



# Mein Gehirn und ich

# Inhalt Heft 1– 2023

<b>Editorial</b>	<b>1</b>
<i>Rosmarie Mühlbacher</i>	
<b>Wo Logotherapie und Neurobiologie sich die Hand reichen</b>	<b>2</b>
<i>Jorge Cendales und Reto Parpan</i>	
<b>Wer entscheidet, mein Gehirn oder ich?</b>	<b>14</b>
<i>Gottfried Mathias Spaleck</i>	
<b>Neurowissenschaften und Logotherapie</b>	<b>22</b>
<i>Peter Suchla</i>	
<b>Die Jahrestagung 2022 in Bildern</b>	<b>30</b>
<i>André Brugger</i>	
<b>Rückblick auf die Jahrestagung SGLE/ILE</b>	<b>32</b>
<i>Dietmar Max Burger</i>	
<b>Persönliche Begegnung mit...</b>	<b>34</b>
<i>Interview R. Mühlbacher Daniela Furrer</i>	
<b>Bewusstsein und bewusstes Sein</b>	<b>43</b>
<i>Yonni Meyer</i>	
<b>Angewandte Logotherapie</b>	<b>45</b>
<i>Peggy Paquet</i>	
<b>Buch-Besprechungen/Empfehlungen</b>	<b>49</b>
<b>Informationen aus der SGLE/ Regionalgruppen</b>	<b>51</b>
<i>Peter Gumbal</i>	
<b>Informationen aus dem ILE</b>	<b>57</b>
<i>Reto Parpan</i>	
<b>Veranstaltungen</b>	<b>59</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>	Therese Hugentobler, Wildbergstr. 7, 9243 Jonschwil
<b>Copyright:</b>	by SGLE
<b>Präsident SGLE:</b>	Peter Gumbal, Rosenbergstrasse 4, 8820 Wädenswil
<b>Homepage:</b>	<a href="http://www.sgle.ch">www.sgle.ch</a>

## EDITORIAL



Liebe Leserin, lieber Leser

Das Thema der letzten Jahrestagung zum Thema Neurobiologie und Logotherapie hat uns motiviert, etwas länger dabei zu verweilen bzw. es noch zu vertiefen. Das Gehirn, ein hoch differenziertes und komplexes Gebilde, von dem ich bis anhin viel zu wenig wusste, es auch zu wenig wahrgenommen hatte. Und dennoch – es ist das wohl das wichtigste Organ in unserem Organismus nebst dem Herzen. Es verdient also, dass wir uns ihm zuwenden und uns dessen Potentiale, welche die Neurowissenschaften in den letzten Jahrzehnten erforscht und entdeckt haben, bewusst werden.

Im «Hauptgang» servieren wir drei verschiedene längere Artikel - jeder auf seine Art, teilweise auch überschneidend - als intellektuellen Genuss. Jorge Cendales hat sein Referat, zusammen mit Reto Parpan, aufgearbeitet. Es zeigt auf wie unglaublich komplex und wunderbar unser Gehirn funktioniert. Gottfried Spaleck hat seinen Vortrag, gehalten vor einem grossen Publikum im Haus Gutenberg/Balzers, extra für unsere Zeitschrift verschriftlicht. Er weist darauf hin, dass der Mensch nicht nur hirnhysiologisch gesteuert ist - im Gegensatz zur konstruktivistischen Neurobiologie - sondern ein Ich-Bewusstsein hat. Im Aufsatz von Peter Suchla wird der Zusammenhang von Neurowissenschaft und Logotherapie detailliert aufgezeigt. Vielleicht gilt es zunächst beim Lesen eine Auswahl zu treffen oder das Angebot häppchenweise zu geniessen, damit unser Gehirn nicht überstrapaziert wird!

Im Interview wird u.a. die Frage aufgegriffen, was ist der Mensch - im Fall von Demenzerkrankung – wenn das Hirn beeinträchtigt ist? Kann an die Stelle des Bewusstseins vielleicht «ein bewusstes Sein im Moment» (Yonni Meyer, ps.info 3/2015) treten? Ein schöner Gedanke. Beispiele aus der «angewandten Logotherapie», Buch-Rezensionen bzw. -empfehlungen, Infos und natürlich Bericht und Fotos von der Jahrestagung runden unser Menu ab.

Wir wünschen Ihnen Zeit zum genussvollen Lesen, vielleicht über die kommenden Ostertage und grüssen herzlich

Im Namen des Redaktionsteams

Rosmarie Mühlbacher

# Im Miteinander Potenziale entfalten. Wo Logotherapie und Neurobiologie sich die Hand reichen



Weiterführende Gedanken zum Vortrag von  
Jorge Cendales an der Jahrestagung 2022

Redigiert und ergänzt durch Reto Parpan

Den Ausgang des Vortrags bildet die vielzitierte, an *Viktor Frankl* angelehnte Aussage:

«Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl unserer Reaktion. In unserer Reaktion liegen unsere Entwicklung und unsere Freiheit. Mit unserer Reaktion beeinflussen wir unser Wachstum und unser Glück.»

