

Nicht Opfer, sondern Mitgestalter

Krankenhausseelsorger Frank Wecker über Logotherapie und ihre Rolle bei der Sinnsuche

SALZKOTTEN. Die Frage nach dem Sinn des Lebens – Allein die Bücher zu diesem Thema dürften unendlich viele Regalmeter füllen. Dabei geht es nicht nur um die Frage, worin dieser Sinn besteht, sondern auch darum, ob es ihn über die bloße Existenz hinaus überhaupt gibt. Der österreichische Neurologe und Psychologe Viktor Frankl hat die Frage mit einem klaren „Ja“ beantwortet und das eigentliche Menschsein in der Suche nach dem Sinn definiert. Aus diesem Ansatz entwickelte er die Logotherapie, die den Menschen nicht als Opfer, sondern Mitgestalter seines Lebens sieht. Pastor Frank Wecker, Krankenhausseelsorger in Salzkotten, hat eine Ausbildung zum Logotherapeuten absolviert. Der Dom sprach mit ihm darüber, was das Besondere dieses Therapie-Ansatzes ausmacht, was er in der Krankenhausseelsorge leisten kann und über die Frage, ob die Logotherapie mit dem christlichen Glauben kollidiert.

Logotherapie – Ich muss zugeben, dass ich mit dem Begriff zuerst eigentlich gar nichts anfangen konnte!

Man muss das Wort Logos richtig übersetzen: Er bedeutet in diesem Zusammenhang Sinn, was letztlich heißt, dass es sich bei der Logotherapie um eine sinnzentrierte Form der Psychotherapie handelt.

Was ist das Spezifische an Viktor Frankls Ansatz?

Frankl gehört zur dritten Wiener Schule der Psychotherapie nach Freud und Adler. Frankl stand in enger Verbindung zu Adler und seiner Individualpsychologie. 1926 hatte er bei einem Kongress von Individualpsychologen zum ersten Mal den Begriff Logotherapie verwendet. Ein Jahr später kam es

zum Bruch mit Adler. Während Freud sagt, der Mensch ist nur Körper und Psyche, definiert Frankl den Menschen in einer dritten Dimension als eine „geistige Person“. Für Frankl macht diese dritte Ebene eigentlich erst das genuine Menschsein aus. In dieser Dimension ist auch die Freiheit angesiedelt, die es mir ermöglicht, alles das, was in meinem Leben geschieht, mitzugestalten und nicht nur quasi als Opfer hinzunehmen. Im Gegensatz zu Sigmund Freud, der den Menschen letztlich allein als triebgesteuert sieht.

Diese dritte, die geistige Dimension ist das, was für Sie an Frankls Lehre entscheidend ist? Das ist der Punkt: Hier gibt es eine Verbindung zwischen dem christlichen Menschenbild mit

seiner Idee der Freiheit und der Theorie Frankls, die sich vom Ansatz der Vorbestimmtheit und Zwangsläufigkeit löst. Nach Freud kann jemand, der keine Liebe empfangen hat, auch keine Liebe geben. Aber wir alle kennen Gegenbeispiele von Menschen, die trotz beispielsweise einer Kindheit ohne Liebe aus ihrer geistigen Persönlichkeit heraus ihr Leben positiv gestaltet haben mit Familie und Beruf. Sie haben trotz der negativen Ausgangsbasis ihr Leben in eigener Verantwortung positiv gestaltet – und sind so über sich hinausgegangen. Ein befreiender Ansatz für den Menschen!

Sie sind als katholischer Krankenhausseelsorger häufig mit Menschen in Kontakt, die in existenziellen Nöten sind. Wo gibt es in diesem Zusammenhang Anknüpfungspunkte zu Frankls Lehre?

