

Viktor Frankl zum 100. Geburtstag

Alfried Längle, Lilo Tutsch und Beda Wicki

Alfried Längle

Ein Anwalt der Menschlichkeit

Vor hundert Jahren ist Viktor Frankl geboren worden. Wir möchten mit diesem Artikel einer Person gedenken, die durch die Schaffung der Logotherapie und Existenzanalyse die letzte große Gründerpersönlichkeit österreichischer Psychotherapieschulen war. Bereits zu Lebzeiten war er eine historische Persönlichkeit, die noch persönlich Umgang mit S. Freud und A. Adler hatte, wie auch mit R. Allers, G. Allport, L. Binswanger, M. Buber, R. Cohn, J. Eccles, M. Heidegger, K. Jaspers, F. Künkel, A. Maslow, I. Moreno, F. Perls, K. Rahner, C. Rogers, R. Schwarz, P. Watzlawick, J. Wolpe u. v. a. – bedeutende Namen aus der Psychotherapie, Philosophie, Psychologie. Mit seinen weltumspannenden Kontakten war Frankl ein Botschafter der Psychotherapie, der an über 200 Universitäten Vorlesungen gehalten hatte und unzählige Vorträge vor Laienpublikum, mit denen er zuweilen sogar Fußballstadien füllen konnte.

Biographie

Am 26. März 1905 in Wien geboren, studierte Frankl Medizin und erwarb sich nach dem Krieg auch ein Doktorat in Psychologie. Unter der Naziherrschaft blieb er zum Schutze seiner Eltern in Wien und ließ sein amerikanisches Ausreisvisum verfallen.

Die Geschichte dieser Entscheidungsfindung ist in vielerlei Hinsicht bezeichnend für seine Lebenshaltung: für seine Verbundenheit mit den Eltern, für seinen Einsatz für andere Menschen, für sein Zögern und für sich Eintreten, für seine religiöse Haltung und für seinen Respekt vor der Tradition. Frankl hatte 1941 überraschenderweise doch noch ein Ausreisevisum in die USA er-

halten, das allerdings auf drei Wochen limitiert war. Die Lage der Juden im Dritten Reich war zu diesem Zeitpunkt äußerst bedrohlich und es war anzunehmen, dass die Gefahr sogar noch größer wird. Als Primararzt genoss Frankl aber zusammen mit seinen Angehörigen einen so genannten „Deportationsschutz“, d. h., er und seine Angehörigen waren vor einer Deportation in die KZ sicher.

Ein Ausreise-Visum in dieser Lage zu erhalten stellt ein großes Dilemma dar. Sollte er es in Anspruch nehmen, hieße das, seinen Eltern und Geschwistern diesen lebenswichtigen Schutz wegzunehmen und ihre Deportation ins KZ sogar wahrscheinlich zu machen. Zu Hause zu bleiben hieß, sich selber einer extremen Gefahr auszusetzen und damit rechnen zu müssen, vielleicht nicht überleben zu können.

Die Frist für das Visum neigte sich dem Ende zu, und noch immer hatte er keine Entscheidung gefunden. Weder das eine noch das andere schien ihm verantwortlich. Als er einmal auf dem Heimweg von der Arbeit beim Stephansdom vorbeikam, hörte er aus dem Inneren Orgelmusik. In der Hoffnung auf etwas Ruhe oder gar Klarheit trat er ein – verbotenerweise, denn als Jude durfte er keine christliche Kirche betreten. Da saß er eine Stunde – vergeblich. Verzweifelt ging er nach Hause.

