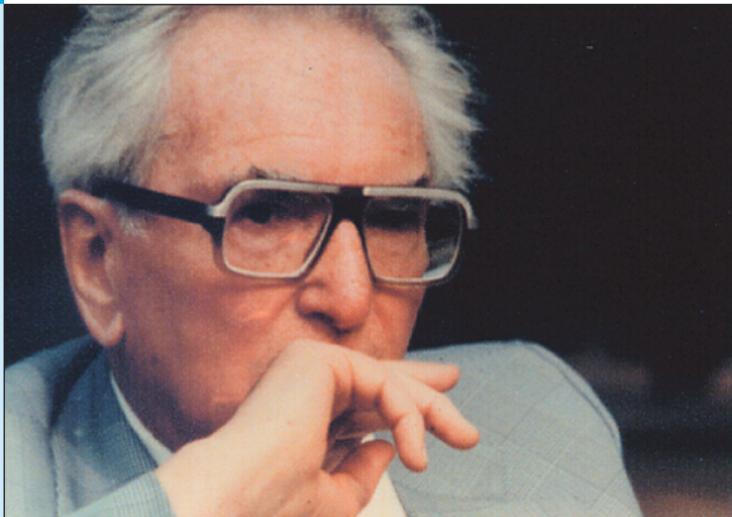


Viktor E. Frankl

# Logotherapie und Existenzanalyse

P S Y C H O L O G I E



Texte aus sechs Jahrzehnten

**BELTZ**

### Über dieses Buch:

Die von Viktor E. Frankl entwickelte Logotherapie ist ein eigenständiges psychotherapeutisches Verfahren und betont die Auseinandersetzung des Menschen mit der Frage nach dem Sinn seines Daseins. Ziel dieser Methode ist die Begleitung der Klienten beim Auffinden konkreter Sinnmöglichkeiten, also Hilfe bei Neuorientierung und Rückgewinn des Vertrauens in die Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens und die Würde der eigenen Person.

Ein halbes Jahrhundert Forschungsarbeit zeigt den Brückenschlag, den Viktor Frankl zwischen Psychiatrie, Philosophie und Psychologie vollzogen hat. Die vom Autor persönlich ausgewählten 13 Artikel und Vorträge umspannen einen Zeitraum von sechs Jahrzehnten.

- Zur geistigen Problematik der Psychotherapie
- Seelenärztliche Selbstbestimmung
- Philosophie und Psychotherapie
- Zur medikamentösen Unterstützung der Psychotherapie bei Neurosen
- Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie
- Psychologie und Psychiatrie des Konzentrationslagers
- Rudolf Allers als Philosoph und Psychiater
- Psychologisierung – oder Humanisierung der Medizin?
- Die Begegnung der Individualpsychologie mit der Logotherapie
- Hunger nach Brot – und Hunger nach Sinn
- Der Mensch auf der Suche nach einem letzten Sinn
- Bemerkungen zur Pathologie des Zeitgeistes
- Anhang: In memoriam 1938

### Der Autor:

*Viktor E. Frankl* (1905–1997), Begründer der Logotherapie, war Professor für Neurologie und Psychiatrie an der Universität Wien. Er gehörte 25 Jahre dem Vorstand der Wiener Neurologischen Poliklinik an und hatte Professuren in den USA inne. Weltweit bekannt wurde er mit seinem Bestseller »Man's Search of Meaning« (... trotzdem Ja zum Leben sagen – Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager).

Viktor E. Frankl

# Logotherapie und Existenzanalyse

Texte aus sechs Jahrzehnten

**BELTZ**

Besuchen Sie uns im Internet:  
[www.beltz.de](http://www.beltz.de)

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Hinweis zu § 52a UrhG: Weder das Werk noch seine Teile dürfen ohne eine solche Einwilligung eingescannt und in ein Netzwerk eingestellt werden. Dies gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen.

Der Abdruck des Textes »Die Begegnung der Individualpsychologie mit der Logotherapie« erfolgt mit freundlicher Genehmigung des Ernst Reinhardt Verlages.

2002 Beltz Verlag, Weinheim und Basel

3. Auflage 2010

©1998 Beltz Psychologie Weinheim und Basel  
Umschlaggestaltung: Federico Luci, Odenthal,  
unter Verwendung einer Fotografie von Alfred Eisenstadt

E-Book

ISBN 978-3-407-22257-7

In memoriam Otto Pötzl\*

\*1928-1945 Vorstand der Neurologisch-psychiatrischen  
Universitätsklinik Wien



# Inhalt

Einführung zur 1. Auflage von Giselher Guttmann . . . . .	9
1 Zur geistigen Problematik der Psychotherapie . . . . .	15
2 Seelenärztliche Selbstbesinnung . . . . .	31
3 Philosophie und Psychotherapie . . . . .	37
4 Zur medikamentösen Unterstützung der Psychotherapie bei Neurosen . . . . .	47
5 Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie . . . . .	57
6 Psychologie und Psychiatrie des Konzentrationslagers . .	185
7 Rudolf Allers als Philosoph und Psychiater . . . . .	217
8 Psychologisierung – oder Humanisierung der Medizin? . .	227
9 Die Begegnung der Individualpsychologie mit der Logotherapie . . . . .	245
10 Hunger nach Brot – und Hunger nach Sinn . . . . .	259
11 Der Mensch auf der Suche nach einem letzten Sinn . . . .	265
12 Bemerkungen zur Pathologie des Zeitgeistes . . . . .	285
Anhang: In memoriam 1938 . . . . .	297
Quellennachweis . . . . .	301
Weitere Werke von Viktor E. Frankl . . . . .	302
Über den Autor . . . . .	304
Namensregister . . . . .	314
Sachregister . . . . .	317



# Einführung zur ersten Auflage

von Giselher Guttmann

Am 14. Mai 1986 hat die Universität Wien Prof. DDr. Viktor Frankl die Ehrendoktorwürde der Naturwissenschaften verliehen. Es war das zwölftes Ehrendoktorat<sup>1</sup> Frankls und für mich als den Laudator dieser Feier ein Anlaß, zurückzublicken auf Lebenswerk und Leben eines Mannes, den ich selbst als junger Student vor mehr als 30 Jahren kennengelernt durfte.

Die Laudatio zu halten war keine schwierige Aufgabe: Einen Mann zu rühmen, von dem seit 1946 nicht weniger als 27 Bücher in 20 Sprachen<sup>2</sup> erschienen sind (unter anderem eine siebenbändige Ausgabe seines Gesamtwerks in japanischer Sprache!), ist nicht schwer. Die Verdienste des Verfassers von *Man's Search for Meaning* aufzuweisen, eines Werkes, das weltweit bis heute nicht weniger als 149 Auflagen erlebte, einen Wissenschaftler zu würdigen, bei dem man, um nicht in Zeitnot zu geraten, als Laudator die Ehrungen und Auszeichnungen nur exemplarisch wiedergeben kann, sollte eine einfache Aufgabe darstellen – gäbe es da nicht ein anderes Problem: aus der übergroßen Fülle seiner Werke auszuwählen, was für ihn, seine Thesen und seine Entwicklung entscheidend war.

