

Existenz und Logos

Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie - Beratung - Bildung, 15. Jahrgang, Heft 15/2007

Inhalt

Editorial 3

Logos-Notizen

Gottfried Matthias Spaleck, „War on terror“ –
Ist Bin Laden auf dem Vormarsch? 4

I. Beiträge

Renate Deckart

Wozu sind wir Logotherapeuten gut? 8

Julius Kuhl

Der Sinn und das Selbst: Experimentelle Bestätigung
logotherapeutischer Prinzipien 22

Jürgen Kriz

Die Notwendigkeit einer sinnorientierten humanistischen Perspektive
im Spektrum heutiger Psychotherapie-Diskurse 42

Otto Zsok

Das psychologische und das geistige Ich. Über das Psychische und das
Geistige im Menschen 59

Cornelia Schenk

Sinnverlust durch Krankheit? Der Stellenwert der Logotherapie und
Existenzanalyse bei chronischen Erkrankungen 74

Paul M. Ostberg

Führung und Leistung brauchen Werte und Sinn 83

II. Logos-Geschichten

Norbert Kremser

Waffenschrank und Schatzkiste 100

Susanne Petermann

Lichtblick 101



Inhalt

III. Rezensionen

Gerda Jun, Unsere inneren Ressourcen. Mit eigenen Stärken und Schwächen richtig umgehen (*Otto Zsok*) 102

Das Experiment. Ein Film von **Oliver Hirschriegel**
(*Gottfried Matthias Spaleck*). 105

Viktor Frankl, ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt
das Konzentrationslager. Hörbuch, gelesen von Martin Schwab
(*Peter Suchla*) 109

IV. Korrektur

 109

V. DGLE-NACHRICHTEN

 110

Hinweise für Autorinnen und Autoren der Zeitschrift
Existenz und Logos 114

EDITORIAL

Zum Selbstverständnis der Arbeit der Schriftleitung und insofern auch zum Charakter der Zeitschrift „Existenz und Logos“ gab es im Zusammenhang mit der letzten Ausgabe Rückfragen, die an dieser Stelle gerne beantwortet werden.

Für die Schriftleitung ist „Existenz und Logos“ nicht in erster Linie ein Organ für DGLE-Mitteilungen und DGLE-Dokumentationen, sondern eine Fachzeitschrift für alle Themen, die sich mit Viktor Frankl und seiner Logotherapie und Existenzanalyse auseinandersetzen. Eine Fachzeitschrift ist ein Diskussionsforum, keine Zensurbehörde, die als oberster Glaubenswächter darüber wacht, was die wahre Lehre Frankls ist und was nicht. Der Vorstand der DGLE hat die Courage, sich eine solche Fachzeitschrift zu leisten, um im Chor der wissenschaftlichen Disziplinen ernst genommen zu werden. Dies bedeutet, dass es in „Existenz und Logos“ zu einem regen Gedankenaustausch über die Logotherapie kommen darf und soll, und zwar durchaus mit konträren Meinungen, Ideen, Interpretationen, Methodenerweiterungen etc.

Natürlich auch mit konträren Meinungen zu den Vorstellungen der Schriftleitung; denn die Schriftleitung erwiese der Zeitschrift einen schlechten Dienst, wenn sie die Zeitschrift zu ihrem eigenen Sprachrohr machen würde. Also erträgt es die Schriftleitung, dass andere Menschen andere Meinungen über Logotherapie haben als sie selbst. Wenn ein Beitrag gut geschrieben, interessant und herausfordernd ist, wird ihm eine Chance gegeben. Ob der Beitrag dann die wahre Lehre Frankls wiedergibt oder nicht, das zu entscheiden kann und darf nicht Aufgabe der Schriftleitung sein. Für die Schriftleitung ist „Existenz und Logos“ als Fachzeitschrift keine Ausgabe der Gesammelten Schriften oder Ideen Viktor Frankls, sondern ein Forum der Auseinandersetzung mit seinen Schriften und Ideen. Wer übrigens den Vortrag Frankls „Die Entgurunifizierung der Logotherapie“ kennt (von Peter Heidger für „Existenz und Logos“ genial übersetzt, vgl. Heft 1/2005, 6–18), weiß, dass Frankl sich explizit dagegen wehrt, Guru zu sein (heißt: allseits verehrter Wächter der reinen Lehre), und dass Frankl die hier vertretene Konzeption von „Existenz und Logos“ sicher begrüßt hätte.

Sollte also künftig der eine oder andere Beitrag der Zeitschrift Widerspruch hervorrufen, dann würde es die Schriftleitung sehr begrüßen, wenn dieser Widerspruch möglichst bald in einer der Folgeummern von „Existenz und Logos“ mit einem Gegenbeitrag zur Sprache käme.

Die Schriftleitung

„War on terror“ – Ist Bin Laden auf dem Vormarsch?

Kurz nach den Anschlägen des 11. September 2001 hat der amerikanische Präsident der Welt verkündet, dass sich Amerika nun im Krieg befindet, im „Krieg gegen den Terror“. Amerika müsse seine Werte verteidigen, deren höchstes die „Freiheit“ sei. Amerika verteidige damit auch die Werte der westlichen Welt.

Die deutschen Regierungen seit dem 11. September 2001 haben sich zwar noch nicht offiziell dieser Kriegserklärung angeschlossen, sind aber dabei, die Bundesrepublik für diesen Krieg aufzurüsten.

So hat der gegenwärtige deutsche Innenminister Schäuble seit seinem Amtsantritt vor zwei Jahren versucht, neue Gesetze zur Verbesserung der Sicherheit im Kampf gegen den Terror einzubringen. Eine seiner Gesetzesvorlagen sieht vor, dass die Bundeswehr künftig Passagierflugzeuge abschießen darf, die von Terroristen gekapert wurden und so zur Gefahr für weitere Menschen geworden sind. In den letzten Monaten hat sich der augenblickliche Verteidigungsminister Jung ebenfalls massiv für ein solches Vorgehen eingesetzt.

Die Argumente von Herrn Schäuble und Herrn Jung für die geplante Vorgehensweise lauten, dass die Werte einer Demokratie mit „allen zur Verfügung stehenden Mitteln“ verteidigt werden müssten.

Nun gründet sich unser demokratisches Staatswesen in der Tat einem gemeinsamen Wertekodex. Dieser ist im Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland verankert, das sich in Artikel 1 auf die allgemeinen Menschenrechte bezieht: „Das Deutsche Volk bekennt sich darum zu unverletzlichen und unveräußerlichen Menschenrechten als Grundlage jeder menschlichen Gemeinschaft...“ Diese Menschenrechte sind in der „Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte“ der UNO 1948 festgeschrieben worden. Darin heißt es in Artikel 2: „Jeder hat das Recht auf Leben, Freiheit und Sicherheit der Person.“

Entsprechend lautet Artikel 2 unseres Grundgesetzes: „Jeder hat das Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit. Die Freiheit der Person ist unverletzlich.“

Nach den Erfahrungen mit staatlichem Terror im Dritten Reich wurde 1949 mit dem Grundgesetz die Werthaltung bekräftigt, dass der individuelle Mensch das Recht auf einen Freiheitsraum gegenüber dem Zugriff staatli-

cher und anderer Machtgruppen hat. Diese geschützte Rechtssphäre bildet die Grundlage dafür, dass der einzelne Mensch sich als geachtetes und gestaltendes Teil der sozialen Gemeinschaft erleben kann und sich aus freien Stücken für sie einzusetzen bereit ist.

Eben dieses Recht wird durch die Aktionen von Terrorgruppen, sei es in der Vergangenheit die Rote Armee Fraktion oder aktuell islamistische Gruppierungen, verletzt. Diese Gruppierungen verabsolutieren ihre eigenen Ziele und wenden zu deren Durchsetzung jedes ihnen mögliche Gewaltmittel ein. Der einzelne Mensch ist ihnen dabei gleichgültig.

Betrachtet man die erwähnten Vorhaben maßgeblicher deutscher Politiker vor diesem Hintergrund, dann wird erschreckend deutlich, dass sich auf politischer und staatlicher Ebene eine ähnliche Grundhaltung wie die der Terrorgruppen zu etablieren beginnt. Für die Durchsetzung eines Zieles, in diesem Fall des Zieles „Sicherheit“, ist diesem Denken jedes Mittel recht.

Die geplanten Maßnahmen des Innen- und des Verteidigungsministeriums missachten nicht anders als die Aktionen der Terrorgruppen die Rechtssphäre des einzelnen Menschen. Der einzelne Mensch muss, sollten sich diese Vorhaben durchsetzen, sich nicht nur durch Terroristen, sondern auch durch Vertreter des eigenen Staates an Leib und Leben bedroht fühlen. Dies wird den sozialen Konsens und die positive Verbundenheit des einzelnen mit der Gemeinschaft und deren organisatorischem Ausdruck, dem Staat, allmählich zerstören.

Die von den Terroristen gelebte illusionäre Haltung, dass Gewalt ein geeignetes und legitimes Mittel zur Erreichung von Zielen ist, schleicht sich offensichtlich immer mehr in das Denken westlicher Politiker ein. Eine solche Auffassung ist der Gegenpol zu der Haltung, dass Konflikte innerhalb einer definierten Rechtssphäre zu lösen sind, was den Grundkonsens einer sozialen Gemeinschaft im Sinne des westlichen Wertekonsens darstellt. Wir erleben es im Moment, dass das „terroristische“ Denken sich immer mehr ausbreitet und die geistigen Grundlagen unserer Gesellschaftsordnung zerstört. Wir erleben das Phänomen, dass es nicht die Bomben der Terroristen sind, die die größte Gefahr für die westlichen Demokratien darstellen, sondern ihr Denken, das die Wertorientierung westlicher Menschen vergiftet.

„Es gibt Mittel, die den heiligsten Zweck entweihen“, sagte Viktor Frankl einmal sinngemäß. Wieder einmal erweist sich die Wirklichkeitsnähe dieser Erkenntnis.

Essenz und Stärke unseres demokratischen Systems ist die Wertorientierung. Vertrauen wir auf sie? Vertrauen wir auf die in unserem Grundgesetz verankerten Werte? Glauben wir daran, dass es gerade die Überzeugung ist,

anderen Menschen keine Gewalt anzutun, die stärker ist als die Macht des Terrors? Glauben wir daran, dass diese Haltung nicht nur berechtigt, sondern sogar die Voraussetzung für eine soziale Zukunft der Menschheit ist? Glauben wir daran, dass wertorientierte Geistigkeit letztlich stärker ist als Gewalt und Terror? Wenn wir daran nicht glauben, dann ist Bin Laden auf dem Vormarsch.

Einflussreiche amerikanische Kreise erleben die augenblickliche US-Politik als notwendigen Kampf der christlich orientierten westlichen Welt gegen das islamistische „Böse“. Sie sehen sich selbst als Verteidiger des Guten. Dazu fordern sie den konsequenten Einsatz aller verfügbaren Machtmittel, einschließlich der vorhandenen Waffen.

Nun entsprechen cruise missiles und die Vorgehensweise amerikanischer Geheimdienste gegenüber Terrorverdächtigen so wenig der Haltung des Mannes aus Bethlehem wie die Schwerter der Kreuzritter. Und dennoch kann diese amerikanische Idee einer christlich geprägten Verantwortlichkeit für die augenblickliche Weltsituation auf eine andere Weise eine positive Gestalt bekommen. Dann nämlich, wenn wir grundlegende Werte dieses großen Menschen Jesus, nämlich Gewaltfreiheit und Achtung der Würde des individuellen Menschen, gerade in dieser kritischen Zeit stärken und vorwärts bringen. Also nicht weniger, sondern mehr Respekt vor den Menschenrechten leben. Nicht weniger, sondern mehr Achtung vor der Freiheit und Selbstgestaltungssphäre der Menschen. Nicht weniger, sondern mehr Sensibilität bei der Wahl der Mittel im Umgang mit dem „Feind“. Nicht Abbau demokratischer Grundwerte, sondern Besinnung auf sie und ihre vermehrte Verwirklichung.

Wir werden unsere „Sicherheit“ nicht dadurch erhöhen, dass wir beginnen, wie Terroristen unbeteiligte Menschen zu töten. Mit der Anwendung von Gewalt werden wir den Terrorismus nicht besiegen können. Noch nie ist Gewalt durch Gewalt wirklich besiegt worden. Wohl aber haben wir die Chance, durch den Ausbau der Stärke unserer Kultur, nämlich den klaren Bezug zu Menschenwürde, Solidarität und Gewaltfreiheit Bewegungen wie die des Terrorismus überflüssig zu machen. Wobei sichtbar wird, dass Menschlichkeit kein alleiniger Wert des Christentums ist, sondern ebenso in anderen Kulturkreisen von Menschen gelebt wird, die sich mit ihrer Geistigen Person verbunden haben. Mahatma Gandhi ist wohl ein Beispiel dafür.

Fürwahr, der globale Terrorismus hat die Welt in eine Krise gestürzt. Gewaltige Gefahren sind sichtbar geworden. Aber wie in jeder Krise wird auch die Chance sichtbar: die Möglichkeit des Durchbruchs zu einer wirklichen Wert-Orientierung.

————— „War on terror“ – Ist Bin Laden auf dem Vormarsch? —————

Lassen wir uns diese Möglichkeit nicht durch Bin Laden oder andere pseudoreligiös orientierte Fanatiker wegnehmen, auf welchem Kontinent sie auch immer leben! Und auch nicht durch unsere eigenen politischen Funktionsträger, die in ihrer Wert-Erblindung terroristisches Denken übernehmen. Erinnern wir uns an den visionären Satz, der Bert Brecht zugeschrieben wird: „Stell dir vor, es ist Krieg; und keiner geht hin!“

Sagen wir nein zum „Krieg gegen den Terror“! Leben wir statt dessen unsere Werte!

Oder was meinen Sie?

Dr. Gottfried Matthias Spaleck

I. BEITRÄGE

Renate Deckart

Wozu sind wir Logotherapeuten gut?

Viktor Frankl hat immer betont, dass in der Psychotherapie „... nur eine Zusammenarbeit der verschiedenen <Richtungen> ... zu maximalen Forschungsergebnissen führen mag – und zu optimalen Behandlungseffekten“. Immer wieder hat er darauf hingewiesen, dass die Logotherapie die Psychotherapie nicht ersetzen soll – „... es ist aber notwendig, dass die Logotherapie die Psychotherapie ergänzt“¹. Dazu passt ein Zitat, aus report psychologie, Heft 8 (2006) aus dem Beitrag „Orientierung an Therapieschulen ist out“. Da steht sinngemäß: Man kann Patienten therapeutische Interventionen nicht vorenthalten, die passend sind, nur weil sie nicht zu einer bestimmten Schule gehören. Frankl hat schon vor langer Zeit einmal auf den Vorwurf, er setze ja auch Suggestion ein, geantwortet: „ja mei, wann’s hilft“.

Es kann also *keine* ernstzunehmende Therapieschule mehr den Anspruch erheben, „allein selig machend“ zu sein. Die Diskussion um Sinn und Werte wird inzwischen in der gesamten Gesellschaft mit zunehmender Intensität geführt – nicht nur quer durch die Psychotherapierichtungen. Die Frage ist also wichtig: Werden wir Logotherapeuten überhaupt noch gebraucht, wenn doch die Anderen inzwischen auch erkannt haben, was für den Menschen wesentlich ist? Jedenfalls sind die Zeiten vorbei, in denen Viktor Frankl als einsamer Mahner in der Wüste dafür gekämpft hat, dass auch Psychotherapeuten anerkennen, wie notwendig Menschen Lebenssinn und Wert-Erleben brauchen, um seelisch gesund zu werden oder zu bleiben! Was hat also die Logotherapie dem leidenden Menschen (immer noch) Besonderes zu bieten?

Welches ist die logotherapeutische Ergänzung, die Not wenden kann?

Betrachten wir zunächst den Menschen im neurotischen Modus der Existenz: er *ist* eine geistige Person, aber er hat seine Geistigkeit ein Stück weit „vergessen“. Oft passiert das in einer Situation, in der Seele und Körper leiden, weil sie traumatisiert, belastet, erkrankt sind. Damit sind Körper und Seele als Instrument der geistigen Person „verstimmt“, und sie kann sich nicht mehr ausdrücken, oder sie wird zumindest in dem ganzen psychophysischen Getöse nicht mehr gehört. Damit verändert sich das Leben dramatisch: der

¹ FRANKL, V. E. (1990): Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München: Piper, S. 272 u. 273.

Mensch kann die Stimme seines Gewissens nicht mehr hören, zumindest nicht mehr verstehen. Er nimmt die Transzendenz, die seine Person durchtönt nicht mehr wahr (Person kommt ja von *personare* = durchtönen). So kann er seine Liebe, seine Freiheit, Kreativität und Religiosität nicht mehr spüren, seine Wegrichtung nicht mehr sehen. Wenn das geschehen ist, verliert der Mensch den Kontakt zu seinem eigentlichen Selbst und damit seine Orientierung. „Ich hab die Leitplanke in meinem Leben verloren“, hat mir eine Patientin dazu gesagt. Dann kommen oft Ängste, Schmerzen, Herz-Kreislauf- oder Magen-Darm-Symptome dazu, die im Grunde das „Unbehagen“ der geistigen Person ausdrücken. Frankl nennt das „Ausdruck der geistigen Unruhe, der ganzen Unerlöstheit dieses Menschen“². Wir können solche Art von Krankheit aber auch als einen Weg betrachten, der uns letztendlich zur Wahrnehmung unserer geistigen Person zurückführen kann.

Diese geistige Person, die jeder Mensch auf seine eigene, einmalige und einzigartige Weise ist, ist aber der hauptsächliche Ansprechpartner in der Logotherapie. Wenn sie *nicht* ansprechbar ist, bekommt der Mensch eine gewisse Ähnlichkeit mit der Made, die den Käse für die Welt hält. Trotzdem besteht ein fundamentaler Unterschied: der Mensch *kann* existieren, d.h. heraustreten aus der Käseglocke – ganz im Gegensatz zur Made, für die ein solches „Heraustreten“ wesensfremd wäre. Der Mensch ist grundsätzlich fähig, seinen eigenen Käse von außen und aus einer gewissen Entfernung zu betrachten, er ist also fähig zur *Selbstdistanz*. Und er kann sich schließlich umdrehen, seinen Käse hinter sich lassen und sich den Kostbarkeiten der Welt zuwenden, um dann zu entscheiden, welche Aufgabe oder welcher Mensch es ihm wert ist, zum Inhalt seines einmaligen und einzigartigen Lebens zu werden. Wir kennen das alle: Plötzlich „schlägt unser Herz höher“ und wir wissen: Diese Aufgabe, die da gerade zu vergeben ist, ist meine. Das ist es, wozu ich lebe!“ Das ist die *Selbsttranszendenz*, die Leonardo da Vinci meint, wenn er sagt: „Binde deinen Karren an einen Stern“. Der Mensch kann sich gewissermaßen freiwillig de facto auf eine subhumane Ebene begeben – aber fakultativ kann er den spezifisch humanen Modus der Existenz mit Selbstdistanz und Selbsttranszendenz wiedergewinnen. Sehr schlicht ausgedrückt: er kann seinen Käse selbst relativieren, er *muss* ihn nicht mehr für die Welt halten. Dabei kann ihm die Logotherapie helfen. So kann sie die „Notwendende“ Ergänzung der Psychotherapie sein.

² FRANKL, V.E.: Ärztliche Seelsorge. Frankfurt am Main (Fischer Taschenbuch) 1992, S. 213.

Welche Voraussetzungen müssen wir dafür schaffen?

Wir müssen zunächst

- *den ganzen Menschen in seiner Dreidimensionalität wahrnehmen,*
- *eine tragfähige, vertrauensvolle Beziehung herstellen und*
- *gemeinsam seine Biografie ansehen.*

Zur Wahrnehmung des ganzen Menschen

Dabei hilft uns unser existenzanalytisches Menschenbild: Wir betrachten einmal den körperlich-seelisch-geistigen Zustand unserer Patienten, also das faktische Sein. Aber darüber hinaus können wir versuchen, im Anderen das *fakultative* Sein, das je individuelle „Menschenmögliche“ zu sehen. Wie können wir das? Mit Hilfe unseres eigenen Gewissens, unserer Intuition, aber auch aufgrund unserer Menschenliebe und der Achtung vor dem Anderssein des Anderen. Wir sind also letztlich mit Hilfe unserer eigenen Geistigkeit imstande, über das Seiende hinaus das Sein-Könnende zu sehen³. Wir bemühen uns, unsere Patienten so zu sehen, „wie Gott sie gemeint hat“ (Dostojewski).

Zur Beziehung

Auch wenn Dostojewski das „Sehen, wie Gott ihn gemeint hat“ ursprünglich auf die Liebe bezogen hat, so haben doch die therapeutische Beziehung und die Liebesbeziehung einen gemeinsamen Nenner, und das ist die personale Begegnung, also eine geistige Begegnung. Wenn uns in der Therapie eine solche geistige Begegnung gelingt, ergibt sich unser wertschätzender Umgang mit unseren Patienten gleichsam von selbst. Aber wir können es auch umgekehrt sehen: Wenn wir einem Menschen in diesem Sinn wertschätzend begegnen, dann bahnen wir ihm den Weg „nach Hause“, zu seinem Selbst, den Zugang zu seiner geistigen Person.

Zur Biografie

Die gemeinsame *Erkundung der Biografie* aus logotherapeutischer Sicht stellt einen weiteren wesentlichen Baustein für Logotherapie als Notwendende Ergänzung der Psychotherapie dar – aus zwei Gründen: Einmal liegt darin die Chance, dass der Patient seine Lebensgeschichte, die er in aller Regel zum Therapiebeginn sehr negativ beurteilt, in einem neuen Licht erblickt. Nicht, dass wir ihm eine schönere Lebensgeschichte einzureden versuchen, sondern wir hinterfragen nur seine negative Interpretation. Oft führt das dazu, dass

³ FRANKL, V. (1987) : Logotherapie und Existenzanalyse. München Zürich: Piper, S.77.

er neben allem Unerfreulichen auch zutiefst Sinnvolles erkennen kann. Unter Umständen erweist sich manchmal sogar das Unerfreuliche selbst als im Grunde sinnvoll.

Dazu ein eigenes Erlebnis: Als mein Amtsarzt-Beruf entwertet, sinnentleert und schließlich demontiert wurde, war ich über Jahre hinweg tief bedrückt. Aber später ging mir plötzlich auf, dass genau dieser Kummer es war, der mich dazu gebracht hatte, meine Psychotherapie- Weiterbildung zu absolvieren – und zwar in einem Lebensalter, in dem man sich so etwas üblicherweise nicht mehr antut. Das hat mir jetzt meine Praxis und einen Beruf beschert, in dem ich glücklicher bin als in allen vorherigen ärztlichen Tätigkeiten!

Kierkegaard hat ja so recht: Leben können wir nur vorwärts, Leben verstehen nur rückwärts. Noch einen wesentlichen Grund für die Erschließung der Biografie beschreibt Frankl selbst: „Die Person ... erschließt sich, ihr Sosein, ihr unverwechselbares Wesen nur einer biografischen Explikation, während sie sich einer direkten Analyse verschließt.“⁴ In der Biografie können wir der geistigen Person auch dann begegnen, wenn sie in dem psychophysischen Chaos der Gegenwart nicht mehr wahrnehmbar ist.

Wie kann die Logotherapie die Psychotherapie im Weiteren ergänzen?

Grundsätzlich zielen *alle* logotherapeutischen Methoden darauf ab, die geistige Person in uns (wieder) zum Sprechen zu bringen und ihr andererseits Gehör zu verschaffen. Sie kennen vielleicht schon den Ausspruch meiner Patientin: „Ich weiß jetzt, warum ich eine Psychotherapie brauche: Ich brauche jemand, der mir sagt, was ich weiß, damit ich's glaube ...“ Wenn dieses „glauben, was ich weiß“ gelingt, dann *hört* der Mensch wieder auf die Stimme seines Gewissens, seiner Verantwortung, kurz auf seine geistige Person. Das können wir logotherapeutisch allerdings auch auf anderem Weg erreichen, als es dem Patienten schlichtweg zu sagen. Auf jeden Fall geht es darum, dass der Patient den verlorenen Zugang zu seiner geistigen Person wieder findet. Wie können wir dabei helfen?

Wenn du ein Schiff bauen willst,
so trommle nicht Leute zusammen,
um Holz zu beschaffen, Werkzeuge vorzubereiten,
Aufgaben zu vergeben und die Arbeit einzuteilen;
sondern wecke in ihnen die Sehnsucht nach dem weiten, endlosen Meer.
(Antoine de Saint Exupéry)

Wie können wir also die Sehnsucht nach der eigenen Geistigkeit (wieder) wecken?

⁴ FRANKL, V. (1987): Logotherapie und Existenzanalyse. München Zürich: Piper, S.81.

Logotherapeutische Zugänge zur geistigen Person

Es gibt verschiedene Zugangswege, die meines Erachtens besonders geeignet sind, die Sehnsucht nach Sinn zu wecken, ggf. wieder aufzuwecken. Sie können in besonders eindrucksvoller Weise helfen, die eigene Geistigkeit wieder zu spüren und „wahr“ zu nehmen:

- die wertschätzende Begegnung (Methode? Haltung!)
- die wertorientierte Imagination (Methode)
- der fantastische Dialog (Methode)
- die Einstellungsmodulation (Ziel!)
- die Ärztliche Seelsorge (Trost, Haltung).

Die wertschätzende Begegnung in der Logotherapie

Sie gründet auf dem Ernstnehmen der Person vor dem *Sinn*-Hintergrund ihres und meines Seins. Hier besteht ein wesentlicher Unterschied zum Ernstnehmen der Person, wie es z.B. in der Gesprächspsychotherapie nach Rogers praktiziert wird. Denn der Gesprächspsychotherapie fehlt eben diese ausgeprägte Ausrichtung von Patient *und* Therapeut auf den Lebens-Sinn als etwas Übergeordnetes, das außerhalb von beiden Personen liegt. *Aber gerade dieses selbst-transzendente Streben nach Sinn ist die spezifisch logotherapeutische Ergänzung.*

Hier begegnet die einmalige und einzigartige Person des Patienten der einmaligen und einzigartigen Person des Therapeuten⁵ auf einer existenziellen Ebene. Trotzdem wird der Therapeut eine Führungsrolle übernehmen, um dem tief verunsicherten Patienten ein Stück Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln. Später – und das ist genauso wichtig – wird er diese Führungsrolle wieder aufgeben beziehungsweise dem Patienten selbst übertragen.

Mit einer solchen wertschätzenden Begegnung können Logotherapeuten ihren Patienten ungewohnte Qualitäten einer Psychotherapie vermitteln: nämlich *Trost* und *Hoffnung*! Es ist *tröstlich* für den Menschen, der an seinem Leben und an seinem Erleben verzweifelt, vom Therapeuten als zumindest fakultativ freie und kostbare Person gewürdigt zu werden – möglichst gleich am Anfang der Therapie. Es hilft ihm dabei, sich selbst als kostbar wahrzunehmen – was in aller Regel dazu führt, dass er dann auch mit sich und seinem Leben wie mit einer Kostbarkeit umgeht. Außerdem wird er bestätigt in dem, was er immer schon geahnt und gespürt hat: dass es auf nichts anderes so sehr ankommt wie darauf, einen Sinn im Leben zu finden. Auch solche Bestätigung nimmt ihm etwas von seiner Unsicherheit.

⁵ FRANKL, V. E. (1991a): Die Psychotherapie in der Praxis. München: Piper (1. Aufl. 1947 im Franz Deuticke Verlag, Wien), S.19.

Hoffnung steigt in ihm auf, wenn er versteht, dass es auch für ihn nicht zu spät ist, dass auch er zu einem Lebenssinn finden kann, weil er – unabhängig von seinen Einschränkungen und Bedingtheiten – frei ist, sich selbst zu verändern (sehr oft ändert sich allein damit auch seine problematische Lebenssituation).

In der zweiten Therapiestunde frage ich: Wie ist es Ihnen nach unserer Begegnung ergangen? „Ich hatte wieder Hoffnung und das Gefühl, jemanden gefunden zu haben, der mir helfen kann, mein Leben zu ändern ...“ Wenn diese oder eine ähnliche Antwort kommt, dann hat unsere wertschätzende Begegnung Vertrauen, Hoffnung und Trost vermittelt.

Die wertorientierte Imagination (nach Böschmeyer⁶)

Wir Menschen haben alle innere Bilder, aber sehr oft kennen wir sie nicht. Wir begegnen ihnen im Unbewussten, und zwar im geistig *und* seelisch Unbewussten. Im Unbewussten der Seele können wir alte Verletzungen finden, ungestillte Schmerzen, die wir nicht bis ins Bewusstsein haben vordringen lassen, weil sie uns unerträglich erschienen. Das Erstaunliche daran ist: Die Verletzung selbst ist längst vorbei, aber die *Gefühle*, die sie ausgelöst hat, sind immer noch unbewältigt. Das liegt daran, dass die geistige Person sich nur mit dem auseinandersetzen kann, was sie *kennt*. Aber was unbewusst ist, kennt sie eben nicht. Das Schlimme ist, dass diese alten Gefühle uns aus dem Unbewussten heraus schwerwiegend behindern können. Sie können unsere Entwicklung zu dem Menschen, der wir sein sollen und eigentlich sein wollen, ernsthaft gefährden. Darum kann es so segensreich sein, diese Sinnfindungsbarrieren zu sehen, zu spüren. Imaginationen sind ja *nicht nur Bilder, sondern wir erleben sie mit allen Sinnen*. So dürfen die alten schmerzenden und behindernden Gefühle noch einmal *sein*, damit wir als geistige Person zu ihnen Stellung beziehen können, dann können wir sie in aller Regel *sein lassen*, sie loslassen.

Schließlich kommen wir bei unseren Imaginationen gleichermaßen in die Region des geistig Unbewussten, sozusagen das Allerheiligste. Hier finden wir die geistigen Quellen, von denen wir leben, die Freiheit, tiefste Geborgenheit, die meistens auch als Rückgebundenheit (Religiosität) empfunden wird. Wertorientierte Imagination nach Böschmeyer ist eine Verbindung von Tiefen- und Höhenpsychologie!

⁶ BÖSCHEMEYER, U. (2000b): Wertorientierte Imagination. Hamburg: Libri Books.

Klara ist eine Patientin, die nach einem schweren Trauma an selbstzerstörerischen Wertlosigkeitsgefühlen leidet. Ihre erste Imagination führt zum Ort der tiefsten Geborgenheit. Sie kommt in einer Höhle zu einem See mit hellem, warmem Wasser, in dem sie in einen Strudel gerät, der sie durch eine Röhre in den nächsten See ein Stockwerk tiefer zieht. So geht das über mehrere Etagen hinweg, wo sie schließlich an einem Strand landet, von strahlendem Licht „aus der Mitte“ gewärmt. Aber der Strand ist steinig, sie legt sich dort hin, um nachzudenken. „Ich suche irgendetwas – aber was? (angstvoll): schaffe ich das auch? komme ich da überhaupt wieder hoch?“ Da behindert sie ihre alte Angst wieder: Wenn dieses oder jenes nicht „klappt“, dann *ist alles aus!* Mit meiner Hilfe traut sie sich dann noch eine Etage tiefer, wo sie einen runden Raum mit einer Kuppel und Spitzbögen, eine Art Dom findet. Dort liegt ein großer Goldklumpen in der Mitte, der sein Gold auf ihre Haare, an ihren ganzen Körper abgibt. „Ich hätte mir nie vorstellen können, dass *ich* so kostbar bin!“ Ein ungeheures Glücksgefühl durchströmt sie.

Diese Gefühle in der wertorientierten Imagination können geradezu überwältigend sein. Sie sind einerseits zuständige Gefühle, aber sie haben auch intentionalen Charakter: Sie sind imstande, tiefe Sehnsucht nach dem Erleben der eigenen Geistigkeit zu wecken.

Wertorientierte Imaginationen gelingen nicht immer auf Anhieb. Aber es lohnt sich immer, einen zweiten oder dritten Versuch zu machen.

Der fantastische Dialog

Der Ausgangspunkt war Frankls Drama „Synchronisation in Birkenwald“⁷, in dem er die Menschen verachtenden Taten eines SS-Mannes im Konzentrationslager plötzlich in einem völlig neuen Sinnzusammenhang erscheinen lässt. Diese Darstellung hat Joseph Fabry dazu inspiriert, eine logotherapeutische Methode daraus zu entwickeln⁸. Sie beruht auf der Fantasie, dass sich Täter und Opfer im „Jenseits“ begegnen, wo sich aus der Überhöhung von Raum und Zeit Schuld relativieren kann, weil sich andere Sinnzusammenhänge ergeben als die, welche wir hier und jetzt im konkreten Dasein erkennen können. Der fantastische Dialog eignet sich besonders, wenn es um erlittene oder begangene Schuld oder vielleicht auch nur um Schuldgefühle geht, und der Betreffende oder Betroffene nicht mehr am Leben oder sonst nicht erreichbar ist. Der Patient wird angeleitet, in der Fantasie in einen solchen Dialog mit demjenigen Menschen einzutreten, der seine Seele belastet. Dabei geschieht in aller Regel etwas ganz Erstaunliches: In der „fantastischen“ dialogischen Konfrontation mit dem angstbesetzten Gegenüber stößt der Betrof-

⁷ FRANKL, V. E. (1996b): Trotzdem ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. München: dtv., S. 169ff.

⁸ LUKAS, E. (1994): Alles fügt sich und erfüllt sich. Die Sinnfrage im Alter. Stuttgart: Quell, S.63ff.

fene auf ganz andere als bösertige Motivationen. Er bekommt unerwartete Antworten auf seine verzweifelten Schuldzuweisungen, die er gegen sich selbst oder gegen Andere richtet. Diese unerwarteten Antworten erscheinen ihm plötzlich nachvollziehbar, überzeugend, versöhnlich und sind dazu geeignet, sein erschüttertes Welt- und Menschen- eventuell auch Selbstverständnis wieder herzustellen⁹. Den daraus resultierenden Dialog soll der Patient aufschreiben oder zumindest Wort für Wort aussprechen. Damit wird letztlich ziemlich genau das erreicht, was Fischer et al. für die Mehrdimensionale Psychoanalytische Traumatherapie als Ziel formuliert haben, nämlich „die Rekonstruktion der traumatischen Erfahrung von einer neuen Stufe persönlicher Sinnggebung aus ...“¹⁰.

Klara empfindet verzweifelte, aber völlig unrealistische Schuldgefühle im Zusammenhang mit dem Suizid ihres Bruders.

Der fantastische Dialog gelingt hier zunächst nicht, weil Klara zu sehr auf Ihre Schuldgefühle fixiert ist. Da kommt mir der Gedanke an EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), eine Methode der Traumatherapie (vgl.¹¹ und ¹²): durch wechselseitige Stimulation beider Hirnhälften (z.B. mittels geführter Augenbewegungen) kann es gelingen, festgefahrene Assoziationsketten zu sprengen und somit das posttraumatische Gedankenkreisen zu unterbrechen. Also versuchen wir es zusammen unter EMDR.

Nun kann sie mit dem Bruder sprechen, ihn spüren, sie hört ihn lachen. Er legt ihr die Hand auf den Kopf, sagt: „Ich bin bei Euch, ich passe auf Euch auf.“ Als sie ihm sagt, wie schuldig sie sich fühlt, antwortet er: „Du hast das doch alles gut gemacht!“ Das ist die einzige Ent-Schuldigung, die sie glauben kann. Sie ist erleichtert – und völlig erschöpft.

Sowohl wertorientierte Imagination als auch fantastischer Dialog und EMDR sind körperlich-seelisch-geistige Schwerstarbeit – jedenfalls für Traumapatienten.

Was bedeutet dieser fantastische Dialog eigentlich? Ein Gespräch mit Toten, eine Begegnung der dritten Art? Fantastische Einbildungen, die dem Ziel dienen, uns selbst zu belügen? Ich denke, es ist ein Selbstgespräch mit unse-

⁹ Vgl. FRANKL, V. E. (2002): *Trotzdem Ja zum Leben sagen*. Dtv München. S.151.

¹⁰ FISCHER, O. U. P. RIEDESSER (1998): *Lehrbuch der Psychotraumatologie*. München, Basel: Ernst Reinhardt Verlag, S.221.

¹¹ Vgl. DECKART, R. (2006): *Ärztliche Seelsorge in der Praxis. Existenz und Logos*. Zschr. F. Sinnzentrierte Therapie, Beratung, Bildung (Hrsg.:Vorstand der Dtsch. Ges. f. Logotherapie und Existenzanalyse e.V.), Heft 2/2005, 149.

¹² SHAPIRO, F. (1998). *EMDR – Grundlagen und Praxis*. Paderborn: Junfermann.

rer eigenen geistigen Person, in dem wir unsere Dreidimensionalität so deutlich wahrnehmen können wie immer in den glücklichen Augenblicken, in denen wir ganz bei uns selbst, in unserer geistigen Mitte angelangt sind, wo unsere Rückgebundenheit wurzelt. „Diese (Mitte) wird zum Ort der letzten großen Umkehr und Veränderung, zur Möglichkeit für jene Erkenntnis, die einen Richtungswechsel ermöglicht.“¹³ Da sind wir einerseits ganz wir selbst, und andererseits ganz auf unser Eigentlich-Gemeint-Sein, unser Sein-Sollen ausgerichtet. Da spricht die von Kummer jeder Art überwältigte Seele, assistiert von den Äußerungen des Körpers, mit der geistigen Person, mit dem Gewissen. Und plötzlich können wir in allen Dimensionen unseres Seins das Durchtötetsein von der Transzendenz wahrnehmen und erleben wieder Orientierung. Das ist ein so überwältigendes Erlebnis, beim Wesentlichen angekommen zu sein, dort völlig angenommen zu werden, so dass wir unsere Vergangenheit loslassen können. Demgegenüber verblassen alle Gefühle von Schuld, Kränkung, Wut, Selbsthass und die körperlichen Reaktionen beruhigen sich: Tränen versiegen von selbst, das Herz hört auf zu stolpern, Schmerzen klingen ab usw. Manchmal kommen die Tränen dann auch noch einmal, diesmal vor Glück, bei der Wahrheit angekommen zu sein.

Hier liegt, meine ich, das Gemeinsame von wertorientierter Imagination und fantastischem Dialog. Für beide gilt, dass die erlittene Traumatisierung genauso wie die Schuld der Vergangenheit ja nicht wirklich rückgängig gemacht werden kann – aber wir können eine andere Einstellung dazu einnehmen, aus dieser „Einstellungsmodulation“ heraus bereuen oder verzeihen. Letztendlich sind also wertorientierte Imagination und fantastischer Dialog auch Methoden zur Einstellungsmodulation, und zwar besonders wirkungsvolle!

Und weil uns gerade solches Erleben unsere Rückbindung zur Transzendenz deutlich spüren lässt, kann uns letztendlich aus dem *ganzen* Geschehen – einschließlich Kränkung, Schuld und Leid selbst – Wachstum und Reifung beschert werden.

Und wie ist das beim Atheisten? Ich weiß es nicht, ich bin noch keinem Menschen ganz ohne Rückbindung zur Transzendenz begegnet. „Der unbewusste Gott“¹⁴ scheint auch die zu begleiten, die den Namen nicht aussprechen wollen.