Als er die Wohnung betrat, sah er auf dem Radio ein Stück Marmorstein liegen, das vorher nicht da lag. Er fragte den Vater, was das sei? Der Vater antwortete, dass er heute auf dem Spaziergang bei der zerstörten Synagoge vorbeigegangen sei und als Erinnerung ein Stück Marmor mitgenommen habe. Ob er erkenne, von wo es stamme? – Viktor verneinte. – Es stamme aus der Tafel mit den Zehn Geboten. Wenn er das Stück genau betrachte, könne er sogar erkennen, von welchem Gebot es stamme: vom vierten. Und der Vater begann auf

hebräisch das Vierte Gebot aufzusagen: „Ehre deinen Vater und deine Mutter, auf dass es dir wohl ergehe auf Erden!“

Viktor war wie vom Blitz getroffen. Dies war kein Zufall mehr, dies war, wie er später sagte, ein „Wink des Himmels“ und er wusste im selben Augenblick, was er tun soll.

Neun Monate danach wurde das Spital geschlossen und sowohl er als auch seine ganze Familie wurde in die Konzentrationslager verschleppt (nur seine Schwester war zuvor ausgewandert). Einer von vierzig, die ins Konzentrationslager kamen, überlebte. Auch für Frankl war das Überleben an eine Kette von Glücksfällen gebunden. Aber es war nicht dies allein, was ihn überleben ließ. Er war äußerst motiviert zu überleben und setzte alles daran, um durchzukommen. Dabei half ihm jene psychologische und geistige Haltung, die er zuvor in seinem ersten Buch über Logotherapie niedergeschrieben hatte, und dessen Manuskript er bei der Deportation ins Konzentrationslager verloren hatte. So wurde diese Erfahrung zum unbeabsichtigten „experimentum crucis“ („Schlüsselexperiment“) seiner Logotherapie. Er erfuhr dabei, dass Sinn im Leben nicht nur „lebenswichtig“ ist, sondern in dieser extremen Situation sogar „über-lebenswichtig“ war, wie er später zu sagen beliebte.

Nach dem Krieg leitete Frankl 25 Jahre hindurch die neurologische Abteilung der Wiener Poliklinik. Er heiratete in zweiter Ehe die Krankenschwester Eleonore Schwindt, mit der er eine Tochter (und zwei Enkel) hatte. Nach der Publikation der meisten seiner Bücher begann er Ende der 50er Jahre mit einer überaus aktiven Vortragstätigkeit im Ausland.

Obwohl er von österreichischen Nazis in die KZs verschleppt worden war und sich mit seinen Vorlesungen später sehr viel im Ausland aufhielt, blieb er seiner Heimatstadt treu, was viele, vor

allem jüdische Emigranten, nicht verstanden. Ihnen hielt er die vielen positiven Erlebnisse mit Menschen in Wien entgegen, erzählte von der katholischen Baronin, die seinen Cousin unter Lebensgefahr als „U-Boot“ versteckt hielt, oder von einem sozialistischen Rechtsanwalt, der ihn, den mittellosen und verzweifelte KZ-Heimkehrer, wie einen Freund behandelte – Beweise der Menschlichkeit, die zu sehen und zu finden Frankl immer ein Anliegen war.

Zeitzeuge

Frankls Leben umspannt dieses Jahrhundert. Noch als 10-Jähriger winkte er an der Wiener Ringstraße den Kaisern Wilhelm und Franz-Joseph zu – Zeitzeuge einer längst vergangenen Epoche.

Er war auch Zeitzeuge von fast 100 Jahren Entwicklung der Psychotherapie, war vor dem Krieg in Österreich in sie involviert und nach dem Krieg mit ihrer weltweiten Entwicklung in Kontakt.

Frankl, dessen Lebenswerk von Sinn, Leid, Tod, Verzweiflung handelt, war leidgeprüfter Zeitzeuge der Jahrhundertkatastrophe – aufseiten der Entrechteten. Zweieinhalb Jahre lang musste er in vier verschiedenen Konzentrationslagern um das Überleben ringen, um das seelische nicht minder als um das physische. Nach dem Grauen der Lagerjahre folgte die Verzweiflung bei der Heimkehr. In nur drei Wochen erfuhr er vom Tod seiner Frau, seiner Mutter, seines Bruders, vieler Freunde. Ein großer Sinn, der ihn im KZ hatte durchhalten lassen, nämlich seine Frau und Familie wiederzusehen, war zerbrochen. In seiner Resignation war es ihm, als hätte er die KZ-Marter vergeblich durchlitten.