Ich mußte damals im stillen Alleingang meine Entscheidung treffen und wurde von Viktor Frankl selbst in meiner Auswahl bestätigt. Als nun die Bitte an mich gerichtet wurde, zu einem Werk einleitende Gedanken zu formulieren, das „Texte aus fünf Jahrzehnten“ zusammenfassen will, war meine Neugier nicht gering, wie diese Selektion wohl aussehen möchte. War mir doch nur allzugut in Erinnerung geblieben, daß seine erste Publikation bereits im Jahre 1924 erschienen war – ein Datum, bei dem man stutzt, wenn man das Geburtsjahr 1905 bedenkt: Der erst Neunzehnjährige hatte in der Internationalen

<sup>1</sup> Inzwischen sind ihm 27 Ehrendoktorate verliehen worden. (Anmerkung des Lektorats)

<sup>2</sup> Derzeit sind es 30 Bücher bzw. Übersetzungen in 23 Sprachen. (Anmerkung des Lektorats)

Zeitschrift für Psychoanalyse einen Beitrag zur Entstehung mimischer Bejahung und Verneinung publiziert, dem eine langjährige Korrespondenz mit Freud vorausgegangen war, die der Mittelschüler Frankl geführt hatte. Bereits zwei Jahre später hielt er dann als junger Medizinstudent auf dem Internationalen Kongreß für Individualpsychologie ein Grundsatzreferat.

Schon damals begegnen wir der wesentlichsten Eigenheit Viktor Frankls: dem unbeugsamen Willen, einen eigenen Weg einzuschlagen. Und wer so entscheidet, hat es schwer, von bestehenden Institutionen akzeptiert zu werden. Die bereits im genannten Grundsatzreferat angedeuteten Abweichungen von den orthodoxen Schulmeinungen der Individualpsychologie wurden gravierender und führten schließlich zum Bruch mit Adler, auf dessen ausdrücklichen Wunsch Frankl 1927 von der Gesellschaft der Individualpsychologen ausgeschlossen wurde.

Der Beitrag *Die Begenung der Individualpsychologie mit der Logotherapie* gibt einen versöhnlichen Rückblick auf diese Entwicklungsphase, die für Frankl einen notwendigen Schritt auf seinem eigenen Weg darstellte. Ihm war offenbar bereits damals klar, daß sich die Psychoanalyse das Ziel setzt, den Menschen an die Wirklichkeit anzupassen, während die Individualpsychologie auf eine *Gestaltung* dieser Wirklichkeit abzielt – eine Stufenfolge, in der schon dem jungen Frankl die nächste, letzte und entscheidende Position zu fehlen schien. Sie wird im Beitrag *Zur geistigen Problematik der Psychotherapie* dargelegt:

Der wesentliche Schritt über Anpassung und Gestaltung hinaus ist das Übernehmen von *Verantwortung*: Ich sein heißt verantwortlich sein. Und so ist als höchste Ebene die der *Sinnfindung* zu postulieren, das Auffinden jener Werte, die der einzelne in seinem konkreten Lebensschicksal verwirklichen kann. Und schon in dieser 1938 verfaßten Arbeit stellt Frankl klar, daß hier nicht wir, sondern vielmehr der Kranke selbst zu entscheiden hat. Zu entscheiden, vor *wem* er sich verantwortlich fühlt (sei es vor Gott, sei es vor seinem Gewissen) und *wofür* er sich verantwortlich fühlt, also welchen Sinn er in seinem Leben findet.

In diesen frühen Schriften der ausklingenden dreißiger Jahre stellt Viktor Frankl bereits das Problem der scheinbaren Sinnlosigkeit der Existenz in den Mittelpunkt seiner Überlegungen und fordert den

bemerkenswerten Therapieschritt des *weltanschaulich geführten Gesprächs*.

Dabei wird eine gefährliche Klippe erkannt und umgangen: Daß nämlich nicht ein bestimmter Standpunkt angeboten oder gar oktroyiert werden darf, sondern vielmehr die kompromißlos unmissionarische Haltung ein Zentraldogma der seelenärztlichen Tätigkeit zu sein hat. Klar und verbindlich spricht Frankl dies in *Seelenärztliche Selbstbesinnung* aus: »Welche Weltanschauung jemand wählt, bleibe unbeeinflußt. Entscheidend ist, daß er Weltanschauung besitzt.«

Diese tolerante Haltung macht nicht einmal vor der religiösen Sphäre halt: In der Oskar-Pfister-Lecture *Man's Search for Ultimate Meaning*<sup>1</sup> wird die Brücke zur Religion mit allen Konsequenzen für die seelenärztliche Tätigkeit geschlagen. Doch Frankls Auffassung des Begriffes »Religion« ist so weit, daß Agnostizismus und selbst Atheismus mit eingeschlossen werden können.

In seiner Autobiographie schildert Viktor Frankl, wie er im Alter von etwa vier Jahren mit der Erkenntnis aus dem Schlaf aufschreckte, auch er werde eines Tages sterben müssen. War es dieser frühe Impuls, der ihn die Zentralfrage so klar formulieren ließ: Wie sich der Sinn des Lebens mit der Vergänglichkeit in Einklang bringen läßt? Schon als Mittelschüler setzte sich Frankl, unter anderem von Gustav Theodor Fechner angeregt, mit Ideen auseinander, die er später mit Martin Heidegger diskutieren sollte. Und so ist für ihn von Anfang an der weltanschauliche Bereich in die nervenärztliche Tätigkeit integriert:

In *Philosophie und Psychotherapie* wird die unmißverständliche Forderung erhoben, daß der Nervenarzt nicht »vorbeibehandeln« darf an weltanschaulichen Entscheidungen und persönlichen Werten des Patienten. Neurosen entstehen durch ganz bestimmte weltanschauliche Positionen bzw. werden durch sie aufrechterhalten. Und wohl nicht zufällig greift Frankl in seinem Beitrag *Rudolf Allers als Philosoph und Psychiater* ein wörtliches Zitat seines Physiologielehrers auf: »Ich habe noch keinen Fall von Neurose gesehen, bei dem sich nicht als letztes Problem und als letzter Konflikt eine, wenn man es so nennen will, ungelöste metaphysische Frage enthüllt hätte ...«

<sup>1</sup> In der zweiten Auflage erscheint dieser Vortrag unter dem deutschen Titel „Der Mensch auf der Suche nach einem letzten Sinn“ (S. 265ff).

Als wollte das Schicksal Frankl an seinen eigenen Thesen messen, erfährt dieser zielstrebige und erfolgreiche Weg einen jähen Bruch: Er wird aus der Arbeit als Primarius am Rothschild-Spital gerissen und in mehrere Konzentrationslager gebracht (unter anderem nach Auschwitz). Was ist über diese Jahre zu sagen, in denen er in den Konzentrationslagern seine erste Frau verlor, seinen Vater, seine Mutter, seinen Bruder? Völlig unpathetisch spricht Frankl selbst von einem großen *experimentum crucis* für seine damals schon klar ausformulierten Vorstellungen über Sinnfindung: »Überleben kann nur durch eine Orientierung auf die Zukunft erfolgen, auf einen Sinn, dessen Erfüllung in der Zukunft wartet.«

Mutet es nicht wie eine kürzelhafte Illustration des Schicksals an, daß das Manuskript der *Ärztlichen Seelsorge* verlorengegangen war und der Wunsch nach seiner Rekonstruktion einer der entscheidenden Impulse zum Überleben von Viktor Frankl wurde? In *Psychologie und Psychiatrie des Konzentrationslagers* stellt Frankl in affektlos sezierender Form die Grenzsituation einer permanent provisorischen Existenz und der andauernden Ungewißheit des Endes dar. Er hatte jedoch nicht nur die Kraft zu überleben, sondern auch nach seiner Rückkehr aus dem KZ die Stärke, mit ruhiger Besonnenheit seinen Maximen treu zu bleiben. Mit Entschiedenheit tritt er gegen den Gedanken einer Kollektivschuld auf und schreibt 1947 in *Die Existenzanalyse und die Probleme der Zeit*: »Sofern es kollektive Verantwortung gibt, kann sie nur eine planetarische sein. Die eine Hand soll sich nichts darauf einbilden, daß nicht sie es ist, sondern die andere, die von einem Geschwür befallen wurde; denn immer ist es der ganze Organismus, der erkrankt ist.«

Seine differenzierte, von einer positiven Grundeinstellung getragene Haltung – etwas durch Liebe zur Existenz zu bringen – verdichtet Viktor Frankl 1947 in *Zeit und Verantwortung*, indem er dem Descartes'schen *Cogito ergo sum* ein *Amo ergo est* gegenüberstellt.