Frankl hat sich viel mit dem Thema Leid und Leidbewältigung befasst – schon vor dem Hintergrund seines eigenen Lebens in mehreren Konzentrationslagern. Aber natürlich auch als Arzt und Psychiater. An dieser Stelle ein kleiner Einschub: Für Frankl gibt es drei Hauptkategorien, in denen der Mensch Sinn verwirklichen kann: Das sind die schöpferischen Werte, wo man etwas gestalten kann. Es gibt die Erlebniswerte, wo man etwas erlebt, wodurch man geprägt wird, etwa in der Natur oder in der Liebe zu einem anderen Menschen. Die dritte Kategorie ist der Einstellungswert: Wenn ich nicht mehr kreativ sein kann oder beispielsweise durch eine schwere Krankheit daran gehindert werde, etwas zu erleben – also wenn ich ein Leid ertrage, das unabänderlich ist –, habe ich die Möglichkeit, mich dazu einzustellen. Für Frankl steht fest, dass der geistige Kern des Menschen nicht krank werden kann.

Was bedeutet das für einen schwer kranken Menschen?

Er kann zur Einsicht gelangen, dass eine schwere Erkrankung ihn in seinem Wesenskern nicht ändert, dass er mehr ist als diese Krankheit. Vor Kurzem hatte ich in dieser Hinsicht ein beeindruckendes Erlebnis: Eine schwer an Krebs erkrankte Frau erzählte mir, dass sie angefangen habe, ihren Tumoren Namen zu geben. Sie tue dies, damit sie mit ihnen reden könne. „Dann beherrschen die mich nicht mehr so“, hat sie wörtlich zu mir gesagt.

Das muss einem Kranken aber erst einmal gelingen!

So etwas ist eine beeindruckende Leistung, in der zum Ausdruck kommt, dass sie sich von ihrer Krankheit distanziert und sich nicht mehr auf ihr Leiden reduziert. Man kann tatsächlich selbst zu so einer schweren Krankheit eine Distanz finden,

ZUR PERSON



Frank Wecker ist katholischer Krankenhausseelsorger in Salzkotten und Diözesanbeauftragter für die Krankenhausseelsorge.

Er bietet in Zusammenarbeit mit den Franziskanerinnen in Salzkotten regelmäßig Seminare zur Logotherapie an. Die nächsten Einführungen in die Logotherapie als Online-Seminare an folgenden Terminen statt: 13. September, 11. Oktober, 8. November und 13. Dezember, jeweils von 19.30 bis 21.00 Uhr. Anmeldungen zu den Kursen sind bis zum 5. September möglich bei Sr. Alexandra: alexandra@fcjm.de
Weitere Informationen: logotherapie-wecker.de

Die erste Adresse für Ihre digitale Kirchenorgel



Ob Sie eine hochwertige Kirchenorgel, eine Hausorgel oder eine Friedhofsorgel suchen - in unserer großen Ausstellung finden Sie Ihr Wunschinstrument. Wir beraten Sie gerne.

-G. Kisselbach
Deutschlands großes Kirchenorgelhaus

Stammhaus Kassel:

Lindentallee 9-11 • 34225 Baunatal • Telefon 0561 94885-0

Filiale West:

Aachener Straße 524 - 528 • 50933 Köln • Telefon 0221 29077991

Filiale Süd:

Aindlinger Straße 9 1/2 • 86167 Augsburg • Telefon 0821 7472161

Filiale Nord:

Steinschanze 6 • 20457 Hamburg • Telefon 040 69914988

info@kisselbach.de • www.kisselbach.de

Fordern Sie unseren Katalog an!



Offene Gespräche sind die Grundlage für eine erfolgreiche Therapie.

Foto: Picture Alliance

zu so einem Leid, einem schweren Schicksal. Es geht um die Frage, wie man dieses Leid erträgt: Ob man in Trauer versinkt oder noch einen Grund findet, dieses Leid auf mich zu nehmen und damit umzugehen.

Sie haben es bereits angesprochen, Viktor Frankl wurde von den Nazis deportiert, er hat selbst in der NS-Zeit sehr gelitten.

