

Die Logotherapie

Uwe Füllgrabe

Die Logotherapie

Magazin für die Polizei, 28. Jahrgang, Nr. 258, Oktober 1997, S. 19 - 25

Wertekategorien und Techniken der Logotherapie

Magazin für die Polizei, 28. Jahrgang, Nr. 259, November 1997, S. 17 - 22

1 KERNTHESEN DER LOGOTHERAPIE	1
2 DER MENSCH AUF DER SUCHE NACH DEM SINN	2
3 DIE WERTEKATEGORIEN DER LOGOTHERAPIE.....	3
4 DIE ENTSCHEIDUNGSFREIHEIT	4
5 DER ZEITFLUß	5
6 DIE EXISTENTIELLE BILANZ	5
7 „DESHALB“, NICHT „WARUM?“	7
8 SEELENFRIEDEN DURCH GEWALTFREIHEIT	8
9 DIE SCHULD.....	8
10 THERAPEUTISCHE ERFOLGE BEI STRAFTÄTERN	10

1. Kernthesen der Logotherapie

Die Logotherapie („sinnzentrierte Heilung“) wurde von dem Wiener Arzt Viktor E. Frankl begründet. Er will Menschen dazu befähigen, selber nach dem Sinn ihres individuellen Lebens zu suchen. Denn wenn ein Mensch ein Leben als sinnvoll erlebt, bejaht er es auch. Dagegen führt ein „existentielles Vakuum“, ein sinnentleertes Leben, zu innerer Leere und zu Depressionen. Ein weiteres existentielles Problem: „Keinem Menschen bleibt die „tragische Trias“ Leid, Schuld und Tod erspart. Jeder Mensch erleidet irgendwas, jeder Mensch wird irgendwie schuldig, und jeder Mensch stirbt irgendwann“ (Lukas, 1991, S. 16). Wenn dies unvermeidlich ist, was schützt dann vor Resignation? Ein Bild von Frankl, der das menschliche Leben mit einem Film vergleicht? Die bisherige Lebensvergangenheit ist der bereits belichtete Teil des Films (Lukas, 1991, S. 59): „Die Zukunft, die noch vor einem liegt, ist unbelichtet. Nun sind wir nicht der alleinige „Regisseur“ des Films, das unergründbare Schicksal stellt die Kulissen. Aber uns ist das Privileg zuteil geworden, Mitregisseur sein zu dürfen, weil wir innerhalb der gestellten Kulissen auf alles Antwort geben, was geschieht, auf alles reagieren auf eine Art unserer Wahl, so daß nie bloß etwas **mit** uns geschieht, sondern zugleich auch immer etwas **durch uns** geschieht.“

Deshalb **muss** auch niemand Alkohol trinken, Drogen zu sich nehmen, sich an andere Menschen anklammern, „auch dann nicht, wenn es sein Horoskop ankündigt, wenn er in der Kindheit zu wenig gelobt worden ist, oder wenn sein Biorhythmus gerade ein Tief anzeigt. Das einzige, was ihn tatsächlich dazu nötigen kann, ist die Illusion, es zu müssen, der Glaube an die eigene Unfreiheit“ (Lukas, 1991, S. 147).

Auch führt eine Lebensbilanz

- was habe ich an Leid erfahren?
 - welches Glück habe ich **nicht** erlebt?
- leicht zu Verbitterung und Resignation.

Man könnte jetzt Frankls Gedankengänge als zu idealistisch o. Ä. kritisieren. Doch gerade Frankl weiß, wovon er spricht. Gerade er hätte eigentlich Grund, verbittert zu sein, denn er hat das Konzentrationslager Auschwitz erlebt und überlebt. Aber er hat eine völlig entgegengesetzte Perspektive: In einem Fernsehbericht sagte er: „Wenn jemand im Jahre 1944 auf der Bahnhofsrampe von Auschwitz gestanden ist und mit der statistisch nachweisbaren Wahrscheinlichkeit von nur 1 : 29 die Chance hatte, zu überleben, und wenn so jemand dann noch jahrzehntelang nicht nur überlebt, sondern ein paar Bücher schreibt oder Mitarbeiter um sich scharen kann usw., so muß ein solcher Mensch sich jeden Tag aufs neue fragen, ob er dieser Gnade sich auch würdig erwiesen hat, und jeden Tag sich eingestehen, daß es eigentlich nicht oder kaum oder nicht immer der Fall war.“

Und auf die Bitte, die Formel seines Lebens auf einen Satz zu reduzieren, sagte Frankl: „Ich habe den Sinn meines Lebens darin gesehen, anderen zu helfen, in ihrem Leben einen Sinn zu sehen.“