Der Brückenschlag zwischen Philosophie und Psychotherapie – von Frankl in seiner Lehre wie auch in seinem Leben realisiert – darf freilich nicht eine weitere entscheidende Komponente vergessen lassen: seine naturwissenschaftlich-experimentelle Begeisterung. In seiner autobiographischen Skizze berichtet er, daß er bereits im Alter von drei Jahren den Wunsch äußerte, Arzt zu werden, und auch einige Ideen zur Erprobung von Medikamenten vorstellen konnte (die aller-

dings den gegenwärtigen Standards nicht ganz entsprechen dürften).

Die Experimentalpsychologie fesselte Frankl jedenfalls so sehr, daß er 1949 in Wien mit dem Hauptfach Psychologie promovierte. Der Hauptgedanke, daß neben der noetischen und der psychologischen Ebene der *biologische Bereich* nicht übersehen werden darf, ist wohl auch dafür verantwortlich, daß er bereits 1939 die Arbeit *Zur medikamentösen Unterstützung der Psychotherapie bei Neurosen* vorlegte. Und so wird es wohl nur den Außenstehenden wundern, daß Pöldinger in seinem *Kompendium der Psychopharmakotherapie* Frankl als einen der ersten zitiert, die günstige Behandlungserfolge bei ängstlich-gespannten Depressionen mit Glyzerinestern berichten konnten, und ihn unter die Pioniere der Tanquilizerforschung einreicht.

Freilich wird auch hier das »Werkzeug« Medikament nicht isoliert gesehen. Es hat vielmehr nach Frankls Überzeugung den Stellenwert eines Dopings »in einem Kampfe, zu dem der Kranke die Waffe aus der Hand des Psychotherapeuten schon vorher erhalten haben muß«. Dieser 1939 niedergeschriebene Satz scheint heute wichtiger denn je – in einer Zeit, die von der Überzeugung geprägt ist, daß es für und gegen alles eine Pille gibt und geben muß.

Viktor Frankls Aufgeschlossenheit gegenüber der Experimentalpsychologie war aber auch Triebfeder dafür, daß bereits 1972 die erste empirische Arbeit (*Logotherapie als Persönlichkeitstheorie* von Elisabeth Lukas) bei mir als Dissertation eingereicht wurde. Ihr folgte eine lange Reihe von Arbeiten, in denen einzelne Thesen und Gedanken der Forschungsrichtung Existenzanalyse bzw. der psychotherapeutischen Behandlungsmethode Logotherapie untersucht wurden.

Gerade hierbei darf allerdings ein Kerngedanke von Frankls Lebenswerk nicht übersehen werden: Im Versuch, dem Kranken zu helfen, darf man der weltanschaulichen Auseinandersetzung nicht ausweichen. Techniken wie das Ignorieren der Symptome, die Dereflexion oder gar ihr Ironisieren, die paradoxe Intention mögen uns in viel später entstandenen verhaltenstherapeutischen Ansätzen begegnen. Sie jedoch als isolierte Werkzeuge einzusetzen muß notwendigerweise zu derselben Enttäuschung führen wie eine Überbewertung der medikamentösen Unterstützung der Therapie.

Der hier vorgelegte Querschnitt durch ein halbes Jahrhundert Forschungsarbeit zeigt den wunderbaren Brückenschlag, den Viktor Frankl zwischen Psychiatrie, Philosophie und Psychologie vollzogen

hat. Wir würden sein Anliegen mißverstehen, wollten wir es dabei bewenden lassen, diesen Brückenschlag zu bewundern, und nicht zu erkennen, daß Frankl damit gleichzeitig die untrennbare Einheit dieser drei Bereiche fordert. Psychotherapeutisches Bemühen ohne Einbeziehung der philosophisch-weltanschaulichen Dimension muß fruchtlos bleiben. Die vorliegenden Arbeiten werden helfen, diese Forderung aus ihrer Entstehungsgeschichte zu verstehen und damit ernst zu nehmen. Es sei mir erlaubt, bei Frankls eigenen Formulierungen eine Anleihe zu nehmen, wenn ich die Hoffnung ausspreche, daß dieser Band erkennen läßt: Der Sinn des Lebens von Viktor Frankl mag darin gelegen sein, anderen zu helfen, in ihrem Leben einen Sinn zu sehen!

Giselher Guttmann, geboren 1934 in Wien, ist Professor für allgemeine und experimentelle Psychologie an der Universität Wien.

# 1 Zur geistigen Problematik der Psychotherapie

## [1938]

Sobald wir darangehen, die geistige Problematik der Psychotherapie aufzuzeigen, empfiehlt es sich fürs erste einmal, die gegenwärtigen psychotherapeutischen Strömungen in wissenschaftshistorischem Aspekt daraufhin zu untersuchen, welche geistesgeschichtlichen Entwicklungstendenzen zu beobachten seien. Hier finden wir nun als große historische Repräsentanten die Systeme der *Psychoanalyse* und der *Individualpsychologie* vor. Fragen wir uns aber, was denn den wesentlichen Befund in bezug auf das neurotische Geschehen vom Standpunkt der genannten Lehrmeinungen ausmache, so können wir folgendes feststellen: Für den Psychoanalytiker besteht das wesentliche Moment bei der Entstehung neurotischer Symptome in der *Verdrängung*, im Unbewußtmachen gewisser Bewußtseinsinhalte; das therapeutische Prinzip im Rahmen der Psychoanalyse ist demgemäß wesentlich ein Bewußtwerdenlassen im Sinne der Aufhebung von Verdrängungen. Kennzeichnend für diesen Grundzug der psychoanalytischen Behandlungsmethode mag wohl der Ausspruch von Sigmund Freud sein, daß dort, wo Es ist, Ich werden soll – eine Tat, die er mit der Trockenlegung der Zuidersee vergleicht. Demgegenüber sehen wir bei der individualpsychologischen Behandlungsweise, daß hier das neurotische Symptom, ganz im Sinne des grundlegenden Adlerschen Begriffes des *Arrangements*, als ein Versuch des Individuums gedeutet wird, Verantwortung abzuwälzen. Es wird also nach der psychoanalytischen Auffassung im neurotischen Geschehen das Ich als Bewußt-Sein irgendwie eingeschränkt, während nach der individualpsychologischen Lehre eine Minderung des Verantwortlich-Seins eintritt.

Eine allgemeine Besinnung auf die tiefsten Grundlagen menschlicher Existenz ergibt nun folgende anthropologische

Formel: *Ich-Sein heißt Bewußt-Sein und Verantwortlich-Sein.*<sup>1</sup>

Im Lichte dieser anthropologischen Grundformel zeigt es sich also, daß Psychoanalyse bzw. Individualpsychologie je eine Seite der menschlichen Existenz in ihr Blickfeld rücken, um von ihr aus zu einer Deutung des neurotischen Geschehens vorzudringen. Das besagt aber auch gleichzeitig nicht weniger, als daß beide Systeme nicht ganz zufällig geschaffen wurden, daß sie vielmehr mit wissenschaftstheoretischer Gesetzmäßigkeit, ja aus ontologischer Notwendigkeit heraus entstehen mußten und, in diesem Aspekte, ihre Einseitigkeiten sowohl wie ihre Gegen-sätzlichkeit bloß wirkliche Ergänzungen darstellen.