¹³ ALBRECHT, G. (2002): Sinn erfahren durch symbolische Raumbezogenheit. In: ZSOK, OTTO (Hrsg.) Logotherapie in Aktion. München, Kösel-Verlag, S.173.

¹⁴ FRANKL, V. E. (1988): Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion. München: Kösel (1. Aufl. 1948).

Die Einstellungsmodulation

Bei ihr handelt es sich um eine Veränderung der Einstellung zu unabänderlichen Gegebenheiten. Über die Einstellungsmodulation ist so viel geschrieben worden, dass ich hier nur ein paar Gedanken dazu äußern möchte:

„Es sind nicht die Dinge selbst, die uns beunruhigen, sondern unsere Sicht der Dinge“, hat Epiktet gesagt. Weil der Mensch zu „Existenz“ befähigt ist, also gewissermaßen zum „Heraustreten“ aus sich selbst, kann er in jedem Augenblick seine Einstellung zu sich selbst oder zu dem, was er gerade erlebt, verändern. Manche Einstellungen sind „kränkend“ für uns selbst, und ihre Änderung ist dann dringlich. Trotzdem: Eine Einstellungsmodulation ist ein *Therapieziel*. Die Änderung einer kränkenden Einstellung können wir also erst als Erfolg der Therapie und nicht zu Beginn erwarten!

Es gibt viele Methoden, die dafür hilfreich sein können¹⁵. Gemeinsam ist ihnen allen der Aufruf der „Trotzmacht des Geistes“, des noopsychischen Antagonismus. K. Biller schlug einmal vor, über einen etwas „griffigeren“, einfacheren Ausdruck für die „Trotzmacht des Geistes“ nachzudenken. Dafür könnten wir fragen: Wogegen soll denn eigentlich die Macht unseres Geistes trotzen? Natürlich nicht gegen das Schicksal selbst, soweit es unabänderlich ist, sondern höchstens gegen meine Tendenz, damit umzugehen: Kraft meiner geistigen Person kann ich versuchen, meiner Angst, meiner Neigung zu Depression, Resignation vielleicht auch meiner Bequemlichkeit zu trotzen im Sinne von „Herr zu werden“. Es handelt sich also um ein inneres Aufrichten, ein Emporstreben, das wir vielleicht mit „Empörung des Geistes“ (über die Schwächen meiner zuständlichen Gefühle) bezeichnen könnten – nur: Verständlicher ist dieser Begriff auch nicht. Unübertrefflich finde ich dagegen Frankls eigene Worterklärung: „Ich muss mir doch von *mir* nicht alles gefallen lassen“. Besser geht's nicht, denke ich.

Einstellungsmodulation ist also *nicht eine definierbare Methode* sondern – ähnlich wie die Ärztliche Seelsorge – eine Änderung der Haltung, eine veränderte Art, mit Unabänderlichem im Leben umzugehen. Dabei kann eine Einstellungsmodulation durchaus auch bei grundsätzlich angenehmen Gegebenheiten notwendig werden, z.B. Reichtum, Schönheit, Erfolg. Das sind eigentlich „Auszeichnungen“, die das Leben zu vergeben hat – aber auch sie erfordern geistige Präsenz, damit die Seele nicht an ihnen krank wird.

¹⁵RIEDEL, CHR., DECKART, R., NOYON, A. (2002): Existenzanalyse und Logotherapie. Ein Handbuch für Studium und Praxis. Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt, S. 172 ff.

Ärztliche Seelsorge

Ärztliche Seelsorge ist meines Erachtens die Krönung dessen, was Viktor Frankl uns mit Existenzanalyse und Logotherapie hinterlassen hat. Vergleichbares gibt es in keiner anderen Psychotherapie-Richtung. Der Kern und der für ärztliches und psychologisches Denken *völlig neue Ansatz* dieser Frankl'schen Ärztlichen Seelsorge liegt in der Würdigung des Leidens als eines schmerzlichen aber wesentlichen Wertes des Lebens. Allerdings ist der Wert, der Sinn des Leidens, für den Leidenden, den homo patiens, viel schwerer zu entdecken als für den homo faber der Sinn von Arbeit oder für den homo amans der Sinn von Liebe und anderen schönen Erlebnissen.

Auch wenn es „Ärztliche Seelsorge“ heißt, so ist sie nicht nur Ärzten vorbehalten, denn oft hat das Leid nichts oder wenig mit Medizin zu tun. Viel mehr geht es um Verlust von Lebenswerten. Der *Arztberuf* ist also aus unserer heutigen Sicht keine grundsätzlich notwendige Voraussetzung für die Ausübung der „Ärztlichen“ Seelsorge. Ich denke, dass alle Logotherapeuten von Viktor Frankl den Auftrag haben, diese Art „logotherapeutischer“ Seelsorge auch methodisch weiter auszubauen – durchaus unter Einbeziehung wirkungsvoller Methoden aus anderen Therapieschulen, wie z.B. EMDR.

Ich möchte Ihnen mein eigenes erstes und bis heute eindrucksvollstes Erleben Ärztlicher Seelsorge erzählen, das Sie vielleicht schon kennen – aber es ist so besonders geeignet, das Wesen solcher logotherapeutischen Seelsorge aufzuzeigen:

Ein 43 Jahre alter Beamter wurde nach einem gravierenden Dienstunfall zur Begutachtung zu mir geschickt. Er war inzwischen zusätzlich an einem Darmkrebs erkrankt. Der Krankheitsverlauf war absolut bösartig und resistent gegen alle Therapieversuche. Unter diesem Eindruck kehrte seine Frau, die ihn vor Jahren mit den gemeinsamen Kindern verlassen hatte, wieder zu ihm zurück. Nun begann er, verzweifelt um die Anerkennung seiner Dienstunfallfolgen zu kämpfen, um seiner Familie wenigstens finanziell etwas zu hinterlassen. Er saß mir gegenüber, gezeichnet von seiner Tumorkrankheit und den schweren Schmerzzuständen als Folge seines Dienstunfalls. Als ich ihn fragte: „Wie fühlen Sie sich?“, fing er an zu weinen. Er weinte, entschuldigte sich und weinte weiter. Ich nahm seine Hand und fragte: „Tut es Ihnen denn nicht mal gut, einfach zu weinen, wenn's Ihnen doch so schlecht geht?“ Er sah mich dankbar an und sagte noch unter Tränen: „Mein Arzt meint, ich könnte Weihnachten vielleicht noch erleben“ (es war Ende November). Ich fragte: „Was ist Ihnen das Wichtigste für diese nächsten vier Wochen?“ – „Das ist ja gerade das Schlimme, am wichtigsten wäre mir eigentlich, mit meiner Frau und meinen Kindern zusammen zu sein. Stattdessen muss ich immerzu mit dieser blöden Behörde kämpfen, damit ich meiner Familie wenigstens noch ein paar tausend Mark hinterlasse.“ Da fiel mir ein: „Was meinen Sie, was wird für Ihre Kinder wichtiger sein: ein paar tausend Mark zu erben, oder ihren Vater wenigstens jetzt noch kennen zu lernen und mit einem liebevollen Vaterbild durch ihr Leben zu gehen – auch wenn dieser Vater dann nicht mehr lebt?“ Er sah mich an wie

einer, der aus einem Albtraum aufwacht: „Natürlich ist es viel wichtiger, dass sie eine gute Erinnerung an mich haben, dass ich mit meiner Frau ins Reine komme!“

Zwei Tage später rief er mich an, um sich zu bedanken. Er, der monatelange Krankenhausaufenthalte hinter sich hatte, sagte: „Ich habe mich zum ersten Mal in meinem Leben ärztlich geborgen gefühlt ...“.

Hier wird die Entscheidung der geistigen Person ganz deutlich: Zunächst haben Schmerzen und der Kummer der Seele die Oberhand. Aber auf die Frage hin, was ihm das Wichtigste für den Rest seines Lebens ist, übernimmt die geistige Person gewissermaßen das Steuer wieder: er denkt über seine letzten Lebensaufgaben und ihre Prioritäten nach – das ist einfach wichtiger als weinen, und die Tränen versiegen wie von selbst. Aber was hat diesen schwerkranken Mann in all seiner Not ausgerechnet Geborgenheit empfinden lassen? Das war wohl ärztliche Seelsorge, die Unterstützung und Bestätigung bedeutete bei dem, was ihm sein Gewissen, sein Sinn-Organ, bereits gesagt hatte: Dass es auch jetzt, an der Schwelle seines Lebens, darauf ankam, sich für das Wesentliche, für das Sinnvolle zu entscheiden und es zu tun – so gut er eben noch konnte¹⁶.

Und genau darum geht es in der Ärztlichen Seelsorge: Was ich nicht ändern kann, kann ich nur ertragen, noch besser: gestalten. Um aber die Gestaltungsmöglichkeiten einer Situation zu ergründen, muss ich erst einmal das Gegebene annehmen, zumindest aufhören, es nicht wahrhaben zu wollen, ausschließlich dagegen anzukämpfen oder zu flüchten. Wem es gelingt, den letzten verbleibenden Freiraum noch sinnvoll zu gestalten, der erhebt sich aus der *Opferrolle* und wird zum *Helden* seines einmaligen und einzigartigen Schicksals, oder anders ausgedrückt: So kann sich der leidende Mensch selbst am Schöpfungsprozess seines Lebens-schicksals beteiligen. Wenn es uns Logotherapeuten gelingt, dabei zu helfen, dann ist es beglückend mitzuerleben, wie ein vom Leid gebeugter Mensch sich wieder zu seiner ganzen menschlichen Größe aufrichtet, und das heißt eben: zu geistiger Existenz TROTZ ALLEM.

Gefahren der Logotherapie

Da die Logotherapie wirkungsvoll ist, birgt sie natürlich auch Gefahren in sich: Bei unserem Bemühen, den Menschen zu sehen, „wie Gott ihn gemeint hat“, können wir uns täuschen. Außerdem können wir zu ungeduldig sein in

¹⁶ RIEDEL, CHR., DECKART, R., NOYON, A. (2002): Existenzanalyse und Logotherapie. Ein Handbuch für Studium und Praxis. Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt, S. 308f und S. 367ff.

unserem Bestreben, dem Menschen von seinem Ist-Zustand zu dem zu verhelfen, was ihm möglich ist. Dann verlangen wir zu schnell zu viel von ihm, was zur Folge hat, dass der Patient sich nicht mehr gesehen und verstanden fühlt. Die geistige Person muss sich erst einmal mit den alten Verletzungen auseinandersetzen können, dann erst ist sie frei und zu selbsttranszendenter Sinnsuche fähig. Der Flügel muss erst gestimmt werden, dann kann die Musik erklingen!

Wozu sind wir Logotherapeuten gut? (Zusammenfassung)

Eine Anekdote aus meiner Studentenzeit: Während ich mich in den vorklinischen Semestern für Physiologie (die Lehre von der Funktion des Körpers) sehr interessiert habe, war mir die Paukerei von Anatomie immer ein Gräuel. Entsprechend besorgt sah ich der Anatomie-Prüfung im Physikum entgegen. Zu Recht, wie sich herausstellte. Die übrigen drei Kandidaten waren bereits mit erfreulichen Noten entlassen, ich wurde mit immer neuen Fragen konfrontiert, die sich direkt aus meinen dürftigen Antworten ergaben ... Schließlich sagte der Professor seufzend: „Ich kann Ihnen beim besten Willen nichts Besseres geben als eine drei.“ „Wenn Sie mir eine drei geben, dann falle ich Ihnen geistig um den Hals“ – „Warum bloß geistig?“ fragte er. „Weil das geistige Prinzip in meinen Augen das Entscheidende ist, darum *kann* ich ja keine Anatomie!“

Und der Meinung bin ich heute noch! Die geistige Person allein macht nicht den ganzen Menschen aus. Aber sie allein unterscheidet ihn von allen anderen Lebewesen. Alle Methoden, Therapieziele, Haltungen, Einstellungen aus Logotherapie und Existenzanalyse sind auf diese geistige Dimension des Menschen ausgerichtet. Und genau das ist es, worum die Logotherapie die Psychotherapie Notwendend ergänzen kann. Wir Logotherapeuten werden gebraucht, um den Menschen in seiner geistigen Dimension zu würdigen. Weil das beim Heilwerden hilft.

Literatur

- ALBRECHT, G. (2002): Sinn erfahren durch symbolische Raumbezogenheit. In: Zsok, Otto (Hrsg.) Logotherapie in Aktion. München, Kösel-Verlag.
- BÖSCHEMEYER, U. (2000): Wertorientierte Imagination. Hamburg: Libri Books.
- FRANKL, V. E. (1987) : Logotherapie und Existenzanalyse. München – Zürich: Piper.
- FRANKL, V. E. (1988): Der unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion. München: Kösel (1. Aufl. 1948).
- FRANKL, V. E. (1990): Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München: Piper.
- FRANKL, V. E. (1992) Ärztliche Seelsorge. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.
- FRANKL, V. E. (1996): Trotzdem ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. München: dtv.
- FRANKL, V. E. (2002): Trotzdem Ja zum Leben sagen. München: dtv.
- LUKAS, E. (1994): Alles fügt sich und erfüllt sich. Die Sinnfrage im Alter. Stuttgart: Quell.
- RIEDEL, CHR., DECKART, R., NOYON, A. (2002): Existenzanalyse und Logotherapie. Ein Handbuch für Studium und Praxis. Wissenschaftliche Buchgesellschaft Darmstadt.
- FISCHER, O., P. RIEDESSER (1998): Lehrbuch der Psychotraumatologie. München – Basel: Ernst Reinhardt Verlag.
- DECKART, R. (2005): Ärztliche Seelsorge in der Praxis. Existenz und Logos. Zschr. F. Sinnzentrierte Therapie, Beratung, Bildung, Band 2 (Hrsg.: Vorstand der Dtsch. Ges. f. Logotherapie und Existenzanalyse e.V.).
- SHAPIRO, F. (1998). EMDR – Grundlagen und Praxis. Paderborn: Junfermann.

Die Autorin

Dr. med. Renate Deckart

Im Kessel 6
86551 Aichach
Tel. 08251-827027
Fax 08251-827049

Der Sinn und das Selbst: Experimentelle Bestätigung logotherapeutischer Prinzipien

Wir haben von Frau Deckart eine eindrucksvolle Darstellung einiger Besonderheiten logotherapeutischer Methoden gehört. Dazu gehört ein Plädoyer für die Integration von Methoden, die aus anderen therapeutischen Schulen stammen. Eine solche Erweiterung passt zur Entwicklung einer Allgemeinen Psychotherapie, wie sie etwa von Klaus Grawe vorangetrieben worden ist. Die Zukunft einer Allgemeinen Psychotherapie wäre auch bei den Logotherapeuten in guten Händen: Denn der existenzphilosophisch fundierte Ansatz Frankls bewahrt vor einem übertriebenen Eklektizismus. Das erreicht die Logotherapie dadurch, dass sie alle verwendeten Methoden in einen Sinn stiftenden, persönlichen Beziehungskontext einbettet: Im Kontext der Logotherapie können sogar einfache Formen von Konditionierungslernen oder interhemisphärische Pendelübungen von ihrer reduktionistischen Aura befreit werden. Das gelingt, weil die Logotherapie das Gelernte mit der höchsten integrativen Kompetenz der Person verbindet und es damit der Sinn stiftenden Selbststeuerung verfügbar macht. So kann das Wegkonditionieren einer Phobie in der Verhaltenstherapie oder die Stimulation der Hirnhemisphären durch induzierte Blickbewegungen (EMDR) innerhalb einer wertschätzenden Beziehung unter die Regie der Selbststeuerung kommen. Das funktioniert, weil in einer solchen Beziehung das *Selbst* des Patienten aktiviert wird und damit alles, was in der Therapie passiert, mit dem Selbst verknüpft wird.

Der Sinn kommt von „Selbst“:

Warum die Linke nicht wissen soll, was die Rechte tut

Aus experimentalpsychologischen und neurobiologischen Untersuchungen wissen wir, dass es das Selbst wirklich gibt. Unbewusste (oder besser gesagt: überbewusste) Selbstrepräsentationen werden durch die rechte Hemisphäre des Gehirns unterstützt (Keenan et al., 2001; Kircher et al., 2002). Wenn Menschen ihr eigenes inneres Bild von sich selbst aufrufen oder befragen müssen, ist also ein lokalisierbares System des Gehirns aktiv. Dieses System ist an komplexen Entscheidungen beteiligt, es reguliert Gefühle, überwacht viele psychische und körperliche Prozesse und unterscheidet vor allem auch zwischen Eigenem und Fremdem, also z. B. zwischen eigenen und fremden Zielen. Wir haben in unserer Forschung gezeigt, dass bei Blockierung des Selbstkontakts durch überstarke negative Gefühle die Fähigkeit leiden kann, zwi-

schen fremden und eigenen Zielen zu unterscheiden (Kuhl & Kazén, 1994). Wenn diese Funktionen des Selbst durch die rechte Hemisphäre des Gehirns unterstützt werden, dann brauchen die in Abbildung 1 dargestellten Befunde gar nicht zu erstaunen (Baumann, Kuhl & Kazén, 2005): Die Blockierung des Selbstkontakts kann durch die Aktivierung der *rechten* Hemisphäre überwunden werden, was hier durch das Drücken eines Schaumstoffballs mit der *linken* Hand erreicht wurde.

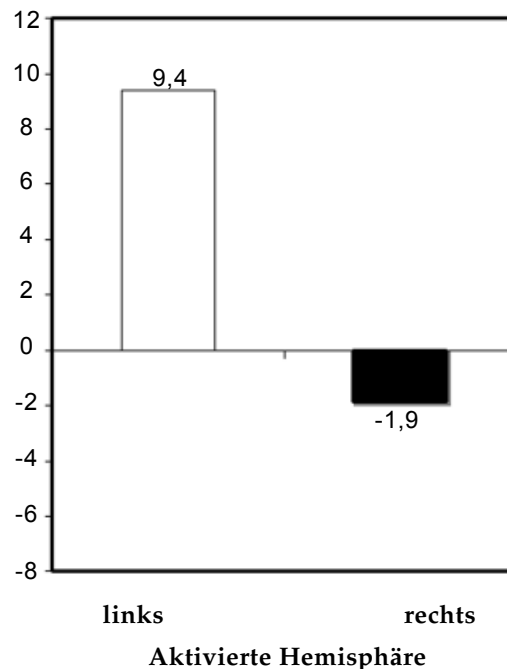


Abbildung 1: Verwechslung eigener Ziele mit Fremdaufträgen bei Aktivierung der linken bzw. rechten Hemisphäre durch vorheriges Balldrücken mit der kontralateralen Hand

Hier wurde der Selbstzugang durch die Häufigkeit gemessen, mit der Versuchsteilnehmer fremde Aufträge mit selbstgewählten Zielen verwechselten: Wer nicht mehr weiß, welche Aufgaben oder Ziele er selbst gewählt hat und welche ihm aufgetragen wurden, hat – so die Überlegung – weniger Selbstkontakt als jemand, dem die Selbst-Fremd-Unterscheidung gut gelingt. Die weiße Säule zeigt: Wurden die Versuchsteilnehmer gebeten, zu Beginn der Untersuchung mit der rechten Hand einen Schaumstoffball für 3 Minuten zu drücken (was die linke Hemisphäre aktivieren sollte), so trat die Ver-

wechslung der vom Versuchsleiter induzierten Ziele mit den selbstgewählten Zielen auf, ganz so wie wir es in vielen früheren Experimenten gezeigt haben. Die schwarze Säule zeigt, dass die Verwechslung fremder und eigener Ziele, verschwand, wenn der kleine Ball vorab für drei Minuten mit der linken Hand gedrückt wurde (zur Aktivierung der rechten Hemisphäre). Man kann dieses Experiment bereits als Beispiel für die Überprüfung der Wirksamkeit interhemisphärischer Verbindungsübungen betrachten. Bei Frau Deckarts Patientin Klara war der blockierte Wechsel in die rechte, selbstwahrnehmende, Hemisphäre durch die Stimulation von pendelnden Blickbewegungen erreicht worden. Da es in unserer Untersuchung um die Fähigkeit ging, zwischen eigenen und fremden Zielen zu unterscheiden, brauchen wir uns keine Sorgen zu machen, dass interhemisphärische Pendelübungen das höchste Sinn stiftende System nicht erreichen können, eine Sorge, die bei einigen der eher esoterischen Pendelsitzungen natürlich berechtigt ist. Es gibt keinen Anlass, gute Wirkungen einer Methode abzuwerten, weil sie auch in zweifelhaftem Kontext angewendet werden kann. Oder in Viktor Frankls Worten: 1 und 1 bleibt 2, auch wenn es ein Geistesgestörter sagt. Aber eine Warnung sollte doch noch ausgesprochen werden: Außerhalb des Labors wird Balldrücken nicht reichen, um Sinn und Selbstkongruenz zu ermöglichen: Die Einbindung des Selbst, die wir durch die Diskriminationsaufgabe (Unterscheiden von selbst- und fremdgewählten Aufgaben) erreicht haben, geschieht im Alltag durch wertschätzende Beziehungserfahrungen auf der persönlichen Ebene. Erst dadurch wird verhindert, dass das bewusste Ich versucht, die Aufgaben des Selbst zu übernehmen (und auf seinen beschränkten Horizont zu reduzieren): Es gibt also gute Gründe, warum die Linke (Hemisphäre) nicht immer wissen soll, was die Rechte (Hemisphäre) tut (jedenfalls nicht, solange statt einer Abstimmung zwischen beiden eine Vereinnahmung der Rechten durch die Linke passieren kann).

Der freie Wille: Hat Klara im goldenen Dom ihr Gehirn verloren?

Ich möchte Frau Deckarts Plädoyer für methodische Integration aufgreifen und um ein Plädoyer für theoretische Integration ergänzen. Die Logotherapie kann sich aus meiner Sicht nicht nur Methodenvielfalt leisten, sondern auch die theoretische Integration, wobei ich besonders die Integration mit der Funktionsanalyse der Prozesse meine, die an seelischen und geistigen Prozessen beteiligt sind. Diese Integration mag dort besonders schwierig erscheinen, wo es gilt, auch neurobiologische Forschungsergebnisse einzubeziehen. In seinem *Grundriss der Existenzanalyse und Logotherapie* musste Viktor Frankl noch Folgendes zu Bedenken geben: „Unser Selbstverständnis sagt uns: Wir

sind frei. [...] Abblenden muss [das] beispielsweise die Psychologie in ihrer naturwissenschaftlichen Ausprägung: sie kennt keine Freiheit, darf sie nicht kennen – ebenso wenig wie etwa die Physiologie so etwas wie Willensfreiheit anerkennen dürfte oder auch nur sehen könnte.“ Diese Vorstellung, dass unser selbst-verständliches Reden über Freiheit unvereinbar mit der naturwissenschaftlichen Psychologie sei, ist heute korrekturbedürftig, aber in einem Sinne, der ganz stimmig in Frankls Denken hineinpasst. Wenn die Patientin Klara, von der wir vorhin gehört haben, auf ihrer Imaginationsreise im runden Dom ihres tiefsten Inneren vom Gold durchtränkt wird, dann braucht diese Station der Selbstfindung nicht heißen, dass Klara nun ihr Gehirn verloren hat, als wäre das Gehirn des Menschen nur für seine groben Verrichtungen zuständig, hätte aber mit dem Selbst, dem Sinn und der Freiheit nichts zu tun.

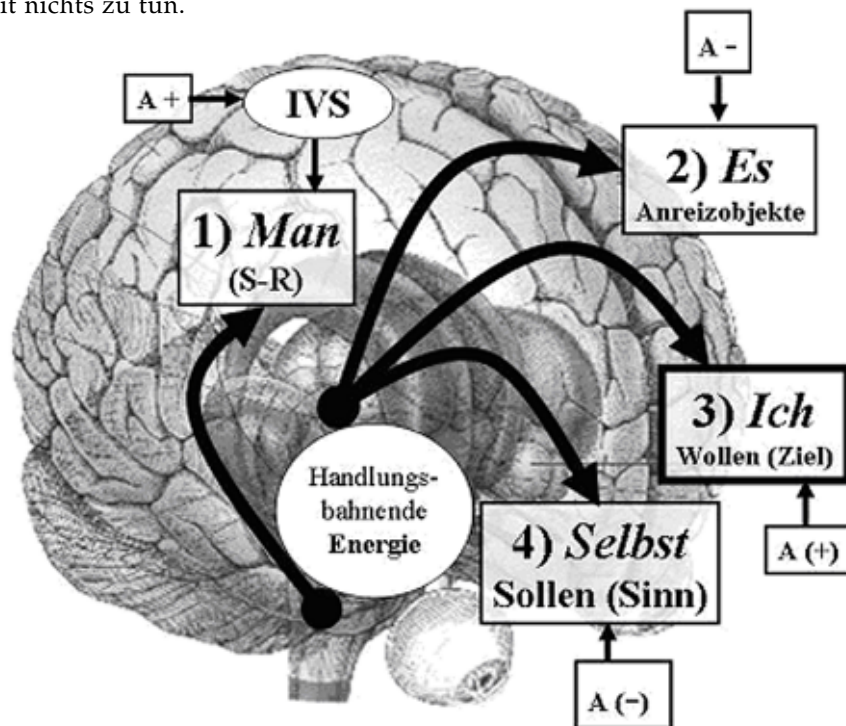


Abbildung 2. Neurobiologische Modellskizze zu den vier verhaltensbahnenden Systemen (gekrümmte Pfeile), deren Zielregionen vier unterscheidbaren, dopaminerg (DA) gebahnten Systemen entsprechen und von unterschiedlichen Affekten aktiviert werden: (1) nigrostriatales System (mit einem für die intuitive Ausführung *willentlicher* Handlungen

wichtigen rechtsparietalen räumlichen Aufmerksamkeitssystem: IVS), (2) mesolimbisches DA-System (Erkennen von Objekten mit positiver oder negativer Anreizqualität), (3) links-hemisphärisches mesokortikales DA-System (Ich und Intentionsgedächtnis) und (4) rechts-hemisphärisches mesokortikales DA-System (Selbst und Extensionsgedächtnis). Legende: A+ = positiver Affekt; A- = negativer Affekt; A(+) = gedämpfter positiver Affekt; A(-) = Dämpfung des negativen Affekts: Gelassenheit.

Freiheit bedeutet einfach Selbstbestimmung, also *Determination* des Entscheidens und Handelns durch das Selbst, das den Sinn und die Selbstkongruenz einer Handlung sichert. Freiheit heißt hier aber keineswegs Freiheit von dem Zusammenhang zwischen Ursache und Wirkung. Freiheit bedeutet Befreiung von der *primitiven* Determination, wie sie für konditionierte Gewohnheiten, für impulsives oder lustgesteuertes Verhalten gilt (also das, was Frankl der „psychischen“ Sphäre zuordnete). In Abbildung 2 sind die vier wichtigsten Wege der Verhaltensbahnung, die auch neurobiologisch unterscheidbar sind, dargestellt. Verhalten kann durch Gewohnheiten, also Reiz-Reaktions-Verknüpfungen bestimmt werden (das, was „man“ so tut), oder durch Anreize (das, was Spaß macht oder sonstwie Lust erzeugt), durch bewusste Ziele (aus dem Ich) oder durch eine umfassende Kongruenz des Tuns mit dem Sinn prüfenden Selbst. Handeln, das auf purer Gewohnheitsbildung beruht (Abb. 2), hat natürlich viel weniger Freiheitsgrade als sinnbasiertes Handeln: Wenn ein Auslösereiz, der mit einer Gewohnheit assoziiert ist, oder ein Lustobjekt auftaucht, ist die Handlung bzw. das Objekt festgelegt (es sei denn, andere handlungsbahnende Systeme wie das Selbst beteiligen sich an dem Geschehen). Auch das denkende, bewusste Ich ist in seinen Freiheitsgraden noch beschränkter, als es denkt (es sei denn es generiert seine Ziele in enger Abstimmung mit dem Selbst). Alle diese groben Formen der Verhaltensbahnung, Gewohnheiten, Anreizobjekte und vom Selbst abgekoppelte Ziele des Ich, also Introjekte, lassen so wenig Freiheitsgrade, dass man mit dem klassischen Kausalbegriff auskommt: Eine Ursache, wie der passende Auslösereiz, reicht aus, um das assoziierte Verhalten notwendig zur Folge zu haben.

Naturwissenschaftler reduzieren ihren Begriff von Determination heute jedoch nicht mehr auf den einfachen Kausalbegriff, auch wenn sich das unter naturwissenschaftlich orientierten Psychologen und Neurobiologen noch nicht ganz herumgesprochen hat. Der primitive Kausalbegriff hat uns von der Antike bis in die Neuzeit begleitet, etwa von der aristotelischen *causa efficiens* bis zu Kants Ursache, die ihre Wirkung notwendig zur Folge hat. Systemtheoretische Kausalität meint ein weit gespanntes, dynamisches Ge-

flecht von wechselseitigen Einflüssen (wenn es sich wissenschaftlicher anhören soll, nennt man das „Multikausalität“ und „Nichtlinearität“). Das Selbst, das wir mit Begriffen wie Selbstbestimmung und Selbststeuerung ansprechen, integriert intuitiv unzählige Lebenserfahrungen, eigene und fremde (einschließlich der kulturell tradierten) und liefert dadurch für jede Lebenssituation ein riesiges Netzwerk an Handlungsmöglichkeiten, die sehr viele Randbedingungen berücksichtigen. Dass die Freiheitsgrade eines Verhaltens, das aus dem Selbst bestimmt ist, geradezu astronomische Dimensionen annehmen können, bedeutet keinen Gegensatz zur Naturwissenschaft, die ja z. B. auch nicht aus der Unendlichkeit des Universums oder aus der Unvorhersagbarkeit auf der Quantenebene die Unvereinbarkeit dieser Gegenstände mit naturwissenschaftlichem Denken und Forschen ableitet. Heute ist es auch für Naturwissenschaftler akzeptabel, dass komplexe Determination zwar jede Möglichkeit der vollständigen Vorhersage ausschließt, aber deshalb nicht weniger naturwissenschaftlich ist.

Die Hauptstraßen zum Sinn: Existenzanalytische Pendelübungen

In der naturwissenschaftlichen Psychologie sind die Anfänge eines tief greifenden Paradigmenwechsels bemerkbar, der auch die Philosophie, die Theologie und andere Nachbarwissenschaften erfassen wird. Der naturwissenschaftliche Blick auf die komplexen Ebenen der menschlichen Psyche ist nicht mehr unausweichlich reduktionistisch, wie es noch zu Frankls Lebzeiten der Fall war. Die von mir und meinen Mitarbeitern entwickelte Osnabrücker Persönlichkeitstheorie integriert viele Befunde aus der experimentellen Persönlichkeits-, Motivations- und Entwicklungspsychologie sowie das, was wir neuerdings aus der Neurobiologie lernen können. Die für das Sinnerleben, die Selbstentwicklung und die Zielumsetzung relevanten Interaktionen psychischer Systeme lassen sich in einem Koordinatensystem darstellen, das interessante Gemeinsamkeiten mit Frankls Koordinatensystem aufweist, in dem er die Hauptwege zum Sinn dargestellt hat (Abb. 3). Die Wege zum Sinn konvergieren mit dem, was wir „psychische Basiskompetenzen“ nennen: Liebe und Leid, Lust und Leistung (vgl. die Beschriftung der vier Pole in Abb. 3).

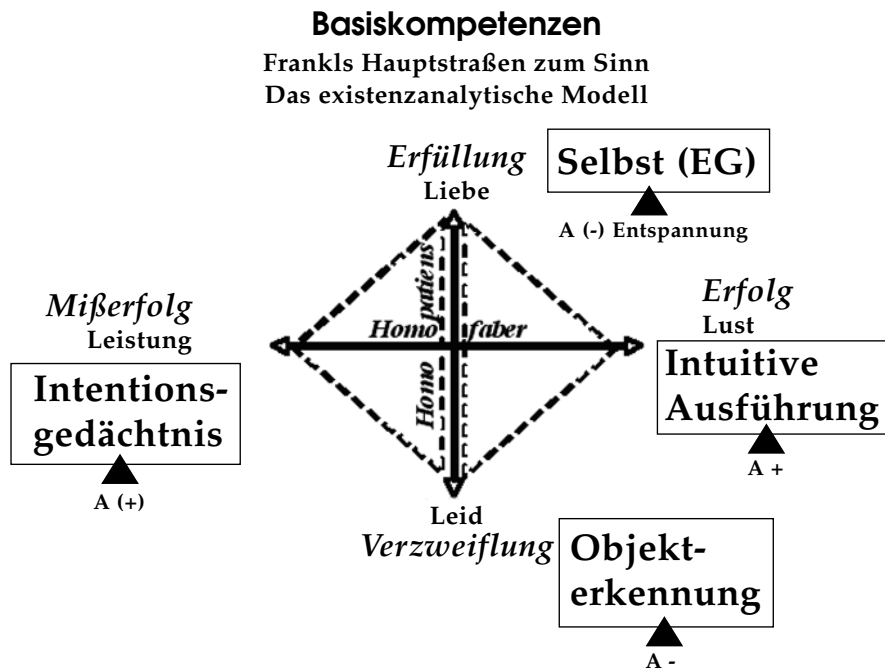


Abbildung 3: Konvergenzen zwischen Franks existenzanalytischem Modell und der PSI-Theorie

Das sind Kompetenzen, die bereits in klassischen Lehrbüchern der Psychiatrie als Voraussetzungen für ein gelingendes Leben beschrieben wurden. Das erste Kompetenzpaar, die Liebes- und die Leidensfähigkeit (vertikale Achse in Abb. 3), ist sicherlich der Sinnstiftung näher als das zweite (waagrechte Achse in Abb. 3). Der dialektische Wechsel zwischen Leid (mit A-) und der im Kontext der Liebe erreichten Bewältigung von Leid [mit A(-)] wurde von Frankl in gerade einem solchen Koordinatenkreuz als Motor der Selbstentwicklung des *Homo patiens* dargestellt (senkrechte Achse in Abb. 3). Aber auch das zweite Paar, das der Dynamik des *Homo faber* zugrunde liegt, kann und soll an das Sinn vermittelnde System angeschlossen werden, wenn das auch nicht unbedingt von „selbst“ funktioniert: Leistung *soll* sogar ab und zu auch dann möglich sein, wenn sie *nicht* mit allen Schichten des Sinnerlebens verknüpfbar ist. In diesem Fall sprechen wir nicht von Selbstregulation, sondern von Selbstkontrolle, die streng genommen eigentlich Ich-Kontrolle heißen sollte (zumindest wenn man wie bei der Selbstregulation das Subjekt der Steuerungsprozesse benennen will).

Die neue Osnabrücker Persönlichkeitstheorie beschreibt dynamische Interaktionen zwischen Persönlichkeitssystemen und heißt deshalb Persönlichkeits-System-Interaktions-Theorie, abgekürzt PSI-Theorie (vgl. die vier Kästen in Abb. 3). Die PSI-Theorie beschreibt, wie die Interaktionen zwischen den Systemen, die an gegenüber liegenden Polen angeordnet sind, durch Affekte moduliert werden. Aber das muss man erst lernen: ein solches Koordinatenkreuz in ständiger Bewegung zu sehen! Die senkrechte Bewegung beschreibt das *Selbstwachstum*, das in der Integration erfahrenen Leids in das Netzwerk Sinn stiftender Lebenserfahrungen besteht, die wir das Selbst nennen. Diese Integration wird durch den Wechsel von negativem Affekt (unterer Pol der senkrechten Achse) und seiner Bewältigung, also von Leid zur entspannten Gelassenheit (oberer Pol) erleichtert: Man muss zunächst leidvolle Stimmungen aushalten können, statt sie zu verdrängen, damit man sie später allmählich mit dem Selbst in Kontakt bringen und letztlich integrieren kann. Wer im Leid stecken bleibt (unterer Pol), verliert den Selbstzugang (oberer Pol), was wir – wie eingangs erwähnt – objektiv durch die Häufigkeit messen, mit der jemand fremde mit eigenen Zielen verwechselt (Kuhl & Kazén, 1994) Die *Selbstberuhigung*, wie wir die Fähigkeit nennen, negativen Affekt durch persönliche Auseinandersetzung herunterzuregulieren statt ihn zu verdrängen, ist eine Voraussetzung für die Integration leidvoller Erfahrungen.

Was heißt das auf Logotherapeutisch?

Soweit also die Funktionsanalyse der an der Selbstberuhigung und dem Selbstwachstum beteiligten Systeme. Aber Hand aufs Herz: Die logotherapeutische Beschreibung dieser Prozesse klingt doch sehr viel wohltuender. Ich zitiere eine Passage aus dem Vortrag von Frau Deckart: *„Da sind wir einerseits ganz wir selbst, und andererseits ganz auf unser Eigentlich-Gemeint-Sein, unser Sein-Sollen ausgerichtet. Da spricht die von Kummer jeder Art überwältigte Seele, assistiert von den Äußerungen des Körpers, mit der geistigen Person, mit dem Gewissen. Und plötzlich können wir in allen Dimensionen unseres Seins das Durchtöntsein von der Transzendenz wahrnehmen und erleben wieder Orientierung. Das ist ein so überwältigendes Erlebnis, beim Wesentlichen angekommen zu sein, dass wir unsere Vergangenheit loslassen können. Demgegenüber verblassen alle Gefühle von Schuld, Kränkung, Wut, Selbsthass, und die körperlichen Reaktionen beruhigen sich wieder: Tränen versiegen von selbst, das Herz hört auf zu stolpern, Schmerzen klingen ab usw.“*

Verstehen Sie, warum ich mit meinen Studierenden übe, immer wieder zwischen den Sprachebenen hin und her zu wechseln? Sonst würde uns die

funktionsanalytische Sprache trotz aller Komplexitätstreue mit der Zeit entleeren und begegnungsunfähig machen. Aber andererseits *erklärt* uns diese Sprache die Metaphern, die für den zwischenmenschlichen Dialog so unentbehrlich sind: Die vom Kummer überwältigte Seele findet keinen Trost, keine Relativierung, weil sie *solange* vom Selbst abgekoppelt ist, wie der Schmerz zu stark ist. In der PSI-Sprache heißt das: Zu starker Schmerz hemmt den Selbstzugang. Durch die verständnis- und liebevolle Begleitung kann einerseits das Selbst wieder aktiviert und andererseits der Schmerz so weit reduziert werden, dass er den Selbstkontakt nicht weiter hemmt. Das Loslassen können und die Überwindung von Schuld, Wut, Selbsthass und körperlichen Reaktionen kann das Selbst aus zwei Gründen leisten, erstens, weil es aufgrund seiner parallelen Netzwerkcharakteristik eine immense Zahl von relativierenden und Sinn stiftenden Lebenserfahrungen simultan auf den Schirm bringt, und zweitens, weil es so eng mit dem autonomen Nervensystem verknüpft ist, dass es Gefühle direkt verändern kann (was das bewusste, links-hemisphärische Ich entgegen Freuds ursprünglichen Vorstellungen keineswegs vermag).

Den Sinn nicht nur spüren: Existenzanalytische Verhaltenstherapie?