## Wie frei ist der Mensch?

Die Frage, ob wir Menschen einen freien Willen haben oder ob unsere Entscheidungen und Handlungen nicht vielmehr einem Plan folgen, der ausserhalb unserer Kontrolle liegt, beschäftigt Wissenschaftler und Philosophen seit langem. Seit *Freud* hat sich das Modell etabliert, dass ca. 80 Prozent der Prozesse im Gehirn unterhalb unserer Bewusstseinschwelle ablaufen und sich somit unserer Kontrolle entziehen. Die dem Bewusstsein zugänglichen 20 Prozent werden mit der sichtbaren Spitze eines Eisbergs verglichen, dessen grösster Teil unter Wasser liegt und in dieser Metapher dem Unbewussten zugeordnet.

In den 80er Jahren des letzten Jahrhunderts wurden aufsehenerregende Experimente durchgeführt, die von manchen als Durchbruch in der Hirnforschung zur Willensfreiheit gefeiert wurden. .... (*Libet-Experiment*, vgl. Text von Spaleck, S. 14) Sie sahen darin den Beweis, dass die Willensfreiheit des Menschen eine Illusion sei. In Wirklichkeit werde der Mensch vollständig durch Hirnvorgänge gesteuert. Das Gehirn diktiere dem Menschen seine Entscheidungen.

Der Geist, mit seiner von *Frankl* postulierten Trotzmacht, schien damit entmachtet. Ein deterministisches Menschenbild schien die Wissenschaft (wieder) erobert zu haben.

## „Trotzmacht des Geistes“ neurobiologisch begründbar?

Nach dem heutigen Stand der Kognitiven Neurowissenschaften (Bewusstseinsforschung) ist Frankls Überzeugung von der Trotzmacht des Geistes neurobiologisch absolut haltbar und erklärbar. Zwar zeigt die moderne Gehirnforschung, dass Entscheidungen immer aus einem Areal getroffen werden, die dem *limbischen System*,

# Wer entscheidet: Mein Gehirn oder ich?

## Konstruktivistische Neurobiologie und logotherapeutisches Menschenbild



### Dr. med. Gottfried M. Spaleck

Geb. 1949, Studium der Humanmedizin, Weiterbildungen in Homöopathie und Naturheilkunde, Ausbildung in Psychotherapie und Achtsamkeitstherapie. Langjährige klinische Tätigkeit im Bereich Integrativer Medizin. Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl. Langjährige Tätigkeit als Dozent und Supervisor im Bereich Logotherapie und Existenzanalyse. Aktuell Mitarbeit an der Akademie für Logotherapie und Existenzanalyse in Mainz, am ILE in Chur/Schweiz, am Viktor-Frankl-Zentrum in Wien/Österreich. Mehrere Veröffentlichungen. Seit 1993 Tätigkeit in eigener psychotherapeutischer Praxis und Leitung des Instituts „Treffpunkt Sein und Sinn“ in Neuwied/BRD.

„Menschsein ist entscheidendes Sein“ – so beschreibt *Karl Jaspers* eine zentrale Erkenntnis der Existenzphilosophie. *Viktor Frankl* gliedert diese Aussage in das Fundament seiner Logotherapie und Existenzanalyse ein. In den letzten Jahren mehren sich die Aussagen einiger bekannter Neurobiologen, die darstellen, dass nicht der Mensch, sondern das Gehirn die jeweiligen Entscheidungen trifft.

Müssen wir also radikal umdenken und uns von der Wahrnehmung eines sich selbst bewussten, zur freien Entscheidung fähigen personalen Kerns im Menschen verabschieden?

### Das Libet-Experiment

Wie kommt es zu den Aussagen, dass das Gehirn unsere Entscheidungen trifft? Ausgangspunkt hierfür ist massgeblich das Experiment, das der amerikanische Neurophysiologe *Benjamin Libet* im Jahre 1979 durchgeführt hat. Das Ergebnis war, dass sich bei einer bewussten Entscheidung der Probanden für eine bestimmte Handbewegung in den zugeordneten Hirnarealen bereits eine halbe Sekunde vor der bewussten Willensentscheidung ein sog. „Bereitschaftspotential“ bildete. Libet zog aus diesem Ergebnis den Schluss, dass der freie Wille des Menschen nicht existiere, sondern das Gehirn alle Entscheidungen treffe. Zahlreiche Neurobiologen gingen und gehen noch weiter und legen dar, dass nicht nur der freie Wille, sondern letztlich jede bewusste Wahrnehmung des Menschen keine Wirklichkeit, sondern ein Konstrukt seines Gehirns sei.

