

# Ist Sinn noch aktuell?

## Teil II\*

*Liselotte Tutsch, Christine Orgler, Karin Luss, Elisabeth Wurst, Helene Drexler*

*Die vorliegende Studie ist eine Erhebung in der Wiener Bevölkerung zu den Fragestellungen der existenzanalytischen Motivationslehre. Nach einer Zusammenfassung der bereits publizierten Ergebnisse des ersten Teils\* der Studie, in der mit der Frage „Was beschäftigt Sie derzeit innerlich am meisten?“ ein Motivationspanorama der Wiener Bevölkerung erhoben wurde, stellen wir nun den zweiten Teil der Studie vor. In diesem wird die Frage nach dem Sinn explizit thematisiert und damit nach der Aktualität der Sinnlehre V.E. Frankls gefragt. In einem dritten Teil der Studie versuchen wir durch eine Bedeutungsanalyse festzustellen, was die Wiener Bevölkerung überhaupt unter Sinn versteht.*

*Schlüsselwörter: Sinnfrage, Verständnis von Sinn, Sinn als primäre Motivationskraft*

*The following study represents an investigation of the Viennese population concerning questions of the existential-analytical motivation theory.*

*The already published results of the first part of the study gave an overview of the motivation of the Viennese population by asking „What occupies you the most at the moment?“. After summarizing those results we present the second part of the study where the question for meaning constitutes the main topic and the actuality of V.E. Frankl's theory of meaning is discussed. We try to find out what the Viennese population understands by meaning by a significance-analysis in the third part of the study.*

*Keywords: question for meaning, understanding of meaning, meaning as primary motivation*

### **I. Zusammenfassung der Ergebnisse des ersten Teils der Studie** (Tutsch, Drexler, Wurst, Luss, Orgler 2000)

#### **I.1. Grundsatzüberlegungen**

Unsere Vorerhebungen in der psychotherapeutischen Praxis (Drexler et al. 1998) hatten ergeben, daß die Menschen in den Themen, die sie in die Therapie einbringen, im wesentlichen mit vier Fragenbereichen beschäftigt sind:

- Kann ich das Leben aushalten? Werde ich es bewältigen?
- Bin ich geliebt, gemocht? Mag ich leben?
- Darf ich so sein, wie ich bin? Habe ich das Recht, mein Leben zu leben?
- Wozu bin ich da? Was ist meine Aufgabe?

Diese face validity bestätigte die von A. Längle in phänomenologischen Analysen gefundenen personal-existentialen Grundmotivationen (Längle 1992). Defizite in der Erfüllung der menschlichen Grundbedürfnisse nach Halt, Raum, Schutz, nach emotional positiver Einbettung, nach Wertschätzung sowie nach einem angemessenen Gefordertsein führen zu einer einseitigen Motivationslage und erschweren die positive Beantwortung obiger Fragen. Dies drückt sich bei entsprechender Schwere der Defizite in unterschiedlicher psychischer Symptomatik bzw. in psychischen Störungen aus und geht vielfach mit empfundener Sinnlosigkeit einher. V.E. Frankl postuliert als Gegenkraft zu diesen Defiziten die „Trotzmacht“ der Person (Frankl 1982), die sich diesen Erschwernissen entgegenstellen kann. Sie wiederum speist ihre Kraft aus dem Sinn: „Wer ein Warum zum Leben hat, erträgt fast jedes Wie“ (Frankl frei nach Nietzsche) oder ein wenig salopp ausgedrückt: Person braucht Sinn, um Störungen zu überstehen bzw. ihnen entgegenzustehen. Daher ist nach Frankl an der

\* Teil I ist in EXISTENZANALYSE 3/2000, Seiten 4-16 erschienen

Sinnsuche anzusetzen bzw. die personale Widerstandskraft zu stärken. Die neuere Existenzanalyse (Längle 1992) fügt dem hinzu, daß es darüber hinaus bzw. dem voraus darum geht, die Voraussetzungen des Personseins zu stärken, damit diese nicht nur von der Situation herausgefordert, sondern auch in ihrer Tiefe verankert sein kann – anders ausgedrückt, daß sie aus sich heraus antworten kann und nicht nur vom Sinn „herausgefordert“ ist. Daher ist nicht nur und auch nicht primär am Sinn anzusetzen, sondern das Personsein zu „fundieren“. Dies zum Hintergrund unserer Studie.

## I.2. Zur Population der Befragungsstichprobe

Wir wollten offen an die Fragestellung herangehen und fragen, was die Wiener Bevölkerung tatsächlich bewegt. Dazu haben wir 100 Personen unselektiert aus der Wiener Bevölkerung (im weiteren als „Normstichprobe“ bezeichnet) und 100 Personen, die sich in psychotherapeutischer Behandlung befanden und zum Zeitpunkt der Befragung an einer krankheitswertigen Störung nach ICD 10 litten (im weiteren als „klinische Stichprobe“ bezeichnet) befragt.

## I.3. Ergebnisse

Die Ergebnisse des ersten Teils der Studie bestätigten unsere Vorerfahrungen, daß die Menschen in erster Linie mit den Voraussetzungen zum Sinn beschäftigt sind und die Sinnfrage selbst kein explizites Thema ist. Zum besseren Verständnis des Zusammenhanges zwischen erstem und zweitem Teil der Studie werden die wesentlichen Ergebnisse hier wiederholt:

Unsere erste Fragestellung „**Was bewegt Sie derzeit innerlich am meisten**“ zeigt die Themen, die die Wiener Bevölkerung beschäftigt:

Fast 30% der Befragten der Normstichprobe geben an, daß sie vor allem mit Fragen zu **Arbeit, Studium, Ausbildung** beschäftigt sind, 25% bewegen **familiäre Themen** (Kinder, Partner, Eltern), 11% Themen, die sich um das **physische und psychische Wohlbefinden** drehen, und weitere 11% Fragen um das eigene Wohlergehen hinsichtlich **Besitz und materieller Sicherheit**.

Diese Bewertung erfährt in der von uns befragten klinischen Stichprobe eine andere Gewichtung: Hier stehen Themen, die mit der Familie (33%) und dem physischen und psychischen Wohlbefinden (21%) zu tun haben, vor den Themen Arbeit, Studium, Ausbildung (15%) sowie eigenes Wohlergehen aufgrund materieller Gegebenheiten (10%).

In beiden Gruppen steht dann an fünfter Stelle das Thema

**Auseinandersetzung mit der eigenen Person** (Entwicklung, Reifung, Selbstverwirklichung). Interessant war in diesem Zusammenhang, daß in beiden Gruppen die Themenbereiche wie Interessen, Sozietät, Zukunftsperspektiven nur in einem verschwindenden Ausmaß vorkamen. Verständlich ist der Unterschied zwischen Normstichprobe und klinischer Stichprobe: Menschen, die psychisch belastet sind, sind bedürftiger – da verunsicherter – und brauchen daher mehr Sicherheit und Geborgenheit in der Familie und beschäftigen sich intensiver mit ihrer Zuständigkeit als Menschen mit geringeren Problemen. Letztere sind, so könnte man sagen, frei, sich mit Beruf und Karriere auseinanderzusetzen. Die aufgezeigte Unterschiedlichkeit verdeutlicht sich z.B. auch in der Offenheit bzw. dem Interesse für Politik und religiöse Themen. Diese waren in der Normstichprobe mit 7% repräsentiert, während in der klinischen Stichprobe sich nur 3% diesem Themenbereich widmeten. (Eine Randbemerkung sei hier angebracht: der insgesamt geringe Prozentsatz der Beschäftigung mit den Themen Politik und Religion überrascht, denn die Untersuchung fand in einer Zeit der Anbahnung der schwarz-blauen Koalition statt).

