

# 9

---

Johannes Nathschläger

## Motivation als „Wille zum Sinn“ – das psychologisch-philosophische Konzept der Logotherapie Viktor Frankls

---

*Ich halte die Theorie Frankls für das Beste, was je über Motivation gesagt wurde. Nach meiner Auffassung muss man seine Lehre zumindest kennen, wenn man den Anspruch erheben will, von Motivation etwas zu verstehen. Wie weit man sie dann akzeptieren will, ist eine andere Sache, aber in jedem Falle braucht man starke Argumente, um Frankl abzulehnen.*

*(Fredmund Malik<sup>1</sup>)*

Die Motivationstheorie des Wiener Neurologen und Psychiaters Viktor Emil Frankl (1905-1997) lässt sich rund um den Begriff des *Willens zum Sinn* verorten. Dieser kann als Ergebnis einer ganzheitlichen Sichtweise des Menschen verstanden werden, dessen Seinsweise durch seine geistige Dimension gekennzeichnet ist, welche in sich die Möglichkeit der persönlichen Stellungnahme in Freiheit und der daraus folgenden Verantwortung schließt.

Wie bei so vielen großen Denkern der Geschichte, so ist es auch im Falle Viktor Frankls wichtig, sein Denken und geistiges Ringen vor dem Hintergrund des persönlich durchlebten Weges und Schicksals, eingebettet in das Wien des frühen 20. Jahrhunderts, zu betrachten. Die Entwicklung der Frankl'schen Methode – zusammengefasst unter den Überbegriffen der Logotherapie und Existenzanalyse – steht im engen Kontext des persönlich erlebten und durchlebten Schicksals als Überlebender von vier Konzentrationslagern. Gleichwohl erschöpft es sich darin nicht. Denn schon lange vor der Machtübernahme der Nationalsozialisten 1933 zeichnete sich im Denken von Viktor Frankl jenes Bild vom Menschen ab, dem wir in seinem umfangreichen wissenschaftlichen Werk nach 1945 begegnen. Um nun zu verstehen, wie Frankl schrittweise zu seinem Konzept des *Willens zum Sinn* kam, muss man insbesondere seine Auseinandersetzung mit den beiden „Erzvätern der Tiefenpsychologie“, Sigmund Freud und Alfred Adler, im damaligen Wien vor Augen haben. Daneben ist aber auch auf seine Begegnung mit der Wertphilosophie Max Schelers

zu verweisen, die sein Denken ohne Gleichen prägte. Und auch der Glaube – Frankl war eine tiefreligiöse Persönlichkeit – trug zur Ausbildung seiner Standpunkte bei. Vielleicht ist es diese interdisziplinäre Auseinandersetzung und Offenheit, in welcher Frankl zwar niemals seine Stellung innerhalb der Psychologie verließ, sich dabei aber der Nähe seiner Position zu Religion und Philosophie stets bewusst war, die sein Werk noch heute für Fachleute innerhalb und außerhalb der Psychologie interessant und bemerkenswert macht.

### **I. Kampf dem psychologischen Reduktionismus: Frankls Weg von der Psychoanalyse über die Individualpsychologie zur Logotherapie**

Viktor Frankl entstammte einer jüdischen Familie in Wien. Dort hatte er im Alter von 13 Jahren ein erstes Schlüsselerlebnis, als sein damaliger Biologielehrer in einem Satz den damals weit verbreiteten Nihilismus auf den Punkt brachte: „Letzten Endes ist das Leben nichts anderes als ein Verbrennungsprozess, ein Oxidationsvorgang.“ Daraufhin erhob sich der Schüler Frankl und entgegnete ihm: „Ja, was hat denn das ganze Leben dann für einen Sinn?“<sup>5</sup> In den nun folgenden Jugendjahren kämpfte Frankl gegen den allgegenwärtigen Zynismus des Nihilismus. Schon mit 16 Jahren hielt er an der Wiener Volkshochschule einen Vortrag über den Sinn des Lebens. Parallel zu seinem Interesse für die Psychiatrie und die Psychoanalyse Sigmund Freuds ließ ihn die Philosophie nicht mehr los. Bereits zu diesem Zeitpunkt entwickelte Frankl zwei Grundgedanken, die sich später wie ein roter Faden durch sein Lebenswerk ziehen sollten. Erstens:

„Daß wir nach dem Sinn des Lebens eigentlich nicht fragen dürften, da wir selbst es sind, die da befragt werden: Wir sind es, die zu antworten haben auf die Fragen, die uns das Leben stellt. Und diese Lebensfragen können wir nur beantworten, indem wir unser Dasein selbst verantworten.“<sup>4</sup>

Und zweitens:

„... daß der letzte Sinn über unser Fassungsvermögen hinausgeht, hinausgehen muß, mit einem Wort, daß es sich um einen Übersinn handelt, wie ich ihn nannte, *aber nicht etwa im Sinne von etwas Übersinnlichem*. An ihn können wir nur glauben. An ihn müssen wir aber auch glauben. Und wenn auch nur unbewußt, so glaubt doch jeder von uns ohnehin immer schon an ihn.“<sup>5</sup> [Kursivierung im Orig., J.N.]

Bereits als Schüler korrespondierte Frankl mit Sigmund Freud, der die Briefe des interessierten Nachwuchstalents Frankl stets beantwortete.<sup>6</sup> Mit 19 Jahren schickte Frankl einen Artikel an Freud<sup>7</sup>, welchen dieser umgehend zur Veröffentlichung an die *Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse*

weiterleitete. Doch schon kurz darauf geriet Frankl in die Einflussosphäre der zweiten zentralen Figur der Psychologie jener Tage in Wien: In jene Alfred Adlers. 1925 erfolgte die zweite wissenschaftliche Veröffentlichung – dieses Mal in der *Internationalen Zeitschrift für Individualpsychologie*.<sup>8</sup>

Die Auseinandersetzung mit Freud und Adler war für den jungen Frankl insbesondere eine Auseinandersetzung mit den reduktionistischen Konzepten der beiden Psychologen. Eine ausführliche Darstellung der Kritik Frankls an diesen Konzepten würde sicherlich den Rahmen dieses Artikels sprengen. Im Folgenden soll daher lediglich auf das bereits genannte, reduktionistische Moment eingegangen werden, welches Frankl bei Freud und Adler konstatierte. Die historische Bedeutung des Lebenswerkes von Sigmund Freud niemals in Frage stellend, hielt Frankl fest:

„Im besonderen war es Freud darum zu tun, den Sinn neurotischer Symptome zu deuten, was ihn zwang, ins unbewußte Seelenleben vorzustößen und solcherart nicht mehr und nicht weniger als eine ganze Dimension des psychischen Seins zu erschließen. Daß wir später innerhalb des Bereichs des ‚Unbewußten‘ mehr sehen- und kennenlernten als bloße Triebe, als triebhaft Unbewußtes, daß wir, über alle unbewußte Triebhaftigkeit hinaus, so etwas wie ein geistig Unbewußtes, daß wir unbewußte Geistigkeit, ja Gläubigkeit feststellen konnten, gehört auf ein anderes Blatt und schmälert nicht die historische Leistung, die wir in Werk und Lehre von Freud sehen.“<sup>9</sup>

Ein Beispiel dafür, wie dieser Textausschnitt zu verstehen ist, bietet die unterschiedliche Deutung von Freud und Frankl in Bezug auf die mögliche Frage eines Patienten nach dem Sinn des Lebens.

