
2 | August 2000

T A G U N G S B E R I C H T

**Wenn der Sinn
zur Frage wird**

INHALT

| | |
|---|----|
| Editorial | 3 |
| Impressum | 48 |
| ORIGINALARBEIT | |
| Wenn die Sinnhaftigkeit des Sinns in Frage steht (<i>E. J. Bauer</i>), Teil 1 | 4 |
| TAGUNGSBERICHT - VORTÄGE | |
| Der Individuationsprozess als Sinnerfahrung (<i>V. Kast</i>) | 14 |
| Sinn und Glück (<i>Ch. Kolbe</i>) | 22 |
| Voraussetzungen zu erfülltem Sinnerleben (<i>S. Längle</i>) | 28 |
| Der Wille zum Sinn (<i>W. Winklhofer</i>) | 33 |
| Märchenarbeit mit Kindern im Spiegel der Grundmotivationen (<i>B. Schieder</i>) | 39 |
| Eine existenzanalytische Sichtweise von Lebensqualität (<i>A. Görtz</i>) | 54 |
| TAGUNGSBERICHT - SYMPOSIA | |
| Erwachsenenbildung | 42 |
| Religion und Glaube | 46 |
| Psychische Betreuung Gefangener | 49 |
| Management und Arbeitswelt | 51 |
| Arbeitslosigkeit | 60 |
| Philosophie der Existenz | 60 |
| BUCHBESPRECHUNGEN | 64 |
| REZENSIONSBUCHER DER GLE | 12 |
| PUBLIKATIONEN / ABSCHLUSSARBEITEN | 66 |
| AKTUELLES | |
| Erweiterung des wissenschaftlichen Beirates durch Univ.Doz.Dr. K. Balzar | 68 |
| Kassen sagen NEIN zum Gesamtvertrag - Wie geht es weiter? | 68 |
| Dreitagesbesuch von Vertretern des GLE-Vorstandes bei der SAEL Timisoara | 69 |
| MITTEILUNGEN | 70 |
| KONTAKTADRESSEN | 71 |
| TERMINE | 72 |
| HERBSTAKADEMIE 2000 | 77 |

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 |
| Andere Länder: | Wir bitten um Zahlung mittels Postanweisung oder mittels AX, DC, VISA, EC/MC |

Unsere e-mail Adresse: gle@existenzanalyse.org
Homepage: <http://www.existenzanalyse.org>

Wissenschaftlicher BEIRAT

| |
|---|
| Michael ASCHER Philadelphia (USA) |
| Karel BALZAR Prag (CZ) |
| Wolfgang BLANKENBURGERL 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

Claudia Klun

Existenzanalytische Publikationen

- Bücher
- Abschlußarbeiten
- Tagungskassetten

Seite 21 und ab Seite 66

Erweiterung des wiss. Beirates durch Univ.Doz.Dr. K. Balcar

Seite 68

Aktuelles zum Kassenvertrag

Seite 68

Arbeitstreffen: GLE - SAEL

Seite 69

Vorschau aufs nächste Heft:

Existenzanalytische Forschung

Themen der nächsten Hefte:

- Therapie für Kinder und Jugendliche
- Methoden II
- Therapeutische Beziehung
- Persönlichkeitsstörungen
- Begleitung physisch und psychisch Schwerkranker und Sterbender

**Redaktionsschluß für die
Nummer 3/2000:**

16. September 2000

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen !

“Wenn der Sinn zur Frage wird” – zu diesem Thema trafen einander Ende April rund 650 Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim GLE-Kongreß in Wien. Zum ersten Mal haben wir einen Kongreß in dieser Größenordnung gewagt, doch die Mühe hat sich gelohnt und die zweijährige Vorbereitungsarbeit des Organisationsteams ist nun gut aufgegangen. Heute freuen wir uns, daß wir auf eine so facettenreiche Veranstaltung mit 17 Symposia zurückblicken können, die den Umgang mit der Sinnfrage für die verschiedensten Anwendungsgebiete darstellten. Trotz der Fülle des Programmangebotes ist insgesamt eine atmosphärische Dichte der Begegnung gelungen.

Dieser Kongreß hat uns auch inhaltliche Impulse gegeben, die in der Zeitschrift EXISTENZANALYSE und in einem Buch zur “Existenzanalyse klinischer Störungen” ihren Niederschlag finden sollen.

Die *vorliegende Ausgabe* soll noch einmal die Sinnfrage mehr von der grundsätzlichen Seite her beleuchten und in ihrer zeitgeschichtlichen Bedeutung sowie im spezifisch existenzanalytischen Zugang darstellen und einige Impulse auf die verschiedensten Anwendungsbereiche aufzeigen.

Weitere Ausgaben sollen den empirischen Forschungsprojekten in der Existenzanalyse, der Begleitung physisch und psychisch Schwerkranker und Sterbender, den Persönlichkeitsstörungen und ein weiteres Heft der Kindertherapie gelten.

Insgesamt geben uns die Begegnungen und Gespräche der letzten Monate eine gute Zuversicht in die Etablierung und Entwicklung der Existenzanalyse in ihren Inhalten wie auch in ihrer Verankerung in Gesellschaften und Instituten.

Wir möchten diese Ausgabe der Zeitschrift auch zum Anlaß nehmen, um einmal unserer Kollegin Godela von Kirchbach zu danken, die regelmäßig per e-mail die englischen Abstracts zu unseren wissenschaftlichen Artikeln übersetzt.

Zu erwähnen ist noch, daß für die Mitglieder der GLE diesem Heft ein Rundschreiben mit Internas der letzten Mitgliederversammlung und Vorstandssitzungen beiliegt.

Trotz der bereits sommerlichen Temperaturen dieses arbeitsreichen Frühjahrs sind wir froh, daß der Sommer erst begonnen hat und noch auf erholsame Tage hoffen läßt.

Ihre

Silvia Längle
für das Redaktionsteam

Wenn die Sinnhaftigkeit des Sinns in Frage steht*

Zur postmodernen Kritik am Sinn-Paradigma und ihren Auswirkungen auf die Existenzanalyse - 1. Teil

Emmanuel J. Bauer

Nach einem Blick in die Begriffsgeschichte und auf die Wandlung der philosophischen Positionen zum „Sinn“ wird auf den Sinn-optimismus Frankls eingegangen. Die ambivalente Situation der aktuellen Sinn-Nachfrage führt in eine Explikation der postmodernen Kritik am Sinn-Konzept und ihrer Bedeutung für die Existenzanalyse und Logotherapie.

In einem zweiten Teil (in EXISTENZANALYSE 3/2000) werden die Ansätze eines „post-modern“ erneuerten Sinnverständnisses dargelegt und untersucht, inwieweit sie in der Weiterentwicklung der Existenzanalyse mitbestimmend waren.

Schlüsselwörter: Logotherapie, Sinn, Post-moderne

After a look into the history of ideas and into the changes in the philosophical tenets about 'meaning' the specific approach of V. Frankl will be expounded, his optimism in regard to meaning. The ambivalent situation in the quest for meaning today leads to an explication of post-modern criticism of the conception of meaning and its relevance for Existential Analysis and Logotherapy.

In a second part (in: EXISTENZANALYSE 3/2000) the approaches of a 'post-modern' and renewed understanding of meaning will be exposed, and the question will be raised in how far they have contributed to the actual development of Existential Analysis.

Keywords: logotherapy, meaning, post-modernism

Den sinnhaften Logos der Wirklichkeit im Ganzen sowie den je persönlichen Sinn des Lebens zu entdecken, war für den denkenden Menschen immer schon eine große Herausforderung und ist offensichtlich gerade für den heutigen postmodern-modernen Menschen bzw. den praktischen Postmodernisten eine Aufgabe, die seine mentale und emotionale Kompetenzen oftmals übersteigt. Viele fühlen sich dieser anhaltenden existentiellen Anforderung nicht gewachsen und resignieren, andere scheitern ob der Ergebnislosigkeit ihres Bemühens. Was sind die häufigsten und wichtigsten Gründe dafür, dass Menschen an der Möglichkeit zweifeln, für ihr konkretes Leben einen erfüllenden Sinn zu finden, oder vielleicht trotz größter Anstrengungen bloß in das Nichts und die Leere des Daseins starren? Oder kann es vielleicht sein, dass Sinn als existentielle Grunderfahrung des Menschseins prinzipiell überholt und keine sinnvolle Kategorie der Beschreibung menschlicher Existenz ist?

1. Die Sinnfrage - ein Existential des Menschseins?

a) Die Freiheit des Menschen und die Unverfügbarkeit des Sinns

Dass dem Menschen der Sinn überhaupt zur Frage werden kann, dass es legitim ist zu überlegen, ob das Leben oder das Sein so, wie es ist, sinnvoll ist, oder ob es nicht anders besser wäre, verweist uns auf die existenzanalytische Grundannahme, dass der Mensch freie Person ist. Die ontologisch-anthropologische Voraussetzung für die Möglichkeit, als Mensch persönlich-existentiellen oder objektiv-ontologischen Sinn zu entdecken, zugleich aber auch für die Möglichkeit, Ohnmacht und Verzweiflung im persönlichen Ringen um den Sinn zu erfahren, liegt im essentiellen Zusammenhang zwischen Sinn und Wert. Allein die Begriffsgeschichte zeigt, dass der Topos „Sinn des Lebens“, der an den alten Gedanken der Bestimmung des Menschen anknüpft, im Gefolge der Verbreitung der Kritischen Philoso-

* Erweiterte und überarbeitete Version eines Vortrags am GLE-Kongreß Wien vom 30.4.2000

phie Kants Anfang des 19. Jahrhunderts die (auch erst seit Mitte des 18. Jahrhunderts gebräuchlich gewordene) Rede vom „Wert des Lebens“ ablöst.¹ Vor allem aber besteht eine unauflösbare inhaltlich-systematische Verbindung zwischen Wert und Sinn. In existenzanalytischer Sicht setzt Sinn-erfahrung Werterkenntnis und Wertempfinden voraus.² Sinn eröffnet sich dem Menschen dadurch, dass er bestimmte Lebensmöglichkeiten als Wert, als Anruf, als Herausforderung erkennt, ihnen zustimmt und sie verwirklicht. Wert kann etwas aber nur haben, wenn es in der Freiheit dessen steht, für den es ein Wert sein soll. Werte zwingen nicht, sondern verlangen Anerkennung, freie Annahme und existentielle Verwirklichung. Sinn ist also wesentlich eine existentielle Wirklichkeit, die sich nicht beweisen lässt und die nur von dem erkannt und erfahren werden kann, der bereit und willens ist, sich darauf einzulassen. Sinn fordert die freie Entscheidung des Subjekts.³

Der Freiheit des Subjekts korrespondiert sozusagen eine Freiheit des „Objekts“, in der ein weiterer Grund dafür liegt, dass die Sinnsuche des Menschen unabdingbar zwischen Macht und Ohnmacht oszilliert. Freiheit des Objekts meint die Tatsache, dass Sinn im Letzten etwas Unverfügbares ist. Der intendierte Sinn einer Situation im Großen wie im Kleinen entzieht sich dem sicheren, automatischen Zugriff des Subjekts. Der Mensch kann durch sein Engagement in einem aktiven Sinnfindungsbemühen viele Weichen stellen. Trotzdem ist Sinn nicht „machbar“ bzw. „produzierbar“. Sinnerfahrung lässt sich nicht herstellen, nicht erzwingen, auch wenn man heute gern vom „Sinn machen“ spricht. Der Mensch kann den konkreten Sinn seines Lebens durch eigene Aktivität wohl finden, ihn aber nicht erfinden oder herbeizwingen. Das leuchtet dann umso mehr ein, wenn wir Sinn nicht ausschließlich teleologisch begreifen, also nicht in erster Linie an das Erreichen eines Zieles oder an die Erbringung einer gewissen Leistung knüpfen.

b) Der Sinnoptimismus in der Logotherapie Frankls

Lehre und Praxis von Logotherapie und Existenzanalyse sind grundsätzlich von einem Sinnoptimismus geprägt. Dass es objektiv so etwas wie Sinn gibt, gilt als anthropologisches Eckdatum. V. Frankl (1905-1997) geht dementsprechend davon aus, dass „die Suche nach einem Sinn des eigenen Lebens (...) die grundlegende Sorge des Menschen“⁴ ist. Nicht der Wille zur Lust (Freud), nicht der Wille zur Macht (Schopenhauer, Nietzsche, Adler), nicht die Angst als die Möglichkeit der Freiheit der Selbstgestaltung der Existenz (Kierkegaard)⁵ und auch nicht die Angst aufgrund der Überlassenheit des Daseins an es selbst (Heidegger vor der Kehre)⁶, also die Angst vor dem „In-der-Welt-Sein“ angesichts der unvertretbaren Möglichkeit des freien Selbstseins und des Nicht-sein-Könnens, die dem Menschen die Eigentlichkeit des Daseins erschließt und das Nichtende des Seienden im Ganzen enthüllt⁷, bilden das zentrale Existential menschlichen Daseins. Der bestimmende Seinscharakter menschlicher Existenz ist nach Frankl vielmehr der „Wille zum Sinn“, d.h. des Menschen „tief verwurzeltes Ringen und Kämpfen um einen höheren und letzten Sinn seiner Existenz“.⁸ Sinnausrichtung gilt ihm daher als eine reale und essentielle Grundkonstante des Menschseins, die nur in Ausnahmefällen eine „sekundäre Rationalisierung“⁹ darstelle. Demzufolge sei es mit allem Nachdruck abzulehnen, die Erfahrung einer „existentiellen Frustration“ als etwas Pathologisches oder notwendigerweise Pathogenes und die Sorge des Menschen um einen das Leben lohnenswert machenden und erfüllenden Sinn als „ein Zeichen von Krankheit“ zu interpretieren.¹⁰ Damit hebt sich Frankl dezidiert von S. Freud (1856-1939) ab, der bekanntlich die Objektivität von Sinn und Wert leugnet und in ihnen bloß die pathologisch affizierte Projektion unbefriedigter Sexualität erblickt.¹¹ Für Frankl dagegen ist die Sinnfrage mit N. Hartmann (1882-1950) „die lebensmächtigste Frage“¹² des menschlichen Geistes überhaupt. Der lebende Beweis die-

1 Vgl. Volker Gerhardt, „Sinn des Lebens“, in: Historisches Wörterbuch der Philosophie. Bd. 9, Basel: Schwabe & Co - Verlag 1995, 815-824.

2 Vgl. Viktor E. Frankl, Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie, Bern: Huber 1984, hier bes. 202; und Alfred Längle, Wertberührung. Bedeutung und Wirkung des Fühlens in der existenzanalytischen Therapie, in: Wertbegegnung. Phänomene und methodische Zugänge. Tagungsbericht Nr. 1 und 2/1991 der GLE, Wien 1993, 22-59, hier 22-24.

3 Vgl. Grom / Schmidt, Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens, a.a.O., 55.

4 V. Frankl, Basic Concepts of Logotherapy, in: Ders., From Death-Camp to Existentialism: A Psychiatrist's Path to a New Therapy, Boston 1959. Zitiert nach: C. Fehige, G. Meggle, U. Wessels (Hg.), Der Sinn des Lebens. München: dtv 2000, 120.

5 Vgl. Sören Kierkegaard, Der Begriff Angst. Übersetzt, mit Einleitung und Kommentar hrsg. von Hans Rochol, Hamburg: Meiner 1984, hier v.a. 41-46. (Philosophische Bibliothek, Bd. 340; dt.: Begrebet angst, Kopenhagen 1844)

6 Vgl. M. Heidegger, Sein und Zeit, §§ 39-42 und §§ 46-53, Tübingen 1979, 180-200 und 235-267.

7 Vgl. ders., Was ist Metaphysik?, in: Ders., Wegmarken, Frankfurt am Main: Klostermann 1978, 103-121, hier 110-117.

8 Frankl, Basic Concepts of Logotherapy, a.a.O., 120.

9 Ebd.

10 Vgl. ebd. 121.

11 „Im Moment, da man nach Sinn und Wert des Lebens fragt, ist man krank, denn beides gibt es ja in objektiver Weise nicht; man hat nur eingestanden, dass man einen Vorrat von unbefriedigter Libido hat, und irgend etwas anderes muss damit vorgefallen sein, eine Art Gärung, die zur Trauer und Depression führt.“ S. Freud, Briefe 1873-1939, Frankfurt a. M.: S. Fischer Verlag 1960, 429. (Brief vom 13.8.1937 an Marie Bonaparte). Vgl. Bernhard Grom / Josef Schmidt, Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens, Freiburg/Brsg.: Herder 75 und 79.

12 „Sinn des Lebens - das ist vielleicht die lebensmächtigste Frage. Darum ist alle spekulative Metaphysik vom Sinnproblem beherrscht.“ Nicolai Hartmann, Teleologisches Denken, Berlin: de Gruyter 1951, 57.

ser Behauptung ist er selbst, der die reale Macht einer positiven Sinnerfahrung im Konzentrationslager am eigenen Leib erlebt hat.

Trotz all dem drängt sich aber die Frage auf, ob sich der Franklsche Sinnoptimismus wirklich zu einem menschlichen Existential verallgemeinern und als solcher auf alle Menschen übertragen lässt. Zeigt nicht die Geistesgeschichte des Abendlandes ebenso wie ein Blick in die heutige Gesellschaft und in das Daseinsverständnis einzelner Menschen, dass Sinn eine sehr fragile, vielfach gefährdete und stets neu zu erringende existentielle Wirklichkeit im Leben des Menschen darstellt?

Schon in der Periode der Hellenistischen Philosophie bildete die Frage, wie der Mensch Schmerz und Tod überwinden könne, die innerste Triebfeder des geistig-existentialen Ringens. Stoa und Epikureismus waren im Letzten der großangelegte Versuch einer Antwort auf die tiefen, brennenden Fragen und existentiellen Nöte, die seit Platon und Aristoteles die Philosophen und Gebildeten plagten, nämlich ob und wie angesichts der drohenden Maßlosigkeit der menschlichen Begierlichkeit und der möglichen Grenzenlosigkeit und Unerträglichkeit der Schmerzen noch ein glücklich zu nennendes Dasein möglich ist.¹³ Diesselben Fragen stehen im Zentrum des Christentums und seiner Heilslehre. Die von ihm inspirierten Denker versuchten durch den Rekurs auf den Glauben an die Auferstehung Jesu Christi eine Antwort der Hoffnung zu geben. In dieser Tradition steht z.B. auch L. N. Tolstoi (1828-1910). Er berichtet in einem Selbstzeugnis,¹⁴ dass er in der Blüte seines Lebens in eine schwere Sinnkrise gestürzt war. Die Frage „Wozu lebe ich?“ nagte an seinem Lebensnerv. Die Wissenschaft bot ihm keinen vernünftigen Grund, das Leben zu bejahen. Die vier Auswege aus der Suizidalität, die seiner Beobachtung nach gemeinhin von den Mitmenschen eingeschlagen werden, nämlich Nichtbegreifen der Sinnlosigkeit des Daseins, Hinnehmen des faktischen Lebens, ohne an die Zukunft zu denken, Suizid oder Genießen des augenblicklichen Lebens, empfand er als widerwärtig und unbefriedigend. Die befreiende Wende stellte sich erst ein, als er die Beziehung des Endlichen zum Unendlichen als existentielle Wirklichkeit ernst nahm.¹⁵

Der neuzeitliche Atheismus veränderte die Ausgangslage der Sinnfrage noch einmal grundlegend. Das menschliche Dasein erscheint als totale Absurdität. Geboren zu werden gilt J.-P. Sartre als ebenso sinnlos wie das Sterben.¹⁶ Nach A. Camus kann der Mensch in dieser aussichtslosen Lage nur dadurch seine Würde bewahren, dass er wie

Sisyphos, „der Held des Absurden“, die Absurdität des Daseins in heroischer Weise trägt und mit Verachtung straft. „Es gibt kein Schicksal, das durch Verachtung nicht überwunden werden kann.“¹⁷ Die sarkastische Freude, die Macht des Göttlichen entwertet und entmachtet zu haben, ist für einen solchen Menschen jenes Element, das die existentielle Situation erträglich macht.

Frankl hält seinen sinnoptimistisch-logotherapeutischen Ansatz auch gegen das beklemmende Gefühl der Absurdität der menschlichen Existenz angesichts der Erfahrung von unfassbarem Leid, von psychischer und physischer Gebrechlichkeit, von moralischer Begrenztheit und Schuld, von Vergänglichkeit und Tod, gegen diese vielleicht elementarste Bedrohung der Wirkmächtigkeit des Sinns aufrecht. Er ist überzeugt, dass das Gefühl der Absurdität des Daseins infolge der Erfahrung von Leid einem tiefen Misstrauen gegenüber dem Leben als solchem und einem verkehrten Selbstbehauptungswillen des Menschen entspringt. Wer dem eigenen unvermeidbaren Leiden bloß dadurch begegnet, dass er es unter der Voraussetzung einer fatalen Konkurrenz zwischen menschlichem Willen und absolutem Schicksal verbissen bekämpft, wird im wahrsten Sinn des Wortes „absurdus“ (taub, nicht hörend), insofern er unfähig ist, auf die Möglichkeiten des leidvollen Lebens zu achten, und sich dem Dialog mit ihm verweigert. Es ist ein Markenzeichen der Logotherapie, auch diesen den Sinn zutiefst in Frage stellenden Problemen grundsätzlich konstruktiv-optimistisch zu begegnen. Frankl meint, dass unter Einbeziehung der Möglichkeit der Einstellungswerte „die menschliche Existenz eigentlich niemals wirklich sinnlos werden kann: das Leben des Menschen behält seinen Sinn bis ‘in ultimis’ - demnach solange er atmet; solange er bei Bewusstsein ist, trägt er Verantwortung gegenüber Werten und seien es auch nur Einstellungswerte. Solange er Bewusst-sein hat, hat er Verantwortlich-sein.“¹⁸

Beim Lesen dieser These überkommt einem allerdings der Eindruck, dass hier das Problem sehr sachlich-*theoretisch* und aus einer distanzierten, akademischen Außenperspektive abgehandelt wird. Auf dieser Linie liegt auch die Tendenz Frankls, das rechte Leiden als Leistung darzustellen.¹⁹ Ähnlich logisch-deduktiv klingt auch die Aussage Frankls: „Wenn Leben überhaupt einen Sinn hat, dann muss auch Leiden einen Sinn haben. Gehört doch das Leiden zum Leben irgendwie dazu - genauso wie das Schicksal und das Sterben.“²⁰ Im konkreten Leben hängt alles davon ab, ob der vom Schicksal Getroffene Ja zu sagen und damit den - von Frankl objektiv und grundsätz-

13 Vgl. Maximilian Forschner, Über das Glück des Menschen. Aristoteles, Epikur, Stoa, Thomas von Aquin, Kant. 2. unveränderte Auflage, Darmstadt: Wiss. Buchges. 1994.

14 Vgl. Leo N. Tolstoi, Meine Beichte, in: C. Fehige u.a. (Hg.), a.a.O., 55-64.

15 Vgl. Elisabeth Lukas, Lebensbesinnung. Wie Logotherapie heilt. Die wesentlichen Texte aus dem Gesamtwerk. Freiburg: Herder 21997, 187-198.

16 Vgl. Jean-Paul Sartre, L'Être et le Néant, Paris 1943, 631.

17 Albert Camus, Der Mythos von Sisyphos, in: C. Fehige u.a. (Hg.), a.a.O., 85-87, hier 86.

18 Frankl, Ärztliche Seelsorge, a.a.O., 83.

19 Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, a.a.O., 152.

20 Viktor E. Frankl, Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager, in: C. Fehige u.a. (Hg.), a.a.O., 269-275, hier 270f.

lich dem Leben bis in seine letzten Extremsituationen hinein zugeschriebenen - Sinn zu entdecken und sich anzueignen vermag. Für den Therapeuten ergibt sich daraus wie von selbst die Aufgabe, durch viel Geduld, Mitfühlen und Trauerarbeit die Kraft zu vermitteln, dass der am Sinn Verzweifelnde sein zukunftsträchtiges und personal erfüllendes Ja findet.

Der Sinnoptimismus der Logotherapie zeigt sich schließlich auch in der Einschätzung und im Umgang mit der *Erfahrung von Schuld*. Die Existenzanalyse hält nichts davon, Schuld durch die Behauptung wegzurationalisieren, das schuldhaftes Geschehen sei - durch naturhafte Einflüsse irgendwelcher Art - in Wahrheit nur Folge einer Determination gewesen. Denn ihrer Ansicht nach ist der Mensch frei auf die Erkenntnis und Verwirklichung von Sinnmöglichkeiten hin. Er ist aber auch *frei, sich ihnen zu verschließen und zu verweigern*. Das liegt in seiner Hand und in seiner persönlichen Verantwortung. Der Mensch kann sich also schuldig machen. Schuld wegzuerklären, wie es heute gern getan wird, erweist sich daher bei genauem Hinschauen als gefährliches, kontraproduktives Unternehmen. Denn gibt es keine Schuld, dann versagt sich der Mensch auch all das, was Schuldigsein erst möglich macht, nämlich *Freiheit, Verantwortung, Liebe und Sinn*.²¹ Existenzanalytischer Umgang mit Schuld muß genau auf diese Wirklichkeiten rekurrieren. Vor allem aber sollte spürbar werden, dass - wie Frankl sagt²² - jede Schuld und jedes Übel erlösbar wie auch jedes Scheitern in der Sinnfindung durch Vergebung grundsätzlich heilbar ist.²³ Wohl ist das Vergangene nicht ungeschehen zu machen, aber das Zukünftige steht dennoch immer offen. Die Möglichkeit und Wirklichkeit von Schuld ernst zu nehmen bedeutet somit im Letzten ein Ja zur Sinnoffenheit und -fähigkeit des Menschen.

c) Ambivalente Situation der aktuellen Sinn-Nachfrage

Die Erfahrung von Leid, Schuld, Gebrechlichkeit und Vergänglichkeit läuft dem gegenwärtigen Daseinsgefühl besonders zuwider. In einer Zeit, die sich dem Ideal der „ewigen Jugend und Schönheit“ verschrieben hat, sind diese Realitäten schlichtweg ein Skandalon und deshalb Inhalt eingehender Verdrängungsbemühungen. Umso mehr scheint

die Sinnfrage in die Krise gekommen zu sein. Sinn ist zur „Mangelware“, für viele sogar zu einem unverständlichen Fremdwort geworden. Nicht zu Unrecht beklagt J. Habermas eine „Verknappung der Ressource Sinn“²⁴ im Bewusstsein der heutigen Gesellschaft. Ähnlich diagnostiziert U. Beck in einer vielbeachteten soziologischen Untersuchung der gesellschaftlichen Verhältnisse des ausklingenden 20. Jahrhunderts (Risikogesellschaft, 1986) eine wachsende Verunsicherung der Menschen in allen Bereichen des sozialen Lebens, die nicht zuletzt ihren Grund im Verschwinden der Sinnfrage hinter einem sinnleeren, rein materialistischen, kompensatorischen „Fortschritts-Zynismus“ hat.²⁵ Die Ordnungskonzepte der Moderne tragen nicht mehr. Die Menschen sind auf der Suche nach neuen Identitäten, Beziehungsmustern und Verantwortungsformen.²⁶ Viele reagieren auf die Unsicherheit und Öde mit zynisch-fatalistischer Neigung zum Risiko. Leben und Handeln der Menschen sind bedroht von einer geradezu kafkaesken Absurdität und Rätselhaftigkeit, insofern der Einzelne hineingestellt ist in das Netzwerk einer „totalitären, für ihn undurchschaubaren, labyrinthischen Welt“²⁷.

Da die Sinnfrage bzw. die Sinnkrise immer auch ein Seismograph des Zeitgeistes und der gesellschaftlichen Verhältnisse ist, wie H. Csef aufgezeigt hat,²⁸ sollte man annehmen können, dass die Frage nach dem Sinn angesichts der Unübersehbarkeit der existentiellen Krisensymptome in der Gesellschaft Hochkonjunktur hat.²⁹ Dass dem in gewisser Hinsicht tatsächlich so ist, beweist u.a. eine kürzlich erschienene einschlägige philosophische Publikation zum Thema „Sinn“. Drei Analytische Philosophen (Christoph Fehige, Georg Meggle und Ulla Wessels) legten unter dem Titel „Der Sinn des Lebens“³⁰ eine umfangreiche Anthologie bekannter Texte über alle möglichen Aspekte der Frage nach dem Sinn der menschlichen Existenz (Glück, Gott, Liebe, Leiden, freier Wille, praktische Vernunft, Absurdität, Sinnlosigkeit, Tod usw.) vor. Damit wendet selbst die Analytische Philosophie, deren Vertreter lange Zeit die Frage nach dem Sinn des Lebens für einen „profund klingenden Unsinn“ (A. J. Ayer)³¹ oder eine freisinnige Schwätzeri (Fritz Mauthner), also ganz allgemein für eine nebulose und verwirrende Frage ohne Sinn gehalten haben, sich dieser Thematik zu. Sie verfolgen dezidiert die Absicht, mit begrifflicher Sorgfalt an die Freilegung dessen zu gehen, was mit Sinn des Lebens wirklich gemeint ist.³²

21 Vgl. Grom / Schmidt, Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens, a.a.O., 49.

22 Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, a.a.O., 66.

23 Vgl. Grom / Schmidt, Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens, a.a.O., 50f.

24 Vgl. Jürgen Habermas, Die neue Unübersichtlichkeit, Frankfurt a. M.: Suhrkamp 1985; und Herbert Csef, Der Zeitgeist und die Frage nach dem Sinn des Lebens, in: Existenzanalyse 16 (1/1999) 4-12, hier 7.

25 Vgl. Ulrich Beck, Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Frankfurt a. M.: Suhrkamp 1986.

26 Vgl. ebd. 22f.

27 Ebd. 100.

28 Vgl. Herbert Csef, Die Sinnkrise des modernen Menschen, in: Ders. (Hg.), Sinnverlust und Sinnfindung in Gesundheit und Krankheit. Gedenkschrift zu Ehren von Dieter Wyss, Würzburg: Königshausen & Neumann 1998, 13-32.

29 Vgl. ders., Der Zeitgeist und die Frage nach dem Sinn des Lebens, in: Existenzanalyse 16 (1/1999) 4-12.

30 Vgl. C. Fehige, G. Meggle, U. Wessels (Hg.), Der Sinn des Lebens, München: dtv 2000.

31 Vgl. A.J. Ayer, Unbeantwortbare Fragen, in: C. Fehige u.a. (Hg.), a.a.O., 34-36.

32 Vgl. Kai Nielsen, Analytische Philosophie und der „Sinn des Lebens“, in: C. Fehige u.a. (Hg.), a.a.O., 228-251.

2. Die postmoderne Kritik am Sinn-Konzept

a) Das Unheil der Meta-Erzählungen

Wollte man gegenwärtig aber nur eine Hochkonjunktur der Sinnfrage orten, dann übersähe man, dass damit nur ein Strang des Zeitgeistes erfasst ist. Denn eine andere, immer mehr in das Selbstverständnis der Menschen vordringende Geisteshaltung, die sogenannte Postmoderne, stellt den Sinn als Denkkategorie, Deutungsschema von (Lebens-)Geschichte und Paradigma der Handlungsorientierung grundsätzlich in Frage. Ohne näher die Philosophie der Postmoderne erläutern zu können, seien nur einige für unseren Kontext entscheidende Grundanliegen herausgestrichen. Die Postmoderne stellt nach ihrem philosophischen Mentor J.-F. Lyotard nicht - wie der Begriff fälschlich nahelegen könnte - eine datierbare neue Epoche, sondern „einen Gemüts- oder vielmehr einen Geisteszustand“³³ dar. Sie ist getrieben von der Absicht, die bestimmenden erkenntnistheoretischen Grundzüge der Moderne neu zu redigieren, insbesondere deren präventives Selbstverständnis, sich aus dem Anspruch zu legitimieren, die ganze Menschheit durch Wissenschaft und Technik zu emanzipieren.³⁴ Die Postmoderne setzt daher mit der Kritik an der totalisierenden Vernunft und ihrem herrschsüchtigen und konstruktivistischen Subjekt ein. Die innere Konsequenz daraus ist die Absage an den Terror der Theorie und aller logizistisch-empiristischen Denksysteme sowie der Protest gegen die Diktatur des teleologischen Denkens, wie sie sich vor allem im Fortschrittswahn der Moderne geoffenbart hat. Man empfindet es daher als Gebot der Stunde, „dass man den Meta-Erzählungen keinen Glauben mehr schenkt.“³⁵ Von ihnen gilt es, sich radikal zu verabschieden, ebenso wie vom Fundamentalismus letzter Legitimationen und den großen Menschheitsutopien von Versöhnung und universeller Harmonie.

Meta-Erzählungen meinen in diesem Zusammenhang die alles umfassenden, alles integrierenden und alles interpretierenden Systeme des Denkens, deren Leitideen alle Erscheinungsformen der theoretischen und praktischen Vernunft umgreifen und auf ein Ziel hin dirigieren. Solche Systeme konstruieren im Grunde ideologische Denkmuster, die die Ordnung und den Wahrheitsgehalt aller anderen

Wirklichkeitselemente legitimieren. Dieser Art Meta-Erzählungen, die de facto die Moderne ausgezeichnet und animiert haben, sind nach Lyotard „die Dialektik des Geistes, die Hermeneutik des Sinns (und) die Emanzipation des vernünftigen oder arbeitenden Subjekts“³⁶. In unserem Kontext sind besonders die „Dialektik des Geistes“ und die „Hermeneutik des Sinns“ von Bedeutung. Gerade sie tragen nach Einschätzung der Postmoderne die Hauptverantwortung für die großen Katastrophen des zu Ende gegangenen Jahrhunderts. Mit der „Dialektik des Geistes“ meint Lyotard die im Deutschen Idealismus herrschende Teleologie der Vernunft, in deren Kategorien man glaubte, die Welt als Gesamtwirklichkeit erfassen und die Regeln der universalen menschlichen Freiheit beschreiben zu können. Mit „*Hermeneutik des Sinns*“ spielt er auf die vor allem vom Historismus entwickelte Überzeugung an, dass der Sinn der Geschichte sich in den konkreten geschichtlichen Ereignissen offenbart und diese als Sinngebilde des Ganzen ihre Legitimität bloß vom Gesamthorizont empfangen.³⁷ Negative Krönung dieser Tendenzen bildet das philosophische *System Hegels*, in dem sich Christentum und spekulative Moderne zu einer Erzählung der Erzählungen verdichten.³⁸

b) Verfassung radikaler Pluralität und Fragmentarität - revolutionärer Prozess des Sinnverlusts

Demgegenüber vertritt der Postmodernismus einen *radikalen, irreduziblen Pluralismus der „Sprachspiele“* und betont den unumgehbaren und unauflösbaren „lokalen Charakter“ aller Diskurse, Einigungen und Legitimationen.³⁹ Das Different und Heterogene mit all seiner Irreduzibilität, Inkommensurabilität und Autonomie wird nicht als Defizit gesehen, sondern als Bereicherung. Das Plurale zu respektieren, macht ein konstitutives und essentielles Moment des heutigen postmodernen Lebensgefühls aus. Die unterschiedlichsten Handlungsmuster werden gleichrangig nebeneinander stehen gelassen. *Einheit und Totalität* und alle sie fördernden oder voraussetzenden Strukturen sind *obsolet* geworden. Dazu gehören alle metaphysischen, Allgemeingültigkeit beanspruchenden Theorien ebenso wie philosophische Anthropologien, die von einem bestimmten Menschenbild ausgehen. Im Unterschied dazu setzt sich heute immer mehr das Konzept einer „Verfassung radikaler Pluralität“⁴⁰ durch. In Anbetracht der Tatsache, dass die

33 Jean-François Lyotard, Philosophie und Malerei im Zeitalter ihres Experimentierens, Berlin 1986, 97.

34 Vgl. Lyotard, Jean-François: Die Moderne redigieren. In: Welsch, Wolfgang (Hg.): Wege aus der Moderne. Schlüsseltexte der Postmoderne-Diskussion. Weinheim 1988, 204-214, hier 213.

35 Lyotard, Jean-François: Das postmoderne Wissen. Ein Bericht. Übers. von Otto Pfersmann. Graz/Wien: Passagen-Verl. 1986, 14. (Edition Passagen 7) (dt.: La Condition postmoderne. Rapport sur le savoir, Paris 1979) Hervorhebung durch den Verfasser.

36 Jean-François Lyotard, Das postmoderne Wissen. Ein Bericht, Graz-Wien 1986, 14ff.

37 Vgl. Alois Halbmayr, Polytheismus oder Monotheismus? Zur Religionskritik der Postmoderne, in: H. Schmidinger (Hg.), Religiosität am Ende der Moderne. Krise oder Aufbruch?, Innsbruck-Wien: Tyrolia 1999, 228-264, hier 232f.

38 Vgl. Jean-François Lyotard, Randbemerkungen zu den Erzählungen, in: Postmoderne und Dekonstruktion, Texte französischer Philosophen der Gegenwart. Mit einer Einführung hrsg. von Peter Engelmann, Stuttgart: Ph. Reclam jun. 1990, 49-53.

39 Vgl. Jean-François Lyotard, Das postmoderne Wissen, Bremen 1982, 123.

40 Wolfgang Welsch, Unsere postmoderne Moderne, Berlin: Akademie Verlag 1997 (EA: Weinheim: VCH 1986), hier 4.

Sehnsucht nach dem Ganzen und Einem und die Illusion der „Umfassung aller Wirklichkeit“⁴¹ - wie die Geschichte lehrt - teuer bezahlt wurden, insofern sie der innere Grund für Terror und Totalitarismus waren und es immer wieder neu sind, wo sie aufkeimen, lautet nun die Devise: „Krieg dem Ganzen!“⁴² Die Postmoderne strebt eine Pluralität an, die in der Weise radikal ist, dass das Prinzip der Vielheit nicht bloß die Binnensicht eines Gesamthorizonts bestimmt, sondern auch den Rahmen bzw. Horizont selbst noch umfasst.

Die Absage an synthetisierende, interpretierende und legitimierende Ideen und deren Erzählungen sowie an teleologische Orientierungsmuster führt zu dem Versuch, die Last der Vergangenheit und die Verantwortung der Planung der Zukunft zu vergessen und *allein den Augenblick zu sehen und zu leben*. Auch wenn die Theoretiker der veritablen Postmoderne vor deren Identifikation mit einer „gefälligen Oberflächen-Buntheit“⁴³ warnen, begegnet uns die Postmoderne im Alltag doch weithin bloß im Kleid dieses ihres Zerrbildes. Deren hervorstechendsten Merkmale sind Scheu vor dem Wahrheitsanspruch (und damit vor Verantwortung) und Irritation in ethischen und existentiellen Grundfragen. Dieser postmoderne oberflächlich-bunte Pluralismus führt in seiner Potenzierung aber zum geraden Gegenteil des Intendierten, nämlich zu Gleichgültigkeit, Indifferenz und Beliebigkeit, die im Letzten in die verschiedenen Spielformen der Gleichmacherei münden. Der Verzicht auf deutende und Einheit schaffende Ideen impliziert zugleich aber auch eine *Auflösung des geschichtlichen Denkens* und eine *Zerstörung aller Finalitäten*. Ohne Ziele und Hoffnungen verliert der Mensch aber auch den Sinn seiner Existenz.

Die Postmoderne birgt also eine eigentümliche *Ambivalenz* in sich, einerseits die Chance der Selbstüberschreitung der Moderne hin auf eine wahrhaft „offene“, plurale Gesellschaft, andererseits aber auch den Zug zu den fragwürdigen, heutzutage weitverbreiteten Geisteshaltungen wie Coolheit, Techno-Mentalität, Rohheit, Perspektivlosigkeit, Ablehnung von Sinnorientierung, Zynismus und Narzissmus. Im Hinblick auf den selbstverliebten Ästhetizismus und dessen derberes Pendant, die Genußsucht, charakterisierte G. Schulze die postmoderne Gesellschaft des ausklingenden 20. Jahrhunderts sehr treffend als

„Erlebnisgesellschaft“⁴⁴. In der Tat wurde das Auskosten des Augenblicks im Vollgenuss des Erlebnisses zum Maß „sinnvoller“ und lebenswerter, „cool-geiler“ Existenz.

Angesichts dieser Entwicklungen verwundert es nicht, dass die postmoderne Bewegung auch vielfach Widerspruch erregte. Selbst innerhalb der Postmoderne bzw. aus deren Umfeld wurden ernst zu nehmende differenz- und pluralisierungskritische Stimmen laut. Große Beachtung fanden unter diesem Gesichtspunkt die Thesen des Pariser Soziologen J. Baudrillard (*1929).⁴⁵ Baudrillard, ein scharfsinniger Kritiker der modernen Konsumgesellschaft, steht der ungebremsten Steigerung der Vielfalt und des Differenten äußerst skeptisch gegenüber. Er sieht in der gegenwärtig feststellbaren und von der Postmoderne geförderten Pluralisierung nichts anderes als einen neuen Modus der Uniformierung. Was die Protagonisten der radikalen Pluralität für die Erzeugung von Vielfalt und Respektierung der Unterschiede halten, ist in Wahrheit eine Weise der Förderung von Indifferenz. Denn je mehr Möglichkeiten geschaffen werden und je größer die Freiheit der Optionen ist, desto weniger Wert haben die einzelnen Angebote, bis sie dem, dem sie sich darbieten oder sogar aufdrängen, schlussendlich nichts mehr bedeuten und wie wertlose Ausschussware erscheinen. Die Potenzierung der Differenzierung und Pluralisierung schlägt dialektisch um in universelle Indifferenz, in Vergleichgültigung und in den Einheitsbrei der Beliebigkeit.⁴⁶ Die Folge ist eine gigantische Implosion allen Sinns. So erkennt Baudrillard denn auch im „riesigen Prozess des Sinnverlusts“⁴⁷ das eigentlich Revolutionäre der Postmoderne. Die heutige Gesellschaft befindet sich seiner Ansicht nach im Zustand der „Hypertelie“, d.h. jenseits des Endes, jenseits der bisherigen (triumphalen) Endvorstellungen, aber auch vor jedem Ende, abseits aller Ausrichtung auf Sinnmöglichkeiten. Der Mensch habe nichts mehr zu erwarten, weder die Verwirklichung einer revolutionären Utopie noch eine atomare Katastrophe. Die Zukunft sei schon angekommen. Postmoderne erscheint unter diesem Gesichtspunkt als eine Neuauflage der „Fröhlichen Wissenschaft“ Nietzsches, kurz, als „eine den Verlust des Sinns, der Werte, der Realität in fröhlichem Wagnis auf sich nehmende Moderne“⁴⁸. Der berühmte „amor fati“ ist in beiden Ansätzen, sowohl bei

41 Vgl. Jean-François Lyotard, Die Moderne redigieren, in: Postmoderne und Dekonstruktion, a.a.O., 48.

42 Der Text in seinem vollen Umfang lautet: „Wir haben die Sehnsucht nach dem Ganzen und dem Einem, nach der Versöhnung von Begriff und Sinnlichkeit, nach transparenter und kommunizierbarer Erfahrung teuer bezahlt. Hinter dem allgemeinen Verlangen nach Entspannung und Beruhigung vernehmen wir nur allzu deutlich das Raunen des Wunsches den Terror ein weiteres Mal zu beginnen, das Phantasma der Umfassung aller Wirklichkeit in die Tat umzusetzen. Die Antwort darauf lautet: Krieg dem Ganzen, zeugen wir für das Nicht-Darstellbare, aktivieren wir die Differenzen, retten wir die Differenzen, retten wir die Ehre des Namens.“ Ebd.

43 Vgl. Welsch, Unsere postmoderne Moderne, a.a.O., XVII und 322f. Hervorhebung d.d.V.

44 Vgl. Gerhard Schulze, Die Erlebnisgesellschaft. Kulturosoziologie der Gegenwart, Frankfurt a. Main 1992.

45 Vgl. Jean Baudrillard, Der symbolische Tausch und der Tod, München 1982. (dt.: L'échange symbolique et la mort, 1976)

46 Vgl. Wolfgang Welsch, Religiöse Implikationen und religionsphilosophische Konsequenzen „postmodernen“ Denkens, in: Halder A. / Kienzler K. / Möller J. (Hg.): Religionsphilosophie heute. Chancen und Bedeutung in Philosophie und Theologie. Düsseldorf: Patmos Vlg. 1988, 117-129, hier 119. (Beiträge zur Theologie und Religionswissenschaft. Experiment Religionsphilosophie III)

47 Vgl. Jean Baudrillard, Der Tod der Moderne. Eine Diskussion. Mit Beiträgen von Baudrillard, Bergfleth u.a., Tübingen 1983, 25. Hervorhebung d. d. V.

48 Albrecht Wellmer, Zur Dialektik von Moderne und Postmoderne. Vernunftkritik nach Adorno. Frankfurt a. M.: Suhrkamp 1993, hier 55. (stw 532)

Nietzsche als auch in Baudrillards Bild der Postmoderne, deutlich wahrzunehmen. Nach Baudrillard hat alles schon „seinen Ort“ und damit auch „Sinn und Ordnung“ verloren.⁴⁹ Die Heilsvorstellungen erwiesen sich in Wahrheit als Unheilsvorstellungen, der Sinn der Ziele als Sinnlosigkeit. Überall können wir bereits „den fatalen Vorgeschmack der materiellen Paradiese“⁵⁰ spüren.

Eine logisch-psychologische Konsequenz der Perspektivlosigkeit und der Reduktion der Existenz auf den geschichts- und distanzlosen Seinsvollzug ist das Gefühl des Lebensüberdresses, die Flucht in eine hedonistische Erlebnissucht, ein narzisstischer Subjektivismus und eine dreist-sinnleere Gleichgültigkeit. Diese Beschreibung der postmodernen Gesellschaft deckt sich auf weite Strecken mit einem Problem, das schon V. Frankl als eine ernsthafte Bedrohung der menschlichen Existenz erkannte, dem Phänomen des „präsentischen Dahinlebens“.⁵¹ Frankl verstand darunter ein Leben ohne Finalität, d.h. einen Daseinszustand ohne Ziel und ohne Ende (lat.: finis). Eine derartige Situation hält er für einen Abfall von der ursprünglichen menschlichen Seinsweise, die eine wesenhaft geschichtliche ist, eine Deformation der „Werdewirklichkeit“ (Erwin Straus) des Menschen, die vom Gefühl der Inhaltsleere und Sinnlosigkeit begleitet wird. Unter diesen Bedingungen degeneriert das Leben zu einem lethargischen Dahinvegetieren in einem existentiellen Vakuum, niedergedrückt vom Mangel an Hoffnung und Zukunft. Bestenfalls entzieht es sich dieser Leere durch eine neurotische Flucht in einen spielerisch-oberflächlichen Ästhetizismus.

Die Postmoderne führt also - zumindest in der Form ihrer gesellschaftlichen Präsenz - vielfach zum Verlust dessen, was traditionellerweise unter Sinn verstanden wurde. Das Besondere und Überraschende daran ist nun aber die Tatsache, dass man diesen Sinnverlust nicht als Unglück empfindet. Ganz im Gegenteil, H. Blumenberg (*1920) warnt vielmehr vor dem „Sinnbesitz“ und seinen gefährlichen Nebenfolgen, weil ein solcher, historisch betrachtet, immer „Sinnherrschaft“ bedeutet habe. Die Kehrseite der Medaille einer sinnträchtigen Welt ist nach Blumenberg, „dass man in ihr wissen kann oder zu wissen glaubt oder zu wissen angehalten wird, wer jeweils an was schuld ist“⁵².

Spätestens jetzt wird sich die Frage aufdrängen, woher diese Abneigung gegen Sinn kommt und ob die Postmoderne mit ihrer Sinnkritik jede Art von Sinn leugnet oder vielleicht nur ein bestimmtes Konzept von Sinn ablehnt. Die Antwort

darauf erhellt sich, wenn wir den Blick auf die geistesgeschichtlichen Wurzeln des postmodernen Denkens richten.

c) Nietzsches Kritik am Zweck-Denken - Freiheit durch Zufall

Zentrale Inhalte der philosophischen Postmoderne wurden - wie oben schon angeklungen ist - zweifelsohne durch das Denken F. Nietzsches (1844-1900) vorgezeichnet und geistig ins Rollen gebracht. Zu Recht wurde Nietzsche - u.a. von J. Habermas⁵³ - als geistiger Vater der Postmoderne herausgestellt. Nietzsche diagnostizierte den Prozess einer großen Krisis, die von der „Umwertung aller Werte“ geprägt sei und in der all das seine Legitimität verliere, was bis dahin geglaubt, gefordert und geheiligt worden war. Er sah darin den Untergang der moralisch-christlichen Weltauslegung und den unverhüllten Ausbruch des latent bereits wirksamen Nihilismus, der jedwedes menschliche Tun unter den Aspekt der radikalen Zwecklosigkeit und daraus folgend unter die Norm der ewigen Wiederkehr des Gleichen stellt. Voranzuschreiten vom „Willen zum Nichts“ zum Wollen der ewigen Wiederkehr, zum Aufgehen in einer Welt des Ewig-sich-selber-Schaffens und des Ewig-sich-selber-Zerstörens, ohne Ziel, darin bestehe die Chance der Selbstüberwindung des Nihilismus.

Wenn also Frankl Nietzsche immer wieder mit dem berühmten Bonmot vom Warum, das fast jedes Wie des Lebens erträglich mache, (übrigens sehr frei) zitiert,⁵⁴ muss trotzdem bewusst bleiben, dass Nietzsche selbst von der umfassenden Sinnlosigkeit der ganzen Existenz und aller Wirklichkeit überzeugt war.⁵⁵ Darin liegt der Kerngedanke seines Nihilismus. Dieser spiegelt sich in dem bekannten Aphorismus in Menschliches, Allzumenschliches (1878/1886) wider, wo Nietzsche die Menschheitsgeschichte mit den Worten kommentiert: „Die ernsthafteste Parodie, die ich je hörte, ist diese: ‘im Anfang war der Unsinn, und der Unsinn war, bei Gott!, und Gott (göttlich) war der Unsinn’.“⁵⁶

Auch wenn hier generell alle Sinndeutungen des Menschen als illegitim und verfehlt abgetan werden, so ist diese Sinnkritik dennoch nicht ganz so radikal wie später die der Postmoderne. Nietzsche beschreibt und beklagt einerseits mit großem Entsetzen das unaufhaltsame Voranschreiten des von Sinnlosigkeit und Inhumanität geprägten Nihilismus als Folge einer teleologisch-utilitaristisch-rationalistischen

49 Vgl. Jean Baudrillard, Der Tod der Moderne. Eine Diskussion, Tübingen 1983, 103.

50 Jean Baudrillard, Die fatalen Strategien, München 1985, 85. (dt.: Les stratégies fatales, Paris 1983)

51 Vgl. Viktor E. Frankl, Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. Vierte, vom Autor durchgesehene, verbesserte und ergänzte Auflage, Frankfurt a. M.: Fischer TB-Verlag 1987, 58f und 141.

52 Hans Blumenberg, Die Sorge geht über den Fluss, Frankfurt a. M.: Suhrkamp 1987, 79.

53 Vgl. Jürgen Habermas, Der philosophische Diskurs der Moderne, Frankfurt a. M.: Suhrkamp 51996 (EA: Frankfurt a. M. 1985), 104ff. (stw 749)

54 Vgl. u.a. Frankl, Ärztliche Seelsorge, a.a.O., 90.

55 Vgl. Grom / Schmidt, Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens, a.a.O., 56.

56 Friedrich Nietzsche, Menschliches, Allzumenschliches II, Aph. 22, in: Ders., Werke in drei Bänden. Hrsg. von Karl Schlechta, Darmstadt: Wiss. Buchges. 1997, Bd. I, 750.

