

Bedeutung der Dialogfähigkeit für die personale Entwicklung an Hand eines Fallbeispielles

Abschlussarbeit für die fachspezifische Ausbildung in Existenzanalyse

Eingereicht von: Mayer Ursula

Eingereicht bei: Dr. Elfe Hofer

Dr. Christine Orgler

Angenommen am.....

Angenommen von.....

Abstract

In dieser Arbeit wird die dialogische Veranlagung des Menschen beschrieben.

Nach einer dimensionalontologischen Betrachtung des Menschenbildes von V. Frankl folgt eine Vertiefung des Themas an Hand eines Fallbeispiels auf dem Hintergrund der Grundmotivationen von A. Längle.

Im Besonderen wird auf die Fähigkeit der personalen Stellungnahme hingewiesen.

Schlüsselwörter: Person, Doppelte Offenheit, Freiheit, Verantwortung, Stellungnahme

This work will describe the „dialogical heritage talent“ (translated: dialogische Veranlagung) of humans.

At the beginning this research paper will primarily concern with the „dimensionalontologischen“ reflection of the image of humanity according to V. Frankl. The next part will present a case study based on the „Grundmotivationen“ of A. Längle.

In particular this work will deal with the ability of personal statements.

Keywords: People, double Publicity, Liberty, Responsibility, Statement

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
2	Etymologie des Wortes „Dialog“	1
3	Das Menschenbild Frankls als Ausgangspunkt der Dialogfähigkeit des Menschen ...	3
3.1	Die somatische Dimension:	4
3.2	Die psychische Dimension:	5
3.3	Die geistige Dimension:	5
4	Die Person	6
4.1	Existenzielle Situation des Menschen	7
4.2	Der Aufgabencharakter des Lebens:.....	8
5	Der Mensch als dialogisches Wesen	9
5.1	Offenheit und Freiheit	9
5.2	Der Dialog als Medium der Begegnung	10
6	Fallbeispiel: Olivers therapeutischer Weg zur Wiederfindung der Dialogfähigkeit .13	
6.1	Erleben in der ersten Therapiestunde	13
6.2	Existenzanalytischer Therapieverlauf.....	16
6.2.1	Erste Grundmotivation: Geworfen in die Realität: „Kann ich sein?“	17
6.2.2	Zweite Grundmotivation: Beziehung – „Mag ich leben?“	21
6.2.2.1	Das innere Kind	24
6.2.3	Dritte Grundmotivation: Person „Ich bin da“ – „Darf ich so sein?“	25
6.2.3.1	Die dialogische Erreichbarkeit Olivers – Seine Stellungnahme damals und heute.	28
6.2.4	Vierte Grundmotivation, Zukunftsorientierung mit der Frage: „Wofür will ich es tun?“	33
6.2.4.1	Was sind Werte	34
6.2.4.2	Sinnerfassungsmethode nach A. Längle	37
7	Reflexion und Ausblick	40
	Literaturverzeichnis	41

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Das Basistheorem der EA: die dialogische Beziehung der Person zum Inneren und Äußeren. (Abb. 5, Längle 2008, S. 95)	2
Abbildung 2: Das dreidimensionale Menschenbild nach Frankl ; Abb. 11 Lehrbuch der Existenzanalyse 2001, S. 69	3
Abbildung 3: Dialog Innen- und Außenwelt Abb. S. 74, Lehrbuch EA, 4. Teil.....	10
Abbildung 4: Schematische Darstellung des "Zwischen", des "Dialograumes" in welcher Begegnung stattfindet (Längle 2004, S. 24).....	11

Die Bedeutung der Dialogfähigkeit für die personale Entwicklung an Hand eines Fallbeispiels

1 Einleitung

Die gebräuchliche Auslegung von Dialog meint eine verbale Auseinandersetzung bzw. Wechselrede zwischen zwei Personen. Mein Interesse für dieses Thema entstand aus meinem eigenen Gewordensein. Auf meinem Weg gab es immer wieder Menschen, die mir sprichwörtlich „die Sprache nahmen“ und auch Menschen, die mir ohne Worte das Gefühl gaben, es ist schön, dass es mich gibt. Im Rahmen der Selbsterfahrung während meines Fachspezifikums in Existenzanalyse war es mir gut möglich, meinen eigenen Weg zu erhellen, als Person zu meiner Stellungnahme zu finden und auf Grund dessen mit innerer Zustimmung zu handeln.

Ausgangspunkt der vorliegenden Arbeit ist das Menschbild von Viktor Frankl.

Er hebt in seinem Dreidimensionalen Menschenbild die Dialogfähigkeit hervor.

Im ersten Teil dieser Arbeit wird die theoretische Grundlage der Dialogfähigkeit erörtert, im zweiten Teil wird die Theorie an Hand eines Fallbeispiels verdeutlicht.

2 Etymologie des Wortes „Dialog“

Das Fremdwort Dialog bedeutet „Zwiegespräch, Wechselrede“ und wurde im 18. Jahrhundert aus dem gleichbedeutenden französischen „dialogue“ entlehnt, das auf das lateinische „dialogus“, das soviel wie Unterredung bzw. Gespräch bedeutet, zurückgeht. Das griechische Wort „dia-Lèges-thai“ wird mit „sich unterreden“ übersetzt (Duden Herkunftswörterbuch Etymologie der deutschen Sprache S.144).

Im Duden wird im Zusammenhang mit dem Wort „Dialog“ von zwei oder mehreren Personen gesprochen, die abwechselnd eine Rede führen, deren Absicht es ist, die eigenen Standpunkte kund zu tun und die des anderen kennen zu lernen (Duden, 2001).

Im psychologischen Wörterbuch wird beim Begriff „Dialog“ von einem Gespräch zwischen gleichberechtigten Partnern gesprochen, deren Absicht es ist, durch These und Antithese die „Wahrheit“ zu entdecken. Bezugnehmend auf die Wahrheit wird in der neueren Philosophie nicht apodiktisch vorgegangen, das heißt, es wird auf die unumstößliche Beweiskraft verzichtet. Im Vordergrund steht die Entdeckung einer gemeinsamen Wahrheit.

Die Existenzanalyse sieht die Person stets im Austausch mit der Welt und in Wechselwirkung mit sich selbst und der Welt. Die Dialogfähigkeit der Person wird als das Charakteristikum der Person bezeichnet (Längle 1991, S. 137).

In der Existenzanalyse wird die dialogische Veranlagung als das Basistheorem bezeichnet.

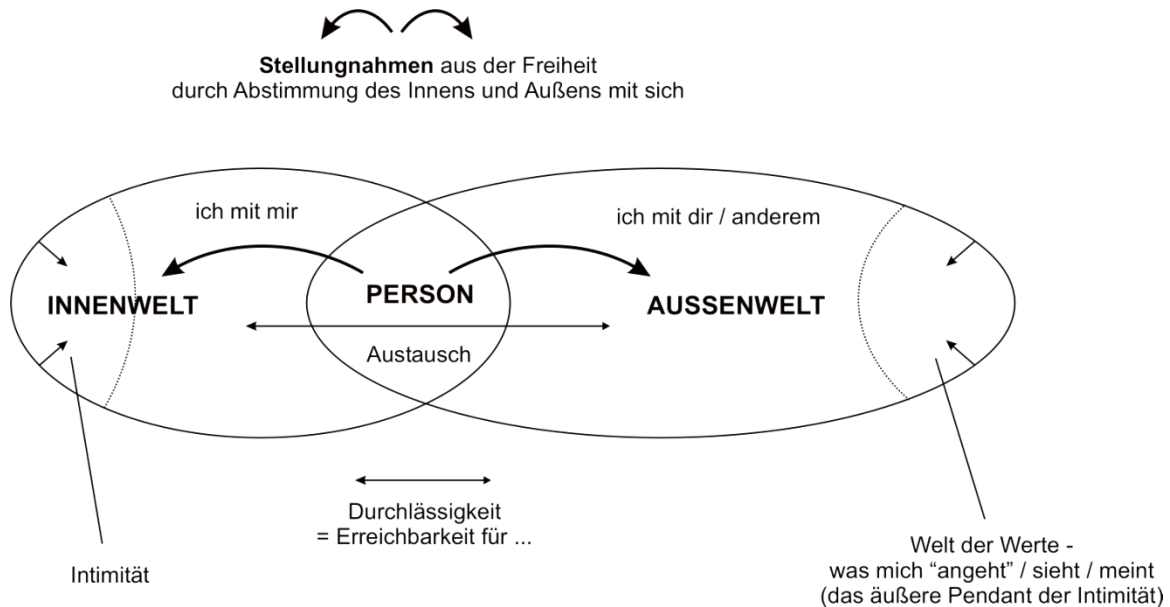


Abbildung 1: Das Basistheorem der EA: die dialogische Beziehung der Person zum Inneren und Äußeren. (Abb. 5, Längle 2008, S. 95)

Exkurs:

Zum besseren Verständnis für das „in der Welt sein“ gilt es abzuklären was in der Existenzanalyse unter „Welt“ verstanden wird.

Der Mensch kommt nicht einfach in der Welt vor, sondern existiert „welthaft“ in Bezug zur Welt. „In einem ersten Sinne meint „Welt“ den umfassenden Bedeutungs- oder Sinnzusammenhang, in dem der Mensch lebt und aus dem heraus er wahrnimmt, denkt und handelt“ (Holzhey-Kunz, 2008 S. 204).

In diesem Zusammenhang wird Hans-Georg Gadamer erwähnt, bei dem sich der Begriff Welt im Sinne eines Verstehenshorizont fassen lässt. „Alles, was dem Menschen begegnet, ist Teil dieser Welt und erhält aus ihr Bedeutung, was wiederum heißt, dass dem Menschen alles, inklusive seiner selbst, nur dank seinem „In-Sein“ in dieser Welt verstehbar wird“

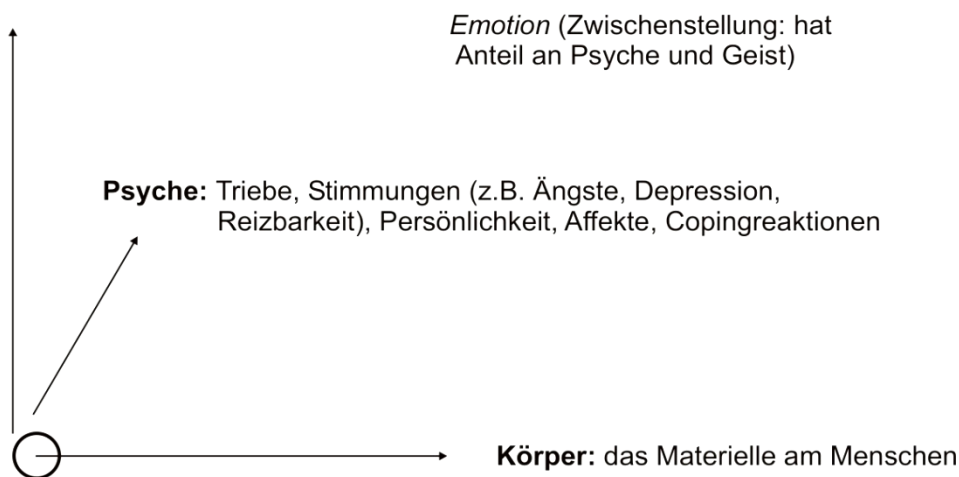
(Holzhey-Kunz, 2008 S. 204).

3 Das Menschenbild Frankls als Ausgangspunkt der Dialogfähigkeit des Menschen

Frankls Menschenbild ist bestimmt durch die „dimensionalontologische Betrachtungsweise“, die dem Menschen drei Seinsweisen zuschreibt nämlich eine geistige, psychische und eine somatische Dimension, jedoch der Mensch als eine Einheit gesehen wird. (Abb.1)

Trotz der „Einheit Mensch“ folgt jede Dimension ihrer eigenen Gesetzlichkeit, mitunter kann jede Dimension als divergierende Kraftvektoren in Erscheinung treten (Lehrbuch der Existenzanalyse 2001, S. 69). Frankl hob bei seiner Darstellung des Menschenbildes in besonderer Weise das Spannungsfeld hervor, in dem sich der Mensch durch das Geistige und das „Psycho-Physikum“ befindet.

Geist: Freiheit (Entscheidung, Wille), Verantwortung, Sinn, Gespür



MENSCH

Abbildung 2: Das dreidimensionale Menschenbild nach Frankl ;
Abb. 11 Lehrbuch der Existenzanalyse 2001, S. 69

1. somatische Dimension

objektive Phänomene:

Gesundheit und Krankheit

2. psychische Dimension

subjektive Phänomene: Lust und

Unlust

3. geistige Dimension

subjektive und individuelle Phänomene
(das Geistige, die Offenheit zur Welt und
zu sich selbst. Erfüllung versus Leere bzw.
Glaube versus Verzweiflung) (Riemeyer
2007, S. 97)

In der Dreidimensionalität wird von einem Aufgespannt sein des Menschen gesprochen, vergleichbar mit einem gut gestimmten Saiteninstrument. Verliert eine Saite an Spannkraft, so wird der Klang eine anderer, mitunter kann es zu Misstönen kommen. Beim Menschen verhält es sich nicht anders. Die drei Dimensionen Soma, Psyche und Nous beeinflussen sich gegenseitig. Körper und Psyche stehen in einer wechselseitigen Beziehung und reagieren aufeinander (Psychosomatik). Die geistige Dimension wiederum steht in wechselhafter Beziehung zu Körper und Psyche die es dem Menschen möglich macht, dialogisch zu wirken und ins Handeln zu kommen.

3.1 Die somatische Dimension:

Der Körper ist der optische Repräsentant nach außen, sowie der kleinste Wohnraum des Menschen. In der Polarität von Gesundheit und Krankheit steht das körperliche Wohlbefinden, über das nur der Mensch selbst Auskunft geben kann.

Das nach außen gezeigte Körperbild wird der subjektiven Körperbefindlichkeit nicht immer gerecht. Die Körperhaltung, aufrecht oder gebückt, der Gesichtsausdruck, strahlend, lächelnd oder fahl, gibt dem aufmerksamen Außenstehenden Zeichen der Befindlichkeit seines Gegenübers.

„Ein körperliches Symptom kann eine gezielte Produktion des Körpers sein, das Mitteilungscharakter hat, etwas zum Ausdruck bringt, was ohne das Symptom nicht oder schwer geltend zu machen wäre“ (Küttemeyer, 2005 S. 53ff).

