



Viktor E. Frankl

Der Wille zum Sinn

7., unveränderte Auflage

Klassiker der Psychologie

 hogrefe

Der Wille zum Sinn

Der Wille zum Sinn

Viktor E. Frankl

Wissenschaftlicher Beirat Programmbereich Psychologie:

Prof. Dr. Guy Bodenmann, Zürich; Prof. Dr. Dieter Frey, München;

Prof. Dr. Lutz Jäncke, Zürich; Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen;

Prof. Dr. Astrid Schütz, Bamberg; Prof. Dr. Markus Wirtz, Freiburg i. Br.

Viktor E. Frankl

Der Wille zum Sinn

7., unveränderte Auflage



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe AG

Lektorat Psychologie

Länggass-Strasse 76

CH-3000 Bern 9

Tel: +41 31 300 45 00

Fax: +41 31 300 45 93

E-Mail: verlag@hogrefe.ch

Internet: <http://www.hogrefe.ch>

Lektorat: Dr. Susanne Lauri

Herstellung: Daniel Berger

Druckvorstufe: Claudia Wild, Konstanz

Umschlagbild: IMAGNO/Viktor Frankl Archiv

Umschlaggestaltung: Claude Borer, Basel

Druck und buchbinderische Verarbeitung: Köselbuch, Krugzell

Printed in Germany

7. Auflage 2016

© 1972/1978/1982/2005/2012/2016 Hogrefe Verlag, Bern

(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-95601-5)

ISBN 978-3-456-85601-8

Inhaltsverzeichnis

<i>Aus dem Vorwort zur 1. Auflage</i>	9
<i>Vorwort zur 3. Auflage</i>	10
<i>Der Wille zum Sinn</i>	11
<i>Zeit und Verantwortung</i>	33
Die Frage nach dem Sinn des Daseins	35
Die Vergänglichkeit des Daseins	41
Ist Existenz analysefähig?	48
Existenzanalyse des Homo religiosus	53
Ärztliche und priesterliche Seelsorge	62
<i>Logos und Existenz</i>	67
Vorwort	69
Die Existenzanalyse und die Probleme der Zeit	71
Zehn Thesen über die Person	87
Über Psychotherapie	95
<i>Der Pluralismus der Wissenschaften und die Einheit des Menschen</i>	109
<i>Determinismus und Humanismus</i>	121
<i>Über Logotherapie</i>	137
Versuch einer Ortsbestimmung	139
Die logotherapeutische Technik der paradoxen Intention	147
Die paradoxe Intention in der Praxis	154
Patientin U	154
Patientin M	157
Patient P	159
<i>Auszüge aus den Aufzeichnungen über die logotherapeutische Behandlung eines psychoanalytischen Kollegen</i>	163
<i>Kritik der reinen Begegnung</i> Wie humanistisch ist die Humanistische Psychologie?	171

<i>Anhang zur 2. Auflage</i>	
Das Leiden am sinnlosen Leben	185
<i>Anhang zur 3. Auflage</i>	
«Psychotherapy on Its Way to Rehumanization».....	193
<i>Anmerkungen zur 3. Auflage.</i>	209
<i>Anhang zur 4. Auflage</i>	
Der Alpinismus und die Pathologie des Zeitgeistes.....	217
<i>Zur Validierung der Logotherapie.</i>	225
Von Elisabeth S. Lukas	
<i>Autorenverzeichnis.</i>	255
<i>Sachverzeichnis</i>	259

Für Katja

Aus dem Vorwort zur 1. Auflage

Gern bin ich dem Wunsch des Verlages nachgekommen, zum Zwecke einer Veröffentlichung in Buchform ihm Vorträge von mir zur Verfügung zu stellen. In den letzten Jahren waren nämlich von mir keine Bücher mehr in deutscher Sprache herausgekommen, vielmehr waren meine neuesten, von amerikanischen Verlagen herausgebrachten Bücher nicht nur in englischer Sprache erschienen, sondern auch in Englisch geschrieben worden.

Nun waren Vorträge, die ich bereits in den ersten Jahren nach dem Zweiten Weltkrieg gehalten hatte, zwar in Buchform veröffentlicht worden, aber auch schon längst wieder vergriffen. Ihren Wiederabdruck in das vorliegende Buch aufzunehmen war daher naheliegend. Ich spreche da von dem Vortrag «Die Existenzanalyse und die Probleme der Zeit», der 1946 gehalten und 1947 in Buchform veröffentlicht wurde, von dem Vortrag «Der seelisch kranke Mensch vor der Frage nach dem Sinn des Lebens», der als Buch unter dem Titel «Zeit und Verantwortung» erschien, sowie von den Vorträgen «Zehn Thesen über die Person» und «Über Psychotherapie», die gemeinsam mit dem (inzwischen vergriffen gewordenen) Vortrag «Die Existenzanalyse und die Probleme der Zeit» in dem Buch «Logos und Existenz» vereinigt wurden.

