaft durch medizinische Untersuchung Gewißheit erhalten.

Die moderne Technik (vom Auto einmal abgesehen!), läßt uns immer schneller entfernte Ziele erreichen. Die Telekommunikation ermöglicht uns, an jedem Ort der Welt am Geschehen - zumindest über den Bildschirm teilzunehmen. Die Zeitschrift TIME zitierte in einer ihrer letzten Ausgaben Marshall McLuhan: „Time has ceased, space has vanished. We now live in... a simultaneous happening“.

Mir fällt dazu die bekannte Geschichte ein, derzufolge Indianer, die man mit dem Flugzeug über eine größere Entfernung von ihrem Heimatort weg gebracht hatte, sich bei der Ankunft für drei Tage verstört zeigten und sich versteckt hielten. Auf die Frage nach diesem für die Weißen unverständlichen Verhalten antworteten sie, sie müßten so lange warten, bis auch ihre Seelen angekommen seien.

Eine Zunahme der Erschöpfungszustände, Nervosität, psychovegetativer Störungen und Fehlsteuerungen sowie

psychosomatischer Erkrankungen ist deshalb nicht verwunderlich.

Diese Grundhaltung des vermeintlichen Zeitmangels, des Sich-Nicht- Zeit-Nehmens und Zeit-Lassens wirkt sich aber nicht nur auf die körperliche Dimension aus. Sie erfaßt den ganzen Menschen, seine Psyche und nicht zuletzt die noetische Dimension. Braucht eine Wunde Zeit zur Heilung, so gilt dies noch mehr für das Werden und Reifen der Persönlichkeit, für die Vermeidung neurotischer Störungen im Sinn der Psychohygiene als auch für das Umstrukturieren neurotischer Haltungen in der psychotherapeutischen Arbeit.

„Der Mensch hat einen Charakter, aber ist eine Person und wird [Unterstreichg. vom Verfasser] eine Persönlichkeit“ (V.E.Frankl, 1984, S. 204). Das Reifen der Persönlichkeit ist nicht nur ein sehr mühsamer, sondern auch ein sehr zeitintensiver Vorgang, der sich nicht abkürzen läßt. Oft reicht nicht einmal ein Menschenleben aus!

Mit diesen Gedanken stoße ich bereits an den von mir gesteckten Rahmen meines Kurzreferates, das besonders

einige physische und psychosoziale Aspekte in Erinnerung rufen wollte.

Literatur

Frankl V.E. (1984) Der leidende Mensch. Bern, Stuttgart, Toronto: G. Huber

v.Gebattel V.E. (1972) Die depressive Fehlhaltung. In: Grundzüge der Neurosenlehre in 2 Bänden, hrsg. von V.E. Frankl, V.E. v.Gebattel, J.H. Schultz, München, Berlin, Urban und Schwarzenberg

Rensing L. (1973) Biologische Rhythmen und Regulation. Stuttgart: G. Fischer.

v.Uslar D. (1973) Ontologische Voraussetzungen der Psychologie. In: Neue Anthropologie, hrsg. von H.G. Gadamer/Paul Vogel, Band 5, Psycholog. Anthropologie, Stuttgart, Georg Thieme

*Dr. med. Walter Winkhofer
Wertherstr. 10
D - 80809 München*

Vortragskassetten zum Thema “Hysterie”

GLE-Tagung April 1999

Dr. Walter Winkhofer

“Hysterie – Diagnose oder Diskriminierung?”

Dauer: 40 min.

Dipl.theol. Christine Wicki-Distelkamp

“Ich steh voll auf Empfang und bekomme doch nichts rein...”

Dauer: 40 min.

Dr. Liselotte Tutsch

“Alles (k)ein Problem”

Dauer: 28 min.

DDr. Alfred Längle

“Die Spaltung des Selbst....”

Dauer: 60 min.

Günter Funke

“Studien über die Hysterie – existenzanalytisch phänomenologisch gelesen”

Dauer: 60 min.

Prof. Wolfgang Blankenburg

“Zur Positivität des NEGATIVEN in der Hysterie”

Dauer: 35 min.

Univ.Prof.Dr. Stavros Mentzos

“Unser Verständnis der Phänomenologie und Psychodynamik der Hysterie....”

Dauer: 45 min.

Jeder Vortrag zum Preis von
Bei Bestellung von mindestens 4 Kassetten à
Alle Preise zuzüglich Versandkosten!

öS 100,-/ DM 15,-/ CHF 13,-
öS 90,-/ DM 13,-/ CHF 11,-

Philosophische Aspekte der Zeitlichkeit im Abendland und ihre psychiatrische Dekompensation

Hubertus Tellenbach †
Redigiert von **Beda Wicki**

Leider konnte Herr Univ. Prof. Dr. H. Tellenbach sein Referat in Unterägeri aus Krankheitsgründen nicht selbst halten. An seiner Stelle hat in dankenswerter Weise Herr Dr. Walter Winklhofer das Referat vorgetragen. In der Zwischenzeit ist zu unserem Bedauern unser ehemaliges Ehrenmitglied, Herr Univ. Prof. Dr. H. Tellenbach verstorben. Da sein Manuskript nicht zugänglich ist, geben wir im folgenden eine gekürzte Abschrift von der Tonbandaufnahme seines Referates wieder. Darin skizziert Tellenbach in eindrucklicher Weise grundlegende philosophische Zeitverständnisse und bringt diese in konkrete Verbindung mit verschiedenen psychischen Störungen.

Zeitverständnis aus dem Erleben von Zeit

Wir übergehen die Zeitkonzeption, mit der Plato in seinem letzten Dialog Timaios zum Ausgangspunkt - so lautet jedenfalls das Urteil Gadamers - für alle späteren philosophischen Zeitanalysen wurde. Nur soviel sei gesagt, daß Plato das Maß für das Fließen der Zeit am Kreisen der Gestirne erblickte. So entstand die das griechische Zeitverständnis kennzeichnende Weise der zyklischen Zeitlichkeit, auf der die kalendarische Zeit beruht. Auch bei Aristoteles ist es die Umlaufzeit der Himmelsdrehungen, die als Maßstab für die Zeit gilt. Aristoteles fügt aber dieser Feststellung einen Satz hinzu, der für uns von entscheidender Bedeutung ist. Er sagt: "Ohne Bewußtsein und Denken, ohne Seele gibt es keine Zeit, weil niemand sie zählt. Gäbe es keine Seele, so gäbe es auch keine Zeit. Sobald die Seele zwei Zeitpunkte als voneinander unterschieden erlebt, so nennen wir dieses Verhältnis Zeit."

Diese Bemerkung über das Erleben von Zeit ist sehr knapp, aber entscheidend, weil in ihr das Zeitphänomen als unablässig von seiner Verwiesenheit auf den Menschen gesehen wird. Die Aristotelische Bemerkung über das Zeiterleben kann auch einen begrifflichen Rahmen abgeben, in

den sich eine der gravierendsten psychiatrischen Störungen einfassen läßt: Der sogenannte Korsakow'sche Symptomenkomplex. Dabei handelt es sich um eine Schädigung des Hirns, wie sie vor allem durch chronischen Alkoholmißbrauch entstehen kann. Den Kranken fehlt das objektive kalendarische Zeitbewusstsein. Sie können sich nicht mehr zeitlich orientieren; sie können Tag, Monat, Jahr nicht mehr richtig angeben, können sich auch nichts mehr merken. Der Gedächtnisbesitz ist ihnen weitgehend geschwunden. Je näher das Gedächtnismaterial bei der Gegenwart liegt, desto mehr gilt, daß - ganz aristotelisch - die Seele zwei Zeitpunkte nicht mehr als voneinander unterschieden erleben kann. Sie kann des Fließens der objektiven kalendarischen Zeit nicht mehr inne werden.

Das genaue Gegenteil, einen geradezu aufdringlichen Zwang, eine Zeitstrecke als in lauter Jetztpunkte gequantelt zu erleben, findet man zuweilen am Beginn von Melancholien. Ein überaus anschauliches Beispiel entnehmen wir einer Krankengeschichte, die Viktor E. von Gebattel beschreibt. Da klagt eine Patientin: "Ich muß unaufhörlich denken, daß die Zeit vergeht. Während ich jetzt spreche, denke ich bei jedem Wort: 'vorbei, vorbei, vorbei, ...'. Wassertropfen sind unerträglich und machen mich rasend, weil ich immer denken muß, jetzt ist wieder eine Sekunde vergangen, jetzt wieder eine Sekunde. Ebenso wenn ich die Uhr ticken höre. Ich habe meine Uhren stehen lassen und versteckt. Es scheint mir unheimlich, so denken zu müssen; und dann erscheint es mir unheimlich, daß ich nie wieder aufhören werde können, so zu denken. Das Beunruhigende ist, daß dieser Zustand sich verschärft. Er verschärft sich, weil die Zeitabschnitte, in denen ich denken muß, immer kürzer werden, wodurch die Hetze immer größer wird, sodaß schließlich der Zustand ins Irrenhaus führen muß. Mit allem, was ich tue, wird die Strecke, die mich vom Tode trennt, immer kürzer. Auch wenn ich z.B. häkle, liegt der Nachdruck nicht darauf, daß die Decke wächst, die ich häkle, sondern darauf, daß durch das Wachsen der Decke die Lebensstrecke immer kürzer wird. Das finde ich furchtbar. Alles vergeht und vergeht und freut einen nicht und vergeht nur, bis der Tod kommt."

Soweit der Bericht einer Patientin, der sich die Zeit in eine Strecke von Jetztpunkten verwandelt hat, die sie

zwanghaft registrieren muß und in der sich die Jetztpunkte gleichsam von ihr unabhängig gemacht haben und die somit in jedem Nu die ihr bestimmte Lebenszeit verkürzt sieht. Man denkt an Balzacs eindrucksvollen Roman "Peau de chagrin", wo ein Stück flächenhaftes Chagrinleder mit jedem Wunsch schrumpft, den sein Besitzer äußert und somit die unaufhaltsame Verkürzung der Lebenszeit räumlich sichtbar werden läßt.

Zukunft und Vergangenheit

Eine schrumpfende Zeit, wie die Patientin sie erlebt, ist nicht die Zeit, in der wir insgemein leben und erleben, vielmehr eine Zeit wie wir sie messen, wenn wir eine Geschwindigkeit feststellen wollen, eine objektivierte Zeit, die Zahlzeit des Aristoteles, aber ohne deren Verschränkung mit der Seele. Wenn diese Zeit jenseits der Absicht des Messens auf unsere Daseinserstreckung angewandt wird, so resultiert daraus psychische Störung, in der wir erleben, wie unser Dasein hinschwindet und zugrunde geht als Gewißheit ständiger Näherung an den Tod. Das ist ein Leben, das nicht mehr auf eine Zukunft hin entworfen ist, das vielmehr mit jeder Sekunde des "Vorüber" einem in die Vergangenheit entschwundenen Daseinsinhalt nachschaut.

Mit den Worten Zukunft und Vergangenheit sind Themen angeschlagen, die uns noch einmal zur Anschauung des Zeitphänomens bei Augustinus zurückführen. Das aber heißt: Abschiednehmen von der Bemessung der Zeit durch den Umlauf der Gestirne. Augustinus fragt: "Gäbe es wirklich, wenn des Himmels Lichte still ständen, keine Zeit?" Hier hat sich der Schwerpunkt des Kontextes von Mensch und Natur offensichtlich verschoben, auch im Hinblick auf die Zeit. Denn die währende Zeit wahrnehmen und auch zu messen (im Original: "sentire moras atque metiri"), vermag allein der Geist. Augustinus verneint zwar den Seinscharakter, das selbständige "esse" von Zukunft und Vergangenheit, doch können beide Zeiten im Geist angeschaut werden. Er sieht Zukünftiges und Vergangenes im Akt gegenwärtiger Anschauung ins Sein gelangen ("non sunt nisi presentia"), er läßt die beiden Zeitdimensionen in einem Akt von schöpferischer Zusammenschau in der Gegenwart konvergieren. Das Gegenwärtigen von Vergangenheit geschieht in Bildern der Erinnerung, das Gegenwärtigen von Zukunft in jenen Bildern, die dem Erwarteten vorlaufen, wie die Morgenröte dem Sonnenaufgang. Das Gegenwärtigen von Gegenwart aber ist der Augenschein. Diese Verschränkung der Zeitdimension in das Gegenwärtige ist, bis hinein ins Messen, die Geburt der Zeitigung aus der Subjektivität. Denn nach langer Suche bekennt Augustinus: "In dir, mein Geist, messe ich die Zeiten."

Dieser Umgang mit der Zeit wird hoch aktuell, als nach der Ablösung von den scholastischen Fragen des Mittelalters durch den Subjektivismus der Neuzeit die Frage nach der Zeit in eine neue Dimension gelangt. Blaise Pascal, Nietzsche, Bergson, Scheler, alle diese großen Denker sind erfüllt von der Dynamik eines ganz und gar auf die Zu-

kunft gerichteten Zeitverstehens. Entscheidendes Prädikat des Zeitlichseins wird nun das "Heranleben des Zukünftigen". So sagt Pascal in den "Penseés": "Wir halten uns niemals an die gegenwärtige Zeit. Die Zukunft allein ist unser Ziel." Nietzsche heißt den Menschen "das Licht der Zukunftssünden", und er bekennt: "Etwas ist in mir, das ist von morgen und übermorgen und einstmals." "Evolution créatrice - schöpferische Entwicklung." So lautet der Titel Bergsons für das Grundprinzip des Lebens, dessen Ferment das Werden in die Zukunft hinein ist.

Gelebte Zeit und ihre Bedeutung für die Psychopathologie

Für Max Scheler besteht das Kernerlebnis der Zeitlichkeit in dem Können-Erlebnis des Menschen, der seine Zustände durch sich selbst zu ändern vermag. Scheler prägt den Begriff des "Werde-Seins". Dieses im Werden auf die Zukunft Gerichtete, so Scheler, ist der Existenzart des Menschen wesentlich. Für dieses Auf-die-Zukunft-hinein-Leben hat dann Minkowski den Begriff des "temps vécu - der gelebten Zeit" geprägt. Es war in der Tat eine Sternstunde der Psychiatrie, als Minkowski, Strauss und Gebattel der Brückenschlag von diesen zeitbestimmten Philosophen zur psychopathologischen Annäherung an das Verständnis der so ganz unbegreiflich erscheinenden Zustände in den sogenannten endogenen Psychosen gelang. Denn die melancholische Hemmung und die schizophrene Sperrung ließen sich nun von ihrem Ursprung her als Störung der gelebten Zeit erfassen. In ihnen ist der Werdelauf und der Entfaltungsschwung der Person bis zum Stillstand in den stuporösen Starrezuständen angehalten. Die Zukunft kann nicht mehr herangelebt werden. Das Leben wird nur noch als ein Vergehendes, als ein Ent-Werden gelebt.

Bei einer relativ kleinen Anzahl der Betroffenen gelangt diese insgemein ganz unreflektiert gelebte Störung auch zu erlebnismäßigem Bewußtsein, sodaß die Störung des "temps vécu" nun auch als Störung des Zeiterlebens erfahren und beschrieben werden kann. Wir entnehmen der Psychopathologie von Karl Jaspers einige Beispiele.

Eine melancholische Patientin sagt, die Zeit gehe ihr rückwärts. Sie sehe zwar, daß sich der Zeiger nach vorne bewegt, aber es komme ihr vor, als ob die tatsächliche Zeit nicht mit ihm gehe, sondern still stehe. Wörtlich: "Darin steckt meine ganze Angst. Ich habe das Gefühl, es geht alles zurück."

Eine andere Patientin: "Ich kann nichts mehr voraussehen, als wenn es keine Zukunft mehr gäbe. Ich meine immer, es hört jetzt alles auf und morgen ist überhaupt nichts mehr." Man sieht, wie der Begriff von Zeit noch da ist, das Zeiterleben aber völlig deformiert ist. Eine Schizophrene gibt an: "Für mich vergeht die Zeit nicht. Manchmal, wenn Sie draußen im Garten schnell auf- und ablaufen, möchte ich innerlich mitrennen können, damit doch die Zeit wieder vergeht. Aber dann bleibe ich stecken. Die Zeit steht still. Das ist eine langweilige, ausgedehnte Zeit

ohne Ende. Es zieht mich zurück. Die Zeit schlüpft in die Vergangenheit hinein.“

Das sind Erlebnisse von unvorstellbarer Qual. Ihr Wesen ist uns durch den Rückgriff auf die philosophischen Grundlagen der lebensimmanenten Zeitlichkeit weitaus einsichtiger geworden.

Nun kann freilich diese Offenheit auf die Zukunft aber auch die Frucht einer Haltung sein, die darauf abzielt, aus der Gegenwart zu fliehen, also gleichsam eine Flucht nach vorne. Das ist bei Pascal gemeint, wenn er sagt: „Es ist gemeinhin die Gegenwart, die uns lästig ist. Wir verbergen sie vor unserem Blick, weil sie uns quält. Wir versuchen sie durch die Zukunft erträglich zu machen.“ Und an anderer Stelle: „Nichts ist dem Menschen so unerträglich wie in der völligen Ruhe zu sein, ohne Leidenschaft, ohne Tätigkeit, ohne Zerstreuung. Dann wird er sein Nichts fühlen, seine Verlassenheit, seine Unzulänglichkeit, seine Abhängigkeit, seine Ohnmacht, seine Leere. Unablässig wird aus der Tiefe seiner Seele die Langeweile aufsteigen, die Niedergeschlagenheit, die Trauer, der Kummer, die Verzweiflung.“ Aus diesen Worten spricht freilich alles andere als jener elementare, vitale Drang, sich im Wollen und Können selber vorweg zu sein. Dem stellt Pascal eine erlebte, reflektierte Haltung gegenüber, die sich von einer unerträglichen Gegenwart abwendet und von der Zukunft eine Erfüllung ihres Daseins in der Zerstreuung erhofft. Diese psychologische Situation, ein Festgehalten-Werden von den quälenden Forderungen der Gegenwart und ein Ausweichen-Wollen in eine zerstreute Zukunft führt zu einer Werdensstörung durch die angehaltene Entscheidung zwischen zwei Konflikttendenzen, d.h. zwischen einander widersprechenden und einander ausschließenden personalen Konzeptionen (Gebattel), und damit zu einer Konfliktneurose.

Es ist eine durch Pascals Phänomenologie der Zerstreuung ermöglichte Einsicht, daß jede Konfliktneurose eine Auseinandersetzung der Persönlichkeit mit ihrem Werden zur Voraussetzung hat. Aus dieser Einsicht erwachsen der Psychotherapie solcher Neurosen klare Vorgaben, durch die entscheidungsgehemmte Menschen auf dem Weg zu einer eindeutigen Gestaltung ihres Werdens gebracht werden können.

Zu den vielfältigen Konsequenzen, die aus konfliktneurotischen Situationen erwachsen können, zählen auch jene, in denen der vom Gefühl der Leere und der Nichtigkeit des Daseins in seinem Werden Gehemmete in eine Sucht flüchtet. Das ist der in unserem Zeitalter der künstlichen Paradiese wohl verhängnisvollste Ausweg, den Mut der Entscheidung für die Freiheit zum Werden in einer Zerstreuung kurzzuschließen. Weil der Süchtige immer wieder momentane Befriedigung sucht, lebt er nur von den Belebungen, die er dem Genuß der Betäubung, dem Rausch, verdankt. Er lebt von Wiederholung zu Wiederholung, und so verwehrt er seinem natürlichen Werdedrang, ihn von der Stelle zu bewegen. Gebattel: „Der Süchtige macht immer das Gleiche, er lebt immer das Gleiche und kommt im Medium der erlebnisimmanenten Zeit nicht von der Stelle.“

Wenn diese Werdenshemmung sich nach Pascal in Trauer, Kummer, Verzweiflung, Nichtigkeitsgefühl ausdrückt, so kann auch jenes Bild entstehen, das wir Schwermut nennen. Daß Schwermut vor allem die tieferen Naturen und insbesondere das Genie befällt, hat seinen Grund darin, daß der geistige Typus Mensch es als unsäglich schmerzvoll empfindet, hinter seinen höchsten Möglichkeiten zurückzubleiben. Das läßt sich an den autobiographischen Bekundungen Sören Kierkegaards mit letzter Evidenz zeigen. Kierkegaards Leben war ausgespannt zwischen dem kühnsten geistigen Drang, sein ganzes Dasein aus der Totalität seines Gottesverhältnisses zu verwirklichen und den Tendenzen, sich ganz dem Zauber des Welthaften, Genießenden, des Ästhetischen hinzugeben. Wie ein solches Sich-Verlieren an das Flair der Welt ihn in eine schwermutvolle Krise stürzen konnte, sei an einer kurzen Tagebuchnotiz verdeutlicht. Wörtlich: „Ich komme gerade aus einer Gesellschaft, wo ich die Seele war. Witze strömten aus meinem Munde; alle lachten, bewunderten mich, aber ich - ja dieser Gedankenstrich müßte ebenso lang sein wie der Radius der Erdbahn - ich ging hin und wollte mich erschießen.“ Wo Kierkegaards mächtige Reflexivität keine Erfüllung im Werk findet, sondern sich an dergleichen gesellschaftlichen Situationen verschwendet, da treibt ihn die Schwermut an den Rand des Suizids; da entwickelt sich ein tiefes Gefühl eigenen Unwertes, Gefühl der Nichtigkeit, das den empfindlichen Stolz tief verletzt. Wer für Hemmungen in seinem Werdelauf so empfindlich ist wie der Genius, für den sind solche Ereignisse quälende Stagnationen.

Husserls Zeitlehre

Wir verlassen die facettenreiche Sphäre der Phänomenologie einer Zeitigung im Werden und wenden uns kurz der Zeitlehre Husserls zu. Seine Vorlesungen zur Phänomenologie des inneren Zeitbewußtseins gehören zu den großen philosophischen Aspekten der Zeit, mit deren Hilfe ein weiterer Schritt zur Erkenntnis der Konstitution endogener Störungen getan werden konnte. Hier findet man die von Augustinus ermittelte Verschränkung von Zukunft, Vergangenheit und Gegenwart über die Jahrhunderte hinweg aufs Neue thematisiert. Das Wesen der durch Husserl begründeten phänomenologischen Methode besteht nun darin, daß das Bewußtsein streng auf die Erscheinungen von Gegenständen bzw. Themen gerichtet ist. Diese Akte der sogenannten Intentionalität hat Husserl später auch für die nicht erlebbaren Vorgänge des inneren Zeitbewußtseins vollzogen. In diesem Zeitbewußtsein umfaßt Husserl die drei Dimensionen des Zeitablaufs als drei Zeitgegenstände, die er Protentio, Retentio und Präsentatio nennt. Husserl zeigt nun, wie im transzendentalen Geschehen des Daseins diese drei Zeitmomente dauernd ineinander spielen und wie daraus das jeweils im Denken und Sprechen behandelte Thema in seinem Worüber, d.h. in seinem Sinngehalt, behandelt wird. Wie dieses Ineinanderspielen von Protentio, Retentio und Präsentatio vorzustellen ist, hat Gilasi tref-

fend verdeutlicht: "Wenn ich z.B. über die Zeit spreche, so geschieht in meinem Denken eine Präsentatio des Themas Zeit. Alles, was ich über Zeit vorher gesagt habe, muß ich im Blick behalten, sonst wüßte ich gar nicht, worüber ich rede. In meinem Denken vollzieht sich also zugleich mit der Präsentatio auch eine Retentio. Gleichzeitig geschieht aber auch eine Protentio, d.h. ich habe auch schon im vorhinein im Blick, was ich als nächstes sagen werde, sonst könnte ich den Satz ja gar nicht beenden." Gilasi stellt anschließend fest: "Ich darf keine Minute in der Präsentation der Retentionen und Protentionen verlieren. Präsentation, Protention und Retention gehören immer in einer Einheit zusammen."

Diese Erkenntnis Husserls läßt deutlich werden, worin das Zusammenspiel der drei Zeitdimensionen in der Melancholie gestört ist. Das hat Binswanger an den für die Melancholiker so bezeichnenden Selbstvorwürfen aufgezeigt, die sich stets auf eine in der Vergangenheit liegende Verhaltensweise des Patienten beziehen. So z.B. der Selbstvorwurf eines jungen Offiziers, der auf der Hochzeitsreise an einer schweren Melancholie erkrankte: "Wäre ich ihr (d.h. der Ehefrau) nicht nachgereist, hätte ich sie nicht so oft besucht, dann wäre das Unglück (die Melancholie) nicht über mich gekommen. Wohin ich jetzt sehe, ist alles verschlossen und schwarz." Binswanger konstatiert, daß es sich bei solchen Selbstvorwürfen wie "hätte ich doch ..." bzw. "hätte ich doch nicht ..." um die Erwägung lauter leerer Möglichkeiten handelt. Wo aber von Möglichkeiten die Rede ist, handelt es sich um protentive Akte, das Vergangene hat ja keine Möglichkeiten. Hier aber zieht sich, was freie Möglichkeit ist, zurück in die Vergangenheit. Das bedeutet, daß die protentiven, konstituierenden Akte zu sogenannten Leer-Intentionen werden. Mit anderen Worten die Protentio kann die Zukunft nur als leere Zukunft zeitigen. Somit ist die in der Präsentatio erfolgende Thematisierung eines Worüber des Denkens nicht mehr ohne Störung möglich. Damit muß die Melancholie, trotz der Möglichkeit ihrer völligen Rückbildung, als eine schwere Störung des Denkens auf der Basis einer Störung des inneren Zeitbewußtseins angesehen werden.

Zeitlichkeit bei M. Heidegger

Am Ende erhebt sich vor uns jenes philosophische Urgestein, das Martin Heidegger heißt. Man weiß, daß das Hauptwerk der ersten Lebenshälfte "Sein und Zeit" heißt. Schon dieser Titel verweist darauf, daß hier das Menschsein und das Zeitlich-sein nicht mehr nur von der basalen Lebensbewegung des Werdens her in den Blick kommt, denn Heidegger sieht das Dasein in allen seinen Seinsweisen von der Zeitlichkeit konstituiert. Das Dasein zeitigt. Vielleicht gibt es keinen radikaleren Ausdruck für den Umfang und die Reichweite dieser, die menschliche Existenz konstituierenden Zeitigung als Heideggers Analyse, daß das Dasein auch den Raum zeitigt. Gadamer formuliert das Umfassende dieses Zeitdenkens so: "Seit Heidegger die ontologische Bedeutung der Zeitlichkeit und Geschichtlich-

keit des menschlichen Daseins zum neuen Thema erhob und diese eigentliche Zeit von der gemessenen Weltzeit scharf unterschied, sind wir der konstitutiven Rolle erneut gewahr geworden, die Zeit als ontologisches Strukturmoment unseres Lebens spielt."

Da wird es wenig sinnvoll sein, die großen Bögen der Tektonik von Sein und Zeit auch nur zu skizzieren. Allein schon ein Eindringen in das Vorfeld von Heideggers Fragen nach dem Wesen von Zeit müßte den Rahmen eines Vortrages sprengen. Indessen braucht man aber darauf keineswegs zu verzichten, denn den Leser der "Zollikoner Seminare" nimmt Heidegger liebevoll bei der Hand, um ihn selbst in das Vorfeld dieses Fragens nach der Zeit einzuführen und schließlich auch in eine erste Antwort.

So steht denn am Ende unserer Untersuchung der Hinweis auf einen neuen Anfang, der zugleich auch ein neuer Höhepunkt ist.

Univ. Prof. Dr. H. Tellenbach †

Hinweis auf die wichtigsten Publikationen von H. Tellenbach:

Tellenbach H. (1968): Geschmack und Atmosphäre. Salzburg: Otto Müller.

Tellenbach H. (Hg.) (1978): Das Vaterbild im Abendland I+II. Stuttgart: Kohlhammer.

Tellenbach H. (1983): Melancholie. Problemgeschichte, Endogenität, Typologie, Pathogenese, Klinik. Berlin: Springer.

Tellenbach H. (1987): Psychiatrie als geistige Medizin. München: Verlag für angewandte Wissenschaften.

Was bewegt den Menschen?

Die existentielle Motivation der Person*

Alfried Längle

In diesem Vortrag wurde erstmals das Konzept der personal-existentiellen Grundmotivationen vorgestellt und durch Erfahrungsberichte, Selbstreflexion und Falldarstellungen beleuchtet.

In der Einleitung wird kurz auf ihre Entstehung aus den existentiellen Fragen der psychotherapeutischen Praxis hingewiesen und danach ihre Einbettung in die Entwicklung des Menschen ansatzweise versucht. Damit soll auf die Breite der existentiellen Relevanz der Grundmotivationen hingewiesen werden.

Die Darstellung der Grundmotivationen beschränkt sich auf die ersten drei: das Sein-Können, das Leben-Mögen und das Selbstsein-Dürfen. Sie sind die Vorläufer der vierten, der Sinnstrebigkeit des Menschen. Diese ist in der Logotherapie Frankls ausführlich dargestellt und wird daher hier nicht weiter reflektiert.

Meine Damen und Herren,

ich möchte heute Abend darüber sprechen, was uns *als Menschen* bewegt – was uns in unserem *Menschsein* bewegt. Es geht dabei nicht um die Beschreibung basaler Bedürfnisse und Befriedigung körperlicher Triebe. Das ist aus verschiedenen Motivationslehren bekannt. Vieles treibt, lockt, verlockt den Menschen und bringt ihn in Bewegung. Leib und Seele, die Mitmenschen, die Gesellschaft wollen ihr Recht. Wir erleben Triebe, Bedürfnisse, haben Schmerzen, Lust oder Ängste, fühlen Pflichten gegenüber der Gesellschaft. Hunger, Durst, Schlaf, Sexualität stellen starke Kräfte dar, die uns täglich zu Handlungen bewegen und – im Falle ihrer Vernachlässigung – auch mit triebhafter Urgewalt über uns herfallen können.

Allein ihre **Befriedigung** bringt nicht die **Erfüllung** in unser Leben. Diese Kräfte regeln *Voraussetzungen* für das vitale Überleben. Aber sie sind nicht jene Beweggründe, *für die* wir leben. Der Wiener Psychiater Viktor Frankl hat

mit seinem Sinnkonzept einen erheblichen Beitrag zu dieser Frage geleistet und für die Psychotherapie und insbesondere für die Beratung und psychologische Prophylaxe fruchtbar gemacht.