Der Körper kann auf unbelichtete Seiten des Menschen reagieren und ergreift damit die Möglichkeit, sich durch das Fühlbar-machen von körperlichen Symptomen Gehör zu verschaffen. Der aufmerksame Zuhörer und Beobachter kann an der Wortwahl bzw. Ausdrucksweise der Person erkennen, dass sich beispielsweise hinter dem Symptom „körperlicher Schmerz“ ein seelisches Leid befinden könnte.

Geläufige Sprachbilder geben Hinweise auf einen seelischen Schmerz, wie zum Beispiel:

„Mir liegt etwas schwer im Magen.“ – „Ich habe Probleme mit der Verdauung.“

„Ich habe Atemprobleme, an manchen Tagen sind sie so stark, dass ich Angst habe ersticken zu müssen.“ – „Etwas nimmt mir den Raum zum Atmen.“

„Ich habe Nackenprobleme.“ – „Manchmal habe ich das Gefühl, es lastet zu viel auf mir.“

3.2 Die psychische Dimension:

Die psychische Dimension moduliert Informationen aus dem Körper und der geistigen Dimension und verknüpft sie mit den Informationen aus der Welt. Die wahrgenommenen Informationen finden unter anderen in Form von Gefühlszuständen wie Angst, Freude, Trauer, Unlustgefühl ihren Ausdruck (Längle 2008, S. 66). Das Postulat der psychischen Dimension ist es die verschiedenen Lebenssituationen zu bewerten, welche die dazugehörigen Stimmungen wie Freude, Leid und Trauer erlebbar zu machen und den aufkommenden Gefühlen ihren Bedeutungsinhalt zu geben.

3.3 Die geistige Dimension:

Die Charakteristika der dritten Dimension sind geistige Fähigkeiten des Menschen wie Freiheit, Verantwortung, Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz, die es ermöglichen, sich auf die vorgefundenen Begebenheiten einzulassen. Im Rahmen der gegebenen Freiheit liegt die Kunst des Entscheiden-Könnens, deren Voraussetzung der Wille zur Entscheidung und das Tragen der Verantwortung ist. Wird von Freiheit gesprochen, dann muss immer auch die gegebene Begrenzung wie z.B. körperliche Fähigkeit mitgedacht werden. Freiheit besteht immer nur innerhalb der gegebenen Möglichkeiten.

Der Geist des Menschen besitzt die Fähigkeit, sich ganz auf die Situation einzulassen und sich mit dem, was sich zeigt auseinanderzusetzen. Der Akt des Wahrnehmens der Realität, des Wählens unter den verschiedenen gegebenen Möglichkeiten im Außen und im Eigenen, wird schlussendlich zu einer Entscheidung führen. In diesem prozesshaften Vorgang liegt der Dialog begründet.

Frankl hat in seiner Literatur den Begriff „das Geistige“ verwendet. In der Existenzanalyse sprechen wir heute mehr vom „Personalen“.

4 Die Person

Person lat. personare und meint das, das durch die Maske hindurchtönt.

Es bezieht sich ursprünglich auf das griechisch römische Theater, wo der Schauspieler sich eine Maske vor das Gesicht hält. Die Stimme des Spieles durchtönte diese Maske und brachte dadurch jene Rolle zum Ausdruck, die er zu spielen hatte. Die Maske ist starr aber das Durchtönen ist eine Form Ich, Sitz jeder Rolle jeden Alters, enthält einen unverwechselbaren Wesenskern gestalterischer Wirklichkeit. Es kann Individualität vortäuschen, andere glauben machen, die Person sei authentisch, während sie aber nur eine Rolle spielt.

In der Existenzanalyse bedeutet die Person das Echte im „Durchtönen“, das aus der Tiefe kommende. Längle sieht die Person als das nach außen Kommende – außen Fassbare an und verdeutlicht dies in einem symbolischen Bild zur Person: „Person ist eine Quelle in mir, die ich nicht festhalten kann, sondern nur durch meine Offenheit fassen und durch mich fließen lassen kann“ (Lehrbuch der Existenzanalyse 4. Teil, S. 64). In diesem Bild wird zum einem aufgezeigt, dass Person sein nichts Statisches ist, sondern etwas das in Bewegung ist und zum anderem, die Erreichbarkeit und die Dialogmöglichkeit der Person.

Definiert wird die Person in der Existenzanalyse „als das in mir Sprechende“. Spreche ich mit mir, schaffe ich die „innere Welt der Selbstdistanzierung.“ Spreche ich zum anderen, entsteht die „äußere Welt der Selbsttranszendenz (Mitwelt)“ (Längle 1991, S. 137).

Die Selbstdistanzierung ist eine personale Fähigkeit, die es der Person ermöglicht von sich Abstand nehmen zu können. Die Fähigkeit der Selbstdistanzierung setzt die Selbstwahrnehmung voraus. Dies ist eine Beziehungsaufnahme zum Selbst durch die sich der Mensch als sich selbst gegeben erfährt. Er ist Mitgestalter seines persönlichen Lebens und kann sich in einem adäquaten Verhalten der Welt zuwenden.

Das Selbst ist ein dynamischer Begriff und jenes genetische Gewebe, das in Wechselwirkung mit den personalen Möglichkeiten und Fähigkeiten einer Person steht, sowie den Lebenserfahrungen, die ein Individuum in Hinblick auf das Sosein entwickelt hat (Längle 1999, S. 99).

In der Selbst-Transzendenz wird die Intentionalität der Person angesprochen. Es ist ein Ausgerichtet sein mit dem Ziel der Person, sich einzulassen, auf etwas ganz Anderes, auf etwas, das über sie selbst hinaus verweist, das nicht sie selber ist. Selbst-Transzendenz hat als

innere Bedingung die Selbstdistanzierung und als äußeren Referenzpunkt die Werte, auf die sich der Mensch entwirft. Mit dieser intentionalen Veranlagung der Person geht das Vermögen zum Dialog und zur Begegnung einher“ (Lexikon der Existenzanalyse 2000).

„Begegnung ist nichts Starres, kein fixes Bezogensein, sondern Bewegung, ist ein Herausgehen aus sich selber, ein Sich Herausheben und Herausgenommen werden durch den Anderen in das „Zwischen“ der Kommunikation“ (Längle 1991, S. 137).

In der Selbstdistanzierung, der Selbst-Transzendenz, im Beziehen und Bezogensein wird aufgezeigt, dass es sich um dynamische und wechselwirkende Vorgänge handelt.

In dieser Dynamik geschieht Begegnung und vollzieht sich „Personsein“, im persönlichen Ansprechen lassen, im begegnenden Austausch, im Hinstellen des Eigenen.

4.1 Existenzielle Situation des Menschen

Die Existenz stellt eine besondere Seinsweise des Menschen dar, deren Kernaussage es ist, dass der Mensch sich immer in einer Situation befindet. Es ist eine Situation, die ihn an-geht, bzw. die ihn an-spricht.

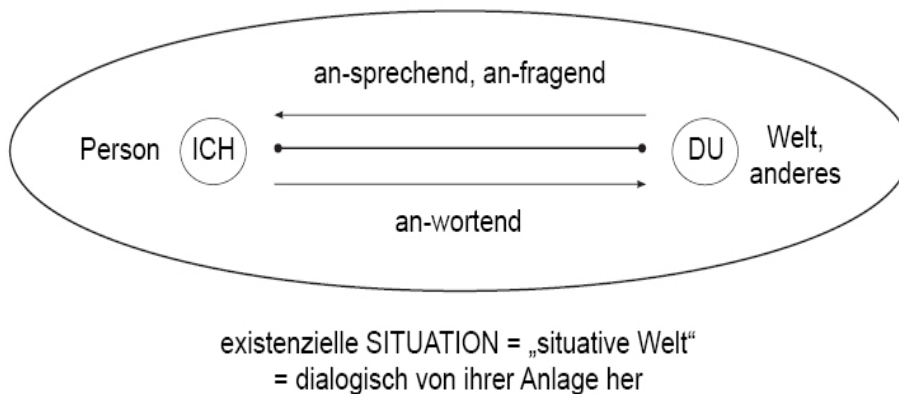


Abbildung 3 existenzielle Situation
Abb. 6, Längle 2008, S. 96

Die Linie in der Mitte repräsentiert den „Boden der Existenz“, der Halt gibt und auch Grenzen setzt. Es ist die Grenze zwischen dem „Ich“ und dem „DU“ über den sich der „Horizont der Freiheit“ spannt. An dem Verknüpft sein der Gegebenheiten lässt sich nichts ändern. Das Entscheidende ist der Umgang des Menschen mit diesen Gegebenheiten. Die Freiheit liegt in der Betrachtungsweise der eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten, sowie in den Bedingungen und Möglichkeiten der äußeren Welt (Längle 2008, S. 96ff).

Der Arzt und Jesuit Dr. Rössler stellte fest, dass „das Gut in der Welt sein“ nicht die Abwesenheit von Problemen ist, sondern der Mut und die Fähigkeit, mit ihnen umzugehen. (zit. n. Wörgerbauer 2008, Kongress Alpbach). In dieser Aussage ist die existentielle Situation angesprochen. Das „Ich“, der Person ist aufgerufen, durch das Gewährwerden eines Problems in den Dialog zu treten. Nicht das Verbleiben in der Opferrolle, nicht ein Ignorieren oder Nicht Beachten ist Ausdruck eines existenziellen Lebens, sondern die Auseinandersetzung mit der gegebenen Situation, das heißt ins Handeln zu kommen. In diesem Sinne sind wir ständig angesprochene Wesen, die sich seiner Antwort nicht entziehen können.

Der Mensch steht in einem unaufhebbaren Bezug zur Welt, getragen durch die Grundstruktur des Subjekts (Ich) und Objekts (Du). Diese Grundstruktur ist als Fundament zu verstehen, das es, im Sinne von Achtsamkeit und Empfänglichkeit gegenüber dem DU (Objekt, Welt), in Abstimmung mit der eigenen Person (Subjekt, Ich) zu pflegen gilt.

Die Person in ihrer Einzigartigkeit und die Situation in ihrer Einmaligkeit fordern eine personale Antwort, damit das Leben zur existentiellen Erfüllung kommt.

Existentiell wird das Leben dann, wenn es zur Antwort wird auf das, was die Person angeht, welche Wertigkeit es für sie hat und wo sie es braucht.

4.2 Der Aufgabencharakter des Lebens:

In der Bereitschaft zur Beantwortung der Fragen (Situation), die nicht die Person ans Leben stellt, sondern das Leben an die Person, nimmt die Person eine existentielle Haltung ein. Sie verschließt sich nicht der Dynamik des eigenen Werdens, sondern nimmt durch die Offenheit zur Welt Impulse und Gestaltungsmöglichkeiten für das eigene Leben auf.

„Die Aufgabe wechselt nicht nur von Mensch zu Mensch entsprechend der Einzigartigkeit jeder Person, sondern auch von Stunde zu Stunde, gemäß der Einmaligkeit jeder Situation“ (Frankl 1982, S. 91). In diesem Sinne bin ich als Person aufgerufen, auf die eigene und der Situation entsprechende Einmaligkeit bedacht zu nehmen. Es ist ein ständiger Austausch von innen und außen, von „ich“ und „du“, es ist eine Wechselrede, ein Dialog (Längle 2000, S. 37).

5 Der Mensch als dialogisches Wesen

„Menschsein heißt in Frage stehen“, (Längle 2008, S. 96) und alles, was in Frage steht, fordert eine Antwort, eine Handlung.

Die dialogische Veranlagung des Menschen ermöglicht ein Näherkommen, ein Beziehen auf das, was nach einer Antwort ruft.

Es ist ein Charakteristikum unserer menschlichen Existenz, dass wir nicht einfach nur da sind, sondern dass wir in einer dialogischen Struktur verbunden sind. Unser Dasein ist ein „Hingeordnet – Sein auf zwei Welten“ (Längle 2008, S. 97), ein Offensein für das, was von außen kommt und ein Offensein der eigenen Person gegenüber. Somit steht das Dasein in einer doppelten Offenheit. Die Offenheit befähigt, Beziehung zur eigenen Person (Innenwelt) und zur Umwelt (Außenwelt) aufzunehmen. Längle spricht von einer Durchlässigkeit der Person nach innen und nach außen hin. Sie kann sich nie ganz verschließen, steht immer „im Atem“ mit innen und außen. Wie weit sich die Person gegenüber der Welt (Innen und Außen) öffnet oder verschließt, kann variieren. Ein vollständiges Verschließen ist nicht möglich, sondern nur ein „Abdimmen“ (Lehrbuch EA 4. Teil. S. 74).

Der Dialog der Person mit der Innenwelt (Intimität) braucht die Selbstdistanzierung. Durch die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung gewinnt die Person an innerer Freiheit, die es ihr ermöglicht, ein inneres Gespräch zu führen, sich selbst anzufragen, auf das zu hören, was die Person ganz in ihrem Innersten spürt (intuitives Gespür, Gewissen).

Der Dialog der Person mit der Außenwelt wird in der Existenzanalyse durch die Fähigkeit zur Selbst-Transzendenz möglich. Dabei gehe ich von mir weg, distanzieren mich und lasse mich ganz auf mein Gegenüber ein. In diesem Ganz beim Anderen sein und im Ganz auf das Andere einlassen kommt das Geistige zum Tragen. Es geschieht etwas in mir und auch mit dem Anderen und zwar ohne dass ein aktives Lenken der Geschehnisse beabsichtigt ist.

5.1 Offenheit und Freiheit

Offenheit ist die Voraussetzung dafür, etwas bei mir ankommen zu lassen. Sie beinhaltet Gelassenheit und Ruhe, um das, was sich zeigt, zu betrachten. Der Mensch ist nach innen und außen durchlässig und ist somit ein Empfangender zweier Realitäten.

Die Mechanismen eines Dialoges sind prozesshaft. Zuerst kommt das Anhören, was der Andere (Objekt, Außenwelt) sagt, das Ankommen lassen seines Standpunktes, das Stehen

lassen und Wirken lassen. Dann gilt es zu hinterfragen: „Was fange ich mit dem Gehörten an?“ Die Antwort kann erst in Abstimmung und Übereinstimmung mit der eigenen Person erfolgen. In der Offenheit nach innen ist es ein Wahrnehmen der eigenen Möglichkeiten und einerspüren der eigenen Gefühle und der Wertigkeit. Jede Person verfügt über einen „Spielraum von Möglichkeiten, sowohl in der äußeren Welt als auch in seiner inneren Welt“ (Längle 2008, S. 85). Ist der Spielraum auch noch so klein, so kann der Mensch doch innerhalb dieses Rahmens frei entscheiden.