Erinnert werden soll in dieser Zusammenfassung der thematischen Ergebnisse auch noch an die Tatsache, daß die Themen in über 60% als Sorge um, Angst vor etc. formuliert wurden, daß in den Antworten also die Problembereiche dominierten.

Unsere zweite Fragestellung galt nun den diesen **Themen zugrundeliegenden Beweggründen**. Es kann ja das Thema Familie in verschiedener Hinsicht beschäftigen, z. B. als Sicherheit oder als emotionaler Raum oder in Hinblick auf die eigene Selbstverwirklichung etc. Diese zugrundeliegende Motivation, die die Auseinandersetzung mit dem Thema dominiert bzw. aus den eigenen Bedürfnissen entspringt, erhoben wir mit der Frage „**Was ist es, was Sie an diesem Thema beschäftigt? Worum geht es da genau?**“ Wir haben die Antworten auf diese Frage in drei Auswertungsvorgängen analysiert, um ein möglichst von unserem theoretischen Vorwissen unbeeinflusstes Ergebnis zu erhalten (theoriegeleitete Signierung, Strichlierungscodes und Kategorisierung). Die Ergebnisse bestätigen die in phänomenologischen Analysen gefundene Struktur der personal-existentiellen Grundmotivationen von A. Längle (1992) sowie die Daten unserer Voruntersuchung (Drexler et al. 1998)

Die **bewegenden Motive** der Wiener Bevölkerung in den sie beschäftigenden Themen setzen sich vorrangig mit Gewährleistung von Beziehung und Nähe zu wichtigen Menschen bzw. mit der Sorge diese zu verlieren, im weiteren mit den Entwicklungsmöglichkeiten der eigenen Person bzw. deren Gefährdung, und mit Fragen nach Sicherheit und auch Sorgen bezüglich der Erhaltung und der Verwirklichung von

---

1 Die befragten Personen der Normstichprobe rekrutierten sich aus Personen, die mit wenigen Ausnahmen mit Existenzanalyse nichts zu tun haben und auch nicht aus dem nahen Bekanntenkreis der Interviewer stammen; z.B. Nachbarn, Bekannte von Nachbarn, Personen aus dem beruflichen Umfeld, die bis auf ca. 3 Personen jedoch nicht Psychotherapeuten sind, Studenten, etc., sodaß ein Einfluß aus dem anthropologischen Wissen und Verständnis der Existenzanalyse nicht überrepräsentiert war.

wichtigen Aufgaben und Interessen auseinander. A. Längle (1992) beschreibt diese Themenbereiche als grundlegende Bedürfnisse und daher als personal-existentielle Motivationen, d.h. dort wo deren Gewährleistung in Frage steht, konzentriert bzw. fixiert sich der Mensch auf einen Ausgleich und strebt vorrangig nach Erfüllung dieser Bedürfnisse. A. Längle beschreibt diese Motive als Voraussetzungen zum Sinn – Sinn ereignet sich so gesehen, wenn die Auseinandersetzung mit den Voraussetzungen zufriedenstellend gelöst wurde.

Unsere Untersuchung zeigt deutlich, daß die Wiener Bevölkerung mit diesen personal-existentialen Voraussetzungen zum Sinn beschäftigt ist und die explizite Frage nach dem Sinn **praktisch** nicht vorkam. Die Ergebnisse zeigen, daß die in der neueren Existenzanalyse postulierte Vorrangigkeit der personal-existentialen Motivationen als die Voraussetzungen von Sinn nicht nur für die psychotherapeutische Praxis, sondern auch für den Alltag aller Menschen gilt.

Zumeist sind wir mit der Arbeit am „Fundament“ von Sinn beschäftigt. In der Praxis zeigt sich ja auch, daß es nicht so einfach ist, Sinnvolles zu erspüren und zu tun und eine sinnvolle Aufgabe nicht automatisch über alle Störungen hinwegträgt. Die Ergebnisse machen auch den Vorwurf an V. E. Frankls Logotherapie deutlich, daß in ihr nicht nur kein Handwerkzeug und keine Prozeßvariablen für die Sinnsuche und die Befreiung zum Sinn aufgezeigt werden, sondern v. a. die Strukturtheorie (Fundament des Personseins) vernachlässigt wird.

#### I.4. Welche Motivationslage konnten wir nun in der Wiener Bevölkerung finden?

In der Normstichprobe zeigen sich in erster Linie die Motive, die sich um **Selbstwerdung, Selbstverwirklichung** und **Entfaltung der Persönlichkeit**, Selbstwert, Respekt und Wertschätzung ranken. Diese Motive werden vor allem als Sorge um das Bestehen-Können und Angesehen-Sein sowie um die Verwirklichung im beruflichen Kontext formuliert, weiters als Fragen der Selbsteinschätzung, des Selbstbildes und der Selbsttreue gegenüber der Anpassung. Gefolgt wird dieser Bereich in der Normstichprobe von den Beweggründen der vierten (existentialen) Grundmotivation: „Wofür lebe ich, was soll ich tun?“, wiederum ausgedrückt durch die Sorgen: „Werde ich das tun können, was mir wichtig ist? Werde ich die **Werte**, die ich habe, erhalten können? Wird das Geld dazu reichen?“ (24%). Diese beiden Motivgruppen werden in der Normstichprobe gefolgt von jenen Motiven, in denen es um das Erleben von **Nähe, Zuneigung, Liebe**, Beziehung zu wichtigen Menschen geht. Auch dies wird ausgedrückt durch die Sorgen in den wichtigen Beziehungen: „Wird es gut bleiben, werden, gehen?“ Motive wie das Streben nach Sicherheit und basale Themen wie die Frage nach Gesundheit folgen als letzte.

In der klinischen Gruppe verschiebt sich diese Verteilung. Hier stehen die Motive der zweiten personalen Grundmotivation (Sorge um Verlust von Nähe und Geliebtwerden in wichtigen Beziehungen sowie die Frage nach dem Leben-Mögen) eindeutig im Vordergrund (44%), gefolgt von den Motiven des Personseins und des Selbstseins. Erstaunlich ist die Tatsache, daß die Motive der ersten personalen Grundmotivation (Halt, Sein-Können, Vertrauen ins Leben) geringer repräsentiert sind. Dies könnte jedoch ein Artefakt der Stichprobensammensetzung sein: den Hauptanteil der Stichprobe stellten jene Patienten mit der Diagnose Affektive Störungen sowie der histrionische Formenkreis, der Anteil der Patienten mit Angststörungen war hier etwas unterrepräsentiert. So könnte man sagen, das Ergebnis bildet auch die Störbereiche der jeweiligen klinischen Bilder ab: Patienten mit depressiver Symptomatik bewegt naturgemäß mehr der erlittene Verlust von Nähe, Emotionalität und die Angst, nicht wertvoll zu sein, während Patienten mit histrionischen Störungen Themen wie: „Wer bin ich? Bin ich anerkannt, geschätzt und bedeutend genug?“ beschäftigen.

