



Zeiten der Unsicherheit

Sinnorientierte Reflexionen

Zeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft
für Logotherapie und Existenzanalyse



Schweizerische Gesellschaft
für Logotherapie
und Existenzanalyse **SGLE**

2020-1

Inhalt Heft 1 – 2020

Editorial <i>Madeleine Monsch</i>	1
Persönliche Begegnung mit... <i>Rosmarie Mühlbacher im Gespräch mit Giosch Albrecht</i>	3
Referat Nathalie Knapp (Zusammenfassung) <i>Madeleine Monsch / Dietmar Max Burger</i>	9
Viele sind verunsichert <i>News Uni Zürich / Rosmarie Mühlbacher</i>	14
Trauma und ein neuer Atem <i>Janine Spirig</i>	18
Klösterliche Gemeinschaft im Wandel <i>Diplomarbeit von Sr. Simone Hofer</i>	24
Arbeiten in Unsicherheit <i>Heinz Notbauer</i>	29
Buchbesprechung <i>P. Ludwig Ziegerer</i>	33
Rückblick Jahrestagung 2019 <i>Dietmar Max Burger</i>	36
Informationen aus dem Vorstand der SGLE <i>Peter Gumbal</i>	39
Informationen aus dem ILE <i>Reto Parpan</i>	42

Herausgeber:	Vorstand SGLE
Redaktion:	Rosmarie Mühlbacher, St. Gallen
Layout, Fotos:	André Brugger, St. Gallen
Erscheint:	2mal jährlich
Bestellungen bei:	Alois Eicher, Feldstr 12, 8735 St. Gallenkappel
Copyright:	by SGLE
Präsident SGLE:	Peter Gumbal, Rosenbergstrasse 4, 8820 Wädenswil
Homepage:	www.sgje.ch

EDITORIAL



Liebe Leserin, lieber Leser,

Als wir den Inhalt dieser SGLE-Zeitschrift - **Leben mit Unsicherheiten** - im vergangenen Herbst festlegten, war uns nicht bewusst, wie hochaktuell das Thema in den jetzigen Wochen und Monaten sein wird. Seit dem 16. März 2020 leben wir in der Schweiz mit dem Covid-19-Notstand, einem ganz neuen Lebensverhalten, das wir bis jetzt noch nicht kennen, noch nie erlebt haben: Unsicherheit, Sorgen und Ängste prägen viele Mitmenschen in der ganzen Breite und Tiefe ihres Lebens.

Für die SGLE-Jahrestagung vom 26. Oktober 2019 luden wir Frau Natalie Knapp ein zum Thema „**Mit der Unsicherheit Freundschaft schliessen: eine Ermutigung!**“. Effektiv, es war sehr erstaunlich zu hören, wie viel positive Lebensenergie Zeiten der Unsicherheit in sich tragen können: Lesen und entscheiden Sie selbst!

Und ja, wir feiern auch: **das 25. Jubiläum des Bestehens des ILE in Chur**, gegründet von **Giosch Albrecht**. *Es geht nicht ohne Idealismus*, sagt der heute 83-jährige Bündner aus der Surselva, der sein Herzblut in die Verbreitung der Logotherapie in der Schweiz investiert hat. Das Interview mit ihm schaut zurück und wir finden... eine volle Scheune! Cordial engraziament, char Giosch!

Haben Sie schon einmal eine total hängende Tulpe in der Vase beobachtet, wie sie sich mit frischem Wasser langsam, sehr, sehr langsam wieder aufrichtet? Es lohnt sich: es ist, als ginge eine leise Kraft, ein stiller Atem durch den Stengel. Dieses Geschehen erinnert mich an die Auszüge aus dem Buch „**Trauma und ein neuer Atem**“ von **Janine Spirig**, welche wir hier veröffentlichen dürfen. Sie verlor 1999 ihren Mann durch den „Lehrermord in St. Gallen“. Wir danken Frau Spirig für diesen Beitrag.

Seit meinem 25. Lebensjahr verbringe ich regelmässig Tage der Stille und des Gebetes in Klöstern. Was wäre die Welt ohne diese Männer und Frauen, die ihre Berufung in der Fürbitte und im Gotteslob sehen? **Sr. Simone Hofer, Dominikanerin**, und ihre Mitschwestern leben - noch - im Kloster St. Katharina in Wil. Ihre gemein-

same Zukunft ist wegen des hohen Alters vieler Schwestern ungewiss, Novizinnen gibt es keine mehr. Bewegend erzählt Sr. Simone von ihrem gemeinsamen Werdegang: von der Bedeutung der Logotherapie in diesem schmerzvollen Prozess, von tiefgreifenden Entscheidungen und vom Mut zur Realität, zu dem was ist. Es begegnen uns Frauen mit einem tiefen Glauben inmitten von hoher existentieller Unsicherheit - sie machen Mut und zeugen von Vertrauen in einen schützenden Gott!

Zudem finden Sie noch zwei weitere spannende Artikel zum **Wertesystem der heutigen Jugend** aus den News der Uni Zürich sowie **10 Tipps dazu, wie wir mit Unsicherheiten konstruktiv umgehen können** von Heinz Notbauer, Gründer des IVEC in Graz. Und natürlich, wie immer, einige weitere Informationen zu aktuellen Anlässen und zur Situation im ILE sowie zur SGLE.

