



Abteilung: Gesellschaft und Religion    Redaktion: Anne Winter  
Sendereihe: Lebenswelten    Autor/-in: Irene Dänzer-Vanotti  
Erstsendung: 11.12.2022    Sendezeit: 9.03 - 9.30 Uhr/rbbkultur

Produktion: 05.12.2022    9.15-17.00 Uhr/T10+P2

---

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt; eine Verwertung ohne Genehmigung des Autors ist nicht gestattet. Insbesondere darf das Manuskript weder ganz noch teilweise abgeschrieben oder in sonstiger Weise vervielfältigt werden. Eine Verbreitung im Rundfunk oder Fernsehen bedarf der Zustimmung des RBB (Rundfunk Berlin-Brandenburg).

---

## Lebenswelten Lebensrettende Sinnsuche Viktor Frankl und die Logotherapie

Sprecherin: Nadja Schulz-Berlinghoff  
Sprecher: Torsten Föste  
Ton: Kaspar Wollheim  
Regie: Paul Sonderegger

## **Musik 1**

Johann Paul von Westhoff: Imitatione delle Campane, 3. Satz aus: Sonate für Violine und Basso continuo Nr. 3 d-Moll, bearbeitet für Instrumentalensemble, Interpreten: Daniel Hope, Violine, Mitglieder des Chamber Orchestra of Europe, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 4778094, EAN: 0028947780946

### **O-Ton 1 Viktor Frankl**

Jede Situation hat ihren einzigartigen und einmaligen Sinn, es gibt grundsätzlich keine Situation, die bar wäre, also nicht besäße irgendeine Sinnmöglichkeit, die nicht sinnträchtig wäre.

### **O-Ton 2 Rena Lange**

Wir suchen nicht nur nach Problemen als Logotherapeuten, sondern ganz bewusst auch nach den Highlights. Ich versuche herauszufinden im Gespräch: wo hat jemand Stärken, wo hat er Talente.

### **O-Ton 3 Ingo Zirks**

Frankl setzt sich mit suizidalen Menschen dann stundenlang hin und diskutiert mit ihnen und versucht sie darauf zu bringen, dass es doch einen Sinn im Leben gibt.

### **O-Ton 4 Viktor Frankl**

Prinzipiell kann jeder Mensch einen Sinn finden – so oder so. Er muss sich auf die Suche begeben, und er darf nicht ablassen davon zu suchen, denn nach Sinn zu suchen heißt eben, Mensch sein.

### **Titelsprecherin:**

Lebensrettende Sinnsuche

Viktor Frankl und die Logotherapie

Eine Sendung von Irene Dänzer-Vanotti

### **O-Ton 5 Viktor Frankl**

Bis zum letzten Augenblick gibt es eine Aufgabe zu erfüllen. Das, was die Menschen in den extremsten Situationen aufrecht erhalten hat, war lediglich und in entscheidender Weise, ob sie orientiert waren auf die Zukunft hin, auf jemanden, den sie liebten, mit dem sie wiedervereint sein wollten in der Zukunft – oder auf ein Werk, das sie zu vollenden haben in der Zukunft.

### **Sprecherin:**

Viktor Frankl, der Neurologe und Psychiater aus Wien, traut Menschen zu, sich aus schwierigsten, aus deprimierenden Situationen heraus zu arbeiten, wenn sie Sinn in ihrem Leben finden. Sie könnten so gegenwärtige Krisen meistern oder eine Richtschnur für ihre ganze Lebensspanne gewinnen. Damit ist Viktor Frankl im Kern ein optimistischer Seelenarzt. Er hat eine psychologische Schule begründet: die „Logotherapie“. Sie zielt auf die Zukunft der Klienten ab, im Gegensatz zu Methoden wie der Psychoanalyse, die sich mehr auf die Vergangenheit konzentrieren. Der Name leitet sich von dem Wort „Logos“ ab - griechisch für „Sinn“ oder „Gehalt“. Viktor Frankl sah es als seine Lebensaufgabe an, Patientinnen und Patienten zu ihrem

jeweils eigenen Sinn zu führen. Über diese Suche sprach er 1986 in einem langen Interview für den Hörfunk mit dem Journalisten Theo Wurm.