Hierzu einige Zitate bekannter Neurobiologen:

„Unsere Wahrnehmungswelt wirkt so vollkommen, dass wir sie unreflektiert mit der realen Welt identifizieren, ohne uns bewusst zu sein, wie fragwürdig unsere Sinneswahrnehmung

# Neurowissenschaften und Logotherapie

**Wie die neuere Hirnforschung die psychotherapeutische Arbeit und die Gestaltung des Alltags bereichern**



**Dr. Peter Suchla**

Dipl.-Theol., Dipl.-Psych., Klinischer Psychologe; Psychotherapeut, Logotherapeut (DGLE), Supervisor (DGLE); Lehrtherapeut; Dozent am Nürnberger Institut für Existenzanalyse und Logotherapie, Gastdozent am Süddeutschen Institut für Logotherapie und Existenzanalyse, Fürstenfeldbruck. E-mail: suchla@web.de

**Der folgende Text ist ein Auszug aus einem längeren Beitrag mit obenstehendem Titel in „Existenz und Logos“, Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie/Beratung/Bildung der DGLE (Deutsche Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse), Heft 25-2017, S. 27-61.**

- I. Psychotherapie-relevante Erkenntnisse der neurowissenschaftlichen Forschung**  
(.....)
- II. Folgerungen für die psychotherapeutische Arbeit**  
(.....)
- III. Der Zusammenhang neurowissenschaftlicher Forschungsergebnisse mit Logotherapie**

Was haben die oben angeführten neurowissenschaftlichen Forschungsergebnisse mit Logotherapie zu tun? Eine ganze Menge. Denn die modernen neurowissenschaftlichen Ergebnisse sind nicht nur eindrucksvoll mit Viktor Frankls Ideen in Einklang zu bringen, sondern bestätigen sie geradezu. Aus diesem Grund tun sich Logotherapeuten auch leicht mit der Akzeptanz und Umsetzung der beschriebenen neurowissenschaftlichen Forschungsergebnisse, sie müssen sich dabei nicht verbiegen und schon gar nicht müssen sie sich von logotherapeutischen Prämissen und Leitlinien verabschieden. Als Beleg dafür mögen die folgenden Hinweise dienen, wengleich aus Platzgründen nur sieben Stichpunkte angeführt werden, die für Frankl freilich zentral sind. Wer sich mit Frankl auskennt, weiss, dass sich diese Liste leicht erweitern liesse.

## **1. Dreidimensionale Ontologie**

Der Mensch ist keine Maschine. Dasjenige an ihm, was zuweilen den Gedanken an eine Maschine aufkommen lässt, die Physis, ist nur ein einziger Bestandteil des Menschen, es gibt ferner noch die Psyche und – wie *Frankl* nicht müde wurde zu

# Die Jahrestagung 2022 in Bildern

André Brugger



# Rückblick auf die Jahrestagung SGLE/ILE vom 22.10.2022 in Luzern

## Bericht von Dr. Dietmar Max Burger

Am Samstag, 22. Oktober 2022, nahmen rund 50 Interessierte an der kombinierten SGLE/ILE-Jahrestagung teil. Sie fand im Seminarhotel Romerohaus (IG Arbeit) in Luzern statt. Zur Begrüssung standen wie üblich Kaffee und Gipfeli bereit – eine bewährte Gelegenheit für erste Kennenlern- und Austauschgespräche. Das Mittagessen konnte im hauseigenen Restaurant eingenommen werden. Auch dabei wurden Austauschgelegenheiten rege genutzt. Der traditionelle Büchertisch wurde von *Rosmarie Mühlbacher* betreut. Sie vertrat *Therese Hugentobler*, die krankheitsbedingt, abwesend war.

*Peter Gumbal*, Präsident der SGLE, führte wieder souverän durch die Tagung. *Reto Parpan*, Institutsleiter des ILE, stellte unseren Referenten, *Jorge Cendales* vor, der selber noch ergänzte: 62 Jahre alt, Kolumbianer, 5 Kinder, 6 Enkelkinder. Sein Vater war Quantenphysiker und hatte Kontakt mit dem deutschen Physiker Werner Karl Heisenberg (1901–1976).

Jorge Cendales führte mit den Teilnehmenden ein Dialogreferat durch zum **Tagungsthema: „Im Miteinander Potentiale entfalten - Wo Logotherapie und Neurobiologie sich die Hand reichen“** – Gehirn und die Trotzmacht des Geistes.

Kathrin Harder, seine Ehefrau, konnte ausbildungsbedingt leider nicht – wie ursprünglich vorgesehen – die Co-Leitung übernehmen. Der Referent gestaltete seinen Beitrag sehr lebendig und gestenreich – zum Teil im Dialog mit den Teilnehmenden – und brachte zahlreiche, verschiedene Impulse und Erklärungen.

