

# Gemütlich durch die Coronakrise

Alfried Längle ist Arzt, aber auch klinischer Psychologe und Psychotherapeut in Rudolfshiem-Fünfhaus.

VON MATHIAS KAUTZKY

Alfried Längle wurde 1951 in Vorarlberg geboren und lebt seit Jahrzehnten in Wien. Der frühere Freund und Mitarbeiter Viktor Frankls ist Gründer der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse. Nun feierte Längle, der auch an internationalen Universitäten lehrt, seinen 70. Geburtstag - mitten in der Coronakrise.

**Viele Menschen haben in der Krise einen Einkommensverlust erlitten oder sogar ihren Job verloren.**

**ALFRIED LÄNGLE:** „Nicht alleine zu sein, ist in dieser Situati-



**Alfried Längle studierte Medizin und Psychologie. Die Suche nach dem Lebenssinn hat ihn in seiner Arbeit stets beschäftigt.**

Foto: Längle

on das Wichtigste. Wer in ein Netz aus Familie und Freunden eingebunden ist und mit jemandem über Ängste und Nöte sprechen kann, tut sich in der Bewältigung der Krise viel leichter. Es ist aber auch sinnvoll, die Blickrichtung zu ändern: Anstatt sich zu fragen, was kriege ich dafür, wenn ich nun meine Arbeit verloren

habe, sollte man sich fragen, was will das Leben gerade jetzt von mir?“

**Wie können sich die Betroffenen ihren Lebenssinn und Lebensmut trotzdem bewahren?**

„Wer weniger Geld hat, hat dafür vielleicht mehr Zeit, die etwa zum Treffen alter Freunde

verwendet werden kann, für neue Hobbys oder Sport, oder um einfach durch die Stadt zu spazieren und Wien so ganz neu kennenzulernen. So merkt man schnell, dass es einem auch in dieser schwierigen Situation noch gut gehen kann. Auch die Telefonseelsorge und die Angebote des Psychosozialen Diensts kann man in Anspruch nehmen.“

**In der Coronakrise nehmen nicht nur Arbeitslosigkeit, sondern auch soziale Spannungen zu. Dabei fühlen sich viele auch an die 1930er-Jahre erinnert.**

„Eine Woge politischer und rassistischer Verblendung kann die Gesellschaft auch heute treffen. Wenn der Respekt voneinander verloren geht und Menschen auf Objekte reduziert werden - etwa nur als Arbeitnehmer - betritt man die

Ebene unterhalb der Menschlichkeit. Dann ist immer alles möglich, denn der Mensch ist zu aggressiver Vernichtung immer fähig.“

**Was kann man konkret tun, damit sich die Geschehnisse von damals in Zukunft nicht wiederholen?**

„Gegensteuern kann man, in dem der Wert des eigenen und des Lebens anderer Menschen immer im Bewusstsein bleibt und respektiert wird. Im Umgang mit Andersdenkenden oder neu Zugezogenen muss man sich der Verantwortung bewusst bleiben, dass man selber und auch die anderen immer Menschen sind und auch bleiben. Dabei darf aber etwa aus falsch verstandener Selbstlosigkeit das eigene Österreichische nicht aufgegeben werden, sondern soll durchaus hochgehalten werden.“

**Wien war in der Geschichte immer ein besonders guter Boden für Psychoanalyse und auch Psychotherapie. Ist das nur ein historischer Zufall oder gibt es dafür ganz bestimmte Gründe?**

„Wien war als Hauptstadt eines Vielvölkerstaates lange Zeit eine kulturelle Metropole Europas. Es gab aber immer auch soziale Spannungen und Neurotisches: Beides gemeinsam wurde zum fruchtbaren Boden für die Fähigkeit des Lyrischen und Künstlerischen, was dem Inneren des Menschen sehr nahekommt. Es ist kein Zufall, dass Wien keine Industrie- oder Technikstadt ist, sondern dass sich hier die Gemütlichkeit herausgebildet hat, die nur ein anderes Wort für die Psyche ist. Miteinander gut zu leben und auch die Seele baumeln zu lassen, waren und sind in Wien sehr wichtig.“