Vorwort

Der Blickwinkel, unter dem das Thema „Abhängigkeit“ in diesem Buch behandelt wird, ist das „Süchtig Sein“ als humanes Phänomen, dem jeder Mensch in kleinerem oder größerem Maße ausgesetzt ist. Abhängigkeiten haben einen gemeinsamen Kern, der mit dem Wesen der menschlichen Existenz zu tun hat (Tiere werden in der Regel nicht abhängig!). Jeder Mensch ist somit der Gefahr des Abhängig-Werdens grundsätzlich ausgesetzt. So ist der Übergang von Liebhaberei und Gewöhnung zur Abhängigkeit, worin der Verlust von Freiheit schließlich spürbar wird, nur fließend. In den leichten Formen von Abhängigkeit, die praktisch jeder Mensch dann und wann erlebt, sind bereits die Charakteristika enthalten, die sich in den schweren, krankhaften Abhängigkeitsentwicklungen wiederfinden, wie z. B. der Mangel an emotional erfüllendem Erleben, von authentischem Gespür für sich selbst, von Fähigkeiten im Umgang mit Leid und Problemen, einer regressiven Erwartungshaltung mit Wunschmotiven und einem Defizit an Sinn. In manchen Fällen von Abhängigkeit übernehmen allerdings die substanzgebundenen Eigenschaften des Stoffes bald die führende Rolle und prägen das Erscheinungsbild der Sucht durch die Dominanz der körperlichen Abhängigkeit.

Der Hintergrund, aus dem die meisten Beiträge in diesem Buch stammen, ist die Existenzanalyse und Logotherapie sowohl in ihrem ursprünglichen Ansatz, wie ihn der Wiener Psychiater und Neurologe V. E. Frankl entwickelt hat, als auch in der Weiterentwicklung und methodisch-theoretischen Ausgestaltung, wie er in den letzten zehn Jahren im Rahmen der internationalen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (GLE - Sitz in Wien) geschehen ist. Die Existenzanalyse kann als eine phänomenologische Psychotherapie bezeichnet werden, die in ihrer Weiterentwicklung das personale Geschehen als motivationalen und emotionalen Hintergrund stärker betont als dies Frankl tat. Die heutige Existenzanalyse beschäftigt sich daher mehr mit den Voraussetzungen sinnvoller Existenz und den Mitteln und Prozessen, sie zu erreichen, als mit der

Beschreibung des Endergebnisses („wie es sein soll"). In der Existenzanalyse hat Frankl versucht, die theoretischen Erkenntnisse der Existenzphilosophie (vor allem M. Scheler, aber auch K. Jaspers, M. Heidegger und S. Kierkegaard) für die Psychotherapie fruchtbar zu machen. Wie alle existentiellen Richtungen der Psychotherapie setzt die Existenzanalyse am Erleben an (und nicht an der Erinnerung oder am Verhalten). Ihre Vorgangsweise ist primär phänomenologisch, d.h. nicht theoriegeleitet-deutend, sondern dialogisch-verstehend. Die Existenzanalyse arbeitet somit in erster Linie mit dem, was sich im Gespräch am Patienten und im eigenen Erleben des Therapeuten zeigt und greift nur bei gezielten Indikationen Phantasien oder die Vergangenheit auf. Vielmehr spielt der Lebensentwurf als Ganzes eine Rolle, mit seiner Vergangenheit und Zukunft, für die ein Mensch aktuell (im hier und heute) leben will. Durch diese methodische Vorgangsweise ergibt sich ein prozeßorientierter Zugang zu einer sinnvollen Existenz, die den besten Schutz vor jener Leere darstellt, in der sich erst der Sog der Abhängigkeit entwickeln kann.

Daß die heutige Zeit mit ihrer starken Außenorientierung und Materialisierung ihren Teil dazu beiträgt, daß die Suchtpotenzen in der Gesellschaft verstärkt werden, wird durch die Statistiken bestätigt. Da die meisten Menschen in der westlichen Welt heute nicht mehr für ihr Leben kämpfen müssen und viele traditionelle Bindungen und Werte einer stabilen Beziehungswelt aufgebrochen sind, was weithin auch mit einem religiösen Vakuum einhergeht, fehlt den Menschen heute das ursprüngliche Empfinden für den Sinn des Lebens, nach dem sie ihr Handeln ausrichten können, und für die Sinnzusammenhänge, in denen Menschsein zu verstehen ist. Diese existentielle Leere und geistige Not, wie sie Frankl bezeichnete, machen den heimatlos Gewordenen besonders anfällig für andere „Bindungen", nämlich für Abhängigkeiten und Süchte, Sektenwesen, soziale (modische) Trends und Gruppenzugehörigkeiten sowie politische Führer.

Sowohl die individuelle Anforderung an eine eigene Lebensgestaltung und an das Sinnverständnis als auch die entfremdende, gesellschaftliche Wirklichkeit heute sind eine Herausforderung an ein existenzanalytisches Denken, einen spezifischen Beitrag zur Entstehung, Prophylaxe und Therapie der Sucht zu geben. Wir verstehen dieses Buch als Anstoß, durch den die

spezifische Arbeit auf der Ebene der existentiellen Lebensführung weitergebracht werden soll, sodaß zu einem späteren Zeitpunkt noch mehr Erfahrungen und Einblicke sowohl über die Not des Süchtig-Seins wie über die Hilfen zur Erlangung einer erfüllten Existenz vorgelegt werden können. Das Buch, das hier vorliegt, ist ein Beginn.