Peter Gumbal bedankte sich bei Jorge Cendales mit zwei Gläsern Bienenhonig. Jorge Cendales erwiderte den Dank mit einer 10-sekündigen Umarmung, denn eine Umarmung mache intelligent. Der Präsident bedankte sich am Ende herzlich bei allen Gästen für die Teilnahme an der Tagung und wünschte allen einen schönen Nachhauseweg.

An der anschliessenden **Generalversammlung** dankte Peter Gumbal allen Mitgliedern im Vorstand herzlich für die tolle Zusammenarbeit. Für ihre wertvolle Arbeit erhielten alle Vorstandsmitglieder, und ferner auch *André Brugger* (Fotos/Zeitschrift SGLE), *Madeleine Monsch* (Zeitschrift SGLE) und *Ludwig Ziegerer* (Zeitschrift SGLE), ein kleines, geheimnisvolles Dankeschön-Päckli.

Der Jahresbericht wurde einstimmig genehmigt und verdankt. Die Revisorin *Elisabeth Zwicker* stellte im Namen des Revisoren-Teams (mit *Paul Lehmann*) fest, dass die Buchhaltung und die Mitgliederverwaltung von unserem Kassier *Alois Eicher*

## Persönliche Begegnung mit...



**Daniela Furrer im Gespräch mit Rosmarie Mühlbacher, Vorstandsmitglied SGLE**

Geb. 1963, wohnt und arbeitet in St. Gallen seit 1990. Ausbildung zur Dipl. Familienhelferin, aktuelle Tätigkeit im Pflegebereich in der Stiftung Halden, Wohnen & Leben im Alter. Diverse Weiterbildungen: Erwerb des Eidg. Fähigkeitsausweises als Hauspflegerin BBT, Behandlungspflegekurs, Team-Coach, Basale Stimulation, Kinaesthetic, Validation, Palliative Care, Klangmassage nach Peter Hess, Lebensenergieberaterin nach Erich Körbler, Interdisziplinäres Führungstraining am KSSG, Ausbilderin mit eidgenössischem Fachausweis (SVEB), u.a. Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor Frankl in Chur mit der Diplomarbeit 'Menschenwürde trotz Demenz'.

**Daniela, Dein Dialekt verrät mir, dass du aus einer ganz anderen Region in der Schweiz, nämlich aus dem Wallis stammst. Wie kommt es, dass es dich in die Ostschweiz verschlagen hat?**

Ganz einfach – aus privaten Gründen, vom Herzen her... Seit 1990 lebe und arbeite ich in der Ostschweiz.

**Erzählst du uns etwas über deinen beruflichen Werdegang?**

Ich komme ursprünglich aus der Familienhilfe. Der Beruf hiess damals «Familienhelferin», später wurde dieser in «Dipl. Hauspflegerin» umbenannt und zwischenzeitlich hat sich sehr viel verändert. In der Ausbildung ging ich in verschiedene Praktika nach Biel (BE), St. Gallen und Breitenbach (SO), wobei die Arbeit in verschiedenen Familien im Betreuen von Kindern, Müttern, Menschen mit psychischen Erkrankungen, älteren Menschen, sowie auch in der Ausübung von pflegerischen Verrichtungen bestand. Das so genannte Pflichtjahr absolvierte ich in Biel (BE) in der Spitex. Anschliessend arbeitete ich für vier Jahre in Zermatt und Umgebung in der Spitex, wo wir im Team zu dritt waren; ein Sozialarbeiter, eine Krankenschwester und ich als Hauspflegerin. Damals war es noch möglich, dass die Krankenschwester und ich auch im Bereich der anderen zeitweise Vertretungen übernahmen (heute sind dort über 40 Mitarbeitende tätig). Ja und dann kam ich in die Ostschweiz und war

## Die vier Phasen der Verwirrtheit nach Naomi Feil<sup>1</sup>

Naomi Feil beschreibt das Erleben und die Fähigkeiten der Betroffenen in vier Phasen der Desorientiertheit, die sich innerhalb eines Tages abwechseln können. Feil geht davon aus, dass jeder alte, verwirrte Mensch diese Phasen durchläuft, wenn er ohne Hilfe bleibt. Die Validationstechnik sieht Feil als Möglichkeit, das Abgleiten zu verhindern oder wenigstens zu verzögern.

### 1. Phase der mangelhaften oder unglücklichen Orientierung

Diese Menschen sind zeitlich und räumlich orientiert. Sie wissen, wer sie sind, erkennen ihre Mitmenschen. Dennoch können sie ihre Situation nicht akzeptieren. Sie sind unglücklich. Sie beklagen sich, klagen an. Sie beschuldigen und verdächtigen ihre Mitmenschen schlechter Dinge. Ein Streit über den Wahrheitsgehalt des Gesagten ist vergeblich.