Deutlich wird in der klinischen Stichprobe aber, daß Sinnfragen wie „Werde ich eine erfüllende Lebensaufgabe finden? Was sind meine Aufgaben? Was sind die Fragen des Lebens an mich?“ etc. nicht im Vordergrund stehen. Menschen, die aufgrund ihres Leidens sehr mit sich beschäftigt sind, sind nicht frei für die Welt und das Verwirklichen einer Aufgabe.

Insgesamt zeigt die Analyse der Motive in den die Menschen bewegenden Themen, daß die Normbevölkerung eine ziemlich ausgewogene Verteilung der personal-existentialen Motive zeigt, während sich in der klinischen Gruppe eine Einseitigkeit aufgrund des Störbildes abzeichnet und die vierte personale Grundmotivation wenig repräsentiert ist.

#### I.5. Weitere Fragestellungen

Soviel zu den Ergebnissen des ersten Teiles. Wie aus der Praxiserfahrung heraus zu erwarten war, ist Sinn in der klinischen Stichprobe kaum Thema. Häufiger kommt diese Thematik erwartungsgemäß in der Normstichprobe vor, wenn gleich auch nicht als explizite Frage nach dem Sinn, sondern mehr als Thematisierung der Werte, die es zu verwirklichen gilt, die in Gefahr stehen oder für die man sich einsetzt.

Wir fragten uns daher, ob die Frage nach dem Sinn bzw. die Auseinandersetzung mit dem Sinn überhaupt ein explizites Thema ist, oder ob Sinn als mitlaufende Orientierung in der Auseinandersetzung mit den Grundmotivationen quasi mitschwingt, hinter den vordergründigen Motiven steht bzw. ob Sinn einfach das Ergebnis der Auseinandersetzung mit den vier personal-existentialen Grundmotivationen ist [was bedeuten würde, ein authentisches Ja auf die Fragen gefunden zu haben bzw. immer wieder zu finden: „Kann ich sein? Mag ich leben? Darf ich sein? Wofür lebe ich?“ (A. Längle 1992)].

Wir versuchten ein wenig Licht in diese Fragen zu bekommen. Wenn die Frage nach dem Sinn sich nicht explizit thematisiert, so wollten wir diese Frage unsererseits stellen.

## II. Die Sinnfrage

### II.1. Hat sich Ihnen die Frage nach dem Sinn schon einmal gestellt?

Nach einer quantitativen Erhebung, ob und wie oft sich die Frage nach dem Sinn bereits gestellt hat, wurden die Probanden aufgefordert zu beschreiben, in welchem Zusammenhang bzw. in welcher Situation ihnen diese Frage begegnete.

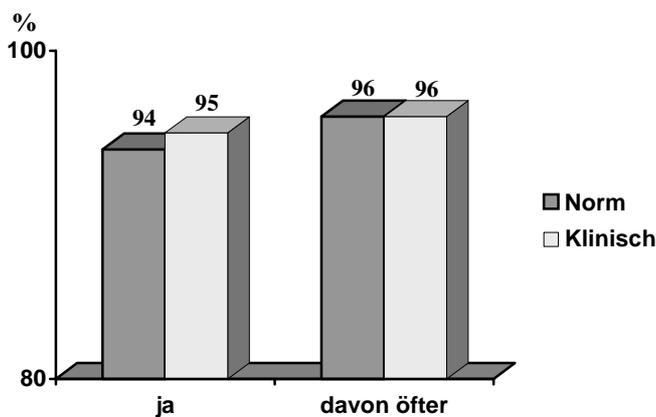


Abb. 1: Hat sich Ihnen die Frage nach dem Sinn schon einmal gestellt?

Wie aus Abb.1 hervorgeht, haben sowohl in der Normstichprobe wie auch in der klinischen Stichprobe zwischen 94% und 96% diese Frage als ihnen bekannt angegeben. Davon gaben 96% an, daß sich diese Frage mehr als einmal gestellt hat.

Bezugnehmend zum ersten Teil unserer Studie („Was beschäftigt Sie derzeit am meisten?“), in der das Thema Sinn kaum genannt wird, deutet dieses Ergebnis vorerst darauf hin, daß die Sinnfrage offenbar keine „immerwährende“ ist, sondern nur in spezifischen Situationen zu einer vordringlichen Frage wird. Klärung erwarteten wir uns von der nachfolgenden Frage:

### II.2. In welchem Zusammenhang bzw. in welcher Situation hat sich die Sinnfrage gestellt?

Die Antworten schildern Situationen, die zu verschiedenen Zeiten im Leben stattgefunden hatten. Sie beziehen sich auf Lebensbereiche wie Beziehung, Beruf, diverse Belastungs-

situationen, negative Stimmungen, philosophische Diskussionen und Interessen, auf Entscheidungssituationen, gesellschaftliche Probleme und ähnliches, zeigen also ein breites Spektrum auf. Wir führen einige Beispiele exemplarisch an:

- „In Krisensituationen, will krampfhaft die Leere ausfüllen.“
- „In schlechten Zeiten, bei Trennung frage ich, was das für einen Sinn hat.“
- „In Situationen von Verlust, z. B wie der Hund gestorben ist, wenn das Liebste einfach weg ist.“
- „Wenn etwas wegfällt, Krankheit, wenn die Kinder aus dem Haus gehen etc.“
- „Habe die Frage ständig im Kopf.“
- „Hängt von der Stimmung ab, wenn es gut geht erscheint alles sinnvoll, wenn es schlecht geht alles sinnlos.“
- „Im Nachdenken, aufgrund von Lektüre oder Filmen, beim Suchen der positiven Seiten von Unglück.“
- „Immer an Weggabelungen und Entscheidungen.“
- „Als Grundgefühl.“

Thematisch finden wir auch hier die jeweilige Hauptbeschäftigung, psychische und physische Belastungssituationen, Themen zur eigenen Entwicklung, unspezifische Krisensituationen sowie philosophischen Fragen. 7% der Befragten konnten keine konkrete Situation erinnern (diese Personen haben wir aus der weiteren Auswertung genommen; da sie zuvor angegeben hatten, daß sie die Sinnfrage kennen, konnten wir sie deshalb keiner Kategorie zuordnen).

Darüberhinaus zeichnet sich eine große Gruppe ab, die auf die Frage nach den Situationen, in denen sich die Sinnfrage stellt, angibt „sie stellt sich dauernd, in allem, sie ist in allem mit dabei, und sie stellt sich im Zusammenhang mit dem Leben an sich“.

Betrachten wir den Prozentsatz der Kategorie „Sinnfrage ist kein Thema für mich“ (11% bzw. 12%, Abb. 2) und setzen ihn in Beziehung zur Frage „Hat sich ihnen die Frage nach dem Sinn schon einmal gestellt“, bei der nur 5% bzw. 6% mit „nein“ geantwortet haben, so müssen wir feststellen, daß ca. 5% der Befragten auf diese Frage mit „ja“ geantwortet haben und dann aber bei der Bitte um Schilderung, in welcher Situation, diese Frage als für sie nicht relevant beantwortet haben. Wie kann das verstanden werden? Wir können annehmen, daß manche vielleicht nicht darüber sprechen wollten, oder aber, - und das klingt für uns plausibler -, daß die Frage „Hat sich Ihnen die Frage nach dem Sinn schon einmal gestellt?“ auch dahingehend verstanden wurde, daß sie sich durch z.B. andere Personen gestellt hat. Gehen wir davon aus, müßten wir

den Prozentsatz der positiven Antworten auf die Frage „Hat sich **Ihnen** die Frage nach dem Sinn schon einmal gestellt?“ von 94% bzw. 96% nach unten korrigieren auf 88% bzw. 89%.