Schauen wir uns trotz der besonderen Bedeutung des Selbstwachstums auch die Willens- und Leistungsachse des Modells an. Die waagrechte Bewegung beschreibt nicht das Selbst-, sondern das Ich-Wachstum im Bereich der Leistung und des Willens (Abb. 3). Auch sie wird von einem Wechsel gegensätzlicher Affekte vermittelt: Schwierige oder unangenehme Ziele und Vorsätze kann man gar nicht fassen (wir sagen: nicht ins Intentionsgedächtnis laden und dort aufrechterhalten), wenn man nicht die mit ihnen verbundene Dämpfung positiven Affekts [A(+)] aushalten kann. Diese Dämpfung ist natürlich dort besonders stark, wo Probleme und Misserfolge auftreten. Ohne Frustrationstoleranz ist Leistungsmotivation nicht zu haben. Wenn man aber nicht im richtigen Moment die Dämpfung des positiven Affekts wieder aufheben kann, bleibt man auf seinen schönen Vorsätzen sitzen, ohne sie je auszuführen.; Die experimentelle Persönlichkeitspsychologie und die Neurobiologie zeigen übereinstimmend: Handlungsbahnung braucht positiven Affekt (d. h. den Wechsel vom linken zum rechten Pol der waagrechten Achse in Abb. 3).

Notorische Prediger und Idealisten sind nicht selten Frustrationsexperten, die sich so sehr in irgendeiner Art Negativismus eingerichtet haben, dass sie die positive Energie zur Umsetzung ihrer guten Absichten nicht generieren

können. Die Fähigkeit zur Generierung handlungsbahrender Energien nennen wir *Selbstmotivierung*, nicht nur weil sie „von selbst“ gelingen muss (d. h. ohne Unterstützung von außen), sondern auch weil sie wirklich aus dem Selbst vermittelt wird. Das liegt wie erwähnt daran, dass das Selbst mit dem autonomen Nervensystem vernetzt ist und deshalb Einfluss nehmen kann auf die Emotionsregulation. Logotherapeuten wissen, dass auch die Selbstmotivierung aus dem Sinnerleben, also aus dem Selbstsystem schöpft, also der Fülle intuitiv spürbarer Lebenserfahrungen, die fast immer irgendeinen positiven, motivierenden Aspekt finden lassen. Die Umsetzung einer schwierigen Absicht dauert normalerweise länger als die einer leichten. Im Labor können wir diese Willensleistung schon mit ganz einfachen Aufgaben modellieren: Die Farbe des Wortes „Rot“ zu benennen, dauert etwas länger, wenn es in blauer Schrift geschrieben ist (vgl. weiße Säule in Abb. 4). Diese Reaktionszeitverlängerung heißt Stroop-Interferenz.

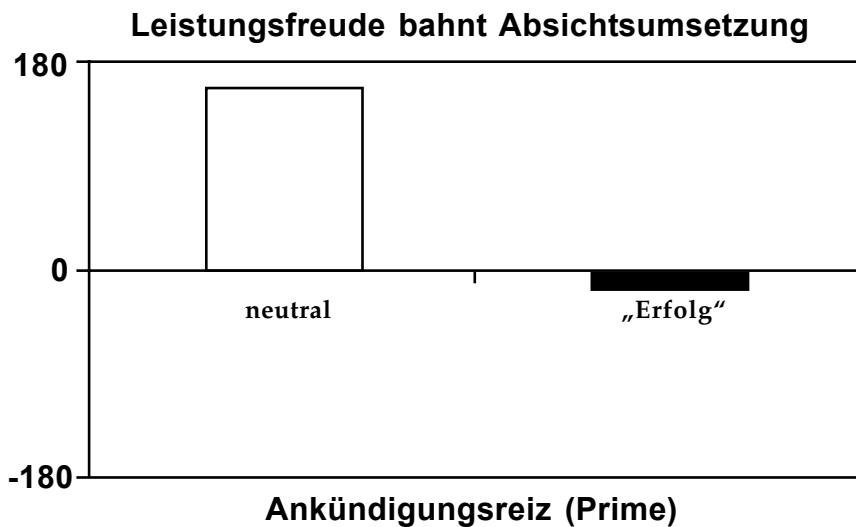


Abbildung 4: Die Verlängerung der Reaktionszeiten (weiße Säule) beim Benennen der Farbe (z. B. blau), in der inkongruente Farbwörter geschrieben sind (z. B. „rot“) verschwindet, wenn man vor jedem inkongruentem Farbwort für kurze Zeit ein positives Wort zeigt (z. B. Erfolg).

Wir haben in Osnabrück auf der Grundlage der PSI-Theorie eine Methode entwickelt, die Stroop-Interferenz zu beseitigen: Das zweite zentrale Prinzip dieser Theorie besagt nämlich, dass positiver Affekt dann, wenn man gerade eine schwierige Absicht hat, die Umsetzung dieser Absicht bahnt, was sich in einer Beseitigung der Stroop-Interferenz zeigen sollte. Das ist uns in der Tat gelungen, wenn wir Menschen vor jeder Stroop-Aufgabe (d. h. vor jedem inkongruenten Farbwort, dessen Tintenfarbe zu benennen ist) mit einem positiven Wort wie *Erfolg* „motivieren“ oder aber, wenn die Versuchsteilnehmer sich selbst motivieren können. Der Test scheint wirklich etwas über Selbstmotivierungskompetenzen auszusagen: Elmar Koetz fand in seiner Dissertation, die er mit 53 Unternehmungsgründern durchführte, heraus, dass diejenigen, die sogar ohne Motivierung von außen keine Stroop-Interferenz zeigten, einen signifikant höheren Umsatzzuwachs vom ersten zum zweiten Unternehmensjahr hatten. Diese Methode zur Messung der Willensbahnung ist Teil der neuen Osnabrücker Persönlichkeitsdiagnostik (www.impart.de).

**Aus der Not eine Tugend machen:
Selbstregulation und die Trotzmacht des Geistes**

Ich möchte mich hier darauf beschränken, die Bedeutung der Unterscheidung zwischen Erst- und Zweitreaktion in der neuen Persönlichkeitsdiagnostik zu erläutern. Diese Unterscheidung lässt sich auch aus dem logotherapeutischen Sinn- und Selbstbestimmungsbegriff ableiten, der ja ein Teil von dem ausmacht, was Frankl die *Trotzmacht des Geistes* nennt. Die Trotzmacht des Geistes, d. h. die selbstregulatorische Kompetenz, kann z. B. aus einer extremen Selbstunsicherheit eine Ressource für die Selbstentwicklung machen. Aus der Not wird sozusagen eine Tugend. Wenn jemand auf neue Situationen oft mit einer selbstunsicheren Stimmung zugeht, dann ist er einer solchen Erstreaktion nicht willenlos ausgeliefert. Die bisherige Beschränkung der gesamten Persönlichkeitsdiagnostik auf die Messung von Erstreaktionen muss überwunden werden. Menschen sind ihren spontanen Erstreaktionen nicht ausgeliefert. Sie können ihre emotionalen und kognitiven Erstreaktionen dem Sinn entsprechend verändern.

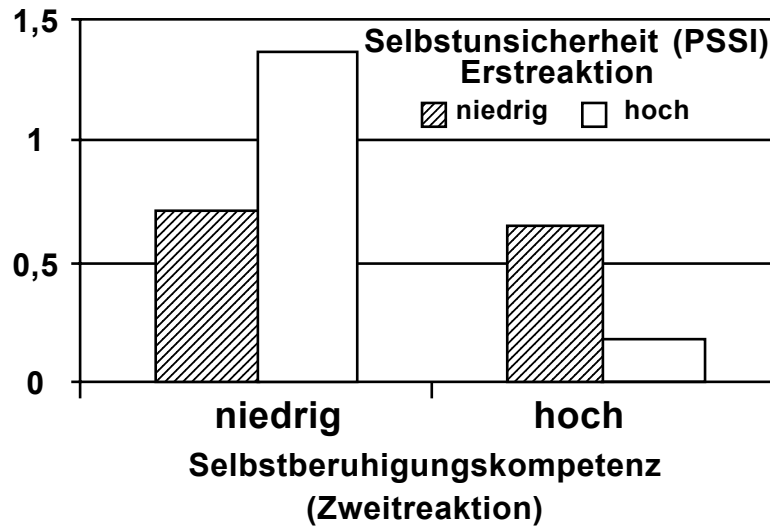


Abbildung 5: Symptomschwere (Gesamtindex der Symptomcheckliste) in Abhängigkeit von der Erstreaktion (selbstunsicherer Persönlichkeitsstil gemessen mit dem PSSI) und der Zweitreaktion (affektregulatorische Kompetenz)

Wir haben in einer gerade publizierten Untersuchung dieses für die Praxis wichtige Prinzip empirisch nachgewiesen: Extreme Werte eines einseitigen Persönlichkeitsstils können in der Tat psychosomatische Symptome verursachen, wie es in der hier dargestellten Untersuchung der Fall war (die linke von den beiden weißen Säulen zeigt die starke Symptombildung bei den Selbstunsicheren). Aber: Die rechte von den beiden weißen Säulen in Abb. 5 zeigt, dass eine genauso starke Ausprägung eines einseitigen Stils oder einer vermeintlichen „Störung“ (hier Selbstunsicherheit) *keine* Belastung durch psychische Symptome bringt (sogar vor ihnen schützen kann), wenn die Selbststeuerung intakt ist. Eine intakte Selbststeuerung ermöglicht es ja, noch so extreme Einseitigkeiten überall dort, wo es nötig erscheint, gegenzuregulieren (d. h. die Zweitreaktion ist bei diesen Personen gar nicht mehr so selbstunsicher wie der Erstreaktion).

Systemkonditionierung: Wie lernt der Geist zu trotzen?

Halten wir also fest: Selbstwachstum wird durch Selbstberuhigung und Willensbahnung durch Selbstmotivierung ermöglicht. Diese beiden Kompetenzen entsprechen dem Trost und der Hoffnung, die Frau Deckart im Zusam-

menhang mit der wertschätzenden Begegnung, also der ersten der vier von ihr erörterten methodischen Elemente der Logotherapie genannt hatte. Und damit sind wir bei der Frage nach der therapeutischen Beeinflussbarkeit von Selbstberuhigung und Selbstmotivierung. Kann die systemanalytische Persönlichkeitstheorie helfen, die Wirkungsweise logotherapeutischer (und anderer) Interventionsmethoden zu erklären? Warum brauchen Trost und Hoffnung den Kontext der wertschätzenden Begegnung? Den Prozess der Entwicklung affektregulatorischer Kompetenzen in der wertschätzenden Begegnung beschreibe ich in der PSI-Theorie mit dem Modell der *Systemkonditionierung*, das die delikate Eigenschaft hat, dass es das umfassendste, mit naturwissenschaftlichen Mitteln grundsätzlich nicht vorhersagbare System (nämlich das Selbst und seine verstehende und liebevolle Begegnung mit einem anderen Selbst) mit dem einfachsten Lernmechanismus des Behaviorismus (dem Konditionieren) verbindet, und das, *ohne* in Reduktionismus zu verfallen (Kuhl, 2001).

Das will ich jetzt erklären: Wir wissen aus der Neurobiologie, wie im Gehirn neue Verknüpfungen gelernt werden. Die von Pawlow beschriebene Methode des klassischen Konditionierens funktioniert so: Neue Verknüpfungen wie die Verbindung zwischen dem Glockenzeichen und dem Futter, das Pawlows Hunden das Wasser im Munde zusammenlaufen ließ, werden gebildet, wenn die beiden zu verbindenden Reize (Glocke und Futter) kurz hintereinander gezeigt werden. Nach einigen Wiederholungen des gleichzeitigen oder rasch aufeinander folgenden Auftretens von Glocke und Futter wird die Speichelreaktion auch ausgelöst, wenn das Futter wegbleibt. Die Übertragung dieses Modells auf den Erwerb affektregulatorischer Kompetenzen mag auf den ersten Blick wie purer Reduktionismus wirken. Das scheint aber nur so. Wie soll das Selbst denn sonst die Fähigkeit erhalten, den Trost und die Hoffnung, die der Therapeut vermittelt, irgendwann buchstäblich „selbst“ zu auszulösen? Das geht nur, wenn Verbindungen geschaffen werden zwischen dem Selbst und dem System, in dem Affekte entstehen und verändert werden. Und neue Verknüpfungen werden nun einmal im Gehirn dann gebildet, wenn die zu verknüpfenden Reize oder Systeme im Abstand von wenigen hundert Millisekunden aktiviert werden. Wann ist das Selbst aktiv? Die Antwort ist einfach: Jedes biologische System ist solange aktiv, wie es gebraucht wird. Das gilt für den Muskel, der verkümmert, wenn er eingegipst wird, ebenso wie für Strukturen des Gehirns. Wann wird das Selbstsystem gebraucht? Ganz einfach: Wenn zwei Menschen auf der Ebene des Selbst kommunizieren, wenn sie also persönlich werden. In der Interaktion zwischen Mutter und Kind ist das noch ganz simpel: es passiert, wenn z. B. die Mutter

ihren Trost oder ihre Ermutigung ab und zu gerade dann gibt, wenn das Kind ein entsprechendes Bedürfnis ausdrückt (denn dann ist das Selbst des Kindes aktiv). In späterem Alter wird das Selbst etwas anspruchsvoller. Dann reicht nicht promptes Trösten oder Ermutigen, dann muss sich eine Person als Person verstanden fühlen, sonst schaltet sie ab. Was wird dann abgeschaltet? Natürlich das Selbst, denn das wird dann ja nicht gebraucht. Dann kann auch kein noch so guter Trost oder sonst irgendetwas Gutes, das in der Therapie passiert, in die Steuerungskompetenz des Selbst eingebunden werden.

Für die Bedeutung der Systemkonditionierung, die wir auf „Logotherapeutisch“ ruhig liebevolle Begegnung nennen dürfen, gibt es viele Befunde. Zwei Beispiele: Heidi Keller hat mit ihrem Team hier in Osnabrück in vielen entwicklungspsychologischen Untersuchungen gezeigt, dass Kinder von Müttern, die in den ersten Lebensmonaten die Blickzuwendung des Kindes nur um einige hundert Millisekunden verzögert beantworten, emotionale Anpassungsstörungen entwickelten. Andere Untersuchungen zeigen, dass die Unmittelbarkeit des emotionalen Austausches in der Begegnung von Mutter und Kind ebenfalls nur um Bruchteile von Sekunden verzögert zu werden braucht, um beim Säugling bereits emotionale Stressreaktionen auszulösen. Das hört sich so an, als müssten Mütter voll gestresst sein, um diese Millisekunden einzuhalten. In Wahrheit geschieht dies aber ganz stressfrei vermittelt durch so genannte intuitive Elternprogramme. Durch die prompte und angemessene Gegenregulation der Selbstäußerungen negativer Emotionen des Kindes wird der Grundstein gelegt für die Entwicklung von Selbstkongruenz, d. h. der Übereinstimmung expliziter Ziele (des Ich) mit dem gefühlten Überblick über sämtliche Bedürfnisse, Werte und Sinnbezüge (des Selbst). Wir haben an einer Patientenstichprobe in der Tat die alte These bestätigen können, dass psychosomatische Symptome gerade dann mit erhöhter Wahrscheinlichkeit auftreten, wenn das Ich Ziele verfolgt, die keinen Kontakt zu den eigentlichen (selbstkongruenten) Bedürfnissen haben (Baumann et al., 2005). Sinnentfremdete Ziele machen also krank, das ist inzwischen auch empirisch nachgewiesen.

Tertium datur: Das Selbst und die Logotherapie

Ich möchte meinen Versuch, einige Elemente der Logotherapie funktionsanalytisch zu begründen noch ein wenig weiter führen. Alle zentralen Funktionsmerkmale des Selbst lassen sich in der Tat mit Elementen der Logotherapie verbinden (Tabelle 1). Erstens hat das Selbst trotz seiner Offenheit für alle Erfahrungen, seien sie positiv oder negativ, eine *positive Bilanzierungstendenz*: Ein gut entwickeltes Selbst kann sich also Wahrhaftigkeit auch dort leisten,

wo sie weh tut. Die Bilanz bleibt positiv. Es ist klar, was die Voraussetzung für dieses Funktionsmerkmal ist: Es ist natürlich die in der Vergangenheit erfahrene Liebe. Wenn das Selbst mit vielen liebevollen Episoden gespeist worden ist, dann bleibt die Bilanz positiv, auch wenn man sich (d. h. das Selbst) mit leidvollen Erfahrungen und eigenen Schwächen konfrontiert. Übersetzen wir die positive Bilanzierungsfunktion in die logotherapeutische Sprache (rechte Spalte in Tab. 1), dann kommen wir zu Frankls Basiserfahrung: „Trotzdem Ja zum Leben sagen“.

Tabelle 1: Konvergenzen zwischen Logotherapie/Existenzanalyse und den experimentell dokumentierten Funktionsmerkmalen des Selbst

Funktionsmerkmale des Selbst	Logotherapie und Existenzanalyse (Überwindung der Depression*)
Ja-Sagen (self-positivity)	... trotzdem Ja zum Leben (Ärztliche Seelsorge)
Emotionen (RH)	Intentionale Gefühle (Wertorientierte Imagination)
Sowohl-als-auch (RH)	Geistige Synthese / Präsenz (Fantastischer Dialog)
Unbewusst (IAT)	Das geistig Unbewusste (Paradoxe Intervention)
Sammlung (Vigilanz, Moral)	Das wachsame Gewissen (Einstellungsmodulation)

*FRANKL, V. (1939). Zur medikamentösen Unterstützung der Psychotherapie bei Neurosen. *Schweizer Archiv für Neurologie und Psychiatrie*, 152, 26-31.

Was wäre die Entsprechung für das zweite Funktionsmerkmal (Tab. 1) „Emotionsanbindung“ (ich hatte ja erwähnt, dass die rechte Hemisphäre stark mit dem autonomen Nervensystem vernetzt ist)? Hier dürfen wir an Frankls Begriff der intentionalen Gefühle denken. Die zentrale Rolle der Gefühle für den Selbstzugang und die Selbstentwicklung wird auch in Böschmeyers wertorientierter Imagination und sehr differenziert auch in Längles Elaboration der Logotherapie berücksichtigt. Der persönliche Wert eines Ereignisses ist ja erst erkenn- und erfühlbar, wenn eine emotionale Bewertung stattgefunden hat. Die Emotionsanbindung des Selbst hatte Heidegger so ausgedrückt: Das Dasein ist immer etwas Gestimmtes. Durch die Emotionsanbindung trägt das Selbst also dafür Sorge, dass wir beim Entscheiden und Han-

deln weder unsere eigenen Bedürfnisse und Werte noch die der anderen außer Acht lassen. Durch die Anbindung der rechten Hemisphäre an Emotionen und Körperprozesse ist auch verständlich, warum der Selbstkontakt so wichtig für die Gesundheit ist.

Das dritte Funktionsmerkmal des Selbst beruht auf seiner parallelen Verarbeitungsform: Wir können sie als eine Sowohl-als-auch-Charakteristik beschreiben, weil bei der Auswahl der bei einer Entscheidung zu berücksichtigenden Informationen kein verfrühtes Entweder-Oder passiert (wie beim linkshemisphärischen Denken, wo man z. B. entweder nur auf sich oder nur auf die anderen achtet), sondern durch die Parallelverarbeitung eine Berücksichtigung aller potenziell relevanten Gesichtspunkte möglich ist (Tab. 1). Parallele Verarbeitung auf der höchsten Integrationsebene bedeutet, dass unzählige Informationen und Randbedingungen gleichzeitig berücksichtigt werden können, so dass immer wieder Handlungsmöglichkeiten gefunden werden können, die scheinbar widersprüchliche Gefühle und Bedürfnisse unter einen Hut bringen. Dann fällt es nicht mehr ganz so schwer, Beruf und Familie zu integrieren, die unterschiedlichen Bedürfnisse verschiedener Menschen in einer Gruppe zu vereinbaren und Konfliktlösungen zu finden. Das liegt daran, dass das Entweder-Oder-Prinzip der linkshemisphärischen Logik (das *tertium non datur*) überwunden wird, das der Quantenphysiker Niels Bohr die erste Form der Wahrheit genannt hat: Bei der ersten Form der Wahrheit ist das Gegenteil einer Aussage falsch. Für die rechte Hemisphäre gilt jedoch die zweite Form der Wahrheit: Für sie ist nach Bohr das Gegenteil einer Aussage ebenfalls wahr (in Frankls Worten: *tertium datur*). Der *fantastische Dialog* weitet den Horizont, erleichtert die Parallelverarbeitung, die die geistige Synthese und Präsenz ermöglicht (Tab. 1): Mit einer Person zu sprechen, die gar nicht vorhanden ist, ist eine Zumutung für die linkshemisphärische Objektwahrnehmung und eine Einladung für rechtshemisphärische Parallelverarbeitung, weil die im fantastischen Dialog kontaktierte Person ja gar nicht auf die Merkmale einer wirklichen Person reduziert ist, sondern Wesenszüge annehmen kann, die keine der beteiligten konkreten Personen aufweist.

Das vierte Funktionsmerkmal des Selbst ist sein unbewusster oder besser gesagt sein überbewusster Status (s. Tab. 1). Diesem Merkmal entspricht Frankls geistiges Unbewusste. Wegen seines nicht-bewussten Status sind die Funktionsmerkmale des Selbst zum Leidwesen vieler Linkshemisphäriker über bewusste Kontrolle nicht zu haben. Aufforderungen wie „Sei spontan!“, „Freu dich doch!“ oder „Liebe mich!“ sind paradox, weil sie emotionale Zustände ansprechen, die eben nicht bewusst herstellbar sind. Dies ist die funk-

tionale Grundlage für die Betonung der De-Reflexion, also die Abschwächung des analytischen Denkens in der Logotherapie. Selbstverständlich wäre auch die Aufforderung: „Denk nicht so viel“ paradox. Man muss also indirekte Wege gehen – oder gleich zur *paradoxen Intervention* greifen (Tab. 1). Das ist Frankls geniale Erfindung, um die bewusste Kontrolle der linken Hemisphäre mit dem Gegenteil des eigentlich Gewollten zu beauftragen, damit die unbewusste Steuerung des Selbst frei wird für die Herbeiführung des Gewollten. Ich-Transzendenz bedeutet also oft nicht mehr als Selbstkontakt (also nicht notwendig auch Selbst-Transzendenz).

Schließlich entspricht das fünfte Funktionsmerkmal des Selbst, die wachsam-schwebende Form der Aufmerksamkeit, die aus dem Hintergrund des Bewusstseins ein breites Spektrum persönlich relevanter Ereignisse überwacht, der *Wachsamkeit des Gewissens* (s. Tab. 1). Diese Wachsamkeit hilft nicht nur, Ziele darauf hin zu prüfen, ob sie zur Gesamtheit der eigenen Werte und Bedürfnisse passen (bei Fehlpassung meldet sich das Gewissen). Die breite Aufmerksamkeit hilft auch, Ziele selbst dann nicht aus den Augen zu verlieren, wenn wir gerade nicht an sie denken. Diese nicht bewusstseinspflichtige Wachsamkeit ist ein guter Helfer zur *Einstellungsmodulation*: Die Fixierung auf eine bestimmte Einstellung zur Krankheit, einen festen Plan oder eine konkrete Situation wird überwunden. Wie ein Schutzengel hilft die Wachsamkeit, dass uns immer im richtigen Moment gerade das einfällt, was momentan zu tun ist. Patienten, die Schwierigkeiten haben, das zu tun, was sie sich vorgenommen haben, hilft die Einübung dieser Wachsamkeit genauso wie denen, die zu wenig auf ihre Gesundheit achten oder die sich in ihrer Krankheit eingerichtet haben. Für den Umgang mit dem Patienten wäre es natürlich schön, wenn man die in Tabelle 1 dargestellten Komplexitäten auch etwas einfacher vermitteln könnte. Auch hier wusste Frankl, wie Sie wissen, sich (und uns) zu helfen: „Das Allvernünftigste ist, nicht allzu vernünftig sein zu wollen“ (zuviel Ich-Vernunft verhindert das Umschalten in die unendlichen Weiten des Selbst).

Wenn die Trotzmacht Pause macht: Kann Regression gut sein?

Ich fasse zusammen: Auf der Basis der experimentellen und neurobiologischen Forschung können wir die Funktionsweise der Persönlichkeitssysteme immer detaillierter beschreiben, die das Verhalten des Menschen sinngebunden und selbstkongruent steuern. Die Funktionsanalyse der Interaktionen zwischen diesen handlungssteuernden psychischen Systemen hat gezeigt, dass es im Wesentlichen zwei Arten gibt, wie Menschen sich und den Sinn verfehlen können. Es gibt das Zurückfallen aus der umsichtigen Sorge des

Selbst für die eigene Existenz in das bewusste Ich mit seiner eigentlich nur für die disziplinierte Zielverfolgungsdynamik gemeinten verengten Aufmerksamkeit und seiner eigentlich nur vorübergehend sinnvollen Abkopplung von der Körperwahrnehmung, von Emotionen, von den Werten und ihrer moralischen Intelligenz. Diese Reduktion nenne ich horizontal, weil sie auf der Ebene intelligenter rationaler Funktionen bleibt. Die *vertikale* Regression ist das Zurückfallen auf alles, was nicht selbst- und sinngesteuert, aber auch nicht Ich-gesteuert, sondern situationsgesteuert abläuft, also hedonistische Impulse, und Gewohnheiten, einschließlich der allgemeinen Gepflogenheiten, die Heidegger mit der alltäglichen Durchschnittlichkeit des Daseins beschrieb, die sich an dem orientiert, was „man“ halt so tut (vgl. Abb. 2).

Die PSI-Theorie integriert auch Ansätze, die erklären, warum es ohne Regression nicht geht. Ohne horizontale Regression in das linkshemisphärische Ich kämen wir nicht aus der rechtshemisphärischen Weite des Sinnhorizonts ins konkrete Handeln, was wichtig ist, wenn schwierige oder unangenehme Ziele umzusetzen sind. Ohne vertikale Regression würde das Selbst nicht wachsen können (senkrechte Achse in Abb. 3). Das, was Psychologen *Regression* und Theologen *Sünde* nennen, passiert neurobiologisch betrachtet, wenn alle Top-down wirksamen Systeme der Hirnrinde (zu denen das Ich und das Selbst gehören) ihren Einfluss auf elementare Strukturen der Emotionsgenerierung und des impulsiven Handelns verlieren: Wenn der Top-down-Einfluss des Ich und des Selbst abgeschwächt ist (oder auf Logotherapeutisch: wenn die Trotzmacht des Geistes vorübergehend nachlässt), dann werden Ich und Selbst mit fremden Einzelerfahrungen konfrontiert, die ohne vertikale Regression gar nicht das nötige Gewicht erhalten würden, um so ernst genommen zu werden, dass die beiden rationalen Systeme, also das Selbst und das Ich, daran wachsen können. Es ist klar, dass die vertikale und die horizontale Regression die funktionsanalytische Entsprechung liefern für logotherapeutische Begriffe wie *Verstimmung der geistigen Person*, Verlust der *Trotzmacht des Geistes* und dass die Progression das wachstumsfördernde *Existere* beschreibt, das Heraustreten aus der inkohärenten Vereinzelung regressiver Erfahrungen in das Sinn und Kohärenz stiftende Selbst mit seinem handlungsstarken Ich.

Die Osnabrücker Persönlichkeitsdiagnostik bekommt Flügel

Für heute endet hier mein funktionsanalytisches Wörterbuch logotherapeutischer Begriffe, das sich noch erheblich verlängern ließe. Es lohnt sich, dieses Wörterbuch immer weiter zu entwickeln, weil es vor epistemischen Einseitigkeiten schützt. Ich brauche Logotherapeuten nicht zu erklären, was wir

verlören, wenn wir uns auf die funktionsanalytische Wissenschaftssprache reduzieren würden. Aber ich möchte zu bedenken geben, dass auch die metaphorisch-phänomenologische Sprache der Logotherapie auf Dauer nicht ausreicht. Die Wechselwirkung zwischen den Erkenntnisystemen, zwischen Denken und Fühlen, zwischen Selbst und Ich, zwischen Sinn stiftender Weite und Fokussierung auf konkrete Handlungsziele, sollte nicht nur für Patienten gelten. Auch dem Therapeuten kann es helfen, den weiten Horizont einer mitfühlenden und Sinn vermittelnden persönlichen Begegnung mit der wissenschaftlichen Präzision und Umsetzungsstärke des Ich zu verbinden. Der verengte Aufmerksamkeitsfokus des Ich ist gerade dann heilsam, wenn es darauf ankommt, den Kern eines Problems immer wieder neu herauszupräparieren und auch klare Konsequenzen für Verhaltensänderungen abzuleiten.

Für solche funktionsanalytische Aufgaben haben wir die entwicklungsorientierte Osnabrücker Systemdiagnostik entwickelt (www.impart.de). Eine so umfassende Diagnostik, die die entwicklungsfähigen Ressourcen eines Menschen aufdeckt, eignet sich natürlich nicht so gut wie die klassische Persönlichkeitsdiagnostik für statisches Schubladendenken. Mir als Konstrukteur dieses diagnostischen Instruments geht es wohl wie dem Klavierbauer, der einen Flügel eigentlich für einen virtuosen Pianisten gebaut hat (und nicht für Technikfreaks, die ihn auseinander nehmen und sich an seiner Mechanik erfreuen). Ich habe versucht, deutlich zu machen, warum ich unser neues Instrument gern in den Händen von Logotherapeuten sähe, die sich nicht in den Einzelheiten der Technik verlieren, sondern die Technik nutzen, um sich und anderen das Abheben in die unendlichen Weiten der menschlichen Existenz zu ermöglichen.

Literatur

- BAUMANN, N., KASCHEL, R., KUHL, J. (2005). Striving for unwanted goals: Stress-dependent discrepancies between explicit and implicit achievement motives reduce subjective well-being and increase psychosomatic symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 781–799.
- BAUMANN, N., KASCHEL, R., KUHL, J. (2007). Affect sensitivity and affect regulation in dealing with positive and negative affect. *Journal of Research in Personality*, 41, 239–248.
- BAUMANN, N., KUHL, J., KAZÉN, M. (2005). Hemispheric activation and self-infiltration: Testing a neuropsychological model of internalization. *Motivation and Emotion*, 29, 135–163.
- Frankl, V. (2002). *Logotherapie und Existenzanalyse*. Weinheim: Beltz.
- KEENAN, J.P., NELSON, A., O'CONNOR, M., PASCUAL-LEONE, A. (2001). Self-recognition and the right hemisphere. *Nature*, 409, 305.
- KIRCHER, T.T.J., BRAMMER, M., BULLMORE, E., SIMMONS, A., BARTELS, M., DAVID, A.S. (2002). The neural correlates of intentional and incidental self processing. *Neuropsychologia*, 40, 683–692.
- KUHL, J. (2001). *Motivation und Persönlichkeit: Interaktionen psychischer Systeme*. Göttingen: Hogrefe.
- KUHL, J., KAZÉN, M. (1994). Self-discrimination and memory: State orientation and false self-ascription of assigned activities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 103–115.

Der Autor

Prof. Dr. Julius Kuhl
Professor für Differentielle Psychologie und Persönlichkeitsforschung
Universität Osnabrück
Fachbereich Humanwissenschaften
49069 Osnabrück

Die Notwendigkeit einer sinnorientierten humanistischen Perspektive im Spektrum heutiger Psychotherapie-Diskurse

In Memoriam Viktor Frankl (1905–1997)

1. Der Mensch zwischen Natur und Kultur: Leben in Freiheit und Verantwortung

In einem Vorwort zu Viktor Frankls Buch *Die Sinnfrage in der Psychotherapie*¹ hat Franz Kreuzer die treffende Bemerkung gemacht: „Frankl hat den Sinn entdeckt wie Kneipp das Wasser“. Beide, Frankl und Kneipp, stellen ins Zentrum ihrer Arbeit etwas, was eigentlich immer schon wie selbstverständlich allgegenwärtig ist, aber vielleicht gerade deshalb allzu leicht aus dem Aufmerksamkeitsfokus der Menschen entschwindet. Augenfällig und gefährlich wird es erst dann, wenn ein Mangel bemerkt wird. Das Leiden an Wassermangel und an Sinnlosigkeit ist gleichermaßen bedrohlich. Und wie in manchen Regionen der Erde der Wassermangel durch gesellschaftliche Entwicklungen entstanden oder zumindest mit verursacht wurde, die man gemeinhin als „Fortschritt“ bezeichnet, hängt auch der zunehmende Sinnverlust mit unserem „Fortschritt“ zusammen: „Im Gegensatz zum Tier sagt dem Menschen kein Instinkt, was er *muss* und keine Tradition mehr was er *soll* – und nun scheint er nicht mehr recht zu wissen, was er eigentlich *will*“, brachte Frankl diese Basis der „noogenen“ Massenneurose in diesem Werk auf den Punkt.²

Mit dieser Formulierung hob Frankl aber zugleich hervor, dass er die Sinnfrage als etwas genuin Psychologisches verstanden wissen wollte, wie ich bereits in einer „Wiener Vorlesung“ anlässlich Viktor Frankls 100. Geburtstag herausgearbeitet habe:³ Denn während der „Instinkt“ auf den Einfluss der Natur in der Lebenswelt des Menschen verweist und die „Tradition“ auf die Einflüsse der Kultur, ist das Wissen wie auch das Nicht-Wissen um das, was man will, der Blick auf die eigene Intentionalität, ein von beiden deutlich abgegrenzter Bereich. Hier wird die existentielle Sonderstellung des Menschen angesprochen, dass er nämlich jenes Lebewesen ist, das sich stets, im Hier und Jetzt, vor dem Hintergrund einer von ihm narrativ gestalteten

¹ FRANKL, V. E. (1981). *Die Sinnfrage in der Psychotherapie*. München: Piper.

² FRANKL, V. E. 1981, S. 24

³ KRIZ, J., DEECKE, L. (2007): *Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung*. Wien: Picus.

Vergangenheit auf eine Zukunft hin entwerfen muss. Die Strukturen der Natur und die der Kultur stellen dabei zwar eine wichtige Umgebungsbedingung dar, aber in dieser Umgebung und vor diesem Hintergrund muss der Mensch sein Selbst in wesentlichen Aspekten eigenständig gestalten. Er wird damit für sich und seine Handlungen sowohl frei – wie die Existenzphilosophie von Kierkegaard und Jaspers bis Sartre und Camus betont – als auch verantwortlich:

Die Freiheit ergibt sich daraus, dass der Mensch eben nicht nur und nicht so wie alle anderen Entitäten dieser Welt durch seine Eigenschaften einer bestimmten Kategorie zuzuordnen ist, womit sein „*was er ist*“ definiert und bestimmt wäre; sondern dass der Mensch essentiell durch die Art und Weise, wie er seine Existenz selbst in dieser Welt versteht, wie er sich zu sich selbst, zur Welt und zu seinen Möglichkeiten verhält, auch unter widrigen Umständen Freiheiten hat, sein „*wie er ist*“ (mit)bestimmen zu können und zu müssen. Damit hebt er sich von der Natur ab.

Die Verantwortung ergibt sich daraus, dass das Besondere der menschlichen Existenz eben auch nicht einfach eine Teilhabe an der Kultur ist, mit der er sein So-Sein in der Welt begründen könnte. Dies wird schon an dem deutlich, was wir als Eltern, Erzieher, Lehrer und oft auch als Psychotherapeuten in einer Art Doppelbotschaft der nachfolgenden Generation vermitteln – nämlich einerseits: „*Werde wie wir!*“ und andererseits: „*Werde ganz Du selbst!*“. Das erste, das „*Werde wie wir!*“, macht den Kern der Sozialisation aus, der die Menschen mit den Werten, Normen und Sichtweisen der jeweiligen Kultur vertraut macht und dafür sorgt, dass diese in hohem Maße und wie selbstverständlich übernommen werden. Aber das zweite, das „*Werde Du selbst!*“, beinhaltet gerade die Erwartung, dass der Mensch mit seinem Verständnis der Welt, seinen Beziehungen zu anderen und zu sich selbst sowie seinen sich daraus entwickelnden Werten und Sichtweisen eben nicht einfach in der Kultur aufgeht, wie ein Tropfen im Ozean.

In dieser *Differenz* zur Kultur liegt die über die Sozialisation hinausreichende Individuation. Es geht dabei darum, sein Leben nicht nur nach vorgestanzten Werte zu formen, sondern zu versuchen, solche Werte für sich selbst neu zu formulieren und in eine dem eigenen Wesen angemessenen Lebensweise zu transformieren. Aus psychologischer und psychotherapeutischer Sicht liegt damit in dieser Differenz sowohl ein großes Potential als oft auch die Basis für leidvolle Entwicklungen. Denn gerade an dieser Differenz scheitern viele Erziehungsprozesse und praktische Umsetzungen von Entwicklungsaufgaben. Denn natürlich muss eine gute Gestalt entwickelt werden, welche *beide* Aspekte – das „*Werde wie wir!*“ und auch gleichzeitig das „*Wer-*

de Du selbst!“ – in angemessener Weise umfasst. Denn die Sozialgemeinschaft, der auch der Heranwachsende angehören will, toleriert keine reinen Egoisten, die nur sich selbst verwirklichen wollen. Diese für ein subjektiv und intersubjektiv sinnvolles Leben wichtige Gesamtgestalt, die beide Aspekte integrieren muss, kann aber nur gelingen, wenn dieser Differenz zwischen individuellem Sinn und kulturell geteiltem Sinn ein entsprechender Stellenwert eingeräumt wird. Wobei ich als meinen persönlichen Eindruck anmerken möchte, dass diesem Problem einer gelingenden Synthese zwischen den Widersprüchen des „Werde wie wir!“ und des „Werde Du selbst!“ viel zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird – und zwar sowohl seitens der Pädagogik als auch seitens der Psychotherapie.

Bekanntlich war für Frankl die Verbindung beider Aspekte, Freiheit und Verantwortung, sehr bedeutsam. In vielen Kontexten wird sein Ausspruch zitiert, dass es in Ergänzung zur *Freiheitsstatue* in New York, im Osten der USA, eigentlich auch eine *Verantwortungsstatue* auf der anderen Seite des amerikanischen Kontinents, an der Westküste, geben sollte – womit dann deutlich würde, dass sich das Leben zwischen Freiheit und Verantwortung abspiele.

2. Die gegenwärtige Bedrohung der Sinn-Perspektive

In einer Zeit wie heute, wo das Menschliche am Menschen immer stärker aus dem Blickfeld zu geraten droht, weil der Fokus einseitig auf kurzfristigen ökonomischen Nutzen und technische Effektivität eingestellt ist, benötigen wir die Ermahnung zu einer Besinnung auf die Perspektive einer sinnorientierten humanistischen Psychotherapie mehr denn je. Doch besonders in der Bundesrepublik Deutschland – mit ihrer Verbürokratisierung auch des Gesundheitssystems – werden solche Perspektiven so erfolgreich ausgegrenzt und institutionell mithilfe eines für die geistige Pluralität verheerenden Psychotherapiegesetzes (PsychThG) marginalisiert, dass im März 2006 in Bonn-Röttgen auf einem Symposium unter dem Titel: „*Das Unbehagen in der (Psychotherapie-) Kultur*“ in einer „Bonner Erklärung“⁴ die Sorge vieler darüber zum Ausdruck gebracht wurde, dass eine zunehmende „Verengung des Denkens“ stattfindet. „Sinnverstehende, einem humanistischen Menschenbild verpflichtete psychotherapeutische Traditionen haben in dieser Konzeption keinen Platz: Sie sollen inhaltlich, politisch und ökonomisch verdrängt und ausgegrenzt werden“, hieß es darin. Innerhalb weniger Tage unterzeichne-

⁴ Die „Bonner Erklärung“ ist nachzulesen in: http://www.vpp.org/meldungen/06/60319_bonner_erklaerung.html

— Die Notwendigkeit einer sinnorientierten humanistischen Perspektive —

ten über 2.500 Therapeuten und Professoren, was belegt, wie stark in der Profession Befürchtungen hinsichtlich einer schädlichen und einseitigen Entwicklung vorhanden sind.