### 2. Phase der räumlichen und zeitlichen Verwirrtheit

«Ich muss zu meiner Tochter, sie ist krank und braucht mich!» Wenn eine 90-jährige demente Frau so etwas sagt, ist sie wahrscheinlich räumlich und zeitlich verwirrt. Sie ist in der Vergangenheit und an einem anderen Ort. Es nützt gar nichts, sie zeitlich und räumlich orientieren zu wollen.

### 3. Phase der sich wiederholenden Bewegungen

Schreitet der Abbau der kognitiven Fähigkeiten weiter voran, kommunizieren die Menschen über erlernte Bewegungen aus der Vergangenheit. Das kann das Hammerklopfen eines Handwerkers sein, die Bewegung des Nähens, des Kinderwiegens. Auch in dieser Phase ist Kommunikation möglich, und die Betroffenen können aus ihrer Abwesenheit zurückkehren, an Gruppenaktivitäten teilnehmen und wieder Interesse an ihrer Umwelt zeigen.

### 4. Phase des Vegetierens

Auf der letzten Stufe ihrer Erkrankung sind die Demenzen völlig teilnahmslos. Sie sitzen apathisch im Stuhl, reagieren nicht auf Ansprache und benehmen sich in Naomi Feils Worten «wie lebendige Tote». In diesen Zustand geraten alte Menschen hauptsächlich dann, wenn die Pflegenden und Angehörigen auf ihre Anfragen nicht passend reagieren, wenn sie ihre Anliegen nicht wahrnehmen und ignorieren. Dann ziehen sich alte Menschen völlig in sich zurück. Diese Stufe gilt es zu vermeiden. Ein guter Weg dazu ist gemäss Feil die Validation.

---

<sup>1</sup> Aus: Curaviva 2/10, Validieren heisst: In den Schuhen des anderen gehen»

# Bewusstsein und bewusstes Sein<sup>1</sup>



**Yonni Meyer**

Geb. 1982, studierte Sprachwissenschaften und Psychologie an der Universität Fribourg. Im Juli 2013 rief sie den Facebook-Blog «Pony M.» ins Leben. Sie schreibt Meyer Kolumnen für watson, die Huffington Post und das Satiremagazin KULT. 2014 erschienen ihre gesammelten Texte erstmals als Buch. Y. Meyer gilt als eine der bekanntesten Online-Autorinnen der Schweiz.

Wir werden immer älter. Der Fortschritt in Medizin und anderen Wissenschaften lässt uns länger, komfortabler und gesünder leben. Doch es gibt noch immer Ecken und Enden des menschlichen Lebens und Zerfalls, welche die Forscher nicht in den Griff bekommen.

Demenz gehört dazu. Und nicht nur Wissenschaftler stossen bei diesem Thema an ihre Grenzen, auch die Gesellschaft als Ganze tut es. Verständlicherweise. Sich damit auseinandersetzen bedeutet, sich einer schier unvorstellbaren Unfairness zu stellen – und sich mit der Möglichkeit zu befassen, dass sie einen selbst und die Menschen, die man liebt, irgendwann betreffen kann.

Die Konfrontation mit Demenz ist eine Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des Seins, einer Endlichkeit auf Raten. Es geht nicht darum, mit dem plötzlichen Tod eines geliebten Menschen umzugehen, sondern darum, nach und nach die Verbindung zu ihm/ihr zu verlieren, damit umgehen zu müssen, nicht mehr ranzukommen an den Vater oder die Mutter, den Grossvater oder die Grossmutter, obwohl er/sie physisch noch immer da ist – zu akzeptieren, dass der Kindheitsheld, die Kämpferin, der Intellektuelle, die Abenteurerin nicht mehr zurückkommt.

---

<sup>1</sup> Originalbeitrag erschienen in Psinfo 3/2015, © Pro Senectute). Gratis-Bestellmöglichkeit der Fachzeitschrift: [www.prosenctute.ch/de/dienstleistungen/publikationen/ps-info.html](http://www.prosenctute.ch/de/dienstleistungen/publikationen/ps-info.html)

# Angewandte Logotherapie

## Die „Liebevollle Zwiesprache“

Ein not-wendiges inneres Handwerkszeug



**Peggy Paquet, Heilpraktikerin und Logotherapeutin**

Studium der Pharmazie (FH), Logotherapieausbildung am Süddeutschen Institut für LT&EA bei Frau Dr. Elisabeth Lukas, Zulassung als Heilpraktikerin für Psychotherapie, Anerkennung zur Supervisorin (DGLE). Kinder-Traumatherapie.

Therapeutische Beratung für Einzelpersonen, Paare und Familien, Supervisorin und Referentin, Seminartätigkeit. Mitglied im Verband Freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychologischer Berater e.V. und Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (DGLE).

*Liebevollle Zwiesprache*<sup>®</sup> - Entwicklung einer neuen Körperorientierten Gesprächs- Trauma-Therapiemethode zur Lösung von emotionalem Schmerz und Integration heilsamer Wesensqualitäten inkl. Ausbildungstherapeutin.

