



# Angst und die Kraft aus dem Geistigen

## Inhalt Heft 2– 2021

<b>Editorial</b> <i>Rosmarie Mühlbacher</i>	<b>1</b>
<b>(Ur-) Angst und ihr Zwillings, die Aggression</b> <i>Heidi Vonwald</i>	<b>3</b>
<b>„Es ist ein Wagnis, ein heiliges Abenteuer ...“</b> <i>Petra Kofler-Mertens</i>	<b>9</b>
<b>Angst – Mut - Zivilcourage</b> <i>Christa Parpan-Dericum</i>	<b>15</b>
<b>Persönliche Begegnung mit...</b> <i>Interview R. Mühlbacher mit Jutta Reiter</i>	<b>19</b>
<b>Der Umgang mit Angst im Alltag – Auf den Wegen der Sinnfindung</b> <i>Marianne Zureich</i>	<b>28</b>
<b>Urvertrauen und Logotherapie</b> <i>Sr. M. Nicola Kaufmann</i>	<b>31</b>
<b>Informationen aus dem SGLE Vorstand</b> <i>Peter Gumbal</i>	<b>34</b>
<b>Informationen aus dem ILE</b> <i>Reto Parpan</i>	<b>35</b>
<b>Empfehlenswerte Literatur</b>	<b>37</b>
<b>Veranstaltungen</b>	<b>44</b>

---

<b>Herausgeber:</b>	Vorstand SGLE
<b>Redaktion:</b>	Rosmarie Mühlbacher, St. Gallen
<b>Layout, Fotos:</b>	André Brugger, St. Gallen
<b>Erscheint:</b>	2mal jährlich
<b>Bestellungen bei:</b>	Alois Eicher, Feldstr 12, 8735 St. Gallenkappel
<b>Copyright:</b>	by SGLE
<b>Präsident SGLE:</b>	Peter Gumbal, Rosenbergstrasse 4, 8820 Wädenswil
<b>Homepage:</b>	<a href="http://www.sg-le.ch">www.sg-le.ch</a>

## EDITORIAL



Liebe Leserin, lieber Leser,

Schon vor Jahren stellten Fachleute fest, dass Ängste bei den Menschen in den letzten Jahren zugenommen hätten. Es handle sich oft um *diffuse Ängste*, welche mit der in den letzten Jahrzehnten stark zugenommenen, rasanten gesellschaftlichen Entwicklungen in Zusammenhang gebracht wurden: Technisierung, Digitalisierung, Globalisierung, Rationalisierung etc. und damit verbunden zunehmender Stress, Verunsicherung und die Sehnsucht nach Sicherheit. Bereits in den 70er und 80er Jahren wurde von WissenschaftlerInnen gewarnt, dass ökologische und soziale Krisen auf uns zukommen, welche sich als Umwelt- und Naturkatastrophen, Flüchtlingsströme, Arbeitslosigkeit, Hunger, soziale Spannungen, kriegerische Auseinandersetzungen u.a. äussern würden – wenn wir nichts ändern. Wie oft hörten oder sagten wir schon den Satz: „So kann es doch nicht weitergehen!“ und fragten uns, was und wie es dann sein würde...

Dann kam das Virus und veränderte weltweit die Befindlichkeit der Menschen. Die Ängste nahmen und nehmen zu, was uns Jutta Reiter, eine Fachfrau aus dem psychiatrisch-psychologischen Bereich, im Interview dieses Heftes bestätigt. Wir möchten mit unseren Beiträgen nicht Ängste schüren - sie sind schon da. Der Umgang mit ihnen ist sehr unterschiedlich und spaltet zunehmend unsere Gesellschaft: Da sind die Einen, die Gesundheitsverlust und Tod befürchten und sich allen Schutzmassnahmen beugen – dort die Anderen, die, aus Angst vor Verlust der Selbstbestimmung und dem Ausgeliefertsein an übergeordnete Mächte, auf die Strassen gehen. Beide Seiten sind vom Gefühl der Angst gesteuert und, wie Gerald Hüther (vgl. Buchempfehlung) meint, könnte Corona möglicherweise sogar ein „Ersatzschlachtfeld“ darstellen, damit andere Ängste, mit denen wir nicht weiterkommen, vorübergehend verschwinden. Der Hirnforscher ist aber optimistisch, dass die „Destabilisierung alter Muster“ die Voraussetzung für den gesellschaftlichen Wandel ist.