### **O-Ton 6 Viktor Frankl**

Da es keine Traditionen und tradierte mehr oder weniger allgemein gültige Werte gibt, ist er drauf angewiesen, den konkreten, einzigartigen, einmaligen Sinn der konkreten Situation, mit der er als einzigartige und einmalige Person konfrontiert ist – den herauszufinden, heraus schnüffeln sozusagen. In einer einsamen Gewissensentscheidung muss er herausfinden, im Moment, im Augenblick, was von ihm gefordert wird. Das Gewissen, möchte ich zu sagen wagen, ist das *Sinn-Organ* des Menschen - nicht Sinnesorgan, sondern Sinn-Organ - das ihn hinweist, hinführt zu dem, was hic et nunc, hier und jetzt, von ihm verlangt ist.

### **Musik 2**

Fritz Kreisler: Liebesleid. Altwiener Tanzweise für Violine und Klavier, Interpreten: Daniel Hope, Violine, Simon Crawford-Phillips, Klavier, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 4837244, EAN: 0028948372447
---

### **Sprecherin:**

Viktor Frankl ist 1905 in Wien geboren. Die Familie ist jüdisch. Die Bedeutung des Sinns wird ihm schon früh klar. Bereits als Kind habe er eine Ahnung davon gehabt, erzählt er. Er studiert Medizin, wählt den Schwerpunkt Suizid und Depression und wird Psychiater. In den 1920er Jahren begegnet er Sigmund Freud und Alfred Adler, beide Gründer psychologischer Schulen. Viktor Frankl ist 50 Jahre jünger als Freud, dem Vater der Psychoanalyse, und 35 Jahre jünger als Adler, der die Individualpsychologie entwickelt hat. Mit seiner Ausrichtung auf den Sinn und damit auf die *Fähigkeiten* von Menschen – und weniger ihre Defizite - überwirft sich Viktor Frankl aber mit beiden. Er sucht und findet seinen eigenen Weg. Die Logotherapie wird später als die „Dritte Wiener Schule der Psychotherapie“ bezeichnet werden.

### **Musik 3**

Arnold Schönberg: Streichquartett Nr. 3, op. 30, 2. Satz: Adagio, Interpreten: LaSalle Quartet, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 419994-2, EAN: 0028941999429
--

### **Sprecherin:**

In der Suizidprävention findet der angehende Facharzt für Neurologie und Psychiatrie schon früh seine Berufung. 1928 eröffnet er die erste Beratungsstelle für Jugendliche und startet 1931 in den Tagen, in denen sie ihre Zeugnisse bekommen sollten, eine besondere Aktion: Viktor Frankl will die Schülerinnen und Schüler vor Kurzschlussreaktionen bewahren. Er wandte sich ihnen in der Haltung zu, dass sich das Leben immer wandeln kann, erklärt der Berliner Logotherapeut Ingo Zirks:

### **O-Ton 7 Ingo Zirks**

Er sagt: was weiß ich, was morgen ist? Wenn Sie sich heute umbringen möchten: Sie wissen nicht, ob morgen Ihnen der Mensch begegnet, der diese Dunkelheit auflöst.

### **Sprecherin:**

Tatsächlich gab es in diesem Jahr in Wien keinen einzigen Selbstmord eines Schülers zu verzeichnen. 1933 wird Viktor Frankl Oberarzt im Psychiatrischen Krankenhaus in Wien - und damit Therapeut für schwerst depressive Patientinnen:

### **O-Ton 8 Ingo Zirks**

Als er dann im Spital gearbeitet hat, hat er im Selbstmörderinnen-Pavillon, wie das damals hieß, im Jahr bis zu 3000 Frauen gesehen, die so verzweifelt waren, dass sie sich das Leben nehmen wollten.

### **Sprecherin:**

...sagt Ingo Zirks.

### **O-Ton 9 Ingo Zirks**

Er hat da wirklich unablässig mit denen gearbeitet und damit auch vermittelt: da ist etwas, ihr könnt daran glauben und euch darauf verlassen, dass es diese Sinnmöglichkeiten auch in ihrem Leben geben wird.