In der Tat sehe auch ich den Freiraum für eine sinnorientierte humanistische Psychotherapie bedroht. Dies lässt sich vor allem an folgenden Aspekten deutlich machen:

2.1 Die Zerstörung einer ehemals blühenden Therapielandschaft

Wenn nun fast 9 Jahre nach dem PsychThG aus einer ehemals blühenden Psychotherapie-Landschaft (mit etwas „Unkraut“ – vermutlich aber nicht mehr, als in den somatischen Bereichen des Gesundheitssystems) fast alle Verfahren ambulant in die Illegalität abgedrängt wurden und sich die Gesundheitsbürokraten als Bollwerk gegen Pluralität in der Ausbildung, Therapie und Forschung erweisen, muss dieser Zustand jedem Verantwortlichen skandalös erscheinen. Viele Patienten können in Deutschland eine für sie adäquat passende Therapie nur bekommen, (a) wenn sie in eine Klinik gehen (mit enormen unnötigen Kosten für die Sozialgemeinschaft), oder (b) zum weit verbreiteten „Abrechnungsbetrug“ beitragen (zu dem viele Therapeuten in der BRD gezwungen sind, wenn sie ihre erworbenen Kompetenzen den Patienten nicht vorenthalten wollen) oder (c) ins Ausland gehen.

De facto wird durch einen bürokratischen Rückfall in die Abschottung einzelner Richtlinienverfahren sowie die Abdrängung in die Illegalität eine passungsgerechte, integrative Psychotherapie und eine qualifizierte Ausbildung in Nicht-Richtlinienverfahren verhindert. Da sich Therapeuten aber in ihrem Weiterentwicklungspotential nicht beliebig beschneiden lassen und passungsgerechtes Vorgehen den Patienten nicht beliebig vorenthalten werden kann, verwendet – wie eine repräsentative Umfrage zeigte – die ganz überwiegende Mehrheit realer Therapeuten Konzepte und Vorgehensweisen, die (in der BRD) zunehmend weniger oder gar nicht gelehrt oder weiter erforscht werden dürfen. Damit aber sorgen die für diesen Zustand verantwortlichen Gremien letztlich für Dilettantismus, Illegalität, Behinderung von Forschung und eine suboptimale Ausbildung. Welche Motive auch immer dahinter stehen: Es ist besonders ärgerlich, dass sie mit Berufung auf „Wissenschaftlichkeit“, „Nutzen“, „Zweckmäßigkeit“ bzw. „Notwendigkeit“ und „Wirtschaftlichkeit“ verbrämt werden

2.2 Die Missachtung der Pluralität von Werten in unserer Gesellschaft⁵

Unsere modernen pluralistischen Gesellschaften zeichnen sich durch eine Vielfalt an Lebensgeschichten, Gewohnheiten, Vorlieben, Werten, und Lebenszielen aus. Diese Vielfalt der Perspektiven wird üblicherweise nicht als ein Nachteil gesehen, den man auf einem noch mangelhaften Stand wissenschaftlicher Forschung in Kauf nehmen müsse, der aber möglichst bald in Richtung auf *eine* „wissenschaftlich begründete“ Grundorientierung zu überwinden sei. Vielmehr besteht weitgehend Konsens darin, dass eine Gesellschaftsform, in der die eben skizzierte Vielfalt der Lebensweisen und „Weltzugänge“ ideologisch gleichgeschaltet wäre, keineswegs anzustreben sei, vielmehr dahingehende Tendenzen eher zu bekämpfen wären.

Die beträchtlichen Unterschiede in den impliziten und expliziten Antworten auf die Frage: „Wie wollen wir leben?“ werden daher in demokratischen Gesellschaften nicht als Bedrohung oder unerwünschte Abweichungen vom Durchschnitt begriffen (sofern sie mit den Grundkonsensen der Gesellschaft nicht in Widerspruch stehen), sondern als positive Leistung einer Kultur und damit als etwas Erhaltenswertes oder gar Förderungswürdiges.

Die Heterogenität psychotherapeutischer Ansätze wäre somit nur eine Widerspiegelung der Heterogenität von Lebensweisen sowohl seitens der Behandler als auch der Behandelten.

2.3 Die Missachtung der Weisheit des „Dodo-Bird“⁶

Fragen der Lebensart stehen auch im Zentrum jener Metapher, die meist fälschlich verwendet wird, um aus der Vielfalt mit Hilfe eines künstlich inszenierten Konkurrenzkampfes eine Monokultur zu machen. Verwiesen wird auf einen Wettlauf, der Lewis Carolls⁷ „Alice im Wunderland“ entstammt und bei dem etwa ein Dutzend Tiere beteiligt sind. Zitiert wird in der Diskussion dabei meist die Entscheidung des „Dodo-Bird“ (dt.: Brachvogel), mit der dieser die Frage: „Aber wer ist Sieger?“ entscheidet, nämlich: „Alle sind Sieger und jeder muss einen Preis bekommen.“⁸ Gebraucht wird diese Meta-

⁵ Vgl.: KRIZ, J. (2004): Methodologische Aspekte von „Wissenschaftlichkeit“ in der Psychotherapieforschung. *Psychotherapie und Sozialwissenschaft*, 6, 2004, 6–31

⁶ Vgl. KRIZ, J. (2000): Perspektiven zur Wissenschaftlichkeit von Psychotherapie. In: Hermer, M. (Hrsg.): *Psychotherapeutische Perspektiven am Beginn des 21. Jahrhunderts*. Tübingen: DGVT-Verlag, S.43- 66.

⁷ CAROLL, L. (1963). *Alice im Wunderland*. Insel-Verlag.

⁸ Vgl. LUBORSKY, L. et al. (1975). Comparative Studies of Psychotherapies: Is it True that „everyone has won and all must have prizes?“ *Archives of General Psychiatry*, 32, 995-1008.

pher häufig dafür, um die Absurdität der Aussage "Alle sind Sieger" in Bezug auf die Therapierichtungen zu demonstrieren. Schließlich leuchtet es in unserer auf Konkurrenz ausgerichteten Gesellschaft sofort jedem ein, dass keineswegs alle Sieger sein können. Zumal wenn dann die auch bei Carroll unmittelbar folgende Frage in den Fokus gerät: "Aber wer soll die Preise stiften?", rief ein ganzer Stimmenchor zurück."

Spätestens hier wird deutlich, dass es bei begrenzten Preisen (bzw. Krankenkassen-Budgets) eben darum zu gehen hat, dass manche einen Preis erhalten und andere nicht. Die Aussage des Dodo darf daher nicht hingenommen sondern muss als Mangel wissenschaftlicher Differenzierungsfähigkeit gedeutet werden. Ohnedies erscheint die gesamte Organisation des Wettlaufs geradezu ein Alptraum an Inkompetenz für jede an objektiven Kriterien und Standards orientierte "wissenschaftliche" Psychotherapieforschung zu sein. So heißt es im Text: "Er legte zuerst die Rennbahn fest, eine Art Kreis ('auf die genaue Form kommt es nicht an' sagte er), und die Mitspieler mussten sich irgendwo auf der Bahn aufstellen, wie es sich gerade traf. Es gab kein 'Eins-zwei-drei-los!', sondern jeder begann zu laufen, wann er wollte ...".⁹ Hier scheint genau jener Dilettantismus zu herrschen, den nur präzise Effektivitätsmaße und genaue Vermessungen (z.B. der Rennbahn) eindämmen können.

Doch der Schein trügt. Verglichen mit manchen "wissenschaftlichen" Abhandlungen zur komparativen Wirksamkeit ist das Vorgehen des "Dodo-Bird" von tiefer Weisheit erfüllt. Der Kontext des Rennens ist nämlich der, dass die Tiere in einen Teich gefallen und tropfnass und verdrossen waren: "Das Wichtigste war natürlich, wieder trocken zu werden", heißt es bei Carroll. Angesichts dieses Kontextes steht das Rennen plötzlich in völlig anderem Licht: Es ist nun wirklich egal, wie genau die Form einer Kreisbahn erreicht wird; gleichgültig ist auch, von wo die Tiere losrennen und wer wann durch welches Ziel geht. Wichtig ist es vielmehr, das gemeinsame Ziel zu erreichen: nämlich trocken zu werden. Und da kein Tier mit "wissenschaftlichen", aber völlig irrelevanten Kriterien über Bahnform, exakte Zeit- und Wegmessung und dergleichen das Geschehen behinderte (was vermutlich die Erkrankung etlicher Tiere zur Folge gehabt hätte), erreichten alle dieses Ziel, jeder hatte gewonnen und daher durchaus auch einen Preis verdient!

Es ist erstaunlich, dass diese Weisheit des "Dodo-Bird" in der Psychotherapie-Debatte so geflissentlich übersehen wird: Sind doch die unterschiedlichen Psychotherapie-Ansätze eher mit den unterschiedlichen Tieren von

⁹ CAROLL, L. 1963, S.29.

„Alice im Wunderland“ vergleichbar als mit Formel-1-Wagen, bei deren Rennen ein Sieger hinreichend objektiv ermittelt werden kann. Wie Carolls Tiere weisen auch die Therapierichtungen eine große individuelle Unterschiedlichkeit auf; und sie sind, wie diese, historisch zu sehr verschiedenen Zeitpunkten und von recht unterschiedlichen Standpunkten aus gestartet. Im Gegensatz zu Formel-1-Wagen lag der tiefere Sinn ihres Entstehens und ihrer Weiterentwicklung nicht darin, als Sieger aus irgendeinem Rennen hervorzugehen. Vielmehr ging es darum, der Vielfalt menschlichen Lebens und dessen Beeinträchtigungen besser gerecht zu werden, als jede einzelne Richtung es könnte. Und das gemeinsame Ziel der unterschiedlichen Menschen, die zu Therapeuten aus unterschiedlichen Therapierichtungen gehen, ist es, „trocken“ zu werden, d.h. eine ihren spezifischen Lebensvorstellungen und -umständen entsprechende Weise zu finden, mit der sie weniger leidvoll diese je unterschiedlichen Lebenswege meistern können.

Es gibt derzeit keine rational wissenschaftlich begründete Möglichkeit, die Unternehmung des „Dodo-Birds“ in einen Wettlauf umzudefinieren, damit sich möglichst wenige Tiere die Preise teilen und die anderen in ihrer Eigenart und Funktion als wertlos und überflüssig deklariert werden können. Es gibt insbesondere keine wissenschaftliche Basis, um eine einzige Ziellinie festzulegen, die alle Tiere zu passieren haben.

2.4. Missachtung bzw. selektive Ignoranz von Ergebnissen der Psychotherapieforschung¹⁰

Es gehört heute zum Minimalstandard einer angemessenen komplexen Diskussion, zumindest das Problem der „Passung“ nach dem allgemeinen Modell von Psychotherapie (AMP) nach Orlinsky & Howard¹¹ zu beachten. Dieses, angesichts der Komplexität in der Praxis immer noch recht einfache kategoriale Modell, berücksichtigt zumindest folgende Passungen:

- die Passung Behandlungsmodell und Störungsmodell,
- die Passung Patient und Behandlungsmodell,
- die Passung Therapeut und Patient,
- die Passung Therapeut und Störung des Patienten.

¹⁰ Vgl. KRIZ, J. (2005): Von den Grenzen zu den Passungen. Psychotherapeutenjournal, 4, 1, 12 – 20.

¹¹ ORLINSKY, D. E., HOWARD, K. (1987): A generic model of psychotherapy. J. Integrative Eclectic Psychother 6: 6-27. Deutsch: 1988. Ein allgemeines Psychotherapiemodell. Integrative Therapie 4: 281-308.

Die Kriterien zur Beurteilung von Psychotherapie sind fast ausschließlich auf den ersten Aspekt ausgerichtet. Und dies noch reduziert auf eine bestimmte Methodik, die nicht einmal unter dieser einseitigen Sichtweise notwendig beschränkt sein müsste. Es ist aber sehr problematisch, die anderen drei Aspekte im o.a. Modell auszublenden, weil klinische Erfahrungen und empirische Effektivitätsstudien belegen, dass Psychotherapie in erschreckendem Ausmaß nicht zum gewünschten Erfolg führt: Von der Grawe¹² Studie aus 1994 bis zu aktuellen Ergebnissen zeigt sich, dass zwischen 30%¹³ und 45%¹⁴ aller Patienten in ambulanter Psychotherapie eine oder mehrere psychotherapeutische Behandlungen in der Vorgeschichte hatten und dann den Therapeuten und/oder das Therapieverfahren wechseln. Es gibt somit einen erschreckenden Anteil von – zumindest partiell und vorübergehend – „Fehlindizierten“. Dieser Anteil ist zwar nicht so hoch, wie bei der Behandlung durch Medikamente, wo wohl der allergrößte Teil der Patienten im Laufe ihres Lebens für ihre spezielle Krankheit nicht hilfreiche und nicht nützliche Pharmaprodukte bekommen hat (ganz zu schweigen von den Milliarden für Medikamente, die gar nicht erst genommen werden sondern gleich in Müll und Toilette verschwinden – Beträge, nebenbei, die vermutlich die Ausgaben für die gesamte Psychotherapie weit überschreiten). Er ist aber fraglos zu hoch. Auch wenn erfahrungsgemäß der allergrößte Teil auch dieser Patienten letztlich in einer für sie effektiven Therapie landen (notfalls auch im Ausland, als Selbstzahler oder unter anderen Umgehungen der bundesdeutschen Beschränkungen), werden hier unnötig Kosten angehäuft – zusätzlich zu den jahrelangen Irrwegen durch medizinische Praxen und medikamentöse Fehlbehandlungen, die nicht selten vor einer solchen effektiven Psychotherapie liegen.

Es ist davon auszugehen, dass bei einem erheblichen Anteil dieser „Fehlindizierten“ zumindest zunächst die „Passung“ nicht stimmte und eine bessere Berücksichtigung nicht nur erhebliche Kosten sondern auch Leid infolge von inadäquater Behandlung sparen würde. Ebenso ist allerdings davon auszugehen, dass die Vielfältigkeit der Lebensgeschichten, Werte, Ziele, Bedürfnisse etc. in einer pluralistischen Gesellschaft wie der BRD schwerlich „passend“ durch ausschließlich drei Richtlinienverfahren abgedeckt werden

¹² GRAWE K. et al. (1994). Psychotherapie im Wandel. Göttingen: Hogrefe.

¹³ BROCKMANN, J. et al. (2002): Die Effekte psychoanalytischer und verhaltenstherapeutischer Langzeittherapien. Eine vergleichende Studie aus der Praxis niedergelassener Therapeuten. Psychotherapeut, 47, 6.

¹⁴ MASCHKE, U., OTTO, TH. (2003). Therapieziele aus Patientensicht. Unveröff. Diplomarbeit. Humboldt-Universität zu Berlin: Institut für Psychologie/Lehrstuhl für Psychotherapie (Prof. I. Frohburg).

können. Die Erfahrungen in anderen europäischen Ländern (wo ja die deutschen Behandlungsverbote gottlob nicht greifen), zeigen jedenfalls, dass es eine erhebliche Anzahl von Menschen gibt, die andere Psychotherapiemethoden wählen, die zu ihnen passen, als es in der BRD möglich ist.¹⁵

Diese wenigen Facetten sollen hier genügen, das „Unbehagen“ deutlich zu machen, mit dem sich viele therapeutische Ansätze – und mit ihnen Denkrichtungen und Wertperspektiven – in der BRD zunehmend entwertet, marginalisiert und von den Diskursen und der Versorgung über Verfahrenstricks und Ausnutzung eher zufälliger Machtpositionen ausgegrenzt sehen.

3. Die fragwürdige Berufung auf eine Pseudo-Naturwissenschaft¹⁶

Lässt man einmal gezielte macht- und berufspolitische Ränkespiele außer Acht, so liegt die Marginalisierung sinnorientierter, humanistischer Psychotherapie nicht nur an einem zunehmenden Unverständnis gegenüber narrativen, interpretativen und qualitativen Zugangsweisen. Diese sind in der Tat nicht so leicht für das Bedürfnis instrumentalisierbar, eine zunehmend komplexe Welt auf einfache Ursache-Wirkungsrelationen und kurzen, medienwirksame Statements über gesicherte „Wahrheiten“ zu reduzieren.

Das Unverständnis liegt vor allem auch darin, der naturwissenschaftlichen Perspektive heute eine mystisch-magische Allmachts-Position zu unterstellen – die für die Hybris des 19. Jahrhunderts noch angemessen gewesen sein mag, im 20. Jahrhundert aber von den Naturwissenschaften selbst zunehmend als Irrtum erkannt und revidiert wurde. Aber nicht nur unsere Alltagswelt ist von den Metaphern und Wirkvorstellungen einer rund 400-jährigen „mechanistischen“ Wissenschaft und ihrer beachtlichen Leistungen, besonders im Bereich der Technik, durchdrungen. Sondern neben Politikern schöpfen eben auch Pädagogen, Sozialwissenschaftler und Psychotherapeuten noch allzu sehr aus diesen Vorstellungen der Alltagswelt, bzw. klassischen Wissenschaft. Auch wenn die Naturwissenschaft sich inzwischen drastisch gewandelt hat – besonders durch die Erkenntnisse moderner Systemtheorie ab der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts –, dringt dies nicht so schnell in die Nicht-Naturwissenschaften ein.

¹⁵ Ohne dass damit das Problem der Fehlindikation bereits von Tisch wäre. Aber auch dazu müsste man zunächst einmal die Grenzen und Beschränkungen durch übermäßiges Schulendenken und „Richtlinienverfahren“ überwinden, damit dies überhaupt besser erforscht werden kann.

¹⁶ VGL. KRIZ, J. (1999): Von der „science-fiction“ zur „science“. Methodologische und methodische Bemerkungen zur Frage der „Wissenschaftlichkeit von Psychotherapieverfahren“. Report Psychologie 24, 21-30.

Daher haben wir es heute mit der paradoxen Situation zu tun, dass moderne Naturwissenschaft viel mehr Gemeinsamkeiten mit den Vorstellungen und Weltbildern aufweist, welche auch eine sinnverstehende humanistische Perspektive in Psychologie und Psychotherapie begründen. Während die Vorstellungen von isolierbaren Wirkprinzipien, die fast beliebig synthetisch kombinierbar sind, und viele andere Metaphern zwar gern unter Berufung auf „Naturwissenschaft“ (oder gar, noch verkürzter, als „die Wissenschaft“) propagiert werden, aber nur unter sehr restriktiven Bedingungen Gültigkeit beanspruchen können – Bedingungen, die allzu oft nicht diskutiert, geschweige denn: geprüft werden, weil man (dem 19. Jahrhundert entsprechend) an ihre Allgemeingültigkeit glaubt.

Angesichts der Komplexität unseres Gegenstandes ist es bestürzend, wie sich in der klinischen Psychologie noch zahlreiche Vorstellungen halten können, denen zwar die wissenschaftlich Grundlage inzwischen entzogen ist, die aber als wirksame Mythen die Debatte immer noch beherrschen. Ich möchte einige dieser zentralen (teilweise miteinander verwobenen) Mythen kurz aufzählen:¹⁷

1.) *Objektivitäts-Mythos*: Dieser beinhaltet den Glauben, man könne Fakten und „die Welt“ so erkennen, wie sie „wirklich“ sind. Stattdessen kommen wir nicht umhin, im Rekurs auf die Gemeinschaft (auch: die Scientific Community) uns der Verantwortung für unsere Entscheidungen zu stellen. Um es mit Heisenberg zu sagen: „Wenn von einem Naturbild der exakten Naturwissenschaften in unserer Zeit gesprochen werden kann, so handelt es sich eigentlich nicht mehr um ein Bild der Natur, sondern um ein Bild unserer Beziehung zur Natur.“ Wir müssen uns somit z.B. der Diskussion stellen, welche Beziehung wir zu Phänomenen wie „Krankheit“, „Gesundheit“, „Heilung“, „Therapie“ etc. haben - und können diese Fragen nicht über die Wahl von statistischen Parametern oder Items entscheiden (vielmehr nach den Entscheidungen dann die Parameter und Items entsprechend entwickeln). Der Anspruch in der Psychotherapie-Debatte, man wolle „objektiv feststellen“, was „tatsächlich“ wirke, steht jedenfalls im Kontrast zur Bescheidenheit der modernen Physik.

2.) *Analyse-Mythos*: Der Glaube, dass durch analytische Zerlegung, Erforschung der Teile und dann wieder deren synthetisches Zusammenfügen in jedem Fall ein Ganzes untersucht werden kann, hat sich als Trugschluss er-

¹⁷ Die Phänomene werden hier nur grob angeführt – für die komplizierteren, tlw. mathematischen, Hintergründe siehe z.B. KRIZ, J. (1992): Chaos und Struktur. München, Berlin: Quintessenz; sowie KRIZ, J. (1999): Systemtheorie für Psychotherapeuten, Psychologen und Mediziner. Wien: UTB/ Facultas, 3. Aufl.

wiesen (und damit auch die unbedingte Suche nach „Wirkfaktoren“). Rückkopplungen zwischen Systemteilen – eine essentielle Eigenschaft lebender Systeme – können zu Eigenschaften führen, die nicht aus den Teilen erklärbar sind (was z.B. auch schon die Gestaltpsychologie betonte). Nur wenn Teile artifiziell rückkopplungsfrei gehalten werden können, lassen sich diese nicht-linearen Einflüsse vermeiden.

3.) *Homogenitäts-Mythos*: Die in der Psychotherapie-Debatte so hochstilisierte Frage, ob ein bestimmtes Verfahren „A“ wirksam sei, setzt einen Pharma-Mythos über die Homogenität therapeutischen Handelns seitens einer bestimmten Richtung „A“ voraus. Systeme mit nicht-linearen Rückkopplungen können aber typischerweise qualitative Sprünge in ihrer Entwicklung aufweisen. Das klassische Prinzip „natura non facit saltus“ (die Natur mache keine Sprünge), hat sich also allgemein als Trugschluss erwiesen. Ursache-Wirkungs-Verläufe sind damit ebenfalls keineswegs homogen (größere Ursachen führen keineswegs immer zu größeren Wirkungen). Die „Geschichte“ selbst einfacher physikalischer und chemischer Systeme muss wesentlich berücksichtigt werden. Die Berücksichtigung dieser Erkenntnis in der Therapie würde z.B. ein manualisiertes Vorgehen extrem erschweren.

4.) *Design-Mythos*: „Verum et factum conventur“ (Wahrsein und Hergestelltsein ist dasselbe), das von Vico 1710 eingeführte Verdict, das über Jahrhunderte das Credo abendländischer Wissenschaft war, musste zugunsten der Erkenntnis verworfen werden, dass selbstorganisierte Systeme zwar verändert werden können, aber nur entsprechend den inhärenten Strukturmöglichkeiten. Wieder müssen beispielsweise Physiker und Chemiker einfachen, „toten“ Systemen mehr typische Eigenart zugestehen, die sich jeder designhaften Veränderung widersetzt, und die es durch Umgebungsbedingungen zu fördern (und nicht „herzustellen“) gilt, als der behavioristische Mainstream noch vor kurzem dem Menschen theoretisch zubilligen wollte. Nebenbei: Auch in diesem Aspekt liegt nochmals begründet, dass sich Therapeuten „der Richtung A“ nicht designhaft ausbilden lassen: Selbst weitgehend exakt Manuale vollstreckende Therapeuten wären immer noch Menschen mit spezifischen Eigenarten. Und da keine Richtung heute mehr die Bedeutung der therapeutischen Beziehung bestreitet, kommen hier andere Aspekte mit auf den Plan, die den Therapieverlauf beeinflussen, als es im Manual vorherbestimmbar wäre (jedenfalls ist mit „Beziehung“ gerade nicht eine „technische Vollstreckung“ gemeint).

5.) *Genauigkeits-Mythos*: Der Glaube, dass man nur genau genug messen müsse – oder genügend detaillierte Kenntnisse besitzen –, um etwas genau vorhersagen zu können, ist tief in der klassischen Wissenschaft verbreitet

gewesen. Mit dem Homogenitätsmythos zusammen bildete dies die Grundlage des Erfolges der Differentialrechnung in vielen technischen Anwendungsbereichen: Noch so komplizierte Verläufe lassen sich demnach letztlich, bei immer kleiner (genauer) werdenden Teilstücken, durch gradlinige Übergänge annähern. Doch auch diese Ansicht hat sich – in dieser Allgemeinheit – durch die moderne Forschung als Mythos erwiesen: Bei rückgekoppelten Systemen ist mit Verläufen zu rechnen, bei denen selbst sehr einfache Prozesse im weiteren Verlauf unberechenbar werden. Auch diese Eigenschaften sind für lebende Systeme eher typisch, d.h. ihre Bedeutsamkeit und Wirksamkeit kann nur über artifizielle Ausklammerung der Rückkopplungen begrenzt werden.

6.) *Kausalitäts-Mythos*: Natürlich wollen und sollen Therapeuten etwa bewirken – Kausalität ist also nicht einfach „aufgehoben“. Allerdings musste die klassische Vorstellung von Kausalität wesentlich modifiziert werden: Wie bereits genannt, können, je nach spezifischer Geschichte des Systems, kleine Ursachen zu großen Wirkungen führen (und umgekehrt), qualitative Sprünge können auftreten und Ordnung muss z.B. nicht dadurch hergestellt werden, dass Ordnung eingeführt wird. Stattdessen genügt es, (recht unspezifische) Umgebungsbedingungen zu gewährleisten, unter denen ein System seine inhärente Ordnung selbst realisiert. „Aufgehoben“ ist also das Primat von lokaler Kausalität – die z.B. zur Anwendung kommt, wenn man eine verbeulte Blechbüchse wieder ausbeulen will. Schon bei einem Wasserfall aber lässt sich eine unerwünschte Kaskaden-Struktur ebenso wenig lokal „ausbeulen“, wie eine Kerzenflamme (im Gegensatz zum Stummel) einem Design in Form eines Osterhasen angepasst werden kann. Genau dies eben sind die Unterschiede zwischen dynamischen und statischen Systemstrukturen. Prozesse des Lebens – einschließlich biologischer, medizinischer, psychischer und interaktioneller Aspekte – sind aber nur als dynamische Systeme angemessen zu beschreiben. Die Leitideen von Blechbüchsen-Interventionen als Reparatur einer Krankheit lassen sich nur unter extrem restriktierten Bedingungen verwirklichen.

Besonders bemerkenswert ist nun, dass diese Prinzipien moderner naturwissenschaftlicher Erkenntnis eher das unterstützen, was sinnorientierte und humanistische Psychotherapien wesentlich ausmacht¹⁸, als etliche Prinzipien gegenwärtiger Psychotherapieforschung – wie etwa die Aufteilung in

¹⁸ Vgl. die Gegenüberstellung von humanistischen und systemtheoretischen Prinzipien in: KRIZ, J. (1998): Die Effektivität des Menschlichen. Argumente aus einer systemischen Perspektive, *Gestalt Theory*, 20, 131-142.

unabhängige und abhängige Variable, lineare, lokale Ursache-Wirkungs-Vorstellungen mit isolierbaren Wirkfaktoren, kontinuierliche Verläufe etc.

Es ist allerdings ein Problem, dass psychotherapeutische Ansätze, die eher solchen systemtheoretischen Konzepten folgen, gemessen am Alltagsverständnis, keine „einfachen“ Konzepte sind und sich daher dem Zeitgeist plakativer Reduktionismen in doppeltem Sinne widersetzen. Zwar sind auch die „Absurditäten“, „Widersprüche“, „Ungereimtheiten“ etc. der modernen Naturwissenschaften oft nicht angemessen in üblicher Sprache zu vermitteln, doch halten sich vor deren Beurteilung Laien meist ehrfurchtsvoll zurück.

Im Bereich der klinischen Psychologie und Psychotherapie glauben verständlicherweise z.B. auch Krankenkassenvertreter auf der Basis ihres Alltagsverständnisses nicht nur fundiert mitreden sondern letztlich auch auf dieser Basis „wissenschaftliche“ Urteile sprechen zu können. Es ist nicht leicht, jemandem, der sich auf seinen „gesunden Menschenverstand“ beruft, zu vermitteln, dass manche Therapiekonzepte auch dann (oder: gerade dann) wissenschaftlich fundiert und hochwirksam sein können, wenn sie den doch scheinbar so bewährten Prinzipien klassischer Mechanik nicht in jedem Fall folgen.

Diese Prinzipien waren in einer rund 400-jährigen Wissenschaftsentwicklung – etwa zwischen 1500 und 1900 – so erfolgreich, dass sie nicht nur inzwischen auch die gesamte Alltagswelt in unserer Kultur durchdrungen haben, sondern dass sie häufig stillschweigend als *die* Prinzipien verstanden werden, „wie die Welt funktioniert“. Übersehen wird dabei der *prinzipielle* (!) Unterschied zwischen technischen Apparaten und lebenden Wesen.

Diese Prinzipien lassen sich, etwas überpointiert aber dennoch im Kern korrekt, an den Möglichkeiten demonstrieren, was man mit einer nicht zu schweren, großen Schachtel (etwa einem leeren Umzugskarton) auf einer Ebene (etwa dem Zimmerboden) tun kann.

Das Wesentliche dabei ist die *Fremdorganisation*: Man kann nämlich den Karton weitgehend dorthin schieben, wo man möchte. Er wird nur verschoben, wenn man schiebt, und genau dorthin, wohin man ihn schiebt. Allgemeiner gesprochen, bewirkt also eine Kraft, bzw. ein „Einfluss“ oder ein „Wirkfaktor“, dass sich das System (*Karton*) zu einem bestimmten Punkt bewegt. Ebenso könnte das System aber auch zu jedem anderen Punkt bewegt werden (*Homogenität und stabile Gleich-Gültigkeit*). Was geschieht, ist also nur von der genauen Dosierung – d.h. von Ausmaß und Richtung der Kraft – abhängig. Zufallseinflüsse spielen höchstens als Fehlervariable eine Rolle (*Kontrolle*). Typischerweise werden etwas kompliziertere Bewegungen aus

einfachen synthetisch zusammengesetzt (*Baukastenprinzip*). Je größer die aufgewendete Arbeit, desto größer die Veränderung (*lineare Ursache-Wirkungs-Relation*).

Ganz gleich, wo das System sich befindet oder wie es dort hingekommen ist: Diese lineare Ursache-Wirkung gilt stets (*a-historische Betrachtungsweise*).

Es sei nochmals betont, dass diese Prinzipien überaus erfolgreich im mechanischen Umgang mit toter Materie – z.B. Maschinen und Gegenständen – sind. Darin liegt allerdings auch die Gefahr, denn sie verleiten zur Verallgemeinerung. Sie gelten nämlich schon im Bereich der Materie nicht mehr, wenn Rückkopplungsprozesse zwischen Systemteilen mitberücksichtigt werden – so wie es in der modernen interdisziplinären System-, Selbstorganisations- und Chaosforschung typisch ist.

Noch viel problematischer ist es aber, diese klassischen Prinzipien auf den Umgang mit Menschen anzuwenden. Denn damit wird ein Kontext vorgegeben, in dem essentielle Eigenschaften und Möglichkeiten des Menschen nicht mehr angemessen zur Geltung kommen können. Insbesondere werden folgende Aspekte ignoriert bzw. zuwenig berücksichtigt:

Vertrauenswürdigkeit: Wenn Prinzipien der Fremdorganisation vorherrschen, wird Vertrauen in Entwicklung durch deren Kontrolle ersetzt. Selbst in der Psychotherapie findet man weit mehr Programme zur Förderung von Selbst-Kontrolle (bzw. Selbst-Management) als von Selbst-Vertrauen. Und „Kontroll-Verlust“ wird eher als Störung thematisiert und gefürchtet als „Vertrauens-Verlust“.

Individualität und Einmaligkeit: In Statistiken, diagnostischen Kategorien, Effektivitätswerten etc. tauchen Menschen mit ihren Lebensgeschichten und ihren existenziellen Entwürfen in der Regel nicht mehr auf – das einzelne Schicksal ist im Lichte dieser Zugänge gleich-gültig (im doppelten Sinne – vgl. oben).

Nicht-Linearität: Kreative Entwicklungs- und Heilungsverläufe, die nicht-linear, sprunghaft, nicht lokal-kausal verlaufen, sind nicht vorgesehen (es würde beispielsweise keinen Sinn machen, mittlere Effektwerte von Gruppen zu berechnen, wenn man ernsthaft qualitative Sprünge in Rechnung stellt). Gleichwohl sind solche Entwicklungen für den Menschen typisch und wesentlich.

Geschichtlichkeit: Manualisierte Therapie, im Sinne der Efficacy-Beweise für eine bestimmte Diagnose-Gruppe, setzt bei der Gleichheit der zu Behandelnden an. Jenseits eines diagnostischen Status quo scheint die Lebensgeschichte dann nicht weiter bedeutsam zu sein. Dies ist bereits in Anbetracht typischer nicht-linearer Veränderungen inadäquat.

Kontext-Eingebundenheit: Die vielfältigen Interdependenzen werden zugunsten künstlicher Isoliertheit ignoriert. Dies geschieht nicht nur aus pragmatischen Gründen, weil nicht alles in Betracht gezogen werden könnte (was letztlich für jeden Ansatz gilt), sondern aus ideologischen Gründen: Die Berücksichtigung der Kontexte würde nämlich dazu führen, dass genau jene Effekte nicht-linearer, emergenter, nicht-lokal-kausaler Entwicklungsverläufe in der Therapie beachtet werden müssten – damit aber würde der klassische Methodenansatz sofort als inadäquat und überfrachtet von Forschungsartefakten ad absurdum geführt werden.

4. Die Notwendigkeit der Sinn-Perspektive¹⁹

Wenn man die vermeintlich „naturwissenschaftliche“ Perspektive entmystifiziert und ein Verständnis der Welt nicht auf das Bild des 19. Jahrhunderts festschreibt, sondern an den moderneren Wissenschaftsentwicklungen partizipiert, spielt selbst in den Naturwissenschaften „Sinn“ eine viel beträchtliche Rolle. Es sei nochmals an das o.a. Resümee des Physik-Nobelpreisträger Werner Heisenberg erinnert, mit dem dieser die Quintessenz naturwissenschaftlicher Sicht bereits 1955 – also noch vor der weiteren Veränderung der Weltsicht durch die moderne Systemtheorie – wie folgt klar herausgestellt hat: „Wenn von einem Naturbild der exakten Naturwissenschaften in unserer Zeit gesprochen werden kann, so handelt es sich eigentlich nicht mehr um ein Bild der Natur, sondern um ein Bild unserer Beziehung zur Natur.“

Als Psychotherapeuten müssen wir uns aber nicht nur fragen (und fragen lassen) „Welches Bild unserer Beziehung zu unserem Gegenstand – dem Menschen, seinem Leiden und den Veränderungsmöglichkeiten – geben wir eigentlich ab?“ (wobei ich befürchte, dass dieses Bild zu oft Therapeuten zeichnet, die statistische Evidenzen aus spezialisierten Laboruntersuchungen wichtiger nehmen als Evidenzen aus systematisch aufbereiteten Therapie-Erfahrungen). An Psychotherapeuten stellt sich vielmehr die Sinnfrage viel vehementer. Dies soll an einer (konstruierten) „methodischen Fallgeschichte“ erläutert werden:

Ein Forscher erblickt in einem ihm unbekanntem Tal eine Ansammlung von verwitterten, eingekerbten Steinen und untersucht diese zunächst mit geologischen und anderen naturwissenschaftlichen Fragestellungen und Methoden. Er kann hier gegebenenfalls sehr bedeutsame Erkenntnisse gewinnen.

¹⁹ Vgl. KRIZ, J. (2004): Wissenschaftliche Grundlagen: Denkmodelle. In: SENF, W., BRODA, M. (Hrsg): Praxis der Psychotherapie, 3. Aufl. Stuttgart: Thieme, 18 – 24.

Doch die Forschungsperspektive ändert sich drastisch, wenn er plötzlich entdeckt, dass es sich um eine Formation aus Grabsteinen handelt und die Kerbungen offenbar Zeichen darstellen. Denn damit geraten nun die *Intentionen* der menschlichen Handlungen in den Fokus: Nicht die *Ursachen* sondern die *Gründe* für die Kerbungen und die Steininformation sind nun wichtig. Was sollen diese bedeuten und *für wen* soll(t)en sie etwas bedeuten? Um dies zu erforschen, muss versucht werden, Wissen über die Lebensumstände, die Geschichte, die Glaubenssysteme – kurz: die Kultur – dieser Menschen zu gewinnen (bzw. vorhandenes Wissen unter dieser Perspektive zusammenzustellen). Es dürfte kaum zu bestreiten sein, dass diese Perspektive auf den intendierten Sinn und die ihm zugrunde liegenden Werte für viele Tatsachen der Psychologie – beispielsweise im gesamten Bereich der Psychotherapie – sehr bedeutsam ist. Die Aussage eines Patienten ist selten als Naturvorgang zu fassen, den es objektiv nomothetisch (gesetzmäßig) zu erklären gilt, sondern als Kulturvorgang, der subjektiv und kommunikativ idiographisch (Eigentümliches, Einmaliges beschreibend) verstanden werden muss. Denn die Lebenswelt des Menschen ist stets erfüllt von Sinn und Bedeutungen. Bei diesen kann man nicht nach den Ursachen fragen, die etwas erklären könnten, sondern nur nach Gründen, die verstanden werden müssen.

Für den Forscher, der die Bedeutung der Grabsteine eruieren möchte, werden die bisher gefundenen physikalischen, chemischen oder geologischen Tatsachen mit diesem Perspektivwechsel allerdings keineswegs völlig irrelevant: Beispielsweise ist interessant, welche Werkzeuge zur Gravur verwendet und warum bestimmte Steine ausgewählt wurden. Aber diese naturwissenschaftlichen Befunde sind „Material“, das bestenfalls Hinweise darauf geben kann, welche Werte und welcher Sinn der damals handelnden Menschen sich in den Grabsteinen manifestiert haben. Ebenso sind selbstverständlich auch die Verstehens-, Bewusstseins-, Handlungs- und Sprachprozesse nicht nur allgemein in Naturvorgänge eingebettet, sondern auch spezifisch von diesen abhängig: Wird das Gehirn funktionsunfähig, so hört jedes psychische Geschehen auf; dies gilt in spezifischer Weise auch für ganz bestimmte, oft hoch spezialisierte neuronale und psychische Zusammenhänge. Ferner verändern Entwicklungsvorgänge oder die Zufuhr bestimmter Substanzen das subjektive Erleben und beobachtbares Handeln. Alle diese somatischen Vorgänge lassen sich im Rahmen der Naturwissenschaft untersuchen, und deren Perspektive lässt sich auf die Zusammenhänge zwischen somatischen und psychischen Vorgängen ausdehnen. Gleichwohl unterscheiden sich Fragen wie „Welche Eigenschaften, Defizite und Symptome hat jemand (und ‚ich selbst‘), welche Leistungen und Verhaltensweisen werden (wie stark,

wie oft, wann etc.) gezeigt?“ in Ihrer Perspektive grundsätzlich von Fragen wie „Als wen sehe ich mich, wer bin ich geworden, was will ich im Leben erreichen?“. Das Erleben, verstanden zu werden, von Geborgenheit oder von Sinnlosigkeit lässt sich durch keine Beobachtung, Beschreibung oder Messung ersetzen. Und daher ist die Perspektive des Menschen als Subjekt auch gegen keine noch so entwickelte Perspektive auszutauschen, die dem nicht gerecht wird.