Die Analyse der Antworten in den genannten Situationen konnte in den angegebenen Themenbereichen dann zu grundlegenden Kategorien zusammengefaßt werden – es zeigte sich nämlich, daß die Sinnfrage in den verschiedenen thematischen Bereichen zum einen auf dem Hintergrund einer Krisensituation sich aus dem Sinnverlust heraus stellte (z.B. Scheidung, Konflikte etc.), zum anderen als Orientierungsfrage in zukunftsentscheidenden Situationen (z.B. an Wegkreuzungen, bei Neuorientierung) sowie darüber hinaus mehr als theoretisch-philosophisch-religiöse Frage (was ist der Sinn des Ganzen, wozu leben wir etc.) auftaucht, sodaß sich letztendlich folgende Kategorien abbildeten:

Kategorien	Norm- stichprobe %	Klinische Stichprobe %
als Orientierung in positiven Situationen	41	29
in Krisensituationen	17	40
philosophisch/religiös	9	3
dauernd, in allem	22	16
nie, ist kein Thema	11	12

*Abb. 2: In welchem Zusammenhang hat sich Ihnen die Sinnfrage gestellt?*

Was sagt nun diese Verteilung? Zählen wir die beiden Gruppen Krise/Orientierung in beiden Stichproben zusammen, so ergibt sich die Anzahl derer, denen sich die Frage nach dem Sinn in „außerordentlichen“ Lebenssituationen stellt (58% bzw. 69%). Hier werden Situationen beschrieben, welche Entscheidungen auf Veränderungen in der nächsten Zukunft hin oder Krisen als Verlust von Wichtigem bzw. als starke Belastung oder negative Gemüthsstimmung sind. Hier tritt die Sinnfrage in den Vordergrund, wobei in der Normstichprobe die „positiven Situationen“ dominieren und als Frage nach „Sinn-  
gewinn“ imponiert, während in der klinischen Stichprobe die „negativen Situationen“, also der erlebte Sinnverlust, vorwiegend Anlaß zur Beschäftigung mit dieser Thematik ist.

Daß die Auseinandersetzung mit der Frage nach Sinn als philosophisch-religiöse Thematik in der Normstichprobe häufiger ist als in der klinischen Stichprobe, kann durch die Einengung der Patienten durch die vermehrten Belastungs-

situationen (lifeevents) und die psychische Erkrankung erklärt werden. Interessant ist auch noch ein Blick in die Kategorie „Sinnfrage in allem“. Die Befragten der Normstichprobe „hören“ die Sinnfrage offenbar deutlicher, die Probanden der klinischen Stichprobe etwas weniger häufiger. In der genaueren Analyse der Antworten zeigt sich weiters trendmäßig, daß die Offenheit und Sensibilität auf Sinn hin in der Normstichprobe sich aus der positiven Grundgestimmtheit rekrutiert, während sie sich in der klinischen Gruppe aus der negativen Grundgestimmtheit ergibt.

So könnten wir sagen, psychische Belastung und Erkrankung engt die Offenheit und die Bewußtheit der Sinnfrage ein. Das Ausmaß der Einengung verweist dann aber auch auf die nötige Umgangsweise bzw. die Therapie: Ist die Einengung passager und trifft sie einen ansonsten „Sinn zugewandten“ Menschen, wäre Frankls Logotherapie indiziert. Trifft sie einen in seinen Defiziten verhafteten Menschen, ist Existenzanalyse, d.h. personale Psychotherapie, indiziert.

Spannend erlebten wir dann die genauere Analyse jener Probanden, für die die Sinnfrage kein Thema ist, verwirrend vorerst vor allem die prozentuell praktisch gleich hohe Verteilung in der Norm und in der klinischen Gruppe.

Die Personen dieser Gruppe sind gekennzeichnet durch eine hohe Lebenszufriedenheit. 90% sind sehr zufrieden bzw. durchschnittlich zufrieden mit den Lebensumständen und mit sich selbst (vgl. Abb. 3).

- **Gesamtlebenszufriedenheit:**  
auf einer Skala von 0-12,2 liegen 71% über dem Durchschnitt, 57% davon im oberen Drittel der Skala (sehr zufrieden)
- **Zufriedenheit mit den Lebensumständen:**  
auf einer Skala von 1 (sehr zufrieden) bis 5 geben 90% die Werte 1, 2 oder 3 an
- **Zufriedenheit mit sich:**  
auf einer Skala von 1 (sehr zufrieden) bis 5 geben 90% die Werte 1, 2 oder 3 an
- Anzahl der **life events:**

64%	0 life events
18%	1 life event
9%	2 life events
9%	3 life events

*Abb. 3: Lebenszufriedenheit der Menschen, die sich die Sinnfrage noch nie gestellt haben*

(Die Skala „Lebenszufriedenheit“ unterteilt sich in unserer Auswertung in drei Bereiche: Unzufrieden, durchschnittlich zufrieden, sehr zufrieden. Diese Werte in der Lebenszufriedenheit können möglicherweise auch von der Tatsache

beeinflusst werden, daß diese Personen weniger „lifeevents“ angaben - 64% haben keine lifeevents genannt).

Personen, die sich noch nie die Sinnfrage gestellt haben, sind weiters gekennzeichnet durch Kompetenz im Umgang mit sich selbst und in der Gestaltung ihres Lebens. Diese Kompetenzen haben wir in unserer Studie mit der Existenzskala (Längle et al. 2000) gemessen. Die Existenzskala unterscheidet signifikant die Norm- und klinische Gruppe. Mit der Existenzskala ist eine Einbuße der personalen Fähigkeiten und somit des Testwertes festzustellen, wenn Belastungen in der Außen- und/oder Innenwelt zunehmen. Gute personale Ressourcen wiederum erlauben einen besseren Umgang mit „lifeevents“ und schützen vor psychischen Erkrankungen. In der Existenzskala nach Längle et al. (2000) sieht man, daß die Werte jener Probanden, für welche die Sinnfrage kein Thema ist, in allen Subskalen in einem optimalen Bereich liegen und zueinander in einem günstigen Verhältnis stehen. Die differenziertere Betrachtung nach Stichproben zeigt dann doch Unterschiede: Die Normstichprobe zeichnet sich durch folgende Konstellation in den Subskalen der Existenzskala aus: Hohe Werte in Selbstdistanzierung und mittlere Werte in der Selbsttranszendenz, sowie hohe Werte in Freiheit und Verantwortung. D.h. Personen mit solch einer Konstellation sind nicht in sich verhaftet und können sich aus Freiheit heraus für etwas entscheiden bzw. sich mit den Möglichkeiten und Anforderungen des Lebens auseinandersetzen, ohne sich darin zu verlieren. Die Gruppe jener Personen in der Normstichprobe, die sich die Frage nach dem Sinn nicht stellt bzw. noch nie gestellt hat, liegt in den Werten der Existenzskala über denen der anderen Gruppen (Orientierung, Krise, Philosophie, dauernd) - wenngleich auch nicht signifikant - und ist somit die „gesündeste“, bzw. „existentiellste“ Gruppe. Anders die Konstellation in der klinischen Stichprobe: hier zeigt diese Gruppe im Vergleich zu den anderen Gruppen (Orientierung...) bzw. in der Konstellation an sich niedrigere Werte in allen Subskalen der ESK, d.h. Selbstdistanzierung, Selbsttranszendenz, Freiheit und Verantwortung. Wir können aus dieser Konstellation schließen, daß es sich hier eher um ein In-sich-verhaftet-Sein in den problematischen Lebensfragen handelt, das die personal-existentiellen Fähigkeiten einschränkt. Interessant bleibt dann noch die Frage, warum diese Personen trotzdem durchschnittlich zufrieden bis sehr zufrieden mit ihrem Leben sind. Eine Antwort darauf konnten wir den statistischen Daten natürlich nicht entnehmen, doch gelang es uns, einige Probanden der klinischen Stichprobe im nachhinein zu diesem Faktum zu befragen. Einhellig die Antworten: „an und für sich könnte es mir gut gehen“ (gute Bedingungen), „ich bin zufriedener, seit ich begonnen habe, meine Probleme anzugehen“ (Therapie zu machen, Ordnung zu schaffen...). Wir sahen, daß die Aktivierung der personalen Ressourcen, „ich kann etwas tun und sehe was ist“ bereits zu einer höheren Lebenszufriedenheit führt.