Hier könnte nun der Vortrag bereits beendet werden mit ein paar Verweisen auf die Literatur, wenn nicht - ja wenn da nicht Menschen wären, die sich durch nichts mehr bewegen lassen, auch nicht durch Sinnangebote. Menschen, die sich am Leben nicht mehr beteiligen mögen – Jugendliche, Erwachsene, Alte, Gesunde, Süchtige, Erfolgstypen oder Versager, Wohlhabende und Habenichtse.

Wonach streben junge Menschen, die "cool" sind und damit ein Unbeteiligtsein stilisieren? – Wie können wir mit Menschen umgehen, für die weder die Befriedigung der vitalen Voraussetzungen für das Leben noch die Suche nach Sinn Anreiz sind zu einem für sie und die Umwelt erträglichen, positiven Handeln? Wir stoßen immer wieder auf Menschen, die meinen: "Dieses Leben geht mich im Grunde nichts an!" Manchmal ist die Haltung nicht so indifferent, sondern aggressiv formuliert: "Mir gehen alle Menschen auf die Nerven! Sie sind mir völlig ‚wurscht‘. Auch meine Leute können mir alle gestohlen bleiben!" Eine solche *Haltung* stellt alles in Frage, die vitale Lust, den geistigen Sinn, das Leben überhaupt.

- Wozu noch Schmerzen und Leid ertragen und gegen das Unangenehme ankämpfen, wenn alles aus ist und man *keine Chance* mehr sieht?

- Was soll das Streben nach Lust, wenn einem das Leben schwer, gleichgültig, lästig ist?

- Wie kann dieses Leben Sinn haben, wenn es mich *ekelt* vor dieser Welt, vor der Widerwärtigkeit grausamer Menschen mit unberechenbarer Gewalt, vor dem Überfluß von Konsum, Sex, Geld?

Erfahrungen und Therapien mit Menschen, die so zur Welt, zum Leben und zu sich selbst stehen, werfen ein Licht auf ganz *basale, existentielle Motivationskräfte*. Über sie möchte ich heute Abend sprechen.

In unzähligen Existenzanalysen stieß ich immer wieder auf vier fundamentale Strebungen, aus denen heraus die Zustimmung zum Handeln gegeben wird (einerlei ob es um triebhaftes, gefühlhaftes oder geistig motiviertes Handeln geht). Diese fundamentalen Strebungen sind die **Seinsfrage**, die **Wertfrage**, die **Rechtfertigungsfrage**

* Vortrag aus Anlaß der Jahrestagung der GLE, gehalten am 3. April 1992 in Zug

und die **Sinnfrage** der Existenz. Der Kampf ums Dasein, um den Wert des Lebens und um die Behauptung der Eigenständigkeit der Person bilden die *personalen Voraussetzungen* für erfüllte Existenz. In der **Sinnsuche** erfährt dieses Streben schließlich seine Abrundung, wenn der Mensch sich in größeren Zusammenhängen findet und in ihrem Horizont sein Leben vollzieht. Über diese vierte Motivationskraft ist von V. Frankl (z.B. 1984) schon viel publiziert worden. Da sie uns als Logotherapeuten geläufig ist, werden wir uns hier erstmals mit den anderen personal-existentialen Motivationskräften beschäftigen.

Die Grundmotivationen als Struktur von Entwicklungen

Wenden wir uns zunächst der **Entwicklung** dieser spezifisch menschlichen Motivationskräfte zu. Sie zeigt die **geistige Offenheit** des Menschen in dreifacher Hinsicht. Zunächst ist da seine **Offenheit für die Welt**. Die Suche nach den Möglichkeiten zum Dasein ist die basalste Herausforderung an den Menschen. Das andere Fenster geht zum Leben hin mit der **Anlage zum Wertempfinden**. Das Mittel dazu ist die *emotionale Offenheit* und Berührbarkeit. Schließlich geht mit der Offenständigkeit der Person der Auftrag zur **“Offenbarung” ihrer selbst** einher, zum konkreten Sosein im eigenen Leben, und darin vor sich selbst und vor anderen zu bestehen.

Diese Entwicklung setzt schon in der Kindheit ein. Eine Kollegin sagte einmal im Rückblick auf ihre Jugend ganz treffend: “Die Jugendzeit ist ein einziger Kampf ums Wahrgenommenwerden, Geliebtwerden und Ernstgenommenwerden.” Dieser Satz faßt die drei Motivationen im Kontext der Sozialbezüge sehr treffend zusammen.

Im Nachdenken über diese Formen des Suchens und Bewegtseins des Menschen sah ich in den drei Motivationen große Wogen, die von der Bugwelle menschlicher Existenz ausgehen. Es ist, als wiederholte sich die Bugwelle, die durch **Zeugung, Geburt und Namensgebung** entstanden ist, im späteren Leben noch einige Male.

Die erste Wahrnehmung von einem Menschen macht die schwangere Frau, wenn sie ahnt, fühlt, vielleicht befürchtet und schließlich nach allen Zweifeln deutlich merkt: “Da ist jemand!” Dieser Jemand hat aber wenig Chancen geboren zu werden, wenn sein Dasein nicht irgendwie, und sei es auch nur in dumpfer Unbestimmtheit, als zumindest so “gut” angesehen wird, daß es belassen wird. Seit alters her haben die Menschen andernfalls versucht, das Kind zu beseitigen. Ein Kind zu gebären ist ein tiefer, vielleicht oft unbewußter Akt der Bejahung seines Lebens. Die Namensgebung schließlich ist die Anerkennung dieses Menschen in seiner Art und in seinem Geschlecht und repräsentiert seine Einbettung in Familie, Tradition und Kultur. Der Name bestätigt seine Unverwechselbarkeit und Konkretheit. Die Bugwelle “Zeugung, Geburt und Name”

symbolisiert die existentiellen Grundmotivationen, in der es ums Dasein, ums Wertsein und ums Sosein geht. Erst im Heranwachsen gewinnt die Frage des “Wozu” (des Sinns) dieses Lebens bei der Berufswahl größere Bedeutung.

Die Bugwelle wiederholt sich dann als **soziale Entwicklung** in der Familie, in der Jugend und im Erwachsensein. Der familiäre Raum *zeugt* die soziale Person, die dort angesprochen und entwickelt wird. Die Welt des Kindes ist die Familie. Für die Entwicklung seelischer Gesundheit hat größten Einfluß, wieviel Raum das Kind für sein natürliches, spontanes Empfinden, für seine Pläne und Ziele, seine Wünsche und Absichten, für sein Spielen und Wollen, für seine Ängste und sein Leid hat. Es ist eine basale Erfahrung für den Menschen, als Kind gespürt zu haben, daß es dasein kann und angenommen ist. Es gibt kaum eine tiefere Verunsicherung und Verängstigung für einen Menschen, als in einer feindlichen, ablehnenden familiären Atmosphäre heranwachsen zu müssen.

Die Jugendzeit kann mit der sozialen *Geburt* verglichen werden. Der Heranwachsende drängt mit unsicherem Schritt in eine größere Welt. Als Erwachsener erhält man schließlich seinen “Ruf” (“Be-ruf”), was einer *öffentlichen Namensgebung* gleichkommt. In diesem Alter geht es hauptsächlich darum, sich in einer größeren Gemeinschaft mit seinen Fähigkeiten und seiner Art zu behaupten und darin respektiert zu werden.

Die Grundmotivationen sind wie Module, die Entwicklungsabschnitte strukturieren. Eine situative Entwicklung ist vollständig, wenn alle vier Grundmotivationen in ihr vollzogen sind. Dasselbe könnte für größere Entwicklungsperioden gelten. So ist z.B. das Kind zuerst mit der Sicherheit des Daseins und mit dem Raum-Haben beschäftigt. Dann geht es mehr um die Wärme der familiären Beziehungen. In der Pubertät dreht sich alles um die Selbstfindung (man riskiert dabei sogar die Beziehungen!) und im jungen Erwachsenenalter um die sinnvolle Lebensgestaltung.

Das Modul findet sich auch in langen Entwicklungsperioden wieder, die das ganze Leben umspannen. So scheint es in den ersten 15 bis 20 Jahren des Lebens vorwiegend um die Sicherung des Lebensraums zu gehen, von 15 bis 30 (35) um die Beziehungsarbeit, von 30 bis 45 (50) um die vertiefte Selbstfindung und danach um den Sinn des Lebens bzw. was von den eigenen Taten bleibt. Doch wenden wir uns nun der Jugendzeit zu, in der sich die Entwicklung der Person und ihrer existentiellen Strebungen besonders deutlich zeigt.

Die Grundmotivationen in der Jugendzeit

In der Jugend weitet sich der Horizont. Vieles, was zu Hause in der kindlichen Welt der Familie als Verhaltensnorm galt, gilt außerhalb der Familie nicht oder anders. Festgefügte Vorstellungen, wie das Leben geht und worauf es ankommt, brechen auf. Der junge Mensch steht vor der

Das Modul der Grundmotivationen findet sich in verschiedenen Entwicklungsperioden wieder

Aufgabe, sich wiederum Raum zu verschaffen und sein Dasein unter den Gleichaltrigen und in der neuen Welt zu behaupten. Die Jugendzeit ist geprägt durch die **Spannung zwischen Anpassung und Abgrenzung** im Rahmen der **Selbstfindung**.

Diese Spannung hängt mit dem **Person-Sein** zusammen. Als Person ist der Mensch frei für Offenheit und Austausch, aber zugleich gebunden an sich selbst. Denn er muß neben seinem Austausch auch sein Dasein behaupten, die Beziehung zu sich leben und sich selbst in seinem Gewissen treu bleiben. Das kann er am besten in Gruppen Gleichgesinnter üben. Dieses Streben, sich als Person mehr zu entwickeln, läßt den Jugendlichen die "Bande" Gleichaltriger als "Übungssozietät" suchen. Die Peer-Group ist daher typisch für dieses Alter. Darin finden sich die notwendigen Entwicklungsextreme: Innerhalb der Gruppe *konformistisches* Verhalten, Anpassung, Unterordnung bis zu einem Ausmaß, wo die Mitgliedschaft zum Mitläufertum wird. Nach außen hin wird jedoch die *Abgrenzung* mittels natürlicher und künstlicher Besonderheiten demonstriert: Aufnahmearten, Haartrachten, Kleidung, Lebensstil, Lebensziel und Überzeugungen werden bis zur Provokation getrieben. Sie sollen deutlich machen: "Wir sind nicht so wie ihr!" Die Spannungen zur älteren Generation finden nach den personal-existentialen Grundmotivationen eine Erklärung darin, daß der junge Mensch die drei Einzelstrebungen unter einen Hut zu bekommen trachtet: Er will *Raum* haben für seine Kräfte, für seine Beziehungen und Gefühle, für seine Ideen und für sein Handeln. Dieser Raum wird ihm im festen Gefüge bestehender Ordnung nicht ohne weiteres gegeben. Aber er ist noch nicht stark und einflußreich genug, sich seinen Raum selbst zu verschaffen.

Zweitens sucht er die *Zuneigung* von anderen, will von Fremden vermittelt bekommen: "Gut, daß du bist. Wir haben dich gerne bei uns". Kennt der junge Mensch dies nicht von zu Hause, sucht er es umso intensiver bei anderen Menschen. Kennt er es von zu Hause, will er erproben, ob es auch ohne Heimvorteil so gilt.

Schließlich will der junge Mensch Bestätigung, *so sein zu dürfen*, wie er ist, will sein Handeln als gerechtfertigt erfahren, will Wertschätzung und Respekt für sich bekommen.

In einem größeren Wirkungsfeld als im familiären Entfaltungsrahmen versucht nun der Jugendliche, sein Person-Sein in diesem geänderten Anforderungsprofil zur Entfaltung zu bringen. Die Peer-Group ist der soziale Ort, um die personal-existentialen Motivationsebenen in einem größeren sozialen Rahmen zu versuchen. Diese Motivation erklärt auch, warum sich Jugendliche überhaupt freiwillig in Banden zusammenfinden (vgl. Tillmann 1989, 197; die vorliegende Konzeption des Jugendlichen steht in guter Übereinstimmung mit Eisenstadts soziologischem Konzept des Jugendalters). So wächst der junge Mensch zu

seiner sozialen Reife heran, um schließlich in Freiheit mit anderen Menschen sein eigenes Person-Sein leben zu können, das sich erfüllt im Beieinander-sein-Können bei gleichzeitigem unverwechselbarem So-Sein des Individuums. Denn darauf läuft Person-Sein hinaus: Dasein in Beziehung und Abgrenzung. So ist Person beziehungsfähig. Sie erstickt aber in der symbiotischen Klammer, wo keine Abgrenzung mehr gegeben ist.

Die authentische Persönlichkeit

Am Ende der Jugendzeit steht der Schritt zur Authentizität der Persönlichkeit, in der **Autonomie** und **innere Freiheit** bei gleichzeitig tragfähiger und **sinnvoller Verbindlichkeit** und **Eigenverantwortung** zusammentreffen. Da es um die Entfaltung der inneren Selbständigkeit geht, kann dieser Schritt nicht mehr von anderen Menschen ab-

hängen, weder von Eltern noch von Gleichaltrigen. Die Person muß ihn aus sich selbst hervorbringen. Dafür bedarf es des Alleinseins. In der Ruhe und Stille, im Mit-sich-Alleinsein, findet die Person den Weg zu ihren Ursprüngen, stößt sie zum eigenen Grund vor.

Die reife Person will sich für das Eigene in der Welt einsetzen. Es geht nicht mehr um *Selbstfindung* wie in der Jugend, sondern um **Selbst-Sein** – sich und dem Eigenen treu sein in den aktuel-

len Bezügen und Anforderungen des Lebens. Der reife Mensch will so sein dürfen, wie er ist, und sein Leben als er selbst leben können. Diese Durchsetzungsfähigkeit setzt in diesem Entwicklungsstadium nicht mehr außen bei den anderen an, wie das in der Pubertät der Fall war, sondern sie entfaltet sich aus dem Inneren, beginnt mit der Durchsetzung des Eigenen und der eigenen Motivationsbereiche vor sich selbst. Jeder der drei Motivationsbereiche – das Verlangen nach Lebensraum, die Suche nach dem Lebenswerten, das Finden eines Lebensrechtes – ist also auch für sich und mit sich allein auszumachen.

Das Alleinsein-Können

Die Reife der authentischen Persönlichkeit ist mit dem **Alleinsein-Können** erreicht. Dies setzt inneren Lebensraum, den persönlichen Lebensweg, und die Rechtfertigung vor sich selbst voraus. Wer nicht allein sein kann, leidet, weil ihm die existentialen Lebensbereiche in seinem inneren Leben fehlen. Er spürt, daß er nicht **ganz** lebt. Es fehlt für den Lebensraum das *Angenommen-Sein*, besonders wenn er sich selbst noch nicht ganz angenommen hat oder annehmen kann. Es fehlt ihm zweitens für den Lebensbezug die *Zuwendung*, die den Lebenswert ausmacht, vor allem wenn er selbst zu seinem Leben noch nicht die volle Zustimmung gegeben hat oder nicht geben kann. Und es fehlt ihm für seinen Selbstbezug die *Anerkennung*, der Respekt, jenes "Lebensrecht", das ihm sagt,

Die Peer-Group als
Übungssozietät
zwischen innerer
Anpassung und
äußerer
Abgrenzung

daß es richtig ist, wie er ist und was er tut, vor allem wenn er sich diese Anerkennung selbst noch nicht geben kann und er sie von anderen erwartet. Solange dies so ist, leidet der Mensch an Einsamkeit, selbst wenn er in Beziehungen steht. Die Gefahr ist groß, abhängig zu werden. Alles Angenommen-Sein von anderen, alle Liebe und Anerkennung ist nicht glaubhaft, ist nicht sättigend, wenn man sie nicht für sich selbst hat. Wer an Einsamkeit leidet, hat selbst nicht vollzogen, was er von anderen erwartet. Die existentielle Basis wird uns zuvor in den meisten Fällen von außen durch die Eltern und Freunde geschenkt. Dieselbe existentielle Basis haben wir aber auch vor uns selbst noch zu erringen, haben sie hervorzubringen aus Eigenem. Dazu bedarf es des Alleinseins, der stillen Stunden auf Spaziergängen, im Urlaub, am Abend, am Sonntag, damit diese "personale Geburt" geschehen kann. Eine Geburt, die uns von niemandem abgenommen werden kann. Die zweite Geburt haben wir selbst zu leisten.

Personale Reife

Es kennzeichnet die **reife Persönlichkeit**, daß sie ihren existentiellen Grund kennt und erfüllt hat. Sie lebt ihr Dasein, ihr Wert-Sein, ihr So-Sein und ihren Sinn und kann dazu stehen. Sie bedarf nicht des ständigen Zuspruchs von außen, der sie in Abhängigkeit hielte und letztlich unfrei machte. Aus sich heraus ist die reife Person zu ihrer **eigenen Stellungnahme gegenüber den Grundmotivationen** gekommen und hat ihre **innere Zustimmung** gegeben. Die reife Person gestaltet ihr Leben mit ihrer unverwechselbaren, authentischen Handschrift. Ihr Leben ist wie eine Unterschrift unter ihr Dasein, eine Unterschrift, die eine tagtägliche Zustimmung zur Welt, zum Leben und zu sich selbst bedeutet. Die gelebte Zustimmung zum Leben macht es möglich, daß wir den wirklichen Sinn unserer Existenz inmitten tausender Möglichkeiten von Tag zu Tag neu finden. So kann die Linie des authentischen Selbst-Seins ein Leben lang durchgehalten werden.

Reife also beruht in einer *grundsätzlichen Stellungnahme* zu den Grundbewegungen personaler Existenz. Dann ruht der Mensch in sich, steht er auf dem Boden des Seins, in Beziehung zum Leben und zu sich selbst. So kommt ein größeres Sein in seinem Dasein zum Vorschein. Wer dies in sich trägt, braucht sein Leben nicht vom Leben anderer abhängig zu machen.

Durch die Zustimmung zum eigenen Sein wird der Blick offen für die Fülle des Seins. Wer auf die Fülle in sich selbst gestoßen ist und sie gutheißt, findet sie auch im anderen. Dem ist er verwandt, weil auch das andere im selben Seinsgrund steht.

Einsame Entwicklungen

Es geschieht Menschen, daß sie von vielen anderen Menschen angenommen worden sind, von Vater und Mutter, von Geschwistern, Freunden und Freundinnen. Dennoch kann es sein, daß **alles zuwenig war**, daß Angst und

Depression, Hysterie und Sucht, Aggression und Beziehungslosigkeit vorherrschen. Es stimmt natürlich, wenn man feststellt, daß es in so einem Falle eben doch keine wirkliche Zuwendung war, die sie erfahren haben, sondern daß darin viel Ablehnung war, gegen die sie vielleicht gekämpft haben.

Aber reicht diese Erklärung aus? Fehlt da nicht noch etwas ganz anderes? Ein solcher Mensch hat zwar alles um sich, viel Wohlwollen, Weichherzigkeit und sogar Verwöhnung, aber er hat *sich* nicht! Er hat selbst nicht wirklich entschieden.

Es scheint, als hätte er ein leichtes Leben. Das Dasein ist so **selbstverständlich**, daß es nichts wert ist. Man setzt ihm Lebenswertes zu Hauf vor, gratis – aber es ist wie eine Armensuppe. In Watte gehüllt bleibt ihm das Leben vorenthalten. Es wird ihm nicht zur Herausforderung. Er kommt nie zum Staunen, daß er überhaupt ist. Er hat keine Gelegenheit zu erfahren, daß man auch mit großem Leid leben kann und daß das Leben weitergeht, obwohl man zwischendurch das Gefühl hat, daß alles um einen einstürzen müßte. Er hat nie sehen können, daß das Leben das alles durchhielt und sich wieder neuer Raum auftat. Diese "Alles-ist-gut-Watte" erstickt vitale Kräfte, kastriert den Umgang mit den drei personalen Grundmotivationen: mit dem Wahrnehmen (und Staunen), mit dem Fühlen und dem Spüren. Wenn alles als selbstverständlich angesehen wird, verliert sich jedes Staunen. Was selbstverständlich ist, ist nicht wert, weiter angefühlt zu werden. Was selbstverständlich ist, spüren wir nicht, weil wir daran gewöhnt sind. Solcherart "existentiell kastriert" und geistig abgestumpft, gerät die Person in die Leere und Einsamkeit eines "existentiellen Vakuums" (Frankl), worin sich hoffentlich Unruhe breit macht.

Häufiger ist die **gegenteilige Erfahrung**. Statt Zuckerröhre regiert gewissermaßen die Peitsche. Es sind Menschen, die von niemandem angenommen sind, die nur im Wege stehen, überflüssig sind. Keiner mag sie. Wo immer sie sich aufhalten, stören sie, stört immer schon. Ihretwegen hat die Mutter auf alles verzichten müssen, ihretwegen haben sich die Eltern nicht scheiden lassen, ihretwegen hat der Vater seine Freiheit aufgegeben und geheiratet. Ihr Leben war den anderen von Anfang an wertlos, war Last. Anerkennung ist ihnen unbekannt, sie kennen nur Hohn. Überall haben sie "alles falsch" gemacht, nirgends wurden sie ernst genommen. Heute ertragen sie kein Lob, weil sie es nicht glauben können. Sie sind Rechtlose, von den Eltern Enterbte, weil sie den Erwartungen nicht entsprechen. Von ihnen hätte man anderes erwartet. So jedoch, wie sie waren, konnte man sie nicht lieben. In der Schule waren sie aggressiv, unruhig und hatten schlechte Noten. Sie haben geraucht, sich verbotenerweise mit Mädchen oder Jungen abgegeben, statt mit ihren Aufgaben. Ihre unmögliche Art ist ihnen geblieben. Randexistenzen, geprügelt und als Folge ihres Verhaltens erst recht ausgestoßen. Sie fristen ein Dasein personalen Unterprivilegiertseins in arktischer Kälte fernab menschlicher Wärme und Gemeinschaft. Soziale Randexistenzen, die sich in

allen sozialen Schichten finden. Ein Wunder oft, daß sie noch leben, überleben konnten auf so dürrig-existentiallem Boden.

Auch hier *erstarren die Vitalfunktionen der geistigen Person: das Wahrnehmen, das Fühlen und das Spüren*. Ihr "K.O. - Leben" bietet keinen Anlaß zum Staunen darüber, daß man auf der Welt ist. In solcher Lage weiß der Mensch nicht, ob er überhaupt leben will. Es täte alles viel zu weh, ließe er die Schläge wirklich an sich heran. Und so fühlt er sich nicht mehr, ist sich fremd geworden wie ein "geschlagener Hund", würdelos und verzweifelt. Wenn das Leben so ist, erfriert das Spüren: "Aussichtslos, dieses Leben! Auf was soll es hinauslaufen? Warten wir noch etwas zu. Aber lange mag ich nicht mehr." Eine Entwicklung in die Einsamkeit hat hier stattgefunden, die geprägt ist von Erfahrungen der Ablehnung, der Abwendung und der Entwürdigung. Kann sein, daß Angst oder Depression, Hysterie oder Sucht, Aggression oder Beziehungslosigkeit diesen Menschen in der Folge beherrschen. Und natürlich stimmt es, wenn man feststellt, daß es eben doch keine wirkliche Ablehnung war, die dieser Mensch erfahren hat, sondern daß darin auch Zuwendung und eine Form von Anerkennung enthalten war, die ihn vielleicht am Leben erhielt. Doch ist dies nicht genug. Und noch etwas Entscheidendes fehlt diesem Menschen: er fehlt sich selbst. - Hat er sich je schon entscheiden können für sein Leben?

Zuckerwatte oder Peitsche – "Brot" haben beide Menschen nicht bekommen, um ihr Person-Sein zu nähren. Der Hunger macht Unruhe, im verwöhnten Leben ebenso wie im geschlagenen. Denn Leben verlangt nach einer Entscheidung, weil es auch **Zwang** ist: trotz aller Umstände leben wir, **müssen** wir unser Leben bis zu einem freiwilligen oder unfreiwilligen Tod leben (vgl. Kühn 1988). Ungefragt leben wir. Hier zeigt sich das Leben unerbittlich: "Du bist da. Ob du willst oder nicht. Du kannst dich nicht entziehen. Du mußt das Leben angreifen, annehmen. Wenn du es nicht annehmen willst, so wirf es weg. - Aber auch dafür mußt du es angreifen. Du kannst nicht umhin zu leben, wenigstens bis zum Tod, wenigstens bis zum Selbstmord, wenigstens diese Minuten. Du mußt leben - und eben darum: Du mußt dich entscheiden: Stirb oder leb! Aber leben mußt du, mußt du, bis du stirbst. - Also entscheide dich!"

Die Brutalität des Verlassenseins ebenso wie jene der Unterdrückung, läßt die personalen Vitalfunktionen erstarren. Die Person wird empfindungslos. Ihr Leid aber wächst sich zur **Existenznot** aus, wenn der Verlassene auch noch sich selbst im Stich läßt, der Geschlagene sich selber schlägt. Es ist unglaublich schwer, verlassen zu sein und trotz des Alleinseins zu sich selbst zu stehen. In uns ist eine Tendenz, mitzumachen, was die anderen machen. Wir mögen selber nicht mehr mit uns sein, wenn andere es nicht tun. So ist der Verlassene oft auch ein von sich selbst Verlassener. Verlassen – oder vielleicht noch nie von sich selbst aufgesucht, sich nie angetroffen haben am

Grunde des Seins. Kennen wir nicht alle auch ein wenig diese Verlassenheit? Zwar geboren, ins Leben "geworfen", aber nicht in Empfang genommen, von anderen nicht, von uns selbst nicht? Der entscheidende, letzte Schritt zum existentiellen Leben kommt aus uns selber und nicht von den anderen. Wieder ist zu sagen, die Zuwendung von anderen ersetzt nicht die eigene Zuwendung, ersetzt nicht die drei Grundfragen personal-existentialen Daseins selber zu vollziehen, deren erste die **Daseinsfrage** ist.

Die 1. Grundmotivation: Leben als Raum nehmen

Das größte Ereignis ist es, auf die Welt gekommen zu sein. Überhaupt dazusein. Das ist der Anfang von allem. Dasein bedeutet daher zunächst ganz schlicht: "Ich bin!" – Doch halten wir einmal inne. Welche Ungeheuerlichkeit ist damit verbunden, welches Wunder! "Ich bin! Unter allen Umständen des Lebens - ich bin! Es gibt mich!" Das ist der **ontologische Grund** unseres Lebens, der Anfang aller **Wahrheit** im Leben. Ihn gilt es zu erfahren, ihn müssen wir spüren. Es ist der Boden des Seins. Es gibt Halt und Festigkeit, in eine Welt hineingeboren zu sein, die mir entgegentritt, die mir Widerstand leistet, die mir Raum auf tut. Ohne diesen Bodenkontakt mit dem "Seinsgrund" ist das Leben von Angst durchzogen. Dann wird jedes kleine Leid, jede Abweichung vom Gewohnten zur Bedrohung, jede Freude suspekt und unglaubwürdig.

Der Seinsgrund erschließt sich in der **Erfahrung** einer ans Banale grenzenden Tatsache: "Es gibt mich!" Diese Erfahrung ist zum Glück jederzeit machbar, der Seinsgrund immer vorhanden. Die Kinder spielen mit dieser basalsten Daseinsstruktur, wenn sie sich verstecken und dann finden lassen, wenn sie plötzlich "nicht da" und dann doch "wieder da" sind. Sie machen die unbewußte, aber tiefe Erfahrung, daß das "Nichtsein" das Sein nicht auflöst. Weil das Dasein so selbstverständlich ist, wird es häufig nicht beachtet, wodurch der Zugang zu ihm verloren gehen kann. Wichtig für den Zugang ist aber nicht die Reflexion, sondern die Erfahrung. Zwar kann das Denken den Seinsgrund auch erschließen, aber im existentiellen Sinn geht es nicht um das "*cogito ergo sum*". Der existentielle Zugang zum Seinsgrund geht über das "*sentio, ergo sum*" – ich *fühl* es, daß ich bin. Was aber das Denken betrifft, so kann es die Erfahrung durchaus intensivieren, z.B. mit der Frage: "Wie ist das möglich, daß ich bin?" *Stauend* stehe ich davor und weiß, ich kann es nicht fassen. Und mögen die Lebensbedingungen noch so grausam sein – dennoch bin ich! Auch im größten Leid hält mein Sein durch und die Welt hält ihr stand. Fritz Künkel brachte es auf den trefflichen Satz: "Du kannst aus dieser Welt nicht herausfallen." Egal, was passiert – sie hält, hält dich, hält durch. Und Saint-Exupéry meinte einmal: "Auch die größte Dunkelheit vermag das Licht einer Kerze nicht zum Erlöschen zu bringen."

Das größte
Ereignis ist,
überhaupt zu
existieren

Eine Erfahrung

Ich habe das selbst einige Male erlebt, zuletzt als mein Vater starb. Ich war gerade bei der Arbeit, als ich einen Anruf erhielt, daß ich möglichst schnell ins Krankenhaus kommen soll, wo mein Vater vor zehn Tagen operiert worden war. Es gehe ihm schlecht.

Als ich eintraf, war er gerade verstorben. Er starb unerwartet und schnell. Ich war fassungslos und ein grosser Schmerz brach über mich herein. Es war ein Gefühl, als ob die Welt im nächsten Atemzug still stehen würde. Nach einiger Zeit verließ ich den Raum. Ich hatte die feste Vorstellung und ein beinahe sicheres Gefühl, daß sich der helle Tag nun verdunkeln müßte, daß es eigentlich Nacht werden müßte. Aber die Sonne schien weiter - zu meiner Überraschung. Ich verstand das nicht. Ich weiß noch genau, wie ich ein Zögern in mir spürte, ob ich nicht entrüstet sein soll. Dieses Licht der Frühlingssonne war nicht leicht zu ertragen. – Da schien also die Sonne weiter, und mein Vater war tot!, schoß es mir durch den Kopf. Und ich sah den Wind durch die Pappeln streichen, hörte die Vögel singen, und alles war, als ob nichts geschehen wäre. Und langsam, ganz langsam begannen all diese Dinge zu mir zu sprechen und mir zu sagen: “Und trotzdem: Du lebst, du bist. Du sollst weiterleben. Es gibt dich, und da ist Halt, da ist Bestand, da ist Dauer.” Inmitten meines Schmerzes kam Verwunderung auf. Das hätte ich nicht erwartet! Es war eine unglaubliche Erfahrung, wieviel Leid mein Leben aushalten kann ohne zu zerbrechen.