Die Perspektive einer sinnorientierten, humanistischen Psychotherapie, die Viktor Frankl zeitlebens ins Zentrum seiner Arbeit gestellt hat, ist daher heute mindestens so wichtig wie vor einigen Jahrzehnten. Denn trotz aller Fortschritte in Medizin, Hirnforschung, „Cognitive Science“ und Verhaltenswissenschaft lassen sich die mit dem Mensch-Sein verbundenen Fragen von Sinn, Freiheit und Verantwortung nicht an andere Disziplinen delegieren oder auf deren Beiträge reduzieren.

Das Plädoyer ist natürlich nicht, die Sinnperspektive auf das menschliche Leben – und damit auch auf psychologische, pathologische und psychotherapeutische Prozesse – sowie das damit verbundene Verständnis vom Menschen nun quasi als eine Art Gegenbewegung als einzig verbindliche Weltansicht allen andern überstülpen zu wollen. Diese Gefahr besteht allerdings weder inhaltlich noch angesichts der gegenwärtigen Machtverhältnisse, in denen es für viele um kognitives Überleben und um die Existenzberechtigung ihres Ansatzes geht. Das Plädoyer ist, andersherum, die Notwendigkeit auch der Sinn-Perspektive progressiver zu vertreten und sie anderen verständlich zu machen. In der Pluralität der Positionen und Perspektiven, die unsere wissenschaftlichen und gesellschaftlichen Diskurse ausmachen, muss die Stimme einer sinnorientierten humanistischen Position weiterhin die Möglichkeit haben, sich Gehör zu verschaffen. Dazu ist es wichtig, sich nicht von der Berufung auf falsch verstandene „Naturwissenschaft“, mit der ein zu einseitig beschränktes Verständnis von „Wissenschaftlichkeit“ und eine zu vordergründige „Effektivität“ oft gerechtfertigt werden soll, einschüchtern und mundtot machen zu lassen.

Der Autor

Prof. Dr. Jürgen Kriz lehrt Psychotherapie und Klinische Psychologie im Fachbereich Psychologie der Universität Osnabrück. Zahlreiche Publikationen. 2005 erhielt er den Viktor-Frankl-Preis der Stadt Wien.

Das psychologische und das geistige Ich Über das Psychische und das Geistige im Menschen

Vorbemerkungen

Die folgenden Vorbemerkungen können im strengen naturwissenschaftlichen Sinn nicht bewiesen werden, was nicht heißt, dass man sie einfach ignorieren kann. Es geht um für die philosophische Reflexion erreichbare Auskünfte der Religion bzw. der Religionen, die den irdischen Erscheinungsmenschen als „ein Wesen mit himmlischen Wurzeln“ erkennen, dessen Leben nicht vernichtet wird mit dem Tod seines physischen Körpers. Wie der Titel dieses Aufsatzes andeutet, besteht nach dem Verständnis der Religionen und des Autors ein feiner und subtiler Unterschied zwischen dem psychologischen und dem geistigen Ich.

Nur die aus dem ewigen Geiste stammende *Urgestalt* wird hier „geistiges Ich“ oder „Geist-Ich“ genannt im Unterschied zum Ego oder zum psychologischen Ich. Das eigentliche Ich ist geistig und bezeichnet *jenseits* jeder psychologischen und gehirneuropäischen Annäherung in diesem Aufsatz das innerste Zentrum des Menschen: das Innerste Innere, das Unvergängliche, „das Ewige im Menschen“ (Max Scheler). Und nur *dieses* Ich wird als Bedingung der Möglichkeit dafür betrachtet, dass der einzelne Mensch nun auch im psychologischen und soziologischen Sinn ab einem gewissen Alter „Ich“ sagen und sich als Ausgangspunkt seiner mehr oder weniger freien Handlungen erleben kann.

Während das psychologische „Ich“ etwas Angenommenes darstellt und als „Ego“ oder von manchen als „soziales Konstrukt“ bezeichnet wird, – wobei es sich durch die Interaktionen mit den primären Bezugspersonen entwickelt, – sieht der Autor in der *Urgestalt* „Ich“ das Ewige im Menschen, das mit dem Tod des Körpers nicht der Vernichtung anheimfällt, sondern für sich selbst gegenwärtig bleibt: – *im* Leben und *im* Sein der Transzendenz. Das ist freilich keine naturwissenschaftliche Aussage, sondern, wie gesagt, Auskunft einer uralten geistigen und spirituellen Tradition, die mit den Namen des chinesischen Weisheitslehrers LAOTSE, des jüdischen geistigen Meisters JESUS VON NAZARETH und des deutschen Kunstmalers und Lebenslehrers JOSEPH ANTON SCHNEIDERFRANKEN BÖ YIN RÄ (1876–1943) angedeutet werden soll.¹

Dieses „Ich“ als das Ewige im Menschen kann durch naturwissenschaftliche Methoden *nicht* erfasst, nicht direkt beobachtet und nicht gemessen werden. Es kann nur erlebt und erfahren werden in der eigentlichen und egofreien Liebe, in der reinen Freude, in einer unbedingt verpflichtenden sittlichen Handlung, in der gesammelten Betrachtung eines Kunstwerkes, dessen namenlose Schönheit eine ursprüngliche Einheitserfahrung vermittelt, in der stillen Meditation ... und wohl auch in der Erfahrung der Schuld oder in dichten therapeutischen Gesprächen mit Menschen, die ausdrücklich nach Sinn und Werten suchen oder vom *Gewissen* sprechen, das sie anspornt, etwas Verkehrtes, das sie selbst verursacht haben, wieder gut zu machen. Die genannten Voraussetzungen werden in diesem Aufsatz nicht bewiesen, sondern voraus-gesetzt. Was vielleicht indirekt „bewiesen“ bzw. aufgezeigt wird, ist, dass die Leugnung des Ich als des innersten geistigen Zentrums *im* Menschen und *des* Menschen nur *im Namen* desselben ewigen Ich geschehen kann, wobei der Leugnende u. U. gar nicht merkt, was er tut.

¹ Siehe dazu: OTTO ZSOK, *Der religiöse Urquell*, St. Ottilien: EOS Verlag 2001.

Dass jemand nur an seine eigene wissenschaftliche (neurophysiologische) Forschung glaubt und die Behauptung aufstellt, nur das von ihm Erforschte habe Gültigkeit, kann als Methode und Arbeitshypothese zunächst akzeptiert werden. Sehr schwer fällt es zu akzeptieren, wenn man zu lesen oder zu hören bekommt, dass manche Vertreter der Gehirnforschung das geistige Ich nur als Produkt der subtilsten Tätigkeit des Gehirns darstellen, als würden sie – mit mehr oder weniger Absicht – suggerieren: „Vergiss, oh Mensch, deine geistige Dimension, dein Geist-Ich, denn im Lichte meiner neurophysiologischen Forschungen bist du nur ein zweifüßiges Tier, dessen Nervensystem nur subtiler und feinnerviger ausgestattet ist als die der anderen Tiere.“

Diese zugespitzte Formulierung findet man zwar wörtlich bei keinem Gehirnphysiologen, aber dem Duktus nach sind es Gerhard Roth, Wolfgang Prinz und Wolf Singer, die in den letzten Jahren etwas sehr Ähnliches behauptet und als *scheinbar* gesichertes wissenschaftliches Ergebnis dem breiten Publikum präsentiert haben.

Die Erfahrung des Autors dieser Zeilen ist allerdings eine wesentlich andere. In therapeutischen Gesprächen mit Menschen, die nach Sinn und tragfähigen Werten suchen, kam der Autor dieses Aufsatzes schon oft zu dem Punkt, an dem die Patienten die uralte und schlichte Frage gestellt haben: Wer bin *ich*? Und sie meinten damit: Wer bin *ich*, dass ich so etwas tue oder dass mir so etwas passiert? Wer bin *ich*, dass ich mich, obzwar verheiratet, mit 67 Jahren noch verliebe und eine Intensität der Gefühle erlebe, für die ich mich fast schämen muss? ... Wer bin *ich*, dass ich im wachen Tagesbewusstsein in manchen Momenten fähig bin, ein geistiges Licht in mir selbst zu empfinden, das mit keinem irdisch-physischen Licht verglichen werden kann? Oder: Wer bin *ich*, dass mich 25 Jahre nach dem Tode meines Sohnes immer noch eine schwere Schuld plagt, die ich mir nicht einbilde?

Das hier gemeinte „Ich“ ist natürlich ein Jemand und nicht ein „Etwas“. Das „Ich“ bezieht sich auf eine Person, die in unserer logotherapeutischen Praxis Hilfe sucht. Sie heißt Frau Schaller oder Herr Maier oder wie auch immer.

Eine längere Fallgeschichte aus der nach den Grundsätzen von Viktor Frankl gestalteten logotherapeutischen Praxis möge die mögliche Antwort auf die Frage – wer ist „Ich“ – andeuten, vorbereiten und konkretisieren.

Frau Kagelhaas, Jahrgang 1938, war mit einem Großunternehmer in Köln verheiratet. 1961 gebar sie einen Sohn (M.) und 1963 eine Tochter (B.). Sie und ihr Mann sowie die Kinder waren eine wohlhabende Familie mit großem Haus und Kindermädchen.

Etwa um 1971 fing ihr Mann mit dem Kindermädchen ein Verhältnis an. Frau K. duldete diese Beziehung ca. 4 Jahre. Danach kam es auf Initiative des Mannes zur Scheidung. Der Mann heiratete das Kindermädchen. Damals war sein und Frau K.'s Sohn 11 und die Tochter 8 Jahre alt.

Nach der Scheidung kommt es beim Sohn zu Schwierigkeiten in der Schule, er lernt auf einmal nicht mehr gut, kann sich kaum konzentrieren und vermeidet soziale Kontakte. Er zieht sich zurück und leidet. „Da hat mein Ex-Mann beschlossen, unseren damals 11jährigen Sohn ins Internat zu geben. Ich wollte das nicht und der Junge auch nicht“, sagt Frau K. mit trauriger Stimme.

Aber der Junge musste ins Internat. Von dort schreibt er Jahre hindurch immer wieder Briefe an die Mutter und bittet sie, ihn aus dem Internat nach Hause zu holen. Doch die Mutter antwortet nur, dass sie das nicht könne, der Papa wolle es so und er, der Sohn, möge gehorchen. Während Frau K. erzählt, betont sie immer wieder, dass ihr Sohn ihr liebstes Kind gewesen sei, sehr sensibel und anhänglich.

Jahre vergingen. Der Papa hielt Kontakt zu seinem Sohn, besuchte ihn immer wieder im Internat und sagte, es werde alles gut sein, er werde später in Papas Firma einsteigen und dort arbeiten. Die Jahre vergingen, der Sohn machte Abitur und fing an, Informatik zu studieren. Auch hier stand der Vater als „Mentor“ dahinter, denn er wollte, dass sein Sohn später die Leitung der Firma übernimmt. Doch der Sohn fand seinen Platz auch an der Uni nicht. Er hatte große Kontaktschwierigkeiten und zweifelte daran, dass dieses Studium für ihn das richtige ist. Zum Vater hatte er einen losen Kontakt, dieser tauchte immer wieder im Studentenheim auf und sagte seinem Sohn, dass er der spätere Chef der Firma sein werde, wenn er das Studium beende.

An einem Sonntag des Jahres 1981 war der Sohn bei seiner Mutter (Frau K.) zu Mittagessen. Er sagt ihr: Er sei schon im zweiten Semester, er fühle sich nicht gut im Studium, er wolle etwas anderes machen. Die Mutter, Frau K. spürt die intensive Suchbewegung ihres Sohnes, tröstet ihn, wie sie es kann, und er geht nach ca. 3 Stunden ins Studentenheim zurück.

„Meines Sohnes Traurigkeit und Zweifel konnte ich nicht richtig auffangen. Morgen sprechen wir noch weiter“, sagte ich ihm beim Abschied.

Doch er kommt am Montag nicht und auch am Dienstag ist er telefonisch nicht erreichbar. Frau K. hat plötzlich ein ungutes Gefühl.

Am Mittwoch fährt sie mit ihrem Ex-Mann ins Studentenheim. Seine Tür ist zugesperrt. Der Hausmeister wird geholt. Als die Eltern ins Zimmer treten, finden sie ihren Sohn tot in der Badewanne. Er hat sich mit Tabletten das Leben genommen. Frau K. bricht hier in Tränen aus und weint bitterlich. Sie kann kaum weiter sprechen. Als sie dieses Schicksal erleidet, ist sie 43 Jahre alt.

Nach diesem Schicksalsschlag bekommt sie einen Nervenzusammenbruch. Sie muss für mehrere Wochen ins Krankenhaus. Trauer, Zweifel und Schuld plagen sie unsagbar. Psychologen, die sie im Lauf der Jahre konsultiert hat, können ihr nicht helfen, sie versuchen nur, ihr die Schuld abzusprechen. Doch sie weiß und betont, dass sie mitschuldig an dem Tod ihres Sohnes ist. Sie sagt:

„Damals hätte *ich* verhindern sollen, dass unser Sohn ins Internat geht. *Ich* hätte ihn aus dem Internat nach Hause holen können. *Ich* habe etwas grundsätzlich falsch gemacht, ich bin schuldig. *Ich* habe etwas versäumt.“

Und dann zeigt sie die Bittbriefe, in denen ihr Sohn schwarz auf weiß darum bittet,

wieder nach Hause zu dürfen. Frau K. kann das nicht vergessen, immer wieder liest sie die Briefe ihres Sohnes, weint und fühlt sich schuldig.

1986 erkrankt sie an Brustkrebs, aber sie übersteht die Krankheit und bleibt physisch gesund.

1988 lernt sie einen verheirateten Musiker kennen und fängt mit ihm eine Beziehung an. Vier Jahre später geht die Beziehung zu Ende, da er sich von seiner Frau nicht trennen will. Die Patientin lebt danach alleine, aber nicht allzu lang.

1994 lernt sie einen Maler aus Belgien kennen und führt mit ihm eine gut funktionierende Wochenendbeziehung. Vier Jahre später erkrankt der Maler an Darmkrebs. Frau K. pflegt ihn liebevoll bis zum Tod.

1999 lernt sie einen anderen Mann, ebenfalls einen Maler, kennen und lebt mit ihm drei Jahre. Dann erleidet er einen plötzlichen Schlaganfall und auch diesmal pflegt sie ihn bis zum Tod.

Seit etwa Juni 2003 lebt Frau K. ganz alleine, sie steht ihrer Tochter bei, die inzwischen, mit einem Arzt verheiratet und berufstätig, selber Mutter von zwei Kindern ist. Diese sind 10 und 8 Jahre alt.

Frau K. blickt auf ihr Leben zurück und sagt sehr nachdenklich: „Alle Menschen, die ich liebte, sind mir weggestorben, doch der tiefste Schmerz ist mein Sohn, für den ich nicht gekämpft habe.“

Im Jahre 2007 ist Frau K. 69 Jahre alt geworden. Sie erwähnte in den Gesprächen, dass sie sich immer wieder frage, was sie noch tun könne, auch für ihren Sohn, den sie bald wiedersehen werde. Sie thematisierte hier anscheinend die Hoffnung, dass sie ihrem Sohn begegnet, wenn sie stirbt. Doch sie habe noch etwas Wichtiges zu erledigen in dieser Welt, sie wüsste nur nicht – was.

Könnte es sich um eine Art *Wiedergutmachung* handeln? – wird sie gefragt. Frau K. horcht auf. Das erste Mal nimmt sie wahr, dass jemand, dem sie sich in ihrer Seelennot anvertraut, ihre Schuld nicht ausreden, nicht wegpsychologisieren will, wie die früheren Psychologen, die sie scharenweise konsultiert hatte. Ach ja, sie sagte „ja“ ausdrücklich, sie hätte eine logotherapeutische Fachkraft aufgesucht, da sie gehört hätte, dass in der Logotherapie die Schuld ernst genommen werde.

Nun fühle sie die Notwendigkeit, die Schuld des Versäumnisses, die Schuld der Unterlassung auszugleichen. Es ist ihre Sicht, dass sie etwas Gutes nicht getan hat. Seit dem Tod ihres Sohnes seien über 25 Jahre vergangen und sie lebe immer noch nicht nur mit Schuldgefühlen, sondern im Bewusstsein, „dass ich schuldig geworden bin“. Dabei kommt sie wieder, und immer wieder auf ihren Sohn zu sprechen, der ihr damals gesagt hat, es gäbe ja viele junge Studenten aus fernen Ländern, die sich in Deutschland einsam fühlten und Hilfe bräuchten, „damit sie sich zurechtfinden in unserem Land“, zitiert Katharina die Worte ihres Sohnes. Dabei wirkt sie sehr nachdenklich.

An dieser Stelle wird ihr die Frage zugespielt: „Könnten Sie sich vorstellen, im Namen Ihres Sohnes und als Andenken an ihm, etwas Gutes und Sinnvolles für die ausländischen Studenten zu tun? Könnten Sie sich vorstellen, dass dies für Sie eine Möglichkeit wäre, mit der Schuld umzugehen?“

Frau K. denkt kurz nach, dann sagt sie „ja“ und betont, sie hätte schon öfters daran gedacht, sie müsse nur konkrete Schritte tun. Welche sollten sie denn sein?

Nach einer gemeinsamen Überlegung wird vereinbart, dass sie sich beim Studentenwerk erkundigt und für ein, zwei oder drei Studenten einsetzt, damit sie in Deutschland ein wenig „heimisch“ werden können. –

So weit eine Fallgeschichte aus der logotherapeutischen Praxis. Die Frage, die hier uns weiterhin beschäftigt, lautet: Ist das „Ich“, das aus Frau K. spricht, lediglich etwas Psychisches oder gar nur ein „soziales Konstrukt“? Oder handelt es sich hier vielleicht doch um ein „innerstes Zentrum“, ohne das ein Mensch aufhören würde Mensch (*Homo humanus*) zu sein? Handelt es sich nicht um ein Geist-Ich, das jedes Psychologische und Soziologische transzendiert?

Frau K. und einige andere Menschen in einer vergleichbaren existentiellen Situation ahnen, dass das „Ich“, das sich während ihrer Sozialisation herausgebildet hat, noch weitere unbekannte Seiten haben könnte, die zunächst – vielleicht lange Zeit hindurch – dem eigenen *Gehirnbewusstsein* nicht zugänglich sind. Sie ahnen in einer nicht thematischen, *unter-bewussten* Weise, dass das Wort „Ich“ in der Frage „wer bin ich“ noch weiter, tiefer und höher reicht als ihre bisher angenommene und scheinbar bekannte psychologische und soziologische Identität.

Sie ahnen, so kann gesagt werden, dass das *psychische Ich* nicht ihre letzte Wirklichkeit ausmacht. Sie ahnen, dass das „eigentliche Ich“ einen viel größeren „Umfang“ hat als das, was sie an sich selbst mit „ich“ bezeichnen. Diese vielfach gemachte Erfahrung des Autors in therapeutischen Gesprächen mit sinnsuchenden Menschen, aber auch eigene Erfahrungen können ohne ein wirkliches inneres Zentrum, das „Ich“ heißt, gar nicht thematisiert werden. Eine allzu stark naturwissenschaftlich orientierte Sprache, die „das Ich“ aus dem beobachteten Phänomen heraushalten will, muss scheitern, wenn es sich um die Beschreibung innerster seelischer und geistiger Vorgänge geht.

Manche Texte der Weisheit bieten die Auskunft, dass das „Ich“ sehr wohl innerstes Zentrum des Menschseins ist. Nicht das Ego, nicht das kleine, empirisch messbare psychische Ich, sondern das eigentliche, das geistige Ich, das hinter allem, was mit Gehirn und dem Psychophysikum zu tun hat, als letzte Grundlage, als ursprüngliches Zentrum, als aus dem ewigen Geiste stammende *Urgestalt* verborgen ist. (Der Ausdruck „ewiger Geist“ soll hier verstanden werden als sprachliche Benennung einer letzten, auch das Materielle in sich einschließenden Wirklichkeit, eben einer ewigen Wirklichkeit, die dem Werden und Vergehen nicht so unterstellt ist wie das „Dahinfließen der Dinge“, um hier Heraklit zu paraphrasieren.)

Frau K. hat von sich aus und gegen die Psychologen, die sie im Laufe der Jahre konsultiert hatte, entschieden ausgesagt: „Ich weiß, dass *ich* schuldig geworden bin“.

Sie kam, um in der existenzanalytischen Logotherapie eine Hilfe zu bekommen, mit ihrer nicht bloß eingebildeten Schuld umgehen zu lernen. Sie hatte das klare Bewusstsein, dass es gut, sinnvoll und förderlich ist, sich eine Form der *Wiedergutmachung* zu suchen, die im Andenken an ihren vor 25 Jahren verstorbenen Sohn geleistet wird und anderen Menschen zugute kommt. Schon diese Vorstellung, etwas Gutes im Namen eines vor 25 Jahren verstorbenen Sohnes zu tun, wodurch anderen Menschen geholfen wird, setzt voraus, dass die Rückbezüglichkeit auf das eigene „Ich“, – und die hintergründige Verbindung zwischen den „Ichen“ – nicht von außen, sondern aus dem Innersten eines Menschen kommen muss. Mit welchem psychologischen Grund käme eine 69jährige Frau, gesund und klar im Denken, auf die Idee, sich selbst eine Schuld zuzusprechen, die sie nicht begangen hat? „Ich weiß, dass ich schuldig geworden bin“, sagte sie mehrmals. Mit anderen Worten: „Ich habe etwas nicht getan, was *ich* hätte tun können und sollen, nämlich meinen Sohn aus dem Internat nach Hause zu holen.“

In den letzten Jahren hörte und las man manche Äußerungen aus der neuropsychologischen Forschung, die, sinngemäß zitiert, in etwa so lauteten: Die Idee eines freien Willens sei mit wissenschaftlichen Überlegungen prinzipiell nicht zu vereinbaren. Wissenschaft gehe davon aus, dass alles, was geschieht, seine Ursachen habe und dass man diese Ursachen finden könne. (...) Wissenschaft liebe Monismus und Determinismus. Und dann, so sagt Wolfgang Prinz wörtlich:

„Die Willensfreiheit kommt im Labor nicht vor. Die Vorstellung, es gäbe im menschlichen Geist eine Instanz namens Wille, die völlig frei entscheidet und nicht vorherbestimmt ist – eine solche Idee ist psychologischem Denken fremd. Die Psychologie sucht nach Determinanten von Verhalten. Wir wollen wissen: Warum hat jemand dies oder jenes getan? Einfach zu sagen ‚es war sein freier Wille‘, hieße, die Wissenschaft aufzugeben. Insofern kommt das Thema ‚freier Wille‘ in unserem Labor nicht vor. Das Kuriose ist nur: Eigentlich kommt das Thema auch in den Experimenten der Hirnforscher nicht vor. Sowohl für mich als auch für Herrn Singer gilt wohl: Aussagen zur Willensfreiheit sind Sonntagsgedanken.“² Unmittelbar dazu sei kritisch angemerkt:

Der Begriff „Handlung“ ist ohne Intentionalität gar nicht denkbar. Intentionalität aber ist etwas *Geistiges* und hat durchaus mit dem *geistigen Willen* (und nicht bloß mit einer bloßen spontanen Willensstrebung) zu tun. Das heißt:

² Die Zeit, Nr. 29 / 14. Juli 2005, S. 31f.

Körperlich-sinnlich vollzogene physische Bewegungen sind nur dann Handlungen, wenn sie eine Intention, also, vorsichtig ausgedrückt, etwas „Seelisches“ ausdrücken. (Das Geistige kommt erst später an die Reihe.)

Was Herr Prinz als objektive, naturwissenschaftlich begründete Welt bezeichnet, ist *uns* nur in Akten des *Meinens, Wissens, Beurteilens* und *Wollens* gegeben. Wollte er Letztere zu bedeutungslosen Epiphänomenen – zu Sonntagsgedanken – herabstufen, würde die von ihm postulierte und durch psychologische Faktoren vermittelte objektive Welt verschwinden, die für uns überhaupt nur kraft solcher Akte *da* ist. Und Analoges gilt für alle Akte des bewussten Vorziehens, Ausseins-auf, Wertfühlers und Wollens. Wo theoretische oder praktische Intentionalität ins Spiel kommt, da wird der gehirnphysiologische Reduktionismus – in allen seinen Formen – selbstwidersprüchlich.

Eine andere Meinung lautete: Es gäbe im Menschen keinen singulären Ort, an dem Entscheidungen gefällt und Pläne gemacht werden könnten, an dem das „Ich“ zu verorten wäre; es gäbe nur eine große Zahl Subsysteme, die parallel arbeiten und so eng miteinander vernetzt sind, dass sie in ihrer Gesamtheit jene dynamische Zustände hervorbringen, die uns als singuläre erscheinen, die in uns so etwas wie „Ich“ als Zentrum erscheinen lassen.³

Hier wird vom „Ich“ als ein Etwas gesprochen. Der Autor dieser Zeilen aber meint: „Ich“ ist nicht etwas, kein Gegenstand, den man ergreifen und anfassen könnte, sondern „Ich“ ist die *Form der Einheit* alles Seienden!⁴ Deshalb ist auch „Ich“-Bewusstsein nicht bloß *Gehirnbewusstsein*, sondern das *Bewusstsein, den Mittelpunkt alles Seins in sich selbst zu tragen*.⁵

In Wirklichkeit ist alles Sein und alles Scheinen nur durch „Ich“, für „Ich“ gewirkt: – wird wirkend nur in „Ich“ empfindbar.⁶

Noch kein Tier hat versucht, einem anderen Tier von seiner innersten Ich-Empfindung zu erzählen, wie auch noch kein Tier nach dem Sinn des Daseins gefragt hat. Die Sinnfrage stellen und existentiell empfinden zu können, sich als freies und verantwortliches Wesen wahrnehmen zu können, sich auf einen letzten und unvergänglichen Lebens-Grund beziehen zu können, – all das und vieles mehr ist nur durch die Emanzipation von den psychophysischen Grundlagen und von der eigenen physischen und psychischen Natur möglich.

³ So z. B. PETER SINGER, in www.florian-roth.com VHS Seminar am 5.2.2006.

⁴ Vgl. BÒ YIN RÁ, *Das Buch der Gespräche*, Bern: Kober Verlag 1978, S. 104.

⁵ Vgl. ebd.

⁶ BÒ YIN RÁ, *Das Buch der königlichen Kunst*, Bern: Kober Verlag 1983, S. 59f.

Der Autor dieses Aufsatzes liest Sätze, wie oben von Singer und Prinz zitiert, mit einem Unbehagen und spürt sein eigenes Ich, wie es Widerstand leistet im Namen der im eigenen Ich erlebten anthropologischen Wahrheit. Ist nun solch eine Äußerung (Singer, Prinz und andere) Aussage eines „Ich“, das einem anderen „Ich“ wirklich etwas mit Anspruch auf Wahrheit mitzuteilen beabsichtigt, oder ist diese Aussage auch nur Folge eines Subsystems oder gar *monistisch* (im Sinne des materialistischen Monismus) determiniert? Einmal angenommen, dass Herr Prinz für sich selbst nicht davon ausgeht, dass er ein „Ich“ mit freiem Willen ist, wie kann er dann trotzdem eine Aussage tätigen, die ein anderes „Ich“ ansprechen und es als Adressaten anvisieren soll?

Und wieso verlangt er (indirekt und unthematisch), dass seine Aussage von *irgendjemandem* als *wahr* anerkannt wird? Ein Jemand zu sein, bedeutet ein Ich mit Freiheit und Verantwortung zu sein. Herr Prinz aber will gerade darauf hinaus, dass es kein Jemand gibt, der ein mit Freiheit und Verantwortung ausgestattetes „Ich“ ist.

Herr Prinz setzt aber anscheinend voraus, dass das menschliche Wesen nicht nur eine optisch wahrnehmbare Außenseite, sondern auch eine für das physische Auge nicht sichtbare Innenseite hat, aus der so etwas wie Intentionalität entspringt; in seinem Fall die klar geäußerte Absicht, die Idee eines freien Willens zu leugnen – und damit die Idee einer selbständigen „Instanz“, die man seit Urzeittagen „Ich“ nennt, streitig zu machen. Welches Interesse Herr Prinz daran haben könnte, mag vorläufig nicht beachtet werden. Erörtert werden soll die schlichte von Herrn Prinz angenommene Tatsache, dass die Innenseite des Menschen etwas ist, was man in der Psychologie *das psychische Phänomen* oder einfach *das Psychische* nennt.

Selbst der harte empirische Psychologe, man denke hier an den Österreicher Hubert Rohrer, war sich darüber im Klaren, dass das Phänomen der Innenwelt – und damit eine Sphäre im Menschen, die physikalisch nicht so präzise gemessen werden kann, – *im* und *am* Menschen eine reale, nicht eingebildete anthropologische Wirklichkeit ist, die nicht einfach als ein bloß „psychologisches oder soziologisches Konstrukt“ abgetan werden kann. An und in uns selbst erleben und stellen wir fest: Gedanken, Meinungen, Vorstellungen, Erinnerungen, Erwartungen, Interessen, Wünsche, Bedürfnisse, Absichten, Motive, Gefühle und Stimmungen bewegen, beschäftigen und motivieren oder hemmen uns. Das alles, was für das eigene Gehirnbewusstsein als „mein Gefühl“, als „meine Absicht“, als „meine Stimmung“ erlebt wird, bildet und macht das Innen oder die Innenseite des menschlichen Wesens aus. Mehr noch: Gegenüber der eigenen Stimmungen und Bedürfnissen kann ich

noch einmal Stellung beziehen, mich von ihnen distanzieren oder mich ihnen ausliefern oder sie so gestalten, dass meine Stimmungen – im Rahmen einer schauspielerisch geformten Rolle – zur künstlerischen Leistung werden.

Man könnte, ein wenig boshaft, sagen, dass manche Vertreter der Neuropsychologie bzw. Neurophysiologie die offene oder versteckte Absicht hegen, das „Ich“ als eigenes, selbständiges Zentrum im Menschen, und mit Willensfreiheit ausgestattet, auszulöschen – im Namen eines materialistischen Monismus und eines gehirnpfysiologischen Pandeterminismus, da sie präsupponieren, davon ausgehen, dass das hochkomplexe und wunderbare Gehirn des Menschen das alles hervorbringt, was bisher mit dem Wort „Ich“ oder „Freiheit und Verantwortung“ bezeichnet worden ist.

In diese Richtung tendiert auch folgendes Argument:

„Der Schuldbegriff des Strafrechts ist nach herrschender Meinung und laut Urteilen des Bundesgerichtshofs unabdingbar an die Annahme einer Willensfreiheit im Sinne des ‚Unter-denselben-physiologischen-Bedingungen-willentlich-andershandeln-Könnens‘ gebunden. In dem Maße, in dem sich die empirischen Evidenzen der Hirnforschung und der Psychologie gegen die Existenz eines solchen ‚Alternativismus‘ verstärken, sind Strafrechtler gezwungen, über diesen Widerspruch nachzudenken und ihn aufzulösen zu versuchen.“⁷

Unmittelbar zu diesem scheinbar bestechend plausibel klingenden Argument, ist Folgendes anzumerken: Der Begriff des Strafrechts berücksichtigt die „physiologischen Bedingungen“ der Willensfreiheit, und auf *dieser Ebene* besteht in der Tat eine Bedingtheit, ein Determinismus, eine verminderte Fähigkeit des Anders-handeln-Könnens. Dass aber *jemand* das überhaupt feststellen und als Aussage mit Anspruch auf Wahrheit aussprechen oder schreiben kann, setzt voraus, dass er als Ich über den Zustand eines anderen Ich, das aufgrund physiologischer Bedingungen in einem konkreten Fall (anscheinend) nicht anders handeln konnte, *urteilen* kann und seine eigenen physiologischen Bedingungen ein Stück weit transzendiert hat. Sein Urteil kann wahr oder falsch sein. Aber, dass *er* urteilt, ist Ausdruck eines zumindest denkenden Ichs, das eine eigene, ursprüngliche und empfindungsbewusste Rückbezüglichkeit besitzt.

Die neurologischen Voraussetzungen zur Äußerung der Willensfreiheit („Ich will diesem Menschen, der durch einen Unfall verstümmelt wurde, treu

⁷ GERHARD ROTH, FAZ, 1. 12. 2003.

bleiben“) beweisen das Nichtvorhandensein der Willensfreiheit überhaupt nicht, sondern bilden lediglich *die psychophysische Bedingung* dafür, dass Willensfreiheit als Selbstlenkung und Selbstgestaltung im Zustand der Inkarnation wirksam werden kann.

Genauso wie die Geige nur *eine* Bedingung für das Erklingen-Können einer Sonate ist, die Sonate aber auch ohne Geige irgendwie schon „im Sein“ ist und besteht (in der Partitur), genauso ist ein funktionierendes menschliches Nervensystem Bedingung (aber kein Grund) für eine freie Handlung. Der *Grund* für die Handlung ist der freie Wille eines Ich, das sich zu sich selbst und zum Anderen verhalten kann.

Sobald der Künstler die Geige als Instrument in die Hand nimmt und die Sonate spielt, hört man, dass der Künstler die Geige als Voraussetzung für das Erklingen der Sonate benutzt. Nur ein „ausgeruhtes Gehirn“ würde behaupten wollen, dass die Geige die eigentliche Ursache der Sonate sei und der Künstler nur eine Nebenrolle spiele – im Sinne eines Subsystems.

Zu sagen, „das Gehirn urteilt in mir (oder »es« urteilt in mir) und ich bilde mir nur ein, dass ich subjektiv frei mein Urteil ausgesprochen habe“, ist so, als wenn man sagen würde: „In der Illusion, dass ich (als Subjekt) ein anderes Ich beobachtet und geprüft habe, – um dann ein empirisch gesichertes Urteil über das Nichtvorhandensein seiner Willensfreiheit gegenüber dem Gericht zu sprechen, – ist im Grunde auch meine eigene Illusion miteinbeschlossen, denn ich (als dieser Gerhard Rot, der Gehirnphysiologie betreibt und Aufsätze veröffentlicht) existiert ja in Wirklichkeit gar nicht; das »Ich« als mein »Ich« gibt es nicht, es ist nur ein psychologisches oder soziologisches Konstrukt oder ein Zusammenspiel von Subsystemen im Gehirn.“

Man könnte weiterhin *manchen* Vertretern der neuropsychologischen Forschung unterstellen, dass sie das Geheimnis des Menschseins als geistig begründetes Personsein, dessen innerstes Zentrum das *geistige Ich* ist, hineinlösen wollen in physisch, chemisch, neurobiologisch angebbaren Ursachen, die dann als letzte messbare „naturwissenschaftlich untersuchte Faktoren“ alles restlos erklären könnten, was bisher anscheinend nicht erklärbar war, weil man die „Apparate“ nicht dazu besaß. Man könnte weiterhin der Meinung sein, dass der Standpunkt des monistischen Pandeterminismus eingenommen wird, (von wem?), weil wiederum *apriori* vorausgesetzt wird, dass das zerlegende, analysierende Denken fähig sei, die letzte *ontologische* Dimension des Menschseins aufzuhellen.

Der Autor dieses Aufsatzes, der sich selbst als „Ich“ wahrnimmt und erlebt, fühlt sich immerhin angesprochen und erlebt sich selbst so weit frei,

dass er, aus seinem ureigenen Ich folgende Aussage – mit Anspruch auf Wahrheit – wagt:

Was eine bestimmte, sehr eng aufgefasste Neuropsychologie als „Ich“ zu identifizieren wähnt, ist zwar etwas Reales im Menschen, aber *nicht* das geistige Ich. Sowohl der Osnabrücker Psychologe Julius Kuhl wie der Paderborner Theologe Eugen Drewermann haben das hier gemeinte anthropologische Grunddatum aufgezeigt und stichhaltig nachgewiesen.⁸ Aber auch der Wiener Psychiater und Philosoph Viktor Frankl schrieb schon 1959, des Menschen arteigenes Sein sei nicht bloß Dasein oder Vorhandensein, sondern: Existenz. Existenz aber heißt: *ich kann auch immer wieder anders*, ich muss nicht immer neurotisch handeln. Ich kann aus mir selbst heraus- und mir selbst [meinem Ego] gegenübertreten. Ich trete aus der Ebene des Leiblich-Seelischen heraus und komme durch den Raum des Geistigen hindurch zu mir selbst [zu meinem Geist-Ich]. „*Ex-sistenz geschieht im Geist.*“ Ich als geistige Person trete mir selbst als psychophysischem Organismus gegenüber.⁹ Anders formuliert: Mein Geist-Ich setzt sich mit meinem psychologischen Ich (mit meinem Ego) auseinander und stellt fest: Dieses Geist-Ich ist *mehr* als alles, was ich in meinem bisherigen Ego angenommen habe.

Was Frau Kagelhaas in dem zitierten Fallbeispiel getan hat, war ein sich (ihrem Ego) Gegenübertreten aus ihrem geistigen Ich, das im innersten Erleben realisiert hatte, dass die früher begangene Schuld wieder gut gemacht werden *soll*. Solch eine Einsicht kommt nicht aus dem Gehirn, aber sie wird durch die Vermittlung des Gehirns in der ewigen *Seele* entschlüsselt und erkannt. Der einzelne Mensch erkennt, dass sein armseliges Dasein „nur in der Beziehung zu einem *Sollen* möglich ist, wobei das jeweils Gesollte dem jeweils Sinnvollsten gleichkommt, auf das hin sich unser (Da-)Sein entwickeln kann. Weder das Sein noch das Sollen stammt von Menschenhand. Doch steht es in des Menschen Hand, sein (Da-)Sein verkümmern zu lassen, indem er das Sollen ignoriert, oder sein (Da-)Sein zur vollen Entfaltung zu bringen, indem er sich dem Sollen zu-neigt und zu-bewegt.“¹⁰

Solch eine Einsicht nennt der Autor existentielle Erkenntnis, die jemanden erschüttern kann. Freilich: Es gibt keine Erkenntnis der Wahrheit ohne exi-

⁸ Vgl. JULIUS KUHLE, Der kalte Krieg im Kopf. Wie die Psychologie Naturwissenschaft und Religion verbindet, Freiburg: Herder Verlag 2005, S. 148 – 203. Siehe auch: EUGEN DREWERMANN, Atem des Lebens. Die moderne Neurologie und die Frage nach Gott, Band 2: Die Seele, Düsseldorf: Patmos Verlag 2007, S. 535 – 635.