Weltanschauung, glaubt aber, diesen sinnlosen Zustand durch ein Konzept der „Sinn-Setzung“ überwinden zu können. „Der Übermensch ist der Sinn der Erde. Euer Wille sage: der Übermensch sei der Sinn der Erde!“⁵⁷ Es gibt keine „an sich“ sinnvolle Welt, deren Sinn aufgespürt werden könnte. Es ist der Übermensch, der den Sinn schafft und ihn der Erde gibt. Er selber setzt sich die Werte, an die er sich bindet. Deswegen kennt Nietzsche keinen Sinn an sich, sondern nur einen „Menschen-Sinn“.⁵⁸ Als Alternative zum Nihilismus führt er also den „Übermenschen“ ein, welcher der Sinn der Erde, ja der Sinn des Seins selbst ist, insofern er ihr den Sinn verleiht. Sinn heißt jetzt nichts anderes als „das Leben selber schaffen“.⁵⁹ Letztlich sieht aber Nietzsche selbst, dass der Übermensch mit seinem Willen zur Macht überfordert ist, und verlegt die Hoffnung auf den Sinn des Lebens in die Idee der ewigen Wiederkehr des Gleichen.⁶⁰

Nietzsche lehnt mit der Kritik am Sinn vor allem das Zweck- und Absichtsdenken bzw. das Zweck-Wollen und die ihr zugrunde liegende Wertschätzung ab. Diese erzeugen bloß ein System der Knechtschaft und sind deshalb für ihn Ausdruck des zum Nihilismus führenden und in ihm gipfelnden „Willens zur Macht“. Das Bedrohliche am Zweckdenken liege darin, dass der Sinn dem konkreten Geschehen selbst abgesprochen und in eine übergeordnete Größe (z.B. in das Leben nach dem Tod) verlegt wird. Glück und Erfüllung des Menschen muß aber das Dasein selber rechtfertigen.⁶¹ Es sind „Verächter des Leibes“, die Sinn und Geist als anzustrebendes Telos an das Ende der Dinge setzen.⁶² Das Große am Menschen besteht darin, dass er „eine Brücke und kein Zweck“ ist⁶³ und Sinn und Geist seine „Werk- und Spielzeuge“ sind.⁶⁴ Das Zweckdenken setzt nach Nietzsche umgekehrt nicht nur „ein System von gehorchenden und eingeschulten Werkzeugen“⁶⁵ voraus, es macht vor allem die konkrete Wirklichkeit zum wert- und sinnlosen Nichts.⁶⁶ Wer dagegen annehmen kann, dass über allen Dingen der Zufall steht, der findet die wahre Freiheit. Der Zufall eröffnet ein Lebensgefühl von himmlischer Unschuld und Heiterkeit: „Von Ohngefähr‘ - das ist der älteste Adel der Welt, den gab ich

allen Dingen zurück, ich erlöste sie von der Knechtschaft unter dem Zwecke. Diese Freiheit und Himmels-Heiterkeit stellte ich gleich azurner Glocke über alle Dinge.“⁶⁷

d) Notwendigkeit einer Revision des Sinn-Verständnisses der LT/EA?

Damit dürfte deutlich geworden sein, dass trotz aller inhaltlichen Affinität die Sinn-Kritik in der Postmoderne doch nochmals eine andere Struktur und Stoßrichtung aufweist als im Nihilismus Nietzsches. Sie ist irgendwie noch radikaler, insofern sie sich nicht auf die Behauptung der Unsinnigkeit des Daseins beschränkt, sondern die Form der grundsätzlichen Leugnung von Sinn als einer existentiell relevanten Wirklichkeit annimmt. Dem Sinn wird abgesprochen, ein legitimes Deutungsmuster und ein Paradigma der Lebensorientierung des Menschen zu sein. Man leidet nicht an der Sinnlosigkeit, sondern an der Sinnhaftigkeit des menschlichen Lebens, am Postulat, alles und jedes müsse einen Sinn haben bzw. einem höheren Zweck dienen.

Andererseits bestätigt aber gerade der Rückblick auf Nietzsche die Vermutung, dass die Sinn-Kritik der Postmoderne sich schwerpunktmäßig auf ein bestimmtes Sinnkonzept fokussiert und die Möglichkeit nicht ausgeschlossen ist, dass auch von postmodern geprägtem Denken Sinn als etwas Sinnvolles akzeptiert werden kann. Insbesondere scheint der Zugang zu einem alltäglich praktizierten existentiellen Sinnverständnis offen zu bleiben. Die postmoderne Leugnung der Sinnkategorie kann also insofern relativiert werden, als sie primär als Kritik an totalisierenden Deutungsmustern menschlicher Existenz begriffen werden muss. Zudem weist die postmoderne Gesellschaft in ihren Alltagserscheinungsformen genau jene Kennzeichen auf, die Frankl bereits 1971 (auf einem Vortrag in Warschau) als die Symptome einer neuen kollektiven Neurose angeführt hat, nämlich das „Fehlen von Interesse“ und den „Mangel an Initiative“. Deren letzte Ursache ortet er in einem „abgründigen Sinnlosigkeitsgefühl“.⁶⁸ Wenngleich Vorsicht geboten ist mit der Rede von kollektiven Neuro-

57 Friedrich Nietzsche, Also sprach Zarathustra. Zarathustras Vorrede, 3, in: Ders., Werke in drei Bänden. Hrsg. von Karl Schlechta, Darmstadt: Wiss. Buchges. 1997, Bd. II, 280.

58 „Werte legt erst der Mensch in die Dinge, sich zu erhalten, - er schuf erst den Dingen Sinn, einen Menschen-Sinn! Darum nennt er sich ‘Mensch’, das ist: der Schätzende.“ Nietzsche, Also sprach Zarathustra. Die Reden Zarathustras. Von tausend und einem Ziele, a.a.O., 323.

59 Vgl. Reinhard Löw, Nietzsche und der Sinn, in: Herbert Csef (Hg.), Sinnverlust und Sinnfindung in Gesundheit und Krankheit, a.a.O., 99-110.

60 Vgl. Bernhard Pauleikhoff, Sinnsuche und Sinnfindung bei J. G. Hamann und Fr. Nietzsche, in: Herbert Csef (Hg.), Sinnverlust und Sinnfindung in Gesundheit und Krankheit, a.a.O., 83-97.

61 Vgl. Nietzsche, Also sprach Zarathustra. Zarathustras Vorrede, 3, a.a.O., 279-281.

62 Vgl. Nietzsche, Also sprach Zarathustra. Die Reden Zarathustras. Von den Verächtern des Leibes, a.a.O., 300f.

63 Vgl. Nietzsche, Also sprach Zarathustra. Zarathustras Vorrede, 4, a.a.O., 281f. Mit Brücke ist die „Brücke zum Übermenschen“ gemeint.

64 Vgl. Nietzsche, Also sprach Zarathustra. Die Reden Zarathustras. Von den Verächtern des Leibes, a.a.O., 300.

65 Friedrich Nietzsche, Aus dem Nachlass der Achtzigerjahre (Wille zur Macht), in: Ders., Werke in drei Bänden. Hrsg. von Karl Schlechta, Darmstadt: Wiss. Buchges. 1997, Bd. III, 877.

66 Vgl. Nietzsche, Aus dem Nachlass der Achtzigerjahre, a.a.O., 876f und 873.

67 Nietzsche, Also sprach Zarathustra. 3. Teil, Vor Sonnen-Aufgang, a.a.O., 416.

68 Vgl. Viktor E. Frankl, Der Mensch auf der Suche nach Sinn. Zur Rehumanisierung der Psychotherapie, Wien: Herder 1975, Vorwort.

sen, entbehrt es doch nicht einer psychologischen Konsequenz, dass in der westlichen Wohlstandsgesellschaft immer stärker depersonalisierende Tendenzen um sich greifen, die zunehmend mehr Menschen in die Arme von Depression, zügelloser Aggression und haltloser Sucht treiben. Daraus wird ersichtlich, dass der postmodernen Kritik am Sinnparadigma umgekehrt de facto eine massive Sinnkrise gegenübersteht, die allem Anschein nach auch wesentlich von der postmodernen Geisteshaltung evoziert wird. Das Ausmaß der Sinnkrise bestätigt paradoxerweise nicht zuletzt die grassierende Inflation an Sinnangeboten.

Die Wandlung im Verhältnis der Menschen zum Sinn als solchem hat aber trotz alledem seine - vielleicht subtilen, aber deswegen nicht spurlosen - Auswirkungen auf die Art der Suche nach existentieller menschlicher Erfüllung. Als Kinder unserer Zeit sind wir alle - als Sinn-Interessierte oder als „Sinn-Spezialisten“ - davon genauso betroffen wie unsere Klienten. Die LT/EA wird daher auf Dauer nicht umhin kommen, angesichts der Sinn-Kritik der Postmoderne ihr eigenes Sinn-Verständnis philosophisch (und in der Folge auch therapeutisch-methodologisch) neu zu überdenken. Es gilt m.E. vor allem zu prüfen, ob sie nicht einem zu teleo-

logischen Sinn-Begriff anhängt, der indirekt immer noch - wohl angereichert durch die materiale Wertethik Schelers - sehr bzw. zu massiv von der Logik der Kantischen Pflichtethik geprägt ist. Daraus resultiert m.E. der - trotz aller theoretischen Gegenbeteuerungen Frankls⁶⁹ - im subjektiven Erleben und Ankommen zu spürende appellative, bisweilen voluntaristisch anmutende Charakter der Frankl'schen Logotherapie. Im Bewusstsein des heutigen Menschen tritt dagegen stärker der Gedanke der Fülle des Lebens in den Vordergrund. Es scheint mir daher notwendig, das Wesen des Sinns - gerade auch im Hinblick auf die postmoderne Kritik am finalen Sinnkonzept - in Richtung Zweckfreiheit zu ventilieren, also stärker von der Erfahrung der Erfülltheit und vom reinen, bejahten Sein und Dasein her vertiefend zu entfalten. Das wird wiederum nicht möglich sein, ohne zugleich auch Wesen, ontologische Begründung und Stellenwert des Sollens neu zu überdenken.

Univ. Doz. Dr. Emmanuel J. Bauer
Toscaninihof 1
A-5020 Salzburg

2. Teil im nächsten Heft der Existenzanalyse

Rezensionsexemplare der GLE-Bibliothek

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

Beiglböck W., Feselmayr S., Honemann E. (Hg.) Handbuch der klinisch-psychologischen Behandlung. Wien/New York: Springer Verlag

Brückenschlag Zeitschrift für Sozialpsychiatrie - Literatur - Kunst, Band 14/98 Fremde Welten. Neumünster: Paranus

Brückenschlag Zeitschrift für Sozialpsychiatrie - Literatur - Kunst, Band 15/99 Orte der Heimat. Neumünster: Paranus

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

Finke Jobst Beziehung und Intervention. Stuttgart: Georg Thieme Verlag

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

Heuft G., Senf W. Praxis der Qualitätssicherung in der Psychotherapie: Das Manual zur Psy-BaDo. Stuttgart: Georg Thieme Verlag

Hoffmann N., Schauenburg H. (Hg.) Psychotherapie der Depression. Stuttgart: Georg Thieme Verlag

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

Laireiter Anton-Rupert (Hg.) Diagnostik in der Psychotherapie. Wien/New York: Springer

Larbig W., Tschuschke V. (Hg.) Psychoonkologische Interventionen. München/Basel: Ernst Reinhardt Verlag

Riemann Fritz Grundformen der Angst. München: Ernst Reinhardt Verlag

Rudolf Gerd Psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik. Stuttgart: Georg Thieme Verlag

Schieder Brigitta Märchen machen Mut. München: Don Bosco Verlag

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

Senf W., Broda M. Praxis der Psychotherapie. Stuttgart: Georg Thieme Verlag

Stumm G., Pritz A. (Hg.) Wörterbuch der Psychotherapie. Wien/New York: Springer

Tunner Wolfgang Psychologie und Kunst. Wien/New York: Springer

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

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

69 Vgl. Frankl, Ärztliche Seelsorge, a.a.O., 100f.

Der Individuationsprozess als Sinnerfahrung

Verena Kast

Wird gesetzter Sinn frag-würdig, so wird dieser Sinn nicht selten in einer Psychotherapie gesucht. Der Individuationsprozess wird theoretisch beschrieben und anschließend das Thema der Sinnfindung an einer Vignette aus einem therapeutischen Prozess sichtbar gemacht.

Erste Vorbemerkung

Beim Nachdenken über dieses Referat ist es mir klar geworden, dass ich mich schon lange nicht mehr frage, ob mein Leben einen Sinn hat. Dieses Faktum drückt wohl eine gewisse Sinngewissheit aus, die vermutlich etwas mit dem Alter zu tun hat, oder mit einer 35 Jahre langen Beschäftigung mit einer Form der Psychotherapie, in deren Mittelpunkt das Thema der Sinnfindung steht.

Ich gehe einfach einmal davon aus, dass das Leben sinnvoll sein kann, wenn Menschen denn schon immer wieder nach dem Sinn fragen, und dass der tiefste Sinn des Lebens wohl der ist, es zu leben, dann findet das eigene Leben wie von selbst zu seiner ureigensten Gestalt. Natürlich spreche auch ich davon, dass diese oder jene Unternehmung oder Anstrengung wohl keinen Sinn macht, also kaum eine Wirkung in die von mir als richtig anerkannte Richtung bringen könnte, und ich wähle dann etwas, was mir sinnvoller erscheint. Einige Erfahrungen im Leben erschienen und erscheinen mir ausgesprochen sinnlos; das zu akzeptieren scheint mir auch wichtig zu sein, um den Sinn zu erkennen. Dennoch: Wir können den Dingen einen Sinn geben, wir können Sinn stiften, wir sind aber auch getragen von Sinnerfahrung, Sinnerfahrung kann sich ereignen, wenn wir offen sind dafür.

Sinn verweist darauf, dass bedeutungsvolle Zusammenhänge gesehen, geschaffen und erfahren werden können, und diese Zusammenhänge geben ein Ganzes, eine gute Gestalt. Die Emotionen, die damit verbunden sind, sind Interesse, Zufriedenheit, Freude, Hoffnung - die gehobenen Emotionen also.

Zweite Vorbemerkung

Mich fasziniert, dass Menschen, auch wenn sie mitten im Leben sind, eine Intuition, Vision oder Phantasie von ihrem Leben als Ganzem haben, auch wenn wir denken,

wir könnten eigentlich nur auf das faktisch Gelebte zurückgreifen. So können auch Menschen, die gar nicht so besonders reflexiv mit ihrem Leben umgehen, im Hinblick auf eine Entscheidung sagen, dass sie sich so nicht entscheiden dürfen, weil sonst ihr Leben als Ganzes aus dem Tritt käme, oder gar ihr Leben als Ganzes nicht mehr in Ordnung kommen könnte. Oder Menschen sagen, sie könnten eine Entscheidung nicht fällen, weil das nicht zu ihnen passen würde, eine andere können sie durchaus fällen, auch wenn sie eine wichtige Veränderung im Erleben von Identität bewirkt. Wir Menschen müssen eine Ahnung davon haben, was unser Leben denn als Ganzes sein kann, und wir haben auch den Wunsch, dass dieses Leben letztlich ein "gutes Leben" sein soll - und wir haben eine Ahnung, was denn zu unserer Persönlichkeit als Ganzer gehört, auch wenn wir vieles davon noch nicht wissen können.

Treffen wir Entscheidungen, die in dieses weitgehend unbewusste Konzept von unserem letztlich "guten Leben" passen, die letztlich unsere Identität bestätigen, dann erscheint uns Leben wohl sinnvoll.

Individuationsprozess als Sinnerfahrung?

Wenn gesetzter Sinn frag-würdig oder fraglich wird oder gar abhanden kommt, dann gibt es Menschen, die sich psychotherapeutische Hilfe holen.

Der Individuationsprozess, der sich im wesentlichen in der schöpferischen und in der konflikthaften Auseinandersetzung mit Symbolen innerhalb einer therapeutischen Beziehung ereignet, ist die Theorie, auf der die Jungsche Therapie gründet.

Jung war meines Wissens der erste Forscher, der einen Entwicklungsprozess der zweiten Lebenshälfte postulierte. Dieser Entwicklungsprozess wird definiert als Individuationsprozess, der besagt, dass wir im Laufe des Lebens immer mehr der oder die werden sollten, die wir eigentlich sind, immer echter, immer mehr wir selbst, immer stimmiger mit uns selbst. Als Symbol dafür wird immer wieder das Bild von einem Samen und dem daraus wachsenden Baum gebraucht. So muss aus einer Eichel eine Eiche werden, eine Eichel kann sich nicht entscheiden, zu einer Buche zu werden. Je nachdem, wo die Eichel hingefallen ist, wird sie sich aber etwas anders entwickeln. Die Stürme werden sie mehr oder weniger zerzausen, eine für sie gute Umgebung wird es ihr ermöglichen, zu einem stabilen Eichenbaum zu werden.

Der Individuationsprozess, so wie Jung ihn beschreibt,

ist einerseits ein Integrationsprozess: wir integrieren im Laufe eines Lebens die unterschiedlichen Seiten an uns, die zu uns gehören. Die Anregung dazu kann aus unserem Unbewussten kommen, oder auch aus der Auseinandersetzung mit der Mitwelt. Der Individuationsprozess ist aber auch ein Prozess der Abgrenzung, des Gewinnens von immer mehr Autonomie, mehr Freiheit. Abgrenzung: Einmal bedeutet das eine bewusste Auseinandersetzung mit dem kollektiven Bewusstsein, mit Rollen und Normen, mit Autoritäten, andererseits auch eine altersgemässe Ablösung von den Elternkomplexen, eine Auseinandersetzung mit Komplexen überhaupt, die uns nicht ermöglichen, das zu leben, was wir leben wollen, sondern die in uns einen gewissen Wiederholungszwang bewirken.¹ Im Individuationsprozess ist ein konsequentes Fragen nach "mir selbst" in der Beziehung zu meinem Unbewussten, meinen Mitmenschen, der Mitwelt. Und es gibt immer wieder Antworten, die mich als einmaligen Menschen mit einmaligen Anforderungen des Lebens zeigen, immer vorläufig, auf Korrigierbarkeit hin angelegt.

Jung bezeichnet den Individuationsprozess einerseits als internen, subjektiven Integrationsvorgang, d.h. in diesem Prozess stehend, lernt der Mensch immer mehr Seiten an sich kennen und tritt mit ihnen in Kontakt, verbindet sie mit dem Bild von sich selbst, z.B. durch Rücknahme von Projektionen. Andererseits ist der Individuationsprozess ein interpersoneller, intersubjektiver Beziehungsvorgang. Jung: "Denn die Beziehung zum Selbst ist zugleich die Beziehung zum Mitmenschen, und keiner hat einen Zusammenhang mit diesem, er habe ihn denn zuvor mit sich selbst."² Heute wird dieses Verhältnis nicht als zeitliches Nacheinander verstanden, sondern dialogisch: Die Beziehung zum Selbst und zum Mitmenschen bedingen einander.

Es geht also beim Individuationsprozess nicht nur um das Erreichen von Autonomie und damit von mehr Freiheit - darum geht es auch -, sondern immer auch um die Entwicklung zu mehr Beziehungsfähigkeit und um mehr Echtheit. Es geht um Autonomie innerhalb von Beziehung.

Individuation ist ein Prozess und letztlich auch ein Ziel. Als Ziel ist Ganzwerden eine Utopie, die wir nie erreichen, wir sind bestenfalls auf dem Weg, und auf diesem Weg bleibt man auch immer wieder einmal stecken. Der Prozess indessen erfüllt die Dauer des Lebens mit Sinn.³ Dieser Prozess besteht in einer kontinuierlichen Auseinandersetzung zwischen Bewusstsein und Unbewusstem, die sich in zwischenmenschlichen Beziehungsmustern und Spannungen zeigen. Diese Gegensätze müssen ausgehalten werden, bis sich neue Systeme bilden, die sich meistens auch in Symbolen zeigen. Im Verlaufe dieses Prozesses werden einige besonders wichtige Archetypen - wie Animus und

Anima (Bilder des geheimnisvollen Fremden oder der geheimnisvollen Fremden, die einerseits die Ablösung von den Elternkomplexen bewirken, andererseits mehr zur eigenen Mitte hinführen und die Beziehungen steuern) und die vielfältigen Bilder des Schattens - belebt.

Jung postuliert ein Zentrum im Menschen, das diesen Individuationsprozess intendiert und bewirkt: das Selbst, dem der Ichkomplex gegenübersteht.

Was versteht man unter dem Selbst im Jungschen Sinn?

Jung sagt vom Selbst, dass es ein wegweisendes Prinzip im Menschen sei, der geheime spiritus rector unseres Lebens, das, was bewirkt, dass wir sind und uns entwickeln.⁴ Das Selbst wirkt als apriorisches Gestaltungsprinzip in uns, das auch den Aufbau des Ichkomplexes und unser Gefühl der Identität steuert. Weiter wird das Selbst als Ursache für die Selbstregulierung der Psyche angesehen: Für Jung ist das psychische System - und das formulierte er schon 1916 - ein sich selbst regulierendes System wie auch der lebende Körper. Jung sah diese Selbstregulation vor allem darin, dass vom Unbewussten her Reaktionen gegen bewusste Einseitigkeiten zu erwarten sind, so dass die Integrität der Gesamtstruktur gewahrt bleibt, der Mensch aber dennoch fähig ist, seinen jeweiligen Standpunkt zu transzendieren, sich also zu wandeln.⁵

Das Selbst als zentraler Archetypus wird von Jung weiter beschrieben als Grund und Ursprung der individuellen Persönlichkeit und umfasst diese individuelle Persönlichkeit in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.⁶ Symbolisch erscheint das Selbst oft in der Vereinigung von Gegensätzen auch in abstrakten Symbolen, die eine Ganzheit symbolisieren und deren Wesen es ist, dass viele mögliche Gegensätze in ihnen enthalten, aber nicht aufgehoben sein müssen, z.B. als Kreis, Kugel, Kreuz usw.

Wird der Archetypus des Selbst erlebt - meistens in Träumen oder gemalt in Bildern -, dann entsteht ein Lebensgefühl der Selbstzentrierung, der Schicksalhaftigkeit einer Situation, begleitet vom Erleben einer fraglosen Identität und einem unabweisbaren Sinnerleben und einem sicheren Selbstwertgefühl. Das Selbst gilt denn auch strukturell als Archetypus der Ordnung und der Selbstzentrierung, von der Dynamik her ist es der Archetypus, der zur Selbst-Werdung anregt.

Bei den Archetypen handelt es sich um anthropologische Konstanten des Erlebens, des Abbildens, des Verarbeitens und des Verhaltens. Sie sind Ausdruck der Menschenart des Menschen.⁷ Der Archetypus ist einerseits ein strukturgebender Faktor im psychischen und im physischen

1 Kast Verena (1994) Vater-Töchter, Mutter-Söhne. Wege zur eigenen Identität aus Vater- und Mutterkomplexen. Kreuz: Stuttgart

2 Jung Carl Gustav, Die Psychologie der Übertragung. In: Gesammelte Werke (GW) 16, §445. Olten: Walter

3 Jung Carl Gustav, Die Psychologie der Übertragung. In: GW 16, §400

4 Jung Carl Gustav, GW 9/II, §257

5 Jung Carl Gustav, Die transzendente Funktion. In: GW 8, §159

6 Jung Carl Gustav, Die Konjunktion. In: GW 14II, §414

7 Jung Carl Gustav, Die psychologischen Aspekte des Mutterarchetypus. In: GW 9/I, §152

Bereich, andererseits ein dynamischer Faktor. Das heißt, Menschen haben in bestimmten Lebenssituationen vergleichbare Emotionen, vergleichbare Bilder, ähnliche körperliche Reaktionen und ein ähnliches Verhalten. Archetypen an sich sind vorgegebene Kategorien, die uns helfen, die vielen Wahrnehmungen, Emotionen etc. zu ordnen, chaotische Eindrücke in sinnvollen Einheiten zu bündeln. Die archetypischen Vorstellungen, die archetypischen Bilder, die auf dieser Struktur beruhen und die Bilder sind, die sich in der Menschheitsgeschichte schon immer nachweisen lassen, sind faszinierend, numinos, haben die Qualität der religiösen Erfahrung, wecken starke Gefühle und geben uns das Gefühl, etwas Bedeutendes zu erleben. Diese archetypischen Bilder sind in der Regel vermittelt durch unsere persönlichen Komplexe, werden durch diese auch individuell eingefärbt. Komplexe werden verstanden als internalisierte Repräsentationen schwieriger generalisierter Beziehungserfahrungen, die emotional betont sind und die sich als Beziehungsmuster samt der damit verbundenen Emotion leicht wieder konstellieren und in der therapeutischen Beziehung auch bearbeitet werden können.⁸

Aber archetypische Strukturen helfen nicht nur, die Welt und uns selbst sinnvoll zu erkennen, mit emotional verstörenden Situationen gut umzugehen, von ihnen gehen auch neue, schöpferische Impulse aus. Sie haben Unabgegoltene⁹ in sich, können Phantasieelemente wecken, die der psychischen Entwicklung des einzelnen dienen, ja sogar auf dem Wege der Phantasie Erlebnisse ermöglichen, die im konkreten Leben zu wenig erlebt worden sind, und die dann durch die Phantasie überhaupt initiiert, oder zumindest verstärkt werden, also eigentlich schöpferische Impulse hervorbringen. Jung spricht davon, dass der schöpferische Prozess in einer „unbewußten Belebung des Archetypus und in einer Entwicklung und Ausgestaltung desselben bis zum vollendeten Werk“ bestehe, wobei „die Gestaltung des urtümlichen Bildes ... gewissermaßen eine Übersetzung in die Sprache der Gegenwart“¹⁰ sei.

Das Selbst wird gesehen als Archetypus der Ordnung und der Zentrierung, von dem aus ein Impuls zur Entwicklung, zur Selbst-Verwirklichung geht.

Das Selbst, von dem ich bis jetzt gesprochen habe, könnte man als das je eigene Selbst bezeichnen, das was die jeweilige Ganzheit für das Individuum anregt, und was durch das Ich realisiert werden muss. Das Verhältnis von Selbst und Ich ist das einer gegenseitigen Fundierung - keines kann ohne das andere existieren.

Jung spricht dann weiter auch von „dem Selbst“. „Das Selbst“ wäre dann der ewige oder universale Mensch in uns, „der runde, d.h. vollkommene Mensch der Ur- und Endzeit, Anfang und Ziel des Menschen überhaupt.“¹¹

Selbstverwirklichung, Individuation, wäre nicht nur

persönliche Notwendigkeit in dem Sinne, dass man nicht einfach als Kopie lebt, sondern dass man wirklich entwickeln kann, was in einem als je Eigenes auch angelegt ist, nicht nur etwas, was dem eigenen Leben Sinn und Bedeutung vermittelt, Individuation wäre auch eine Bemühung um die Entwicklung des Menschlichen an sich, des kollektiv Menschlichen. Das heißt aber auch: was mir geschieht, ist zwar für mich einmalig, aber es ist anderen auch schon geschehen und konnte bewältigt werden.

Jung erwähnt dann auch noch eine dritte Stufe des Selbst, und zwar nicht mehr aus dem eigenen Selbsterleben heraus, sondern in Anlehnung an den Alchimisten Dorneus, der vertritt, dass der ganzheitliche Mensch sich mit dem Unus Mundus verbinden könne, der potentiellen ganzen Welt des ersten Schöpfungstages. Das hieße, dass das Selbst, zunächst intrapsychisches Zentrum des Menschen von großer Selbstregulierungs- und Anordnungskraft auch in der äusseren Welt, letztlich auch in einer Verbindung zum Kosmos als dem Ganzen steht. Letztlich wird durch diese Idee alles Lebendige als ein Organismus verstanden. Diese Idee, die in der Renaissance lebendig war, fasst heute durch die Ökologiebewegung auch wieder Fuß in unserem Denken.

Symbole als Wegmarken des Individuationsprozesses

Im Individuationsprozess lernen wir, dem Unbewussten Aufmerksamkeit zu schenken, das heißt, dass wir uns mit den Äußerungen des Unbewussten, mit Symbolen, Träumen etc., beschäftigen, aber auch mit Emotionen, vor allem aber auch mit Erfahrungen in Beziehungen, denn in der Auseinandersetzung mit dem Du, in Beziehungsmustern und in Beziehungssehnsüchten, zeigt sich sehr viel auch von unserer unbewussten Psyche. Oft werden die jeweils anstehenden Entwicklungsthemen in Symbolen an das Bewusstsein herangetragen, und in der schöpferischen Auseinandersetzung mit den Symbolen entwickelt sich die Persönlichkeit und lösen sich Probleme. Der Individuationsprozess ist eigentlich ein schöpferischer Prozess, der auch mit Methoden, die das Schöpferische fördern, unterstützt werden kann.

Das Symbolverständnis bei Jung ist ganz und gar von der Vorstellung getragen, dass der Psyche ein Drang innewohnt, sich zu entwickeln. Krank werden wir dann, wenn wir diesen Drang nicht mehr aufnehmen können. Weiter ist es im Zusammenhang mit diesem Entwicklungsgedanken davon bestimmt, dass alles Leben eine verborgene Zielgerichtetheit hat. In der Jung'schen Psychologie nehmen wir nicht nur sorgfältig alle Symbole wahr und gehen mit ihnen therapeutisch um, wir sehen zugleich die Alltags-

8 siehe Kast Verena (1994) Vater-Töchter, Mutter-Söhne. Wege zur eigenen Identität aus Vater- und Mutterkomplexen. Kreuz: Stuttgart
9 Jung Carl Gustav, GW 8, §339

Kast Verena (1990) Die Dynamik der Symbole. Grundlagen der Jung'schen Psychotherapie. Olten: Walter, 114ff.

10 Jung Carl Gustav, GW 15, §130

11 Jung Carl Gustav, Psychologie der Übertragung. In: GW 16, §416

wirklichkeit immer auch in ihrem symbolischen Verweisungszusammenhang. Wir sind damit einem Menschenbild verpflichtet, das den Menschen in einem umfassenden Sinnzusammenhang sieht, in schöpferischer Wandlung stehend, der fehlende Wandlung als bedrückend erlebt, zudem einem Selbstverständnis verpflichtet, für das alles Geschehen noch eine Dimension über das Offensichtliche hinaus hat und deshalb geheimnisvoll bleibt.

Symbole

Symbole, wie zum Beispiel ein Ring, eine rote Blume, ein Schiff usw. bestehen aus etwas sinnhaft Fassbarem, sie verweisen aber auch auf Hintergründiges. Symbole erleben wir in Träumen, in Phantasien, in Kunstwerken, in Faszinationen, im Alltag, in Märchen und Mythen, in Symptomen usw. Wird ein Symbol bedeutsam für unser Leben, dann beginnen wir, unsere aktuelle Lebenssituation auf dieses Symbol hin zu beziehen und zu verstehen. Symbole binden unser Interesse. Emotionen und Bedeutungen, die mit diesem Symbol verbunden sind, werden erlebt und erinnert. Leben im Zusammenhang mit diesem Symbol wird bedeutsam. Wir beginnen uns dafür zu interessieren, welche Bedeutung dieses Symbol in der Menschheitsgeschichte schon immer gehabt hat. Wir versuchen zu verstehen, welche Bedeutung für unser aktuelles Leben stimmig sein könnte. Das Symbol meint einerseits unsere ganz aktuelle existentielle Situation und verweist auch gleichzeitig auf Hinter-Gründiges, auf Zusammenhänge, lebensgeschichtliche und menschheitsgeschichtliche, die jeweils nicht besser als eben in diesem Symbol auszudrücken sind. Auch wenn wir meinen, ein Symbol zu verstehen, wenn wir mit ihm in Kontakt getreten sind, behält es doch immer noch einen Bedeutungsüberschuss in der jeweiligen Situation. Gerade dieser Bedeutungsüberschuss bewirkt, dass das Symbol Hoffnungen in uns erweckt, Erwartungen am Leben hält. Den Symbolen sind Erinnerung und Erwartung eigen. Für den therapeutischen Prozess sind Symbole Brennpunkte unserer menschlichen Entwicklung, Verdichtungskategorien: Lebensthemen, Konflikte, die einerseits unsere Schwierigkeiten ausmachen, aber auch unsere Lebensmöglichkeiten in sich bergen, unsere Entwicklungsmöglichkeiten abbilden. Zudem zeigen diese Symbole - und darauf hat Jung immer wieder hingewiesen -, dass unsere persönlichen Probleme meist typisch menschliche Probleme sind; Probleme, mit denen Menschen schon immer gerungen haben, was sich ja im Niederschlag der Dichtung, der Kunst, der Philosophie zeigt.

Religiöse Gefühle - religiöse Bedürfnisse

Symbole können tiefe Gefühle in uns wachrufen, Gefühle, die wir traditionellerweise als religiöse Gefühle be-

zeichnen und die Hingabe fordern. Religiöse Bedürfnisse gehören zum Wesen des Menschen. Aus der Geschichte der Kultur wird deutlich, dass der Mensch schon immer eine Beziehung hatte zu etwas, das ihn übersteigt, zu einem Absoluten hin. Das wird besonders in den Grenzerfahrungen des Lebens, wie Tod und Geburt sichtbar. Der Mensch hat dieses religiöse Bedürfnis einfach, es ist archetypisch. Man kann nicht nicht religiös sein¹², und das Absolute ist auf alle Lebensbereiche projizierbar: auf Macht, auf Sexualität, auf Geld, auf Natur usw. Alles kann im Grunde genommen "vergottet" werden und dann auch die totale Hingabe fordern.

Dadurch, dass das Bedürfnis, in irgendeiner Weise Transzendenzerfahrungen zu machen, in unserer post-traditionalen Gesellschaft bei vielen Menschen immer noch mit "Gott" in Verbindung gebracht wird, Gott für sie aber nicht mehr existiert, gerät das Bedürfnis nach Transzendenz in den Schatten und wird projiziert und damit auch maskiert. Das Absolute, das Ganzmachende, das Heilmachende und die Beziehung dazu wird projiziert, dadurch entstehen Fundamentalismen, Absolutismen. Vieles wird absolut gesetzt: etwa eine Diät, die man am besten mit einer Gruppe Gleichgesinnter befolgt. Denn das große Ganze, dem man angehören möchte, wird leicht auf eine Gruppe projiziert. Die religiösen Rituale wurden und werden oft in einer Gemeinschaft vollzogen, und auch dieses fehlt heute weitgehend. Zwar schauen viele Menschen die gleichen Fernsehprogramme an, aber eben nicht gemeinsam. Emotional intensive Lebenssituationen, die gemeinsam erlebt werden, sind heute die Sportveranstaltungen. Der Fußballplatz als die neue Kirche.

Die alte himmlische Seligkeit soll im Erdendasein sich verwirklichen lassen¹³, die Transzendenz ist nicht mehr in der Vertikalen, sondern in der Horizontalen herzustellen. Wenn es keine Heilserwartung mehr gibt, dann muss man sich das Heil schaffen. Und viele "wissen" heute, wie das Heil zu schaffen und zu vermarkten ist, und noch mehr sind froh, wenn sie endlich jemanden gefunden haben, der oder die weiss, wie "es geht". Transzendenz wird so auch auf die Zukunft projiziert: diese wird geradezu numinos: fascinosum et tremendum - wie früher Gott. Und wie man gut sein musste, um vor einem Gott bestehen zu können, muss man jetzt immer besser sein, um dann irgendwann die gelobte Zukunft gut zu erreichen. Dass man damit ständig die Gegenwart entwertet, das was ist, das, was wir schaffen, damit uns selbst - daran denken wir nicht.¹⁴

Wo also hin mit den religiösen Bedürfnissen? Wenn sie nicht projiziert sein sollen und wenn sie uns verhelfen sollten, in einer wirklichen Gegenwart und nicht in einer möglichen Zukunft zu leben?

Die religiöse Erfahrung ist für Jung von großer Bedeutung. Wie wesentlich sie für ihn war, kann man dem folgenden Zitat entnehmen:

12 Gross Peter (1994) Die Multioptionengesellschaft. Frankfurt/M: Suhrkamp, 248

13 Gross Peter, 371

14 Gross Peter, 405

“Wenn wir die psychologische Struktur des religiösen, das heißt ganzmachenden, heilenden, rettenden, allesumfassenden Erlebnisses zu definieren versuchen, so scheint die einfachste Formel ... die folgende zu sein: Im religiösen Erlebnis begegnet der Mensch einem seelisch übermächtigen Anderen.”¹⁵ Und nur das Übermächtige, welchen Ausdruck es auch annimmt, fordert den Menschen als Ganzes heraus und zwingt ihn, “als Ganzheit zu reagieren.”¹⁶

Als Ganzheit zu reagieren ist wohl das Äußerste, was ein Mensch zu tun vermag und ist etwas, das dem Menschenleben die wesentlichste Sinnerfahrung und Existenz-erfahrung vermittelt. Das kann man erleben, wenn etwas ganz Einschneidendes im Leben eines Menschen sich ereignet, etwa der Tod eines geliebten Menschen, und dieser trotz allem nicht untergeht, sondern ungeahnte Kräfte und Seiten nach und nach neben dem Schmerz sichtbar werden. Erich Fromm sagte in diesem Zusammenhang: “Sich ganz zu geben ist der einzige Weg, selbst zu sein”¹⁷ - eine wichtige Form der Transzendenzerfahrung. Die Neurowissenschaften postulieren heute, dass Veränderungen nur über die Erfahrung von starken Emotionen möglich sind.

Der äusseren Erfahrung, auch der wissenschaftlichen Erfahrung, muss in der Sicht von Jung eine innere Erfahrung entgegengestellt werden, und das ist die religiöse Erfahrung. Dabei sieht er das Unbewusste als eine zunächst fassbare Quelle religiöser Erfahrung, wendet sich aber dagegen, dass das Unbewusste mit “Gott identisch oder an die Stelle Gottes gesetzt” wird.¹⁸

In seinem Alterswerk, dem *Mysterium Conjunctionis*, spricht Jung von der “religio” als einem ständigen Fließen des Interesses zum Unbewussten hin, eine Art von ständiger Aufmerksamkeit, die man auch Andacht nennen könnte, und die es ermöglicht, dass unbewusste Inhalte leichter im Bewusstsein erfahren werden können.¹⁹ Heute könnte man diese Aussage dahingehend ergänzen, dass das Fließen des Interesses vom Bewusstsein zum Unbewussten und vom Bewusstsein zur Welt hin sich ereignen sollte, dass eine Durchlässigkeit zugelassen werden müsste.

Die Sehnsucht nach der Qualität des Göttlichen, nach der Qualität des Heiligen, treibt den Menschen von einem narzisstischen Standpunkt weg, und öffnet diesen, die Fixierung auf das Ego wird aufgehoben, zugunsten einer Öffnung zu den Menschen hin, aber auch zu Erfahrungen in der eigenen Seele, die Ordnung, Zentrierung und Offenheit zu einem grösseren Ganzen, zum Selbst, versprechen Freiheit.

Lebendige Symbole

Die großen religiösen Symbole (z.B. Ostern) gehören

zur Welt des kollektiven Bewusstseins und des kollektiven Unbewussten: sie sind uns zugänglich und haben in sich eine Verbindung zum kollektiven Unbewussten, was auch wieder bedeutet, dass der Mensch eine Verbindung zu seinen Wurzeln und den Wurzeln des Menschseins hat. Die Erfahrung von religiösen Symbolen ist eine archetypische Erfahrung. Das heißt, in der Psyche konstellieren sich immer wieder jene Bilder, die man braucht, um chaotische Lebenssituationen zu überstehen, sehr oft sind es Bilder von Neuanfang (Schöpfungsmythen). Eine solche Verbindung könnte in einer Zeit der Orientierungslosigkeit, in einer Zeit, in der man sich fragt, was denn letztlich noch gültig ist, was trägt, sehr wichtig werden.

Was aber, wenn die Symbole nicht mehr lebendig sind, wenn sie uns eben nicht mehr mit unseren Wurzeln verbinden, wenn die religiösen Symbole Studien- oder Kunstobjekte geworden sind? Wenn sie nur noch intellektuelles oder ästhetisches Interesse zu wecken vermögen? In der analytischen Arbeit wird der Analysand oder die Analysandin darauf hin ausgerichtet, sich mit den Symbolen, die sich in der Psyche zeigen, zu konfrontieren, sie zu akzeptieren, sie zu meditieren und zu gestalten. Die Analyse muss zu den persönlich bedeutsamen Symbolen hinführen. Und diese können zu verschiedenen Zeitpunkten des Lebens verschieden sein. Und das, so sagt Jung, bedeute auch, dass der Mensch seine Seele wieder finde.

Es ist nun aber nicht einfach so, dass man anstelle eines Gottes das Unbewusste setzen kann, dass man seine eigenen Träume und Fantasien konsumierend, einfach so zu Sinnerfahrungen kommen könnte. Diese sind Folge einer intensiven, unermüdlichen Auseinandersetzung zwischen dem Bewusstsein und dem Unbewussten - und wenn man Glück hat, dann ereignet sich immer einmal wieder so etwas wie Sinnerfahrung. Dabei sind natürlich Techniken ein Gewinn, die helfen, sich dem Unbewussten gegenüber zu öffnen, wie Imagination, Meditation und alle Arten von Konzentrationsübungen, Methoden, die dem Unbewussten Gelegenheit geben, sich auszudrücken, wie Malen, Musik usw. Aber sie sind nicht das Ziel.

Vignetten aus einem Individuationsprozess

Es ist ein großer Irrtum zu meinen, dass ein Mensch, der sich in einem Individuationsprozess befindet, sich ständig nur mit großen Bildern abgibt. Auch diese Form der Therapie hat mit Bewältigen von Alltag zu tun, mit Verändern von Beziehungsmustern zu anderen Menschen, aber auch zur Welt im allgemeinen. Auch wir sprechen von Konflikten, davon, dass wir an Komplexkonstellationen arbeiten müssen, dass Spannungen auszuhalten sind, damit es sich zeigt, wohin denn der Entwicklungsimpuls der Seele geht. Treten aber Bilder auf, die den Menschen er-

15 Jung Carl Gustav, Ein moderner Mythos. In: GW 10, §655

16 Jung Carl Gustav, GW 10, §655

17 Fromm Erich, Einleitung ... In: GW 9, München: dtv, 387

18 Jung Carl Gustav, GW10, §565

19 Jung Carl Gustav, *Mysterium Conjunctionis*, GW 14/1, §186

greifen, reduzieren wir diese nicht, sondern lassen sie in ihrer Numinosität wirken und beobachten, was sie vom Menschen wollen, bei dem sie aufgetaucht sind.

Fallbeispiel

Eine 42-jährige Frau möchte Therapie haben, weil sie das Leben sinnlos und die Welt und sich selber bedeutungslos findet. So sieht sie aber eigentlich gar nicht aus, eher wie jemand, die ihr Leben sehr gut im Griff hat. Sie sagt von sich außerdem, sie sei kurzatmig geworden, der Arzt hätte aber keinen Befund ausmachen können. Es störe sie aber: sie komme ständig außer Atem, obwohl sie wöchentlich mindestens zwei Mal Fitness trainiere.

Sie erzählt denn auch, sie habe mit knapp 30 Jahren auf ihrem Gebiet (sie ist Designerin) eine Erfindung gemacht, die ihr viel Geld und viel Ansehen eingebracht habe. Seither verteidige sie ihre Marktstellung und passe auf, dass nicht zuviel von ihren Ideen geklaut würden. Das sei anstrengend - aber das sei halt so in dieser Branche.

Sie lebt mit einem Mann zusammen, die Beziehung "funktioniere prima", sie sei "total gut durchorganisiert". Sex hätten sie am Wochenende, "vorausgesetzt, beide seien Zuhause." Sie haben keine Kinder. Das ist eine Abmachung. Ihr Partner hat Kinder aus einer ersten Ehe, sie selber will keine Kinder.

An den Wochenenden oder in den Ferien, die das Paar recht häufig miteinander verbringt, habe sie sich früher für vieles interessiert, sich Kunst angesehen usw. und dann auch jeweils selber wieder gezeichnet und Ideen gehabt. Jetzt fehle ihr die Geduld, etwas wirklich anzusehen. Sie empfinde alles als so sinnlos, es gäbe doch kaum etwas Neues unter der Sonne.

Wir sprechen über ein mögliches Therapieziel: Sie möchte ihre Kreativität wieder finden - dann wäre Leben wieder sinnvoll. Sie sieht ihr Problem als ein Managementproblem ihres Lebens. Sie möchte sich in der Therapie so positionieren, dass es möglichst wenig Energieverluste gibt. Wir müssten also unsere Kommunikation optimieren, Unvorhergesehenes minimieren, das heißt, Probleme voraussehen und Strategien zu deren Lösung entwickeln. Ob ich eine Technik hätte, um ihre Kreativität wieder zu beleben?

Ich sage ihr, Lebensbewältigung als Managementaufgabe, das habe sie sicher sehr kompetent bis jetzt gemacht; Kreativität lasse sich offenbar nicht gleichermassen managen. Für das Management fühlte ich mich auch nicht zuständig, das könne sie besser. Eine therapeutische Beziehung sei in meinen Augen eine immer wieder neu stattfindende Begegnung, in der sich Beziehungsmuster zeigen würden, die in dieser Beziehung verändert werden könnten, und bei dieser Begegnung sei auch eine Öffnung zum Unbewussten hin, zu den Träumen und zu den Phantasien hin intendiert. Damit sei es wahrscheinlich, dass wir Einfälle aus ihrer Psyche finden könnten, die zeigen würden, wohin die Entwicklung gehe. Eine Konsequenz dieser Einstellung: Ich möchte nicht informiert werden, sondern ich möchte möglichst gute Geschichten erzählt bekommen,

damit wir gemeinsam in einen narrativen Raum eintreten könnten, wo Veränderungen möglich seien. Ich könnte ihr deshalb auch keinen Zeitplan vorlegen ...

Eine Frau also, die ihr Leben organisatorisch wunderbar im Griff hat, aber so hart zugreift, dass nichts mehr geschehen kann. "Alles" ist unter Kontrolle - oder vielleicht gerade noch mühsam unter Kontrolle. Und so soll das Leben weitergehen, und die Kreativität soll auch wieder ein Bestandteil dieses Lebens sein. Es ist kein Raum da für Einfälle, für Unvorhergesehenes, für Fremdes.

In den therapeutischen Gesprächen erleben wir immer wieder den einen Widerspruch. Sie fragt: Was will ich vom Leben? Ich frage: Was will das Leben von Ihnen? Ich lobe ihre Effizienz im Umgang mit ihrem äußeren Leben und frage beharrlich nach ihrem inneren Leben, nach Gefühlen, nach Fantasien, nach Träumen.

Die Analysandin bringt einen Traum in die 21. Stunde

Ich bin in einer dünnen Landschaft, ich wandere, aber eigentlich marschiere ich rasch, als ob ich zu einem bestimmten Zeitpunkt an einem bestimmten Ort sein müsste. Ich bin durstig. In dieser Landschaft hat es viele Brunnen. Aber immer, wenn ich voll Hoffnung zu einem Brunnen komme, ist es wieder ein Brunnen ohne Wasser. Ich sage laut (etwa nach dem 5. Brunnen): Das ist ja wie verhext ...

Ihre Einfälle: Es war ein ganz langer Traum, ich weiss gar nicht, an wie vielen Brunnen ich vorbei gekommen bin. Ich habe den Eindruck von einem ganz langen Gehen - und großem Durst - und der wurde immer mehr. Einmal im Traum fiel mir noch ein, was mir jetzt all mein Geld nützt, wenn ich einen solchen Durst habe, und nicht einmal Wasser trinken kann. Es ist doch wirklich wie verhext: Wo Brunnen sind, da gibt es normalerweise Wasser.

Sie kann den Traum auf ihr aktuelles Lebensgefühl übertragen: Ich habe wirklich Durst, Lebensdurst. Mein Leben ist einfach nicht saftig im Moment.

"Wie verhext ...?" Was fällt ihr dazu ein?

"Das sagt man halt so. Meine Mutter war überhaupt keine Hexe. Sie war eine Frau, die ganz viele Geschichten erzählt hat, und sie hat sie auch noch dargestellt. Manchmal gezeichnet, manchmal mit Holzstücklein dargestellt, oder schnell aus Karton Figuren ausgeschnitten und geklebt - von ihr habe ich wohl mein Talent." Und nach einer Pause: "Sie brachte es zu nichts."

(Die Mutter starb mit 44 Jahren, die Patientin war damals 21. Sie hat noch einen Bruder, der 2 Jahre älter ist. Ihr Vater bewundert sie wegen ihrer Tüchtigkeit.)

Sonderbar: meine Mutter hat es zu nichts gebracht, aber ihr fiel immer etwas ein - ich habe es zu etwas gebracht, und mir fällt nichts mehr ein.

Meine Mutter hat nichts gemacht aus ihrem Talent, und dann ist sie gestorben, oder umgekehrt: ist sie gestorben, weil sie nichts gemacht hat aus ihrem Talent? Die Patientin streift die Frage, ob ein Leben sinnlos ist, wenn es nur 44 Jahre gedauert hat. Es folgen Überlegungen, ob die Länge eines Lebens entscheidend ist oder die Intensität. Die

Analysandin findet dann, man müsse das Leben eh nehmen wie es komme, aber das intensive Leben sei allemal gut, denn über die Länge wisse man ja nichts ... Sie fürchtete sich davor, mit 44 Jahren auch zu sterben wie die Mutter. Dieses Thema, das hier erstmals gestreift wurde, wurde später zentral auch im Zusammenhang mit ihrem Kinderwunsch.

Immer wieder kam sie zurück zu den Brunnen: Die Mutter hatte viele Brunnen, ich hatte auch viele Brunnen, aber jetzt haben diese kein Wasser mehr.

Sie stellt fest, dass sie in der Therapie eigentlich schon kreativ sei, denn wir seien miteinander kreativ. Sie habe diese Erfahrung noch nie gemacht: dieses Spielen mit Symbolen, die Einsichten, die sie plötzlich habe, das sei schon kreativ, aber natürlich nicht dasselbe, wie künstlerische Kreativität in ihrem Arbeitsbereich.

Ihre Problematik stellt sich jetzt symbolisch dar. Bezeichnete sie ihr Leben zu Beginn als sinnlos und wertlos, etwas, das sie auch körperlich sehr stresst, so wird das symbolisch ausgedrückt im großen Durst und im Fehlen des Wassers. Und das alles ist irgendwie "verhext".

Wenn etwas verhext ist, dann muss man es eben "enthexen".

Mir fällt dazu ein Märchen ein, das ich der Analysandin erzähle.

Miteinander gestaltet man die analytische Beziehung oder auch die analytische Begegnung. Ich hätte natürlich schweigen können, aber dieser "Gegenübertragungseinfall" ist mir einfach gekommen, und wir haben in der Jungschen Schule die Tendenz, über die Gegenübertragung zu sprechen, soweit sie mit dem Wirkungskreis der Analysandin zusammenhängt. Man kann diesen Einfall auch verstehen als ein Versuch, die persönliche Problematik der Analysandin in einen größeren Zusammenhang hineinzustellen, in dem Sinne, dass das, was einem einzelnen Menschen geschieht, anderen Menschen auch schon geschehen ist, dass es darüber auch Geschichten gibt, und dass diese Geschichten wiederum wie eine Schatztruhe von gestalteten Gefühlen und dem Verhalten daraus wirkt. Diese Geschichten sprechen meistens in Symbolen, sprechen also wiederum die Symbole in der eigenen Psyche an, unsere Psyche gibt eine Resonanz auf diese Geschichten - oder auch nicht. In diesem Falle würde man den Einfall einfach nicht weiter beachten. Wahrscheinlich lag diese Geschichte bei mir schon lange ahnungsweise bereit als Reaktion auf die ganze Lebenssituation der Analysandin, und es ging darum, sie im richtigen Moment, im guten Moment einzubringen.

Auch das gehört zu einem Individuationsprozess: das Beziehen auf Material, das kollektiv bedeutsam ist, wobei es sehr wichtig ist, dass man dann in der Resonanz auf das kollektive Symbol den eigenen Weg findet.

Das Märchen heißt: „Die Frau, die auszog, ihren Mann zurück zu erobern“²⁰ und soll hier zusammengefasst dar-

gestellt werden:

Ein König und eine Königin hatten drei Söhne. Der Älteste war selber verheiratet und hatte Kinder. Der König war fast schon etwas alt, aber er war noch rüstig und wollte weiter herrschen. Da spazierte er eines Tages im Garten, schaute in die Luft hinauf, da fiel ihm Kot von einem Vogel in die Augen und er wurde blind. Das verdross ihn sehr. Er liess alle Ärzte des Landes kommen, und als diese nicht helfen konnten, alle Hexenmeister. Einer wusste Rat. Ganz am Ende der Welt, auf einer felsigen Insel, da gebe es ein Schloss. Im Schlosshof gebe es einen Brunnen mit Zauberswasser. Wasche er sich damit die Augen, dann könne er wieder sehen. In dem Schloss aber wohne eine Hexe.

Der König ließ seine Söhne holen und versprach dem, der ihm das Zauberswasser bringe, sein Reich nach seinem Tode. Der Jüngste machte sich auf die Reise, ritt 49 Tage und Nächte lang - und dann kam er an das Ende der Welt. Ein alter Fischer, der da sass, fragte ihn, wohin er wolle. "Ich will übers Meer zum Hexenfelsen, denn mein Vater ist blind geworden, und ich soll ihm das Zauberswasser bringen." Der Fischer warnte ihn, die Hexe sei eine Tochter des Teufels, sie verzaubere die Ritter. Der Junge ließ sich nicht beirren und bat den Fischer, sein Pferd in den Stall zu stellen und ihn überzurudern. Das tat der Alte.