„Gäbe es diesen Möglichkeitsraum nicht, so könnte man nicht von menschlicher Existenz sprechen. Das Leben wäre ein reines „Vegetieren“, der Mensch ein reines Instinktwesen“ (Längle 2008, S. 85).

Die Aussage des Existenzphilosophen Martin Buber stützt die existenzanalytische Sichtweise, dass der Dialog eine zweifache Haltung gegenüber der Welt braucht. Die Existenzanalyse spricht von einer personalen Haltung, der doppelten Offenheit, die durch die Doppelbezüglichkeit der Person zur Innen und Außenwelt gegeben ist (Längle 2008, S. 85). Buber spricht in diesem Zusammenhang von einer zwiefachen Haltung (Originalausdruck), und Heidegger von Offenständigkeit.

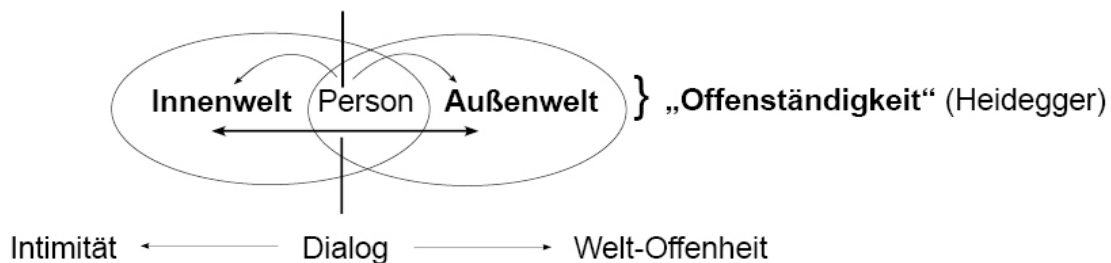


Abbildung 3: Dialog Innen- und Außenwelt Abb. S. 74, Lehrbuch EA, 4. Teil

5.2 Der Dialog als Medium der Begegnung

Begegnung richtet sich an die Person, an das Wesen eines Menschen. Sie findet nicht ungewollt statt, sondern nur unter aktiver Beteiligung.

Längle schreibt: „Begegnung muss gewollt sein, verlangt ein Ansprechen lassen und ein Antworten können, welche die Bereitschaft, den anderen zu verstehen, enthält. Es bedarf einer gegenseitigen Offenheit, die eine Begegnung ermöglicht (Längle 2004, S. 24).

Tellenbach verleiht dieser Aussage Nachdruck durch den Satz: „Die Person kann sich selbst verhalten und dieser Tatbestand ermöglicht ihr jede Bewegung zu verhindern oder sich ihr zu verschließen“. Das Postulat der Begegnung ist Gegenseitigkeit und Zufälligkeit im Unterschied zum geplanten Treffen (Tellenbach 1989, S. 91). „Begegnung kann nur dort entstehen, wenn ich den anderen in seiner Personalität anspreche, wenn ich mich auf ihn hin zu verhalten beginne, auf ihn eingehe und wenn er sich mir aufschließt“ (Tellenbach 1989, S. 92). Buber bestätigt die Gegenseitigkeit und Zufälligkeit mit dem Satz: „Das Du begegnet mir von Gnaden – durch Suchen wird es nicht gefunden (Buber 2006, S. 15). Ein ganz wesentlicher Aspekt der Begegnung ist die Freiheit des Menschen, die es ihm ermöglicht, sich vom anderen berühren zu lassen, den Augenblick zum Schicksal werden zu lassen, und das Neue, das in der Begegnung seinen Anfang nimmt, in Empfang zu nehmen. In dieser Freiheit liegt das „Frei sein“ von jeglicher Absicht. „Zwischen Ich und Du steht kein Zweck, keine Gier und keine Vorwegnahme. Alles Mittel ist Hindernis. Nur wo die Mittel zerfallen, geschieht Begegnung“ (Buber 2006, S. 15ff).

In der Begegnung entsteht eine Art „Feld“, vergleichbar mit einem magnetischen Feld, das wir als ein „Zwischen“ bezeichnen können, einem dialogischen Raum, in dem etwas Neues, Gemeinsames, eine „Wir –heit“ zusammenfindet (Längle 2004, S. 24).

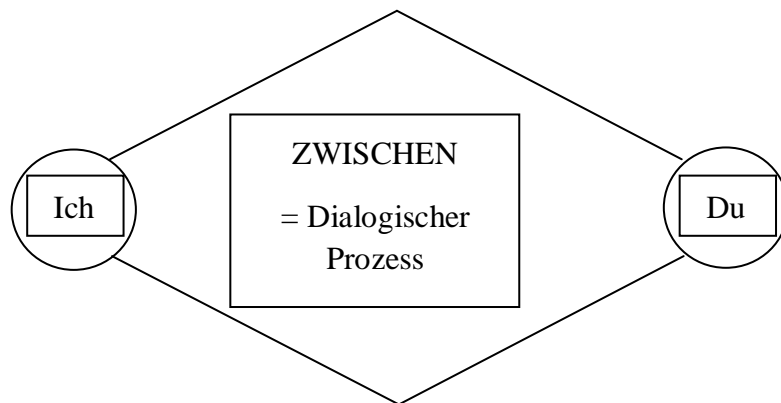


Abbildung 4: Schematische Darstellung des "Zwischen", des "Dialograumes" in welcher Begegnung stattfindet (Längle 2004, S. 24)

Ein „Sein“ im Dialograum ist nur möglich, wenn sich einer dem anderen ganz zuwendet, das heißt es braucht Intentionalität. Es bedarf der Möglichkeit zu erspüren, was zwischen dem einen „Subjekt“ und dem anderen „Objekt“ passiert. Existenzanalytisch betrachtet ist die

Intentionalität, das Tor zum Wertfühlen, das ein inneres Ergreifen und gleichzeitig Ergriffensein bedeutet und mit aller Eindeutigkeit das anspricht, was persönlich betrifft.

Der Dialograum ist ein Raum, in dem Wörter nicht zwingend sind. Gebärden und Zeichen sind ein wesentlicher Bestandteil eines Dialoges. Längle spricht von einem nonverbalen Dialog, den er als das mitteilsame Schweigen bezeichnet und in einem Blick, in einer Umarmung oder in der ausgetauschten Zärtlichkeit seinen Ausdruck finden kann. Nicht der Mensch, der mir körperlich gegenüber steht und objektiv betrachtet werden kann, ist Teil des Dialoges und somit auch Begegnung, sondern der Mensch, der subjektiv fühlt, Schwingungen wahrnimmt, die sich in der Atmosphäre der Begegnung entfalten kann und Stellung nimmt. Mit dem Satz: „Der Gegenstand des Dialoges ist nicht das verbal gesprochene Wort, sondern die Wirkung, die es auf die Beteiligten hat“ (Buber 1986, S. 152), unterstreicht Buber das Nonverbale des Dialoges. In seinem Buch „Ich und Du“ schreibt Buber: das Grundwort „Ich – Du“ ist die Welt der Beziehung und zeigt sich in dreifacher Weise in der Gegenseitigkeit, im Dialog und in der Begegnung (Buber 1983, S. 12). Zu verstehen ist darunter die unmittelbare Verständigung zwischen dem Ich und dem Du. Gegenseitigkeit tritt ein, wenn das Ich auf das Du trifft, getragen durch die Absichtslosigkeit und Freiheit des „Nichts Wollen“. Erst wenn das Du erreicht ist, ist Begegnung. und „In der Begegnung ist der Mensch intentional ausgerichtet auf den Eigenwert des anderen und hat die Bereitschaft, sich auch zu zeigen (Längle 2004, S. 24).

Mit der intentionalen Veranlagung der Person geht das Vermögen zum Dialog und zur Begegnung einher, in diesem Ganz beim anderen sein, sich ganz auf das andere einlassen, ohne dass ein aktives Lenken der Geschehnisse beabsichtigt ist. Es tut sich der Dialograum auf, den Längle anspricht, bei Buber und Tellenbach das Zwischen bedeutet und von Heidegger und Frankl als das Intentional Gerichtet sein beschrieben wird.

6 Fallbeispiel: Olivers therapeutischer Weg zur Wiederfindung der Dialogfähigkeit.

In diesem Abschnitt berichte ich von meinem Klienten Oliver (Name wurde geändert), der sich nach der Kündigung durch seinen Arbeitgeber in einer Lebenskrise befand.

Die ersten Therapiestunden mit Oliver waren geprägt von dem Satz „Nie durfte ich das tun, was ich wollte.“ Diese Aussage ließ vermuten, dass Oliver zu diesem Zeitpunkt nicht im personalen Austausch mit sich und der Welt stand. Er erkannte nicht, dass er als Mensch angefragt war und persönlich Antwort geben konnte.

6.1 Erleben in der ersten Therapiestunde

Oliver kam auf Empfehlung seines Hausarztes zu mir. Er nahm telefonisch Kontakt mit mir auf, mit der Bitte um einen ehest möglichen Termin. „Zeit habe ich mehr als genug“, meinte er und klang verzweifelt. Bereits bei diesem ersten Telefonat berichtete er von seiner Kündigung, die er als ungerecht empfand.

Oliver: „Ich brauche so schnell wie möglich einen Termin, ich muss mit jemandem reden können.“ Erstaunt über diese Dringlichkeit legten wir einen Termin fest und er kam pünktlich. Seine Körperhaltung war auffallend gedrückt und sie verriet mir, dass etwas schwer auf seinen Schultern lastete. Er nahm Platz auf dem Stuhl, ganz vorne an der Kante, zum Absprung bereit.

Er erzählte mir, dass sein Hausarzt bei ihm eine Depression diagnostiziert hätte. Medikamentös war er mit Antidepressiva und Schlafmittel versorgt worden. Oliver kam rasch ins Erzählen. Er hatte seine Arbeitsstelle über einen guten Freund, dessen Bruder die Firma leitet, bekommen. Die Entscheidung für diese Arbeitsstelle stellte sich bald als Fehler heraus. Die Gesprächsbasis zwischen dem Chef und Oliver war von Anfang an nicht sehr gut und verschlechterte sich mit den Jahren immer mehr. Olivers Erwartung, dass seine Leistung vom Chef gesehen wird, wurde nicht erfüllt. Seine Wortwahl wurde im Laufe der Jahre immer aggressiver (Oliver wollte auf sich aufmerksam machen), der Chef reagierte autoritär und sprach schließlich die Kündigung aus. Olivers Kündigungszeit betrug drei Monate. Durch die Krankschreibung des Arztes musste er nicht mehr zur Arbeit gehen und war somit seinem Chef nicht mehr ausgesetzt. Die Kündigung empfand er als eine unerhörte Ungerechtigkeit, so

wie überhaupt sein ganzes Leben. Immer hätte er tun müssen, was andere von ihm gewollt hätten.

Im ersten Gespräch mit ihm war auffallend, mit welcher Vehemenz er die Schuld an seinem Geworden-Sein, seinem Leben, anderen gab und sich nur als Opfer sah.

Bei Therapiebeginn war Oliver ein vierzigjähriger Mann, der sich ganz aus der Verantwortung nahm, jammerte, weinte und mit seinem Schicksal haderte. Er hätte immer den Anweisungen der Erwachsenen Folge leisten müssen. Der Gedanke, dass er heute ein erwachsener Mensch wäre, der für sich etwas tun könnte, kam ihm nicht.

Oliver übertrug auf mich ein Gefühl der Hilflosigkeit, hervorgerufen durch die spürbare Forderung: „Jetzt tun Sie doch etwas, damit es mir besser geht!“

Kurze biographische Darstellung:

Oliver wuchs in einer Familie auf, in der sehr strenge Regeln herrschten. Er hat eine um zwei Jahre ältere Schwester und einen um sechs Jahre jüngeren Bruder. Der Kontakt zu den Geschwistern war immer schon eher lose und ist auch heute noch so.

Die Mutter übernahm die Erziehung und regelte, soweit es ihr möglich war, alles alleine. Die Beziehung zum Vater war weder eng noch herzlich, er erfuhr durch ihn sehr viel Strenge. Der Vater zeigte nur Stolz auf seinen Sohn, wenn er gute Leistungen erbrachte, sei es in der Schule oder beim Fußballspielen. Probleme wurden, wenn überhaupt, nur mit der Mutter besprochen. Die Mutter forderte die Kinder auf, in der Gegenwart des Vaters keine Probleme anzusprechen, weil der Vater ihre Anliegen nicht verstehen würde.

Der Ausschluss des Vaters von den Gesprächen ging soweit, dass die Mutter jedes Gespräch sofort mit einem „Psst“ abbrach, sobald der Vater nach Hause kam. Daraufhin wurde nicht mehr weiter gesprochen. Seinen Vater erlebte und spürte Oliver nur als fordernd. Er verteilte Arbeiten an seine Kinder und forderte deren Ausführung ohne Widerspruch. Die Mutter ihrerseits bediente ihren Mann, da dieser nicht gewillt war, „weibliche Arbeiten“ (Tisch abräumen, kochen, etc.) im Haushalt zu übernehmen.

Der Wunsch der Mutter war es, dass ihr Sohn eine akademische Laufbahn einschlug, der Wunsch des Vaters, dass aus ihm ein guter Arbeiter würde. „Studierte haben wir schon genug!“, lautete eine immer wiederkehrende Aussage des Vaters.

In den ersten zehn Lebensjahren wohnte die Familie mit den Großeltern im selben Haus.

Die Spannung, die zwischen Mutter und Schwiegermutter herrschte, war für alle spürbar. Die Mutter arbeitete als Hebamme. Dieser Beruf brachte es mit sich, dass sie spontan zu jeder Tages- und Nachtzeit das Haus verlassen musste, um zu einer Geburt zu eilen. Sie war somit auf die Unterstützung der Schwiegermutter angewiesen.