2. Der Mensch auf der Suche nach dem Sinn

Die Logotherapie unterscheidet sich erheblich von anderen Arten der Therapie, etwa Therapieformen der Psychoanalyse (Freud usw.). Bei diesen Therapien ist aber nicht nur zu kritisieren, dass häufig keine Belege für die Richtigkeit der Theorien dieser Richtungen vorliegen (s. z. B. Füllgrabe, 1997), sondern ihnen auch ein pessimistisches Menschenbild zugrunde liegt, gewonnen zumeist an Personen der Mittelschicht oder Oberschicht, die sehr spezifische Probleme hatten. Dagegen schreibt Frankl: „Nicht am grünen Tisch, nicht am Ordinationsschreibtisch wurde die neue Psychotherapie und das Menschenbild, das ihr zugrunde gelegt ist, ausgeheckt; sondern es hat sich geformt in der harten Schule der Bombentrichter und Bombenkeller, der Kriegsgefangenen- und Konzentrationslager. Wer sie mitgemacht wird wissen ... die letzte Frage in diesen äußersten Situationen galt der Rechenschaft über den Sinn des Lebens und auch noch den Sinn des Sterbens: darüber wollte der Mensch Rechenschaft ablegen - um dann aufrecht hinzugehen und zu sterben.“ (Frankl, 1994, S. 133)

Aufgrund dieser Erfahrungen - Frankl hat Auschwitz überlebt - ist der Sinn des Lebens ein zentraler Gesichtspunkt seiner Logotherapie. „Der Mensch auf der Suche nach Sinn“ ist der Titel eines seiner Bücher.

„Die wenigsten Patienten in der Praxis befinden sich in einer echten äußeren Notlage. Sie verhungern nicht, und sie erfrieren nicht, sie haben keine außergewöhnlichen Strapazen zu erdulden, sie müssen sich im Allgemeinen nicht einmal mit Arbeit überanstrengen. Die Mehrzahl der Patienten ist im Gegenteil gesund, ohne sich an ihrer Gesundheit zu freuen, mit Gütern ausreichend ausgestattet, ohne dafür dankbar zu

sein, von den Mitmenschen mit Fürsorge und Nachsicht behandelt, ohne es zu merken, und von allen möglichen Aufgaben entlastet, ohne sich die geringsten Gedanken zu machen ... Jedenfalls ist es wieder das Leiden am sinnlosen Leben, was da zutage tritt.“ (Frankl, 1994, S. 240 - 241).

Frankl sieht „drei Hauptstraßen, auf denen sich Sinn finden läßt. Zunächst einmal kann mein Leben dadurch sinnvoll werden, daß ich eine Tat setze, daß ich ein Werk schaffe; aber auch dadurch, daß ich etwas erlebe - etwas oder jemanden erlebe, und jemand in seiner ganzen Einmaligkeit und Einzigartigkeit erleben heißt, ihn lieben. Es geschieht also entweder im Dienst an einer Sache oder aber in der Liebe zu einer Person, daß wir Sinn erfüllen - und damit auch uns selbst verwirklichen. Zuletzt aber zeigt sich, daß auch dort, wo wir mit einem Schicksal konfrontiert sind, das sich einfach nicht ändern läßt, sagen wir mit einer unheilbaren Krankheit, ... daß also auch dort, wo wir als hilflose Opfer mitten in eine hoffnungslose Situation hineingestellt sind, auch dort, ja gerade dort, läßt sich das Leben noch immer sinnvoll gestalten, denn dann können wir das Menschlichste im Menschen verwirklichen, und das ist seine Fähigkeit, auch eine Tragödie - auf menschlicher Ebene - in einen Triumph zu verwandeln. das ist nämlich **das Geheimnis der bedingungslosen Sinnträchtigkeit des Lebens**: daß der Mensch gerade in Grenzsituationen seines Daseins aufgerufen ist, Zeugnis abzulegen davon, wessen er fähig ist“ (Frankl, 1994, S. 242).

Wie entscheidend eine solche Überzeugung in den Grenzsituationen menschlichen Daseins sein kann, geht aus den Erfahrungen, die Frankl selbst gemacht hat, aber auch denen amerikanischer Kriegsgefangener in Japan, Nordkorea und Nordvietnam hervor. Diejenigen hatten noch am ehesten eine Chance zu überleben, die ausgerichtet waren auf einen Sinn, dem sie sich verpflichtet wußten. Es war der Wille zum Sinn, was sie letzten Endes ein Leben erhalten hatte!“ (Frankl, 1994, S. 243)

3. Die Wertekategorien der Logotherapie

Die Logotherapie sieht also drei verschiedene Wertverwirklichungen im Leben:

Schöpferische Werte stecken in jedem aktiven Tun und Handeln, in der manuellen oder geistigen Arbeit, in der Kreativität vor Ideen mit Verfertigungen aller Art.