Aber nicht nur die von uns supponierten *anthropologischen Ausgangspunkte* beider Lehren bilden eine wahrhafte Ergänzung zueinander, sondern auch der *methodische Weg*, auf dem sie sich in ihrer Grundauffassung vom menschlichen Seelenleben bewegen. Beide Lehren machen sich nämlich einer Einschränkung der phänomenal gegebenen seelischen Wirklichkeit schuldig, die Psychoanalyse in materialer Hinsicht, was den Inhalt seelischer Strebungen anlangt, indem sie als möglichen Inhalt in letzter Auflösung immer nur Libidinöses gelten läßt. Demgegenüber schränkt die individualpsychologische Auffassung das seelische Geschehen insofern in formaler Hinsicht ein, als sie wohl Strebungen verschiedenen Inhalts anerkennt, soweit aber neurotische Formen in Frage stehen, sie irgendwie als unecht hinstellt, als Mittel zum Zweck, im Sinne des angeführten Arrangementbegriffes.<sup>2</sup> Faktisch ist es natürlich so, daß im allgemein-seelischen, aber auch im neurotischen Geschehen einerseits nicht nur libidinöse, sondern auch andere Strebungen be-

<sup>1</sup> Diese beiden Komponenten haben natürlich, wie jede geistige Funktion, ihre biologische Fundierung, indem das Bewußt-Sein vom Evidenzgefühl getragen wird und anderseits das Verantwortlich-Sein auf die Instinktsicherheit des Individuums angewiesen ist. Beide Funktionen scheinen im Falle des originären zwangsneurotischen Charakters in ihrer biologischen Schicht irgendwie erschüttert und in den einzelnen zwangsneurotischen Symptomen kompensatorisch überbaut: finden wir doch, daß der Zwangsneurotiker in seinem ganzen Leben gerade an einem Übermaß an Bewußtheit und Verantwortlichkeitsgefühl zu leiden hat.

<sup>2</sup> Auf dem Ips. Kongreß in Düsseldorf (1926) hat Verf. versucht, die Neurose primär als Ausdruck und erst sekundär als Mittel darzustellen.

deutsam sind, während anderseits – im Gegensatze zur individualpsychologischen Auffassung – neurotische Symptome nicht nur Mittel zum Zweck, sondern auch (zumindest primär) unmittelbarer Ausdruck sind. Immerhin haben wir gesehen, wie auch in dieser Beziehung Psychoanalyse und Individualpsychologie in ihren einseitigen und zu Übertreibungen führenden psychologischen Grundpositionen letzten Endes nur zwei notwendige Ergänzungen darstellen.

Was nun schließlich, über den anthropologischen Ausgangspunkt und den methodischen Weg hinaus, das *weltanschauliche Ziel* anlangt, das beiden Lehren in ihrer Praxis bewußt oder unbewußt vorschwebt, jedenfalls aber implicite in ihnen enthalten ist, können wir folgende Feststellungen machen: Die oberste Maxime psychoanalytischen Handelns ist die Herstellung eines Kompromisses zwischen den Ansprüchen des Unbewußten einerseits und den Forderungen oder der Versagung der Realität anderseits, somit die *Anpassung* der Triebhaftigkeit an die Wirklichkeit. Die Individualpsychologie hingegen hat die therapeutische Devise, über jedwede Anpassung des Individuums hinausgehend zu einer mutigen *Gestaltung* der Wirklichkeit seitens des Ichs zu gelangen. (Hier stoßen wir also beim Vergleich beider Systeme erstmalig statt auf ergänzendes Gegenüberstehen auf eine fortschreitende Stufenfolge!) Fragen wir uns nun mehr, ob es denn nicht außer Anpassung und Gestaltung sozusagen eine weitere Dimension gebe, in die der Mensch vorzudringen hat, sofern wir ihn gesunden lassen wollen; oder fragen wir uns, welche die letzte Kategorie sei, die wir noch mit einzubziehen haben in unser Bild vom Menschen, wenn es seiner seelisch-geistigen Wirklichkeit gerecht werden soll – dann gelangen wir zu der Ansicht, daß diese Kategorie die der *Erfüllung* sein mag, der Sinnfindung. Dabei wäre zu bemerken, daß Erfüllung des Menschen wesentlich über bloße Gestaltung seines Lebens hinausreicht, so zwar, daß Gestaltung jeweils eine extensive, Erfüllung bzw. Sinnfindung jedoch gleichsam eine vektorielle Größe darstellen: Sinnfindung ist gerichtet, gerichtet nämlich auf jene jeder einzelnen menschlichen Person vorbehaltene oder, besser gesagt, aufgegebene Wertmöglichkeit, die es eben zu erfüllen gilt; gerichtet auf jene Werte, die jeder einzelne

Mensch in der Einmaligkeit seiner Existenz und Einzigartigkeit seines Schicksalsraumes zu verwirklichen hat. Ist somit Psychoanalyse auf *Vergangenheit* und Kausalität, Individualpsychologie aber auf *Zukunft* und Finalität eingestellt, so rekurriert eine Psychotherapie in diesem letzten Sinne wesentlich auf *Zeitlos-Überzeitliches*, eben auf ein Absolutes im Sinne objektiver Werthaftigkeit. Oder: Setzt die Individualpsychologie dem bloßen Müssten der psychoanalytischen Auffassung das Wollen (»mütige Gestaltung« sagten wir oben) entgegen, dann müssen wir noch fragen: Wo bleibt jene dritte Kategorie des Sollens? Wurde doch tatsächlich in beiden Lehren der Komplex all jener Strebungen vernachlässigt, den man unter Variation des bekannten individualpsychologischen Schlagwortes als »moralisches Geltungsstreben« bezeichnen könnte, im Sinne eines durchaus echten, originären Strebens nach moralischer Geltung.

Derartigen Rechtsansprüchen der Psychotherapie kommt bekanntlich Fritz Künkel entgegen, wenn er der bisherigen Seelenheilkunde das Postulat einer Seelenheil-Kunde entgegengesetzt. Wobei wir uns jener Definition von Max Scheler erinnern, nach der das Heil des Menschen in der Erfüllung seiner höchstmöglichen Werte gelegen ist. J. H. Schultz spricht einmal von »höheren Existentialwertschichten« und sagt von ihnen: »Wer dort beheimatet ist, kann leiden, ohne krank, ohne neurotisch zu werden.« Wo ist jene therapeutisch interessierte Psychologie, die diese »höheren« Schichten menschlicher Existenz in ihren Aufriß einbezöge und in diesem Sinne und im Gegensatz zum Worte von der »Tiefenpsychologie« den Namen »*Höhenpsychologie*« verdiente? Wo ist, mit anderen Worten, jene Theorie vom schlechthin seelischen und im besonderen vom neurotischen Geschehen, die über den Bereich des Psychischen hinauslangend die gesamte menschliche Existenz, in all ihrer Tiefe und Höhe, berücksichtigte und demgemäß als *Existenzanalyse* bezeichnet werden könnte?