Der junge Prinz kletterte den Schlossfelsen hinauf, kein Mensch war im Schlosshof, aber man hörte einen Brunnen plätschern. Neben dem Brunnen sass ein wunderschönes junges Weib. Er sagte, man habe ihn vor einer Hexe gewarnt, aber die junge Frau sagte ihm, es gebe keine Hexe, er solle sich ruhig das Wasser nehmen. Dann: "Du wirst hungrig und durstig sein, warte, ich bringe dir zu essen und zu trinken." Und weil die junge Frau gar so schön war, blieb er sitzen. Beim ersten Bissen aber, den er zu sich nahm, versank er in einen tiefen Schlaf und wurde zu Stein. Die Hexe - sie war das junge Mädchen gewesen - klatschte in die Hände, und der versteinerte Jüngling wurde in eine Gruft zu anderen versteinerten Rittern gebracht.

Als der Jüngste nicht zurückkam, ging der zweite. Auch er wurde vom Fischer gewarnt. Er aber sagte bloß: "Dann werde ich die Hexe mit dem Schwert dazu zwingen, meinen Bruder freizulassen und mir das Zauberswasser zu geben. Er zog sein Schwert, ging langsam auf den Schlossbrunnen zu und wollte seine Flasche füllen. Da trat aus dem Schloss ein wunderschönes Mädchen. Eine große Liebe ergriff ihn zu dem Mädchen und er fragte sie, ob er sie mit sich nehmen und heiraten solle. Er küsste sie, sobald seine Lippen die Lippen der Hexe berührt hatten, erstarrte er zu Eis - die Hexe klatschte in die Hände, und die Diener legten ihn in die Gruft neben seinen Bruder.

Dann ging der Älteste, um das Wasser des Lebens zu suchen. Auch ihn warnte der Fischer. Der Älteste aber sagte nur: "Ich werde sie töten, und alle, die in dem Zauberschloss wohnen."

Als er in den Schlosshof kam, war niemand zu sehen -

das Wasser plätscherte nur. Er füllte seine Flasche und machte sich auf die Suche nach seinen Brüdern. Er kam in die Küche, da sass eine alte Frau. Er fragte nach seinen Brüdern. Da verwandelte sich die alte Frau in seine Gattin, die umarmte ihn und sagte: "Ich bin hierhergeeil, um dir zu helfen." Er ließ sich umarmen, und da wurde auch er zu Stein.

Als keiner der Söhne zurückkam, wurde der alte König schwermütig, und schloss sich ein. Niemand kümmerte sich um die Regierungsgeschäfte. Die Frau des Ältesten aber weinte, und nach einem Jahr ließ sie sich in aller Heimlichkeit Männerkleider bringen, und ritt ans Ende der Welt. Der Fischer merkte, dass er eine Frau vor sich hatte und warnte sie. Sie aber sagte: "Für mich hat das Leben keinen Sinn mehr, und wenn ich die Prinzen nicht befreien kann, so will ich tot neben ihnen liegen." Da verriet ihr der Fischer, dass sich die Hexe in die Gestalten aller Frauen verwandeln kann, die die Ritter in ihrem Herzen tragen. Auch warnte er sie davor, etwas zu essen oder zu trinken anzunehmen.

Als die junge Frau in den Schlosshof tritt, sass eine junge Frau am Brunnen und sagte: "Junger Held, wie siehst du hungrig und durstig aus. Warte, ich werde dir zu essen und zu trinken bringen." Die Prinzessin antwortete nicht, zog ihr Schwert und ging auf die Hexe los. Die versuchte, das Bild der Geliebten im Herzen des Ritters zu lesen, aber sie forschte vergeblich danach. Sie wechselte mehrfach die Gestalt - umsonst. Das Schwert durchbohrte sie - und im Sterben erkannte sie das Geschlecht ihres Mörders: "Eine Frau ist der Tod".

Kaum war die Hexe tot, strömte das Gefolge der Hexe herbei. Mit dem Zaubwasser belebten sie die versteinerten Prinzen, der ganze Schlosshof füllte sich mit Prinzen und Rittern. Alle nahmen Lebenswasser mit und Gold und Edelsteine. Der Fischer musste lange rudern und bekam viel Gold und Edelsteine dafür.

Als der alte König hörte, seine Kinder seien wieder zurück, schloss er seine Kammer auf, die Prinzessin berührte seine Augen mit dem Zaubwasser, und er wurde wieder sehend. Der König dankte ab und befahl, sie solle seine Krone tragen, sein Sohn aber solle regieren.

Dieses Märchen, das mir als Gegenübertragungseinfall einfiel, hat nun auch als Märchen mit Sinnfindung zu tun. Dabei wird der Sinn jeweils projiziert - und vielleicht kann man gar nicht anders, als den Sinn immer wieder auf etwas zu projizieren, auf etwas, das uns der höchste Wert zu sein scheint. Sinnsetzung und höchster Wert gehören zusammen.

Der alte König projiziert den Sinn auf den Machterhalt, die Söhne projizieren den Sinn auf den Machterwerb, die Frau aber sieht den Sinn in der Beziehung zu ihrem Mann und den Prinzen.

"Für mich hat das Leben keinen Sinn mehr, und wenn ich die Prinzen nicht befreien kann, will ich tot neben ih-

nen liegen."²¹

In dieser Haltung wird der Sinn auf die Beziehung projiziert, und sie gewinnt damit das Wasser des Lebens.

Die Konsequenz für die Analysandin

Das Märchen löste eine große Resonanz aus in der Psyche der Analysandin. ("Es ist, wie wenn dieses Märchen für mich geschrieben worden wäre.")

Sie erkennt, dass die Sinnprojektion auf den Machterhalt, wie sie beim König anzutreffen ist, nicht einfach falsch ist, sondern dass es eine zu "engangelegte" Sinnerfahrung ist, und dass der König nicht versteht, dass es Rhythmen gibt im Leben: festhalten und loslassen, dass die Sinnerfahrung auch im Loslassen liegen könnte. Sie überträgt die Geschichte auf ihre Lebenssituation: Ihr erfolgreiches Geschäft bringt ihr nicht mehr das Wasser des Lebens - nicht mehr. Das ist für sie ein ganz wichtiger Gedanke.

Die Hexe mit dem Lebenswasser wird von der Analysandin als "kreative Hexe" verstanden: diese kreative Hexe wurde zu lange weggesperrt, weil der König ja nichts verändern wollte, und Kreativität verändert, sonst ist es keine Kreativität.

"Wenn man so tut, als wäre dieser männliche Machterhalt in Ordnung, dann wird alles unlebendig."

Die Hexe und ihr Wasser des Lebens werden gebraucht. Die Idee, die Hexe zu töten, findet die Analysandin unmöglich. Sie kann diese Tötung zwar symbolisch verstehen: Eine Einstellung muss unerbittlich getötet werden; die Hexe gaukelt ja den Männern das vor, was diese jeweils sehen wollen, und dann werden sie versteinert und gelangen eben nicht zum Wasser des Lebens. Dennoch: für die Analysandin muss diese Hexe sichtbar transformiert werden.

Die Auseinandersetzung mit der Hexe in der Fantasie

Die Analysandin erklärt der Hexe, sie brauche das Wasser des Lebens dringend. Die Hexe ist einverstanden, will aber nicht mehr am Ende der Welt leben, sondern bei ihr, der Analysandin. Das wiederum ängstigt die Analysandin.

Ausschnitt aus einer Aktiven Imagination

- Und wie kann ich wissen, dass du mich nicht plötzlich versteinerst?
- Das hängt von dir ab, solange du das Wasser fließen lässt, solange versteinere ich nicht.
- Und wenn ich es fasse, dann versteinerst du mich?
- Nicht sofort, aber wenn du das fließende Wasser nicht mehr beachtest, dann schon. Ich biete an: Ich hüte die Quelle, wie schon immer. Du hast den Kontakt zur Quelle zu halten.
- Du kommst nicht mit?
- Doch, was sollen wir - ich und die Quelle am Ende der

21 Kast Verena, Liebe, 104

VORTRAG

Welt?

- Das scheint mir ziemlich riskant, wenn du mitkommst.
- Du liebst doch das Risiko!

Die Analysandin beschäftigt sich mit Lebenswasser, mit Zauberwasser. Die Themen der Versteinerung und des Lebendigseins beschäftigen sie intensiv - sie malt eindrückliche Bilder zu diesem Thema, von denen sie selber ergriffen ist. Sie wundert sich darüber, sie sei doch überhaupt nicht religiös, und jetzt diese Gefühle der Religiosität, die sie tief erfüllten.

Ein kreativer Prozess schlägt sich meistens auch in den Träumen nieder.

Die Analysandin bringt einen Traum in die 34. Stunde

In einer Berglandschaft im Frühling. Es war gerade noch überall Schnee, jetzt ist es aber warm, es taut, es ist sehr nass, überall schießen Quellen aus dem Boden. Der Bergbach führt schon sehr viel Wasser mit sich. Ob eine Überschwemmungsgefahr besteht? Ich schaue nach: der Bach hat keine Bergbachverbauungen. Ich frage Frau Kast, die plötzlich da ist, ob man eine Bachbettkorrektur im Sommer anbringen müsste. Sie findet, das sei nicht nötig, diese Flusskorrekturen seien auf die Länge gesehen kontraproduktiv.

Dieser Traum beschwingt und ängstigt die Träumerin zugleich. Im Traum wird sichtbar, dass nun viele Quellen zu fließen beginnen, und dass gleichzeitig auch noch Schneeschmelze stattfindet. Das Erstarrte, Kalte kommt in Bewegung. Jetzt ängstigt sie sich vor zuviel fließendem Wasser, vor einem Über-Fluss an Lebendigkeit. Die Analytikerin steht für die Träumerin für die mutige Seite in dieser Situation, die vertritt, dass zuviel Kontrolle nichts bringt. Die Beziehung zur Analytikerin hat sich verändert,

ein neues Beziehungsmuster ist sichtbar: sie kann mich als Analytikerin nützen. Sie war ein Kind, das nicht die Erfahrung gemacht hatte, dass Erwachsene hilfreich sein können zur Beruhigung in beunruhigenden Situationen, und deshalb war sie auch der Ansicht, dass sie alles im Leben "allein" machen musste. Im Traum ist die Analytikerin da, wenn die Angst größer wird - und beruhigt, und sie lässt sich beruhigen: ein neues Beziehungsmuster also. Es ist nichts Falsches am Bachbett, diese Überschwemmungsgefahr ist nicht wirklich lebensbedrohlich.

Die Beschäftigung mit der Hexe in der Imagination, waren der Analysandin kostbar. Sie hatte in der Zwischenzeit gelernt, weniger ängstlich auf ihre kreativen Impulse zu achten, sie liess ihre Einfälle einfach kommen, und die hatten nicht immer etwas mit ihrem Berufsleben zu tun. Sie stellte fest, dass sie alles nicht mehr so in Kontrolle hat, dass es viel mehr Unvorhergesehenes in ihrem Leben gibt, und dass das Leben ungemein belebt. Ihre Kurzatmigkeit besserte sich zusehends. Es ärgerte sie aber, dass sie nicht weiss, ob sie denn noch einmal eine solche "Wahnsinnsidee" haben wird, wie sie sie einmal hatte, und sie wird dennoch ruhiger: sie wird nehmen, was kommt - und sich damit kritisch auseinandersetzen. Das Wichtigste für sie ist, dass sie wieder vielfältige Interessen spürt, diesen auch nachgeht, dass sie sich selber wieder respektiert und Hoffnung hat, dass ihr schon immer wieder etwas einfallen wird.

Dieser Ausschnitt aus einem Individuationsprozess - die Therapie wurde fortgeführt - zeigt, dass in einer Jungschen Therapie das Thema der Sinnerfahrung im Zusammenhang mit der Arbeit an den Symbolen immer auch mitschwingt.

*Prof. Dr. Verena Kast
Hompelistrasse 22
CH-9008 St. Gallen*

Audiokassetten

zur Tagung:

„Wenn der Sinn zur Frage wird“

Wiener Rathaus-Vorlesung von

A. Längle

Hauptvorträge von Funke,
Kast, Kolbe, Tutsch

je 100,- ÖS, 15,- DM
zuzüglich Porto

Symposien von: Gruber, Heindl,

Heitger-Giger, Holzer, Klun,
Jäger-Gerlach, Luss, Nindl,
Probst C., Probst M., Rothe,
Simhandl, Zeiringer

Je 70,- ÖS, 10,- DM
zuzüglich Porto

Bestellung über GLE-Sekretariat, Ed. Sueßgasse 10, 1150 Wien
Ab 5 Kassetten portofrei und 20% Ermäßigung!

Sinn und Glück

Zur vitalen Bedeutung der Sinnfrage

Christoph Kolbe

Jeder Mensch hat die Sehnsucht, Glück in seinem Leben zu erfahren. Und es ist ein besonderes Geschenk, wenn wir sagen können: „Ich bin glücklich!“ Es scheint, dass die Glückserfahrung die Sinnerfahrung vitalisiert.

Neben einer Verhältnisbestimmung von Sinn und Glück soll es in diesem Vortrag vor allem um die inneren Bedingungen und Haltungen des Menschen gehen, die es dem Glück möglich machen, uns aufzusuchen. Und es lohnt ein Blick auf die äußeren Lebensbedingungen und ihre unser Glück fördernden und behindernden Wirkungen.

Wenn man sich mit den Erkenntnissen der Glücksforschung beschäftigt, macht man als Existenzanalytiker eine interessante Erfahrung: Die Lebenseinstellungen und Haltungen der Menschen, die von sich sagen, sie seien glücklich, entsprechen in weiten Teilen der existenzanalytischen Anthropologie. Die Ergebnisse der Glücksforschung kommen einem deshalb recht bekannt vor. Mit dem Unterschied, daß innerhalb der Existenzanalyse und Logotherapie diese Erkenntnisse insbesondere im Hinblick auf die Sinnfrage formuliert sind.

So scheint es zumindest hinsichtlich der *Haltungen und Voraussetzungen*, die ein Mensch zur Welt einnimmt, in der Sinn- und Glückserfahrung eine hohe Affinität zu geben. In diesem Sinne sollen die folgenden Ausführungen ein Anstoß sein, mit der fokussierten Frage nach dem Glück im Leben auch die Frage nach dem Sinn im Leben nochmals zu verlebendigen, zu vitalisieren.

Beginnen wir mit einigen persönlichen Fragen:

Wann waren Sie zuletzt richtig glücklich? Ist das schon lange her, oder war das erst vor kurzem? Und: Was hat Sie glücklich gemacht?

Und um es ein wenig zu kontrastieren: Ist das Sinnvolle, das Sie in Ihrem Leben und Alltag beschäftigt, auch etwas, was Sie glücklich macht? Oder ist es zwar sinnvoll, aber mit Glück hat es schon lange nichts mehr zu tun? Vielleicht eher mit Dankbarkeit oder Ruhe oder gar Notwendigkeit?

Vielleicht kann es Ihnen möglich sein, am Ende dieser Ausführungen das möglicherweise etwas fade Sinnvolle aus dem Blickwinkel des Glücks in neuer Qualität zu sehen. Und vielleicht erleben Sie sich in Ihrem Leben dann insgesamt lebendiger, frischer und belebter – jedenfalls mit mehr Zugang zu diesen spezifisch “gehobenen Emotionen”.

Es gibt ein chinesisches Sprichwort zum Thema “Glück”, das lautet:

Wenn Du für eine Stunde glücklich sein willst, betrinke Dich.

Willst Du für drei Tage glücklich sein, dann heirate.

Wenn Du aber für immer glücklich sein willst, werde Gärtner.

In diesem Sprichwort wird sehr schön sichtbar, daß es verschiedene Arten des Glücks gibt. Es gibt das kurzfristige Glück, das uns alles um uns herum für einen Augenblick vergessen läßt. - Manchmal zieht es einen Katzenjammer nach sich.

Dann gibt es die großen, herausragenden Ereignisse des Lebens - die Hochzeit mit anschließender Hochzeitsreise, das bestandene Examen, die ersehnte, neue Arbeitsstelle o.ä. Ereignisse, die uns für eine längere Zeit beeindruckten, uns eine Weile vor Glück schweben lassen, bis wir nach und nach wieder im Alltag landen.

Ja, und dann gibt es die Erfahrung eines etwas stilleren Glücks, das eine langanhaltende Glückserfahrung möglich macht: Wenn wir uns eingebettet wissen in die Gesetzmäßigkeiten des Lebens. So, wie es den Frühling, den Sommer, den Herbst und den Winter gibt, so gibt es Zeiten, in denen wir den Acker unseres Lebens bestellen, in denen wir säen, in denen wir das Wachstum begleiten und in denen wir ernten. Und das alles findet in jeder Lebenszeit mit unterschiedlichen Aufgaben und Themen statt. Ein Gärtner lebt im Einklang mit diesen Rhythmen, weiß, was wann zu tun ist, und freut sich auf den jeweiligen Abschnitt. Leben wir auch mit unseren Lebensrhythmen im Einklang, können wir sie bejahen? Oder sind wir deren Gegner, reiben wir uns an ihnen?

Über den produktiven Umgang mit diesen Gesetzmäßigkeiten für das Erleben von Glück soll es in den folgenden Ausführungen gehen.

Manche mögen kritisch einwenden: Ist die Frage nach Glück nicht das Abdriften in einen egozentrischen Individualismus?

Demgegenüber läßt sich fragen: Entspringt die Frage nach Glück nicht vielmehr einer tiefen Sehnsucht eines jeden Menschen?!

Und weil wir das Glück so selten erleben oder so oft als gefährdet erleben, verbannen wir die Frage in den Raum idealistischer Träumerei und nennen uns dann lieber abgeklärt Realisten. Aber ehrlich: Dieser Realismus ist dann die Rationalisierung des uneingestandenen Leidens am Unglücklich- und Unerfülltsein!

Außerdem: Ist Glück nicht eine viel zu spontane, zufällige und unkalkulierbare Erscheinung? Und: Ist uns das Glück eher verdächtig, weil es nämlich so weh tut, wenn es uns wieder verläßt?

Und doch sehnen wir Menschen uns im tiefsten danach, Glück erleben zu dürfen, glücklich sein zu können. Vielleicht sind wir viel zu unwissend und verletzlich mit diesem Thema, mit dieser Sehnsucht.

Wir alle haben Erfahrungen mit dem Glück. Die Hintergründe dieser Erfahrungen, die Haltungen, die der Glückserfahrung zugrunde liegen, möchte ich mit Ihnen reflektieren. Wir könnten also fragen: Kann man etwas dafür tun, glücklich zu sein? Kann man es gar lernen, glücklich zu werden?

In dieser Frage steckt die *provokante These*, daß wir Einfluß darauf haben, *ob sich das Glück gerne bei uns beheimatet oder nicht!* Ich stelle mir in diesem Zusammenhang das Glück wie jemanden vor, der eine Heimat sucht und dort, wo es gut ist, sich auch gerne niederläßt - einfach weil es dort gut ist zu sein.

Ich glaube also, daß wir Menschen etwas dafür tun können, um Glückserfahrungen zu machen! Somit gilt dann auch andersherum: Wenn wir's falsch machen, vertreiben wir das Glück.

Nicht, daß ich Ihnen endgültig sagen kann und will, wie es richtig geht! Das schiene mir eine Anmaßung zu sein. Aber es gibt immerhin einige Einsichten, die - wenn der Mensch sie beherzigt - es ermöglichen, daß sich das Glück bei ihm beheimatet.

Wir können bis hierher zunächst festhalten: Glück hat scheinbar zwei wesentliche Aspekte.

1. *Es hat den Charakter, daß es uns zufällt.* Es kommt quasi von außen durch die Tür in unser Leben hinein. Es ist unverfügbar. Das ist der passive Teil der Glückserfahrung.

2. *Wir können uns dem Glück öffnen, wenn es uns begegnen will.* – Sören Kierkegaard hat einmal gesagt: "Die Tür zum Glück geht nach außen auf." Mit anderen Worten: Wir können etwas dafür tun, daß das Glück zu uns kommt und in unserem Leben etwas los ist.

Wie aber können wir die Tür unseres Lebens öffnen, wenn das Glück anklopft? Beginnen wir zunächst grundsätzlich mit der Frage:

I Was ist Glück?

Glück, so sagen es die Wissenschaftler, gehört in *das Stimmungsfeld der „gehobenen Emotionen“*, für die Mehrheit der Menschen ist Glück ein ausgeprägtes *positives* Gefühl (vgl. Kast, 1997, 16-23). Ähnlich dem Gefühl der Freude, der Hoffnung oder der Begeisterung. Diese Gefühle schenken uns Kraft und geben uns Vitalität.

Darüber hinaus ist das Glücksgefühl jedoch mehr als ein psychisches Bedürfnis! Es ist vielmehr das *Ergebnis einer bestimmten Erfahrung und Lebenshaltung*.

Glück, so findet man es definiert, ist die „anhaltende Wahrnehmung des eigenen Lebens als erfüllt, sinnvoll und angenehm.“ (David Myers in Ernst 1997, 22) Es ist eine Stim-

mung, in der man sich leicht fühlt, freudig, bewegt und vitalisiert. Wir sagen auch, wir könnten die ganze Welt vor Glück umarmen. Oder wir könnten vor Glück in die Luft springen.

Diese Beschreibung des Glückserlebens kommt einer Sicht, wie sie in der Existenzanalyse vertreten wird, sehr nahe. Dort werden für das persönliche Erleben eines jeden Menschen zwei grundlegende Dimensionen unterschieden. Einmal die Dimension bestimmter Gefühle, aufgrund derer wir etwas im Leben als angenehm oder unangenehm erleben, die sog. psychische Erlebensdimension. Darüber hinaus gibt es eine existentielle Dimension, in der wir das, was wir tun oder erleben, als stimmig, als gut oder als für uns richtig erfahren. Ein typisches Beispiel für diese Differenzierung ist die allgemeine Erfahrung, daß man einem Menschen etwas Wichtiges sagen möchte – wo man mit etwas bspw. nicht einverstanden ist o.ä. -, obwohl das Herz klopft und ein wenig Angst im Spiel ist. Das psychische Erleben ist dann ängstlich, aber ein inneres Wissen zeigt an, daß etwas anderes wichtig oder wahr ist und deshalb trotz Angst angesprochen wird. Frankl nennt diesen Sachverhalt den "*psycho-noetischen Antagonismus*" (Frankl 1984, 148). *In der Glückserfahrung scheint nun die Tatsache des als stimmig, gut und wichtig Erlebten mit der Erfahrung des Angenehmen und Schönen in besonderer Weise verbunden zu sein.* Selbst dann sprechen manche Menschen sogar von Glück, wenn sie das für sie Richtige und Wichtige so erfüllt, daß selbst eine stimmungsmäßige Beeinträchtigung dieses grundsätzlich Stimmige nicht rauben kann.

Glück im Verständnis der Existenzanalyse braucht deshalb *Gründe* (Frankl 1982,20), damit es sich einstellen kann. Es ist nicht allein eine Stimmung an sich, sondern ist vielmehr an etwas gebunden, das dieses Glück auslöst (vgl. auch Kast 1997, 47f.). Wie übrigens auch die Sinnerfahrung.

Es scheint nun, daß die Frage nach Glück die Sinnfrage vitalisiert. Die Sinnfrage wird somit lebendiger, reicher, voller, wenn sie im Horizont der Glückserfahrung erlebt wird. Sie bleibt vor allem nicht im Abstrakten, Prinzipiellen oder rein Kognitiven – abgekoppelt von der Emotion. Gerade dieser Aspekt hat ja insbesondere zur Weiterentwicklung der Existenzanalyse im Verständnis der GLE geführt: die Rückbesinnung auf die emotionale Verfaßtheit des Menschen, wenn er der Welt und seiner Frage nach Sinn begegnet.

In der herkömmlichen Logotherapie Frankls stellt sich das Verhältnis von Sinn und Glück als gespannt dar: "Gerade wer krampfhaft bemüht ist, glücklich zu werden, versperrt schon dadurch sich selbst den Weg zum Glück. So erweist sich zum Schluß alles Streben nach Glück ... als etwas schon in sich Unmögliches." (Frankl 1985, 53) An anderer Stelle hält Frankl es für ein zu überwindendes Vorurteil, "daß der Mensch im Grunde darauf aus sei, glücklich zu sein" (Frankl 1982, 20). – Muß man sich also nun absonderlich vorkommen, wenn man in sich die Sehnsucht nach wenigstens ein bißchen Glück für das eigene Leben entdeckt? Ist es im Verständnis der Logotherapie womöglich ein Zeichen psychischer Unreife, einfach einmal glücklich und unbeschwert leben zu wollen?

Frankl darf hier nicht mißverstanden werden. Vielleicht sollte man ihn aber auch von einem etwas rigoristischen Verständnis befreien, das seine Aussagen nahezulegen scheinen. Natürlich hat Frankl recht, wenn er sagt, der Mensch suche eigentlich einen *Grund*, um glücklich sein zu können. Weil das Wesen des Glücks darin besteht, daß es sich aufgrund von Gründen einstellt. Hier ist die Analogie zur Freude wie auch zum Sinn zu sehen. Wir freuen uns bspw. über etwas oder an etwas. Dies darf jedoch nicht zu einer Mißachtung des Bedürfnisses oder der Strebung nach Glück führen. Wenn wir also von Glück reden, dann ist damit ein intentionales Streben gemeint. Weniger der reine Glückszustand. Das deckt sich übrigens mit den Erkenntnissen der Glücksforschung, die den Eigenschaftsmodus und den Zustandsmodus des Glücks unterscheiden.

Etwas zugespitzt formuliert kann man sagen: Zwar kann der Mensch sein Glück nicht direkt anpeilen (eben weil es Ergebnis einer Werterfüllung ist), aber er kann viel dafür tun, daß es sich einstellt oder in seinem Leben sich ‚beheimatet‘, wenn er dem Glück aufgrund seiner Lebenshaltungen eine Chance gibt. Dann ist das Leben nicht nur sinnvoll, sondern auch noch reich, erfüllt und glücklich dazu.

Im folgenden Teil der Ausführungen sollen deshalb verschiedene Voraussetzungen und Haltungen für persönliches Lebensglück beschreiben werden, die sich interessanterweise mit den anthropologischen Grundannahmen der Existenzanalyse in hohem Maße decken.

II Voraussetzungen und Haltungen für persönliches Lebensglück

Anders gefragt: Wodurch unterscheiden sich glückliche von weniger glücklichen Menschen? Welche Merkmale kann man finden, wenn man das Erleben der Menschen, die von sich sagen, sie seien glücklich, näher untersucht? Es lassen sich verschiedene grundlegende Charakteristika benennen:

1. Glückliche Menschen sehen sich als **Gestalter**, mehr noch: als Urheber ihres Lebens. Das Gute und das Schlechte widerfährt diesen Menschen nicht einfach schicksalhaft. Sie erleben sich vielmehr als *Handelnde innerhalb ihrer Bedingungen*. Insofern erleben sie sich als Urheber und Meister ihres Lebens. Das Leben geschieht ihnen nicht einfach, sie empfinden nicht primär, dem Leben schlichtweg ausgeliefert zu sein. Vielmehr erkennen sie ihre Gestaltungsmöglichkeiten und ihren Spielraum, innerhalb von Bedingungen zu gestalten, zu verändern oder sich einzurichten. Sie leben von der Grundbewegung des aktiven Sich-Einbringens. In der Existenzanalyse beschreiben wir diese Haltung als *Handeln – im Unterschied zum Reagieren*.

Der handelnde Mensch ist der Mensch in einer produktiven Bewegung. Er gestaltet, ist aktiv, erlebt sich als frei und selbstbestimmt. Im Grunde genommen zeigt sich hier ein tiefes Geheimnis des menschlichen Lebens: Wir erleben uns immer dort angesprochen, vitalisiert und lebendig, wo wir in diese Bewegung des Handelns, des Antwortens, wie Frankl sagt, hineinkommen. Denn nur dann kommt es auf uns an.

Dann erleben wir uns existentiell. Während unser Leben demgegenüber blaß und unbedeutend, ja langweilig wird, wenn wir uns nur noch auf die Gegebenheiten reagierend erleben. Im Grunde geht es dann ja nicht mehr um unsere spezifische Antwort, um unsere individuelle Art, mit den Gegebenheiten umzugehen, sondern um ein Funktionieren, das eigentlich von jedem anderen Menschen auch erledigt werden könnte.

Psychische Störungen sind deshalb maßgeblich davon gekennzeichnet, daß in ihnen ein Reaktionsmuster abläuft. Auf einen Auslöser reagieren wir mit einer ganz bestimmten Verhaltensabfolge. Die Frage ist also, ob wir uns bspw. in unserer täglichen Arbeit als Reagierende erleben, weil schon wieder der Schreibtisch voll ist, der Chef etwas angeordnet hat, die Kinder Hunger haben. Sie spüren vielleicht, wie in diesen Formulierungen schon sichtbar wird, daß das innere Erleben während dieser Tätigkeit passiv ist, selbst wenn man viel tut. Die gleichen Tätigkeiten lassen sich jedoch auch handelnd und gestaltend erledigen. Dann ist das innere Erleben aktiv und ich-haft: Ich setze diese Tat. Ich will etwas tun. Und nicht: Ich muß etwas tun. Es scheint zur Lebenskunst zu gehören, zu dieser Haltung zu finden. Probieren Sie das doch das nächste Mal aus, wenn Sie bspw. das Treppenhaus fegen oder putzen müssen. Oder wollen?

Eine Untersuchung bestätigt diese Erfahrung noch von einer anderen Seite. Man hat festgestellt, daß sog. „blindeg Glück“ (Zufall, z.B. Lottogewinn) nur relativ kurze Zeit in Hochstimmung versetzt. Schon wenige Wochen, spätestens nach einem Jahr sind diese Menschen auf ihr normales oder gar sub-normales Glücksniveau zurückgefallen.

2. **Glückliche Menschen wollen das, was sie kriegen**, wie es jemand einmal ausgedrückt hat. Andersherum: „Glück bedeutet nicht, das zu kriegen, was wir wollen, sondern das zu wollen, was wir kriegen“ (Ernst 1997, 22).

In dieser sehr schönen spitzfindigen Formulierung steckt ein weiteres tiefes Lebensgeheimnis, dem wir uns oftmals gar nicht gerne stellen. Die meisten Menschen leben mit der Haltung, daß sie einen Anspruch auf die Erfüllung ihrer Wünsche an das Leben erheben. Sie sagen: Wenn ich das und das bekomme, dann kann ich zufrieden oder glücklich sein. Natürlich können wir alle möglichen Erwartungen an das Leben haben, aber mit jeder Erwartung liefern wir uns immer mehr aus. Das Leben wird immer enger, weil es nur noch so sein darf, wie wir es uns wünschen. Wo aber steht geschrieben, daß wir ein Recht auf die Erfüllung unserer Wünsche haben? Es ist gefährlich, sich selbst den eigenen Wünschen gegenüber auszuliefern. Und es hat mit der Kunst des Loslassens zu tun und des Hinwendens zu dem, was ist.

Ein *Beispiel* für das Problematische der Erwartungshaltungen: Sie haben einen vollen Arbeitstag hinter sich, freuen sich auf einige Stunden der Muße, hoffen, daß der Partner zu Hause etwas Schönes gekocht hat, ein wenig Zeit hat zum Gespräch und sie beide verdientermaßen die Muße miteinander genießen können. Stattdessen schallt Ihnen beim Öffnen der Haustür die Stimme Ihres Partners oder Ihrer Partnerin aus dem Kinderzimmer entgegen: „Hallo

Schatz! Übrigens, es muß noch eingekauft werden. Überleg mal, was wir heute zu Abend essen könnten, ich habe noch mit den Kindern zu tun.“ – Wie geht diese Szene bei Ihnen zu Hause weiter? Oder passiert so etwas erst gar nicht, weil alle sich an die meist unbewußt gestellten Erwartungen angepaßt haben? – Dann lassen Sie eben die Kinder noch ein wenig älter werden...

Oder *ein anderes Beispiel*, das Sie sicher alle kennen: Sie wollen in Ihren Jahresurlaub fahren und hoffen auf gutes Wetter, um schöne Unternehmungen machen zu können. Sie kommen im Urlaubsort an, und es regnet. Und dabei bleibt es erstmal. Wie reagieren Sie in solchen Situationen normalerweise? – Unsere These lautet immerhin: Glückliche Menschen wollen das, was sie kriegen!

Wenn Sie sich einstellen können auf derart unverhoffte Ereignisse und Situationen, dann ist ein Moment der Freiheit da. Die Erwartung ist noch nicht zur Erwartungshaltung fixiert. Erwartungen werden im Zusammenleben mit Menschen und in der Begegnung mit der Welt immer dann zum *Problem*, wenn sie dem anderen keinen Spielraum mehr lassen. Sie engen dann ein und schreiben vor, wie etwas zu sein hat. Eben das scheint so schwer zu sein, es auszuhalten, daß etwas ist, wie es ist. Und doch gehört gerade das zur Lebenskunst. Erwartungen haben wir im Grunde alle immer wieder, aber *es ist wichtig, Erwartungen auf die Herausforderungen veränderter Situationen abstimmen zu können, ohne ständig einen Verlust beklagen zu müssen*. Und es ist wichtig, Erwartungen nicht zu Erwartungshaltungen werden zu lassen.

Als Psychotherapeut weiß ich wohl, daß es nicht immer leicht ist, von Erwartungen zu lassen – vor allem dann, wenn Menschen in ihrer Kindheit erhebliche Verzichtserfahrungen machen mußten. So können sich legitime menschliche Bedürfnisse für den erwachsenen Menschen in den Charakter der *Bedürftigkeit* verwandeln. Und dann ist es um so schwerer, von Wünschen und Erwartungen zu lassen. Dort jedoch, wo wir uns gut versorgt und hinreichend gesichert wissen, können wir gelassener das, was ist, so annehmen.

Ich möchte Ihnen in diesem Zusammenhang eine kleine *Übung* verraten, die helfen kann, mit Erwartungen umzugehen: Legen Sie beim nächsten Mal, wenn Sie von der Arbeit nach Hause kommen und sich einen gemütlichen Abend wünschen, eine kleine Pause ein, während Sie die Türklinke in der Hand halten. Vergegenwärtigen Sie sich währenddessen Ihre Wünsche, Hoffnungen und Vorstellungen für den Abend. Und sagen Sie sich dann: “Vielleicht wird alles auch ganz anders.”

Das Ergebnis der Glücksforschung geht im Grunde nun noch einen Schritt weiter: Nicht nur Erwartungen zu verlassen, sondern auch noch “Ja” zu sagen zu dem, was ist, bildet die Haltung für mögliche Glückserfahrung. Ist diese Aussage nicht eine ungeheure Zumutung? Und doch finden wir anders keinen Frieden. Warum?

Indem wir wollen, was wir kriegen, geben wir unsere innere Einwilligung zur Welt. In diesem Akt der Einwilligung bringen wir unsere menschliche Freiheit zum Ausdruck, es ist die Freiheit zur Stellungnahme. *Die Folge ist ein Leben in innerer Übereinstimmung mit dem, was ist*.

Dieses Ja zu dem, was ist, meint nicht dasselbe wie eine kritiklose Ergebenheit, es meint auch nicht den Verzicht auf das Eigene. Es meint - viel bescheidener – erst einmal die Annahme dessen, was ist.

Es meint also nicht, alles, was ist, toll zu finden, es gut finden zu müssen. Es heißt zunächst nur, es gelten zu lassen. Im Einzelfall mag es heißen: “Ja, auch dieses Schwere gehört zu meinem Leben.” Oder: “Ja, auch diese belastenden Erfahrungen meiner Geschichte, vielleicht meiner Kindheit, gehören zu meinem Leben.” Dies fällt natürlich leichter, wenn man sich im Grunde nicht mehr gefährdet weiß.

Wenn man also nun gelten läßt, was ist, lautet die nächste Frage dann: Was mache ich mit dieser Situation? Wie will ich mit ihr umgehen?

Auf diese Weise lebt man nicht mehr im permanenten Widerstand gegen das Leben.

Natürlich ist das Ja zu dem, was ist, kein einmaliger und dann endgültiger Entschluß eines Menschen. Er ist im Grunde eine ständige Herausforderung, die uns Menschen unterschiedlich stark beansprucht.

3. Ein etwas weiterführender Gedanke präzisiert die eben beschriebene Zuspitzung nochmals: **“Glück ist das komplizierte Wechselspiel zwischen dem, was wir haben - und dem, was wir wollen”** (Ernst 1997, 23).

Das heißt: Glück entsteht aus einer gelungenen *Balance zwischen unserem Wollen und unseren Möglichkeiten*. Eine Balance, die vorwiegend in der Gegenwart geleistet werden muß!

Im Grunde sind wir mit dem, was wir wollen, uns immer schon ein wenig voraus. Auf diese Weise entsteht Zukunft, es wartet etwas auf uns, wir erleben Überraschungen. Das Leben wird spannend. Ein Beispiel: Vielleicht wollen Sie in den nächsten Tagen oder Wochen in Urlaub fahren. Sie machen sich ihre Vorstellung, wie das Land, die Stadt oder die Gegend sein wird, die Sie besuchen möchten. Oder Sie überlegen, wofür Sie Ihre freie Zeit besonders nutzen wollen usw. Und so fangen Sie an, sich auf das Kommende zu freuen. Natürlich ist es klug, wenn diese Gedanken, das also, was Sie fasziniert und reizt und herausfordert, im Bereich realistischer Möglichkeiten liegt. Dann finden Sie zu einer Übereinstimmung zwischen dem, was Ihren Möglichkeiten gemäß ist, und dem, was Sie wollen. In der Existenzanalyse sagen wir deshalb, *daß das Wollen immer an die Möglichkeiten, die ein jeweiliger Mensch tatsächlich hat, gebunden bleiben muß*, sonst wird ein Wollen zum unrealistischen Wunsch. Sie kommen dann gar nicht bis in das Land, das Sie eigentlich besuchen wollten, weil Ihnen vorher bereits das Geld ausgegangen ist. Oder Sie sind innerlich mit so viel anderen unerledigten Themen beschäftigt, daß Sie die freie Zeit gar nicht genießen können, weil Sie an all das denken, was noch getan werden müßte.

Zu diesem Wechselspiel zwischen dem, was wir haben, und dem, was wir wollen, gehört also ein gesunder Realismus. Glück braucht die realistische Einschätzung eigener Ziele und Möglichkeiten. *Der glückliche Mensch vermag entweder seine Ansprüche abzusenken oder seine Anstrengungen*

zu intensivieren. Er erkennt jeweils, welche Strategie die beste ist.

Um das an unseren *bisherigen Beispielen* nochmals deutlich zu machen: Entweder haben wir die Fähigkeit unsere Ansprüche abzusenken, indem wir erkennen, daß ein Urlaub derzeit nicht drin ist, weil nicht genügend Geld da ist. Oder wir intensivieren unsere Anstrengungen, indem wir gezielt sparen oder auf Bestimmtes verzichten, um reisen zu können. Jedenfalls gibt es keine Regel, die hier für alle gleichermaßen stimmt. Jeder entscheidet für sich selbst, wie wichtig und wertvoll etwas für ihn ist und was er dafür zu geben oder zu lassen bereit ist. – Es gibt ja Menschen, die ständig jammern und klagen über das, was sie gerade nicht haben. Diese Menschen befinden sich in einem Zustand des Ausgeliefertseins. Sie erleben sich als Opfer und sind gerade nicht bereit, entweder ihre Ansprüche abzusenken oder ihre Anstrengungen zu aktivieren. Sie vergleichen sich ständig vom Defizit her. (NB nach Kast: Mal den positiven Vergleich ziehen – vgl. Kast 1997)

Ein weiterer Aspekt dieses gesunden Realismusses für das, was wir haben, und das, was wir wollen, zeigt sich in einer guten Mischung aus kurzfristigen und langfristigen Interessen, aus kurzfristigen und langfristigen Wünschen oder Lebenszielen. Die Mischung also zwischen den kleinen Glücksspendern des Alltags (Musik, Geselligkeit, leibliche Genüsse) und eher langfristigen Zielen muß stimmen, sonst wird das Leben entweder lau (nur augenblicksabhängige Genußorientierung) oder der Mensch vergißt, im Hier und Jetzt zu leben (er hat sich nur für ein großes Ziel aufgespart).

4. Ein landläufiges Wissen findet durch die Glücksforschung ebenfalls Bestätigung: **Ideale Voraussetzungen für das Lebensglück haben erstaunlich wenig Einfluß darauf.**

Zum Beispiel Geld oder Reichtum: Es mag beruhigen, genügend Geld zur Verfügung zu haben, aber Geld macht noch nicht automatisch glücklich. – Übrigens: Hier gilt das Gesetz des abnehmenden Grenznutzens. Wenn bestimmte Mindestbedürfnisse befriedigt sind, bringt jeder weitere Zuwachs immer geringere emotionale Rendite. Dies gilt auch für körperliche Schönheit, für Intelligenz und selbst für Gesundheit. Es liegt daran, daß wir uns sehr schnell an einen Zustand gewöhnen und ihn dann für normal halten.

Mehr noch: Menschen können selbst dann glücklich sein, wenn ihnen ein großes Unglück zugestoßen ist.

Die Untersuchungen zur Glücksforschung sprechen in diesem Zusammenhang von der *Anpassungsfähigkeit der Psyche*, die ihr Anspruchsniveau entsprechend der objektiven Lebens-

umstände reguliert (vgl. Ernst 1997, 22f.). In der Existenzanalyse gehen wir davon aus, daß der Mensch die Fähigkeit hat, zu den Sachverhalten seines Lebens *Stellung zu beziehen*. Dies ist Ausdruck seines Personseins. Voraussetzungen, und wenn sie noch so günstig sind, ersetzen diese Notwendigkeit, personale Stellung zu beziehen, nicht. Deshalb sagt der Volksmund: Geld allein macht nicht glücklich.

Ein Spezialgebiet der Existenzanalyse, die Logotherapie, widmet sich in einem entscheidenden Teilbereich der anspruchsvollen Frage, wie Menschen *Sinnerfahrungen angesichts unveränderbarer Schicksalsschläge* machen können. Wir sprechen hier von der Möglichkeit, Einstellungswerte zu realisieren. Ich möchte dies in diesem Zusammenhang nur andeuten, kann es jedoch jetzt aufgrund der zur Verfügung stehenden Zeit nicht ausführen.

Im weiteren möchte ich einige wichtige Gedanken etwas kürzer benennen.

Voraussetzungen und Haltungen für persönliches Lebensglück

1. *Glückliche Menschen sehen sich als Gestalter ihres Lebens.*
2. *Glückliche Menschen wollen, was sie kriegen.*
3. *Glück ist das komplizierte Wechselspiel zwischen dem, was wir haben - und dem, was wir wollen.*
4. *Ideale Voraussetzungen für das Lebensglück haben erstaunlich wenig Einfluß darauf.*
5. *Arbeit ist eine Glücksquelle.*
6. *Glückliche Menschen sind aktive Menschen.*
7. *Glückliche Menschen sind in der Lage, loszulassen und zu entspannen.*
8. *Glückliche Menschen finden und stiften Anlässe, sich wohlzufühlen und zu freuen.*
9. *Glückliche Menschen investieren Zeit und Energie in ihre sozialen Beziehungen.*
10. *Glückliche Menschen wissen sich geliebt und vertrauen der Kraft ihrer Liebe.*

5. Manche mögen es kaum glauben, aber: **Arbeit ist eine Glücksquelle.**

Das liegt daran, daß wir in der Arbeit sog. schöpferische Werte realisieren. Demgegenüber ist Freizeit für viele Menschen eher eine Quelle für Streß, Langeweile und enttäuschte Erwartungen. Das liegt insbesondere daran, wenn Freizeit nicht ebenfalls von persönlich bedeutsamen Werten getragen erlebt wird. In der Freizeit muß der Mensch ohne die Vorgabe der Arbeit sich vielmehr selbst Werte setzen. Wenn diese aber nicht personal bedeutsam sind oder lediglich Wunschhaltungen entspringen, dann sind existentielle Frustrationen die Folge.

Indem der Mensch jedoch Werte verwirklicht, macht er Sinnerfahrungen. Dies führt zum Erlebnis der Erfüllung und somit der Erfahrung von Glück.

6. In diesem Zusammenhang ein weiteres Merkmal: **Glückliche Menschen sind aktive Menschen.** Sie gehen auf in dem, was sie tun. Es wird ein Grad von Selbstvergesessenheit erreicht, der in der Glücksforschung als „Flow-Zustand“ beschrieben wird (Csikszent-mihalyi, 1987, 58f.). Psychische und körperliche Fähigkeiten sind aufs äußerste gefordert. Unterforderung erzeugt Langeweile, Überforderung macht Angst und frustriert. Das Meistern anspruchsvoller Aufgaben jedoch erhöht das Selbstwertgefühl - und macht glücklich. Insbesondere dann, wenn der Mensch nicht nur bis an die Grenzen seiner Fähigkeiten geht, sondern sie zu überschreiten sucht. Anspruchsvoll meint in diesem Zusammenhang natürlich keine allgemeine Leistungsvorgabe, es ist gänzlich individuell zu verstehen: Etwas, was für den einzelnen Menschen eine Her-

ausforderung darstellt. Diese Aktivität ist gekennzeichnet von Intentionalität, es ist kein blinder Aktivismus, keine leistungsorientierte Pflichterfüllung.

Manes Sperber hat es so ausgedrückt: „Glück ist eine Überwindungsprämie“ (vgl. in Ernst 1997, 23).

Noch ein weiterer Aspekt der Selbsttranszendenz, wie sie im Flow-Zustand erlebt wird, ist bedeutsam: die Verbundenheit mit etwas anderem als es der Mensch selbst ist. Er erlebt sich verbunden mit der Welt oder mit anderen Menschen in der Welt, indem er in seiner Tätigkeit aufgeht. Die Trennung zwischen ihm und der Umwelt oder Mitwelt wird nicht oder kaum erlebt. Dabei wird ein Paradoxon erlebt: Trotz Selbstvergessenheit stellt sich ein hohes Maß an Selbstgewißheit ein (vgl. auch Kast 1997, 53). Frankl bezeichnet dies als ein Hauptmerkmal der Selbsttranszendenz: Der Mensch findet in der Hingabe zu sich selbst.

7. Und: Glückliche Menschen sind auch in der Lage, **loszulassen und zu entspannen**. Sie kennen das Geheimnis von Anspannung und Entspannung. Es ist deshalb gut, die Fähigkeit zur Kontemplation und zum Tagträumen zu entwickeln. In der Existenzanalyse sprechen wir in diesem Zusammenhang von der Realisation sogenannter Erlebniswerte.

8. Glückliche Menschen **finden und stiften** in ihrem Leben viele kleinere **Anlässe, sich wohlfühlen und sich zu freuen** - und dies tun sie kontinuierlich.

Wann haben Sie bspw. zuletzt gemütlich für sich und Ihren Partner gekocht, weil es schön ist miteinander? Oder: Wenn ich ein Fest feiern möchte, muß ich auch einladen. Somit ist die Gelegenheit zum Feiern geschaffen. Sie kennen wahrscheinlich auch den Spruch: „Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“

Glück ist für glückliche Menschen weniger ein erklärtes Ziel als eine bestimmte Haltung. Man spricht darum auch vom *Eigenschafts-Modus des Glücks* (im Unterschied zum Zustands-Modus, wie z.B. dem Rausch). Glück ist eine *Art, in der Welt zu leben* und die zahlreichen Glücksmöglichkeiten am Wegesrand zu sehen.

Genaugenommen, und nun komme ich nochmals auf Frankl zurück, strebt der glückliche Mensch gar nicht nach Glück, weil es im Grunde nicht geht. Das liegt daran, *daß Glück einen Grund braucht*, damit es sich einstellen kann. *Nur die Menschen sind glücklich, die sich auf etwas anderes als ihr Glück konzentrieren, könnte man sagen*. Sobald man sich fragt, ob man glücklich ist, hört man auf, es zu sein. Es ist wie bei der Sinnfrage: Man stellt sich nicht die Frage, ob das, was man tut oder erlebt, sinnvoll ist. Wenn man diese Frage stellt, hat man den Sinn schon meist bereits verloren. Oder nehmen Sie die Freude: Ich kann mich nicht freuen wollen. Freude braucht einen Grund, damit ich sie erlebe.

Glückliche Menschen erleben die Seiten des Lebens, die ihnen Freude bringen und Erfüllung schenken und nehmen sie mit, anstatt sie zum Ziel zu machen. Dies bedeutet, daß zum Glück die Aktivität des Menschen gehört, das Gute, Geglückte, Frohe und Inspirierende in sich aufzunehmen, es sich zuinnerst zu machen. Sonst bleiben die vielen Glücks-

erfahrungen passager. Wer so lebt, daß er das Glück aufnimmt, gewinnt eine Haltung: Er wird zum Glückspilz. Mir scheint, daß zu dieser Haltung ebenfalls die Erfahrung tiefer Dankbarkeit gehört, denn der Glückliche weiß, daß er kein Recht auf dieses Glück hat. Und doch ist es da!

9. Glückliche Menschen investieren viel **Zeit und Energie in ihre sozialen Beziehungen**. Sie pflegen Beziehungen zu Menschen, die ihnen wichtig sind, und sie glauben, daß andere Menschen sie schätzen und mögen.

Gehobene Emotionen streben nach Verbundenheit, deshalb feiern wir ein Fest nicht alleine, sondern mit unseren Freunden.

10. Den goldenen Schlüssel zum Glück haben wir bisher noch nicht erwähnt. Er aber schließt uns das Leben in der tiefsten Erfahrung des Glücks auf: es ist **das innere Wissen, geliebt zu werden**. Das ist mehr als die Erfahrung, liebenswert zu sein. Wer diese Erfahrung, geliebt zu sein, in sich trägt und anzunehmen vermag, ist ein Glückspilz.

Erinnern Sie sich doch einmal zurück, wie es zur Zeit Ihrer ersten Liebe war.

Vielleicht ist deshalb religiöse Erfahrung zutiefst auch mit dieser Erfahrung des Geliebteins verbunden. Etwas oder jemandem ist es nicht gleichgültig, daß es mich gibt. Ich bin ungeheuer wichtig! Ein Kind erfährt das, wenn es in die Augen seiner Mutter schaut.

Und noch ein Gedanke ist bedeutsam: Der Mensch, der sich geliebt weiß, weiß auch um die Möglichkeit und Kraft seiner Liebe und die Fähigkeit, selbst lieben zu können. Dieser Fähigkeit kann er sogar dann in Selbstachtung verbunden bleiben, wenn seine Liebe nicht erwidert wird.

IV Abschließende Bemerkung

Lassen Sie mich mit ein paar nachdenklichen Worten zum Ende kommen:

Glück kann nicht erzwungen werden. Es setzt die Fähigkeit der Gelassenheit voraus. Dies ist konträr zu einer Haltung, die in der Schnelligkeit der Bedürfnisbefriedigung das Maß des Glücks sieht. Glück hat vielmehr mit der Fähigkeit zu tun, verzichten zu können, warten zu können und sich nicht unablässig als Nabel der Welt zu sehen - in dem Vertrauen darauf, daß wir Enttäuschung und Schmerz aushalten können, weil Liebe auf lange Sicht stärker sein wird als Haß und weil es das Leben gut mit uns meint.

Dr. Christoph Kolbe
Borchersstr. 21
D-30559 Hannover

Literatur

- Csikszentmihalyi M (1987) Das Flow-Erlebnis. Jenseits von Angst und Langeweile. Stuttgart: Klett-Cotta
Ernst H (1997) Wer ist glücklich? Psychologie Heute 24, 3, 20-27
Frankl V (1985) Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. Frankfurt/Main: Fischer, 52f.
Frankl V (1982) Der Wille zum Sinn. Bern; Stuttgart; Wien: Huber, 20f.
Frankl V (1984) Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern; Stuttgart; Toronto: Huber, 52-54
Kast V (1997) Freude, Inspiration, Hoffnung. München: DTV
Kolbe C (2000) Was ist es, das den Menschen glücklich macht? Vortragsskript

Voraussetzungen zu erfülltem Sinnerleben

Elemente der existentiellen Haltung

Silvia Längle

V. Frankls Antwort darauf, welche Voraussetzungen der einzelne braucht, um seinen Sinn zu finden, ist die kopernikanische Wende der Lebenshaltung. Die neuere Existenzanalyse geht einen Schritt weiter und fragt, welche Voraussetzungen den Menschen zu dieser „kopernikanischen“ - existentiellen - Wende befähigen. Sie beschreibt dafür die „personalen Grundmotivationen“, die basale Bedürfnisse sowie Beweggründe und gleichzeitig ein Grundschema der Psycho-pathogenese aufzeigen.

Frankl beschrieb in der „Ärztlichen Seelsorge“ 1946 die Frage nach dem Sinn des Lebens als Ausdruck des Menschseins schlechthin. Es gehört zum Menschsein dazu, seine Existenz, sein Sein als fragwürdig zu erleben. Menschsein heißt auch, die ganze Fragwürdigkeit des Seins zu erfahren.