Die heile geistige Person beinhaltet die Fähigkeit, zu unseren körperlichen und psychischen Gegebenheiten Stellung zu nehmen. Wir können trotz physischer Unpässlichkeiten und trotz unserer Angst in die Arbeit gehen oder unsere Kinder versorgen. Doch was geschieht, wenn unsere Gefühle sehr intensiv sind, wenn sie so stark sind, dass wir auf unsere guten Vorsätze und unseren guten Willen nicht mehr zugreifen können? Wir alle kennen solche Situationen, in denen starke Gefühle uns zu Handlungen antreiben, die wir selbst nicht gutheissen. Dagegen anzukämpfen ist einerseits enorm kraftraubend und andererseits nur sehr begrenzt hilfreich.

Hier ist es notwendig, an der Grundursache anzusetzen. Diese ist die enorme Kraft der in uns wirkenden emotionalen Ladung, die unsere Empathiefähigkeit einschränkt, unsere Wahrnehmung verzerrt und unsere Fähigkeit zur Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz verringert. Auch eine starke Emotion kann unsere geistige Dimension beeinträchtigen oder sogar blockieren. Mit Hilfe der Methode Liebevollle Zwiesprache können wir eine Öffnung schaffen, durch die die geistige Person wieder die Oberhand gewinnt.

### **Was ist die Liebevollle Zwiesprache?**

Sie ist ein innerer Prozess, durch den wir ein Gefühl, das uns schmerzt und belastet, umfassend wahrnehmen und annehmen können und mit dem wir selbstständig durch einen emotionalen Schmerz hindurchgehen und ihn heilen können.

Es findet dabei nicht nur eine Beruhigung der Emotionen, sondern eine vollständige Lösung und eine Umwandlung statt. Die blockierende Energie einer destruktiven

## Buch-Besprechungen/ Empfehlungen

Joachim Bauer: **Das empathische Gen**,  
Herder, Freiburg i. Br. 2021, 208 S. , ISBN: 978-3-451-03348-3 (Print)

Der Mediziner und Neurowissenschaftler *Joachim Bauer* legt in seinem Buch „Das empathische Gen“ neurobiologische Erkenntnisse vor, die belegen, dass Frankl recht hatte: Der Mensch ist ein auf Sinn, Gemeinsinn und Humanität angelegtes Wesen. Während Frankl die geistige Dimension im Blick hatte, weist mittlerweile die Neurobiologie nach, dass der Mensch auch qua seiner Biologie ein prosoziales, sinngelitetes Lebewesen ist. Wir sind also auch genetisch darauf angelegt, den anderen und dessen Wohlergehen im Fokus zu haben. „Unsere Gene sind keine Egoisten“, hält Bauer fest.



„In einer Zeit großer Veränderungen braucht es Hoffnung, Mut und eine an Werten orientierte Richtschnur“, so Bauer. Er macht zwei Disziplinen aus, die hier entscheidende Impulse liefern: die Philosophie und die „molekularbiologische, neurowissenschaftlich und psychosomatisch fundierte“ Medizin, die den Menschen als Ganzen im Blick habe. Als zeitgenössischen Philosophen, der richtungsweisend sein könne, führt der Autor *Markus Gabriel* an, der in seiner Publikation „Moralischer Fortschritt in dunklen Zeiten“ aufzeigt, was der Mensch *soll*, um ein „gutes Leben“ führen zu können. Gabriel proklamiert eine „neue Aufklärung“ als ein interdisziplinäres Projekt. Bauer will aus neuro-wissenschaftlicher und psychosomatischer Sicht darlegen, ob der Mensch das, was er gemäss Philosophie *soll*, denn auch wirklich *kann*. Denn: „Es wird [...] nicht ausreichen, zu wissen, was ‚das Gute‘ ist. Es wird vor allem darauf ankommen, ob wir als Menschen Potentiale besitzen und entfalten können, das Gute auch zu tun.“

Die griechischen Philosophen erkannten im „guten Leben“ wahres Glück und Lebensfreude. Sie nannten es „*Eudaimonia*“, das Gegenstück zum Hedonismus, der auf Genuss und das meist kurzfristige und auf sich selbst bezogene Glücksempfinden fokussiert ist. „Im Gefolge des grossen *Viktor Frankl*, der ein Sinn-geleitetes Leben als den Dreh- und Angelpunkt psychischer Gesundheit betrachtete, geriet [...] auch die *Eudaimonia*, das Sinn-geleitete, nach dem ‚Guten‘ strebende Leben

Menschen, doch ohne dessen Stellungnahme, Verantwortlichkeit und Hingabe wird er nicht zu dem, was er sein soll. Er ist aufgefordert zu tun, was in seinen Genen angelegt ist.