Wir leben gerade in einer seltsamen, angespannten Zeit! Die Logotherapie ermutigt uns zur geistigen Dimension, zum Glauben an einen Über-Sinn. Viktor E. Frankl war als Jude immer wieder bewegt von einem tiefen Vertrauen in den Ewigen. Ich bin sicher, dass ihn die bekannten Gedichtzeilen der deutsch-jüdischen Poetin, *Hilde Domin* (1909-2006), ansprechen würden:

*Nicht müde werden,
sondern dem Wunder,
leise,
wie einem Vogel,
die Hand hinhalten.*

Im Namen des Redaktionsteams,
Madeleine Monsch



Persönliche Begegnung mit...

Dr. Giosch Albrecht
Im Gespräch mit Rosmarie Mühlbacher,
Vorstandsmitglied SGLE



Dr. phil. Giosch Albrecht, geb. 1936, aufgewachsen in Rueun/GR, wohnhaft in Bad Ragaz, studierte zunächst Theologie. Seelsorgerliche Tätigkeit in Zürich und Winterthur. Studium der Psychologie, Soziologie und Philosophie an der Universität Zürich und an der Columbia University in New York mit dem Abschluss zum Dr. phil. Einige Jahre Lehrbeauftragter für Sozialpsychologie an der Universität Zürich und Assistent an der dortigen Sozialforschungsstelle. Sieben Jahre Tätigkeit als Pfarrer von Zollikon/ZH. 1984-1985 Studium der Logotherapie und Existenzanalyse an der Universität München (Dr. E. Lukas). 1985 Aufbau der Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen in Chur (Leitung bis 2001). Gleichzeitig Aufbau des Ausbildungsinstituts für Logotherapie und Existenzanalyse (ILE) in Chur mit dessen Leitung bis 2016. 1993 Gründung und Leitung der Schweizerischen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (SGLE). 1999-2009 Initiant und Leiter der internationalen Gesellschaft der logotherapeutisch-existenzanalytischen Ausbildungs- und Forschungsinstitute. Verschiedene Auszeichnungen u.a. Viktor-Frankl-Preis der Stadt Wien, Anerkennungspreis des Kantons Graubünden, Ehrenmitglied der internationalen Vereinigung für Ehrenmitgliedschaft in der DGLE (Deutsche Gesellschaft der LE) und SGLE, etc.

Giosch, es freut mich dieses Gespräch bei dir zu Hause in Bad Ragaz führen zu dürfen. Vor drei Jahren konntest du deinen 80. Geburtstag feiern. Wie geht es dir heute?

Es geht mir gut. Vor kurzem hatte ich eine Augenoperation und ich bin Diabetiker. Es gab und gibt dies und jenes im Bewegungsapparat und am Herzen. Man ist eine „havarierte Ruine“, doch ich bin zufrieden. Seit 30 Jahren wohne ich in diesem Haus wo es mir gut gefällt. Zuvor wohnte ich in Jenins.

Dieses Jahr feiert das ILE seinen 25. Geburtstag und du wirst als Gründer dieses Instituts in die Geschichte der Logotherapie eingehen. Was hat dich damals bewegt das ILE zu gründen?

Schon während meines Studiums bei Frau Dr. Lukas in München war für mich klar dass andere die Logotherapie auch kennen lernen sollten bzw. dass ich ein solches Ausbildungsinstitut in Chur gründen wollte. Ich war begeistert und überzeugt vom

„Mit der Unsicherheit Freundschaft schliessen: eine Ermutigung!“



Zusammenfassung des Referats von Dr. phil. Natalie Knapp an der 26. Jahrestagung der SGLE am Samstag, 26. Oktober 2019, im Haus Tabea in Horgen

Madeleine Monsch und Dietmar Max Burger (aufgrund persönlicher Notizen)

Als Gastrednerin konnten wir **Frau Dr. Natalie Knapp** (geb. 1970, Philosophin, Publizistin, Autorin) aus Berlin engagieren. Sie referierte frei und lebendig zum Thema: *„Mit der Unsicherheit Freundschaft schliessen: eine Ermutigung!“* Sie leitete ihr Referat mit Dank und Wertschätzung an uns als Zuhörende ein im Sinne von, dass wir zuerst selber Experten unserer eigenen Lebensgeschichte sind und unsere je eigenen persönlichen Erfahrungen mitbringen. Als Philosophin mache sie nun einen Schritt zurück, um ein grösseres Bild zu schaffen: **sie wolle uns eine Landkarte zum Thema Unsicherheit vermitteln und die damit unangenehmen Gefühle positiv angehen.**

Wir alle seien betroffen von Unsicherheiten im persönlichen Leben. Sei es durch Todesfälle, Arbeitsverlust, Krankheit, Trennungen, aber auch die weltpolitische Lage, die digitale Revolution, die Netzwerke usw. vermittelten viele Unsicherheiten.

Allgemein sei es unprofessionell, sich unsicher zu fühlen. Aber gerade das Gegenteil wäre wichtig und gut: denn vieles im Leben können wir nicht voraussehen, Lebensumstände kommen auf uns zu... unsere emotionale Lage ist geprägt durch das

Gefühl, schutzlos, ausgeliefert und unvorbereitet zu sein. „Du kennst dich hier nicht aus! Du weisst nicht, wie es geht!“

So ist es eigentlich eine hochprofessionelle Reaktion, im Unerwarteten, im Neuen und in der damit verbundenen Unsicherheit eine eigene Aufgabe und einen eigenen Wert zu sehen.