Manchmal frage ich Patienten, ob sie schon einmal *gestaunt* hätten, daß es sie gibt. Da höre ich Sätze wie: “Das ist doch selbstverständlich ... Eigentlich noch nie ... Das wird schon passen, daß es mich gibt, da sollen sich die anderen damit auseinandersetzen ...”

Fragen an sich selbst

Die Bewegkraft dieser Grundmotivation können wir introspektiv in uns selber aufspüren. Ich gebe dazu einige Fragen, leise Fragen, die Sie sich vielleicht auch schon selber gestellt haben:

“Ich lebe, ich bin da – aber *spüre* ich das? Fühle ich: es gibt mich? Fühle ich es an meinem Körper, an dieser Welt? Fühle ich ihren Halt?”

Bin ich wirklich da, ganz da in meiner Welt? Bin ich da in meiner Familie, bei meinem Freund, bei den Kindern? Bin ich *da* oder mehr abwesend?

Habe ich schon einmal darüber *gestaunt*, daß es mich gibt? Gerade *mich* – hier, in dieser Welt? Und in dieser Zeit, nicht im letzten Jahrhundert und nicht im nächsten! – Gestaut, weil ich merkte, daß ich es nicht verstehen kann, daß es mich gibt? Weil ich merkte, daß ich genau so gut nicht sein könnte?

Nun aber bin ich da, nehme *Raum* ein zu Hause, auf der Straße, im Beruf. – Fülle ich ihn auch aus? *Nehme* ich mir den Raum, um dazusein? Nehme ich mir den Raum in meiner Arbeit, unter Kollegen, in der Freizeit?

Nehme ich mir den Raum *für mich selber*? Nehme ich mir Raum für das, was mir wichtig ist? Oder bin ich immer wieder beschäftigt mit dem, was getan werden muß und das Wichtige kommt immer zuletzt? – Gebe ich mir Raum für das, was ich fühle? – *Verteidige* ich meinen Raum für meine Meinung, meine Überzeugung, meine Wahrheit, meine Liebe?

Atme ich den Raum, den ich in mir habe? – Fülle ich die Lunge, meinen “inneren Raum”?

Wo *gibt* man mir Raum, wo läßt man mich sein? Wo bin ich geborgen? - Bin ich in mir *geborgen*, kann ich bei mir sein? Kann ich es selber: mich sein *lassen*, meine Gefühle, Ängste, Freuden, Triebe? Oder muß ich mich bekämpfen, verbergen, überspielen, abwerten, leugnen? - Wo kann ich sein, wo bin ich angenommen? - Wo ist meine Heimat?”

Trotz ihrer Einfachheit sind diese Fragen eher ungewohnt. Ihre Beantwortung ist nicht immer leicht. Führen sie doch in einen der tiefsten Bereiche menschlicher Strebungen, dorthin, wo der Mensch ontologisch begründet ist. Aber achten Sie vielleicht darauf, welche *Resonanz* diese Fragen in Ihnen auslösen: Ablehnung, Erstaunen, Erschütterung, Lachen, Beengung, Befreiung? Diese Stimmung ist wert, ernstgenommen zu werden. Auch sie kann eine Spur zum Seinsgrund legen.

Annehmen der Bedingungen

Das erste, was den Menschen bewegt, ist **dasein zu können**. Ist das nicht gewährleistet, erübrigt sich alles weitere. Das Dasein braucht *Lebensraum*. Das ist der erste, welthafte, körperliche Auftrag an die geistige Person: “Schaff dir deinen Raum, nimm ihn ein, füll ihn aus, sei ganz da, entscheide dich ganz da zu sein, laß dich nicht verdrängen. Füll deinen Platz aus für deine Zeit, sei nicht halbherzig. Laß dich nieder, wo du bist, wo immer du bist, sei da. Dort ist deine Welt, dort kannst du zu Hause sein. Vorübergehend. Aber da bist du nun mal – so sei auch da!”

Das Dasein ist an die *Bedingungen* dieser Welt geknüpft. Wirklich dazusein bedeutet, *mit* den Bedingungen zu leben. Es verlangt, das Alter, das Geschlecht, den Gesundheitszustand, den derzeitigen sozialen Status etc. *anzunehmen*. Dann können wir die Weite, den Halt und den Schutz der Welt erleben. Wer seine Lebensumstände jedoch nicht haben will, wer sie bloß ablehnt und bejammert, wird haltlos und unbehaust. Sein Leben wird “unheimlich” und verliert den Boden – er verliert den “Grund” zum Leben.

Ausgesprochen hilfreich für das Einnehmen des eigenen Lebensraumes ist es, wenn wir *bei anderen Menschen Raum haben*: wenn sie uns annehmen. Es erleichtert die “Landnahme” der eigenen Existenz, wenn man dazu eingeladen wird. Wer aber sein Land dann nicht selbst übernimmt, bleibt Mieter in seinem Leben, wird nie Eigentümer. Das wäre weiters nicht schlimm, wenn es nicht abhängig machte – *abhängig* vom Angenommen-Sein durch andere.

Wer seine eigenen Stärken und Schwächen nicht an-

nehmen kann, wer seine Lebensbedingungen ablehnt, buhlt umso mehr um das Angenommen-Werden von anderen. Die sollen für ihn tun, was er nicht kann: ihn annehmen. Das aber ist eine Zumutung – und diese Menschen werden auch als solche erlebt: als Zumutung, die keiner haben will.

Andererseits können wir uns letztlich kaum selbst annehmen, wenn wir nicht auch von anderen angenommen werden. Es braucht eben beides im Wechsel. Wenn uns andere nicht annehmen, wenn uns nahe Menschen den Raum verweigern, Ideen, Meinungen, Bedürfnisse und Sehnsüchte zurückweisen, sollten wir *kämpfen*.

Zum Glück sind wir darin nicht nur Opfer und abhängig. Wir können uns *Raum auch selber nehmen*, wenn der andere ihn nicht gibt. Das führt natürlich entweder zu **Aggressionen** und Streit, oder man nimmt sich den Raum *heimlich*, hinten herum. Denn wir brauchen Raum zum Leben. Manche Moralvorstellung grenzt als “Raumordnung des Zusammenlebens” das Leben des einzelnen zu sehr normativ ein. Leben, das den Raum zur Entwicklung nicht hat, verkümmert und stirbt langsam ab. Ist es da nicht besser, Verhaltensnormen zu übertreten und andere zu versuchen, als in ihnen zu verkümmern? Denn Leben soll primär nicht erlitten, sondern womöglich gestaltet werden!

Angenommensein bedeutet “Sein Können”. Wenn ich irgendwo sein kann, heißt es, daß man mich auch *sein läßt*. Das gilt auch von mir selber: daß ich mich sein lasse! Es ist oft schwerer, sich selbst sein zu lassen, als anderen ihren Raum zu lassen. Am schwersten aber ist es, wenn ein Leid, eine Angst, eine Depression uns bedrückt. Wir wollen es nicht haben. Mit allen Mitteln versuchen wir es loszubekommen, durch Ablenkung, durch Alkohol oder Medikamente, durch Streit mit anderen und durch aggressive Ausbrüche. Schließlich soll es der Psychotherapeut für uns regeln. Die Befürchtung ist: Mit dieser Depression, mit diesem Leid, mit dieser Angst kann ich nicht leben. Sie läßt mir keinen Raum.

Stimmt das wirklich? Oder nehmen wir uns selbst den Raum, weil wir nicht das Leben annehmen, sondern an einer *Vorstellung* vom Leben hängen? Die Vorstellung nämlich, wie unser Leben sein müßte, damit es ein gutes Leben ist. Alles, was wir nicht annehmen wollen, müssen wir zuerst doch annehmen, um es in der Folge verändern zu können:

“Nimm es an, denn es ist da. Was da ist, kann nicht weg sein. Sicherlich, es muß nicht so bleiben. Aber jetzt ist sie da, diese Angst. Es ist deine Angst. Deine Trauer. Sie gehört zu dir. Die Einsamkeit, sie ist deine. Solange du sie nicht haben willst, beraubt sie dich deiner Grundlage zur Existenz. Wenn du sie annimmst, in die Hand nimmst, kannst du sie vielleicht verändern.”

Wer sich nicht selbst zu helfen weiß und das Gefühl hat, daß ihm Raum zum Dasein fehlt, daß er schutzlos ist, den beschleicht die *Angst*. Angst ist das Gefühl, unter den gegebenen Bedingungen nicht “sicher sein” zu können.

In diesem ersten Abschnitt wollte ich deutlich machen, daß es dem Menschen zunächst in seinem Streben darum geht, dasein zu können. Er will Raum haben um sein zu können. Er sucht ein Dach über dem Kopf, einen Wohnraum zum Leben. Hat der Mensch sein Stück Land zum Leben, so kann er sich und andere sein lassen. In dieser Erfahrung wurzeln zwei große geistige Fähigkeiten des Menschen: Die *Wahrheitsliebe* und die *Friedfertigkeit*. Wer die Wahrheit sagt, sagt, was der Fall ist. Er gibt den Sachverhalten ihren Raum, läßt sein, was ist. Manche Menschen, die nicht die Wahrheit sagen, haben zuwenig Raum in ihrem Leben. Um sich Lebensraum zu halten, weichen sie aus in die Unwahrheit. Oder sie weichen aus in die Welt des Traumes und der Fantasie. Vielleicht denken Sie daran in der Erziehung, in der Schule, bei den Kindern, wenn sie lügen oder Fantasiegebilde erzählen: Haben sie Raum mit ihren Anliegen, Ideen, Wünschen?

Wo genügend Raum ist, kann Frieden herrschen. Wenn wir einem Menschen aber seinen Lebensraum nehmen, setzt er sich zur Wehr. Aggression wurzelt in der Beengung des Lebensraumes. Wer aggressiv ist, fühlt sich an die Wand gedrängt.

Die 2. Grundmotivation: Das Streben nach dem Lebenswert

Gehen wir nun einen Schritt weiter zur zweiten existentiellen Motivation. Die erste Motivation hat uns den Körper für das Leben, den schützenden Raum geschaffen. Aber noch fehlt der Puls, die Wärme, das, was das Leben wohnlich macht. Nur dasein zu können wäre ein Leben wie in der Kaserne. In Kasernen ist das Überleben zwar möglich, aber schön ist es nicht.

So stellt uns das Dasein vor ein weiteres Thema: Wir wollen mehr als bloß dasein! Wir wollen, daß **unser Leben gut ist**. Wir suchen nach dem, was es lebenswert macht. Der Mensch ist existentiell erst beheimatet, wenn er spürt, daß sein Leben Wert hat. Er will Dinge und Menschen, die er *lieben* kann. Sonst ist es kahl in seinem Haus. Und er will Menschen, die umgekehrt *ihn* lieben, sonst ist es dürftig in seinem Haus. Er will nicht nur staunen, daß er ist. Er will spüren, daß es *gut ist zu sein*. Auch dies bewegt ihn zutiefst (Längle 1984).

Die Entwicklung des Grundwertes

Für dieses Spüren bedarf es zunächst anderer Menschen, die mich gewollt haben und noch immer wollen. Es ist fundamental für die Existenz, von anderen zu erfahren: “Gut, daß es dich gibt!” Es wärmt ein Leben lang, wenn man zu spüren bekommen hat, daß da eine Mutter ist, die gewollt hat, daß ich lebe. Daß da ein Vater ist, dem es wichtig ist, daß es mich gibt. Diese **Zuwendung durch andere** ist ein Funke, an dem sich die eigene Liebe für

Durch Zuwendung
und Beziehung
erhält das Leben
Wert

das Leben entzünden kann.

Wenn Sie mich fragen, ob man sein eigenes Leben lieb gewinnen kann, ohne von anderen vorher geliebt worden zu sein, so weiß ich keine sichere Antwort. Ich kann es mir allerdings anders nicht vorstellen, als daß der Funke der Lebensliebe (wie das Leben selbst) einer *Zeugung* bedarf und des Zeugnisses durch andere. "Das Du ist älter als das Ich", sagte Nietzsche. Wir sind aus einer Beziehung gezeugt worden und in einer Beziehung im Mutterleib herangewachsen – wir erleben schon längst ein Ja zu unserem Leben, noch ehe wir es selbst geben können. Beziehungen sind ebenso grundlegend und notwendig für das Leben wie der geschützte Lebensraum. Der Mensch lebt daher immer in einem kulturellen Raum, einem Raum tradierter und neu adaptierter Werte. Was wir in uns selber tragen, ist ein daran entflammbares Leben. Die Frage, ob wir unseren Lebenswert selbst entflammen können, oder ob wir dabei auf andere angewiesen sind, ist aber im Grunde müßig, weil niemand leben will, ohne in Beziehung zu einem Du zu stehen, und hätte er sich auch selbst gezeugt.

Darum streben wir danach, unser Leben in Beziehungen als wertvoll erleben zu können. Wir wollen zu spüren bekommen: "Wie gut, daß es dich gibt!" – Sagen wir uns nicht viel zu selten: "Gut, daß du da bist! – Ich habe mich auf dich gefreut. Ich mag dich." – Haben wir in unserem Kulturkreis nicht eine eigentümliche Scheu, solchen Gefühlen Ausdruck zu verleihen? Hier verkümmert die Kultur der Mitmenschlichkeit, und dann wird es kalt in unseren technischen Palästen.

Die Zuwendung von außen ist wichtig und wärmt unser Leben. Sie reicht aber nicht aus, um die Liebe zum eigenen Leben entfalten zu können. Das "Ja zum Leben" haben wir selbst zu sprechen. Es bleibt eine persönliche Aufgabe, die Tiefe des Lebens auszuloten und ihren Wert zu schöpfen. Zweifellos geschieht das oft spontan, unbewußt. Wir können aber auch bewußt dem "Ja zum Leben" nachfragen: "Ich bin. Gut. Aber *wie* ist das für mich, daß ich bin? Ist es gut? Ist es neutral? Ist es mir eine Last zu leben? – Kann ich für mich und vor mir sagen: Manches könnte besser sein – aber eigentlich ist es schon gut, daß ich auf der Welt bin. Ich bin damit einverstanden – ich *will* leben! – Und wenn ich das nicht sagen kann, wenn ich das nicht spüre – was fehlt mir? Was hindert mich? Was könnte ich dazu tun, daß es besser wird?"

Diese Frage: "Ist es gut, daß es mich gibt?" faßt den **Grundwert des Lebens**. Wenn ich zum Leben "ja" sagen kann, dann werden auch das Erlebte und das Erleben wertvoll. Wenn es nicht gut ist zu leben – welchen Wert soll dann der Sonnenuntergang, das Konzert, die Liebe haben? Ist das Grundwerterleben nicht da, so neigt der Mensch zum inneren Rückzug und er leidet unter der Leere und Kälte des nackten Daseins. Eine fehlende Zustimmung zum eigenen Leben, ein beginnendes Nein zum Leben kennzeichnet die *depressive* Erlebniswelt. Wer das "Ja zum Leben" in sich nicht spüren kann (was nicht heißt, daß es bewußt sein muß), leidet am Unwert des Daseins.

Ich möchte die Geschichte einer jungen Frau erzählen. Sie zeigt, wie lebensbestimmend die Suche nach dem Wert des Lebens sein kann, wenn die Zuwendung durch wichtige Bezugspersonen nicht erlebt wurde. Wenn wir dabei so tief in das Leben eines anderen Menschen blicken dürfen, so sollten wir uns bewußt bleiben, daß wir das alles auch selber kennen. Nur die Gewichtungen und das Ausmaß sind verschieden.

Cillys Kämpfen für die Liebe

Cilly ist 28 Jahre. Cilly ist eine moderne, junge Frau. Sie hat Pharmakologie studiert und ist jetzt in einer Apotheke tätig. Cilly wirkt sehr charmant und ist bei allen beliebt.

Beliebtheit ist etwas, was sie von Jugend auf kennt. Sie legt größten Wert darauf. Sie investiert viel Zeit dafür. Sie sitzt stundenlang mit Kollegen, Freunden, auch mit Kunden zusammen, wenn sie spürt, daß die anderen es wollen, selbst dann, wenn sie schon längst nach Hause gehen möchte. Doch sie bleibt, horcht zu, lacht mit und erhält dafür als Lohn Beliebtheit und neuerliche Einladungen. Hinterher fragt sie sich: "Was gibt mir das eigentlich? Wozu mache ich das?" Nicht selten geht sie voller Ärger weit nach Mitternacht zu Bett.

Cilly will beliebt sein. Ihre Angst ist, für andere nicht wert genug zu sein und dadurch Zuwendung zu verlieren. Diese Angst lähmt einerseits viele ihrer Aktivitäten, wenn sie alleine ist, stachelt sie aber andererseits an, sich bei anderen Menschen so einzusetzen, daß sie unentbehrlich wird. Dadurch bekommt sie wieder Zuwendung. Aus der Angst heraus wird sie auch schnell *eifersüchtig*; andere könnten ihr die ersehnte Zuwendung wegnehmen. All das kostet ihr die ganze Kraft: "Ich muß mich so viel anstrengen, damit niemand sagen kann: die ist nicht so gut wie eine andere." – Wie kam es dazu?

Cilly erinnert sich noch genau, wann sie ihr natürliches und unbefangenes Temperament gegen ein schüchternes und angepaßtes Verhalten eingetauscht hat. Sie hört in diesem Zusammenhang noch heute ihren Lehrer in der Volksschule sagen: "So wie du bist, wird man dich im Gymnasium nicht wollen. Die Schüler dort sind viel besser als du. Dort wirst du nichts mehr zu reden haben und die werden sich deine Streiche nicht gefallen lassen." Diese pädagogische Maßnahme fuhr Cilly in die Knochen. Sie glaubte dem Lehrer. Noch heute spürt sie bei dem Satz einen Würgegriff im Hals. Die Folge war, daß Cilly ab dem ersten Tag im Gymnasium still und brav in der Klasse saß und fortan ein untadeliges Benehmen vorwies. Ihr Lehrer wäre gewiß stolz auf sich gewesen. Instinktiv oder vielleicht nur zufällig, hatte er Cillys wunden Punkt getroffen und an ihrer verletzten Grundmotivation gerührt. Ist bei dem kleinen Mädchen schon damals ein Kämpfen ums Beliebtsein aufgefallen? – Warum die Äußerung des Lehrers aber eine solche Wirkung hatte, konnte der Lehrer nicht wissen.

In den Therapiegesprächen drehte es sich immer mehr

um das Trauma *erlebter Abwendungen*, die sie durch ein Heischen nach Zuwendung auszugleichen versuchte. Immer mehr erinnerte sich Cilly an ihren Vater. Bei ihm hatte sie zum ersten Mal erlebt, nicht gewollt zu sein. In ihrer Erinnerung fiel ihr nun auf, daß er nie mit ihr gesprochen hatte, sie nie berührt hatte, nie eine Zärtlichkeit mit ihr ausgetauscht hatte. "Wir Kinder waren nicht einmal mehr Luft für ihn, sondern nur Last." Bei den sonntäglichen Kopfrechnungsübungen kam es vor, daß sie die beste unter den Geschwistern war. "Einmal sagte dann der Vater: 'Du bist ein gescheites Kind'. Das war das schönste Gefühl meines Lebens! Ich habe es ganz deutlich in Erinnerung und sage es mir manchmal noch heute. Es ist wie Balsam. Es war wie eine Liebeserklärung." - Etwas später meinte sie: "Es scheint so, als ob ich dieses Gefühl immer wieder reproduzieren muß." Ihre tiefe, geheimgehaltene Trauer war die Angst, "nicht voll-wertig zu sein". Ihr Angstgefühl sagte im Klartext: "Ich bin jemand, den nicht einmal sein eigener Vater gemocht hat. - Darum muß ich alles machen und mich bemühen, damit mich andere mögen können."

Nach diesen Gesprächen folgte eine Zeit intensiver Träume um ihren Vater, die voll aggressiver, sexueller und anderotischer Inhalte waren. Sie erinnerte sich, wie sie ab dem 13. Lebensjahr alles daransetzte, den Vater in sich verliebt zu machen. Und wie sie sich im Gegenzug dafür wieder schuldig fühlte. Sie entdeckte, daß sie noch heute bei Männern versuchte, Liebe zu wecken, wobei sie sich dann schwer tat, mit der Erotik umzugehen, die auf sie zurückkam. Denn diese wollte sie eigentlich nicht. Sie suchte nur *Zuwendung*, aber nicht Sexualität.

Cillys Leben drehte sich um das *zentrale Thema des Wertseins*. Ihr Leben zählte bei ihrem Vater nicht. Sie erhielt trotz aller Sehnsucht und allem Bemühen keine Zuwendung von ihm. Nachdem wir einige Zeit darüber gesprochen hatten, kam viel Trauer auf. Da brach Cilly das Schweigen über den größten Schmerz, den sie ihr Leben lang hellwach und bewußt mit sich herumgetragen hatte, und sie sagte: "Ich habe Ihnen etwas noch nicht gesagt. Ich habe Ihnen etwas verheimlicht, das ich bisher nicht sagen konnte. Als ich 9 Jahre alt war, sagte mir der Vater in seinem Ärger über mich, daß er einmal meine Abtreibung gewollt hätte." Cilly hielt kurz inne, um dann unter Tränen gleich hinzuzufügen: "Und es wäre besser gewesen."

In einem solchen Maße ungeliebt zu sein und sein Leben als unwert vorgespiegelt zu bekommen, ist ein Schmerz, der an die Grenze des Erträglichen geht. "Es ist wie der Tod. Ich habe Angst vor diesem Gefühl. Darum tu ich alles, was man von mir verlangt, damit dieses Gefühl des Ungeliebtseins nicht wieder kommt. Ich habe furchtbare Angst, daß jemand wieder so etwas sagt, wenn auch in anderer Art und Weise. Ich habe Angst, undankbar zu sein." Der Vater hat diese Aussage, daß er ihre Abtreibung wollte, nie wieder gemacht. In den Augen von Cilly

aber hat er sie ständig in anderer Weise wiederholt. "Vor allem durch seine Vorwürfe, daß ich undankbar sei, wenn ich etwas nicht tat, was er wollte."

Die Beziehung mit dem Vater brachte bis heute dieses schreckliche Gefühl in ihr auf: "Es wäre besser nicht zu sein". Das Gefühl hatte sich in ihrem Körper und in ihrem Verhalten eingebrannt. Sie mag ihren Körper nicht, ihre Figur, ihr Gesicht, ihre Haare, ihre Brust gefielen ihr nicht. Sich selbst etwas zu gönnen, war ihr fremd. "Man braucht keine Bilder, keine Blumen, kein Besteck, keine schönen Kleider. Das bin ich mir selber nicht wert". Sie lebte ohne Wohlwollen für sich selbst. Ihr Überleben war wohl gesichert, aber es war kalt und nüchtern in ihrem Dasein. Ihr Leben hatte einen *geschäftlichen* Charakter. Wenn sie sich ein hübsches Kleid kaufte, so hat es den geschäftlichen Charakter des Lohnes oder der Werbung. Entweder sagte sie sich: "Das habe ich mir jetzt wirklich verdient, das steht mir zu, dafür habe ich diese oder jene Leistung erbracht." Oder sie kaufte es als Mittel zum Zweck: "Da ist bei mir eine Gier. Wenn mir ein Kleid gut steht, macht es mich attraktiver. Dann will ich es haben und ich muß es kaufen, weil ich dann mehr geliebt werde."

An dieser Stelle fand Cilly den fehlenden Grundwertbereich. Sie konnte sich nicht wirklich sagen: "Gut, daß ich bin". Es erschreckte sie, als sie ihren Haß auf sich feststellte: "Ich bin eigentlich nicht neutral mir gegenüber, sondern habe Haß. Das erschreckt mich jetzt, wenn ich das so sehe.

(...) Und ich merke, daß ich im Negativdenken sehr verhaftet bin. Wenn mich jemand mag, dann sage ich mir: 'Da wird schon nichts Besonderes dran sein, wenn er mich mag.' Denn ich trage in mir das Gefühl, daß man mich nicht mögen kann. Darum kann es auch nie genug sein, wenn mich andere mögen. Es kann nie reichen ..." Es erreichte sie nicht.

Hätte Cilly nur das väterliche Gefühl der Abwertung kennengelernt und nicht auch gegenteilige Erfahrungen besonders bei der Mutter gemacht, wäre sie wohl sehr depressiv geworden. Cilly aber litt nur unter vereinzelt depressiven Zeiten. Sie war beseelt von einem starken eigenen Willen zu leben. "Ich bin scheinbar eine *Kämpfernatur*", sagt sie. "Es macht mich nicht traurig, daß ich mich hasse. Denn ich sage mir: Daß ich mich hasse - das lasse ich mir nicht gefallen!" Ist das nicht erstaunlich? Sie läßt es sich einfach nicht gefallen!

Warum konnte sie das? Wir haben gesehen, wie für Cilly alle Zuwendung von anderen zuwenig war, da sie sich selber keine geben konnte. Die weitere Analyse brachte aber ein tief sitzendes Einverständnis zum Leben an den Tag, das durch die Ablehnung des Vaters nur verschüttet, aber nicht zerstört worden war. Cilly war selbst sehr erstaunt, als sie am Ende der Gespräche merkte, daß sie zu ihrem Leben schon seit der Kindheit eine unbewußte *Haltung bezogen* hatte, die sich später als "Kämpfernatur" bemerkbar machte. Ohne

Cilly wollte
Zuwendung,
aber nicht
Sexualität

darum zu wissen, hatte sie die existentielle Haltung gelebt: "Ich bin mir trotz allem Wert genug, daß ich für mein Leben einstehe und für seinen Wert kämpfe." In diesem innersten, versteckten und nie ausgesprochenen "Ja zum eigenen Leben" fußte die Kraft ihres Willens, ihres Leben-Wollens. In der Tiefe hatte sie sich ihr ureigenstes Gespür bewahrt, daß es im Grunde und trotz allem doch gut sei, zu leben. Die Erfahrung mit dem Vater verschüttete Cillys eigene Evidenz. Unter seinem Einfluß verlor sie den Kontakt zu ihrem Grundwert. Gebannt heftete sie den Blick auf andere Menschen in der Erwartung, durch sie erlöst zu werden. Was sie nun wieder entdeckte, war, daß sie dieses Ja zum Leben in sich trug. Sie brauchte es daher nicht mehr von anderen zu erwarten, sondern konnte es in der *Zuwendung zu sich selber* lebendig halten. Vielleicht war es für sie ebenso ein Erlebnis wie für mich, zu sehen, wie sie sich durch die Ungeschicklichkeit neurotischer Muster hindurch bemüht hat, ihr Leben voll und ganz zu machen und dabei um dasselbe kämpfte, was uns allen am Herzen liegt: Liebe zu erhalten.

Zuwendung geschieht vor allem durch **sich Zeit nehmen**. Es hört die Liebe auf, wenn man keine Zeit mehr füreinander hat. Sich Zeit für sich selber nehmen meint Ruhe haben (schwingen statt abschalten), meint sich Freude gönnen (genießen statt konsumieren), meint Feierabend machen (feiern statt wieder etwas unternehmen, statt wieder "action").

In dieser Motivationsebene gründet die *Fähigkeit zum Werterleben*, also zum Erleben des Geleisteten und Geschaffenen (schöpferische Werte), des Guten und Lieben, des Wahren und Schönen (Erlebniswerte), des Ehrlichen und Echten (Einstellungswerte). Wie wichtig ist es doch, das Werterleben zu pflegen! Denn in jedem wertvollen Gespräch, in jedem schönen Buch, auf jeder frisch verschneiten Wiese findet sich jener Funke wieder, der das Leben als Wert erfahrbar macht. Im großen Stil ist es die Leistung einer jeden *Kultur*, das Lebenswerte für ihre Zeit und für ihre Menschen herauszuheben und Anleitung zu geben zu seiner Pflege. Kultur ist so lange lebendig, als sie Pflege des Lebenswerten ist. Wenn für die Kultur des Lebenswerten im großen wie im kleinen keine Zeit ist oder der Weg dahin neurotisch oder zivilisatorisch verbaut ist, stellt sich *Ersatz* ein. Dann unterliegt das persönliche Leben einer Invasion von äußeren Einflüssen. Autoritäten werden bestimmend und bekommen totalitäre Macht. Selbstlos versucht man, anderen Menschen oder normativen Ansprüchen zu genügen. Das Leben wird zur Abschrift der Vorschrift. Was man selber denkt, wahrnimmt, fühlt, ist nie gut genug. Die ständige Anstrengung, überall genügen zu wollen, wird zum Streß. Wer immer gut sein muß, erschöpft sich bald. Die Depression schließlich schützt den Gequälten vor der gänzlichen Erschöpfung.

Durch
gesehen werden
und
sich beurteilen
entsteht
Selbstachtung

Die 3. Grundmotivation: Das Recht auf Leben

In der Abfolge der drei Grundmotivationen der Person könnten wir nun sagen: wer seinen Lebensraum und seinen Lebenswert hat, der kann bereits überleben. Was er hat, ist gut und solide. Aber es fehlt noch die *besondere persönliche Note*. Wenn wir das Bild des Hausbaus wieder aufgreifen, so sind nun im Rohbau alle Installationen eingezogen, das Wasser, die Heizung, die wichtigsten Möbel, aber es fehlt das individuelle Gepräge, der Chic. Es reicht zum vollen Leben nicht aus, wenn *irgendein* Bett, *irgendein* Kasten und *irgendwelche* Bilder in dem Zimmer sind. - Passen die Gegenstände denn zueinander? Gefallen sie? Soll es für mich genau dieser Kasten sein, jenes Bett?

Auf das eigene Leben transponiert heißt das: es genügt nicht, sagen zu können: "Gut, daß ich bin". Wenn das gewährleistet ist, fordert uns das Leben erneut heraus und verlangt, daß wir auch wir selbst sind. Wir werden zu einer Einschätzung von uns selbst aufgerufen: "Ist es **recht so, wie ich bin**, kann ich zu mir und zu meinen Handlungen stehen? Bin ich ich, so wie ich bin?"