**Mirjam Christen**

Michael Spitzbart: **Wenn das Gehirn seinen Verstand verliert. Wie es gelingen kann, Demenz vorzubeugen.**

Scorpio Verlag München, 2021

Der Arzt *Michael Spitzbart* (Jg. 1957) hat sich auf orthomolekulare und präventive Medizin spezialisiert, arbeitet mit natürlichen essentiellen Substanzen und schreibt seit Jahren erfolgreich Bücher zur Gesundheitsprävention.



Aus logotherapeutischer Sicht ist sein (neues) Buch zum Thema Demenz und Alzheimer sehr zu empfehlen. Im ersten Kapitel erklärt er wie demenzielle Erkrankungen entstehen. Für Nicht-Mediziner vielleicht nicht alles so leicht verständlich. Auch wenn man nicht ganz alles, was bei den hirnbioologischen Prozessen abläuft, nachvollziehen kann und wie gehirnorganischen Erkrankungen entstehen (er unterscheidet zwischen neurodegenerativer Demenz und vaskulärer Demenz), so fällt doch auf, dass er sich von der positivistischen Sicht der Genforschung distanziert und das Gehirn als äusserst komplexes Organ versteht, das weit mehr ist der komplizierteste Bauplan eines Computers. Letzterer ist für den Fachmann bis ins letzte Detail bekannt, während man das vom menschlichen Gehirn nicht

sagen kann, zumal jeder Mensch ein unverwechselbares Individuum mit einer geistigen Dimension ist.

Nicht wenige glauben, nachdem sich im Jahr 2000, als die sensationelle Nachricht über den Globus verbreitete, dass das menschliche Genom entschlüsselt sei, und sich damit auch alle Krankheiten erklären liessen, weil in den Genen unser ganzer Bauplan angelegt ist. Alles, was unser Leben ausmacht, wird von ihnen gesteuert, inclusive unsere Erkrankungen. *Bill Clinton*, der damalige US-Präsident, veranstaltete etwas naiv wissenschaftsgläubig eine Feierstunde im weissen Haus und verkündete: „Heute lernen wie die Sprache, mit der Gott das Leben geschaffen hat!“. Von da an glaubte man, der Krebs sei damit besiegt, das Ende der Erbkrankheiten eingeläutet und der Alterszucker Geschichte. Heute sehen wir das alles etwas nüchterner, weil wir nach wie vor mit all diesen Erkrankungen leben müssen.

Joachim Bauer: **Prinzip Menschlichkeit. Warum wir von Natur aus kooperieren**  
Heyne Verlag, 2008, 256 S. ISBN: 978-3-453-63003-1



Prof. Dr. med. Joachim Bauer ist Neurowissenschaftler, Arzt und Psychotherapeut. Nach erfolgreichen Jahren an der Universität Freiburg lehrt und arbeitet er heute in Berlin. Für seine Forschungsarbeiten erhielt er den renommierten Organon-Preis. Er veröffentlichte zahlreiche Sachbücher, u. a. »Warum ich fühle, was du fühlst«. Zuletzt erschienen bei Blessing/Heyne der SPIEGEL-Bestseller »Selbststeuerung Die Wiederentdeckung des freien Willens« (2015), »Wie wir werden, wer wir sind Die Entstehung des menschlichen Selbst durch Resonanz« (2019) und »Fühlen, was die Welt fühlt« (2020).

Inhalt: Kampf oder Kooperation? Der renommierte Medizinprofessor und Psychotherapeut Joachim Bauer widerlegt die weit verbreitete These, der Mensch sei primär auf Egoismus und Konkurrenz eingestellt. Ausgehend von aktuellsten neurowissenschaftlichen Erkenntnissen zeigt er, dass das menschliche Handeln vielmehr durch das Streben nach Zuwendung, Wertschätzung und Kooperation bestimmt wird.

Naomi Feil, Vicki de Klerk-Rubin: **Validation - Ein Weg zum Verständnis verwirrter alter Menschen.**

Ernst Reinhardt Verlag 2017, 167 S. ISBN: 978-3-497-02391-2



Naomi Feil, Sozialwissenschaftlerin und Gerontologin, Direktorin des Validation Training Institute Cleveland; Vortragsreisen in den USA und in Europa. Vicki de Klerk-Rubin, Krankenschwester und Validations-Master, Europa-Managerin der Validationsinstitute; Vortragsreisen weltweit.

Naomi Feil hat für den Umgang mit desorientierten alten Menschen die Methode der Validation entwickelt. Validation akzeptiert den Menschen so, wie er ist. Die Gefühle und die innere Erlebniswelt des verwirrten Menschen werden respektiert. Diese Menschen in ihrer eigenen Welt zu erreichen - das ist die Kunst der Validation. Das Buch ist ein unverzichtbarer Leitfaden für alle, die mit der Behandlung und Pflege desorientierter Menschen betraut sind.