⁹ Vgl. VIKTOR E. FRANKL, Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten, Weinheim und Basel: Beltz Verlag 2002, S. 61.

¹⁰ ELISABETH LUKAS, Spannendes Leben. In der Spannung zwischen Sein und Sollen – ein Logotherapiebuch, München: Profil Verlag 2003, S. 7.

stentielle Erschütterung. Reine Naturwissenschaft, die nicht einmal die Entschlüsselung der psychischen Prozesse hundertprozentig leisten kann, – von den geistigen Prozessen gar nicht zu sprechen –, kennt aber keine existentielle Erschütterung, denn das ist ein Erleben des Ich, in dem das Geist-Ich sich selbst innerlicher besitzt als alle von außen angenommenen „Besitztümer des psychologischen Ich“.

Existenziell sein bedeutet nicht ein Sein-müssen, sondern als Sein-sollen und Sein-können konfrontiert zu werden mit einer höheren Notwendigkeit. Diese Konfrontation findet nicht in dem Psychischen, sondern in der Höhen-dimension der Person, in der geistigen Existenz, im geistigen Ich statt.

Der Autor dieses Aufsatzes vertritt die These, dass der *Homo sapiens* – und das ist mehr als nur der „animal rationale“ – über eine kleine Anzahl einzigartiger Eigenschaften verfügt, die in keinem Tier vorhanden sind. Der Grund dafür ist, dass das Tier kein Geist ist, sondern ein psychophysischer (und schon *als solcher* wundervoller) Organismus.

Menschen können Schuld, Scham und Stolz empfinden, sie antizipieren Geschehnisse, die in ferner Zukunft liegen, sie erfinden Metaphern und Symbole, sprechen verschiedenste Sprachen, denen oft eine äußerst differenzierte Grammatik zugrunde liegt, und denken über hypothetische Umstände nach. Sie haben Schuldbewusstsein wegen einer Sache, die 25 Jahre zurückliegt, sie können lachen und weinen und haben Humor. Mehr noch: Menschen empfinden Freude und Dankbarkeit und können grundsätzlich Wahrheit und Wahrheiten erschließen, erkennen und somit Irrtümer ausschließen, weil sie „im Vorgriff auf das Sein“ wissen, dass *veritas norma sui et falsi est* (Spinoza). Menschen haben eine Vorstellung vom Ewigen und empfinden in der Seele das berühmte Mozartsche „Lächeln durch Tränen“, wenn manche Stücke des Salzburger und des Wiener Meisters erklingen. Kein anderes Tier, auch nicht der am meisten entwickelte Affe, besitzt diese Kombination von einzigartigen Fähigkeiten.

Der Irrglaube einer bestimmten Psychologie, dass sich die meisten psychischen Prozesse beliebig verallgemeinern und unter streng kontrollierten Laborbedingungen restlos überprüfen lassen, hält immer noch so manche Wissenschaftler in Illusionen befangen. „Manche Diener der ‚exakten Wissenschaft‘ sind nur arme *Kärrner*, die nicht über ihres kleinen Karrens Last *hinauszublicken* wissen!“¹¹

Einige Neuropsychologen betrachten heute das Gedächtnis als die Summe einer Gruppe von bestimmten Prozessen, die von verschiedenen Hirnre-

¹¹ Vgl. BÓ YIN RÁ, *Das Gespenst der Freiheit*, Bern: Kober Verlag 1990, S. 168.

gelkreisen gesteuert werden, was natürlich weitestgehend zutrifft. Das Phänomen *Erinnerung* als ein ganz individuelles Gefühl in bezug auf etwas im Gedächtnis Bewahrtes kann jedoch niemals mit der Gehirnphysiologie beschrieben und erklärt werden.¹² Er-innern oder *sich erinnern* heißt: Ein Ich besitzt bewusste Verbindung mit seinem eigenen Inneren und hat dazu ein eigenes, unverwechselbares Verhältnis, das in ihm Beglückung oder Traurigkeit hervorruft.

Das zum ersten Erkunden seiner Mit- und Umwelt fähig gewordene Kind weiß noch nicht [im Gehirnbewusstsein], was das ist, wenn eine Stimme in seiner Umgebung „Ich“ sagt. Das Kind ist sich selbst noch „Umwelt“, in der offenbar, wie ihm seine kleine Alltagserfahrung zeigt, alle Dinge mit gewissen Lautverbindungen zusammenhängen. So hört es denn auch eine bestimmte Lautgruppe immer mit seiner Selbstäußerung in Verbindung gebracht und lernt seinen „Namen“ in seiner Mitwelt genau so mit sich zu identifizieren, wie das auch einem jungen Tier gelingt, das in Menschennähe lebt. Will das Kind aber, – das ja vor allen Tieren die Möglichkeit einer differenzierten Sprache voraushat, – sich selbst bezeichnen, so nennt es *das Stück seiner Umwelt*, das es für sich selber ist, indem es den immer wieder dafür gehörten „Namen“ sagt. Erst viel später lernt es dann auf mechanische Art durch Nachsprechen „Ich“ [zu] sagen und dann auch allmählich [zu] begreifen, dass das scheinbar der *Allen* gemeinsame „Name“ ist, wenn sie von sich zu sprechen haben. Sagt das Kind nun aber fortan auch zu sich selber: „Ich“, so ist doch der Umfang und die Tiefe seines Bewusstseinsinhaltes dadurch in keiner Weise verändert, wenn auch den Erwachsenen der Gebrauch der ihnen so wichtigen Selbstbezeichnung bei dem kleinen Wesen wie ein gewaltiger Fortschritt erscheint.

Für den heranwachsenden wie später für den erwachsenen Menschen bedeutet all seine Lebenserfahrung eine mosaikartig geformte Zusammensetzung von vielem Einzelnen, das erst „Umwelt“ war, bis es sich dem schon in kindhafter Zeit gebildeten Selbstbegriff „Ich“ einfügen ließ,¹³ und mit diesem „psychologischen Ich“, das nur ein *Angenommenes* ist, beschäftigt sich die Psychologie als „soziales Konstrukt“. Erst dann, wenn es ihr bewusst wäre, dass das Ego nicht alles ist – da es anzunehmen nur möglich wird, weil das Geist-Ich ihm das unbewusste *Vorbild* abgibt –, hätte man mit einer psychologischen Wissenschaft zu tun, die ihre Grenzen einsieht und respektiert.

¹² Vgl. JEROME KAGAN, *Die drei Grundirrtümer der Psychologie*. Weinheim und Basel: Beltz Verlag 2000, S. 9.

¹³ Vgl. BÓ YIN RÁ, *Hortus Conclusus*, Bern: Kober Verlag 1979, S. 69 – 71.

Die Methode, mit der *manche* Gehirnphysiologen arbeiten, erinnert mich an jenen einfachen Mann, der vor 70 Jahren die Musik im Grammophon suchte. Oder an jenen Naiven, der sich einbildete, er könnte ein Kunstwerk von Michelangelo chemisch auseinandernehmen, dann wieder rekonstruieren, um daraus dann *das Schöne* des Originalkunstwerkes zu erklären. Die chemische Farbanalyse eines Bildes von Michelangelo würde niemals *die durch die Farben hindurch dargestellte Wirklichkeit* erfassen können, denn diese Wirklichkeit gehört einer anderen ontologischen Dimension an als das chemisch analysierbare Farbenmaterial. Man muss ihr mit Ehrfurcht, in Sammlung und in Stille nahen, damit sie sich dem Ich des Betrachtenden offenbart.

Wenn nun für manche, sich als seriöse Wissenschaftler nennende Persönlichkeiten Stille und Ehrfurcht nichtssagende Worte oder nur psychische bzw. psychologische Zustände sind, dann mag das etwas sein, was mit diesen Persönlichkeiten zu tun hat, es beweist aber keineswegs die Nichtexistenz dieser „inneren Haltungen“, die eine Wahrheit erfassen könnende Kraft besitzen. Auch der Logotherapeut konnte Frau Kagelhaas nur durch die „innere Haltung“ helfen, welche den Satz eines Menschen, „ich bin schuldig geworden“, in Ehrfurcht und Demut vor dem Schicksal dieser Frau gelten ließ. Mag sein, dass manche harte Empiristen das Selbstbewusstsein und Selbstverständnis eines sich *frei und verantwortlich* fühlenden Menschen nur auf der Ebene der Subsysteme des Gehirns, nur als Gehirnbewusstsein wahrnehmen können, denn schließlich ist auch die empirische Wissenschaft nicht geschützt vor Blindheit oder zumindest vor einem blinden Fleck.

Dem phänomenologisch vorgehenden und sich nach dem Sinn orientierenden Therapeuten aber ist Gewissheit, dass Schuld – genauso wie Freude, Dankbarkeit, Humor, nicht berechnende Liebe, Gewissen und Hoffnung auf die Wirkung der Wiedergutmachung – die Leistung eines ursprünglich geistigen Ichs ist, das jenseits der gehirnphysiologischen Prozesse „im Licht“ ist. Ob das jedem einzelnen Menschen in seinem eigenen *Gehirnbewusstsein* empfindungsbewusst präsent ist, mag eine andere Frage sein, die einer gesonderten Erörterung bedarf.

Einige Sätze des emeritierten Professors für Biologie HUBERT MARKL – die hier zum Schluss ein wenig abgeändert und paraphrasiert zitiert werden – können als brauchbare Leitlinien bewertet werden, sowohl von den Vertretern der Religionen als auch von den Vertretern des streng naturwissenschaftlichen Denkens. Der frühere Präsident der Deutschen Forschungsgemeinschaft, Mitglied der Berlin-Brandenburgischen Akademie der Wissenschaften, Professor Hubert Markl schrieb:

„Als fundamentale Kulturleistung muss sich die Religion so wenig von der Naturwissenschaft [und von der Gehirnphysiologie] zensieren lassen, wie

sich die Naturwissenschaften von jahrtausendealten Schriften [z.B. Tao Te King, die Evangelien und die Briefe von Paulus, die platonischen Mythen, die mystischen Schriften von Meister Eckhardt, das geistige Lehrwerk von Bô Yin Râ] belehren lassen werden, wer immer an das glauben mag, was darin geschrieben steht. Diesen Widerspruch auszuhalten, ihn nicht zu verkleistern, ist auch Bildungsministern [und einigen Wissenschaftlern der Neuropsychologie] zuzumuten. Vermengte man die Religion mit Biologie [oder mit der gehirnphysiologisch orientierten Psychologie], wäre das, als wolle man die Wirkung einer Symphonie [auf die Seele] durch Gesetzmäßigkeiten der physikalischen Schallerzeugung erklären. Eigentlich hatte man gehofft, dass dies von den für Bildung [und für seriöse Wissenschaften] Verantwortlichen bei uns [in Deutschland, in Europa, in den USA] schon seit langem begriffen wird.“¹⁴

Diese und ähnliche Reflexionen können freilich nur denjenigen Stütze und Hilfe sein, die des Irrtums des (spiritualistischen, biblischen oder naturwissenschaftlichen) Fundamentalismus in sich selber gewahr wurden. Ein Mensch, wer auch immer er im Außen sein mag, muss seines Irrtums schon in sich selber kundig werden, damit ihm durch *gesicherte wissenschaftliche Erkenntnis* oder durch *geistig begründete religiöse oder spirituelle Auskunft* geholfen werden kann. Wer über das bereits Gewusste hinaus immer noch ein neues Licht erwartet und mit ganzem Herzen danach verlangt, *die Wahrheiten des Menschseins* nicht nur kognitiv, sondern mit allen Kräften der Seele empfindungsbewusst zu erkennen und sie *in Demut* in Besitz zu nehmen, dessen Geist-Ich wird sich „das Ganze“ in einem innersten Erlebnisvorgang erschließen, ohne dass er wähen und sich einbilden muss, er hätte nun *restlos* „das Ganze“ ausgeschöpft. Der so, in Demut, Erlebende wird Naturwissenschaft verstehen und Religion erleben. Er wird sein psychologisches Ich in sein Geist-Ich integrieren, ohne das Erste zu verabsolutieren oder das Zweite zu fürchten.

Der Autor

Dr. phil. Otto Zsok
Süddeutsches Institut für Logotherapie
Geschwister-Scholl-Platz 8
D – 82256 Fürstenfeldbruck
T.: 08141 / 180 41
si@logotherapie.de

¹⁴ HUBERT MARKL, Krauser Mischmasch. Religion und Naturwissenschaften dürfen nicht vermengt werden – sonst leiden beide, in: Süddeutsche Zeitung, 24. Juli 2007, S. 11. (Feuilleton).

Sinnverlust durch Krankheit? Zum Stellenwert narrativer Logotherapie bei chronischen Erkrankungen

Krankheiten, die sich als unheilbar erweisen und mit deren Auswirkungen man ständig konfrontiert wird, führen zu hohen psychischen Belastungen. Die Krankheit schwächt, droht mit Verschlechterungen, macht Angst und Sorgen, verführt zum Grübeln.

Aus diesen psychophysischen Bedingtheiten heraus entwickeln viele Patienten Sinnlosigkeitsgefühle, die Frankl als existenzielles Vakuum zu bezeichnen pflegt.

Meiner Erfahrung nach wird die Frage nach dem Sinn in einem scheinbar sinnlosen, oft progredienten Krankheitsgeschehen zur allbeherrschenden Dringlichkeit, und der Patient erwartet in der Beratungsstunde eine befriedigende Antwort.

Hier ist wie keine andere Psychotherapie die Logotherapie und Existenzanalyse gefragt in ihrem Ringen um die heile geistige Existenz des Homo Patiens.

„Ich bin kein schlechter Mensch. Ich habe nichts verbrochen. Können Sie mir sagen, warum mich der Herrgott so straft? Was habe ich ihm angetan?“, so fragte mich ein älterer Mann, seit vielen Jahren Diabetiker mit einer Unterschenkel- und einer Oberschenkelamputation, der Pfarrer habe es ihm auch nicht sagen können, setzte er verbittert hinzu.

Und auf die gesundheitlichen Ratschläge der Ärzte und Ernährungsberaterinnen höre er nach all den Jahren der Verschlechterung schon lange nicht mehr.

Das Krankenhauspersonal sagt, der Patient sei selber schuld an seinem Schicksal, denn er halte sich nicht an die Regeln, sei einfach unbelehrbar. Dieser wiederum hält die Ärzte für Pfuscher, die seine Krankheit nicht in den Griff bekämen und die Schuld dafür noch bei ihm suchten. In seiner Not wandte er sich an seinen Pfarrer. Der sprach wohl etwas hilflos von Gottes Willen. Was sollte der Mann damit anfangen? Seine Krankheit als einen Akt der Bestrafung, oder noch schlimmer als einen Willkürakt göttlicher Machtdemonstration zu deuten?

In der alltäglichen Krankenhausroutine nur ein typischer Fall von vielen. Nicht einmal besonders spektakulär und doch exemplifiziert er etwas in aller Klarheit.

Auch bei chronische Erkrankungen treibt der Reduktionismus, die Engführung auf subhumane Phänomene, munter seine Blüten. Als weiteres Beispiel seien die seit einiger Zeit angelaufenen Disease-Management-Programme (DMP) genannt. Es geht nach dem Willen des Gesetzgebers um Vorsorge, Behandlungen und Schulungen, die zu Paketen geschnürt werden, um höhere Effizienz und geringere Kosten im Gesundheitswesen zu erreichen. Zur Qualitätskontrolle sollen Patientendaten erhoben werden. Das Ideal wäre der gläserne Patient, erfassbar, messbar, verortbar.

Wird man aber auch den Zustand seines Geistes ermessen können?

Wie viel Einsicht haben die an diesen Programmen beteiligten Mediziner, Psychologen, Theologen und andere Helfer in ein dimensionalontologisch geprägtes Menschenbild? Die Wahrnehmung der geistigen Person und ihrer oft noogen Neurosen hinter der schicksalhaften Erkrankung wäre eine entscheidende Grundvoraussetzung, um die verschiedenartigen Wege aller Fachdisziplinen auf der spezifisch humanen Ebene zu vereinen – zum Wohl und Heil des Patienten.

Stattdessen erlebe ich in der Praxis die mechanische Zweiteilung menschlichen Lebens in Leib da und Psyche dort, während der Geist nur als ein neurobiologisches Forschungsfeld zu existieren scheint.

Die eigentliche Not des Patienten, nämlich seine Sinnkrise in Anbetracht der körperlichen und seelischen Belastungen kann so nicht gewendet werden.

In meiner logotherapeutischen und existenzanalytischen Arbeit schlägt sie mir in Gestalt folgender Fragen entgegen:

Warum den Körper gut behandeln, wenn es kein Wozu gibt?

Warum die letzten Tröstungen wie Alkohol, Tabak und Süßes aufgeben, wenn die Leistungsgesellschaft dazu neigt, den Rolli unter Missachtung seiner Person zum Versorgungsfall oder Kostenfaktor zu machen?

Wofür ist man noch gut?

Um ein sinnlos und wertlos empfundenes und deshalb zutiefst trostloses Leben weiterzuführen?

Was soll das Ganze also?

Das ist die unausgesprochene Denkweise, die man in der Beratung unter all den Schichten des Zynismus, der abgebrühten Flapsigkeit und der manchmal alkoholgeschwängerten Coolness erfüllen muss, um den Patienten nicht noch tiefer in seine Sinnlosigkeitsgefühle hineinzutreiben.

Verbitterung und Resignation sitzen tief und erweisen sich mitunter als genauso chronisch wie die körperliche Erkrankung. Die Frage nach dem Sinn muss behutsam an das helle Licht des Tages gehoben werden.

In diesem Zusammenhang stellt sich mir die Frage nach der passenden Methode:

Wie kann ich abwehrbereite Patienten wieder für ihr Sinngefühl und empfinden sensibilisieren, damit auf dieser Grundlage die Suche nach Sinnzusammenhängen und neuen Sinnmöglichkeiten auf logotherapeutische und existenzanalytische Weise weitergeführt werden kann?¹

Wie kann ich den Panzer der Gleichgültigkeit gegenüber einem lebenswerteren Leben sprengen, das geistige Empfindungsbewusstsein der Patienten berühren, damit sie doch mehr aus der Beratung mitnehmen können als nur die bittere Befriedigung, die Logotherapeutin als eine weitere Dummchwätzerin entlarvt zu haben, die die Sinnfrage nicht zu ihrer Zufriedenheit klären konnte?

Kognitiv orientierte Gesprächsangebote stoßen bei vielen Patienten schnell an Grenzen. Deshalb entscheide ich mich in solchen Fällen für eine narrative Einstimmung, die durch ihre bildreiche und symbolhafte Sprache zu einem anschaulichen Mittel werden kann. Narrativ gerade im Bereich dauerhafter Belastungssituationen zu arbeiten, halte ich für eine große Bereicherung². Denn Geschichten, Märchen, Fabeln, Parabeln oder Gedichte machen Mut, erschließen Gefühle, berühren die Seele, geben Anstöße zur persönlichen Weiterentwicklung. Elisabeth Lukas spricht in diesem Zusammenhang von Daseinserhellung und Neurosenbefreiung.³

So kann durch das Medium Märchen ein guter Beratungsanfang gelingen. Für mich ist es auch eine reizvolle Arbeit, mit eigenen Worten die heilsamen Kräfte des Geistes wie Intuition, Humor, Hoffnung, Glauben oder Mitgefühl in ein märchenhaftes Gleichnis zu fassen, das den Sinn des Leidens transportiert.

Das Märchen dient mir als Schlüssel für weitere Beratungsstunden und der Patient erkennt im besten Fall seine Situation wieder, wird nachdenklich.

Zunächst nur den Inhalt des Märchens zu hören und darüber zu sprechen, erlaubt noch eine gewisse Distanz zum eigenen Leben und weckt dennoch Interesse und Willen zur persönlichen Sinnfindung, im besten Fall kommen sogar vergessene kreative Betätigungsfelder wieder zum Fließen.

¹ Vgl. auch ELISABETH LUKAS, Lehrbuch der Logotherapie, Profil, München, Wien, 2.Aufl. 2002, S.159 ff

² Vgl. dazu auch VIKTOR E. FRANKL, Psychotherapie für den Alltag, Herder, Freiburg, 10.Aufl. 1992, S. 163 ff

³ Vgl. dazu auch ELISABETH LUKAS, Psychotherapie in Würde, Beltz Verlag, Weinheim, Basel, Berlin, 2003, S.79 ff

Aus den Fragen, Fantasien, Möglichkeiten und der Kritik, die der Patient mit „seinem“ Märchen verbindet und je nach Situation und Gesprächsverlauf stelle ich die „Hausaufgabe“, das Märchen der eigenen Lebenssituation gemäß umzugestalten oder sein persönliches happy-end zu entwerfen usw. In den nächsten Stunden kann mit Hilfe dieses Materials sowohl der unbedingte Lebenssinn (den zu stärken und zu bejahen gerade in einer solchen Lage besonders bedeutsam ist) als auch der je konkrete Lebenssinn des jetzigen Augenblicks (wieder-)entdeckt werden.

So hat der beinamputierte Patient seine Liebe zur Natur, besonders zum Wald wieder entdeckt. Nicht nur ausgedehnte Wanderungen mit dem Rollstuhl erfreuen ihn wieder – trotz allem, sondern er will seine besonderen Kenntnisse über Wald, Flur, Fauna und Flora nun auch anderen Menschen zugänglich machen, etwa bei Schulausflügen oder Seniorenwandertagen.

Nachfolgend nun ein selbst gestaltetes Logos-Märchen. Ich habe es für eine Patientin ersonnen und mit ihr weitergestaltet, die nur eines wollte, ihre gesunde Vergangenheit zurückbekommen, und die sich damit jede Chance auf einen Neuanfang und eine Weiterentwicklung nahm bzw., in Ihren Augen, sich jeder derartigen Chance beraubt sah. Von wem? In diesem Zusammenhang spricht Lukas von einer Anspruchshypothese, die der Patient als erstes fallen lassen muss, um wieder Hoffnung zu schöpfen.⁴

Ein Logos Märchen

Es war einmal eine tüchtige und erfolgreiche Frau, ihr tägliches Leben bestand aus Stress und Zeitmangel. Sie wollte vieles auf einmal erreichen und mit Ungeduld verfolgte sie ihre Vorstellungen vom Glücklichein. Genauso eben, wie es dir und mir ergeht.

Eines Tages besuchte sie unerwartet die tückische Matrone Krankheit und begehrte für immer bei ihr zu wohnen. Rücksichtslos quartierte sie sich ein, nahm das schönste Zimmer in Anspruch und alles wurde anders.

Mühsam versuchte die Frau dem ungebetenen Gast, Platz in ihrem Leben einzuräumen und mit ihm auszukommen. Es war anstrengend, mit ihm leben zu müssen. Er verlangte Sonderwünsche und -behandlungen. Nie gab er sich zufrieden.

In schlaflosen Nächten bohrte sich das Wort „Warum“ wie ein schwarzes Fragezeichen in ihr Herz. Doch eine Antwort fand sie nie.

⁴ ELISABETH LUKAS, Lehrbuch der Logotherapie, Profil Verlag, München, Wien 2.Aufl. 2002, S. 162

Gegenwart und Zukunft vernachlässigte die Frau in ihrer Trauer um die vergangenen Zeiten. Die Sorglosigkeit und die Möglichkeiten eines Menschen, der nicht von Matrone Krankheit belästigt wird, schienen ihr auf immer verloren.

Das elende Heute verwandelte die Vergangenheit in das Paradies.

Gib es mir zurück, mein altes Leben, so trotzte die Frau mit Gott und der Welt.

Ihr Engel, der das sinnlose Leiden nicht länger mit ansehen wollte, machte sich auf den Weg zu der Unglücklichen. Er nahm sie bei der Hand und führte sie zum Garten ihrer Vergangenheit. Auf ein Zeichen des Engels schwangen dessen Tore auf.

Dein Wunsch soll in Erfüllung gehen, sprach er mit sanfter ernster Stimme, trete ein und kehre in dein altes Leben zurück.

Die Frau blieb zögernd stehen und sah sich beklommen um. Zur rechten Seite des Gartens bauten Menschen ein Haus. Sie waren nicht schön anzusehen. Mit Sauerstoffmasken und Infusionsgeräten mühten sie sich ab, den Bau zu vollenden. Manche saßen in Rollstühlen oder stützten sich auf Krücken. Blass, kahlköpfig, mit geschwächten Sinnen und Gliedmaßen ließen sie trotzdem nicht ab von ihrer Arbeit.

Kinder mit fehlerhaften Herzen oder mondförmigen Mongolengesichtern pinselten mit geschickten Fingern das Wort „Logos“ auf jeden Stein.

Nie sah die Frau eine helleres und farbenfroheres Gebäude als dieses. Und während sie die Arbeiter beobachtete, wuchsen die Stockwerke dem Himmel entgegen, sodass die Strahlen der Sonne das Bauwerk in goldenen Widerschein tauchten.

Woher nehmen diese Menschen die Kraft, ein so großes Haus zu bauen, krank wie sie sind?, fragte die Frau ihren Engel erstaunt.

Dieser lächelte leise.

Es ist eine Kraft, die jeder in sich trägt. Man nennt sie auch den Willen zum Sinn. Damit schaffen sich diese Menschen Räume der Liebe, der Hoffnung, des Glaubens. Denn Krankheit und Leid sollen nicht das letzte Wort in ihrem Leben haben.

Diese Kraft habe ich nie in mir gefühlt, wunderte sich die Frau.

Sachte berührte der Engel das Herz der Frau. Leid kann zerstören, Leid kann bewegen.

Wer darf das entscheiden?, fragte die Frau etwas ungehalten den Engel. Wieder berührte der Engel das Herz der Frau. Du, gab er schlicht zurück, nur du allein. Es ist ein Geheimnis, das es zu entdecken gilt: Leid das angenommen wird, lehrt Wertvolles und Lebenswertes.

So ein Unsinn, wehrte die Frau ab, ohne viel zu überlegen, aber sage mir, was bedeutet „Logos“?

Der Engel antwortete: In jenem Wort verbirgt sich die uralte Weisheit, dass der Mensch in jeder Lebenslage das Sinnvolle entdecken und bejahen kann. So betritt derjenige, der seinem Leiden Sinn abringt, den Pfad, an dessen Ende die Freude steht.

So ein Unsinn, antwortete die Frau abermals ohne zu zögern, mein Schicksal ist so sinnlos wie freudlos.

Der Engel schwieg geduldig, er wollte nicht besserwisserisch wirken und zog die Frau durch die Pforte in den Garten der Vergangenheit. Eingebettet in das Funkeln der Sonne, im Glitzer des taubedeckten Rasens entfalteten sich die Stationen ihres alten Lebens, und alles wurde wieder wie früher.

Das Herz der Frau klopfte vor Glück bis zum Hals. Ihr innigster Wunsch war in Erfüllung gegangen. Jubelnd rief sie in den Garten hinein, dass sie fühle, wie der Albdruk schweren Leidens von ihr abfalle wie welkes Laub. Nun würde alles gut, und das Echo warf ihre Worte tausendfach zurück.

Ihr Engel lächelte verhalten, dann zog er sich diskret zurück. Voller Tatkraft lief die Frau immer weiter in den Garten.

Aber nach einiger Zeit verwandelte sich ihr umfassendes Glücksgefühl in Erschöpfung. Denn die alten herbeigesehnten Gewohnheiten wichen wie tote Schemen von ihr und boten keine Anknüpfungspunkte mehr.

Zerborstene Brücken und unzugängliche Geröllhalden versperrten ihr freies Fortkommen.

Fremd war sie geworden im eigenen Land.

Der Abend begann zu dämmern, Nebelfelder flirrten über dem Garten und je mehr die Frau suchte, um sich ein wohnliches Nachtquartier zu sichern, um so grauer und schattenhafter erschien ihr alles. Nur im hintersten Winkel drang ein einladender Lichtschein aus einem Häuschen klein.

Die Frau lief aufatmend darauf zu und als sie klopfte, wurde ihr von einer alten weisen Frau aufgetan.

Aufmerksam hörte sie sich die Klagen ihres Gastes an:

An die Vergangenheit anknüpfen und alles wieder so haben wollen, wie es einmal war, kostet alle Lebensenergie. Wer an der Vergangenheit festhält, wird darin umkommen, das solltest du wissen.

Die Frau widersprach lebhaft: Ich habe es nicht genug geschätzt mein früheres Leben. Es war zu selbstverständlich, zu gering und zu klein. Aber seit Matrone Krankheit bei mir wohnt, weiß ich, es war der Himmel auf Erden. Jetzt habe ich meine Lektion gelernt und werde alles besser machen.

Die alte Weise wiegte zweifelnd ihren Kopf:

Nur die Gegenwart kann gestaltet werden. Morgen schon ist sie festgeschriebene Vergangenheit. Vergangenheit ist nicht wandelbar. Sei dankbar für das Gute in deiner Vergangenheit und wärme dich an den Strahlen der Erinnerung. Du irrst dich, wenn du glaubst, Matrone Krankheit fesselt dich, du selbst schmiedest deinem Leid schwere Ketten, die dich in die Hölle der Hoffnungslosigkeit ziehen.

Schweren Herzens eilte die Frau zurück zum Eingang, getrieben von den Worten der Alten. An Bäumen, Blumenrabatten, Gewächshäusern, Kräuterbeeten und Fruchtoasen vorbei, die ihr altes Leben geschmückt hatten, wies ihr der Engel den Weg aus dem Paradies. Ihre Augen füllten sich mit Tränen, und jede Träne, die den Boden benetzte, verwandelte sich in ein Samenkorn der Erinnerung.

Am Eingang angekommen, drehte sich die Frau noch einmal zurück. Da lag der Garten im Mondenschein, die Nebel hatten sich gelichtet. Ein Meer goldfarbener Glockenblumen, deren zierliches Geläute den Garten durchbebet, neigte sich ihr Abschied nehmend zu und ihr feiner Blütenstaub umhüllte sie wie ein seidenes Gewand.

Alles andere im Garten aber war versunken zu Schutt und Asche.

Der Engel blickte versonnen.

So durchschritt die Frau die Pforte und betrat wieder den Raum der Gegenwart. Zu ihrer linken Seite wurde eine Mauer gebaut. Wieder sah sie leidende Menschen Steine hoch schichten. Auf jedem Stein stand in schwarzer Farbe eingemeißelt das Wort „Leid“. Die Menschen bauten verdrossen, düster und schweigend.

Warum macht ihr das? Offensichtlich habt ihr wenig Freude an eurem Tun, fragte die Frau.

Wir wollen unserem Leid ein Denkmal errichten zur ewigen Erinnerung an das, was wir verloren haben. Im Schatten seiner wuchtigen Mauern wird die leidvolle Gegenwart verkümmern. Unsere ganze Kraft geben wir, um das Alte festzuhalten.

Der Engel sah sehr traurig aus bei dieser hartherzigen Antwort.

Nachdenklich tat die Frau einen weiteren zögerlichen Schritt in den Raum der Gegenwart. Ihr Engel nahm sie fest an der Hand: Die Mauer des Leidens bindet an die Vergangenheit. Deshalb lass uns hier nicht stehen bleiben.

So gelangten sie in einen grauen Hof. Hässlicher Waschbeton, schmutzige Wände starrten der Frau entgegen, aus geplatzten Steinplatten zwängten sich Löwenzahn und wilde Triebe zum Licht.

Entsetzt sah die Frau ihren Engel an. Hier bleibe ich nicht, flüsterte sie gequält.

Aber der Engel lächelte. In seinem Gesicht las sie Güte und Ermunterung: Einen anderen Ort gibt es für dich nicht. Dieser Hof ist dein Schicksal, er ist deine Gegenwart. Hier kannst du weiterhin deiner Trauer Raum geben und dein Schicksal anklagen, weil es dir diesen schmutzigen Hinterhof zumutet. Ja, das kannst du machen ...

Der Engel überlegte kurz, bevor er weiter sprach: Du könntest aber auch erwägen, den Hof zum Blühen zu bringen, seine traurigen Schattenseiten mit Lebensfreude zu erfüllen. Wähle!

Aber ich bin krank und leidend, du erwartest zuviel von mir, wollte die Frau erwidern, früher, ja früher da hätte ich ...

Aber der Engel befand sich schon auf dem Weg nach Hause. Selbstmitleid konnte er nicht ertragen. Er winkte der Frau noch einmal von hoch oben zu und öffnete seine Hände. Ein goldenes Blatt wirbelte durch die Luft und landete zu ihren Füßen. In hell glänzenden Lettern stand darauf geschrieben:

Zur Erinnerung

Jedes Leid ist vergänglich, Freude aber ewig. Deshalb ist es die höchste Lebenskunst, sich in der Freude zu erhalten⁵.

Mitten ins Herz traf die Frau diese Botschaft und riss es aus seiner starren Unbeweglichkeit. Nicht länger sollte es im Kerker sinnlosen Leidens am Unvermeidlichen eingemauert sein.

Nicht länger sollten Leugnen, Zagen und Verdrängen ihr Leben für immer verdunkeln.

Entschlossen schüttelte sie den Blütenstaub der Glockenblumen aus ihrem Gewand, um Bienen und Schmetterlinge in den grauen Hinterhof zu locken. Sie wusste auch schon, wie sie ihre Beete der Hoffnung, der Liebe, des Glaubens, der Zärtlichkeit, der Dankbarkeit und der Erinnerungen gestalten würde. Vor ihren Augen entstand die Vision blühender Blumenfelder, die sich im Hauch des Sommerwindes wiegen.

So holte die Frau den Spaten aus der Ecke, um zu beginnen. Leicht seufzend dachte sie an den Muskelkater in den Armen, die Schwielen an den Händen. Doch es schien ihr ein wohlfeiler Preis. Mit jedem Spatenstich wuchs ihr Glaube an den Sieg der Freude über das Leid, und mit Demut gestaltete sie ihr Leben mit der Krankheit. Nicht gezwungenermaßen, sondern aus freiem Willen.

Krankheit Matrone aber musste umziehen in eine kalte und winzige Dachstube.

⁵ Sinngemäß zitiert aus O. Zsoks Vorlesungen im SS 2005, Fürstenfeldbruck.

Über dieses Märchen bekam ich Zugang zu der Patientin. Es brach so etwas wie ein erste Akzeptanz durch, eine Einsicht ihrer sinnlosen Haltung und dann folgte langsam ein Fließen der Trotzmacht des Geistes.

Und es war ihre Idee, den Garten im Märchen für jene Kranken zu gestalten, die in Freude ihr Haus erbauten. Sie wollte mit ihnen in Verbindung treten, weil so das Leben nicht nur leichter, sondern auch sinnvoller würde. Dass die Patientin die Brücke vom Ich zum Du aus eigenem Antrieb schlug, freute mich sehr und führte mir auf sehr beeindruckende Weise die Wirkmacht der Logotherapie vor Augen. So wie Frankl befand: Der Mensch ist imstande, eine persönliche Tragödie in einen menschlichen Triumph umzusetzen.

Literatur

- VIKTOR E. FRANKL, Psychotherapie für den Alltag. Verlag Herder, Freiburg, 10. Aufl. 1992
ELISABETH LUKAS, Lehrbuch der Logotherapie. Profil Verlag, München, 2002
ELISABETH LUKAS, Psychotherapie in Würde. Sinnorientierte Lebenshilfe nach Viktor E. Frankl. Beltz Verlag, Weinheim, Basel, Berlin, 2003
VIKTOR FRANKL, Der unbewusste Gott, dtv, München, 1988

Die Autorin

Cornelia Schenk
Buchautorin und Dozentin
Praxis für sinnorientierte Lebensberatung,
Logotherapie und Existenzanalyse
Carron-du-Val-Str.14a
86161 Augsburg
0821/550243
info@corneliaschenk.de
www.corneliaschenk.de

„Führung und Leistung brauchen Werte und Sinn“¹

Abstract

In diesem Beitrag werden die Inhalte und Ergebnisse zu „Führung und Leistung brauchen Werte und Sinn“ aufgezeigt, wie sie vom Seminarleiter und den Teilnehmern erörtert wurden. Folgende Themenbereiche standen zur Bearbeitung im Mittelpunkt:

Bilder aus der Arbeitswelt – Freude oder Frust? Führungsqualifikation und Führungskompetenz – Welche Faktoren sind entscheidend? Führungskräfte und Mitwirkende im Unternehmen – Wofür sind sie verantwortlich? Wege und Instrumente einer werte- und sinnorientierten Führungsarbeit! Was ist sinn-voll für eine „konstruktive und menschlich förderliche“ Unternehmensgestaltung?

This contribution deals with the contents and results of “LEADERSHIP AND ACHIEVEMENT NEED VALUES AND MEANING”, as they were discussed by the seminar leader and the participants. The following topics were dealt with:

Pictures from the working sphere – joy or frustration? Leadership qualification and competence – which factors are crucial? High-level personnel and participations in the enterprise – for what are they responsible? Ways and tools of a value- and meaning-oriented leadership! What is meaningful for a constructional and humanly favorable enterprise organization?

Bilder aus der Arbeitswelt – Freude oder Frust?

Situation und Stimmung in der heutigen Arbeitswelt können häufig als belastend und auch leistungsschädlich bezeichnet werden, denn sie drücken auf die Motivation. Ein „kleiner Auszug als dem Alltag“ soll dies verdeutlichen:

- Personalabbau nach dem Motto: „Kosten runter – Gewinne rauf.“
- Drohungen mit der „Globalisierung“ und Jammern über den Wettbewerb.
- Negativistisches Denken und entsprechende Prognosen
- „Verantwortungsschieberitis“, Mutlosigkeit und Risikoschwäche
- Unerträgliche Vielfalt von Vorschriften, Gesetzen, Richtlinien, Anweisungen
- Abteilungs- und Konkurrenzdenken, verbunden mit Rivalitäten
- Schuldzuweisungsmentalität und Mobbing
- Eingeschränkte Kreativität und mögliche Selbstgestaltung
- Vorgaben und Ziele, nicht mit den betroffenen Mitarbeitern erarbeitet
- Offene Kommunikation wird blockiert, Meinung der Mitarbeiter wird nicht ernst genommen
- Versachlichung und „Verobjektivierung“ von Personen

¹ Inhalte und Ergebnisse aus dem Seminar von Paul M. Ostberg beim DGLE-Jubiläumskongress in Osnabrück, März 2007.

Die Würde des Menschen sollte ja, selbst nach unserem Grundgesetz, unantastbar sein. Aber was ist die Wirklichkeit? Da werden Menschen als Kostenfaktoren und Humankapital definiert, da wird nur noch der „Nutzwert“ von Menschen gewertet, da sind Systeme wichtiger als der Mensch und diese müssen dem System dienen – nicht umgekehrt, da wird über die Köpfe der betroffenen Mitarbeiter hinweg entschieden, da wird über System- und Marktzwänge gesprochen – nur um „harte Maßnahmen“ und egoistische Vorteile für „Kapitalgeber“ zu rechtfertigen, da wird der Mensch immer noch als ein „homo oeconomicus“ betrachtet, dem es angeblich nur um seinen finanziellen Vorteil geht. Es zeigen sich tagtäglich reihenweise Situationen, wo zu erkennen ist, wie „würdeblind“ unsere Arbeitswelt und Gesellschaft heute in vielen Bereichen geworden ist.