Frankl weist darauf hin, daß ein Mensch, der klagt, daß sein Leben keinen Sinn habe, seine Tätigkeit ohne Wert sei, darauf hinzuweisen sei, „daß es letztlich gleichgültig ist, wo ein Mensch ... steht, **was** er arbeitet; ob er den Platz, auf dem er gestellt ist, tatsächlich **ausfüllt**. Wichtig ist also nicht, wie groß sein Aktionsradius ist; wichtig ist allein, ob er seinen Aufgabenkreis erfüllt. Ein einfacher Mensch, der die konkreten Aufgaben, die ihn Beruf und Familie stellen mögen, wirklich erfüllt hat, ist trotz seines „kleinen Lebens“, „größer“ und höher stehend als etwa ein „großer Staatsmann“, dem die wirkliche Erfüllung seiner Aufgaben versagt geblieben ist.“ (Böckmann, 1980, S. 78)

„Ein Mensch hat Sinn dann erfüllt, wenn er alle seine Möglichkeiten voll in den verschiedenen Situationen des Lebens verwirklicht; mögen diese für sich genommen nun jeweils nur Minuten oder viele Jahre gedauert haben.“ (Böckmann, 1980, S. 79).

Erlebniswerte „beziehen sich auf das emotionale Mitschwingen in einer bestimmten Situation und auf deren Interpretation“ (Lukas, 1994, S. 99). Nicht nur die komplementäre Anschauung allein ist gemeint, die meditative Aufnahme von Natur, Schönheit, Musik, auch die Verschmelzung mit einem „Du“ (Lukas, 1994, S. 99), die Begegnung mit einem Menschen, Begegnungen mit **den anderen** in jeglichen Gruppen.

Frankl sagt dazu: „Ein einziger Augenblick kann rückwirkend dem ganzen Leben Sinn geben, etwa dann, wenn sich ein großer Wunsch erfüllt, eine Wallfahrt zum Beispiel bei einem religiösen Menschen, aber auch Hingabe an die Schönheit von Natur und Kunst. Dazu gehört aber auch wesentlich die Begegnung mit einem Menschen bzw. die Hingabe an einen Menschen oder an eine Sache, bei der sich eben die Selbsttranszendenz des Individuums vollzieht, das Über-den-Schatten-des-eigenen-Ichs-springen, der Verzicht auf Eigennutz, das Erlebnis der Identifikation mit Menschen und Ideen bis zur Aufgabe des Ichs und damit die Realisierung des Selbst als fakultativen Aspekt des Ichs“ (Böckmann, 1980, S. 79).

Einstellungswerte betreffen die Begegnung mit dem Unabänderlichen, einer Einschränkung seines Lebens und „die Stellungnahme des Menschen dazu. Wie nimmt jemand sein Schicksal hin, wütend oder gefaßt, großzügig oder kleinlich, heldenhaft oder jammernd, Beispiel gebend für andere oder abschreckend für die Umwelt? Darin liegt die Chance des leidenden Menschen verborgen, in der Art, **wie er sein Leiden erträgt, bestimmt er den Wert** seines Leidens“ (Lukas, 1991, S. 99).

Es geht also um Haltungen wie Tapferkeit im Leiden, Würde auch noch im Untergang und im Scheitern. Dann ist gemäß Frankl „das Leben auch noch sinnvoll, wenn es weder schöpferisch fruchtbar noch erlebnisreich (auch im Sinne des sozialen Kontaktes) ist“ (Böckmann, 1980, S. 79).

Wer sich mit BUSHIDO - dem Ehrenkodex der japanischen Samurai - befaßt, sieht dort die gleichen Wertvorstellungen.

Neben dem stoischen Akzeptieren des eigenen Schicksals, sind auch schöpferische Werte für den Samurai von Bedeutung: das Perfektionieren von Kampftechniken verschiedenster Art (Schwertkämpfe, Jujutsu, Reiten); das lebenslange Erlernen und Verbessern dieser Techniken wird mit dem Wert DO (s. Judo, Aikido, Kendo) = Weg veranschaulicht. Schöpferische Werte wurden auch durch das Schreiben von Gedichten durch die Samurai (auch vor einer Schlacht) verwirklicht - was auch die Erlebniswerte anspricht. Hierbei ist auch der Begriff MAKOTO, die volle Hingabe an eine Person, Sache oder Idee und Loyalität zu ihnen genau das, was Frankl mit Erlebniswerten meint.

4. Die Entscheidungsfreiheit

Ein weiterer wichtiger Gedankengang der Logotherapie liegt in der Betonung der Eigenverantwortung und des aktiven Handelns.