Berühmt und von Frankl in diesem Zusammenhang oft zitiert sind hier die Worte Sigmund Freuds, die er in einem Brief an Marie Bonaparte am 13. August 1937 richtete: „Im Moment, da man nach Sinn und Wert des Lebens fragt, ist man krank, denn beides gibt es ja in objektiver Weise nicht; man hat nur eingestanden, daß man einen Vorrat von unbefriedigender Libido hat, und irgend etwas anderes muß damit vorgefallen sein, eine Art Gärung, die zur Trauer und Depression führt.“<sup>10</sup> Hier wird ein Psychologismus, eine Spielart des Reduktionismus, deutlich erkennbar: Fragen aus der geistigen Ebene (was unter einer solchen zu verstehen ist, darauf wird an späterer Stelle noch ausführlich einzugehen sein) werden rein durch Ereignisse und Gegebenheiten auf der psychischen Ebene beantwortet. Und dort erkennt Freud im Unterbewusstsein nur eine Substanz an: Die Sexuellibido. Sicherlich ist die Darstellung der Freud'schen Position an dieser Stelle stark verkürzt, sie enthält aber das wesentliche Moment einer reduktionistischen Motivationstheorie, die als solche von Adler (wie auch von C.G. Jung) und später von Frankl abgelehnt wird: Alle Energie, alles menschliche Streben entspringt der sexuellen Libido, sorgt für Spannungszustände und sucht sich als Folge dann ein „Ventil“ –

welches oftmals die Ausbildung einer behandlungsbedürftigen Neurose ist. Kurzum: Freud beschrieb den Menschen in erster Linie als triebdeterminiert. Dagegen lehnte sich Frankl auf:

„Der Mensch hat Triebe – aber die Triebe haben nicht ihn. Er macht etwas aus den Trieben – aber die Triebe machen ihn nicht aus. [...] wo es angängig ist, soll und darf der Mensch seine Triebe bejahen; aber ich kann doch nicht etwas bejahen, ohne daß mir zuvor die Freiheit gegeben wäre, es auch zu verneinen. Und diese Freiheit allemal mitzusehen – darauf kommt es an.“<sup>41</sup>

Um seine eigene Position dazu differenziert auf den Punkt zu bringen, stellt Viktor Frankl nun in seinem Hauptwerk *Ärztliche Seelsorge* (1946) den Fall eines Patienten vor. Es handelt sich dabei um einen Universitätsprofessor, der an die Klinik Frankls<sup>42</sup> verwiesen worden war, weil er am Sinn seines Daseins verzweifelte. In der Anamnese konnte ein endogen-depressiver Zustand festgestellt werden, jedoch stellte sich heraus, dass die Grübeleien über den Sinn des Lebens nicht etwa in den depressiven Phasen über den Patienten hereinbrachen. Zu jenen Zeiten sei der Patient „dermaßen hypochondrisch präokkupiert, daß er an so etwas gar nicht hätte denken können.“<sup>43</sup> Es sei nur in den gesunden Intervallen zu den Grübeleien über den Sinn des Lebens gekommen. „Mit anderen Worten, zwischen geistiger Not einerseits und andererseits seelischer Krankheit bestand im konkreten Falle sogar ein Ausschließungsverhältnis.“<sup>44</sup> Frankl wird später noch weit über die hier implizit ausgedrückte Meinung hinausgehen, dass ein Hinterfragen des (Lebens-)Sinnes nicht *per se* krankhaft sei. Er wird vielmehr in diesem Hinterfragen-können die Leistung eines mündigen Menschen erblicken:

„Nach dem Sinn seines Daseins zu fragen, ja diesen Sinn überhaupt in Frage zu stellen ist eher eine menschliche Leistung denn ein neurotisches Leiden; zumindest manifestiert sich darin geistige Mündigkeit: nicht mehr wird ein Sinnangebot kritiklos und fraglos, also unreflektiert übernommen, aus den Händen der Tradition, sondern Sinn will unabhängig und selbständig entdeckt und gefunden werden.“<sup>45</sup>

An dieser Stelle ist es bereits wichtig, auf die dimensionalontologische Konzeption Frankls zu verweisen, aus welcher deutlich werden wird, auf welcher Grundlage er zwischen der psychischen und der geistigen Dimension des Menschen unterscheidet.

Nachdem sich Frankl nun schon relativ früh von Freud distanzierte<sup>46</sup>, geriet er unter den Einfluss Alfred Adlers. Doch auch diese Schülerschaft sollte nur von relativ kurzer, etwa dreijähriger Dauer sein (zu datieren um die Jahre 1924-1927).

Im Gegensatz zu Freud geht Alfred Adler (1870-1937) bereits weit über das Psychologische hinaus. Adler war 32 Jahre alt, als er 1902 Sigmund Freud begegnete und daraufhin fast 10 Jahre mit ihm zusammenarbeitete. Doch im Laufe dieser gemeinsamen Jahre bewegte sich Adler immer mehr von Freuds Tiefenpsychologie weg. Adler sah nicht wie Freud in der Lust das Hauptziel der psychischen Aktivität, sondern in Sicherheit, Vollkommenheit, Geltung und Macht. Adler sah das jedem Menschen angeborene Gemeinschaftsgefühl als das Ursprünglichste und Grundlegendste im Menschenleben an.

Eine zentrale Rolle im Denken Adlers spielte das Minderwertigkeitsgefühl, welches er 1907 in seiner „*Studie über Minderwertigkeit von Organen*“ erstmals systematisch darstellte. Der minderwertige, krankheitsanfällige Körper zwingt den Menschen zu einer Kompensation kraft seines Willens. Adler entdeckte schrittweise die Wichtigkeit des subjektiven Minderwertigkeitsgefühls des Menschen und leitete daraus dann seine eigene Handlungs- und Motivationstheorie ab. Das subjektive Minderwertigkeitsgefühl führt zu einer individuellen Antwort des Betroffenen, die eine Kompensation ermöglichen soll. Diese Antwort kann sich im krankhaften Streben nach Macht ebenso äußern wie im sozialen Rückzug oder eben auch in der Ausbildung einer Neurose. 1908 (*Der Aggressionstrieb im Leben und in der Neurose*) erweiterte Adler seine Theorie um die These, dass auch Aggression ein fundamentales Motivationsprinzip des Menschen sei. Damit griff er indirekt das von Freud postulierte „Primat der Libido“ an – der Anfang vom Ende der Zusammenarbeit dieser beiden „Erzväter der Tiefenpsychologie“. Mit dem Namen dieser 2. Wiener Schule der Psychotherapie – der Individualpsychologie – wollte Adler betonen, „dass ihm das Studium der individuellen Persönlichkeit in ihrer Einmaligkeit und Einzigartigkeit als besonders wichtig erschien.“<sup>47</sup> Der junge Medizinstudent Viktor Frankl war von den Lehren Alfred Adlers tief beeindruckt, nicht zuletzt deshalb, weil er eine Zeit lang in Adlers Positionen jenen Reduktionismus überwunden sah, aufgrund dessen sowohl er als auch Adler selbst sich von Sigmund Freud distanzieren. Doch mit der Zeit entlarvte Frankl auch Adlers Theorie des allgegenwärtigen Minderwertigkeitskomplexes als eine reduktionistische Position. Denn Adler beharrte darauf, dass neurotische Krankheitssymptome für die Patienten stets Mittel zur Erreichung von eigensüchtigen Vorteilen seien – also eine Art Arrangement. Dem konnte Frankl nicht zustimmen. Er wies die Position Adlers zurück und verwies darauf, dass eine neurotische Störung nicht nur ein Arrangement ist, sondern auch Ausdrucksfunktion haben könne – und damit der Entscheidung des Menschen unterliege, ob er dem Arrangement in Freiheit zustimme. Auf einem 1926 in Düsseldorf abgehaltenen Kongress erläuterte der immer noch erst 21-jährige Frankl seine Position in einem Grundsatzreferat. Er beharrte auf der Alternative, dass die Neurose nicht nur ein bloß unbewusstes Mittel zum Zweck sei, sondern dass der Patient eben auch eine Einstellung (zustimmend oder ableh-

nend) zu ihr haben könne. Die Überlegung lief auf die Frage hinaus, ob der Mensch wirklich nur Opfer seines neurotischen Verhaltens sei, oder auch etwas dafür tun könne, sein neurotisches Verhalten zu überwinden. Als Folge dieses Referats wurde Frankl von Adler mehrfach aufgefordert, die Gesellschaft für Individualpsychologie, der er 1924 beigetreten war, freiwillig zu verlassen. Als er diesem Ansinnen nicht nachkam, wurde er schließlich ausgeschlossen.<sup>18</sup>

Frankls eigene Position, die im Folgenden systematisch dargestellt werden soll, entwickelte sich also in der Auseinandersetzung mit diesen beiden Größen der Tiefenpsychologie – Freud auf der einen Seite, Adler auf der anderen.