Oliver ging vorerst den Weg, den ihm seine Mutter vorgab. Er besuchte ein Gymnasium, welches die Mutter auf den Rat seiner Volksschullehrerin auswählte. Fünf Jahre besuchte er diese Schule, wurde vom Musterschüler zum Schulversager indem er sich immer weniger einbrachte und schließlich seine Ausbildung am Gymnasium abbrach. Er sah nun eine Chance, seinen eigenen Weg zu gehen. Er meldete sich an der Höheren Technischen Lehranstalt (HTL) für Kunst an. Diese Entscheidung wurde vom Vater mit dem Satz: „Das ist doch nur ein brotloser Beruf, den du da erlernst!“, kommentiert. Oliver änderte sein Vorhaben wieder und wurde bei der Wahl des neuen Schultyps (HTL für Maschinen- und Metallbau) dem Wunsch seines Vaters gerecht.

Er ging einen schwierigen Weg bis zur Matura. In der neuen Schule schloss er sich einer Gruppe an, in der Drogen konsumiert wurden. Er fühlte sich von den neuen Freunden angenommen und begann selbst auch Drogen zu konsumieren. Von diesem Zeitpunkt an steigerte er seinen Drogenkonsum immer mehr und sagte: „Es gab keine Droge zu dieser Zeit, die ich nicht ausprobiert hätte.“ Die Gruppe war sein Halt, machte ihn stark. Das Verbindende zwischen den Gruppenmitgliedern war der gemeinsame Drogenkonsum und der Traum, ins Ausland zu gehen. Oliver betonte, dass er alleine nie den Mut gehabt hätte, ins Ausland zu gehen.

Nach der Matura absolvierte er den Wehrdienst, den er aus heutiger Sicht als eine Schikane empfand. Hätte er sich seiner Neigung entsprechend für den Zivildienst entschieden, dann wäre er in den Augen seines Vaters ein Wehrdienst-Verweigerer gewesen und das wollte er vermeiden. Danach ging er für drei Monate ins Ausland. Eine Zeit, in der es zu exzessivem Drogenkonsum kam.

Nach seiner Rückkehr begann er für seinen heutigen Chef zu arbeiten. Der Vater hätte stolz auf ihn sein können, nur er zeigte es nicht.

Achtzehn Jahre arbeitete er immer im selben Betrieb, gönnte sich kaum einen Urlaub und war immer für den Betrieb da. Die Kündigung war für Oliver die Bestätigung, dass sein Chef seine Leistung nicht würdigte.

Oliver lebt heute ca. 1,5 Kilometer entfernt vom Elternhaus in seinem eigenen Haus, das er von seinem Großvater geerbt hat.

Die Biographie lässt erkennen, dass Oliver sich in seinem Leben nur dann für etwas entscheiden kann, wenn er im Hintergrund eine andere Person (oder Gruppe) spürt, die ihn akzeptiert und ein „JA“ signalisiert.

Die Schulwahl trifft er erst, als er spürt: „Mit dieser Wahl enttäusche ich meinen Vater nicht.“ Durch die Sehnsucht nach der Zugehörigkeit zu einer Gruppe von Menschen, sagt er „JA“ zu den Drogen. „Alle tun es, also darf ich es auch tun.“ Die eigene Stellungnahme orientiert sich an dem „Ja“ anderer Personen.

Das Militär absolviert er, weil das sein Vater von ihm erwartet und ihn niemand bestärkt, seinen Weg zu gehen und den Zivildienst zu absolvieren.

Ins Ausland wäre er allein nicht gegangen, die Gruppe machte es ihm möglich.

Eine weitere Aussage von ihm: „Ich hätte schon mehr Urlaub in Anspruch genommen, hätte es da jemanden gegeben, der mit mir für längere Zeit weggefahren wäre.“ Für andere alles Recht zu machen, hatte einen höheren Stellenwert, als für sich selbst etwas zu tun.

6.2 Existenzanalytischer Therapieverlauf

„Die Depression ist eine Dame in Schwarz. Wenn sie an die Türe klopft, weise sie nicht ab, sondern bitte sie an deinen Tisch und höre zu, was sie dir zu sagen hat“ (C.G. Jung, 2006, S. 88). Mir erscheint dieses Zitat von C.G. Jung in Bezug auf die gestellte Diagnose sehr treffend, weil er die Bedeutung des Dialoges im Innen und Außen hervorhebt.

Die Aufforderung, „die Dame in Schwarz“ hereinzubitten, heißt im übertragenen Sinn, sich mit der Situation, mit der sich zeigenden Realität (in diesem Fall ist es die Kündigung) auseinanderzusetzen. Die Dame in Schwarz verweist auf das Dunkle, Düstere und gibt den Hinweis, dass etwas im Dunklen liegt. Oliver spürt nur: „Das kann nicht sein“ und „So will ich das nicht hinnehmen“ und trotzdem ordnete er sich unter.

Unser erster Schritt in der Therapie war die Beziehungsaufnahme zur Realität, zu den Bedingungen, um ein Annehmen-können der Situation zu ermöglichen (erste Grundmotivation nach Längle). Dies war nötig, damit Oliver Halt im Leben spüren konnte, seinen Seinsgrund.

Im zweiten Schritt wurde versucht, Oliver eine Beziehungsaufnahme zu seinem Leben zu ermöglichen. Wie schon aus dem kurzen biographischen Hintergrund ersichtlich wird, lebte Oliver in dem Gefühl, dass nicht er in seinem Leben tun kann, was er gerne mag, sondern dass er es zeitlebens gewohnt war, zu tun, was andere ihm sagten (z.B. Wunschschule Kunst-HTL).

Dieses Gefühl betrifft die zweite Grundmotivation, deren Thema die Zuwendung zum eigenen Leben ist und wodurch das Fühlen des Grundwertes ermöglicht wird. Besonderes Augenmerk wurde in der Therapie auf „das Mögen“ gelegt, weil Oliver hier ein großes Defizit hatte und das dem Krankheitsbild der Depression entspricht.

Die Person Oliver war verschüttet durch die fehlende Offenheit und die verwehrte Freiheit von Seiten der Erwachsenen. Der Wille bzw. die Kraft zur freien Entscheidung im Rahmen der eigenen Möglichkeit war durch die in der Kindheit gemachten Erfahrung, „wir sagen dir, was gut für dich ist“, nicht genügend entwickelt worden. Das Gefühl: „Was stimmt für mich?“ bekam dadurch keinen Raum.

Hier ging es um die Frage: „Darf ich so sein, wie ich bin? Was passiert, wenn ich nicht das tue, was die anderen von mir erwarten?“ Hierbei befinden wir uns im Themenbereich der dritten Grundmotivation.

Durch die Kündigung stand für Oliver die Sinnfrage im Mittelpunkt. Er fühlte eine Leere in sich, die er nicht zu füllen vermochte. Zu Therapiebeginn stand er vor der Frage: „Was mache ich jetzt mit meinem Leben?“ In diesem Punkt arbeiteten wir an der vierten Grundmotivation, deren Thema es ist, Werte zu finden, von denen er sich angezogen fühlt, die nur er selber verwirklichen kann.

6.2.1 Erste Grundmotivation: Geworfen in die Realität: „Kann ich sein?“

Das Zentrale der ersten Grundmotivation liegt im:

„DASEIN KÖNNEN“

Verbunden mit der Dynamik

„ANNEHMEN UND AUSHALTEN KÖNNEN“

Das Thema der ersten Grundmotivation ist die Auseinandersetzung mit dem Sein, das sich auf jene Welt bezieht, in die der Mensch hineingeboren wird. „Die Welt gibt dem Sein des Menschen die Möglichkeit zu existieren, gibt ihm den Boden, den Raum, den Halt, und den Schutz. Zugleich aber stellt diese Welt ihm auch Bedingungen, stellt ihn vor Ungefragtes, Unerwünschtes, Unabänderliches, Bedrohliches, womit sich der Mensch auseinandersetzen muss, um da sein zu können (Längle. A. Handout- Kongressbericht Sucht, S. 157).

Grundbedingungen für das Erleben des Sein-Könnens sind:

- Raum zu haben, in dem es möglich ist, sein zu können
- Halt zu spüren, getragen zu sein, „weil ich es bin.“
- Schutz, d.h. im Schutz des Anderen sein zu können und das Meinige sagen zu dürfen, ohne verurteilt zu werden

Zunächst ging es in der Therapie mit Oliver um die Beziehungsaufnahme zur Realität „Ich bin gekündigt worden“ und im zweiten Schritt um das Annehmen-können der Realität „arbeitslos“ zu sein. Durch die Aussage des Vaters erfährt er eine weitere Demütigung, „Dir fehlt doch nichts; warum gehst du nicht arbeiten?“

Die erste Grundmotivation ist das Kerngebiet der Angst, jener Boden, auf dem es um das eigene Sein geht und von dem die Bedrohung ausgeht (Längle S. 2003, S. 58).

Für Oliver ging die Bedrohung nicht nur von seinem Vater aus, sondern auch von seinem Chef, der sein Unverständnis Oliver gegenüber klar zum Ausdruck brachte. Olivers Wunsch nach Akzeptanz durch seinen Vater war spürbar und wurde von ihm auch verbal zum Ausdruck gebracht: „Ich möchte, dass er mich sein lässt.“

„Sein ist nicht das, was ich mit mir selber bin, sondern vor allem das, was sich zwischen mir und den Mitmenschen ereignet“ (Buber, zit. n. Wolf 1992, S. 147).

Zum „Sein“ gehört „Können“ und dieses Können des Menschen setzt sich aus zwei Anteilen zusammen:

Die Hälfte des Könnens kommt aus den äußeren Bedingungen und heißt soviel wie „Ich erhalte Möglichkeiten“. Die andere Hälfte des Könnens kommt von innen. Das Erleben von inneren Kräften, das Wahrnehmen des eigenen Vermögens, das Gefühl zu bekommen, der Welt etwas entgegensetzen zu können (Längle. A., Handout- Ausbildung, Arbeitsmappe). Oliver nahm im Außen kein Berufsbild war, wo er zur Entfaltung kommen konnte. Die Verständnislosigkeit des Vaters und seiner Mutter, die schon auf der Suche nach einer neuen Arbeitsstelle für ihn war, verstärkten diese Wahrnehmung.

„Sein“ umfasst Beziehung, Begegnung und Erfahrung (Buber, zit. n. Wolf 1992, S.147).

In diesem Satz wird verdeutlicht, dass der Mensch, so wie er von der Welt gesehen und angenommen wird, auf die Welt antwortet. Oliver handelte viele Jahre nach den Vorgaben von außen, ohne auf sein eigenes Vermögen zu achten. Im Spüren der basalen Grundbedingungen von Schutz, Raum und Halt ist es möglich, der Realität (der Kündigung) ins Auge zu sehen. Erst durch die erkannte Realität („Der Chef und ich, wir können nicht respektvoll miteinander umgehen“), wird es möglich, die Gegebenheit „Ich bin gekündigt

worden “ annehmen zu können. Bleibt jedoch das Spüren dieser Gegebenheit versagt (Unmut des Vaters, die Mutter will so schnell wie möglich einen neue Arbeitsstelle für ihren Sohn finden), kommt es zu Unsicherheit (Ich bin ein Versager) und dem Gefühl, ich kann nicht „So-Sein“ wie es von mir erwartet wird.

Diese Gefühle finden ihren Ausdruck auf der psychischen Ebene in Form von Angst.

Oliver verspürte Angst: „Ich kann nicht sein, was könnte ich tun?“ Die Kündigung ließ ihn wie einen Versager erscheinen. Aus dem Gefühl heraus, die Kündigung nicht annehmen zu können, reagierte Oliver mit Wut und dem Wunsch nach Vernichtung (Coping): Er wünschte seinem Chef den Konkurs seiner Firma.

Wie erlebt Oliver das Dasein-Können in seiner Biografie?

In Olivers Ursprungsfamilie waren die äußerlichen Bedingungen des Raums, Schutzes und Halts gegeben. Er wohnte in einem Haus, er hatte ein Zimmer, in das er sich zurückziehen konnte, das ihm Schutz und Halt bot, wenn er allein sein wollte.

Die gefühlte Realität war allerdings, dass er als Kind wenig Raum hatte, in dem er emotional gedeihen konnte.

Oliver machte die Erfahrung, dass sein Vater Forderungen stellte, die keinen Widerspruch dulden. Oliver sagte: „Meinem Vater rutschte immer wieder die Hand aus, er war ein sehr kräftiger Mann und seine Schläge taten weh.“ Die Mutter gab den Kindern das Gefühl, dass nur sie ihre Probleme verstand und traf letztendlich gravierende Entscheidungen allein. Bedingt durch ihren Beruf war sie oft abwesend. Oliver erzählte: „Wenn ich mit meiner Mutter etwas bereden wollte und wir durch das Klingeln des Telefons unterbrochen wurden, dann fand dieses Gespräch ein abruptes Ende. Das Thema wurde nie wieder aufgegriffen. Olivers Sorgen und Ängste blieben dadurch oft ungehört. Die Mutter war dann mit voller Hingabe beim Gesprächspartner oder verließ fluchtartig das Haus, weil sie gebraucht wurde. Die Tragik der Ausklammerung von gemeinsamen Gesprächen des Vaters wird spürbar. Oliver ist nur von einer Person beeinflusst und abhängig.

„Ich habe sehr früh damit aufgehört, meine Probleme mit anderen zu besprechen.“

Hier fällt auf, dass Olivers „Sein“ erfüllt war von Gefühlen wie „Der Vater versteht mich nicht“, „Die Mutter hat keine Zeit für mich“, „Es ist besser, wenn ich die Probleme mit mir selber ausmache, weil wir ohnedies im Gespräch unterbrochen werden.“

Die Sitzhaltung von Oliver wurde für mich jetzt auch verständlicher, war er es doch gewohnt, „zum Absprung bereit zu sein“, weil ein Gespräch jederzeit unterbrochen hätte werden können.

Olivers aktuelle Themen waren die Angst, durch die Kündigung als Versager da zustehen und die Angst, wieder in einen Beruf gedrängt zu werden, den er nicht wollte, weil seine Mutter bereits wieder Vorgespräche mit möglichen Arbeitgebern für ihren Sohn führte. In ihm keimte der Gedanke auf, wieder für längere Zeit ins Ausland zu gehen, was als Olivers Wunsch nach der Flucht vor den Bedingungen, die sich ihm boten, zu verstehen sei. Hierbei handelt es sich um einen weiteren Copingversuch, der deutlich macht, dass Oliver sich seinen Bedingungen noch nicht stellen will/kann.