Dies ist auch deshalb so bedeutsam, weil häufig die Haltung besteht, dass man durch Erbanlagen, astrologische Sternzeichen, „das Schicksal“, „die Vorherbestimmung“, „sein Karma“ oder durch tatsächliche soziale Hindernisse und Probleme derart fremdbestimmt sei, dass man sowieso nichts an seiner Lage ändern könne. Derartige Begründungen müssen dann auch für Erklärungen herhalten, dass man kriminell oder Alkoholiker geworden ist, dass man nicht von seiner Sucht loskomme usw.

Wie sieht Frankl dieses Problem?

Als Überlebender von vier Konzentrationslagern, der tatsächliche Fremdbestimmung in extremster Form erlebte und überlebte, hat er eine völlig andere Meinung. „Der Mensch ist nicht frei von Bedingungen, sondern nur frei, zu ihnen Stellung zu nehmen. Aber sie bestimmen ihn nicht eindeutig. Denn letzten Endes liegt es an ihm, zu bestimmen, ob er den Bedingungen unterliegt, ob er sich ihnen unterwirft. Es gibt nämlich einen Spielraum, innerhalb dessen er sich über sie hinaus erheben kann, womit er ja in die menschliche Dimension überhaupt erst sich aufschwingt. Nachdem

ich im Rahmen eines Interviews als »Professor für Neurologie und Psychiatrie« apostrophiert worden war, der doch um die biologische, psychologische und soziologische Bedingtheit des Menschen wissen müssen, gab ich zu bedenken, dass ich nicht nur Professor auf 2 Gebieten, sondern auch Überlebender von 4 Konzentrationslagern bin und als solcher Zeugnis ablege von der Fähigkeit des Menschen, auch noch den ärgsten Bedingungen zu trotzen. Und wenn Sigmund Freud einmal meinte, »man versuche es, eine Anzahl der allerdifferenziertesten Menschen gleichmäßig dem Hungern auszusetzen. Mit der Zunahme des gebieterischen Nahrungsbedürfnisses werden alle individuellen Differenzen sich verwischen und an ihrer Statt die uniformen Äußerungen des einen ungestillten Triebes treten« (Gesammelte Werke, Band V, p. 209), so war eigentlich eher das genaue Gegenteil der Fall. In den Konzentrationslagern wurden die Menschen differenzierter. Die Schweine demaskierten sich. Und die Heiligen taten es ebenfalls. Der Hunger entlarvte sie. Der war derselbe, im einen wie im anderen Falle. Die Menschen aber differenzierten sich. Wie lautet doch der Bestsellertitel? »Calories do not count.« (Auf die Kalorien kommt's nicht an.) Letzten Endes wird menschliches Verhalten jedenfalls nicht von Bedingungen diktiert, die der Mensch antrifft, sondern von einer Entscheidung, die er trifft. Ob er es nun wissen mag oder nicht: er entscheidet, ob er den Bedingungen trotzt oder weicht, mit anderen Worten, ob er sich von ihnen überhaupt und in welchem Maße er sich von ihnen bestimmen läßt“ (Frankl, 1994, S. 156 - 157). Frankl betont also „die Erforschung von Möglichkeiten ..., die uns in dem kleinen Spielraum an beschränkter Freiheit jenseits des Schicksalhaften offenstehen“ (Lukas, 1991, S. 32).

5. Der Zeitfluss

Frankls Gedankengänge erinnern an Waddingtons „Epigenetische Landschaft“ (Füllgrabe 1994), bei der eine Kugel einen Berg herunter läuft und an bestimmten Hindernissen (Anhöhen usw.) „sich entscheiden“ muss, welchen von zwei unterschiedlichen Wegen sie jetzt einschlagen will.

Auch die Logotherapie betont den „Zeitpfeil“: „ ... das Leben verrinnt im Zeitfluß, es fließt von der Zukunft über die Gegenwart in die Vergangenheit. Aber es verrinnt nicht einfach nur, es gerinnt zur Geschichte, zur Wahrheit, zur Wirklichkeit.“ (Lukas 1991, S. 49). Entscheidend ist also nicht das passive Erleben der Zeit, sondern daß man sie aktiv erlebt und mitgestaltet.