## II. Frankls Durchbruch zur geistigen Dimension:

### **Der Wille zum Sinn als Motivationstheorie**

Als zentraler Begriff für Frankls Motivationstheorie kann also der Terminus des „*Willens zum Sinn*“ gelten. Er kreierte ihn in der bewussten Abgrenzung zu Freuds „*Willen zur Lust*“ und Adlers „*Willen zur Macht*“. Damit will Frankl betonen, dass der Mensch zuallererst nicht nach der Befriedigung von Trieben und Gelüsten aller Art strebt (um zu einem Spannungsgleichgewicht – Homöostase – zu gelangen) und auch nicht primär danach, durch ein erfülltes Machtbedürfnis seinen Minderwertigkeitskomplex zu überwinden, sondern dass es der Sinn ist, nach dem sich der Mensch sehnt und der ihn handeln lässt.

Frankl wollte also ein Modell der Motivation entwickeln, welches dem Menschen als geistigem Wesen gerechter wird. Dies erreicht er dadurch, dass er sich von der Überzeugung distanziert, der Mensch sei allein durch seine Triebe bestimmt – eben „angetrieben“. Durch die zentrale Stellung der Sinnbezogenheit möchte Frankl zeigen, dass der Mensch nicht nur ein Getriebener ist, sondern auch ein „Angezogener“, ein „Hingezogener“. Nicht nur das „*movere*“ (bewegen) ist hier von Bedeutung, sondern auch das „*attrahere*“ (anziehen).

In dieser ersten Stellungnahme ist der Sinn-Begriff freilich noch recht unbestimmt. Um zu verstehen, was Frankl meint, ist es notwendig, sich zuerst seine Dimensionalontologie anzusehen.

### *Die Dimensionalontologie im Konzept Viktor Frankls*

Die Dimensionalontologie ist der Versuch Frankls, eine Seinslehre zu etablieren, die den Menschen trotz seiner ontologischen Mannigfaltigkeit (Körper, Psyche, Geist) als eine anthropologische Einheit fasst. Zwei Gesetze bestimmen die Dimensionalontologie: Widerspruch und Mehrdeutigkeit. Um das Gesetz des Widerspruchs zu erläutern, greift Frankl auf eine geometrische Analogie zurück:

„Ein und dasselbe Ding, aus seiner Dimension heraus in verschiedene Dimensionen hinein projiziert, die niedriger sind als seine eigene, bildet sich auf eine Art und Weise ab, daß die Abbildungen einander widersprechen. Projiziere ich beispielsweise das Trinkglas da, geometrisch ein Zylinder, aus dem dreidimensionalen Raum heraus in die zweidimensionalen Ebenen des Grund- und des Seitenrisses hinein, dann ergibt dies im einen Falle einen Kreis, im anderen Falle jedoch ein Rechteck. Darüber hinaus ergibt die Projektion aber auch insofern einen Widerspruch, als es sich in jedem Fall um eine geschlossene Figur handelt, während das Trinkglas doch ein offenes Gefäß ist.“<sup>19</sup>

Ganz ähnlich kann Frankl dann mit einer weiteren Analogie das Gesetz der Mehrdeutigkeit der Dimensionalontologie aufweisen:

„... verschiedene Dinge, aus ihrer Dimension heraus (nicht in verschiedene Dimensionen, sondern) in ein und dieselbe Dimension hineinprojiziert, die niedriger ist als ihre eigene, bilden sich auf eine Art und Weise ab, daß die Abbildungen (nicht einander widersprechen, sondern) mehrdeutig sind. Projiziere ich beispielsweise einen Zylinder, einen Kegel und eine Kugel aus dem dreidimensionalen Raum heraus in die zweidimensionale Ebene des Grundrisses hinein, dann ergibt dies in jedem Fall einen Kreis.“<sup>20</sup>

Wie Frankl nun diese Analogie auf den Menschen angewendet wissen will, ist klar: Die Dimensionen der Physis und der Psyche stellen den Menschen nur unvollkommen dar. Die eigentlich menschliche Dimension tritt erst mit dem Geist in Erscheinung – oder, wie Frankl sie für gewöhnlich nannte, mit dem *Nous*. Darunter, bzw. in der noologischen Dimension sah Frankl erst das spezifische Humanissimum angesiedelt. Durch sie ist der Mensch frei zur Stellungnahme zu den Gegebenheiten in der psychischen und der physischen, kurz: der psychophysischen Dimension. In letzterer herrschen deterministische Gesetze. Sie fallen unter den „schicksalhaften Bereich“ des Menschen. Hier herrscht keine Freiheit. Aber kraft seiner geistigen (noetischen) Dimension ist er frei, zu diesen Bedingungen Stellung zu beziehen, ja er ist gewissermaßen verdammt dazu. Denn selbst wenn er sich entscheidet, keine Stellung zu beziehen – z. B. zu einer unheilbaren Krankheit – so ist das wiederum ein Akt seines geistig freien Willens.

Der wesentliche Punkt der Frankl'schen Argumentation ist, dass der Mensch durch die körperliche und die psychische Dimension nur mangelhaft erfasst wird, weshalb jegliche reduktionistische Position in der psychiatrischen Diagnostik zum Scheitern verurteilt ist, weil sie dem Menschen nicht gerecht werden kann. Frankl bringt dazu zwei Beispiele – Fjodor Dostojewski und Bernadette Soubirous. Ersterer war ja nicht nur ein genialer Schriftsteller, sondern auch ein schwerer Epileptiker. Die heilige Bernadette, französische Ordensschwester im 19. Jahrhundert, hatte als Kind mehrere Marienerscheinungen.

„Projiziere ich nicht dreidimensionale Gebilde in eine zweidimensionale Ebene, sondern Gestalten wie Fedor Dostojewski oder Bernadette Soubirous in die psychiatrische Ebene, dann ist für mich als Psychiater Dostojewski nichts als ein Epileptiker wie jeder andere Epileptiker und Bernadette nichts als eine Hysterikerin mit visionären Halluzinationen. Was sie darüber hinaus sind, bildet sich in der psychiatrischen Ebene nicht ab. Denn sowohl die künstlerische Leistung des einen als auch die religiöse Begegnung der anderen liegt außerhalb der psychiatrischen Ebene. Innerhalb der psychiatrischen Ebene aber bleibt alles so lange mehrdeutig, bis es transparent wird auf etwas anderes hin, das dahinter stehen mag, das darüber stehen mag, gleich dem Schatten, der insofern mehrdeutig war, als ich nicht feststellen konnte, ob es der Zylinder, der Kegel oder die Kugel war, was den Schatten warf.“<sup>21</sup>

Frankl ging es darum, deutlich zwischen jenen den empirisch-naturwissenschaftlichen Methoden zugänglichen Dimensionen der Physis und der Psyche einerseits, und einer geistigen Dimension andererseits zu unterscheiden. Letztere ist nicht auf naturwissenschaftliche Gesetze zurückführbar – und dadurch auch nicht restlos (er-)klärbar. Diese Unterscheidung meint auch Wittgenstein in der bekannten Textstelle seines *Tractatus* (6.52), wo er schreibt: „Wir fühlen, dass selbst, wenn alle möglichen wissenschaftlichen Fragen beantwortet sind, unsere Lebensprobleme noch gar nicht berührt sind.“

Die Entwicklung der Dimensionalontologie war zweifelsohne der entscheidende Schritt, um psychologistische Reduktionismen zu durchschauen und abzulegen. Aber es gab auch noch andere Reduktionismen, von denen sich der junge Frankl befreien musste. Dabei wiederum half ihm maßgeblich die Begegnung mit dem Wertphilosophen Max Scheler (1874-1928). Frankl soll Schelers Werk *Der Formalismus in der Ethik und die materiale Wertethik* in den Jahren 1928/29 wie eine Bibel mit sich herumgetragen haben. Durch Schelers Person- und Wertlehre wurde Frankl zutiefst in seinem Menschenbild geprägt. Er durchschaute seine trotz allem auch bei sich selbst noch vorhandenen Neigungen, menschliche Phänomene auf die subhumane Ebene zu projizieren. Er verwarf daraufhin nicht nur den Psychologismus, sondern auch den Naturalismus, den Soziologismus und jeglichen Monismus, die er alle als Reduktionismen entlarvte: Rückführung des Menschen auf Faktoren und Ursachen, die entweder in der physischen Natur, im sozialen Umfeld oder in der psychischen Struktur zu verorten sind.<sup>22</sup>