### **Musik 4**

Arnold Schönberg: Streichquartett Nr. 3, op. 30, 2. Satz: Adagio, Interpreten: LaSalle Quartet, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 419994-2, EAN: 0028941999429
--

### **O-Ton 10 Viktor Frankl**

Irgendwo ist jeder Mensch tatsächlich unersetzlich.

### **Sprecherin:**

Nach Viktor Frankl leisten Frauen, Männer, auch Kinder ihren einmaligen Beitrag zur Welt, zum Menschsein. „Wer ein Warum zum Leben hat, erträgt auch jedes Wie“ ist sein Motto und der Titel eines seiner Bücher. Diese Erkenntnis versetzt Menschen in die Lage...

### **Sprecher:**

...auch noch ein scheinbar sinnloses Leiden in eine echte menschliche Leistung zu verwandeln.

### **Sprecherin:**

Diesen Sinn zu finden, verlangt auch Disziplin im Geist. Es geht darum, sich selbst genau zu beobachten, um neue Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln. Angst und Verzweiflung gilt es im Zaum zu halten und den Stärken, den Fähigkeiten Raum zu geben. Mit den Worten von Viktor Frankl:

**Sprecher:**

Ich kann mir von meiner Angst doch nicht alles gefallen lassen.

**Sprecherin:**

Rena Lange hat eine Praxis für Kunst- und Logotherapie in Schwäbisch-Gmünd. Sie begleitet ihre Klienten auf ihrer Suche nach einem sinnerfüllten Leben. Die Therapeutin schätzt diese Haltung für ihre Arbeit besonders mit traumatisierten Menschen:

**O-Ton 11 Rena Lange**

Diese Dimension in uns, die zurücktritt und sagt: will ich das so? Will ich mich von meinen Ängsten zum Beispiel bestimmen lassen, will ich mich von meiner Traurigkeit bestimmen lassen? Und er hat als Psychiater entdeckt, da gibt es noch so einen heilen Kern in uns, und der kann Stellung beziehen. Und der kann sagen: Nein, ich will mir von mir selber auch nicht alles gefallen lassen. Und im besten Fall kann man sich in der Therapiesituation mit diesem heilen Kern verbünden im Patienten – und sozusagen gemeinsam dann versuchen, dieses Problem aufzulösen.

**Musik 5**

Arnold Schönberg: Streichquartett Nr. 3, op. 30, 2. Satz: Adagio, Interpreten: LaSalle Quartet, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 419994-2, EAN: 0028941999429
--

**Sprecherin:**

Die Herrschaft der Nationalsozialisten im Nachbarland beeinträchtigt Viktor Frankls Arbeit in Wien zunehmend. 1937 muss er seine Privatpraxis schließen. 1938, als es zum so genannten „Anschluss“ kommt und Hitlerdeutschland sich Österreich einverleibt, wird ihm untersagt, nichtjüdische Patienten zu behandeln. Die jüdische Familie ist gefährdet. Viktor Frankl erkennt das rechtzeitig und beantragt ein Visum für die USA. Dort will er seine Therapie weiter entwickeln. Er bekommt die begehrte Einreisegenehmigung auch. Aber dann stellt er sich die Frage:

**Musik 6**

Alfred Schnittke: Sonate für Violine und Klavier Nr. 1, Interpreten: Daniel Hope, Violine, Alexey Botvinnov, Klavier, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 4839234, EAN: 0028948392346
---

**Sprecher:**

Wo liegt meine Verantwortung? Liegt meine Verantwortung dort, dass ich mein geistiges Kind, die Logotherapie aufbauen, veröffentlichen kann, in einem Land, das sehr versessen war darauf, Methoden kennen zu lernen? Oder war meine Verantwortung dort, wo ich die leiblichen Eltern zu berücksichtigen, damit sie nicht deportiert würden? Ich war in einer schauerhaften Situation. Ich konnte mich nicht entschließen.