6. Die existentielle Bilanz

Dies ist wichtig für die „Lebensbilanz“. Wer auf sein bisheriges Leben zurückschaut, sieht oft folgende Bilanz (Lukas, 1991, S. 53):

existentielle Bilanz

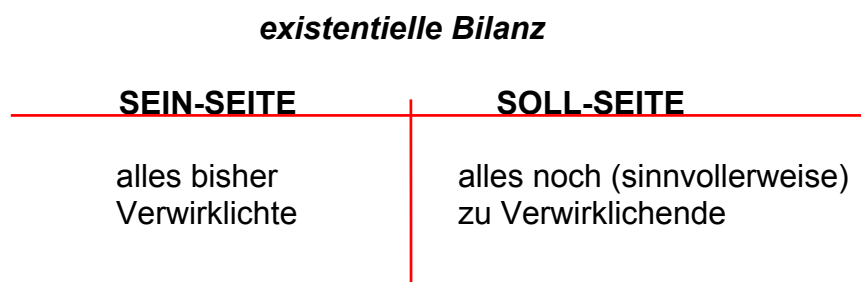
HABEN-SEITE	SOLL-SEITE
alles erfahrene Leid	alles nicht erfahrene Glück

„Eine solche Lebensbilanz verleitet schnell zur Bitterkeit und Traurigkeit, zum Hader mit dem Schicksal und zu seelischer Verhärtung im ständigen Groll“ schreibt Lukas

(1991, S. 54) treffend. Sie betrachtet eine derartige Bilanz als falsch: „Denn nicht auf das Haben kommt es an, sondern auf das Sein, und auch nicht auf das Gehabte, sondern auf das zum Sein Gewordene.“ Lukas (1991, S. 54) verdeutlicht dann den fundamentalen Unterschied zwischen dem Haben und dem Sein am folgenden Beispiel:

„Wenn jemand fragt: „Was hab’ ich davon, wenn ich meine Chefin betrüge“, so könnte die Antwort lauten „Mehr Geld.“ Wenn der Betreffende aber fragen würde: „Was bin ich dann, wenn ich meine Chefin betrüge?“ würde die Antwort lauten: „Ein Betrüger.“ Wobei gilt: das Mehr-Geld-Haben würde der Betreffende mit seinem Tode verlieren, aber das Betrüger-sein würde seinen Tod überdauern. Wenn er ein Betrüger **war**, wird er auch in Millionen Jahren, wenn niemand mehr von ihm weiß, ein Betrüger gewesen sein - das so-sein überdauert jedes Da-sein.“

Deshalb meint Lukas, dass die existentielle Bilanz im Leben nicht das HABEN, sondern das SEIN zum Soll in Bezug gesetzt werden. Wichtig ist aber auch, dass das SOLL nicht bloß den eigenen Anspruch ans Leben beinhalten sondern im Zusammenhang gesehen werden muss mit dem eigenen Auftrag, das Bestmögliche aus diesem Leben zu machen. Lukas (1991, S. 54) sieht deshalb als die richtige Bilanz an:



Hier steht auf der linken Seite „nicht das passiv Erfahrene, sondern das aktiv selbst Gestaltete, ...die Fülle dessen, was durch eigenes Zutun in die Wirklichkeit hineingeschaffen worden ist, wo es vor jedem weiteren Zugriff geschützt ist. Nicht das Verlorene und Abgeschlagene, nicht die leeren Stoppelfelder der Vergänglichkeit - um einen Vergleich von Viktor E. Frankl. zu gebrauchen -, sondern die vollen Scheunen, gefüllt mit der Ernte eines Menschenlebens, stehen auf der linken Seite“ (Lukas, 1991, S. 55).

Es wird deutlich, dass diese von Lukas vorgestellte Lebensbilanz das Auftreten von Resignation und Pessimismus verhindert oder, wenn ein verbitterter Mensch sie durch einen Therapeuten in dieser Form aufgestellt bekommt, aus seiner Verbitterung und Resignation herausgeführt werden kann. Dazu verhilft folgendes Bild: Frankl vergleicht das menschliche Leben mit einem Film, der gedreht wird. „Die bisherige Lebensvergangenheit ist der bereits belichtete Teil des Films, auf dem jede kleinste Szene festgehalten ist. Was bunt war, ist bunt, was dunkel war, ist dunkel; keine Szene wird mehr aus dem Film herausgeschnitten.

Die Zukunft, die noch vor einem liegt, ist unbelichtet. Nun sind wir nicht der alleinige „Regisseur“ des Films, das unergründbare Schicksal stellt die Kulisse. Aber uns ist das Privileg zuteil geworden, Mitregisseur sein zu dürfen, weil wir innerhalb der gestellten Kulisse auf alles Antwort geben, was geschieht, auf alles reagieren auf eine Art unserer Wahl, so daß nie bloß etwas **uns** geschieht, sondern zugleich auch immer etwas **durch uns** geschieht. In jeder kleinen Szene, die gedreht wird und in den belichteten Teil des Filmes hinüberwandert, ist unsere Antwort mit dabei. Und wenn es eine gute Antwort war, eine aufrechte und versöhnliche Antwort, hinter der und zu der wir stehen können, dann ist mit ihr ein Plus in die Szene eingebrannt worden, das

von keinem Minus eines noch so harten und schmerzlichen Schicksals aufgewogen werden kann. Am Ende des Lebens ist der ganze Film belichtet, ist fertig geworden, ein Menschenleben ist zu seiner Ganzheit gekommen, ist **ganz** in die Wirklichkeit hinein gekommen. Was jetzt zählt, das ist nicht die Länge des Films, keineswegs, sondern das sind eben jene kleinen Pluszeichen, die wir Szene für Szene, in unser Leben eingebrannt haben. Sie besiegeln die Güte des Films - und der Film ist unzerstörbar. In ihm leben wir weiter, oder wie Frankl es ausdrückt, **jede Tat ist ihr eigenes Denkmal**.