Da jeder Vortrag mehr oder weniger in sich geschlossen ist, lassen sich Überschneidungen nicht vermeiden. Didaktisch jedoch sind Wiederholungen unter Umständen wertvoll und wünschenswert, denn sie erleichtern das Verständnis für die Materie, und nur um so leichter prägt sie sich dem Gedächtnis ein.

Im Hinblick auf die Tatsache, daß der erste Vortrag 1946 und der letzte 1971 gehalten wurde, versteht sich von selbst, daß hie und da einmal Diskrepanzen auftauchen, die über bloße Akzentverschiebungen hinausgehen. An Stellen, an denen sich die Diskrepanzen zu eklatanten und flagranten Widersprüchen ausgewachsen hätten, wurde der Text dieses Mal anders formuliert, als er das erste Mal publiziert worden war. So oder so: Wie die Wiederholungen zur Didaktik der Form beitragen, so spiegeln die Widersprüche die Dialektik des Inhalts wider.

Alles in allem sind die einzelnen Vorträge Variationen über ein Thema, und das Thema lautet: Der Mensch ist ein Wesen auf der Suche nach einem Sinn, nach dem

Logos, und dem Menschen Beistand zu leisten in der Sinnfindung ist *eine* Aufgabe der Psychotherapie – ist *die* Aufgabe einer Logotherapie.

San Diego, Kalifornien,
im Januar 1972

Viktor E. Frankl

Vorwort zur 3. Auflage

Gegenüber der 2. Auflage wurde der Text nur an wenigen Stellen verändert. Die Ergänzungen aber wurden in den «Anmerkungen zur 3. Auflage» zusammengefaßt.

Darüber hinaus wurde in Form des «Anhangs zur 3. Auflage» ein Vortrag wiederabgedruckt, zu dem mich Professor Joseph Wolpe eingeladen hatte. Und zwar wurde der Vortrag – in Englisch – auf dem Symposium «Four Viewpoints of Psychotherapy» gehalten, das im März 1980 in Philadelphia (Pennsylvania, USA) stattfand und auf dem neben mir als Repräsentanten der Logotherapie auch noch Professor Peter E. Sifneos von der Harvard University als Repräsentant der Psychoanalyse, Albert Ellis als Repräsentant der Rational-Emotive Therapy und Wolpe selbst als Repräsentant der Behavior Therapy sprachen. Der Wiederabdruck erfolgt im Einvernehmen mit den Herausgebern des «International Forum for Logotherapy» (Institute of Logotherapy, One Lawson Road, Berkeley, California 94707, USA) und der «Analecta Frankliana: The Proceedings of the First International World Congress of Logotherapy» (Strawberry Hill Press, New York 1981), in deren Rahmen der Vortrag bereits erschienen war.

Wien, im Oktober 1981

Viktor E. Frankl

Der Wille zum Sinn¹

«Ich will nicht so wie die meisten Menschen
für nichts gelebt haben.»

Anne Frank

1 Deutsche Übersetzung eines Vortrags, der am 6. Januar 1970 an der Loyola University von Chicago anlässlich der Verleihung des Ehrendoktorats gehalten wurde. Die englische Originalfassung des Vortragsmanuskripts erschien im «American Journal of Psychoanalysis», XXXII, No. 1 (1972), 85–89.

Der Titel meines Vortrags, «Meaninglessness: A Challenge to Psychiatry» («Sinnlosigkeit: Eine Herausforderung an die Psychiatrie»), sollte eigentlich lauten: «The Feeling of Meaninglessness» («Das Sinnlosigkeitsgefühl»). Tatsächlich wird der Psychiater heute mehr denn je mit Kranken – oder soll ich sagen «Nicht-Kranken»? – konfrontiert, die über ein Gefühl der Sinnlosigkeit klagen. Vor mir liegt ein Brief, aus dem ich die folgende Stelle zitieren möchte: «Ich bin 22 Jahre alt, besitze einen akademischen Grad, einen luxuriösen Wagen, ich bin finanziell gesichert, und es steht mir mehr «sex» und Macht zur Verfügung, als ich verkraften kann. Nur daß ich mich fragen muß, was für einen Sinn das alles haben soll.» Unsere Patienten klagen aber nicht nur über ein Sinnlosigkeitsgefühl, sondern auch über ein Leeregefühl, wie ich es als «existentielles Vakuum» bezeichnet und beschrieben habe [1, 2].

Anscheinend breitet sich das existentielle Vakuum immer mehr aus. Um nur ein einziges Beispiel herauszugreifen, haben Untersuchungen bei 500 Lehrlingen ergeben, daß «das existentielle Vakuum innerhalb der letzten 2 bis 3 Jahre von 30 bis 40 % auf 70 bis 80 % gestiegen ist» (Alois Habinger). Selbst in Afrika ist es im Zunehmen begriffen, und zwar namentlich unter der akademischen Jugend [3]. Und die Anhänger von Freud geben die Präsenz des existentiellen Vakuums ebenso zu wie die Anhänger von Marx. Die ersteren stellten auf einem internationalen Kongreß fest, daß sich Fälle häufen, in denen die Patienten weniger an klinisch greifbaren Symptomen leiden als vielmehr an dem Mangel an einem Lebensinhalt, und es wurde sogar behauptet, daß dieser Umstand nicht wenig an den jahrelang dauernden Analysen die Schuld trage; denn in den betreffenden Fällen avanciere die analytische Behandlung selber und ihrerseits zum einzigen Lebensinhalt. Und was die Marxisten anlangt, konnte Christa Kohler, der die Leitung der Abteilung für Psychotherapie und Neurosenforschung der Psychiatrischen Klinik an der Karl-Marx-Universität Leipzig obliegt, «das existentielle Vakuum in eigenen Untersuchungen häufig feststellen» [4]. Es überschreitet eben, wie Osvald Vymetal, der Vorstand der Psychiatrischen Universitätsklinik Olmütz, richtig bemerkt, «die Grenzen der kapitalistischen und der sozialistischen Gesellschaftsordnung «ohne Bewilligung»» [5].