Anlaß zu diesem Buch war eine Tagung der GLE, die 1991 in Graz stattgefunden hatte. Die dort geführten Diskussionen und die wichtigsten Vorträge bilden den Kern des Buches. Dazu kamen dann weitere Arbeiten der nachfolgenden Jahre, die das Buch abrundeten. Wir möchten im folgenden nun einen kurzen Überblick über die Beiträge geben.

Am Beginn gibt A. Längle einen knapp gefaßten Abriß über die Existenzanalyse und Logotherapie. Er umfaßt das Menschenbild und die Motivationstheorie sowie die Sinnlehre der Logotherapie. Vom theoretischen Hintergrund werden die anthropologischen Implikate der Suchtentstehung abgeleitet. Einige Anleitungen zur Vermittlung logotherapeutischer und existenzanalytischer Inhalte für Lehrgänge der Suchtkrankenhilfe und ein ausführliches Literaturverzeichnis runden den Eröffnungsbeitrag ab.

J. Rauch und A. Görtz gehen in der folgenden Arbeit von einem anderen Standort aus, nämlich von der reinen Praxiserfahrung. Sie zeigen Entwicklungen und Wege, die in die Abhängigkeit führen und geben therapeutische Hinweise. Die zentrale Erfahrung, die sie in ihrer existenzanalytischen Arbeit in einer stationären Einrichtung gemacht haben, ist der Selbstverlust der Suchtkranken. Ihre psychotherapeutische Arbeit liegt daher im besonderen in der Arbeit am Selbstbild und an der Selbstfindung.

M. Rainer stellt eine eigene Untersuchung an 50 Alkoholkranken vor. Sie zeigt, daß innere Leere und Sinnlosigkeitsgefühl („existentielles Vakuum“ nach Frankl) das häufigste Trinkmotiv ist, erst dann folgen Beziehungsprobleme in Partnerschaft und Familie. In einem spezifischen Testverfahren der Existenzanalyse, der Existenz-Skala, sind alle Werte bezüglich personaler und existentieller Ressourcen deutlich reduziert.

Ch. Wurm bringt einige klinische Überlegungen zu alkoholinduzierten Problemen und Komplikationen und die Stellung des Alkoholkranken im sozialen Feld. Dann beschreibt er das „Motivational Interviewing“ aus der kognitiven Psychotherapie, das große Ähnlichkeiten zur logotherapeutischen Denkweise hat. Er hält es für ein geeignetes Mittel, um die Motivation des Patienten für die Psychotherapie zu erhöhen. Dem Modell stellt er beispielhaft ein logotherapeutisches Fragensortiment gegenüber, mit dem der Sinn- und Wertehorizont der Patienten aufgeblendet werden soll.

Einige kurze Suchtbeschreibungen verschiedener Autoren hat E. Guth zusammengestellt. Sie stellt dann das psychoanalytische Suchtverständnis neben das der Existenzanalyse und Logotherapie und schafft so einen knapp gehaltenen Überblick über die beiden Konzeptionen.

Danach gehen A. Längle und Ch. Probst ausführlich auf die existenzanalytische Sicht der Suchtkrankheit ein. Einleitend wird das Wesen der Sucht auf psychologischer Ebene beschrieben. Sucht wird in der Folge als Interaktion von Gesellschaft, Individuum und Stoffwirkung formalgenetisch umrissen und im weiteren ihre Dynamik aufgerollt, die insbesondere in der Interaktion mit der Psychopathologie verstanden wird. Das Verhältnis von Sucht und Personsein wirft deutlich die Unklarheit des Wollens und die Apersonalität des Verhaltens auf. Dadurch kommt die Bedürftigkeit des Menschen in den Vordergrund, die zu einem Hunger nach Erleben eigener Vitalität führt. Die mit der Sucht einhergehende Abkehr vom Objekt (und Hinwendung zum subjektiven Erleben) sehen die Autoren als Grund für den anhaltenden Mangelzustand, in dem sich das „Drama des Lebenshungers“ abspielt.

Der Philosoph N. Espinosa bezieht das Süchtig-Sein auf eine Theorie der Erfahrung, in der das Scheitern-Können ein ganz wesentlicher Aspekt des Lebens ist. Wenn die Jugend auf etwas verzichtet, was sie schon zu haben glaubt, nämlich Erfahrung, dann verzichtet sie auf das „experimentierende Leben“, das das Scheitern als Möglichkeit an sich hat. Aber ohne die Möglichkeit des Scheiters gibt es keine Erfahrung und dadurch kein Existieren. Das bereitet den Weg zur süchtigen Lebenshaltung.

Der inzwischen verstorbene Phänomenologe und Psychiater Hubertus Tellenbach geht in seinem Beitrag auf die Phänomenologie der Eifersucht ein, bei deren Erhellung er von den Kämpfen am griechischen Götterhimmel den Bogen über P. Merimées Carmen und die Kreuzersonate von Tolstoj bis zu M. Prousts „Auf der Suche nach der verlorenen Zeit“ spannt.

Es folgen zwei Zusammenfassungen von Diskussionen, die bei der Tagung der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse in Graz 1991 stattgefunden haben. Sie beleuchten das Thema aus der Sicht erfahrener Therapeuten und zeigen, daß das Phänomen des Süchtig-Seins keiner einheitlichen Auffassung zuzuführen ist.

Ein praktisches Modell der Behandlung der Sucht in der Gruppentherapie beschreibt A. Längle, indem er auf die existenzanalytische Motivationstheorie der „Personalen Grundmotivationen“ zurückgreift. Aus ihnen hat er einen Katalog spezifischer Fragen entwickelt, mit denen existenzanalytische Gruppentherapie durchgeführt werden kann, und stellt sie hier erstmals in bezug auf die Behandlung von Abhängigkeiten vor.

Wien/Graz, im Feber 1997 A. Längle, Ch. Probst