Und so gehen wir denn, wir noch Lebenden, hin im Bewußtsein der bedingungslosen Sinnhaftigkeit unseres Lebens und meißeln wir unsere eigenen Denkmäler ins Sein (Lukas 1991, S. 59 - 60).

Es wird also deutlich, warum die Logotherapie das aktive **Handeln** in der Zukunft betont und nicht das „Aufarbeiten der Vergangenheit“. Lukas (1991, S. 20) spricht sogar von der gefährlichen „Warum- Frage“, die nirgendwo hinführt.

7. „Deshalb“, nicht „Warum?“

„Nicht umsonst warnt Frankl davor, das Leben zu befragen. Etwa zu fragen: „Warum ist meine Tochter behindert? Warum ist mein Mann ein Trinker? Warum bin ich krank geworden? ... das Forschen nach einem Warum ist immer erfolgreich, aber selten hilfreich“ (Lukas 1991, S. 20).

„Nicht das Fragen ist unsere Sache, sondern das Antworten; nicht das Warum ist relevant für uns sondern das Deshalb. Das Leben fragt den einen: „Deine Tochter ist behindert? Was tust du jetzt?“ und den anderen: „Dein Mann ist ein Trinker. Was machst du daraus?“ Das Leben fragt den Dritten: „Deine Frau hat dich betrogen, Wie gehst du damit um?“ und den Vierten: "Du bist krank geworden. Wie stellst du dich dazu ein?" Die Antwort ist unser. Die Antwort ist frei. Das Warum in letzter Schärfe zu durchschauen, ist uns nicht gegeben, aber das Deshalb in letzter Freiheit zu wählen, ist uns gewährt. Während der eine antwortet wird: „Meine Tochter ist behindert, **deshalb** will ich von nichts wissen“, wird der andere antworten: „Meine Tochter ist behindert, **deshalb** soll sie meine besondere Zuwendung erhalten.“ Und während der eine antwortet wird: „Ich bin krank geworden, **deshalb** freut mich das ganze Leben nicht mehr“, wird der andere antworten: „Ich bin krank geworden, **deshalb** nütze ich jede Minute meines Lebens sorgfältig aus.“ Die Fragen, die das Leben uns stellt, können wir uns nicht aussuchen, aber die Antworten, die wir darauf geben, sind Zeugnis unserer ureigensten geistigen Haltung, gleichsam „Fingerabdrücke“ unseres Ichs“. (S. 21)

Die Logotherapie fordert also zu mutigem selbstbestimmten Handeln auf. In der Welt der „epigenetischen Landschaft“ würde dies bedeuten: Jemand steht an einem Abzweigungspunkt. Und es liegt jetzt in **seiner** Hand zu unterscheiden, wohin die Kugel des Lebens rollen wird.

8. Seelenfrieden durch Gewaltfreiheit

Angesichts der Tatsache, dass häufig Gewalt von Jugendlichen mit ihren schlechten Lebensbedingungen, mangelnden Lebensperspektiven usw. erklärt wird, kann man Lukas (1994, S. 190) nur zustimmen, wenn man sie durch derartige Erklärungen für ihre Taten eigentlich als „unmündig erklärt und sie dadurch im Negativen bestärkt.“

Im Vordergrund darf nicht das Verstehen von Fehlverhalten, kriminellen Delikten usw. stehen, sondern der Grundsatz: Niemand hat das Recht, Unrecht zu tun. Frankl (1994, S. 144 - 145) beleuchtet dies an folgendem Beispiel aus der Zeit nach seiner Befreiung aus dem Konzentrationslager Auschwitz.