Denn: im Unerwarteten greift keine Lebensroutine mehr! Wir sind lediglich bewegt von unklaren und unbekanntem Handlungsimpulsen, langsam, vorsichtig, achtsam.

Noch gibt es keinen Weg, den wir kennen. Wir machen einen Schritt vor den anderen, wie durch ein Waldstück in dunkler Nacht.

Hilfreich in solchen Lebensphasen sei der geistige Austausch über diese ungewohnte, verunsichernde Situation mit anderen Menschen, die bereits ähnliches durchlebt haben. Es braucht Zeit, um zu erfahren, wer ich jetzt bin, um dann mit dieser neuen Lebenssituation in das praktische Handeln zu kommen.

Die Botschaft der Unsicherheit ist eine andere, als die Botschaft der Angst. Natalie Knapp differenziert Angst als basales Gefühl, als eine Instinktreaktion, die in uns die bekannten drei F-Handlungsmöglichkeiten auslöst: *fight, flee or freeze* – Angriff, Flucht oder sich tot stellen. Angst beschleunigt grundsätzlich unser Handeln, sie reagiert instinktiv und arbeitet nicht mit dem Verstand zusammen. Die Unsicherheit kann in die Angst umkippen und in ein „Sich-tot-stellen“. Im Gegensatz kann auch eine zu grosse, lähmende Angst durch psychologische Begleitung in die Phase der Unsicherheit zurückgeführt werden, um somit in ein neues, angstfreieres und vertrauensvolles Handeln zu kommen.

Der amerikanische Kinofilm *Boyhood* (2014), der die Entwicklung eines Kindes, Mason, innerhalb seiner schwierigen familiären Verhältnisse während 12 Drehjahren begleitet, zeigt sinnbildlich und konkret auf, dass jede Lebenssituation etwas mit uns macht und es immer wieder Zeit braucht, um zu erfahren, wer ich *jetzt* – mit dieser neuen Erfahrung – bin.

Natalie Knapp zitiert nun in einem leidenschaftlichen Plädoyer 5 Argumente für die Unsicherheit. Denn, ohne die Unsicherheit würde es zu **Verlusten** kommen:

Verlieren der Hoffnung:

ohne die Unsicherheit käme es zum Verlust der Hoffnung. Alle Zukunft ist unsicher, aber wir können immer hoffen, dass...

Viele sind verunsichert



Ein Gespräch mit Ökonomie Martin Kindschi und Sozialethikerin Monika Wilhelm, geführt von Roger Nickl und Thomas Gull, publiziert in UZH News (News der Universität Zürich, 2019)

Zusammenfassung (Auszug) des Interviews durch Rosmarie Mühlbacher:

Mit ihrem Engagement für den Umweltschutz hat die 16-jährige Schwedin Greta Thunberg eine weltweite Wertediskussion unter Jugendlichen entfacht. Wie entstehen Werte und wie verändern sie sich?

Viele Jugendliche beschäftigen sich heute, inspiriert von der 16-jährigen Schwedin Greta Thunberg, mit Fragen des Klimaschutzes oder der Ernährung.

Die Werte, auf die *Greta Thunberg* abzielt, sind aber nicht neu: Das Thema Nachhaltigkeit hat bereits in den 1970er- und 1980er-Jahren mobilisiert. Bemerkenswert ist, dass es einer Jugendlichen gelungen ist, die Debatte neu zu lancieren. Offenbar ist es wirkungsvoller wenn eine Gleichaltrige zu Gleichaltrigen spricht als wenn Lehrer oder Politiker dazu aufrufen. Zudem ist Greta Thunberg im Norden Europas in einem Umfeld aufgewachsen das stark von Werten wie Gleichstellung, Gerechtigkeit oder Autonomie geprägt ist. Einer Kultur, die jungen Menschen viele Möglichkeiten und Chancen für die Zukunft eröffnet. Thunberg hat nun gemerkt,

Trauma und ein neuer Atem



Janine Spirig

Auszüge aus dem Buch „Trauma und ein neuer Atem“¹ von Rosmarie Mühlbacher

Janine Spirig, geb. 1969, seit 1999 verwitwet, Mutter von drei Kindern, Körpertherapeutin, Logotherapeutische Beraterin nach V.E. Frankl.

Zehn Jahre nach dem «Lehrermord von St. Gallen», durch den sie ihren Mann verlor und darauf mit drei Kindern alleine dastand, trat Janine Spirig an die Öffentlichkeit. In ihrem Buch *Asche und Blüten* zeigte die Ostschweizer Autorin, wie sie ihr Schicksal annahm und ihr Leben neu gestaltete. Janine Spirig arbeitet als Körpertherapeutin in eigener Praxis und begleitet Menschen unter anderem auf dem Weg aus traumatischen Erfahrungen. In *Trauma – und ein neuer Atem* bringt sie ihre theoretischen und praktischen Erkenntnisse auf den Punkt: «Der Leib hat in seinen Zellen alles gespeichert, sowohl alles Leiden als auch den einzigartigen Weg aus dem Leiden hinaus. Er wartet nur darauf, in seiner Weisheit gehört und verstanden zu werden. Er weiss was wir mit unserem Verstand nicht wissen. Er weiss um den neuen Atem.»