Solche Gedanken sind ja nicht neu; es wird aber darauf ankommen, mit methodischer Sauberkeit ihnen nachzugehen, um in ihren praktischen Konsequenzen jene weltanschauliche Fairneß zu wahren, ohne die eine existenzanalytische Einstellung zum Kranken nicht denkbar ist. – Jene Psychotherapeuten ha-

ben es selbstverständlich leicht, die vermöge ihrer Personalunion in der psychotherapeutischen Praxis gleichzeitig Ärzte sein können und weltanschauliche Führer, etwa ihr psychotherapeutisches Handeln bewußt in den Dienst ihrer religiösen Überzeugung oder ihrer politischen Wertung stellen. Gerade daran wird aber die spezifische Gefahr ersichtlich, die jede bewußt wertende Psychotherapie mit sich bringt, die Gefahr einer Grenzüberschreitung rein ärztlichen Handelns sowie des Oktrois der persönlichen Weltanschauung des Arztes auf den Kranken im Rahmen seiner Behandlung. Tatsächlich haben sich auch seit längerer Zeit immer wieder warnende Stimmen erhoben. Einer der führenden Geister der deutschen Psychotherapie, der allzufrüh verstorbene Hans Prinzhorn, stellte die Frage: »Im Namen welcher Instanz . . .« Will heißen, im Namen welcher Instanz vermag der Psychotherapeut in seiner Praxis wertend vorzugehen. v. Weizsäcker erinnert daran, daß wir Psychotherapeuten »nicht Menschen bilden, sondern ermöglichen« sollen. Schließlich warnt niemand Geringerer als Kretschmer davor, daß der Arzt zum Priester werde.

Auf der anderen Seite jedoch treten uns immer dringlicher die Forderungen entgegen, Weltanschauung und Wertungen bewußt ins psychotherapeutische Handeln einzubeziehen. Spricht doch Gauger direkt davon, daß »die Frage nach der Sinngebung des menschlichen Daseins die Frage der Psychotherapie« sei und bezeichnet »seelische Gesundheit« als »nichts anderes als die richtige Antwort auf die Frage nach dem Sinn des Lebens«. Für J. H. Schultz »ist die Neurose recht eigentlich ein Fall von sinnlosem Leben«. Und C. G. Jung kennzeichnet die Neurose als »das Leiden der Seele, die ihren Sinn nicht gefunden hat«.

Wir sehen somit eindeutig und eindringlich, wie sehr eine weltanschauliche und bewußt wertende Stellungnahme in der Psychotherapie nötig ist, und müssen uns anderseits fragen, ob sie auch möglich sei, d. h. erlaubt vom Standpunkt jener weltanschaulichen Fairneß und methodischen Sauberkeit, die wir oben zur Voraussetzung machten. Gegenüber dem Dilemma: *Notwendigkeit einer Wertung und Unmöglichkeit des Oktrois* – gelangen wir so in eine Problemlage, die sich in Anlehnung an die mu-

stergültige geschichtliche Formulierung Kants folgendermaßen ausdrücken läßt: Ist Psychotherapie als wertende Psychotherapie möglich? Und: Wie ist Psychotherapie als wertende Psychotherapie möglich? Was also in der gegenwärtigen kritischen Situation der Psychotherapie wesentlich not tut, sind, um weiter mit Kant zu sprechen, sozusagen »Prolegomena zu einer Psychotherapie, die als wertende Psychotherapie wird auftreten können«.

Aus dem geschilderten Dilemma hilft uns nun aber jene schlichte und doch umfassende Besinnung auf den tiefsten Gehalt menschlichen Daseins, auf den phänomenalen Urtatbestand menschlicher Existenz, deren Ansatz wir ja bei der oben skizzierten Grundlegung einer Existenzanalyse berührt haben. Gingen wir doch davon aus, daß das Verantwortlich-Sein neben dem (selbstverständlichen) Bewußt-Sein das menschliche Da-Sein ausmache. Die Verantwortlichkeit der menschlichen Person, betrachtet als anthropologischer Zentralbegriff, bedeutet aber auch einen ethischen Grenzbegriff, d. h. einen Begriff, der ethisch noch neutral ist. Wenn wir nämlich einen Menschen sein Dasein zutiefst als Verantwortlichsein verstehen lassen, wenn wir ihm somit seine Verantwortlichkeit als tragenden Grund seiner Existenz bewußt machen, so beinhaltet das für ihn schon eine unbedingte Verbindlichkeit zu wertender Stellungnahme, mit anderen Worten, der seiner Verantwortlichkeit bewußt gewordene Mensch ist irgendwie gezwungen, aus eben dieser Verantwortlichkeit heraus schlechthin zu werten; wie er aber wertet, welche Wertrangordnung er etwa aufstellen mag, das entzieht sich bereits der ärztlichen Einflußnahme. Ja, wir werden sogar fordern müssen, daß er gerade aus seiner bewußt gewordenen Verantwortlichkeit heraus von sich aus, selbständig zu den seiner Individualität gemäßigen (»wahlverwandten« [Wladimir Eliasberg]) Werten und Wertskalen vordringe, während andererseits wir es uns versagen müssen, auf diese konkreten Stellungnahmen bzw. auf die einzelnen Wertinhalte Ingerenz auszuüben.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Diese Auffassungen lassen sich von vielen Seiten her durch ähnlich laufende belegen. Karl Jaspers spricht etwa vom »Sein als entscheidendem Sein«; Pfeiffer, in seinem Büchlein über Martin Heidegger und Karl Jaspers, bezeichnet

Sobald also nur einmal, im Rahmen eben jener geforderten Existenzanalyse, der Kranke seiner wesenhaften Verantwortlichkeit durch den Psychotherapeuten sich bewußt geworden ist, wird dieser, der Arzt, etwa die Lösung folgender zwei Hauptfragen dem Kranken selbst überlassen müssen: 1. *Vor wem* dieser sich verantwortlich fühle – z. B. ob vor dem eigenen Gewissen, oder: vor Gott – und 2. *wofür* er sich verantwortlich fühle, d. h., welchen konkreten Werten er dienend sich zuwendet, in welcher Richtung er den Sinn seines Lebens findet und welche Aufgaben ihn erfüllen.

Die Lösung dieser Fragen bleibt also auf jeden Fall dem Kranken selbst vorbehalten. Und wenn er, wie so viele differenziertere Persönlichkeiten, sein Ringen um den Sinn seiner Existenz, mit der Frage nach dem Sinn des Lebens, uns offenbart, so werden wir ihm vor allem bewußt machen müssen, daß letztlich nicht er der Fragende ist, sondern eigentlich der Befragte; daß es dem Urtatbestand der Verantwortlichkeit im Dasein mehr entspräche, wenn er, statt stets nach dem Sinn des Lebens zu fragen, sich selbst als Befragten erlebte, als Menschen, dem das Leben seinerseits ständig Fragen stellt, als ein Wesen hingestellt mitten in eine Fülle von Aufgaben. Lehrt doch die Psychologie, daß Sinnentnahme auf einer höheren Entwicklungsstufe steht als Sinngebung. Zur persönlichen Fähigkeit jedoch, dem eigenen Leben in seiner Einzigartigkeit und Einmaligkeit Sinn zu entnehmen, zur Fähigkeit der selbständigen Sinnfindung also, haben wir Psychotherapeuten den Kranken zu bringen.