Im Artikel zur Klimakrise wird auf den Beitrag von Ulla und Gottfried Spaleck, (DozentIn am ILE) hingewiesen. Er basiert auf dem Menschenbild Viktor Frankls und zeigt einen anderen, sehr wertvollen Ansatz in der ganzen aktuellen Debatte auf. Auch da hätte die Logotherapie bzw. die sinnzentrierte Sichtweise vieles zu bie-

ten! Die Auseinandersetzung auf psychischer Ebene wäre durch die *Kraft aus dem Geistigen* zu ergänzen, was verschiedene Beiträge in diesem Heft aufzeigen.

Letztendlich möchten wir – das Redaktionsteam Madeleine Monsch, Ludwig Ziegerer, André Brugger (Layout und Fotos) und ich – Hoffnung weitergeben: dass es Wege aus der Angst gibt und, dass Angst nicht „die Seele auffressen“ muss, sondern der Motor für den Aufbruch zu neuem Leben sein kann.

In diesem Sinne wünschen wir Euch/Ihnen befreiende Einsichten, einen hoffnungsvollen Blickwinkel und, dass wir, nebst all dem Verstörenden, auch Gutes sehen, erleben und tun.

Herzlich  
Rosmarie Mühlbacher

Der Vogel Angst  
hat sich ein Nest gebaut  
in meinem Innern  
und sitzt nun manchmal da  
und manchmal ist er lange weg  
oft kommt er nur für einen Augenblick  
und fliegt gleich wieder weiter  
dann aber gibt es Zeiten  
da hockt er tagelang da drin  
mit seinem spitzen Schnabel  
und rührt sich nicht  
und brütet seine Eier aus.

*Franz Hohler*



# **(Ur-) Angst und ihr Zwilling, die Aggression**

**Not-wendend die tiefennoetische Kraft  
des Geistig-Unbewussten**



**Dr. Heidi Vonwald**

***„Die Pflicht und dein Perfekt-Sein rufen!“, schrie die Angst völlig ausser sich. „Du machst einen schweren Fehler. Du wirst ausgeschlossen, bist nicht mehr beliebt und verlierst die Kontrolle, du wirst dann alleine sein!“***

**In sich ruhend antwortete die tiefennoetische Kraft<sup>1</sup> des Geistig-Unbewussten:  
*„Richte meinem Herrn Perfekt-Sein-Wollen bitte aus: ich rufe später eventuell zurück. Ich treffe gerade mein Wofür-es-höchste-Zeit-ist und mein Urvertrauen!“***

Der tiefe Wunsch nach

- 100%iger Perfektion
- grosser Stärke
- anerkanntem Erfolg
- wertschätzender Akzeptanz
- persönlicher Kontrolle
- keiner Vergänglichkeit im Leben
- .....

als absolute Forderungen an das Leben, deren Erfüllung als lebensnot-wendend erlebt werden sowie pyramidale Werte, die für das persönliche Selbstwertgefühl, das innere Gleichgewicht und ein gelingendes Leben existenziell erscheinen, sind der Nährboden für die Angst. „Wer zu viel Angst hat, ist nicht nur aggressiv nach aussen, er ist es auch nach innen“ (Böschemeyer, 2014, S. 104). Die tiefe Angst, nicht perfekt zu sein, nicht beliebt zu sein, die ständigen Sorgen, die Kontrolle

---

<sup>1</sup> „tiefennoetisch“ – „tiefennoologisch“: Wortschöpfungen von Uwe Böschemeyer, Beschreibung der tiefen, hellen und damit heilsamen Kräfte aus dem Geistig-Unbewussten, Aussagen im Zoomseminar „Die Bedeutung des Gegenspielers bei Krankheitsverläufen“ vom 20.03.2021.