Scheler lehrte Frankl, die Dreidimensionalität des Menschen, wie sie oben beschrieben wurde, zu erkennen. Wir irren uns, wenn wir denken, dass dieser Schritt für Frankl ein leichter gewesen wäre. Im damaligen, stark intellektuell und naturwissenschaftlich geprägten Wien, zumal in der noch in ihren Kinderschuhen steckenden Psychologie, stellte das Postulat einer empirischen Methoden nicht zugänglichen, geistigen Di-



mension geradezu eine Revolution dar. Scheler verwendet – und Frankl wird ihm darin folgen – für das geistige Element den Begriff der Person. Die Person ist nicht identisch mit dem Körper, den in ihm vorgehenden psychischen Prozessen und dem, was man im Allgemeinen als Charakter bezeichnet, sondern sie ist der sich selbst gestaltende Geist – ausgestattet mit der Fähigkeit, Werte zu fühlen und Wesensschau zu betreiben<sup>23</sup>. Im Sinne einer sauberen, philosophischen Argumentation wies Scheler immer wieder darauf hin, wie viel Unfug mit dem Begriff „Geist“ in der Geschichte getrieben wurde. Es ist daher wichtig, den Begriff des Geistes, den Scheler meint (und den Frankl übernimmt) klar zu unterscheiden von intellektueller, rationaler Denkarbeit. „Was man Intellekt und logisches Denken nennt, sind psychische Kräfte im Menschen. Sie werden in dem Augenblick transzendiert, in dem der Mensch, wie Max Scheler sagt, Personenakte vollzieht: volitive und emotionale Akte.“<sup>24</sup> Volitive Akte gehören der Sphäre des geistigen Willens an und manifestieren sich vor allem im Streben nach Sinnerfüllung vor dem Hintergrund eines Sollens. Es sind Akte, die ein Mensch vollzieht aufgrund einer Werthierarchie, die zu erkennen nur er als geistige Person in der Lage ist. Emotionale Akte seien beispielsweise Güte, Liebe, Ehrfurcht, Staunen, Seligkeit, Verzweiflung und vor allem Intentionalität.<sup>25</sup>

Dieser Geist, der im Menschen waltet und der sich in der (geistigen) Person ausdrückt, ist dynamisch. Er hat die Fähigkeit, sich von allem psychophysischen Geschehen, von allen Trieben und Instinkten zu distanzieren. Am Beispiel der Selbstmordattentäter lässt sich zeigen, dass sogar der Selbsterhaltungstrieb überwunden wird. Frankl spricht später oft von der *Trotzmacht des Geistes*, wenn es einer Person gelingt, sich von ihren neurotischen, depressiven oder hysterischen (histrionischen) Neigungen zu distanzieren und dazu Stellung zu beziehen.

Wenn nun aber die geistige Dimension die eigentlich menschliche in der Anthropologie Frankls darstellt, so lässt sich als nächstes fragen, auf was sich diese Dimension in ihrer Aktivität, in ihrer Dynamik, ausrichtet. Auf der physisch-biologischen Ebene strebt der Mensch danach, zu überleben, auf der psychischen – soweit kann man mit Freud auch heute noch mitgehen – strebt er danach, extreme Spannungszustände zu vermeiden und ein inneres Gleichgewicht (Homöostase) herzustellen. Auf der geistigen (noetischen) Ebene richtet sich der Mensch nun nach Frankl (der hier wiederum Scheler folgt) *fühlend* nach Werten aus. Scheler unterscheidet nachdrücklich zwischen dem Wahrnehmen von Sinnesdingen, dem Denken von Begriffen und eben dem Fühlen von Werten. Letztere entziehen sich einer empirischen Messbarkeit.<sup>26</sup> Jedem Menschen wird das klar, wenn er den Wert eines außerordentlich wert-vollen Kunstwerkes oder Musikstückes erfährt, ganz zu schweigen vom Gefühl der tiefen Liebe zu einem anderen Menschen. Was einen Wert hat, hat aber auch einen Sinn. „Wert“ und „Sinn“ werden daher von Frankl oft synonym verwendet.

Halten wir fest: In der Auseinandersetzung mit Freud und Adler löste sich Frankl schrittweise von einer psychologistisch verkürzten Sichtweise auf den Menschen, aber erst durch Max Scheler wurde Frankl der eigentlichen, geistigen Dimension des Menschen ansichtig. Damit waren die theoretischen Grundlagen für die eigene Schule, die so genannte „3. Wiener Schule der Psychotherapie“, die Logotherapie, gelegt, welche von Frankl erstmals 1938 vorgestellt wurde.

Mit Hilfe der philosophischen Anthropologie Schelers strebte Frankl danach, ein psychotherapeutisches Verfahren zu entwickeln, welches die bereits etablierten Verfahren der Psychoanalyse und Individualpsychologie ergänzen (nicht ersetzen!) und um die Miteinbeziehung der spezifisch humanen Dimension des Geistes erweitern sollte. Dadurch sollte eine Re-Humanisierung der Medizin erreicht werden.

„Der Mensch ist nun nicht mehr das allein von Trieben (Wille zur Lust) beherrschte oder nach Geltung strebende (Wille zur Macht), sondern das Sinn suchende Wesen (Wille zum Sinn). Er ist als (geistige) Person weder durch Psychodynamik (Freud) noch durch Lernfähigkeit (Adler) determiniert, sondern durch Freiheit, Verantwortlichkeit und einen angeborenen ‚Willen zum Sinn‘ gekennzeichnet. **Der Wille zum Sinn ist die primäre Motivationskraft des Menschen.**“<sup>27</sup> [eigene Hervorhebung, J.N.]

Die Logotherapie ruht auf 3 Säulen, wovon 2 Axiome (also naturwissenschaftlich nicht überprüfbare Voraussetzungen des Denksystems) sind. Währenddessen weist die dritte Säule auf einen „durchaus überprüfbaren und in vielen wissenschaftlichen Untersuchungen wiederholt nachgewiesenen Tatbestand hin. Es ist jener dem Menschen ureigenste ‚Wille zum Sinn‘ ...“<sup>28</sup>

Als Axiome gelten demnach: Die *Freiheit des Willens* und der *Sinn des Lebens*. Nach der Auffassung Frankls ist der Mensch zumindest potentiell frei in seinem Willen. Nach Elisabeth Lukas<sup>29</sup> folgt daraus die wichtige Feststellung, die bereits hinreichend erörtert wurde: Die Logotherapie ist eine non-deterministische Psychologie.<sup>30</sup> Im Axiom von der Sinnhaftigkeit des Lebens wird die Frankl'sche Überzeugung zum Ausdruck gebracht, dass das Leben zu jeder Zeit und in jeder Situation einen bedingungslosen Sinn hat und diesen auch unter keinen Umständen verlieren kann. Allerdings – so weist Lukas hin – kann sich die Sinnhaftigkeit des Lebens dem menschlichen Begreifen mitunter entziehen. Sie muss deshalb immer wieder aufs Neue erspürt und erahnt werden.<sup>31</sup> Insofern folgt hieraus, dass die Logotherapie eine positive Weltanschauung ist.

„Es gibt keine Lebenssituation, die wirklich sinnlos wäre. Dies ist darauf zurückzuführen, daß die scheinbar negativen Seiten der menschlichen Existenz, insbesondere jene tragische Trias, zu der sich Leid, Schuld und Tod zusammenfügen, auch in etwas Positives, in eine Leistung gestaltet werden

können, wenn ihnen nur mit der rechten Haltung und Einstellung begegnet wird.“<sup>52</sup>

Im *Willen zum Sinn* schließlich gewinnt die Logotherapie ihre eigentliche Gestalt als eine sinnzentrierte Psychotherapie. Die Sinnorientierung des Menschen ist empirisch belegt. Frankl verweist diesbezüglich auf zahlreiche Untersuchungen, darunter z. B. auch die Untersuchung des American Council on Education und der University of California. „Unter 189733 Studenten an 360 Universitäten galt das primäre Interesse von 73,7 Prozent ... einem einzigen Ziel: ‚developing a meaningful philosophy of life‘ – sich zu einer Weltanschauung durchzuringen, von der aus das Leben sinnvoll ist.“<sup>53</sup>

### III. Der *Wille zum Sinn* als zentrale menschliche Handlungsmotivation

Dieser *Wille zum Sinn* soll im Folgenden nun genauer betrachtet werden. Ich halte mich dabei eng an die systematische Darstellung von Karlheinz Biller und Maria de Lourdes Stiegeler<sup>54</sup>.

