Wie menschliches Leben gelingen kann. Ein existential-psychologischer Werkzeugkasten.

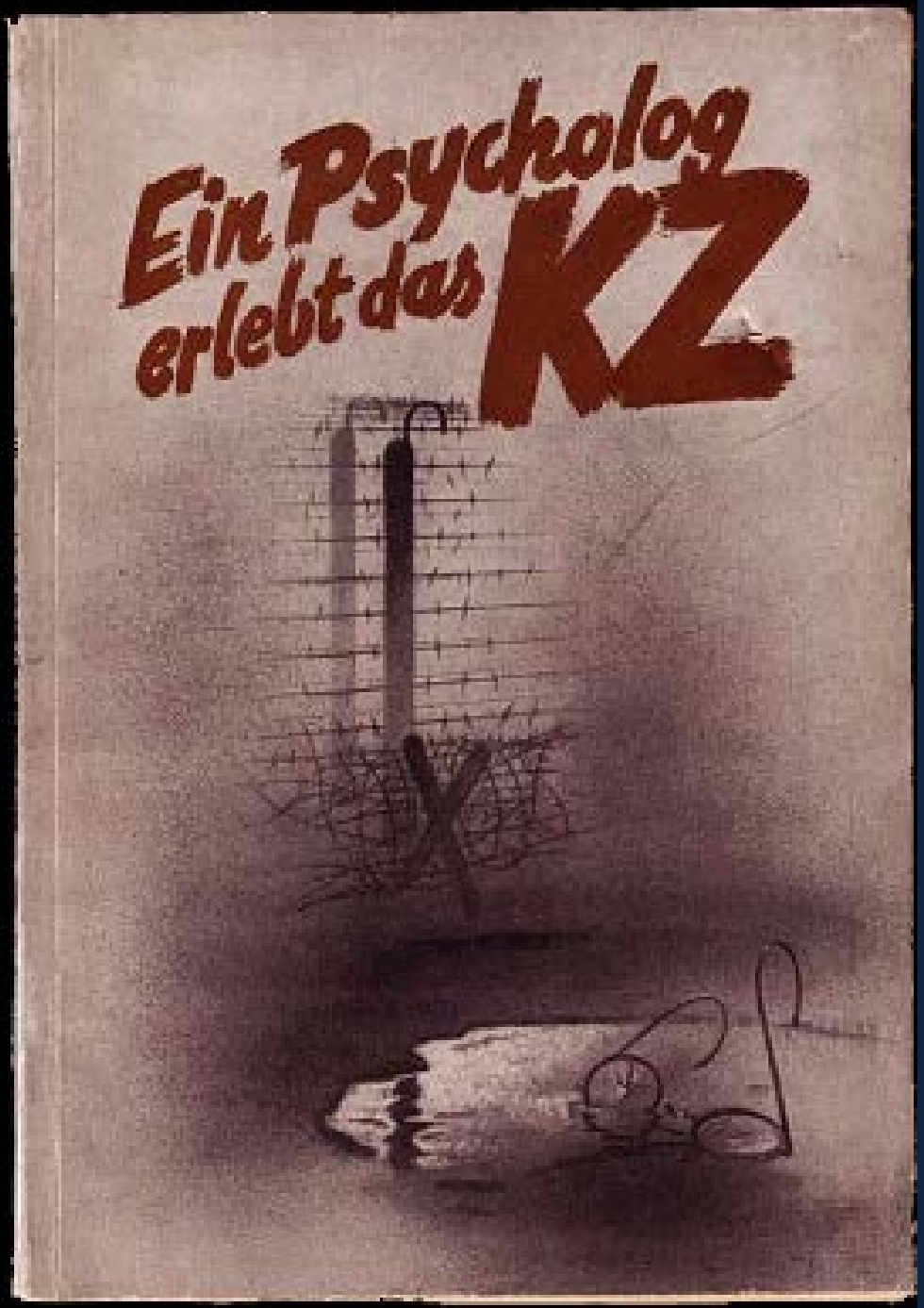
Univ.-Prof. Dr. Alexander Batthyány
Viktor Frankl Lehrstuhl für Philosophie und Psychologie

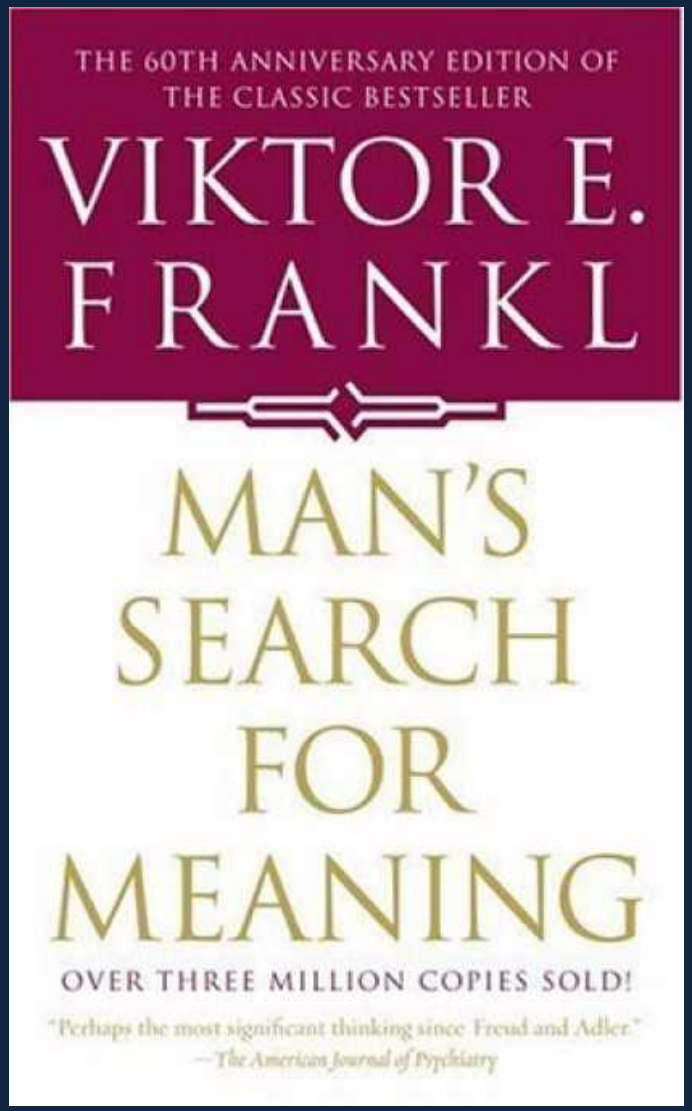
Internationale Akademie für Philosophie
im Fürstentum Liechtenstein

Wie menschliches Leben gelingen kann. Ein existential-psychologischer Werkzeugkasten.

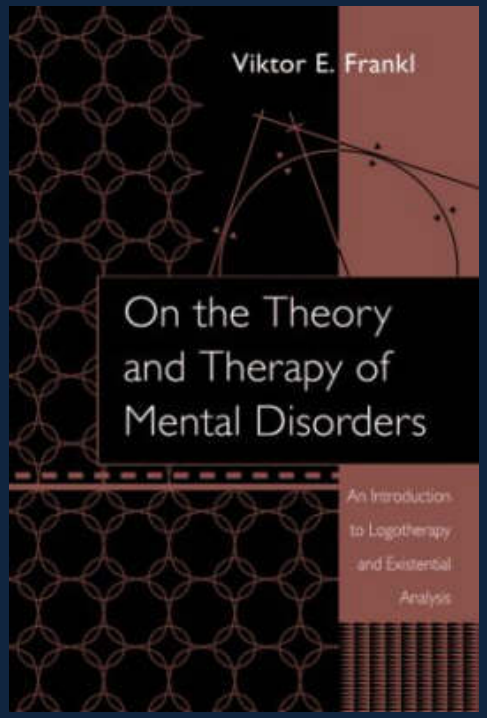
- Nicht etwas, sondern die Gelegenheit zu etwas.
- Ein Versprechen für sich und
- eine Hoffnung für die Welt

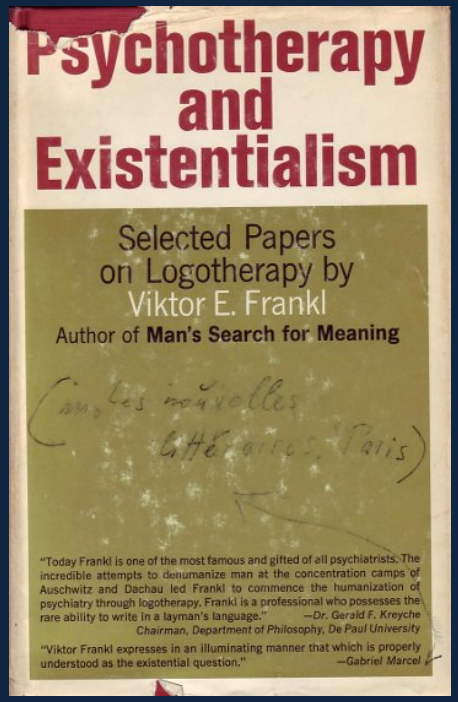
Viktor E. Frankl (1905 – 1997)

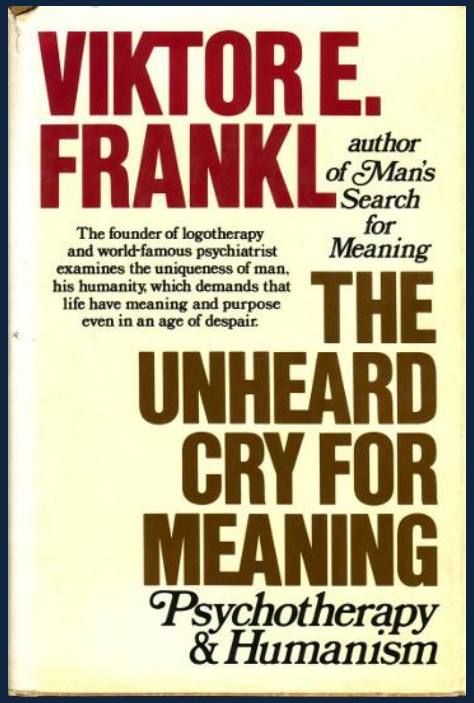

Ein Psycholog
erlebt das
KZ

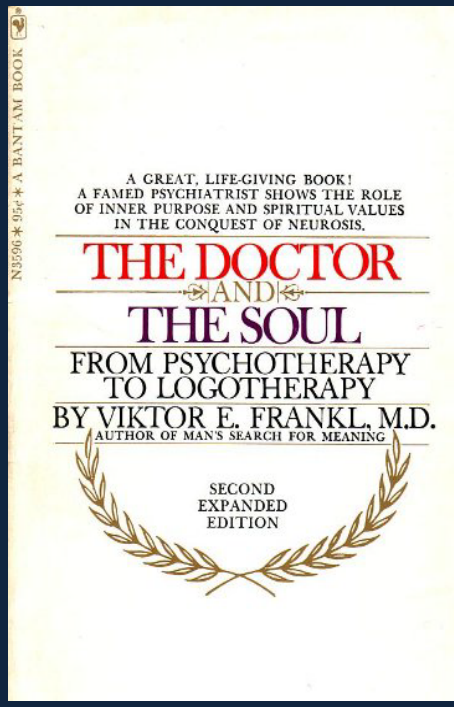


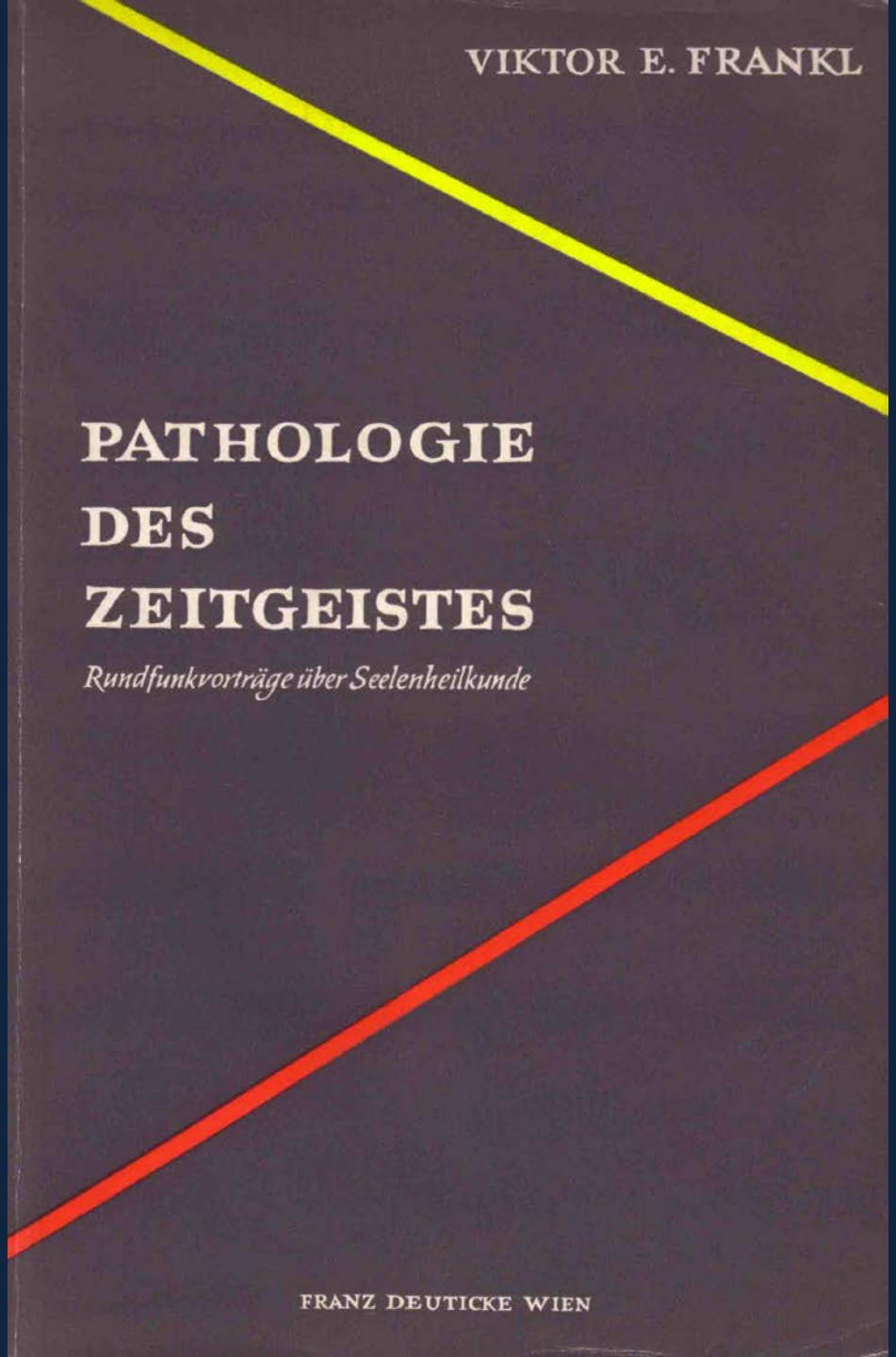
15 million copies sold worldwide


Viktor E. Frankl
On the Theory and Therapy of Mental Disorders
An Introduction to Logotherapy and Existential Analysis


Psychotherapy and Existentialism
Selected Papers on Logotherapy by Viktor E. Frankl
Author of Man's Search for Meaning
"Today Frankl is one of the most famous and gifted of all psychiatrists. The incredible attempts to dehumanize man at the concentration camps of Auschwitz and Dachau led Frankl to commence the humanization of psychiatry through logotherapy. Frankl is a professional who possesses the rare ability to write in a layman's language." —Dr. Gerald F. Kreyche
Chairman, Department of Philosophy, De Paul University
"Viktor Frankl expresses in an illuminating manner that which is properly understood as the existential question." —Gabriel Marcel


VIKTOR E. FRANKL
author of Man's Search for Meaning
The founder of logotherapy and world-famous psychiatrist examines the uniqueness of man, his humanity, which demands that life have meaning and purpose even in an age of despair.
THE UNHEARD CRY FOR MEANING
Psychotherapy & Humanism


N3596 ★ 95¢ ★ A BANTAM BOOK
A GREAT, LIFE-GIVING BOOK!
A FAMED PSYCHIATRIST SHOWS THE ROLE OF INNER PURPOSE AND SPIRITUAL VALUES IN THE CONQUEST OF NEUROSIS.
THE DOCTOR AND THE SOUL
FROM PSYCHOTHERAPY TO LOGOTHERAPY
BY VIKTOR E. FRANKL, M.D.
AUTHOR OF MAN'S SEARCH FOR MEANING
SECOND EXPANDED EDITION


VIKTOR E. FRANKL
PATHOLOGIE DES ZEITGEISTES
Rundfunkvorträge über Seelenheilkunde
FRANZ DEUTICKE WIEN

VIKTOR E. FRANKL

AUTHOR OF MAN'S SEARCH FOR MEANING

THE FEELING OF MEANINGLESSNESS

A CHALLENGE TO PSYCHOTHERAPY AND PHILOSOPHY

It is the very problem of our time that people are caught by a pervasive feeling of meaninglessness, which is the most conspicuous symptom of the collective neurosis of our time. It is accompanied by a feeling of emptiness. The "existential vacuum" has increased and spread literally all over the world. Our industrialized society is out to satisfy all needs, and our consumer society is even out to create needs in order to satisfy them; but the most human of all human needs—the need to see a meaning in one's life—remains unsatisfied. People may have enough to live by; but more often than not they do not have anything to live for.

Sonderabdruck aus der Schweizerischen Medizinischen Wochenschrift
69. Jahrgang 1939, Nr. 31, Seite 707

Philosophie und Psychotherapie

Zur Grundlegung einer Existenzanalyse

Von Dr. med. **Viktor E. Frankl** (Wien)

Wenn wir das *Grenzgebiet zwischen Philosophie und Psychotherapie* — beide vorerst ganz allgemein, jenseits aller Richtungen und Schulmeinungen genommen — betreten, müssen wir uns mit den möglichen Beziehungen zwischen beiden Gebieten befassen. Wir wollen sie demnach

Psychologie = Motivationstheorie

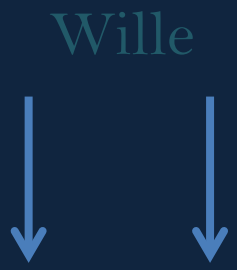
1. Um zu verstehen, was dem Menschen fehlt, braucht es ein Verständnis dafür, was der Mensch im Eigentlichen will

2. Methodisches Kernproblem: Herausschälen d. Grundmotivation

Streben des Menschen

Motivationstheorie Menschenbild

Freud:	Luststrebigkeit	
Adler:	Geltungsstreben	… als Exklusivmodelle
VT:	Belohntes Verhalten	
Neuropsy:	Amygdala	



Freud:	Luststrebigkeit	
Adler:	Geltungsstreben	… als Exklusivmodelle
VT:	Lerngeschichte	
Neuropsy:	Amygdala	

Bsp:

- Freud: Schizophrenie, Dichtkunst, Religion nichts als Libido
- Politik nichts anderes als Geltungsstreben
- Lerngeschichte: nichts als Belohnungsstreben
- Gewissen nichts anders als das Über-Ich

Aussage:

- Mensch = Defizitäres Wesen, einzig bedürfnisorientiert
- Menschlicher Antrieb: Geht es mir gut?

Vorhersage:

- Glück stellt sich ein, wenn Bedürfnisse erfüllt
- Impliziter Egoismus

Tatsächlicher Befund:

- Langweile und existentielle Leere
- zugleich Boden für Abhängigkeit von Ersatzbefriedigungen
- Geminderte Leidensfähigkeit / Verfehlen der Conditio humana
- Egoismus und innere Schwäche

Aussage:

- Mensch = Defizitäres Wesen, einzig bedürfnisorientiert
- Menschlicher Antrieb: Geht es mir gut?

Vorhersage:

- Glück stellt sich ein, wenn Bedürfnisse erfüllt
- Impliziter Egoismus

Tatsächlicher Befund:

- Langweile und existentielle Leere
- zugleich Boden für Abhängigkeit von Ersatzbefriedigungen
- Egoismus und innere Schwäche vs. Ich-Stärke
- Verkrampftes Streben nach „Glück“

Intention

Glück
Lust
Selbstwert

Intention

Sinnobjekt

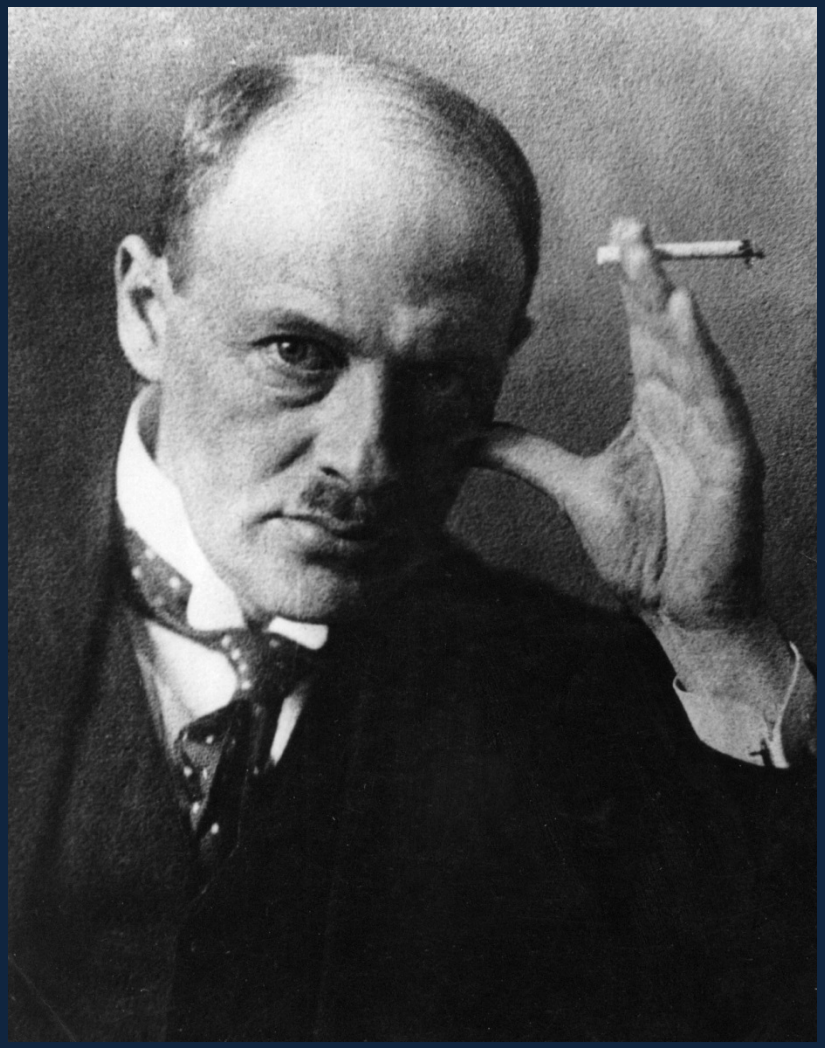
Glück
Lust
Selbstwert

"Oxford Impotence"

"Wilhelm Reich Frigidity"

Psychologisch-anthropologische Spur zum Verstehen des Menschen und der Beziehung Mensch-Welt:

Glaube, Liebe, Hoffnung, Selbstwert, etc. als Nachhall auf Wirklichkeiten in der Welt, sind begründet und nicht bloß verursacht



MAX SCHELER

DIE STELLUNG DES MENSCHEN IM KOSMOS

Zuständliche vs gegenständliche Gefühle

Bsp.	Selbstwert	*vs.*	Selbstwertgefühl
	Trauer	*vs.*	Traurigkeit/Depression
	Empörung	*vs*	Aggression
Bsp	Drogen ->	„als ob“ ohne Intentionalität, ohne Bezogenheit zur Welt	

Zuständliche vs gegenständliche Lebenshaltung

Zuständlichkeit:

scheinbar ein Gewinn, aber:

Ort der Unfreiheit und Abhängigkeit
Das Ich ist abhängig von Innenzuständen,
und diese sind abhängig von Außenumständen

A man who tries the anaesthetize himself solves no problem, eliminates no misfortune.

What he eliminates is merely the consequence of the misfortune – his feeling of unhappiness.
But just as we cannot create something by looking at it, so we cannot destroy it by looking away.

V. E. Frankl

Erfüllte Existenz

Es gibt keine Abkürzungen
zur Erfüllung und Gesundheit

zuständlich *vs* gegenständlich

Wo immer der Mensch ist,
geschieht Metaphysik.

→ Bummerang = Hyperintention

Aussage:

- Mensch = Defizitäres Wesen, einzig bedürfnisorientiert
- Wohl des Menschen hängt von Außenumständen ab
- Menschlicher Antrieb: Geht es mir gut?

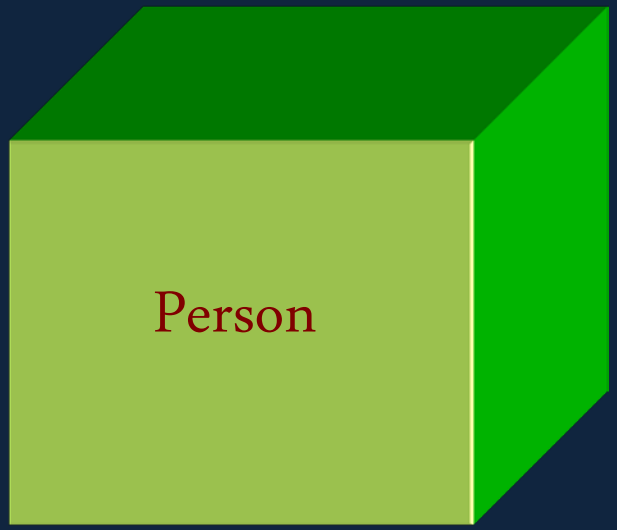
Vorhersage:

- Glück stellt sich ein, wenn Bedürfnisse erfüllt
- Impliziter Egoismus
- Determinismus

Tatsächlicher Befund:

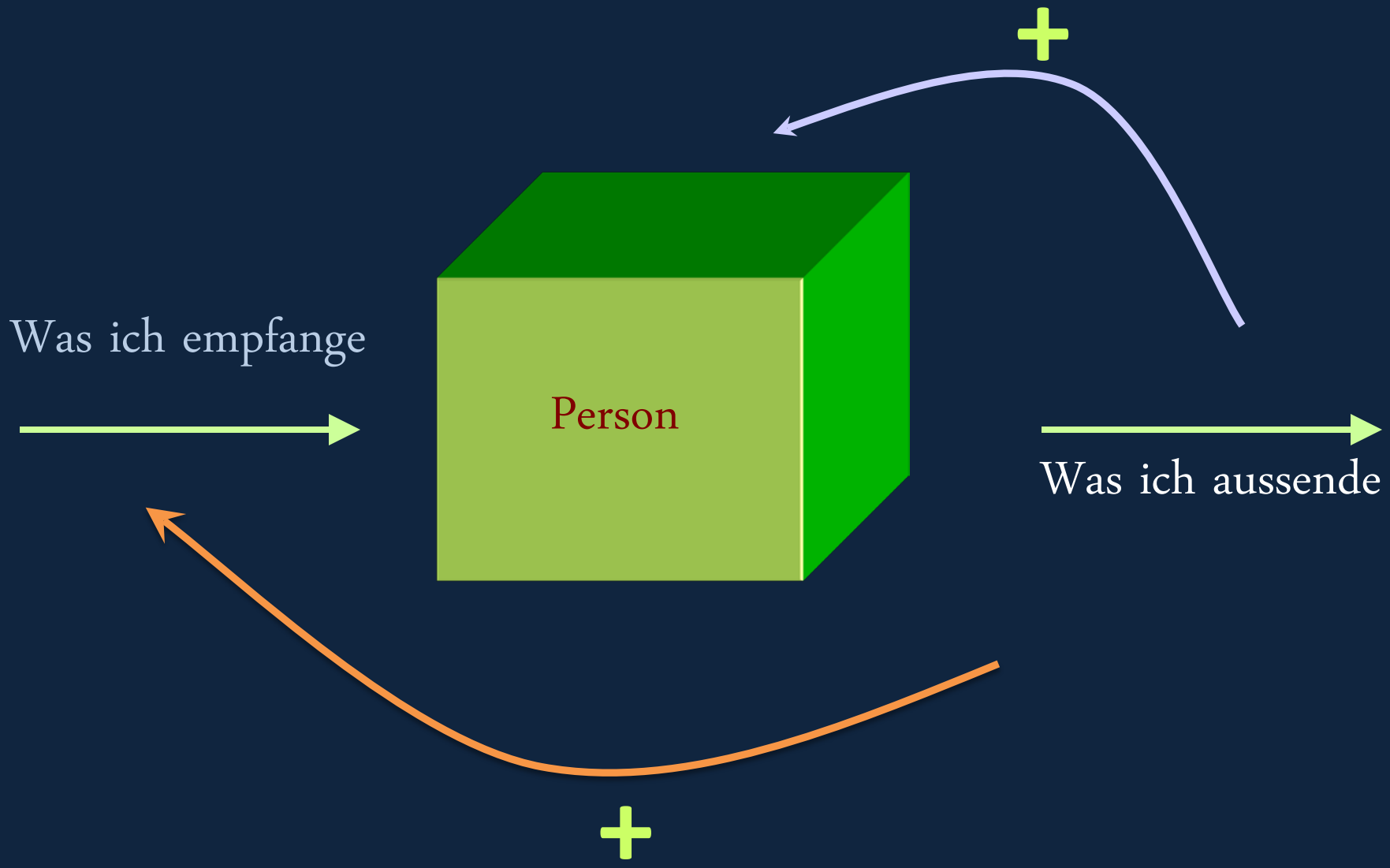
Selbstgewählter Determinisus	*vs.*	Ökonomie der Liebe
Nur was ich empfangen habe	*vs.*	je mehr ich gebe

Was ich empfange



Was ich aussende an die Welt und mich selbst

FBsp	Selbstgewählter Determinismus
	Hospiz Moskau / Ausgebombt / Hund
	Kinderheim
	Abtreibung