„Vor allem konnte man bei primitiveren Naturen in dieser psychologischen Phase oft bemerken, daß sie nach wie vor in ihrer seelischen Einstellung unter der Kategorie der Macht und der Gewalt verharren; nur, daß sie nunmehr, als Befreite, selber diejenigen zu sein vermeinen, die ihre Macht, ihre Freiheit willkürlich, hemmungslos und bedenkenlos nützen dürfen. Für solche primitiven Menschen hat sich eigentlich nichts als das Vorzeichen der alten Kategorie geändert, es ist aus einem negativen ein positives geworden: aus den Objekten von Macht, Gewalt, Willkür und Unrecht sind die entsprechenden Subjekte geworden; aber sie haften eben noch an dem, was sie erlebt haben. Dies äußert sich oft in belanglos erscheinenden Kleinigkeiten. Wir gehen z.B. querfeldein, ein Kamerad und ich, dem Lager zu, aus dem wir vor kurzem befreit wurden; da steht plötzlich vor uns ein Feld mit junger Saat. Unwillkürlich weiche ich aus. Er aber packt mich beim Arm und schiebt mich mit sich mittendurch. Ich stammle etwas davon, daß man doch die junge Saat nicht niedertreten soll. Da wird er böse: in seinen Augen zuckt ein zorniger Blick auf, während er mich anschreit: » Was du nicht sagst! Und uns hat man zu wenig genommen? Mir hat man Frau und Kind vergast - abgesehen von allem andern - und du willst mir verbieten, daß ich ein paar Haferhalme zusammentrete ... « Nur langsam kann man diese Menschen zurückfinden lassen zu der sonst doch so trivialen Wahrheit, daß niemand das Recht hat, Unrecht zu tun, auch der nicht, der Unrecht erlitten hat. Und doch müssen wir daran arbeiten, diese Menschen zu dieser Wahrheit zurückfinden zu lassen, denn die Verkehrung dieser Wahrheit könnte leicht auch schlimmere Folgen haben als den Verlust von einigen tausend Haferkörnern für einen unbekanntem Bauern.“

9. Die Schuld

Im Gegensatz zu Deutungen, wo Erbanlagen, negative frühkindliche Erfahrungen, „die Gesellschaft“ für Fehlverhalten, Süchte oder Kriminalität verantwortlich gemacht werden, konfrontiert die Logotherapie den Menschen mit den Realitäten des Lebens. Lukas (1991, S. 16) spricht von der „tragischen Trias“ Leid, Schuld und Tod, die keinem menschlichen Dasein erspart bleibt.

Was das Thema Schuld betrifft, so weist Lukas richtig darauf hin, dass z.B. bei Diebstählen oder mutwilligen Sachbeschädigungen von Kindern weder

- autoritäre Reaktionen (Strafen, Schimpfen)
noch
- laissez faire (Augen-Zudrücken, Ignorieren)
hilfreich sind.

Auch kritisiert Lukas (1991, S. 42) das Modell „Therapie statt Strafe“ und schlägt als Modell „Engagement statt Strafe“ vor. Sie unterscheidet (S. 38) dazu drei Arten der Wiedergutmachung:

Wiedergutmachung

- an der Person oder Objekt, an der/den man schuldig geworden ist
- an einer anderen Person, anderen Objekt als der/dem man schuldig geworden ist
- durch innere Wandlung, die das Selbst wieder „gut“ macht.

Lukas (1991, S. 37 - 38) warnt ausdrücklich vor jeder „vorschnellen Schuldfähigkeitsabsprechung, die stets einer geistigen Entmündigung gleichkommt. Wer z.B. einem Mörder einreden wollte, daß aus ihm nichts anderes werden konnte als ein Mörder, bloß weil er aus einem „Broken-home-Milieu“ stammt oder seine Eltern kriminell waren, der würde ihm keinen guten Dienst erweisen. es wäre des Mörders schlimmste Verurteilung, nämlich die Verurteilung zu einem seelen- und willenlosen Reaktionsautomaten, der er sicher nicht ist.“

Dieser Gedankengang von Lukas scheint auch das paradoxe Phänomen zu erklären, dass Frank Farrelly (Farrelly & Brandsma, 1974) mit seiner Provokativen Therapie Straftäter, Psychotiker usw. z. T. in sehr drastischer Form erfolgreich ansprechen kann. Dadurch, dass er sie als Mensch respektiert, aber ihr Problem, ihr Fehlverhalten, ihr Symptom nicht akzeptiert, sondern durch Humor aus dem Symptom „herausprovoziert“, sehen sie: Er nimmt mich ernst, mein Fall ist gar nicht so unheilbar, mein Leben nicht unveränderbar.