Frankl hatte gerade sein erstes Werk „Ärztliche Seelsorge“ beendet, als er in ein Konzentrationslager deportiert wurde. Insgesamt hat er vier Lager überlebt, sein Manuskript ging allerdings verloren. Es wurde ihm in Auschwitz abgenommen. Nach seiner Befreiung begann er sehr bald damit, es zu rekonstruieren und zu ergänzen. Dass er diese Zeit überstanden hat, hat er als unverdiente Gnade empfunden.

Wo gibt es bei Frankl Theorie vom „Willen zum Sinn“ Parallelen zum christlichen Glauben?

Viktor Frankl war ja gläubiger Jude. Er hatte aber den Anspruch, dass sein Ansatz von der Logotherapie für alle Menschen gut sein müsse – für Gläubige und Nichtgläubige. Vor diesem Hintergrund ist die Logotherapie religionsneutral. Sie bildet aber eine Brücke zu dem, was religiöse Menschen Gott nennen. Frankl hat es einmal so formuliert: Das Leben stellt uns die Fragen, und wir sind die, die antworten. Im Falle einer schweren Erkrankung stellt sich also die Frage, was man damit macht, welche Antwort man findet. Laut Frankl

hat ein religiöser Mensch in diesem Moment den Vorteil, dass er denjenigen kennt, der die Fragen stellt. Das ist das Plus für gläubige Menschen.

Man muss sich Frankls Ansatz also nicht „christlich zurechtbiegen“?

Auf keinen Fall! Über die Brücke, die die Logotherapie schlägt, kann man als katholischer Seelsorger ohne Probleme gehen! Wie alle anderen Menschen auch, sie können es tun oder lassen.

Die Sinnfrage, gerade bei Schicksalsschlägen, stellen sich ja alle Menschen, unabhängig von ihrer Religiosität.

In Gesprächen erlebe ich häufig, dass Menschen – ganz unabhängig von ihrer Weltanschauung – über diese Brücke gehen, wenn ich darauf zu sprechen komme. Sie sagen „trotzdem Ja zum Leben“, sie finden einen Sinn abseits des Leids. Man kann auch in solchen Situationen sein Leben bestimmen und muss sich nicht von einem Tumor die Freiheit nehmen lassen. Letztlich geht es um die Frage, was man in einer solchen Situation noch tun kann oder will: Ist es das passive Hinnehmen oder ein aktives Gestalten im Rahmen der Möglichkeiten, die noch bleiben.

Nun war aber die Freiheit gerade für Menschen im Krankenhaus in den letzten Monaten massiv eingeschränkt. Welche Auswirkungen hatte das?

Die grundsätzliche Freiheit der persönlichen Entscheidung

bleibt aber bestehen, trotz der objektiven Einschränkungen. Sicherlich haben die Beschränkungen vieles erschwert, aber die innere Freiheit jedes Einzelnen ist geblieben. Ich gebe zu, dass das nicht immer so ohne Weiteres zu erkennen ist. Doch auch in dieser Situation bleibt die Möglichkeit, Sinn zu verwirklichen, selbst in der Sterbephase kann man noch so eine Haltung verwirklichen.

Wie sind Sie eigentlich selbst auf die Logotherapie aufmerksam geworden?

Rein zufällig: Als Diözesan-Beauftragter für die Krankenhausseelsorge organisiere ich Fortbildungen. In diesem Zusammenhang kam eine Kollegin aus der Krankenhausseelsorge auf mich zu. Sie hatte an einem Kurs zur Logotherapie teilgenommen schlug vor, etwas Derartiges auf Diözesanebene anzubieten. Ich selbst hatte vorher noch nie etwas davon gehört. Nach den positiven Schilderungen der Kollegin bin ich dann selbst in die Materie eingestiegen. Bei meinen Recherchen bin ich auf einen Dozenten an der Uni Münster gestoßen und habe über zwei Semester seine Seminare besucht. Dieser Dozent hat dann in unserem Erzbistum eine Fortbildung angeboten. Ich selbst habe eine Ausbildung in Logotherapie am Elisabeth-Lukas-Archiv in Bamberg absolviert.

MIT FRANK WECKER SPRACH
ANDREAS WIEDENHAUS