+
Was ich empfange
Person
Was ich aussende
+

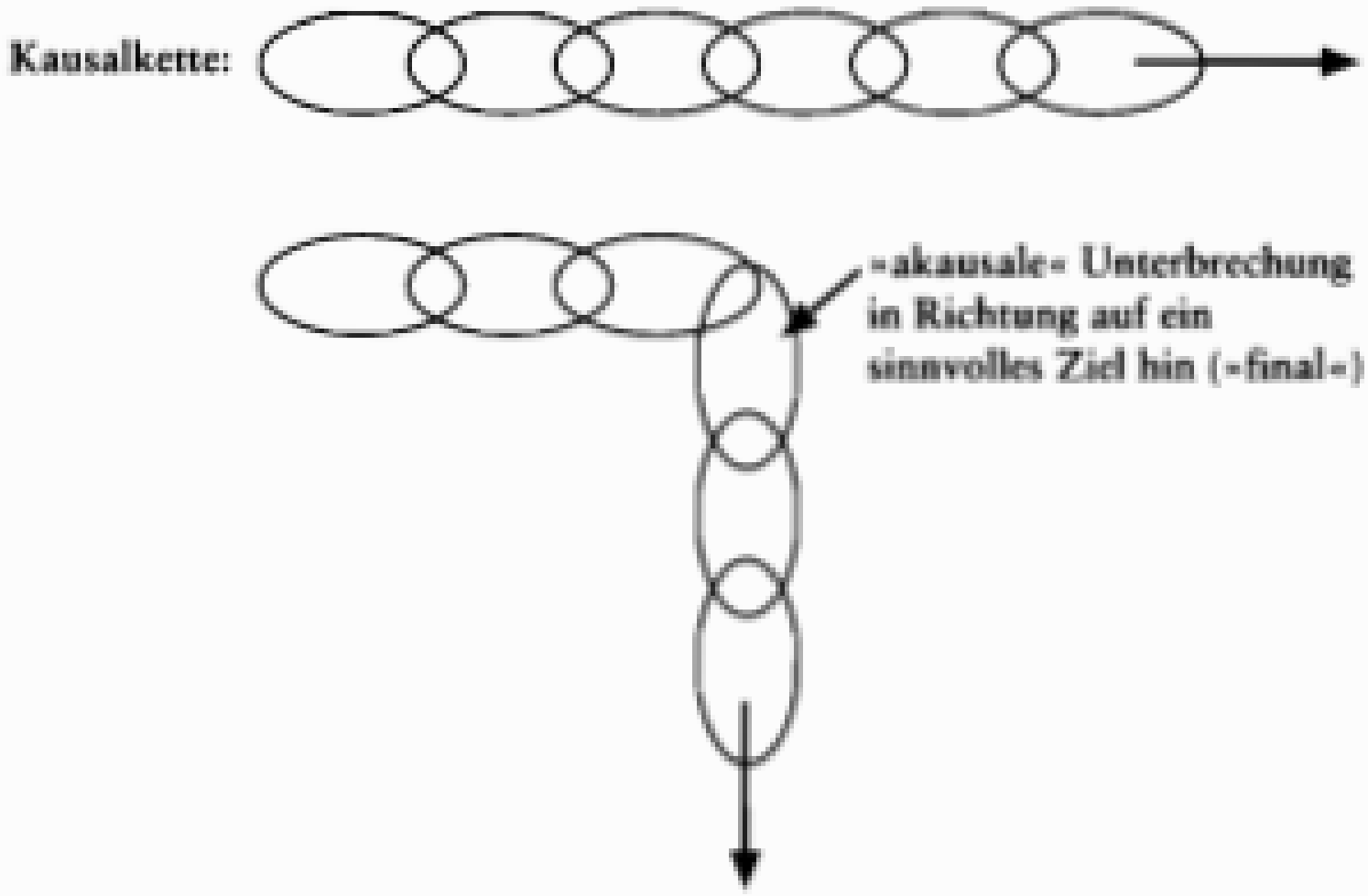
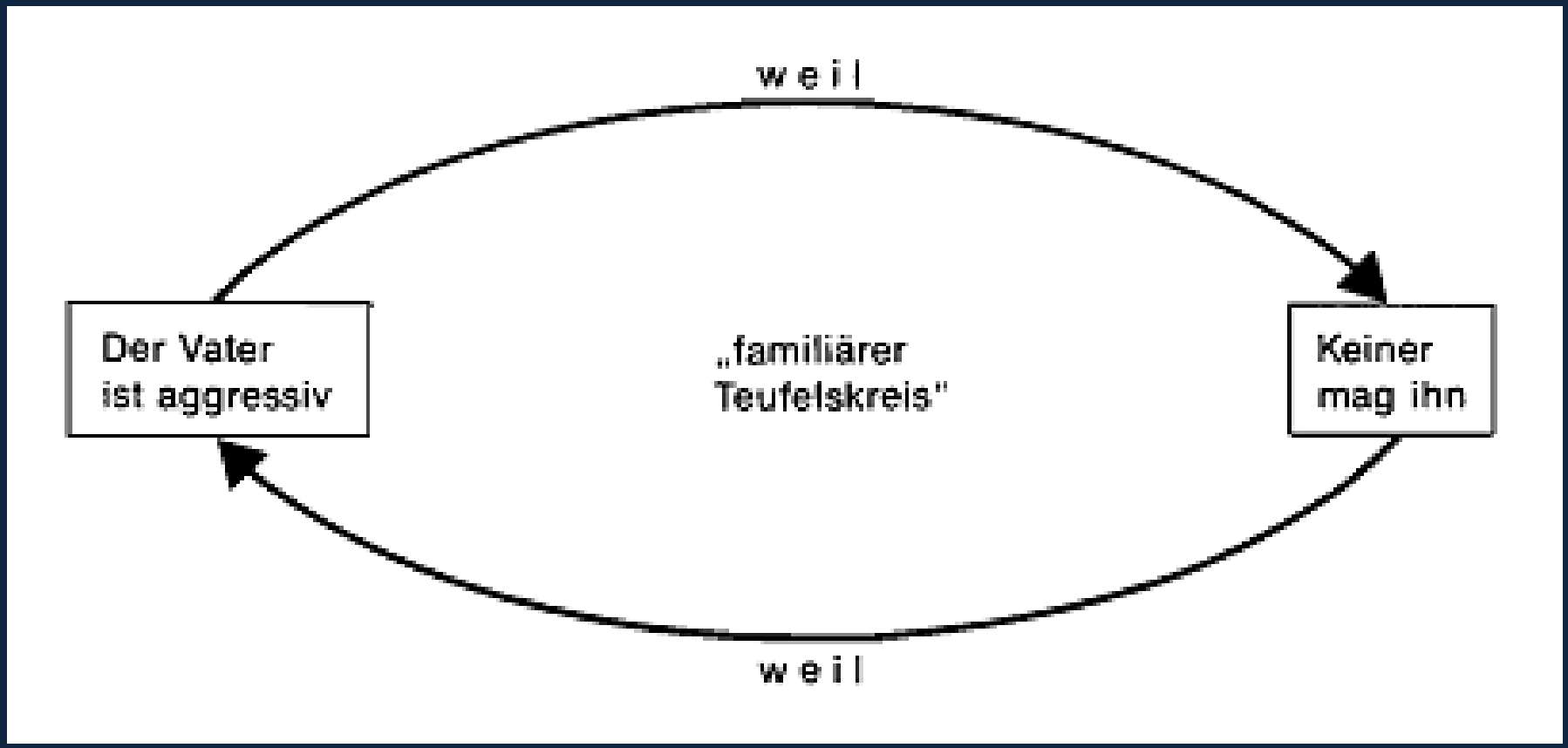


Abb. 5: Kausalketten können nur »akausal« unterbrochen werden.


weil
Der Vater ist aggressiv
„familiärer Teufelskreis"
Keiner mag ihn
weil

Psychohygiene als Musterbsp. des impliziten Determinismus

Traumatheorie -> Unrealistische Vereinfachung des Menschen

Stresstheorie -> Unrealistische Forderung an die Welt

= Lebensangst / Vulnerabilität / Geworfenheit

Alternative:
-> Leidensfähigkeit stärken
-> Sinnwachheit stärken
-> Ich stärken

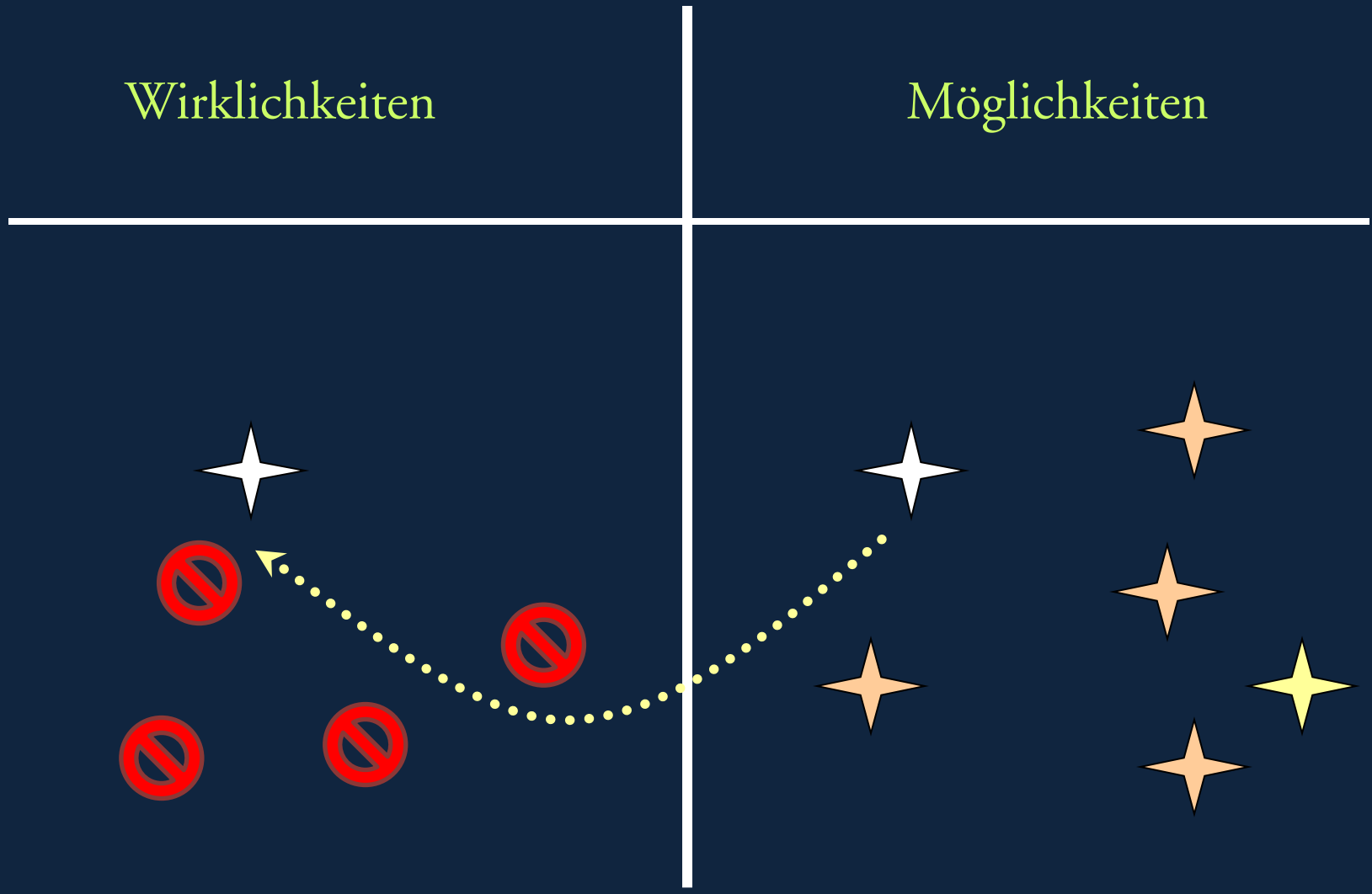
Urvertrauen:
Komme, was wolle …

Projekt einer menschengemäßen, sinnorientierten Psychologie:

Nicht nur Unbewußtes aufdecken,
sondern Unbekanntes entdecken.

Schicksalhafter Bereich

persönlicher Freiraum



Was nicht geworden wäre ohne mich, das zeugt von mir.

Selbstmord-
patientin

Sinn:

Gewinn des Lebens,

weil Psychologie und Existentialität zusammenfinden

Birnengleichnis

Lehre aus der Hospizarbeit:

Es ist nie zu spät.

Sinn der Situation

1. Ad personam: Die Person ist einzigartig
2. Ad situationem: Die Situation ist einmalig

Gewissen = Sinnorgan des Geistes

Drei Sinnbegriffe:

1. Sinn im Leben
2. Sinn des Lebens
3. Sinn des Weltganzen

Danke.