Wann immer ich gefragt werde, wie ich mir das Zustandekommen des existentiellen Vakuums erkläre, pflüge ich auf folgenden Tatbestand zu verweisen: Im Gegensatz zum Tier sagen dem Menschen keine Instinkte, was er muß; und dem Menschen von heute sagen keine Traditionen mehr, was er soll; und oft scheint er nicht mehr zu wissen, was er eigentlich will. Nur um so mehr ist er darauf aus, entweder nur das zu wollen, was die anderen tun, oder nur das zu tun, was die anderen wollen. Im ersteren Falle haben wir es mit Konformismus, im letzteren mit Totalitarismus zu tun. (Anmerkung 1 auf Seite 209.)

Neben Konformismus und Totalitarismus tritt aber, als dritte Folge des existentiellen Vakuums, ein spezifischer Neurotizismus. Es kommt zum Auftreten einer neuartigen Neurose, nämlich der von mir als solche bezeichneten «noogenen Neurose» [1, 1a, 6], die sich von der gewöhnlichen Neurose (die ex definitione eine psychogene ist) sehr wohl diagnostisch abgrenzen läßt. Nicht zuletzt verdanken wir diese Möglichkeit dem von Crumbaugh, dem Research Director eines psychologischen Laboratoriums in Mississippi, entwickelten PIL-Test, den er an 1151 Versuchspersonen verifizieren und validieren konnte [7, 8]. (Anm. 2 auf S. 209.) Wie statistische Untersuchungen in Europa und Amerika übereinstimmend ergaben, ist anzunehmen, daß 20 % der Neurosen noogen sind. Mit demselben Prozentsatz konnte Elisabeth S. Lukas aufwarten [9]. (Anm. 3 auf S. 210.)

An und für sich ist das Sinnlosigkeitsgefühl jedoch keine Neurose, zumindest nicht eine Neurose im streng klinischen Sinne. Wenn es überhaupt als eine Neurose aufzufassen wäre, dann noch am ehesten als eine soziogene Neurose. (Anm. 4 auf S. 210.) Wie immer dem aber auch sein mag, es besteht ein Gefälle, was die Verbreitung des Sinnlosigkeitsgefühls einerseits unter amerikanischen und andererseits unter europäischen Studenten anlangt, so zwar, daß eine statistische Stichprobe ergab, daß unter den österreichischen, deutschen und Schweizer Hörern meiner Vorlesungen an der Universität Wien 25 % das Sinnlosigkeitsgefühl aus ihrem eigenen Erleben kannten; unter den Hörern, die aus den USA nach Wien gekommen waren, kannten es 60 %.

Worauf mag dieses Gefälle zurückzuführen sein? Auf den Reduktionismus, der in den angelsächsischen Ländern das Geistesleben beherrscht. Selbstverständlich kennen wir ihn auch hierzulande – und nicht erst heute. Ich erinnere mich noch sehr genau daran, wie mein Mittelschulprofessor dozierte, das Leben sei «letzten Endes nichts als ein Verbrennungsprozeß, ein Oxydationsprozeß», woraufhin ich – ich war damals 13 Jahre alt – aufsprang und ihm die Frage ins Gesicht schleuderte: «Wenn dem so ist – was für einen Sinn hat dann das Leben?» Freilich müßte man in diesem Falle, eher als von Reduktionismus, von – Oxydationismus sprechen ... (Anm. 5 auf S. 210.)

Der Reduktionismus ist der Nihilismus von heute. Ich sage dies im Gegensatz zu der weit verbreiteten Meinung, es sei der Existentialismus, der diesen Platz einnehme. Mag der Titel des Hauptwerks von Jean-Paul Sartre auch lauten «Das Sein und das Nichts», so ist doch das Wahre am Existentialismus nicht die Nichtigkeit (nothingness), sondern die Nicht-Dinghaftigkeit (no-thingness) des Menschen. Der Mensch ist nicht ein Ding unter anderen Dingen.

Während sich der Nihilismus von gestern durch das Gerede vom Nichts verirrt, tut es der Nihilismus von heute durch die Redewendung «nichts als». Sei es, daß Elternliebe als «nichts weiter als Narzißmus» hingestellt wird, sei es, daß in Freundschaft «nichts anderes als die Sublimation homosexueller Strebungen» gese-