S. 66

Alltag eines Traumatisierten oder die Traumaabwärtsspirale

Gewalt ist das erschreckende Zeugnis einer Entwicklung, welche die Ressourcen einer normalen Persönlichkeit übersteigt. Sie ist das Resultat und das Zeugnis menschlichen Wahnsinns, Missbrauchs und menschlicher Gewaltbereitschaft.

Nach der Tat steht ein Gewaltopfer nackt, bloss, seiner Mittel beraubt und traumatisiert da. Es fühlt sich selbst taub und matt, kann aber nicht nachvollziehen, was geschehen ist, weil jede Art von Gewalteinwirkung den Organismus grundsätzlich überfordert. Alles, was einst war, ist plötzlich nicht mehr. Die gesamte Lebensstruktur ist bis in die Tiefe hinunter erschüttert.

¹ Janine Spirig, *Trauma – und ein neuer Atem*, Spuren Verlag 2014, 134 S.

Die psychischen Selbstheilungskräfte des Verletzten beginnen auf Hochtouren zu arbeiten. In diesem Geworfensein ins Nichts muss sich der Betroffene zuerst neu orientieren um sich dann selbst aus dem Sumpf zu ziehen.

Manchmal gelingt das sofort, manchmal erst nach längerer Zeit, Schritt für Schritt; manchmal jedoch will es gar nicht gelingen. Dann schützt sich die Seele, indem sie beginnt, die traumatischen Aspekte abzuspalten. Es kann lange dauern bis der Betroffene selbst seine Traumatisierung überhaupt realisiert. Viele reaktive Anpassungsstörungen, Depressionen, neurotische oder psychotische Störungen sind auf eine frühe Traumatisierung zurückzuführen.

.....

Auf innere oder äussere Auslöser hin können sich auf *körperlicher* Ebene folgende Reaktionen zeigen: der Betroffene beginnt zu schwitzen, zu erröten, zu zittern, Puls und Herzschlag werden schneller, die Wärmeregulierung ist gestört, er hat entweder zu kalt oder zu heiss, die Energieregulierung ist gestört, er ist einerseits zu erschöpft, andererseits zu erregt. Hormon-, Zentral- und Nervensystem sind überreizt und feuern dauernd chemisch Signale von Stress, Angst und Bedrohung, was das Immunsystem zusätzlich schwächt.

Auf *psychischer* Ebene fühlt sich der Betroffene bedroht, hat Angst- oder Panikattacken, ist von traumatischem Stress überflutet. Er fühlt sich gehetzt oder gelähmt, verunsichert und verletzlich.

Einerseits sucht er die Nähe zu anderen Menschen, andererseits hat er Angst vor emotionaler Berührung, sein Vertrauen und sein Selbstwertgefühl sind zerstört. Sein Urvertrauen wurde zerstört – er ist in seinen Grundmauern erschüttert. Die Scham, ausgeliefert zu sein, die Scham, schwach zu sein, sowie die Scham, nicht mehr normal funktionstüchtig zu sein, blockieren den Zugang zu einer heilenden Beziehungskultur nach aussen.

Auf *geistig-mentaler* Ebene ist der Betroffene mit zutiefst existenziellen Fragen konfrontiert; er versucht, den Sinn des bedrohlichen, überwältigenden Geschehens zu verstehen, er verliert das Selbstwertgefühl, weil er seinen inneren Prozess auf mentaler Ebene nie verstehen kann.

.....

Eine klösterliche Gemeinschaft im Wandel



Sr. Simone Hofer

**Auszug aus der Diplomarbeit am
Institut für Logotherapie und Existenzanalyse (ILE) in Chur, 2018**

Simone Hofer, geb. 1963, lebt seit 1985 als Dominikanerin im Kloster St. Katharina und ist dort seit 2003 Priorin. Verschiedene Ausbildungen und Weiterbildungen im spirituellen Bereich. Ausbildung zur logotherapeutischen Beraterin am ILE von 2014-18. Tätig in logotherapeutischer und geistlicher Begleitung, sowie seit kurzem in der Internet-Seelsorge

Originaltitel der Diplomarbeit:

„Vom Mangel zur Fülle – Logotherapie im Klosteralltag“

Abstract

Diese Arbeit, es handelt sich um einen theorieverschränkten Praxisbericht, beschäftigt sich in einem ersten Teil mit dem grossen Wandel, welche die Klostergemeinschaft von St. Katharina in Wil zurzeit erlebt. Diese Veränderungen ergeben sich aufgrund des seit Jahren fehlenden Nachwuchses, so dass die bisherigen Strukturen, die alltäglichen Abläufe und auch die religiösen Riten nicht mehr in der gewohnten Form beibehalten werden können. Dies wird anhand der Entwicklung in den letzten 15 Jahren aufgezeigt.

Da das Kloster eine christliche Gemeinschaft ist, wird im zweiten Teil der Bezug von Religion und Logotherapie beleuchtet. Verbunden damit sind Ausführungen zum logotherapeutischen Grundthema Sinn und zum logotherapeutischen Menschenbild. Anhand von konkreten Beispielen und Erlebnissen aus dem Klosteralltag werden im dritten Teil drei wesentliche Themen der Logotherapie und deren Bedeutung und Wirksamkeit für den Weg der Zukunft der klösterlichen Gemeinschaft beschrieben. Dabei handelt es sich um die drei Schwerpunkte: Zeit und Vergänglichkeit, Schicksal und Freiheit, sowie die drei Wertkategorien.