All das, was wir bisher besprochen haben, macht sozusagen

net ausdrücklich die »Verantwortlichkeit als Letztes«. Im besonderen hinsichtlich der Psychotherapie definierte Rudolf Allers einmal (in einem Vortrag) die Psychotherapie als »Erziehung zur Anerkennung der Verantwortlichkeit«. Und Arthur Kronfeld, der sich des oben besprochenen Dilemmas wohl bewußt ist, fordert, daß der Neurotiker »sich selbst gegenüber erhöht verantwortlich« werde. In bezug auf die angedeutete Grenzsetzung für die wertende Psychotherapie verlangt J. H. Schultz, daß »der Kranke durch die Arbeit des Arztes ein Mensch werde eigenen Wesens, eigener Welt, eigener Verantwortung«. Und auch Meinertz wünscht: »... nicht bestimmte Werte aufzuzeigen, bekehren; sondern helfen, zu seinen Werten, seiner Persönlichkeit angemessenen Möglichkeiten durchzustoßen«. Ganz klar formuliert Oswald Schwarz den Sachverhalt (in einem privaten Schreiben): »Wir geben Haltungen und nie Inhalte.«

den allgemeinen Teil einer Existenzanalyse aus, der nunmehr ergänzungsbedürftig ist durch deren speziellen Teil, unter dem wir uns jene Technik vorstellen, die mit den vielfältigsten Einwänden des Kranken fertig wird, und jene Dialektik, die die Auflehnung des Menschen gegen die vermeintliche Bürde des Verantwortlichseins, die Flucht vor seiner Freiheit aufhebt. Vor allem wird es unter Umständen notwendig sein, das Aufzeigen der Verantwortlichkeit als eines Grundzuges menschlichen Da-seins dem Verständnis des schlichten Menschen näherzubringen, in einer möglichst konkretisierenden Alltagssprache, die sich in manchen Fällen nicht scheuen darf, sich geeigneter Gleichnisse zu bedienen. Was hier und in weiterem folgt, ist selbstredend Produkt persönlicher Erfahrung in derartigen weltanschaulichen Diskussionen mit Kranken, es haftet alldem sonach nicht nur die Note des Praktischen, sondern, naturgemäß, auch der Charakter des Fragmentarischen und Subjektiven an, wie eben aller persönlichen Empirie.

Um also, wie gesagt, dem schlichten Menschen des Alltags seine volle Verantwortlichkeit bewußt werden zu lassen, können wir ihn etwa darauf verweisen, wie er mit seinem persönlichen Leid, aber auch mit seinen vielfachen Möglichkeiten, es zu besiegen, ganz vereinzelt dasteht; diesen Herrn X. Y. oder diese Frau N. N. gibt es sozusagen im ganzen kosmischen Geschehen nur ein einziges Mal; und wie er bzw. sie mit ihrem Leben fertig wird, was diese Menschen tun oder auch unterlassen, das alles ist unwiederholbar und endgültig. Diese Menschen stehen mit ihrem Schicksal jeweils einzige da, niemand vermag es ihnen abzunehmen, die Aufgabe, es zu erfüllen, ist einzigartig und exklusiv. Aus diesem Bewußtsein der spezifischen Aufgabe jedes einzelnen folgt dann automatisch das Bewußtsein der Verantwortung ihr gegenüber, ja mitunter geradezu das Gefühl einer gewissen Mission. Nichts aber vermag einen Menschen im Kampfe gegen Schwierigkeiten oder, wenn es darauf ankommt, im Ertragen des Unvermeidlichen stärker zu machen als eben dieses Gefühl, eine einmalige Aufgabe zu haben und in deren Erfüllung unvertretbar zu sein.

Oder aber wir weisen den betreffenden Kranken an, sich einmal vorzustellen, sein Lebensablauf wäre ein Roman und er

selbst eine entsprechende Hauptfigur; es läge dann aber ganz in seiner Hand, den Fortgang des Geschehens von sich aus zu lenken, sozusagen zu bestimmen, was im jeweils nächsten Kapitel zu folgen hat. Auch dann wird er statt der scheinbaren Last der Verantwortung, die er scheut und vor der er flüchtet, seine wesenhafte Verantwortlichkeit im Dasein als Freiheit der Entscheidung gegenüber einer Unzahl von Möglichkeiten des Handelns erleben. Noch intensiver können wir schließlich an den persönlichen Einsatz seiner Aktivität appellieren, wenn wir ihn dazu auffordern, sich vorzustellen, er sei an einem Endpunkt seines Lebens angelangt und im Begriffe, seine eigene Biographie zu verfassen; und eben jetzt halte er gerade bei jenem Kapitel, das von der Gegenwart handelt; und es liege nun, wie durch ein Wunder, ganz in seiner Hand, Korrekturen vorzunehmen; er dürfte gerade noch das, was unmittelbar darauf geschehen sollte, ganz frei bestimmen . . . Auch das Vehikel dieses Gleichtreffes wird ihn zwingen, aus dem vollen Gefühl seiner Verantwortlichkeit heraus zu leben und zu handeln.

Selbst am krankhaft-neurotischen Geschehen läßt sich noch nachweisen, wie die Verantwortlichkeit, wenn auch unbewußt, den Menschen in den Grundlagen seiner Person durchdringt. Denn die krankhaft übertriebene Todesangst manchen Neurotikers stellt in letzter Auflösung nichts anderes dar als eine Gewissensangst, und ich konnte in einem Einzelfalle einem Karzinophoben bewußt machen, daß sein lebhaftes und fast ausschließliches Interesse für seine künftige Todesart nur ein Überbau war für sein Desinteresse gegenüber der ganzen Art, in der er lebte, gegenüber seiner der Verantwortung nicht bewußten Lebensart. (So manche hypochondrische Neurose mag in diesem Sinne gleichsam eine Abspaltung der allgemeinen Todesangst = Gewissensangst auf ein einzelnes Organ vorstellen.)

Aber selbst dann, wenn wir den uns anvertrauten Kranken soweit gebracht haben, daß er seine wesenhafte Verantwortlichkeit im Dasein völlig anerkennt, gibt es noch eine Menge scheinbarer Gegenargumente und Ausflüchte vor der Freiheit.

So hören wir immer wieder die Behauptung, das Leben würde ja doch sinnlos in Anbetracht der Tatsache seiner zeitlichen Endlichkeit, also in Anbetracht des Todes. Diesem Einwand

vermögen wir jedoch ohne weiteres zu begegnen, wenn wir dem betreffenden Kranken folgende einfache Überlegung vor Augen führen: Wäre unser Dasein zeitlich unbegrenzt, so könnten wir mit Recht jede einzelne Handlung beliebig hinausschieben, es käme nie darauf an, sie eben jetzt zu tun, denn sie könnte gera desogut morgen oder übermorgen oder in hundert Jahren geschehen. Gerade die Tatsache einer letzten Grenze des Lebens, also der Handlungsmöglichkeit, ist es ja, die uns zwingt, die Zeit auszunützen und eine Handlungsgelegenheit nicht ungenutzt vorübergehen zu lassen. Es ist also gerade der Tod, der so dem Leben und unserem Dasein als etwas Einmaligem Sinn verleiht.

Aber nicht bloß die zeitliche Endlichkeit unserer Existenz wird als scheinbares Gegenargument vorgebracht, sondern auch die Endlichkeit, Beschränkung der menschlichen Person in bezug auf ihre Fähigkeiten und Anlagen, sozusagen die Tatsache der Individuation: daß wir nicht allseitig sind, sondern unvollkommen, befangen darin, was Georg Simmel den »Fragmentcharakter des Lebens« nennt. Aber auch dieser Einwand gegen die Sinnhaftigkeit unseres Lebens läßt sich widerlegen, wenn wir nur imstande sind, die Individuation als durchaus sinngebendes Prinzip darzustellen. Dies mag wiederum mit einem schlichten Gleichnis, der Biologie entnommen, geschehen: Auf je niedrigerer biologischer Entwicklungsstufe ein mehrzelliges Lebewesen steht, je geringer seine einzelnen Zellen differenziert sind, um so eher ersetzblich wird jede einzelne dieser Zellen sein. Erst die hochdifferenzierte Zelle im Verbande des hierarchisch gegliederten Zellenstaates erscheint uns relativ unersetzblich, zumindest nicht wahllos vertretbar durch eine andere Zellart. Mit anderen Worten, um den Preis ihrer Omnipotenz erkaufst sich diese hochdifferenzierte Zelle die Wichtigkeit und Bedeutsamkeit innerhalb des Ganzen, des auf dem Prinzip der Arbeitsteilung aufgebauten Organismus. Analog ist es gerade unsere Unvollkommenheit, ja unsere Einseitigkeit, die die Einzigartigkeit unserer Person, die unsere ganze Individualität ausmacht. So wie in einem Mosaik jedes einzelne Teilchen nur dadurch und insofern unersetzblich ist, als kein anderes seine Form und Farbe hat, so ist auch der einzelne in der Gemeinschaft gerade vermöge seiner unvollkommenen und einseitigen Begabung und

Fähigkeiten ein absolut wertvolles Glied dieses höheren Ganzen. (Auf diese Weise läßt sich die Gemeinschaft – über ihre gefühlsmäßige Gegebenheit hinaus – als etwas Aufgegebenes, als wesenhafte Aufgabe im menschlichen Dasein rechtfertigen.)