**Sprecherin:**

Er hofft auf ein Zeichen, einen magischen Hinweis. Zu Hause spricht er mit seinem Vater, dem er sehr nahesteht. Der hat gerade in der Stadt ein Marmorstück gefunden, eine Scherbe aus einer der zerstörten Synagogen. Darauf ist ein Buchstabe erkennbar, der auf das fünfte Gebot im Judentum hinweist, erklärt der Vater.

**Sprecher:**

Du sollst Deinen Vater und Deine Mutter ehren.

**Sprecherin:**

Das Wort aus dem Fundstück nimmt der Psychiater zum Zeichen, dass er bei seinen Eltern in Wien bleiben muss. Er sorgt für sie, retten kann er die Familie aber nicht: Sie werden alle im September 1942 nach Theresienstadt deportiert. Der Vater stirbt dort in den Armen seines Sohnes einen – vergleichsweise – gnädigen Tod. Viktor Frankl ist inzwischen mit Tilly Grosser verheiratet. Auch sie ist in Theresienstadt in Haft. Das Paar wird aber getrennt, als er am 19. Oktober 1944 weiter deportiert wird, wie Viktor Frankl später in seinen Memoiren festhält:

**Sprecher:**

Der Zug hält nun anscheinend auf offener Strecke, man weiß noch nicht recht, ob man sich noch in Schlesien oder schon in Polen befindet. Unheimlich klingt das schrille Pfeifen der Lokomotive, gellend wie ein ahnender Hilfeschrei der durch die Maschine personifizierten von ihr in ein großes Unheil geführten Menschenmasse, während der Zug, nunmehr sichtlich vor einer größeren Station, zu rangieren beginnt. Plötzlich ein Aufschrei aus der ängstlich wartenden Menge der Leute im Waggon: „Hier ist eine Tafel: Auschwitz!“

**Sprecherin:**

„Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“ ist der Titel von Viktor Frankls Bericht. Neben fotografisch genauen Schilderungen analysiert er seine Seelenlage, etwa den merkwürdigen Optimismus, der ihn trotz erster Schreckenseindrücke erfasst. Es ist keine Zuversicht, sondern eine irrwitzige Hoffnung, die die Menschen, denen ein gewaltsamer Tod droht, immer wieder erfasst:

**Sprecher:**

Mehr oder weniger wir alle aus dem Transport befanden uns in solch einem Begnadigungswahn, der da meint, noch immer könnte alles gut ausgehen.

**Sprecherin:**

Die Wirklichkeit belehrt ihn eines Schlechteren. Der Neurologe wird in weitere Lager verschleppt, Kaufering 3 und Türkheim, einem Außenlager von Dachau. Trotzdem hält er sich - mit inzwischen 39 Jahren - eisern an seine eigenen Erkenntnisse. Vor allem schult er seine Fähigkeit, sich von den körperlichen Qualen nicht hinwegreißen zu lassen. Er befiehlt seinem Geist, *weiter* zu denken, auf eine Zukunft hin, obwohl noch alles dagegenspricht, dass er sie jemals erleben wird. In Kaufering, nach mehr als einem Jahr Lagerhaft geschwächt, muss er allein einen Tunnel graben.

**Sprecher:**

Es war eiskalt, die Füße angeschwollen, ohne Fetzen – da war ich in einer grauenhaften Situation – und denk‘ mir auf einmal: ein Trick muss her! Ein psychologischer Trick. Und ich habe mir vorgestellt, ich stehe hinter einem Rednerpult, in einem warmen, hell erleuchteten Saal mit einem Publikum, das interessiert zuhört, was ich zu sagen habe – und halte einen Vortrag unter dem Titel: zur Psychologie des Konzentrationslagers – und spreche gerade über die Dinge, die ich im selben Moment in Wirklichkeit gerade erlebe. Und das ist der Trick, mit dem ich das erste Mal erlebt hab, die Fähigkeit des Menschen sich zu distanzieren. Durch die Objektivierung der Situation.

**Sprecherin:**

So rettet seine geistige Disziplin sein Leben. Viktor Frankl bezeichnet es als Distanzierung von sich selbst und seiner gegenwärtigen Not.