Es geht in dieser dritten Motivations-ebene um die **Anerkennung** der ganz spezifischen Art und Weise des Erlebens, Denkens, Fühlens und Handelns. Wir sehnen uns zutiefst nach dieser Achtung als Person.

Jeder Mensch hat als Person **Würde** und ist darin unantastbar. Es gehört zum menschlichen Wesen, daß wir darüber hinaus auch *bestehen* wollen vor uns selber wie vor den anderen Menschen. Jeder Mensch hat ein *Gesicht* im übertragenen Sinn und will es bewahren. Es trifft uns tief, wenn wir verurteilt, verworfen, verachtet oder verlacht werden. Wir brauchen die Anerkennung der Form, in der wir unser Leben individuell und persönlich gestalten. Eine Art "kollektiver Artenschutz" kann uns nicht genügen; wir benötigen die individuelle, persönliche Anerkennung.

Personsein verlangt daher auch **Abgrenzung des Eigenen** vom anderen, womit der Unaustauschbarkeit und Unverwechselbarkeit der Person Rechnung getragen wird. Der Mensch will ganz er selber sein. Um sich selber sein zu können, muß er zu *sich selber stehen* können in dem, wie er ist, was er tut und wie er geworden ist. Darum will er gerecht leben und gerechtfertigt handeln und so auch den Blick des anderen aushalten können, was Emanuel Lévinas als Beginn der Ethik beschreibt.

Diese dritte Motivationskraft der Person stößt in die Ebene der **Verantwortung** und der **Rechtfertigung** des Lebens vor. Was ist erlaubt – was darf ich mir erlauben? Wo sind Grenzen, wo sind *meine* Grenzen? – Aus der gelungenen Abgrenzung des Eigenen vom Fremden entwickelt der Mensch die Fähigkeit zur **Toleranz**; der Fähigkeit zur Anerkennung der Eigenart und Würde des anderen, ohne das eigene Selbstsein aufzugeben. Sein *Sinn für Ge-*

rechtheit und **Ethik** sind Ausdruck eben desselben motivationalen Strebens nach Anerkennung und Respekt der Person.

Der Einfluß der anderen

In gleicher Weise wie bei den anderen Grundmotivationen könnten wir nun der individuellen Geschichte nach der Anerkennung der eigenen Person und ihrer Fähigkeiten nachgehen. Es läßt sich auch hier wieder finden, daß sich derjenige schwer tut mit der Achtung vor seinem Erleben, Fühlen und Wollen, der diese Anerkennung wenig erfahren hat in seinem Leben.

Wenn wir die eine oder andere Situation anschauen, wo Menschen einer kontinuierlichen Mißachtung ihres Soseins ausgesetzt waren, so findet sich oft, daß Eltern ihre Kinder zwar gern haben, aber nur unter der Bedingung, daß sie brav sind. Es gibt kaum etwas Schlimmeres als brave Kinder - aus der Sicht des Kindes. Als Patienten sagen sie dann: "Meine Eltern haben mich gemocht und mir alles gegeben, aber nur dann, wenn ich so war, wie sie wollten und wenn ich das tat, was sie verlangten." Die Liebe an der Leine von Bedingungen bringt das Kind auf den Hund, könnte man sagen. Unter dem Druck des Liebesentzuges lernt es Anpassung statt Mut zur Eigenständigkeit. Es beginnt seinen eigenen Gefühlen zu mißtrauen, wenn es erlebt, daß die Eltern immer recht haben und immer wissen, was das Richtige für es ist. Unter Vorhaltung seiner finanziellen Mittellosigkeit wird es in Rechtlosigkeit geknebelt. "Solange du von meinem Brot ißt, bestimme ich, was in diesem Haus geschieht!" Neben solchen Respektspersonen hat nicht einmal die Mutter eine Chance respektiert zu werden, geschweige denn kann das Kind seinen Willen oder gar seine Gefühle zeigen. "Ich mußte immer nur funktionieren, und wenn ich das tat, war Frieden. Auch die Mutter war nicht viel anders. Sie steckte ihre ganze Liebe in meine Kleidung und wollte mich immer schön herausputzen. Ich mußte herzig aussehen, immer Röckchen und Bluse tragen. Ich habe das nie mögen. Später wollte ich Blue Jeans wie die anderen Jugendlichen. Es gab ständig Streit. Ich habe mich nie verstanden gefühlt in der Familie, durfte nie so sein wie ich war. (...) Sie haben auch meine Freunde nie akzeptiert. Die Mutter hat mich aus dem Hause gejagt, weil ich ihrem Bild nicht mehr entsprochen habe, und rief mir nach: 'So brauch ich dich nicht mehr'."

Diese Sätze stammen von einer Frau, die wußte, wovon sie sprach. Sie war unbeschreiblich einsam, innerlich einsam in ihrer ganzen Kindheit und Jugendzeit. Da alles nur auf Leistung und gut funktionieren getrimmt war, entwickelte sie zunächst einen unbeugsamen Ehrgeiz, der sie zur Spitzensportlerin machte. Dann brach ihre hysterische Neurose durch. Sie wurde seelisch so krank, daß sie schließlich nicht einmal mehr alleine gehen konnte. Das Leistungsdenken hatte sie zu Fall gebracht.

Leistung

Noch ein Wort zum Leistungsdenken. Es entspringt aus dieser Motivationsebene, dem Streben nach einer Existenzberechtigung. Wer mehr leistet, ist mehr geachtet. Leistung bringt Ansehen. Statussymbole sind Leistungsschau. Wer aus dem Mercedes aussteigt, erhält auf Vorschub ein größeres Ansehen als der, der mit dem Fahrrad kommt. Nur bei den Grünen ist es nicht so. Dort ist es umgekehrt. "Hast Du was, so bist Du was." Geehrt wird man für Leistungen. Sonst wären wir alle Nobelpreisträger.

Leistungen zu würdigen und zu respektieren hat seinen guten Grund. Denn was ein Mensch vollbringt und schafft, zeigt tatsächlich vieles von seinem persönlichen Wesen und von seinen eigenständigen Interessen. Warum sollten wir diese nicht respektieren? – Kritisch für die Gesellschaft wird das Leistungsdenken dann, wenn man den Wert und die Würde des Menschen von seiner Nützlichkeit abhängig macht (alte Menschen, chronisch Kranke, Behinderte).

Kritisch für die Beziehungen wird es dann, wenn das Gefühl da ist, die Daseinsberechtigung durch Leistung erkaufen zu müssen, weil man sonst keine Achtung mehr genießt – die Mutter von der Familie, der Mann bei der Frau oder im Betrieb, der Schüler in der Klasse ...

Kritisch für die Person wird es dann, wenn sie darauf hinarbeitet, immer gebraucht zu werden und gut zu funktionieren, angepaßt und höchst nützlich, damit sie der persönlichen Frage nicht weiter nachzugehen braucht: "Ist es mir recht so, wie ich bin?" Solange es den anderen so recht ist, soll's mir auch recht sein ... Dann aber kann es einem bald so gehen, wie eine über alle Maßen angepaßte Frau schilderte. Sie kann sich keinem schönen Erlebnis hingeben, auch keine Geschenke annehmen, ohne sich im Unrecht zu fühlen. "Ich spüre wohl, daß es gut ist, was ich erlebe, aber ich kann es nicht genießen, denn immer habe ich das Gefühl, eigentlich kein Recht darauf zu haben, wenn ich es mir nicht selber verdient habe. Ich bin verärgert darüber, daß ich nichts finde, das mir das Recht gibt da zu sein. Allein im Gespräch mit Ihnen zu stehen, ohne eine tolle psychotherapeutische Leistung zu bringen, fällt mir schon schwer." Von der Gunst anderer will sie nicht abhängig sein. Sie kauft sich das tägliche Eintrittsticket ins Leben durch Leistung. Als Kind schon hat sie das gelernt. "Nur wenn ich mich richtig – und das hieß bei uns ‚brav‘ – verhalte, erfahre ich ein Glück, und zwar zu recht. Dann bekomme ich Lob, Anerkennung, die Eltern sind stolz auf mich und loben mich vor den anderen und zur Belohnung durfte ich dann sogar mit dem Vater manchmal wegfahren."

Das Ringen um das Sosein-Dürfen

Wir können dieser dritten Motivation in uns selber auf die Spur kommen. Ein paar Fragen dazu: "Bin ich nur dann

Die Liebe an
der Leine von
Bedingungen
bringt die
Lebendigkeit
zu Fall

‘Wer’, wenn ich eine *Leistung* vorzuweisen habe? Wenn ich zeige, was ich kann? Wenn ich etwas Besonderes schaffe oder ein besonders chiques Kleid trage?

Bin ich unzufrieden mit mir, so wie ich bin? Bin ich unzufrieden mit dem, was ich kann?

Fühle ich, daß ich so sein darf, wie ich bin? Darf ich auch Schwächen haben? – Ertrage ich es, anders zu sein als die anderen? – Mag ich so sein? Oder fühle ich mich dann einsam? Drängt es mich nach Anpassung?”

Wenn wir um die Anerkennung des eigenen So-Seins kämpfen müssen, schlägt diese Motivationskraft in verschiedenen Formen durch. Typisch sind ungefragte *Rechtfertigungen*, die aus der Angst, vielleicht eine Erwartung enttäuscht zu haben, gegeben werden. Es ist das Bemühen darin, die Anerkennung und Wertschätzung für die eigene Person zu erhalten. Dazu gehört auch die Nettigkeit, die anderen *zu leicht recht* gibt, aus Angst, ansonsten selber nicht ernst genommen zu werden und nichts zu gelten. Wo diese Motivationskraft gehindert wird, entstehen *Druck* und *Ungeduld*, die sich zu *autoritärer Unterdrückung* auswachsen kann. Die krankhafte Entwicklung zu großer und ständig wechselnder Anpassung, die aus dem Gefühl einer inneren Verlassenheit und Einsamkeit geschieht, führt zur *hysterischen Neurose* und zu einer Reihe von Persönlichkeitsstörungen. Aus Anpassung allein kann man nicht leben. Das hat schon die Volkspsychologie gewußt, wenn sie sagt: „Allen Leuten recht getan ist eine Kunst, die niemand kann.“

Das Streben, endlich so sein zu dürfen, wie ich bin, kommt zur Erfüllung, wenn ich zu dem, *was* ich tue, regelmäßig meine Zustimmung geben kann und das andere, was ich nicht richtig finde, lassen kann. Die Achtung für die konkrete, eigene Art und Weise zu leben, verlangt die persönliche *Rechtfertigung* des eigenen Handelns vor sich selbst. Vorgaben von anderen können diese eigene, innerliche Beurteilung erleichtern oder erschweren, aber keine Norm kann sie ersetzen. Auch hier haben wir den gesetzten Keimling der Selbstachtung und des Selbstwertes selbst zur Entfaltung zu bringen. Zu dieser Dimension des Selbstwertes gehört auch, daß ich dafür, *wie* ich es tue, Achtung vor mir selber empfinde, Achtung für meine Sorgfalt, für meine Hingabe und für mein Können. Es soll mir also auch *gefallen*, wie ich handle (ästhetische Dimension). Wo immer man unzufrieden mit sich selber ist, versucht man sich anderen anzupassen – und verliert den Selbstwert und die Selbstachtung aufs neue. Es bleibt letztlich an mir und stellt eine ganz persönliche Leistung in meinem Leben dar, dieses *“Ja zu mir”* als Person hervorzubringen und in der Treue zu sich zu halten. Dann wird leben authentisch.

Schluß

Meine Damen und Herren, ich habe hier Erfahrungen aus zehnjähriger Forschung in der Psychotherapie mitgetragen. In diesem speziellen Ansatz der Psychotherapie, die von der sinnorientierten Logotherapie ausging,

konzentrierte sich die Arbeit immer mehr um einen existentiellen Zugang zur Person. Die Erfahrung brachte zutage, daß hinter dem Leiden und den schmerzlichen Erfahrungen und hinter jedem Sinnverlust eine oder mehrere dieser Grundmotivationen gestört waren. Ihr Fehlen führte zu unterschiedlichen Selbstheilungsversuchen, die ein großes Spektrum einnehmen, das von der Kompensation durch andere Grundmotivationen bis zur Delegation und zum Abschieben des Mangels auf andere reicht, von denen dann eingefordert wird, was man selbst nicht zu schaffen imstande ist. Personale Reife und psychische Gesundheit scheinen nach diesen Beobachtungen davon abzuhängen, wie gut die Grundmotivationen im Umgang mit sich selbst und in der Wechselwirkung mit der Welt gelebt werden können. Dann kann der Mensch zu seiner Größe heranwachsen und die Reife seines jeweiligen Lebensalters erreichen. Das Dasein-Können, das Wertsein-Wollen und das Sosein-Dürfen macht den Menschen schließlich bereit und offen für die vierte Grundmotivation, für den **Sinnanruf** der Welt.

Auf diesen existentiellen Schichten kann sich der Mensch entfalten für eine **Zukunft**, die **seine** Zukunft ist – ein Werden im dialogischen Austausch mit unverstellten Sinnmöglichkeiten.

Dr. med. Dr. phil. Alfried Längle
Eduard Sueßgasse 10
A - 1150 Wien

Literatur

- Eisenstadt S.N. (1966): Von Generation zu Generation. Altersgruppen und Sozialstruktur. München.
- Flammer A. (1988): Entwicklungstheorien. Psychologische Theorien der menschlichen Entwicklung. Bern: Huber.
- Frankl V. (1984): Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber.
- Kühn R. (1988): Leben und Freiheit als Zwang. In: Längle A. (Hrsg.) Existenz zwischen Zwang und Freiheit. Tagungsbericht der GLE. Wien: GLE-Verlag.
- Längle A. (1984): Das Seinserlebnis als Schlüssel zur Sinnerfahrung. In: Sinn-voll leben. Viktor E. Frankls Logotherapie - Seelenheilkunde auf neuen Wegen. Freiburg: Herder, 47 – 63.
- Tillmann K.-J. (1989): Sozialisierungstheorien. Eine Einführung in den Zusammenhang von Gesellschaft, Institution und Subjektwerdung. Reinbeck: Rowohlt Taschenbuch Verlag.

Zeiterleben und Lebensgestaltung: Wechselwirkungen und Auswirkungen

Zusammengefasst von Beda Wicki

In der folgenden Paneldiskussion wird eine Vielzahl von Zeitaspekten erörtert. Ein bedeutendes Thema betrifft die Frage, wie unser Zeiterleben und unser Umgang mit Zeit mit der Erfahrung von Sinn zusammenhängt; dazu gibt die Diskussion einige Hinweise. Im weiteren führt die Sinnthematik zum Eingebundensein des Menschen in verschiedene Zeitrhythmen. Einer dieser Rhythmen ist bestimmt durch die Zeitorganisation der Industriegesellschaft und der damit verbundenen Beschleunigung des Lebenstempos. Dieser Rhythmus veranlaßt zur Mißachtung und Gefährdung der Eigenzeit. In therapeutischer Hinsicht werden diese Aspekte am Beispiel der Schizophrenie und anderen schweren psychischen Störungen beleuchtet. Im Rahmen der genannten Erwägungen werden immer wieder geschlechtsspezifische Zeitbezüge deutlich. Ebenso kommen in einzelnen Zusammenhängen psychohygienische und therapeutische Aspekte zur Sprache.

An der Diskussion nahmen teil:

Dr. Stefan Boethius: Managementtrainer, Geschäftsführer der Time/system, Zeitberater in eigener Praxis

Prof. Dr. Luc Ciompi: Leiter der Sozialpsychiatrischen Abteilung an der Universitätsklinik in Bern

Dr. Liselotte Tutsch: Existenzanalytikerin in eigener Praxis; Ausbilderin in der GLE

Dr. Ursula Wirtz: Psychotherapeutin in eigener Praxis, Dozentin am C.G. Jung-Institut

Dr. Beda Wicki: Leiter der Diskussion; Existenzanalytiker und Logotherapeut

Die Diskussion begann mit Statements der einzelnen DiskussionsteilnehmerInnen:

Warum ist Zeit ein Thema?

Ciompi: Ich habe mich mit der Zeit und dem Zeiterleben sowohl auf der psychologischen wie auch auf der naturwissenschaftlichen Ebene auseinandergesetzt und dabei folgendes entdeckt: Die objektive naturwissenschaftliche Zeit und die erlebte Zeit (die Zeit der Psychologie) sind nicht zwei verschiedene Dinge, wie oft behauptet wird; beidemale hängt die Zeit von Ereignissen ab. Und was war für mich die Quintessenz, als ich das zu verstehen versuchte? Die Zeit machen wir selber, das ist die Quintessenz. Die Zeit ist nicht etwas, das einfach da ist, gegeben ist und einfach abläuft. Was

geschieht, auch was mit uns und in uns geschieht, das macht erst die Zeit sozusagen. Wir machen die Zeit. Wenn wir das Gefühl haben, daß die heutige Zeit beschleunigt verläuft und immer rascher voranschreitet, dann stimmt das irgendwie, weil wir immer mehr Geschwindigkeit in das Geschehen hineinpumpen. Z.B. weil wir meinen, es pressiere überall und wir müßten mit den Computern alles gegenwärtig machen, deshalb läuft die Zeit in einer bestimmten Art und Weise schneller. Dann etwas anderes, was sich daraus ergibt: Jedes Ding, jedes Lebewesen, jeder Körper auch im physikalischen und biologischen Sinn, alles was ist, hat seine je besondere Zeit. Jeder Körper, auch jeder soziale Körper, jede Gruppe hat seine Zeit, die sich aus dem entwickelt, was eben geschieht und wie die Rhythmen ablaufen. Dabei sind wir bei einem anderen zentralen Stichwort angelangt, nämlich Rhythmen: Das ist eben ein rhythmisches, ein wiederholtes Geschehen und das konstituiert unsere Zeit. Wir sind voller Biorhythmen, um das mal ein bißchen salopp zu sagen. Wir sind rhythmische Wesen in jeder Hinsicht, nicht nur die Frauen, sondern auch die Männer. Diese Rhythmen haben wir gelernt, die haben wir erstens einmal als Lebewesen durch Jahrtausende gelernt; was wir in dieser rhythmischen Beziehung sind, das ist ein Resultat einer ungeheuerlich langen Entwicklung, die ein Stück von

unserer Eigenzeit konstituiert. Dann haben wir aber durch die Kindheit und durch unsere Lebensweise ganz bestimmte Rhythmizitäten als konstituierend für unsere persönlichen Eigenzeiten uns erworben. Und das sind nun die Dinge, die von grundlegender Wichtigkeit sind, namentlich auch für unser Wohlfühl und die Art, wie wir uns spüren. Wenn wir in diesen Eigenzeiten drin harmonisch schwingen und leben, dann ist es uns wohl, dann fühlen wir uns wohl. Wenn wir sie durchbrechen und zerhacken, wie das in unserer modernen Lebensform zum Teil zwangsläufig der Fall ist, wenn wir sie mit einem System versehen, das mit diesen eigenen Zeiten überhaupt nichts zu tun hat, dann werden wir selber irgendwie verspannt und gespannt. Ich will damit sagen, wo das alles hinführen kann, wenn man die Zeit und das Zeiterleben so versteht: Das führt dahin, daß es unter anderem auch in der Psychotherapie und in unserer Lebensweise darauf ankommen würde, diese Grundrhythmizitäten und diese Eigenzeiten, die wir zum größten Teil auch unbewußt mit uns tragen, nicht zu zerstören, sondern zu rekonstituieren. Und jetzt würden sich viele Fragen auftun: Wie denn? Und geht das überhaupt? Und so weiter.

Boethius: Zuerst möchte ich einmal über Sinnerfahrung und Zeiterleben etwas sagen. Wenn wir die Dinge, die wir tun, als sinnlos erleben,

haben wir automatisch Probleme mit der Zeit. Wenn ich jetzt anfangen würde, hier über meine letzten Ferien zu erzählen und das sehr blumig noch ausschmücken würde, dann würden viele Leute anfangen, sich etwas unruhig zu fühlen und sich unruhig zu benehmen. Weil das irgendwie keinen Sinn macht, oder man würde das als sinnlos empfinden. Also dann kriegt man sofort Probleme mit der Zeit. Man denkt, ich könnte ja etwas Besseres machen mit der Zeit, oder ich trinke jetzt lieber einen Kaffee, anstatt da über die Ferienerzählungen oder sonst etwas zu reden. So geht es auch oft dem Manager, der vor einem Stapel Aufgaben steht; und wenn er keinen Sinn dahinter sieht, dann hat er schon ein Zeitproblem. Wenn er seine Aufgaben nicht macht, dann hat er irgendwann später einmal das Jobproblem, das wäre eine Variante; oder er beschließt seinen Job zu behalten und geht an die Sache ran, und dann muß das weg vom Tisch. Also durch die Sinnlosigkeit setzt er sich dann unter Zeitdruck; denn er kann es eigentlich nicht genießen, was er da macht. Sondern er schaut, daß es möglichst schnell und möglichst rationell erledigt wird. Also wenn er jetzt den Sinn darin sehen würde, hätte er diese Zeitprobleme nicht; die Sinnlosigkeit seiner Tätigkeiten bringt ihn sozusagen in Zeitverzug. Also immer das Gefühl, es gibt überhaupt noch etwas Wichtiges zu tun. Also schnell weg mit dem Kleinkram, damit ich endlich Luft habe, um das zu tun, was wichtig ist. Was ist Sinn? Was macht Sinn? Und ich behaupte einfach, wenn ich Dinge mache, schaffe, die mir seelisch etwas bringen, wo ich mich entwickeln kann: Das macht schlußendlich Sinn, für jeden Menschen, aber insbesondere für Manager. Also das, was mich irgendwie seelisch weiterbringt. Deswegen komme ich dann zu der Behauptung: Wenn wir mit der Zeit richtig umgehen wollen, müssen wir uns mit Dingen beschäftigen, die uns seelisch weiterbringen. Oder wenn ich das umdrehe, wenn wir uns das Ziel setzen, etwas aus uns zu machen, uns seelisch weiterzuentwickeln, dann muß ich sehr, sehr bewußt

mit der Zeit umgehen. Also lernen, die Zeit, meinen Tag, meine Wochen bewußt zu gestalten. Die sogenannten Zeitdiebe, die es überall gibt, denen sollten wir aus dem Weg gehen und möglichst gut darauf achten, was mir wichtig ist, was mich weiter bringt. Daß dies nicht immer gelingt, da gibt es verschiedene Gründe, z.B. daß man sich nicht bewußt ist - und das sind viele dieser Führungskräfte sich nicht bewußt - daß das Leben irgendeinmal ein Ende hat. Das führt dann zu dem Paradoxon: Wenn man realisiert, daß das Leben nicht endlos ist, daß wir nicht beliebig viel Zeit zur Verfügung haben, dann hat man erst recht mehr Zeit. Also diese Einsicht ist etwas paradox, aber es leuchtet ein. Im weiteren haben wir natürlich das, was wir schon erwähnt haben, den Konflikt zwischen der objektiven und der subjektiven Zeit; also wir haben die Uhr als objektive Zeit und die Anforderungen, von denen wir meinen, daß sie an uns gestellt werden. Das führt dann dazu, daß man eigentlich die eigenen Bedürfnisse, die eigenen Zeitrhythmen vernachlässigt. Ich bitte dann die lieben Manager, sozusagen mehr auf ihre innere Zeit zu achten, auf den eigenen Rhythmus und die eigenen Bedürfnisse. Jeder hat eine Uhr, keiner hat Zeit. Also geben wir doch die Uhr zurück und nehmen wir uns die Zeit.

Wirtz: Als ich mir überlegte, welchen Aspekt ich herausgreifen möchte an diesem Podium, hat sich für mich aufgrund der Tatsache, daß ich heute Geburtstag habe, angeboten, über den Aspekt "Identität und Zeit" nachzudenken. Von Herrn Ciompi haben wir gehört, daß das, was mit uns und in uns geschieht, die Zeit konstituiert; so gehe ich davon aus, daß die Tatsache, daß es Männer und Frauen gibt, auch bedeutet, daß es ein unterschiedliches Erleben von Zeit gibt. Wir haben ja in dem Vortrag von Herrn Tellenbach gehört, daß es historisch gewachsene Zeitbezüge und Zeitmessungen gibt. Wir haben von der mythischen Zeit gehört. Ebenso war vom zyklischen Erleben der Zeit und vom linearen Zeitkonzept die Rede. Und ich denke, so wie es diese historisch ge-

wachsenen unterschiedlichen Meß-, Erlebnis- und Denkformen von Zeit gibt, gibt es eben auch die je geschlechtsspezifisch unterschiedlich erlebte Zeit. Je nachdem, wie unsere Tätigkeiten sind, wie wir unseren Tag strukturieren, so wird auch das Zeiterleben anders aussehen. Und da wir ja in einer Gesellschaft leben, in der unterschieden wird zwischen dem öffentlichen Raum und dem privaten Raum, zwischen Produktion und Reproduktion, so denke ich, daß das Zeiterleben von Frauen ein ganz anderes ist. Ich denke, das hat einmal damit zu tun, daß Frauen aufgrund der Zeitkultur ihres Körpers viel stärker in ein zyklisches Konzept eingebunden sind. Das ist einmal das eine. Dann denke ich aber auch, daß aufgrund der Tätigkeiten ein unterschiedliches Denken in unterschiedlichen Zeiten erfolgt. Ein Erlebnis von Frauen ist die zerstückelte Zeit, die fragmentierte Zeit: zwischen Kinder zur Schule bringen, Essen kochen, Telefon abnehmen, einkaufen und die Zeit freihalten für jene, die dann in der störungsfreien Zeit ungestört denken können. Wir können ja beispielsweise die Männer, die jetzt hier sind, fragen, wieviel Frauen sie zu Hause haben, die ihnen den Rücken freigehalten haben, damit sie hier ungestört denken können. Die Zeit der Frau ist meist eine fragmentierte Zeit. Der Begriff Feierabend ist ja auch ein Begriff, der für Frauen nicht so gilt. Frauen haben Restzeiten. Männer haben irgendwie mal Feierabend. Das sind so Überlegungen, die aus der feministischen Ecke kommen. Ich gehe jetzt einmal davon aus, daß wir uns hier ganz in einem emanzipatorischen Rahmen bewegen und daß Sie feministisch so verstehen, wie ich es verstehe, nämlich daß der frauenspezifische Blick auch Raum bekommt. Also für mich sind Zeiterwägungen nicht losgelöst zu denken von Geschlechterrollen. In der Schweiz hat es im letzten Jahr am 14. Juni den Frauenstreiktag gegeben. Da gab es eine Parole "Wenn Frau will, steht alles still", und auf diesen großen Spruchwänden standen Forderungen, die alle mit der Zeit zu tun hatten: Teilzeitarbeit, geteilte Arbeitszeit usw.

Es war also ein großes Thema, das Thema der Zeit. Das ist mir also auch ein Anliegen, darauf aufmerksam zu machen, daß der Hausfrauenalltag, die Beziehungsarbeit den Blick schärft für das Nahe. Sie schärft den Blick auch dafür, daß kurzfristig und mit immer gleicher Wiederholung etwas geleistet wird. Die Welt der Politik, die kann diesen Blick, der so für das Nahe geschärft ist, weniger brauchen. Da ist gefordert der Blick für die Weite. Das sind Prägungen, in die wir eingebunden sind.

Und dann beschäftigt mich sehr, daß in den psychosozialen Berufen, in

haben, Zeit sparen, ja sogar gewinnen, keine Zeit verlieren etc.? Weshalb ist es so ein Thema? Wenn ich dann konkret in meine Praxis schaue, dann erlebe ich, daß sich das Thema wieder verliert, daß es eigentlich um etwas anderes geht. Nachdem es mich so beschäftigt hat, habe ich mir gedacht, ich frage mal andere. Und ich habe einige Klienten und auch mich gebeten, etwas darüber nachzudenken, und sich einmal zu fragen, weshalb Zeit ein Thema ist. Sie haben mir in der Antwort darauf Gründe genannt, weshalb Zeit ein Thema ist, wie z.B. "weil ich zu wenig auswähle" oder

Zeit als bedrängend, begrenzend, bedrohlich, einengend; sie fühlen sich im Fluß der Zeit mitgerissen. Letztere erleben Zeit eigentlich gar nicht, sie leben in der Zeit und erleben damit Zeit gar nicht in diesem Sinne bewußt. Also Authentizität, also so zu leben, daß es stimmig ist, wäre ein wichtiger Punkt. Ein zweiter Aspekt, den ich einfach nur anfügen möchte - da er mir Spaß gemacht hat in den Überlegungen - ist der, daß ich mir gedacht habe, es zeigt sich ja auch sprachlich: Es gibt Menschen, die permanent sagen: "Ich habe keine Zeit". Oder: "Ich habe zuviel Zeit" in der anderen Vari-

von links
nach rechts:
S. Boethius
L. Tutsch
B. Wicki
U. Wirtz
L. Ciompi

den therapeutischen Berufen, das sogenannte Burnoutsyndrom ein Faktum ist: das hat ja auch mit Zeit zu tun. Dann haben wir gesehen, daß Herr Kolbe, glaube ich, einen Workshop angeboten hat, in dem es um den Umgang mit der Zeit und den Grenzen der Zeit im therapeutischen Rahmen ging. Da geht es beispielsweise darum, ob ich die Kränkung vermeide, jetzt auf die Zeit zu verweisen, daß eine Stunde zu Ende ist. Sie alle kennen dies, daß wir Klientinnen und Klienten haben, die ständig auf die Uhr schauen, damit sie selber sagen können, daß es zu Ende ist und nicht erleben müssen, daß jetzt der Berater oder die Beraterin sagt: "Die Zeit ist um". Das ist der Aspekt von Zeit und Identität, der für mich mit dem professionellen Aspekt zu tun hat. Das sind so die drei Momente, die ich vielleicht einbringen möchte.