Lilo Tutsch hat in ihrer Untersuchung zur Aktualität der Sinnfrage (Tutsch 2000) ebenfalls darauf hingewiesen, in welchem hohem Maß sich jedermann von Zeit zu Zeit die Sinnfrage stellt (ca. 95%) und zwar nicht nur in der Fragwürdigkeit von Krisensituationen, sondern auch in der Anfragbarkeit des Seins insgesamt.

Man kann sich die Sinnfrage sehr unterschiedlich stellen und dadurch auch verschiedene Ebenen der Antwort anpeilen. So kann ich mich zum Beispiel fragen: Was

macht das Sein, das Leben wesentlich, bedeutsam und zwar überhaupt, grundsätzlich, und was bedeutet das für meines? Wie kann ich zu dieser Wesentlichkeit gelangen, an ihr teilhaben, wie kann ich dafür sorgen, daß mein Leben ein Sinnvolles wird, was kann ich dafür tun? Was muß sein, daß man es als sinnvoll bezeichnen kann?

Auch: Wie kann ich mein Leben gut leben, gut bestellen, besorgen, „rechtschaffen“ leben ...? Hier können wir an Hiob denken aus dem Alten Testament, wie er sein Möglichstes tut, soweit er es weiß.

Diese Art der Sinnfrage hat eine lange Geschichte, so hat man sie über Jahrhunderte gestellt, so hat sie unsere Kultur geprägt. Eine Antwort auf diese Frage nach dem Sinn des Lebens verlangt im Grunde den Blick auf das Ganze des Lebens, das heißt, es verlangt eine Perspektive aufs Leben aus einer Metaebene. Glaubensoffenbarungen und philosophische Abstraktionen setzen einen Schritt in diese Richtung. In diesem Horizont geht es also um einen Lebensentwurf, der mir die Sinnhaftigkeit meines Lebens sicherstellen kann.

Doch ich kann mich auch ganz anders fragen: Wie komme ich dahin, mein Leben, einzelne Tage, Stunden, also einzelne Momente des Lebens, als sinnhaft zu erleben? Wie kann es gelingen, daß ich Sinn erfahren kann?

Frankl betont in diesem Zusammenhang immer wieder den Unterschied von „Sinn *im* Leben“ zum „Sinn *des* Lebens“ und hat sich in seinem Werk der konkreten Fragestellung nach dem Sinn im Leben zugewandt. Er hat damit einen Zugang zur Sinnfrage aufgetan, die sich als äußerst fruchtbar für die Psychotherapie erwiesen hat. Im Erleben ist der Mensch ganz auf sich selbst zurückverwie-

Existenzielle Wende

“... dann gelangen wir zu einer radikalen Kritik der Frage als solcher. Die Frage nach dem Sinn des Lebens schlechthin ist sinnlos, denn sie ist falsch gestellt, wenn sie vage ‚das‘ Leben meint und nicht konkret ‚je meine‘ Existenz. Holen wir zu einer Rückbesinnung auf die ursprüngliche Struktur des Welterlebens aus, dann müssen wir der Frage nach dem Sinn des Lebens eine *kopernikanische Wendung* geben: *Das Leben selbst ist es, das dem Menschen Fragen stellt*. Er hat nicht zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben her Befragte, der *dem Leben zu antworten – das Leben zu ver-antworten* hat.” (Frankl 1987, 96)

“Denn um die Frage nach dem Sinn des Leidens ist es nicht anders bestellt als um die Frage nach dem Sinn des Lebens. Sofern diese Frage überhaupt lösbar sein soll, müssen wir ihr eine ‚kopernikanische Wendung‘ geben – indem wir uns dessen bewußt werden, daß wir es sind, die zu antworten haben und nicht zu fragen, und daß das Leben selbst eine Frage ist – eine Frage, die wir nur dadurch beantworten können, daß wir unser Leben verantworten.” (Frankl 1990, 385)

“Die Frage nach dem Lebenssinn läßt sich also nur konkret stellen – und nur aktiv beantworten: auf die ‚Lebensfragen‘ antworten, heißt allemal, sie verantworten – die Antworten ‚tätigen‘.” (Frankl 1990, 318)

sen. Er erlebt Welt als eine, die ihn aussetzt, die Brüche hat, der Verlust, Leid und Tod unausweichlich zu eigen sind, aber auch als eine, die Halt, Verlässlichkeit, Regelmäßigkeit und Geborgenheit bietet. Wie kann der Mensch in einer solchen Welt sein, wie kann er bei aller Unberechenbarkeit zur Wesentlichkeit gelangen? Die Wurzeln dieser Reflexionen kommen aus der Existenzphilosophie (Kierkegaard 1976, Heidegger 1967, vgl. auch Zimmermann 1992).

Wenden wir uns nun der Frage zu: Wie ist es dem Menschen möglich, sinnvoll zu leben, das heißt die Sinnhaftigkeit seines Seins zu erleben? Was ist die Voraussetzung, um Sinn erleben zu können? Was gilt es zu tun und wie?

Der erste Zugang zum Sinn liegt im "Wie" des Herangehens! Mit welcher Haltung stehen wir im Leben? Mit welcher Haltung stehe ich dem Leben gegenüber? Ist sie bestimmt von meinen Anfragen an das Leben, von Ansprüchen, Erwartungen, was das Leben bieten soll?

Die Frage nach dem Sinn im Leben ist nur insofern lösbar, als wir ihr eine radikale Wendung geben. Wir schaffen uns einen Zugang zur Sinnerfassung in einer Wende der Haltung: nicht, indem wir dem Leben mit einer Erwartung begegnen, was es für ein sinnvolles Leben zu bieten habe; nicht in einer Vorstellung vom Leben, wie es gut wäre; nicht, indem wir das Leben anfragen oder in Frage stellen (besonders im Leid) finden wir Zugang zum Sinn. So wird er verstellt. Was es braucht ist eine, „kopernikanische Wende“, wie Frankl sagt, also eine Wende in unserer Haltung um 180°. Was fragt mich das Leben? Inwiefern bin ich angefragt? Inwiefern bin ich aufgefordert, zu antworten? Was will das Leben von mir?

In dieser – wie wir sie heute nennen – „existentiellen Wende“ zeichnet sich für die Sinnfrage folgende spezifische Struktur ab:

Der Beginn der Sinnfrage liegt ganz außerhalb von mir, von mir unbeeinflusst in der Situation, in der ich mich jeweils befinde. Die Möglichkeiten, die mich anfragen, liegen vor, unabhängig von mir. Es ist die Grundkonstellation des Lebens, von jeher in einer Situation zu stehen, das heißt mit Welt untrennbar verbunden zu sein, immer schon mit anderen und anderem eingebunden zu sein, das nicht ich bin. Immer, selbst in größter Einsamkeit, ist etwas anderes auch da. Heidegger spricht vom In-der-Welt-Sein und schreibt es mit Bindestrichen, um das Grundsätzliche und Untrennbare zu verdeutlichen. Wenn man sich dieses In-der-Welt-Seins gewahr wird, wird spürbar, daß man immer in Bezügen steht, in einer Art von Beziehung. In dieser Situation des Eingebundenseins steht man vor der existentiellen Grundfrage dadurch, daß alles, was da ist, mich fragt: Ja, so ist es, und jetzt: Was machst du damit? Wie gehst du damit um?

Bevor ich etwas tue, etwas ergreife, bin ich schon

längst ergriffen – und insofern auch unfrei, ausgeliefert. Aber in der Antwort auf die Anfrage "Was tu ich damit?" kippe ich aus dieser "Opferrolle". Ich werde zum Handelnden. Nun hängt alles von mir ab, ob es sinnvoll wird. Ich gebe die Antwort! So wie ich sie finde und es kann. Und zwar meine – keine vorgefertigte Standardantwort!

Darin liegt eine geradezu paradoxe Situation. Erst stelle ich mich zurück im Fragen und werde angefragt, doch dann liegt alles an mir, was ich daraus mache.

Also, alles was faktisch ist, tritt an mich heran in der Art und Anfrage: Nimm' es auf, stell' dich dem, geh' damit um! Hier wird der existentielle Gedanke deutlich, der mit Kierkegaard Ende des 19. Jahrhunderts, also erst relativ spät in der westlichen Philosophie und Denkgeschichte auftaucht. Nämlich, daß Leben nicht nur Gabe, also selbstverständlich gegeben ist, sondern auch *Aufgabe*, mir anvertraut, mir in die Hände gelegt, ans Herz gelegt. Dies hebt noch mehr das Staunenswerte, das Unfaßliche des individuellen Seins hervor: daß ich bin und nicht nicht bin. Mein Sein ist mir gegeben und durch mein Dasein soll auch etwas geschehen. Jeder kann Spuren hinterlassen, etwas, das bleibt, etwas gegen die Vergänglichkeit im Streben nach dem Wesentlichen. Ich habe mein Sein, um es zu leben,

Menschsein heißt
in Frage stehen,
Leben ist
Antwort geben

tagtäglich neu. Da gibt es nichts, was zu erringen wäre, um es dann für immer zu haben, außer im Gewesen-Sein.

Ich bin also angefragt zu antworten, meine Antworten ganz zu geben – und wie ich es kann, so ist es ganz. Indem ich meine Antworten gebe, verantworte ich mein Leben.

Über jedes Lebenskonzept hinaus fordert das Sinnstreben eine Offenheit. Immer wieder kann ein solches Konzept durchbrochen werden von Anfragen aus dem Leben. Es kommt darauf an, unser Lebenskonzept auf die konkrete Situation hin transparent zu halten. Hier wird nochmals die Unterscheidung der anfangs formulierten Sinnzüge deutlicher. Sinn ist nicht eine Idee, ein Lebensentwurf, der einmal gefaßt abläuft, den ich einfach Schritt um Schritt umsetze. Sinn lebe ich auch nicht abgeschlossen von der Welt, isoliert vom Leben, im "stillen Kämmerlein". Sinn verlangt nach Begegnung, nach Offenheit für das, was ist, nach Berührt-werden-Lassen, nach Ergreifen und Mitschwingen. Sinn ist ergriffen werden und selbst ergreifen. Sinn vollzieht sich in diesem Atmen mit der Welt. Sinn entsteht im Ergreifen einer Möglichkeit, und zwar der besten Möglichkeit in einer Situation, in einer Wirklichkeit.

Frankl beschreibt die Sinnfindung als eine Art Gestaltwahrnehmung im Sinne von Max Wertheimer und Kurt Lewin. "Nur daß es sich bei einer Sinngestalt nicht um eine ‚Figur‘ handelt, die uns vor einem ‚Hintergrund‘ in die Augen springt, sondern: Was bei der Sinnfindung jeweils wahrgenommen wird, ist – auf dem Hintergrund der Wirklichkeit – eine Möglichkeit: die Möglichkeit, die Wirklichkeit – so oder so – zu verändern." (Frankl, Kreuzer 1986, 85)

Existentieller Sinn ist
die beste Möglichkeit vor dem
Hintergrund der Wirklichkeit

Sie kennen sicher alle selbst Situationen, besonders bei großen Entscheidungen (Ausbildung, Arbeitsplatz, Partnerschaft, Wohnung, Autokauf, ...), wo nach mehr oder weniger langem Ringen plötzlich ganz klar wird: so ist es die richtige, die beste Entscheidung! So muß, so soll ich es tun! Wie ein Bild, eine Gestalt, steht der Weg klar vor einem und ich weiß genau: das ist die beste Möglichkeit! So ist es sinnvoll!

So eine Sinngestalt hat einen „Aufforderungscharakter“, das heißt, in der Regel sind wir nicht mehr zu bremsen, das als sinnvoll Erkannte auch umzusetzen. Es drängt und zieht uns geradezu, es zu verwirklichen. Diese Erfahrung ist leitend für die Praxis der klassischen Logotherapie Frankls. Wenn der Sinn erst deutlich genug aufleuchtet, so kann der Mensch praktisch kaum anders, als ihn zu ergreifen.

Demnach ist es die Aufgabe des Logotherapeuten, den Sinn deutlich sichtbar werden zu lassen. Sinn kann nicht gegeben werden, auch nicht vom Therapeuten – Therapie soll nur das Sehen unterstützen (vgl. Frankl 1987).

Die Erfahrung hat gezeigt, daß die Praxis auf Hürden stößt, die nicht ohne weiteres überbrückt werden können. Kennen wir nicht von uns selbst oder aus der Begegnung mit Betroffenen Situationen, die keinen Zugang zum Sinn eröffneten oder wo die Umsetzung nicht möglich war? Wo wir wie an der Wand stehen? Woran kann die Sinnfindung scheitern? Was sind die Voraussetzungen, um jene bereits beschriebene existentielle Haltung einnehmen zu können, die mit ihrer Offenheit eine Sinnberührung erst zuläßt?

Am besten schauen wir uns den *Sinnfindungsprozeß* nochmals näher an, um zu sehen, welche Voraussetzungen es braucht. Hier endet aber die klassische Logotherapie von Frankl, da wird sie ungenau. Die Anfänge der neueren Existenzanalyse wurzeln in der Ausdifferenzierung der Sinnfindung durch Alfred Längle in einzelne Schritte. Die Methode der Sinnerfassung (Längle A., 1988) beschreibt den Prozeß der Sinnfindung auf der Handlungs- und Vollzugsebene in den Schritten der Wahrnehmung der Möglichkeiten, des Wertens, der Entscheidung für eine Möglichkeit und ihrer Verwirklichung, (vgl. auch Drexler H., (2000) als Praxisbeispiel) und gibt ein methodisches Procedere für die Umsetzung der Schritte an.

Schauen wir uns die vier Schritte nochmal an:

1. Wenn ich die kopernikanische, existentielle Wende vollziehe, geht es darum, daß ich mich von der Situation und den in ihr liegenden Möglichkeiten anfragen lasse. Damit das möglich ist, muß ich also als erstes einmal *hinschauen*, was denn eigentlich an Möglichkeiten und Bedingungen und faktisch Gegebenem vorliegt? Das ist die Ba-

sis für das Handeln.

2. Weiters geht es ja um die Beste der Möglichkeiten, die es zu tun gilt. Es liegt nun an mir, sie in ihrem *Wert* und in der Folge als die Beste zu erkennen. In der Erschließung des Werterlebens hat sich ein neues Gebiet für die Existenzanalyse aufgetan, das in der Logotherapie keine Berücksichtigung fand – die gesamte Emotionslehre. Die Berücksichtigung und Beachtung der Gefühle spielt die zentrale Rolle im Wertfühlen. Es geht um ein Erfühlen von Qualität nach dem Feststellen dessen, was vorhanden ist. Erfühlen ist eine Wahrnehmung aus Nähe heraus. Welche Möglichkeit erlebe ich als wertvoller als eine andere?

3. Im Heben, Vollziehen, Gestalten des von mir als beste Möglichkeit Erkannten, Erspürten

muß ich mich entscheiden. Mich zwischen mehreren Möglichkeiten zu entscheiden bedeutet eine herauszuheben und die restlichen zu lassen. Es bedeutet, nicht alles zu wollen, sondern das Eigene zu finden.

4. Letztlich muß ich es auch noch *tun*, Wirklichkeit werden lassen, indem ich mich ganz dem hingebe, mich mit meinem Leben in die Waagschale werfe.

Dieser Prozeß verlangt einem in jedem der vier Schritte ein ganz spezifisches Können ab, eine Fähigkeit im Vollzug des Personseins. Hinter jedem Schritt steht eine spezifische *Grundbedingung*, um sein zu können. Sie beschreiben aber auch Lebensaspekte, die in einem gelingenden Leben gelebt sein wollen. Die Erfahrungen aus der therapeutischen Arbeit an den personalen Grundbedingungen und Voraussetzungen für ein erfülltes Leben fanden in den vergangenen Jahren im Modell der vier Grundmotivationen ihren systematisierten Niederschlag (z.B. Längle A., 1997 und 1999).

Das Ziel ist also eine erfüllende Sinnerfahrung, deren Verwirklichung einer vierfachen Offenheit bedarf, die mit der existentiellen Lebenshaltung umschrieben wird.

Diese vierfache Offenheit, die zu einem vierfachen „ja“ der inneren Zustimmung zum eigenen Leben führt, wird in den vier Grundmotivationen überblicksmäßig wie folgt verstanden:

Im ersten Schritt der Sinnfindung geht es um das Erkennen des faktisch Gegebenen. Das Sehen und Erkennen, was vorliegt, was die Bedingungen sind, in denen jemand steht, dessen, was der Fall ist, bleibt nicht ohne Rückwirkungen auf die Person des Erkennenden. Er steht vor der Frage, ob er denn in solch einer Wirklichkeit sein kann, ob er sie als seine Wirklichkeit annehmen kann. Läßt diese Wirklichkeit, in der man steht, einen überhaupt leben? Läßt

4 Voraussetzungen, um den Sinn einer Situation zu leben

1. Wie ist die Wirklichkeit?
→ Erkennen des faktisch Gegebenen

2. Welche Möglichkeiten erlebe ich als wertvoll?
→ Emotionales erspüren von GUT, WERT

3. Wie vertrete ich mein Eigenes,
das von mir als „gut“ Erkannte?
→ Abgrenzen vom Anderen

4. Wie / Wann lebe ich das als sinnvoll Erkannte?
→ Tätig werden in der Hingabe an Werte

sie einem Lebensraum, kann man darin atmen? Oder erdrückt sie einen vielmehr? Kommt ein Gefühl auf: In so einer Welt kann ich eigentlich nicht sein?

Um die Situation, in der man sich befindet, annehmen zu können, braucht es ein Lebensgefühl, das sagt: Ich kann sein. Und zwar: Ich kann sein und Du kannst sein, wir können beide sein. Ich habe Halt, Raum und Schutz für mich, Du bedrohst es mir nicht. Nur eine Wirklichkeit, in der ich sein kann, kann ich als meine Wirklichkeit annehmen. Nur dann habe ich das Gefühl, es darf so sein, wie es ist. In so einer Welt kann ich sein, im Grunde erfahre ich die Welt so, daß ich ja zu ihr sagen kann.

Wenn ich mein Sein bei aller Unabsehbarkeit des Zukünftigen, bei allem Ausgesetztsein gegenüber dem Schicksalhaftem und letztlich dem Tod, als ein Gegründetes und Gehaltenes erlebe, eröffnet sich einem Vertrauen, Ruhe und Offenheit. In der Existenzanalyse wird diese Erfahrung des Gegründetseins als SEINSGRUND bezeichnet, aus dessen Erleben das „Ja zur Welt“ kommen kann. Dies wird als die ERSTE GRUNDMOTIVATION bzw. Grundbedingung erfüllter Existenz beschrieben.

Wenn dieses „Ja zur Welt“ nicht zustande kommt, verbleibt die Person in Verunsicherung, Fremdheitsgefühl, Mißtrauen und Angst. In der psychotischen Störform führt es in den schizophrenen Formenkreis.

In einer zweiten Voraussetzung geht es nach der Offenheit für die Wirklichkeit, für das, was der Fall ist, darum, es in seiner Werthaftigkeit zu erkennen. Welche Möglichkeit, die sich im Rahmen der Wirklichkeit auftut, erlebe ich als wertvoll? Das Erkennen, was gut und ein Wert ist, geht über ein emotionales Erfühlen. Wenn man sich fragt, ob man in dieser Welt nicht nur sein kann, sondern auch sein mag, so muß man sich in eine Nähe begeben zu dem, was ist. Das Wahrnehmen einer Qualität findet über ein Aufsich-wirken-lassen statt. Dieser zweite Schritt, der Bereich der ZWEITEN GRUNDMOTIVATION der Existenzanalyse dreht sich um die Fähigkeit der Person, sich zu öffnen und Nähe aufzunehmen bzw. zuzulassen. Wenn das, was ist, mich berührt und ergreift, fragt es mich auch an: Mag ich meine Empfänglichkeit? Erlebe ich mich in einer Nähe zu anderen Leben? Bin ich in Beziehungen eingebettet und geborgen? Erfahre ich in Beziehungen Wärme?

Letztlich geht es darum, in welcher Nähe, Beziehung und Wärme bin ich zu mir selbst? Mag ich, daß es mich gibt? Mag ich leben? Empfände ich es als gut, daß es mich gibt? Finde ich ein „Ja“ dazu, daß mein Sein wertvoll ist?

In diesem „Ja zum Leben“ findet der Mensch seinen GRUNDWERT. Darin stößt er vor zur Quelle seiner Lebendigkeit, und er erlebt darin seine Beziehung oder noch mehr: seine Zugehörigkeit zum Leben. In dieser Gewißheit des Grundwertes liegt der Referenzpunkt für jedes Werterleben.

Der Zugang zum Grundwert, zum „Ja, es ist gut, daß es mich gibt“, eröffnet eine freie Emotionalität, die Nähe und Geborgenheit erleben kann, die Freude und Trauer lebt. In der Einschränkung des „Ja zum Leben“ machen sich Freudlosigkeit, Schwere und Belastung breit. Die verhin-

derte Grundwerterfahrung führt in die Depression.

Um in der Haltung der Offenheit den je eigenen Sinn finden zu können, bedarf es nach der Öffnung für das, was faktisch ist, also die Gegebenheiten der Situation und für die Werthaftigkeit des Gegebenen - das persönliche Übernehmen dessen, was man für sich als die beste Möglichkeit in dieser Situation finden konnte. In diesem dritten Bereich geht es darum, wie ich mein Eigenes vertrete und damit auch das, was ich selbst als Gut erkannt habe. Es geht also um das Abgrenzen des Eigenen vom Anderen. In der Suche nach Sinn im Leben kann mir niemand abnehmen, was mein Sinn, was meine beste Möglichkeit in dieser Situation ist. Ich bin dabei ganz auf mich gestellt, nur ich selbst kann die Antwort auf die Anfrage der Situation an mich geben, und indem ich antworte, verantworte ich es auch.

Die Frage, die sich im Bereich dieser DRITTEN GRUNDMOTIVATION auftut, gehen darum, wie das Eigene im Bezug zur Gemeinschaft steht: Darf ich „Ich selbst“ sein? Woher kommt die Rechtfertigung für das Eigene? Habe ich Achtung und Wertschätzung für das Eigene erfahren und kann ich sie mir selbst auch entgegenbringen? Kann ich zu mir selbst Ja sagen? Im Ja zu meiner Eigenart und Individualität erfahre ich meinen SELBSTWERT, in ihm gründet die Authentizität des eigenen Handelns und Seins.

Wenn man keine Wertschätzung und Rechtfertigung für das Eigene aufbringen kann, ist das Selbsterleben von Fremdheitsgefühl bzw. Gefühllosigkeit geprägt. Das Handeln und Erleben verbleibt in einer inneren Unruhe. Bei zunehmendem Selbstwertverlust zeigen sich die Störungsformen der Hysterie, im psychotischen führt es in die Paranoia.

Und letztendlich braucht es noch das „Ja zum Sinn“. Nimmt man also diese Anfrage der Situation, die „Anfrage des Lebens“ auf, indem man sie zur Aufgabe seines Lebens macht? Lebe ich das als sinnvoll erkannte und werde tätig in einer Hingabe an Werte? Ich bin angefragt in Übereinstimmung mit der Situation zu leben und erfahre in der Sinnverwirklichung ERFÜLLUNG. Nach den drei personalen Voraussetzungen, den drei personalen Grundmotivationen, vollzieht sich im vierten Schritt eine existentielle Lebensweise, man bezeichnet sie daher als VIERTE, EXISTENTIELLE GRUNDMOTIVATION der Existenzanalyse. Inhaltlich deckt sie sich mit der Logotherapie Frankls. In der geglückten Übernahme der Anfrage und vollzogenen Antwort als „Ja zum Sinn“ erlebt man Erfüllung, das Leben wird tätig, handelnd und hingabefähig. Wenn es nicht möglich wird, mit dem eigenen Leben auf die Anfragen zu antworten, entstehen Existentielles Vakuum und Sucht.

In der Summe dieses vierfachen Ja, einem Ja zur Welt, zum Leben, zum Eigenen und zum Sinn rundet sich die existentielle Lebenshaltung ab, die dadurch gekennzeichnet ist, daß sie Leben nicht nur nimmt oder besorgt, sondern sich mit ihm in einer Zwiesprache befindet, wofür es die Offenheit des Hinhörens, aber auch die Authentizi-

tät des Antwortens braucht.

Beispiel:

Laura ist eine Studentin, die um den Sinn ihres Lebens fürchtet. Sie will es ganz gut machen und unbedingt die richtige Entscheidung treffen: Was ist das beste Studium? In ihrer Sicht sind Studium und Berufswahl die entscheidenden Schienen ins Erwachsenenleben, die über Glück und ein gelingendes Leben entscheiden. Jetzt steht die richtige Weichenstellung an, sodaß sich in der Folge das Lebensglück einstellt. Sie hat schon einiges ausprobiert und ist jetzt entscheidungsunfähig. Der Druck, der auf ihr lastet, ist enorm. Es ist keine Möglichkeit in Sicht, von der sie sagen kann, sie wäre wirklich gut. Laura versucht ihren Lebensweg aus dem Verstand zu entscheiden und eine absolut gültige Lösung zu finden. Sie kam kurz vor Semesterbeginn mit der Erwartung, in 14 Tagen eine Lösung zu haben. Die erste Interaktion war demnach, den unmittelbaren Druck von Laura zu nehmen und sich die angemessene Zeit zu gönnen, wie lang das sein wird, kann sich nur erweisen. Angemessen, haben wir besprochen, heißt, bis sie selbst in sich mit Sicherheit spürt, so ist die Entscheidung gut.

Im therapeutischen *Vorgehen* ging es zuerst darum, genauer hinzuschauen: Was gibt es wirklich, was ist gut für mich, passend und warum? Um die Einengung der Perspektive aufzubrechen, haben wir auch grundsätzlich mögliche Lebenshaltungen besprochen, vor allem was Erfolg und Glück betrifft. Man muß auch lassen können, was daraus wird. Man kann Glück und Erfolg nicht erzwingen. Welche Entscheidung kann sie für *jetzt* treffen, auch im Bewußtsein, sie eventuell später zu korrigieren? Sie freundet sich mit dem Gedanken an, es offenzulassen, was sich entwickelt. Die Entscheidung kann also ins Hier und Jetzt ihrer heutigen Situation geholt werden.

Die therapeutische Arbeit hat zum Ziel, daß Laura auch *aushalten* kann, daß sich das Glück nicht erzwingen läßt, daß faktisch Gegebene erst einmal so ist, wie es ist. Es ist ein Hinarbeiten dahin, die Welt - auch ihre persönliche Welt, die für sie inakzeptable Wunden hinterlassen hat - annehmen zu können. Dabei werden die möglichen Bedrohungen, die sie befürchtet, mit der Zeit konkreter. Es wächst ihr Mut, sich dem Heute zuzuwenden und zu erspüren, was jetzt der nächste Schritt sein könnte. Sie lernt dabei Unsicherheiten zu ertragen, erfährt aber auch einen stetigen Kraftzuwachs durch das eigene Handeln, das in Abstimmung mit dem situativ Gegebenem und ihren eigenen Bedürfnissen steht. Sie erlebt immer mehr Halt und Schutz, teils auch durch die Therapiesituation selbst, und eigenen Lebensraum. *Was ist heute dran, und dann schauen wir weiter!* Da kamen auch ganz aktuelle Fragen auf, z.B. ob sie von zu Hause ausziehen soll? Welchem Ferienjob soll sie nachgehen? Wie kann sie mit ganz alltäglichen Entscheidungen umgehen? So hat Laura weiters Studieninformationen eingeholt, geschnuppert, ihre Motivation geklärt. Bis hin zum Erleben: Da gibt es etwas, das war mir immer

schon wichtig und ich bliebe mir etwas schuldig, wenn ich es jetzt nicht täte. *Sie gelangt dazu, sich selbst ernst zu nehmen, heute!* Daraus erwächst Offenheit: Ich muß heute noch nicht wissen, was sich erst in einem Jahr zeigen wird. Das Leben bekommt dadurch eine "sinnliche" Qualität: Ich erlebe, daß ich lebe. Es wird *mein* Leben, das ich so auch ergreifen mag und verantworten kann. Ich kann für meine Entscheidung einstehe. Und eines Tages war es wie ein „Aha“-Erlebnis für Laura: Wenn ich nur noch ein Jahr zu leben hätte, für die Malerei und die Beschäftigung mit der Kunst würde es sich lohnen. Sie kann das, was ihr immer schon lebenswert war, wagen, auch wenn das Berufsziel noch offen ist. In ihr wächst mit der Zeit das Vertrauen, daß sie aus jeder Situation etwas wird machen können, zu dem sie ja sagen kann. Sie erlebt Lebensfreude und geht damit zuversichtlich in die Zukunft.

Hinter dieser Störung steckt eine narzistische Kränkung, die parallel mit der wachsenden Lebensorientierung und dem Erleben von Authentizität ansprechbar wird. Es ist nun ein Boden da, der Halt gibt für die Konfliktbearbeitung.

Therapie ist in so einem Fall kein eindeutiges Procedere, wo es zuerst um biographisches Aufarbeiten, dann um Sinn als Vollendung oder umgekehrt um ein Voranstellen der Sinnfindung geht, sondern es ist ein spiralisches Ineinandergreifen - eines ermöglicht das andere. Im Entwickeln personaler Fähigkeiten entfalten sich Möglichkeiten erfüllten Sinnerlebens in der konkreten Lebenssituation. Jede dieser Erfahrung wirkt in der Rückkoppelung festigend auf die Persönlichkeit und bahnt zudem Zugänge zu vorhandenen Ressourcen. Das Ziel ist es, der eigenständigen Persönlichkeit zu einer freien Entfaltung zu verhelfen, sodaß sie mit innerer Zustimmung leben.

Literatur

- Drexler H (2000) Schritte zum Sinn - Die Methode der Sinnerfassung. Existenzanalyse 17, 1, 36-41
- Frankl V (1987) Ärztliche Seelsorge. Frankfurt am Main: Fischer
- Frankl V (1990) Der leidende Mensch. München: Piper
- Frankl V Kreuzer F (1986) Im Anfang war der Sinn. München: Piper
- Heidegger M (1967) Sein und Zeit. Tübingen: Niemayer, 11°
- Kierkegaard S (1976) Philosophische Brosamen. München: dtv
- Längle A (1988) Die Wende ins Existentielle. Methode der Sinnerfassung. In: Längle A (Hrsg) Entscheidung zum Sein. München: Piper, 68-82
- Längle A (1997) Modell einer existenzanalytischen Gruppentherapie für die Suchtbehandlung. In: Längle A, Probst Ch (Hrsg) Süchtig sein. Wien: Facultas
- Längle A (1999) Die existentielle Motivation der Person. Existenzanalyse 16, 3, 18-29
- Tutsch L (2000) Ist Sinn noch aktuell? Vortrag beim GLE-Kongreß in Wien vom 29.4.2000 (in Vorbereitung zur Publikation)
- Zimmermann F (1992) Einführung in die Existenzphilosophie. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgemeinschaft, 3°

Dr.phil. Silvia Längle
Eduard Sueß-Gasse 10
A - 1150 Wien

Der Wille zum Sinn*

Walter Winkelhofer

Im anthropologischen Gebäude, das V. E. Frankl mit seiner Logotherapie entworfen hat, nimmt das Konzept des „Willens zum Sinn“ (WzS) die zentrale Stelle ein. Nicht umsonst assoziieren die meisten Menschen, die nur ein vages Wissen über Frankl (und die Logotherapie) haben, mit seinem Namen spontan den „Sinn“.

Frankl hat sein Konzept vom WzS dem „Willen zur Lust“ und dem „Willen zur Macht“ gegenüber gestellt, womit er schlagwortartig und pointiert das Motivationskonzept S. Freuds bzw. A. Adlers abgrenzt, ohne aber deren Konzept in Frage zu stellen. Der WzS ist nach der Auffassung der Logotherapie die primäre Motivationskraft des Menschen. Dieser kann gar nicht anders als Sinn zu wollen. „Ob er will oder nicht - der Mensch glaubt an einen Sinn, solange er atmet“, so Frankl.

Ist der WzS frustriert, droht dem Menschen das „existentielle Vakuum“ (V. E. Frankl), das Sinnlosigkeitsgefühl mit allen seinen möglichen Folgen.

Der Vortrag wird sich mit diesem zentralen Konzept beschäftigen.

Frankl beschreibt, wie er zur Beschäftigung mit der Sinnfrage gekommen sei: Schon in früher Jugend habe ihn der Gedanke gequält, ob denn nicht dieses sein Leben letztlich gänzlich sinnlos sei. Er habe, so beschreibt er (Frankl 1984, 13) - und ich erinnere mich auch an die persönliche Erzählung in unserer Ausbildungsgruppe - wie er als Schüler der Mittelschule seinem Naturkundelehrer, der das Leben auf einen Verbrennungsprozess – auf einen Oxydationsprozess reduziert habe, die leidenschaftliche Frage ins Gesicht geschleudert habe: „Ja, was für einen Sinn hat denn dann das Leben?“ (Frankl fasst das in eines seiner so gekonnten Wortspiele, der Reduktionismus verberge sich hier hinter einem Oxydationismus – in der Chemie sind Oxydation und Reduktion zwei Gegensätze!).

In einem vor Jahren gesendeten Fernsehinterview mit Kreuzer spricht Frankl davon, dass jeder, der eine Psychotherapierichtung entwickle, damit auch eine Art Heilmethode

für sein eigenes psychisches Problem als ein „Antidot, ein Gegengift“ erfinde. Freud habe an Ängsten, Adler wegen seiner schwächlichen Konstitution am Gefühl der Minderwertigkeit gelitten, und er, Frankl, sei von dieser Regel keine Ausnahme.

Als Frankl seine eigene „Sinnkrise“ überwunden hatte, wurde es ihm zum zentralen Anliegen, die von ihm postulierte und in der Logotherapie formulierte Sinnorientierung des Menschen in die Medizin und Psychologie bzw. Psychotherapie einzuführen, eine „Rehumanisierung“ dieser Fächer zu fordern. In Medizin und Psychologie hatte sich im Zuge einer Hinorientierung zu den Naturwissenschaften eine Haltung des Determinismus und Reduktionismus breit gemacht. Es war das kausale Denken, die Leugnung jeder menschlichen Freiheit und die Reduzierung menschlicher Phänomene auf eine jeweils niedrigere Dimension.

Für Frankl war dieser Mangel an geistigen, noetischen oder typisch humanen Aspekten gerade in der Psychotherapie am Anfang des letzten Jahrhunderts Antrieb für die Einführung der noetischen Dimension, die es ermöglichte, den Menschen in seiner Ganzheit abzubilden. Ich erinnere an die von Frankl entwickelte Dimensionalontologie (dargestellt im geometrischen Modell eines Raumgebildes: Körperliche, psychische und noetische Dimension ergeben wie Länge x Breite x Höhe erst den Raum und die wahren Projektionsverhältnisse!).

Andere wichtige Motivationskonzepte in der Psychotherapie

Eine kurzer Blick auf andere wichtige Erklärungsmodelle der menschlichen Motivation soweit sie in der heutigen Psychotherapie eine Rolle spielen, läßt den spezifischen Ansatz Frankls besser verstehen. Freud sah im Lustprinzip die eigentliche Motivation des Menschen, dem es um Abbau von Spannung gehe, um die Neutralisierung von Triebenergie nach dem Lust – Unlustprinzip, formelhaft von Frankl verkürzt zum „Willen zur Lust“. Nach der Psychodynamik der Psychoanalyse geht es um die Herstellung eines homöostatischen Gleichgewichts. Das Ziel ist Spannung und Unlust zu vermeiden. Ich zitiere I. Knickerbocker (Im Journ. of social issues 1948) der diesen Ansatz treffend formuliert: „Existence may be seen as a continual straggle to satisfy needs, releave tensions, maintain equilibrium“ (zit. n. Frankl 1984, 20). Adler entlarvte als die wesentliche Triebkraft des Menschen sein Minderwertigkeitsgefühl (Organminderwertigkeit), zu dessen Überwindung in Form von Kompensation und Über-

* leicht gekürzte Version des Tagungsvortrages

kompensation der Geltungstrieb wirksam werde – "Wille zur Macht". Heutzutage könnte man als deren banalste Ausprägung den „Willen zum Geld“ hinzufügen.

Frankl stellte das Konzept des "Willens zur Lust" und des "Willens zur Macht" nicht grundsätzlich in Frage (er war ja lange Zeit selber Schüler von A. Adler!), er ließ diese Motivationskonzepte aber nicht als das Wesentliche gelten, das den Menschen letztlich motiviere. Die Annahme der sexuellen Getriebenheit und einer Grundtendenz des Lebens, Triebe und Bedürfnisse in ein homöostatisches Gleichgewicht zu bringen - einen Gleichstand von Bedürfnisbefriedigung, Pflichterfüllung und Realitätsberücksichtigung sozusagen, wie es die (damalige) Psychoanalyse vertrat, sowie das Geltungs- und Machtstrebens der Individualpsychologie - waren für ihn eine Verkürzung, eine Reduktion, des eigentlichen, existentiellen Menschseins. Lust und Macht „kennt nur einen subjektiven, relativen Sinn und Wert, einen Wert für mich ...“ (Frankl 1975, 280). Frankl sieht einen möglichen Grund für die Ansätze Freuds und Adlers darin, dass die Menschen um die Jahrhundertwende tatsächlich vermehrt an sexueller Frustration und Minderwertigkeitsgefühlen gelitten haben, und damit Freud und Adler zwangsläufig zu einer einseitigen Sicht, besonders des neurotischen Menschen kommen mussten. Demgegenüber konnte Frankl den Nachweis erbringen, dass der Mensch auf Lust und Macht verzichten und sinnvoll leben könne, wenn er einen Grund dafür, wenn er einen Sinn für diesen Verzicht habe. So wie es den Menschen glücklich mache, wenn er Sinn finde, mache es ihn auch ebenso leidensfähig.

Er sah deshalb seinen Ansatz als Ergänzung – allerdings als die unumgängliche für das Verständnis des Menschen an.

Für ihn war die eigentliche Motivationskraft des Menschen die Sinnorientiertheit oder eben der von ihm so benannte "Wille zum Sinn".

Auch auf ein weiteres Motivationskonzept, mit dem sich Frankl in der Abgrenzung zur Logotherapie und Existenzanalyse auseinandersetzt, das in einer wichtigen psychotherapeutischen Richtung heute eine Rolle spielt, sei noch ergänzend kurz eingegangen. Es geht um den Ansatz Rogers, in Deutschland unter „klientenzentrierter Gesprächstherapie“ (nach dem Ehepaar Tausch) eher bekannt. Hier wird als das einzige Motiv (von lat. moveri = bewegen, also Beweggrund) eine sog. Aktualisierungstendenz angesehen. Das heißt, in jedem Menschen schlummern bereits Anlagen und Möglichkeiten, die nur darauf warten, sich zu entfalten und zu differenzieren, sich zu vermehren und zu wachsen, nach einer Eigengesetzlichkeit (Autonomie). Die Therapie besteht letztlich darin, diesen Anlagen zur Entfaltung zu verhelfen. (Bei diesem Ansatz erhebt sich aus logotherapeutischer / existenzanalytischer Sicht sofort die Frage: Wozu soll es gut sein, diese Anlagen zu entfalten?). Frankl kritisiert das Konzept der sog. Selbstaktualisierung, das ja zu den sog. humanistischen Ansätzen in der Psychotherapie gerechnet wird als einen „Monadologismus“ (Frankl 1984, 27) d.h. der Mensch ist wie eine Monade

sich selbst genug, er hat keine Welt, (wir werden im Folgenden noch auf die Intentionalität des Menschen kurz eingehen), er lebt in einer "Weltlosigkeit", die Welt ist ihm lediglich ein Mittel zum Zweck, um seine in ihm schlummernden Anlagen zur Entfaltung zu bringen! Oder in den Worten Maslows, bekannt durch sein Motivationskonzept der Bedürfnispyramide: „The environment is no more than means to the person's selfactualizing ends“ - „die Umgebung ist nichts weiter als ein Mittel zum Zweck der Selbstverwirklichung der Person“ (Maslow 1954, 117).

Nämlicher Maslow revidierte diese seine Aussage in späteren Jahren und sagte: "I agree entirely with Frankl that man's primary concern is his will to meaning". (a.a.O.)

Selbstverständlich steht außer Zweifel, dass im Konzept der Selbstaktualisierung der richtige Ansatz enthalten ist, dass in jedem Menschen Anlagen und Bedingungen vorgegeben sind, die auch bei der Verwirklichung von Sinn hilfreich und förderlich sind. Oder wie es Verena Kast in ihrem Vortrag auf dieser Tagung ausgedrückt hat: Eine Eichel könne nur zu einer Eiche werden und nicht zu einer Espe und ein derartiger vorhandener Wunsch wäre ein Bild für die neurotische Haltung!

Nach dem Verständnis der Logotherapie geht es aber nicht, wie es der Ansatz der Selbstaktualisierungstheorie postuliert, darum, irgend welche Möglichkeiten zu verwirklichen, sondern um die Entscheidung für die eine Notwendigkeit, das eine, das not tut, nicht "das jeweils Gekommte, sondern das jeweils Gesollte" (Frankl 1984, 29).

Das motivationstheoretische Konzept des Willens zum Sinn (WzS)

Frankl stellt das Lehrgebäude seiner Logotherapie auf drei Säulen: den "Wille zum Sinn", die "Freiheit des Willens" und den "Sinn im Leben". So ist es nicht verwunderlich, dass eines seiner ersten Bücher, das ausschließlich in englischer Sprache erschienen war (1970) den Titel trug: „The Will to Meaning“ – Der Wille zum Sinn (das 1982 auf deutsch erschienene Buch mit dem Titel „Der Wille zum Sinn“ ist nicht damit identisch!). In diesem Buch begründet er sein motivationstheoretisches Konzept, mit dem er auch die Logotherapie von den anderen psychotherapeutischen Ansätzen abhebt.

Frankl sah als ursprüngliches Anliegen des Menschen seine Sinnorientierung. Der „Wille zum Sinn“, als Terminus analog zu Nietzsches „Willen zur Macht“, ist für ihn gleichsam formelhaft komprimiert das Grundmotiv des Menschen, ein Motiv, das nicht wieder auf andere Motive zurückgeführt werden kann. "Worum es dem Menschen eigentlich oder zumindest ursprünglich geht, ist die Erfüllung von Sinn und die Verwirklichung von Werten, mit einem Wort, seine existentielle Erfüllung." (Frankl 1984, 24)

"Der Mensch ist immer schon ausgerichtet und hin geordnet auf etwas, das nicht wieder er selbst ist, sei es eben ein Sinn, den er erfüllt, oder anderes menschliches Sein, dem er begegnet." (Frankl 1975, 9)

Und an anderer Stelle: "Ob er es will oder nicht, ob er

es wahr hat oder nicht – der Mensch glaubt an einen Sinn, solange er atmet. Noch ein Selbstmörder glaubt an einen Sinn, wenn auch nicht des Lebens, des Weiterlebens, so doch des Sterbens. Glaubte er wirklich an keinen Sinn mehr – er könnte eigentlich keinen Finger mehr rühren”.

Und schließlich: „Was der Mensch wirklich will, ist letzten Endes nicht das Glückliche an sich, sondern einen Grund zum Glücklichein“ (Frankl 1984, 9).

Bereits Kant hatte in seinen „Metaphysischen Anfangsgründen der Tugendlehre“, 1779 in Königsberg erschienen, geschrieben: „dass Glückseligkeit die Folge der Pflichtbeobachtung“ sei und das „Gesetz vor der Lust hergehen muss, damit sie empfunden werde“ (zit. n. Frankl 1984, 9). Das mag einer Generation, die heutzutage ganz ausgerichtet ist auf „Fun“, auf „Spaß haben“, nicht sehr gefallen!

Für das bessere Verständnis des Konzepts des „Willen zum Sinn“ (WzS) seien noch die beiden Begriffe „Selbsttranszendenz“ und „Intentionalität“ vorab kurz erläutert.

Zum Begriff der Intentionalität:

Diesen Begriff hat Frankl von Max Scheler übernommen. Der Mensch ist als Subjekt auf ein Objekt (auf Welt), auf die Eigen-Welt der Objekte ausgerichtet. Erst das Ausgerichtetsein auf ein Objekt läßt ihn zum Subjekt werden. Wenn man intrapsychisch von den rein zuständlichen Gefühlen (wie sie M. Scheler differenziert hat) absieht, also von Gefühlzuständen, die einen aktuellen Tatbestand des Leibes ausdrücken, z.B. Schmerz, Lust, Hunger- oder Sattheitsgefühl, so ist in unserer Innenwelt dieses Ausgerichtetsein auf etwas stets vorhanden. Ich lache, freue mich, bin traurig, wütend nicht einfach „objektlos“, „grundlos“, sondern ich lache, freue mich, bin traurig oder wütend *über* (etwas), ich brauche einen Grund für meine Lachen usw.

Zur Selbsttranszendenz:

Um zu den Dingen, den Objekten oder aber auch zu einem Du zu gelangen, verfügt der Mensch über die fundamentale Fähigkeit der Selbsttranszendenz, also der Fähigkeit, sich selbst vergessend über sich hinweg und hinaus zu langen und zu jemandem oder etwas zu gelangen. Der Fähigkeit zur Selbsttranszendenz steht in der Franklschen Anthropologie die entgegengesetzte, die Selbstdistanzierung, gegenüber, kraft der sich der Mensch von sich selbst distanzieren, sich selbst gegenüber treten und zu sich Stellung beziehen kann. (Beispiel: Ich kann meine eigene Triebregung oder aber auch die eigene Angst bewusst wahrnehmen und eine Gegenposition einnehmen). Beide Begriffe spielen eine zentrale Rolle für die Anthropologie Frankls und die Konzeption der Logotherapie und Existenzanalyse. Für seine Motivationstheorie, den WzS, ist es die Fähigkeit des Menschen zu Selbsttranszendenz, die uns im Folgenden interessiert.

Nach Frankl ist der Mensch erst ganz Mensch, wenn auch die geistige, noetische Dimension neben der physischen und psychischen ergänzend hinzu tritt. Dies war ja sein Hauptanliegen für die Medizin, Psychologie und Psychotherapie. Die Selbsttranszendenz überbrückt nun den

objektiven Aspekt - nämlich den Logos in der Bedeutung von Sinn - und den subjektiven Aspekt, die Existenz, das spezifisch Humane solcher Geistigkeit. Wörtlich: „Jedenfalls ist menschliches Sein wirklich menschlich in dem Maße, in dem es im Dienst an einer Sache oder aber in der Liebe zu einer Person aufgeht; ja, es ließe sich sagen, daß der Mensch wirklich er selbst ist (und damit auch sich selbst verwirklicht) in dem Maße, in dem er - in der Hingabe an eine Aufgabe oder an seinen Partner - sich selbst übersieht und vergißt“ (Frankl 1984, 171). Auf diesem Hintergrund verstehen wir auch Frankls Kritik an der Selbstverwirklichungsidee von Esalen vor einigen Jahrzehnten. Der Imperativ Pindars: „werde der du bist“ erfährt deshalb die notwendige Ergänzung im Ausspruch von Karl Jaspers: „Was der Mensch ist, das ist er durch die Sache, die er zur seinen macht.“ Und Frankl: „Nur Existenz, die sich selbst transzendiert, kann sich selbst verwirklichen, während sie, sich selbst bzw. Selbstverwirklichung intendierend, sich selbst verfehlen würde“ (Frankl 1971, 77). Dem stimmt auch Maslow bei: „My experience agrees with Frankl's that people who seek self-actualization directly ... don't, in fact, achieve it.“ (Maslow 1966, 109)

Nun kommen wir zur zentralen Aussage und dem eigentlichen Thema dieses Vortrags:

Der Wille zum Sinn ist die ursprüngliche und dem Menschen eigentümliche Kraft für sein Handeln, seine Motivationskraft. „Auf Grund seines Willens zum Sinn (WzS) ist der Mensch darauf aus, Sinn zu finden und zu erfüllen ... Beides, Erfüllung und Begegnung, gibt dem Menschen einen Grund zum Glück und zur Lust“ (Frankl 1984, 10). Und von der anderen Seite, nämlich vom Sinnbegriff her ausgedrückt: „Unter Sinn verstehen wir in der Logotherapie im allgemeinen den konkreten Sinn, den eine konkrete Person - kraft ihres Willens zum Sinn - aus einer konkreten Situation herauszulesen vermag.“ (Frankl 1987, 251)

Frankl zeigt an dieser Stelle auf, was sich im therapeutischen Alltag bestätigen läßt, daß es die neurotische Fehlhaltung ist, die durch ein direktes Streben nach Glück und Lust gekennzeichnet ist und dadurch das Ziel verfehlt. Er bezeichnet diese Haltung als Hyperintention und Hyperreflexion und hat dagegen die therapeutische Methode der Dereflexion entwickelt. Die Dereflexion führt den Menschen wieder hin zur Selbsttranszendenz, durch die es ihm zunehmend gelingt sich selbst zu ignorieren und sich auf die Wertmöglichkeiten der Welt auszurichten.

(Ein einfaches Beispiel für die Dereflexion wäre im Falle von Prüfungsangst nicht ständig mit seiner Angst sich zu beschäftigen, sondern sie einfach zuzulassen und sich statt dessen auf die Möglichkeiten einzustellen, welche die bestandene Prüfung eröffnet).

Nun ist die Tatsache eines WzS nicht im naturwissenschaftlichen Sinn zu beweisen, aber es gibt deutliche Hinweise für dessen Existenz, die man in der phänomenologischen Art der Betrachtungsweise erkennen kann. Es zeigt sich nämlich immer dann, wenn dem Menschen der Sinn für sein Handeln oder sein Leben abhanden kommt

ein Phänomen, das Frankl das „existenzielle Vakuum“ nennt, das als ein Gefühl der Sinnlosigkeit und Leere oder in abgeschwächter Form als Langeweile in Erscheinung tritt, das in manchen Fällen den Menschen sogar am Leben zweifeln läßt und ihn im Extremfall in den Selbstmord treibt.

Das „existenzielle Vakuum“ ist nun kein Anzeichen einer neurotischen Haltung, so wie dies Freud gesagt haben soll: Wer nach Sinn fragt sei schon krank. Demgegenüber Frankl: „Denn die Sorge um den Sinn seiner Existenz zeichnet ja den Menschen aus.“ (Frankl 1978, 78) Es stellt zunächst einmal ein Warnzeichen dar für den zu Grunde liegenden frustrierten Sinnwillen des Menschen, so wie die Angst uns warnt vor Bedrohung oder ein Schmerz auf ein krankhaftes Geschehen hinweist. Erst sekundär kann in dieses existenzielle Vakuum Neurotisches hineinwuchern (z.B. eine Sucht).

Normalerweise stellt sich dem Menschen, der in der Fülle seiner Aufgaben steht, die das Leben von ihm fordert, nicht die Sinnfrage! Er wird üblicherweise nicht einmal das Wort „Sinn“ benutzen, sondern vielleicht äußern, dass ihm eine Sache alles oder sehr viel bedeute, dass er sein Leben und Handeln als „richtig“, „stimmig, in Ordnung“, oder als „interessant und spannend“ erlebe.

Ein weiteres Indiz für den WzS, auf das Frankl immer wieder hinweist, ist die Erfahrung, die er selbst durch das Leiden während des Aufenthaltes im Konzentrationslager machen mußte und was er auch später im Rahmen seiner Universitätstätigkeit in den USA an ehemaligen Kriegsgefangenen des Vietnamkriegs beobachten konnte. Unter diesen existenz-bedrohenden Situationen hatten die Häftlinge und Gefangenen die größten Überlebenschancen, die auf einen Sinn ausgerichtet waren, auf die noch außerhalb des Lagers oder Gefängnisses eine Aufgabe oder ein naher Mensch wartete. Er spricht deshalb auch von „survival values“, Sinn als Überlebenswert. Nur wer als Häftling oder Kriegsgefangener eine Vision einer Zukunft hatte, besaß eine gewisse Überlebenschance, soweit die Verhältnisse dies zuließen.

An eigenen Beobachtungen während seines KZ-Aufenthaltes widerlegt Frankl auch den bekannten Spruch „erst kommt das Fressen dann die Moral“. Nicht die reine Bedürfnisbefriedigung, sondern das „Bedürfnis“ nach Sinn war oft in diesen Extremsituationen vorrangig (nachzulesen im seinem Buch „... trotzdem Ja zum Leben sagen“ 1947, 76).

Für diese grundsätzliche Ausgerichtetheit nach Sinn gibt es mittlerweile mehrere experimentelle Belege, testpsychologisch u.a. nachgewiesen in den bekannten Test von E. Lukas, James B. Crumbaugh (PIL-Test: Purpose In Life) und neuerdings von Längle und Orgler (2000).

Es ist interessant, dass sich diese Sinnorientierung durch alle Bevölkerungsschichten hindurch zieht, also keine Abhängigkeit vom Intelligenz- und Bildungsgrad aufweist, sowie sich interkulturell sowohl in Amerika, Europa und selbst in Afrika - hier allerdings vorwiegend in der akademischen und nach westlichem Muster ausgebildeten Jugend - nachweisen läßt.