Viktor E. Frankl hat zu „Wert und Würde“ einmal folgendes geschrieben, das ich auch auf die Arbeitswelt beziehen will:

„Wert, Sachwert, hat eine Sache für mich. Würde hat jedoch eine Person, und diese Würde ist ein Wert an sich. Mit diesem Wert der Person, mit deren Würde, darf nicht verwechselt werden der Nutzwert, den die Person auch über ihre Würde hinaus haben kann. Der soziale Nutzwert eines Menschen hat nichts zu tun mit dessen personaler Würde. Würde-blind muss jede Behandlung sein, sobald sie die Person zur Sache macht.“

Woran leiden heute viele Menschen?

Sie haben keine Antwort auf die Frage „Wozu das Ganze?“ Sie leiden an einem sinnlosen Leben. Der Mensch ist ein Sinn suchendes Wesen, ein Wesen das einen sinn-vollen Beitrag leisten will. Und so schreibt wiederum Viktor E. Frankl:

„Aber der Mensch auf der Suche nach Sinn wird unter den gesellschaftlichen Bedingungen von heute eigentlich nur frustriert! Und das rührt daher, dass die Wohlstandsgesellschaft bzw. der Wohlfahrtsstaat praktisch alle Bedürfnisse des Menschen zu befriedigen imstande ist, ja einzelne Bedürfnisse werden von der Konsumgesellschaft überhaupt erst erzeugt. Nur ein Bedürfnis geht leer aus, und das ist das Sinnbedürfnis des Menschen – das ist sein „Wille zum Sinn“ wie ich ihn nenne, das heißt, das dem Menschen zutiefst innewohnende Bedürfnis, in seinem Leben oder vielleicht besser gesagt in jeder einzelnen Lebenssituation einen Sinn zu finden – und hinzugehen und ihn zu erfüllen!“

Neben all den belastenden gibt es aber auch eine Vielzahl von gelungenen, förderlichen und leistungspositiven Situationen in Unternehmen zu beobachten. Dazu auch einige Beispiele:

„Führung und Leistung brauchen Werte und Sinn“

- Ein Unternehmensleitbild wird als „qualitative Orientierung“ von den Menschen im Unternehmen verstanden und gelebt.
- Klarheit besteht für die Ziele und Konsequenz in ihrer Verwirklichung.
- Begabungen und Fähigkeiten der Mitarbeiter werden berücksichtigt.
- Freiräume der Mitarbeiter sind vorhanden für die Gestaltung ihrer Arbeit und die Übernahme von Verantwortung.
- Probleme werden als Aufgaben und Chancen gesehen und angenommen.
- Offenheit wird gepflegt im Umgang mit Informationen und Konflikten.
- Projektarbeit ist auf Lösungen ausgerichtet und kooperativ gestaltet.
- Führungsverantwortliche haben soziale und kommunikative Kompetenz.
- Veränderungsprozesse werden mit den direkt „Betroffenen“ entwickelt.
- Gestaltungskraft und Innovationen entstehen durch Mut und Zivilcourage.

Wie kann Engagement verbessert werden?

Eine Untersuchung aus dem Jahre 2002 im Auftrag der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege macht es deutlich: Ein sinnvoller „Job“ und gute Gespräche sind ausschlaggebend für die Zufriedenheit am Arbeitsplatz. Von 5000 befragten „Arbeitnehmern“ sagten 92 %, dass für ihr Wohlbefinden im Beruf eine sinnvoll erlebte Tätigkeit wichtig sei, dicht dahinter folgte eine gut funktionierende Kommunikation mit Kollegen und „Vorgesetzten“ mit 88 %, vor der Anerkennung durch den Chef mit 86 %. Und eine ähnliche Studie von 1999 in den USA bei 300.000 befragten Arbeitnehmern zum Thema „Was wünschen sie sich vom Arbeitgeber“ brachte als Ergebnis an erster Stelle: „Ich will eine sinnvolle Arbeit tun. Ich will, dass mein Job einen Wert hat.“ Die „Arbeitgeber“ hatten allerdings etwas anderes erwartet: mehr Geld – bessere Arbeitsbedingungen – freundlichere Chefs – mehr Sozialleistungen – tollere Aufstiegschancen.

Werden eigentlich Studien zum Selbstzwecke erstellt? Lesen Führungskräfte diese Ergebnisse nicht? Werden die Konsequenzen nicht erkannt? Ist Führenden nicht klar, was sie vielfach Menschen zumuten, wenn sie nicht wert- und sinn-orientiert handeln?

Gründe für Sinnverlust

Solche Gründe können sowohl im Führungs- als auch im Mitarbeiterbereich gefunden werden:

- mangelnde Freiräume und stark eingeschränkte Entscheidungsfreiheit,

- Über-Regulierung, Reglementierungen und Über-Dokumentierungen,
- Übertriebene Beschäftigung mit sich selbst nach dem Motto: „What is in it for me?“ Oder: „Ich will in meinem Job einfach Spaß haben“,
- Unterforderung und das Empfinden: „Ich bin nicht wertvoll und wichtig“,
- Überforderung durch erhöhten Druck: „Kosten sparen, Anzahl der Leute reduzieren und die Aufgabenvielfalt erhöhen“,
- Scheu vor und Verlust „echter Verantwortung“.

Liest man die Ergebnisse der Gallup-Studien über das Engagement deutscher Arbeitnehmer im Beruf mehrere Jahre, so kann man erschüttert sein:

Mitarbeiter:	2002	2003	2006
Haben hohes Engagement und emotionale Bindung zum Unternehmen.	15 %	12 %	13 %
Fühlen sich Unternehmen gegenüber nicht besonders verpflichtet, Motto: Eigentlich könnte ich mehr leisten, aber ...	69 %	70 %	68 %
Haben sich bereits innerlich verabschiedet, „Innere Kündigung“, arbeiten gegen Unternehmensinteressen.	16 %	18 %	19 %

Verantwortung wofür?

Es wird ja heute immer wieder der Ruf nach Verantwortung laut: die Menschen müssen mehr Verantwortung übernehmen, selbstverantwortlich die Zukunft planen, Verantwortung im Unternehmen tragen. Und dann wird viel gejammert, dass Mitarbeiter und Menschen auch im Alltagsleben Verantwortung ablehnen, nicht bereit sind, sie zu übernehmen, sich davor drücken.

Was kann dies für Gründe haben? Wer übernimmt schon gerne Verantwortung für etwas, was er nicht mitentscheiden kann oder konnte? Wer engagiert sich gerne für etwas, was ihm nicht sinnvoll erscheint? Wer erledigt schon gerne Aufträge, die als Befehle und Vorgaben auf ihn zukommen?

Sinnlose „Verantwortung“ – dazu einige Beispiele:

- Der Aufgabe fehlt der „positive Inhalt“.
- Die Aufgabe ist nur Anstrengung, Risiko, Belastung, ohne dass die Beteiligten einen Wert oder Nutzen erkennen.
- Prinzipienreiterei und blinde Pflichterfüllung.
- Gehorsam aus Angst vor „Konsequenzen und aus Angst vor „Strafe“.

- Normen und Richtlinien die einengen, unfrei machen, Kreativität bremsen.
„Verantwortungshülsen“ sind leer. Verantwortung wird abgelehnt, wenn sie von außen zugeschrieben wird, als unpersönliche Pflicht empfunden wird, als Forderung zu Gehorsam bei Menschen ankommt, wenn sie als Ausdruck und Mittel der Macht angeordnet wird.

Beim Zwang zur Verantwortung scheint die Freiheit des Menschen bedroht. Echte Verantwortung ist frei gewählt. Verantwortung hat die Freiheit des Menschen als Grundlage, als Voraussetzung. Viktor E. Frankl sagt hierzu: *„In dem Maße, in dem der Mensch Kraft seiner Entscheidung Urheber eines Geschehens ist, in dem Maße ist er verantwortlich.“*

Leistung, volle Leistung ermöglichen!

Walter Böckmann, Autor vieler Werke für Führung und Arbeitswelt, hat in seinen Arbeiten immer wieder deutlich gemacht:

Leistung (volle Leistung) ist freiwilliges Handeln mit selbst bestimmten (und gemeinsam abgestimmten) Zielen, nach eigenen (und gemeinsam geklärten) Normen und in Einsicht, dass das eigene Tun wertvoll und sinnvoll ist. Volle Leistung geht an die Grenze des Möglichen: Sein Bestes geben.

Was macht Menschen in der Arbeitswelt und was macht somit Unternehmen krank?

Beobachtungen aus meiner 30-jährigen Tätigkeit als Berater und Trainer für Unternehmenskonzeptionen und Führungsqualifikation und die Auswertung von Medien und Gesprächen geben deutliche Hinweise:

- fehlende „qualitative Orientierungen“ wie:
Unternehmensvision, Unternehmensphilosophie und Leitbild.
Und wenn diese „Instrumente“ vorhanden sind, sind sie meist (!) den betroffenen Mitarbeitern nicht bekannt oder nicht verständlich!
- fehlende „Spielregeln für die Führungsarbeit“.
- fehlende Führungsinstrumente und somit „Führung nach Gutdünken“.
- mangelnde Arbeitsorganisation und Prozessgestaltungen.
- problemverursachende oder spannungsfördernde Kommunikation.
- menschlich inkompetente Führungskräfte und demotivierende Führung.
- menschenverachtendes Verhalten (der Mensch als Kostenfaktor).
- Mobbing- und Bossing-Prozesse.

Brauchen wir Sinn in der Arbeitswelt für Leistung und Wohlbefinden?

Viktor E. Frankl: *„Was wir wollen, was wir brauchen, ist nicht Geld, von dem wir leben können, sondern in erster Linie etwas, für das wir leben können – etwas, was unserem Leben Sinn gibt!“*

Aber, was ist dieser Sinn? Was „gibt Sinn“? Zunächst ein Zitat von Uwe Böschmeyer: *„Sinn ist das, was mich unmittelbar angeht, was mich betrifft und betroffen macht. Sinn ist die jeweilige Hauptsache in meinem Leben. Sinn ist das, wofür ich mich auf-mache, wofür ich mich auf-richte, wofür ich bereit bin, auch Schweres zu er-dulden. Sinn ist das, was meinen Leib, meine Seele und meinen Geist bestimmt. Sinn ist das, wofür ich leben will. Sinn ist der Grund für meine Liebe zum Leben. Sinn ist das, wovon ich leben kann.“*

Ich will nochmals daran erinnern, dass für 92 % der befragten Arbeitnehmer eine sinnvoll erlebte Tätigkeit wichtig ist. Arbeit ist als Chance zur Sinnverwirklichung zu sehen. Arbeit ist als Chance zu sehen, schöpferische, produktive Werte zu verwirklichen (eine wertvolle Aufgabe gestalten, Qualitätspräzision liefern, Menschen durch offene Information entscheidungsfähig „machen“), aber auch Erlebniswerte zu realisieren (Teamharmonie, Betriebsklima) und Einstellungswerte zu gestalten (Einstellung zu Kunden, zu Zielen, zu unveränderlichen Situationen). Arbeit ist eine Chance, die individuelle Einzigartigkeit und Einmaligkeit zum Ausdruck zu bringen, mit anderen Menschen und für andere Menschen.

Die Voraussetzung für die Verwirklichung einer Aufgabe, für die Umsetzung von Vorhaben und Zielen, ist die Bereitschaft zur Aktion. Und diese Bereitschaft und das volle Engagement erfordert die Überzeugung, dass es wichtig, wertvoll und sinnvoll erscheint, tätig zu werden.

Deshalb sollten immer zwei entscheidende Ziele in der Arbeitswelt in jedem Unternehmen – ob Krankenhaus oder Motorenwerk, ob Gaststätte oder Kindergarten, ob Bank oder Stadtverwaltung – im Mittelpunkt der Arbeitsgestaltung stehen:

1. soviel Individualität wie möglich (zur Selbstentfaltung),
2. soviel Konformität wie nötig (zur Zielerreichung).

Arbeit im Zusammenspiel mit anderen Menschen hat zwei Dimensionen:

1. eine individuelle, personale Dimension - Begabungen und Fähigkeiten verwirklichen;
2. eine kollektive, soziale Dimension - Bedürfnisse anderer Menschen befriedigen.

Oder wie es Walter Böckmann ausdrückt: *„Alle Systeme sind auf Sinn eingestellt und dieser Sinn heißt Dienstleistung gegenüber der Umwelt.“*

Anhaltspunkte für sinnvolles Handeln!

Elisabeth Lukas gibt in ihrem Buch „Lebensstil und Wohlbefinden“ wichtige Anregungen und deutliche Hinweise unter dem Titel: *„Sinnvoll ist ...“*,

- was eine überragende Chance hat, Gutes und Nützliches zu bewirken,
- was das Wohl aller Beteiligten betrachtet,
- was frei von selbstsüchtiger Motivation ist,
- was im hier und jetzt äußerst konkret ist,
- was nicht über und nicht unterfordert,
- was mit erfahrenen Menschen konsensfähig ist,
- was einem die Kraft, es zu wollen, zufließen lässt.“

Könnten dies Orientierungen und „Spielregeln“ für eine sinn-orientierte Führungsarbeit sein, die verstanden hat, was die Aussage bedeutet: „Führung und Leistung brauchen Sinn und Werte“?

Noch einmal Viktor E. Frankl: *„Denn, wer die Kenntnis nicht hat, kann intellektuell nicht dazu beitragen, und wer den Missstand nicht bedauert, fühlt nicht die fruchtbare revolutionäre Spannung, die motiviert (zu handeln).“*

Einen weiteren Ansatzpunkt finden wir bei Professor Peter Kern in seinem Konzept des „ökosophischen Managements“ („oikos“ ist das Haus der Natur – „sophia“ die Weisheit). Er hat Kriterien herausgearbeitet, die Entscheidungen im gesamten Wirtschafts- und Arbeitsleben bestimmten sollten. Produkte, Dienst- und Serviceleistungen sollen vier Anforderungen und Entscheidungs- bzw. Beurteilungs-Kriterien erfüllen:

- a. Personenverträglichkeit (um die Würde der Person nicht zu verletzen)
Beispiel: Produkte sollen frei von Gesundheitsrisiken sein (Gentechnik? Allergien? Luftemissionen?)
- b. Sozialverträglichkeit (um Gerechtigkeit zu gestalten)
Beispiel: Frei von finanzieller Ausbeutungen in „Billiglohnländern“
- c. Naturverträglichkeit (um keine Belastungen und Schäden zu verursachen)
Beispiel: Überdüngung von Feldern und Grundwasserreinheit
- d. Zukunftsverträglichkeit (um künftige Generationen nicht zu belasten)
Beispiel: Atommüll und seine Lagerung für die Zukunft

Welche Rolle spielen Werte in Unternehmen und der Gesellschaft?

Was sind Werte? Dazu ein Zitat aus der Süddeutschen Zeitung: „Den Unterschied zwischen Qualität und Ausschuss schaffen altmodische Tugenden wie

Zuverlässigkeit, Fleiß, Qualitätsbewusstsein, Verantwortung und Loyalität.“
Ja, das sind Werte!

Uwe Böschmeyer gibt eine sehr verständliche Beschreibung: *„Werte sind Richtlinien für gelingendes Leben, sind gebündelte Erfahrungen aus dem Strom der Zeit. Sie sagen, wie gutes Leben und Zusammenleben möglich sind. Werte sind gebündelte Kräfte, auf die man sich ausrichten kann.“* Ausrichten, sowohl als Individuum, als auch als Gesellschaft. Werte sind Orientierungshilfen für sinnförderliches Zusammenwirken in einem Unternehmen. Und Arthur Schopenhauer: *„Um fremden Wert willig und frei anzuerkennen und gelten zu lassen, muss man einen eigenen Wert haben.“*

Werte-Beispiele: Würde des Menschen, Achtung und Wertschätzung, Toleranz und Nachsicht, Wahrhaftigkeit und Ehrlichkeit, Fairness und Verzicht auf Vergeltung, Freiheit und Verantwortung, Gerechtigkeit und Friedfertigkeit, Offenheit und Zuverlässigkeit, Vertrauen und Verbindlichkeit,, Dankbarkeit und Liebe. Aber auch:

Reine Luft, sauberes Wasser, fruchtbare Böden, umweltverträgliche Energien, allergiefreie und gentechnisch unveränderte Lebensmittel.

Hilfreich wäre es noch, zwischen handlungsleitenden Werten (Beispiel Ehrlichkeit: eine Person braucht sich in einer konkreten Situation nicht erst zu überlegen, ob sie ehrlich sein soll, sie ist es eben) und nicht handlungsleitenden Werten (Beispiel Zuverlässigkeit: Termine bei Konferenzen werden eingefordert aber nicht eingehalten; oder: Ein Bäcker verkauft „zuverlässige Ertragspapiere“, weil er nur an seinen Vorgaben und seiner Provision interessiert ist) zu unterscheiden. Besonders problematisch wird es für Menschen, wenn sie zwar Werte für sich erkannt haben, gegen diese aber häufiger oder sogar regelmäßig verstoßen.

Verbindet man Werte und Zeitgeist, so hat man den Eindruck, dass Bedeutendes, Menschwürdiges und Naturverträgliches immer mehr verkümmern, während Belangloses übertrieben reflektiert und realisiert wird. Da erhalten bereits Babys Computerspiele, da rennen Menschen der Preisgeilheit nach, da verkümmert eine menschengemäße Kommunikation durch eine E-Maileiritis, da wird bei Ärzten und Krankenschwestern auf Teufel komm raus dokumentiert, aber für Patientengespräche ist keine Zeit mehr. Da werden Menschen als „Kostenfaktoren auf zwei Beinen“ bezeichnet. Hans Küng sagte einmal: *„Man staubt Papierblumen ab, wo man Rosen züchten könnte.“*

Instrumentalisiert werden Menschen und ihre Welt, wenn wir unser Handeln von Profit und Gier und/oder Hass leiten lassen und /oder unsere Entscheidungen und unser Handeln in seinen Auswirkungen auf die Menschen und die Welt nicht mehr prüfen, wenn wir also im Unwissen handeln.

Statt der Fragen „Welche Werte gilt es zu verwirklichen? Was ist lebensförderlich für mich und andere? Ist die Menschenwürde noch gewahrt?“ drängen sich Fragen mehr und mehr in den Vordergrund von der Art „Wie kann der Profit erhöht werden? Was habe ich davon? Was bringt es mir? Macht es mir Spaß?“.

Wandel zur Sinngesellschaft?

Liegen die Gründe für eine wachsende Sehnsucht nach ehrlichen Gefühlen, nach Wertvollem und Sinnhaften ausschließlich in den uns tagtäglich begegnenden „Katastrophenszenarien“ World Trade Center, Klimaveränderungen, Globalisierungsprobleme, Terrorismus, Staatsverschuldungen, Zukunftsängste? Oder suchen wir schon länger nach Zuverlässigkeit, Vertrauen, menschliche Nähe und Wärme, nach ethisch orientierten Unternehmen und verantwortungsbewussten Managern? Findet künftig eine Verschiebung vom überwiegend profitorientierten Denken und Handeln der Menschen, vom Shareholder-Value (Gewinnmaximierung für die Kapitaleigner) hin zu mehr Stakeholder-Value (alle am Prozess Beteiligten sollen einen sinn-vollen Nutzen haben) und Jobholder-Value (der beste Manager ist der, der Arbeitsplätze erhält oder aufbaut) statt?

In der Augsburger Allgemeinen war zum Hamburger Trendtag zu lesen (Auszug aus IASU-Journal, Juni 2005): „Die Stimmung hat sich verändert. Laute und spektakuläre Dinge nehmen nicht mehr den größten Teil unseres Lebens in Anspruch. Werte, Sinnhaftigkeit, Anstand und Vertrauen gewinnen zunehmend an Bedeutung ... Die letzten Jahrzehnte waren vorrangig eine hedonistisch, lustgeprägte Zeit, die sich in Wohlstand und materiellem Wohlergehen, Glückstherapien und dem Spaß schlechthin verstand. Sich selbst zu verwirklichen, egozentrisch immer Größerem, Weiterem, Besserem hinterher zu jagen, brachte und bringt, wie die Realität zeigt, auf Dauer keine Sinn-erfüllung. Das Gegenteil, innere Leere, mangelnde soziale Bindungen und in der Folge fehlendes Vertrauen in sich und die Umwelt waren erkennbare Resultate. Die Ironie der Spaßgesellschaft produzierte statt Lust und Freude mehr Ohnmacht und Hilflosigkeit als von den schlimmsten Kritikern befürchtet. Oberflächlicher Spaß überdeckte nur innere Leere. Inzwischen kündigt sich ein radikaler Wertewandel an. Die Rückkehr von Verantwortung und Verlässlichkeit als Antwort auf Verunsicherung und Vertrauensverlusten. In einer zunehmend unüberschaubaren, ‚grenzenlosen‘ Welt können wir nur bestehen, wenn wir im übertragenen Sinn auf festem Grund stehen ... Der Paradigmenwechsel von der reinen Ichbezogenheit zur sozialen Wohlfühl-

und Verantwortungsgesellschaft kündigt sich an ... Ein gelungenes Leben heißt, das Gleichgewicht von Wohlstand und Wohlbefinden zu finden.“

Der notwendige (und bevorstehende?) Weg der Veränderung unserer Gesellschaft und der Arbeitswelt spricht direkt auch *wichtige Aufgaben von Führungsverantwortlichen* in Unternehmen an.

- Hemmende, angst- und krankmachende Strukturen und Verhalten abbauen.
- Klima des gegenseitigen Respekts und Vertrauens schaffen.
- Beziehungsqualität pflegen, die selbstbewusst-stärkend wirkt.
- Klima schaffen, in dem Menschen gerne arbeiten, sich wohl fühlen, wachsen können.
- Organisationen und Prozessgestaltungen planen, die werte- und sinnorientiert sind.

Führungs-Qualifikation

Führungskräfte sind „Lichtquellen des Unternehmens“ oder anders ausgedrückt von Professor F. Malik: *„Total Quality Management ist wichtig, aber Total Management Quality ist zehnmal so wichtig.“*

Führungskräfte, die verantwortungsbewusst führen, engagieren sich, damit

- Mitarbeiter immer besser werden und sich entwickeln können.
- alle am Unternehmens-Prozess aktiv mitwirken können.
- die Leistungsbereitschaft jedes Einzelnen vorhanden ist.
- die Leistungsfähigkeit gefördert wird und erhalten bleibt.
- alle auf die Anforderungen in der Zukunft vorbereitet sind.
- jedem die Übernahme von Verantwortung möglich ist, weil er seine Aufgabe als wertvoll und sinnführend erkennt.

Menschenführung mit Erfolg heißt für Führungsverantwortliche: sich von der Führungskraft (Führung kraft der Funktion) zur Führungspersönlichkeit (Führung kraft der Person) zu entwickeln. Eine Führungspersönlichkeit muss sich eine bessere Welt und ein besseres Unternehmen vorstellen können: ein Unternehmen, das auf dem Markt bestehen und sich entwickeln kann, nicht weil es andere Unternehmen besiegt, sondern die bessere und wertvollere Dienstleistung für andere Menschen erbringt. Führungspersönlichkeiten, die auf Dauer bestehen wollen, brauchen ein „Positives Vorurteil“ oder anders gesagt, ein Bild von der Zukunft, eine Vision, für die es sich lohnt zu leben.

Spezifische Qualifikationen von Führungspersönlichkeiten?:

- *Fachliche Kompetenz* (im Fachgebiet Bescheid wissen, Zusammenhänge kennen und lösungsorientiert handeln, sinnvolle Rahmenbedingungen schaffen, Unternehmensvision und klare Ziele als Handlungsorientierungen)
- *Personale Kompetenz* (Selbstorganisation, Stressbewältigung, Eigenverantwortung, Eigenmotivation mit den Grundlagen Werte und Sinnhaftigkeit, konsequentes Handeln, positive Einstellungen, Freiwilligkeit)
- *Soziale Kompetenz* (Wahrnehmung von Gruppenprozessen, Teamfähigkeit, Kooperationsfähigkeit, Mitarbeiterförderung)
- *Kommunikative Kompetenz* (Dialogfähigkeit, Beratungsfähigkeit, Informationen zeitnah geben, Gesprächsgestaltung unter Beachtung der Würde)
- *Entscheidungskompetenz* (klare Zuständigkeiten, rasche, begründete und flexible Entscheidungen, keine Lippenentscheidungen und Schwebezustände zulassen, einbeziehen der von Entscheidungen Betroffenen).

Leistung wodurch?

„Vor den Erfolg haben die Götter die Leistung gesetzt. Leistung ist das, was wir erbringen.“ (Walter Böckmann)

Und die Voraussetzungen für das Zustandekommen menschlicher Leistung?

1. Fähigkeiten = „Ich kann“ = Begabungen, Lernen und Wissen, durch Übung zum Können.
2. Äußere Umstände = „Ich habe die Möglichkeit“ = Bedarf und Kunden, Werkzeuge, Zeit, Rahmenbedingungen, Durchführungsmöglichkeiten, Entscheidungskompetenz.
3. Motivation = „Ich will und werde ...“ = Denken, Einstellung, Begeisterung, Werte, Sinnerkenntnis.
4. Handeln = „Ich tue es!“ = Konsequenz, Kontinuität bis zum Ziel.

Wer Menschen motivieren will und Leistung fordert, muss die Bedingungen zur Leistung schaffen und Sinnmöglichkeiten bieten! Noch einmal Walter Böckmann: „Leistung ist das, was wir erbringen, wenn wir etwas Sinn-volles vor Augen haben. Arbeit kann man erzwingen, abkaufen, abschmeicheln. Leistung kann man nur mit Sinn aufwiegen.“

Leistung, volle Leistung entsteht nicht fremd motiviert, nach fremd gesetzten Normen, durch Geldprämien und Angst um den Arbeitsplatz. Leistung bedeutet: nicht gemessen werden am Durchschnitt der anderen. Leistung drückt sich nicht aus als rentabilitätsgerechtes, produktivitätsgerech-

tes, rationalisierungsgerechtes Verhalten. Leistung wird nicht entwickelt in einer Zwangskonkurrenz mit anderen.

Leistung heißt vielmehr aufgrund selbst entschiedener oder mitgestalteter Ziele freiwillig Ergebnisse bringen. Leistung bedeutet, eigenmotiviert nach selbst gesetzten „Normen“ zu handeln. Leistung wird entwickelt im Wettstreit mit sich selbst, gemessen an der eigenen Bestleistung. Und Handeln unter echten Leistungsbedingungen ist (immer) auch sinnvolles Handeln.

Quellen der Leistungsmotivation

In Anlehnung an Hugo-Becker zunächst vier Quellen. Je nachdem in welcher Klarheit und Intensität diese Quellen ausgeprägt sind und „sprudeln“, wird mehr oder weniger Leistung zustande kommen.

Auf Seite der Persönlichkeit:

1. Das individuelle Können:

Es wird beeinflusst durch: Fachliche -, soziale -, personale -, kommunikative Kompetenz, Methodenkompetenz, Begabungen und Fähigkeiten.

2. Das individuelle Wollen:

Es wird beeinflusst durch: Bedürfnisse, Wünsche, Werteorientierungen, Zugehörigkeitsstreben, Machtstreben, Aufstiegsstreben, Sinnerfahrungen, aber auch Zweifel und Ängste.

Auf Seite der Rahmenbedingungen:

1. Das soziale Dürfen der Mitwirkenden im Unternehmen:

Dazu gehören: Normen, Spielregeln, Gepflogenheiten, Konventionen, Führungskultur, Entscheidungskultur, Organisationskultur, aber auch Unternehmensvision, Unternehmensleitbild und Philosophie

2. Die situative Möglichkeit für Unternehmen und Mitarbeiter:

Diese können sein: Günstige Marktsituation, hemmende äußere Umstände wie beispielsweise Gesetze, förderliche Führungsinstrumente, wertorientiertes Führungsverhalten, klare oder behindernde Organisationsstruktur.

Wir können auch diese beiden Seiten als die Bereiche von Individuum und Gemeinschaft zusammenfassen und sagen: Entscheidend ist das ICH, die Persönlichkeit des Einzelnen mit seinem „Willen zum Sinn“ und das WIR, die Rahmenbedingungen, die „wert-voll und sinn-orientiert“ gestaltet sein sollen.

Quellen sinn-orientierter Leistungsmotivation

Nach Anna Maria Pircher-Friedrich sind dies vor allem:

1. die Arbeitsinhalte, klare Aufgaben und Ziele, Werte- und Sinnorientierung;

„Führung und Leistung brauchen Werte und Sinn“

2. die individuellen Entwicklungsmöglichkeiten, Beteiligung an Zielfindung;
3. die Beziehung zum direkten Vorgesetzten, Führungsverantwortlichen;
4. die Beziehungen zu Kollegen, und Qualität der Kommunikation.

Fassen wir zusammen, so können wir mit Walter Böckmann feststellen:

- Leistung setzt *Freiheit* voraus, innere wie äußere.
- Leistung ist *Selbstdarstellung* unter Einsatz aller Fähigkeiten.
- Leistung be-drückt nicht, sondern *fordert heraus*.
- Leistung *mobilisiert Reserven* des Menschen; bis an seine Grenzen.
- Leistungs-Erleben ist *Gipfelerlebnis*, Flow (Ganzheit, Sinnerfahrung).
- Leistung ist *Wettbewerb mit sich selbst*, „besser werden“
- Leistung *motiviert* zu neuer Leistung
- Leistung, volle Leistung ist *werte- und sinn-orientiert*.

Wofür sind Führung und Mitarbeiter verantwortlich?

Mit nachfolgender Grafik soll dies verdeutlicht werden. Leistungsanforderungen sind in der vollen Verantwortung durch die Führung zu klären, so wie das konsequente Tun, die Durchführung der Arbeit in der vollen Verantwortung des jeweiligen Mitarbeiters liegt. Die Leistungsmöglichkeiten sind durch die Führung bereitzustellen und der Mitarbeiter hat fehlende Leistungsmöglichkeiten einzufordern. Die Leistungsfähigkeit durch Ausbildung zu fördern ist in der Verantwortung der Führung, so wie es Aufgabe des Mitarbeiters ist, die gebotenen Maßnahmen auch zu nutzen. Die Leistungsbereitschaft ist weitestgehend Sache der Mitarbeiter, Thema ihrer Motivation, wobei Kontrolle, Anerkennung und konstruktive Kritik im Verantwortungsfeld der Führung liegen. Das konsequente Tun und damit die erbrachte Leistung ist, wie gesagt, in der vollen Verantwortung des Mitarbeiters. Analyse der Ergebnisse und Feedback sind im Verantwortungsbereich des Mitarbeiters und der Führung.

In der Arbeitspraxis bestehen sehr häufig Unklarheiten über Verantwortlichkeiten und so werden „schwarze Peter“ hin und hergeschoben, Verantwortungen für Ergebnisse in Frage gestellt oder abgelehnt. Wir brauchen in der Arbeitswelt ein verantwortungsbewusstes Zusammenwirken von ICH und DU und WIR, von Individuum und Gemeinschaft. Ehrliche, wirkungsorientierte Vernetzung ist gefragt.

Mitarbeiter und Führung – Verantwortung wofür?

Mitarbeiter



Führung

Walter Böckmann hat wichtige Zusammenhänge deutlich gemacht, wenn er sagt:

Führen heißt optimale Motivationsbedingungen schaffen.

Motivieren heißt optimale Leistungsbedingungen schaffen.

Leisten heißt Sinnerfüllung als Werteverwirklichung in der Arbeit.

Führungsinstrumente

Es gibt sehr nützliche und praktische Instrumente zur Unternehmensführung, um Situationen zu schaffen, die das Miteinander und Füreinander fördern, das Gegeneinander in den Hintergrund drängen oder sogar „ausschalten“. Es dürfen aber nicht Alibi-Maßnahmen sein. Wenn zum Beispiel nur „oben“ die Inhalte eines Leitbildes formuliert werden und der Extrakt dann in edel gedruckten Broschüren den Mitarbeitern überreicht wird, verbunden mit „Auf-geht’s-Parolen“, reicht das nicht, um echte, volle Leistung zu initiieren und das Miteinander zu fördern. Es dürfte auf diesem Wege auch nicht zur Werteverwirklichung und Sinnerfahrung der Mitarbeiter kommen. Gemeinsam gestalten, gemeinsam verstehen, gemeinsam verwirklichen – nur so kann es auf Dauer erfolgreich gehen. Leistung braucht Willensanstrengungen und Willensanstrengungen brauchen die bildliche Vorstellung (ein Bild von der

Zukunft, etwas wofür es sich lohnt zu leben – so Professor L. Deecke, beim Logotherapie-Kongress Wien 2005).

Einige Beispiele von Führungsinstrumenten seien hier besonders angesprochen:

1. Unternehmensvision

Unternehmensführung ohne ein Idealbild, ohne ein Bild von der Zukunft, ohne ein sinnorientiertes „Wofür“ ist wie ein Stolpern von einem Tagesereignis in das andere. Die Führungsmannschaft braucht eine einheitliche Vision, die verstanden und angenommen ist. Vision ist ein plastisches Bild von der Zukunft – 10, 15 Jahre vorausliegend –, das man erschaffen möchte. Es ist das Erfassen von wertvollen Möglichkeiten, die wir heute sehen, um sie in der Zukunft zu verwirklichen. Fehlt die Vision, besteht die Gefahr der Verzettelung, des kleinkarierten Abteilungsdenkens und hoher Reibungsverluste. Viktor E. Frankl spricht verschiedentlich von „finis“ und dies ist Ziel und Weg (Orientierung für Entscheidungen auf dem Weg zu dem, was sein soll) zugleich.

2. Unternehmensphilosophie

Sie beschreibt den Kernpunkt oder Kernpunkte, auf die ein Unternehmen ausgerichtet ist. Sie gehört nicht in die Schubladen oder nur in die Köpfe der Geschäftsführung, sondern muss von allen Menschen im Unternehmen erkannt, verstanden und als wertvoll erkennbar sein.

3. Unternehmensleitbild

Einige Kernsätze sollen verdeutlichen, welche Werte innerhalb des Unternehmens gelebt werden und welche nach außen in den Markt, in die Öffentlichkeit gebracht werden. Ausgehend von Vision und Philosophie wird das Unternehmensleitbild in einem engen Miteinander von Menschen verschiedener „Ebenen“ aus den verschiedensten „Abteilungen“ erarbeitet. Das Leitbild soll wie ein Fixstern über dem gesamten Unternehmen leuchten. Damit das Leitbild von allen Mitarbeitern getragen werden kann, muss es von allen auf konkrete Handlungen hin verstanden sein.

4. Klare Zielvorstellungen

Auf der Basis von Vision, Leitbild und Philosophie sind eindeutige Ziele zu erarbeiten – konkret formuliert, messbar – wenn möglich, realistisch und machbar. Dies für die verschiedenen Leistungsbereiche des Unternehmens. Wichtig ist dabei, Ziele und Zielsetzungen weitgehend mit den betroffenen Mitarbeitern zu entwickeln – dies fördert die Leistungsbereitschaft, da Leistungsanforderungen, Leistungsmöglichkeiten und Leistungsfähigkeiten erörtert und beachtet werden können.

5. Führungsorientierungen – Führungsleitlinien

Das Zusammenwirken von Führungskräften untereinander und das Zusammenwirken von Führung und Mitarbeiter braucht Orientierungen, so wie jedes Fußballspiel auch Spielregeln braucht. Es ist zu klären, wie man miteinander umgehen will, welche qualitative Zielsetzungen es gibt. Diese Spielregeln, gemeinsam im Führungskreis erarbeitet, bieten die Grundlagen für ein „einigermaßen“ gemeinsames Verständnis und eine Förderung des Miteinanders und Füreinanders.

6. Handwerkszeuge der Führung

Jeder Handwerker braucht sein Handwerkszeug und ein guter Handwerker pflegt dieses. So sollte es auch bei „guten“ Führungsverantwortlichen sein. Und deren Handwerkszeug sind die Führungsinstrumente. Was gehört dazu? Es sind Inhalte und Prozessbeschreibungen erforderlich zu:

- Wie vereinbaren und setzen wir Ziele?
- Wie übertragen wir Aufgaben, dass sie klar und verständlich sind?
- Wie werden Aufgaben vollwertig delegiert?
- Wie wird Kontrolle sachlich und menschlich durchgeführt?
- Wie gibt man Anerkennung und Wertschätzung?
- Wie führt man konstruktive, aufbauende Kritik?
- Wie werden Konferenzen/Meetings wirkungsorientiert geführt?
- Wie führt man Mitarbeiterförderungsgespräche?
- Wie sind Projektarbeiten ergebnisorientiert zu organisieren?

Das Ziel der Führung ist eine positiv wirkungsvolle Mitarbeiterführung. Der Weg ist in den Führungsleitlinien formuliert und erarbeitet. Als Mittel können die Führungsinstrumente bezeichnet werden. Es sind gemeinsam erarbeitete Vorgehensweisen, eben das „Handwerkszeug“, das dazu dient, Führungssituationen qualifiziert und menschenwürdig zu „meistern“.

Was ist sinn-voll für eine konstruktive und menschlich förderliche Führungsarbeit und Unternehmensgestaltung?

Wieder ein Wort von Viktor E. Frankl: *„Wir werden reizüberflutet von den Massenmedien ... Wollen wir nicht in der Flut dieser Reize ... untergehen, dann müssen wir unterscheiden lernen, was wesentlich ist und was nicht, was Sinn hat und was nicht, was sich verantworten lässt und was nicht.“*

Zum Abschluss einige Gedanken und Impulse nach dem Motto: Was „macht Sinn“ für die Unternehmensgestaltung?

1. Werte wahrnehmen, klären und verwirklichen.
2. Sinnorientiert leben, wissen wofür.
3. Sinnfindungsprozesse bei anderen fördern.
4. Zielgerichtet handeln, deutliche Intentionalität.
5. Hoffnung wecken und aufrecht erhalten.
6. Die innere Stimme wahrnehmen, Entscheidungen aus dem Gewissen.
7. Freiheit der Entscheidung dem anderen lassen.
8. Verantwortung dort lassen, wo sie hingehört, sie dem anderen lassen.
9. An Sinnfindung und Werteverwirklichung appellieren.
10. Das „Wofür“ bei Zielen und Maßnahmen klären.
11. Die Entscheidungsfähigkeit fördern.
12. Vertrauen wecken und stärken.

Was wir brauchen, ist ein Verständnis und ein Handeln als „Werte-Gemeinschaft Unternehmen“, mit einer sinn-orientierten Vertrauenskultur, mit gelebter Menschlichkeit und Professionalität.

Was ist unsere Zukunft?

Sie ist nicht das, was man hat oder nicht hat – sie ist ausschließlich das, was verantwortlich aus ihr gemacht wird.

- Unternehmen und Konzepte brauchen Klarheit.
- Führung und Leistung brauchen Werte und Sinn.