Fassen wir diese Ergebnisse zusammen, so sehen wir: Ist die Person gesund, d.h. im existentiellen Sinn in einer guten Ausgewogenheit hinsichtlich ihrer strukturellen Fundamente

(personal-existentielle Grundmotivationen), so ist die Frage nach dem Sinn kein explizites Thema mehr, sondern ergibt sich bzw. ereignet sich quasi in logischer Konsequenz.

Ist die Person noch sehr in sich verhaftet, kann die Frage nach dem Sinn oft durch diese Einengung gar nicht auftauchen. Allerdings ist die Lebenszufriedenheit bereits durch den ersten Schritt der Zuwendung zu sich und zu den Problemen, die anstehen, gebessert. Anders gesagt: Die Aktivierung der personalen Ressourcen erhöht die Lebenszufriedenheit trotz bestehender Störung.

Auch in den Werten des TEM (Test für existentielle Motivation, Längle & Eckhard 2000), welcher die Voraussetzungen zum sinnerfüllten Leben mißt, punkten diese Personen hoch.

Ein Blick auf die Diagnosen jener Personen der klinischen Stichprobe, die sich die Frage nach dem Sinn nicht stellen, läßt keine Häufung in einer bestimmten Diagnosegruppe erkennen.

Betrachten wir dieses Ergebnis unter dem Blickwinkel der zentralen Aussagen V. E. Frankls: Personsein heißt frei sein gegenüber den Bedingungen, Person kann nicht erkranken, „Trotzdem ja zum Leben sagen“ - oder etwas zeitgemäßer formuliert: Lebensqualität und Lebenszufriedenheit entstehen nicht durch die Abwesenheit von Störungen, sondern durch die Einwilligung der Person in ihre Gegebenheiten. Ja – aber mit Einschränkungen: Wer sehr in sich verhaftet und mit seinen Problemen beschäftigt ist, kann sich noch nicht von sich lösen und öffnen für die aktive Frage nach dem Sinn. Potentiell ist die Person frei, aber tatsächlich ist sie auch verhaftet. Daraus wird die Wichtigkeit der Auseinandersetzung mit den Störungen des personalen Vollzugs deutlich, gleichzeitig aber auch die Kraft des personalen Antagonismus sichtbar: Lebenszufriedenheit erhöht sich in dem Moment, wo die Person sich aufmacht zur Auseinandersetzung mit...

Da unsere Stichprobe jedoch zu klein ist, um diese Interpretationen empirisch seriös untermauern zu können, sollen diese Überlegungen nur als Anregung für spezifischere Fragestellungen zu diesem Thema verstanden werden. Wir meinen aber, daß hier ein größeres Datenmaterial noch recht interessante Details bringen kann.

Zusammenfassend stellen wir fest, daß die Frage nach dem Sinn offenbar eine weitgehend bekannte und auch wichtige, jedoch die Bewußtheit dieser Frage eine unterschiedliche ist.

### III. Die Bedeutungsanalyse von Sinn

Der dritte Teil der Untersuchung unternimmt eine Bedeutungsanalyse von Sinn. In Gesprächen fiel uns immer wieder das breite Verständnis von Sinn auf. Wir haben uns daher gefragt, wovon gesprochen wird, wenn der Begriff

„Sinn“ verwendet wird.

„*Was verstehen Sie unter Sinn?*“ lautete unsere Frage an die Probanden.

Der erwarteten Vielzahl und Vielfalt der Antworten (6% der Personen nannten 3 und mehr Definitionen) steht mit 11% der Befragten jene Gruppe gegenüber, die auf unsere Frage nicht antworten konnte oder wollte (Abb. 4).

	<b>Gesamt</b>	<b>Norm</b>	<b>Klinisch</b>
1 Antwort	44%	46%	43%
2 Antworten	28%	29%	28%
3 Antworten	10%	12%	8%
über 3 Antworten	6%	7%	7%
keine Antwort	11%	6%	16%

Abb. 4: Zahl der Antworten auf die Frage: „Was verstehen Sie unter Sinn?“

Uns fiel auf, daß die Beantwortung dieser Frage schwer fiel, verlangte sie doch, im Unterschied zu den anderen Fragen, auch einige definitorische Erfahrung. Viele Probanden tasteten sich assoziativ an die Fragestellung heran oder erinnerten sich an Situationen, die sie mit Sinn verbanden. Für das Auswertungsteam war dies ein gewisses Erschwernis, da zu überlegen war, ob wir den Succus der Aussagen oder die erste spontane Antwort kategorisieren sollen bzw. ob es wichtig ist, auch die Suchbewegungen zum Sinnverständnis hin mitzubedenken. Möglicherweise kennzeichnet dies ja gerade das Umfassende des Sinnverständnisses. Wir entschieden uns für zwei Versionen (Kategorisierung der Spontanantwort und Strichlierungscodes der umfassenden Antwort).

Zur Einsicht in das Antwortverhalten wie auch zur Verdeutlichung unserer Schwierigkeiten bei der Auswertung der Fragestellung „Was verstehen Sie unter Sinn?“ werden beispielhaft einige Antworten angeführt:

- „Daß ich nicht Gott, Eltern, Welt verantwortlich mache dafür, was ich erlebt habe und noch erleben werde. Keine Schuldzuweisungen an andere“ (>Eigenverantwortlichkeit).
- „Eigentlich, daß das Leben so läuft wie jetzt. Mir geht es eigentlich gut, nur daß ich depressiv bin und Zwänge habe. Unter Sinn verstehe ich, selber bestimmen zu können, wie ich lebe“ (>Selbstbestimmung und Einverständnis).
- „Sinn ist, daß ich mich unabhkömmlich fühle, da bleibt et-

was von mir übrig“ (>Spuren hinterlassen).

- „Familie – ich finde, Familie soll zusammenhalten“.
- „Das Beste machen – für mich – ich versuche, egozentrisch zu sein, kaschiere es aber“ (>Selbstverwirklichung).
- „So etwas wie Liebe, Freude“ (>Gefühl).
- „Frage, woher ich komme und wer ich bin und wohin ich gehe“ (>übergreifendes Prinzip).
- „Entwicklung, Weiterkommen, Enthaltung, Ziele erreichen, glücklich sein, weitergehen können.“
- „Daß mein Leben in Ordnung ist. Meine Beziehung hält, die Wohnung schön ist, daß es meinen Eltern gut geht“ (>unterwegs sein, gut in Beziehung sein mit Werten).