Olivers Ängsten galt es nun in der Therapie den gebührenden Raum zu geben.

Er steckte in einer Situation, in der er Aufmerksamkeit brauchte, die ihm das familiäre Umfeld nicht bieten konnte. Seine Aussage war: „Ich möchte einmal jemanden haben, der mir zuhört und den Versuch unternimmt mich zu verstehen.“

Ich gab ihm zu verstehen, dass ich nun diese Stunde ganz für ihn da sein werde, dass er den Schutz des Raumes spüren und nutzen kann.

Oliver bekam in der Therapiestunde die Bedingungen, die er brauchte, um die aktuelle Situation zu erzählen (Raum, Schutz und Halt). Entscheidend dafür war die Gewissheit, dass ich nun eine Stunde ganz für ihn da war. Erst dadurch wurde für ihn die Beziehungsaufnahme zur Realität möglich und zu dem, was im Moment sein „Sein“ bestimmte.

Die Krankschreibung des Arztes wirkte entlastend auf ihn. Er konnte sich dadurch den Kontakt mit dem Chef ersparen. Das Wort Depression ängstigte ihn, dadurch lastete seiner Meinung nach ein weiterer Makel auf ihm.

Ich erklärte ihm, was Depression bedeutet, dass sie vergleichbar mit einer körperlichen Krankheit wie zum Beispiel, Lungenentzündung ist, die Medikamente, Pflege und Ruhe braucht, um eine Heilung zu erfahren.

Ich sprach in diesem Zusammenhang von einer Traurigkeit, die in ihm war. Durch die Krankschreibung des Arztes konnte er sich nun die Ruhe gönnen, die er benötigte. Oliver brauchte in diesem Stadium das „Ja“ eines Anderen. In diesem Fall bekam er es vom Arzt und von mir als Therapeutin.

„Solange Sie nicht ganz gesund sind, müssen Sie gar nicht arbeiten.“ Dieser Satz, so sehe ich es heute, war der Grundstein einer guten therapeutischen Beziehung, weil Oliver dadurch erfuhr, dass er endlich einmal nichts mehr „musste“, sondern einfach sein konnte. Er, der

immer auf Forderungen reagierte, um anerkannt zu sein, hörte einen Satz, in dem von ihm keine Leistung gefordert wurde.

Die personale Aktivität erfolgte durch die Stellungnahme, in der Oliver seine Situation akzeptieren konnte.

Für Oliver ging es zuerst darum, die ausgesprochene Kündigung durch seinen Chef, die nicht mehr veränderbar war, aushalten zu können. Dadurch erweiterte sich für Oliver der Raum, in dem es nun auch möglich wurde, die Möglichkeiten anzuschauen, die diese Kündigung mit sich brachte, die er schließlich annehmen konnte. So stellte Oliver fest, dass er in seinem Beruf nie glücklich war und nun die Chance für eine Veränderung gegeben war. Auf Grund seiner ursprünglichen Weigerung, die Kündigung zu akzeptieren, kam es bei ihm zu zwei markanten Copingreaktionen: eine in Form der „destruktiven“ Wut gegen den Chef mit dem Wunsch, dass auch er mitsamt seiner Firma vernichtet würde und die andere in dem Wunsch, ins Ausland zu gehen, um wieder in der Anonymität zu verschwinden, wie damals, als er schon einmal für längere Zeit im Ausland war. Im genauen Hinschauen konnte er erkennen, dass die Flucht ins Ausland auch heute keine Lösung ist und keine befriedigende Veränderung in seinem Leben herbeiführen kann. Es würde für ihn auch keine Veränderung eintreten, wenn der Chef in Konkurs gehen würde. Im Aushalten dessen, was im Moment nicht veränderbar war und im Annehmen dessen, was gut war, fasste er Mut für die Zukunft und Vertrauen, dass er nun einen guten Weg für sich finden würde.

6.2.2 Zweite Grundmotivation: Beziehung – „Mag ich leben?“

Lag im vorhergehenden Abschnitt der Schwerpunkt auf dem Sein des Menschen, so ist das Thema der zweiten Grundmotivation die Bewertung des Daseins.

„Dem Menschen ist es ein angeborenes Verlangen, sein Dasein subjektiv als gut zu erfahren, er will es genießen und sich am Leben erfreuen (Längle 2008, S. 39).

Die zweite Grundmotivation umfasst die Grundfrage des Lebens, die lautet: mag ich leben? Sie setzt ein Fühlen der Art voraus, wie das Leben für mich ist.

Das Zentrale der zweiten Grundmotivation liegt im:

DAS LEBEN ALS WERT MÖGEN

Hier geht es um die psychische Dynamik

IN DIE NÄHE ZU KOMMEN- IN BEZIEHUNG ZU TRETEN

Der therapeutische Rahmen, der Oliver Halt, Schutz und Raum bot, war abgesteckt. Die Stunden fanden regelmäßig einmal in der Woche statt, immer derselbe Tag und zur selben Uhrzeit. Der Praxisraum war der Ort, in dem er frei reden konnte, weinen durfte, ohne verurteilt zu werden, aber auch der Raum, in dem der Schmerz aus der Vergangenheit wieder zugriff.

Um in Beziehung treten zu können, braucht es die Grundbedingung des „Sein-Könnens“ (erste Grundmotivation), sowie Zeit und Nähe, in der Vertrauen entstehen kann, damit die Begegnung möglich wird (zweite Grundmotivation).

In der zweiten Grundmotivation geht es um ein Erleben von Wertvollem, um das Erspüren und Fühlen von Werten, die immer nur von der Person gefühlt werden können, die betroffen ist.

Die Aussage „Ich durfte nie das tun, was ich wollte“, wurde in der Therapie mit Oliver von mir dahingehend hinterfragt, welchen Beruf er ergriffen hätte, wenn er frei entscheiden hätte können.

Den Beruf, den er bis jetzt ausübte, hatte er als Unwert empfunden. Längle schreibt, es gibt „kein Werterleben in der Beziehungslosigkeit“ (Längle 1991, S. 27).

Das heißt, Werterleben ist immer ein Ausdruck dafür, dass wir mit den Gegenständen, mit denen wir zu tun haben, in Beziehung stehen.

Olivers Antwort auf meine Frage lautete: „Ich wollte Künstler werden!“

Bei dieser Antwort leuchteten die Augen meines Gegenübers, ich nahm plötzlich eine ganz andere Haltung an ihm wahr. Seine von mir wahrgenommenen Veränderung teilte ich ihm mit und fragte ihn an, welche Gefühle und Gedanken ihn im Augenblick erfüllten.

Oliver bekam sehr früh Zeichenstifte und entdeckte das Zeichnen mehr und mehr für sich. Mit vier Jahren war es seine absolute Lieblingsbeschäftigung. Schon um fünf Uhr in der Früh stand er auf, um zeichnen zu können. An dieser Stelle beschrieb er die Stimmung am Morgen. Wie oft habe er gesehen, wie die Sonne aufging, die Farbenspiegelungen des Himmels faszinierten ihn. Die Mutter fand ihn immer wieder in der Küche auf der Bank sitzend und

zeichnend vor. Jedes Papier, das auch nur eine leere Fläche bot, wurde von ihm als Zeichenblatt verwendet. In der Volksschule ließ das Zeichnen etwas nach, war aber weiterhin sehr wichtig für Oliver. Zeichnen wurde für ihn ein Kommunikationsmittel. Dem Zeichenblatt vertraute er alles an. Er zeichnete jegliche Begebenheiten, die sich im Laufe des Tages zugetragen hatten. Die Mutter, die Interesse für die Bilder zeigte, machte auf der Rückseite Notizen zu dem Gezeichneten, schrieb das Alter ihres Sohnes dazu und sammelte alle Zeichnung in einer Mappe. An dieser Stelle hätte ich gerne eine Zeichnung von ihm gezeigt. Er wollte jedoch nicht, dass eine seiner Kinderzeichnung in die Dokumentation aufgenommen wird. Er will sie ganz für sich behalten.

Oliver hatte all die Jahre den Wunsch, Künstler zu werden in sich getragen, glaubt heute allerdings, weiter denn je davon entfernt zu sein.

Mit ca. 28 Jahren, zu dieser Zeit war das Malen und Zeichnen schon sehr in den Hintergrund gerückt, hörte er nun ganz damit auf. Leinwand und Farben verschwanden im Keller und wurden von ihm nicht mehr beachtet. Der Beruf hätte ihn so in Beschlag genommen, dass er keine Kraft und auch keine Lust mehr für das Malen gehabt hätte, meinte Oliver. Zu diesem Zeitpunkt hatten sein Chef und er schon eine sehr schlechte Gesprächsbasis und in ihm regte sich mehr und mehr das Gefühl, dass er sich nun noch mehr anstrengen müsste, um seine Qualitäten hervorzuheben. Kam er von der Arbeit nach Hause, so fühlte er nur noch Müdigkeit in sich. Die letzten Bilder, die er gemalt hatte, waren nur noch farblos und ohne Aussagekraft, berichtete Oliver.

Oliver bekam durch das Anfragen und Rückmelden meiner Wahrnehmung über seine Veränderung, wenn es um das Malen und Zeichnen ging, die Möglichkeit, seine Gefühle von damals auszusprechen und wahrzunehmen. Durch das Erzählen bekam der Wert „Zeichnen“ wieder Aktualität. Da war das Gefühl von Freude über die Zeit, weil sie gewesen war, aber auch das Gefühl der Trauer, weil er das Malen für so lange Zeit nicht mehr als das Seine hatte erkennen können.

Ich fragte ihn, ob es denn möglich wäre, die Zeichnungen, die seine Mutter verwahrt hat, in die Stunde mitzunehmen.

Das Thema bekam zusätzliche Aktualität, weil Oliver in dieser Zeit die Möglichkeit bekam, ein Zeichenseminar zu belegen, das von einer angesehenen Person aus der Kunstwelt veranstaltet wurde. Er verspürte eine starke Sehnsucht hinzugehen, aber in ihm regte sich auch die Angst, nicht gut genug zu sein.

Durch Olivers Kinderzeichnungen bot sich in der Therapie die Möglichkeit der Beziehungsaufnahme zum inneren Kind, mit dem Ziel, ein Gefühl für sich zu bekommen und dort anzusetzen, wo Oliver sein inneres Kind zurückgelassen hatte.

6.2.2.1 Das innere Kind

Oliver kam mit der Mappe unter dem Arm in die Stunde und präsentierte mir die Bilder als einen Schatz, den er nach langer Zeit wieder in Händen hielt. Er breitete die Zeichnungen auf dem Boden aus, dann nahm er, wie von einem Magneten angezogen, seine Bilder in die Hand und legte sie auf den Tisch.

Durch die intensive Beziehungsaufnahme zu den Bildern war er seinem inneren Kind sehr nahe. Unter meiner Anleitung begann er, mit seinem inneren Kind Zwiesprache zu halten. Was empfand dieses Kind in der Zeit, in der es gemalt hatte und was würde das Kind ihm heute raten in Bezug auf das Zeichenseminar, zu dem er jetzt Gelegenheit hätte? Oliver weinte und ich ließ ihn, saß da, bot ihm Nähe und hielt mit ihm aus.

In dieser Stunde ereignete sich etwas ganz Entscheidendes. Das kindliche Du, dem er hier begegnete, ließ ihn aus der Krise seines Lebens heraustreten. Die Glücksgefühle des Kindes, seine Visionen, wurden wieder in ihm wach. In den Tränen betrauerte er die lange Zeit, während der es ihm nicht möglich gewesen war, auf sein „MÖGEN“ zu achten.

Der vierzigjährige Oliver wandte sich ganz dem Kind zu, das er gewesen war, hörte ihm zu und nahm die Gefühle des Kindes wahr.

Mit der Frage, „Was würde er diesem Kind, das traurig ist, sagen?“, nimmt Oliver noch einmal mit dem Kind Kontakt auf, das in ihm ist und zu dem er bis heute keine Beziehung mehr hatte. Der Beziehungsverlust zu seinem inneren Kind führte dazu, dass der erwachsene Oliver Werte als solche nicht mehr erkannte. Sein „Mögen“ war dadurch blockiert und daraus entstand ein Gefühl der Unlust und latenter Traurigkeit.

Seine Antwort: „Es ist schade...“, löste in Oliver sehr viel aus. Dies zeigte sich in der nächsten Stunde. Oliver berichtete, dass er nach der Therapiestunde nach Hause gefahren war und zu schreiben begonnen hatte. Er schrieb viele Seiten voll, wollte den Inhalt aber ganz für sich behalten. Ich beglückwünschte ihn zu seinem Tun und akzeptierte seinen Wunsch.

Wichtig war, dass Oliver durch das Schreiben den Dialog mit seinem inneren Kind aufnahm und dadurch mit dem Kind, das er gewesen war und das noch immer in ihm ist, in Beziehung trat. Der Wert, von dem er schon als Kind angezogen worden war, wurde wieder gehoben.

Im Schreiben und im wieder Betrachten der Zeichnungen kamen die Gefühle für das „Mögen“ zurück. Oliver entdeckte sich selber wieder als etwas Wertvolles und er begann, wieder Lust auf das Leben zu bekommen. Das Zeichenseminar belegte er zwar nicht, aber stattdessen begann er wieder mit kleinen Zeichnungen. Er schuf für seine Wohnung einen kunstvollen Schrank, unter Verwendung verschiedener Materialien und er begann mit der Sanierung seines Hauses. Von diesem Schrank brachte er immer wieder Fotos mit, damit ich mich vom Fortgang des Werkes überzeugen konnte.

Die personale Aktivität der zweiten Grundmotivation besteht im Fühlen von Wärme und Geborgenheit, was zu einem „Leben mögen“ führt. Dafür brauchte Oliver Zeit, um dem nachzuspüren, was das Leben einmal sehr wertvoll gemacht hatte und zu dem die Beziehung verloren gegangen war. Das Anschauen der Kinderzeichnungen und das anschließende Schreiben berührte Oliver in einem Maße, dass er wieder Lust am Leben verspürte. Durch diese Nähe verspürte er aber plötzlich auch die Trauer über jene Zeit, in der es ihm nicht möglich gewesen war, auf sein Mögen zu achten. Als 28 Jähriger verräumte er all seine Malutensilien und entwertete sein Talent, indem er zu sich sagte: „Ich kann nicht mehr Zeichnen, alles ist nur ein Gekritzeln.“

Er konnte in diesem Zusammenhang jene Freudlosigkeit wieder in sich spüren, die dazu geführt hatte, dass er kaum noch aktiv war. Auch jene Belastung, die durch das Gefühl immer leisten zu müssen, auf ihm lag und Müdigkeit auslöste, war wieder da.