Man kann also feststellen, daß im Wesentlichen dem menschlichen Handeln als Motivationskraft sein Ausgerichtetsein nach Sinn, repräsentiert im WzS, zu Grunde liegt. Dies muß dem Einzelnen nicht und auch nicht immer bewußt sein. Der Mensch ist zwar auch weitgehend geleitet von Luststreben und will seine Schwächen und Gefühle der Minderwertigkeit überwinden, zutiefst möchte er aber einen Grund hierfür haben. Lust läßt sich, zumindest wenn es zur ausschließlichen Absicht wird, gar nicht direkt intendieren. Lust ist eine Nebenprodukt, ein Nebeneffekt, der sich einstellt, wenn ein Grund dafür vorhanden ist. Direkt angepeilt wird die Lust verfehlt, oder wie es Frankl sinngemäß in seiner ihm eigenen Vorliebe für Wortspiele sagt: Wenn es einem nur um die Lust gehe, dann vergehe sie einem auch schon. In gleichem Maße ist auch die Macht per se kein Endzweck, sondern nur Mittel zum Zweck.

„Was der Mensch wirklich will, ist letzten Endes nicht das Glückliche an sich, sondern einen *Grund* zum Glücklichen. Sobald nämlich ein Grund zum Glücklichen gegeben ist, stellt sich das Glück, stellt sich die Lust von selber ein“ (Frankl 1984, 9). Frankl bezeichnet, das Streben nach der Wirkung anstatt des Ausgerichtetseins durch den WzS auf einen Grund hin als „*intentio obliqua*“, als schiefe Ebene, die das Ziel verfehlt. Wer z.B. eine Sache tut, um damit Wirkung oder Ansehen zu erzeugen, anstatt weil ihm an der Sache selbst gelegen ist, wird voraussichtlich nur wenig Erfolg erleben. Dem ist jedenfalls ein größerer Erfolg beschieden, der sich, ohne auf Nebeneffekte zu schießen, ganz, „mit Leib und Seele“ auf die Sache oder Aufgabe einläßt. Gerade außerhalb der Norm, in den pathologischen Formen läßt sich dieser Zusammenhang nachweisen. So bestätigt sich besonders bei den Störungen der Sexualität, bei den Potenz- und Orgasmusstörungen, dass das direkte Intendieren und verkrampte Wollen, die Hyperintention, und die Hyperreflexion, die forcierte Selbstbeobachtung, das angestrebte Ziel verfehlen läßt und der therapeutische Ansatz, das sich selbst-transzendente Ausrichten auf den Partner meist sehr schnell die Störung verschwinden läßt.

Der WzS wird aber erst verständlich, wenn man das intendierte Ziel betrachtet. Das typische des triebhaften Geschehen ist es zwar auch, ein Ziel zu erreichen, ein Ziel das innerhalb der Person liegt, nämlich die Reduzierung der Triebspannung, die Homöostase. Der Trieb vernichtet sich aber sozusagen durch das Erreichen seines Zieles selbst, bis sich wieder genügend Triebspannung angesammelt hat (am Beispiel Hunger oder sexuelle Spannung leicht nachzuvollziehen.) Letztlich ist es nicht so wichtig wodurch der Spannungsausgleich geschieht, der Trieb ist nicht so wählerisch!

Der WzS peilt demgegenüber ein Ziel an, das außerhalb der Person liegt. Dieses Ziel muß real vorhanden sein, sonst handelt es sich um eine Wunschhaltung, und es muß in seiner Werthaftigkeit erkannt und als sinnvoll gewollt werden. Dem WzS ist auch kein Triebcharakter zuzuschreiben. Er hätte ja dann die Absicht sich selbst abzubauen,

im Sinne der Spannungsreduktion oder des homöostatischen Ausgleichs sich selbst los zu werden. Der WzS lebt aber gerade aus der Spannung, die durch den Anforderungscharakter der Sinnmöglichkeiten begründet ist. Darin besteht der Unterschied zwischen Befriedigung und Erfüllung!

Einerseits ist also dem Menschen der WzS angeboren. Frankl nimmt dieses Faktum als ein Apriori im Sinne Kants oder als Existential im Sinne Heideggers an, das Warum sei unergründlich. Der WzS braucht aber auch ein Objekt (Intentionalität / Selbsttranszendenz!) in der Welt, einen Wert, der anspricht, anzieht, zu dem es aber nicht wie im Sinne des Triebgeschehens hintreibt wie durch eine „vis a tergo“, sondern der anzieht. Frankl hat in diesem Zusammenhang das aus dem Physikunterricht bekannte Bild gebracht: Wenn man unter einer ungeordneten Menge Eisenfeilspäne einen Magnet hält, so formieren sich die Eisenteile in eine Richtung. In analoger Weise vermag ein Wert, ein Logos, eben ein Sinn den Menschen darauf hin auszurichten, ihn dazu zu motivieren, sich in Bewegung zu setzen, um den Wert zu ergreifen, d.h. Sinn zu verwirklichen. Oder wie Frankl den Satz „wo ein Wille ist, da ist auch ein Weg“ umformuliert: „Wo ein Ziel ist, ist auch ein Wille“ (Frankl, 1982, 223).

In diesem logotherapeutischen Konzept wird der Wille im Gegensatz zum landläufigen Verständnis um 180 Grad gewendet, das eine „Willensstärke“ oder „Willensschwäche“ wie ein mehr oder weniger großes Reservoir an Energie im Menschen auffasst. Der WzS ist eine reine Möglichkeit des Menschen, eine Potentialität, die sich erst im Vollzug zeigt. Die Ausrede auf eine angebliche Willensschwäche, die oft bei einem neurotischen Fatalismus anzutreffen ist, wird so ad absurdum geführt, ebenso die weitverbreitete Praxis an den Willen des Menschen zu appellieren („Du musst nur wollen, dann geht es schon!“). Man kann aber nicht wollen wollen, ebenso wenig wie man glauben oder lieben wollen kann.

Der WzS, als potentielle Fähigkeit, wartet im Menschen darauf, durch ein Ziel, einen Wert entzündet und damit aktualisiert zu werden. Statt an den Willen zu appellieren kann man es der Attraktivität und Anziehungskraft des Sinns überlassen, den Mensch in Bewegung auf das Ziel hin zu setzen, ihn zu motivieren! Das darf aber nicht missverstanden werden als ein passives Ausgeliefertsein des Menschen an die Werte! Es bedarf ja vordem der Entscheidung und Entschiedenheit für den Wert bzw. Sinn, es setzt ein Abwägung der Wertigkeit voraus, bevor es zur Einwilligung zum Ergreifen des Ziels, zur Sinnverwirklichung kommen kann. Längle hat diesen Zusammenhang in der sog. Sinnerfassungsmethode therapeutisch nutzbar gemacht (Längle, 1988, 40-52).

In dem von A. Längle weiter entwickelten und differenzierten Konzept der früheren Logotherapie und Existenzanalyse nimmt das Modell der Grundmotivationen eine zentrale Rolle ein. Hier ist der Frankl'sche WzS als 4. GM eingebunden (Längle, 1997, 166). (Auf dieses Konzept kann hier aus Zeitgründen nicht eingegangen werden!).

Ein weiterer Begriff, den Frankl in diesem Zusammenhang einführt, ist der der Noodynamik (Frankl 1975, 179). „Der Mensch ist auf der Suche nach Spannung ... im Besonderen ist er eben auf der Suche nach sinnvollen Aufgaben, die ihn in gesunde Spannung versetzen möchten. Das ist es auch, was ich mit dem motivationstheoretischen Konzept eines Willens zum Sinn umschreibe“ (Frankl 1984, 43).

Im Gegensatz zur Psychodynamik, in deren Spannungsfeld der Mensch durch seine Triebe ebenso steht, ist die Noodynamik gekennzeichnet durch die Spannung zwischen Sein und Sollen. Es ist wesentlich für den Menschen „immer im Angesicht von Sinn und Werten zu stehen, von ihnen angefordert zu werden“ (Frankl 1971, 74). Der Sinn hat die Funktion des „Schrittmachers des Seins“ und muss daher dem Sein voraus sein (Frankl, 1971, 78).

„Für die Existenzanalyse steht vor dem Wollen ein bewusst gewordenes Sollen - für die Psychoanalyse steht hinter dem bewussten Wollen ein unbewusstes Müssen. Für die Existenzanalyse steht der Mensch im Angesicht von Werten ... er wird von Werthafem gezogen“ Und weiter, gegen eine Triebnatur der Noodynamik: „Die Werte ziehen mich an, aber sie treiben mich nicht an. Für die Verwirklichung von Werten entscheide ich mich in Freiheit und Verantwortlichkeit, zur Verwirklichung von Werten entschieße ich mich, der Welt der Werte erschließe ich mich ... Die Dynamik des Geistigen wird aber nicht von Triebhaftigkeit, sondern von Wertstrebigkeit fundiert. In diese geistige Wertstrebigkeit geht die seelische Triebhaftigkeit, gehen die Triebe ein als speisende Energie.“ (Frankl 1975, 179). Frankl leugnet also nicht, wie ihm fälschlicherweise gelegentlich unterstellt wird, die von der Psychoanalyse entdeckte Psychodynamik, er läßt sie nur nicht als einzige und vor allem als die wesentliche Motivationskraft des Menschen gelten.

Die Noodynamik drückt also aus, dass der Mensch ständig in diesem Spannungsfeld steht, das ausgeht von dem Sollen, von der Erfüllung der auf ihn wartenden Aufgaben, von der Aufforderung der jeweiligen konkreten Situation zur Verwirklichung von Sinn durch das Ergreifen von Werten. Diese Spannung will der Mensch nicht los werden, er sucht sie sich sogar kraft des ihm innewohnenden WzS.

Diese Tendenz läßt sich gerade auch in unserer Freizeitgesellschaft beobachten. Den Menschen geht es im Allgemeinen so gut wie nie zuvor. Soziale Systeme einschließlich diverser Versicherungen bewahren ihn vor den meisten Schicksalsschlägen früherer Generationen. Frankl: „... sie haben genug, wovon sie leben können, aber ihr Leben hat kein *Wozu*, eben keinen Sinn ... immer weitere Kreise haben immer mehr Zeit - aber nichts, wofür sie die Zeit sinnvoll aufwenden könnten“ (Frankl 1984, 43). Und was tun die Menschen in dieser Situation? Sie suchen sich Ersatz dafür, teils Surrogate oder schütten „Inseln der Askese“ auf, wie im Sport (a.a.O. 43). Der Mensch möchte im Grunde dieses existentielle Angefragtsein erleben, sein WzS ist eben ein pacemaker (Schrittmacher) und kein

peacemaker (wörtlich Friedensstifter, besser wäre zu sagen: Beruhigungsmittel!). Die auffällige Tendenz gerade von jungen, gesunden, tatkräftigen und dem Leben zugewandten Menschen, sich extremen Sportarten (wie Freeclimbing, Bungee jumping, Paragliding u.a.) zuzuwenden, um wieder die Spannung zu erleben, die vom Leben ausgeht, belegt dieses tiefe Verlangen. Die falsche Richtung dieser Spannungssuche ist die Flucht in die Drogen!

Ein letzter Gedanke, der den Themenkreis des Franklschen WzS abschließen soll, ist die Änderung der Einstellung zum Leben und seinen Aufgaben, die er als „Kopernikanische Wendung“ bezeichnet. „Das Leben selbst ist es, das dem Menschen Fragen stellt. Er hat nicht zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben her Befragte, der dem Leben zu antworten - das Leben zu verantworten hat. Die Antworten aber, die der Mensch gibt, können nur konkrete Antworten auf konkrete Lebensfragen sein.“ (Frankl 1987, 141)

Für diese Fragen offen und zur Antwort bereit zu sein - dazu verhilft uns der Wille zum Sinn.

*Dr. Walter Winkelhofer
Wertherstraße 10
D-80809 München*

Literatur:

- Frankl VE (1947) ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Wien: Deuticke
Frankl VE (1970) The Will to Meaning. New York: New American Library
Frankl VE (1971) Ärztliche Seelsorge. Wien: Deuticke
Frankl VE (1975) Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber
Frankl VE (1982) Die Psychotherapie in der Praxis. Wien: Deuticke
Frankl VE (1987) Das Leiden am sinnlosen Leben. Freiburg i. Br.: Herder
Frankl VE (1984) Der Wille zum Sinn. Bern: Huber
Frankl VE (1987) Logotherapie und Existenzanalyse. München: Piper
Längle A (Hrsg) (1988) Entscheidung zum Sein. München: Piper
Längle A, Probst C (Hrsg) (1997) Süchtig Sein. Tagungsbericht der GLE Wien, 1/1993, 166
Längle A, Orgler C, Kundi M (2000) Die Existenzskala. Göttingen: Hogrefe
Maslow AH (1954) Motivation and Personality. New York: Harper & Brother
Maslow AH (1966) Comments on Dr. Frankl's Paper. Humanistic Psych, 6, 107
Yalom I (1980) Existential Psychotherapie. New York: Basic Books

Märchenarbeit mit Kindern im Spiegel der Grundmotivationen*

Brigitta Schieder

Was braucht ein Kind, um sich zu einer starken Persönlichkeit zu entwickeln? Die Botschaften der mündlich tradierten Volksmärchen sind auf besondere Weise geeignet, die Kräfte der Kinder zu mobilisieren und zu stärken. Einführend werde ich Parallelen zwischen den vier Grundmotivationen nach A. Längle und dem Märchen ziehen. Anschließend können didaktische Möglichkeiten eines ganzheitlichen Märchenerlebens kreativ mitvollzogen werden.

Nach der von Alfried Längle entwickelten Systematisierung sind vier Grundmotivationen für menschliches Handeln bestimmend. Geglückte Lebenswege haben ein vierfaches "Ja" zum Leben zur Bedingung. Die von Generation zu Generation ausschließlich mündlich überlieferten Märchen der Völker spiegeln genau diese Realität wider und zeigen dieselben Grundstrukturen in unterschiedlichsten Bildern. Lediglich die Gewichtung der vier Bereiche ist natürlich je nach Thema unterschiedlich verteilt.

Vorab erscheint mir eine Begriffsklärung wesentlich: Neben den Volksmärchen kennen wir auch *Kunstmärchen*, die einer eigenen literarischen Gattung angehören. Von Andersen über Goethe, Tolstoi, Hermann Hesse bis zu Rose Ausländer und Michael Ende, um nur einige zu nennen, ließen sich alle großen Literaten zumindest vom Volksmärchen inspirieren.

Wir haben es dabei mit Dichtung, mit dem künstlerischen, literarischen Ausdruck eines Menschen zu tun und ahnen gleichsam die Person des Schöpfers durch sein Werk hindurch.

Im "*Zaubermärchen*", dem wesentlichsten Vertreter der Volksmärchen dagegen sind individuelle Einflüsse auf den Inhalt in dieser Weise nicht mehr auszumachen. Sie stehen für den unbewußten, den vorbewußten Erfahrungsschatz der Menschheit und vermitteln ihre Botschaften in symbolischer Bildsprache. Der Psychoanalytiker Erich Fromm weist darauf hin, dass "Symbolsprache eine Sprache ist, in der innere Erfahrungen, Gefühle und Gedanken so ausgedrückt

werden, als ob es sich um sinnliche Wahrnehmungen, um Ereignisse in der Außenwelt handelte. Es ist eine Sprache, die eine andere Logik hat, als unsere Alltagssprache ..."

In meinen folgenden Ausführungen werde ich jeweils abwechselnd zuerst auf die wesentlichsten Inhalte der Grundmotivationen und daran anschließend auf ihre Entsprechung in den Zaubermärchen eingehen, sodaß sich daraus ein Gesamtüberblick ergibt.

1. "Ja zum Dasein in der Welt!"

Jeder Mensch wird ungefragt in eine Welt hineingeboren, die von Stund an seine Welt ist, mit der er schicksalhaft verbunden bleibt. Sein Leben ist ihm geschenkt mit allen Sonnen- und Schattenseiten. Ob ein Mensch in seinem späteren Leben auf sicherem Boden steht, immer wieder Grund und Halt findet, aus einem Ur-vertrauen heraus sich entfalten kann, hängt wesentlich von den Bedingungen ab, die er in dieser Phase vorfindet.

Zur Grundvoraussetzung für eine gesunde Entwicklung gehört sicherlich auch, die Realität der konkreten Lebenssituation zu akzeptieren, anzuerkennen. Das beinhaltet zunächst noch keine Wertung, sondern bedeutet Wahrnehmung dessen, was ist: ja, so ist es!

Es ist erstaunlich, welche Kräfte Kinder entwickeln und wie tapfer sie sein können, wenn sie in schwierigen Situationen das Vertrauen und ehrliche Bemühen der Erwachsenen spüren und gemeinsam die Realität angeschaut und nach Lösungen gesucht wird. Damit wird für spätere Wahrheitsliebe der Grund gelegt. Eine vorgetäuschte Scheinwelt entzieht dem Kind gleichsam den Boden unter den Füßen, nimmt ihm den notwendigen Schutz und Halt. So wird es schwierig, Vertrauen in sich selbst oder ins Leben zu entwickeln. Angst, die sich sowohl in aggressivem Verhalten (latent oder offen) wie auch in fehlender Eigenständigkeit zeigen kann, hat hier eine Wurzel.

Märchen sind keine Heile-Welt-Geschichten! Märchen zeigen die Welt nicht unter einer Glasglocke, gaukeln nichts vor. "Ja, so kann es gehen im Leben: Vater und Mutter sind gestorben ... - oder sie sind so arm, daß sie ihre Kinder nicht mehr ernähren können ... - oder die böse Stiefmutter mag dich nicht ... - oder du wirst von allen als der Dummling

* *Nachstehender Beitrag wurde stellvertretend für die Referate im Symposium PÄDAGOGIK zur Veröffentlichung ausgewählt, weil er neue Wege und Möglichkeiten der Werteerziehung aufzeigt (Was. Winkhofer).*

verlacht ...” Das “Märchenkind” - und ohne Einschränkung das sich mit ihm identifizierende - nimmt sein “Da-sein” als Realität wahr: mit allen Schwierigkeiten, allen Beziehungen und Gefühlen, die zunächst wert-ungsfrei “sind”. Dieses Hinschauen (beim kleinen Kind intuitiv, nicht kognitiv!) gibt Grund und Halt. Es bildet die Grundlage für jede weitere Entwicklung.

Das hörende Kind “weiß” um die Wahrheit der erzählten Geschichte, weil es sich in “seinem” Märchen wiederfindet: es *spürt* den Stachel der Eifersucht, wenn da von bevorzugten Geschwistern die Rede ist. Auch ihm geht es ja so. Mußte es nicht erst heute wieder den Tisch abräumen ...? den abgelegten Pullover seines Bruders anziehen ...? das Baby hüten, obwohl es lieber zur Freundin gegangen wäre ...?

Und es *fühlt* mit dem Jüngsten mit, den alle als Dummling verspotten, denn auch das kennt jedes Kind: zu “dumm” zu sein, um radfahren oder lesen oder eben mit den Großen mitreden zu können ...

Selbst ein liebevoll angenommenes Kind fühlt sich manchmal genauso ausgegrenzt, verlassen und unverstanden, als ob es “bei fremden Leuten” aufwachsen würde. Und es spürt manchmal so viel Neid, Wut oder sogar Haß auf die Geschwister, die Mutter, den Vater, ... daß es ein ganz schlechtes Gewissen bekommt. Wie könnte es davon erzählen!

Wenn dann ein Erwachsener sich die Zeit nimmt, Märchen zu erzählen oder vorzulesen, dann empfängt das Kind gleich eine doppelte Botschaft:

1. “*Das, was ich fühle, darf sein! Die Mama erzählt ja von einem Kind, dem es ebenso geht wie mir.*” Damit erhält das Kind gleichsam die liebevolle Legitimation, sich auch in seinen schwierigen Beziehungen und negativen Gefühlen anzunehmen. Nicht mehr und nicht weniger. Es kann all seine Gefühle, Sorgen und Wünsche “bilden” und auf seine Weise spielerisch damit umgehen. Es bleibt nicht eingeschlossen und ausweglos, sondern kann sich “Luft machen”, kann seinen Lebensraum, seine Lebensmöglichkeiten erweitern, Lösungen erproben ohne Repressalien fürchten zu müssen.

2. “*Ich bin nicht allein!*” Durch sein anwesendes Erzählen vermittelt der Erwachsene dem Kind die Geborgenheit und das Vertrauen, das es braucht, um dieses Hinschauen und Hinfühlen auszuhalten. Er verbürgt sich gleichsam dafür, daß dem Kind “nichts passiert”, daß alles gut werden wird. Solche Erlebnisse nähren das Grundvertrauen des Kindes.

2. ”Ja zum Leben”

Ob ein Mensch gerne lebt oder nicht, ob er Lebensfreude empfindet oder unter Lebensangst, Lebensüberdruß leidet, all dies hängt erstaunlich wenig von äußeren Bedingungen ab. Weder Reichtum und Überfluß, letztlich nicht einmal Gesundheit und Begabung können einem Menschen das Gespür geben: “Es ist *gut*, daß ich lebe!”

Um diese Befindlichkeit zu spüren und zu entwickeln,

braucht es nicht nur am Lebensanfang, sondern durchgehend und immer wieder die wohlwollende Anerkennung anderer Menschen, die nicht an ein bestimmtes Verhalten oder eine erbrachte Leistung gebunden ist, sondern der eigenen Lebendigkeit, der eigenen Gefühlswelt, dem eigenen Sein gilt.

Damit wird der Grund gelegt für das Bewußtsein vom eigenen Wertsein, dafür, dieses kostbare Leben auch so zu gestalten, daß es als etwas Wertvolles, Sinnvolles empfunden werden kann. Und dies wiederum ist die Voraussetzung, um glücklich und in Frieden mit sich und der Welt leben zu können.

Im *Märchen* bleibt kein verlassener oder verängstigter Mensch letztlich allein. Immer taucht jemand auf, der ihm genau dies vermittelt: “Es ist gut, daß es dich gibt! Auf dich kommt es an!”, der ihm das Vertrauen schenkt, daß auch aus ihm nicht nur etwas, sondern sogar etwas ganz Besonderes werden kann.

Aus diesen Begegnungen schöpft nicht nur der Märchenheld Kraft und sein Leben entwickelt sich in eine Richtung, die er selbst als gut empfindet. Daraus erwachsen Bindungen, aber auch Wert und Wohlwollen für sich selbst.

3. “Ja zu mir als Person”

Wenn ein Kind sich grundlegend angenommen fühlt, wenn es erfährt, daß es nicht nur geliebt wird, weil es eine bestimmte Leistung erbringt, dann hat es schon eine gute Ausgangsbasis. Dann hat es den nötigen Raum zur Verfügung, um sich und sein Leben zu erfahren und zu gestalten.

Jeder Mensch ist seinem Wesen nach ganz einmalig, einzigartig und damit unverwechselbar *anders* als alle anderen Menschen. Und jeder Mensch will auch so sein wie er ist, will seine Stärken und Schwächen nicht verstecken müssen, will letztlich die Bestätigung, so *sein zu dürfen*, wie er ist. In diesem Bereich geht es um die Würde des Menschen, um sein Recht, authentisch sein zu können und zu dürfen. Es geht um die Spannung zwischen dem Recht, das Eigene zu leben und der Verantwortung den Mitmenschen, der Welt gegenüber.

Ein Kind, das seine Gefühle nicht aus Angst vor Liebesentzug unterdrücken muß, wird lernen, auch mit seinen negativen Gefühlen, seiner Wut, seinen Empfindlichkeiten ... umzugehen und es wird den Mut und das Selbstvertrauen entwickeln, aus seiner freien Entscheidung heraus für sich und andere einzustehen, wenn dies notwendig ist.

Das Gewissen ist hier angesiedelt, das Frankl als das “Sinnorgan” des Menschen bezeichnet: unser tiefes Urwissen vom Wertvollen, Richtigen und Stimmigen. In dieser Spannung fühlen wir, was existentiell notwendig ist, was wir zu tun haben. Indem wir die erkannten Werte leben, erfahren wir den Sinn unseres Lebens - und das gilt ansatzweise auch schon für recht junge Kinder. Auch sie sind tief befriedigt, wenn sie sich in einem konkreten Fall liebevoll oder verantwortungsbewußt verhalten haben.

Im *Märchen* erfahren auch und gerade die Schwachen,

die Armen, die "Dummen" und Ausgegrenzten, daß sie einmalig und einzigartig sind. Auch hier zeigt sich wieder, daß 'Hinschauen' schon ein wesentlicher Teil der Annahme ist. Da wird keine Schwäche vertuscht oder verleugnet und der Lohn ist am Ende nicht "trotzdem", sondern genau deswegen Anerkennung, Achtung und Liebe.

Die Botschaft lautet: "Laß dich durch nichts entmutigen! Folge der Spur deiner Freude! Setz' dich ein, wofür du begabt bist und hör auf die Stimme deines Herzens, dann weißt du, was wichtig und richtig ist. Was dir wirklich viel wert ist, das erreichst du auch!"

Kennen wir diesen Vorgang nicht auch aus eigener Erfahrung? Nicht durch Zwang werden Leistungen erbracht, sondern durch Überzeugung, Begeisterung - wenn eben ein Wert uns "anzieht".

In Spiel und Fantasie kann aber auch einmal in die Rolle des "Bösen" geschlüpft werden, die eigenen Schattenseiten werden so "erlaubt und genehmigt" in ihrer Realität wirklich wahrgenommen. Die Erfahrung, daß Böses nicht nur von außen auf mich zukommt, sondern daß ich es als mir zugehörig erkenne - und damit umgehen lerne! - ist Voraussetzung für Gewissensbildung und die Übernahme von Verantwortung für mein Tun.

4. "Ja zu einem sinnvollen Leben"

Ein Mensch, der auf eine Entwicklung zurückgreifen kann, wie ich sie skizziert habe, wird es leichter haben, sein Leben als sinnvoll zu erfahren, wird leichter aus Lebenskrisen, die häufig auch Sinnkrisen sind, herausfinden als jemand, dem dies versagt blieb, der gleichsam mit dem Rücken zur Wand um sein Lebensrecht kämpft.

Kinder, die sich als nur noch fremdbestimmt erfahren, die keine Möglichkeit mehr sehen, ihre Werte, ihre Vorlieben und Stärken (die so gar nichts mit den Leistungsanforderungen in Schule und Elternhaus zu tun haben müssen), zu leben, fallen häufig in eine verweigernde Trotzhaltung, die eigentlich ein Hilferuf ist: "Nimm mich in meinen Bedürfnissen wahr! Laß mich schöpferisch und kreativ meine eigenen Lebensziele suchen und erfahren!"

In der Umkehrung könnte man sagen: ein Mensch, der genügend Raum, Wärme und Achtung erfahren hat, wird es nicht nötig haben, unangemessen dafür zu kämpfen:

- Er wird als Kind notwendige Grenzen akzeptieren können, ohne sich bedroht zu fühlen.
- Er wird seiner Kindheit in Frieden entwachsen können und sich selbst Freund und Beschützer werden.
- Er wird versuchen, sein Leben selbstbestimmt so zu leben, daß er seine Werte verwirklichen und es vor seinem Gewissen verantworten kann.
- Er wird Freude und persönlichen Sinn in seinem Leben finden, weil er seine Wurzeln, nämlich seine Fähigkeit zu fühlen und schöpferisch über sich hinauszugehen, nicht verloren hat.

- Er wird aus eben diesen Gründen tolerant und bindungsfähig sein.

Märchen geben uns auch für diesen Schwerpunkt unaufdringliche Hilfestellung. Sie drücken die Sehnsucht des Menschen nach einem glücklichen, friedlichen, sinnvollen Leben in Bildern und Metaphern aus, die wiederum für Lebenserfahrungen stehen. Es wird in aller Regel das Bild der Hochzeit bzw. der Königswürde sein.

Auch hier sind wir angehalten, symbolisch zu denken: Im Bild der Hochzeit z.B. geht es um die Vereinigung der Gegensätze unseres Lebens, unseres Frau- oder Mannseins. Jeder von uns trägt auch die jeweils "andere" Seite in sich. Nur wem es gelingt, sich mit ihr gleichsam zu vermählen, sie anzuerkennen, wird auf Dauer in Frieden und Einklang mit sich und seinen Mitmenschen leben können.

Mir ist kein einziges Zaubermärchen bekannt, in dem ein Mensch sein Lebensglück fand, obwohl oder weil er nur für sich alleine gelebt hat, nur auf sich und sein Wohlergehen geschaut hat. Auf recht unterschiedliche Weise bringen uns Märchen nahe, daß wir aufeinander angewiesen sind, daß letztlich nur die Liebe uns erlösen kann. Die Liebe, die wir schenken und die, die wir erfahren, empfangen dürfen. Eine große Verheißung steckt darin, die auch schon bei kleinen Kindern als Ahnung grundgelegt werden kann (und wohl auch soll): nicht für mich allein lebe ich und nicht um mich selbst darf ich kreisen.

Märchen sind geradezu ein Aufruf, sich zu-wendend, mit-fühlend, mutig einzubringen: das Abenteuer des Lebens wartet gerade auf mich, meine Kräfte, meine Phantasie, meine Liebe - dann kann es gelingen und gut werden. Und es ist ein Appell an meine Demut: allein wirst du diesen Weg nicht immer gehen können. Auch du wirst auf die Hilfe und Zuwendung anderer angewiesen sein.

Aufgrund dieser Eigenheit - und im Hinblick auf die Erkenntnisse der Personalen Existenzanalyse - sollten Märchen nach meiner Überzeugung weitaus häufiger schon im Vorfeld von Problemen und Störungen präventiv eingesetzt werden, als dies bisher geschieht. Ihre unterstützende, emotional anregende Potenz könnte eine wertvolle Verankerung von wünschenswerten Haltungen in einer Tiefendimension bewirken, die sonst nur schwer erreichbar ist. Wenn wir dies fördern und den Kindern ihren ganz natürlich-intuitiven Zugang zugestehen, werden wir mit Freude und Überraschung erleben, welche kreativen, phantasievollen und liebevollen Menschen auch die schwierigsten unserer Kinder sind, sobald sie es wagen, sie selbst zu sein.

*Brigitta Schieder
Kirchwandstraße 21
CH-83730 Fischbachau*

Erwachsenenbildung

Symposiumszusammenfassung

Das Symposium „Erwachsenenbildung“ bestand aus Referaten bzw. Workshops von Christoph Kolbe, Helmut Dorra, Gabriele Bonnacker-Prinz, Rainer Huy und Monika Sacher. Die wesentlichen Inhalte können Sie den folgenden Kurzfassungen entnehmen.

Authentisch lehren

Christoph Kolbe

Ab Herbst 2000 wird die Weiterbildung „Authentisch lehren, leiten und moderieren“ angeboten. In ihr geht es vornehmlich um die Frage, wie ein authentisches Lehr- und Leitungsprofil entdeckt und entwickelt werden kann.

In Ergänzung zur Fülle methodisch-didaktischer Anleitungen geht es hier um eine authentische Weise des Unterrichts, die dem eigenen Vermögen und der eigenen Person gemäß ist und damit in gewisser Weise „müheles“. Darüber hinaus ist diese Art des Lehrens überzeugend, weil sie echt und lebendig ist. Hierzu gehört für den Lehrenden die Kenntnis eigener Stärken, Vorlieben und Schwächen des Vortragsstils und der Gesprächsführung.

In diesem Seminar ging es um einen spezifischen Beitrag der Existenzanalyse für die Erwachsenenbildung. Es wurden insbesondere die Grundidee und einige Inhalte der Weiterbildung „Authentisch lehren, leiten und moderieren“ erläutert, die als neues Weiterbildungsmodul innerhalb der GLE ab Herbst 2000 angeboten wird.

Für die Praxis des Lehrens in Erwachsenenbildung und Pädagogik sind landläufig verschiedene Blickwinkel gängig:

- Der Inhalt
- Die Zuhörer / die Lernenden
- Die Methode(n) (Didaktik) – in bezug auf Inhalt und Lernende

Seltener steht die Person des Lehrenden im Mittelpunkt der Überlegungen.

Sie hat sich in den traditionellen Konzepten gleichsam an die o.g. Basisvariablen zu adaptieren. Höchstens wird sie reflektiert unter dem Aspekt „Präsentation“. Verschiedene Techniken der Präsentation und Moderation sind deshalb auf dem Markt.

Oder sie hat sich zu adaptieren hinsichtlich der selbst oder fremd gesetzten mehr oder weniger ideologisch geprägten Ziele und Wertvorstellungen

des Erwachsenenbildners selbst oder des Trägers der Erwachsenenbildung (Beispiel: Der Erwachsenenbildner als der Aufklärer oder der Verkündiger etc.).

So wichtig manche dieser Ziele, Basisvariablen und Wertsetzungen sein mögen: Erwachsenenbildung bleibt unlebendig, wird apersonal und ist anstrengend für alle Beteiligten, wenn die Person des Lehrenden nicht ebenfalls im Blick ist.

Grundidee der Weiterbildung „Authentisch lehren, leiten und moderieren“ ist deshalb:

Neben der Frage nach Zielen, Inhalten, Methoden und Wertvorstellungen sollte zusätzlich die Person des Lehrenden in ihrer unverwechselbaren Art und mit ihren je individuellen Möglichkeiten und Erfahrungshintergründen für die Erwachsenenbildung in den Blick kommen.

Anders gefragt: Wie kann der Lehrende zu einer authentischen Art und Weise finden, den Lehr- und Lernprozeß zu steuern, zu begleiten, zu evokieren etc.? Kennt er seine authentische Weise des Lehrens? Setzt er sie bewußt ein? Wie geht er diesbezüglich mit seinen Ängsten um?

Der Vorteil eines derartigen Bil-

dungsansatzes liegt auf der Hand: Diese Art des Bildungsprozesses, der Planung und Durchführung von Veranstaltungen also, setzt nicht immer wieder nur beim anderen an, bleibt also in gewisser Weise ‚fremd‘. Der Planende und Durchführende ist aufgrund des Rückbezugs zur Authentizität selbst mit drin. Die Veranstaltung wird lebendiger.

Die **These** lautet:

Eine authentische Art des Lehrens macht den Bildungsprozeß lebendiger, sicher auch subjektiver, beteiligender und die Vorbereitung und Durchführung leichter. Die Bildungsveranstaltung ist dann nicht mehr das vom Lehrenden Getrennte. Aufgrund der Authentizität entsteht eine Resonanz für die am Bildungsprozeß Beteiligten.

Neben einigen grundlegenden Überlegungen zum Erleben von Authentizität ist ein Kernstück der Weiterbildung die Imagination einer als authentisch erlebten Lehrsituation. Der Trainer, Moderator, Erwachsenenbildner oder Pädagoge vergegenwärtigt sich hierbei eine Lehrsituation, die ihm besonders gut und stimmig gelungen ist. Anschließend wird diese Situation unter verschiedenen Fragestellungen analysiert mit dem Ziel, die spezifischen und individuellen Charakteristika dieser als authentisch erlebten Lehrsituation herauszuarbeiten.

In einem weiteren Reflexionsprozeß geht es dann darum, herauszufinden inwieweit diese spezifischen Charakteristika für den zukünftigen Leitungs- und Lehrstil besser eingesetzt werden können. Ziel ist hier also die Reflexion neuer oder gezielterer Haltungen für den Leitungs- und Lehrstil. Authentisch zu lehren ist deshalb ressourcenorientiertes Arbeiten.

Dies schließt in einem weiteren Schritt eine Auseinandersetzung mit

den eigenen Ängsten als Erwachsenenpädagoge ein. Hier dient eine Übung, zu den bewußten Ängsten auch voroder bislang eher unbewußte Ängste zu erschließen. Die Reflexion dieser Ängste sowie das Coping mit den Ängsten, insbesondere in seinen rückwirkenden Blockierungen für ein authentisches Lehren, bilden einen weiteren zentralen Punkt dieser Weiterbildung. Auch das Seminar in Wien zeigte für diese Frage ein besonders starkes Interesse. Die Seminare der Weiterbildung werden ab Herbst 2000 erstmalig im Raum Hannover angeboten, ab Frühjahr 2001 auch in Wien und Vorarlberg.

Dr. Christoph Kolbe
Borchersstraße 21
D-30559 Hannover

Erwachsenenbildung als Persönlichkeitsentwicklung

Helmut Dorra

Die Existenzanalyse fördert eine Erwachsenenbildung, die als sinn- und wertorientiertes Geschehen zur Persönlichkeitsentwicklung beiträgt, insofern sie die Person in den Vordergrund stellt. Sie fördert die Entwicklung personaler Kräfte, die Fähigkeit zur freien Stellungnahme und zur verantworteten Entscheidung und damit die Fähigkeit zu einer selbstbestimmten und authentischen Lebensführung.

Dabei kann das Konzept der "Personalen Existenzanalyse" der Er-

wachsenenbildung ein methodisches Gerüst bieten, das innerhalb von Gruppenprozessen ein Gespräch strukturieren hilft, insofern es eine Transparenz der Abfolge personaler Grundfähigkeiten schafft, insofern es einzelne Schritte und Phasen der Gesprächsführung markiert sowie die Abfolge einer jeweils emphatischen, konfrontierenden oder supportiven Umgehensweise gliedern hilft.

Die Bewegrichtung vollzieht sich dabei in drei Schritten: ausgehend von der primären Emotion über die innere Stellungnahme hin zu einem antwortenden Ausdrucksverhalten, dem Existenzvollzug.

Im Verständnis der Existenzanalyse ist das In-der-Welt-Sein des Menschen und damit der Dialog richtungsweisend, nicht zuletzt die Begegnung, die sich zwischen Personen ereignet. Voraussetzung dafür ist die Haltung gegenseitiger Offenheit und Akzeptanz, die jegliches Vorwissen über den anderen unter den Vorbehalt stellt seiner Freiheit und Unverfügbarkeit.

Ein anthropologisches Konzept, das den Begegnungscharakter menschlicher Existenz in den Vordergrund stellt, qualifiziert auch die Bildungspraxis als einen Prozeß, in dem das dialogische Prinzip vorherrschend ist.

Modell für eine dialogische Auseinandersetzung ist das "sokratische Gespräch". Hier werden die Teilnehmer angefragt und angeleitet, auf Grund eigener Kritikfähigkeit und Urteilskraft dem anderen seine Kenntnisse und Erfahrungen mitzuteilen; hier ist jedem einzelnen aufgegeben, dem anderen in seinen Gedanken zu folgen und ihn verstehen zu wollen. In dieser Solidarität der Lernenden werden die Teilnehmer sich in einer wechselseitigen Beziehung begleiten.

Helmut Dorra
Marienhöhe 147
D-25451 Quickborn

Methodische Möglichkeiten „existentiell-beteiligender“ Bildungsarbeit

Gabriele Bonnacker-Prinz

Grundgedanke des Workshops war ein Nachdenken über die Prämissen einer Bildungsveranstaltung anzuregen, die auf der Ebene des/der Lehrenden und Lernenden dem Anspruch der "Existentialität" gerecht werden kann.

Der in der erwachsenenbildnerischen Diskussion unbestrittenen Prämisse der "Teilnehmerorientierung" wurde der Begriff der "Beteiligung" gegenübergestellt. Im Unterschied zu jenem sollte problematisiert werden, was die didaktische Ausrichtung der angestrebten Lernsituation auf die Bedürfnisse, Erwartungen und Lernziele der Teilnehmer und Teilnehmerinnen vermag, und was im Hinblick auf eine "existenzielle Wende" der Lehr/Lernsituation gelten müßte. Dies geschah durch Darstellung und Erläuterung dreier Thesen:

1. *Lernen als wesentliches Moment "existentieller (Lebens-)Haltung"*

a. Lernen/existieren ist heraustreten aus der Bedingtheit in die Freiheit

b. Lernen/existieren heißt, aus sich selbst heraus – uns sich selbst gegenüber

c. Lernen/existieren heißt, außer sich und bei anderem/anderen sein

2. *Lernen als tätige Selbsttranszendenz*

3. *Existentialität bedeutet auch: "Beteiligung" – das dem Erwachsenen gemäße Lernen geschieht sach- und persongerecht durch "Beteiligung"*.

In einem zweiten Schritt sollte dies nun erlebt und diskutiert werden. Dies geschah anhand eines kleinen Bereiches des Lernstoffes "Existenzanalyse und Logotherapie", nämlich der Vermittlung der vier Grundmotivationen im Rahmen eines Vortrages (und damit nicht zufällig einer Lehr/Lernform, die wohl so gebräuchlich wie per se "unbeteiligend" ist). Am Beispiel der ersten Grundmotivation wurde eine Methode erläutert und durchgeführt, die im Rahmen von Schreibwerkstätten entstanden und unter dem Begriff "Clustermethode" beschrieben sind. (In: Rico, Gabriele: garantiert schreiben lernen, sprachliche Kreativität methodisch entwickeln. Reinbek 1998).

Gabriele Bonnacker-Prinz
Bartelscher Weg 8
D-31171 Nordstemmen

Die Situation des Menschen in der postmodernen Gesellschaft

Herausforderungen, Chancen und Problemlagen sinnvoller Lebensgestaltung in der gegenwärtigen Gesellschaft

Rainer Huy

Pluralisierung und Individualisierung sind dominierende Kennzeichen der gegenwärtigen Gesellschaft. Der mit der Pluralisierung und Individualisierung einhergehende Freisetzungsprozess ermöglicht einer breiten Masse eine autonome Lebensgestaltung. Andererseits beschert die Freisetzung aus traditionellen Bindungen auch einen Verlust an Orientierung und entlastenden Strukturen. Jeder muß nun

für sich selbst entscheiden, wie er sein Leben privat und beruflich gestalten soll. Er muß sich einen Überblick über mögliche Optionen verschaffen und schließlich zu einer Entscheidung gelangen. Nicht jeder bringt genügend Individualisierungskompetenz mit, um in der pluralistischen Gesellschaft zu bestehen. Deshalb muß die gesellschaftliche Entwicklung als ambivalent eingeschätzt werden.

Individualisierung und Pluralisierung von Lebenslagen kommen dem logotherapeutischen Ansatz entgegen, weil er sich gegen kollektive Sinnmuster sperrt. Sinnerfahrung kann nur situations- und personbezogen gemacht werden. Die Vervielfältigung von Optionen führt andererseits aber auch zu Orientierungs- und Entscheidungsproblemen. Die Logotherapie kann in solchen Konfliktsituationen helfen, inmitten der Vielfalt von Möglichkeiten eine eigene Entscheidung zu treffen.

Neben der akuten Problembearbeitung kann die Logotherapie prophylaktisch Individualisierungskompetenz fördern, um damit zu einer eigenständigen und sinnvollen Lebensführung beizutragen.

*Rainer Huy
In der Plöck 19
D-76829 Landau*

Weiterbildung: Authentisch lehren, leiten und moderieren

Leitung: Dr. Christoph Kolbe

Grundlagenseminar: AUTHENTISCH LEHREN

Ziel: Entdecken, reflektieren und profilieren des eigenen Lehr- und Leitungsstils im Hinblick auf Authentizität, sowie Umgang mit den eigenen Ängsten als Erwachsenenpädagoge

Aufbauseminar I: EXISTENTIELLE KOMMUNIKATION IN GRUPPEN UND EXEMPLARISCHE METHODEN DER ERWACHSENENBILDUNG

Ziel: Kenntnis der Voraussetzungen für existenzielle Kommunikation, Erlernen des personalen Fragens, erweitertes Methodenrepertoire, Umgang mit typischen schwierigen Gruppensituationen

Aufbauseminar II: PLANUNG UND AUSFÜHRUNG VON VERANSTALTUNGEN

Ziel: Konzeption von Veranstaltungen unter Berücksichtigung von Authentizität und existentieller Relevanz, Kriterien für eine Team-/Gruppenleitung, Bedingungen für das Gelingen von Veranstaltungen, Supervisionen und Analyse durchgeführter Veranstaltungen.

Information und Anmeldung: Norddeutsches Institut für Existenzanalyse, Borchersstr. 2,1 D-30559 Hannover Telefon: 0511/5179000, Fax: 0511/521371 email: institut@existenzanalyse.com, homepage: www.existenzanalyse.com

Methoden der Weiterbildung

Während der gesamten Weiterbildung finden Supervisionen, Übungen und Training statt. Dabei werden verschiedene Methoden wie Imagination, Rollenspiel, Impulsreferat und Lehrgespräch eingesetzt. Vertiefungsseminare sind möglich.

Zielgruppen der Weiterbildung

Alle in Weiterbildung, Ausbildung, Schule und Management Tätigen; auch geeignet für Berufsgruppen, die keine pädagogische Basisqualifikation haben, aber Inhalte ihres Fachgebietes einbringen od. Teams leiten bzw. moderieren (wollen).

Existenzanalytische Grundlagenkenntnisse sind keine Bedingung. Bei Interesse kann jedoch eine gesonderte Einführung angeboten werden.

Orte der Weiterbildung

HANNOVER

Termin: 13.-14.09.00 „Authentisch Lehren“, Kosten: DM 270,-

WIEN UND VORARLBERG

Termin: 2001, Es ist geplant, die Weiterbildung in 2 Blockveranstaltungen anzubieten.

Ermutigung zu ersten Schritten zum Erwachsenenbildner

Erfahrungen mit existenzanalytischen und logotherapeutischen Inhalten in Vorträgen und Seminaren im ländlichen und bäuerlichen Raum

Monika Sacher

Die Sprache und das Denken des Existenzanalytikers wird durch die Jahre zusätzlicher Bildung – nicht selten mehr als 10 Jahre – geprägt. Hierin liegt meines Erachtens eine große Herausforderung für den Erwachsenenbildner. Wenn das kostbare Wissen wirklich als Hilfsangebot für das persönliche Leben des weniger (schulisch) gebildeten Zuhörers be- und ergreifbar werden soll, so muß es in die Sprache und Begriffe des Zuhörers übersetzt werden, die jener leicht verstehen kann – sonst bleibt kostbares Wissen auf elitäre Kreise beschränkt.

Dass existenzanalytische und logotherapeutische Inhalte für viele Menschen bedeutsam sind, zeigt mir die große Anfrage nach Veranstaltungen in den letzten neun Jahren (179 Vorträge und 48 Seminare) – vorwiegend im Raum Kärnten.

Erwachsenenbildung kann viel Freude und großen Spaß bereiten – das wurde auch bei den Teilnehmern der Einführung und des Workshops spür- und sichtbar.

Stellvertretend für unser gemeinsames Erarbeiten verschiedener Punkte, bringe ich die wesentlichsten Ergebnisse der Publikums-Experten-Diskussion zum Thema: "Lieber ein harter Stuhl als ein langweiliger Referent – aber ein Unglück kommt selten allein. X. Fiederle"

Als UNGLÜCK empfanden die Publikums-Experten (jeder einzelne hatte bereits viele bis unzählige Vorträge als Zuhörer erlebt/erlitten) folgendes:

- Referent nimmt keinen Augenkontakt mit Zuhörern auf
- Referent sitzt vorne und blättert vorlesend in seinem Skriptum
- Referent wirkt unsicher
- Referent verwendet viele Fremdwörter
- Referent spricht langweilig, einschläfernd
- Referent spricht zu lange
- Referent merkt nicht, dass das Publikum unruhig wird
- Verwendung von unübersichtlichen Tabellen
- und anderes

Als ge-GLÜCK-te Veranstaltung wurden folgende empfunden:

- bei freundlichem, die Zuhörer ernst nehmendem Referenten

- verständliche, einfache Sprache
- es darf auch gelacht werden
- Beispiele aus dem Alltag, Geschichten und Märchen zur Verdeutlichung

deutsame Fremdworte und Begriffe zu überfordern. Meiner Beobachtung nach ist zweiteres jedoch viel häufiger als ersteres.

Die beigelegten Bilder mögen Mut machen zur Verwendung einer einfachen Sprache bei der Verbreitung von existenzanalytischem und logotherapeutischem Gedankengut in der Erwachsenenbildung.

*Dr. Monika Sacher
Weidenburg 17
A-9635 Dellach/Gailtal*

- entspiegelte Brillen (wenn Referent Brillenträger ist)
- nicht nur Worte, sondern auch Bilder, klare Skizzen, andere Einfälle, ...
- und anderes

Eine Angst bei Erwachsenenbildnern mit existenzanalytischem und logotherapeutischem Hintergrund war die Sorge, zu banal zu werden. Diese Sorge scheint allgemein größer zu sein, als die Angst, das Publikum durch be-

Religion und Glaube

Symposiumszusammenfassung

von

Karl Rühl und Franz Hirsch

Am Anfang ging das Symposium mit seinen 60 – 80 TeilnehmerInnen der Frage nach, wieso Religion innerhalb der Psychotherapie ein Thema zu sein hat und wie das Verhältnis zueinander aus religionspsychologischer Sicht ist. Referent war **Dr. phil. Michael Utsch, Berlin**, mit seinem Vortrag: **“Zwischen Einfühlung und Machbarkeitswahn: Die Sinnfrage aus religionspsychologischer Sicht”**

“Sinn aus religionspsychologischer Perspektive - das klinge anspruchsvoll und vielversprechend. Schauen Sie aber in die Fachliteratur, sei der Ertrag mehr als enttäuschend”, so Utsch. Obwohl “... die menschliche Spiritualität (ist) eines der letzten psychologischen Geheimnisse ...” sei.

Laut einer Münchner Untersuchung glaubt ein Großteil der Psychotherapeuten an eine “transzendente Realität”, hat aber “selber wenig Beziehungen zu einer Religion oder einem persönlichen Glauben”.

Die Orientierungslosigkeit ist nicht nur bei den Klienten, sondern ebenso bei den Therapeuten anzutreffen. Orientierungswissen ist im Gegensatz zum Faktenwissen auf dem Markt gefragt.

“Um Missverständnisse und Kompetenzüberschreitungen zu vermeiden, sollte der religionspsychologische Grundsatz vom ‘Ausschluss der Transzendenz’ berücksichtigt werden”, so Utsch. “Die empirische Religionspsychologie untersucht die subjektiv erlebte Wirklichkeit von Religion und will sie psychologisch beschreiben und zuordnen.”

Im weiteren ging Utsch der Frage nach, was Psychotherapie zu einem gelingenden Leben beitragen kann?

“Der Übergang von der Industrie zur Wissensgesellschaft hat ein Werte-Vakuum nach sich gezogen, das Pädagogen und Psychologen rat- und

hilflos macht. Eine bunte Mixtur psychologisch begründeter Gesundheits-, Selbstentfaltungs- und Sinnfindungsangebote wirbt auf dem sogenannten “Psychomarkt” um Kundenschaft ... Therapie vermischt sich zunehmend mit Religion, ... und tritt in den Status einer Ersatzreligion.” Hier machte Utsch auch kritische Anmerkungen zu einer Logotherapie im Stile von Lukas. In Anlehnung an Hilarion Petzold zeigte er auf, dass sich Weltanschauung und Psychotherapie an “vielen Stellen berühren und dennoch unterschieden werden müssen”. Leitbilder für ein gelingendes Leben sind allerdings gefragt, auch“ der verantwortliche Umgang mit Fakten erfordert eine weltanschauliche Orientierung”.

Schließlich galt es, das Verhältnis von Psychotherapie und Weltanschauung zu klären. Hierbei verwies Utsch auf die Bedeutung von Frankls Personlehre, die einen entscheidenden Beitrag zur Überwindung der gegenwärtigen Krisen leisten könne, “die mit Wertewandel und dem Verlust von Sinnhorizonten eng verbunden sind (Luckmann)”.

“Wissenschaftlich redlich wäre es, zwischen psychologischer Heilbehandlung mit dem Ziel der seelischen Gesundheit und einer weltanschaulich-religiösen Heilsvermittlung mit dem Ziel existentieller Selbstvergewisserung eine deutliche Grenze zu ziehen”, dabei verweist er als positives Beispiel auf Alfried Längles Differenzierung von ontologischem und existentiellem Sinn. “Der Psychologie fällt die wichtige Aufgabe des Korrektivs zu, den wunschtildanfälligen Bereich der Spiritualität zu erden und kritisch zu prüfen, inwiefern eine weltanschaulich abgeleitete Lebensbewältigungshypothese realisierbar ist”.

Sinn Glaube - Sinn gespür. Religi-

on, Glaube, Gott in der Logotherapie, insbesondere bei Frankl und Längle, war die Themenstellung bei **Mag. theol. Franz Hirsch, Krems**.

Am Beginn stand eine Einführung in das Sinnverständnis von Viktor Frankl. Weiters ging es um die Frage der Wert- und damit auch der Sinnbegründung im Absoluten. Anschließend wurde die Sichtweise von Alfried Längle und dessen Unterscheidung in einen *ontologischen* und *existentiellen* Sinn dargestellt. Bei letzterem geht es um das Aufzeigen eines rein psychotherapeutischen Zugangs zum Sinn, der allen offensteht, unabhängig von einer bestimmten Weltanschauung. Wird der Mensch durch Werte emotional berührt und kommt sein Innerstes zum Schwingen, ergibt sich Sinn wie von selbst.