Es gäbe natürlich noch eine große Reihe weiterer Einwände, deren Beseitigung mitunter dem Arzte obliegt, sobald er sich einmal auf die Ebene derartiger weltanschaulicher Diskussionen mit seinen Kranken gewagt hat. Es gehört aber nicht in den Rahmen dieser Ausführungen zur allgemeinen Problematik der Psychotherapie und zur Grundlegung einer allgemeinen Existenzanalyse, noch mehr Meritorisches zu deren speziellem Teil beizutragen. Wir kehren daher zu allgemeineren Fragen zurück und wollen nun feststellen, daß der existenzanalytische Versuch, die Psychotherapie bis zu ihren weltanschaulichen Konsequenzen zu führen, nur selten und in Ausnahmefällen die bisherige psychotherapeutische Technik ersetzt, im allgemeinen vielmehr bloß eine, wenn auch unter Umständen wichtige, Ergänzung darstellt. Aber auch diese Ergänzung ist an sich kein Novum: Jeder gute Psychotherapeut hat mehr oder weniger bewußt in seiner Praxis derartige weltanschauliche Gesichtspunkte schon berücksichtigt: de facto! Aber unsere Frage lautete ja, ob und inwieweit de jure. Und unser Bemühen galt ja der methodischen Abgrenzung einer Psychotherapie »vom Geistigen her«, um die Gefahr willkürlicher Grenzüberschreitung zu bannen.

Lange Zeit war Weltanschauung immer nur Objekt seelenärztlichen Handelns, man verfiel in den Fehler des Psychologismus und glaubte sogar, von einer »Psychopathologie der Weltanschauung« sprechen zu können. Man bedachte hierbei nicht, daß etwa die Herleitung eines pessimistischen oder fatalistischen Weltbildes aus einem Minderwertigkeitsgefühl genauso eine inadäquate Kritik darstellt, wie wenn man einem Menschen, der am Sinn des Lebens zweifelt und verzweifelt, raten wollte, durch eine Arsenkur sein körperliches Befinden zu verbessern. Was not tut, ist eine immanente Kritik der Lebensauffassung des Kranken, was zur Voraussetzung hat, daß wir prinzipiell bereit sind, auf rein weltanschaulicher Basis die Diskussion aufzunehmen. Es gibt also keine Psychotherapie der Weltanschauung und kann eine solche a priori niemals geben; wohl

aber ist Weltanschauung als Psychotherapie möglich und, wie wir gezeigt haben, gelegentlich auch nötig. Ähnlich der Überwindung des Psychologismus innerhalb der Philosophie durch den Logizismus wird es also darauf ankommen, innerhalb der Psychotherapie die bisherigen psychologistischen Abweichungen durch eine Art *Logotherapie* zu überwinden, das hieße durch das Einbeziehen weltanschaulicher Auseinandersetzungen in das Gesamt der psychotherapeutischen Behandlung – wenn auch in der oben dargelegten bedingten, begrenzten, neutralen Form. Nämlich in Form eben einer Existenzanalyse, die ausgeht vom unleugbaren Urtatbestand menschlicher Verantwortlichkeit als Wesen menschlicher Existenz und abzielt auf nicht mehr und nicht weniger als die restlose Anerkennung dieses Tatbestandes seitens des Kranken, um von diesem Punkte aus zu dessen geistiger Verankerung beizutragen, ihm den Halt am Geistigen zu geben.

In vielen Fällen mag eine derartige existenzanalytisch orientierte Psychotherapie durchaus die Bezeichnung einer »unspezifischen« Therapie verdienen, d. h., sie wird unter Umständen dem betreffenden Kranken helfen, ohne daß sie an der jeweiligen konkreten Ursache seines Leidens ansetzte. Wir wissen aber, daß zum großen Teil *alle* Psychotherapie unspezifisch vorgeht. Neuerdings wird ja von vielen Seiten zugegeben, daß Psychogenese eines Symptoms einerseits und Indikation zu dessen Psychotherapie anderseits nicht unbedingt einander decken müssen. So ist es beispielsweise bekannt, daß gewisse Formen von Warzenbildung ohne weiteres einer Suggestivbehandlung zugänglich sind, und doch wird niemand ernstlich daran glauben, daß es sich in den betreffenden Fällen um eine psychische Verursachung gehandelt hätte; anderseits wird man so manchen Fall von Schlaflosigkeit auf Grundlage eines Circulus vitiosus, nämlich bloßer Erwartungsangst, obzwar nachweislich seelisch bedingt, dennoch durch medikamentöse Beeinflussung – die den Zirkel durchbricht – in statu nascendi beseitigen. So mancher erfahrene Psychotherapeut weiß heute, daß etwa die von der Psychoanalyse als pathogen hingestellten »Komplexe« mehr oder weniger ubiquitäre Erscheinungen darstellen – und doch gelingt ja immer wieder die Heilung der Neurosen aus

psychoanalytischer Erfassung des Symptoms. Anderseits bin ich überzeugt, daß so manche individualpsychologische Therapie ihren Effekt weniger der Aufdeckung realer Zusammenhänge verdankt, als vielmehr einem radikalen Appellieren an die Moralität des Kranken, der es gleichsam nicht länger »auf sich sitzen lassen« will, daß der Arzt ihn etwa als Tyrannen oder Lebensfeigling hinstellt, und lieber mit dem letzten Rest von Energie das so gedeutete Symptom überwindet.

Es besteht also allenthalben eine Inkongruenz zwischen Psychogenese und Indikation zur Psychotherapie, und wir werden es daher auch verstehen und gelten lassen, daß eine psychotherapeutische Behandlung auf Grund existenzanalytischen Vorgehens gelegentlich eine unspezifische Behandlung bedeutet. Denn es wird sich mitunter auch zeigen, daß der existenzanalytische Ansatz am Weltanschaulichen, das therapeutische Bemühen vom Geistigen her, sozusagen der ökonomischere Weg ist. Ich erinnere mich beispielsweise einer Frau, die an zwangsnervotischen Erscheinungen litt (sogenannter blasphemischer Zwang) und kurz vor einer dauernden Übersiedlung ins Ausland eine Beratungsstelle aufsuchte. Angesichts der Kürze der zur Verfügung stehenden Zeit konnte naturgemäß von einer eigentlichen Behandlung keine Rede sein, es ergab sich vielmehr, daß die Unterredung mit der Kranken alsbald in den Bahnen einer allgemein gehaltenen, vorwiegend die weltanschauliche Einstellung berücksichtigenden Aussprache verlief. Um so erstaunter war ich, als die betreffende Kranke, unmittelbar vor ihrer Abreise nochmals in der Beratungsstelle erschienend, erklärte, sie sei – »geheilt«, und anscheinend damit sagen wollte, daß sie unter dem Symptom zumindest nicht mehr *leide*. Auf die Frage, wie sie das denn zuwege gebracht habe, meinte sie ganz schlicht und wörtlich: »Wissen Sie, es ist mir gleichgültig geworden – ich habe mir das Leben als Pflicht vorgestellt!« Natürlich ist das ein Einzelfall, immerhin aber ein unbeabsichtigtes Experiment, das ein Schlaglicht auf die in Frage stehende Bedeutung einer weltanschaulichen Umstellung für so manche Formen der Neurose wirft.

