

**„Noodiagnostik“:**

**Analyse und Messung der Trotzmacht des Geistes  
als noetisches Konstrukt und Kompetenz zur Sinnverwirklichung**

Inauguraldissertation

zur Erlangung des Doktorgrades der Philosophie  
an der Ludwig-Maximilians-Universität München

vorgelegt von

**Anja Paul**

aus Esslingen am Neckar

2014



Erstgutachter: Prof. Dr. Dieter Frey

Zweitgutachterin: Prof. Dr. Nilüfer Aydın

Datum der mündlichen Prüfung: 28. Januar 2014



## **Danksagung**

Um mit der vorliegenden Arbeit einen Sinn zu verwirklichen, habe ich Trotzmut des Geistes mobilisiert. Ich bin dankbar, dass sie mir zur Verfügung stand.

Viele Menschen haben meine Sache ein Stück weit zu der ihren gemacht und Widrigkeiten getrotzt, um mich zu unterstützen. Ganz besonders danken möchte ich

**Prof. Dr. Dieter Frey**, Ludwig-Maximilians-Universität München  
für die Verantwortung, die er mit der Betreuung der Arbeit übernommen hat  
und die Freiheit, die er mir gelassen hat, um das zu erschaffen, was für mich sinnvoll war.

**Prof. Dr. Alexander Batthyány**, Viktor Frankl Institut, Wien/Österreich

**Prof. Dr. Julius Kuhl**, Universität Osnabrück

**Prof. Dr. Alfried Längle**, Internationale Gesellschaft für Logotherapie und  
Existenzanalyse (GLE), Wien/Österreich

**Prof. Dr. Alexander Noyon**, Hochschule Mannheim

**Prof. Dr. Anna Maria Pircher-Friedrich**, Institut für sinnzentrierte Persönlichkeits- und  
Unternehmensführung & Co.KG, Meran/Italien

**Dr. Christoph Riedel**, Südtiroler Institut für Logotherapie und Existenzanalyse,  
Bolzano/Italien

**Prof. Ph. D. Stefan E. Schulenberg**, The University of Mississippi, USA

**Dr. Otto Zsok**, Süddeutsches Institut für Logotherapie & Existenzanalyse,  
Fürstenfeldbruck

**und allen „Experten“ und Probanden**

dafür, dass sie meine Fragen als Erwartung des Lebens an sich selbst betrachtet haben.

meinem Mann **Norbert Paul**

für die positive und so hilfreiche geistige Haltung zu meiner Aufgabe,  
und dass er aus Rücksicht auf mich unzählbar oft sich selbst übersehen hat.

**Rusty**

dafür, dass er da war.



## Zusammenfassung

Die Logotherapie und Existenzanalyse hat sich wie keine andere psychotherapeutische Schule um die Thematisierung der Auseinandersetzung des Menschen mit dem Sinn seines Daseins verdient gemacht. Sie betrachtet die Suche nach dem – in jeder Situation enthaltenen – Sinn als primäre Motivation des Menschen und betont seine geistige Freiheit und Verantwortlichkeit.

Die „Trotzmacht des Geistes“ als existenzielles Potenzial und personale Kompetenz zur individuellen Werte- und Sinnverwirklichung ist ein Schlüsselbegriff der klassischen Logotherapie und Existenzanalyse. Sie ist Forschungsgegenstand des theoretischen wie auch empirischen Teils dieser Arbeit: Auf Basis der Anthropologie und Sinntheorie Viktor E. Frankls wird der „Fragebogen zur Trotzmacht des Geistes (TdG)“ entwickelt.

Der TdG ist ein noodynamisch sensibles, standardisiertes und ökonomisches Verfahren zur Selbsteinschätzung, welches sich reliabel erweist. Die Überprüfung der Dimensionalität erbrachte vier Faktoren: „Selbstgestaltung“, „Lebensgestaltung“, „Selbstbestimmung“ und „Lebensmut“. Der SININDEX wird als Gesamtmaß für die Ausprägung der Trotzmacht des Geistes erhoben. Die hypothesenkonformen Ergebnisse der Validierungsstudien können als erste Hinweise auf die Korrektheit des nomologischen Netzwerkes der Trotzmacht gedeutet werden. Das bisher unerforschte noetische Konstrukt erweist sich als konzeptuell abgrenzbarer und psychometrisch erfassbarer Indikator für Sinnorientierung.

Nahezu 40% von 321 mit dem TdG im Rahmen seiner Konstruktvalidierung getesteten Personen erleben nur wenig Sinnerfüllung, zugleich befinden sich lediglich 10% der Befragten in einer Sinnkrise. Frühere Befunde konnten bekräftigt werden, nach denen rund ein Drittel der Bevölkerung zur Gruppe der „existenziell Indifferenten“ gehört: Diese Menschen sehen keinen oder nur wenig Sinn in ihrem Leben, leiden jedoch keineswegs darunter.