Umgekehrt kommt vermutlich derjenige nicht wirklich an Straftäter heran, der ihnen die Verantwortlichkeit absprechen will und sie als Opfer ihrer Kindheit sieht. Dazu folgende Ausführungen von Frankl:

„Scheler hat einmal darauf aufmerksam gemacht, daß der Mensch ein Recht darauf hat, für schuldig befunden zu werden, und einen Anspruch darauf, bestraft zu werden. Sehen wir ihn für das bloße Opfer von Umständen an, dann nehmen wir ihm mit der Schuld die Würde. Gehört es doch zum Wesen des Menschen, schuldig werden zu können. Zum Wesen des Menschen gehört aber nicht nur die Freiheit, schuldig zu werden, sondern auch die Verantwortung dafür, die Schuld zu überwinden. In diesem Sinne habe ich einmal auch vor den Gefangenen von San Quentin gesprochen: Joseph B. Fabry „... hat die Reaktionen der Gefangenen - in San Quentin sind nur Schwerverbrecher untergebracht - beschrieben. „Die Psychologen fragen uns immer nach unserer Kindheit aus und nach all dem Schrecklichen, das es in der Vergangenheit gegeben hat. Immer die Vergangenheit - es ist nicht mehr auszuhalten - immer die Vergangenheit. Sie drückt uns nieder wie ein Mühlstein, den wir mit uns rumschleppen. Aber Frankl sprach darüber, was wir noch tun können, sogar im Gefängnis. Die meisten hören sich gar nicht mehr die Vorträge der Psychologen an. Ich habe mir den Vortrag von Frankl nur angehört, weil ich gelesen habe, daß er auch einmal Gefangener gewesen ist.“

Weitere Kommentare: „Man behandelt uns immer als hoffnungslose Kriminelle oder als Psychopathen, hier im Gefängnis und auch draußen, und so geben wir irgendwann auf, es einmal andersrum zu probieren. Wozu auch? Frankl hat etwas ganz anderes gesagt. Nachdem, was er sagt, liegt es durchaus an mir, mich zu ändern. Er muß es wissen. Er selbst hat einmal durch all das hindurch müssen“ (Frankl, 1994, S. 161/162).

10. Therapeutische Erfolge bei Straftätern

Zum Erfolg logotherapeutischen Arbeitens mit Strafgefangenen erwähnt Frankl (1994, S. 184) zwei Studien:

Drei Gruppen von je 16 Personen wurden 1972 hindurch mit Freudscher Psychoanalyse, behavioristischer Therapie und Logotherapie behandelt, während eine gleich große Kontrollgruppe unbehandelt blieb. In Gesprächen und mit Tests wurde festgestellt: „allgemeine Unzufriedenheit mit der psychoanalytischen Behandlung (7 von 16 Versuchspersonen waren abgesprungen) Interessenlosigkeit gegenüber der behavioristischen Therapie; ausgesprochene positive Reaktion auf die logotherapeutische Behandlung. „Bemerkenswert ist, daß der durchschnittliche Intelligenzquotient der so behandelten Patienten nicht höher als 78 war. Mit anderen Worten: Die Suche nach einem Sinn ist nicht die Angelegenheit einer intellektuellen Minorität, sondern jedes einzelnen Menschen. Die Möglichkeit, im Leben einen Sinn zu finden, ist aber ebenfalls nicht einigen wenigen Intellektuellen vorbehalten.“ (Frankl, 1994, S. 184)

„Louis S. Barber war Jahre hindurch in einem Rehabilitationszentrum („an example of a logotherapeutic environment“) tätig, in dem jugendliche Delinquenten behandelt werden. Es habe nun kaum einen Fall gegeben, meint er, in dem nicht ein Sinnlosigkeitsgefühl nachzuweisen gewesen wäre. „Wir haben eine der höchsten Rehabilitationsraten in den USA, eine Rückfallquote von weniger als 17 %“ (der Durchschnitt ist 40 %!) Den Erfolg schreibt er einem Vorgehen zu, das er mit den Worten „Logo-Erziehung in der Praxis umschreibt“ ... Seine Erfahrungen fasst er mit den Worten zusammen: „Ein logotherapeutisches Vorgehen eröffnet große Möglichkeiten auf dem Gebiet der Rehabilitation“ (Frankl, 1994, S. 185).

Literatur

- Böckmann, W. W. (1980). Sinn-orientierte Leistungsmotivation und Mitarbeiterführung. Stuttgart: Enke.
- Farrelly, F. & Brandsma J. M. (1974). *Provocative Therapy*. Cupertino: Meta Publications.
- Frankl, V. E. (1994). *Der Wille zum Sinn*. München: Piper.
- Füllgrabe, U. (1994). Die epigenetische Landschaft. Magazin für die Polizei
Teil 1 221, September 1994, 32 - 35
Teil 2 222 Oktober 1994, S. 25 – 31.
- Füllgrabe, U. (1997). *Kriminalpsychologie: Täter und Opfer im Spiel des Lebens*. Frankfurt: Edition Wötzel.
- Lukas, E. (1991). *Die magische Frage "wozu?"*. Freiburg Herder.
- Lukas, E. (1992). *Höhenpsychologie*. Freiburg: Herder.
- Lukas, E. (1997). *Auch Dein Leben hat Sinn*.
- Lukas, E. (1994). *Auch dein Leiden hat Sinn*. Freiburg: Herder.