# „Es ist ein Wagnis, ein heiliges Abenteuer ...“<sup>1</sup>

Eine logotherapeutische Antwort  
auf „Klima-Angst“



**Petra Kofler-Mertens**

Mag.a Petra Kofler-Mertens, geb. in Tirol, wohnhaft in Nordrhein-Westfalen, Deutschland. Studium der Erziehungswissenschaften an der Fakultät für Bildungswissenschaften an der Universität Innsbruck. Derzeit Doktoratsstudium an derselben Fakultät. Seit 2019 Diplomierte Psychosoziale Beraterin in Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl mit eigener Praxis in Grevenstein, NRW. Psychologische Fachkraft in der Mutter-Kind-Klinik St. Ursula, Winterberg (NRW). Kommunale Klimaschutzbeauftragte der Gemeinde Ranggen, Tirol (bis 2019).  
Homepage: <https://kofler-mertens.de>

Der Begriff *Eco-Anxiety* ist ein relativ junges Phänomen und hierzulande eher ungeläufig und wenig gebraucht (vgl. Raile und Rieken 2021, S. 9). Gemeint ist eine chronische Angst vor dem Untergang der Umwelt<sup>2</sup> resp. eine „unspezifische Zukunftsangst“ (Raile und Rieken 2021, S. 194). Die in diesem Zusammenhang neue Wortschöpfung *Solastalgie* bezeichnet den physischen oder existentiellen Stress, der durch die Veränderungen der Umwelt entsteht, in der man lebt und mit der man verbunden ist (vgl. ebd. S. 191, S. 193). Immer mehr Menschen sind davon betroffen.<sup>3</sup>

Klimaangst lässt sich begründen: Umbruchphasen und die Veränderung der gewohnten Umwelt, wie die gegenwärtige globale Erwärmung und die Zunahme von Extremwetterereignissen, können Ängste auslösen (vgl. ebd. S. 191). Verunsicherung wird auch durch eine pessimistische und grossteils widersprüchliche mediale Berichterstattung hervorgerufen (vgl. ebd. S. 109, S. 151, S. 193; vgl. Rahmstorf und Schellnhuber 2019, S. 84, S. 86). Die Umweltprotestbewegungen verstärken die Ängste der Menschen, wenn Angstmake bewusst eingesetzt wird, um Forderungen durchzusetzen.

---

<sup>1</sup> Pablo Picasso

<sup>2</sup> APA American Psychological Association. Internet:  
<https://www.apa.org/research/action/speaking-of-psychology/eco-anxiety> (25.4.2021)

<sup>3</sup> R+V Versicherung: <https://www.ruv.de/presse/aengste-der-deutschen/aengste-der-deutschen-langzeitvergleich> (10.04.2021)

# Angst – Mut – Zivilcourage



**M.Sc. Christa Parpan-Dericum**

Christa Parpan-Dericum, aufgewachsen in Eupen, im deutschsprachigen Ost-Belgien, wohnhaft seit 1988 in Almens GR, einem kleinen Dorf im Domleschg, einem der sonnigsten Täler nördlich der Alpen. Verheiratet mit Reto Parpan, ein erwachsener Sohn in Berlin. Studium der Geschichte und Psychologie. M.Sc. psychotherapeutische Psychologie. Mitarbeit als Logotherapeutin am ILE.  
Lebensmotto: TROTZ' ALLEN ÜBELN und ÜBE : Sei heiter, freundlich, interessiert und neugierig! Kontakt: parpan.almens@bluewin.ch

Es gibt einen Film von Fassbinder mit dem Titel „*Angst essen Seele auf*“. Es ist ein Melodrama, das mit kühler Brillanz die Missachtung von Minderheiten und die Mechanismen sozialer Unterdrückung analysiert. Rainer Werner Fassbinder erweist sich hier wie in vielen seiner Filme als ein meisterhafter Beobachter der seelischen Abgründe von Menschen.

## **Angst ist ein Gefühl**

Wie alle negativen Gefühle hindert Angst den Geängstigten, sich dem Leben in seiner ganzen Fülle und Schönheit hinzugeben. Entweder lähmt sie uns oder lässt uns feindselig werden.

Es ist ein ungutes, oft diffuses Gefühl, das uns zu armseligen Würstchen oder zu aufgeplusterten Ballermännern und hackenden Hennen werden lässt: eine destruktive, lebensbehindernde Kraft, die sich gegen uns selbst oder die anderen wendet. Angst schlägt oft als Autoaggressivität in Passivität und Depressivität um. Richtet die Angst sich aggressiv nach aussen, wird sie zur Wut, die sich gegen vermeintliche Feinde richtet, die die eigenen Bequemlichkeiten, „Freiheiten“ und Machtansprüche bedrohen: Fremdenhass, Antisemitismus, Kriegshetze, Despotismus, Terror usw. sind im schlimmsten Fall ihre Folgen. Die Angst, wie jedes andere lebensfeindliche Gefühl (Neid, Ekel, Scham, usw.) versteckt sich allzu gern hinter fremden Namen.