Tutsch: Ich habe einfach mal in die Praxis geschaut. In der Vorphase habe ich mich immer wieder gefragt, weshalb ist denn eigentlich Zeit und das damit verbundene Erleben so ein Thema? Weshalb reden wir dauernd von Zeit, weshalb wollen wir dauernd Zeit

"weil ich nicht weiß, was mir wichtig ist" oder "weil ich zu sehr an Vorstellungen hänge, die ich dann unbedingt durchziehen möchte und muß, glaube zu müssen, und nicht flexibel genug bin, mich zu orientieren an dem, was wirklich da ist" oder "weil ich eigentlich alles unterbringen möchte, was so an mich herangetragen wird"; und der depressive Typus "weil ich nichts anpacke, nichts anpacken kann" oder "weil ich mich mit Unwichtigkeit verzettele" und "weil so viel von mir gefordert wird." Sie merken schon, Zeit wird eigentlich immer dann ein Thema, wenn wir nicht das tun, was wichtig ist, was zu uns paßt, was in unsere Rhythmen paßt, also dort, wo wir nicht authentisch sind. Ich bin aber auch anderen Menschen begegnet, wenigen zwar, die kein Problem mit der Zeit hatten. Ich habe sie gefragt, wie denn das gehen könnte, ich gehöre nicht zu jenen. Sie haben mir gesagt, es sei eigentlich so, daß sie sehr genau wüßten, was sie wollen und was für sie gut sei; und deswegen erlebten sie Zeit gar nicht in diesem Sinne. Das heißt also: Erstere erleben im allgemeinen

ante. Und es gibt Menschen, die sagen: "Nein, da habe ich etwas Wichtigeres vor zu dieser Zeit." Ich habe einige Klienten gebeten, statt zu sagen "Ich habe leider keine Zeit", zu sagen "ich habe in dieser Zeit etwas Wichtigeres vor". Ich möchte ein kleines Beispiel bringen. Eine Klientin, Hausfrau und Mutter von zwei Kindern, die so in dem Erleben stand: "Ich habe keine Zeit, ich komme nicht zu mir, ich kann eigentlich nicht die Dinge tun, die ich gerne tun würde, ständig will jemand etwas von mir." Sie hat mir folgende Begebenheit erzählt: Sie will gerade einkaufen gehen, und in diesem Moment klingelt das Telefon. Sie hebt ab, es ist eine Freundin dran, die ihre Alltagsgeschichte des vorigen Tages erzählen will, also gerade Zeit hat, ein bißchen zu tratschen, wie sie sagt. Die Klientin spürt, daß es ihr jetzt nicht paßt und an meinen Auftrag erinnernd sagt sie: Weißt Du, ich kann jetzt nicht telefonieren, ich habe gerade etwas Wichtigeres vor." Sie spürt kurzes Erstaunen am anderen Ende der Leitung und dann die Worte: "Ja, dann entschuldige, dann ein anderes Mal." Sie schildert weiter und erzählt

mir dann: "Ich habe sehr viel Mut gebraucht; ich merkte, daß ich Herzklopfen hatte und eine schweißnasse Hand den Telefonhörer noch immer umklammerte. Trotzdem fühlte ich mich gut." Aber in der Folge kommen einige Gedanken. Ein erster, daß sehr viele Möglichkeiten, auch Konfliktfelder, aufgetaucht sind, die dann in der weiteren Bearbeitung auch Inhalt und Thema der Therapie waren. Das heißt, wenn wir uns mit dem Thema Zeit mal beschäftigen, stoßen wir sehr schnell vor zu weiteren Aspekten, nämlich zu dem, was die Zeit eigentlich ausmacht, womit wir Zeit machen. Und ich habe somit auch eine Frage in diesem Kontext, ob wir nicht sehr häufig Zeit in gewisser Weise als Ausrede verwenden, um die Dinge, die eigentlich dahinterstehen, nicht anzusprechen und in diesem Sinne Zeit als vordergründiges Phänomen verwenden und gebrauchen.

Wicki: Ich danke vielmals für die interessanten Ausführungen und möchte nun alle einladen, am Gespräch mitzumachen. Gibt es Fragen und Anregungen? Ja bitte.

Zeit als Ausdruck unbeantworteter Sinnfragen?

Teilnehmerin: Für mich gibt es heute gerade in der Faszination des angenommenen Alters die Schwierigkeit, die vielen sinnvollen Möglichkeiten zu sehen und da eine Auswahl zu treffen, das macht mir Zeitnot. Da wüßte ich gerne, wie man damit umgehen kann.

Wirtz: Also mir käme spontan der Gedanke, daß ich mich für die Qualität und nicht die Quantität entscheiden würde. Der Sinn liegt ja in der erfüllten Zeit und nicht darin, möglichst viel abzuhaken von dem, was möglich wäre.

Boethius: Ich würde Prioritäten setzen, also sagen, was ich für wichtig halte; man kann ja nicht alles machen; also entscheide ich mich dafür, was mir am wichtigsten erscheint.

Tutsch: Ich würde das auch so sehen, und ich würde mich noch fragen: Wieso kann ich manches nicht lassen? Das ist die andere Variante.

Ciampi: Was mich in Ihrer Frage und auch in Ihren ganzen Veranstaltungen und sogar in Ihrer Zielsetzung hier beschäftigt, das ist die Frage: Was ist denn das, die Sache mit dem Sinn? Das ist ein ungeheures Problem und natürlich mache ich mir in keiner Weise vor, eine wirklich gute Antwort darauf geben zu können. Aber was mir in den Sinn gekommen ist, das ist meine Ameisenparabel. Ich habe mir für mich selber eine Ameisenparabel geschaffen, die mir immer wieder neu bei solchen Fragen weiterhilft. Ich bewundere tief die Ameisen oder Termiten. Das ist für mich ein ungeheuerliches Sinnbild. Wenn man einmal einen solchen Ameisenhaufen anschaut, sieht man, wie eine einzelne Ameise da irgendwo herumkrabbelt und irgendwelche Tannennadeln heranschleppt und wie andere eben bei den Pforten sind und da zu wachen scheinen; die tun alle irgend etwas. Meiner Meinung nach weiß keine einzige von diesen Ameisen, was sie tut. Sie ahnt es wahrscheinlich auf irgendeine ameisenhafte Art und Weise, denn sie tut nicht immer dasselbe, sie ist überhaupt kein Automat. Nun, was aus dieser unregelmäßigen, merkwürdigen Tätigkeit entsteht, ist ein wunderbares Ganzes, ein großartiger Organismus, ein unerhörtes Gebäude, aber nicht nur ein Gebäude, sondern auch ein Organismus in der Zeit. Das bedeutet, daß das, was einzelne dieser kleinen Ameisen tun, tiefen Sinn hat; es ist außerordentlich sinnvoll für ein Ganzes. Ich denke, daß wir zu 95% oder 98% solche Ameisen sind; wir meinen immer nur, daß wir die Sachen wissen; wir wissen sie gar nicht. Was wir eigentlich tun, das wissen wir gar nicht und man kann es auch gar nicht bewußt machen, aber wir ahnen irgend etwas. Wir sind offenbar in einem Gefüge drin und da tut jeder auf seine Art und Weise irgend etwas. Wenn wir solche Ameisen sind und wenn wir vielleicht an einem solchen Gebäude bauen würden, dann hätten wir Sinn. Es ist keine richtige Antwort, aber trotzdem denke ich, daß unsere Zeit eben dann sinnerfüllt ist - und zwar ganz gleich, ob wir Hausfrauen sind, ob wir Männer oder

Frauen sind, ob wir an einer Brücke bauen oder ob wir ein Kind erziehen. Sinnvoll ist es, wenn wir solche Ameisen eines Gebäudes sind.

Boethius: Ich hätte jede Schwierigkeit, Ameise zu sein. Also ich habe das Bedürfnis, als Mensch irgendwo zu spüren, daß es doch Sinn macht; es macht mich wenig glücklich, daß ich dann irgendwann sage, jetzt tut sich da hinten so ein schönes Ganzes zusammen. Wenn ich mit meiner Zeit umgehe, versuche ich doch den Sinn zu erkennen. Ich weiß, daß auch der Sinn in einer Sinnlosigkeit liegen kann, daß man auch Zeitphasen hat, wo man den Sinn nicht sieht und daß das auch irgendwann einmal einen Sinn ergibt. Aber aus meinem Verständnis heraus ist es einfach sehr wichtig, sich diese Frage immer zu stellen, und sozusagen ein ständiges Selbstgespräch zu führen: "Was will ich? Was macht bei mir Sinn? Was ist meine Berufung oder was will ich aus meinem Leben herausholen?"

Wirtz: Und vor allem dann zu tun. Sinn kommt ja auch vom Tun. Wenn ich ganz verfangen bin im Erwägen der Möglichkeiten, soll ich dies oder jenes oder anderes, dann bleibt es leer.

Ciampi: Ich denke, daß wir diese Bewußtseinsaspekte überschätzen und daß wir damit rechnen müssen, daß wir wirklich sehr vieles nicht wissen und wissen können. Wir überschätzen uns grenzenlos, wenn wir meinen, daß wir dort die Wahrheit sehen, wo wir gerade die Aufmerksamkeit hinrichten. Gegen das möchte ich mich wehren.

Schäppi: Ja, Professor Ciampi, ich bin nicht recht glücklich mit ihrer Ameisenparabel und zwar deswegen, weil ich beim Zurückschauen auf mein Leben über lange Strecken wahrscheinlich so gelebt habe. Aber eben dies betrachte ich zurückblickend als fremdbestimmt, als zweckorientiertes Leben. Was die Ameisen da tun, ist eigentlich das, was uns so passieren kann, daß wir auch in unserem Berufsleben über gewisse Strecken einfach irgendwelchen Zwecken dienen, weitgehend womöglich sogar fremdbestimmt, daß wir aber nicht einem eigenen, einem in uns selbst ge-

fundenem Sinn entsprechend leben. Und das möchte ich schon auseinandehalten. Dieses Zweckorientierte in diesem Termitenbau erfüllt irgendwelche Zwecke, Funktionen für diesen Staat, ohne zu wissen, welchen Beitrag man nun da leistet; das ist mir auch schon passiert, wenn ich jetzt so zurückdenke. Aber wenn ich die Frage von dieser Dame als Ausgangspunkt unserer Diskussion betrachte, dann wäre das für mich keine Antwort. Denn sie mit ihren Jahresringen sollte das nicht mehr tun, was die Ameisen tun. Ich möchte es jedenfalls nicht mehr tun.

Das Spannungsverhältnis natürlicher, individueller, geschlechtsspezifischer und gesellschaftlicher Zeit-Rhythmen

Gall (Frage am Ciompi): Interessant sind ja diese rhythmischen Phänomene beim Einzelmenschen und in der Natur. Wenn ich aber jetzt die menschliche Geschichte und menschlichen Gesellschaften betrachte, gibt es da ja auch die großen Rhythmen in der Entwicklung zwischen Aufstieg und Niedergang, zwischen Frieden und Krieg. Ich wollte nur fragen: Wie erklären Sie sich diese sozialen Rhythmen? Gibt es da irgendwelche Zusammenhänge mit den biologischen Rhythmen?

Ciompi: Ich habe nicht einfach eine Antwort. Aber es ist ja so, daß wir nicht nur in den Tagesrhythmen, in den monatlichen Rhythmen, sondern auch in den jahreszeitlichen Rhythmen und in den Klimarhythmen eingebunden sind. Die größten Rhythmen, die wir so einigermaßen noch erfassen und überblicken können, sind die jahreszeitlichen Rhythmen. Nun ist es sicher so, daß statistisch und über das Ganze gesehen die Befindlichkeit der Menschen in den Jahreszeiten wirklich schwankt. Es gibt Zeiten, wo größere Harmonie herrscht und es gibt Zeiten, wo mehr Durcheinander herrscht. Z.B. hat man kürzlich bei Schizophrenen in einer interessanten Weise nachweisen können, daß sie statistisch gesehen eher im Winter ge-

boren werden; das ist ein ganz merkwürdiger Befund, der unerhört viel zu neuen Fragen geführt hat. Wahrscheinlich ist es so, daß diese biologische und Umweltrhythmizität, die natürlich vorhanden ist, unsere Befindlichkeit und damit auch das Sozialverhalten beeinflusst und dann schließlich auch so große makroskopische Sachen wie Krieg und Frieden irgendwie beeinflusst. Andererseits weiß man, daß die Biorhythmen sozusagen nur eine Grundlage sind, eine Art von psychischer und auch realer Maschinerie, die dann unerhört moduliert wird und daß diese beim Menschen viel größere Freiheitsgrade hat als bei den meisten Tieren.

Teilnehmer: Wenn ich mir so den historischen Prozeß vor Augen führe, dann habe ich den Eindruck, daß man in der vorindustriellen Zeit diese Diskussion nicht führen würde. Es ist doch für uns alle klar, wie sehr die ganze industrielle Entwicklung es mit sich gebracht hat, daß die Produktion in immer kürzeren Abständen größere Massen von Produkten herausbringen mußte; und dieser Prozeß ist ein ganz wesentlicher Faktor, der unser aller Leben bestimmt. Diese Entwicklung bestimmt vollständig unser gesellschaftliches Leben in jenen Ländern, in denen wir leben. Diese Entwicklung hat mit sich gebracht, daß wir in unseren eigenen, je individuellen, geschlechtsspezifischen Rhythmen eben nicht mehr leben dürfen, sondern uns den produktionsbedingten Rhythmen und den verkürzten Zeiten anpassen müssen. Wahrscheinlich sind wir uns deshalb erst jetzt bewußt, was Zeit bedeutet. Gerade daß wir ver-rückt sind in der Zeit, daß wir uns diese nicht mehr so gestalten können, wie weitgehend jeder Bauer früher konnte, daß uns dies nicht mehr möglich ist, das macht uns jetzt so stark zu schaffen. Ich möchte gerne fragen, ob es Ihnen möglich wäre, auch da noch etwas näher heranzugehen?

Wirtz: Daß wir die Zeit heute so thematisieren, hat ja gerade mit diesem Unbehagen zu tun; und dann denke ich, zum Glück sind wir ja nicht die Termiten, sondern haben die Freiheit zu entscheiden: Wollen wir in diesen Zeitbezügen, denen wir uns mehr oder weniger unterworfen haben, weiterma-

chen oder wollen wir sagen "Stop"? Und das haben Sie, Herr Ciompi, auch in ihrem Buch "Außenwelt, Innenwelt" beschrieben, daß die Art, wie wir mit der Natur umgehen, auch mit diesem ausbeuterischen Umgang mit der Zeit zu tun hat. Ich würde es als das Wesen und auch die Chance der Freiheit menschlichen Existierens betrachten, an jedem Ort, an dem ich stehe, an jedem Arbeitsplatz, den ich wähle, mich neu zu fragen, will ich dazu ja sagen oder nein? Und das ist für mich jetzt nicht nur eine Frage der Innerlichkeit, sondern auch eine politische Frage.

Zeitstrukturen und schwere psychische Störungen

Ciompi: Mir ist jetzt noch etwas völlig anderes in den Sinn gekommen. Ich bin ja Sozialpsychiater; und das bedeutet, daß ich mich vor allem mit schweren psychischen Störungen zu beschäftigen habe, also Schizophrenie, chronische und akute Schizophrenie, schwere Persönlichkeitsstörungen, Borderline usw. Diese Sorten von Patienten, die kann man kaum zum Psychotherapeuten schicken und zwar rein wegen zeitlicher Gründe; die kommen nämlich nicht zur Zeit. Denn ihre Dekompensationen passen einfach nicht ins zeitliche Schema eines Psychotherapeuten; bei Psychoanalytikern sind es 50 Minuten, 10 Minuten Pause, jetzt kommt der nächste, 50 Minuten, 10 Minuten Pause. Wenn einer sich nicht an dieses Schema hält, dann kracht die ganze Praxis zusammen. Nun diese Schizophrenen, die kommen so nicht, das geht nicht, die haben ein völlig anderes Zeiterleben, viel erdnäher, viel bedürfnisnäher, und die sind dann irgendeinmal in der Krise und dann brauchen sie jemanden. Ziemlich sofort brauchen sie jemanden, den Psychotherapeuten brauchen sie.

Boethius: Darf ich noch etwas zu dieser Industrialisierung sagen? Es gibt Zeitprobleme, die mit unserer technischen Entwicklung zusammenhängen und mit unserem hohen Standard der erreichten Technologie; das mag alles sicher richtig sein. Ich kann die Zeit jedoch nicht zurückschrauben. Wir sind, wo wir sind. Und wenn ich mich

nun als Opfer der Umstände betrachte, dann habe ich das Problem, das ich nicht lösen kann. Es ist etwas, das typisch ist für unseren Alltag, nämlich daß alle anderen schuld sind. Wir zeigen immer auf das, was uns weh tut und was nicht paßt und was uns einengt; wir denken aber gar nicht daran, daß wir eigentlich das Problem nur dann lösen können, wenn wir uns damit selber auseinandersetzen. Also deswegen habe ich Mühe, wenn jemand sagt: "Die Industrie ist an unserem Zeitproblem schuld." Ich glaube zwar, daß dies vielleicht richtig ist, aber das ist kein Ansatz, um das Problem zu lösen.

Wirtz: Ich würde gerne noch etwas ergänzen zu dem, was Herr Ciompi sagte. Ich glaube, wir müssen nicht erst zu den schizophrenen Patienten und Patientinnen gehen, um zu sehen, wie wir als Analytiker mit der Zeit umgehen. Das ist oft auch eine Frage der Ethik. Für mich stellt sich dieses Problem auch. Ich habe ja sehr viel mit Menschen gearbeitet, die in der Kindheit massiv sexuell traumatisiert worden sind, und ich habe erfahren, daß das zeitliche Kontinuum für diese Menschen oft auch wie zerbrochen ist. Daß also Frauen über ganze Zeitspannen ihres Lebens in der Kindheit nicht mehr verfügen, daß ihnen das nicht mehr zugänglich ist, daß diese Zeitabschnitte wie fragmentiert sind. Und wenn in der Analyse an diesem Thema gearbeitet wird, entstehen auch Zustände, auch leichtere psychotische Episoden, die es auch notwendig machen, in einer anderen Präsenz da zu sein, als diese 50 Minuten. Die Frage stellt sich nicht nur bei schizophrenen Patienten und verlangt dann auch eine Neureflexion dieses alten analytischen Prinzips der Abstinenz: Darf ich angerufen werden, bin ich verfügbar auch über diese 50 Minuten hinaus? Ich denke, daß dies auch an ganz ethische Fragen unserer Profession rührt, wenn wir mit Menschen arbeiten, die so schwer traumatisiert worden sind, ob das Folteropfer sind oder Nachfahren von Konzentrationslageropfern. Ich habe ja meine Praxis in Zürich und arbeite sehr viel mit jüdischen Analysanden und Analysandinnen, deren Eltern Konzentrationslagererfahrungen hatten; und auch dort er-

lebe ich einen ganz anderen Umgang mit der Zeit und ein ganz anderes Erleben von Zeit.

Tutsch: Zu der Erfahrung, die Sie, Herr Ciompi, angesprochen haben. Ich habe ja auch einige schizophrene Patienten in meiner Praxis in Begleitung. Und ich erlebe natürlich auch immer wieder, daß es außer der Zeit ist, wo ich gebraucht werde. Nur ich habe auch noch nie erlebt, daß andere nicht bereit gewesen wären, diese ihre Zeit dann zu geben, wenn jemand, also einer dieser Patienten, meine Zeit gebraucht hat.

Ciompi: Ich wollte bloß sagen, ich bin dankbar, daß diese Frage von Ihnen beiden auch noch aufgegriffen worden ist. Ich denke, daß die Schizophrenen etwas aufzeigen, das überall da ist, weil sie sensibler sind; sie sind überempfindliche Sensoren. Wenn Sie mir sagen, das sei bei solch schwer geschädigten Patienten eigentlich ähnlich, dann sagt mir das, daß das, was ich bei meinen Patienten sehe, dasselbe ist, was überall sichtbar ist, nur übersteigert. In mancher Hinsicht ist das, was uns die Schizophrenen zeigen, wie ein Brennglas, das irgend etwas ganz plastisch heraushebt und zeigt, was da ist. Und da ist wieder etwas anderes interessant. Die Schizophrenie verläuft um so schlechter, je höher die Kultur, die Zivilisation entwickelt ist. Das ist das Resultat der transkulturellen Untersuchungen der Weltgesundheitsorganisation. Die Häufigkeit scheint überall etwa gleich zu sein; der Verlauf ist jedoch in Los Angeles und in zivilisatorischen Hochkulturen sehr viel schlechter, statistisch, als anderswo. Meine Hypothese, die ich übrigens in diesem Buch wieder ein bißchen ausgeführt habe, besteht darin, daß das genau mit der Zeitorganisation zu tun hat. Diese Leute kommen mit der Zeitorganisation nicht zu Rande. Ich sage zu dem, was Herr Boethius uns mit recht vor Augen hält: Wir können nicht weg von dieser Industriezeit, aber diese Zeit ist irgendwo eine unmenschliche Zeit, weil in ihr unsere tiefen Bedürfnisse, die sich eben über Jahrtausende von Jahren entwickelt haben, seit rund 150 Jahren durcheinandergewurstelt werden. Ich glaube, deshalb sind die Schizophrenen schlechter dran in unserer Gesellschaft

als in einer einfacher organisierten.

Tutsch: Darf ich da kurz ergänzen, daß es ja Untersuchungen und schon relativ viel Erfahrung mit schizophrenen Patienten gibt, die die Möglichkeit haben, an einer Arbeitsstätte sozusagen zu kommen und zu gehen, wann es ihnen paßt, also ihrem Rhythmus entsprechend. Und das hat einen sehr günstigen Einfluß auf den Verlauf.

Wirtz: Wie wichtig die Kategorien von Raum und Zeit als strukturbildende und identitätsbildende Kategorien sind, wird ja auch daran deutlich, daß in allen Ländern als Foltermethode Nr. 1 immer der Entzug dieser strukturierenden Kategorien von Raum und Zeit als Methode verwendet wird. Um einen Menschen desorientiert zu machen und in der Identität zu brechen, muß ich nur diese strukturierenden Faktoren entziehen.

Unser Umgang mit Zeit: Ein gewaltiges Experiment oder ein Irrtum?

A. Längle: Zu Herrn Ciompi möchte ich sagen: Vielleicht leben wir in einer unmenschlichen Zeit, in dieser industrialisierten Zeit; vielleicht ist es eine unnatürliche Zeit, aber eine sehr menschliche Zeit, in der wir leben? Ich frage mich nämlich, warum leben wir dann in diesem Rhythmus, in dieser Hektik? Sind wir so dumm, daß wir das tun? Was treibt uns dann: Die Natur, oder was ist das? Ich habe sehr wohl den Eindruck, daß es eine sehr unnatürliche Zeit ist, aber ein ganz gewaltiges Experiment des Menschen, hier etwas zu beschleunigen, was durch natürliche Grenzen eng und vielleicht uns allen etwas zu eng gehalten ist. Ist es das Ewigkeitsbedürfnis, das Ewigkeitsverlangen des Menschen, das sich von den Graffitis auf den Wänden der Monumente, der Kathedralen oder der Brücken her schon sehen läßt, bis hinein in die Bücher, die wir schreiben? Also die Frage an Sie: Unnatürlich und doch sehr menschlich, was treibt uns? Das ist natürlich auch eine Frage an Herrn Boethius und dieselbe Frage auch an Frau Wirtz. Sie sagten vorher in Ihrem Statement, daß in unserer Profession der Psychotherapeuten die Suizid-

rate recht hoch ist, daß das Burnout ein Faktum sei. Ist das eine Frage der Zeit? Ist es wirklich nur die Zeit, ist es die Struktur oder ist es ein fehlendes Erleben von Zeithalten? Wie verstehen Sie das? Ich habe das aus Ihren kurzen Ausführungen noch nicht entnehmen können. Wie verstehen Sie das, den Zusammenhang zwischen Burnouts, Suizidrate und dem Zeiterleben und Zeitverständnis?

Ciampi: Ich bin angesprochen und fühle mich angesprochen. Eigentlich geht es um folgende Frage: Ist der Mensch denn eigentlich Natur oder ist es die Natur des Menschen, nicht Natur zu sein? Kann man unendlich ein bißchen den Akzent auf das eine oder das andere wenden? Zu der Frage, warum wir diese sehr menschliche Industrieorganisation und Zeitorganisation machen, denke ich folgendes: Ich glaube, daß wir seit 150 Jahren einer ganz merkwürdigen Faszination anheim gefallen sind und damit auch einem großen Irrtum. Und der Irrtum heißt "schneller ist besser" und "einfacher und leichter im Sinne von weniger Kraftaufwand, also z.B. bäuerlicher Kraftaufwand, ist auch besser". Das ist die Idee. Und langsam beginnen wir zu realisieren, daß nicht immer mehr an Geschwindigkeit besser ist, sondern daß es irgendwo ein Optimum gibt. Was dann mehr ist, ist dann schlecht: Und wenn ich ganz verkürzt einige Gedanken dazu zu sagen versuche, ist dieser große Irrtum 80% unserer Industrieentwicklung. Wir meinen, wir müßten immer mehr Maschinen und Maschinen haben, die machen, daß wir irgend etwas noch ein Stückchen schneller tun können, damit wir dann mehr Zeit haben: Daß wir Zeit sparen, das ist das Werbeargument par excellence. Zeit sparen würde bedeuten, daß wir wahnsinnig viel Zeit haben müßten. Nun haben wir aber herausgefunden, daß wir diese Zeit gar nicht haben. Das ist alles Quatsch. Wir machen bloß sehr viel innerhalb von 24 Stunden. Wir können unendlich viel mehr hineinstopfen; und ich denke, das ist nur ein Irrtum unserer Entwicklung. Dieses Unbehagen führt zu Gegenbewegungen, wie z.B. der grünen Bewegung.

Boethius: Ich glaube, man spürt jetzt schon sehr deutlich auch in der Wirtschaft, daß Zeitsparen und "schneller und besser", daß das einiges an Glanz verloren hat und daß man sich schon sehr stark auf sogenannte Qualitätsfragen besinnt. Was ist z.B. Zeitqualität? Was ist eigentlich Lebensqualität? Und ich bin froh darüber, daß es so ist, weil ich das auch befürworte. Ich sehe das nicht so dunkel und negativ, daß wir weiterhin mit 180 oder noch schneller in die Zukunft rasen; sondern ich glaube, wir stehen schon vor einer Schwelle, an der wir mal anhalten und sagen: So, jetzt einmal ein Resümee, was bringt uns echt was?

Wieviel Zeit darf ich mir geben?

Wirtz: Ich war angesprochen auf die Frage, wie ich den Bezug von Burnoutsyndrom und Suizidrate im therapeutischen Bereich einerseits und Zeit andererseits sehe? Zuerst einmal möchte ich sagen, daß ich kein Freund von monokausalen Erklärungsmustern bin. Das Burnoutsyndrom hat sicherlich nicht nur mit der Zeitfrage zu tun, dafür gibt es auch viele andere Argumente. Einen ganz wichtigen Bezug zur Zeit sehe ich darin, daß in jeder Therapie und in jeder Analyse mit der ersten Stunde immer auch der Tod als bewegender und gestaltender Teil mit anwesend ist und zwar unser je eigener Tod in der Rolle und in der Funktion des Therapeuten. Mit dem Beginn unserer Arbeit sind wir immer auch damit konfrontiert, daß wir am Ende dieses analytischen Prozesses für diese Person in dieser Funktion sterben müssen. Wir lassen uns hinein in eine Begegnung, in einen Prozeß, und wir wissen, dieser Prozeß ist begrenzt und wir müssen wieder loslassen, immer wieder. Ich denke, daß dieses Loslassen-müssen und immer wieder Sterben-müssen in dieser Funktion schwer ist. Das ist das eine. Ich denke, es ist etwas ganz Wesentliches. Zum anderen denke ich, daß therapeutische und analytische Prozesse langfristige Prozesse sind und daß wir ja

alle auch soviel Narzißmus haben, daß wir doch gerne einen Erfolg hätten, einen sichtbaren, spürbaren, erlebbaren Erfolg, auf den wir oft lange warten müssen. Analytische Arbeit ist eine Arbeit, die sehr viel Geduld braucht, und dieses Zuwarten-müssen und nicht immer in der Weise narzißtisch genährt werden, das ist eine schwere Arbeit. "Das geht ja noch ewig", "Ich habe noch immer keine Fortschritte gemacht", das ist eine Form der Zeitlichkeit, die als ein Vorwurf an uns gerät. Das auszuhalten trägt zum Burnout bei, weil wir ja in einer Gesellschaft leben, die diese sicht- und handhabbaren Erfolge stark wertet.

Teilnehmerin: Ich habe bei dem Erleben des Themas Zeit in diesen Tagen einen Aspekt bei mir beobachtet, den ich noch einmal ins Spiel bringen wollte. Als wir gestern über das Verweilen nachdachten, habe ich gemerkt, daß das Verweilen stark gekoppelt ist an eine Bewertung von Situationen. Und gerade das Verweilen, das ein ganz zentrales Thema für Therapie und Psychohygiene usw. ist, wird unterbewertet. Man muß heute schon ziemlich viel Mut haben im Arbeitsleben, einmal zu sagen: Also nicht nur mit einer Zigarette in der Hand darf man verweilen, sondern auch ohne Zigarette. Und so begegnen mir viele Situationen im Leben, die ich bewerten muß. Ich muß werten, für welche Zeitung ich mir jetzt die Zeit nehme, sie zu lesen oder in welchen Film ich gehe oder welche Fernsehsendung ich sehen will. Ich muß ständig bewerten, was ich in meiner Zeit erleben will. Und es gehört eigentlich ziemlich viel Mut dazu, zu sagen: Also ich habe den Spiegel noch nicht gelesen oder diesen Film habe ich noch nicht gesehen. Den Mut zu haben, Schwerpunkte zu setzen, das finde ich ganz entscheidend und schwierig.

Wirtz: Ich bin sehr froh, daß Sie diesen Aspekt noch angesprochen haben. Das beschäftigt mich auch sehr. Wir leben ja in einer Zeit, in der wir das Zeithaben oder nicht Zeithaben auch moralisch bewerten. Wir leben ja in einer Zeit mit dem Time-System, ich habe auch eines, und da stehen dann alle die Termine drinnen; aber

keines zu haben und nichts vorzuhaben, das ist fast schon moralisch verdächtig; und ich denke, daß dies nochmals ein Thema für Frauen ist. Frauen erleben ja, daß ihre Zeit, die Zeit zu Hause, in dieser Gesellschaft massiv abgewertet ist. Du hast ja den ganzen Tag Zeit gehabt, was hast Du denn getan? Auch hier wird meines Erachtens deutlich, wie die Bewertung von Zeit massiv mit geschlechtsspezifischer Rollenzuschreibung zu tun hat und verschränkt ist.

