

## Paradoxe Phänomene bei der Bewertung von Werten

- Zum Stellenwert der Logotherapie innerhalb der gesamten Psychotherapie:

Für den fundamentalen Einstieg in psychologische Behandlung psychischer Krankheiten oder Krisen bietet das Gesamtkonzept der Logotherapie und Existenzanalyse als Basis- Psychotherapie beste Voraussetzungen. Damit ist sie als eine Art Kurzzeittherapie anzusehen, die oft schon als alleinige Methode ausreicht.

Leider haben eine Reihe von Anwendern sie in den letzten Jahren zunehmend verwässert und veruntreut, so daß sie mancherorts in die gefährliche Nähe von Esoterik, Schwärmerei und/ oder Inkompetenz geraten ist.

- Die Logotherapie hat drei wesentliche Erweiterungen und Vervollkommnungen in den großen Komplex der Psychotherapie eingebracht:

1. Das wichtigste ist die Einbeziehung der *TRANSZENDENZ* in den therapeutischen Prozeß. Das drei- dimensionale Weltbild von FRANKL erlaubt der „geistigen Dimension“ des Menschseins eine bedeutsame regulierende Funktion für die stark determinierten Ebenen von Soma und Psyche. Dadurch wird ermöglicht, daß mittels geschickter Einflußnahme ein dialektischer Kipp-Prozeß einer kognitiven Umstrukturierung oder einer „kopernikanischen Wende“ in Gang kommt, der beim Betroffenen eine heilsame Veränderung bewirken kann.

Die Einbeziehung der Philosophie, im einzelnen des persönlichen Weltbildes und der individuellen Überzeugungen des Hilfesuchenden, schafft die Möglichkeit, über eine tiefgreifende Korrektur der jeweiligen Wertordnung des Betroffenen zu einer prompten hilfreichen Neuorientierung zu gelangen. Allerdings kommt es dabei darauf an, den Patienten bei der ehrlichen Überprüfung seiner Werthierarchie zu unterstützen; er muß die „Spreu vom Weizen sondern“, echte und ureigene Ideale und Ziele finden, sich zu diesen bekennen und dafür fremdbestimmte und von außen aufgedrückte Verhaltensweisen überwinden oder auf „hinterste Plätze“ verweisen. Das Ursprüngliche der Person soll von Ballast oder Blockaden weitestgehend befreit werden. Das kann in einem partnerschaftlichen „Sokratischen Dialog“ mit vorurteilsfreien, humanen Beziehungsklärungen erfolgen. Eine Manipulierung seitens des Therapeuten ist grundsätzlich zu vermeiden. Eine wichtige Anregung von FRANKL lautet: es ist Aufgabe der Psychotherapie, „den Menschen aus seinem metaphysischen Leichtsinne aufzuscheuchen“. Wie die Vergangenheit auch aussehen mag, es kommt darauf an, die Zukunft zu gestalten. Dazu sollte aber das Sinn- Kontinuum gewahrt werden, so daß es dann in der Folge möglich ist, die „Stelle des Verrates“ an eigenen Idealen und Werten zu finden und korrigieren.

Die Logotherapie unterstützt weniger das „Abreagieren“ wie bei der Psychoanalyse und das „Reagieren“ wie bei der Verhaltenstherapie, sondern vielmehr das „Agieren“, wie es E. LUKAS bezeichnet hat.

2. Die zweite wesentliche Erweiterung der psychotherapeutischen Methodik ist die Einbeziehung des Begriffs *GEWISSEN* in die praktische Handhabung. FRANKLs bemerkenswerte Definition, daß das Gewissen das „Sinn- Organ“ des Menschen ist, unterstützt sehr hilfreich die Entscheidungsfindung des Einzelnen. Allerdings birgt sie auch Gefahrenmomente in sich. Gerade deshalb ist es notwendig, moralisierende aufoktrozierende Belehrungen zu vermeiden, Verurteilungen zu unterlassen. Das Gewissen bildet die ureigene Instanz eines jeden Menschen, das ihm die individuelle Übereinstimmung zwischen seinen eigennützigen Trieben und Bedürfnissen und den Normen der gesellschaftlichen Umwelt anzeigt. Die Basis des Gewissens ist der natürliche Schutz des Lebens überhaupt, doch die einzelne Differenzierung der weiteren Gewissenswertungen erfolgt durch den Sozialisierungsprozeß im Laufe des Lebens des Einzelnen. Der Mensch befindet sich auf dieser Welt in einer Doppelrolle: er ist einerseits höchstes Individuum und damit einzigartig und einmalig, wie FRANKL sagt, aber andererseits auch Bürger einer machtstrukturierten Gesellschaft, quasi „Herdentier“, Mitmacher, Masse, Mitläufer oder Nummer in einem gesellschaftlichen Getriebe. Das Gewissen des Einzelnen muß sich in dieser seiner Doppelfunktion zurechtfinden, um sich zielsicher entscheiden zu können. Die Entscheidungsfähigkeit des Menschen ist der große Fortschritt in der Entwicklungsgeschichte der Welt. Sie beinhaltet nicht nur die große Chance des Einzelnen, sondern birgt letztlich auch eine Bürde in sich: denn wer sich nicht entscheidet, über den wird entschieden. Insofern gibt es im gesellschaftlichen Leben kein Vakuum. Wer seine Entscheidungen verpaßt oder vermeidet, bekommt die Folgen zu spüren. So kann sich jeder in einer bestimmten Situation nur für einen Weg entscheiden, womit er sich automatisch gegen einen anderen entschied. Daran ist zu erkennen, daß es nicht nur die Triebinstanzen nach FREUD – das ICH, das ES und das ÜBER- ICH – gibt, sondern auch den großen Einfluß des „MAN“ auf jeden Einzelnen.
- Im Einzelfall ermöglicht die Logotherapie, daß ein Mensch in der Krise nicht den mühsamen „Instanzenweg“ durchlaufen muß, sondern sich über sein „geistig Unbewußtes“ aus dem Labyrinth seiner verworrenen Triebe befreien kann. Das Gewissen des einzelnen Menschen wird erst im Laufe seines Lebens, vorrangig in seiner Loslösung vom Elternhaus und seiner Selbständigkeit, bestimmt bzw. ausgerichtet. Ähnlich wie bei einem Kompaß wird sich eines Tag jeder zu entscheiden haben, ob er im Notfall eher selbst „leiden“ will oder eher „andere leiden läßt“. Erst mit der Entscheidungsfähigkeit des Menschen ist die Moral entstanden: jetzt erst gibt es die Richtungen von „gut“ und „böse“. Wenn unter „gut“ die weitgehende Harmonie der Interessen des Einzelnen mit den Normen der Gesellschaft zu verstehen ist, dann entspricht „böse“ dem Gegenteil, nämlich der Dissonanz der genannten Interessen. Diese Phänomene sind wie vieles im Leben relativ und nicht absolut festgelegt, das heißt, sie sind von vielfältigen Bedingungen abhängig. Hinzu kommt, daß diese Wertungen nicht nur im Querschnitt, sondern auch im Längsschnitt eines Lebens zu beurteilen sind: oft muß man erst „böse“ werden, bevor etwas „Gutes“ entsteht; erst muß manchmal das „Alte“ zerstört werden, bevor etwas „Neues“ aufgebaut wird. Das gilt sowohl im Kleinen als auch im Großen.
- Wenn der Mensch grundsätzlich Entscheidungen fällen darf, dann darf er sich auch gleichwertig für das „Böse“ entscheiden,

selbstverständlich mit all seinen Folgen. Ebenso zieht das „Gute“ Folgen nach sich, und zwar nicht nur immer „gute“!

Nach FRANKL gibt es nun einmal „Peacemaker“ und „Pacemaker“ in der Welt. Zugleich ist seine Einteilung der Menschen in die Rasse der „Anständigen“ und die der „Unanständigen“, quer durch alle Klassen und Schichten, differenzierter als allgemein pauschalisierend angenommen wird.

3. Die dritte wichtige Erweiterung der psychotherapeutischen Methodik durch die Logotherapie ist die Einbeziehung der *DIALEKTISCH- POLAREN* Denk- und Handlungsweise. Die ständig wiederkehrenden Paradoxien menschlichen Lebens innerhalb einer Gesellschaft legt FRANKLs Empfehlung von der „paradoxen Intention“ nahe. Die Unvollkommenheit dieses Lebens regt nach FRANKL zur „Dereflexion“ an.