**O-Ton 12 Rena Lange**

Er hat selber ja geschrieben, das ist mein Experimentum Crucis, das ist mein Kreuz-Experiment. Wenn ich es schaffe, auch diesem schlimmen Kapitel meines Lebens Sinn abzuringen, dann ist es mir auch möglich, anderen dabei zu helfen, wieder Sinn in ihrem Leben zu finden.

**Sprecherin:**

Daher nennt Viktor Frankl seine Erinnerungen später nur noch im Untertitel „Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“. Der eigentliche Titel lautet:

**Sprecher:**

...“Trotzdem Ja zum Leben sagen“

**Musik 7**

Alfred Schnittke: Trio für Violine, Viola und Violoncello, Interpreten: Münchner Streichtrio, Eigenproduktion Sender Freies Berlin (03.05.1990)
---

**Sprecherin:**

Viktor Frankl überlebt das KZ. Doch nach der Befreiung 1945 durch amerikanische Truppen trifft ihn die niederschmetternde Erkenntnis, dass er allein ist, sagt die Logotherapeutin Rena Lange. Seine Frau Tilly, sein Bruder, seine Eltern, alle waren im Holocaust ermordet worden.

**O-Ton 13 Rena Lange**

Er hat dann gedacht: Warum bin ich eigentlich noch da? Und dann ist ihm wie so reingeschossen: es muss einen Sinn haben, dass ich übrig bin. Es *muss* einen Sinn haben. Also auch dann hat ihn dieser Sinn wieder eingeholt Und er hat fortan sein Leben dieser Aufgabe gewidmet: dann ist es offenbar mein Sinn, anderen Leuten zum Sinn zu verhelfen.

**O-Ton 14 Ingo Zirks**

Frankl setzt sich mit suizidalen Menschen dann stundenlang hin. Er versucht sie davon zu überzeugen, dass die nicht wissen können, ob das Leben tatsächlich keine Sinnmöglichkeit mehr hat.

**Sprecherin:**

...sagt der Berliner Psychotherapeut und Leiter des Instituts für Existenzanalyse und Logotherapie, Ingo Zirks. Er und sein Team setzen Frankls Methoden ein und entwickeln sie weiter:

**O-Ton 15 Ingo Zirks**

Nun wird er Sie fragen: und wissen Sie, wenn morgen tatsächlich eine Heilung gefunden würde, wissen Sie das heute? Ist es dann logisch, sich jetzt das Leben zu nehmen?

**Sprecherin:**

Diese Einstellung zum Suizid, die Viktor Frankl bereits vor dem Zweiten Weltkrieg in Wien entwickelt hatte, musste sich in seinem Leben mehrfach bewähren.

**O-Ton 16 Viktor Frankl**

Weil ich mich erinner an eine Situation, wo zwei Menschen unabhängig voneinander, Menschen im Konzentrationslager – mir angedeutet haben, dass sie sich das Leben nehmen werden, dass sie in den elektrisch geladenen Stacheldraht laufen werden. Und das war die übliche Art, sich das Leben zu nehmen. Und zwar deshalb, übereinstimmend, unabhängig voneinander, sagten sie, sie haben vom Leben überhaupt nichts mehr zu erwarten. Und jetzt war diese kopernikanische Wendung zu vollziehen. Die Umkehr der Frage! Geht's wirklich darum, was ihr euch vom Leben zu erwarten habt? Geht's nicht eigentlich darum, was das Leben von euch erwartet? Wartet nicht etwas auf euch - im Leben, in der Zukunft? Und es hat sich herausgestellt dann, nach kurzer gemeinsamer Überlegung, dass auf den einen das Kind gewartet hat, das emigriert war inzwischen, im Ausland auf ihn gewartet hat, und auf die andere hat eine Serie von Büchern, die sie noch vollenden wollte,



gewartet. Ein Werk oder ein Mensch, ein Geliebter oder eine literarische Aufgabe hat auf diese beiden gewartet.