In einem nächsten Schritt wurde zwischen dem philosophischen Zugang zum Sinn (ontologischer Sinn) und dem religiösen Zugang (*theologischer* Sinn) differenziert.

Abschließend wurden folgende Fragen erörtert: Sind existentieller, ontologischer und religiöser Sinn nur theoretische Differenzierungen? - Wozu sind sie in der Praxis dienlich? Welchen Beitrag könnte diese Unterscheidung für die Seelsorge leisten?

Dr. phil. Daniel Trobisch, Psychologe und **Dr. theol. Rupert Dienhobl, beide aus Salzburg**, leiteten den Workshop: **Sinn als Kategorie von Heil und Heilung. Praktische Verhältnisbestimmung von Seelsorge und Psychotherapie.**

Die TeilnehmerInnen wurden aufgefordert, zu folgenden Begriffen frei zu assoziieren: Heil - Heilung - Seelsorge - Psychotherapie. Durch dieses Brainstorming wurden die Worte gefüllter, griffiger und bedeutungsschwerer und es zeigte sich, dass viele der gesammelten Begriffe und Wort-

gruppen dem Thema Sinn sehr nahe standen.

Im Folgenden zeigte sich, dass verzweifelter Sinnleere phänomenologisch die Erfahrung einer "Erfüllung" durch Sinn gegenüber steht. Diese erahnte Ganzheit gilt es zu bergen, um zunächst den persönlichen Heilsbegriff jeder moralinsauren Fremdbestimmung zu entreißen. Es ist das dialogische Grundelement der auf Eigenwerterfahrung beruhenden Freiwilligkeit, das existentiellen Sinn und mögliches Heil im Prozeß der Heilung verbindet und in dieselbe Richtung weist. Als Grundaussage kann festgehalten werden, dass eine Seelsorge ohne psychotherapeutische Fertigkeiten nicht auskommt.

Den Abschluß bildete eine existenzanalytische Interpretation einer Heilungssperikope (Joh 5, 1-16).

Das Symposium am Sonntag eröffnete **Univ. Doz. Emanuel Bauer, Salzburg**, mit dem Vortrag: **Wenn die Sinnhaftigkeit des Sinns in Frage steht**.

Dem Sinnoptimismus der Logotherapie wurde die "Verkappung der Ressource Sinn" (Habermas) gegenübergestellt. Der "Fortschrittszynismus" habe den Sinn verschwinden lassen, ja lasse ihn als "profund klingenden Unsinn", "feinsinnige Schwätzererei" usw. dastehen.

Obwohl die Sinnfrage Hochkonjunktur habe, gebe es auch die postmoderne Kritik, die die Sinnfrage grundsätzlich in Frage stellt. Die Postmoderne wirft vor allem die totalisierende Vernunft und das teleologische Denken über Bord. "Allein der Augenblick ist zu sehen und zu leben", als "Auflösung des geschichtlichen Denkens" und die Pluralität ist das neue Credo. Doch Kritiker aus den eigenen Reihen der Postmoderne haben auch erkannt, was für ein riesiger "Prozess des Sinnverlustes" sich hinter der Postmoderne verbirgt. Frankls "präsentisches Dahinleben", "Leben ohne Finalität" wird hier angesprochen. Dennoch wird ganz allgemein in der Postmoderne der Sinnverlust nicht als Unglück, sondern als sinnvoll angesehen.

Im weiteren verwies Bauer auf die

Wurzeln des postmodernen Denkens. Wobei die Moderne noch radikaler sei, weil sie grundsätzlich den Sinn, als existentiell wahrnehmbar, leugne. Die Postmoderne sollte die Logotherapie dazu anregen, ihren Sinnbegriff zu überdenken, ob sie nicht zu sehr einem teleologischen Sinn-Begriff anhängen, so Bauer.

Im zweiten Teil ging der Vortragende auf die "Bedrohung des Sinns durch die Absurditäten des Lebens ein". Sinn ist unverfügbar, dabei verwies er auf die Spannung von subjektiven und objektiven Sinn. Besonders die tragische Trias bedrohe die Sinnfrage. Der Referent ging hier in die Weite, über Satre, Camus, Frankl, Heidegger, ..., war zu erfahren, welche Gestaltungsmöglichkeiten Menschen sahen und sehen. Überhaupt sei die "Vorläufigkeit und Relativität" des Sinns zu sehen, der im konkreten als Bedrohung auftauchen könne, aber auch Hilfe und Stütze durch die "Kompetenz des Glaubens" (Frankl).

Schließlich führte Bauer noch an, dass fehlende personale Kompetenzen als Ohnmacht um den Sinn zu ringen auftreten können. Dabei bezog er sich auf Längles vier Grundmotivationen und verwies dabei auf den Begriff "para-existentielle Persönlichkeit" (Furnica). Zu dieser Gruppe könnten auch religiöse Menschen gehören, die Sinn in der Verwirklichung von Idealen, Konstrukten oder Modellen sehen.

Den Workshop **Spiritualität als Sinn- und Werteverwirklichung** gestalteten **Diakon Karl Rühl, Veitsbrunn** und **Mag. theol. Rainer Kinast, Wien**.

Karl Rühl führte mit seiner Einheit vor allem in die unspezifische und spezifische Spiritualität ein. Spirituelles Denken habe er vor allem bei Meister Eckehart erlernt. Seither frage er "nach dem Leben wie nach Gott oder frage nach Gott, wie nach dem Leben". Mit den TeilnehmerInnen wurde eine Begriffsstudie vorgenommen. Spiritualität ist ein Begriff der Religion und wird verstanden als Teilhabe am Leben Gottes. In der personalen Existenzanalyse läßt sich der Begriff Spiritualität nicht finden, er wäre aber anzusiedeln beim Personalen, als das

Intime der Person. "Längles existenzanalytisches Konzept beruht auf dieser Vorgabe, ein Grundvertrauen in den Grundwert des Lebens. ... Längle spricht hier eine wesentliche Grundintention von Religion an" ... und diese "Art Lebensentgegennahme, nennt Meister Eckehart Gottesgeburt".

Anhand eines Fallbeispiels (Tinnituspatient) wurde nun mit den Teilnehmern erarbeitet, was es bedeutet, die Wert- und Sinnfrage als eine spirituelle Fragestellung zu verstehen.

Als theoretische Fortführung wurde aufgezeigt, dass es "zwischen den Mystikern und Mystikerinnen des Mittelalters und der modernen Psychotherapie" erstaunliche Ähnlichkeiten gebe. Vermittelt würden diese Ähnlichkeiten, durch die sogenannte "Lebensphilosophie". Ferner "berühren sich vor allem im abendländischen Kulturkreis spirituelles und therapeutisches Denken in der Denkfigur, die den Menschen im Menschen denkt", was die Psychotherapie "Unbewusstes" nennt. Als Rühl Eckeharts Zitate projizierte und diese mit existenzanalytischen Auffassungen verglich, entstand eine spontane Debatte mit dem Referenten, die sich vor allem um den Vortrag von Günter Funke am Kongress drehte. Man bemerkte Ähnlichkeiten. Dabei kritisierte Rühl, dass Funke keine Quellen angebe, da man sonst sehr schnell merken würde, dass hier eine alte theologische Debatte in die Psychotherapie hineingetragen werde. Auch störe ihn der apologetische Duktus, der eigentlich dem spirituellen Denken fremd sei. Die Lebensphilosophie sei aus Rühls Sicht eine neo-mystische Denkweise.

Zurückkehrend zum Fallbeispiel ging Rühl darauf ein, dass in der Spiritualität sowie in der Sokratik die Leere, die Krise, das Sinnlosigkeitsgefühl eingebunden seien in der Grundauffassung, dass "Kreativität aus der Leere, Wissen aus Nichtwissen entstehe", was ein erneutes Einlassen auf die personalen Ressourcen provoziere. Begriffe wie geistig Unbewusstes, Unbewußter Gott, Ressourcen, Gottesgeburt, ..., kamen nun in das Gespräch. "Frankls geistig bzw. personifiziertes Unbewusstes sei anthropomorph gesprochen ein Mensch

im Menschen, der genau wisse, was er wolle und könne, ohne es mit dem reflexiven Ich gleichzusetzen. Von daher entwickelte Frankl derefektorische Methoden, die ein Einlassen in die eigenen Ressourcen verfolgen. ... In der Tradition der Lebensphilosophie, spricht Frankl von einem unbewußten Gott, in dem ich lebe und aus dem heraus das Leben gespeist wird."

"Bei Eckehart geht es darum, dass der Mensch durch die Gnade das werde, was er von Natur aus ist ... Je mehr der Mensch zu seiner wahren Natur vordringt, desto mehr dringt er zu Christus vor. Aus seiner Sicht ist jegliche Erfahrung als Vorkommnis eine unbekannte und unbenannte Erfahrung des Göttlichen (Frankl: Unbewußter Gott), er umschreibt Erfahrung mit Geburt und Gebären.

Abschließend zeigte Rühl anhand einer Graphik auf, dass Spiritualität ein unspezifisches, spezifisches und spezielles Phänomen sei und als solches zur Anwendung kommen könne. Aus der Sicht der Religion müsse die Lebensentgegennahme, auf die das Länglekonzept beruhe, nicht theologisch begründet werden. Gott werde im spirituellen Denken nicht ausschließlich theistisch, auch nicht pantheistisch, sondern panentheistisch gedacht, d. h. als Person und als eine Art Fluidum.

Den zweiten Teil des Workshops übernahm *Mag. theol. Rainer*

Kinast, Wien, er führte in eine spezielle Spiritualität ein. **Der spirituelle Weg des Ignatius von Loyola - aus der Sicht der Existenzanalyse interpretiert.**

Als Einstieg wählte er eine Übung aus den Exerzitien: Das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit. Es ging ihm dabei um das Hereinholen des Seins-Modus und Wegkommen vom Haben-Modus, indem die Sinne aktiviert werden. Ziel: "Dem Leben liebende Aufmerksamkeit und sich selbst die liebende Aufmerksamkeit schenken".

Des weiteren führte Kinast in das Denken des Ignatius ein. "Ich möchte über seine Sicht sprechen, wie menschliches Reifen und Entwicklung hin zum Leben gelingen kann – bzw. welche Entwicklungsschritte notwendig sind, damit vertiefte Werte-Erfahrung möglich ist". Das macht nach Ignatius den spirituellen Meister aus: Die Fähigkeit, die inneren Regungen wahrzunehmen, die Sensibilität, die innersten Regungen zu unterscheiden, die Offenheit, sich immer wieder zu hinterfragen und das sich Verlockenlassen von dem, was in der Zukunft zum Leben hinführt."

Nun skizzierte Kinast die Spannung der beiden Pole Fundament und Krise, aus denen die Dynamik des Geistes wachse. Anhand von Skizzen stellte er dem das Existenzanalytische Konzept gegenüber. "Ignatius und Existenzanalyse – unterschiedliche Wege mit gemeinsamen Ansatz, beide

wollen die innere und äußere Wahrnehmungsfähigkeit fördern und zu einem gelingenden Leben beitragen".

Anhand eines Fallbeispiels versuchte er aufzuzeigen, dass Krise und Grunderfahrung (Fundament) miteinander zu tun hätten. Menschen, die eine lebensbejahende Erfahrung (auch mit Gott) / einen neuen Grund erlebt hätten, würde in dieser Situation oft erst die Möglichkeit erwachsen auch in ihre Abgründe zu schauen.

Als weiteres Phänomen führte Kinast die "ungemachte Wende" an. "Es geschieht mit einem, der sich auf die Krise ganz eingelassen hat. Es ist das Ende der Nacht. ... Plötzlich berührt ihn oder sie das Leben wieder (2. Grundmotivation bzw. "Besonnung" = Trost nach Ignatius)".

Zum Abschluss lud **Dorothee Rühl, Dipl. Soz. Päd., Veitsbrunn**, zu einem **meditativen Ausklang** mit Musik und Gebärde in der sehr ansprechenden Krankenhauskapelle ein. In der Gebärde wurde dem Thema Geben und Nehmen, Empfangen und Loslassen nachgespürt. Nach dem vielen Hören wurde diese Form des Abschlusses als sehr wohltuend empfunden.

*Karl Rühl
Heide 49
D-90587 Veitsbrunn*

*Franz Hirsch
Bahnhofplatz 17/6/15
A-3500 Krems*

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), 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.

Chefredaktion: Dr. S. Längle
Redaktion: C. Klun, DDr. A. Längle
Alle: Eduard-Sueßgasse 10, A - 1150 Wien
Tel.: 01/9859566, FAX Nr. 01/9824845, e-mail: gle@existenzanalyse.org
Satz: B. Kainrath, Mag. K. Steinert, Arthur Längle
Druck: Druckerei Glos, Prag

Psychische Betreuung Gefangener

Symposiumszusammenfassung

von

Doris Fischer-Danzinger

Das Symposium bestand aus den Referaten von Gabi Weghaupt, Willi Nafzger, Doris Fischer-Danzinger und einem Workshop mit allen Referenten.

In ihrem Vortrag **“Sinn während der Haft?”** stellt **Gabi Weghaupt** die Ergebnisse einer therapeutischen Untersuchung vor, die vor allem der Frage nachgeht, wie es möglich ist, dass manche Insassen die Haftzeit nicht als völlig sinnlos erleben und wodurch sich diese Insassen von anderen unterscheiden.

Die massiven Eingriffe durch die “Totale Institution Strafvollzug” in die psychische, physische, soziale, ökonomische und kulturelle Identität des Inhaftierten soll von der Idee her eine Veränderung zum Guten im Sinne einer verbesserten Anpassung an die gesellschaftlichen Anforderungen und insbesondere zu einem straffreien Leben bewirken. In der Praxis können demgegenüber aber auch negative Veränderungen beobachtet werden – insbesondere das von der Sozialpsychologie als “Verlust von Kontrollüberzeugungen” beschriebene Phänomen – der Verlust der Überzeugung, sein Leben und wichtige Ereignisse in ihm selbst bestimmen und beeinflussen zu können. Dazu kommen Gefühle der Machtlosigkeit und der Abhängigkeit von anderen Personen bzw. von einem unabwendbaren Schicksal. Auf einer allgemeineren, existentiellen Ebene bedeutet dies einen Mangel der Fähigkeit, mit sich und seinem Leben aktiv und konstruktiv fertig zu werden. Im Extremfall fehlt dem Leben der innere Sinnzusammenhang.

Die hier vorgestellte Untersuchung soll nun Aussagen über die Fähigkeit inhaftierter Straffälliger zur aktiven, eigenverantwortlichen und sinnerfüllten Lebensgestaltung einerseits und die Auswirkungen von Betreuungsmaßnahmen auf diese Fähigkeit andererseits ermöglichen.

Als Untersuchungsinstrumente wurden die Existenzskala und der Logo-Test eingesetzt, die untersuchte Betreuungsmaßnahme war definiert durch die Teilnahme an einer Group Counselling Gruppe: Dabei setzt sich einmal wöchentlich ein Strafvollzugsbediensteter für zwei Stunden mit einer Gruppe von Insassen zusammen und gemeinsam werden alle Probleme, Themen und Fragen, die die Insassen zur Zeit beschäftigen, miteinander besprochen. Die Untersuchungsgruppe bestand aus solcherart betreuten Gefangenen, die Kontrollgruppe aus nicht betreuten (weder Teilnahme an Group Counselling, noch intensive Betreuung durch psychiatrischen, psychologischen oder sozialen Fachdienst oder Seelsorge) Insassen. Im Zeitraum zwischen April 1997 und Mai 1998 wurden insgesamt 180 Insassen in 5 österreichischen Justizanstalten im Alter zwischen 18 und 68 Jahren befragt.

Die Ergebnisse lassen sich folgendermaßen zusammenfassen:

Vergleicht man die Ergebnisscores der Existenzskala der Strafgefangenen mit jenen der österreichischen Bevölkerung, liegen in jeder Dimension die Werte der Strafgefangenen unter jenen der österreichischen Bevölkerung. Damit zeigt sich, dass sich die Strafgefangenen im Bereich einer erfüllten Existenz wesentlich schlechter einschätzen als die Gesamtpopulation Österreichs. Diese Tendenz wird ebenfalls beim Vergleich des Logo-Tests sichtbar.

*)Die Ergebnisse von Existenzskala und Logo-Test sind bei den untersuchten Strafgefangenen schlechter als bei der österreichischen Bevölkerung und zwar in allen Dimensio-

nen.

*)Versuchsgruppe und Kontrollgruppe weisen bei Existenzskala und Logo-Test kaum signifikante Unterschiede auf, jedoch zeigte sich, dass:

*)der Anteil der Erstmaligen in der Versuchsgruppe wesentlich höher ist,

*)der Anteil jener Strafgefangenen, die zu einer lebenslangen Haftstrafe verurteilt wurden, bei der Versuchsgruppe etwas höher ist,

*)die Haftlänge der derzeit vollzogenen Strafen bei der Versuchsgruppe wesentlich höher ist als bei der Kontrollgruppe,

*)die Anzahl und Länge der Vorhafteten bei der Versuchsgruppe wesentlich höher liegt,

*)die länger betreuten Insassen der Versuchsgruppe älter sind,

*)Insassen der Versuchsgruppe mit einer längeren Betreuung haben im Durchschnitt mehr längere Vorhafteten als kürzer betreute Insassen.

Durch diese Untersuchung zeigte sich, dass der Einfluss der gesetzten Betreuungsmaßnahme auf die untersuchten Kriterien in dieser Arbeit nicht erfasst werden konnte, dass allerdings eine ganz spezifische Gruppe von Strafgefangenen, die sich von den anderen durch eine Reihe von bestimmten Kriterien unterscheidet (Erstmalige, Lebenslange, ...) dieses Betreuungsangebot nützt.

Willi Nafzger, Schweiz, beschreibt, **“Therapie und Psychotherapie mit Sexualdelinquenten”** und ging von seiner Erfahrung als Strafvollzugsbediensteter der Frage nach, inwieweit Sexualdelinquente im Strafvollzug überhaupt therapierbar sind.

Ausgehend vom Begriff der Scham, der bei Sexualdelinquenten laut

W. Nafzger eine zentrale Rolle spielt, stellte er das in Zürich entwickelte Konzept der "Ambulanten integrierten Psychotherapie" dar. Dieses Konzept geht in seinem Kern von der Überzeugung aus, dass effiziente Therapie im Strafvollzug nur durch eine vernetzte Zusammenarbeit aller mit einem bestimmten Insassen arbeitenden Vollzugsbediensteten zu erreichen ist. Die zentrale Frage lautet: Wie kann der Strafvollzug einen Insassen motivieren, mit einem Mitarbeiter eine therapeutische Beziehung einzugehen, diese durchzuhalten und wenn möglich sogar zu festigen, oder eine Beziehung nach Krisen wieder aufzunehmen oder weiterzuführen?

Biographien von Menschen im Strafvollzug, d.h. von Menschen mit massiven psychosozialen Problemen und Schwierigkeiten, sind vielfach gezeichnet von Ohnmachts-, Verlust- und Mangel Erfahrungen. Diese Erfahrungen mit den entsprechenden Gefühlen sind vielfach vertieft worden in der Situation der Verhaftung, dann in den Verhören und in der Untersuchungshaft und schließlich im eigentlichen Freiheitsentzug. Diese Demütigungen führen vielfach dazu, dass der Delinquent seine Schwäche und Blöße umkehrt, selbst nun massiv provoziert, Macht demonstriert oder eine weitere Straftat begeht, wodurch er nicht länger das Opfer bleibt, sondern zum Täter wird und er damit sein Selbstwertgefühl wieder erlangt. Die Umkehr von Schamempfindungen in Beschämungen der Mitarbeiter zeigt sich schon in ersten Interaktionen (Kontakt- und Beziehungsaufnahme, Erstgespräch) und ist für viele Mitarbeiter nicht leicht zu ertragen. Der Gefangene möchte seine Schwäche und seinen Mangel nicht zeigen, d.h. er möchte sein Selbstwertgefühl retten, indem er sich niemandem – aus seiner Sicht – ausliefert oder sich jemandem unterlegen gibt, und er so in seiner verletzenden Großartigkeit die Hilfe, die angeboten wird, ablehnt, brüsk zurückweist und diejenigen, die die Hilfe angeboten haben, beschämt.

Schamgefühle zeigen sich im Strafvollzug ganz speziell bei missbrauchenden Erwachsenen, vor allem

bei Männern. Die Väter, Stiefväter und andere Mitglieder der Familie, die ihre Kinder missbrauchen, sind meist selbstunsichere, eher schwache Persönlichkeiten. Die Wünsche, die im sexuellen Missbrauch befriedigt werden wollen, sind nicht primär sexuelle Wünsche. Im Erleben dieser Menschen bilden Sexualität und Zuneigung eine Einheit. Männer, die sexuell missbrauchen, sind meist Menschen mit einem geringen Selbstwertgefühl, mangelnder Selbstachtung und einem geringen Selbstvertrauen. Um diese Gefühle therapeutisch bearbeiten zu können, ist es nach W. Nafzger primär notwendig, dass von allen Mitarbeitern Beziehungen zum Delinquenten so aufgebaut, entwickelt, gepflegt und vor allem durchgehalten werden können, dass dadurch kleine und kleinste Verhaltensänderungen möglich werden, indem der Gefangene sich mit einem anderen Rollenverhalten, einer anderen Sprache, einer anderen Art das Leben zu meistern usw. auseinandersetzen muss. Vielleicht nicht einmal in einem therapeutischen Gespräch, sondern im Miteinander-etwas-Machen, im Miteinander-Essen, im Miteinander-Arbeiten usw. In diesem Sinne wird Therapie umso effizienter, umso mehr vernetzt sie gepflegt und durchgeführt wird, ohne dass die Schweigepflicht verletzt wird.

In meinem *eigenen Vortrag* über den **"Erweiterten Suizidversuch"** wurden 10 Fälle von stationär behandelten Frauen vorgestellt, die ihre Kinder töteten (oder dies versuchten), den eigenen Suizidversuch jedoch überlebten.

Von "Erweitertem Suizid(versuch)" wird dann gesprochen, wenn ohne deren Bereitschaft oder Einverständnis eine zweite Person (oder mehrere Personen) in einen Suizid einbezogen werden. Dabei muss der Wille zur Aufgabe des eigenen Lebens primär zu erkennen sein und nicht etwa nur die von vornherein bestehende Bereitschaft, nach vollzogener Tötung die eigenen Konsequenzen zu ziehen. Es darf keine Feindschaft gegen das Opfer vorliegen und ein kriminelles Motiv darf nicht erkennbar sein. Häufig sind Schuld- und Versündigungs-

motive bei schwer depressiven Menschen der Grund für einen erweiterten Suizid: sie beabsichtigen, schwächer erlebte Angehörige vor dem Unglück der Welt, an dem sie sich oft schuldig wähnen, zu bewahren. Die Tötung eines oder mehrerer Kinder durch die eigene Mutter überwiegt. Von erweitertem Suizid muss eine Selbsttötung, die als Reaktion auf die Tötung eines anderen Menschen erfolgt, abgegrenzt werden. Suizidversuche oder suizidale Gesten sind im Anschluss an Affektdelikte, wenn sich die Täter in einer Überlastungs- und Zermürbungssituation befinden, nicht allzu selten.

Frauen, die in Verdacht stehen, einen erweiterten Suizidversuch unternommen zu haben, werden in einer besonderen Abteilung der Justizanstalt Wilhelmshöhe (einer Aussenstelle der Justizanstalt Wien-Josefstadt) angehalten. Sie werden an dieser Station sowohl psychiatrisch als auch psychologisch-psychotherapeutisch betreut. Die Patientinnen, die in dieser Untersuchung vorgestellt wurden, wurden gem. ICD-10 übereinstimmend durch einen Psychiater und mich als Psychologin diagnostiziert. Außerdem wurden die Frauen bezüglich ihrer prämorbidem Persönlichkeitsstruktur (Kriterien für eine Persönlichkeitsstörung nach ICD-10 und Hauptsymptome des Typus melancholicus nach Tellenbach) untersucht. Evaluiert wurden psychosoziale Stressoren im Kontext der Tat, die psychiatrische Krankheitsgeschichte und die Motive für den erweiterten Suizidversuch. Abschließend wurde die Situation der Patientinnen zwei Jahre nach der Tat untersucht.

Diagnostisch hatten 6 Patientinnen eine schwere depressive Episode mit psychotischen Symptomen, zwei Frauen litten unter akustischen Halluzinationen im Sinne von kommentierenden und befehlenden Stimmen zum Zeitpunkt der Tat, eine Patientin litt unter einer bipolaren affektiven Störung und eine weitere unter einer paranoiden Schizophrenie.

Die Hälfte der Patientinnen zeigte eine ängstlich-vermeidende Persönlichkeitsstörung und Eigenschaften des

Typus melancholicus. Überforderung, Partnerschafts- und/oder finanzielle Probleme und krankheitsbezogene Faktoren wurden als für die Tat unmittelbar auslösende Faktoren genannt. Zwei Frauen hatten keinen Kontakt zu einem Psychologen oder Psychiater vor der Tat; alle anderen Frauen waren vor der Tat schon mindestens einmal in psychopharmakologischer und/oder psychotherapeutischer Behandlung. Vier Frauen hatten in ihrer Vorgeschichte mindestens einen Suizidversuch.

Über die Phänomene des erweiterten Suizids gibt es nur sehr begrenzte Information. Die häufigste Diagnose bei erweitertem Suizid(versuch) von Müttern an ihren Kindern ist "Depression mit psychotischen Symptomen", gefolgt von der Diagnose der Schizophrenie.

Als Risikofaktoren für den erweiterten Suizid(versuch), begangen durch Mütter an ihren Kindern, zeigten sich: schwere Depression mit psychotischen Symptomen, Persön-

lichkeitsstörung, Eigenschaften des Typus melancholicus, Substanzmissbrauch, zusätzliches Auftreten von psychosozialen Stressoren, frühere Suizidversuche und wahnhafter Altruismus.

Unabhängig vom Einzelfall ließen sich bei den Patientinnen dieser Untersuchung vier Gruppen bilden, die sich hinsichtlich der Krankheitseinsicht, der Therapiemotivation, der Therapieziele und nicht zuletzt hinsichtlich der Gefährlichkeitsprognose unterscheiden. Patientinnen mit einer depressiven Störung mit psychotischen und/oder wahnhaften Symptomen zeigten die höchste Therapiemotivation, die Gruppe der organischen Störungen und Intelligenzminderung die geringste Therapiemotivation und gilt daher als Gruppe mit einem erhöhten Rückfallrisiko.

Zwei Jahre nach der Tat hatte sich die Situation aller unserer Patientinnen stabilisiert bis gebessert. Keine der Frauen unternahm einen weiteren Suizidversuch.

Mit dieser Arbeit hoffen wir auf das Problem des erweiterten Suizidversuches aufmerksam zu machen, um vielleicht den einen oder anderen Fall dieses tragischen Kriminalverhaltens verhindern zu können. Gerade in der psychotherapeutischen Praxis geht man als Therapeut von der – in vielen Fällen vollkommen richtigen – Überzeugung aus, dass die Verantwortung, die eine Mutter für ihr Kind hat, einen guten und sicheren Schutzwall gegen die Suizidgefahr darstellt. In allen unseren Fällen versicherten die Angehörigen, dass sie mit der mehr oder weniger großen Gefahr eines Selbstmordes der betreffenden Patientin gerechnet hätten, niemand (!) aber die Kinder gefährdet sah. Wir hoffen mit unserer Arbeit dazu beizutragen, Präventivstrategien entwickeln zu können.

*Mag. rer. nat. Doris Fischer-Danzinger
Tilgnergasse 4
A-1230 Wien*

Management und Arbeitswelt

Symposiumszusammenfassung

Die einzelnen Referate unter diesem Subsymposium beschäftigten sich mit Beiträgen aus der Organisationsentwicklung, der betrieblichen Gesundheitsförderung, Mobbing und Coaching aus existenzanalytischer Sicht sowie aus einem Gastvortrag und einer anschließenden regen Diskussion zum Thema Shareholder Value.

In Folge finden Sie eine Kurzfassung dieser Referate und die Namen der Referenten, die Ihnen gerne für weitere Auskünfte zur Verfügung stehen.

Existenzielle Dynamik in der betrieblichen Gesundheitsförderung

Irene Kloimüller, Rudolf Karazmann

Betriebliche Gesundheitsförderung soll Gesundheit und Wohlbefinden positiv beeinflussen. Sowohl Gesundheit wie Wohlbefinden werden subjektiv erlebt. Die Qualität eines *Gesundheitsförderungsprogrammes* kann daher durch die Evaluierung subjektiver Effekte gemessen werden. Mit unserer Effekt Typologie haben wir subjektive

Effekte von Gesundheitsförderung basierend auf dem drei-dimensionalen – bio-psychisch-noetischen – Menschenbild von V. Frankl definiert. Wir haben Gesundheitseffekte mit den Qualitäten Erholung, Entspannung und Entwicklung hier-archisiert. Entwicklung bedeutet die Induktion von noetischer Dynamik, beispielsweise durch sinn-

volle und anziehende Arbeit, durch Übernahme von Verantwortung und Entscheidungsfreiheit, durch einen salutogenen Umgang mit sich und der Welt. Die Effektdauer ist bei "Entwicklung" im Unterschied zu den *Effektqualitäten* Erholung (kurzfristig) und Entspannung (mittelfristig) langfristig. Ein optimales Gesundheitsförderungsprogramm zielt auf alle drei Effektqualitäten. Die *Effekt-Typologie* wurde von R. Karazman im Rahmen des größten deutschen betrieblichen Gesundheitsförderungsprojektes bei den Münchner Verkehrsbetrieben, wel-

ches IBG-Österreich von 1993-1997 wissenschaftlich begleitet hat, auf Basis strukturierter, qualitativer Interviews entwickelt. Es handelt sich um einen standardisierten, validierten Fragebogen. Die Effektypologie ist inzwischen ein international anerkanntes Instrument des betrieblichen Gesundheits-managements.

Dr. Irene Kloimüller
Dr. Rudolf Karazman
IBG-Österreich
Seidengasse 33-35/9
A – 1070 Wien
Tel.: 1-5243751 Fax: 1-5243751-22
e-mail: ibg@worklab.at

Existenzanalyse in der Organisations- entwicklung

Arnaldo Romanos

“Wenn der Sinn zur Frage wird”, ist der Leitsatz dieses Kongresses. Darin kommt jenes *Menschenbild der Existenzanalyse* zum Ausdruck, das folgendes besagt: “Mensch-Sein” ist ein ständiges “In-Frage-Stehen”. Wir sind somit nicht nur Fragende, sondern im existentiellen Sinne sind wir auch Angefragte und dadurch aufgerufen, Antworten auf Fragen zu finden, die das Leben uns stellt. Und erst dabei und dadurch entsteht Sinn. Der konkreten Sinnfindung geht demnach eine ganz bestimmte Frage voraus, auf die wir eine Antwort finden müssen antwortung. Es ist dieses Menschenbild, das mich in meiner Arbeit und in meinem Leben leitet. Mein professionelles Beraterverständnis fußt seinem Wesen nach in dem Grundsatz, daß Menschen, Gruppen und Organisationen auf ihrem Entwicklungsweg ihre eigenen Fragen nicht nur hören sondern auch beantworten müssen.

Die Qualität eines Orientierungs- und Veränderungsprozesses hängt ganz wesentlich von diesen eigenen bzw. eigentlichen Fragen ab, denn vor allem sind sie es, die uns das ermöglichen, was wir, Klienten und Berater als authentischen, mit innerer Zustimmung erfolgenden Prozess leben und erleben können. Dieser Weg ist es, der, existentiell gesehen, imstande ist, unser

Literatur:

- Karazman R, Kloimüller I. (1999) Effect-Typology and Work Ability Index: Evaluating the Success of Health Promotion in Elder Workforce. In: Experimental Aging Research, Francis and Taylor
- Karazman R, Kloimüller I, Geissler H, Karazman-Morawetz I (1999) Effects of ergonomics and health training on work interest, work ability and health in elderly public urban transport drivers. International Journal of Industrial Ergonomics 00
- Karazman R, Karazman-Morawetz I, Geissler H, Kloimüller I (1995) Psychobiological exhaustion and loss of meaning in elderly urban transport drivers. ICOH-Ageing of Workers-Symposium Amsterdam August
- Karazman R, Geissler H, Karazman-Morawetz I, Ertl B, Schmid-Neuhaus M, Johanning E, Kloimüller I (1995) Health and Prevention Promotion Programme for urban public transport drivers at the Munich public transport authority in the „Gesundheitspark München. FIOH-Congress from „Research to Prevention“, Helsinki

Klientensystem in seiner Entwicklung zu tragen. So gesehen, sind wir Berater aufgefördert, der Authentizität auf die Sprünge zu helfen, indem wir ihr einen Raum für ihre Entfaltung ermöglichen. Das würde ich als eigentlichen *Zweck von Organisationsentwicklung* bezeichnen. Nicht zuletzt soll ja das Einmalige und Einzigartige eines Systems, das wir Organisation oder Unternehmen nennen, nicht nur erhalten, sondern auch weiterentwickelt werden können, indem authentische Sinnfin-

dungen erfolgen. Wir als Berater sind aufgefordert, das “In-Frage-Stehen” unseren Kunden gegenüber bewusst zu machen, es zu thematisieren, es zu kultivieren, es für eine authentische Erkenntnisgewinnung zu nutzen. Vor dem Hintergrund dieses “In-Frage-Stehens” wird die Beratungsarbeit zur Wertearbeit im Sinne der Existenzanalyse, zur wertorientierten Arbeit für konkrete Sinnfindungsmöglichkeiten und zur Auseinandersetzung mit Werten und Auseinandersetzung durch Werte. Damit dies erfolgen kann, gestalten wir eine dialogische Lernkultur, bei der das vorhandene Expertenwissen der beteiligten Personen um die Dimensionen der partnerschaftlichen Begegnung, des professionellen Austausches und des gemeinsamen Gewinnens von Erkenntnissen bereichert wird. Aus individuellen Sichtweisen entstehen dadurch gemeinsame Bedeutungen, die mit Ressourcen verknüpft werden können. Das Ergebnis ist ein kommunizierbares Qualitätsbewusstsein, das eine zukunfts gestaltende Werteorientierung ermöglicht.

DiaLogos & Partner Unternehmens-Beratung
Mag. rer. soc. oec. Arnaldo Romanos
Hasenfeldstraße 7 B, A – 6890 Lustenau
Tel: 5577-85101 Fax: 5577-85230
e-mail: dialogos@dialogos.at
homepage: www.dialogos.at

Die Führungskraft als Coach – existentielle Entfaltung der Mitarbeiter- potentiale

Corinna Ladinig

Für viele Führungskräfte bedeutet dieses Vorgehen einen *Paradigmenwechsel* – es gilt zu lernen, die Mitarbeiter wahrzunehmen, die richtigen Fragen zu stellen und nicht mehr vorzuschreiben, was und wie etwas zu tun ist. Die Führungskraft als Coach geht lösungsorientiert vor, ihre Aufgabe ist es, ihre Mitarbeiter bei der Erfüllung ihrer Ziele zu unterstützen und zu fördern.

Eingebettet in eine klare Unternehmensstruktur (d.h. Stellenbeschreibungen: wer ist wofür zuständig und Zielsysteme: was soll jeder Mitarbeiter erreichen) führt dieses Führungskonzept zu motivierten Mitarbeitern, die ihre Potentiale entdecken und ins Unternehmen einbringen.

Als unterstützende *Techniken* bieten sich eine offene Fragetechnik, das Feed Back (Abgleichung von Selbst-

bild und Fremdbild) sowie in der Arbeit mit Teams die Haltung und Methodik der Moderation an.

Instrumente sind Mitarbeitergespräche (1-4x jährlich), wöchentliche Gespräche im Team und bei Bedarf Einzelgespräche.

Die *Grenzen* dieses Führungsstiles sind mehrseitig. Zum einen liegen sie in der Fähigkeit der Führungskraft die Sichtweise auf den Mitarbeiter zu richten und lösungsorientiert zu denken, zum anderen in der Bereitschaft der Mitarbeiter, sich einzubringen und Verantwortung zu übernehmen.

Auch wenn eine derartige Vorgangsweise in der Struktur und Kultur des Unternehmens auf allen Ebenen verankert wird, so liegen dort die Grenzen in der hierarchischen Ordnung.

Existenzanalytisch gesehen ermög-

licht dieser Führungsstil den Mitarbeiter ein Werterleben indem sie sich einbringen dürfen, die eigene Kreativität geweckt wird, sie werden gesehen und können so ihre Potentiale voll entfalten. Dies stärkt den Selbstwert und ermöglicht, Sinn in der Arbeit zu finden.

Die anschließende Diskussion beschäftigte sich einerseits mit den Grenzen, die einer Führungskraft mit der hierarchischen Ordnung gegeben sind, die Angst sich jemanden zu öffnen, der gleichzeitig auch für die Beurteilung verantwortlich ist. Andererseits wurde die motivatorische Kraft, die für diesen Führungsstil spricht, nochmals verdeutlicht.

Corinna Ladinig

Coaching & Training KEG

Cottagegasse 19C/1/3, 1180 Wien

www.ladinig.at – email: cl@ladinig.at

Das Phänomen Mobbing - existenzanalytisch betrachtet

Elisabeth Knizak

Mobbing, der Psychoterror am Arbeitsplatz, ist ein Phänomen, dem seit einigen Jahren vermehrte Aufmerksamkeit geschenkt wird. Unter Mobbing versteht man eine *konfliktbelastete Kommunikation* am Arbeitsplatz als Folge eines eskalierten Konflikts.

Aus existenzanalytischer Sicht soll anhand des Konzepts der Personalen Grundmotivationen aufgezeigt werden, wie ein Mensch durch Mobbing auf den einzelnen Ebenen Schaden erleidet.

Steht am Beginn eines *Mobbingprozesses* oft das „So sein dürfen“ in Frage - Betroffene werden ständig kritisiert, abgewertet, Achtung und Respekt ihnen gegenüber gehen verloren, kommt es in weiterer Folge häufig zu Depressionen, die Frage des „Leben mögens“ beginnt sich immer eindringlicher zu stellen. Parallel dazu kommt es zu einer als psychisch und physisch empfundenen Bedrohung der Existenz. KollegInnen und Vorgesetzte wollen den Menschen „weghaben“, der Verlust des Arbeitsplatzes bedroht die Existenz auf materieller Basis.

Die daraus resultierenden Folgen

sind häufig dramatischer Natur und bedürfen daher einer gezielten Mobbingberatung, und in schweren Fällen unter Umständen einer weiterführenden Psychotherapie, um wieder eine Stabilisierung des Selbst zu erreichen, und es dem Klienten zu ermöglichen, in einer für ihn sinnvollen Weise mit der Situation umzugehen und sie auf dem einen oder anderen Weg zu meistern.

Allein das Aussprechen-Können des Vorgefallenen und Ernstgenommen-Werden durch den Therapeuten stellt für Betroffene bereits einen ersten Schritt zur psychischen Stabilisierung und einen ersten Schritt aus der Mutlosigkeit dar. Elementar ist, von den Gefühlen der Ohnmacht, des Ausgeliefertseins wieder loszukommen. Das Gefühl des Ausgeliefertseins, das Nichts-Tun-Können, versperrt den Blick auf real gegebene Möglichkeiten. Um sich aus der Erstarrung zu lösen, bedarf es zunächst eines Annehmens der Situation. Solange ich nicht sagen kann, so ist es, ich werde gemobbt, das ist nicht schön, nicht angenehm, nicht

gerecht aber so ist es und ich kann es aushalten, stehen die Copings des sich Totstellens, des Verleugnens der Tatsachen oder sinnlose Kämpfe im Vordergrund.

Wenn es in einem zweiten Schritt gelingt, das Vertrauen in sich selbst, seine Fähigkeiten und Möglichkeiten wieder herzustellen, ist ein konstruktives Herangehen an das Problem möglich.

In der Beratung aus existenzanalytischer Sicht in Hinblick auf die Person, die sich im emotionalen Eindruck, in der Fähigkeit zur Stellungnahme und im Handeln zeigt, geht es zunächst darum, zum Eindruck des Klienten vom Geschehen zukommen, zu sehen welche Bereiche getroffen und verletzt wurden. Die Stellungnahme ermöglicht es, sich über das Geschehen, die eigenen Anteile, Wünsche und Erwartungen klar zu werden.

Da Mobbing ein Phänomen ist, welches neben der seelischen Bewältigung auch konkretes Handeln verlangt, kommt dem Bereich des Ausdrucks, dem „ins Handeln kommen“ gerade in dieser Beratungsform große Bedeutung zu. Unterstützt durch das Wissen des/der BeraterIn geht es darum, die KlientInnen bei der Entwicklung für sie sinnvoller *Handlungsmöglichkeiten* und *Lösungsansätzen* zu unterstützen.

Mag. phil. Elisabeth Knizak

Pfeilgasse 28

A – 1080 Wien

Tel: 1-4072326

Eine existenzanalytische Sichtweise von Lebensqualität

Astrid Görtz

Lebensqualität – ein in verschiedenen gesellschaftlichen Bereichen oft inflationär verwendeter Begriff – kann einerseits in einem ontologischen Sinne, nämlich als Lebens-„umstände“, und andererseits in einem existentiellen Sinne verstanden werden. Als messbar erweist sich lediglich der ontologische Aspekt der Lebensqualität. Dieser stellt den Gegenstand der medizinischen und sozialwissenschaftlichen LQ-Forschung dar. In existenzanalytischer Sichtweise meint Lebensqualität den Wert des Lebens, der sich im Empfinden als etwas „Gutes“ widerspiegelt. Dieses Gute ist als authentischer Selbst- und Weltbezug auf verschiedenen Ebenen (physisch, psychisch, noetisch) erfahrbar. Der individuell-persönliche Lebensqualitätsbegriff ist einer existenziellen Dynamik unterworfen, wobei sich auch die Teilnahme an Psychotherapie verändernd auswirkt, wie aus Interviews mit Patienten eines Suchtkrankenhaus sichtbar wird. Daraus ergeben sich enge Grenzen für die Verallgemeinerbarkeit und Messbarkeit von Lebensqualität. Die damit verbundenen medizin-ethischen Probleme werden ebenfalls kurz angesprochen.

Schlüsselwörter: Lebensqualität, Messbarkeit, Medizin-Ethik, Sucht

Der Begriff Lebensqualität und seine Verwendung in der Medizin

Der Begriff „Lebensqualität“ wird in den letzten Jahren sowohl in der Medizin als auch in den Sozialwissenschaften immer häufiger gebraucht. Zahlreiche Fragebögen zur Erfassung der Lebensqualität bei verschiedenen (chronischen) Krankheiten wurden entwickelt.

Historisch gesehen hängt die Verwendung der Lebensqualität mit der Suche nach Sozialindikatoren für den Gesundheitszustand der Bevölkerung zusammen. Ursprünglich ging man in der Medizin von Überlebensraten aus. Auf Ebene der Populationsstatistik kennt man seit über 100 Jahren Zahlen wie Geburts- und Sterberaten. Einer der

wichtigsten Indikatoren wurde die Säuglingssterblichkeitsrate eines Landes bzw. einer Region, ein anderer die Lebenserwartung.

Ausgehend von einer Sichtweise der Gesundheit als „Freisein von Krankheit“ gerieten mit fortschreitender medizinischer Entwicklung die individuellen Fähigkeiten, den Alltag selbständig zu bewältigen, ins Blickfeld. 1950 wurde von der WHO ein positiver Gesundheitsbegriff geprägt: Gesundheit wird als „physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden“ (physical, mental and social well-being) definiert. Der Begriff der „Lebensqualität“ lässt sich davon unmittelbar ableiten.

Das Hauptproblem aus der Sicht der medizinischen und soziologischen Lebensqualitätsforschung ist die Frage der Gültigkeit von Messungen in diesem Bereich. Der Prozess der Messung und Erfassung von Informationen prägt in hohem Maß unser Verständnis von Gesundheit mit allen damit verbundenen persönlichen und gesellschaftlichen Konsequenzen. Die „Angemessenheit“ ist hier in Frage zu stellen. Wird der Begriff „Lebensqualität“ in seiner derzeitigen Verwendung dem Menschen gerecht? Dies ist zu allererst ein ethisches Problem.

Ethische Probleme bei der Verwendung von Lebensqualität als Indikator für Therapieerfolg – die Grenzen der Messbarkeit

Die Entscheidung für einen Gesundheitsindikator („health indicator“) zieht weitreichende gesellschaftliche Konsequenzen nach sich. Öffentliche Gelder für Forschung und medizinische Versorgung werden investiert, um den Gesundheitszustand der Bevölkerung eines Landes dahingehend zu verbessern, beispielsweise die Säuglingssterblichkeit in einem vorindustriellen Land zu verringern. Mit fortschreitender medizinischer und – eng damit verknüpft – sozialer Entwicklung wurden diese Indikatoren differenzierter. Gleichzeitig wurde deutlich, dass die verschiedenen Indikatoren einander gegenseitig bedingen, was weitere medizinische wie soziale Folgen nach sich zieht. Die ausschließliche Betrachtung eines einzelnen Indikators, zum Beispiel „Säuglingssterblichkeit“ (mit dem Ziel ihrer Verringerung), läßt außer acht, dass gleichzeitig mit einem statistischen Anstieg von Frühgeburten und medizinischen Problemen, die Folge eines geringen Geburtsgewichts darstellen, zu rechnen ist. Ein anderes Beispiel: Die ausschließliche Betrachtung der „Lebenserwartung“ des Bevölkerungsdurchschnitts übersieht die Folgen des Älterwerdens

für die Betroffenen sowie für die ganze Gesellschaft – ein Ansteigen altersbedingter Krankheiten mit Folgekosten für das Gesundheitssystem, aber auch Auswirkungen auf das Verhältnis zwischen den Generationen. Wir befinden uns mitten in dieser gesellschafts-politischen Diskussion. Die Entscheidung für sinnvolle Indikatoren ist von hoher gesellschaftlicher Brisanz ist. Aus diesem Grund ist die medizinische Lebensqualitätsforschung nicht von den Sozialwissenschaften zu trennen.

Die meistverbreitete Form der Erfassung der Lebensqualität eines Menschen ist die Vorgabe eines Fragebogens, der Fragen enthält wie "Leiden Sie unter starken Schmerzen?", "Sind Sie imstande, Ihrem Beruf nachzugehen?", "Fühlen Sie sich niedergeschlagen und bedrückt?" Dabei werden sehr unterschiedliche Lebensbereiche als scheinbar gleichwertig nebeneinander gestellt, gleichzeitig werden – anders ist es bei Fragebögen nicht möglich – Vorannahmen darüber getroffen, was Lebensqualität für den Einzelnen bedeutet, welche Lebensbereiche und Qualitäten hier überhaupt mit eingeschlossen sind.

Aus der Auseinandersetzung mit existentiellen Fragen ist uns aus existenzanalytischer Sicht der Umstand sehr vertraut, dass sich der Mensch gerade in einer Grenzsituation – und Krankheit und Leiden sind solche Grenzsituationen – am stärksten als Person erfährt, in seiner Einzigartigkeit und Einmaligkeit. Das Leiden fordert ihn ja geradezu heraus, wie Frankl dies in seinem Werk vermittelt hat.

In einer konzeptionellen Festlegung dieses Begriffs im Sinne eines Ausschließens von individuellen, subjektiven Definitionen bzw. einer Vorgabe von Wertigkeiten besteht die Gefahr einer normativen Bewertung von Leben. Ganz problematisch wird es dort, wo die Verwendung des Begriffs die Möglichkeit der Qualifizierung eines Lebens als „lebensunwert“ impliziert. Gerade in Situationen lebensbedrohlicher Krankheit läßt sich der individuell-spezifische Lebensqualitäts-Begriff nicht verallgemeinern, da dies einer Ignoranz, ja Negation der persönlichen Einstellung zu Krankheit, Heilung und Tod gleichkäme (Lütterfelds, 1991). Lütterfelds spricht in diesem Zusammenhang von sogenannten "existential beliefs", die ein kranker Mensch der Beurteilung seiner Lebensqualität zugrundelegt.

Dies ist die Seite des Individuums, der Person. Dieser steht die Seite der Sozietät, der Gesellschaft mit ihren ökonomischen und sozialen Gegebenheiten gegenüber. Dieser Problembereich wurde bereits angeschnitten. Die Auseinandersetzung mit diesen so unterschiedlichen Perspektiven und den einander oft diametral entgegengesetzten Forderungen, Erwartungen und Möglichkeiten, die Abwägung derselben und die möglichst umsichtige, verantwortungsvolle Entscheidung im Einzelfall sowohl im Fall einer wissenschaftlichen Forschungsarbeit, einer gesundheitspolitischen Maßnahme als auch einer ärztlichen Hilfeleistung sollte keinem der Handelnden erspart bleiben.

Im Bereich der Forschung hat sich bereits die Erkenntnis durchgesetzt, dass aufgrund der hohen Subjektivität des individuellen Lebensqualitätsbegriffs die Grenzen der Messbarkeit und Erfassbarkeit mittels Fragebögen rasch er-

reicht sind. Diese werden – kritisch und mit aller Vorsicht – dennoch zum Einsatz gebracht, im Sinne der ethischen Forderung nach "dem Bestmöglichen für die größtmögliche Zahl", hier eben mit Betonung der quantitativen Seite.

Darüber hinaus wird aber immer stärker der Dialog mit dem Patienten als unbedingte Voraussetzung für die Erfassung der subjektiven Seite der Lebensqualität gesehen. Dies wird von verschiedenen namhaften Persönlichkeiten auf dem Gebiet der Lebensqualitäts-Forschung gefordert und vertreten (siehe z.B. Menz 1991, Muthny 1991).

Jeder, der sich mit dem Begriff und der Erfassung von Lebensqualität auseinandersetzt, gerät früher oder später in das Spannungsfeld dieser medizin-ethischen Fragen. Dies führt auch dazu, den Begriff immer mehr auszuweiten. Dadurch gehen seine Konturen verloren, aus der Komplexität entsteht Vieldeutigkeit und letztlich Unverbindlichkeit. Aus diesem Grund ist "Lebensqualität" leider bereits zum Schlagwort geworden, das inflationär verwendet wird (siehe z.B. Enghofer 1993, Meran et al. 1993).

Um den Begriff, der ursprünglich einen großen Fortschritt in der Medizin bedeutete, auf seine ursprüngliche Bedeutung und seinen Nutzen für den Menschen zurückzuführen, ist gerade der existenzanalytische Blickwinkel sehr hilfreich.

Existenzanalyse und Lebensqualität

Die Existenzanalyse geht von der Einzigartigkeit und Einmaligkeit der Person aus, die sich in der persönlichen Auseinandersetzung mit der Welt verwirklicht. Wir sprechen von personal-existentiellen Fähigkeiten, die im Vollzug des Lebens in Form von Entscheidungen und Handlungen der Person sichtbar werden. Aus existenzanalytischer Sicht kann die Bewertung des Lebens als „gut“ letztlich nur von der Person selbst im Dialog mit der Welt vorgenommen werden. In der Spannung von Sein und Sollen steht die Person in einer ständigen Dynamik des subjektiven Wertens.

„Leben“ ist aus Sicht der Existenzanalyse also immer als zweifaches zu sehen: einerseits als vorgefundenes und andererseits als selbst gestaltetes Leben. Person-Sein drückt sich gerade darin aus, dass ich zu dem, was ich ontologisch vorfinde, Stellung beziehe, damit umgehe, es gestalte. Die Fähigkeiten dazu sind auf Seiten der Person die Selbstdistanzierung und die Selbsttranszendenz. Leben im existenziellen Sinn ist darüber hinaus geprägt durch Freiheit im Entscheiden und Verantwortlichkeit im Handeln.

Die sozialwissenschaftliche Lebensqualitätsforschung beschäftigt sich ausschließlich mit den ontologischen Bedingungen wie Reichtum, Gesundheit, Bildung, Sozialkontakte, etc. Diese "Lebensumstände" sind das einzig Messbare, wobei auch sie gesellschaftlich-kulturellen Wertungen, Zeiterscheinungen und Trends unterworfen sind. Aber hier läßt sich noch am ehesten eine Möglichkeit zur Verallgemeinerung - zumindest über bestimmte gesellschaftliche Gruppen und Zeiträume hinweg - finden. Man könnte aus existenzanalytischer Sicht so weit gehen und

folgern, dass alles, was messbar im Sinne eines Quantifizierens und Verallgemeinerns ist, dem ontologischen Bereich zuzurechnen. Das je Persönliche, der individuelle Aspekt der Lebensgestaltung, den wir auch als Lebensvollzug oder „Existenz“ bezeichnen, entzieht sich im Einzelfall jeglicher Messung.