Der Autor

Paul M. Ostberg
(Dipl. Betriebswirt FH)Unternehmerberater
Leiter der DGLE-Sektion Wirtschaft und Arbeitswelt seit 1996
Schubertweg 1
82178 Puchheim vor München
Telefon: 089 – 80 22 42
Fax: 089 – 8005784
ostberg-beratung@t-online.de

II. LOGOS-GESCHICHTEN

— Norbert Kremser —

Waffenschrank und Schatzkiste

„Großvater“, rief das Kind ganz aufgeregt, „Großvater, Mama hat erzählt, dass Du einen Waffenschrank und eine Schatzkiste hast. Warum habe ich die noch nie gesehen?“ - „Ich habe keinen Waffenschrank und keine Schatzkiste“, antwortete der Großvater mit abwesendem Blick. „Aber, warum erzählt Mama dann so etwas?“ - „Das weiß ich auch nicht!“

Kurz darauf wandte sich der Großvater mit einem Ruck zu seiner Enkelin. „Ach so, jetzt weiß ich, was Deine Mama meint!“ Und seine Augen fingen an zu glänzen. „Ja, tatsächlich, ich habe doch einen Waffenschrank und eine Schatzkiste.“ Und er fing an zu erzählen: „Mein Vater war Soldat im Krieg. Er hat nie viel davon erzählt. Aber er sagte immer wieder, dass es nichts Schlimmeres gebe, als Waffen im Haus zu haben. Ich verstand damals nicht, was er damit meinte, und er hat auch weiter nichts dazu gesagt. Aber ich beschloss, niemals irgend welche Waffen in mein Haus zu lassen. Nachdem mein Vater gestorben war, habe ich nicht mehr daran gedacht. Viel später dann, als ich schon mit deiner Oma einige Zeit verheiratet war, und wir uns einmal richtig doll gestritten haben, hat sie zu mir gesagt: ‘Deine Zunge ist schlimmer als jede Waffe’. Das hat mich getroffen wie ein Blitz. Und schlagartig kam mir die Erinnerung an die Worte meines Vaters wieder. Lange Zeit habe ich darüber nachgedacht und schließlich beschlossen, dass ich mir einen Waffenschrank anschaffe. Natürlich nicht einen richtigen! Weißt du, ein Waffenschrank ist dafür da, dass die gefährlichen Dinge sicher aufgehoben sind. Gut verschlossen, so dass so leicht keiner dran kann. Ich habe mir einfach vorgestellt, wie ich meine bösen Worte, meine übermäßige Wut und andere schlimme Dinge in einen solchen Schrank schließe und den Schlüssel gut verstecke.“ - „Und das hat geholfen?“, fragte das Kind. „Ganz ehrlich gesagt, nicht immer. Aber wenn ich mal wieder ‘ausgerastet’ bin, habe ich mich sofort an das Bild vom Waffenschrank erinnert, und so ging es von mal zu mal besser. Es hat mir geholfen, dass ich schneller aufhören konnte, böse zu sein, und oft hat es auch geholfen, gar nicht erst damit anzufangen.“

„Und die Schatzkiste?“ fragte die Enkelin neugierig. „Ja, die Schatzkiste!“ Der Großvater sah das Kind liebevoll an. „Die kam erst einige Zeit später. Als mir klar wurde, dass Waffen zerstören, habe ich darüber nachgedacht, was denn helfen und heilen kann. Das war nicht einfach, und ganz von alleine bin ich auch nicht draufgekommen. Ich habe in guten Büchern gelesen und mit anderen Menschen gesprochen. Und dann ist mir immer mehr klar geworden, dass es viele große und kleine Möglichkeiten gibt, Gutes zu tun.“

- „Und dann hast du dir in deiner Phantasie eine Schatzkiste vorgestellt, in die du all die guten Dinge eingesperrt hast.“ sagte die Enkelin ganz aufgeregt. „Nein“ entgegnete der Großvater und dabei musste er so richtig herzlich lachen. „Gute Dinge nutzen nichts, wenn man sie einsperrt. Die muss man benutzen, weitergeben, verschenken. Erst dann sind sie wirklich gute Dinge. Und die Schatzkiste habe ich mir nicht bloß vorgestellt, sondern ich habe mir ein kleines Holzkästchen gekauft und es mit bunten Steinchen beklebt. Und immer, wenn mir etwas Gutes einfällt, schreibe ich es auf einen Zettel und lege ihn in das Kästchen. Den Deckel lasse ich offen stehen.“ - „Und das hilft?“ - Ja, das hilft!“

„Ich will auch mal einen Waffenschrank und eine Schatzkiste haben, so wie du.“ sagte die Enkelin. „Die kann man nirgendwo bekommen. Die musst Du Dir schon selber bauen.“ entgegnete der Großvater.

„Und darf ich denn jetzt mal dein Schatzkästchen sehen?“ fragte das Kind. Auf dem Gesicht des Großvaters erschien ein verschmitztes Lächeln.

Susanne Petermann

Lichtblick

Ein ungemütlicher kalter Wintertag. Der Schnee lag nass und schmutzig auf den Feldern. Die Wege, auf denen der Schnee schon geschmolzen war, hoben sich schwarz von der winterlichen Landschaft ab. Der Himmel war neblig grau verhangen. Es passte alles genau zu ihrer Stimmung an diesem Tag. Sie hatte sich zwingen müssen, überhaupt aus dem Haus zu gehen und einen Spaziergang zu machen.

So stapfte sie mürrisch vor sich hin, ganz mit ihren trüben Gedanken beschäftigt. Nicht einmal die frische Luft half ihr, den Kopf etwas klarer und die Gedanken vielleicht etwas hoffnungsvoller werden zu lassen.

Als sie weit draußen zwischen den Feldern ging, sah sie plötzlich einen kleinen Jungen allein auf einer verschneiten Wiese. Er trug einen grünen Anorak und wälzte in dem nassen Schnee eine Kugel. Ganz energisch pappte er den Schnee zusammen und formte einen großen Ball. Er hob ihn mit all seiner Kraft auf die untere, schon fertige Schneekugel. Ganz vertieft in sein Tun, arbeitete der Junge beharrlich daran, dem schwindenden Schnee noch einen Schneemann abzutrotzen.

Sie sah ihm gebannt zu, als der Junge plötzlich aufschaute und ihr zulächelte.

Beim Weitergehen war es auf einmal heller geworden, milchiges Sonnenlicht drang durch den Nebel.

III. REZENSIONEN

Gerda Jun, *Unsere inneren Ressourcen. Mit eigenen Stärken und Schwächen richtig umgehen*, Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht 2006, 200 Seiten, 21,90 Euro

Recht hat Frau *Dr. med Gerda Jun*, wenn sie in ihrem spannend geschriebenen Buch die Grundworte unserer Sprache, „Seele“ und „Charakter“, wieder zurückgewinnen und für die Psychologie wie für die Selbsterkenntnis fruchtbar machen will. Es stimmt, dass es in jedem Menschen „Landschaften der persönlichen Innenwelt“ (S. 13) zu entdecken gibt. Sie erkennen und erfüllen zu helfen, vermag dieses Buch sehr wohl, in dem die Zahl Vier – musikalisch formuliert: das Quartett – eine besondere Rolle spielt, nicht zuletzt auch in Anlehnung an Fritz Riemanns Buch über die vier Grundformen der Angst. Das Buch von Gerda Jun möchte zur Selbsterkenntnis verhelfen, indem die Autorin „die Kontinente unserer eigenen Seele, die Räume der Hoffnung und der Gefahren“ (S. 9) sichtbar macht.

Es leuchtet jedem ein, dass es in unserer psychischen Welt viele und verschiedene Strebungen gibt. Wir wollen (oft zugleich): Erhaltung und Veränderung; Sicherheit und Risiko; Stabilität und Flexibilität; Statik und Dynamik. Es handelt sich um komplementäre Basispotenziale, so Jun, um miteinander rivalisierende Bedürfnisse.

Jeder kann einsehen, dass mit dem Archischen (»arche«, Urstoff) die Grundstrebungen des Bewahrens und Erhaltens in uns gegeben sind und damit als komplementäres Gegenprinzip auch das Dynamische. Gerda Jun zufolge sind *das Archische* und *das Dynamische* Basispotentiale des Psychischen (S. 23). Damit ist das dialektisch-komplementäre Entwicklungsprinzip genannt: die Einheit und der Kampf der Gegensätze.

Während dem archischen Prinzip die Leitspruch „Ordnung ist das halbe Leben“ entspricht (der zwanghafte Charakter), lässt sich dem dynamischen Prinzip der Spruch „Leben und leben lassen“ zuordnen (der hysterische Charakter). Darüber hinaus aber wirkt in uns, so Gerda Jun, auch die *emotive* und *kontemplative* Strebung. Dem Prinzip *des Emotiven* lässt sich der Spruch „Wo du hingehst, da will auch ich hingehen“ zuordnen (der depressive Charakter), während dem Prinzip *des Kontemplativen* der Satz „Störe meine Kreise nicht“ entspricht (der schizoide Charakter). Diese Zuordnungen werden im Buch durch optisch anspruchsvollen Abbildungen sichtbar gemacht.

Mit diesen Strukturprinzipien will die Autorin „keine weitere neue Typologie“, sondern eher eine „Anti-Typologie“ vorstellen, „da nicht der so genannte ‚reine Typus‘, sondern die Vielfalt der individuellen Mischungen die

Grundannahme [des Buches] bildet. Sowohl die Einmaligkeit psychischer Individualität als auch die vorhandene Mannigfaltigkeit wird aus folgendem *Prinzip* abgeleitet: Jeder Mensch verfügt über alle vier Potenziale, aber in einem unterschiedlichen Mischungsverhältnis; mit jeweils unterschiedlichen umweltabhängigen Entwicklungsgraden und Entfaltungswerten“ (S. 19). Wichtig ist, zu begreifen: Die einzelnen Potenziale „koexistieren, rivalisieren, kooperieren, koalieren und kompensieren einander“, lehrt die Autorin, und es ist Aufgabe des Einzelnen, diese Potenziale als „innere Pluralität“ und als ein „inneres Team“ empfinden zu lernen (S. 19), da es letztlich darum geht, zum „*homo integralis*“ zu werden. Darunter versteht die Autorin voll entwickelte Persönlichkeiten und Charaktere, „bei denen alle vier Potenziale der psychischen Grundstruktur weitgehend positiv entfaltet und in die Gesamtpersönlichkeit integriert sind“ (S. 167).

Motivierend kann auf den Leser und auf die Leserin wirken, wenn Gerda Jun äußert, dass Menschen mit voll entwickelter integraler Persönlichkeit keine absolute Seltenheit seien. Man könnte fast von sinnvitalen und wertorientierten Persönlichkeiten sprechen, meint der Rezensent, das heißt, von Persönlichkeiten, die beispielsweise, so G. Jun, folgende Haltungs- und Verhaltenspotenzen in sich selbst verwirklicht haben (Zitat):

„Aus dem *Archischen*: Zuverlässigkeit, Sachlichkeit, Ausdauer, Ordnungssinn, Fleiß, Disziplin; Konsequenz und Gerechtigkeit.

Aus dem *Dynamischen*: Risikobereitschaft, Flexibilität, Initiative; Humor, Schönheitssinn und Toleranz.

Aus dem *Emotiven*: Mitgefühl, Güte, Hilfsbereitschaft; Taktgefühl, Freundlichkeit und Friedfertigkeit.

Aus dem *Kontemplativen*: Autonomes Denken und Werten, Kritikfähigkeit, Wahrheitssuche und Kreativität“ (S. 168).

Man kann der Autorin zustimmen, wenn sie, ihre Botschaft durch Zitate von verschiedenen Autoren unterstreichend, hervorhebt: In der Entwicklung zum ganzheitlichen Menschen, zum „*homo integralis*“, gehe es „um die notwendige Annäherung der Gegensätze des eifrigen Tatenmenschen mit den Wesenskräften des gemütvollen Geistmenschen in einem breiten Bewusstwerdungsprozess, die Annäherung oder zumindest die werterkennende Akzeptanz der Gegensätze, der basalen menschlichen Wesenskräfte (das Nützliche und das Schöne) mit den Werten der jüngeren und höheren Potenziale (das Gute und das Wahre)“ (S. 174f.). Der Autorin ist bewusst, dass nicht eine sofortige volle Verwirklichung, sondern das Erkennen des Möglichen auf den Wegen zum Wirklichen (S. 175) *das hohe Ziel* der Selbsterkenntnis und der Persönlichkeitsentwicklung sein muss. Die Autorin glaubt mit Goethe, dass

uns zwar Irrtum nie verlässt, dass aber dennoch in uns ein höheres Bedürfnis lebt, das „den strebenden Geist hinaufziehet zur Wahrheit“ (S. 175).

In den zwölf Thesen am Ende des Buches findet man noch einmal eine dichte Zusammenfassung der wesentlichen Gedanken, für die man als Leser und Leserin nur dankbar sein kann.

Den Rezensenten hat die These 12 mehr als nur einen Augenblick beschäftigt, denn hier kommt Gerda Jun auf die Zahlensymbolik, auf die „Vier als Ordnungszahl“ zu sprechen und meint, sie sei „wesentlich für eine im Chaos verborgene Struktur“. Und dann schreibt sie: „Für die interdisziplinäre Ebene wären in diesen Zusammenhängen folgende Grundannahmen zu bedenken:

In der *Physik*: vier Grundkräfte

In der *Biologie*: vier Bausteine der DNS

In der *Psychologie*: vier Temperamente, vier Strukturanteile des Psychischen (aus der Tiefenpsychologie)“ (S. 185).

Diesen Grundannahmen kann man aus der *Musik* den Begriff des musikalischen Quartetts hinzufügen, das – als Gattung von Joseph Haydn begründet – ebenso die hohe Bedeutung der Ordnungszahl Vier hörbar und für die seelische Empfindung zugänglich macht. Darüber hinaus sei andeutungsweise auf ein äußerst feines deutsches Mantram hingewiesen, in dem es heißt: Drei ist Eines / In sich selber, – / Spendet: / Vier der »Lenker« ...

Der interessierte Leser möge, wenn er will, weiter lesen (in: BÔ YIN RÂ: Funken. Mantra-Praxis, Bern: Kober Verlag 1999, S. 29) und selber empfindend feststellen, dass die Zahl Vier, in der Tat, mit „Lenkung von Kräften“, mit „Ordnungen“, mit „Stiftung von Strukturen im Chaos“ zu tun hat.

Dies in einem gut lesbaren Stil und sehr feinfühlig gezeigt zu haben, dabei auf beachtenswerte Fachliteratur zurückgreifend, ist zweifelsohne der große Verdienst dieses Buches von Frau Gerda Jun, der man nur herzlich gratulieren kann für ihr Werk. Lesenswert ist das Buch auf alle Fälle.

Otto Zsok

Das Experiment, Ein Film von Oliver Hirschriegel. Nach dem Roman von Mario Giordano „*Das Experiment – Black Box*“. Als DVD erhältlich

Per Zeitungsinserat werden 20 Männer gesucht. Sie sollen an einem wissenschaftlichen Experiment teilnehmen. Für 4000,- Euro sollen sie 14 Tage lang die Situation in einer Strafvollzugsanstalt nachstellen. Ein Computer bestimmt 8 der Teilnehmer zu Aufsehern, 12 zu Gefangenen. Sie sind vollkommen abgeschirmt von der Außenwelt und werden über Kameras von einem Forschungsteam überwacht. Die Aufseher haben die Aufgabe, Ruhe und Ordnung aufrechtzuerhalten. Einzige Regel dabei: Gewalt ist nicht erlaubt. Für die Gefangenen gilt ein Katalog von Verhaltensregeln, der ihre Grundrechte einschränkt. Anfänglich wirkt alles wie Spiel. Die Männer versuchen die Unsicherheit in Bezug auf ihre jeweiligen Rollen zu überspielen. Bald aber wird es ernst. Erste Sticheleien werden zwischen den beiden Gruppen ausgeteilt. Die Gefangenen wollen sich den teilweise demütigenden Regeln nicht unterwerfen. Die Aufseher versuchen, ihre „Autorität“ durchzusetzen. Die Konfrontation zwischen den beiden Protagonisten des Films, dem „Gefangenen“ Tareg und dem „Aufseher“ Berus, leitet schließlich die entscheidende Stufe der Eskalation ein. Tareg war von seinem Vater als Kind mit Gewalt und Demütigung bestraft worden. Er schleudert Berus seinen tiefen Hass entgegen und demütigt diesen schwer. Berus ist tief getroffen und beginnt sich an Tareg und später auch an den anderen Gefangenen zu rächen. Zunehmend gleitet das Geschehen in Gewalt ab, erst in verbale und dann in physische. Die Aufseher beginnen ihre Macht zu genießen. Immer demütigender werden ihre Interventionen, immer härter ihre Strafen bei Regelverstößen. Die Gefangenen werden immer hilfloser und angsterfüllter. Der Forschungsleiter ist fasziniert davon, wie schnell und präzise seine wissenschaftlichen Thesen sich bestätigen und lässt den Versuch trotz Einspruchs einer Teamkollegin nicht abbrechen. Er verspricht sich von den Forschungsergebnissen eine Steigerung seiner wissenschaftlichen Reputation. Berus, der sich zur Führungsgestalt der Aufseher entwickelt hat, umgeht schließlich die Überwachungskameras und lässt Tareg in eine Black Box sperren. Ein anderer Gefangener wird von Berus brutal zusammengeschlagen und stirbt kurz darauf. Die Co-Leiterin des Forschungsteams, die in Abwesenheit des Forschungsleiters dessen Aufgabe übernommen hat, will das Experiment abbrechen. Berus hält dieses Vorgehen für einen Teil des Experiments und lässt die Co-Leiterin festnehmen und zu den Gefangenen sperren. Dort wird sie von einem der Aufseher vergewaltigt. Inzwischen kann Tareg aus der Black Box entkommen und zusammen mit einem Mithäftling die anderen Gefangenen

befreien. Sie suchen Wege, aus dem Versuchsgelände zu entkommen. Die Aufseher wollen dies verhindern. Ein Aufseher, der sich auf die Seite der Gefangenen gestellt hatte und von seinen Kollegen auch zu einem Gefangenen gemacht worden war, erschlägt bei dem Fluchtversuch aus Angst einen der Aufseher. Der Forschungsleiter, der an den Ort des Geschehens geeilt war, wird bei seinem Versuch, das Geschehen unter Kontrolle zu bringen, von einem der Aufseher versehentlich schwer verletzt. Schließlich kommt es zu einem letzten dramatischen Kampf zwischen Tareg und Berus, bei dem Berus schließlich überwältigt wird. Das ganze Geschehen während des Experiments wird durchflochten von einer Liebesgeschichte zwischen Tareg und Jana. Jana taucht gegen Ende der Befreiungsaktion auf dem Versuchsgelände auf und unterstützt die Flucht der Gefangenen. Der Film endet in ruhigen Bildern, in denen Tareg und Jana nach Durchstehen der schrecklichen Ereignisse gemeinsam am Meeresstrand sitzen.

Es geht in diesem Film um Macht. Es geht um Ohnmacht. Um Gewalt. Um „Autorität“. Um den schrecklichen „Befehl von oben“. Um Gehorsam. Es geht um die Abgründe in der menschlichen Seele, die offensichtlich viel mit früher erfahrenen Verletzungen zu tun haben. Was wird sichtbar, wenn die Maske des anständigen Bürgers fällt? Woher kommt die Bereitschaft, andere Menschen zu entwürdigen, zu demütigen, woher die Lust, andere zu quälen? Welche Strukturen in Erziehung, Pädagogik und in gesellschaftlichen Abläufen rufen diese dunklen Seiten in uns hervor oder begünstigen sie?

Wie viele Menschen hat Adolf Hitler persönlich gequält, gefoltert oder ermordet? Wahrscheinlich keinen. Dafür hatte er Millionen mehr oder weniger willige Helfer. Wie kam es, dass Hunderttausende von Menschen, im Privatleben wahrscheinlich nette Leute wie Sie und ich, zu solchen unfassbaren Taten fähig waren? Was muss mit den Seelen dieser Menschen während ihres Heranwachsens geschehen sein, dass sich ihr natürliches Werteempfinden in einem solchen Umfang verschatten konnte? Viktor Frankl, Erich Fromm, Martin Buber, Hermann Hesse und zahlreiche andere verweisen auf die dem Menschen eingeborene, ihn letztlich konstituierende Streben nach Werteverwirklichung, nach der freundlichen Fürsorge für alles Lebendige. Welche gesellschaftlichen Kräfte zogen und ziehen weiterhin ihren materiellen und/oder machtbezogenen Nutzen daraus, Menschen diesem ihren natürlichen Ursprungskern zu entfremden und statt dessen Angst in ihre Seelen einzupflanzen? Es gibt erhebliche gesellschaftliche Widerstandsenergien gegen eine Sichtbarmachung dieser Zusammenhänge, wie die Auseinandersetzungen um die sogenannte Wehrmachts-Ausstellung vor zwei Jahren deutlich gemacht haben.

Dieser Film zeigt, wie wenig es an gewaltfördernden Strukturen braucht, um die entstandene dunkle Seite von Menschen hervorzubrechen zu lassen. Er wirft die Frage auf, wo in unseren gesellschaftlichen Abläufen offene oder verdeckte Gewalt wirksam ist. Es wird deutlich, dass Menschen umso mehr Gewalt ausüben oder psychische Perversionen ausleben, je weniger sie sich als verantwortlich Mitgestaltende erleben oder als solche angesprochen werden. Dabei zeigt sich auch deutlich die Gefahr des heutigen humanwissenschaftlichen Ansatzes, der zwangsläufig in Entwürdigung, Manipulation und Gewaltanwendung abgleitet, wenn er versucht den Menschen zum Objekt zu machen und ihn nicht gleichzeitig als mitgestaltendes Wesen erkennt. Den Menschen zu objektivieren bedeutet, ihn seines Eigentlichen, seines Wesenskerns – und das ist, wie Viktor Frankl so überzeugend dargestellt hat, seine nicht objektivierbare schöpferische Geistige Person – zu berauben. Das ist eine subtile Form der Gewalt, die in der zeitgenössischen Vergötzung von Wissenschaft weitgehend akzeptiert wird, deren bössartige Schattenseiten aber, und dies zeigt der Film eindrücklich, mit ihrer Ausblendung der gefühlshafte Erkenntnis von Werthaftigkeit kalte, autoritäre und gewaltorientierte Strukturen fördern.

Dieser Film verlangt Mut. Mut vom Produzenten, der davon ausgehen konnte, dass dies kein Kassenfüller werden würde. Mut von den Schauspielern, die sich bei den Dreharbeiten in diese Atmosphäre von Gewalt, Demütigung und seelischer Kälte hinein begeben haben. Mut fordert diese Film in hohem Maße auch von uns Betrachtern, denn er hält uns einen Spiegel vor. Sind wir wirklich anders? Was ist mit unseren blockierten vitalen Energien? Was steckt hinter unserer Maske? Tragen nicht auch wir kränkende Erfahrungen in uns, die als potentielle zerstörerische Energien in uns schlummern? Kann nicht innerhalb der DGLE der Umgang von Logotherapeuten untereinander sehr schnell kalt, hässlich und verletzend werden, wenn der Bereich von Macht und Ohnmacht berührt ist? Können wir nicht sehr schnell, ohne es zu wollen, aus der von uns allen favorisierten Sphäre der Geistigen Person in unerlöste psychische Bereiche abrutschen? Es ist erlebbar, dass auch uns das im Film angesprochene Dunkle nicht fremd ist.

Wenn unsere soziale Gemeinschaft – auf nationaler, europäischer und globaler Ebene – zukunftsfähig werden will, dann wird sie nicht darum herumkommen, den eigenen psychischen Abgründen und deren Bedingungen ins Auge zu sehen. Auf individueller Ebene brauchen wir Erfahrungsräume, in denen wir uns unseren eigenen Schattenbereichen zuwenden können. An Stelle von Angst, Misstrauen, Hierarchie und Gewalt darf in diesen Erfahrungsräumen Vertrauen die Grundlage sein, wie dies auf logotherapeutischer

Ebene beispielsweise durch den Circolog angestrebt wird. Es geht darum, unsere destruktiven Potentiale nicht zu verdrängen und auf andere zu projizieren, sondern sie zu integrieren. Wir brauchen Heilungsräume, in denen der einzelne und auch Gemeinschaften ihre Verletzungen gesunden lassen können, die sie durch macht- und gewaltorientierte gesellschaftlichen Strukturen erlitten haben.

Überhaupt scheint die Bedeutung der Logotherapie in der augenblicklichen globalen gesellschaftlichen Situation erst wirklich offenbar zu werden. Offensichtlich steuert unser gegenwärtiges Jahrhundert auf eine globale soziale und ökologische Krise bisher ungekannten Ausmaßes zu. Insbesondere die gegenwärtig herrschenden ökonomischen Strukturen führen zu einem Anwachsen von Angst und Gewaltbereitschaft von einzelnen, Gruppen und Nationen. Gleichzeitig sinkt weltweit die Wahrnehmungsfähigkeit für humane Grundrechte und Werte. In dieser Situation stellt das Menschenbild der Logotherapie Viktor Frankls neben anderen humanen Grundhaltungen eine Möglichkeit dar, gesunde, an der Würde des einzelnen Menschen orientierte Strukturen zu entwickeln, die später die sich selbst zerstörenden, an Macht und Gewalt orientierten bisherigen Strukturen ablösen werden.

Der Film deutet dies an, und so enthält er inmitten all des Dunklen die Erkenntnis der Wärme und der Hoffnung. Die Geschehnisse während des Experiments sind eingerahmt und durchzogen von der Begegnung zweier junger Menschen, Tareg und Jana. Sie sind beide an einem Tiefpunkt ihres bisherigen Lebens angelangt, als sie sich zu Beginn des Films begegnen. Ihre kurze erste Berührung lässt sie offensichtlich eine neue Kraft von Hoffnung und Zukunft erfahren, und so gewinnt Tareg aus der seelischen Verbindung mit Jana die Kraft, den seelischen und körperlichen Verletzungen während des Experiments nicht zu erliegen. So kann er schließlich den Impuls setzen, der die Beendigung des grausamen Geschehens einleitet. Die warme, teilnehmende Begegnung von Menschen ist stärker als Gewalt und Demütigung. Liebe reicht weiter als Macht.

Gottfried Matthias Spaleck

Viktor Frankl,... *trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*. Hörbuch, gelesen von Martin Schwab. Inkl. Ausschnitten aus Frankls Rathausrede anlässlich des 50. Jahrestages des Einmarsches Hitlers in Österreich, 3 CDs, Deutsche Grammophon, 19,99 Euro

Das Hörbuch ist so konzipiert, wie es vielleicht auch Viktor Frankl gefallen haben könnte. Sprecher ist der Burgschauspieler Martin Schwab, ein langjähriger Freund Frankls, das Begleitbooklet wurde mit Unterstützung von E. Vesely und A. Batthyany erstellt. Autor und Inhalt von „... trotzdem Ja zum Leben sagen“ müssen hier nicht besprochen, sondern können getrost als bekannt vorausgesetzt werden. Wohl aber sei der Verweis auf den vorzüglichen Vortragsstil Schwabs erlaubt, auch wenn Klang und Stimme stets Elemente subjektiver Einschätzung sind und bleiben. Hervorzuheben ist ferner das Addendum: die Rede Frankls zum 50. Jahrestag (10. 3. 1988) des Hitler-Einmarsches in Österreich, die hier als Tondokument (in Auszügen) erstmalig der Öffentlichkeit zugänglich gemacht wird. Sie ist ein Zeugnis von Frankls ausdrücklichem (und durchaus kontrovers diskutiertem) Wunsch nach Versöhnung und Vergebung der Nazi-Gräueltaten.

Peter Suchla

IV. KORREKTUR

Im Beitrag von Heinrich W. Bette, „Die Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse“, in Heft 14, S. 106, sind die Namen Reinhard Zaiser und Otto Zsok versehentlich vertauscht worden. Richtig muss es heißen:

Reinhard Zaiser: Rezension zu O. Zsok, *Der Arztphilosoph Viktor E. Frankl (1905–1997). Ein geistiges Profil*

V. DGLE-NACHRICHTEN

Vorstandswahlen

In der ordentlichen Mitgliederversammlung am 23. März 2007 in Osnabrück anlässlich des Jubiläumskongresses fand u. a. die turnusgemäße Vorstandswahl statt. Hier die neue Zusammensetzung:

1. Vorsitzende: Helga Winter (wiedergewählt und im Amt bestätigt)

2. Vorsitzende: Anna-Maria Stegmaier (wiedergewählt und im Amt bestätigt)

Schatzmeister: Hans-Georg Wernher (neu zur Wahl gestellt und ins Amt gewählt)

Beisitzerinnen: Johanna Fischer und Marlies Hick-Mühl (wiedergewählt und im Amt bestätigt)

Das Protokoll der Mitgliederversammlung wird mit dem Jahresbrief bzw. zeitnah mit der Einladung zur nächsten MV versandt. Deren voraussichtlicher Termin: 5./6. April 2008 in Mainz (verbunden mit einer Fachtagung des Wissenschaftlichen Beirates).

„Religion, Spiritualität und Gehirn – Bedeutung für die Psychotherapie“

Zu diesem Thema fand das Odebrecht Symposium mit der **Jahrestagung der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse-Ost** in Greifswald statt. Am 21. und 22. September wurde das Thema in zehn Vorträgen und vier Seminaren dargestellt, diskutiert und vertieft. Auch Ärzte, Psychotherapeuten und Wissenschaftler interessieren sich zunehmend für die Frage, ob Religiosität und sinnstiftende Spiritualität für die Genesung förderlich sein können. Mit dem Titel seines Hauptwerks „Ärztliche Seelsorge“ hat Viktor Frankl deutlich gemacht, dass sowohl religiöse als auch therapeutische Seelsorge dem leidenden Menschen helfen können, seinem Leben einen Sinn zu geben und damit die Heilung zu ermöglichen.

In seinem Einführungsvortrag betonte der **Vorstand der GLEO, Dr. Jörg Zimmermann** (Ev. Krankenhaus Bethanien Greifswald), dass Psychotherapeuten und insbesondere Psychoanalytiker Religion und Spiritualität inzwischen als gesundheitsfördernde psychische Ressource entdeckt haben. Empirische Untersuchungen lassen den Schluss zu, dass sich die Religiosität eines Menschen positiv auf seine körperliche und seelische Gesundheit auswirkt.

Dr. Wolfgang Gräßler (Frankenberg), **Vorstand der GLEO**; wies auf die Bedeutung von Symbolen hin, die zur Spiritualität wie zu Mythologien gehören. Die Seele kann das Absolute im Symbol erfassen. Die Existenzanalyse Viktor Frankls erkennt das metaphysische Bedürfnis des Menschen nach Symbolen, in denen das Transzendente aufleuchten kann.

Prof. Armin Pfau (Nürnberg) stellte an den Anfang seines Vortrags die provokante Aussage "Neuronen statt Neurosen als Zeitgeist-Thema?". Die Neurobiologie zeige, dass sich Offenheit und Flexibilität in Wechselwirkung mit Stabilität und Sicherheit von Anfang an als Grundbedingungen gelingenden Lebens erweisen. Die moderne Hirnforschung bestätigt viele Erkenntnisse der Psychologie der 50er Jahre, z. B. die unbewusste Wahrnehmung. Wirkliche „Frei-Willigkeit“ hingegen gründet, ebenso wie tiefe Religiosität, im „geistig Unbewussten“ (Viktor Frankl).

Die spirituelle Dimension traditioneller peruanischer Medizin hob **Diplombiologe Heising** (Ev. Krankenhaus Bethanien Greifswald) hervor. Die hoch entwickelte Kultur Perus kennt verschiedene sehr differenzierte Medizinalsysteme. Krankheit ist nicht durch Symptome und starre Kausalität definiert sondern wird als Folge eines eingetretenen Ungleichgewichts gesehen. Daher umfasst der Heilungsprozess fast immer auch eine transzendente Komponente. Entsprechend dazu wird Drogenabhängigkeit als Ausdruck einer fehl geleiteten, verunglückten Suche nach Sinn, Ordnung und Transzendenz gedeutet.

Dr. Hoffmann (Künzelsau) plädierte für eine friedliche Koexistenz von Glaube und Wissenschaft. Wissenschaften stoßen bei ihrem Streben nach Erkenntnis an Grenzen, hinter denen das große Geheimnis liegt. Beachten die unterschiedlichen Disziplinen wie z. B. Physik, Neurotheologie und Psychologie die Grenzen ihrer Erkenntnis, können sie sich gegenseitig unterstützen und fördern.

Sandra Hoffmann (Berlin) gab eine kurze Einführung zum Thema „Spiritualität und Musik – Christus in der Musik des Barock“. Durch musikalische Textausdeutung im Mittel von Tonfiguren, die im Notenbild für bestimmte christliche Attribute erscheinen, durch Zahlensymbolik und bestimmte Instrumente wird der triumphierende Christus in der Barockmusik dargestellt. In seinem Vortrag "EinBlick ins Gehirn" stellte **Prof. Dr. Braus** (Wiesbaden) die neuesten Forschungsergebnisse der Genetik und Gehirnforschung vor. Die Komplexität der Gehirnstruktur wird immer genauer erforscht. So können Störungen und Krankheitsbilder immer differenzierter dargestellt werden. Umgekehrt bedeuten Psychotherapie und Gabe von Medikamenten

massive Eingriffe in die Systeme des Gehirns. Die Kenntnis biologischer Prozesse und die Haltung des Therapeuten haben enorme Auswirkungen auf die Therapie bis hin zum Placebo- bzw. Nocebo-Effekt.

Abschließend sprach **Dr. Stiehm** (Ev. Krankenhaus Bethanien Greifswald) zum Thema „Psychiatrie, Psychoanalyse und Religion“. Er beleuchtete das spannungsreiche Verhältnis der drei Disziplinen. Der Therapeut muss achtsam umgehen mit dem Bedürfnis des Patienten nach etwas außerhalb der Kognition. Wenn Andersartigkeit anerkannt wird, kann Begegnung statt finden, können Heilungskräfte des Glaubens in der psychiatrischen Behandlung wirksam werden. Religion und Psychoanalyse sollen Orte der Hoffnung auf Glauben sein. Immer soll der Therapeut offen bleiben für das Nicht-Wissbare.

Johanna Fischer

Termine

Die Termine für die Arbeitstreffen der Sektionen im Jahr 2008:

- Sektion Medizin/Psychotherapie: 31.Mai/1.Juni sowie 8./9. November 2008
- Sektion Arbeitswelt: am 27. September 2008 in Würzburg-Zell
- Sektion Pädagogik: am 19. April 2008 in Nürnberg.
- Sektion Theologie/Philosophie: *(lag bis zum Redaktionsschluss nicht vor)*

5./6. April 2008: Fachtagung des Wissenschaftlichen Beirates (und DGLE-Mitgliederversammlung) an der Akademie für Logotherapie und Existenzanalyse in Mainz.

Institut für Logotherapie und Existenzanalyse Mülheim (ILE)

Ltg. Dipl.-Psych. J. P. Arimond, Psychologischer Psychotherapeut und Supervisor
Friedhofstr. 31-35, D-45478 Mülheim (0208/598497)

Im ILE beginnt in der zweiten Jahreshälfte 2008 ein weiterer vierjähriger Ausbildungsgang (Logotherapie I + II einschließlich Selbsterfahrung und Supervision). Es finden pro Ausbildungsjahr 10 Wochenendseminare statt. Die Ausbildung erfolgt in Gruppen mit maximal 10 Teilnehmern. Interessierte Kolleginnen und Kollegen können unter der o.a. Adresse weitere Informationen über Aufbau und Inhalte der Ausbildung anfordern.



ANZEIGE

Hier bitte plazieren:

Riemeyer: Eine Einführung in die sinnorientierte
Psychotherapie

Siehe gesonderte PDF- Datei als Druckvorlage



HINWEISE FÜR AUTORINNEN UND AUTOREN DER ZEITSCHRIFT EXISTENZ UND LOGOS

Bitte richten Sie Ihre Artikel, Briefe, Anregungen, Fragen und Kritiken zur Zeitschrift an den Schriftleiter (unverlangt eingesandte Manuskripte werden nicht zurückgesandt).

Dr. Peter Suchla
Scheffelstr. 30
79102 Freiburg
Tel: 0761 / 77701
Email: suchla@web.de

In der Regel nimmt die Redaktion nur Arbeiten an, die zuvor weder im Inland noch im Ausland veröffentlicht worden sind. Ausnahmen gelten in begründeten Fällen nur nach Absprachen.

WIE SOLL IHR MANUSKRIFT VERSCHICKT WERDEN?

- **Originalmanuskripte** senden Sie bitte grundsätzlich entweder als **Papierausdruck mit einer Diskette oder als Email-Anhang. Speichern Sie bitte Ihr Dokument als *.rtf** - Datei ab. Dieses Rich-Format finden Sie in jedem Textprogramm (z.B. Word).

- **Bilder und Grafiken**, die aus einer WORD-Textdatei kopiert werden, sind in der Druckqualität **immer unbefriedigend!** Um eine Druckvorlage in einer einwandfreien Qualität zu gewährleisten, wählen Sie bitte folgende Alternativen:

- Schicken Sie Ihre Grafiken und Bilder, falls Sie Ihre Daten per Email-Anhang schicken, **in einem gesonderten Email-Anhang, also sowohl eine Textdatei als auch die Bilddateien!**
- Schicken Sie sie als Ausdruck mit Diskette, dann **speichern Sie bitte** auch hier diese Bild-Daten **gesondert ab**. In beiden Fällen bitte die Redaktion um **Kennzeichnung, an welche Stelle die Bilder und Grafiken im Textverlauf gehören mit kleiner Bildunterschrift** oder als fortlaufende Nummerierung der Abbildungen sowohl auf dem Bild, als auch im Textverlauf (z.B. Abb. 1 - Abb. 2 usw.)
- **Legen Sie die Bilder als Original oder Schwarz-Weiss-Kopie in bester Qualität dem Ausdruck der Textdatei hinzu.** Einscannen und Rastern übernimmt dann Herr Keller im Rahmen seiner Layoutarbeit.

WIE BEGINNEN?

Stellen Sie bitte Ihrem Vortrag eine **deutsche und eine englische Zusammenfassung** **voran**, die **120 Wörter** nicht überschreiten sollte. **Schlüsselbegriffe** heben Sie bitte hervor, damit diese „Abstracts“ in den Literaturindex relevanter Forschungsdokumentationen aufgenommen werden können.

WIE ENDEN?

Am Ende Ihres Vortrages bitten wir um eine **kurze Vita mit maximal 100 Wörtern**, damit sich die Leserinnen und Leser ein Bild von der Autorin/dem Autor machen können. Hinzu kommt dann die Angabe von **Titel, Adresse, Telefon, Fax und Email**, soweit vorhanden.

EIN WORT ZU DEN FUSSNOTEN:

Nicht belegbare Zitate sind für die schriftliche Veröffentlichung **nicht geeignet**. Grundsätzlich müssen Zitate im Text gekennzeichnet sein und als Fußnote auf der jeweiligen Seite am unteren Ende erscheinen (das macht der PC fast von alleine). An das Ende des Textes vor der Vita stellen Sie bitte ein Gesamtverzeichnis der Literatur.

Mit der Annahme des Manuskripts zur Veröffentlichung in der Zeitschrift geht das **Copyright** an die Deutsche Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse e.V. über. Nachdruck oder sonstige Vervielfältigung setzt in jedem Fall die Genehmigung durch die Redaktion voraus.

Für die **Rücksendung** unverlangter Rezensionsexemplare übernehmen wir keine Gewähr.