Kapitel 3:

DER KLÖSTERLICHE ALLTAG – LOGOTHERAPEUTISCH BETRACHTET

Zeit und Vergänglichkeit

Erfahrenes:

Am 20. und 21. Februar 2018 hat in unserem Kloster die Visitation stattgefunden. Sie wird alle drei Jahre durch den Beauftragten des Bischofs durchgeführt, der so den Kontakt zu den Klöstern seines Bistums pflegt. Dadurch gewinnt er einen Einblick in das Kloster und es besteht die Gelegenheit, über die aktuellen Schwierigkeiten und Herausforderungen sprechen zu können. Die Visitation besteht aus Gesprächen mit den einzelnen Schwestern, einem Gemeinschaftsgespräch und einem Augenschein in den Klosterräumlichkeiten. Anschliessend verfasst der Visitator einen Bericht mit seinen Eindrücken und Empfehlungen. In dieser Art gestaltete sich auch der Ablauf unserer diesjährigen Visitation, zu deren Abschluss wir den schriftlichen Visitationsbericht erhielten. Diesen haben wir am 21. Juli 2018 in der Gemeinschaft miteinander gelesen und besprochen. Eine Aussage in diesem Bericht gab zu reden, und zwar die folgende: *«Eine realistische Sicht zeigt Priorin Simone dort, wo sie gesteht, dass ihre Gemeinschaft nicht mehr fähig sei, Kandidatinnen aufzunehmen. Es fehle an Kraft, diese Frauen in das Leben der Gemeinschaft einzuführen.»*¹

Eine Schwester äusserte, dies bedeute ja, dass wir aussterben würden. Daraufhin entspann sich ein sehr gutes, echtes Gespräch. Der Schmerz über unsere Situation durfte sich zeigen, sowie das nüchterne Anerkennen unserer Lage. Es wurde aber auch erkannt, dass es im Ordensleben nicht darum geht, viel Nachwuchs zu haben – das liegt ja gar nicht in unserer Hand und ist nicht durch uns machbar – sondern es soll uns darum gehen, unser Leben, unsere eigene Berufung hier und jetzt zu leben, so gut wir es vermögen.

Wie dieses «so gut wir es vermögen» sich uns zeigt, schildert ein nächstes Erlebnis. Unsere Kirche ist so eingerichtet, dass wir das Chorgebet nach der monastischen Tradition chorweise, d.h. wechselseitig beten können. Dies wird je länger je mehr aber problematisch, weil einerseits die Stimmen schwächer werden und auch die Anzahl der stimmkräftigen Schwestern abnimmt, so dass nicht mehr auf beiden Sei-

¹Visitationsbericht vom 10. April 2018 von Generalvikar Guido Scherrer, St. Gallen

Arbeiten in Unsicherheit



Heinz Notbauer

Heinz Notbauer ist Gründer und Leiter des Instituts für verhaltens- und erfolgsorientierte Weiterbildung und Coaching (IVEC) in Graz (Steiermark). Das IVEC bezweckt bedarfsorientierte Entwicklung und Durchführung von Praxis-trainings und Coachingmassnahmen mit dem Ziel, Menschen in Unternehmen bei der Erreichung ihrer anspruchsvollen Ziele zu unterstützen.

Alle reden von Krise, es regiert die Unsicherheit. Das Wichtigste in solchen Zeiten ist es, uns wieder auf unsere Stärken zu besinnen, uns selbst zu vertrauen, uns bewusst zu machen, dass wir und unsere Vorfahren schon viele schwierige Situationen gemeistert haben. Angst isst die Seele auf.

Wir leben heute in einer paradoxen Welt. Einerseits haben wir ein überbordendes Sicherheitsdenken entwickelt. Wir wollen alles unter Kontrolle haben und gegen alles und jedes abgesichert sein; noch nie gab es so viele Warnhinweise, Sicherheitsanleitungen, Sicherheitseinrichtungen. Unternehmen ersticken in Regelungen und Vorschriften, die Sicherheit für die Mitarbeiter/-innen oder die Umwelt garantieren sollen. Andererseits nehmen wirklich oder gefühlsmässig die Bedrohungen zu, denen wir völlig ungeschützt gegenüberstehen: Erdbeben, Überschwemmungen, Hurrikans, Finanzkrise, Wirtschaftskrise, Atomunfälle, Terrorakte. Sie brechen über uns herein und lassen uns in einem Zustand hilfloser Betroffenheit zurück.

Blicken wir in die Geschichte zurück, waren Menschen immer und zu jeder Zeit Unsicherheiten und Katastrophen ausgesetzt, mehr als heute. Menschen mussten Kriege, Hungersnöte, Pest und Cholera überstehen – und das ohne die Errungenschaften unserer zivilisierten Welt. Haben wir – in unserer vermeintlich sicheren Welt – verlernt, mit Unsicherheit umzugehen? Sind wir unfähig geworden, uns mutig auf das einzulassen, was gerade passiert? Übersehen wir, dass wir eigentlich nichts wirklich und langfristig unter Kontrolle haben?