1. Der Mensch kann gar nicht anders, als nach Sinn zu fragen und ihn zu verwirklichen. In der Terminologie Kants ist in diesem Sinn der *Wille zum Sinn* eine transzendente, apriorische Kategorie. „... er ist sosehr in die condition humaine eingebaut, daß wir einfach nicht umhin können, so lange ‚Sinn zu suchen‘, bis wir ihn eben gefunden zu haben glauben.“<sup>55</sup> Da wir uns als Menschen nicht über die Befriedigung unserer Grundbedürfnisse definieren, sondern über sie hinausgehen müssen, um so etwas wie Sinn zu finden (vermittelt durch Werte, die wir uns setzen – oder uns, wie Scheler gemeint hat, nach ihnen *fühlend ausstrecken*). Das führt uns zum zweiten Punkt:

2. Der *Wille zum Sinn* ist immer vorhanden. Er tritt nicht erst – wie man vielleicht vermuten könnte – mit der Befriedigung von Grundbedürfnissen in Erscheinung. Insofern stellt sich Frankl damit gegen Maslow (1908-1970) und dessen Bedürfnispyramide, welche ja davon ausgeht, dass zuerst die vitalen Grundbedürfnisse erfüllt sein müssen, um an so etwas wie die Sinnfrage überhaupt erst denken zu können. In seinen späten Jahren gibt Maslow hier übrigens Frankl Recht. So schreibt er 1966 im *Journal of Humanistic Psychology*: „Ich stimme völlig mit Frankl darin überein, dass die vorrangige Sorge des Menschen sein Wille zum Sinn ist“<sup>56</sup>. Frankl greift hier auch auf seine eigenen Erfahrungen als Überlebender von vier Konzentrationslagern zurück:

„Es war nicht zuletzt die Lektion, die ich aus Auschwitz und Dachau mit nach Hause nehmen konnte: daß diejenigen am ehesten fähig waren, sogar noch solche Grenzsituationen zu überleben, die ausgerichtet waren auf

die Zukunft, auf etwas, das auf sie wartete, oder auf jemanden, der auf sie wartete.“<sup>37</sup>

An zahlreichen Stellen in seinem Werk, nicht zuletzt in seiner Schrift über die Erlebnisse im Konzentrationslager<sup>38</sup>, beschreibt Frankl, dass die Sinnfrage sich den Betroffenen auch und gerade in Situationen an den Grenzen des physischen Überlebens aufdrängt.

„Da gilt nicht ‚primum vivere, deinde philosophari‘ (zuerst am Leben bleiben – dann werden wir sehen, dann können wir noch immer weiterreden), sondern ‚primum philosophari, deinde mori‘ (zuerst mit der Sinnfrage ins reine kommen – und dann hingehen und sterben).“<sup>39</sup>

3. Der *Wille zum Sinn* macht den Menschen leidensfähig, er ermöglicht es ihm, zu verzichten und seine momentan vielleicht vorhandenen (Lust-)Bedürfnisse hintan zu stellen. Hier zitiert Frankl gerne und oft Friedrich Nietzsche: „Wer ein Warum zum Leben hat, erträgt fast jedes Wie“. Korrekter wäre es aber wohl, das Zitat insofern zu adaptieren, indem man das *Warum* durch ein *Wozu* oder ein *Worauf hin* ersetzen würde. Denn: Das *Warum* ist rückwärts gerichtet, auf einen Grund, das *Wozu* bzw. *Worauf hin* würde Frankls Überzeugung eher Rechnung tragen, insofern diese Begriffe auf einen (Sinn-)Gehalt zielen, der in der Zukunft liegt.

4. Der dritte Punkt wird auch durch die Feststellung Frankls untermauert, dass der Mensch, wenn er um keinen Sinn seines Daseins weiß, in seinem (Über)leben gefährdet ist.

„Umgekehrt aber, wenn er um keinen Sinn des Lebens weiß, dann pfeift er aufs Leben, auch wenn es ihm äußerlich noch so gut gehen mag, und unter Umständen wirft er es dann weg. Trotz Wohlstand und Überfluß. Die Eskalation der Selbstmordziffern, mit der wir heute konfrontiert werden, beweist uns, daß es trotz materiellen Wohlstands zu einer existentiellen Frustration kommen kann.“<sup>40</sup>

5. Der *Wille zum Sinn* lässt sich nicht nur durch empirische Untersuchungen erhärten (siehe oben), sondern auch theoretisch durch Induktion erschließen. Aus dem Vorhandensein von so etwas wie einem Sinnlosigkeitsgefühl wird auf den *Willen zum Sinn* geschlossen. Eine von Frankl hier, mit Berufung auf Franz Werfel wiederholt angeführte Analogie besagt: „Durst ist der Beweis für die Existenz von so etwas wie Wasser“<sup>41</sup>.

6. Die Frustration des *Willens zum Sinn* ist für sich noch nicht krankhaft, kann aber beim Menschen zum Zustand eines existenziellen Vakuums führen. Dieses kann auf der psychischen und physischen Ebene Krankheiten hervorrufen. Die Logotherapie ist als spezifisch am Geistigen im Menschen ansetzende Psychotherapie deswegen vor allem dann

angezeigt, wenn sich ein solches Vakuum an Werten und Sinn beim Patienten konstatieren lässt.

7. Frankl weist wiederholt darauf hin, dass gerade in den industriellen Wohlstandsgesellschaften eine Frustration des *Willens zum Sinn* feststellbar ist. In Ländern mit hohem Lebensstandard drückt sich dies oberflächlich durch das Gefühl der Langeweile aus, die in vielen Fällen korrekter als Frustration des *Willens zum Sinn* beschrieben werden könnte.

8. Der *Wille zum Sinn* ist dem *Willen zur Lust* (in Abgrenzung zu Freud) und dem *Willen zur Macht* (in Abgrenzung zu Adler) übergeordnet.

„Der Wille zur Macht und der ‚Wille zur Lust‘, das Lustprinzip, treten nun eigentlich erst dann in Erscheinung, wenn der Wille zum Sinn frustriert ist. Wen braucht es zu wundern, daß Freud und Adler, die es doch mit frustrierten Patienten zu tun hatten, ihre Befunde verallgemeinerten und Motivationstheorien aufstellen, in deren Rahmen dem Lust- und Geltungsstreben die Hauptrolle zufällt? Demgegenüber wurde unsere eigene Hypothese, der zufolge der frustrierte Wille zum Sinn je nachdem durch den Willen zur Macht oder durch den Willen zur Lust kompensiert wird, empirisch bestätigt.“<sup>42</sup>

Gerade diese These lässt sich in der Psychotherapie fruchtbar einbringen. Zum Beispiel durch die Überzeugung, dass den meisten Arten von Sucht, aber auch von Promiskuität und anderen Formen des direkten Luststrebens, eine tiefer liegende Frustration des *Willens zum Sinn* zugrunde liegt. Elisabeth Lukas führte dazu eine Untersuchung mit Besuchern des Wiener Vergnügungsparks „Prater“ durch<sup>43</sup>. Das Ergebnis: Im Durchschnitt sei die unter den Besuchern zu messende Frustration des *Willens zum Sinn* signifikant höher als im Durchschnitt der Wiener Bevölkerung. Andere Untersuchungen zeigen ähnliche Ergebnisse im Falle von Suchtmittelabhängigkeiten.<sup>44</sup> Sinnliche Genüsse aller Art – so die Schlussfolgerung von Frankl und seinen Schülern – können beim Menschen keinen Sinn „erzeugen“. Wer denkt, dass ein sinnvolles Leben in der möglichst ununterbrochenen Aneinanderreihung von sinnlich-genussvollen Momenten liegt, muss zwangsläufig enttäuscht werden. Ein auf dem Luststreben basierendes Lebenskonzept mündet in ein existenzielles Vakuum.