Doch Sinn, so lehrte er in der Logotherapie, ist nicht nur durch Erleben zu erhalten, sondern auch im Schaffen und im Wie des Leidens. Dank des Zuspruchs und der Hilfe seiner Freunde machte er sich an die Arbeit: In nur neun Tagen schrieb er sich die KZ-Erfahrung „von der Seele“, wie er sagte, wollte sie anonym als Dokument menschlichen Verhaltens „in extremis“ veröffentlichen. Das Buch wurde in über 20 Sprachen übersetzt und erreichte Millionenauflagen, das Buch, dem er später den programmatischen Titel „... trotzdem Ja zum Leben sagen“ gab. Es ist ein Dokument über das Aufrechterhalten des Menschlichsten im Menschen, selbst unter den widrigsten Lebensumständen:

Würde, Sinn, Verantwortung, Liebe, Glaube.

Wissenschaftler

Als Wissenschaftler, Arzt und Psychotherapeut war Frankl zeitlebens Anwalt des Humanen – eben dieses „Menschlichsten im Menschen“, des „spezifisch Humanen“ oder des „Geistigen“ im Menschen, wie er es nannte. In Form der Logotherapie und Existenzanalyse gab er diesem Anliegen eine wissenschaftliche Ausformulierung und machte es für die Psychotherapie, Beratung, Begleitung und Krisenintervention fruchtbar.

In der Gymnasialzeit war er der Psychoanalyse Sigmund Freuds zugetan und schrieb sogar seine erste psychologische Arbeit für die Psychoanalyse (sie wurde 1924 auf Empfehlung Freuds publiziert). Die Geburtsstunde der Logotherapie, wie sie genannt werden könnte, war eine Begebenheit, die hier wiedergegeben werden soll, beschreibt sie doch ein Stück Psychotherapiegeschichte. Frankl wurde mit seinem Ansinnen, eine Lehranalyse zu beginnen, von Freud an den Sekretär der Psychoanalytischen Vereinigung verwiesen. Frankl erschien zum vereinbarten Termin bei Paul Federn und wurde in sein Arbeitszimmer geführt. Die Haushälterin zog hinter ihm die Türe zu und Frankl stand in dem Raum, an dessen anderem Ende Federn am Schreibtisch sichtlich arbeitete. Ohne von Frankl Notiz zu nehmen, fuhr Federn in seiner Arbeit stillschweigend fort. Erst nach einer geraumer Weile – Frankl erschien es wie Stunden in seinem wortlosen und scheinbar unbemerkten Stehen und Warten – hob er seinen Kopf, wies Frankl mit einer Handgeste einen Stuhl zu und fragte mit seiner hohen Stimme, die mit diesem bärtigen und großen Mann in unerwartetem Kontrast stand, eine ebenso unerwartete Frage: „Nun, Herr Frankl, was ist Ihre Neurose?“ Frankl brachte stammelnd etwas von seinen analen Zügen hervor und beschrieb dann seine eigene Sicht seiner Psychopathologie. Am Ende des kurzen Gesprächs schlug Federn vor, er solle zuerst das Medizinstudium beenden und dann erneut vorsprechen.

Doch für Frankl fiel die Entscheidung schon in der nächsten Stunde. Er fühlte sich gänzlich unwohl nach dieser Begegnung. Er verließ das Haus und spazierte den Donaukanal entlang. Er ver-

suchte sich zu sammeln und zu verstehen, was da vorgefallen war. Was hatte ihn so irritiert? Langsam wurde es ihm klar: natürlich hatte es Methode, dieses Wartenlassen, dieses stumme Zuweisen eines Stuhles, dieses Fragen ohne Umschweife nach seiner Neurose. Aber wenn es auch Methode hat, so entbehrt es doch der menschlichen Züge. Da war keine Entschuldigung, Erklärung oder Bitte, einen Gedanken vielleicht noch zu Ende schreiben zu dürfen, da war keine Begrüßung, keine Einleitung und Beziehungsaufnahme etwa in der Art, was er mache, wie weit er im Studium sei, was ihn an der Psychoanalyse interessiere. Und da war die selbstverständliche Annahme, dass sein Verhalten von einer Neurose bestimmt sei und diese daher von zentralem Interesse sei.

Hier begegnete Frankl erstmals dem Reduktionismus, einem Thema, das er ein Leben lang bekämpfen sollte. Wenn Psychotherapie die Ebene der menschlichen Begegnung aus methodischen Gründen verlassen muss, und wenn im Zentrum des Interesses die Pathologie steht und nicht mehr die Person und wenn diese Pathologie als alles bestimmend angesehen wird, dann wollte er nicht Psychotherapeut sein. Durch diese persönliche Erfahrung von Reduktionismus und Pathologismus fiel es ihm wie „Schuppen von den Augen“ (Frankl), und er wusste, dass Psychoanalyse für ihn nicht die Methode sei.

Er wandte sich der Individualpsychologie Alfred Adlers zu und absolvierte dort seine Ausbildung und Examen. Doch auch dort sollte ihn schon bald dasselbe Schicksal ereilen. Anlässlich eines Vortrags beim 3. Internationalen Kongress der Individualpsychologie vertrat Frankl die Ansicht, dass das neurotische Arrangement und der sekundäre Krankheitsgewinn nicht die einzige Motivationskraft des neurotischen Menschen sein können, sondern dass er auch als Person zu sehen sei, die ihr Dasein zu verstehen trachtet und auch nach einem Sinn im Leben sucht. Diese Ansicht und die nachfolgenden Diskussionen im Verein führten dazu, dass Frankls Lehrer Rudolf Allers und Oswald Schwarz aus dem Verein für Individualpsychologie austraten. Frankl selbst sah keine Notwendigkeit dazu, wurde dann aber 1927 von Adler ausgeschlossen.

Schon als Kind – wie so oft bei Schöpfern solcher Lebenswerke – hatte Frankl die Sinnfrage beschäftigt. Als

Student und dann als Arzt hatte er immer eine große Sensibilität für dieses Thema, die nicht nur bei seinen eigenen Entscheidungen von Bedeutung war, sondern auch zu sozialem Engagement führte. So organisierte er z. B. kostenlose Jugendberatungsstellen, um die Schülerelbstmorde zum Schuljahrende zu verhindern – was ihm auch tatsächlich gleich im ersten Jahr gelang. Im Klinikbetrieb vermisste er schmerzlich die seelische Betreuung der Patienten. Er sah es als menschliche Pflicht eines jeden Arztes an, „Ärztliche Seelsorge“ (Buchtitel seit 1946) zu betreiben. Damit war er ein Vorläufer der medizinischen Psychologie und der Psychotherapie im Krankenhaus. Frankl ging es vor allem um Lebenshilfe gegen den Nihilismus, weil dieser in der Folge zu Sinnlosigkeit und Verzweiflung führt. Das brachte ihn dem christlichen Denken und der Religion mitunter sehr nahe.

Frankls Anthropologie zeichnet den Menschen als durchdrungen von einem Streben nach Sinn, worin er seine wesensgemäße Erfüllung findet. Befähigt dazu wird der Mensch durch die beiden geistigen Grundfähigkeiten der Selbst-Distanzierung (zu sich und zu seinen hemmenden Gefühlen auf Distanz gehen und dadurch mit sich umgehen können) und der Selbst-Transzendenz (sich auf andere und anderes einlassen können). Als Person bleibt uns der Mensch aber letztlich Geheimnis. Dieser tiefe Respekt vor der Würde der Person, ihrem Gewissen und ihrem Sinn, den sie lebt und verantwortet, prägt die Existenzanalyse und Logotherapie.

Mit derselben Prägnanz, wie er über Freiheit, Verantwortung, Sinn der Existenz schreibt, beschreibt er das Scheiternkönnen, die Tragik von Leid, Schuld und Tod im Leben eines jeden Menschen. Dennoch hat er innegehalten vor dem Letzten, versuchte er das Geheimnis des Menschen nicht durch Kategorisierungen und Reduktion auf psychische Mechanismen allein zu erklären und damit zu zerstückeln. Hier empfand er Demut, stand als tiefgläubiger Mensch gleichsam vor dem Geheimnis seines Gottes.

Das Besondere in diesem Lebenswerk ist die Einheit von Gedachtem und Erlebtem. Die Logotherapie ist keine Schreibtischtheorie (und daher auch manchmal zu wenig methodisch und wissenschaftlich). Aber Frankl hat seinen Entwurf selbst „durchgearbeitet“

und auf das, was sie zu geben vermag, existentiell überprüft. Seine Gedanken „verkörpern“ gleichsam Existenz. Solche Botschaft erreicht selbst den einfachen Menschen und überzeugt durch Vorbildwirkung und Echtheit. Carl Rogers bezeichnete Frankls Gedanken einmal als „outstanding contributions to psychological thought in the last fifty years“. Frankl sah die Logotherapie nie als „Ersatz der herkömmlichen Psychotherapie“ an, sondern als ihre theoretische und praktische Verlängerung in den spezifisch geistigen Bereich hinein.

Diese Geisteshaltung veranlasste ihn auch immer wieder, in öffentlichen Vorträgen an die Verantwortung der Menschen zu appellieren und sie bewusst zu machen. Den Menschen an seine Verantwortlichkeit heranzuführen sah er als wichtigstes Ziel der Logotherapie an. Und als KZ-Überlebender hatten manche Sätze, die auch rhetorisch brillant formuliert waren, besondere Wirkung bei den Zuhörern, etwa wenn er sagte: „Seit Auschwitz wissen wir, wessen der Mensch fähig ist. Und seit Hiroshima wissen wir, was auf dem Spiele steht.“

Die Person

Auch ein nur kurzes Beisammensein mit Frankl ließ das Charakteristische seiner Person schnell deutlich werden: seinen scharfsinnigen, wachen und interessierten Geist, den er persönlich am liebsten in Form seines Humors lebte. Nichts liebte er mehr als die geistreiche Anekdote oder den Witz, der die Tiefe menschlicher Züge in ein paar Strichen zur Darstellung brachte. Einfach in seiner Lebensführung sowie klar im Denken war ihm die unsaubere Verwendung von Begriffen oder schlampiges Denken stets ein Ärgernis.

Im Grunde scheute dieser geistvolle und brillante Redner und Erzähler die Öffentlichkeit. Sein Wunsch, in aller Stille begraben zu werden, entsprach seinem Wesen, das etwas Unnahbares hatte und persönliche Begegnungen oder Kritik zu meiden versuchte. Manchmal litt er unter dieser nicht ganz freiwilligen Isolation, die ihm andererseits den Rahmen für sein großes Arbeitsprogramm schuf. Seinem Wesen war die Teamarbeit versagt. So tat er sich auch mit der Weiterentwicklung seiner Lehre im Rahmen der GLE (Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, Wien) schwer und distan-

zierte sich von ihr, ohne auf inhaltlicher oder auf persönlicher Ebene darüber diskutieren zu wollen.

Nur das Gute soll zählen

Trotz allem Leid und Unrecht, das ihm widerfahren ist, wehrte sich Frankl nach dem Krieg gegen die Kollektivschuld-hypothese, einer nicht fassbaren Allgemeinbeziehung, die nur zur Provokation neuen Unrechts führen könne. Schuldig könne nur die einzelne Person vor ihrem Gewissen werden. Was aber im menschlichen Leben zähle, das sei niemals das Schuldige, das Kritische, das Versagen. So mahnte er in der Rede vor dem Wiener Rathaus von 1988 anlässlich des 50-Jahr-Gedenkens an den Anschluss Österreichs, dass jede Nation „Holocaust-fähig“ sei und dass es daher gälte, sich dieser Gefahr bewusst zu bleiben. Aber umso mehr rief er zur Versöhnung auf „über alle Gräben und über alle Gräber hinweg“. Die Größe, die Viktor Frankl hier bewies und die zum Leitbild der österreichischen Vergangenheitsbewältigung werden konnte, gründete in seiner tiefsten Überzeugung: Nur das Gute zählt wirklich im Leben eines Menschen. Für diese Botschaft „trotz allem“ steht Viktor Frankl als Arzt, Psychotherapeut und Zeitzeuge des letzten Jahrhunderts.