In einer ersten Sichtung der Antworten zeichneten sich verschiedene Zugänge zu den Antworten ab:

- o Der **formale** Zugang führt zu Antworten wie z.B. Sinn als Säulen des Lebens, als existentielle Frage, als philosophischer Begriff, als lebensüberspannender Bogen;
- o Der **dynamische** Zugang führt zu Antworten, wie Sinn ist: das Leben schaffen; annehmen können, was passiert; das Beste aus dem Leben machen; etwas greifbar, faßbar machen; Frieden finden;
- o Der **inhaltliche** Zugang führt zu Antworten wie z.B. Sinn durch Religion, Interaktion, finanzielle Sicherheit, Freude, Familie, Berufsausbildung, Werte, ... erleben;
- o Sinn **vom Effekt her** definiert führt zu Antworten wie z. B. Sinn gibt Orientierung, Antrieb, Antwort auf Fragen, Lösung, positive Gefühle, ...

### III.1. Auswertung der Kategorisierung

In einem nächsten Schritt führten wir eine Kategorisierung durch. Wir konzentrierten uns dabei auf die jeweils erste spontane Aussage. Dies deshalb, weil wir annehmen, daß diese am ehesten das unreflektierte und emotionale Sinnverständnis repräsentiert.

Dieser Vorgang ergab dann - nicht überraschend - ähnliche thematische Bereiche (Kategorien 1-9, Abb. 5), wie wir sie in der Fragestellung des ersten Teils der Studie *Was beschäftigt Sie derzeit innerlich am meisten?* gefunden hatten; dazu entsprechend den formalen, dynamischen und effektorientierten Beschreibungen des Sinnverständnisses zusätzliche Kategorien (Kategorien 10-15, Abb. 5).

Betrachtet man diese Ergebnisse, so fällt auf, daß in der Normstichprobe Sinn mehr mit Fragen nach dem Sinn des Daseins, nach Erkenntnis (Kategorie 10) und mit philosophischen Definitionen (Kategorie 14/15) verbindet als die klini-

# ORIGINALARBEIT

	Norm %	Klinisch %
1. <i>eigenes Wohlergehen</i> Dinge wahrnehmen und genießen können, gerne tun; in Einklang leben, glücklich leben; Besitz, Heim, Finanzen, angenehmes Leben, Essen, Trinken, Alltag, Lebensqualität	16	17
2. <i>Entwicklung der eigenen Person / Sinn als Identität und Selbstverwirklichung</i> Wissen, was einen ausmacht; Zufriedenheit mit sich, daß es einen gibt; Eigenverantwortung übernehmen; Selbsterziehung, Selbstverwirklichung, Frage nach der Identität, nach dem eigenen Verhalten	14	11
3. <i>Familie</i> Familie, Kinder, Beziehung, Partnerschaft	1	8
4. <i>Hauptbeschäftigung</i> Ausbildung, Studium, Beruf, Arbeit, Handeln	0	4
5. <i>Sozietät</i> Liebe, Sozialkontakt, soziale Aufgaben, Sexualität, Anerkennung	3	8
6. <i>Interesse</i> Hobby, Sport, Reisen, Wissenschaft, Freizeit	0	1
7. <i>Ziele, Zukunftsperspektiven, -fragen</i>	4	2
8. <i>fraglich/gar nichts</i>	6	14
9. <i>physisches und psychisches Befinden</i>	1	4
10. <i>Frage nach der Daseinsberechtigung</i> Warum? Wozu? Seinsberechtigung, Erkenntnis, Verstehen	19	9
11. <i>Aufgabe erfüllen, erfülltes Leben</i> Aufgabe erfüllen, erfülltes Leben haben, Lebensinhalt, Verpflichtungen	8	9
12. <i>alles hat Sinn, das Leben an sich macht Sinn</i> auch: etwas zum Guten entwickeln, das Beste daraus machen	11	4
13. <i>höhere Werte und Prinzipien</i>	4	1
14. <i>abstraktes Sinnverständnis</i> Philosophie, Religion, ...	8	4
15. <i>etwas bewegen/Spuren hinterlassen</i>	4	1

Abb. 5: Kategorisierung Was verstehen Sie unter Sinn?

sche Stichprobe. Die Normstichprobe weist demnach ein abstrakteres Sinnverständnis auf. Ähnlich verteilt ist dagegen die Wahrnehmung von Sinn im eigenen Wohlergehen und der Entwicklung der eigenen Person (Kategorie 1, 2 und 9).

Die klinische Gruppe zeigt eine höhere Besetzung in den

„sozialen“ Kategorien (3, 5), wie auch in der Kategorie Hauptbeschäftigung (4). Dies könnte dahingehend interpretiert werden, daß die klinische Klientel mehr auf Beziehung und Anerkennung im außen (durch andere) ausgerichtet ist, worin möglicherweise eine spezifische Bedürftigkeit zum Ausdruck

kommt (s. auch Kategorie 12).

Nehmen wir auch hier Bezug auf die Ergebnisse der Kategorisierung der ersten Frage unserer Studie *Was beschäftigt Sie derzeit am meisten?* (zur Erinnerung Abb.6):

	Norm %	Klinisch %
1. eigenes Wohlergehen	11	10
2. Beschäftigung mit dem eigenen Leben, der eigenen Person	8	8
3. Familie	25	33
4. Hauptbeschäftigung	30	15
5. Sozietät	0	6
6. Interesse	3	2
7. Zukunftsperspektiven	4	1
8. physisches und psychisches Befinden	11	21
9. Beschäftigung mit Religion, Politik, ...	7	3
10. fraglich/ gar nichts	1	1

Abb 6: Thematische Kategorisierung „Was beschäftigt Sie derzeit innerlich am meisten?“

Wir haben gesehen, daß in der Frage nach dem Sinnverständnis neben abstrakten Definitionen Lebensbereiche genannt werden, in denen Sinn erlebt wird (siehe Abb. 6, Kategorie 1-9). Hier dominieren die ersten beiden Kategorien „eigenes Wohlergehen“ sowie „Entwicklung der eigenen Person“.

Vergleicht man die prozentuelle Besetzung dieser Kategorien mit jener der Fragestellung *Was beschäftigt Sie derzeit innerlich am meisten?* (Abb. 6), so fällt auf, daß in dieser die Maximalbesetzung in anderen Kategorien (Hauptbeschäftigung, Familie) zu finden ist. Es scheint so zu sein, daß die bewegenden Themen eher die ungelösten Problembereiche sind und (noch) nicht als sinngebende Bereiche erlebt werden. Dies bestätigt die Ergebnisse des ersten Studienteils, aus denen hervorgeht, daß die Menschen vorrangig mit den Voraussetzungen zum Sinn beschäftigt sind.