Fragen wir uns nunmehr zusammenfassend, in welchen Fällen eine Psychotherapie im Sinne der geforderten und entworfe-

nen Existenzanalyse ausgesprochen indiziert erscheint, dann können wir sagen:

1. in all jenen Fällen vor allem, in denen der Kranke seine weltanschauliche Not, seine geistige Haltlosigkeit und sein Ringen um die Sinnfindung seines Lebens uns aufdrängt. Es wird sich dabei begreiflicherweise namentlich um intellektuelle Typen handeln, die ihre ganze seelische Not sozusagen in die geistige Sphäre transponiert haben, in die wir ihnen aber, wie wir gesehen haben, bis zu einer bestimmten neutralen Grenze, unter Vermeidung jedes weltanschaulichen Oktrois, folgen dürfen und sollen.

2. wird die Indikation zu einem »logotherapeutischen« Vorgehen auf existenzanalytischer Grundlage in jenen Fällen gegeben sein, in denen wir erwarten dürfen, daß der Ansatz sozusagen im geistigen Zentrum der Person schlagartig den Kranken befähigen wird, den Ballast leichtgradiger neurotischer Symptome über Bord zu werfen; es handelt sich dann also um jene Kranken, die uns wohl nicht zu weltanschaulichen Diskussionen drängen, die ihnen aber anscheinend gewachsen sind. (Als ich einmal in einem derartigen Fall wie zufällig auf die weltanschauliche Frage bzw. die Lebensauffassung des Betreffenden zu sprechen kam, unterbrach er mich plötzlich ganz erschüttert mit den Worten: »Das ist der *nervus rerum*, Herr Doktor!«)

3. erfordern ein Eingehen auf weltanschauliche Fragestellungen all jene Fälle, die wesentlich an einem unüberwindbaren Faktum, einem unvermeidbaren Schicksal leiden: Behinderte – Sieche – und Menschen, bei denen eine in absehbarer Zeit unveränderliche, nämlich rein wirtschaftliche Notlage den Grund zu Depressionen gab. Solche Menschen müssen nämlich vor allem auch auf die Tatsache verwiesen werden, daß es in einem verantwortungsbewußten Leben nicht immer nur auf ein schöpferisches Verwirklichen von Werten ankommt oder auf ein Sich-erfüllen im Erleben (Kunst-, Naturgenuss), sondern daß es noch eine letzte Kategorie von Wertmöglichkeiten gibt, die wir ganz allgemein Einstellungswerte nennen wollen; d. h., die Frage, wie sich ein Mensch zu einem dauernd oder vorderhand unabwendbaren, eben schicksalhaften Tatbestand verhält, ergibt noch immer eine Chance der Wertverwirklichung: Wie man das

Schicksal – soweit es wirklich schicksalhaft ist – trägt, ob man sich etwa niederringen läßt oder aber Haltung bewahrt, auch das beinhaltet noch eine letzte Möglichkeit, persönliche Werte (Tapferkeit, Mut, Würde) zu verwirklichen. Wir brauchen nur einen Menschen, der beispielsweise durch eine Amputation um eines seiner Beine gekommen ist, ernstlich zu fragen, ob er denn glaube, daß der Sinn des Lebens darin liege: möglichst gut zu gehen; ob er etwa glaube, daß das menschliche Leben so arm an Wertmöglichkeiten sei, daß es durch den Verlust einer Extremität sinnlos werden könnte – und er wird keinesfalls mehr so verzweifeln können, als er zu müssen glaubte. Besondere Bedeutung kommt aber einer derartigen philosophischen Besinnung auf Verantwortlichkeit und Wertmöglichkeiten in jenen Fällen zu, wo wirtschaftliche Not den Menschen in jene typische Apathie und Unerfülltheit versetzt hat, die man füglich als *Arbeitslosigkeitsneurose* bezeichnen könnte; denn wir wissen aus entsprechenden psychologischen Erfahrungen (vor allem an jugendlichen Arbeitslosen), wie wichtig es ist, die leider allzuviel vorhandene Freizeit durch freiwillig und passend gewählte geistige Inhalte und Zielsetzungen auszufüllen.

Die Geburtsstunde der Psychotherapie hatte geschlagen, als man daranging, hinter *körperlichen* Symptomen die *seelischen* Ursachen zu sehen, also ihre Psychogenese zu entdecken; nun heißt es aber, noch einen letzten Schritt weiter zu tun und hinter dem Psychogenen, über alle Affektdynamik der Neurosen hinaus, den Menschen in seiner *geistigen* Not zu schauen, um von hier aus in jenem Sinne zu helfen, dessen methodische Möglichkeiten wir eingangs darzustellen versucht haben.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Diesen Dreischritt möglicher therapeutischer Einstellung an ein und denselben »Fall« durchgeführt zu sehen, war mir einmal zufällig möglich und erscheint mir besonders lehrreich. Eine Patientin lag wegen einer typischen periodisch rezidivierenden Depression durchaus endogenen Charakters in einer Nervenheilanstalt. Sie erhielt eine Opiummedikation, also eine medikamentöse Behandlung angesichts der organischen Bedingtheit der Symptome. Als sie nun einmal in einem weinerlichen Erregungszustand angetroffen wurde, stellte sich zufällig heraus, daß eine psychogene Komponente mit im Spiel war, daß nämlich ein psychischer Überbau insofern vorhanden war, als die Patientin nachweislich auch über das Weinen-Müssen weinte, allgemein: wegen der schicksalhaft auftretenden endogenen Depression, über diese hinaus noch psychogen deprimiert war. Eine einfache entsprechende Aufklärung dieses Sachverhalts

vermochte das Weinen einzuschränken und die Depression zu vermindern. Es war also der Schritt von der am Körperlichen ansetzenden medikamentösen Therapie zu einer ergänzenden exquisiten Psychotherapie vollzogen. Einmal in ihrer seelischen Not dem ärztlichen Verständnis nähergebracht, begann nunmehr die Patientin über ihre allgemeinsten Lebensfragen öfters mit dem Arzte zu sprechen, und es enthüllte sich ihre ganze geistige Not: die ganze vermeintliche Inhaltsarmut und scheinbare Sinnlosigkeit der Existenz eines Menschen, der sich eben durch das Schicksal rezidivierender endogener Depressionen gehandikapt fühlt! Als bald ergaben sich von selbst weltanschaulich gehaltene Gespräche, die die Kranke mit der Zeit zu tiefstem Verständnis ihres Daseins als Verantwortlichsein führten; statt wegen ihrer Depressionen zu verzweifeln, lernte sie es, nicht nur trotz ihrer Verstimmungszustände sich ein Leben voll persönlichster Aufgaben aufzubauen, sondern auch gerade in diesen schicksalhaften Verstimmungszuständen noch eine Aufgabe mehr zu sehen, die Aufgabe: unter möglichst geringer Krafteinbuße und möglichst geringem Wertverlust damit fertig zu werden.