Buchbesprechung

P. Ludwig Ziegerer

Elisabeth Lukas, **Frankl und Gott. Erkenntnisse und Bekenntnisse eines Psychiaters**, Verlag Neue Stadt, München 2019, 188 S., ISBN 978-3-7346-1183-4, sfr. 28.90.



Wie stand Viktor E. Frankl (1905–1997), der bedeutende Neurologe und Psychotherapeut, Überlebender mehrerer Konzentrationslager, persönlich zum Glauben? Wie war die religiöse Einstellung des gläubigen Juden Viktor Frankl? Und welche Rolle spielte die Religion beim Berufsmann Viktor Frankl, der auch als „Prediger im Arztkittel“ betitelt wurde? Frankl wusste Privates und Berufliches auseinanderzuhalten. Es steht ausser Zweifel, dass die Logotherapie eine philosophisch gut begründete, aber theologisch-religiös klar neutrale Psychologie ist. Frankl sagt zum Verhältnis von Religion und Psychologie: „Für die Logotherapie kann Religion nur ein Gegenstand sein – nicht aber ein Standort ... Das Ziel der Psychotherapie ist seelische Heilung – das Ziel der Religion jedoch ist Seelenheil.“ Dennoch kommen im umfassenden Werk Frankls Ansichten und Denkanstösse zum Glauben und zur Gottesfrage zum Vorschein. Diese werden in diesem gut lesbaren Buch, eingeteilt in kurze Kapitel, hervorragend dargestellt. Anhand wichtiger Originalzitate werden sie von seiner renommiertesten Schülerin, Elisabeth Lukas, verständlich aufbereitet. So wird eine «Innenansicht» von Frankl beleuchtet, die suchenden Menschen im Spannungsfeld von Wissenschaft und Glauben hilft, Halt und Orientierung zu finden. Wie schon in andern Büchern gelingt es der Autorin meisterhaft, die nicht immer ganz leicht verständliche Denkweise und Sprache Frankls einem breiteren Publikum nahe zu bringen. Ein in vielerlei Hinsicht inspirierendes Buch für das eigene Suchen und Fragen nach Gott und allem, was in unserer Beziehung zu ihm förderlich oder hinderlich sein könnte. Im Vorwort schreibt Elisabeth Lukas: „... Vielleicht helfen seine (Frankls) bemerkenswertesten Glaubensansichten dem einen oder anderen in unserer bewegten Zeit, in der die Traditionen schwinden, die Kirchen sich leeren, die Kulturen sich vermischen, die verschiedenen politischen Strömungen aufeinander prallen und die wirtschaftlichen Profite der einzige Interessensmassstab zu sein scheinen, sich innerlich neu zu orientieren. Vielleicht gewinnt der eine oder andere dank Frankls Anregungen einen metaphysischen Halt von ähnlicher Stärke, wie er Frankl durch sämtliche Torturen hindurchgetragen hat. Vielleicht wird das 21. Jahrhundert noch eines werden, in dem es ein wahrer Segen ist, einen solchen Halt zu haben.“

Die Hoffnung kann lesen

Wie lernt man hoffen? Im Augenblick wird die Frage nach der Hoffnung an vielen Orten gestellt. Sie irritiert mich, denn sie wird oft lamentös und vor jedem Handeln gestellt. Erst will man in der Aussicht versichert sein, dass alles gut geht, allenfalls dann wird man handeln und seinen Teil zum guten Ausgang beitragen. Vielleicht sollten wir die Frage nach dem guten Ausgang vergessen, denn sie ist nicht beantwortbar. Vielleicht war die Geschichte mit dem Regenbogen nach der Sintflut, die die Bibel erzählt, doch anders gemeint. Es waren wohl nicht der einfache Fortbestand der Welt gemeint, der Fortschritt und die Garantie des guten Ausgangs. Vielleicht heisst Hoffnung gar nicht der Glaube an den guten Ausgang der Welt und an die Vermeidung ihrer Zerstörung. Es garantiert uns keiner, dass das Leben auf der Erde in absehbarer Zeit nicht kollabiert, auch kein Regenbogen. Aber wir können tun, als hofften wir. Hoffen lernt man auch dadurch, dass man handelt, als sei Rettung möglich. Hoffnung garantiert keinen guten Ausgang der Dinge. Hoffen heisst darauf vertrauen, dass es sinnvoll ist, was wir tun. Hoffnung ist der Widerstand gegen Resignation, Mutlosigkeit und Zynismus.

Die Hoffnung kann lesen. Sie vermutet in den kleinen Vorzeichen das ganze Gelingen. Sie stellt nicht nur fest, was ist. Sie ist eine wundervolle untreue Buchhalterin, die die Bilanzen fälscht und einen guten Ausgang des Lebens behauptet, wo dieser noch nicht abzusehen ist. Sie ist vielleicht die stärkste der Tugenden, weil in ihr die Liebe wohnt, die nichts aufgibt und der Glaube, der den Tag schon in der Morgenröte sieht.