## Informationen aus dem Vorstand der SGLE

**Peter Gumbal, Präsident der SGLE**

Im Februar haben wir uns mit den Regionalleiterinnen und -leitern der SGLE Schweiz zu einem Austausch getroffen. Es ist spannend zu hören, wie jede Regionalgruppe individuell unterwegs ist. Mit Elisabeth Ansen Zeder konnten wir in der Romandie eine neue Gruppe starten.

Für unsere Jahrestagung 2023 im Herbst sind wir noch in der Planung. Sobald wir mehr Informationen haben, können diese auf unserer Webseite oder im Newsletter verfolgt werden. Es lohnt sich, immer wieder mal in unsere Webseite [www.sgle.ch](http://www.sgle.ch) zu schauen.





## Informationen aus dem ILE

### Dr. Reto Parpan

Das Erfreulichste gleich am Anfang: Die Schweizerische Gesellschaft für Beratung SGfB hat unseren neuen dreistufigen Lehrgang "Logotherapeutische Beratung nach Viktor E. Frankl" anerkannt. Diese Anerkennung ist ein Qualitätssiegel dieses Lehrgangs und führt ihn zu einer guten Positionierung auf dem Markt der Ausbildungen für Beratung im psychosozialen Bereich. Das auf Grund dieses Lehrgangs ausgehändigte Diplom eröffnet überdies einen erleichterten Zugang zur sog. "höheren Fachprüfung". Zwei der vier Prüfungsteile werden erlassen. Der erfolgreiche Abschluss dieser Prüfung berechtigt zum Tragen des geschützten Titels «Beraterin bzw. Berater im psychosozialen Bereich mit eidgenössischem Diplom». Näheres erfahren Sie auf der Website <https://www.sgfb.ch/de/hoehere-fachpruefung-hfp>

Sehr erfreulich ist auch der gelungene Start der Zusammenarbeit mit dem Haus Gutenberg in Balzers FL. Am Abendvortrag vom 12. Januar 2023 mit unserem Dozenten Dr. Gottfried Matthias Spaleck zum Thema "*Wer entscheidet – mein Gehirn oder ich*" haben 80 Personen teilgenommen. Zwei weitere gemeinsame Veranstaltungen sind für dieses Jahr geplant: Am 25. März 2023 ein Tagesseminar mit Gottfried Matthias und Ulla Spaleck zum Thema: "*Globale Krisen und logotherapeutisches Menschenbild*" und am 12. Oktober 2023 ein Vortrag mit Herrn Spaleck zum Thema: "*Wege zur Gesundheit – Wege der Entscheidung*".

Die beiden für Januar und Februar 2023 vorgesehenen zweitägigen Seminare am ILE mussten wegen zu wenig Anmeldungen leider abgesagt werden. Sie werden in verkürzter Form als eintägige Veranstaltungen nochmals angeboten. Das Seminar mit Frau Prof. Dr. Anna Maria Pircher-Friedrich zum Thema: "*Mit Sinn und innerer Stärke den wachsenden Herausforderungen trotzen und daran wachsen*" findet am 4. Juli 2023 statt. Das Seminar mit unserer Dozentin Monika Wohlmuth zum Thema "*Führung erfolgreich gestalten*" wird auf Februar 2024 verschoben.

Der Online-Einführungskurs mit B. Tamara Steiner und Bruno Frischherz wird auch in diesem Jahr angeboten. Die nächsten Daten sind: 27. März und 10. Mai 2023, jeweils von 18:00 bis 20:00 Uhr.

Der Stiftungsrat konnte Anfang Dezember mit Philipp Rapp ein weiteres Neumitglied gewinnen. Er hat eine logotherapeutische Ausbildung an der Europäischen Akademie für Logotherapie und Psychologie EALP in Graz absolviert und ist als selbstständiger Coach in der



**Mittwoch, 10. Mai 2023, 18.00 - 20.00 Uhr**

**Online-Kurs**

## **Einführung in die Logotherapie und Existenzanalyse**

**Dr. Tamara Steiner und Dr. Bruno Frischherz**

**Dozierende am Institut für Logotherapie und Existenzanalyse.**

Dieser online-Kurs gibt einen ersten Einblick in das Menschenbild und die Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl. Im Zentrum steht dabei die geistige Dimension des Menschen mit seiner Freiheit, seiner Verantwortlichkeit und seinem Willen zum Sinn.

Gleichzeitig erhalten Sie Informationen über die neue dreistufige Ausbildung „Sinn-zentrierte Beratung nach Viktor E. Frankl“, die im August 2022 beginnt.

Der Kurs ist kostenlos.

Anmeldung telefonisch (077 480 46 45 / 081 655 13 27)  
oder per E-Mail unter: [info@logotherapie.ch](mailto:info@logotherapie.ch).