**Sprecherin:**

Eine Tat, ein Werk oder auch die Liebe – das sind für ihn die drei Hauptwege der Sinnfindung:

**O-Ton 17 Viktor Frankl**

Darauf kommt es an: dass wir merken, dass wir die Befragten sind. Dass wir merken, dass wir nicht zu fragen haben, was können wir uns vom Leben überhaupt noch erwarten? Sondern was erwartet das Leben von uns? Was oder wer wartet auf uns!

**Sprecherin:**

Eines setzt Viktor Frankl dagegen *nicht* an oberste Stelle: das Streben nach Lust und Glück. Nicht, dass er beides missachtete. Im Gegenteil, er war ein heiterer Mensch, Humor spielt in seiner Arbeit eine wichtige Rolle. Aber er sieht Lust und Glück nicht als Werte an sich. Sie anzustreben, führe vielmehr eher ins Unglück, weil ihre Bedeutung oft täusche. Wer dagegen seinen Lebenssinn verfolge, werde mit Glück belohnt.

**O-Ton 18 Viktor Frankl**

Das Glück ist etwas Wertvolles. Aber es kann nur eintreffen als eine Nebenwirkung von Sinnerfüllung oder Hingabe an einen anderen Menschen. Also, Glück und Lust sind natürlich die Höhepunkte im Leben, aber ich darf sie nie anvisieren, sondern ich muss sie geschehen lassen. „Happiness must happen“ – pflege ich meinen amerikanischen Studenten zu sagen. Je mehr ich nach dem Glück jage, je mehr ich die Lust direkt anstrebe, umso mehr entgeht sie mir.

**O-Ton 19 Rena Lange**

Das ist oft ein sehr, sehr langer Prozess, diesen Sinn tatsächlich zu finden. Und oft auch denken Menschen, die zu mir kommen, das müsste dann etwas ganz Großes sein, ne ganz große Sache. Und dabei sind's oft kleine Dinge, was in der eigenen Umgebung vielleicht liegt.

**Sprecherin:**

Auch die Logotherapeutin Rena Lange macht die Erfahrung, dass sich während der Therapie bei ihren Klientinnen Türen öffnen, die Erfüllung und damit auch Glück versprechen:

**O-Ton 20 Rena Lange**

Ich hatte einmal eine Frau, die auf Grund einer psychiatrischen Erkrankung nicht berufstätig sein konnte, die also sehr viel Tagesfreizeit hatte, und für sie war dann, in mehreren Stunden kam dann raus, sie könnte sich engagieren bei einer Afrika-Hilfe und dort Pakete packen. Und das hat zumindest einmal in der Woche dann so einen Sinnimpuls gegeben. Und mit dieser einen Entscheidung sind ja dann auch ganz

neue Dinge in ihr Leben getreten.

**Sprecherin:**

Viktor Frankl selbst nannte drei Erfahrungen als die aufregendsten seines Lebens, zumindest zwei davon sind auch Quellen des Glücks. In dem Buch „Dem Leben Antwort geben“ erzählt er von seinen Hobbies:

**Sprecher:**

Das Spannendste für mich sind das Roulette-Spiel, eine Hirnoperation und eine Erstbegehung.

**Musik 8**

Alfred Schnittke: Sonate für Violine und Klavier Nr. 1, Interpreten: Daniel Hope, Violine, Alexey Botvinov, Klavier, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 4839234, EAN: 0028948392346
--

**Sprecherin:**

...Trotzdem ja zum Leben sagen! Dem Leben Antwort geben! Das eigene Leben verantworten! In der Verzweiflung scheint das jedoch vielen Menschen zunächst unmöglich zu sein, sagt Rena Lange:

**O-Ton 21 Rena Lange**

Oft ist es ja so, dass man sehr viele Sinnblockaden auch erst einmal wegräumen muss. Und so Blockaden können sein, dass es vielleicht auch Sätze gibt in einem Inneren, die etwas nicht erlauben, zum Beispiel auch so'n Satz: Es darf mir gut gehen. Da muss man erstmal hinkommen, dass es mir gut gehen darf, und dass ich auch ein Recht dazu habe, Sinn zu entdecken und Sinn zu finden in meinem Leben.