Fulbert Steffensky (2018)



Rückblick auf die 26. Jahrestagung der SGLE

Dietmar Max Burger, Vorstandsmitglied SGLE

Am Samstag, 26. Oktober 2019, nahmen rund 50 Interessierte an der 26. Jahrestagung der SGLE teil. Sie fand im Haus Tabea (Alterszentrum der Evangelisch-methodistischen Kirche) in Horgen ZH statt. Die Räumlichkeiten (Hauskapelle mit Zusatzräumen) eigneten sich sehr gut. Zur Begrüssung standen wie üblich Kaffee und Gipfeli bereit – eine bewährte Gelegenheit für erste Kennenlern- und Austauschgespräche. Das bekömmliche Mittagessen konnte im hauseigenen Restaurant bei service-freundlichen Rahmenbedingungen eingenommen werden. Auch dabei wurden Austauschgelegenheiten rege genutzt.



Peter Gumbal, unser Präsident, führte wieder souverän durch die Jubiläumstagung. Nach der Begrüssung liess er eine kurze Vorstellung der Logotherapie, der Dritten Wiener Schule der Psychotherapie, folgen, u.a. mit den Gedanken: Alles Leben habe

Sinn. Es gehe in der Logotherapie darum, die gesunden Anteile des Menschen zu stärken und Menschen zu ermutigen dass vieles im Leben bewältigt werden könne.

Es folgte ein Grusswort von Andreas Schaefer, Seelsorger im Haus Tabea: Er stellte das Haus Tabea vor mit seinen 150 Bewohner-/innen, 200 Mitarbeitenden und die angeschlossene Kirchgemeinde. Er formulierte einen Wunsch für den Tag: das Denken und Wahrnehmen vertiefen und beides auf sinnvolle Weise miteinander verbinden.

Die Gastrednerin Frau Dr. Natalie Knapp (Philosophin) aus Berlin referierte frei, lebendig und gebärdreich zum Thema: „Mit der Unsicherheit Freundschaft schliessen: eine Ermutigung!“ Bezüglich des Inhalts des Referats verweise ich auf die Zusammenfassung auf Seite 9.



Musikalisch wurde der Vortrag stimmungsvoll eingerahmt durch das Duo „Linden-Thé“, Käthi Lindenmann (Flöte) und Hans Salathé (Gitarre). Die beiden spielten fröhlich-beschwingte Stücke u.a. aus Irland.

Als Hauptprogramm punkt des Nachmittags leitete Peter Gumbal **Podiums-gespräche** in Anlehnung zum Tagungsthema zum Umgang mit verschiedenen Unsicherheiten im Leben mit folgenden Teilnehmenden:



Barbara Metzler (Beratungsdienst für Lehrpersonen im Kanton St. Gallen): persönliche Krankheitsgeschichte mit der Kernaussage: auf die innere Stimme hören und ihr folgen. *Angela Polus* (Kindheit mit Kriegserlebnissen) und *Firas Nissan* (Kriegserlebnisse, Gefängnis- und Gewalterfahrungen): beide aus Bagdad/Irak,

verheiratet; beide Flucht über Nordirak, Türkei, Griechenland, Deutschland in die Schweiz mit der Kernaussage: Beziehungsnetz, Glaube an Gott und Hoffnung pfl-



Informationen aus dem Vorstand der SGLE

Peter Gumbal, Präsident der SGLE

Während ich diese Zeilen schreibe, ist das gewohnte Leben durch den Einbruch des Coronavirus lahmgelegt. Für viele ist ein solches Nichtstun ungewohnt und schwierig. Obwohl ich mir diesen weltweiten viralen Ausbruch nicht wünsche, entdecke ich darin noch Sinnmöglichkeiten. Es beherbergt die Chance seine eigenen Werte zu reflektieren, und Wege - ohne körperliche Nähe - zu finden, in Kontakt zu bleiben und hilfreich Gefährdete und Betroffene zu unterstützen.

Die Jahrestagung in 2019 war ein Erfolg – wir denken gerne daran zurück. Der Coronavirus führt nun auch dazu, dass wir die geplante ILE-Jubiläumstagung 2020 und die Jahrestagung der SGLE im April nicht durchführen werden. Wir werden Euch aber in Kenntnis setzen, wenn wir einen neuen Termin gefunden haben und Euch dazu erneut einladen.

Unser Kassier, Alois Eicher, war mit diversen bürokratischen Umstellungen stark gefordert. Er engagiert sich zudem als Freiwilliger zusammen mit Rosmarie Mühlbacher im aktuellen ILE-Entwicklungsprozess. Die AG Zeitschrift ist in regem Austausch und trifft sich jeweils in Basel zur Besprechung der thematischen Schwerpunkte.

Eine kleine SGLE-AG (Mirjam Christen, Rosmarie Mühlbacher, Peter Gumbal) beschäftigt sich mit dem Aufbau einzelner Alumni-Vernetzungstreffen. Bis jetzt konnten wir in der Nordostschweiz schon mit einem solchen Treffen starten. Und in der Zentralschweiz/Zürich konnten wir für ein erstes Treffen einladen. In der Südostschweiz sind wir in Absprache mit einer Person, die solche Treffen organisieren könnte. In der Nordwestschweiz haben wir in Ludwig Ziegerer eine Person gefunden, die bereit ist diese Aufgabe zu übernehmen.

Diese Treffen können zum Ziel haben, sich gegenseitig Mut zu machen und im Austausch zu sein, Bedürfnisse für Weiterbildungen mitzuteilen und Anregungen weiterzugeben. Sie können auch dazu helfen, dass das Gedankengut der Logotherapie verbreitet wird.

Auf unserer Webseite www.sgle.ch finden Sie auch immer aktuelle Mitteilungen.