### *Existenzielles Vakuum und noogene Neurose als Folge der Frustration des Willens zum Sinn*

Wird der auf der geistigen (der eigentlich humanen) Ebene vorhandene *Wille zum Sinn* enttäuscht, kann dies auf der psychophysischen Ebene zu Krankheiten und Störungen führen – das war eine der Konklusionen aus Frankls Anwendung des dimensionalontologischen Konzeptes auf die Diagnostik psychiatrischer Erkrankungen.

Falls nun aus einem spezifischen oder unspezifischen Gefühl der Sinnlosigkeit des Lebens eine Krankheit entspringen kann, dann muss diese – ihrer Herkunft nach – ‚noogene‘ Neurose genannt werden. Frankl versteht darunter die krankhafte Auswirkung von Geistigem – z. B. einem Gewissenskonflikt, Wertkonflikt oder einer existenziellen Krise – in der psychophysischen Dimension. Als solche brauchen noogene Neurosen eine Therapie vom Geistigen her und auf Geistiges hin. Hier ist die Logotherapie als spezifische Therapie angezeigt.

#### IV. Logotherapie und Existenzanalyse

Noch vor der Etablierung der Logotherapie als psychotherapeutisches Verfahren mit eigener Methodik wurde von Frankl der Begriff der Existenzanalyse geprägt. Damit wollte er bewusst einen Gegenentwurf zur Psychoanalyse setzen, welche eben nicht die psychischen Triebkräfte des Menschen in den Mittelpunkt stellt, sondern die Werte, durch deren Verwirklichung der Mensch Sinn erleben und damit zu seiner Existenz gelangen kann.

„Die Existenzanalyse charakterisiert und qualifiziert die Essenz der Existenz in dem Sinne, daß *Existenz* eine Seinsart ist, und zwar das menschliche Sein ..., dessen Eigenart darin besteht, daß es sich beim Menschen nicht um ein *faktisches*, sondern um ein *fakultatives Sein* handelt, nicht um ein Nun-einmal-so-und-nicht-anders-sein-Müssen, als welches der neurotische Mensch sein eigenes So-Sein mißversteht, vielmehr um ein Immer-auch-anders-werden-Können.“<sup>45</sup> [Kursivierung im Orig., J.N.]

Frankl verweist hier auf die Etymologie von ex-sistieren, als ein heraus- und sich selbst gegenübertreten – und zwar tritt die geistige Person dem psychophysischen Organismus gegenüber, bezieht Stellung.<sup>46</sup> Nach Frankl kann die geistige Person selbst nicht erkranken, jedoch durch Krankheiten auf der psychophysischen Ebene gestört bzw. „zugedeckt“ sein, so dass der Patient vorübergehend zu keiner persönlichen Stellungnahme in der Lage ist. Dies ist insbesondere bei Vorliegen einer Psychose der Fall.

In einer von Frankl formulierten Metatheorie werden die Begriffe der Existenzanalyse und Logotherapie als zwei Seiten ein und derselben Theorie dargestellt.<sup>47</sup> Existenzanalyse sei einerseits anthropologische Theorie, welche die Seinswirklichkeit des Menschen erhellt, andererseits ein diagnostisches Mittel, um festzustellen, ob die unversehrbare geistige Person – und dadurch das „Mensch sein“ – gestört ist. Drittens ist Existenzanalyse letztlich auch therapeutisches Mittel. Im Sinne einer „Sinnfahndung“ entdeckt sie Sinn- und Wertmöglichkeiten und zeigt dem Patienten seine spezifische Verantwortung auf. Sie fördert das Erlebnis, eine Aufgabe im Leben zu haben, und dadurch auch leidensfähig zu werden.<sup>48</sup>

### *Selbsttranszendenz und Selbstdistanzierung*

In der Logotherapie als praktisches psychotherapeutisches Verfahren wird nun aufgrund der anthropologischen Theorie der Existenzanalyse das Geistige methodisch miteinbezogen. Ihre zentralen Methoden (paradoxe Intention, Dereflexion) beruhen auf zwei, den Menschen kraft seiner geistigen Dimension auszeichnende Fähigkeiten: Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz. Ohne an dieser Stelle die genannten Methoden vertiefend darzustellen<sup>49</sup> geht es bei der paradoxen Intention darum, sich durch eine humorvolle Stellungnahme vom jeweiligen Symptom der Neurose (vor allem in Fällen von Zwanghaftigkeit und Phobien) zu distanzieren.

Ein Beispiel dazu aus meiner beruflichen Praxis als Sozialpädagoge in einer Sucht-Nachsorge-Einrichtung: Ein junger Mann – 27 Jahre alt – litt neben seiner Suchtproblematik seit Jahren unter panikartigen Zuständen, wenn die U-Bahn, in der er sitzt, zwischen zwei Stationen zum Stillstand kommt (beispielsweise aufgrund einer Betriebsstörung oder eines „Staus“ zu Zeiten enger Zug-Intervalle). Dabei entwickelte er alle typischen Symptome einer Panikattacke: Innere Unruhe, plötzliche Schweißausbrüche, Herzklopfen, Zittern. Er fürchtete nun sehr die Vorstellung, sich in einer künftigen Situation dieser Art nicht mehr (wie bislang) kontrollieren zu können, ohnmächtig zu werden oder laut zu schreien zu beginnen. Diese „Angst vor der Angst“ beeinträchtigte sein Leben nicht unerheblich, und es drohte eine weitere Verschärfung der Symptome. Die paradoxe Intention sah in diesem – beinahe „klassisch“ zu nennenden – Fall folgendermaßen aus: Der Klient wurde dazu angehalten, sich künftig in der gefürchteten Situation zu wünschen, dass genau das eintreten solle, vor dem er sich am meisten fürchte und dies humorvoll zu formulieren. Es wurde folgende Formel entwickelt: „Endlich ist es wieder soweit! Die U-Bahn steht – nun habe ich die Chance, alle diese gelangweilten Gesichter um mich herum, meine Mitfahrer, zu unterhalten, und zwar indem ich hier in Panik ausbreche, zusammenklappe und dabei allerlei mögliche Verrenkungen vorführe. Das wird ein Spaß, und wir können so wenigstens die Zeit bis zur Weiterfahrt kurzweilig gestalten!“ Mit dieser Methode gelang es dem Klienten, seine Fähigkeit zur Selbstdistanzierung zu aktivieren. Die geistige Person stellte sich dem Geschehen auf der psycho-physischen Ebene entgegen. Nach einigen erfolgreichen Anwendungen dieser Methode fährt der Klient nun symptomfrei – auch wenn es im U-Bahn-Tunnel mal nicht weitergehen sollte.

Bei der Dereflexion geht es darum, die Aufmerksamkeit vom neurotischen Symptom als solchem überhaupt abziehen. Sie ist immer dann angezeigt, wenn man sich im gedanklichen Kreisen und Selbstbespiegeln verstrickt hat<sup>50</sup>. Hier hilft dem Menschen die Fähigkeit zur Selbsttranszendenz. ‚Transzendenz‘ wird hier verstanden als das, was jenseits des Subjektes liegt, d. h. die Intentionalität der geistigen Person auf etwas, was nicht wiederum sie selbst ist.

„Der Mensch ist erst dann Mensch, er kommt erst dann zu seiner Existenz, seiner eigentlichen Seinsweise, wenn er sich selbst überschreitend einem anderen Menschen oder einer Sache, anderen Dingen, Ideen, Sachverhalten, Aufgaben und anderem Wertvollem selbstvergessend hingibt. Je mehr er sich hierbei vergisst, desto mehr verwirklicht er sich.“<sup>51</sup>

Frankl sah die Anwendung der Methode vor allem bei Sexual- und Zwangsneurosen angezeigt.