Die Kategorisierung nach den Hauptaussagen ließ uns recht unzufrieden zurück, da wir das Gefühl hatten, die Fülle der Antworten nicht verarbeitet zu haben. Daher setzten wir noch einmal mit einer Auswertung mittels Strichlierungscodes an,

die für qualitative Auswertungen geeigneter erscheinen, da sie eine umfassende inhaltsanalytische Verwertung der Daten möglich machen. Diese ergab nun folgende Kumulationen:

### III.2. Inhaltsanalytische Auswertung (Strichlierungscodes)

Insgesamt wurden von 200 Versuchspersonen 380 Nennungen (N) ausgewertet, da pro Frage Mehrfachnennungen in der Antwort möglich waren (Abb. 7):

N	
63	Sinn als für etwas da sein und tätig sein
60	Sinn als positives Gefühl
53	Sinn als Bezogenheit auf etwas/jemanden
47	Sinn als umgreifendes Prinzip
34	Sinn als Unterwegssein im zeitlichen Kontext
34	Sinn als Personsein/Selbstsein
30	Sinn als positive Zuwendung zum Dasein an sich

Abb. 7: Das Ergebnis im Überblick: „Was versteht man unter Sinn?“

#### Die Ergebnisse im Einzelnen:

*Sinn: Für das Geforderte da sein und tätig sein (63 Nennungen)*

Der größte Antwortbereich bezieht das Verständnis von Sinn aus der Pflicht- und Aufgabenerfüllung und des Tätigseins an sich.

Einerseits wird Sinn verstanden als Tun des Notwendigen (Job, Pflicht,..), andererseits als etwas Nützliches tun (wovon jemand profitieren kann, was etwas bringt, was nicht umsonst ist), Wichtiges tun (etwas Gutes tun, Werte, was Bedeutung für mich hat, das Besondere, guter Zweck), sowie als tätig sein, aktiv sein und damit etwas bewirken können.

*Sinn: Ein positives Gefühl (60 Nennungen)*

Die zweitgrößte Antwortgruppe versteht unter Sinn eine Gefühlsqualität. Einerseits wird dabei beschrieben, durch welche Erlebnisqualität Sinn zugänglich wird: intuitiv, instinktiv, liebend, („Urgefühlsqualitäten“), sowie durch Toleranz und Mitgefühl (kulturell überformte Qualitäten).

Andererseits werden spezifische Gefühle, die sich im Zusammenhang mit Sinn ergeben, genannt, wie Freude, Spaß, Glück, Genuß, positives schönes Gefühl (nach Häufigkeit der Nennungen gereiht), aber auch umfassendere Gefühls-

qualitäten wie Zufriedenheit, Erfüllung, gut leben (nach Häufigkeit der Nennungen gereiht).

*Sinn: Bezogensein auf jemanden oder etwas (53 Nennungen)*

Ein weiterer großer Antwortbereich beschreibt ein Sinnverständnis, welches als Bezogensein auf jemanden übergetitelt werden kann. Hier wird vor allem die Art und Weise des Bezogenseins beschrieben. Antwortbeispiele (nach Häufigkeit gereiht) sind:

Beziehung erhalten, in Verbindung sein, sich kümmern, gebraucht werden, Geben und Nehmen, für jemanden da sein, Ratschläge geben, Verantwortung für andere übernehmen. Darüber hinaus wurde auch das Erleben, das sich aus dem Bezogensein auf jemanden einstellt, genannt: z.B. Geborgenheit, Sicherheit und Anerkennung, Prestige.

Als Bezugspersonen werden genannt: Kinder, Partner, Eltern, Freunde. Vergleichsweise selten sind nicht menschliche Bezugsobjekte wie Tiere, Urlaub, materielle Sicherheit (8 Nennungen von 53).

*Sinn: Ein umgreifendes Prinzip (47 Nennungen)*

Ein weiterer großer Antwortbereich ist jener, in welchem Sinn als ein dem Leben übergeordnetes Prinzip verstanden wird. Hier finden wir die „großen Fragen“: Wozu das Ganze? Warum leben wir? Woher kommen wir? Wozu bin ich da? Was ist der Sinn des Lebens? sowie Antworten, die sich auf das Verstehen und die Erkenntnis über die Beschaffenheit der Welt beziehen: „Ein vorgegebenes Naturgesetz“, eine höhere Macht, Ganz sein, Zufall, Glaube, höhere Werte.

*Sinn: Unterwegs-Sein in der zeitlichen Dimensionen - „die Ekstasen der Zeit“ (34 Nennungen)*

Diese Antwortgruppe beschreibt Sinn als das Prozeßhafte des Lebens (Weg, Dranbleiben, Prozeß, Umgang mit Zeit), als Ausrichtung auf zukünftiges Leben (Orientierung, Richtung, Ziel), als gegenwärtige Qualität (Augenblick, situativ, wo ich drinstecke, Jetzt) und als Rückschau (Beitrag für die Unsterblichkeit, Spuren hinterlassen, Mehrwert fürs Leben, was bleibt, zurückschauen, was gut war).

*Sinn: Personsein und Selbstsein (34 Nennungen)*

In diesem Antwortbereich geht es um die Person und ihre Entwicklung. Sinn wird verstanden als eigene Entwicklung (sich weiterentwickeln, verwirklichen, meine Mitte finden), als Selbstbestimmung und Selbstsicherheit, sowie als Selbstverwirklichung (mein Weltbild leben, meine Vorstellungen vom Leben finden, das Beste für mich, das für mich Mögliche tun, wozu ich stehen kann, mein Leben leben).

*Sinn: Positive Zuwendung zum Dasein an sich (30 Nennungen)*

Hier besteht das Sinnverständnis darin, daß es das Leben gibt und daß man sich diesem Leben positiv (akzeptierend, annehmend und gestaltend, handelnd) zuwendet. Antwortbeispiele: „Einfach sein“, Leben annehmen, bejahen, mit dem Leben etwas anfangen, daß das Leben für etwas gut ist.

Sinn kann hier als Resultante einer positiven Auseinan-

dersetzung mit dem Leben an sich und den Lebensgegebenheiten verstanden werden.

Übrig blieben kleinere Antwortbereiche mit geringfügigen Nennungen, in denen Sinn als Kraft verstanden wurde (6 Nennungen), z.B. Kraftquelle, Antriebskraft, Motivation, Wollen, geistige Nahrung und Sinn als Grund allen Tätigseins definiert wurde (9 Nennungen), z.B. Basis von allem, was man tut, Grund, warum und wie man etwas tut ...

Zudem wurden Definitionen von Sinn genannt, die sich von obigen Antwortbereichen abhoben:

Sinn ist Bedeutung von etwas, Balance zw. Intellekt und Gefühl, Lösung einer Fragestellung, Sünde (vom Begriff her ethymologisch), etwas „Verkopftes“ für Philosophen.

Zuletzt ist noch der Anteil derer, die mit unserer Frage nichts anfangen konnten, zu erwähnen:

Weiß nicht (15 Antworten),

Keine Antwort gegeben (3 Antworten),

Keine Frage für mich (1 Antwort).