Humor gilt bei Viktor E. Frankl auch als Trotzmacht des Geistes, und Humor kann bekanntlich auch das Immunsystem stärken. So hoffe ich, Sie können - auch in dieser herausfordernden Zeit - Ihr Immunsystem stärken mit Humor, Freude, Lächeln, Lachen und freudvollen sozialen Momenten.

In diesem Sinne: Passt auf Euch auf und bleibt gesund!



Alumni-Vernetzungsgruppen

Die SGLE hat die Initiative ergriffen, ehemalige AbsolventInnen des ILE zu einem ersten Treffen einzuladen. Sinn und Zweck sind die Vernetzung, der Austausch und die Information von logotherapeutisch Ausgebildeten. In der Folge entstanden in verschiedenen Regionen der Schweiz zwei Gruppen, die sich in regelmässigen Abständen treffen wollen:

➤ **Gruppe Ostschweiz (SG, TG, ZH-Nordost)** mit Treffen in St. Gallen oder Wil:

- Donnerstag, 30. April 2020, 9.00 – 12.00 Uhr, DomZentrum St. Gallen, Gallusstrasse 34, St. Gallen
- Donnerstag, 10. September 2020, 9.00 – 12.00 Uhr, Dominikanerinnen-Kloster, Klosterweg 7, Wil
- Donnerstag, 14. Januar 2021, 9.00-12.00 Uhr, DomZentrum St. Gallen

Alle logotherapeutisch Ausgebildeten der Region (nicht nur AbsolventInnen des ILE) sind herzlich eingeladen!

Nähere Infos und Anmeldung/Kontaktperson:

Rosmarie Mühlbacher, Espentobelstrasse 5, 9008 St. Gallen;

E-Mail: rmuehlbacher@bluwin.ch; Tel. 071 244 91 38/079 668 57 35

➤ **Gruppe Zentralschweiz (LU, ZH, AG, SG-Süd)** mit Treffen in Zürich.

Das vorgesehene erste Treffen im März musste aufgrund des Corona-Virus abgesagt werden. Ein neues Datum folgt.

Nähere Infos und Anmeldung/Kontaktperson:

Mirjam Christen, Paradies 2, 6206 Neuenkirch;

E-Mail: info@mirjam-christen.ch; Tel. 079 954 74 34

➤ Die **Gruppe Nordwestschweiz (BS/BL/SO)** ist in Planung.

Nähere Infos/Kontaktperson:

P. Ludwig Ziegerer, Benediktinerkloster 4115 Mariastein; E-Mail: p.ludwig@vtxmail.ch; Tel. 061 735 11 59

Gruppe Südostschweiz (SG-Südost, GR, FL) ist in Abklärung. Interessierte melden sich bitte bei:

Peter Gumbal (Präsident SGLE), E-Mail: gumbalp@icloud.com, Tel. 071 222 42 12/079 672 29 26



Informationen aus dem ILE

Dr. Reto Parpan

Erfreulichste zuerst: Das ILE hat die existenzbedrohende finanzielle Krise einstweilen überwunden. Im Januar startete ein neuer Lehrgang mit 10 Studierenden.

Was zur Abwendung eines Konkurses verholfen hat waren grosszügige Spendengelder, der Verzicht einzelner Dozentinnen und Dozenten auf ihr Honorar sowie unentgeltliche Dienstleistungen verschiedener Personen.

Jetzt gilt es, die Erhaltung des ILE in Zukunft zu sichern. Dazu muss eine solidere finanzielle Basis geschaffen werden.

Um dies zu erreichen haben wir zum einen verschiedene Massnahmen zur Senkung der Ausgaben eingeleitet. Schweren Herzens mussten wir unserer Sekretärin Manuela Collenberg kündigen. Die Sekretariatsarbeit und die Buchhaltung werden einstweilen von Freiwilligen gewährleistet. Überdies sahen wir uns zur Kündigung unserer schönen Räumlichkeiten per Ende Januar 2020 gezwungen. Wir haben mit dem Vermieter vereinbart, dass wir die Räumlichkeiten für 200 Franken pro Tag weiter benutzen können, längstens bis Ende Juli 2020. Dies sofern nicht vorher ein Nachmieter gefunden wird. Danach werden wir uns im Institut für berufliche Weiterbildung ibW einmieten. Insgesamt bedeutet dies eine Reduktion der Mietkosten um ca. 50%.

Zum andern sind wir um Anpassungen unseres Weiterbildungsangebots an die gegenwärtige Marktlage bemüht. Eine Arbeitsgruppe ist dabei, diesbezüglich Ideen zu entwickeln. Der Stiftungsrat wird dann entsprechende Konzepte erarbeiten müssen. Wir hoffen, dass wir z.B. mit kürzeren und berufsgruppenspezifischen Angeboten wieder mehr Studierende gewinnen können.

Ein Vorstoss in diese Richtung ist mit dem neuen Angebot *Logopädagogik* bereits erfolgt. Leider hat es aber bei den angesprochenen Lehrpersonen keinen Anklang gefunden. Der Lehrgang kann daher nicht durchgeführt werden. Vonseiten eines externen Beraters der Pädagogischen Hochschule St. Gallen wurde uns empfohlen, eine genauere Bedarfsanalyse vorzunehmen und mit kürzeren Angeboten in Form