Es ist allgemein bekannt, dass Potenzstörungen in den meisten Fällen psychisch bedingt sind. Aber was heißt das eigentlich? Frankl sieht in Störungen dieser Art die Folge einer falschen Intention, einer falsch verstandenen geistigen Ausrichtung – und zwar einer Konzentration auf den Orgasmus selbst, der angestrebt wird. Das eigentliche Objekt des Strebens sollte aber beim Sexualakt der Partner sein, dem man sich liebend hingibt; der Orgasmus sollte nur die Folge sein. Dreht man diese Reihenfolge um, können sich Potenzstörungen einstellen. Frankl bringt das Beispiel eines jungen Mannes, der erstmals mit seiner Freundin intim wird und dem dabei seine Manneskraft versagt.<sup>52</sup> Das direkte Streben nach dem Orgasmus (welches sich als Folge eines empfundenen Druckes einstellt, dass die Partnerin eine bestimmte Leistung erwartet) verfehlt sein Ziel. „Woran dem Menschen liegt, ist nicht die Lust an und für sich, sondern ein *Grund zur Lust*. In dem Maße, in dem Lust aber wirklich zum Inhalt seiner Intention und womöglich auch noch zum Gegenstand seiner Reflexion wird, verliert er den Grund zur Lust aus den Augen und sackt die Lust auch schon in sich zusammen.“<sup>53</sup> [Kursivierung im Orig., J.N.] Dereflexion bedeutet in diesem Beispiel nun, den Sexualneurotiker von seinem subjektiv empfundenen Leistungsdruck zu befreien. Dies kann zum Beispiel so geschehen, dass man dem Paar anordnet, in den nächsten Wochen lediglich zu kuscheln und sich zu streicheln, keinesfalls aber den Geschlechtsakt zu vollziehen. Dadurch ist der Patient von seinem Druck befreit – schließlich hat es der Arzt verboten – und kann sich so auf das liebende Gegenüber als solches ausrichten. Und dann ist es nicht verwunderlich, wenn die Potenzstörung verschwindet und der Koitus sich geradezu nicht mehr verhindern lässt – als ekstatischer Höhepunkt einer Dereflexion, einem vorbei-agieren am Symptom.

Neben diesen beiden zentralen Methoden haben Frankls Schüler (v. a. Elisabeth Lukas und Alfried Längle) zahlreiche weitere Techniken entwickelt, die in der psychotherapeutischen Praxis dabei helfen sollen, den *Willen zum Sinn* des Patienten anzusprechen und ihm auf der geistigen Ebene dabei zu helfen, sich in seiner Existenz selbst zu erkennen (Existenzanalyse) und nach Werten und Sinnmöglichkeiten zu suchen, durch deren Verwirklichung er erst „er selbst“ wird (Logotherapie). Frankl geht dabei von einem objektiven Logos aus. Im Zusammenhang mit seiner Logotherapie meint Frankl mit *Logos Sinn*. Als geistige Person strebt der Mensch nach Sinnverwirklichung. Diese beginnt bei den einfachen



Handlungen des Alltages (z. B. Arbeit, Gesundheitsfürsorge, Beziehungspflege), erstreckt sich auf umfassendere Werte und Zusammenhänge (z. B. Wohlergehen der Gemeinschaft, Erhaltung der Umwelt u. ä.), bis hin zu einem „Über-Sinn“, einem „Sinn des Ganzen“, der uns als solcher aber nicht sinnlich fassbar ist und nur geglaubt werden kann. Hier berührt die Logotherapie als Psychotherapie den Grenzbereich zur Religion.

### *Philosophieren als ärztliche Aufgabe?*

Frankl war es daher immer wichtig, auch theologische und philosophische Fragen nicht auszuklammern, die vom Patienten an ihn herangetragen wurden. Grundlegend dafür war die Beobachtung, dass die Menschen des 20. Jahrhunderts immer seltener mit ihren Fragen nach einem Übersinn zur priesterlichen Seelsorge gingen, sondern (aufgrund der oftmals mit der Seelennot einhergehenden depressiven Symptomatik) zum Psychiater bzw. Psychologen. Dieser hat nun entweder die Möglichkeit, sich *per se* für nicht zuständig zu erklären, oder aber sich der geistigen Not des Patienten zu stellen. Daraus entstand schließlich das Konzept der „Ärztlichen Seelsorge“. Hierin kann man durchaus Frankls bleibenden Beitrag für eine moderne, den ganzen Menschen in den Blick nehmende Medizin sehen: Die Berücksichtigung der geistigen Dimension, welche Körper und Psyche dimensional übersteigt.

Damit befindet sich Frankl ganz in der philosophischen Tradition, die dem Begriff des Geistes vor allem zwei Eigenschaften zuordnet: Vernünftiges Erkennen und freier Wille. Descartes beispielsweise will damit – im engeren Sinne des „res cogitans“ – die Fähigkeit zur Selbsterkenntnis und Selbstverfügung kennzeichnen.<sup>54</sup> Und genau diese Selbsterkenntnis und Selbstverfügung bilden das „Herzstück“ von Frankls Botschaft als Psychologe. Hier sieht er die eigentliche Aufgabe seiner Existenzanalyse (mit dem Ziel der Selbstbesinnung) und der Logotherapie (mit dem Ziel der Selbstbestimmung). Sigmund Freud mit seiner den Menschen auf die libidinösen Triebkräfte reduzierenden Theorie wurde also von Frankl mit einer Theorie überhöht, die auf die Wurzeln der philosophischen Tradition zurückgreift. Man könnte den Eindruck gewinnen, dass die Psychologie des frühen 20. Jahrhunderts in Wien einen „Kampfplatz“ darstellte, auf der sich der stark dem naturwissenschaftlichen Kausaldenken verpflichtete Ansatz Freuds dem humanistischen, non-reduktiven Ansatz Frankls gegenüber sah. Das wäre allerdings ein Irrtum, denn Frankl selbst wurde nicht müde, zu betonen, dass die Logotherapie die etablierten psychotherapeutischen Verfahren lediglich ergänzen, nicht ersetzen wolle. Frankl würde deshalb auch niemals abstreiten, dass der Mensch Triebe habe, die ihn prägen. Die Triebe als solche kommen aber niemals direkt selbst zum Vorschein.

„Alle Triebhaftigkeit ist beim Menschen immer bereits von einer geistigen Stellungnahme überformt – so daß dieses Geprägtsein vom Geistigen her

der menschlichen Triebhaftigkeit immer schon geradezu als geistiges Apriori anhaftet.“<sup>55</sup>

Dort, wo der Mensch also scheinbar rein triebhaft handelt, gibt er immer auch eine nur dem Menschen mögliche geistige Stellungnahme ab. Dieses Bild vom Menschen, das ihn durch seine persönliche Freiheit kennzeichnet, ist es schließlich auch, was unser Rechtssystem erst einsichtig macht. Denn wäre eine freie Stellungnahme nicht möglich, stünde es nicht dafür, einen Menschen für seine Taten zu verurteilen. Würde Frankl heute noch leben, würde er sicherlich zu den intellektuellen Wortführern zählen, die sich gegen eine die menschliche Freiheit bestreitende Strömung in den Neurowissenschaften wehren.

Der Mensch erkennt sich durch seine Bezogenheit auf Sinn. Er will sein Leben in einem sinnvollen Zusammenhang verstehen können. Aus diesem Grund misst man auch innerhalb der Ausbildung zum Logotherapeuten heute der Biographiearbeit einen besonderen Stellenwert zu. Frankl betonte diesbezüglich auch immer wieder, dass der Mensch selbst auf dem Sterbebett noch in der Lage sei, sein Leben in einen sinnvollen Gesamtzusammenhang zu verordnen. Innerhalb des Lebens davor misst Frankl dem Gewissen quasi die Rolle eines Sinn-Navigators bei, bezeichnet es treffend als „Sinn-Organ“. Denn das Gewissen ist eine Stimme aus der Transzendenz, was vor allem heißen soll, dass sie ihren Ursprung nicht in der Einheit von Körper und Psyche, dem Psychophysikum, hat. Auch hier bewegt sich Frankl – ohne, dass er dies immer ausreichend reflektiert – ganz in der philosophischen Tradition, begonnen wohl schon mit dem Vorsokratiker Anaxagoras und dessen uns durch Aristoteles vermittelte Vorstellung des Nous, aber auch in der mittelalterlichen Intellektlehre, z. B. bei Albertus Magnus, finden sich Anknüpfungspunkte. Weitere Wurzeln finden sich im deutschen Idealismus. Hier wäre zunächst vor allem Johann Gottlieb Fichte (1762-1814) zu nennen. In „Die Bestimmung des Menschen“ erörtert er die Bezogenheit des Menschen auf eine transzendente, nicht aus ihm selbst kommende, unbedingte Forderung – die Stimme seines Gewissens:

„Jene Stimme in meinem Innern, der ich glaube, und um deren Willen ich alles andere glaube, was ich glaube, gebietet mir nicht überhaupt nur zu tun. ... Sie, diese Stimme meines Gewissens, gebietet mir in jeder besondern Lage meines Daseins, was ich bestimmt in dieser Lage zu tun, was ich in ihr zu meiden habe: sie begleitet mich, wenn ich nur aufmerksam auf sie höre, durch alle Begebenheiten meines Lebens, und sie versagt mir nie ihre Belohnung, wo ich zu handeln habe. ... dasjenige, was das Gewissen nun eben von mir, von mir der ich in diese Lage komme, fordert; daß es geschehe, dazu, lediglich dazu bin ich da; um es zu erkennen, habe ich Verstand; um es zu vollbringen, Kraft.“<sup>56</sup>

Das Gewissen als Sinn-Organ gibt dem Menschen beständig Signale, wie in einer konkreten Situation sinn-voll gehandelt werden kann. Das Gewissen zeigt mir also eine transzendente Sinngestalt auf – und motiviert mich, dieser gemäß zu handeln. Wenn ich dies tue, fließt mir dazu die notwendige Kraft zu (siehe Fichte).

Und dieses Erlebnis kennt eigentlich jeder Mensch aus eigener Erfahrung. Im Hinblick auf ein lohnenswertes Ziel, welches in einem nachvollziehbaren Sinn-Zusammenhang steht (ein Ziel, das mein Gewissen quasi „abnickt“), erwachsen dem Menschen Kräfte und Energien, die er sonst nicht hätte. Und was kommt dem Verständnis von „Motivation“ näher, als dieser Zustand?

## Anmerkungen

- 1 Zitiert nach: Lukas, Elisabeth: *Den ersten Schritt tun. Konflikte lösen – Frieden schaffen*, München 2008, 15.
- 2 Vgl. Rattner, Josef: *Klassiker der Tiefenpsychologie*, München 1990.
- 3 Vgl. Zsok, Otto: *Der Arztphilosoph Viktor E. Frankl*, St. Ottilien 2005, 28.
- 4 Frankl, Viktor Emil: *Was nicht in meinen Büchern steht. Lebenserinnerungen*, Weinheim/Basel 2002, 36f.
- 5 Ebd.
- 6 Ebd., 30.
- 7 Titel des Artikels: „Zur Entstehung der mimischen Bejahung und Verneinung“.
- 8 Titel des Artikels: „Psychotherapie und Weltanschauung“.
- 9 Frankl, Viktor Emil: *Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute*, Freiburg 2007, 38.
- 10 Zitiert nach: Stroeken, Harry: *Psychotherapie und der Sinn des Lebens*, Göttingen 1998, 38.
- 11 Frankl, Viktor Emil: *Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*, Bern 1984, 141.
- 12 Nach dem Anschluss an das nationalsozialistische Deutschland wurde ihm 1938 aufgrund seiner jüdischen Herkunft untersagt, arische Patienten zu behandeln. 1940 übernahm er die Leitung der neurologischen Abteilung des Rothschild-Spitals, des einzigen Krankenhauses, in dem in Wien noch jüdische Patienten behandelt wurden. Einige seiner Gutachten aus dieser Zeit sollten Patienten davor bewahren, dem nationalsozialistischen Euthanasieprogramm zum Opfer zu fallen. Von 1933 bis 1937 leitete Frankl zudem im Psychiatrischen Krankenhaus in Wien den „Selbstmörderinnenpavillon“. Hier betreute er als Oberarzt jährlich bis zu 3000 selbstmordgefährdete Frauen.
- 13 Frankl, Viktor Emil: *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*, ungekürzte Ausgabe, München 2007, 38.
- 14 Ebd.

- 15 Zitiert nach: Biller, Karlheinz u. a.: *Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl. Sachbegriffe, Metaphern, Fremdwörter*, Wien/Köln/Weimar 2008, 81.
- 16 Für das Verständnis dieser Lossagung hilfreich ist folgende Anekdote: Frankl wollte 1924, zu Beginn seines Medizinstudiums, der Wiener Psychoanalytischen Vereinigung beitreten. Mit diesem Begehren konfrontierte er den dortigen Sekretär, Paul Federn. Dieser fragte ihn sogleich: „Und was ist Ihre Neurose?“ Obwohl er die Situation in gewisser Weise brillant meisterte, indem er sich selber einen analen Charakter attestierte, machte ihm dieses Gespräch klar, dass sein eigenes Denken in einer solchen Umgebung keine adäquate Heimat finden konnte. Vgl. dazu die entsprechende Stelle in der von Viktor Frankl selbst autorisierten Biographie von Haddon Klingenberg: *Das Leben wartet auf Dich. Elly und Viktor Frankl*, deutsche Erstausgabe, Wien/Frankfurt a. M. 2002, 79.
- 17 Ebd., 28.
- 18 Vgl. Zsok, Otto: *Vom Wesen des Menschen. Logotherapie als Persönlichkeitstheorie*, Lehrskript Nr. 1, Wintersemester 2009/2010.
- 19 Frankl 2007, 53.
- 20 Ebd.
- 21 Zitiert nach: Biller 2008, 47f.
- 22 Vgl. Zsok 2005, 56-57.
- 23 Vgl. ebd., 61.
- 24 Ebd., 74.
- 25 Ebd.
- 26 Vgl. ebd., 67.
- 27 Biller 2008, 192.
- 28 Lukas, Elisabeth: *Von der Trostmacht des Geistes: Menschenbild und Methoden der Logotherapie*, Freiburg 1986, 21.
- 29 Lukas promovierte bei Frankl in Wien und gilt gemeinhin als seine bis heute wichtigste Schülerin.
- 30 Lukas 1986, 22.
- 31 Ebd., 23.
- 32 Frankl zitiert nach Lukas 1986, 23.
- 33 Frankl, Viktor Emil: *Die Sinnfrage in der Psychotherapie*, München 1981, 42f. Anmerkung: An gleicher Stelle führt Frankl noch zahlreiche weitere Untersuchungen an, die unter anderem auch zeigen, dass der Wille zum Sinn derart nicht nur bei Studenten feststellbar ist, sondern z. B. auch bei Erwachsenen im Allgemeinen, bei Arbeitern und anderen Personengruppen.
- 34 Biller 2008, 531-542.
- 35 Frankl 1981, 71.
- 36 *Eigene Übersetzung*. Orig.: „I agree entirely with Frankl that man's primary concern is his will to meaning.“ Maslow, Abraham: Comments on Dr. Frankl's Paper, in: *Journal of Humanistic Psychology* 6 (1966), 107.
- 37 Frankl 1981, 44.

- 38 Frankl, Viktor Emil: ... *trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*, Wien 1946.
- 39 Frankl 1981, 45.
- 40 Frankl, Viktor Emil: *Logotherapie und Existenzanalyse*, München 1987, 236.
- 41 Ebd., 294.
- 42 Frankl zitiert nach: Biller 2008, 540f.
- 43 Vgl. Frankl, Viktor Emil: *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn*, München <sup>20</sup>2007, 147.
- 44 Ebd., 148f.
- 45 Frankl 1987, 61.
- 46 Ebd.
- 47 Vgl. Biller 2008, 64.
- 48 Vgl. ebd., 65.
- 49 Zur Frage ihrer Wirksamkeit hat Frankl insbesondere in seinem erstmals 1956 erschienenen Werk *Theorie und Therapie der Neurosen* ein umfangreiches kasuistisches Material zusammengetragen.
- 50 Vgl. Biller 2008, 42.
- 51 Ebd., 394.
- 52 Frankl 2007, 207.
- 53 Frankl 2007, 208
- 54 Vgl. Schöndorf, Harald u. a.: *Philosophie des 17. und 18. Jahrhunderts*, Stuttgart <sup>4</sup>2008, 44.
- 55 Biller 2008, 476f.
- 56 Fichte, Johann Gottlieb: *Die Bestimmung des Menschen*, Berlin 1800, 202-204.