Der Begriff „Lebensqualität“ zielt, rein sprachlich gesehen, auf die Frage nach dem WIE ab. Das WIE im menschlichen Sinn nimmt jedoch immer Bezug auf einen Wert: Es geht dabei um die Frage nach einem wertvollen Leben. Da wir in einem naturwissenschaftlich-technischen Zeitalter leben, das unsere Sprache stark prägt, muss hier genau unterschieden werden: Im numerisch-mathematischen Sinn ist das WIE immer ein WIEVIEL. Es nimmt lediglich Bezug auf eine Skala, eine Maßeinheit. Anthropologisch steckt in der Frage nach WIE hingegen das Empfinden von „gut“ – was tut gut, was erlebt der Mensch als „gut“. Aus der Auseinandersetzung mit der 2. Grundmotivation nach Längle (1999) wissen wir, dass es zum Empfinden des Guten die Beziehung zu einem Wert braucht, der letztlich in mir selbst gründet, in meinem eigenen Grundwert, „es ist gut, dass es mich gibt“. Auf dieser Basis ist das Empfinden von Werten in der Welt möglich.

Für die medizinische Lebensqualität bedeutet dies, dass für den kranken Menschen dieses Gute in seinem Leben trotz Krankheit und Leid nur in einer dialogischen Weise erfahrbar ist. Der Kranke lebt in Beziehung auch zu seiner Krankheit, vor allem aber zu seinem Arzt, zu den Pflegern, Angehörigen usw. Ob für ihn trotz Schmerzen, trotz Ängsten noch Werte erfahrbar sind, hängt ganz wesentlich von der Möglichkeit ab, Beziehung zu erfahren oder aber hilfloses Opfer seiner Erkrankung zu sein. Um seinen persönlichen Lebenswert erfahren zu können, braucht der Mensch Zeit, Nähe und Beziehung - Qualitäten, die im geschäftigen Alltagsbetrieb eines Krankenhauses nicht immer gegeben sind. So gesehen ist die Frage nach der Lebensqualität von kranken Menschen nicht losgelöst von den Bedingungen der medizinischen-pflegerischen Betreuung zu sehen. Der Dialog zwischen Arzt bzw. Pfleger, Krankenschwester und Patient ist ein zentrales Thema der Existenzanalyse in den Bereichen Krankenpflege und Begleitung und Betreuung kranker Menschen. Diesen Themen wurden eigene Subsymposia des Kongresses gewidmet. Kehren wir daher wieder auf die allgemeine Ebene zurück.

Im Laufe meiner eigenen Arbeiten habe ich die Frage nach dem „guten Leben“ mit Menschen besprochen, die an einer Suchterkrankung litten. Ich hatte dazu Gelegenheit während meines Praktikums im Krankenhaus Maria Ebene in Feldkirch, einer speziellen Einrichtung für Menschen, die an einer Alkohol- und/oder Medikamentenabhängigkeit leiden. Für alle fünfzehn, mit denen ich - jeweils am Beginn und am Ende des Therapieaufenthaltes - gesprochen habe, stand das Leiden unter oder besser: an der Sucht im Vordergrund. Es ging ihnen durchwegs um die Frage eines Lebens trotz Süchtig-Sein. Bei jedem von ihnen bedeutete dieses Leben jedoch andere Wertigkeiten, andere Qualitäten.

Im Sinne des Präventionsgedankens geht es um Förderung der Lebensqualität als therapeutisches Anliegen und Ziel. Die Aufmerksamkeit liegt nicht ausschließlich beim Pathologischen, auf dem Kranksein, sondern beim Wertvollen, Guten, für das sich auch schwer kranke Menschen - in meiner Untersuchung Suchtkranke - einzusetzen bereit sind.

Auf dem Weg zu einem neuen Indikator für Psychotherapie-Erfolg: Befragung von 15 Patienten mit einer Alkoholabhängigkeit zu ihrer Lebensqualität

Im Rahmen eines Therapiepraktikums im Krankenhaus Stiftung Maria Ebene in Feldkirch hatte ich die Gelegenheit, mit 15 Patienten und Patientinnen zu Beginn und am Ende ihrer Therapie über ihre Lebensqualität zu sprechen. Fünfzehn Personen sind eine kleine Gruppe, aber es ist ein Anfang, der seinen Fortsetzung finden kann.

Stationäres Setting

Die Psychotherapie begann für die Patienten auf Maria Ebene nach dem körperlichen Entzug, der durchwegs an einer psychiatrischen Station in einem anderen Krankenhaus – meist in der Vorarlberger Landesnervenklinik Valduna – durchgeführt wird. Der Aufenthalt in Maria Ebene dauerte 8 Wochen. Nach einer Aufnahmewoche folgten 7 Wochen intensiver Psychotherapie. Sie setzte sich aus 3 halbtägigen Gruppensitzungen und etwa 2-3 Einzelgesprächen pro Woche zusammen. Die Psychotherapie wurde durchwegs von Existenzanalytikern durchgeführt, teilweise unter Einsatz kreativer Medien. Zwischen den Gruppen- und Einzelgesprächen hatten die Patienten Zeit, das, was sie aus den Gesprächen bewegte, in kreativem Tun weiter zu „verarbeiten“ im wahrsten Sinne des Wortes. Dabei wurde vor allem das Arbeiten mit Ton und das Malen mit Acrylfarben gewählt. Es gab aber auch die Möglichkeit zum Drechseln von Holzgegenständen, zum Teppichknüpfen, Seidenmalen usw.

Das „Lebensqualitätsinterview“ führte ich sowohl zu Therapiebeginn, am ersten oder zweiten Tag nach der Aufnahme, als auch am Ende, wenige Tage vor der Entlassung.

Interviews zu Beginn der Therapie

Die Patienten waren gerade erst einige Tage auf der Station, als ich sie zum erstenmal befragte. Sie begannen sich gerade körperlich zu erholen, hatten aber noch keine Psychotherapie-Sitzung erlebt (ausgenommen natürlich frühere Therapien). Ich stellte jedem von ihnen folgende drei Fragen, die meine Gesprächspartner je nach Wunsch mündlich oder schriftlich beantworten konnten:

1. Was bedeutet für Sie persönlich ein gutes Leben?
2. Inwieweit ist dies derzeit für Sie persönlich erfüllt?

3. Was bräuchte es bzw. was fehlt?

Abgesehen von einigen wenigen abwehrenden Antworten sprachen die Patienten bereitwillig über ihre Vorstellungen von einem „guten Leben“. Die Länge der Antworten fiel sehr unterschiedlich aus. Manche antworteten nur stichwortartig, andere hatten das Bedürfnis, sehr lange zu sprechen. Manche wollte die Fragen schriftlich beantworten, andere lieber mündlich. Als Interviewerin hörte ich vor allem zu und bestätigte das Gesagte, fragte da und dort etwas genauer nach. Wichtig war mir dabei, die Antworten nicht durch Eigenes zu verfälschen.

Inhaltsanalytische Auswertung: Dimensionen der Lebensqualität

Die mündlichen Antworten wurden auf Tonband aufgezeichnet und anschließend transkribiert. Daraus ließen sich inhaltsanalytisch 15 Kategorien ableiten. Anschließend wurde die Häufigkeit der Nennungen jeder einzelnen Kategorie gezählt, wobei einige Antworten mehreren Kategorien zugeordnet werden konnten.

Tabelle 1 gibt neben den Häufigkeiten der Nennungen auch einige ausgewählte Antwort-Beispiele wieder.

Am häufigsten wurde die Kategorie „Beruf“ genannt, gleich oft wie die Familie bzw. Partnerschaft (als „Zuhause“ zusammengefaßt). Außerdem standen Gesundheit und Suchtfreiheit stark im Vordergrund, was der gesundheitlichen Situation der Patienten angemessen erscheint. Weitere „mittelwichtige“ Lebensbereiche waren die Freizeit sowie der Bereich Sicherheit/Ordnung/Finanzen. Weniger oft wurden Antworten zum eigenen Wert gegeben („Wert als Mensch“, „Eigenständigkeit“, „Respekt“ - in der Existenzanalyse als „Selbstwert“ bezeichnet), ebenfalls weniger oft Antworten zum Wohlbefinden und - nur bei Patienten mit früheren Therapieerfahrungen - zur Therapiegruppe. Einzelne Antworten bezogen sich auf Freunde, Angstfreiheit, abstrakte Werte und vitale Bedürfnisse.

Interviews zu Therapieende

Nach 7 Wochen, in der Abschlusswoche, wurden den Patienten dieselben Fragen noch einmal gestellt. Es ist sehr unwahrscheinlich, dass sie sich an ihre Antworten aus der ersten Befragung erinnern konnten. Wie hat sich der subjektive, persönliche Begriff der Lebensqualität nun über die Zeit des Therapieaufenthaltes hinweg in dieser Gruppe verändert? Welche Qualitäten und Werte sind bestehen geblieben, welche neu hinzugekommen? Auf dem Weg der Inhaltsanalyse konnte ich 16 verschiedene Dimensionen finden. Diese waren nur zum Teil dieselben wie zu Beginn der Therapie (vgl. Tabelle 2).

Interpretation und Schlussfolgerung

Rein deskriptiv gesehen handelt es sich auch im Abschlußinterview beim Bereich Arbeit/Beruf um die am häufigsten genannte Kategorie (8x). Fünf Personen geben diesen Bereich in beiden Interviews an (Zahlen in Klammern). Gleich oft wird – ähnlich wie im Erstinterview – Partnerschaft und Familie als wichtiger Bestandteil der Lebensqualität genannt. Neu ist die Dimension Erfüllung/Freude, die oft im Zusammenhang mit dem Beruf erwähnt wird. An fast ebenso wichtiger Stelle steht das Freisein von Sucht. Dies läßt sich daraus erklären, dass das Thema der Abstinenz am Ende der Therapie besonders im Vordergrund steht.

Der Bereich Sicherheit/Ordnung/Finanzen ist etwas wichtiger geworden, auch Freunde und Beziehungen sind nun deutlich wichtiger – das kann mit der positiven Beziehungserfahrung in der Therapiegruppe zu tun haben, aber auch mit der Perspektive des nahenden Therapieendes und des Heimkommens.

Das Thema Gesundheit ist relativ unwichtig geworden – ein Indiz für den guten gesundheitlichen Erfolg des Therapieaufenthaltes.

Andererseits tauchen im Abschlussinterview eine Reihe von neuen Dimensionen auf, die auf Themen aus der Psychotherapie hinweisen: Stimmigkeit/Wohlbefinden, eigene Gestaltung des Lebens (je 3x), Freiheit/Unabhängigkeit, Freiheit von Problemen mit dem Staat (je 2x) und Zeit für sich selbst, Würde, Neu anfangen (je 1x). Diese existenziellen Fragen waren den Patienten im ersten Interview noch nicht bewußt, damals waren sie noch stärker auf das Leiden an der Sucht konzentriert. Nun ist ein Verständnis dafür gewachsen, was sich der Sucht entgegensetzen läßt, wie der Ohnmacht, die das Süchtig-Sein immer bedeutet, zu entkommen ist. Die Frage der Stimmigkeit ist hier besonders wichtig geworden, aber auch die Gestaltung des eigenen Lebens – Themen, die zu mehr Authentizität und letztlich zu existenziellem Sinn führen.

Fasst man die gefundenen Kategorien – unabhängig von ihrer existenziellen Dynamik – als „Lebensbereiche“ auf, entsprechen dieses im übrigen zu einem Großteil entspre-

chenden Dimensionen in der Literatur (siehe z.B. Glatzer 1992, Hoffmann 1984, Hofstätter 1986, Mayring 1991).

Als Konsequenz aus dieser Studie wurde ein Fragebogen entwickelt, der auf den 15 Kategorien aufbaut und als Evaluationsinstrument in einer Studie zum Psychotherapie-Erfolg bei etwas mehr als 300 Patienten in Maria Ebene in den Jahren zwischen 1994 und 1998 zum Einsatz kam. Die Veröffentlichung der Ergebnisse dieser weiterführenden Untersuchung befindet sich in Vorbereitung.

*Mag.phil. Astrid Görtz
Theophil Hansen-Gasse 7/1/3
A-1230 Wien*

Literatur

- Enghofer E (1993) Lebensqualität als Schlagwort und Werbeträger in der pharmazeutischen Industrie. In: Meran J-G, Poliwoda H, Löw R (Hrsg) Lebensqualität. Wien: Blackwell-MZV
- Glatzer W (1992) Lebensqualität und subjektives Wohlbefinden. Ergebnisse sozialwissenschaftlicher Untersuchungen. In: Bellebaum A (Hrsg) Glück und Zufriedenheit. Opladen: Westdeutscher Verlag
- Hoffmann R (1984) Erleben von Glück - eine empirische Untersuchung. Psychologische Beiträge, 26, 516-532
- Hofstätter P-R (1986) Bedingungen der Zufriedenheit. Zürich: Edition Interform
- Längle A (1999) Existenzanalyse – Die Zustimmung zum Leben finden. Fundamenta Psychiatrica, 12, 139-146
- Lütterfelds W (1991) Philosophische Aspekte der Lebensqualität. In: Tüchler H, Lutz D (Hrsg) Lebensqualität und Krankheit: Auf dem Weg zu einem medizinischen Kriterium Lebensqualität. Köln: Deutscher Ärzteverlag
- Mayring Ph (1991) Psychologie des Glücks. Stuttgart: Kohlhammer
- Menz F (1991) "Zucker! Des hamS ma gar net gsagt!" – Zur Kommunikation zwischen Arzt und Patient im Krankenhaus. In: Tüchler H, Lutz D (Hrsg) Lebensqualität und Krankheit: Auf dem Weg zu einem medizinischen Kriterium Lebensqualität. Köln: Deutscher Ärzteverlag
- Meran J-G, Poliwoda H, Löw R (1991) Lebensqualität: Diskurs und Dialog über einen vielschichtigen Begriff. In: Meran J-G, Poliwoda H, Löw R (Hrsg) Lebensqualität. Wien: Blackwell-MZV
- Muthny F (1991) Erfassung von Lebensqualität - Fragestellungen und Methodik. In: Tüchler H, Lutz D (Hrsg) Lebensqualität und Krankheit: Auf dem Weg zu einem medizinischen Kriterium Lebensqualität. Köln: Deutscher Ärzteverlag

Arbeitslosigkeit

Symposiumszusammenfassung

von
Ursula Janout

Das Symposium Arbeitslosigkeit bestand aus zwei Teilen - dem Referat von Corinna Ladinig mit dem Titel „Arbeitslos - was nun?“ und einem anschließenden Workshop „Das Los der Arbeitslosen“ unter der Leitung von Mag. Petra Ehart und Mag. Heidemarie Fritz.

Corinna Ladinig gelang es, die vielfältigen Gründe, die zu Arbeitslosigkeit führen, anschaulich zu vermitteln. Im nächsten Schritt ging es um mögliche Reaktionen auf Arbeitslosigkeit, wobei die Referentin mit verschiedenen Beispielen aus der Praxis die

Bandbreite deutlich machte. Schließlich wurden Hindernisse bei der Arbeitsfindung thematisiert. Mit dieser systematischen und klar strukturierten Einführung ins Thema war der Boden für den anschließenden Workshop gut vorbereitet.

Aufgrund des kleinen, aber interessanten Kreises war es den Workshopleiterinnen Mag. Petra Ehart und Mag. Heidemarie Fritz sehr gut möglich auf persönliche Wünsche und Anregungen der Teilnehmer einzugehen. Durch den regen Austausch und die darauf folgende Diskussion ergab sich eine zentrale Frage:

Stehen die Ansprüche der Gesellschaft mit den Ansprüchen der Person im Widerspruch?

Die Diskrepanz zwischen Auftraggeber von Berufsorientierungskursen und dem eigenen Berufsselbstverständnis wurden erörtert.

Ist Arbeitslosigkeit überhaupt therapeutisch? - Gibt es Zeit für persönliche Entwicklung, auch wenn diese nicht in Richtung Erwerbstätigkeit geht?

Oder soll die Person in erster Linie funktionieren, sozusagen „job-ready“ gemacht werden, z.B. mit Hilfe von Vorstellungstrainings, diversen Schulungen, Computerkursen oder speziellen Motivationsseminaren?

Diese Fragen wurden ausgiebig erörtert und diskutiert.

*Mag. Ursula Janout
Furth 13
A-4076 St. Marienkirchen*

Philosophie der Existenz

Symposiumszusammenfassung

von
Fernando Lleras

Das philosophische Symposium erhielt eine merkliche Anzahl von Besuchern, was durchaus für die lebendige Wachheit in Bezug auf die philosophischen Wurzeln und Grundlagen der Psychotherapie in der Existenzanalyse spricht, was im übrigen die Existenzanalyse von den meisten Psychotherapierichtungen abhebt. Die beiden Referenten setzten sich kritisch aus je unterschiedlichen Positionen mit den Grundlagen der Existenzanalyse auseinander. In einem anspruchsvollen Vortrag und aus einer radikalphänomenologischen Lebensphilosophie erörterte Rolf Kühn die Frage nach dem unmittelbaren Phänomenzugang, nach dem Zugang zum „originären Leben“ selbst. Im Grunde ging es dabei um die Frage nach der „Einheit“ unseres Lebens selbst, was notgedrungen mit einer radikalen Sinnkritik und einer Kritik des Existenzbegriffes verbunden ist.

In einem völlig anderen Sinne setzte sich Nolberto Espinosa kritisch mit

der Existenzanalyse auseinander. Für ihn ging es um eine „Neubegründung“ der Existenzanalyse, insofern deren anthropologische Grundlage durch die nachmetaphysische Zeit der „Herrschaft von Wissenschaft und Technologie“ obsolet geworden ist. Als neuer Grund soll die Erfahrung fungieren.

Die zwei Referenten haben von ihren Vorträgen jeweils folgende Zusammenfassung verfaßt.

Phänomenologische Problematik der Sinnfrage

Rolf Kühn

Frankl und die Existenzanalyse als eine im weitesten Sinne phänomenologische Psychologie stützen sich insofern mit Recht auf die „Sinngabeheit“ aller Erscheinungen für uns, als diese stets ein intentionales Meinen implizieren. Allerdings hat Husserl darüber hinaus aufgezeigt, daß kein solcher

„Sinn“ jemals zu seiner voll erfüllten Evidenz gelangen kann, weil die teleologischen Sinnimplikate – als Aspekte, Horizonte etc. – unendlich sind. Jene Sinnentscheidung programmiert damit ihre unabschließbare Sinnsuche vor – es sei denn, man legt sich „dogmatisch“ wie u.a. die Wissenschaften fest.

Des weiteren hat Heideggers Phänomenologieansatz als "Destruktion" bisheriger metaphysischer Onto(theol)ogie sichtbar gemacht, dass der unmittelbare Phänomenzugang zumeist durch "Konstruktion" verstellt sei, um den "Sinn von Sein" als Da-sein rein von sich allein her sprechen zu lassen. Schließlich hat die radikalste Weiterführung solcher Sinnkritik als "Ruin der Vorstellungen" in der Lebens- phänomenologie bei M. Henry prinzipiell einsichtig gemacht, dass jeder methodische Zugang das originäre Leben selbst verfehlen muß, weil letzteres aufgrund seines affektiven Wesens sich nicht in einer distanzierten Schau phänomenalisieren kann. Daraus ergibt sich insgesamt das Dilemma, dass gerade die Gefühlsrealität nicht als Sinn ontologisch vermittelt zu werden vermag – was psychotherapeutisch nicht ohne bestimmte Folgen sein dürfte.

Sinn ist für ein Bewußtsein wie dem unsrigen, was für dieses Geltung hat, und zwar auf dem Hintergrund eines Horizontes, der des näheren sinnlich oder abstraktiv ideell sein kann, wie in der einfachsten Wahrnehmung oder als begriffliche Vorstellung. Letztere Unterscheidung berührt nicht die Horizontalität als solche, die den Geltungsraum abgibt für jeden Sinn, sofern dieser Horizont eröffnet. In dieser letzteren Bedeutung ist Horizont identisch mit dem phänomenologischen Weltbegriff schlechthin, denn in der horizontalen oder ek-statischen Eröffnung als Offenheit des Außen zeigt sich alles, was sich uns als von uns vermeintes Seins im Sinne von Dingen, Situationen, Ereignissen, wissenschaftlichen Erkenntnissen usw. zeigen kann. Diese Ekstasis der primordialen Bewußtseinsintentionalität – als Quellpunkt des Ego für *Husserl*, als In-der-Welt-sein des Daseins für *Heidegger* – ist letztlich zeitlich strukturiert, denn die Eröffnung des Sich-eröffnens oder Sicherver-äußerns der Welt in ihrem ersten Außer-sich vollzieht sich als das Hervorbrechen eines jeden Jetzt-Momentes in seinem Ineinander mit dem Kommenden der Erwartung und dem Vergangenen notwendiger Erinnerung an ein Soeben-gewe-

sen. Jeder Sinn ist somit zeitliche Synthesis, wie schon *Kant* gesehen hat, das heißt, er bricht im-pressional in einer scheinbaren Gegenwart hervor, um sofort wieder zu verschwinden, und zwar bis an die Grenze eines retentional nicht mehr Erinnerungsbaren, des phänomenologisch Unbewußten.

Alles Bemühen um eine Vereinheitlichung solchen Sinnes, seine Totalisierung oder Sammlung, sei es historisch oder biographisch, ist also nicht prinzipiell zum Scheitern verurteilt, weil unser Denken – etwa hinsichtlich seiner Aufmerksamkeit oder seiner Erinnerungslatenz – mangelhaft "endlich" wäre. Vielmehr trägt das Denken als intentionale Sinnstruktur diese zeitliche Horizontbegrenzung von Natur aus in sich. Es kann sich mit anderen Worten nur im Raum des Repräsentierens vollziehen, worin allein das erscheint, was im Augenblick von ihm als Gedanke, Gefühl, Entscheidung usw. aktualisiert wird. Die Struktur des Gegenüber dieser Vorstellung erlaubt es nicht, dass irgendwann einmal unser ganzes Bewußtseinsleben insgesamt in einem Erleben als gegenwärtigem gegeben wäre, weshalb unter anderem auch *Freuds* Konstruktion eines Unbewußten von einer klassischen Konzeption des Bewußtseins abhängig bleibt. In Bezug auf die zeitlich ekstatische Bewußtseinsstruktur als Horizont-intentionalität sind wir mithin bereits für immer von uns getrennt, wenn wir die Einheit, das "Wesen" unserer selbst in einer irgendwie intentional vermeinten Sinnvorstellung oder –erklärung suchen wollten. Man kann sich mit dieser Situation auf verschiedene Weisen arrangieren: Psychotherapie hat ihre Lösungen, je in Abhängigkeit von vorausgesetzten Philosophien oder Anthropologien beispielsweise, gefunden, nämlich als Realitätsanpassung, Lebensstil, Situationssinn, personalen Existenzsinn und weiteres mehr (*Strauß*; *Frankl*).

Da wir phänomenologisch fragen, und zwar radikalphänomenologisch, können wir uns mit dieser theoretischen wie praktischen Situation nicht bescheiden, denn wir nehmen im jeweiligen Sinnvollzug immer etwas in

Anspruch, dessen Ursprünglichkeit tiefer wurzelt als der "deskriptiv" erhebare Sinn – und gerade darauf scheitern und die Leiden und Freuden, mit der es die Psychotherapie sowie zuletzt jedermann in seinem Leben zu tun hat, zu verweisen. Sinn tritt nämlich nicht nur immer schon affektiv gefärbt auf, in *dieser* gefühlten Stimmung von Bedrohlichkeit, Langeweile, Faszination oder Anstrengung, Liebe wie Haß, sondern die Frage ist zuäüßerst gesehen: Wie erscheint jedes Erscheinen in sich selbst, damit es überhaupt erscheinen kann? Wer oder was trägt die Intentionalität in ihrer transzendenten Eröffnung selbst, so daß sie bei allem Je-über-sich-Hinaus stets *bei sich* verbleiben kann, nämlich die Ek-sistenz die notwendig unentwegte Kohärenz und Konsistenz besitzt? Es muß dies eine Ur-Affektion sein, die das ohne Kluft oder Abstand mit sich zusammenschweißt, was sich – so flüchtig es auch impressional sein – in seinem Erscheinen als Erscheinung nicht verliert. Gäbe es nur entfaltende Weltkekstasis, das heißt ausschließliches Differieren des Hervorbrechens, als Zeitlichkeit, als "Ereignis", wie bei *Husserl* und *Heidegger*, oder als "Aufschub" wie bei *Derrida*, dann gäbe es nichts, was irgendwie "sein könnte": Es wäre schon tot, bevor es überhaupt geboren ist – weil es noch nicht einmal ins Leben gelangt. Folglich ist für uns als lebendige Wesen ein "Ort", besser: eine Weise, auszumachen, wo das genannte Sich-affezieren des Erscheinens als Selbsterscheinen die Phänomenalisierung der Phänomenalität selbst ausmacht, auf der jeder Sinn vor wie in seinem intentionalen Entwurf als Weltexistenz beruht.

Univ. Prof. Dr. Rolf Kühn
Zentag. 22/14
1050 Wien

Zurück zur Erfahrung!

Zur Neubegründung der Psychotherapie.

Nolberto A. Espinosa

Gemeint ist im Titel die Existenzanalyse in der Gestalt, die sie dank den Entwicklungen von Alfred Längle erreicht hat. Es gilt, diese Psychotherapieform von Neuem zu begründen. Was heißt Begründung oder Grundlegung einer wissenschaftlichen Erkenntnis? Die Begründung besteht darin, alle Urteile, die im Gebiet einer bestimmten Wissenschaft erfolgen, auf einen Grund zurückzuführen. Der Grund ist wieder ein Urteil oder ein Satz (Grund-satz), welcher, weil er als Grund in Frage gestellt werden kann; d.h., jede schon begründete Wissenschaft setzt immer einen Grund-satz oder Grund-begriff voraus, den der Wissenschaftler immer (als Ziel des Wissens) vor dem Auge hat, und von dem er (als Ursprung) in seiner momentanen Beschäftigung herkommt.

Wir identifizieren die verschiedenen Gestalten, die die Wissenschaften in der Geschichte eingenommen haben, indem wir ihre je eigenen Grundbegriffe herausholen. In der Franklschen Logotherapie ist der Grund-begriff der Begriff des Sinnes; in der Freudschen Psychoanalyse der vom dynamischen Unbewußten; bei Jung wiederum ist der Begriff Archetypus zentral, usw. Welcher Begriff fungiert als Grund in der Längleschen Existenzanalyse? Es ist der Begriff der Existenz. Damit ist das Sein oder das Leben des Menschen gemeint, mit welchem das Subjekt innig verbunden ist, und welches das Subjekt, solange es existiert, wahrnimmt und als gut, als einen Wert empfindet – indem wir nämlich leben, sehen wir ein, daß es gut ist, daß es uns gibt. Die Existenz erweist sich als Grund-wert (siehe Längles Theorie der Gefühle). Wie in den anderen erwähnten Richtungen der Psychotherapie, geht es für Längle in der Therapie darum, den vom Subjekt meistens unbewußt verdrängten Grund wieder ans Licht zu bringen. Das Subjekt soll vor seiner Existenz nicht zurückschrecken, sondern sich mit ihr konfrontieren.

Wenn die Existenzanalyse schon einen und zwar gut bewährten – Grund hat, warum sollen wir sie Neubegründen? Und was für ein Grund wäre der neue Grund? Gibt es einen Grund, der noch tiefer als die Existenz liegt? Gäbe es diesen noch tieferen Grund, dann wäre der Begriff der Existenz nicht mehr die Voraussetzung des psychotherapeutischen Wissens, und die Existenzanalyse könnte anders benannt werden. Die erste Frage – nach dem Warum einer Neubegründung – haben wir in der Abhandlung: “Die Aufgabe der Logotherapie und Existenzanalyse in der nachmetaphysischen Zeit” (siehe Existenzanalyse, Nr. 3 Nov./98) umrißhaft beantwortet. Wir kamen zur Einsicht, daß eine auf einer metaphysischen Anthropologie fundierte Psychotherapie – das war die Franklsche Logotherapie, und das ist weiter die Länglesche Existenzanalyse – den Anforderungen einer von der Wissenschaft und der Technologie geprägten Welt nicht gewachsen ist. Dieses Nicht-Gewachsen-Sein muß nicht so verstanden werden, als ob in der Existenzanalyse irgendetwas nicht in Ordnung wäre, als ob der existenzanalytische Ansatz falsch wäre, usw.

Hier ist entscheidend die Einsicht, daß die Gültigkeit – wenn man will: die Wahrheit – einer wissenschaftlichen Lehre geschichtlich bedingt ist. Die Existenzanalyse Länglescher Prägung ist ein Nachkommen einer Lehre – die Existenzphilosophie -, die in den 30er Jahren des vergangenen Jahrhunderts aufblühte, in einer Zeit also, wo die führenden (französischen und deutschen) Denker, die in der traditionellen (spiritualistischen, personalistischen) Philosophie geschult waren, ganz ernst gehofft haben, die durch die positiven Wissenschaften in die Ecke getriebene Metaphysik wieder ins Leben zu rufen. Dazu brauchte man eine neue Basis, einen neuen Ausgangspunkt, aus dem man zu metaphysischen (oder

ontologischen) Erkenntnissen gelangen könnte. Z.B. Heidegger fand diesen Ausgangspunkt im Dasein, dessen Analytik die Fundamentalontologie liefern mußte, d.i. ein Bündel von ontologischen (vor-ontologischen) Erkenntnissen, auf dem jede regionale Ontologie zu basieren hatte.

Das existenzphilosophische Programm einer Erneuerung der Metaphysik gehört nicht zur realistischen Richtung der abendländischen Metaphysik – d.h. dem Weg, der den Denker vom Sein der Welt Dinge ausgehende zum Sein überhaupt bringt, sondern zur Subjektmetaphysik – d.i. diese subjektiven Richtung, nach der die Bestimmung von Sein überhaupt von der vorgängigen Analyse des menschlichen Subjekts oder Daseins abhängt. Für Heidegger galt es daher, von einer Untersuchung des Existenz, d.h. des Seins des menschlichen Daseins auszugehen, um die Frage nach dem Sinn von Sein zu beantworten. Dies galt deshalb, weil das Dasein dieses ausgezeichnete Seiende ist, das immer schon ein Verständnis (Vor-verständnis) von Sein hat.

Die Länglesche Existenzanalyse vertritt – im nachmetaphysischen Zeitalter; positiv gesagt, in der Ära der alleinigen Herrschaft des wissenschaftlich-technologischen Denkens – die Thesen der Existenzphilosophie, ohne zu bedenken, daß diese Philosophie – sie war der letzte Zeuge davon – aus dem metaphysischen Glauben gelebt hat. Zur Neubegründung der Existenzanalyse gehörte eine – und zwar für alle, die aus dem traditionellen Denken kommen – schmerzliche Überlegung und Einsicht, daß die gesamten Thesen der Existenzphilosophie vom heutigen, in den entwickelten westlichen Ländern lebenden Menschen, nicht geteilt werden. Der Grund für diese Nichtteilung liegt darin, daß der heutige Mensch alles, was die Existenzphilosophie behauptet hat – und was die Existenzanalyse weiter behauptet – (diese Behauptungen werden insofern zu Versprechungen, als die Philosophen glauben, die Menschen werden in der Zukunft das und das erreichen, wenn sie ihren Lehren folgen), nicht im konkreten, alltäglichen Leben bewie-

sen wird.

Wir sehen die Thesen der Existenzphilosophie sehr gut von Längle entwickelt und zu therapeutischen Zwecken angewandt in seiner Lehre der Grundmotivationen. Es gelten die Fragen: Ist es wahr, daß wir heute offen zur Welt sind? Was heißt Welt? Ist sie der Raum, die Zeit, worin wir leben? Gibt es für uns heute – für die Menschen der 30er Jahre ja! – überhaupt Raum und Zeit, wenn sie mit den schnellen Verkehrsmitteln und den Medien (Fernsehen, Computern, usw.) verschwunden sind? Gilt der Begriff von Welt weiter, wenn wir von der sogenannten Globalität reden? Haben wir heute eine Erfahrung vom Seinkönnen, vom Leben-mögen, vom Halt, vom Geborgen-sein, vom Sich-Selbst-Sein, vom Sinn dessen, was wir tun, was wir vorhaben, was wir wünschen, usw. – wenn die Dinge, mit denen wir alltäglich umgehen, Gewicht verloren, sich entsubstanzialisiert haben, wenn wir flüssige Begegnungen mit unseren Mitmenschen haben, usw.?

Wie man sieht: die Thesen der Existenzphilosophie galten solange, als die Welt – worin laut Heidegger das Dasein ist – tatsächlich Raum und die Zeit war, wo der Mensch (der abendländische Mensch) zum Vollzug seines Seins kommen konnte. Was sich durch die Wissenschaft und die Technologie völlig verändert hat, ist gerade die Welt. Zur Veränderung der Welt hat die Existenzphilosophie nicht beigetragen; im Gegenteil – die wissenschaftlich-technologisierte Welt arbeitet ganz gegen die Erwartungen der Existenzphilosophie.

Angesichts dieser Situation erhält unser Vorschlag einer Neubegründung der Existenzanalyse. Damit kommen wir zur zweiten oben gestellten Frage: was für einen Grund wäre der neue Grund, auf dem die Existenzanalyse gründen sollte? Dieser Grund ist der erste, der ursprünglichste und somit der älteste Grund überhaupt: nämlich die menschliche Lebenserfahrung. Dieser Grund liegt – im Vergleich zur Existenz – tiefer, und ist ihr deshalb vorgängig, weil man auf der Ebene der Erfahrung (mitten in ihr) nicht einmal sagen kann, daß man offen zur Welt

ist, usw. Wenn man er-fährt, d.h. wenn man mit einem Ding oder einem Mitmenschen eine Erfahrung macht, weiß man noch nicht, ob man dieses Ding oder Menschen im Horizont einer Welt (siehe die Zeug-analytik in Heideggers „Sein und Zeit“) situieren kann. Das Entscheidende bei der Erfahrung ist Erfahren, das heißt: die Dinge leiblich berühren, mit den Dingen und den Anderen kämpfen, sich mit dem Anderen konfrontieren, sich auseinandersetzen, dem Anderen begegnen. Ob das, mit dem ich eine Existenz mache, mit einem Halt bietet, ob das einen Sinn hat, ob ich mich selbst während der Existenz mag oder nicht, mich wohlbefinde oder gar nicht, hat – im Vergleich zum Faktum der Existenz – einen sekundären Wert. Wir können jedoch ganz sicher sein, daß wir wenn wir eine wahre Existenz machen (und das ist immer eine Existenz mit einem *wirklichen* Ding oder mit einem *wirklichen* Menschen – nicht mit dessen Bild oder Vorstellung) bei diesem Ding oder Menschen einen Halt (Widerstand) finden werden. Die Erfahrung verspricht das Erschließen von Sinn (von dem, mit dem ich mich auseinandersetze), das Mögen des eigenen Lebens, die Freude, etwas geleistet zu haben, ein Maß der eigenen Kapazität, usw.

Aus dem Gesagten versteht sich mein Zuruf: Zurück zur Erfahrung! Dieses könnte das Leitmotiv einer Psychotherapie sein, die – weil deren Hauptaufgabe in der Wiederermöglichung der Erfahrung liegt – “experimentierende Psychotherapie” benannt werden kann. Ist diese Psychotherapie nicht mehr Existenzanalyse? Wenn wir nicht nur die Psychotherapie, sondern das menschliche Leben überhaupt als ein Experiment verstehen, von dem wir nicht wissen, was daraus resultieren wird, von dem es nur wichtig ist, zu wagen, dann kommen wir mit der experimentierenden Psychotherapie wieder zur ursprünglichen Existenzphilosophie zurück, für welche Worte wie Entscheidung, Freiheit, Eigentlichkeit, Mut, Courage, Bereitschaft, Wagnis keine bloße Parolen waren, sondern den Rahmen eines Lebensprogramms absteckten. Einmal haben wir geschrie-

ben, daß wir den existenzanalytischen Kern der Existenzphilosophie wiedergewinnen möchten. Damit meinen wir die Wiedergewinnung dieses Geistes, dieser Haltung, die die Europäer von der Zeit zwischen den Weltkriegen und des ersten Jahrzehntes nach dem Krieg mit dem antiken Menschen anverwandt: der antike Mensch mußte die Welt konstruieren; der Europäer nach dem Krieg die Welt – Europa – rekonstruieren. Beide wußten, was es heißt: aus dem Nichts Wege öffnen in einer gefährlichen, dunklen, beängstigenden Welt. Und das ist – und nichts anderes die Erfahrung der äußeren und der inneren Welt.

Auf eine Existenzanalyse – im existenzialistischen Sinne – wartet meines Erachtens eine sehr wichtige und unentbehrliche Aufgabe: den heutigen von der wissenschaftlich-technologischen Zivilisation verwöhnten Menschen davon überzeugen, daß wir die Welt – die Dinge, die Mitmenschen –, wenn wir mit ihr echte, unbedingte, Erfahrungen machen, anders als mittels der unendlichen Vermittlungen der Mittel (Medien) erschließen. Die Technologie erschließt uns nicht die Welt, sondern durch sie können wir uns eine Welt vorstellen, und aufgrund dieser Vorstellung eine komfortable, sichere, weil berechenbare Welt aufbauen. In dieser von uns erdachten, gemachten Welt sind die echten existentiellen Erfahrungen: Angst, Langeweile, Vertrauen, Hoffnung, Liebe, Ohnmacht, die Erfahrung des Sterblichseins und des Todes ausgeschlossen.

In der Ermöglichung dieser Erfahrungen liegt schon die therapeutische Relevanz einer auf der menschlichen Erfahrung gegründeten Psychotherapie.

*Prof. Dr. N. Espinoza
Martinez de Rosas 44
5500 Mendoza
Argentinien*

GABRIELE AMANN & RUDOLF WIPPLINGER (HG.)

Sexueller Missbrauch.

Überblick zu Forschung, Beratung und Therapie. Ein Handbuch.

Tübingen: dgvt-Verlag 1997, 877 Seiten

Der vorliegende Sammelband gibt einen umfassenden und guten Einblick in die vielschichtigen und komplexen mit dem Thema "Sexueller Missbrauch" verbundenen Fragestellungen und Problembereiche. Aktualität, gute Verständlichkeit und hohe Qualität zeichnen die unterschiedlichen Beiträge aus und machen diesen Band zu einem empfehlenswerten Nachschlagewerk und Arbeitsbuch für alle mit diesem Thema Befassten.

Allein die Sichtung der unterschiedlichen Definitionen von "sexuellem Missbrauch" macht deutlich, welche maßgebliche Rolle der theoretische, wissenschaftliche, ethische und weltanschauliche Hintergrund der Definierenden spielt. Je nach Art und Gebrauch der Definition stehen so gesellschaftliche, entwicklungspsychologische, feministische oder klinische Aspekte im Mittelpunkt.

Das Problem einer fehlenden allgemein anerkannten Definition spiegelt sich auch in den Beiträgen zur Epidemiologie wider. Daneben sind es vor allem unzureichend entwickelte empirische Erhebungsinstrumente und das Problem der Stichprobenauswahl, die die zuverlässige Schätzung von Prävalenz- und Inzidenzraten erschweren.

Die Analyse der Ursachen von sexueller Gewalt gehört mit zu den wichtigsten Fragestellungen. Hier ist eine Integration der unterschiedlichen Ansätze zu bemerken, die gesellschaftliche, geschlechtsspezifische, sozialisations- und bindungstheoretische Aspekte berücksichtigen und sowohl die Seite der Täter als auch der Opfer und des sozialen Umfelds beleuchten.

Was die Folgeerscheinungen von sexuellem Missbrauch betrifft, so zeigen die Beiträge, dass bisher kein typisches Missbrauchssyndrom gefunden werden konnte, wohl aber, dass gewisse Diagnosen gehäuft mit sexuellem Missbrauch assoziiert sind (u.a. Sucht, Essstörungen, Depressionen, negatives Selbstbild, sexuelle Probleme, interpersonale Störungen, Angst, somatische Symptome). Die Entwicklung und Bestätigung von Theorien zu Folgen des sexuellen Missbrauchs stehen noch aus, genauso wie Untersuchungen zur Bedeutung protektiver und salutogenetischer Faktoren im Hinblick auf die Entwicklung von Folgeerscheinungen und Bewältigungsstrategien.

Der Abschnitt über die therapeutische Arbeit mit Opfern sexueller Gewalt stellt unterschiedliche therapeutische Arbeits- und Verstehensansätze dar (Verhaltenstherapie, klientenzentrierte Gesprächstherapie, Psychoanalyse, Integrative Therapie, Körperorientierte Psychotherapie,

kognitiv-behavioraler Ansatz). Die Bedeutung eines tragfähigen Beziehungsangebotes an den/die Klienten/Klientin zieht sich wie ein roter Faden durch all die unterschiedlichen Konzeptionen, wobei die unterschiedlichen Klippen, die diesbezüglich im therapeutischen Prozess umschiffen werden müssen, eindrücklich beschrieben werden. Einen theoretisch umfassenden, differenzierten und praxisnahen Ein- und Überblick in vielfältige Aspekte der therapeutischen Arbeit gibt der Artikel von Elke Garbe ("Integrative Therapie mit Opfern von sexuellem Missbrauch"). Interessante Arbeiten zur Täterarbeit und zu Prozesskompetenzen und -risiken für TherapeutInnen von Opfern sexuellen Missbrauchs runden den Teil zum Thema "Therapie" ab.

Der Abschnitt über Prävention verweist auf die Bedeutung der Einbeziehung von Eltern und potentiellen TäterInnen in die Präventionsarbeit (Entwicklung eines "protection"-Modells für Erwachsene in Ergänzung zu den "empowerment"-Modellen für Kinder). Im Hinblick auf die Wirksamkeit von Präventionsprogrammen für Kinder scheinen Konkretheit, die Abstimmung auf die Fähigkeiten und das Denken von Kindern, sowie deren aktive Beteiligung maßgeblich zu sein.

Spezielle, hochbrisante Themenbereiche werden in einem eigenen Teil abgehandelt und regen zu einer kritischen Reflexion der beruflichen und persönlichen Situation an: Machtmissbrauch informeller sexueller Übergriffe in der Psychotherapie oder im Rahmen einer Institution des psychosozialen Feldes, sowie die sexuelle Ausbeutung von Frauen und Mädchen mit Behinderungen. Spezifika der Arbeit mit sexuell missbrauchten Jungen werden ebenfalls in diesem Buchteil vertieft.

Der letzte Abschnitt des Buches beleuchtet schließlich juristische Aspekte im Zusammenhang mit sexuellem Missbrauch, wobei auffällt, dass die Problematik nicht so sehr in der gesetzlichen Absicherung der Kinder und Jugendlichen liegt, sondern vielmehr in der Nichtanwendung der Gesetze. Grund dafür sind u.a. die erheblichen Belastungen, die mit dem Schritt einer Strafanzeige verbunden sind: Die Gefahr der sekundären Viktimisierung im Zuge eines Strafverfahrens, Schwierigkeiten im Zuge der Beweisführung, sowie die vielerorts noch nicht den gesetzlichen Standards entsprechenden Rahmenbedingungen legen nahe, den Schritt einer Strafanzeige nur wohlbedacht und gut informiert zu unternehmen.

Rebekka Ute Gattinger

JÜRGEN KRIZ

Systemtheorie für Psychotherapeuten, Psychologen und Mediziner.

Wien: Facultas-Verlag & UTB 2084, 1999, 208 Seiten, ÖS 197,- DM 27,-, SFR 25,-

Kriz gibt in diesem Buch eine wunderbare, relativ leicht verständliche Einführung in ein Denken, das "topmodern" ist und doch für die angegebenen Disziplinen noch längst nicht selbstverständlich. Für viele (insbesondere) Psychotherapeuten mag es ungewohnt sein, sich im Rahmen von Grundlagentheorien mit Mathematik und physikalischen Modellen zu beschäftigen. Herrscht doch in weiten Kreisen – vielleicht besonders unter Existenzanalytikern und Logotherapeuten? – die Meinung vor, daß sich gerade das spezifisch Menschliche nicht messen läßt, sondern eben frei ist und daher nicht mit physikalischen Modellen beschreibbar ist. Auch mein erster Reflex war ablehnend, als ich das Buch in die Hand nahm, aus Angst, vielleicht dem Menschen in seiner Tiefe mit solchen Modellen Unrecht zu tun.

Beim Lesen des Buches wurde es jedoch bald sehr spannend. Ich begann zu staunen über die Vielfalt und Einfachheit von Prozeßstrukturen. Wieviel strukturelles Potential zeigt sich doch schon in der unbelebten Natur, wenn man darauf achtet, wie sie sich zu organisieren vermag, synergetisch größere Systeme aufbaut, dabei nicht einfach nur "blind-linear" der Thermodynamik folgt, sondern sich selbst verstärkt und aus sich heraus eine Quelle der Ordnung wird ("Dissipation")! Es ist spannend zu lesen, wie unterschiedlich sich Information speichern läßt, und welche Vorteile dabei eine "fraktale Kodierung" gegenüber der linearen hat, welche einfache Ordnungsmodelle oft hinter komplexen Erscheinungsformen liegen, die durch Rückkoppelungen entstehen, und wie sich kleinste Veränderungsfehler so aufschaukeln können, daß konträre Ergebnisse entstehen ("Schmetterlingseffekt"). Dies erschüttert den Machbarkeitsglauben und den starren Determinismus, der selbst in mathematischen Operationen praktisch nicht mehr einholbar ist, wenn bei gewissen Rechnungen Taschenrechner oder Computer unterschiedlicher Fabrikate trotz gleicher Programmierung zu gewaltig verschiedenen Ergebnissen führen.

Neben der Anleihe an Modellen zum besseren Verständnis komplexer psychologischer Vorgänge bringt die Beschäftigung mit solcher Literatur aber auch eine beträchtliche geistige Schulung und Horizonterweiterung. Es scheinen die Strukturen in der Welt und im Menschen nicht so verschieden voneinander zu sein, wie manche Weltbilder glauben lassen.

Kriz gibt im ersten Teil des Buches eine allgemeine Einführung in die Chaostheorie und in die Strukturbildung (Attraktoren, Kodierung, Selbstorganisation). Danach folgt eine Einführung in die systemische Familientherapie, wobei er die Systemkonzepte genauer und kritisch beleuch-

tet. Ein weiteres Kapitel ist der von ihm entwickelten "Personenzentrierten Systemtheorie" gewidmet, die gerade für die Existenzanalyse eine interessante Verbindung von systemischem Denken mit dem individuellen Ansatz personaler Modelle darstellt. So wundert es nicht, daß er schließlich in der Beschreibung der Abfolge von Kommunikationen auf S. 152 zu einem Modell gelangt, das dem der Personalen Existenzanalyse sehr ähnlich ist. Zum Abschluß wird – mehr für die eingefleischten Mediziner, und daß die das Kapitel lesen, wäre sehr zu wünschen – eine Anwendung der Systemtheorie auf die Psychosomatik gegeben, die allerdings für den Psychotherapeuten und Psychosomatiker vielleicht nur noch ein paar Untersuchungen nachzubringen vermag. Dennoch formuliert der Autor manches sehr brillant, wie z.B. in der folgenden Kostprobe über das Asthma bronchiale (S. 185): "Zwar taucht der Aspekt ‚psychische Belastung‘ gewöhnlich als Spiegelstrich in der Aufzählung der ‚Auslöser‘ neben Tierhaaren, Pollen etc. auf. Aber anscheinend wird dieser Auslöser als gottgegeben oder unveränderbar angesehen, denn sowohl in der Literatur als auch in der üblichen Asthmaschulung für Kinder und Eltern wird den Betrachtungen über das Leben der Hausstaubmilbe oft ein weitaus größerer Raum gegeben als denen über das Familienleben und dessen Zusammenhänge mit Streß, Verkrampfung und den biomedizinischen Ebenen des Asthma-Prozesses."

Es ist eine dankenswerte Leistung des Autors, der Versuchung des Reduktionismus nicht nur entgangen zu sein, sondern ihr nachgerade entgegengearbeitet und der Komplexität und Vielfalt das Wort gesprochen zu haben. Lediglich durch die Zitate von Epstein (S. 126) und durch eine kleine Ungenauigkeit bei der Beschreibung der beiden Subprozesse "Gedächtnis" und "Körperprozesse" in der Kommunikationsstransformation (S. 153) entstand diesbezüglich eine gewisse Unschärfe (wettgemacht durch die Beschreibung des "spezifischen Prozesses, der sich selbst prozessiert", wodurch Wille, Freiheit und Verantwortung auch im Modell der Personenzentrierten Systemtheorie Platz hat).

Einziger Nachteil des Buches: in der Kürze der Darstellung waren mir manche Beispiele nicht leicht nachvollziehbar (z.B. S. 63-65, 81), obwohl ich ein gewisses naturwissenschaftliches Verständnis mitbringe. Durch einige Tipp-, Komma- und Syntaxfehler entstand leider manchmal der Charakter von Flüchtigkeit und Schnelligkeit in der Endredaktion des Buches, was einem Lektorat eigentlich nicht entgehen sollte.

Alfried Längle

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

Ursachen und Therapie von Alkoholabhängigkeit bei Frauen im Vergleich zu Männern aus existenzanalytischer Sicht

Mag. Hansen-Steiner Karina

In dieser Arbeit wurde versucht, die vorhandene Literatur zum Thema Frauen und Alkoholabhängigkeit zu sichten und zusammenzufassen sowie aus existenzanalytischer Sicht zu beleuchten. Schwerpunkte im folgenden Text sind epidemiologische Daten zum weiblichen Alkoholismus, die Entwicklung der Alkoholabhängigkeit bei Frauen vor deren gesellschaftlichem wie individuellem Lebenshintergrund, spezielle Therapiethemen und -ziele aus existenzanalytischem Blickwinkel sowie strukturelle Bedingungen frauenspezifischer stationärer Suchttherapie. Weiters wird eine Studie im Krankenhaus Maria Ebene vorgestellt, welche die unterschiedlichen Bedürfnisse, Interessen, Probleme, Themen und existenzanalytische Topoi von Frauen im Vergleich zu denen der Männer erfasste.

Schlüsselwörter:

Alkohol, Suchtentstehung, Suchttherapie, frauenspezifischer Ansatz

Kinderlosigkeit – Das Leid um das erhoffte Kind

Annelies Fliri-Burtscher

Das seit Menschengedenken bekannte, aber erst in jüngerer Zeit zum Thema gewordene Problem Kinderlosigkeit wird in dieser Arbeit genauer beleuchtet. Die betroffenen Menschen sind in vielfältiger Weise mit sich, in der Partnerschaft und in der Gesellschaft damit konfrontiert.

Es gilt, neben den medizinischen Möglichkeiten, eventuelle tiefere Gründe zu erkennen, die unterschiedlichen Gefühle wahrzunehmen, sich aus den Über-Ich-Strukturen hinsichtlich möglicher Kinderwünsche zu lösen und dem Gewissen zu folgen. Die Spannung zwischen Sein und Sollen kann die Menschen auf eine neue Ebene bringen und es ihnen erleichtern, sich dem Schicksal zu widersetzen. Wie nahe sich Hoffnung und Frustration sind, wird in Gesprächen mit vielen Frauen deutlich. Der existentielle Umgang mit diesem Problem und das Sinnvolle im Leben zu finden – das "Kind" zu finden, welches das Leben für diese Person bereit hält, ist Ziel der Beratungsgespräche.

Schlüsselwörter:

Kinderlosigkeit, Unfruchtbarkeit, Sexualität und Kinderlosigkeit, Hoffnung und Frustration des kinderlosen Menschen, Existentielle Wende bei Kinderlosigkeit

Prüfungsangst bei Studierenden Ausgewählte Fälle aus der Psychologischen Studentenberatung

Mag. Angelika Schwarz-Ortner

Die folgende Arbeit setzt sich mit dem Thema der Prüfungsangst bei Studierenden auseinander. Aufgrund der von mir gesammelten Erfahrungen in der Betreuung von Studierenden mit Prüfungsangst stelle ich ein Modell vor, in dem eine thematische Gliederung zu diesem Thema versucht wird. Neben der Prüfungsangst als Realangst, die auf ein ungenügendes Beherrschen des Lernstoffes zurückzuführen ist, verweist die Prüfungsangst auf drei weitere existentielle Aspekte, nämlich auf die Entfaltungsproblematik, die Selbstwertproblematik und die Begleiterscheinung krankheitswertiger Störungen. Zu diesen vier Punkten wird die therapeutische Herangehensweise beschrieben und anhand von Fallbeispielen noch einmal praxisnah demonstriert.

Schlüsselwörter:

Studierende, Prüfungsangst, Therapie, Fallbeschreibungen

„Ich erkläre die Beratung für beendet“ - Wenn Klienten aus dem Beratungsprozeß aussteigen ...