**Sprecherin:**

Besonders aufmerksam müssen Therapeutinnen und Therapeuten sein, wenn ihre Klienten suizidale Gedanken entwickeln. Jedes Jahr begehen etwa 9000 Menschen in Deutschland Suizid. Unter jungen Menschen ist er eine der häufigsten Todesursachen. Ingo Zirks begleitet in Berlin suizidgefährdete Menschen.

**Sprecherin**

Seine Geduld mit Menschen, die in einer tiefen Krise stecken, zahle sich am Ende aus:

**O-Ton 22 Ingo Zirks**

Es gibt Patienten, die ich zehn Jahre begleite, und wo ich dann merke, es tut sich immer mehr. Und wenn auch jeder therapeutische Abschnitt und jeder Klinikaufenthalt ein bisschen hilft, dass die Leute mehr und mehr wieder ins Leben kommen und in Kontakt mit dem Leben kommen.

**Sprecherin:**

In manchen Situationen hat der Psychotherapeut, der auch Theologie studiert hat, Angst um seine Patienten.

**O-Ton 23 Ingo Zirks**

Auch wenn ich noch nicht weiß, wo es hingehen kann: wie überleben sie den nächsten Tag? Diese nächste Nacht. Sind sie da geschützt, sind sie da gehalten? Und wenn ich das Vertrauen nicht habe, wenn ich nicht den Halt spüre, dann Sorge ich dafür, dass er zum Beispiel in eine Klinik kommt, oder dass ein Angehöriger sich um ihn kümmert und die Person abholt.

**Sprecherin:**

Neben den Gesprächen setzt Ingo Zirks auch Methoden aus Achtsamkeitsschulen ein. Er leitet besonders depressive Patienten dazu an, ihren Kokon zu verlassen, die Welt um sich herum wieder wahrzunehmen. Vor allem aber sucht er immer einen Weg zu Momenten echter Verbindung:

**O-Ton 24 Ingo Zirks**

Das Heilende in der Psychotherapie sind ja nicht die Methoden primär sondern die Haltung. Und die Begegnungen, die in dieser Haltung möglich sind, dieser Offenheit. Es gibt dann so Momente, plötzlich haben Sie das Gefühl: Ich bin dieser Person *begegnet*. Es tut sich etwas auf für mich. Ich bin berührt. Und das sind so diese Fenster, in denen sich etwas verändern kann.

**Musik 9**

Alfred Schnittke: Sonate für Violine und Klavier Nr. 1, Interpreten: Daniel Hope, Violine, Alexey Botvinnov, Klavier, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 4839234, EAN: 0028948392346
---

**Sprecherin:**

In der Existenzanalyse – einem Teil von Viktor Frankls Arbeitsweise – wird nach Phasen des Gelingens im bisherigen Leben, nach Stärken und Fähigkeiten geforscht. Und nach *neuen* Möglichkeiten. Ein Grundstein von Viktor Frankls Schule ist es, Menschen zu jeder Zeit zuzutrauen, neue Seiten zu entwickeln. Auch Verbrecher, selbst einen KZ-Wärter, reduzierte er nicht auf ihre Taten. In dieser Haltung ist er für Rena Lange bis heute ein Vorbild.

**O-Ton 25 Rena Lange**

Was auch mich auch sehr bewegt hat, dass ja Frankl sogar sich eingesetzt hat für Aufseher, die menschlich geblieben waren. Und gesagt hat, das ist seine Pflicht, das kann kein anderer so überzeugend tun wie er.

**O-Ton 26 Ingo Zirks**

Das Menschenbild von Viktor Frankl ist ja: die Person, das Freie im Menschen! Das immer wieder sich auch verhalten kann zu den Bedingungen und zu sich selber. Auch wenn dies oftmals verschüttet ist.

**Sprecherin:**

Neben aller Geduld, allem Verständnis und andererseits der Notwendigkeit Grenzen zu setzen, braucht der Vorsitzende der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse aber noch etwas:

**O-Ton 27 Ingo Zirks**

Psychotherapie ohne Hoffnung geht auch nicht. Und manchmal trage ich den anderen, während er nicht hoffen kann und hoffe für ihn. Und halte es für möglich, dass er seinen Weg gehen kann und wieder finden kann, und wieder ein Gefühl für den Sinn und den Wert in seinem Leben bekommt.