Durch das Einlassen auf sich selber, durch das Ernst nehmen und das Verstehen der sich einstellenden Gefühle, war es Oliver möglich, wieder in Beziehung zu seinem Leben zu treten. So konnte er die kreative Seite in sich wieder entdecken und schließlich schrittweise Verantwortung für sein Leben übernehmen.

6.2.3 Dritte Grundmotivation: Person „Ich bin da“ – „Darf ich so sein?“

„Seine Einzigartigkeit erlebt jeder Mensch als „Ich“ das vom „Du“ unterschieden und doch verwandt mit ihm ist“ (Längle 2008, S. 46).

Das Zentrale der dritten Grundmotivation liegt im:

SOSEIN DÜRFEN / SELBSTSEIN

getragen durch die Dynamik

WERTSCHÄTZUNG ERHALTEN / WERTSCHÄTZEN

Für die dialogische Erreichbarkeit der Person bedarf es dreier konstitutiver Elemente:

1. Ein Dialog hat einen Adressaten, ein „Du“, ein Objekt
2. Dieser Adressat soll verstehen können, wovon die Rede ist.
3. Jeder Dialog verlangt eine Antwort. Es soll das Gefühl entstehen: Mir wurde geantwortet, ich fühle mich verstanden (ebd. S. 140).

Um die dialogische Erreichbarkeit erfüllen zu können, bedarf es wiederum drei Stufen, die zum „sich selbst sein Können und Dürfen“ führen und die die Grundvoraussetzung für einen personalen Dialog darstellen. Es geht um Beachtung, Gerechtigkeit und Wertschätzung.

1. Beachtung:

Damit ist die Beachtung des Eigenen durch die andere Person gemeint. Für die Erlangung der Fähigkeit, das Eigene beachten zu können, bedarf es der gemachten subjektiven Erfahrung des Gesehen- und Beachtet-werdens durch den anderen. Eltern, die ersten Bezugspersonen des Kindes, tragen hier eine große Verantwortung. „Kinder haben noch kein voll entwickeltes Grenzsystem und müssen sich auf ihre Eltern verlassen. Sie sind verletzlich und brauchen den Schutz der Eltern im körperlichen, emotionalen, intellektuellen und spirituellen Bereich. Sie lernen sich selbst zu beachten, wenn sie von ihnen gesehen und beachtet wurden (Melody 2002, S. 84). „Dieses Gesehen-Werden von anderen (aber auch nicht gesehen werden, einfach übersehen werden), verbindet sich mit dem Selbstbild von sich“ (Längle 2008, S. 48). Das Gesehen-Werden, beinhaltet das Sehen und Beachten der „Ich-Grenze“. In der Wahrnehmung der eigenen Grenzen wird es möglich, jene Distanz zum anderen einzunehmen, die das „Du“ des anderen schützt.

2. Gerechtigkeit:

„Um sich selbst finden zu können, bedarf es einer gerechten Behandlung durch den anderen, die dann auch durch sich selber fortgeführt wird“ (Längle 2008, S. 49) Eine gerechte Behandlung erfährt der Mensch dadurch, dass das, was ihm wichtig ist, mit dem er sich identifiziert, gesehen wird und ihm auch zugestanden wird.

Die Erfahrung zu machen, dem anderen etwas zu bedeuten, indem einem das Recht auf das Dasein zugestanden wird, indem es möglich wird, seine Wünsche, Bedürfnisse und seinen Willen auf sein Sosein zu zeigen, wird die Person zum Leben erweckt.

Durch diese gemachten Erfahrungen, kann der Mensch ein Gefühl für sein Wesen entwickeln, so dass das Echte in ihm gespürt werden kann. Das schafft die Grundlage für die Authentizität. „Durch diese gemachten Erfahrungen wird aber auch das Gespür für das Echte im anderen, für das, was einem entspricht und zusteht, sowie für das Richtige in einer Situation entwickelt“ (ebd. S. 49).

3. Wertschätzung:

Die Erfahrung von Wertschätzung ermöglicht den Zugang zum Gespür von Gerechtigkeit und bietet gleichzeitig eine Grundlage, sich vor sich selbst rechtfertigen zu können (Längle 2008, S. 49).

Zerlegen wir das Wort Wert-Schätzung, dann geht es hier um das Ansichtigwerden der Werte, vor allem aber um den eigenen Wert. Der Selbstwert entsteht auf der Basis der Wertschätzung. Parallel zum Selbstwert entwickelt die Person Scham, in ihr entsteht das Gefühl, etwas Wertvolles schützen zu müssen.

Es ist die Intimität, die nur der Person allein gehört und die es zu schützen gilt.

Ist das Gefühl der Wertschätzung in der Person, dann ist es „wie ein inneres Licht, das der Person eine Ausstrahlung und einen Charme gibt“ (Längle 2008, S. 49).

Oliver hatte das Gefühl, wenig Beachtung, Gerechtigkeit und Wertschätzung erfahren zu haben. Weder bei der Ausbildung noch bei der Berufswahl fanden seine Wünsche Beachtung. Seine Leistungen in der Arbeit wurden von seinem Chef weder gesehen noch geschätzt. Die ausgesprochene Kündigung empfand er als Gipfel der Ungerechtigkeit. Oliver war Zeit seines Lebens bemüht, positive Aufmerksamkeit zu bekommen, was nicht immer leicht war und ihn unter enormen Druck setzte.

Schon in der Schule bekam er wenig Wertschätzung. Seine Lehrerin war sehr streng und er fürchtete sich vor ihr. Hatte er einmal eine Hausaufgabe oder ein Heft vergessen, griff sie zu

harten Worten und manchmal auch zu Taten. „Ich stand als Lachobjekt der Klasse zur Verfügung. Es war keine Seltenheit, dass die Lehrerin handgreiflich wurde.“ Auf die Frage, ob er es seinen Eltern erzählt hätte, sagte er: „Ich habe es meiner Mutter gesagt. Ihre erste Frage war immer, was ich gemacht hätte. Darauf folgte sofort der nächste Satz, dass ich die „Watschen“ sicher verdient hätte. Ich hatte immer das Gefühl, dass sie die Lehrerin mehr unterstützte als mich.“

Die Mutter, die Volksschullehrerin und die Tante (Schwester von der Mutter) beschlossen gemeinsam, dass Oliver das Gymnasium besuchen sollte. Er wollte das nicht, seine Mutter bestand jedoch darauf, weil sie der Auffassung war, dass es das Beste für ihn wäre. Der Wunsch der Mutter war es, ihrem Sohn ein Studium zu ermöglichen. Das Gymnasium war ca. 30 km vom Wohnort entfernt. Der Schulwechsel bedeutet für ihn, dass er spätestens um 6.45 früh das Haus verlassen und zwei verschiedene Verkehrsmittel benützen musste, um pünktlich in der Schule zu sein. Er wusste, dass er mit dem Schulwechsel auch seine Volksschulfreunde verlieren würde und davor hatte er Angst. Da er keine Worte fand, versuchte er schriftlich mit seinen Eltern in Kontakt zu treten. Er schrieb deshalb auf einen großen Zettel: „Ich will nicht“, den er für jeden ersichtlich an seine Zimmertür klebte.

Sowohl der Vater als auch die Mutter wurde durch diese Form des Protestes aufmerksam.

Der zehnjährige Oliver wählte eine Ausdrucksform, die niemand übersehen konnte.

Jeder, der an seiner Zimmertür vorbeiging, konnte Olivers Protest sehen.

Sein Widerstand, seine Bitte nach einem Gehört-werden, fand jedoch keine Beachtung.

6.2.3.1 Die dialogische Erreichbarkeit Olivers – Seine Stellungnahme damals und heute.

Auf die Frage: „Was hat Ihnen so Angst gemacht?“, erwiderte Oliver: „Ich hatte Angst vor der neuen Schule, meine Freunde nicht mehr zu sehen, ich hatte Angst mit dem Bus zu fahren. Eigentlich machte mir alles Angst, ich wusste ja nicht, wie ich das alles bewältigen sollte und von meinen Eltern wurde ich ja nicht verstanden, die ignorierten ja auch meinen Zettel. Ich wollte im Dorf die Hauptschule besuchen und weiterhin mit meinen Schulfreunden spielen“. Nachdem er ins Gymnasium gewechselt hatte, hörte er von seinen Freunden immer wieder Sätze wie: „Du bist ja nun etwas Besseres, weil du auf das Gymnasium gehst. Wir sind dir doch sicher nicht mehr gut genug?“

Oliver spürte in der Therapie wieder die Gefühle von damals in sich: die Angst vor dem Ungewissen, die er damals nicht zuordnen konnte und die diffuse Unsicherheit, weil keine

Vorstellung von dem da war, was jetzt auf ihn zukommen würde. Oliver: „Ich wurde damals nicht beachtet, nicht ernst genommen und heute ist es nicht anders. Meine Mutter will mir eine Arbeit beschaffen, die ich nicht will.“

Auf die Frage: „Was hätte dieses Kind gebraucht?“, antwortete Oliver: „Gebraucht hätte das Kind, dass seine Eltern mit ihm geredet, ihn in den Arm genommen (körperliche Nähe kennt Oliver von Seiten der Eltern nicht) und ihm erklärt hätten, was ein Gymnasium ist und wie das abläuft. Vor allem aber das Gefühl, dass es auch ihr Kind ist, wenn es nicht auf diese Schule geht.“

„Was wünschen Sie sich heute?“ Ich würde mir wünschen, dass meine Eltern die Kündigung nicht als mein Versagen sehen und mir zutrauen, dass ich für mich das Richtige, den richtigen Job, finden werde. Ich für mich weiß jetzt, dass ich keine Arbeit annehmen werde, die ich nicht will.“

Wir besprechen und üben im Rollenspiel, wie er es seiner Mutter sagen könnte, dass er ab heute für sich allein verantwortlich ist und er nicht möchte, dass sie weiter für ihn eine Arbeit sucht. Gespräche mit dem Vater sind weiterhin schwierig. Gelungen ist, dass er nun seinen Vater über bestimmte Vorhaben informiert. Oliver bemerkt eine Veränderung zwischen ihm und seinem Vater. „Es wird ruhiger zwischen uns, wir können Gespräche führen, z.B. über Reparaturen im Haus, da hätte er früher alles besser gewusst; heute hört er mir zu und lässt mich tun.“ An dieser Stelle wird Oliver die Tragik, der Ausklammerung des Vaters innerhalb der Familie, noch einmal bewusst. Er erkennt, dass es seinem Vater durch diesen Tatbestand nicht möglich wurde, konstruktiv am Familiengeschehen teilzunehmen. Durch das bewusste Vorgehen Olivers, den Vater über seine Tun zu informieren, indem er ihm nicht nur Informationen über sein Tun gibt, sondern ihm auch das Recht zugesteht direkt zu antworten, erfährt er eine verständnisvollere Haltung seines Vaters.

Olivers Stellungnahme aus heutiger Sicht:

„Das Gymnasium wäre schon meine Schule gewesen und ich bereue es, dass ich sie abgebrochen habe. Die ganze Gymnasialzeit hatte ich das Gefühl; ich „muss“, weil es meine Mutter will.“

Eltern müssen häufig für ihre Kinder Entscheidungen treffen, jedoch nicht, indem sie über das Kind entscheiden, sondern das Kind als Entscheidungsträger miteinbinden.

Im Gefühl des Ernst-genommen-seins, des Gesehen- und Beachtet-werdens in seinen Ängsten, hätte Oliver die Entscheidung wahrscheinlich verstehen können und das Gefühl des

Zwangs wäre ausgeblieben. Er hätte die Schulwahl der Eltern dann vielleicht sogar als ein „Dürfen“ verstanden und nicht als ein „Müssen“.

Durch das Gespräch mit seiner Mutter, konnte er einiges bewirken. Sie kam seiner Bitte nach und stellte die Jobsuche ein. Ihr gegenüber konnte er auch zum Ausdruck bringen, dass er kein Versager sei, sondern, dass er nur sehr unglücklich in seinem Beruf war.

Den Sätzen: „Nie durfte ich tun, was ich wollte! Immer sagten die anderen, was ich zu tun hatte!“, versuchte ich mit den Fragen nachzugehen: „Gab es wirklich niemanden in ihrem Leben, der Sie sein ließ, in dessen Gegenwart Sie sich wohl fühlten?“ „War da jemand, der Sie gesehen hat, wie Sie wirklich waren?“ „Gab es eine Person, bei der Sie sein konnten und sich wohl fühlten?“

Diese Person gab es, es war der Opa. Die Zeichnungen und das Schreiben hatten ihn wieder auf die Person aufmerksam gemacht, bei der er als Kind sein durfte, die ihm das Gefühl gab: „So wie du bist, ist es gut“. Der Opa war ein Mensch, der nie danach fragte, was die anderen Leute sagten. Oliver hatte den Opa als eine sehr lebendige Person erfahren, als denjenigen der ihm etwas zutraute und mit ihm ausführlich sprach.

An den folgenden Beispielen wird die konträre Erfahrungswelt für Oliver, durch den Vater und dem Opa, besonders deutlich.

Holzverarbeitung mit dem Vater:

In den Ferien gönnte der Vater Oliver keine freie Zeit, sondern verlangte von ihm immer wieder, dass er am Morgen zeitig aufstand und verschiedene Arbeiten verrichtete. Hatte der Vater Urlaub, so wurde Holz für den Winter verarbeitet. Um ca. sieben Uhr, kam der Vater ins Zimmer und weckte seinen Sohn mit den Worten „Steh sofort auf, du musst mir helfen das Holz zu verarbeiten!“ Der Vater duldet kein „Nein“, es konnte durchaus passieren, dass er ihn aus dem Bett zerrte.