Ingrid Hutzfeld

Im Beratungsalltag kommt es neben abgeschlossenen Beratungsprozessen auch dazu, daß Klienten aus der Beratung aussteigen und sie für sich aus den verschiedensten Gründen heraus beenden bzw. abbrechen.

Es stellt sich die Frage, wie der Berater damit jeweils professionell umgehen kann und will, abhängig davon, in welcher Art und Weise der Beratungsabbruch an ihn herangetragen wird und wie er davon in Kenntnis gesetzt wird.

Daneben gehört es zum beruflichen Selbstverständnis, eigenes Verhalten zu reflektieren und in Frage zu stellen, sowie Supervision in Anspruch zu nehmen.

Schlüsselwörter:

Beratung, Beraterselbstverständnis, Beratungsabbruch, Setting, Klientenverhalten

Logotherapeutische Beratung einer selbstunsicheren Klientin mit Angstsymptomatik

Margit Hagen

In dieser Arbeit wird die Beratung einer selbstunsicheren Klientin mit Angstsymptomatik dargestellt.

Schwerpunkte in der Beratung waren:
Ängstlichkeit, Authentizität, Selbstdistanzierung, Dereflexion, Paradoxe Intention, Selbstwert

Heilsame Distanz gewinnen - Selbstdistanzierung bei V. E. Frankl und Selbstbeobachtung bei A. de Mello

Annette Westermann

Die vorliegende Arbeit setzt sich mit der Fähigkeit der Person, zu sich selbst in Distanz kommen zu können, auseinander. Im Mittelpunkt steht die Darstellung von zwei unterschiedlichen Ansätzen: dem der "Selbstdistanzierung" im Werk von V. E. Frankl und in der neueren Entwicklung der Logotherapie und Existenzanalyse und dem der "Selbstbeobachtung" in den Schriften des indischen Theologen und geistlichen Lehrers A. de Mello. Beide Ansätze werden anhand von ausgewählten Themenbereichen wie z.B. der Dereflexion oder dem Umgang mit Leid nebeneinandergestellt und auf Gegensätze und Gemeinsamkeiten hin untersucht. Trotz der sehr verschiedenen Denkhorizonte und Lebenswelten beider Autoren lassen sich Berührungspunkte ausmachen, die sich in der Grundannahme bündeln, daß der Mensch immer mehr ist als alles, was ihn bedingt. Am Schluß stehen Überlegungen dazu, wie sich – bei aller Unterschiedlichkeit – westliche und östliche Tradition ergänzen und für die Logotherapie und Existenzanalyse auf der einen und die spirituelle Begleitung auf der anderen Seite fruchtbar werden können. Erfahrungen aus der Beratungspraxis und der Frauenseelsorge, den Tätigkeitsfeldern der Autorin, sind in die Arbeit integriert.

Schlüsselwörter:

Logotherapie, Selbstdistanzierung, Selbstbeobachtung, Selbstwahrnehmung, Spiritualität

LIZENZIATSARBEIT

Sinnvolle Neuorientierung und persönliches Wachstum nach dem Verlust eines Kindes

Plaschy-Schnyder Agnes

Lizenziatsarbeit klinische Psychologie (K. Grawe) Universität Bern: Ed. Soziothek (Lorrainestraße 52, CH-3013 Bern) Tel.: 031-321 76 14, Fax: 321 68 45

In dieser empirischen Untersuchung wurde die Existenzskala (ESK) zur Messung der inneren Erfüllung und persönlichen Reifung herangezogen – neben dem Constructive Thinking Inventory CTI (Epstein 1989, dt. Maggi 1992); Sense of Coherence (SOC) von Antonovsky 1987, dt. Noack et al. 1991).

Bei hohen Ressourcen (ESK, CTI, SOC) bestand ein guter Schutz vor psychischer Belastung (Gesundheits-/ Krankheits-Kontinuum, Beck-Depressions-Inventar BDI)

und körperlicher Gesundheit. Fremdhilfe ist vor allem bei schlechten Ressourcen wichtig und hilfreich; Selbsthilfegruppen sind für sie wenig hilfreich, bestehende gute Ressourcen werden durch Selbsthilfegruppen sogar verschlechtert.

Das Wachstum (SRGS) ist unter schwierigsten Umständen und zusätzlichen Belastungen größer und hängt nicht von guten äußeren Bedingungen ab.

Persönliche Entscheidungen für den eigenen Einsatz im Existenzvollzug ist wichtiger als günstige Lebensumstände oder Fremdhilfe.

PUBLIKATIONEN

ESK: Existenz-Skala, Testmappe, Beltz Test

A. Längle, Ch. Orgler, M. Kundi

Das inzwischen in dutzenden Untersuchungen erprobte und bewährte Testverfahren zur Messung innerer Sinnerfüllung erscheint als komplettes Testverfahren mit ausführlichem Handbuch, erweiterter Statistik und breiter Interpretationsanleitung. Die ESK ist das einzige Instrument zur Erfassung der inneren Sinnerfülltheit, das theoriegeleitet aus der Logotherapie entwickelt wurde.

Göttingen: Hogrefe-Verlag 2000

Praxis der Personalen Existenzanalyse

A. Längle (Hg.) Erweiterter Tagungsbericht 2/1993 der GLE

Die Personale Existenzanalyse ist eine psychotherapeutische Methode, durch welche die Ressourcen der Person zu therapeutischen Zwecken unmittelbar mobilisiert werden können. Das Buch vermittelt eine Einführung in die Methode und demonstriert ihre praktische Anwendung in der Psychotherapie. Im besonderen geht es darum, durch eine Systematisierung der Schritte die Person mit ihren existentiellen („geistigen“) Kräften spezifisch ansprechen zu können. Dieser Vorgang ist für jede Psychotherapie, gleich welcher Provenienz, wichtig, stellt aber in der Existenzanalyse den zentralen Bereich der Behandlung dar. Gebunden, DM 20,- / ÖS 140,- / sFr 17,5,-

Wien: WUV-Universitätsverlag

Hinweis auf weitere Publikationen

Wurm, C. S. E., & Athanasou, J. A. (1999/2000). Logotherapy-based Counselling: an Introduction and Examples from General Medical Practice. The Australian Journal of Counselling Psychology, 17-20.

Gelman, M., Kosma, L., Wurm, C. S. E., & Keks, N. (2000). Images in Psychiatry: Viktor Emil Frankl 1905-1997. American Journal of Psychiatry, 157(4), 625.

Erweiterung des wissenschaftlichen Beirates durch Univ. Doz. Dr. Karel Balzar

Die Redaktion der EXISTENZANALYSE freut sich, daß Karel Balzar die Einladung zur Mitarbeit im wissenschaftlichen Beirat angenommen hat. Wir konnten mit ihm einen erfahrenen Psychologen und Psychotherapeuten und vor allem einen langjährigen Kenner der Existenzanalyse gewinnen.

Balzar studierte Psychologie an der Karls-Universität in Prag und an der University of Illinois, USA und spezialisierte sich in klinischer und Persönlichkeitspsychologie und in der psychologischen Methodologie und arbeitete u. a. an der

Tschechoslowakischen Akademie der Wissenschaften, am Institut für Ärztliche Fort- und Weiterbildung und – bis jetzt - an der Karls-Universität (Philosophische und Medizinische Fakultäten). Im Laufe seiner psychologischen Tätigkeit betrieb Balzar Forschungen zur normalen und gestörten Persönlichkeit und zur Familientherapie und -diagnostik. In seiner klinischen Praxis war sein Arbeitsbereich die Diagnostik, Beratung und Psychotherapie von Kindern und Erwachsenen, besonders in den Bereichen von emotionalen und Verhaltensstörungen, Familienstörungen, psychoso-

matischen und somatischen Erkrankungen. Daneben war er auch in der Vorbereitung von Spitzensportlern, in der Arbeit mit bedrohten Jugendlichen und in der Re-sozialisierung von kriminellen Rückfalls-tätern tätig.

Karel Balzar ist Autor oder Mitau-tor von Forschungsartikeln und Fachbü-chern - u.a. eines Universitätslehrbuchs zur Persönlichkeitspsychologie und etlicher klinisch-psychologischer und psychothe-rapeutischer Monographien. Er leitete praktische Workshops in Tschechien, ge-legentlich auch im Ausland, in individual- und familientherapeutischen Methoden, gegenwärtig vorwiegend in praktischen Anwendungen von Logotherapie und Existenzanalyse. Er übersetzte einige Fachbücher (u. a. auch V. Frankls "Theorie und Therapie der Neurosen").

Kassen sagen NEIN zum Gesamtvertrag - Wie geht es weiter?

Am 25. April 2000 sagten die Sozialversicherungsträger NEIN zu Psychotherapie auf Krankenschein

In einer Abstimmung der Verbands-konferenz des Hauptverbandes der Sozialversicherungsträger stimmten 17 Träger mit Ja, 5 mit Nein. Da im ASVG ein Stimmenmindestausmaß von 19 Pro-stimmen gegeben sein muss, ist somit die österreichweite Gültigkeit des Gesamt-vertrages nicht gegeben.

Als Hauptargument führen die Kassen Geldmangel an.

Hans Sallmutter und die Verbandsspitze des HVST haben sich vehementest FÜR den Vertrag eingesetzt. Zu Fall gebracht haben den Vertrag die Bauernkran-kenkasse, die Tiroler und die Vorarlberger Kasse und die BVA. Jene Kassen, die auf besonderen Wunsch die Zusicherung er-halten hatten, fürs Erste aus dem Vertrag ausgeklingt zu werden. Es ist nicht ver-ständlich, warum diese Kassen trotzdem in der Verbandskonferenz mit Nein zum Vertrag gestimmt und somit eine soziale Idee und ein gesetzliches Recht für alle ÖsterreicherInnen verunmöglicht haben.

Die bisherigen Fakten:

- Seit 1991 ist Psychotherapie gesetzlich als Sachleistung der Krankenkassen ver-ankert.
- 1993 wurde Sozialversicherungsbeiträge erhöht, u.a. um die neue Sachleistung Psychotherapie zu bezahlen. Seit 1992 immer wieder Verhandlungsversuche.
- 1998 Wiederaufnahme der Verhandlungen zwischen HVST und ÖBVP.
- September 1999 ist der Vertrag aus-verhandelt: der HVST gibt eine Pressekon-ferenz und verkündet, die Umsetzung sei nun nur mehr von der Zustimmung der PsychotherapeutInnen abhängig.
- Oktober 1999: Eine interne Abstimmung im HVST bringt eine Zustimmung zu Ver-trag.
- 12. Februar 2000: Trotz enormer inter-ner Schwierigkeiten stimmen die PsychotherapeutInnen mit 71% der Stim-men FÜR den Vertrag.
- 13. März 2000: Länderkassen verwei-gern Abstimmung über den Vertrag im HVST. Vorarlberg, Tirol und die Bauern-kassen wollen ausgenommen werden.
- 25. April 2000: Neuerlicher Abstim-mungstermin im HVST: die Umsetzung

des Vertrages ist davon abhängig. Ergeb-nis: Nein zum Vertrag.

Seitens des ÖBVP wurde jedenfalls versucht, Druck auf allen Ebenen auszu-üben, um eine bundesweite Gesamtver-tragsumsetzung zwischen ÖBVP und je-nen 17 Sozialversicherungsträgern, die bei der Verbandskonferenz mit JA für den Ver-trag gestimmt haben, zu erreichen. Auch Frau Ministerin Sickl wurde aufgefordert, ihrer Aufsichtspflicht gegenüber den Sozialversicherungsträgern nachzukom-men.

An und für sich sieht das ASVG in § 349 vor, dass bei Fehlen eines Gesamt-vertrages Einzelverträge vom Hauptver-band abzuschließen sind, die der Zustim-mung der Träger bedürfen. Der Vorteil wäre, der Berufsverband behielte die Gesamtvertragsfähigkeit, bliebe weiter Verhandlungspartner. Auf diese Weise wäre die größtmögliche Mitsprache und Kontrolle unsererseits in Sachen psycho-therapeutischer Versorgung und Qualität gewährleistet.

Wenn der Gesamtvertrag nicht umzu-setzen ist, muss jedes Bundesland mit den jeweiligen Länderkassen eigene Lösungen aushandeln.

*Ausschnitt aus dem Beitrag
von Dr. Jutta Fiegl*

*In: Psychotherapie Forum Vol. 8, No. 2/2000
Supplement, Forum Österreich, 41-42*

Dreitagebesuch von Vertretern des GLE-Vorstandes bei der SAEL Timisoara (Rumänien)

Vom 17.-20. Juni 2000 statteten der Vorsitzende der GLE Wien DDr. Alfred Längle und Frau Dr. Silvia Längle der SAEL einen Besuch ab. Der offizielle Empfang fand am 18.6. in den Räumlichkeiten des Centrul LUMINA, dem Existenzanalytischen Institut in Temesvar, das sich in dem geschichtsträchtigen „Prinz-Eugen-Haus“ der Altstadt befindet, statt. Bei dieser Gelegenheit wurden in festlichem Rahmen den 17 Absolventen der ersten Ausbildungsgruppe in existenzanalytischer Psychotherapie die Abschlussbestätigungen ausgehändigt. Auch wurde bei dieser Gelegenheit von Seiten der GLE eine Spende in Höhe von 36.000 Schilling zur Förderung der verschiedenen Aktivitäten dieses Zentrums der SAEL, wie auch zum Aufbau der beiden Filialen von Arad und Klausenburg, übergeben. Diese Spende kam dankenswerterweise aus der Solidarität der existenzanalytischen Kollegen aus Westeuropa zusammen - wie A. Längle bei der Überreichung ausführte. Sie bildet einen weiteren Impuls für die Etablierung der Existenzanalyse in Rumänien neben der jahrelangen Förderung und Intensivierung der Ausbildung durch Stipendien aus einem eigenem Osteuropa-Stipendienfonds. Am folgenden Tag, dem Sonntag Vormittag, war Zeit für einen Gedankenaustausch zwischen den Wiener Protagonisten und den Temesvarer Kolleginnen. Bei diesem besonders hilfreichen, 6-stündigen Arbeitstreffen, wurden neben den Themen für die jeweiligen Diplomarbeiten auch die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten des Erlernten angesichts der besonderen Bedingungen der rumänischen Realität angesprochen. Aus den vorausgegangenen Sondierungen von Frau Dr. Wilhelmine Popa, der Mentorin unserer existenzanalytischen Psychotherapieausbildung, ergaben sich mehrere Ausrichtungen möglicher Aktivitäten: - Pädagogische Aktivitäten im staatli-

chen und privaten Hochschulbereich und postuniversitäre Ausbildung in Psychotherapie in privaten Instituten, wie sie zur Zeit von Dr. Cristian Furnica angeboten wird.

- Therapeutische Einzel- und Gruppensitzungsangebote im Centrul LUMINA, wo zur Zeit im Monat ungefähr 60-80 Stunden kostenlose Aktivitäten von 10 engagierten Absolventen geleistet werden.
- Regelmäßige wöchentliche Angebote zu Supervisionen und Selbsterfahrungsgruppen sowohl für Therapie-

ten, als auch für Ausbildungskandidaten.

- Informationskurse für Interessierte aus dem Bereich der Medizin, Psychologie, Sozialwesen, Pädagogik usw.
- Public-relation-Aktivitäten bei Rundfunk, Fernsehen, in Fachzeitschriften, Tageszeitungen und öffentlichen Vorträgen.

Als Krönung dieses sehr hilfreichen und auftriebgebenden Besuchs erfolgte dann am 19.6.2000 im Festsaal des akademischen Senats der Temesvarer Universität die Verleihung des Titels „Doctor honoris causa“ an Herrn Dr. phil. Dr. med. Alfred Längle. Groß war die Freude und die Anteilnahme

der anwesenden Ärzte, Psychiater, Psychologen, Hochschulprofessoren, an diesem besonderen Ereignis, das im nachkommunistischen Rumänien einen Meilenstein in der Wiederbelebung und Hervorhebung humanistischen Gedankenguts für den effizienten Zugang in der Behandlung des leidenden Menschen setzt. Den verständnisfördernden Rahmen zur Besonderheit der EA-Psychotherapie lieferte zuvor die dem akademischen Gremium von Dr. Cristian Furnica vorgetragene und mit „sehr gut“ bewertete Doktorarbeit, die den spezifisch existenzanalytisch-logotherapeutischen Zugang in die Psychopathologie ausführt.

Zum Ausklang des Rumänienaufenthaltes lernten die Besucher auch noch

*Mitglieder der SAEL anlässlich der Überreichung der GLE-Spende in der Mitte von li:
Prim.Dr.Cristian Furnica, Vorsitzender der SAEL, Dr.Wilhelmine Popa, Prof. Micea Lazarescu
Ordinarius für Psychiatrie der Univ. Temesvar, DDr.Alfried Längle*

einige Aspekte der historischen Stadtgeschichte des gerne als „Klein-Wien“ bezeichneten Temesvar kennen und ansatzweise auch infrastrukturelle Gegebenheiten - wie die von einer Ausbildungsteilnehmerin erbaute Kinderheimstätte nach dem Modell der SOS-Kinderdörfer oder ein staatliches Waisenhaus, ein Kinderkrankenhaus, und eine Frauenhilfsorganisation der orthodoxen Kathedrale, die es sich nicht nehmen ließ, die Ehrengäste, die durch ihr Engagement soviel für Rumänien getan haben, mit einem rumänisch-orthodoxen Chorgesang zu verabschieden.

*Dr. Maria Bucur
Sekretärin und Verwalterin der SAEL*

Neue Ausbildungsgruppen

KÄRNTEN od. GRAZ **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM UND/ODER LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**

Leitung: Dr. Christian Probst
Beginn: Herbst 2000
Infotage: 22.09.00 v. 15-18 Uhr in St. Georgen/L.
Information: Institut für Existenzanalyse und Logotherapie Graz, Neutorgasse 50, 8010 Graz, Tel.: 0316/815060

WIEN **LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**

Leitung: Dr. phil. Helene Drexler
Beginn: Herbst 2000
Infotage: 17.05.00 u. 21.09.00 von 18-21.00 Uhr
Information: GLE Wien, Tel.: 9859566, Fax: 9824845 bzw. Fr. Dr. Drexler, Einwangg. 23/10, 1140 Wien, Tel.: 8941405

WIEN **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM**

Leitung: DDr. Alfried Längle u. Dr. Silvia Längle
Beginn: Wintersemester 2000/2001
Infotage: 17.05.00 u. 21.09.00 von 18-21.00 Uhr
Information: GLE Wien, Tel.: 9859566, Fax: 9824845

PRAG **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM UND/ODER LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**

Leitung: Dr. phil. Jana Bozuk
Beginn: Herbst 2000
Info: PhDr. Dana Krausova, Piskova 1955, 15500 Praha 5, Czech Republic, Tel.: +420-2-651 25 15, Fax: +420-2-6707 2410, eMail: slea@volny.cz

HANNOVER **LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**

Leitung: Dr. Christoph Kolbe
Beginn: Februar 2001 (Wochenendkurs)
Infotage: 13.05.2000, sowie nach Absprache
Information: Norddeutsches Institut für Existenzanalyse und Logotherapie
 Borchersstraße 21, D-30559 Hannover
 Tel.: 0049-511-51 79 000
 Fax: 0049-511-52 13 71
 eMail: institut@existenzanalyse.com
 homepage: www.existenzanalyse.com

BERLIN **LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**

Leitung: Günter Funke, Susanne Jaeger-Gerlach
Beginn: 27./28.01.2001 Aufnahmewochenende
Information: Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Lietzenburgerstr. 36, D-10789 Berlin, Tel./Fax: 030/2177727

VORARLBERG **EXISTENZANALYTISCHES FACH-SPEZIFIKUM UND/ODER LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG**

Leitung: Dr. Christoph Kolbe
Ort: Dornbirn
Beginn: Sommer 2001 (Wochenendkurs)
Information: siehe Hannover

WIEN **SUPERVISION**
 Beginn eines neuen Supervisionsweiterbildungscurriculums!

Beginn: 20.-22.10.2000
Anmeldung: Dr. Liselotte Tutsch, 1140 Wien Einwanggasse 23/10, Tel: 89 41 407 (zu jeder vollen Stunde)

Neue Mitglieder

- Herr Mag. Gerhard PIROLT, Guttaring (A)
- Frau Barbara KERNMAYER, Klagenfurt (A)
- Frau Dr. Sabine SCHÜLLER, Hall (A)
- Frau Isabel STÖCKL, Graz (A)
- Frau Ariane TOCKNER, Wien (A)
- Herr Mag. Horst RAGOSSNIG, Weitenfeld (A)
- Frau Helene GEYER, Wölfnitz (A)
- Herr Mag. Maximilian STERNAD, Klagenfurt (A)
- Frau Dr. Christiana BREZJAK, Graz (A)
- Herr Prof. Dr. Mag. Hans HÖGL, Wien (A)
- Frau Gerlinde SORENSSEN, Schenefeld (D)
- Herr DDIng. Mag. Franz PRETZLER, Pernegg (A)
- Frau Sabine DECKER, Graz (A)
- Frau Eva KREHON, St. Pölten (A)
- Frau Martina RONAILOVA, Wien (A)
- Herr Oliver BREUKELMANN, Münster (D)
- Herr Mills Kent CHASTAIN Ma, Cags, Kaiserslautern (D)
- Frau Julia HUEMER, Wieselburg (A)
- Frau Ulrike HERMANN, Berlin (D)
- Herr Othmar BRÜGGEMANN, Neubrandenburg (D)
- Herr Rafael RABENSTEIN, Wien (A)
- Frau Ulrike FRONEBERG, Berlin (D)
- Herr Roman WEYAND, Wien (A)
- Frau Dorothea LOHMAR, Berlin (D)

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

Frau Mag. Rita AUER, Wien (A)
 Frau Mag. Evelyn GEISLER, Wien (A)
 Frau Adelheid GREINER, Oberasbach (D)
 Herr Eckhard MINK, Sörgenloch (D)
 Frau Mag. Waltraud PLONER, Innsbruck (A)
 Herr Thomas SAMWALD, Ternitz (A)

Praktikumsstellen für das Fachspezifikum

Allg. öff. Krankenhaus Neunkirchen

Sozial-Psychiatrische Abteilung

Anerkannt als Ausbildungsstätte vom Bundesmin. für Soziale Sicherheit und Generation gemäß § 8, Abs. 2 leg. cit.

Leitung: Prim. A.o.Prof. Dr. Christian Simhandl

Adresse: Peischinger Str. 19, A-2620 Neunkirchen

Wir bieten:

- das gesamte Spektrum der psychiatrischen Akutversorgung mit Diagnostik und sozial-psychiatrischen Behandlungsplänen,
- Teilnahme an Gruppen,
- Fallbesprechungen,
- Abteilunginterne Aus-, Weiter- und Fortbildung,
- Organisationsabläufe,
- Studium der Krankengeschichten,
- Supervision.

Kontaktperson: Fr. Renhofer (Mo. bis Fr. 8.00 - 12.00)

Tel.: 02635/602-3200

GLE - Akademie für Fort- und Weiterbildung

bietet

- Beratern und Psychotherapeuten der Existenzanalyse und anderer Richtungen,
- Pädagogen,
- im Pflegebereich und
- in der Erwachsenenbildung Tätigen

im Jahresprogramm 2000 über 50 Seminare zur beruflichen Vertiefung an.

Anzufordern bei: GLE Wien

Einreichfrist für Seminare 2001

der
GLE-AKADEMIE:

30. September 2000

BITTE FORDERN SIE DIE EINREICHUNTERLAGEN IM
GLE-SEKRETARIAT AN.

Kontaktadressen der GLE

Österreich

Graz Institut für Existenzanalyse und Logotherapie Graz, Leitung: Dr. Christian und Michaela Probst, Neutorgasse 50, A - 8010 Graz (Tel.: 0316 / 81 50 60)
Salzburg Dr. Patricia Gruber, Mondseerstraße 81, A-5204 Straßwalchen (Tel./Fax: 06215 / 58 46)
 Mag. Anton Nindl, Thumegger Bezirk 7/1, A-5020 Salzburg (Tel./Fax: 0662 / 83 19 03)
 Dr. Inge Schmidt, General Albori Straße 24/6, A-5061 Elsbethen (Tel.: 0662 / 82 21 58)
Wien Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, Vorsitzender: DDR: Alfred Längle, Eduard Sueß Gasse 10, A-1150 Wien (Tel.: 01 / 985 95 66, Fax: 01 / 982 48 45, email: gle@existenzanalyse.org)

Deutschland

Berlin Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Leitung: Günter Funke und Susanne Jaeger-Gerlach, Lietzenburger Straße 39, D - 10789 Berlin (Tel./Fax: 030 / 217 77 27)
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 / 51 79 000, Fax: 52 13 71, email: drkolbe@existenzanalyse.com, homepage: www.existenzanalyse.com)
München Gesellschaft f. Existenzanalyse u. Logotherapie in München e.V., Vorsitzender: Dr. Walter Winkhofer, Wertherstraße 10, D-80809 München (Tel./Fax: 089 / 30 86 253) Stud. Dir. Wäsiliki Winkhofer, Schleißheimerstraße 200, D - 80797 München (Tel./Fax: 089 / 30 87 471)
Ratingen Dr. Wilhelmine Popa, Görlitzerweg 1, D - 40880 Ratingen (Tel.: 02102 / 47 08 18)
Freiburg Dr. Christian Firus, Am Eichbächle 13, D-79110 Freiburg (Tel.: 0761 / 89 73 432)
Veitsbronn Diakon Karl Rühl, Heide 49, D-90587 Veitsbronn (Tel.: 0911 / 75 45 78, Fax: 0911 / 75 45 43, email: Rühl-Veitsbronn@t-online.de)

Schweiz

Bern Internationale Gesellschaft für Existenzanalytische Psychotherapie Schweiz, Vorsitzende: Dipl. Psych. Brigitte Heitger-Giger, Mezeneweg 12, CH-3013 Bern (Tel.: 031 / 33 24 205, email: brigitte.heitger@bluewin.ch)
Unterägeri SINNAN - Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Leitung: Dr. Beda Wicki und Christine Wicki-Distelkamp, Weststraße 87, CH-6314 Unterägeri (Tel./Fax: 041 / 750 52 70)

Kroatien

Zagreb Dr. Krizo Katinic, Kneza Borne 1, 41000 Zagreb, Kroatien (Tel.: 41-48 39)
 Dr. Milan Kosuta, Sermageoa 17, 41000 Zagreb, Kroatien (Tel.: 41-23 91 93)

Tschechien

Prag PhDr. Dana Krausova, Piskova 1955, 15500 Prag, Tschechien (Tel.: ++420-2-651 25 15 Fax: ++420-2-67 07 24 10, email: slea@volny.cz)

Rumänien

Arad Dr. Cristian Furnica, Gheorghe Popa 7/App. 2, 2900 Arad, Rumänien (Tel.: ++40-57-25 13 78)
Timisoara SAEL-Centru LUMINA, Str.Eugen De Savoia 22, 1900 Timisoara, Rumänien (Tel.: ++40-62 92 796)

Finnland

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

Australien

Adelaide Dr. Christopher Wurm, Sera House, 33 Dequetteville Terrace, Kent Town, SA 5067, Australien (Tel.: ++61-8-83 64 01 41, Fax: ++61-8-83 31 38 14, email: cwurm@health.on.net)

Mexiko

Mexiko City Dr. Alejandro Velasco, Emmanuel Kanti No. 37-5, Col. Nueva Anzures, C.P. 11590, Mexico, D.F., (Tel./Fax: ++52-5-203 10 58)

KONGRESSE- SYMPOSIEN

Göppingen, 29.9.-01.10.2000

Herbstakademie der GLE

Vorträge und Seminare zu dem Thema:

Träume (Referent: Günter Funke)

Was wir von der Liebe lernen können

(Öffentlicher Vortrag: Günter Funke)

Leitung: Erich Karp

Information und Anmeldung:

Sekretariat der GLE Wien

Hannover, 24.-25.11.2000

5. Norddeutsches Symposium

Persönlichkeitsstörungen

Referent: DDr. Alfried Längle

Leitung: Dr. Christoph Kolbe

Info und Anmeldung: Norddeutsches

Institut für EA, Hannover

Tel.: 0511/5179000, Fax: 0511/521371

Hannover, 30.3.-1.4.2001

Jahrestagung der GLE

Methoden der Existenzanalyse und

Logotherapie

Info und Anmeldung: Sekr. der GLE Wien

VORLESUNGEN

Graz, WS 2000/01

*Zur Entstehung, Diagnose und Therapie
der Neurosen aus existenzanalytischer
Sicht*

Univ.-Ass. Dr. Christian Probst und

Univ.-Ass. Dr. Hans Zeiringer

Blockveranstaltung. Die Vorlesung ist für
das Propädeutikum anrechenbar.

Ort: HS der psychiatr. Universitätsklinik

Auskunft: Sekretariat der Univ.-Klinik f.

Psychiatrie, Tel.: 0316/385-3612

Innsbruck, WS 2000/01

Existenzanalyse und Logotherapie

Vorlesung, 2-Std., Lektor: DDr. A. Längle

Ort: Seminarraum, Inst. f. Psychologie

Zeit: 20.-22.11.00, ganztags

Wien, WS 2000/01

Einführung in die Psychotherapie:

Existenzanalyse

Vorlesung, 1-Std., A.o. Univ. Prof. Dr. C.

Simhandl, Lektor DDr. A. Längle

Ort: GLE, Eduard Sueß-G. 10, 1150 Wien

Zeit: 13. und 15.12.00, jeweils 14.30 bis

19.00 Diese Lehrveranstaltung ist für das

Propädeutikum anrechenbar.

Wien, WS 2000/01

*Philosophie als Heil? „Philosophische
Praxis“ als neues Beratungskonzept*

Seminar, 2-Std., Univ.-Doz. Dr. R. Kühn

Ort: Hörsaal 3E des Inst. für Philosophie

Zeit: Blockveranstaltung, jeweils Mo-Fr

vom 10.-31.1.2001 von 10.00-12.00 Uhr

Wien, WS 2000/01

Der Umsturz der Phänomenologie

Vorlesung, 2-Std., Univ.-Doz. Dr. R. Kühn

Ort: Hörsaal 3E des Inst. für Philosophie

Zeit: Blockveranstaltung, Di 9.30-11.00

Uhr u. Fr 10.00-12.00 Uhr, vom 9.10.-

28.11.2000

GLE - FORTBILDUNGS- AKADEMIE

**Das Angebot für das Jahr 2000 der
GLE Fort- u. Weiterbildungsakademie
für Psychotherapeuten und EA-Bera-
ter liegt in einem gesonderten Pro-
gramm vor, das über die GLE-Wien zu
beziehen ist.**

Wien, 25.-26.11.2000

Persönlichkeitsstörungen, Überblick,

Diagnostik, Verständnis aus existenzanaly-

tischer Sicht, therapeutische Konsequenzen

– anrechenbar für das Weiterbildungscurri-

culum W5

Leitung: Dr. Lilo Tutsch

Ort: Einwanggasse 23/10, 1140 Wien

Anmeldung: Tel.: 89 41 407 zur vollen

Stunde bis 10 Min. danach

Seminarangebot:

Ausgewählte Kapitel der

Phänomenologie

Leitung: Univ. Doz. Dr. Rolf Kühn

Seminar kann als Gruppe gebucht werden

(mind. 5 Teilnehmer)

ALLGEMEINE FORTBILDUNG

Wien, 21.9.2000

Einführung in die Existenzanalyse

Kostenloser Informationsabend

Leitung: Dr. Silvia Längle

Ort: GLE-Seminarraum

Zeit: 18.00-21.00 Uhr

Weiterer Termine: 7.11.2000

Anmeldung: Tel.: 985 95 66 (GLE)

Düsseldorf, 29.9-1.10.2000

*Existentielles Bilderleben (Thema: Brücke
sein - Brücke werden)*

Leitung: Dr. Wilhelmine Popa

Zeit: Fr 18.00-21.00 Sa+So 9.00-15.00 Uhr

Info und Anmeldung: Tel.: +49/2102/

470818 (abends nach 21.00 Uhr)

Weitere Termine Wien: 20.-22.10.2000 und

29.10-1.11.2000

Kärnten, WS 2000/01

Psychotherapie hinter Gittern

Lektor: Mag. Doris Fischer-Danzinger

Ort: Bildungshaus St. Georgen/Längsee

Zeit: Sa 07.10.00, 10.00 bis 18.00 Uhr

Kärnten, 22.09.2000

*Existenzanalyse und Logotherapie (V.E.
Frankl)*

Kostenloser Informationsnachmittag

Leitung: Dr. Christian Probst

Ort: St. Georgen/Längsee, Bildungshaus

Zeit: 15.00-18.00 Uhr

Anmeldung: 04213/2046

Wien, 04.11.2000

Selbstbewußtsein kann man lernen

Leitung: Emma Huber

Ort: Volkshochschule Brigittenau

Zeit: 15.00-18.00 und 14.00-17.00 Uhr

Info und Anmeldung: Tel.: 01/3304195

Hildesheim, 18.11.2000

Wie ist Nächstenliebe möglich?

Referent: Dr. Christoph Kolbe

Veranstalter: Kath. Erwachsenenbildung

Info: Norddeutsches Institut f. EA, Hannover

Wien, 29.01.2001

*Wege zum Menschen - Psychotherapie-
methoden stellen sich vor*

*Auf der Suche nach Sinn - Existenzana-
lyse und Logotherapie*

Leitung: Dr. Silvia Längle

Ort: Volkshochschule Urania

Zeit: 19.00-21.00 Uhr

Kosten: ÖS 50,-

SELBSTERFAHRUNGS- GRUPPEN

Straßwalchen, nach Vereinbarung

Selbsterfahrungsgruppe für

PropädeutikumskandidatInnen

Leitung: Dr. Patricia Gruber

Ort: Praxis, Salzburgerstraße 29/4,

5163 Mattsee

Zeit: 14.00-16.30 Uhr

Anmeldung: schriftlich (Adresse s.o.) oder

tel. unter 0664/1439246 oder 06215/5846

Wien, nach Vereinbarung

Existenzanalytische Selbsterfahrungs-

gruppe - "Spurensuche"

Leitung: Susanne Pointner

Ort: GLE Wien

Info und Anmeldung: Tel.: 0664/1300279

Wien, nach Vereinbarung

Selbsterfahrung für

AusbildungskandidatInnen

Leitung: Dr. Helene Drexler

Ort: Einwanggasse 23/10, 1140 Wien

Info und Anmeldung: Tel.: 894 14 05

Wels, nach Vereinbarung

Selbsterfahrung für

AusbildungskandidatInnen

Leitung: Mag. Ursula Janout

Ort: Richard Wagnerstraße 3, 4600 Wels

Info und Anmeldung: Tel.: 07249 / 47 292

od. 0664 / 540 71 61

TERMINE

SUPERVISION

Wien, 16.9.2000

Offene Supervisionsgruppe für Berater und Ausbildungskandidaten

Leitung: Dr. Silvia Längle

Ort: Praxis, Ed. Sueß-G. 10, 1150 Wien

Zeit: 9.00-14.00 Uhr

Weitere Termine: auf Anfrage

Anmeldung: Tel.: 985 95 66 (GLE)

**Straßwalchen, nach Vereinbarung
Supervisionsgruppe für Berater und
Ausbildungskandidaten**

Leitung: Dr. Patricia Gruber

Ort: Praxis, Salzburgerstraße 29/4,

5163 Mattsee

Zeit: 14.00-17.30 Uhr (ca. 3-wöchig)

Termine auch in Wochenend-Blöcken

Anmeldung: schriftlich (Adresse s.o.) oder

tel. unter 0664/1439246 oder 06215/5846

**Wien, nach Vereinbarung
Supervision für das Praktikum
des Fachspezifikums**

Leitung: Dr. Jana Bozok

Ort: Praxis, Währinger Str. 156, 1180 Wien

Zeit: 9.00-17.00 Uhr

Anm.: Tel.: 470 42 35, Fax: 470 42 36

**Wien, nach Vereinbarung
Supervisionsgruppe für
Ausbildungskandidaten**

Leitung: Dr. Christine Orgler

Ort: Einwaggasse 23, 1140 Wien

Anmeldung: Tel.: 89 41 406

**Wien, am Di. und Fr. jeder 3. Woche
Supervisionsgruppe für die Arbeit mit
Kindern und Jugendlichen**

Zielgruppe: LehrerInnen, PsychotherapeutInnen und PsychotherapeutInnen in Ausbildung, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, sowie in psychosozialen oder pädagogischen Arbeitsfeldern tätige Personen.

Leitung: Mag. Andrea Kunert

Ort: Praxis, Maria Treu G. 6/9, 1080 Wien

Zeit: 18.00-20.00 Uhr

Anmeldung: Tel.: 02231 / 66 840 oder
40 80 620

**Bludenz, nach Vereinbarung
Supervisionsgruppe und Einzelgespräche
für Ausbildungskandidaten**

Leitung: Dr. Christine Orgler

Anmeldung: Tel.: 01 / 89 41 406

**Innsbruck, nach Vereinbarung
Offene Supervisionsgruppe für
Ausbildungskandidaten und Absolventen**

Leitung: Dr. Elfe Hofer

Anmeldung: Herzog Sigmundstr. 7,
6176 Völs, Tel.: 0676 / 528 92 96

**Göppingen, nach Vereinbarung
Neue Supervisionsgruppe für den
Süddeutschen Raum geplant**

Anfragen: Erich Karp, Meisenweg 11,
D-73035 Göppingen, Tel.: 07161 / 641
(Klinik am Eichert)

**Düsseldorf, nach Vereinbarung
Einzel- und Gruppensupervisionen für
Ausbildungskandidaten und Absolventen**

Anfragen: Dr. Wilhelmine Popa,
Görlitzerweg 1, D-40880 Ratingen,
Tel. und Fax: 02102 / 47 08 18

**Hannover, nach Vereinbarung
Einzel- und Gruppensupervisionen für
Kandidaten und Absolventen**

Leitung: Dr. Christoph Kolbe

Anmeldung: Norddeutsches Institut für
EA, Borchersstr. 21, D-30559 Hannover
Tel.: 0511/5179000, Fax: 0511/521371

**Weitere Supervisionstermine in den
Instituten für Existenzanalyse und in
der GLE Wien auf Anfrage.**

JOURS FIXES

Wien, 2.10.2000

36. Forschungsgespräch der GLE

Geschlossene Veranstaltung.

Voranmeldung erforderlich.

Zeit: 20.00 Uhr.

Weiterer Termin: 4.12.2000

Linz

**Jour fixe für Existenzanalyse und
Logotherapie**

Ort: Restaurant Klosterhof, Landstraße
(gegenüber Ursulinenhof), 4020 Linz

Zeit: 19.00 Uhr

Info: M. Angermayr, Tel.: 0732/770699

**Salzburg, erster Mittwoch im Monat
Existenzanalytischer Arbeitskreis**

Alle der Existenzanalyse und Logotherapie
Nahestehenden sind herzlich eingeladen.

Ort: Thumegger Bezirk 7, 5020 Salzburg

Zeit: nach Vereinbarung

Info: Mag. A. Nindl

Tel. und Fax: 0662 / 83 19 03

**Graz, erster Dienstag im Monat
Jour fixe für LogotherapeutInnen am
Grazer Institut für EA und Logotherapie**

Ort: Neutorgasse 50, 8010 Graz

Zeit: 19.00-21.00 Uhr

Info: Tel.: 0316 / 81 50 60

Je nach Vereinbarung finden Themen- bzw.

Fallsupervisionen statt.

Innsbruck, 18.10.2000

**Jour fixe für Existenzanalyse und
Logotherapie**

Ort: Innsbruck, Adamgasse 30

Zeit: 20.00 Uhr

Kontaktadresse: Dr. Elfe Hofer,

Herzog Sigmund Straße 7, 6176 Völs,

Tel.: 0676 / 528 92 96

**Raum Hannover, nach Vereinbarung
Existenzanalytischer Arbeitskreis**

Information: Helga Grasshoff

Hachtingweg 11a, D-30916 Isernhagen FB,

Tel.: 05139 / 87 843

**Raum Nordrhein-Westfalen, nach
Vereinbarung**

**Wer hätte Interesse an einem existenzana-
lytischen Arbeitskreis, in dem naheliegen-
de Themen der EA/LT besprochen werden
könnten? Wo, wie, wie oft, mit wem - alle
diese Fragen sind offen. Termin wird bei
Treffen individuell vereinbart.**

Kontaktperson: Ursula Handelsmann,

Bonifatiusstraße 85, D-47441 Moers

Tel.: 02841 / 57917 (priv.), 0203 / 61568

(Beratungsstelle - Anrufbeantworter)

Schweiz, 21.08.2000

**Jour fixe: Einsamkeit aus der Sicht der
Existenzanalyse**

Kontaktperson: Zdenka Camachova

weitere Termine: 02.10.00 und 13.11.00

Tel.: 061 / 325 94 26

WEITERE ANKÜNDIGUNGEN

Barcelona, 5.-9.9.2000

**Kongress der Internationalen Föderation
für Psychotherapie (IFP) gemeinsam mit
der Europäischen Föderation (EFP) und
der Spanischen Föderation der Psycho-
therapeutInnenverbände (FEAP)**

“Psychotherapy in a unified Europe”

Hauptthemen: Policies, Integration,
Training and Research in Psychotherapy
Info: Mensa-Molinos Relacions Publiques,
Portal de l'Angel 4, 3º B,
ES-08002 Barcelona

Tel. und Fax: +34-93-301 65 78

email: mensa-molinos@bcn.servicom.es

Ankündigungen für das Studienjahr 2000 / 2001

WEITERBILDUNG IN
LOGOTHERAPIE UND
EXISTENZANALYSE
(einjährig)

ab Februar 2001

**Existenzanalytische Motivationstheorie,
Phänomenologie und Existenzanalyse
der Krankheitsbilder**

6 Wochenenden

Freitag 16.00 Uhr bis Sonntag 14.00 Uhr

ab Mai 2001

**Sinn-, Werte- und Personlehre der
Existenzanalyse und Logotherapie**

6 Wochenenden

Freitag 16.00 Uhr bis Sonntag 14.00 Uhr

GLE-AKADEMIE

21.-22.10.2000

**Existenzanalytische Körperarbeit
“Bewegung-Berührung-Sprache”**

Leitung: Susanne Jaeger-Gerlach

Sa. 10.00-19.00 Uhr, So. 10.00-15.00 Uhr

Kosten: DM 360,-

SEMINARE

4.-5.11.2000

Musiktherapie ein Weg der Heilung?

Leitung: Angelika Kollacks

Sa. 10-18.30 Uhr So.: 10.00 – 15.00 Uhr

Kosten: DM 350,-

Information und Anmeldung:

Berliner Institut für Existenzanalyse und Logotherapie

Lietzenburger Straße 39, 10789 Berlin

Telefon: 030/217 77 27

Fax: 030/219 68 492

NORDDEUTSCHES INSTITUT
für
Existenzanalyse **HANNOVER**

Ankündigungen für das Studienjahr
2000 / 2001

| | | |
|---|-----------------|---|
| NEUE AUSBILDUNGSGRUPPE | ab Februar 2001 | Ausbildung in Logotherapie und existenz- analytischer Beratung in Hannover <i>Leitung:</i> Dr. Christoph Kolbe <i>Ausbildungsbegleitung:</i> Helmut Dorra <i>Beginn:</i> Frühjahr 2001 |
| EINFÜHRUNG IN DIE EXISTENZANALYSE (VORTRAG) | 12.10.2000 | End-lich leben Referent: Helmut Dorra <i>Ort:</i> Niels-Stensen-Haus, Lilienthal |
| | 8.11.2000 | Verschiedene Lebensphasen: Hausforderung zur Persönlichkeitsentwicklung Referent: Helmut Dorra <i>Ort:</i> Norddeutsches Institut, Hannover |
| | 13.12.2000 | Wie wir Unsicherheiten überwinden und mit Ent- schiedenheit leben können Referent: Helmut Dorra <i>Ort:</i> Norddeutsches Institut, Hannover |
| | 9.11.2000 | Was den Selbstwert stärkt Referent: Dr. Christoph Kolbe <i>Ort:</i> Niel-Stensen-Haus, Lilienthal |
| LEBEN GESTALTEN | 23.9.2000 | Grundkurs zur Einführung in die Existenz- analyse und Logotherapie <i>Leitung:</i> Helmut Dorra <i>Ort:</i> Norddeutsches Institut, Hannover |
| SELBSTERFAHRUNG | Herbst 2000 | Gruppenselbsterfahrung für Ausbildungs- kandidaten und Interessierte <i>Leitung:</i> Helmut Dorra <i>Ort:</i> Norddeutsches Institut, Hannover |
| WEITERBILDUNG | 13.-14.10.2000 | Authentisch lehren, leiten und moderieren Grundlagenseminar 1: Authentisch lehren <i>Leitung:</i> Dr. Christoph Kolbe <i>Ort:</i> Norddeutsches Institut, Hannover <i>Zeit:</i> Fr. 17.00-21.00 Uhr, Sa. 10.00-18.00 Uhr |
| 5. NORDDEUTSCHES SYMPOSIUM | 24.-25.11.2000 | Persönlichkeitsstörungen <i>Leitung:</i> Dr. Christoph Kolbe <i>Referent:</i> DDr. Alfried Längle <i>Ort:</i> Heimvolkshochschule Stephansstift, Hannover |

Information und Anmeldung:

Norddeutsches Institut für Existenzanalyse, Borchersstr. 21
30559 Hannover Telefon: 0511/5179000, Fax: 0511/521371
email: institut@existenzanalyse.com, homepage: www.existenzanalyse.com

Ankündigungen für das Studienjahr 2000

| | | |
|----------------------------|---------------------------------|--|
| WEITERBILDUNG | Herbst 2000 | Verständnis der Angst auf dem Hintergrund der 1. Grundmotivation. Diagnose und Behandlung <i>Leitung:</i> Christine Wicki und Brigitte Heitger <i>Ort:</i> Vorarlberg |
| AUSBILDUNG | 21.-23.9.2000 11.-12.11.2000 | Ausbildung in Logotherapie und existenz- analytischer Beratung und Begleitung <i>Leitung:</i> Christine Wicki |
| SUPERVISION | monatlich | Fortlaufende Supervision in Zürich <i>Leitung:</i> Christine Wicki InteressentInnen können sich mit Christine Wicki in Verbindung setzen |
| WEITERE VERANSTALTUNGEN | 21.10.2000 | Einführung in Logotherapie und Existenzanalyse <i>Leitung:</i> Christine Wicki <i>Ort:</i> Berufsschule für Pflege, Inselspital Bern |
| | Herbst 2000 | Einführung in Logotherapie und Existenzanalyse <i>Leitung:</i> Christine Wicki <i>Ort:</i> Süddeutschland (Schwarzwald) |

Information und Anmeldung: SINNAN – Institut für Existenzanalyse und Logotherapie
Weststraße 87, CH – 6314 Unterägeri
Tel./Fax: 041/750 52 70

„Der hot au d'Nas bloß middle em Gsicht“

so said sich der Schwob, wenn ehm oiner oder gar oine gar ganz gschwolla daherkommt
... ond dann woiß er scho in seim gsonda Selbstwert wie er mit dene omzugana hot!

Liebe Leserinnen und Leser,
liebe Freundinnen und Freunde,

mit solchen „schwäbischen Vorbemerkungen“ wollen wir Appetit machen und herzlich zur dies-jährigen Herbstakademie ins „Schwobaländle“ nach Göppingen/Deutschland einladen! Schwäbisch und mit ein paar norddeutschen Leckerbissen versetzt, soll das Rahmenprogramm sein, um in froher und ungezwungener Weise einander kennenzulernen und alte Beziehungen zu pflegen. Denn die GLE wird ja immer größer, und so tut es gut, wenn es auch kleinere Orte der Lern- und Beziehungspflege gibt.

Das Arbeitsthema der Herbstakademie:

PHÄNOMENOLOGIE UND EXISTENZANALYSE DES TRAUMES

Referent ist **Günter Funke aus Berlin**. Er wird uns seine therapeutische Arbeit mit Träumen vorstellen, theoretisch und selbsterfahrerisch mit uns und unseren eigenen Träumen arbeiten. Es geht darum, unser Gespür zu schulen, wie wir *Traumarbeit* in unsere Beratungen und Therapien mit einbeziehen können.

Am Freitagabend wird dann im Rahmen des Bildungswerkes ein **öffentlicher Vortrag von Günter Funke** stattfinden mit dem Thema:

Was wir von der Liebe lernen können!

Liebe, Traum, Liebes-Traum, wenn das nicht Appetit macht, was dann?
Also auf ins Schwabenland nach Göppingen zur Herbstakademie 2000!

| | | |
|---------------------------|-----------------|---|
| <i>Zeitlicher Rahmen:</i> | Fr., 29.09.2000 | 19.00 Uhr offizieller Beginn der Tagung, danach 20.00 Uhr öffentlicher Vortrag von Günter Funke. |
| | Sa., 30.09.2000 | inhaltliche Fortbildung: Traumarbeit I 19.30 Uhr schwäbischer Abend. |
| | So., 01.10.2000 | Traumarbeit II und Ende um 12.00 Uhr. |

Herzlich willkommen!
Für das Vorbereitungsteam: Erich Karp
(Anmeldung ab sofort bei: GLE Wien)

Bitte achten Sie auf die Korrektur der Termine und Inhalte gegenüber der Ankündigung in EA 1/00

LAUFENDE AUSBILDUNGSGRUPPEN

FACHSPEZIFIKUM

| WIEN15b | INNSBRUCK2 | INNSBRUCK3 | HANNOVER/ BERLIN | LOCHAU1 |
|-----------------|-----------------|--|---------------------|----------------|
| 25.-29.09.00 | 02.-03.09.00 | 22.-24.09.00 | | 06.-07.10.00 |
| 27.-30.11.00 | 26.-29.10.00 | 20.-22.10.00 | 25.-27.08.00 | 08.-09.12.00 |
| 26.2.-2.3.01 | 08.-10.12.00 | 03.-05.11.00 | 08.-10.09.00 | 07.-10.03.01 |
| 28.-31.05.01 | 27.-28.01.01 | 01.-03.12.00 | 06.-08.10.00 | |
| 24.-28.09.01 | 24.-25.03.01 | | 17.-19.11.00 | LOCHAU2 |
| | 24.-27.05.01 | | | 05.-09.07.00 |
| WIEN 17a | WIEN 14a | Weitere Ausbildungsgruppen finden in Moskau, Klausenburg, Arad und Temesvar statt. | | 13.-15.10.00 |
| 26.-29.10.00 | 23.-24.09.00 | | | 01.-03.11.00 |
| 25.-26.11.00 | | | | 26.-27.01.01 |
| 08.-09.12.00 | | | | 03.-04.03.01 |
| 13.-14.01.01 | | | | 16.-17.03.01 |

EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG

| WIEN 16c | GRAZ 4 | KÄRNTEN 1 | BERLIN B5 | BERLIN B6 |
|---------------|------------------|--------------|------------------|-------------------|
| 30.9.-1.10.00 | 16.-17.09.00 | 23.-24.09.00 | 15.-17.09.00 | 22.-24.09.00 |
| 04.-05.11.00 | 14.-15.10.00 | 21.-22.10.00 | 24.11.00 | 01.-03.12.00 |
| 02.-03.12.00 | 11.-12.11.00 | 18.-19.11.00 | 25.-26.11.00 | 26.-18.01.01 |
| 13.-14.01.01 | 08.-09.12.00 | 16.-17.12.00 | 12.-14.01.01 | 23.-25.02.01 |
| 24.-25.02.01 | | 27.-28.01.01 | 16.-18.03.01 | 30.3.-1.4.01 |
| | | 03.-04.03.01 | | 11.-13.05.01 |
| BERN | SCHWEIZ 2 | 21.-22.04.01 | MÜNSTER 2 | 22.-24.06.01 |
| 09.-14.10.00 | 21.-23.09.00 | 19.-20.05.01 | 15.-17.09.00 | HANNOVER 7 |
| 15.-20.01.01 | 11.-12.11.00 | | 03.-05.11.00 | |
| 07.-12.05.01 | | | 08.-10.12.00 | 01.-03.09.00 |
| 01.-06.10.01 | | | | 01.-03.12.00 |
| 14.-19.01.02 | | | | |

NEUE AUSBILDUNGSGRUPPEN

EXISTENZANALYTISCHE BERATUNG

FACHSPEZIFIKUM

WIEN 17c
18./19. Nov. 2000

BERLIN B7
Mai 2001

HANNOVER 8
Februar 2001

VORARLBERG
Sommer/Herbst 2001

WIEN 18b
Frühjahr 2001

SUPERVISION

Herbst 2000

AUTHENTISCH LEHREN, LEITEN + MODERIEREN

Herbst 2000

KÄRNTEN 2
Herbst 2000

PRAG
03.-04.11.00
06.-07.01.01
03.-04.02.01



Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse