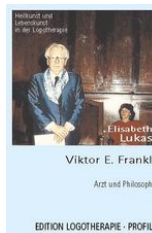


I

Eine Information über Viktor E. Frankls Leben und sein Werk



Definition des Verfahrens

Im Zusammenhang mit Logotherapie bedeutet das griechische Wort „Logos“ einfach Sinn; die Logotherapie ist eine sinnzentrierte Psychotherapie. Sie wurde von dem Wiener Neurologen und Psychiater *Viktor E. Frankl* (1905 – 1997) begründet und von seinen Schülern und Schülerinnen vielfältig weiterentwickelt.

Die der Logotherapie zu Grunde liegende Motivationstheorie geht von der Annahme aus, daß der Mensch ein Wesen auf der Suche nach Sinn ist. Wird sein ihm eingeborener „Wille zum Sinn“ frustriert, manifestiert sich das daraus resultierende Sinnlosigkeitsgefühl in seelischen Störungen wie Depressionen, Aggressionen oder Süchten. Selbstverständlich kann und will die Logotherapie Sinn nicht „verordnen“, sondern geht der Frage nach, wie es gelingen kann, Sinn (auch in schwierigen Lebenslagen) zu finden. Wobei sich dank weltweiten logotherapeutischen Forschungen immer wieder gezeigt hat, daß es – entgegen dem Sinnlosigkeitsgefühl – keine noch so dramatische Situation gibt, die letzten Endes nicht *doch* eine Sinnmöglichkeit böte.

Die Logotherapie nimmt sich aber nicht nur des „Leidens am scheinbar sinnlosen Leben“ an, sondern hält für die verschiedenen seelischen Störungen heilsame Methoden bereit. Zum Beispiel die angstlindernde Methode der „Paradoxen Intention“, deren therapeutische Effizienz in experimentellen Kontrolluntersuchungen zweifelsfrei nachgewiesen worden ist, oder die „Dereflexion“, einem schier unerläßlichen Instrumentarium zum Abbau psychosomatische Störungen und emotionaler Überreaktionen.

Geschichtliche Aspekte

Ursprünglich ist die Logotherapie in Opposition zur Zeitströmung des Psychologismus und Reduktionismus Anfang des 20. Jahrhunderts entstanden. Dem damaligen Trend zufolge wurden humangeistige Inhalte wie Freundschaft, Opfer und Hilfsbereitschaft, Wissensdurst, Hoffnung, Glaube und Liebe triebdynamisch hinterfragt und als pathologische Ersatzsymptome, Sublimierungen überschüssiger Libido etc. interpretiert. Diese Deutungsversuche arteten in einer permanenten Entlarvungstendenz aus, die letztlich keinerlei Werte mehr zuließ, weil jedes Ideal als Ausdruck eines krankhaften Aktvollzugs verstanden wurde. Zum Beispiel wurde Johann Wolfgang von Goethe als hochgradiger Sexualneurotiker eingestuft, der angeblich verborgene Ängste vor vorzeitigem Samenerguß mit Hilfe seiner Dichtungen habe kompensieren wollen. Seine schöpferischen Kreationen wurden in langen Abhandlungen als Ergebnis ins Unbewußte verdrängter Komplexe gedeutet. Ähnlich wurde Jesus Christus als halluzinierender Schizophrener abgestempelt, u. a. mehr. Dagegen wehrte sich der junge *Frankl* vehement und wies darauf hin, daß es menschliche Phänomene gibt, die psychologisch nicht aufschlüsselbar sind, weil sie eben echt sind. Insbesondere die Sinnfrage und künstlerische oder philosophisch-weltanschauliche Entwürfe entziehen sich psychologischen Denkmustern. Es wurde zum Anliegen seiner Lehre, den Psychologismus in der Psychotherapie zu überwinden und die herkömmliche Psychotherapie um die Dimension des Geistigen zu ergänzen und zu erweitern.

Gab es Vorläufer?

Gegen Ende des 19. Jahrhunderts war das Selbstverständnis des abendländischen Menschen eher das eines unfreien Wesens. Biologische, psychologische und soziologische Kausalitäten waren transpa-

rener geworden als in früheren Zeiten, wodurch die Bedingtheiten des Lebens mit ihren unsteuerbaren Abhängigkeiten und Zufallsvarianten ins wissenschaftliche Blickfeld gerückt waren. Die uralte Frage: „Was ist der Mensch?“ hatte neue Extremantworten heraufbeschworen: „... ein durch Genmutationen und Selektionsprozesse entstandenes Evolutionsprodukt“, „... ein von den Eltern und Umwelteinflüssen geprägtes Sozialprodukt“, kurzum, eine fremdprogrammierte Maschine. Die Ausgeliefertheit und Ohnmacht des Individuums im Gesamtgeschehen stand im Zentrum des damaligen naturalistischen Weltbildes.

Als Gegenreaktion darauf entwickelte sich die Existenzphilosophie. Um nur zwei berühmte Namen herauszugreifen: *Karl Jaspers* rief zur Rückbesinnung auf die Tatsache auf, daß „Menschsein Verantwortlichsein bedeutet im Angesicht des Freiseins gegenüber den Gegebenheiten naturhafter Bindung“. *Martin Heidegger* trat für die ethische Bewertbarkeit menschlichen Handelns ein, die ja nur dort erwogen werden kann, wo Handlungsfreiräume vorliegen.

Analoges spielte sich im Fachbereich der Psychologie ab. Auch hier führten bedeutsame moderne Erkenntnisse zunächst zu einseitigen Auslegungen. Die plötzlich begriffene Wichtigkeit der Kleinkindphase schien vernachlässigte Menschen an lebenslängliche defizitäre Ketten zu fesseln. Die geheimnisvolle Automatik des Unbewußten schien über jeden freien Willensvorgang zu dominieren. Der Mensch wurde zum Opfer seiner ihn determinierenden Umstände erklärt.

Darauf war ebenfalls eine Gegenreaktion fällig, und sie verdichtete sich in der Logotherapie. Mit *Frankl* wurde der trotz aller seelischen Bande offene Gestaltungsspielraum des menschlichen Geistes wieder betont, der eine persönliche Weltenmitformung in Eigenverantwortlichkeit ermöglicht. So, wie die Existenzphilosophie dem materialistischen Realismus ihrer Zeit das existentielle Sein des Menschen entgegenhielt, so stellte die Logotherapie dem Begriff des „triebhaft Unbewußten“ in der Psychologie das „geistig Unbewußte“ als Quelle menschlicher Selbstbestimmung gegenüber.

Als Vorläufer der Logotherapie kann daher gewissermaßen die Existenzphilosophie genannt werden, nicht aber die parallel dazu emporgeschossene junge Disziplin der Psychologie.

Die ersten Anfänge

Das Interesse *Frankls* an der Psychotherapie erwachte bereits in seiner Gymnasialzeit, in der er eine rege Korrespondenz mit *Sigmund Freud* anfang. Fasziniert vom Gehörten und Gelesenen meldete sich alsbald seine wissenschaftliche Schöpfungskraft zu Wort. Im Rahmen einer „Philosophischen Arbeitsgemeinschaft“ an der Wiener Volkshochschule, die von *Edgar Zilsel* geleitet wurde, hielt *Frankl* mit 16 Jahren seinen ersten Vortrag über den Sinn des Lebens. Darin keimten zwei Thesen auf, die Jahrzehnte später zu festen Bestandteilen seiner Logotherapie heranreifen sollten, nämlich die These vom „Antwort-geben-müssen auf Lebensfragen“ und die These vom „Übersinn“.

Die erste These besagt, daß genaugenommen nicht der Mensch nach dem Sinn von Lebensvorkommnissen zu fragen hat, sondern sich umgekehrt als ein vom Leben her Befragter verstehen möge, als jemand, der statt zu fragen *zu antworten* hat, und zwar dem Leben selbst, das symbolisch als „Fragesteller“ aufzufassen ist. Auf die Fragen des Lebens antworten kann der Mensch jedoch nur durch verantwortliches Handeln, weshalb alles Geschehen, das er bewußt und willentlich in die Welt setzt, in irgendeiner Form schon eine Antwort auf die „Fragwürdigkeiten“ seines Lebens ist.

Die zweite These aus dem Vortrag des 16jährigen *Frankl* bezog sich auf das Walten eines „Übersinns“, der nichts mit Übersinnlichem zu tun hat, sondern als jener „letzte Sinn“ zu verstehen ist, der „im Anfang war“ und über menschliches Fassungsvermögen unendlich hinausreicht.

Als *Frankl* das Gymnasium mit der Maturaarbeit „Zur Psychologie