### III.3. Diskussion

Vergleicht man nun die beiden Auswertungsvorgänge (Kategorisierung und Strichlierungs-codes), so zeigt sich auf den ersten Blick ein zum Teil unterschiedliches Ergebnis. Z.B. beträgt der prozentuelle Anteil des Sinnverständnisses als Personsein und Selbstsein 8,9% der Gesamtantworten in der Strichlierungsauswertung, während wir 12,5% in der Kategorisierung finden. Wie können wir die Differenzen verstehen? Zwei Varianten bieten sich an: So könnte es sein, daß in der Spontanantwort eher das aus der aktuellen Situation bezogene Sinnverständnis bzw. die „neueren“ Sinnerfahrungen perzipiert werden, während sich möglicherweise in einer längeren Besinnung auf die Frage jener Bereich erst zeigt, aus dem die häufigsten Sinnerfahrungen bezogen wurden bzw. worauf sich die Wünsche und Vorstellungen der Probanden richten. Denkt man die Sache einfacher an, so könnte es auch sein, daß sich die Differenz einfach aus der Art der Kategorisierung ergibt. Dies scheint plausibel, denn schaut man die Inhalte der verschiedenen Kategorien unter dem Blickwinkel der Bereiche, die sich aus den Strichlierungs-codes ergeben an, so finden wir bei einer neuen Zusammenfassung eine hohe Übereinstimmung. Z.B. finden wir in der Strichlierungsauswertung im Bereich „Sinn als Bezogenheit auf jemanden oder etwas“ 30% der Antworten, die Sinn auf das Bezogensein auf die Familie beschreiben. Das sind 4,2% der Gesamtantworten. In der Kategorisierung beträgt das Mittel zwischen Norm- und klinischer Stichprobe 4,5%. So trauen wir uns zu sagen, daß die Auswertung nach den Strichlierungs-codes unserer Meinung nach am deutlichsten das Sinnverständnis unserer Probanden widerspiegelt. Um den Bereich der Vermutungen zu verlassen und eine statistisch untermauerte Vergleichbarkeit der Daten zu gewährleisten, müßten wir jedoch noch eine inhaltsanalytische Auswertung der Spontanantworten durchführen.

## IV. Zusammenschau

Es fällt auf, daß die Bedeutung bzw. das Verständnis von Sinn vorwiegend aus dem Erfahrungsbereich der Probanden beschrieben wurde und wenig Definitionen gegeben wurden. Demgemäß breit ist dann auch die Antwortpalette. Es dominiert jener Bereich, welcher Sinn als positive Bewältigung der gestellten Aufgaben und Anforderungen im jeweiligen Leben versteht – „Das zu tun, was gefordert ist“. Nahezu gleichrangig damit wird ein Sinnverständnis als Erlebnisqualität beschrieben: Ein positives Gefühl, welches situativ erlebt wird (Freude, Spaß), aber auch das Lebensgefühl, das dadurch entsteht (Zufriedenheit, Erfüllung). Im dritten Bereich werden Lebensbereiche bezeichnet, die sinngebend sind. Hier dominieren die Beziehungen zu nahestehenden Personen. Sinn wird in weiterer Folge verstanden als die Auseinandersetzung mit den Fragen und dem Verstehen des ganzen Daseins, als annehmende Haltung dem ganzen Sein gegenüber an sich, als Selbstverwirklichung und als „Vorangehen im Leben“.

Aus dem breiten Antwortspektrum können wir schließen, daß Sinn entsteht, wenn es gelingt, sich mit dem Sein, dem Leben und sich selbst in den geforderten und wichtigen Bereichen des jeweiligen Lebens auseinanderzusetzen. Wir könnten formulieren, daß Sinn die Resultante einer gelungenen Auseinandersetzung mit den bewegenden und wichtigen Lebensfragen ist. Er wird als positive Gefühlsqualität erfahren, situativ als Freude, Glück, Spaß und insgesamt als Lebenszufriedenheit und Erfüllung. Das Gelingen wiederum wird deutlich beeinflusst durch psychische Gesundheit (TEM GMS) und diese wiederum durch den Einsatz der personalen und existentiellen Kompetenz (SSEK) der Person.

Die Zusammenschau beider Teile unserer Studie zeigt, daß die Menschen in den sie aktuell bewegenden Themen mit den Voraussetzungen von Sinn beschäftigt sind und die explizite Frage nach dem Sinn kein Thema ist. Der erste Teil beschreibt daher vermutlich, wo Sinn vielleicht in Gefahr steht bzw. sich die Sinnthematik noch nicht stellt – hier werden in einem hohen Ausmaß Problembereiche genannt, welche noch nicht gelöst sind, während in der Frage nach dem Verständnis von Sinn die Sinnerfahrungen zur Sprache kommen. In den Ergebnissen dieses Teils unserer Studie können wir die Entwicklung der neueren Existenzanalyse (Längle 1992) bestätigt finden: Was beschäftigt, ist die Auseinandersetzung mit den Voraussetzungen zum Sinn, Sinn ereignet sich offenbar durch die zufriedenstellende Lösung der bewegenden Themen.

Die Frage nach dem Sinn ist trotzdem eine, die knapp 90% der Befragten kennen und die sich im Laufe ihres Lebens gestellt hat. Für manche Personen stellt sie sich dauernd in allen Lebenssituationen, sie hat bei diesen Personen offenbar einen hohen Bewusstseitspegel, bei anderen wieder um ist sie kein Thema, und bei wiederum einer weiteren Gruppe wird sie in besonderen Situationen relevant. Sie schwingt also mit, schiebt sich als Entscheidungshilfe oder bei Sinnverlust in den Vordergrund und wird dort überflüssig,

wo Sinn sich durch einen existentiellen Umgang mit dem Leben laufend ereignet. Diese Ergebnisse bestätigen die Theorie von V. E. Frankl (Frankl 1982) und die Bedeutung der Sinnfrage für den Menschen.

Allerdings muß man hier hinzufügen, daß die Wichtigkeit der Sinnthematik an sich zwar bestätigt wurde, zugleich aber die Bedeutung dieses Themas für den Alltag und vor allem für die Arbeit in der psychotherapeutischen Praxis dabei überschätzt wird, denn dort dominiert das Ringen um und die Auseinandersetzung mit den Voraussetzungen zum Sinn.

„Ist Sinn noch aktuell?“ haben wir gefragt. Die Antwort die wir vorfinden heißt: Sinn ist immerwährend aktuell, jedoch nicht gegenwärtig aktuell.

### Literatur:

- Frankl VE (1982) Der Wille zum Sinn. Bern: Huber. 3°
- Görtz A (1999) Fragebogen zur Lebenszufriedenheit. Teil I – Lebenszufriedenheit. Wien: Dissertation (in Vorbereitung)
- ICD 10 (1993) Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD 10 Kapitel V (F), klinisch-diagnostische Leitlinien. Bern: Huber, 2°
- Längle A (1992) Was bewegt den Menschen? Die existentielle Motivation der Person. Vortrag in Zug (CH) im Rahmen einer Tagung der GLE am 3. April
- Längle A (1996) Was bewegt den Menschen? Die existentielle Motivation der Person. Existenzanalyse 15, 1, 16-27
- Längle A (1999) Was bewegt den Menschen? Die existentielle Motivation der Person. Existenzanalyse 16, 3, 18-29
- Längle A, Eckhardt P (2000) Test zur existentiellen Motivation (TEM). Wien: unveröffentlichte Dissertation
- Längle A, Orgler Ch, Kundi M (2000) Die Existenzskala (ESK). Göttingen: Beltz Hogrefe
- Tutsch L, Drexler H, Wurst E, Luss K, Orgler Ch (2000) Ist Sinn noch aktuell? 1. Teil Existenzanalyse 17, 3, 4-16
- Tutsch L, Luss K, Drexler H (1998) Protokollierung der Sinnthematik in der psychotherapeutischen Praxis (unveröffentlicht)

*Anschrift der Verfasserin:  
Dr. Liselotte Tutsch  
Einwangasse 23/10  
A-1140 Wien*