Diese beiden Therapieangebote stellen nicht nur gute suggestive Tricks dar, sondern hinter ihnen steckt die überlegene praktische Lebensphilosophie der Logotherapie- Lehre. Die „paradoxe Intention“ und die „Dereflexion“ können im therapeutischen Prozeß gut als eine Schrittfolge betrachtet werden: zuerst wird mit der „paradoxe Intention“ ein „Friedensschluß“ mit dem Symptom des Patienten angeregt, damit dann der Weg zur „Dereflexion“ und somit zum zweiten Schritt, frei ist. Im zweiten Schritt soll erreicht werden, daß dem Betroffenen die Ab- wendung vom eigenen Leid und die Zu- wendung zur Welt mit dem Wiederbeleben von Ressourcen, Talenten, Freundschaften, früheren Idealen usw. gelingt.

➤ Fall- Beispiel oder Selbsterfahrungs- Szene

➤ Frage der Werte im 21. Jahrhundert  
(in Thesen und Gedankensplittern)

Die Ur- Antriebe Liebe und Macht werden als Basis verbleiben und Bestand haben.

Aber ihre einzelnen Nuancen werden sich ändern, deren Reihenfolgen und Wertordnungen werden variieren und umgeschichtet werden.

- Die gesellschaftlichen und sozialpsychologischen Trends im Verhalten der Bevölkerung, die sich bereits im vergangenen Jahrhundert gezeigt haben, werden sich in Zukunft weiterentwickeln. Weil sich damit die Chancen und Möglichkeiten erweitern, vermehren sich demzufolge auch die Entscheidungsschwierigkeiten für jeden einzelnen Menschen.

„Wer die Wahl hat, hat die Qual“. Für die vielen Menschen, die nicht mit Sicherheit und Vertrauen aufgewachsen sind, wird es schwer. Es ist kaum anzunehmen, daß die Belastung breiter Bevölkerungsgruppen mit Krankheiten und Krisen aller Art abnehmen wird. Eine Prognose abzugeben gestaltet sich als sehr schwierig. Doch relativ gewiß ist, daß sich das Beziehungsgefüge in zwischenmenschlichen Interaktionen als Fortführung des gegenwärtigen Trends verändert: die Lebensetappen der Menschen werden einem häufigen und episodischen Wechsel und Wandel unterliegen, das Bedürfnis nach Sicherheit und Beständigkeit sich überholen. Wenn es in einer gegliückten Partnerschaft beiderseits gelingt, die jeweils neue Lebensetappe gemeinsam zu bewältigen, dann bildet dieser Unterpfand eine Grundlage für familiäre Harmonie im Zusammenleben aller Beteiligten, auch der dazugehörigen Kinder. Allerdings ist wohl davon auszugehen, daß diese Konstellation eher Seltenheitscharakter besitzt. Für sie ist viel menschliche Reife erforderlich.

Voraussichtlich wird auch das Arbeitsleben diesen Schwankungen unterworfen. Wie teilweise jetzt schon wird es viele Überschneidungen mit dem privaten Bereich geben. Ebenso wird die Arbeitslosigkeit einen weiterhin hohen Anteil in der Bevölkerung einnehmen, so daß es in der Folge zunehmend darauf ankommt, daß der Einzelne seine Freizeit sinnvoll nutzt und Interessengemeinschaften bzw. Freundschaften findet und festigt.

Es ist nicht abzusehen, daß die Weltpolitik den fundamentalen Kampf zwischen Frieden und Krieg aufgibt. Jede Gesellschaft ist seit Urbeginn machtstrukturiert. Die Geschichte ist nach Marx „die Geschichte von Klassenkämpfen“, wobei das Wort „Klasse“ nicht nur ökonomisch zu definieren ist. Für die Zukunft der Menschheit bleibt zu hoffen, daß jeder Einzelne mehr politische Mündigkeit erlangt. Bei mehr Durchsicht und Einsicht wird es für die machtgierigen Gruppen immer schwerer, die Gesinnung der breiten Schichten des Volkes zu manipulieren und zu beherrschen. Nach wie vor wird eine differenzierte Wertediskussion von hohem Stellenwert sein.

So ist auch weiterhin davon auszugehen, daß die zunehmende Globalisierung der Welt dieses Thema immer mehr vertieft und somit die Dynamik zwischen Eigenem und Fremdem in jeglicher Hinsicht intensiviert.

Genauso wird es sogenannte „ewige Werte“ in der Zukunft geben, insbesondere die Würde des Menschen. Obwohl Einzelne oder Gruppierungen diese Würde weiterhin immer wieder mißachten, unterminieren, verleugnen oder mit Füßen treten, wird auch künftig letztlich jedes Handeln nach diesem Maßstab gemessen.