## Persönliche Begegnung mit...



**Dr. Jutta Reiter**  
im Gespräch mit Rosmarie Mühlbacher,  
Vorstandsmitglied SGLE

Jutta Reiter, geb. 1961 in Salzburg, aufgewachsen ebendort. Studium der Medizin in Innsbruck, Ausbildung zur Ärztin für Allgemeinmedizin in Salzburg. Nach einem geplanten Jahr in der Psychiatrie in der Schweiz hängen geblieben und Ausbildung zur Fachärztin Psychiatrie und Psychotherapie in den Kantonen GR und SG. Wohnhaft in Chur. Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse am ILE in den Neunzigerjahren. Verschiedene Fortbildungen in Traumatherapie, Gerontopsychotherapie, Pessotherapie (körperorientierte Psychotherapie). Seit 1998 bei den kantonalen Psychiatrie-Diensten St. Gallen Süd tätig, seit Jahren Leitende Ärztin des Psychiatrie-Zentrums Werdenberg-Sarganserland mit grosser Freude am Beruf.

**Jutta, wir kennen uns schon ziemlich lange – sei es von Veranstaltungen des ILE her, hauptsächlich aber aus der gemeinsamen Zeit im Vorstand der SGLE und neu auch im Stiftungsrat des ILE. Etwas das mir dabei auffiel ist, dass du sehr beschäftigt bist und über wenig freie Zeit verfügst. Umso wertvoller ist, dass du heute Zeit gefunden hast für dieses Gespräch!**

**Als erstes bitte ich dich um eine Schilderung deines ärztlichen Werdegangs und deiner aktuellen beruflichen Tätigkeit:**

Nach dem Medizinstudium in Innsbruck und der Ausbildung zur Ärztin für Allgemeinmedizin in Salzburg habe ich 1995 die Weiterbildung zur Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie in der Klinik Beverin GR begonnen und 1998 zu den Psychiatrie-Diensten SG Süd gewechselt. Nach Erlangen des Facharztstitels war ich von 2000-2004 im Psychiatrie-Zentrum in Heerbrugg und von 2004 bis heute bin ich im Psychiatrie-Zentrum Werdenberg-Sarganserland tätig, seit einigen Jahren als Leitende Ärztin. Meine eigene Praxis in Buchs (Gemeinschaftspraxis) halte ich bewusst auf Sparflamme (ca. 5%).

Hier in einem der Psychiatriezentren-Süd<sup>1</sup> des Kantons St. Gallen teilt sich meine 80%-Anstellung auf in ca. 30% Patientenbehandlung und den Rest bestehend aus

---

<sup>1</sup> Im Kanton St. Gallen gibt es die Psychiatrie-Nord und -Süd, welche je nach politischen Bezirken noch aufgeteilt sind.



## Der Umgang mit Angst im Alltag - Auf den Wegen der Sinnfindung



**Marianne Zureich**

Marianne Zureich, geb. 1979. MA Theologie, eidg. anerkannte psychologische Psychotherapeutin. Therapiemethoden und Abschlüsse: Logotherapie und Existenzanalyse nach Frankl; WOP nach Böschmeyer; Persönlichkeitsstärkung nach Hadinger; Progressive Muskelentspannung nach Jacobson.  
2006 bis 2019 Theologin, v.a. Spezialseelsorgerin, 2017 bis 2021 Psychologische Psychotherapeutin, Zürich.

Wer kennt sie nicht, die Angst im alltäglichen Leben!? Dem gegenüber gibt es die pathologischen Ängste, worüber zahlreiche Bücher von Fachleuten ganze Regale füllen können. Die sogenannten pathologischen Ängste setzen notwendigerweise eine besondere Aufmerksamkeit und ein besonderes Wissen voraus, um im psychiatrisch-psychotherapeutischen Kontext behandelt werden zu können. Im Folgenden soll es stattdessen um einen möglichen Umgang mit Angst im Alltag gehen.