Literatur

- Frankl VE (1987) Ärztliche Seelsorge: Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, 4. Aufl. Fischer-Taschenbuch-Verlag, Frankfurt am Main
- Frankl VE (1990) Der leidende Mensch: anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Durchgesehene Neuauflage. Piper, München
- Frankl VE (1985) Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, eine Auswahl aus dem Gesamtwerk. Piper, München
- Frankl VE (1986) Die Psychotherapie in der Praxis. Piper, München
- Frankl VE (1992) Die Sinnfrage in der Psychotherapie. Piper, München
- Frankl VE (1994) Logotherapie und Existenzanalyse: Texte aus sechs Jahrzehnten. Quintessenz, Berlin
- Frankl VE (1985) Psychotherapy and existentialism: selected papers on logotherapy. Washington Square Press, New York
- Frankl VE (1995) Was nicht in meinen Büchern steht: Lebenserinnerungen. Quintessenz, München
- Längle A (1998) Viktor Frankl: ein Porträt. Piper, München

Alfried Längle und Lilo Tutsch

Existenzanalyse

Existenzanalyse ist die Bezeichnung der psychotherapeutischen Richtung, die von V. Frankl zwischen 1926 und 1933 begründet und in der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (Wien) vor allem durch A. Längle weiterentwickelt wurde. Mit Existenzanalyse bezeichnete Frankl seinerzeit die Anthropologie und nannte die psychotherapeutische Behandlungsmethode (Praxis) „Logotherapie“ (s. u.). Die heutige Verwendung des Begriffs Existenzanalyse umfasst Theorie und Praxis gleichermaßen (Logotherapie gilt als Spezialgebiet der Existenzanalyse für die Sinnthematik).

Bis 1941 hieß auch die heutige Daseinsanalyse „Existenzanalyse“, R. D. Laing und Sartre verwendeten den Begriff.

Die Gründung der Existenzanalyse geht auf die gegen den Psychologismus gerichtete Strömung der Psychotherapie zurück, die von E. Husserl ausging und v. a. von K. Jaspers, L. Binswanger, M. Boss und R. May vertreten wurde. Als Grundlage der Existenzanalyse diente vor allem die philosophische Anthropologie und die Wertelehre M. Schelers. In Abgrenzung zur Psychoanalyse Freuds (und der Individualpsychologie Adlers) stellte Frankl neben die auf die Binnendynamik psychisch-triebhafter Kräfte gerichtete „Psycho“-Analyse eine auf die Welt der Werte gerichtete „Existenz“-Analyse und präziserte ihr therapeutisches Ziel im Begriff „Logotherapie“ (griech. „logos“, Sinn).

Seit der „personalen Wende“ (1988–1990) geht es in der Existenzanalyse neben der Reflexion der Sinnfindung vermehrt um die Themenbereiche der psychischen und personalen Prozesse (Wahrnehmung, Verarbeitung, Haltung [Personale Existenzanalyse], Auseinandersetzung mit den Bedingungen der Welt und der Leiblichkeit), der Beziehung (Selbstbezug, Emotionalität, Begegnung, Dialog, Person), der Motivationsforschung (Grundmotivationen), der Biographie, Entwicklungspsychologie und Psychopathologie.

Der theoretische Hintergrund der Existenzanalyse ist die Existenzphilosophie und Phänomenologie. Haupttheoreme sind daher Erleben, Freiheit (Wille, Wahl, Entscheidung, Einstel-

lung), Subjektivität (Person, Existenz), Begegnung (Situation), Verantwortlichkeit (Engagement), Selbstwertung (Akt, Bewährung, Scheitern, Tod), Weltgestaltung, Sinn.