Das waren die Zeiten, in denen Vater und Sohn gemeinsam über mehrere Stunden an einem Arbeitsplatz verbrachten. Hier fanden Gespräche statt, aber nicht, wie man meinen könnte, über Alltägliches oder persönliche Themen, sondern Gespräche, die ausschließlich mit der Arbeit zu tun hatten. „Bleib von der Kreissäge fern, du könntest dich verletzen. Du musst genauer Arbeiten. Was denken sich die Leute von uns, wenn wir so einen „windschiefen“ (Ausdruck von Oliver) Holzmeiler vor dem Haus haben.“ Die Aufgabe von Oliver war es, das Holz zu stapeln. Anweisung vom Vater: „Du musst das Holz so stapeln, dass es auf der

Vorderfront eine gerade Fläche gibt.“ Kein Holzschicht durfte weiter herausragen. An dieser Stelle wird die Selbstunsicherheit des Vaters sichtbar. Er richtet sich nach dem vorgestellten Urteil der Nachbarn und will in deren Augen nicht als unfähig gelten. Ein windschiefer Holzweiler könnte seine Unfähigkeit zum Ausdruck bringen. Der Stapel musste auf den Zentimeter genau stimmen, ansonsten wurde der Holzweiler umgestoßen und von neuem angefangen. Die einzigen Themen, die den Vater beschäftigten, waren die Genauigkeit des Holzstapels und die Sorge, dass dem Sohn etwas passieren könnte. Die Sorge in Bezug auf die Kreissäge kann er heute soweit verstehen, dass ein achtjähriges Kind nicht in der Nähe einer Kreissäge sein darf. Als 15jähriger hätte der Vater ihm die Kreissäge schon zutrauen können.

Holzverarbeitung mit dem Opa:

Der Opa fragt: „Hilfst du mir heute bei der Holzarbeit?“

Der Opa besorgte eine kleine Hacke (Holzaxt), ließ sogar eine Sonderanfertigung für Oliver machen. Er lehrte ihn, wie er kleine Holzstücke zerkleinern konnte und lobte ihn für seine Leistungen. Er beachtete Olivers Leistung, ohne diese zu fordern, er gab ihm das Gefühl, wenn du heute etwas anderes machen willst, ist das auch in Ordnung. Während der gemeinsamen Arbeit fanden Gespräche statt, die beide zum Lachen brachten aber auch zum Nachdenken anregten. Unter anderem sagte sein Opa den Satz: „Du darfst dich nicht immer nach den anderen Leuten richten, die leben dein Leben nicht!“ Obwohl Oliver nicht immer nach diesem Satz leben konnte, so hilft er ihm heute sich einem selbst gewählten Ziel zuwenden.

In unzähligen Beispielen wurde Olivers Opa in den Therapiestunden wieder lebendig. Die Beziehungsaufnahme zu ihm war ein wichtiger Schritt für Oliver, um zu sich selbst eine liebevolle Beziehung aufzunehmen.

Auch wenn in der Therapie mit Oliver sein Elternhaus immer wieder wichtig wurde, war sein Hauptthema doch der Arbeitsverlust und wie es dazu kam.

Es geht um eine Haltung der Offenheit für sein Innerstes. Es ist ein Hinspüren und ein Beziehen auf das Eigene, um letztendlich zu einer Stellungnahme zu gelangen. Hierzu regen Fragen an, wie: „Was sage ich ganz persönlich?“ „Was heißt das für mich ganz persönlich, gekündigt worden zu sein?“ „Kann ich trotz der Kündigung zu mir stehen?“ In der Beziehungsaufnahme zur eigenen Person kommt es zu einem inneren Gespräch, in dem es möglich wird, eigene Gefühle wahrzunehmen, auszudrücken und Stellung zu beziehen.

Die Arbeitsstelle wurde Oliver seinerzeit angeboten, er musste sich erst gar nicht bewerben. Mit dem Bruder des Chefs war er sehr gut befreundet und das Unternehmen hatte im Dorf einen guten Ruf.

Zu dieser Zeit hinterfragte er seine Entscheidung nicht: „Möchte ich das wirklich?“, sondern stellte sich die Fragen: „Was sagen die Eltern, die Leute dazu, wenn ich diesen Job nicht annehme?“ Die Frage: „Was würde mein Opa dazu sagen?“, stellt er sich zu diesem Zeitpunkt nicht. Seine Antwort wäre gewesen: „Überlege es dir gut, ob du diese Stelle wirklich möchtest. Nicht die Anderen gehen täglich in diesen Betrieb zur Arbeit, sondern du.“

Oliver handelte nach „der gefühlten Forderung von Außen“, er wollte seine Eltern nicht enttäuschen und dem vermeintlichen Gerede der Leute entgehen. (In diesem Fall sollte man auch die Größe des Dorfes beachten, ca. 1000 Einwohner, die Leute untereinander kennen sich sehr gut.) Hier ging es um das Verstehen, weshalb er diese Stellung angenommen hatte. Er wollte es den Eltern recht machen, den Leuten keinen Gesprächsstoff zum „Tratschen“ geben. Während seiner langjährigen Betriebszugehörigkeit wurde er immer müder und ausgelaugter.

Er verlor immer mehr die Beziehung zu seiner Arbeit. In ihm tat sich das Gefühl auf: „Meine Arbeit wurde nicht gesehen, nicht geschätzt, nur wenn etwas daneben ging. Das hieß, wenn der Liefertermin nicht gehalten werden konnte oder eine Produktion fehlerhaft war, dann wusste man plötzlich, dass es mich gab. Mein Leben bestand nur noch aus Pflichterfüllung, aus einem Funktionieren.“

Oliver und sein Chef hatten von Beginn an Kommunikationsschwierigkeiten.

Brachte Oliver gelegentlich Verbesserungsvorschläge für die Produktion ein, so gab ihm der Chef des Öfteren zu verstehen, dass dies nicht möglich oder unsinnig wäre. Einige Zeit später konnte es dann passieren, dass der Chef den Vorschlag von Oliver aufgriff und als seinen eigenen ausgab. Diese Respektlosigkeit von Seiten des Chefs machte Oliver zu schaffen. Im Grunde wiederholte sich hier etwas, das er aus seiner Beziehung zu seinem Vater kannte: es fehlte Oliver gegenüber an Wertschätzung und Respekt, aber auch er ließ es Andern gegenüber an Wertschätzung und Respekt mangeln.

Olivers Stellungnahme:

„Mein Chef war doch wie mein Vater, er hat nicht gesagt, was wirklich zu sagen gewesen wäre. Er hat mir auch nicht zugehört und ich habe irgendwann aufgehört, auf das zu hören, was er mir sagte. Wir hatten uns nichts mehr zu sagen.“

An dieser Stelle wurde Olivers Opa wieder wichtig, weil er ihn als jemanden erlebt hatte, der es gut mit ihm meinte. Durch die Fragen: „Wie würde das der Opa sehen?“ „Was würde er sagen?“ „Wie hätte er gehandelt?“, gelang es Oliver aus der Distanz heraus Antworten für sich zu finden.

„Mein Opa hätte mir schon lange geraten, einen anderen Arbeitsplatz zu suchen. Ich sage heute, dass die Zeit gekommen ist, für mich das zu suchen, was mir Freude macht.

Der Chef hat das gemacht, was schon in mir war, nämlich diese ungeliebte Arbeit zu beenden. Jetzt kann auch ich die Kündigung aussprechen.“

In dieser Stellungnahme stellt sich Oliver der Kündigung, sagt „Ja“. Er fühlt in sich, dass es auch sein Wunsch ist, sich von dieser Art der Arbeit zu trennen. In diesem sich darzustellen, wurde er ruhiger. Er schämte sich nicht mehr wegen der ausgesprochenen Kündigung.

Die personale Aktivität der dritten Grundmotivation fand durch die Beachtung der Realität der eigenen Gefühle, der Wertschätzung für das Gewesene und durch die Anhörung seines eigenen Schmerzes statt. Durch diese Aktivität konnte Oliver verstehen, was ihn ganz persönlich anging und was er dazu zu sagen hatte. Im Sich-selber-anfragen und im Eigenen ernst nehmen, erkannte er, dass er den ausgeübten Beruf nicht noch einmal machen würde. „Niemand lebt mein Leben, da muss ich schon alleine durch“. In dieser Aussage liegt die Bereitschaft, die Konsequenzen für sein Tun selber zu tragen.

6.2.4 Vierte Grundmotivation, Zukunftsorientierung mit der Frage: „Wofür will ich es tun?“

Die Frage nach dem „Wofür“ kann erst beantwortet werden, wenn die drei vorhergehenden Grundbedingungen erfüllt sind und die Person aufgrund dessen zu einem authentischen „Ich“ gefunden hat.

Hier geht es um das Erkennen von Werten und deren Verwirklichung.

Das Zentrale in der vierten Grundmotivation liegt im:

SINNVOLLES WOLLEN

getragen durch die Dynamik

SINNVERWIKLICHUNG/WAHRMACHEN

Geht es in der zweiten Grundmotivation um das Erleben von Wert und Unwert, so geht es in der vierten Grundmotivation um das Finden von Werten und deren Umsetzung im eigenen Leben. In diesem Abschnitt wird anfangs auf die Frage „Was sind Werte?“ näher eingegangen und anschließend darauf, wie im Speziellen ganz persönliche Werte gefunden werden können.

6.2.4.1 Was sind Werte

Wenn wir von Werten sprechen, so gilt es zu unterscheiden zwischen sozialem Wert und persönlichem Wert. Auf den sozialen Wert möchte ich im Rahmen dieser Arbeit nicht näher eingehen, weil dieser für das vorliegende Thema wenig Relevanz hat. Wichtig erscheint allerdings der persönliche Wert, weil der sich nur auf die Person bezieht. Was die Person A als wertvoll empfindet, kann die Person B als völlig wertlos und unsinnig ansehen. „Das Spezifische der Wertwahrnehmung liegt darin, dass Werte nicht gedacht, sondern nur gefühlt werden können“ (Längle 1991, S 23). Hier geht es um die Fähigkeit der Person, sich der Welt zu öffnen, Nähe zum Angefragten aufzunehmen und auch zulassen können.

„Alles was einen Menschen motiviert, sinnvoll zu leben, ist ein Wert. Setzt er sich mit einem dieser Werte in Beziehung, denkt er, fühlt er, träumt er sich in ihn hinein, dann zieht der Wert ihn an. Dann wird der Wert zum Magneten. Dann beeinflusst er sein Denken, Fühlen und Handeln. Dann motiviert er ihn eventuell zu Veränderungen. Dann bewirkt er in ihm neue Erfahrungen“ (Böschmeyer 2003, S. 22).

Längle bezeichnet Werte als „dynamische Größen“, die die Lebenskraft der Person bündeln. „Werte sind Energiezentren mit hoher Anziehungskraft“ (Böschmeyer 2003, S. 22). Wenn Werte Anziehungskraft haben, dann werde ich von ihnen gezogen, somit ist die Bewegung ein „Ziehen“ und „Gezogen werden“ im Wechsel von „Für“ und „Wider“. Das Resultat dieser Wechselbeziehung soll der Akt der Entscheidung sein, der im Handeln seinen Ausdruck findet und dem Leben Sinn gibt.

Wahrnehmung von Werten:

Werte müssen von jeder Person persönlich gefunden werden, damit Sinn realisiert werden kann. Bei Wertemangel kann der Mensch in eine Sinnkrise kommen.

Frankl, der sich intensiv mit der Sinnfindung des Menschen befasst hat, macht die Aussage „Den Sinn des Daseins erfüllen wir – unser Dasein erfüllen wir mit Sinn – allemal dadurch, dass wir Werte verwirklichen“ (Frankl, zit. n. Längle 1991, S. 22).

„Frankls zentrale Überzeugung war es, dass die tiefste Sehnsucht des Menschen sein Streben nach einem Sinn im Leben ist und hebt in besonderer Weise das existenzielle Vakuum hervor, das als Folge des nicht gelebten Lebens eintreten kann. Geht dem Menschen der Wert, der Sinn verloren, stellen sich Leere, Langeweile und Ohnmacht ein, die in das „existentielle Vakuum“, und im schlimmsten Fall in die Depression münden. (Drexler, 2000, S. 36)

Somit kann man auch sagen, dem Leben Sinn geben heißt, Werte zu verwirklichen. „Sinn ist die wertvollste Möglichkeit jeder Situation“ (Längle 2000, S. 7).

Das Problem ist oft nicht der Mangel an Werten, sondern die Zugänge zu den Werten und den Sinn zu finden (Böschmeyer 2003, S. 30).

Oliver begann mit 16 Jahren Drogen zu konsumieren, im Alter von 20 Jahren probierte er bereits alles aus, was ihm angeboten wurde, mit 21 Jahren fährt er in ein Land, das ihm zum einen die Sicherheit gibt, weit weg von zu Hause zu sein, und zum anderen bekommt er Drogen und Sex, soviel er will.

In den ersten Stunden unserer therapeutischen Arbeit hob Oliver diese Zeit als die schönste in seinem Leben hervor und bereute, aus diesem Land zurückgekommen zu sein.

Ich versuchte, mit ihm zu dieser Zeit, die vom Drogenkonsum geprägt war, Beziehung aufzunehmen.

Das Schöne an der Zeit war, dass er alles bekam, ohne bitten zu müssen und die einzige Gegenleistung aus Geld bestand. Er sprach von einer Zeit ohne Zwang, niemand sagte: „Du musst!“ Der Drogenkonsum war bereits zur Sucht geworden und dass die körperlichen Symptome ihn zum Konsum zwangen, konnte er erst einige Zeit später erkennen. Auf meine Frage, wie sein Leben heute aussehen würde, wenn er dort geblieben wäre, wurde er nachdenklich, schüttelte den Kopf und sagt, „Ich würde heute wohl nicht mehr leben.“

Oliver wurde in dieser Zeit von „Drogen“ angezogen, die ihm im Augenblick der Wirkung eine Situation vorgaukelten, die die Realität nicht bot. Das Erwachen aus dem Rausch führte

ihm die Ausweglosigkeit seines Lebens vor Augen. Er befand sich in einem verhängnisvollen Teufelskreis von Schuld, Scham und Vergessen wollen.

Gemeinsam spürten wir dieser Zeit nach, durch das Sehen-können der Realität trauerte er nicht mehr darum, nicht dort geblieben zu sein, sondern bereute es, aus dem dreimonatigen Aufenthalt in diesem Land nicht mehr gemacht zu haben. Anstatt das Land kennen zu lernen, konsumierte er Drogen.

Nach diesem Aufenthalt starb sein bester Schulfreund an einer Überdosis. Tief betroffen vom sinnlosen Tod des Freundes gelang Oliver der Ausstieg aus der Sucht.

Er stellte sich die Frage „Soll das alles im Leben gewesen sein?“ „Wie soll es mit mir weitergehen? Wenn ich mit den Drogen nicht aufhöre, werde ich auch so jung sterben.“ An diesem Punkt wird ersichtlich, dass er noch nicht ganz in die Beziehungslosigkeit zu seinem Leben abgerutscht war, denn der Wert des Lebens begann an ihm zu ziehen und ermöglichte ihm aus der Sucht heraus zu kommen. Dieses Gelingen kann er heute als seinen ganz persönlichen Erfolg sehen.

Oliver hatte es schon einmal geschafft, durch eigenes Handeln aus einer Lebenskrise heraus zu kommen. Die heutige Krise entstand aus der Angst vor der Arbeitslosigkeit. Nicht das Finanzielle war sein Problem, sondern als ein Versager vor seinen Eltern und Bekannten dazustehen. Die scheinbare Stärke in der Sucht und die wirkliche Stärke, die Krise durch zu stehen interpretierte er als schwach.

Olivers Leben wurde größtenteils von außen bestimmt. Sein eigenes, sein persönliches Leben konnte er nicht leben. Ihm dränge sich immer mehr die Frage auf: „Wofür habe ich gelebt?“

Er empfand sein Leben als sinnlos, hielt starr an den Sätzen fest: „Nie durfte ich tun, was ich wollte! Immer haben andere über mich bestimmt!“

Er befand sich in einem Gefühl des Ausgeliefertseins. So stellte ich meine Fragen immer wieder dahingehend: „Wer lebt Ihr Leben? Wer trägt die Konsequenzen Ihres Tuns? Wer sagt „Ja“ zu Ihrer Handlung und bringt sie auch zur Vollendung?“

Wann immer ein Mensch den Grund für sein nicht gelebtes Leben bei sich selber sucht, kommt er sich selber näher, wird urteilsfähiger und sensibler für das, was in seinem Leben wertvoll ist (Böschmeyer 2003, S. 90).

Der Zugang zum Sinn liegt im „Wie“ des Herangehens (Längle S. 2000, S. 29).

Die immer wiederkehrenden Sätze: „Ich möchte es meinen Eltern beweisen, dass ich mein Leben gut meistern kann. Ich will sie nicht enttäuschen“, sollten umgewandelt werden in Sätze wie: Ich will meine Eltern „Ent-täuschen“ in dem ich mir es ganz persönlich beweise,

dass ich mein Leben meistern kann und bereit bin, die Konsequenzen dafür zu tragen. Ich will „Ja“ sagen zu dem, was ich als Nächstes beginne.“ Es geht um das Abgrenzen des Eigenen vom Anderen, denn auf die Suche nach dem Sinn, nach der besten Möglichkeit in der Situation, kann sich nur jeder für sich selber begeben (ebd. S. 29).

Über den Weg der Sinnerfassungsmethode (SEM) versuchte ich mit Oliver in den Dialog zu treten, was heute ist und welche Möglichkeiten das Leben für ihn bereithält. Es sollte auf dem Hintergrund seiner Wirklichkeit die beste Möglichkeit gefunden werden.

6.2.4.2 Sinnerfassungsmethode nach A. Längle

Im Rahmen der Logotherapie entwickelte A. Längle die Sinnerfassungsmethode und er beschreibt darin den Prozess der Sinnfindung auf der Handlungs- und Vollzugsebene, welche auf den vier aufeinander folgenden Schritten, Wahrnehmen und Bewerten der Möglichkeiten, Entscheiden für eine Möglichkeit und ihre Verwirklichung basieren. Den Bezugsrahmen dafür bilden die vier Grunddimensionen menschlicher Interaktion mit der Welt (Lexikon der Existenzanalyse und Logotherapie 2000, S. 42).

1. Wahrnehmen

Am Beginn eines Sinnfindungsprozesses steht die Informationsaufnahme und Orientierung. In alltäglichen Situationen, bei schwierigen Entscheidungen oder wenn kein Weg mehr gesehen wird und alles sinnlos erscheint, dann kann das Wahrnehmen der Situation, den ersten Schritt zu neuen Sinnmöglichkeiten führen (Drexler 2000, S. 36).

Es geht um das Erfassen der Gegebenheiten und im weiterem, welche Möglichkeiten sich zeigen.

Fragestellung: „Was liegt vor? Was ist geschehen? Was sind die Rahmenbedingungen?“

Oliver wurde gekündigt und erkannte, dass auch er zu seiner Kündigung ja sagte.

Er erkannte außerdem, welche Fähigkeiten er besitzt, handwerkliche, künstlerische und wirtschaftliche.

Im Laufe der Therapie wurde Oliver immer wieder angefragt: „Wie haben Sie Ihre Zeit verbracht? Was ist Ihnen geglückt?“ Aus dem heraus konnte er seine Fähigkeiten verstärkt wahrnehmen und erkannte sie nun auch als seine Stärken. Weiters galt es der

Frage nachzugehen; „Was ist hier jetzt möglich? Worum geht es da? Was ist zu tun?“ (ebd. S. 37).

Würde er dem Wunsch seiner Mutter nachkommen, hätte er bald wieder eine Arbeit. Das wollte er aber nicht. Er hatte erkannt, dass es nicht sein Wunsch war.

Durch die Krankschreibung könnte er auch einfach nichts tun. Aussagen von Oliver „Nichtstun macht mich unzufrieden und lustlos. So gar nichts Tun ist nicht das Meine“.

Er hatte jetzt aber auch die Zeit, Neues zu lernen, im Bezug auf einen anderen Beruf. Diese Möglichkeit gefiel ihm am besten.

2. Werten, Bewerten

Auf dieser Stufe findet ein Bewerten der verschiedenen Möglichkeiten statt. Große Bedeutung kommt hier den Gefühlen zu. Es geht um ein Erfühlen von Qualitäten, nachdem festgestellt wurde, was vorhanden war.

Oliver erkannte immer mehr, dass seine künstlerischen Fähigkeiten ihm auch die Möglichkeit gaben, berufsmäßig Fuß zu fassen. Er spürte in sich wieder die kindliche Freude, wenn er ein Motiv überlegte, die Wärme in sich und den Stolz, wenn das Werk fertig war. Er erkannte aber auch, dass er mit Zahlen gut umgehen kann. Erst allmählich bemerkte er, dass er im Laufe der Jahre viele Menschen bei wirtschaftlichen Angelegenheiten immer wieder gut beraten hatte.

Beim Wählen erfolgen die Antworten auf Grund sachlicher Wahrnehmung.

„Durch die emotionale Beziehungsaufnahme, durch welche die Bedeutung einer Sache im sich spontan und unreflektiert einstellenden Gefühl erkannt werden kann“ (ebd. S. 37).

Er wusste um die Möglichkeit, jederzeit als Techniker wieder eine Arbeit zu bekommen. Der Gedanke an diesen Beruf machte ihn müde und traurig.

Oliver fiel auf, wie viele Wirtschaftszeitungen sich zu Hause angehäuft hatten. Wie viel Zeit er mit dem Erfassen von wirtschaftlichen Zusammenhängen verbrachte. Er spürte in sich Freude aufsteigen bei dem Gedanken, wie vielen Personen er schon bei Neustrukturierungen von Kleinbetrieben bzw. Finanzierung von Neuinvestitionen gut beraten hatte. Er fühlte Freude und Stolz und spürt die Lust in sich, sein Wissen zu intensivieren. Wir spürten diesem Berufswunsch nach, dem Wunsch nach einer Weiterbildung bzw. in dieser Sparte in Zukunft berufsmäßig tätig zu werden.

3. Wählen, Entscheiden:

Nach dem Erkennen der Gegebenheit, der eigenen Wirklichkeit und dem Heben der erkannten Möglichkeiten, erfolgt auf dieser Stufe die Entscheidung. Die eigene Auffassung vom Leben von dem was werden soll, fließt in diese Entscheidung mit ein. „Es braucht das „Ja“, das Sich-dazu-Stellen zu der als richtig erkannten Möglichkeit, um die Voraussetzung dafür zu schaffen, das Wahrgenommene und Erfühlte ins Handeln bringen zu können“ (ebd. S. 37).

Auf dieser Stufe kommt die Freiheit der Person zum Tragen. „Geist ist die schöpferische Gestaltungskraft, die ihn befähigt, sein inneres und äußeres Leben innerhalb bestimmter Grenzen frei gestalten zu können“ (Böschmeyer 2003, S. 21).

Oliver versuchte sich nun zwischen den gegebenen Möglichkeiten, ohne den Blick auf seine Eltern zu richten, zu entscheiden. Ihm wurde klar, dass seine Beratungstätigkeit auf Grund seines Wissen und seines Gespürs basierte. Dadurch kam er zu der Entscheidung, dass er den wirtschaftlich ausgerichteten Beruf wählen wird, mit der Überzeugung, dass er noch eine Zusatzausbildung brauchen wird. Das kreative Arbeiten sollte seine Freizeitgestaltung bleiben.

4. Wähmachen, Umsetzen

Wir befinden uns nun in der Umsetzungsphase. In dieser Phase öffnet sich die Person wieder und geht auf die Welt zu. Dieser Schritt braucht Mut und Kraft, damit das Gewählte in die Tat umgesetzt werden kann.

Fällt die Entscheidung aus vollem Herzen, dann wird die Umsetzung nur noch eine logische Konsequenz sein. Oliver fasste in der Therapie den Entschluss, sich einer weiteren Ausbildung zu stellen, die er für sich gewählt hatte und zu der er heute „JA“ sagt. Diese Entscheidung ist vergleichbar mit einer Geburt. „Während die erste durch die Natur geschieht, geschieht die zweite Geburt durch den personalen Akt der Entscheidung“ (Längle 2008, S. 45).

Eine abschließende Aussage Olivers verdeutlicht den Prozess, den er während seiner Therapie vollzogen hat:

„Mir ist so, als wäre ich nach einer langen Zeit des Gefangenseins entlassen worden und ich darf jetzt endlich frei handeln.“

7 Reflexion und Ausblick

Dialog beinhaltet immer Beziehung und bildet somit die Grundlage für den therapeutischen Prozess. In dieser Arbeit wurde der personale Dialog anhand des Menschenbildes von Viktor Frankl und den vier Grundmotivationen von Alfred Längle erörtert.

Die Schaffung der vier Grundbedingungen, welche in den Grundmotivationen der Existenzanalyse enthalten sind, muss in der therapeutischen Arbeit gegeben sein, damit die Person im Gefühl des „Sein- könnens“ jenen Raum erleben kann, in dessen Schutz sie ihre Gefühle zum Ausdruck bringen darf.

In dem Augenblick, in dem der Patient das Gefühl bekommt, „Ich kann sein, so wie ich bin“ und sich mit seinem „Ja“ dazustellen, ist ein personaler Dialog gelungen. Durch die Arbeit mit Oliver wurde mir klar, dass ich im therapeutischen Geschehen, gemeinsam mit dem Klienten, den Raum des noch nicht gelebten Lebens betrat, der den fakultativen Teil seiner Wirklichkeit darstellte. In diesem Raum wird jeder von uns zum Künstler. Der therapeutische Prozess stellt eine gedankliche, intentional gerichtete Wanderung zwischen Möglichem und Unmöglichem dar.

Der Wunsch unseres Gegenübers (des Klienten) darf immer als Wurzel der Sehnsucht betrachtet werden. In dieser Sehnsucht liegt die existenzielle Kraft, die in der dialogischen Auseinandersetzung zwischen Wunsch und Realität den Wert erkennt, der ihr zur Sinnverwirklichung verhilft. In dem Oliver befähigt wurde, den Dialog mit sich und der Welt erneut zu wagen, begann er sich seiner persönlichen Werteverwirklichung zu nähern.

Literaturverzeichnis

- Alice Holzhey-Kunz, (2008), Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Facultas Verlags- und Buchhandels AG, Wien
- Böschmeyer, (2004), Worauf es ankommt. Piber Verlag GmbH, München, 4. Auflage
- Dorsch, (2004), Psychologisches Wörterbuch. Verlag Hans Huber Bern, 14. Auflage,
- Drexler Helene, (2000), Methoden der Existenzanalyse und Logotherapie. Teil 1. GLE Wien
- Duden (2001), Das Fremdwörterbuch. Bibliographisches Institut & E.A. Brockhaus AG, Mannheim, 7. Auflage
- Frankl V., (1998), Ärztliche Seelsorge. Verlag Franz Deuticke, Wien, 7. Auflage
- Mathias Jung, (2003), Der Kleine Prinz in uns. Deutscher Taschenbuch Verlag, München
- Mathias Jung, (2006), Das kalte Herz. by emu Verlags- und Vertriebs-GmbH, Lahnstein
- Martin Buber, (1983), Ich und du. Heidelberg. Verlag Lambert Schneider GmbH, Heidelberg, 11. Auflage
- Martin Buber, (2006), Das dialogische Prinzip. Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, 10. Auflage
- Jörg Riemeyer, (2007), Die Logotherapie Viktor Frankl und ihre Weiterentwicklungen, Verlag Hans Huber, Hochgreife AG, Bern
- Längle A., (1991), Wertebegegnung. Tagungsbericht. Nr. 1 und 2/1991 der GLE Wien
- Längle.A., (1999), Hysterie Erweiterter Kongressbericht 1999 der GLE Wien
- Längle A.,(2000), Sinnspuren. NP Buchverlag, St. Pölten-Wien-Linz
- Längle A., (2003), Lehrbuch der Existenzanalyse 4. Teil: Dritte Grundmotivation, GLE Wien
- Längle A., (2008), Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Facultas Verlags- und Buchhandels AG, Wien
- Längle A.,(2004), Im Schatten des Lebens: Depression und Suizidalität. Tagungsbericht, Existenzanalyse Nr. 2, GLE Wien

Längle Silvia, (2003), Phänomene existentieller Verunsicherung und ihre Behandlung. Existenzanalyse. Tagungsbericht Nr. 2, GLE Wien

Längle A., (2000), Lexikon der Existenzanalyse und Logotherapie, GLE Wien

Tellenbach, (1991), Wertebegegnung. Tagungsbericht Nr. 1 und 2/1991 der GLE Wien

Wolf Siegbert, (1992), Martin Buber zur Einführung. Verlag Junius, Hamburg