Was tun, bevor Angst einen packt? Der Zeitpunkt «bevor» ist insofern wichtig, da zum Zeitpunkt der Angstwahrnehmung auf der körperlich-psychischen Ebene das Gefühl der Angst dominiert und ein ruhiges Überlegen in den Hintergrund verdrängt wird. Daher scheint es in einem ersten Schritt hilfreich und erforderlich zu sein, zunächst einen ruhigen Zeitpunkt zu wählen und in einem zweiten Schritt einer persönlichen Frage nachzugehen:

Entwickle ich mich mit „dieser meiner Angst“ gerade ins Lebendige hinein oder ins Störende bzw. Zerstörende?

Diese grundsätzliche Frage weist auf eine Wahlmöglichkeit hin. Eine Wahl zu haben, vermindert das Gefühl, einer Angst voll und ganz ausgeliefert sein zu müssen. „Ja, ich neige zu dieser oder jener Angst im Augenblick. Ist es jedoch eine Angst, die mein Leben schützen kann oder ist es eine störende, vielleicht zerstörerische Angst, die mich blockiert und einengt in meiner Entwicklung?“ Im Bild gespro-

# Urvertrauen und Logotherapie



**Sr. M. Nicola Kaufmann**  
**Zusammenfassung der Diplomarbeit**  
**am ILE in Chur, März 2011 mit dem Titel**  
**„Urvertrauen – Selbstvertrauen“**

Sr. Nicola Kaufmann, Dominikanerin im Kloster Cazis (GR) seit 2000, Pfortenschwester.  
Hobbys: Lesen, die Natur, Wandern, gute Gespräche.

## **Zusammenfassung:**

Die Logotherapie ist eine sinnzentrierte Psychotherapie. Sie wurde begründet von dem Wiener Psychiater Viktor E. Frankl (1905 bis 1997).

Ein Grundgedanke der Logotherapie ist: Der Mensch sucht nach Sinn, und er findet erst in der Erfüllung eines Sinnes seine eigentliche Würde. Der „Wille zum Sinn“ ist Ausgangspunkt der Logotherapie als Heilkunde. Zum innersten Kern der Logotherapie gehört der Glaube daran, dass das menschliche Leben unter allen Umständen einen Sinn in sich birgt, auch wenn er uns zeitweise verborgen bleibt.

## **Kann verlorenes Urvertrauen zurückgewonnen werden?**

Die Logotherapie beantwortet diese Frage mit einem klaren „Ja!“ Die Logotherapie geht davon aus, dass das Urvertrauen ebenso im Menschen grundgelegt ist wie der Wille zum Sinn. Einige Therapierichtungen sehen in einer schwierigen und lieblosen Kindheit eines Menschen den endgültigen Verlust von Urvertrauen.

Da gibt uns die Logotherapie zum Glück eine hoffnungsvollere Perspektive. Eben weil das Urvertrauen von Anbeginn in jedem Menschen verwurzelt ist, kann es nie ganz verlorengehen. Selbst wenn es schwer erschüttert und verschüttet wurde, besteht die Möglichkeit, es neu zu beleben, wachsen zu lassen und zu festigen. Selbstverständlich sind dazu eine tiefe innere Heilung und auch viel Zeit und Geduld notwendig.

Was ist denn eigentlich bei einem Verlust des Urvertrauens geschehen?

## Empfehlenswerte Literatur:

### Samuel Pfeifer: „Angst – verstehen, beraten, bewältigen“

Bezugsquelle: Klinik Sonnenhalde, Gänshaldenweg 28, CH- 4125 Riehen.

Online-Bestellung: [www.seminare-ps.net](http://www.seminare-ps.net). E-Mail: [seminare@sonnenhalde.ch](mailto:seminare@sonnenhalde.ch)

Dr. med. Samuel Pfeifer: Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und 25 Jahre lang Chefarzt der Klinik Sonnenhalde in Riehen bei Basel. Von 2015 - 2020 Professor für Psychiatrie, Psychotherapie und Spiritualität an der Evangelischen Hochschule in Marburg. Durch seine Bücher und seine Fachartikel über Psychiatrie, Psychotherapie und Seelsorge international bekannt.