Existenzanalyse kann definiert werden als eine phänomenologische, an der Person ansetzende Psychotherapie mit dem Ziel, der Person zu einem (geistig und emotional) freien Erleben, zu authentischen Stellungnahmen und eigenverantwortlichem Umgang mit sich selbst und ihrer Welt zu verhelfen. In einfachen Worten: die existenzanalytische Psychotherapie hat zum Ziel, den Menschen zu befähigen, mit innerer Zustimmung zum eigenen Handeln und Dasein leben zu können.

Indiziert ist die Existenzanalyse bei allen Formen psychisch, psychosozial oder psychosomatisch bedingter Verhaltensstörungen und Leidenszustände.

Methodik. Die Existenzanalyse arbeitet in erster Linie mit dem Gespräch, wobei eine methodische Offenheit für adjuvante Mittel besteht (Traumarbeit, Imagination, Körperarbeit, kreative Mittel u. a.). Das Gespräch wird dialogisch-begegnend geführt und ist entsprechend den Phasen der Personalen Existenzanalyse kognitiv, empathisch, konfrontativ-konstruktiv und schützend-ermutigend in seinem Stil. Ziel und zentrales Wirkelement der Existenzanalyse ist die Herstellung einer inneren und äußeren dialogischen Offenheit, in der die Person ihre Grundfähigkeiten (gemäß der Personalen Existenzanalyse) zum Einsatz bringen kann und die Grundbedingungen personaler Existenz erfüllt sind (Grundmotivationen). Die bekannteste Technik der Existenzanalyse ist die Paradoxe Intention. Während Frankl den Sokratischen Dialog als Hauptmethode einsetzte, sind es heute spezifische Methoden, nach denen Existenzanalyse zum Einsatz gelangt: Personale Existenzanalyse, Arbeit mit den Grundmotivationen, biographische Methode (Person), Personale Positionsfindung und zahlreiche diagnosespezifische Interventionsformen.

Die Evaluation existenzanalytischer Arbeit erfolgt mittels der Existenz-Skala und Einzelfallstudien, die Evaluation der Techniken auch über (kontrollierte) Gruppenstudien.

Die Zuordnung der Existenzanalyse geschieht meistens (im Ausschlussverfahren) zur humanistischen Psychologie. Doch ist deren Haupttheorem

(Selbstaktualisierung) kein Fokus der Existenzanalyse, sodass sie im Grunde einer eigenen Kategorie „existentieller Psychotherapierichtungen“ zuzuordnen ist, die dem therapeutischen Grundprinzip der Wiederherstellung der dialogischen Austauschfähigkeit mit der Welt folgen.

Literatur

- Frankl VE (1994) Zur geistigen Problematik der Psychotherapie. In: Frankl VE, Logotherapie und Existenzanalyse: Texte aus sechs Jahrzehnten. Quintessenz, Berlin, S 15–30
- Frankl VE (1994) Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie. In: Frankl VE, Logotherapie und Existenzanalyse, Quintessenz, Berlin, S 57–184
- Frankl VE (1990) Der leidende Mensch: anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Piper, München
- Frankl VE (1995) Was nicht in meinen Büchern steht: Lebenserinnerungen. Quintessenz, Berlin
- Längle A (Hrsg) (1988) Entscheidung zum Sein. Piper, München
- Längle A (1994) Existenzanalyse und Logotherapie. In: Stumm G, Wirth B (Hrsg) Psychotherapie: Schulen und Methoden; eine Orientierungshilfe für Theorie und Praxis, 2. Aufl. Falter, Wien, S 185–192
- Längle A (1995) Logotherapie und Existenzanalyse – eine Standortbestimmung. Existenzanalyse 12(1): 5–15
- Längle A (1999) Existenzanalyse – Die Zustimmung zum Leben finden. Fundamenta Psychiatrica 12: 139–146
- Scheler M (1980) Der Formalismus in der Ethik und die materiale Wertethik: neuer Versuch der Grundlegung eines ethischen Personalismus, 6. Aufl. Franke, Bern