Männliches und weibliches Zeiterleben

Ciampi: Ich wäre gerne noch einmal auf diese Frage der Geschlechtsspezifität des Zeiterlebens zurückgekommen. Ich bin generell sehr stark Ihrer Meinung, daß eben das Zeiterleben von Mann und Frau wirklich nicht dasselbe ist, wie vieles andere auch. Wir sollten diese Unterschiede zu fassen versuchen und auch zu achten versuchen. Was mir bei der Überlegung über diese ganzen Sachen auch im Bezug auf Zeit viel geholfen hat, ist die chinesische Yin-Yang-Lehre, die auch das Weibliche-Männliche bezeichnet, wobei man nicht unbedingt Frau und Mann mit Yin und Yang gleichsetzen kann. Aber es gibt offenbar ein eher weiches, ein empfangendes und aufnehmendes und auch irgendwie anpassendes Prinzip. Und es gibt das Gegenteil davon, nämlich ein mehr vorstoßendes und kantigeres und unzyklischeres Prinzip. Ich denke, daß es mit dem Zeiterleben vielleicht irgendwie in diese Richtung gehen könnte, daß der Mann dazu bestimmt ist, die Sache voranzutreiben und sich zu versteigen und einseitig zu werden und auf irgend etwas abzufahren. Und das Weibliche, das Yin-Prinzip, kann und darf das Gegenteil einbringen.

Teilnehmerin: Ich bin beeindruckt von diesen Gedankengängen über weibliches und männliches Zeiterleben und frage mich und frage jetzt auch das Podium, ob Sie irgendeinen Zusammenhang sehen zwischen begrifflichem und bildlichem Denken einerseits und Zeiterleben andererseits. Bild-

haftes Denken braucht mehr Zeit: Ein Bild von meinem Leben, von meinem Alltag, von meiner Aufgabe als Frau anzuschauen, dauert eben länger. Und dieses bildhafte Denken ist Frauen vielleicht mehr zugänglich.

Wirtz: Ich möchte vielleicht zu beiden Beiträgen etwas sagen. In den 70er Jahren sind schon amerikanische Untersuchungen erschienen über die unterschiedliche Art der Wahrnehmung und der Erlebnisweise von Zeit. Die Ergebnisse waren so, daß Frauen einen viel ausgeprägteren Gegenwartsbezug erleben, daß sie die Gegenwart als länger ausgedehnt wahrnehmen, während der dominante Zeitbezug für Männer der Zukunftsbezug war. Und wenn ich das jetzt in Verbindung setze mit dem Unterschied zwischen Bildlichem oder Begrifflichem, so glaube ich, daß eben die unterschiedlichen Tätigkeiten auch ein unterschiedliches Zeiterleben hervorbringen. Dieser geschärfte Blick fürs Nahe, den wir als Frauen durch unsere tägliche Arbeit haben, verlangt andererseits weniger Abstraktionsleistung. Dabei ist mir ganz wichtig, daß wir nicht in einen Diskurs verfallen, wo Biologie letztendlich dann Schicksal ist. Wenn wir hier von diesen geschlechtsspezifischen unterschiedlichen Erlebensweisen sprechen, dann meine ich, daß diese gewachsen sind in der Zeit aufgrund von Rollenzuschreibungen und auch Arbeitsteilungen und daß das nicht an das biologische Schicksal gebunden ist. Das ist mir noch wichtig, auf das hinzuweisen.

Boethius: Ich habe grundsätzlich Mühe, wenn man sagt, daß Frauen mehr so sind und Männer mehr so sind, weil ich denke, daß dies ein Vorurteil ist. Ich kann mich dem, was Herr Professor Ciampi gesagt hat, voll anschließen. Unsere Zeitprobleme, die wir vielleicht heute haben, kann man so fassen, daß männliche Werte dominieren. Da ist ja die Hektik, der Streß, das Zielorientierte oder der schnellste Weg zwischen zwei Punkten ist die Gerade usw. Das sind so eine Art Einstellungen mit männlichen Vorzeichen. Und wenn wir in Zukunft besser mit der Zeit umgehen wollen,

muß das auch einhergehen mit der Aufwertung der weiblichen Werte. Das wäre ein Ansatz, in Zukunft besser mit der Zeit umzugehen.

Wirtz: Ich wollte noch etwas sagen, das mit der Kontrollüberzeugung zu tun hat. Das hat viel damit zu tun, ob ich Vertrauen habe in die Zeit. Habe ich Vertrauen, mit dem, was mir in der Gegenwart begegnet, umgehen zu können? Oder glaube ich - ist dies meine Kontrollüberzeugung - daß ich ausgeliefert bin? Und auch dazu hat die empirische Forschung herausgefunden, daß Frauen eine ganz mangelhafte Kontrollüberzeugung haben, was das Verhältnis zur Zukunft betrifft, und daß sie sehr viel stärker daran orientiert sind, die Gegenwart in den Griff zu bekommen. Während bei Männern mit dieser dominanteren Ausrichtung auf die Zukunft, auch ein viel größeres Vertrauen besteht, das Zukünftige in irgendeiner Weise, ich sage es jetzt einmal so, beherrschen zu können. Da wird auch ein unterschiedliches Vertrauen in Zeit sichtbar.

Ciampi: Ich möchte das gerne noch nach hinten ergänzen zur Vergangenheit hin. Für die Psychotherapie ist ja die Herstellung der Kontinuität in die Vergangenheit entscheidend wichtig, das Einbringen von solchen ausgesparten Zeitkontinuitäten. Und ich denke eben, daß das sehr viel mit der Sache des Vertrauens zu tun hat. Erst wenn es möglich ist, auch das als schwierig Erlebte - vielleicht im Konzentrationslager, vielleicht Vergewaltigung, vielleicht andere, zunächst nicht einzuordnende Sachen - wieder heranzuholen, ist der Mensch wieder ganz. Denn eine Zeitkontinuität ist gleichzeitig eine Fühlkontinuität. Und zudem kann er sowohl zu sich selber, nämlich zu seiner neu gegründeten Identität, wie auch zu dem, was ihm widerfahren ist, und vielleicht zu gewissen Menschen darin, ein Vertrauen aufbauen. Psychotherapie bedeutet auch eine Öffnung zur Zeit hin.

Dr. Beda Wicki
Weststraße 87
CH - 6314 Unterägeri

Von der Leere zur Lebendigkeit

Umgang mit verpaßter Zeit

Christian Firus

Die Arbeit im Workshop orientiert sich an den zwei folgenden Fragen:

1. Was ist verpaßte Zeit?

Sie ist einerseits ungelebte Vergangenheit, in der ich nicht authentisch, nicht bei mir bzw. beim anderen war, andererseits ist sie Hinweis auf ein Potential, das sich entfalten möchte und damit eine Chance zur Lebendigkeit. Natürlich stellt sie zuerst einmal ein entscheidendes Faktum unseres täglichen Lebens dar, weil wir in der Entscheidung für etwas gleichzeitig viele andere Möglichkeiten lassen müssen und somit verpassen. Dieses Verpassen wird erst dann zum Problem, wenn bereits in der Situation selbst Unzufriedenheit, Leeregefühle etc. spürbar werden, oder aber im Rückblick sich das Verpaßte als ungelebtes Leben schmerzhaft zu Wort meldet.

2. Wie kann ich heute mit ihr umgehen?

Dafür erweisen sich folgende an der Sinnerfassungsmethode orientierte Schritte als hilfreich:

a) Dem Grund nachspüren: Was habe

ich verpaßt? Warum? War es wirklich so?

b) Wie war es? Was hat mir gefehlt? Hier haben Trauer und Wut ihren Platz.

c) Umgang und Stellungnahme: Wie war es damals? Wie könnte es heute sein? Entdecke ich Verhaltensmuster, mit denen ich an bestimmte Situationen herangehe und durch die ich das Verpaßt-Gefühl immer wieder reproduziere?

Wichtig ist es, sich für derartige Muster Zeit zu nehmen, Zeit, genau hinzuschauen, ihnen nachzuspüren, sie zu verstehen und in die eigene Lebensgeschichte einordnen zu lernen. Nur so kann Stellungnehmen und ein veränderter Umgang mit ihnen gelingen.

d) Versöhnung und Veränderung sind dann möglich, wenn ich der verpaßten Zeit nachgetrauert habe, meine Enttäuschung und Wut zum Ausdruck bringen konnte, meine Verhaltensmuster besser verstehen gelernt habe. Hier zeigt sich das Potential des Verpaßten, das mich zu neuer Lebendigkeit bewegen kann.

*Dr.med. Christian Firus
Am Eichbächle 13
D - 79110 Freiburg*

mente der Selbsterfahrung in einer Gruppenatmosphäre deutlich machte:

Ein junger Mann war gern bereit, eine "Zwickmühlensituation" seines Lebens, d.h. ein Entscheidungs-dilemma mit allem Für und Wider, so darzustellen, daß er die beiden Varianten zwar schildert, aber mit keinem Wort und keiner Geste verrät, wie er sich entschieden hat. Nun hat die Gruppe die Aufgabe, durch Fragen und Bemerkungen zum Konflikt und zum gesamten Lebensstil herauszubekommen, wie die Entscheidung wohl gefallen sein mag. Dazu sagte dann jedes Gruppenmitglied seine Meinung, zuletzt erfolgte die Auflösung durch den Index-Teilnehmer, der das "Rätsel" aufgegeben hatte.

Sehr deutlich stellten sich die individuellen Lebensprinzipien des jungen Kollegen, aber auch der anderen Gruppenmitglieder heraus. Wie selbstverständlich kamen auch die Fragen des Umgangs mit Aggression und Gewalt zur Sprache. Auch hier ergaben sich Eindrücke vom jeweiligen Weltbild und den ideologischen Prinzipien eines jeden Teilnehmers bis hin zu fundierten Disputen über die Ost-West-Problematik. Niemand wurde ausgefragt oder "angeklagt", jeder sagte nur das, was er wollte, aber jeder sagte etwas.

Es blieb keine Zeit mehr für ein zweites Szenenspiel, das ich in meinen Ausbildungskursen noch gerne anwende und das folgendermaßen geht:

Ein bereitwilliger Teilnehmer erzählt eine Geschichte seines Lebens, auf die er stolz ist und die er für großartig hält. Dann bestimmt die Gruppe - ähnlich wie bei Heiligsprechungsprozessen der katholischen Kirche - einen "advocatus diaboli" bzw. einen "Ankläger" und der Index-Klient wählt sich selbst einen "advocatus dei" oder "Anwalt". Der Ankläger versucht, mit Fragen und Behauptungen die gelobte Geschichte "madig" zu machen und egoistische Impulse herauszufinden. Die Gruppe der übrigen Teilnehmer kann sich einmischen auf der einen oder anderen Seite. Meist entwickelt sich eine interessante Dynamik. Zuletzt wird das ganze Szenenspiel von jedem eingeschätzt.

Rechtfertigung des Erfolgs

Zeitung - Tatzeit - Zeitbombe
Fragen der Gewalt in unserer Zeit

Heinz Gall

Die Äußerungen von Macht und Gewalt sind ebenso eingebettet in Zeiten und Termine wie die Äußerungen der Liebe und des Friedens, sowohl im Querschnitt wie im Längsschnitt eines persönlichen Lebens und des ge-

schichtlichen Lebens der Völker.

Die Teilnehmerschar an meinem Werkkreis war klein, aber das Gespräch verlief lebendig und tiefgründig. Mit einer Fragmenttechnik habe ich ein Szenenspiel angeregt, das Ele-

Konkrete Probleme aus der ersten Spielsituation ergaben sich zum Thema persönlicher Verantwortung in einer machtsstrukturierten und normierten Umwelt und zur Definition "Gut" und "Böse". Inwieweit hängt die moralische Qualifizierung vom Erfolg ab und wieweit nicht; denn es gibt Dinge, die sind ehrlich und gut gemeint und bringen objektiv ein verkehrtes Ergebnis und umgekehrt.

Gewalt ist die eine Art, in einer Gesellschaft zu leben, wie wohl kaum unser Wunsch, aber die Realität der Geschichte immer wieder zeigt. Bevor wir also alle Gewalttäter als krank oder unreif abstempeln, sollten wir mehr das partnerschaftliche Verstehen mit

denen suchen, die nicht "leiden" wollen, die sich mehr für das "Leiden-Lassen" entschieden haben. Da die Gewalttäter kaum einmal in unsere Sprechstunden als Patienten kommen, sollten wir also mehr zu ihnen hingehen. Vielleicht ist es wertvoller und sogar "christlicher" als Spenden für das "Leid" der Welt zu geben, daß jeder mit einem einzigen Terroristen eine "persönliche Beziehung" aufzubauen bemüht wäre. Ich weiß schon, daß das schwer und fast eine Illusion ist.

*Dr.med. Heinz Gall
Medizinisches Zentrum
Falladastraße 7
D - 17489 Greifswald*

ten Erleichterung gebracht. Sie will die Ärzte auch nicht bemühen, da sie von sich aus einen seelischen Zusammenhang vermutet.

Sie erzählt spontan von ihrer Kindheit: Die Mutter war Kriegswitwe, hatte wieder geheiratet. Die Patientin wurde als Kind zu den Großeltern abgeschoben, die sehr alt und "festhaltend" waren. Sie hatte als Kind und Jugendliche sehr gelitten.

Viel mehr ist davon nicht zu erfahren, die Patientin bewahrt ihre verschlossene, lächelnde Schale.

Heute ist sie glücklich in ihrer Ehe, "alles stimmt". Doch ohne Grund ist sie oft gereizt, beleidigt, leider sehr bei kleinster Ungerechtigkeit. Anfallsartig und ohne äußeren Grund wird sie traurig, fühlt sich dann einsam trotz ihrer Familie und gibt sich Erinnerungen aus ferner Vergangenheit hin. Besonders auffallend sind diese Phasen seit dem Tode ihres Großvaters.

Auch in den Heuschnupfenperioden ist sie sehr gereizt und müde.

Wegen des lang anhaltenden Kummers und des Verlustes der ersten Bezugspersonen (Mutter, Großvater) und des depressiven, verschlossenen Wesens bekommt die Patientin Natrium muriaticum 200 (Kochsalz in Hochpotenz). Zwei Monate danach berichtet die Patientin über sofortige Besserung ihrer Nase trotz des Frühlings. Eine kurze heftige Schnupfenreaktion hatte sie noch durchzustehen gehabt, die im homöopathischen Sinne als Heilreaktion nachträglich zu deuten ist. Die Patientin fühlt sich ruhiger und leichter. Im weiteren Verlauf bemerkt sie auch, daß "die Vergangenheit ruht", daß sie viel weniger verletzlich ist und sich eher in den kleinen Konflikten wehren und ausdrücken kann. Sie stellt sich jetzt viel mehr ihrem Mann, lebt ihre Partnerschaft bewußter und kreativer.

Diese ganzheitliche Reaktion (körperlich und seelisch) bestätigt, daß dieser Jahrzehnte alte Schnupfen ein Ausdruck des Kummers und ein verstecktes Weinen darstellten als Relikt schwerer seelischer Verletzung in der Kindheit, wo statt Liebe Leistungs- und Anpassungsdruck vorherrschten. Was sind die bemerkenswerten Punkte

Schichten der Erinnerung

Die äußere und innere Zeitgestalt des Krankseins

- aus der Sicht einer
homöopathischen Ärztin

Jutta Gnaiger

Die homöopathische Medizin lenkt den Blick von der Organdiagnose oder dem Beschwerdebild hin zum Menschen, der die Krankheit oder die Beschwerden hat, sie vollzieht somit die Wende von einer krankheitsbezogenen zu einer menschenbezogenen Medizin. Die Schranke von somatisch und/oder psychisch wird aufgehoben. Alles ist Sprache und Ausdruck der Person. Dabei spielt die Frage nach den wichtigsten auslösenden Momenten des Krankheitsgeschehens eine große Rolle für die Einsicht in den Prozeß und für die Arzneiwahl. "Seit wann fühlen Sie sich krank?": Mit dieser Frage gelingt meist ein Qualitätsprung von körperlichem Erleben hin zum seelischen Betroffensein. Erst das gesamte Bild des Krankseins ermöglicht es dem Homöopathen, den Menschen ganzheitlich zu erfassen, um ihm die passende, bis in die tiefer liegenden

Reaktionsmuster hin abgestimmte, potenzierte Arznei verabreichen zu können. Das Gespräch erreicht dabei die bewußten und vorbewußten Bereiche, die Arznei die unbewußten. Homöopathie versteht sich als Ordnungstherapie mit Bezug auf das Individuelle der Person.

Ein Beispiel aus der Praxis soll als Modell für das Zeitverständnis im dynamischen Ansatz der Homöopathie vorgestellt werden: Eine sehr gepflegte, geordnete, vornehm zurückhaltende, vitale Frau von 49 Jahren kommt wegen Heuschnupfen und Insektenallergie. Sie ist verheiratet und hat ein Kind. Ihr Leiden datiert sie präzise auf 38 Jahre Dauer, "seit dem zehnten Lebensjahr". Manchmal hat es auch zu Asthmaattacken geführt. Die Ärzte konnten ihr nie viel helfen, sie hat sie auch nie viel konsultiert. Nicht einmal Cortison hat in den schlimmsten Zei-

dieser Krankengeschichte?

Diese Patientin bot dem Arzt bereitwillig ihr seelisches Trauma als auflösendes Moment ihres chronischen somatischen Leidens an. Oft ist dies erst das Ergebnis eines sehr eingehenden Gesprächs oder mehrerer davon. Auf die Frage "Seit wann fühlen Sie sich krank?" kommt hier sofort die Antwort: "Seit meiner Kindheit." Die Folge davon ist der Heuschnupfen und die depressive Stimmungslage. Damit wäre die äußere Gestalt des Krankheitsgeschehens erfaßt.

Das seelische Trauma liegt schon lange zurück, heute lebt die Patientin ein sehr harmonisches Leben. Man könnte die Kindheitsorgen beinahe vergessen, wäre da nicht der Heuschnupfen als Mahnmal geblieben! Oft ist solch früher Kummer auch dem Tagesbewußtsein tatsächlich entschwunden.

Wir stehen somit vor dem eigenartigen Phänomen, daß ein Teil des Menschen vergißt, ein anderer Teil des Menschen sich aber nach 38 Jahren noch erinnert. Dem Vergessen im Tagesbewußtsein steht ein Sich-Erinnern gegenüber. Dieses hängt nicht von unserem Tagesbewußtsein ab. Wer sorgt für dieses Erinnern?

Dieses Erinnern birgt ein großes Rätsel des Krankseins. Es ist ein Mahnmal dafür, daß ein einmal gelebter Anteil meines Lebens, der auch zu mir gehört, noch etwas von mir fordert. Er verlangt eine Stellungnahme von mir, verlangt, daß ich mich auf den Weg mache und nicht zufrieden gebe mit dem Hier und Jetzt.

Es gibt hier eine innere Zeitgestalt des Krankseins, die eine Art von Gegenwärtigkeit durch Jahrzehnte zeitigt. In der Homöopathie wird diese Ebene Konstitution und Diathese (krankhafte Anlage) genannt und wird der Schicht der Vitalkräfte und Lebensprozesse zugeordnet. Sie ist unbewußt, rhythmisch, zeitlos gegenwärtig und organismisch ganzheitlich.

Ein Trauma von außen (seelisch oder körperlich) bewirkt nur dann eine Krankheit, wenn diese Vitalschicht erreicht und gestört ist. Je jünger der Mensch ist, den ein Trauma erreicht, um so tiefer dringt dieses ein, da die

Schutzschicht einer bewußten Reaktion und Verarbeitung noch nicht entwickelt ist.

Auf dieser vitalen Ebene wirkt auch die homöopathische Arznei. Sie stellt eine Art positive Prägung der Vitalsphäre dar, die Traumatas ausgleichen kann. Ebenso dürfte auch ein Gespräch oder das rechte Wort im rechten Augenblick, das die Schwingungen des Menschen erreicht, wo er sich angenommen fühlt und sich öffnen kann, über das Tagesbewußtsein hin-

lichen mit besonderer Sorgfalt zu und schließt es in das Menschenbild bewußter ein. Der leiblichen Schicht sind alle tief unbewußten Vorgänge zugeordnet, und damit liegt es dem Es - Begriff der Tiefenpsychologie - nicht sehr ferne. Die Unterteilung in eine vitale Schicht des Organismus mit allen Regulations- und Reaktionsfunktionen und in den materiellen Organismus, der allein der stofflichen Analyse der Naturwissenschaft zugänglich ist, hilft als Modell, um viele

Geist/Person	geistig	Überich
Seele/Gemüt	seelisch	Ich
physischer Leib	leiblich	Es
Lebenskraft		

Vierschichtiges Menschenbild der Homöopathie im Vergleich zu den dreischichtigen Menschenbildern der Logotherapie bzw. der Tiefenpsychologie

aus in die tieferen Schichten eindringen und alte Hindernisse der Regulation und Prägung auflösen können.

Hier liegt noch viel unbearbeiteter Gesprächsstoff für die Begegnung zwischen Psychotherapie und Homöopathie, zumal dort, wo beide als Zentrum ihres Anliegens die Person betrachten.

Ein Vergleich des Menschenbildes soll als Anregung und Orientierung dafür dienen. Die Homöopathie arbeitet mit einem vierschichtigen Menschenbild (siehe Kasten).

Daneben stehen das logotherapeutische und tiefenpsychologische Modell. Die Homöopathie als in erster Linie ärztliche, nicht psychotherapeutische Methode wendet sich dem Leib-

Krankheitsphänomene noch besser zu verstehen. Gerade dieser Gegensatz von Vergessen eines Erlebnisses und Erinnern in Form eines Krankheits-symptoms, das von tief unbewußten Vorgängen gespeist wird, läßt sich damit leicht erweitern von rein psychotherapeutischen Problemstellungen hin zum gesamten Krankheitsgeschehen in unserer Zeit, insbesondere bei allen chronischen Krankheiten - der Domäne der Homöopathie. Diese bietet neben dem therapeutischen Gespräch die menschengerechte Arznei an.

*Dr. Jutta Gnaiger
Herrengasse 14
A-6800 Feldkirch*

Jahrestagung 2000 der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (GLE) Wien

Wenn der Sinn zur Frage wird

Internationaler Kongress

29. bis 30. April 2000

Hörsaalzentrum der Universitätsklinik Wien

Fordern Sie unser Vorprogramm an!

ALBRECHT SCHOTTKY

Die Bedeutung der Kindheit für das erwachsene Leben

RDI-Verlag, Sinntal 1997, 117 Seiten, ISBN 3-932708-05-9

“Mach, daß ich meine Kindheit wieder weiß” fleht Rainer Maria Rilke in einem seiner Gedichte und er erhoffte sich von diesem Wissen eine Bereicherung wie durch einen Schatz. Der Psychiater und Psychoanalytiker Albrecht Schottky verfolgt in seinem Buch dieselbe Spur. Auch er ist davon überzeugt, daß das Verstehen der eigenen Kindheit einen Gewinn an Kreativität und Lebendigkeit mit sich bringt. Spätestens seit Martin Dornes‘ Buch “Der kompetente Säugling” ist vielen klar geworden, wie intensiv bereits Säuglinge ihre Lebenswelt gestalten und aktiv eigene Lebensregeln entwickeln. Ihre Bedeutung liegt darin, daß sie das Erwachsenenleben und den Lebensstil prägen. Diese inneren Leitlinien und Regeln des Lebensstiles können die Lebensmöglichkeiten fördern oder einschränken. Für die Praxis der Psychotherapie ist es sehr hilfreich, einschränkende oder zerstörerische Aspekte des Lebensstiles zu erkennen und diese konstruktiv zu verändern. Ein wichtiger Schlüssel zum Lebensstil sind die “Früherinnerungen”. Der Autor hat sich seit Jahrzehnten mit diesem Kernstück der Individualpsychologie beschäftigt. Die Früchte dieser Arbeit werden dem interessierten Leser zuteil.

Schottky sieht den Lebensstil als “positive und ressourcenorientierte Leistung”. Die Früherinnerungen sollen für den psychotherapeutischen Prozeß Kreativität fördern. Zwei wichtige Zusatzfragen sind dabei hilfreich: Welches ist der lebhafteste Augenblick dieser Erinnerung? und: Mit welchen Gefühlen oder Affekten ist diese Erinnerung verbunden?

Nachdem die Früherinnerungen sich auf die ersten

Lebensjahre beziehen, eröffnen sie einen sehr lebendigen Zugang zum Familienstil und der Familienkonstellation der Primärfamilie des Patienten. Der therapeutisch wichtigste Faktor ist wohl das Veränderungspotential, das das Gespräch über die Früherinnerungen freilegt. Es aktiviert den Wunsch nach einer Veränderung des Lebensstiles, der aus dem inneren Gefängnis des leidvollen “Wiederholungszwanges” herausführen soll.

Das Buch von Schottky ist didaktisch gut aufgebaut und reich an plastischen Beispielen. Den praktischen Umgang mit Früherinnerungen beschreibt er sowohl im Einzelsetting als auch im Gruppenprozeß.

In einer Zeit, in der ökonomische Aspekte dominieren und die Gier nach schnellen Effekten und statistisch evaluierter Effektivität sich der Psychotherapie bemächtigt haben, könnte die Beschäftigung mit Früherinnerungen wie ein überflüssiger Luxus erscheinen. Auch sind sie wenig geeignet, Effektstärken zu berechnen, die Grawe’s Meßlatten entsprechen. Es wird immer mehr eine Gretchenfrage, ob sich Psychotherapeuten überhaupt noch für die ganze Biographie ihrer Patienten interessieren. Diejenigen, die diesen Schatz noch nicht verloren haben, werden zweifellos von Schottky’s Buch viel Gewinn haben. Dem Buch sind zahlreiche Leser zu wünschen, damit viele neu erleben, wie lohnenswert es sein kann, mehr von der Kindheit zu wissen.

Herbert Csef, Würzburg

Rezensionsexemplare der GLE-Bibliothek

Gottschlich Maximilian **Sprachloses Leid. Wege zu einer kommunikativen Medizin. Die heilsame Kraft des Wortes.** Wien/New York: Springer Verlag

Ambühl Hansruedi (Hg.) **Psychotherapie der Zwangsstörungen.** Mit Beiträgen von H. Ambühl, H. Bents, H. Csef, Th. Dirscherl, B. Heiniger, N. Hoffmann, B. Hofmann, F. Hohagen, H. Lang, St. Schmalbach, S. Weißenberger. Stuttgart/New York: Georg Thieme Verlag

P. Hofmann, M. Lux, Ch. Probst, M. Steinbauer, J. Taucher, H.-G. Zapotoczky (Hg.) **Klinische Psychotherapie.** Wien/New York: Springer Verlag

Jörg Walden, Heinz Gunze **Bipolare affektive Störungen. Ursachen und Behandlung.** Stuttgart/New York: Georg Thieme Verlag

Riemann Fritz **Grundformen der Angst.** München: Ernst Reinhardt Verlag

Dienelt Karl **Pädagogische Anthropologie. Eine Wissenschaftstheorie.** Köln/Weimar/Wien: Böhlau

Schmidbauer Wolfgang **Mythos und Psychologie.** München/Basel: Ernst Reinhardt Verlag

Diese Titel können wir derzeit zur Rezension anbieten. Interessenten, die eine in der EXISTENZANALYSE zu veröffentlichen Buchbesprechung übernehmen möchten, bitten wir, bei der GLE-Wien den Titel anzufordern.

NEUE ARBEITEN AUS DER EXISTENZANALYSE UND LOGOTHERAPIE

In dieser Rubrik wollen wir den großen Fundus an Bearbeitungen existenzanalytischer Themen bekanntmachen. Es sollen sowohl in anderen Medien veröffentlichte wissenschaftliche Arbeiten zur Existenzanalyse als auch die Abschlussarbeiten zur Beratungs- und Therapieausbildung vorgestellt werden.

ABSCHLUSSARBEITEN

Existenzielle Psychotherapie

Rezension des Buches von Irving D. Yalom

Mag. Dr. Susanne Ivanek

Im Buch "Existenzielle Psychotherapie" schlägt der Autor einen sich auf Existenzphilosophie und Phänomenologie beziehenden Zugang zur Psychotherapie vor. Er zeigt die Bedeutung und die möglichen Konsequenzen der existenziellen Gegebenheiten: Tod, Freiheit, Isolation und Sinnlosigkeit für das Leben des Menschen, die Psychopathogenese und die Psychotherapie auf. Ziel von Psychotherapie ist es, durch die therapeutische Beziehung Leben und Lebensgestaltung in Freiheit und Verantwortung zu ermöglichen. Im weiteren werden zahlreiche Hinweise auf Studien und psychotherapeutische Techniken anderer Therapierichtungen gegeben.

Angst aus existenzanalytischer Sichtweise

Mag. Gabriele Kozdera

Die vorliegende Arbeit stellt Theorien über die Entstehung der Angst dar, wobei auf den existenzanalytischen Zugang zur Angst besonders eingegangen wird.

Ausgehend von den Theorien Freuds wird auf die Theorie Frankls und schließlich Längles Theorien und die Methodik zur Behandlung der Angst eingegangen.

Dadurch wird das existenzielle Verständnis der Angst in den Vordergrund gebracht. Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der existenzanalytischen Methodik der Angstbehandlung, was anhand von zwei Fallberichten veranschaulicht wird.

Existenzanalytische Lebensbegleitung bei Schizophrenie

Jens Lemberg

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit der Möglichkeit der existenzanalytischen Lebensbegleitung bei Schizophrenie. Nach einer allgemeinen Einleitung wird die Sichtweise von V. Frankl zur Schizophrenie dargestellt und anschließend auf die neueren Entwicklungen in der Existenzanalyse, hier speziell auf die Grundmotivationen von A. Längle, in bezug auf existenzanalytische Aspekte

bei der Begleitung von Schizophrenen eingegangen.