**Musik 10**

Alfred Schnittke: Sonate für Violine und Klavier Nr. 1, Interpreten: Daniel Hope, Violine, Alexey Botvinov, Klavier, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 4839234, EAN: 0028948392346
--

**Sprecherin:**

Dem Leben Sinn geben: das kann das Leben verbessern, freudiger machen, ruhiger. Und zwar bis zum letzten Moment. Und wenn die Möglichkeiten ausgeschöpft sind, in der Liebe, in Handlungen, in Werken Erfüllung zu finden?

**O-Ton 28 Rena Lange**

Am meisten gepackt hat mich dieser Gedanke, dass man auch dem Leiden noch Sinn abringen kann, dass man aus den Umständen, auch misslichen Umständen noch etwas machen kann, dass man das verwandeln kann.

**Sprecherin**

Für die Therapeutin Rena Lange ist das sogar ein Kernstück von Viktor Frankls Philosophie.

**Musik 11**

Johann Paul von Westhoff: Imitatione delle Campane, 3. Satz aus: Sonate für Violine und Basso continuo Nr. 3 d-Moll, bearbeitet für Instrumentalensemble, Interpreten: Daniel Hope, Violine, Mitglieder des Chamber Orchestra of Europe, Label: Deutsche Grammophon, LC: 00173, Bestellnummer: 4778094, EAN: 0028947780946
--

**Sprecher:**

Der leidende Mensch steht höher als der tüchtige Mensch. Die Existenzanalyse musste den revolutionären und ketzerischen Schritt wagen, nicht nur die Leistungs- und Genussfähigkeit des Menschen sich zum Ziel zu setzen, sondern darüber hinaus auch in seiner Leidensfähigkeit eine grundsätzlich mögliche und tatsächlich notwendige Aufgabe zu sehen...

**Sprecherin:**

...erläutert Viktor Frankl in einem Aufsatz. Und in dem Radio-Interview von 1986 sagt er:

### **O-Ton 29 Viktor Frankl**

Man muss auch sehen, dass das Leiden, das tapfere, das mutige Leiden, das Leiden mit Würde usw., einen Sinn bedeuten kann, sogar vielleicht den höchsten, oder wenn Sie so wollen, den tiefsten Sinn, der einem Menschen zu erfüllen vergönnt ist. Dann wird man die ganze Horizontweite der Sinnmöglichkeiten ausschöpfen: tun und schaffen, erleben und lieben – und wenn es wirklich nicht anders geht, dann auch das Leiden, und zwar in seinem Stil, kann die letzte und die schwierigste, aber irgendwie noch die menschlichste Sinnmöglichkeit bieten.

### **Sprecherin:**

Wenn zum Beispiel eine Krankheit neue Beziehungen innerhalb einer Familie ermöglicht oder im Prozess der Trauer ungeahnte Fähigkeiten entstehen. Menschen Wandel zuzutrauen: daran hielt der Wiener Psychotherapeut und Arzt unerschütterlich fest. Viktor Frankl hat fast das ganze 20. Jahrhundert durchlebt. 1997 ist er im Alter von 92 Jahren gestorben, bis zuletzt aktiv und überzeugt:

### **O-Ton 30 Viktor Frankl**

Zuzugreifen, anzupacken, zu intervenieren in der Welt, in die Welt hinein zu agieren – das ist es, worauf es ankommt!

### **Titelsprecherin:**

Lebensrettende Sinnsuche

Viktor Frankl und die Logotherapie

Sie hörten eine Sendung von Irene Dänzer-Vanotti

Es sprachen: Nadja Schulz-Berlinghoff und Torsten Föste

Ton: Kaspar Wollheim

Redaktion: Anne Winter

Regie: Paul Sonderegger

Das Manuskript der Sendung finden Sie im Internet bei rbbKultur. Sie können die „Lebenswelten“ auch als podcast abonnieren: unter [rbb-online.de](http://rbb-online.de) oder in der ARD Audiothek.