Beda Wicki

Logotherapie

Logotherapie ist der erstmals 1926 von V. E. Frankl verwendete Begriff zur Bezeichnung der von ihm begründeten Beratungs- und Therapiemethode. Die Grundlage der Logotherapie bildet die Existenzanalyse und ihre Anthropologie, die die noetische Dimension mit dem Willen zum Sinn als primärer Motivationskraft des Menschen betont. In der Logotherapie geht es um die „Selbstbestimmung des Menschen aufgrund seiner Verantwortlichkeit und vor dem Hintergrund der Sinn- und Wertewelt“ (Frankl 1990, S. 230).

Indikationsbereiche. a) Noogene Neurosen; neurotische Erscheinungen, die durch ein geistiges Problem (Sinndefizite, Gewissenskonflikte) verursacht sind. b) Ärztliche Seelsorge als Begleitung von Menschen, die sich in Grenzsituationen befinden (unheilbare Krankheiten, Verlusterlebnisse). c) Kollektive Neurosen; dies sind weit verbreitete „Quasi-Neurosen, Neurosen im übertragenen Sinne“ (Frankl 1972, S. 688), die eine „psychohygienische Gefährdung des Menschen“ darstellen und die sich zurückführen lassen „auf Flucht vor der Verantwortung und Scheu vor der Freiheit“ (Frankl 1972, S. 689). d) Bei psychogenen Neurosen ist die Logotherapie unspezifische Therapie; sie begreift diese ganzheitlich als ein Modus des Existierens, „eine Weise des Daseins, menschlichen Stellungnehmens und geistiger Entscheidungen“ (Frankl 1971, S. 175). Vor allem bei Angst- und Zwangsneurosen und Depressionen hat die Logotherapie durch den Sinnhorizont eine neue Perspektive beizutragen.

Im praktischen Einsatz der Logotherapie wurde im Laufe der Zeit deutlich, dass die Logotherapie als sinnzentriertes Vorgehen gemäß dem ursprünglichen Ansatz in ihrer Wirksamkeit begrenzt ist und eine Aufarbeitung der Problematik oft notwendig ist. Auf der Basis der existenzanalytischen Anthropologie wurde deshalb die existenzanalytische Psychotherapie (Existenzanalyse) als „spezifisch existentielle Behandlungsweise“ (Längle) für den gesamten Bereich psychischer Störungen und geistiger Probleme entwickelt. Im Rahmen dieser neueren Entwicklung bezeichnet Logotherapie eine auf der Sinnausgerichtetheit des Menschen aufbauende Form der Beratung und Begleitung, die auch in andere Bereiche (Pädagogik, Erwachsenenbildung, Seelsorge, Sozialarbeit) Eingang gefunden hat; zudem bilden logotherapeutische Aspekte immer wieder Elemente existenzanalytischer Therapie.

Logotherapeutische Methoden: De-reflexion, Paradoxe Intention, Einstel-

lungsänderung, Sinnerfassungsmethode, Willenstärkungsmethode, Personale Positionsfindung.

Literatur

- Frankl VE (1987) Ärztliche Seelsorge: Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, 4. Aufl. Fischer-Taschenbuch-Verlag, Frankfurt am Main
- Frankl VE (1990) Der leidende Mensch: anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Durchgesehene Neuauflage. Piper, München
- Frankl VE (1972) Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie. In: Bally G u a, Grundzüge der Neurosenlehre, Bd 2. Urban und Schwarzenberg, München, S ■■■■
- Längle A (1994) Sinnvoll leben, 4. Aufl. Niederösterreichisches Pressehaus, St. Pölten
- Lukas E (1990) Geist und Sinn: Logotherapie – die dritte Wiener Schule der Psychotherapie. Psychologie-Verlags-Union, München