Abschließend erfolgt die Darstellung einer jahrelangen Begleitung eines Menschen, der an Schizophrenie leidet. Die tiefe Begegnung und die daraus erwachsene Freundschaft mit diesem Menschen war die Motivation zu dieser Arbeit.

Ein Weg in der Psychoonkologie

Waltraud Piwerka

Das Hauptthema ist der existenzanalytische Zugang zur psychoonkologischen Betreuung von krebskranken Menschen.

Ausgehend von der Anthropologie Viktor Frankls und von den Voraussetzungen nach Alfred Längle, werden Möglichkeiten zur Bewältigung psychischer Belastungen und Leiden wie Ängste, Depressionen, Sinnkrisen, Hilf- und Hoffnungslosigkeit usw. beschrieben.

Anhand von ausgewählten Patientenbeispielen sollen dem Leser die phänomenologische Vorgangsweise und spezifischen Methoden der Existenzanalyse allgemeinverständlich nähergebracht werden. Weiters geht es um das Aufzeigen von Indikation und Notwendigkeit psychotherapeutischer Interventionen und Begleitung.

Warum Psychosomatik kein Krankheitsbegriff ist

Psychosomatik aus existenzanalytischer Sicht mit Fallbeispielen

Maria Ratz

Die Arbeit befaßt sich mit dem Begriff der Psychosomatik aus existenzanalytischer Sicht unter Berücksichtigung der personalen Grundmotivationen. Der sehr weitläufige Begriff der Psychosomatik wird in Bezug auf existenzanalytisches Verständnis hinterfragt und beschrieben. Die phänomenologische Betrachtungsweise, die Personale Existenzanalyse und das biopsychosoziale Modell bilden dazu die Grundlage. Es wird aufgezeigt, daß es nicht um die Frage gehen kann: "Psychisch" oder "Körperlich", sondern daß der Mensch eine Ganzheit ist, der durch, mit oder trotz einer Erkrankung lebt und es verschiedenste Faktoren gibt, warum ein Mensch durch bzw. mit seinem Körper spricht, wie die körperliche und psychische Ebene eine untrenn-

bare Einheit bilden, im Leben, im Erkranken und im Heilwerden. Fallbeispiele sollen die Theorie verdeutlichen und mögliche therapeutische Ansätze aufzeigen. Begreift und ergreift ein Mensch seine Erfahrungen, auch die, die er durch einen kranken Körper macht, so kann es möglich werden, daß Krankheit nicht Leben be- und verhindert, sondern neue Perspektiven – emotional und in der Lebensgestaltung – eröffnet.

Theorien und Sichtweisen der Depression in der Existenzanalyse von Frankl bis heute

Mag. Elisabeth Wolf

Die vorliegende Arbeit gibt unter Berücksichtigung der existenzanalytischen Literatur einen Überblick über verschiedene Theorien der Entstehung und der Dynamik von Depression, sowie der daraus resultierenden therapeutischen Ansätze. Der Bogen spannt sich von Frankls Sichtweise, über die Erkenntnis, daß Depression mit gestörtem Grundwörterleben, also mit der 2. Grundmotivation nach A. Längle zu tun hat, bis zu einem neuen Verständnis der Psychodynamik in der Existenzanalyse. Die Arbeit folgt im wesentlichen der chronologischen Entwicklung, durchbricht diese aber dort, wo thematische Anknüpfungen dies erfordern. Der Zusammenhang zwischen gestörtem Grundwert und Depression wird mit Fallbeispielen veranschaulicht. Den Abschluß bildet ein Überblick über die einzelnen Arten von Depression aus existenzanalytischer Sicht.

DISSERTATION

Vom Wert der Personalen Begegnung - das existenzanalytische Kommunikationsmodell

Susanne Adamek

Ziel und Anliegen dieser Arbeit liegt in der Erforschung einer **“idealen” Kommunikation**. Dieses Vorhaben wurde auf zwei Wegen versucht.

Erstens auf dem Hintergrund der Existenzanalyse: In einem allgemeinen theoretischen Teil werden philosophische Grundlagen, Theorie und Menschenbild der Existenzanalyse dargestellt. Im speziellen theoretischen Teil wird das existenzanalytische Kommunikationsmodell – also die **“ideale”** d.h. gelungene, interpersonale Kommunikation aus existenzanalytischer Sicht – der **“Personalen Begegnung”** und seine Relevanz (sein Wert) – in der Praxis (z.B. Psychotherapie, Pädagogik, Arbeitswelt) illustriert.

Der empirische Teil umfaßt eine Analyse von sozialwissenschaftlichen – qualitativen, offenen – Interviews mit einer ausgewählten Gruppe von Personen, deren Einstiegsfrage lautete: **“Was ist für dich Glück in der Kommunikation mit einem Menschen, in der Begegnung, im Beisammensein mit jemanden? Wann macht dich dieser Augenblick glücklich?”** um ideale Kommunikation aus der privaten Sicht der Befragten phänomenologisch zu erhellen. Die Arbeit soll als eine **Kritik am Funktionalismus** verstanden werden, der – nicht nur! – bei Kommunikationswissenschaftlern verbreitet ist.

Es ergibt sich die Forderung nach einer Schulung der Personalen Begegnung mit dem Ziel einer Persönlichkeitsbildung zur Schulung der Begegnungsfähigkeit, die Konfliktlösefähigkeit miteinschließt.

Kernstück – so viel sei noch verraten – ist Erfüllung der personalen Grundmotivationen.

DIPLOMARBEIT

Klientenzufriedenheit in der Psychotherapie – Konzept und empirische Befunde einer katamnестischen Feldstudie

Christa E. Schirl, Isabella Kimeswenger

Während heute die empirische Überprüfung der Wirksamkeit von Psychotherapie ein weitgehend selbstverständlicher Bestandteil der Evaluation im allgemeinen und bei individuellen Therapien im besonderen ist, wurde der Erfassung der Klientenzufriedenheit (client-satisfaction) lange Zeit eine untergeordnete Bedeutung beigemessen. Nachdem jedoch auch im Gesundheitswesen klientenorientierte Qualitätssicherung immer mehr Anerkennung findet, erhalten Klientenbefragungen, insbesondere hinsichtlich der Zufriedenheit mit der Therapie und ihrem Ergebnis (Prozeß- und Ergebnisevaluation), einen zunehmend höheren Stellenwert. In dem Beitrag wird auf das Konzept der Klientenzufriedenheit, das in diesem Zusammenhang besonders häufig genannt wird, unter konzeptuellen und empirischen Gesichtspunkten Bezug genommen. Es werden die wichtigsten begrifflich-theoretischen Aspekte ebenso herausgestellt wie empirische. Das Hauptgewicht wird jedoch auf eine empirische Studie gelegt, in der ein eigenes Verfahren, aufbauend auf vorangegangenen Arbeiten, empirisch evaluiert worden ist. Die empirischen Analysen bestätigen die Reliabilität und Validität des Instruments und legen seine Verwendbarkeit in Studien wie im Einzelfall nahe.

Weihnachtsaktion 1999 der GLE:

1 Therapiestunde für Rumänien!

Die GLE möchte mit dieser Spendenaktion unsere Kolleginnen und Kollegen der neugegründeten rumänischen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (SAEL) unterstützen. Wir möchten die Mitglieder und Freunde der GLE zu aktiver Solidarität aufrufen. Die KollegInnen in Rumänien haben bereits viel Engagement und Arbeit geleistet. Aber sie leben unter extrem schwierigen Bedingungen. Zur Sicherung ihrer Vorhaben brauchen sie Unterstützung!

Der Aufbau der rumänischen Gesellschaft SAEL

Es begann gleich nach der Wende 1990, als Wilhelmine Popa, selbst gebürtige Rumänin, gemeinsam mit ihrem Mann einen Erfahrungsaustausch mit Ärzten und Krankenhauspersonal in Düsseldorf initiierte. "Wie von selbst ergab sich damals die Weitergabe eines Keimes der Existenzanalyse und Logotherapie", erinnerte sich Helmi rückblickend. Sie begann Publikationen zu übersetzen und fand bald in den Ärztinnen Sorina Muntean und Simona Stefaniga engagierte Mitarbeiterinnen, die die erste Ausbildungsgruppe aufstellten. Dieser Aufschwung hatte bereits einige Vorläufer in der rumänischen Psychiatrie. Schon während des kommunistischen Regimes beauftragte Prof. Lazarescu den Psychiater Cristian Furnica, logotherapeutische Themen zur Erweiterung der Therapiemöglichkeiten seiner Fachkollegen zu erarbeiten. Demzufolge erschienen Mitte der 80er Jahre ungefähr 15 Publikationen Furnicas, der alle erhältliche offizielle und inoffizielle

Literatur in Deutsch aus diesem Bereich bearbeiten konnte. Dr. Furnica stieß zu der ersten Ausbildungsgruppe dazu, die mit 25 Kollegen im Jahr 1992 im "altherwürdigen Klein-Wien", wie Temesvar genannt wird, begann. Die Ausbildung wurde damals vor Ort durch die Professoren M. Lazarescu und I. Mircea von der psych-

iatischen Fakultät Temesvar unterstützt. Inzwischen streben die Universitäten hingegen nach einem eigenen Ausbildungscurriculum, das von den privaten Organisationen losgelöst sein will.

Der heutige Stand

Im Mai dieses Jahres absolvierten 20 Personen erfolgreich das Fachspezifikum und arbeiten an ihren jeweiligen Arbeitsstellen im Lande mit viel Engagement. Ein Resultat ist die wachsende Zahl der SAEL-Mitglieder und Ausbildungsgruppen. Heute führt Dr. Furnica im Namen der SAEL und in Zusammenarbeit mit der GLE in drei Städten Westrumäniens Ausbildungen

durch (Temesvar, Arad, Klausenburg). In Temesvar hat Frau Dr. Popa ein kleines Appartement gekauft, möbliert und der SAEL kostenlos zur Verfügung gestellt. Dort wird nicht nur die Gesellschaft verwaltet, es finden auch Ausbildungen und Therapien statt. In allen drei Städten haben die Existenzanalytiker und Logotherapeuten eine Selbstmord-Hotline eingerichtet, die sehr erfolgreich

gearbeitet hat. Die Aktivitäten sind inzwischen so angewachsen, daß in Temesvar eine räumliche Erweiterung notwendig geworden ist. Dafür bräuchten die Kollegen circa DM 8.000,—. Für die Ausweitung der (meist kostenlosen) psychotherapeutischen Tätigkeit – die Kollegen können bei einem Monatslohn von circa DM 150,—

nur begrenzt unentgeltlich neben ihrem Beruf arbeiten – soll ihnen auch ein Betrag von DM 200,— monatlich zur Verfügung gestellt werden.

Solche Institute wie in Temesvar sollten in den nächsten zwei Jahren auch in Arad und Klausenburg installiert werden. In bestehenden Ambulanzen und Praxen kann auch dort schon jetzt kostenlose Psychotherapie angeboten werden. Dafür möchten wir für jede dieser Städte DM 200,— pro Monat aufbringen.

Zukunft

Der Fortbestand der Existenzanalyse wird durch das Installieren von Ausbildungsmöglichkeiten gesichert. Dr. Furnica nimmt als Co-Trainer an einer Ausbildungsgruppe in Wien teil, wo er sich den Stand und die Art von Ausbildung und Selbsterfahrung in der GLE aneignet. Zwei weitere Kolleginnen vertiefen ihre Ausbildung in einer anderen österreichischen Gruppe. Weitere Kollegen sind dafür vorgesehen – sie bilden den engeren Kern der Gesellschaft und sollen später in Ausbildungen tragend tätig werden. Die GLE hat dafür Stipendien bereitgestellt. Private Spenden und materielle Unterstützungen haben das bisher möglich gemacht. Wir möchten diese Stipendien (für Rumänien in der Höhe von DM 17.000,— pro Jahr) weiterhin aufbringen. Sie sind zwar durch die privaten Unterstützungen weitgehend abgesichert, jedoch fehlt eine Lücke von circa DM 5.000,— für das nächste Jahr.

Dank

Dr. Wilhelmine Popa hat wahrlich eine Pionierleistung vollbracht. Ihre Arbeit hat dazu geführt, daß die Existenzanalyse in Rumänien zu einer der drei Psychotherapierichtungen zählt, die bereits seriöse Ausbildung und Arbeit anbieten, die einen Verein mit einem Publikationsorgan haben und sich weiterer, reger Nachfrage erfreuen. Helmi hat ungezählte Stunden für Ausbildung, Einzelgespräche, Supervisionen, Übersetzungen, Organisation, Reisen und die Durchführung einiger Ausbildungen dieser Gruppe in Österreich, Deutschland und der Schweiz aufgebracht. Sie unterstützt die Tätigkeit der rumänischen Existenzanalytiker mit monatlichen erheblichen Geldbeträgen ganz pri-

vat und stillschweigend. Durch ihren totalen persönlichen Einsatz ist Helmi gleichsam "die Mutter SAEL" geworden. – Aber auch den anderen Spendern und Helfern in der GLE sei herzlicher Dank ausgesprochen, denn ohne sie hätte selbst die erste Gruppe 1992 nicht starten können.

Bitte

Unsere konkrete Bitte an Euch: Wir möchten circa **DM 30.000,—** aufbringen, um der SAEL eine breitere, solide Basis zu verschaffen und ihre Arbeit in der Bevölkerung gut zu verankern. Wenn diejenigen, die das rumänische Projekt unterstützen möchten, den Gegenwert einer Therapiestunde als Weihnachtsgeschenk geben, dann können wir dieses Ziel erreichen und eine historische, solidarische Tat setzen. Vielleicht können oder mögen

manche auch einen größeren Betrag als soziale „Jahresspende“ geben. Vielleicht können andere nicht soviel geben. Da in diesem Land auch mit wenig Geld schon viel geschaffen werden kann, sind auch kleine Spenden von DM 10,—/S 100,— sehr wirksam.

Wir können mit dieser Spendenaktion nicht nur den großen Einsatz von Frau Dr. Popa bedanken und verfestigen helfen, sondern unseren Kolleginnen und Kollegen in Rumänien materielle *und* geistige Unterstützung bieten in ihrem beschwerlichen Überlebenskampf und idealistischen Einsatz.

Allen, die mitmachen, hier schon ein herzliches Dankeschön!

A. Längle
Vorsitzender
der GLE

K. Rühl
Kassier
der GLE

heim angemietet. Im Inneren des Hauses war noch das alte Flair der sowjetischen Zeit spürbar – ein eigenartiges Nebeneinander von Armut und Protzigkeit, von Funktionalität und Beziehungslosigkeit. Außen umgab ein riesiger Erholungspark die alten Gemäuer, in der näheren Umgebung fanden sich kleine malerische Dörfer, die im großen Kontrast zur Stadt standen. Hier war vom Trubel der Weltstadt Moskau nichts mehr spürbar, an diesem Ort verlockte uns aber die Natur dazu, unsere Pausen im Freien zu verbringen und die Weite des Landes ein wenig zu spüren. Trotz des strahlend schönen und für diese Jahreszeit sehr ungewöhnlich heißen Wetters konnten wir gut arbeiten. Die TeilnehmerInnen waren alle sehr stark motiviert und konnten sich mit dem Stoff recht gut vertraut machen. Die Übertragung der Fachtermini ins Russische gestaltete sich etwas schwieriger als wir es uns vorgestellt hatten. Oxana Lartschenko, unsere persönlich engagierte russische Dolmetscherin, leistete hier gute Arbeit.

Das Interesse am Thema sowie das ehrliche Bemühen der Kursteilnehmer, möglichst viel zu verstehen und Wissen mitzunehmen, ließ die Zeit wie im Fluge vergehen. Die sich ergebenden Diskussionen und die – durch die Sprachbarriere leider nur bedingt mögliche Selbsterfahrung – gaben uns einen ersten Einblick in die russische Lebensart und brachte uns für dieses Land ganz typische und sehr berührende Problemstellungen wie zum Beispiel die große Armut, die Hungersnot und die Unberechenbarkeit des täglichen Lebens näher. Mich persönlich haben überdies hinaus auch die Warmherzigkeit und die große Leidensfähigkeit der Menschen tief beeindruckt. Am letzten Abend erhielten wir als Dankeschön für unser Bemühen von den TeilnehmerInnen eine typisch russische Spezialität dargeboten – einen Sketch, der in letzte Minute noch entstanden ist und der mit viel Witz und schauspielerischem Können die wesentlichen Inhalte der Ausbildungswoche nochmals Revue passieren ließ.

Ich komme mit dem Eindruck zurück, daß in der ehemaligen Sowjetunion ein großer Bedarf an Psychotherapieausbildung gegeben ist. Die GLE versucht mit viel Engagement und Pioniergeist sowie kräftiger finanzieller Unterstützung durch den Stipendienfonds diesen Mangel an qualitätsgesicherter Ausbildung zu verrin-

Spendenkonten:

Österreich:	Konto Nr.: 040-33884, Erste Österr. Spar-Casse-Bank
Deutschland:	Konto Nr.: 902-127810, Stadtparkasse München
	Konto Nr.: 7000006, Spar- und Kreditbank Nürnberg
Schweiz:	Konto Nr. 80-5522-5, Schweiz. Kreditanstalt, 6301 Zug

Beginn einer EA-Ausbildung in Moskau

In der Zeit vom 5. – 9. Oktober 1999 fand in Moskau die erste Ausbildungseinheit in Existenzanalyse und Logotherapie unter der Leitung von DDr. Alfried Längle statt. Wie bereits bei einem Einführungsseminar im Juni d. J., bestand auch diesmal ein großes Interesse am existenzanalytischen und logotherapeutischen Gedankengut. So stießen zur Kerngruppe aus dem Einführungsseminar noch ein Dutzend weitere InteressentInnen dazu.

Der erste Abend in Moskau diente zunächst organisatorischen und informellen Belangen. Insbesondere wurden Fragen zum Aufbau der Ausbildung sowie die zum Teil bedrückende finanzielle Lage diskutiert. Bis zum nächsten Morgen formte sich eine Gruppe von 25 Personen, die bereit waren, mit der mehrjährigen Therapieausbildung zu starten. Die InteressentInnen kommen aus der Medizin, Psychologie, Philosophie und Pädagogik. Die TeilnehmerInnen haben sehr profunde theoretische Kenntnisse in ihren Fachgebieten, einige von ihnen haben ein Doppelstudium absolviert. Ihre Arbeitsbe-

reiche liegen vorwiegend in Spitälern, diversen privaten und öffentlichen Institutionen und an Universitäten. Alle TeilnehmerInnen haben Erfahrung in der Betreuung von zum Teil sehr traumatisierten PatientInnen und betonten immer wieder die Notwendigkeit einer fundierten Psychotherapieausbildung. Da die Löhne in Rußland sehr niedriger sind, sind die meisten gezwungen, mehrere Tätigkeiten auszuüben, um überhaupt überleben zu können. Es ist daher einigen TeilnehmerInnen nicht möglich, auch nur einen Teil der (geringen) Kosten der Therapieausbildung selbst zu tragen. Sie werden vom Stipendienfonds der GLE, unter Berücksichtigung ihrer jeweiligen Situation, unterstützt. Mit den Kurseinnahmen sollen die Kosten für die Übersetzung und die Raummiete gedeckt werden.

Die folgenden Ausbildungstage verbrachten wir, im nun enger gewordenen Kreis, einige Kilometer außerhalb von Moskau. Frau Dr. Galina Pokhmelkina, unsere Organisatorin, hatte dafür Räumlichkeiten in einem sehr großen, ehemaligen feudal-kommunistischen Erholungs-

gern. Da deutlich geworden ist, daß das Zustandekommen und die Durchführung der Existenzanalyse-Ausbildung in Moskau vom Stipendienfonds der GLE* abhängig ist, möchte ich an dieser Stelle all jenen, die in diesen Stipendienfonds eingezahlt haben, ein herzliches Dankeschön von un-

seren russischen Teilnehmern übermitteln.

Claudia Klun

*Anmerkung: Der Stipendienfonds der GLE wurde durch zweckgebundene Spenden von Einzelpersonen und Firmen bestritten.

Histrionische Persönlichkeiten – “Selbstlose Menschen”

Fast schon traditionell fand im Herbst in Hannover das vom Norddeutschen Institut für Existenzanalyse veranstaltete Norddeutsche Symposium statt. Vom 24. – 25. September 1999 trafen sich über 40 Absolventen, Kandidaten und Interessenten, um an der Veranstaltung teilzunehmen, deren Schwerpunkte Fortbildung, Begegnung und Erfahrung sind.

Nicht nur das Thema des diesjährigen Symposiums stand in Zusammenhang mit der GLE-Tagung in Prag, auch das warme und sonnige Herbstwetter erinnerte ein bißchen an die schönen Tage an der Moldau. Bevor wir aber mit dem eigentlichen Thema beginnen konnten, erläuterte Dr. Christoph Kolbe die neue Struktur der Ausbildung am Norddeutschen und auch Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie.

Weil nicht für jeden Interessenten die gesamte Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse in Frage kommt, jedoch für viele ein Fortbildungsinteresse in diesem Bereich besteht, werden erstmals ab Herbst dieses Jahres Weiterbildungsmodule angeboten, die man entweder zur beruflichen bzw. persönlichen Weiterbildung nutzen oder zu einer Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse vervollständigen kann. Die bislang zweijährige theoretische Grundausbildung differenziert sich dann in zwei Weiterbildungsmodule: Weiterbildungsjahr “Sinn-, Werte- und Personlehre der Logotherapie” und Weiterbildungsjahr “Existenzanalytische Motivationstheorie und Phänomenologie der Krankheitsbilder”.

Um einen zertifizierten Abschluß der Ausbildung in Logotherapie und existenzanalytischer Beratung und Begleitung zu erwerben, ist der Besuch der Weiterbildungen Bedingung sowie im Anschluß daran das Supervisionsjahr. Ausbildungskandidaten haben außerdem mindestens 30 Stunden Einzelselbst-

erfahrung zu absolvieren. Es ist geplant, sowohl in Hannover als auch im Raum Münster und Berlin die beiden Weiterbildungsjahre alternierend anzubieten. In diesem Zusammenhang bleibt noch zu erwähnen, daß seit Juli dieses Jahres nach Abschluß der Grundausbildung die Möglichkeit besteht, ein psychotherapeutisches Fachspezifikum in Existenzanalyse zu absolvieren und den Psychotherapieabschluß zu erwerben.

Dann war es aber endlich soweit, und wir konnten uns dem Thema des Symposiums – den histrionischen Persönlichkeiten zuwenden. In ihrem Einführungsvortrag ging Dr. Lilo Tutsch der Frage nach, warum histrionische Menschen wie auch ihre “Verwandten”, die narzißtischen und Borderline Persönlichkeiten, so egozentrisch sind. Nicht akademisch trocken, sondern eindrucksvoll und praxisnah referierte sie über das komplexe Thema. Durch ihre genaue Beschreibung der histrionischen Persönlichkeit und zahlreiche Beispiele aus der eigenen Praxis hatte man das Gefühl, als ob histrionische Menschen in den Festsaal des Stephansstiftes hereinspazierten. Und auch der eine oder andere Teilnehmer des Symposiums entdeckte wohl spätestens jetzt seine eigenen histrionischen Anteile. Die Ausführungen von Lilo Tutsch halfen uns, hinter die Fassade des histrionischen Menschen zu schauen, ja sie durchzuschauen (Dia-gnose) und die Person dahinter zu sehen und sie in ihrem Erleben zu verstehen. Deutlich wurde auch der Leidensdruck des histrionischen

Menschen, der auf der Flucht vor sich selbst sich selbst verloren geht und doch nach außen seine Not und die innere Leere zu verbergen versucht. Anschließend gab es Gelegenheit zu Rückfragen und zum Gespräch und auch später, beim Essen und in gemütlichem Beisammensein, wurde das Thema des Symposiums immer wieder diskutiert und erörtert.

Ich machte nicht zum ersten Mal die Erfahrung, daß die Gespräche und die Begegnungen am Rande solcher Veranstaltungen für mich genauso wichtig sind wie Vorträge und Seminare, und ich so wertvolle Anregungen und Ideen für die eigene Arbeit bekomme. In diesem Sinne findet auch hier Fortbildung statt und zwar auf sehr angenehme Art und Weise.

Im Fortbildungsseminar am Samstag wurde das Thema des Symposiums vertieft und erweitert unter dem Aspekt des beraterisch-therapeutischen Umgangs mit den Persönlichkeitsstörungen des histrionischen Typus. Es wurde deutlich, wie wichtig gerade bei histrionischen Störungen die phänomenologische Haltung des Beraters oder des Therapeuten ist, um bei all dem Schauspiel des Klienten zu erkennen, worum es wirklich geht, was dahinter steckt und buchstäblich vom Schein zum Sein zu gelangen. Auch hier ließ uns Lilo Tutsch an ihrem Erfahrungshintergrund teilhaben. Unter dem Motto “Wie geht Selbst-werdung?” skizzierte sie konkrete therapeutische Schritte und gab praktische Anregungen für den Umgang mit typischen hysterischen Coping-reaktionen.

Für mich war das diesjährige Symposium eine gute Ergänzung der Jahrestagung. Es vermittelte wichtige Erkenntnisse nicht nur für die therapeutische oder beraterische Praxis, sondern auch für den oft schwierigen Umgang mit histrionischen Menschen im Alltag. Um über histrionische Störungen etwas zu erfahren, kann man natürlich jede Menge Bücher lesen, für die praktische Arbeit aber sind Veranstaltungen wie die Tagung in Prag oder das Symposium in Hannover weitaus wichtiger und wertvoller.

Martin Duda

Lange Fuhr 93

D – 44149 Dortmund

Kassenverhandlungen in Österreich

Im Vorfeld der Abstimmung über die Annahme bzw. Ablehnung des Kassenvertrages auf der Bundeskonferenz (BUKO) des ÖBVP am 25. November 1999 in Salzburg informierte die GLE in zwei Aussendungen an die Ausbildungs-kandidaten und psychotherapeutischen Mitglieder über den Stand des Vertragsentwurfes und der Verhandlungen.

In der ersten Aussendung Ende September wurde ein Stimmungsbild erhoben, wie die betroffenen GLE-Mitglieder zum Verhandlungsergebnis stehen. Trendmäßig zeichnete sich eine Annahme der zur Diskussion stehenden Kassenverträge ab. Mit der zweiten Aussendung Anfang November wurde eine Abstimmung unter den Mitgliedern durchgeführt, deren Ergebnis bei Drucklegung sich mit einer 2/3 Mehrheit für die Annahme des Vertrags abzeichnete.

Auch der Vorstand gab seine Stellungnahme an die Fachspezifika-Konferenz und entsprechende berufspolitische Gremien des ÖBVP und der Länderorganisationen mit folgendem Wortlaut ab:

Stellungnahme des GLE Vorstandes zum Kassengesamtvertrag

1. Wir möchten eingangs betonen und festhalten, daß die GLE als anerkannter fachspezifischer Ausbildungsverein eine Psychotherapieausbildung anbietet, welche vollumfänglich zur Krankenbehandlung qualifiziert.

Die Qualifikation bezieht sich auf die Behandlung *aller* im ICD genannten Störungen. Dies findet im klinischen Teil des Curriculums durch die Theorie und die therapeutisch praktische Behandlung der schweren, psychiatrischen Störungen ihren Niederschlag und ist durch die hohe klinisch-psychotherapeutische Qualifikation ihrer Lehrberechtigten abgesichert.

Die Evaluation der fachlichen Qualifikationen der Absolventen der Existenzanalyse kann *nur von Fachpersonen* des psychotherapeutischen Berufsstandes geleistet werden und muß diesen vorbehalten bleiben.

2. Andererseits kann die Krankenkasse nicht daran gehindert werden, für ihre Vertrags- bzw. Wahltherapeuten zusätzliche Kriterien anzuführen, welchen Intentionen sie auch immer entsprechen mögen (z.B. eine bestimmte Patientengruppe bevorzugt zu versorgen oder die Anzahl der Vertragstherapeuten aus Kostengründen niedrig zu halten, oder aus einer Fehleinschätzung des Bedarfs psychotherapeutisch weniger relevante Ausbildungsinhalte zu fokussieren etc.).

Es ist jedoch sachlich nicht korrekt, solche ökonomischen bzw. gesundheitspolitischen "Selektionskriterien" als "Qualifikationskriterien" auszugeben. Dagegen möchten wir uns ausdrücklich wehren.

3. Aus gegebenen unterschiedlichen Intentionen (fachlichen versus versorgungs- und gesundheitspolitischen) entsteht ein Konfliktfeld, welches uns Psychotherapeuten als junge, "ohn-mächtige" Berufsgruppe einem geschichtlich und politisch mächtigen Apparat gegenüberstellt und dementsprechend Druck verursacht.

Dies ist für uns gegebene Realität. Sie scheint in nächster Zeit nicht wesentlich veränderbar zu sein und erfordert daher ein Anerkennen und Hineinwachsen in diese Gegebenheiten, und ein Lernen, wie mit ihr umzugehen ist.

(Wie die Geschichte der Ärzte bzw. ihrer Kammer zeigt, sind die unterschiedlichen Intentionen der Behandler und ihrer "Geldgeber" auch dort permanent "Thema" - um nicht zu sagen "Krise").

4. Daraus folgt für den Vorstand der GLE, daß die Annahme des Gesamtvertrages wichtig ist und derzeit das kleinere Übel ist.

Im Falle der Nicht-Akzeptanz mit Sicherheit mit anderen Lösungsmodellen von Seiten der Kasse zu rechnen, z.B. mit Verträgen mit anderen Berufsständen (z.B. Ärzten, vielleicht klinischen Psychologen) oder bestimmten Institutionen (z.B. Psychosoziale Dienste etc.) und würde ohne Zweifel zu einer Zersplitterung des Berufsstandes der Psychotherapeuten führen. Gerade jene, welche aus einem nicht-klinischen oder nicht-sozialen Quellenberuf kommen, wären dann vermutlich auch in diesen Verhandlungen benachteiligt bzw. hätten gar keine Lobby.

Von einer Solidarität *aller* Psy-

chotherapeuten wären wir dann noch weiter entfernt.

Die Annahme des Vertrages würde zwar den Nachteil einer Verlängerung der Nicht-Kassenfähigkeit über die Ausbildungszeit hinaus mit sich bringen, aber gleichzeitig die Homogenität unserer Berufsgruppe bewahren wie auch den Zugang für alle nach dem Therapiesgesetz qualifizierten Therapeuten offenhalten. Darüber hinaus erscheint uns die Annahme eine bessere Ausgangsbasis für alle weiteren jährlichen Verhandlungen mit den Kassen.