Aktuelle Themen und Seminarunterlagen: [www.seminare-ps.net](http://www.seminare-ps.net)



Angst ist ein Teil unseres Lebens. Angst kann uns schützen vor Gefahren. Wenn sie aber entgleist, wird sie zur Bürde und überschattet das ganze Dasein. Nicht wenige Menschen leben in einem Gefängnis der Angst, obwohl sie äusserlich gar nichts zu befürchten hätten. Wie kann man ihre Angst verstehen? Angst hat viele Gesichter, die sich ganz unterschiedlich präsentieren. Dabei schaukeln sich sorgenvolle Gedanken, ängstliche Gefühle und körperliche Stress-Symptome oft derart hoch, dass es zur Panik kommt. Wie kann man den betroffenen Menschen helfen? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Das Seminarheft vermittelt Konzepte und regt an zum Gespräch.

#### Lernziele:

Wie erkennt man Symptome und Formen der Angst? Was sind die Ursachen und Hintergründe von Ängsten?

Welche Auswirkungen haben Angststörungen auf die Lebensbewältigung und auf Beziehungen?

Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es für die Angst?

#### Aus dem Inhalt:

Gesunde und ungesunde Angst • Fragen zur Erfassung der Angstneigung • Grundformen der Angst • Der Kreislauf der Angst • Körperliche Symptome • Sensibilität



**Freitag, 3. Dezember 2021  
10:15 bis 15:30 Uhr**

## **Dem Sinn auf der Spur Einführung in Viktor Frankls sinnzentrierte Psychotherapie, genannt Logotherapie.**

**Dr. B. Tamara Steiner  
Seminar**

Meist finden wir die Spur zum Sinn ganz selbstverständlich, ohne besondere Bemühungen. Dann geschieht Förderliches in unserem Leben und es wendet sich auch dann noch zum Guten, wenn uns schwierige Situationen herausfordern. Manch eine Situation stellt uns jedoch erst einmal vor einen verdunkelten Sinnhorizont und Fragen, die ohne Antwort bleiben. Auch da gibt es Wege, einen Freiraum zu entdecken, der sich trotz allem gestalten und einem gelingenden Leben zuführen lässt.

Der Tag widmet sich dem Leben und Werk von Viktor Frankl sowie dem Thema Sinn. Kleine Übungen regen an, Sinn zu erfahren.

**Ort:** Institut für Logotherapie und Existenzanalyse,  
Freifeldstrasse 27 7000 Chur

**Anmeldung:** bis 26.11.2021  
Direkt absenden! Oder: [info@logotherapie.ch](mailto:info@logotherapie.ch) / 081 250 50 83

**Kursgebühr:** CHF 80.00



**14./15. Oktober 2021**  
**Workshop**

## **Die Freiheit der Berge**

**Helena Coiro Schwarz**  
**Leitung**

Willst du deine Freiheit entdecken?  
Wir machen uns mit dir auf den Weg.

Zwei Tage um sich Gedanken zu machen. Wer bin ich? Bin ich der Mensch, den ich sein will? Lebe ich meine Leben? Wie bin ich geworden, der Mensch, der ich bin?

**Ort:** NaturfreundeHütte Jägeri / Mastrils GR  
Übernachtung mit Halbpension

**Anreise:** Über Bad Ragaz, St. Margrethenberg, Dorf

**Kosten:** NFS Mitglieder: CHF 74.-; andere: CHF 86.-  
Kurskosten (2 Tage): CHF 150.-

**Anmeldung:** [helena@sunrise.ch](mailto:helena@sunrise.ch), Tel. 0041 79 648 58 14

Der Workshop findet bei jeder Witterung statt.  
Weitere Infos folgen nach der Anmeldung.  
Flyer siehe [www.logotherapie.ch](http://www.logotherapie.ch)



SGLE Schweizerische Gesellschaft für  
Logotherapie und Existenzanalyse

Freitag, 18. März 2022,  
10:00 bis 16:00 Uhr

## Logotherapie und Existenzanalyse heute: Kontroversen und Weiterentwicklungen

Prof. Dr. Alexander Batthyany  
Tagesseminar

Das Seminar führt uns an die Ränder und u.a. zu den Kontroversen der Logotherapie. Besprochen werden Kritiker (Timothy Pytell) und ehemalige Weggefährten Franks, die heute in einer offenen Konkurrenzbeziehung zur klassischen Logotherapie stehen (Alfried Längle und die „personale Existenzanalyse“). Weiter werden neuere und neueste Weiterentwicklungen der Logotherapie vorgestellt (u.a. die „selbstdistanzierende Methode zur Behandlung von Angst- und Zwangs-Störungen“ von Jeffrey M. Schwartz).

Ziele: Das Seminar soll die Teilnehmenden zu einer offenen und freien Auseinandersetzung mit diesen Bewegungen anregen, zur eigenen freien Urteilsbildung einladen und zu einer erweiterten und offeneren Diskussionskultur in der Logotherapie ermutigen. Die Beschäftigung mit Weiterentwicklungen und die Auseinandersetzung mit Kritikern der Logotherapie kann Entscheidendes zur Erweiterung der eigenen Sichtweisen und zur Vertiefung des eigenen Verständnisses beitragen.

**Zielgruppe:** Personen, die mit Viktor E. Franks Logotherapie vertraut sind  
**Ort:** Institut für Logotherapie und Existenzanalyse, Chur  
**Kosten:** CHF 90.00  
**Anmeldung:** bis 08. 03. 2022  
info@logotherapie.ch / Tel. 081 250 50 83 / 081 655 13 27  
finanzen@sgle.ch www.logotherapie.ch / www.sgle.ch



## Logotherapie-Ausbildung

### Grundkurs zu Viktor E. Frankls Menschenbild und Logotherapie

Er richtet sich an Personen, die

- offen und bereit sind für eine vertiefte Auseinandersetzung mit drängenden Fragen des Lebens
- sich für grundlegende Aspekte des Lebens und der Zwischenmenschlichkeit (geistige Werte, Sinnhaftigkeit, Menschlichkeit, Würde der Person) interessieren
- sich im eigenen, privaten wie beruflichen, Leben immer wieder vor die Sinn- und Wertfrage gestellt sehen und eine Neuorientierung erwägen
- den gegenwärtigen Zeitgeist unter dem Aspekt der Sinnhaftigkeit kritisch hinterfragen
- sich Gedanken machen über Entwicklungen in unserer hoch technologisierten modernen Gesellschaft, in der Menschlichkeit immer weniger Platz zu haben scheint
- nach Richtlinien im Umgang mit ratsuchenden Mitmenschen in Lebenskrisen suchen.

Ziele des Kurses:

Vertrautheit mit V. Frankls Lebensauffassung, Sicht auf verborgene Sinnmöglichkeiten in ausweglos erscheinenden Lebenslagen, Kenntnis von persönlichen Wegen und eigenen Ressourcen zur Überwindung lebensfeindlicher Einstellungen und Gewohnheiten. Wissensvertiefung und Hilfen zur praktischen Anwendung in ergänzenden Modulen.

Der Kurs umfasst vier Semester à fünf Wochenendseminaren (Samstag und Sonntagvormittag).

Nächster Kursbeginn: **15. Januar 2022**

Nach Abschluss und bestandenen Semesterprüfungen wird ein Zertifikat ausgestellt. Der Kursbesuch ist auch ohne Ablegung der Prüfungen möglich.

Kosten: CHF 1'900.00 pro Semester (inkl. Kursunterlagen und Prüfungsgebühren).

Nähere Angaben zu den Kursinhalten und zu weiteren Angeboten finden Sie auf unserer Webseite: [www.logotherapie.ch](http://www.logotherapie.ch)

Für weitere Auskünfte wenden Sie sich an den Institutsleiter:

Dr. phil. Reto Parpan

Freifeldstrasse 27, 7000 Chur

081 250 50 83 / 077 480 46 45

[info@logotherapie.ch](mailto:info@logotherapie.ch) / [reto.parpan@outlook.com](mailto:reto.parpan@outlook.com)

→ Auf die Sinnfrage zentriert → An tragenden Werten orientiert → Auf nutzbare Ressourcen bezogen







**SGLE** Schweizerische Gesellschaft für  
Logotherapie und Existenzanalyse

## **Einladung:**

### **Jubiläumstagung 25 Jahre ILE Jahrestagung der SGLE**

**Samstag, 13. November 2021 in Chur  
Im Institut für berufliche Weiterbildung (IbW)  
Höhere Fachschule  
Südostschweiz**

## **„Scham in der Psychotherapie – eine Hilfe zum Wandel“**

### **Referent:**

Prof. Dr. Daniel Hell

### **Nachmittagsprogramm:**

25 Jahre ILE – Eingetragene Früchte  
Berichte von ILE-Absolventinnen und Absolventen

Hauptversammlung der SGLE

Das Detailprogramm ist einsehbar unter:  
[www.sgle.ch](http://www.sgle.ch)