5. Omnipotenzgefühle, gekränkter Narzißmus, Verletzung durch die zweifelsohne geringe Wertschätzung unseres Berufsstandes, therapeutischer Machbarkeitswahn durch den Irrglauben, alle Konflikte seien therapeutisch lösbar, sowie Nicht-Wahrhaben-Wollen des beinhart kalkulierenden Machtblocks (Kassa) und anderer Machtblöcke kann auch in dieser (letzten) Runde der Vertragsverhandlungen nochmals in die Sackgasse führen.

DDr. A. Längle Dr. Lilo Tutsch
Vorsitzender Stv. Vorsitzende
der GLE

Wien, am 9. November 1999

Bei der Abstimmung auf der BUKO ist für die Stimme der GLE das Abstimmungsergebnis der Mitglieder für den Vorstand bindend und nicht die Meinung des Vorstandes ausschlaggebend, vor allem falls es eine Differenz zwischen der Mitglieder-Abstimmung und der Vorstandsmeinung gibt.

MITTEILUNGEN

Neue Ausbildungsgruppen

WIEN **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM**
Leitung: Dr. Liselotte Tutsch und Dr. Jana Bozuk
Beginn: 15.-16.1. 2000
Infotage: 12.10.99 und 12.1.00 von 18-21 Uhr
Information: GLE Wien, Tel.: 9859566, Fax: 9824845

INNSBRUCK **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM**
Leitung: Dr. Christine Orgler
Beginn: Frühjahr 2000
Infoabend: 2.12.99, 19 Uhr im Haus Morilack, Sennstr. 1, Innsbruck
Information: GLE Wien, Tel.: 9859566, Fax: 9824845 bzw. Dr. Orgler, Tel.: 8941406

KÄRNTEN **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM UND/ODER LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**
Leitung: Dr. Christian Probst
Beginn: 22.-23.1. 2000
Infotage: 3.12.99 und 14.1.00, 14-17 Uhr
Information: GLE Wien, Tel.: 9859566, Fax: 824845 Institut für Existenzanalyse und Logotherapie Graz, Neutorgasse 50, 8010 Graz, Tel.: 0316/815060

GRAZ **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM UND/ODER LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**
Leitung: Dr. Christian Probst
Beginn: Frühjahr 2000
Infotag: 17.11.99, 18-21Uhr
Information: Institut für Existenzanalyse und Logotherapie Graz, Neutorgasse 50, 8010 Graz, Tel.: 0316/815060

MÜNSTER **LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**
Leitung: Dr. Christoph Kolbe
Beginn: 1.-3. Oktober 1999
Information: Norddeutsches Institut für Existenzanalyse Borchersstr. 21, D-30559 Hannover, Tel.: 0511/5179000, Fax: 0511/521371

BERLIN **LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**
Leitung: Günter Funke, Susanne Jaeger-Gerlach
Beginn: Jänner 2000
Information: Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Lietzenburgerstr. 36, D-10789 Berlin, Tel./Fax: 030/2177727

BERN **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM UND/ODER LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**
Leitung: DDr. Alfried Längle
Beginn: 3.-4.3.2000 (Aufnahmewochenende)
Information: GLE Wien, Tel.: 9859566, Fax: 9824845 oder Lic. phil. Brigitte Heitger-Giger Tel.: 0041-31-3324205

Achtung! Achtung! Achtung! Achtung! Achtung! Achtung!

WIEN **SUPERVISION**
Beginn eines neuen Supervisionsweiterbildungscurriculums!
Beginn: 20.-22.10.2000
Weitere Termine:
2.-5.11.2000
1.-3.12.2000
Anmeldung: Dr. Liselotte Tutsch, 1140 Wien Einwanggasse 23/10, Tel: 89 41 407 (zu jeder vollen Stunde erreichbar)

Achtung! Achtung! Achtung! Achtung! Achtung! Achtung!

Neue Mitglieder

Frau Barbara POZNANSKI, Wien (A)
Frau Dr. Ulrike ZACHHUBER, Innsbruck (A)

Wir freuen uns, wieder neue Mitglieder in der GLE begrüßen zu können! Wir verstehen dies auch als einen Willensausdruck, die Arbeit der GLE zu fördern und mitzutragen. Wir möchten hiermit allen Mitgliedern und Ausbildungskandidaten der GLE danken, daß sie sich daran beteiligen, unsere Gesellschaft zu einem lebendigen Körper zu entfalten.

Ausgetretene Mitglieder der GLE

Herr Rainer MENZEL, München (D)

Frau Waltraud STEIGER, Wien (A)

Frau Ulrike ZIEGLER, Wien (A)

Praktikumsmöglichkeiten für das Fachspezifikum

Für das psychotherapeutische Fachspezifikum ist ein Praktikum über 650 Stunden (ab Ausbildungsbeginn 1998 550 Stunden) auf einer anerkannten Praktikumsstelle verpflichtend.

Da einige Praktikumsplätze aufgrund ihrer Spezialisierung auf ein oder wenige Krankheitsbilder nur eine eingeschränkte Erfahrung der unterschiedlichen psychiatrischen Entwicklungen zuläßt, ist in solchen Fällen ein Anteil von zumindest 150 Stunden auf einer psychiatrischen Station gefordert.

Für eventuelle Rückfragen wenden Sie sich bitte an Frau Dr. L. Tutsch - Ausbildungsleitung.

In der Folge führen wir einige Praktikumsstellen an, mit denen es schon eine mehrjährige Zusammenarbeit gibt.

WIEN

pro mente Wien

Büro PKH: Baumgartner Höhe 1 /B1, 1145 Wien,

Tel.: 910 60 / 14329

Zentrale: Stubenring 2/4a, 1010 Wien, Tel.: 513 15 30

Freie Praktikumsplätze bei pro mente Wien im Rahmen der sog. „Trainingshilfe“.

Die Trainingshilfe ist ein Betreuungsangebot für Menschen, die sich vor, während oder nach einer psychischen Krise oder psychiatrischen Erkrankung in ihrem Lebensvollzug – sowohl zwischenmenschlich als auch praktisch – behindert oder zumindest doch stark verunsichert sehen. Das Angebot der Trainingshilfe besteht seit 1985 und ist als Hilfe zur Selbsthilfe konzipiert.

Dauer: 1 Jahr

Beginn: Jederzeit (+/- 2-3 Wochen)

Frequenz: Patientenkontakt im Ausmaß von ca. 4 h/Woche (1-2 Kontakte/Woche)

Kostenfreie begleitende Supervision

Voraussetzung: pro mente Wien ist als Praktikumsstelle für nachfolgende Praktika anerkannt:

- Psychologiestudium II. Studienabschnitt
- psychotherapeutisches Propädeutikum

- psychotherapeutisches Fachspezifikum
 - 150 h klinischer Teil des fachspezifischen Praktikums
- Der Nachweis über den jeweiligen Ausbildungsstatus ist die Voraussetzung für die Absolvierung des Praktikums.

Kontakt und Information: Bereichsleitung Trainingshilfe
Rudolf P. Wagner, Tel.: 513 15 30

Die Trainingshilfe wurde mit dem 1. Preis des „Eli Lilly Schizophrenie-Preises 1999 Reintegration ist das Ziel“ ausgezeichnet.

PKH Baumgartner Höhe

Drogeninstitut, Pav. 1 - Therapiestation

PKH Pav. 1/LZT, Baumgartner Höhe 1, 1145 Wien,

Tel.: 01/91060/20120

Wir bieten Praktikumsstellen für:

- Studenten der Sozialakademie
- Studenten der Studienrichtung Sozialpädagogik
- Studenten der Studienrichtung Psychologie
- Kandidaten des Propädeutikums (ausschließlich mit Vorerfahrungen im klinischen und/oder sozialen Bereich)
- Kandidaten des Fachspezifikums

Wir bieten inhaltlich:

- die Möglichkeit, umfassende Eindrücke, Erfahrungen und ein theoretisches Wissen über Sucht und Suchtmechanismen mit einhergehender sozialer Deprivation zu sammeln
- die Möglichkeit, verschiedene therapeutische Ansätze in der Behandlung von Suchterkrankungen kennenzulernen (Verhaltenstherapie, Gestalttherapie, Existenzanalyse, Systemische Therapie, Psychotherapie,...)
- die Teilnahme an therapeutischen Gruppen.
- die Teilnahme an Fallbesprechungen
- das Studium von Krankengeschichten
- das Kennenlernen einer gesamten Organisationseinheit (Ambulanz/Entzugsstation/Therapiestation = Schwerpunkt)
- Einzelsupervision für Praktikanten

Anforderungen:

- Erwünscht sind Vorerfahrungen im klinischen und/oder sozialen Bereich (bei Propädeutikum Bedingung).
- Abklärung der Eignung in einem Vorgespräch mit der Leitung der Therapiestation.

Kontaktpersonen:

Mag. Edith Häusler, Klin. Psychologin und Psychotherapeutin (Hausleitung)

Mag. Andrea Schwienbacher, Klin. Psychologin und Psychotherapeutin

AKH Wien, Klinik für Innere Medizin I, Abteilung für Onkologie

Wir bieten Praktikumsstellen für:

- Psychologen in Ausbildung zum Klinischen Psychologen
- Psychotherapeuten im Fachspezifikum (zumindest Propädeutikum absolviert und mit Fachspezifikum begonnen)

Inhaltliche Schwerpunkte sind:

- Onkologie (Psychotherapie bei KrebspatientInnen) supportive und begleitende Psychotherapie
- Palliativmedizin
- Sterbebegleitung
- Angehörigenbetreuung
- interdisziplinäre Zusammenarbeit

Anforderungen an die PraktikantInnen:

- externe Supervision (zusätzlich)
- emotionale Belastbarkeit und Stabilität
- Selbständigkeit
- Vorerfahrungen im klinischen Bereich erwünscht, aber nicht zwingend notwendig
- Psychologen werden bevorzugt (wegen diagnostischer Kenntnisse)
- Interesse am wissenschaftlichen Arbeiten

Arbeitszeit nach Vereinbarung:

- mindestens an drei verschiedenen Tagen/Woche
- maximal 20 h/Woche
- mindestens 6 Monate

Kontaktperson:

Mag. Dr. Birgit Hladschik, Institut für Medizinische Psychologie, Universität Wien, Severingasse 9, 1090 Wien
Tel.: 01/427765622 bzw. 0676/4063494, Fax: 01/42779656, e-mail: birgit.hladschik@univie.ac.at

STEIERMARK

Praktikumsplätze in der Steiermark gibt es nur auf Nachfrage und in Abstimmung mit den KandidatInnen.

Univ. Klinik für Psychiatrie – Graz

Vorstand: Univ. Prof. Dr. H. G. Zapotoczky
Auenbruggerplatz 22, 8036 Graz
Tel.: 0316/3850

Kontaktpersonen (in der Einrichtung tätige Existenzanalytiker):

Dr. Probst, Dr. Zeiringer, Dr. Afschar, Dr. Laure

Univ. Klinik für Med. Psychologie und Psychotherapie Graz

Vorstand: Univ. Prof. Dr. W. Pieringer
Auenbruggerplatz 1, 8036 Graz
Tel.: 0316/3853040

Kontaktperson: Mag. Herta Holzer (Psychologin, Psychotherapeutin)

Landesnervenkrankenhaus Graz

Leitung: Univ. Prof. Dr. R. Danzinger
Wagner Jauregg Platz, 8020 Graz
Tel.: 0316/2915010

Kontaktperson: Dr. H. Andritsch

Arbeitsfelder in Klinikum und Landesnervenklinik:

- Gesamtes Spektrum der
- klinischen Allgemeinpsychiatrie
- Kinder- und Jugendpsychiatrie
- Gerontopsychiatrie
- Sucht- und Drogenabhängigkeit

Krankenhaus der barmherzigen Brüder – Graz-Eggenberg

Leitung: Prim. Univ. Prof. Dr. F. Reisecker
Bergstraße 27, 8021 Graz-Eggenberg, Postfach 1140

Kontakt: auf Anfrage am Institut für Existenzanalyse und Logotherapie in Graz, Tel.: 0316/815060

Dachverband der Sozialpsychiatrischen Dienste – Steiermark (18 Stellen in den Bezirksstädten)

Zentrale: Hasnerplatz 4, 8010 Graz
Tel.: 0316/6760760

Kontaktperson: Dr. Günter Klug (Referenz Dr. Ch. Probst)

Arbeitsgebiet der Sozialpsychiatrische Beratungsstellen:

- Nachbehandlung und Nachbetreuung von klinischen Störbildern
- Krisenintervention
- Beratung

Weiters besteht die Möglichkeit der Mitarbeit in Wohnheimen, Tagesstrukturen, Arbeitsrehabilitation und Freizeitangeboten.

SCHWEIZ

Universitätsklinik Zürich

Leitung: Prof. Dr. Daniel Hell

Arbeitsfeld: Dual-Station, d.h. spezifische Station für Patienten mit Suchtproblemen, gekoppelt mit psychischen Problemen; interdisziplinäres Team an der Station.

Der Zeitrahmen für das Praktikum ist individuell abzustimmen.

Kontaktperson: OA Dr. Hans-Ruedi Pfeifer,
Lenggstraße 31, CH – 8029 Zürich 8
Tel.: 0041/1/3842408, Fax: 0041/1/9806661

Praxiseröffnungen

Wien **Mag. Gerlinde Artaker**
Mölkerbastei 3, 4. Stock / Tür 19
A – 1010 Wien
Tel.: 0664/442 80 80

Wien **Dr. Peter Gruber**
Mölkerbastei 3, 4. Stock / Tür 19
A – 1010 Wien
Tel.: 0664/210 68 60

Wien **Maria Wondraczek**
Waidhausenstraße 11/1
A – 1140 Wien
Tel.: 0676/316 28 42

Corrigenda

Im letzten Heft hat an einigen Stellen der Fehlerteufel zugeschlagen. Dafür möchten wir uns entschuldigen und die Stellen, wo Information verloren ging, richtigstellen:

auf S. 8, 1. Spalte, 14. Zeile: (vgl. Definition der Selbsttranszendenz, Frankl 1982)

auf S. 24, 1. Spalte, 28. Zeile: ... in Anlehnung an die Ausführungen ...

Zudem ist uns in der Liste der Lehrberechtigten der GLE ein besonders peinlicher Fehler beim Umbruch unterlaufen: die Kollegin *Mag. Susanne Klar* ist uns aus der Liste gefallen, dafür möchten wir sie um Verzeihung bitten – wir haben die Liste korrigiert und auf den neuesten Stand gebracht und veröffentlichen sie nochmals auf S.53.

MITTEILUNGEN

Kontaktadressen der GLE

Österreich

- Graz** Institut für Existenzanalyse und Logotherapie Graz, Leitung: Dr. Christian und Michaela Probst, Neutorgasse 50, A - 8010 Graz (Tel.: 0316/815060)
- Salzburg** Dr. Patricia Gruber, Mondseerstraße 81, A-5204 Straßwalchen (Tel./Fax: 06215/5846)
Mag. Anton Nindl, Thumegger Bezirk 7/1, A-5020 Salzburg (Tel./Fax: 0662/831903)
Dr. Inge Schmidt, General Albori Straße 24/6, A-5061 Elsbethen (Tel.: 0662/822158)
- Wien** Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, Vorsitzender: DDr. Alfred Längle, Eduard Sueß Gasse 10, A-1150 Wien (Tel.: 9859566, Fax: 9824845, email: gle-wien@eunet.at)

Deutschland

- Berlin** Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Leitung: Günter Funke und Susanne Jaeger-Gerlach, Lietzenburger Straße 39, D - 10789 Berlin (Tel./Fax: 030/2177727)
- Göppingen** Dipl. theol. Erich Karp, Meisenweg 11, D-73035 Göppingen (Tel.: 07161/641 - Klinik am Eichert, email: ekpl@aol.com)
- Hannover** Norddeutsches Institut für Existenzanalyse Hannover, Leitung: Dr. Christoph Kolbe, Borchersstr. 21, D-30559 Hannover (Tel.: 0511/5179000, Fax: 521371, email: drkolbe@existenzanalyse.com)
- München** Gesellschaft f. Existenzanalyse u. Logotherapie in München e.V., Vorsitzender: Dr. Walter Winkelhofer, Wertherstraße 10, D-80809 München (Tel./Fax: 089/3086253)
Stud. Dir. Wasiliki Winkelhofer, Schleißheimerstraße 200, D - 80797 München (Tel./Fax: 089/3087471)
- Ratingen** Dr. Wilhelmine Popa, Görlitzerweg 1, D - 40880 Ratingen (Tel.: 02102/470818)
- Freiburg** Dr. Christian Firus, Am Eichbächle 13, D-79110 Freiburg (Tel.: 0761/8973432)
- Veitsbronn** Diakon Karl Rühl, Heide 49, D-90587 Veitsbronn (Tel.: 0911/754578, Fax: 0911/754543, email: Rühl-Veitsbronn@t-online.de)

Schweiz

- Bern** Internationale Gesellschaft für Existenzanalytische Psychotherapie Schweiz, Vorsitzende: Dipl. Psych. Brigitte Heitger-Giger, Mezenerweg 12, CH-3013 Bern (Tel.: 031/3324205, email: brigitte.heitger@bluwien.ch)
- Unterägeri** SINNAN - Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Leitung: Dr. Beda Wicki und Christine Wicki-Distelkamp, Weststraße 87, CH-6314 Unterägeri (Tel./Fax: 041/7505270)

Kroatien

- Zagreb** Dr. Krizo Katinic, Kneza Borne 1, 41000 Zagreb, Kroatien (Tel: 414839)
Dr. Milan Kosuta, Sermagea 17, 41000 Zagreb, Kroatien (Tel.: 41-239193)

Rumänien

- Arad** Dr. Cristian Furnica, Gheorghe Popa 7/App. 2, 2900 Arad, Rumänien (Tel.: 0040/57/251378)
- Timisoara** SAEL-Centru LUMINA-Str.Eugen De Savoia 22, 1900 Timisoara, Rumänien Tel.:0040/56292796

Finnland

- Helsinki** Dr. Heimo Langinvainio, Riihitje 3 A 1, SF-00330 Helsinki 33

Australien

- Adelaide** Dr. Christopher Wurm, Sera House, 33 Dequetteville Terrace, Kent Town, SA 5067, Australien (Tel.: ++61-8-83640141, Fax: ++61-8-83313814, email: cwurm@health.on.net)

IMPRESSUM

Medieninhaber, Herausgeber und Hersteller:

GESELLSCHAFT FÜR
LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYSE (Wien),
GESELLSCHAFT FÜR
EXISTENZANALYSE UND LOGOTHERAPIE in München e.V.
INTERNATIONALE GESELLSCHAFT FÜR
EXISTENZANALYTISCHE PSYCHOTHERAPIE SCHWEIZ

„Existenzanalyse“, vormals „Bulletin“ der GLE, ist das offizielle Organ der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse und erscheint 3x jährlich.

Die GLE ist Mitglied der Internationalen Gesellschaft für Psychotherapie (IFP), des World Council of Psychotherapy (WCP), der European Association of Psychotherapy (EAP), des Österreichischen Bundesverbandes für Psychotherapie (ÖBVP), der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie e.V. Stuttgart, der Wiener Internationalen Akademie für Ganzheitsmedizin, der Martin-Heidegger Gesellschaft e.V. und des Verbandes der wissenschaftlichen Gesellschaften Österreichs (VWGÖ).

Die GLE ist nach dem österreichischen Psychotherapiegesetz als Ausbildungsinstitution zum Psychotherapeuten gemäß dem Psychotherapiegesetz anerkannt.

Veröffentlichte, namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht immer die Meinung der Redaktion wieder.

© by Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse.

Redaktion: C. Klun, S. Längle, A. Längle

Alle: Eduard-Sueßgasse 10

A - 1150 Wien

Tel.: 01/9859566 FAX Nr. 01/9824845

e-mail: gle-wien@eunet.at

Satz: C. Synek

Druck: Druckerei Glos, Prag

LEHRBERECHTIGTE der GLE

(Stand vom 30. September 1999)*

Für die Ausbildung in Existenzanalyse und Logotherapie kann die Selbsterfahrung und Supervision bei folgenden Lehrberechtigten der GLE gemacht werden (Art und Ausmaß der Lehrberechtigung entnehmen Sie der Zeichenerklärung):

Dr. Jana BOZUK

klin. Psychologin,
Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 1180 Wien,
Währingerstraße 156/7,
Tel.: 470 42 35

Dr. Helene DREXLER

klin. Psychologin,
Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 1140 Wien,
Einwanggasse 23/10,
Tel.: 894 14 05

**Mag. Doris FISCHER-
DANZINGER**

Psychologin, Psychotherapeutin
EZ-G in Del., EZ-Sup. in Del.
(i.A. GR-Sup.)
A - 1230 Wien,
Tilgnergasse 4,
Tel.: 888 04 18

Günter FUNKE

Theologe, Psychotherapeut
Volle Berechtigung,
D - 10789 Berlin,
Lietzenburgerstr. 39,
Tel.: 0049/30/217 77 27

Dr. Patricia GRUBER

Ärztin, Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 5163 Mattsee,
Salzburgerstr. 29/4,
Tel.: 0664/143 92 46

Lic. phil. Brigitte HEITGER

Psychologin, Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
CH - 3013 Bern,
Mezenerweg 12, 70,
Tel.: 0041/31/332 42 05

Dr. Elfe HOFER

klin. Psychologin, Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 6176 Völs,
Herzog-Sigmundstr. 7,
Tel.: 0512/30 41 34

Susanne JAEGER-GERLACH

Theologin, Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
D - 10789 Berlin,
Lietzenburger Str. 39,
Tel.: 0049/30/217 79 51

Mag. Ursula JANOUT

Psychologin, Psychotherapeutin
EZ-G in Del., EZ-Sup. in Del.
(i.A. GR-Sup.)
A - 4076 St. Marienkirchen,
Furth 13,
Tel.: 07249/47292 bzw.
0664/540 71 61

Dipl.theol. Erich KARP

Theologe, Psychotherapeut
Volle Berechtigung,
A - 1030 Wien,
Khunngasse 14/23,
Tel.: 799 57 62

Mag. Susanne KLAR

Theologin, Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 1030 Wien,
Khunngasse 14/23,
Tel.: 799 57 62

Dr. Christoph KOLBE

Dipl.-Pädagoge, Psychotherapeut
Volle Berechtigung,
D - 30559 Hannover,
Borchersstr. 21,
Tel.: 0049/511/517 90 00

Mag. Andrea KUNERT

Lehrerin, Kinderpsychotherapeutin
Volle Berechtigung,
(Schwerpunkt Kindertherapie)
A - 1080 Wien,
Maria Treu Gasse 6/9,
Tel.: 408 06 20

DDR. Alfred LÄNGLE

prakt. Arzt, klin. Psychol.,
Psychotherapeut
Volle Berechtigung,
A - 1150 Wien,
Ed. Sueßgasse 10,
Tel.: 985 95 66

Dr. Silvia LÄNGLE

Phil., Wissensch.theoretikerin,
Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 1150 Wien,
Ed. Sueßgasse 10,
Tel.: 985 95 66

Dr. Karin LUSS

FA für Psychiatrie und Neurologie,
Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 1140 Wien,
Seckendorfstr. 2/1/6,
Tel.: 911 59 39

Mag. Anton NINDL

Psychologe, Psychotherapeut
EZ-G in Del., EZ-Sup. in Del.
A - 5020 Salzburg,
Thumegger Bezirk 7/1,
Tel.: 0662/83 19 03

**Dr. Christine ORGLER**

klin. Psychologin,
Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 1140 Wien,
Einwanggasse 23/10,
Tel.: 894 14 06

Mag. Wilfried PEINHaupt

klinischer Psychologe,
Psychotherapeut
Volle Berechtigung,
A - 1020 Wien,
Obere Donaustr. 33/14,
Tel.: 330 72 94

Dr. Wilhelmina POPA

FA f. Kinderheilkunde,
Psychotherapeutin
Volle Berechtigung
D - 40880 Ratingen ,
Görlitzerweg 1,
Tel.: 0049/2102/47 08 18

Dr. Christian PROBST

FA für Psychiatrie,
Psychotherapeut
Volle Berechtigung,
A - 8010 Graz,
Neutorgasse 50,
Tel.: 0316/81 50 60

Michaela PROBST

Lehrerin, Psychotherapeutin
EZ-G in Del., EZ-Sup. in Del.
A - 8010 Graz,
Neutorgasse 50,
Tel.: 0316/81 50 60

Mag. Birgitta RENNEFELD

Dipl. Päd. Soz. Päd,
Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
D - 48301 Nottuln,
Steuerstr. 22,
Tel.: 0049/9187/7932

Dr. Hans-Martin ROTHE

Arzt, Psychotherapeut
EZ-G in Del., EZ-Sup. in Del.
D - 01896 Pulsnitz,
Obersteinaer Weg,
Tel.: 0049/35955/470

ao. Univ. Prof. Doz.**Dr. Christian SIMHANDL**

FA f. Psychiatrie,
Psychotherapeut
EZ-G in Del., EZ-Sup. in Del.
A - 1040 Wien,
Wiedner Gürtel 12/4,
Tel.: 505 42 62

Dr. Liselotte TUTSCH

klin. Psychologin,
Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
A - 1140 Wien,
Einwanggasse 23/10,
Tel.: 894 14 07

Dr. Beda WICKI

Pädagoge, Psychotherapeut
EZ-G in Del.
CH - 8002 Zürich,
Schulhausstraße 41,
Tel.: 0041/1/720 60 87

Dipl.theol. Christine WICKI

Theologin, Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
CH - 6314 Unterägeri,
Weststraße 87,
Tel.: 0041/41/750 52 70

Stud.Dir. Wasiliki WINKLHOFER

Pädagogin, Psychotherapeutin
Volle Berechtigung
(Schwerpunkt Pädagogik)
D - 80797 München,
Schleißheimerstr. 200,
Tel.: 0049/89/308 74 71

Dr. Walter WINKLHOFER

FA f. Psychiatrie, Psychotherapeut
Volle Berechtigung,
D - 80809 München,
Wertherstr. 10,
Tel.: 0049/89/308 62 53

ao Univ. Prof. Doz.**Dr. Elisabeth WURST**

klin. Psychologin, Psychotherapeutin
Volle Berechtigung,
(Schwerpunkt Pädiatrie)
A - 1090 Wien,
Univ. Klinik f. Kinderheilkunde, AKH,
Währinger Gürtel 18-20,
Tel.: 40400/3271

Dr. Hans ZEIRINGER

Arzt, Psychotherapeut
EZ-G in Del.
A - 8055 Graz,
Am Leopoldsgund 48,
Tel.: 0316/29 63 13

*In der Ausgabe 2/99 sind uns in dieser Liste leider Fehler unterlaufen, die wir hier richtigstellen. Sie betreffen die KollegInnen Klar, Popa und Winkelhofer. Zudem gingen uns die vollen akademischen Titel von Simhandl und Wurst verloren.

Für die Beraterausbildung stehen weitere Therapeuten zur Verfügung, an die nach Anfrage eine Lehrberechtigung vom Kursleiter und Ausbildungsleiter für einen begrenzten Zeitraum erteilt werden kann. Namen und Adressen erfragen Sie bei Ihrem Kursleiter.

Zeichenerklärung:

EZ-G	Einzelgespräch
EZ-Sup.	Einzel supervision
GR-Sup.	Gruppensupervision
i.A. GR-Sup.	in Ausbildung zum Gruppensupervisor
in Del (= in Delegation)	auf besondere Zuweisung von Vollausbildnern können diese ThereapeutInnen einen Teil der zu erbringenden Gespräche während der Ausbildung übernehmen
Volle Berechtigung	Sowohl EZ-G, als auch EZ-Sup. und GR-Sup



WENN DER SINN ZUR FRAGE WIRD

29.-30. April 2000

in Wien (Hörsaalzentrum des AKH)

Zur Jahrtausendwende soll ein markanter Punkt gesetzt werden, der gleichzeitig Rückschau und Ausblick ist. Wo steht die Existenzanalyse heute? In welchen Anwendungsbereichen kommt sie zur Entfaltung und wie spricht sie den Menschen heute an?

In der Öffnung auf Interessenten aus den angrenzenden Berufen möchten wir mit dieser Tagung eine größere Öffentlichkeit ansprechen und unsere Arbeit und ihre Möglichkeiten vorstellen.

DAS PROGRAMM UMFASST:

Spezielle Symposia zu den Themen:

Einführung in die Existenzanalyse (Logotherapie)

Existenzanalytische Psychotherapie (Gesprächsführung, Methoden, Falldarstellungen)

Sinnfindung in Beratung und Psychotherapie, Voraussetzungen der Sinnfindung

Pädagogik (Kindergarten, Schule, Erziehung)

Multiplikatoren der Erwachsenenbildung

Religion und Glaube, Krankenhauseelsorge

Begleitung und Betreuung psychisch erkrankter Menschen

Verständnis und Behandlung psychiatrischer und psychotherapeutischer Störungen in der ärztlichen Praxis

Existenzanalytische Diagnostik (Instrumente und Vorgangsweisen)

Krankenpflege und Betreuung Schwerkranker, chronisch Kranker und Behinderter

Altenbetreuung

Sterbebegleitung

Psychische Betreuung Gefangener

Wirtschaft (Burnout, Mobbing, Arbeitsverlust, Managementberatung, Coaching)

Probleme der Arbeitslosigkeit

Philosophie der Existenz

Forschungsergebnisse

Hauptreferate zu Themen der Sinnsuche und existentiellen Lebensgestaltung

Verena Kast, Günter Funke, Christoph Kolbe, Alfried Längle, Liselotte Tutsch

ANMELDUNG UND INFORMATION:

Sekretariat der GLE, Eduard Sueßgasse 10, A-1150 Wien, Tel.: 985 95 66, Fax: 982 48 45, e-mail: gle-wien@eunet.at

Ein ausführliches **Vorprogramm** liegt vor und kann im Sekretariat angefordert werden.

Vor- und Hauptprogramm (aktueller Stand) können auch in der Homepage der GLE Wien abgerufen werden:

<http://www.existenzanalyse.org>