Durch den Entwurf und die empirische Bestätigung der Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ kann das bisher wenig erforschte Phänomen der „existenziellen Indifferenz“ erklärt und damit ein wertvoller Beitrag zur psychologischen Sinnforschung geleistet

werden: Menschen, die sowohl bezüglich Sinnerleben als auch Sinnkrise eine geringe Ausprägung zeigen, weisen auch ein geringes Ausmaß an Trotzmacht des Geistes auf. Sie betrachten sich als ohnmächtig gegenüber äußeren und inneren „Sinnbarrieren“ und übersehen ihre Freiheit, geistig jederzeit Stellung beziehen, sinnwidrigen Lebensumständen „trotzen“, sich selbst und ihr Leben gestalten und Sinn selbst verwirklichen zu können.

Im Rahmen des Erklärungsmodells der „erlernten Sinnlosigkeit“ wird die Trotzmacht des Geistes als Moderatorvariable identifiziert, welche den Zusammenhang zwischen Sinnerfüllung und Sinnkrise beeinflusst: Personen mit gering ausgeprägter Trotzmacht nutzen ihre geistige Willenskraft nicht, dadurch bleibt individuelle Sinnerfahrung aus und wird auch als Möglichkeit bald nicht mehr wahrgenommen. Wo jedoch der Glaube an den potenziellen Sinn des eigenen Daseins verloren geht, wird Sinnerleben nicht vermisst – trotz geringer Sinnerfüllung tritt keine Sinnkrise auf. Gründe für die Mobilisierung der Trotzmacht werden nicht mehr erkannt, wodurch wiederum immer weniger Sinn realisiert wird – ein *Circulus vitiosus* entsteht. Er kann dazu führen, dass die Suche nach Sinn gänzlich eingestellt und Sinnlosigkeit generalisiert wird.

Die vorliegende Arbeit macht auf die Bedeutsamkeit der Trotzmacht des Geistes für den einzelnen Menschen als auch die Gesellschaft aufmerksam und plädiert für eine systematische Förderung der Trotzmacht im Rahmen der Unterstützung individueller Sinnfindungsprozesse.

## **Abstract**

Logotherapy and Existential Analysis has been addressing people's concern with the meaning of their existence like no other psychotherapeutic approach. It considers the search for meaning – which is contained in every situation – as man's primary motivation, and stresses the spiritual freedom and responsibility of the human being.

The „Defiant Power of the Human Spirit“, a key term in classical Logotherapy and Existential Analysis, refers to the existential potential and personal ability of the individual to realize values and meaning in life. The term stands at the center of the theoretical as well as the empirical portions of this thesis: On the basis of Viktor E. Frankl's anthropology and meaning theory, I have developed the “Fragebogen zur Trotzmacht des Geistes” (“Questionnaire on the Defiant Power of the Human Spirit”), or TdG for short.

The TdG is a noodynamically sensitive, standardized and economic self-evaluation questionnaire which has shown to have high reliability. An examination of dimensionality revealed four factors: “Self-actualization”, “life-actualization”, “self-determination” and “courage to face life”. An index was developed (SININDEX) to yield an overall measure for Defiant Power. The validity studies that were carried out confirm the stated hypothesis, and can be interpreted as first evidence for the correctness of the nomological network of the Defiant Power of the Human Spirit. The previously unexplored noetic construct thus proves to be both a conceptually clear and psychometrically measurable indicator of an individual's orientation to life meaning.

The construct validation reveals that almost 40% of the 321 persons who were tested with the TdG experience only little fulfillment of a meaningful life, at the same time merely 10% of the respondents are in a crisis of purpose. The presented data support previous findings that approximately one third of the population belongs to the group of “existential indifferent” persons: These people see no or only little meaning in their lives, but by no means suffer from that.

By constructing and empirically confirming a theory of “learned meaninglessness”, it is possible to explain the hitherto little investigated phenomenon of “existential indifference” and thereby make a valuable contribution to psychological research concerning meaning

in life: People who show a low degree of both meaning experience and crisis of purpose also score low on the developed measure for the Defiant Power of the Human Spirit. They regard themselves as powerless when confronted with external and internal “meaning barriers”, and overlook their freedom to spiritually take a position at any time, to “defy” living conditions which contradict meaning, to shape themselves and their lives and to actualize meaning on their own initiative.

In the context of the explanatory model of “learned meaninglessness”, the Defiant Power of the Human Spirit is identified in this thesis as a moderator variable that influences the relationship between meaningfulness and crisis of purpose: Persons with low Defiant Power do not use their noetic willpower; accordingly, their experience of purpose in life not only fails to manifest, but is also soon no longer perceived as a possibility. However, where a belief in the potential meaning of one’s own existence is lost, the experience of a meaningful life is not longed after – in spite of low meaningfulness, no crisis of meaning occurs. Reasons for the mobilization of Defiant Power are no longer observable, and, as a result, meaning is actualized less and less – a vicious circle develops. In this way, the search for meaning may permanently cease, and the perception of meaninglessness becomes generalized.

This paper draws the attention to the significance the Defiant Power of the Human Spirit has for the individual as well as for society, and calls for a systematic Defiant Power training in order to support the individual’s meaning-finding process.

---

**Inhalt**

	Seite
Danksagung .....	i
Zusammenfassung .....	iii
Abstract .....	v
Inhalt .....	vii
<b>1 Zielsetzung, Inhalt und Aufbau der Arbeit</b>	<b>1</b>
1.1 Einführung .....	1
1.2 Problemstellung und Forschungsfrage .....	3
1.3 Vorgehen .....	10
<b>2 Theoretische Hinführung:</b>	
<b>Die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor E. Frankls</b>	
<b>im Rahmen der psychologischen Sinnforschung</b>	<b>14</b>
2.1 Existenzielle Ansätze in der Psychologie und Psychotherapie .....	14
2.2 Die Sinn-Thematik in der psychologischen Forschung .....	21
2.3 Psychometrische Erfassung von Sinnerleben .....	28
2.4 Die Entstehung der Logotherapie und Existenzanalyse:	
Leben und Werk Viktor E. Frankls .....	34
2.5 Das Welt- und Menschenbild der Logotherapie und Existenzanalyse ...	39
2.5.1 Der Mensch als geistiges Wesen .....	39
2.5.2 Die Dimensionalontologie .....	43
2.5.3 Fazit .....	52
2.6 Das logotherapeutische Motivationskonzept .....	53
2.6.1 Der Wille zum Sinn .....	53
2.6.2 Die Ursachen und Auswirkungen von Sinnlosigkeitserleben .....	59
2.6.3 Fazit .....	63

2.7	Sinnfindung und Selbstverwirklichung .....	64
2.7.1	Die Allgegenwärtigkeit des Sinns .....	64
2.7.2	Die Kopernikanische Wende .....	68
2.7.3	Fazit .....	76
2.8	Personale Kompetenzen und ihre Förderung .....	77
2.8.1	Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz .....	77
2.8.2	Paradoxe Intention und Dereflexion .....	83
2.8.3	Fazit .....	88
2.9	Freiheit und Verantwortlichkeit .....	89
2.9.1	Die Freiheit des Willens .....	89
2.9.2	Die Verantwortung für Sinn .....	93
2.9.3	Fazit .....	99
2.10	Die Wertlehre Viktor E. Frankls .....	100
2.10.1	Sinnverwirklichung durch die Realisierung von Werten .....	100
2.10.2	Die logotherapeutischen Wertkategorien .....	104
2.10.3	Fazit .....	113
2.11	Die Trotzmacht des Geistes .....	114
2.11.1	Die Mobilisierung geistiger Willenskraft als Reifungsprozess .....	114
2.11.2	Geistiger Trotz im Lebensalltag und in der Psychotherapie .....	119
2.11.3	Fazit .....	125
2.12	Empirische Forschung und Psychometrie in der Logotherapie .....	126
2.12.1	Die Anfänge der empirischen Logotherapie .....	126
2.12.2	Intensivierte Entwicklung logotherapeutischer Testverfahren .....	135
2.12.3	Aktuelle Schwerpunkte der Logotherapie-Forschung .....	145
2.12.4	Fazit .....	148
2.13	Zusammenfassung .....	149
<b>3</b>	<b>Theoretische Konkretisierung:</b>	
	<b>Die Trotzmacht des Geistes als Forschungsgegenstand</b>	<b>153</b>
3.1	Begriffliche Klärung .....	153
3.2	Grundsätzliche konzeptuelle Abgrenzung .....	155
3.3	Vergleich mit verwandten Konstrukten .....	162
3.3.1	Resilienz .....	162
3.3.2	Kohärenzsinn .....	170

3.3.3	Psychologische Reaktanz .....	174
3.3.4	Kontrollüberzeugung .....	177
3.3.5	Selbstwirksamkeitserwartung .....	180
3.3.6	Selbstregulation und Handlungsorientierung .....	182
3.3.7	Hardiness .....	188
3.4	Nomologisches Netzwerk der Trotzmacht des Geistes .....	193
3.5	Die Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ .....	196
3.6	Überlegungen zur „Noodiagnostik“ .....	203
3.7	Zusammenfassung .....	209
<b>4</b>	<b>Empirisches Vorhaben:</b>	
	<b>Entwicklung des „Fragebogens zur Trotzmacht des Geistes (TdG)“</b>	<b>210</b>
4.1	Testart und diagnostische Zielsetzung .....	210
4.2	Itementwicklung und Testaufbau .....	214
4.3	Erprobung des Fragebogenentwurfs .....	222
4.3.1	Kognitive Interviews .....	222
4.3.2	Expertenbefragung .....	227
4.3.3	Primärerhebung .....	231
4.3.4	Profi-Workshop .....	239
4.4	Itemanalyse und TdG-Endversion .....	240
4.5	Objektivität .....	260
4.6	Reliabilität .....	261
4.7	Inhalts- und Augenscheinvalidität .....	263
4.8	Konstruktvalidität .....	267
4.8.1	Studiendesign und Stichprobenbildung .....	268
4.8.2	Hypothesen .....	269
4.8.3	Messinstrumente .....	273
4.8.4	Datenanalyse und Überprüfung der Hypothesen .....	277
4.9	Kriteriumsvalidität .....	283
4.9.1	Studiendesign und Stichprobenbildung .....	283
4.9.2	Hypothesen .....	286
4.9.3	Messinstrumente .....	288
4.9.4	Datenanalyse und Überprüfung der Hypothesen .....	289
4.10	Weitere Gütekriterien .....	295

---

4.11	Anwendbarkeit, Durchführung und Auswertung .....	296
4.12	Zusammenfassung .....	300
<b>5</b>	<b>Diskussion und kritische Auseinandersetzung</b>	<b>302</b>
5.1	Rekapitulation der Ergebnisse .....	302
5.2	Forschungsausblick .....	305
<b>6</b>	<b>Literatur</b>	<b>315</b>
<b>7</b>	<b>Darstellungsverzeichnis</b>	<b>384</b>
7.1	Abbildungen .....	384
7.1.1	Abbildungen im Text .....	384
7.1.2	Abbildungen im Anhang .....	387
7.2	Tabellen .....	389
7.2.1	Tabellen im Text .....	389
7.2.2	Tabellen im Anhang .....	390
<b>8</b>	<b>Anhang</b>	<b>391</b>
Anhang A:	Expertenbefragung .....	391
Anhang B:	Primärerhebung .....	400
Anhang C:	Itemanalyse .....	411
Anhang D:	TdG-Endversion .....	429
Anhang E:	Retest-Reliabilität .....	433
Anhang F:	Konstruktvalidierung des TdG .....	434
Anhang G:	Kriteriumsvalidierung des TdG .....	441
<b>9</b>	<b>Lebenslauf</b>	<b>453</b>

# 1 Zielsetzung, Inhalt und Aufbau der Arbeit

Ein Buch *über* Logotherapie  
*ist* Logotherapie.

Viktor E. Frankl

## 1.1 Einführung

Anhand einer Situation aus dem „echten Leben“ einer der Verfasserin bekannten Person und daraus abgeleiteter Fragestellungen soll zunächst grob an das Thema der vorliegenden Arbeit herangeführt werden.

Ein Mann, Anfang 70 Jahre alt, hat seit seiner Jugend Flugangst. Er weiß: Sobald er ein Flugzeug betritt, kommt die Panik – er schwitzt und zittert, ihm wird schwindelig, das Herz rast, er bekommt keine Luft mehr. Gerne hätte er in seinem Leben interessante Flugreisen gemeinsam mit seiner Ehefrau unternommen, doch die Angst hat ihn immer davon abgehalten. Eines Tages erhält er die Einladung zur Hochzeit seiner in Australien lebenden Tochter. Nach einigem Zögern bucht er einen Flug und reist zu ihr.

Was ist es, das diesen Menschen plötzlich dazu motiviert und befähigt, *trotz* seiner großen und seit einem halben Jahrhundert bestehenden Angst ins Flugzeug zu steigen? Ist diese erstaunliche Leistung allein durch intakte Affektregulation aufgrund hoch ausgeprägter Handlungsorientierung<sup>1</sup> erklärbar? Oder über multidimensional strukturierte „Exekutive Funktionen“<sup>2</sup>? Oder neurobiologisch, etwa durch Aufhebung einer durch Hyperkortisolismus hervorgerufenen Blockierung<sup>3</sup>? Aus einem *sinnzentrierten* Blickwinkel, für den die vorliegende Arbeit sensibilisieren möchte, greifen derartige Deutungsansätze zu kurz.

---

<sup>1</sup> Vgl. Kuhl / Kazén, 2003.

<sup>2</sup> Vgl. Garon et al., 2008.

<sup>3</sup> Vgl. Kuhl, 2006, S. 385-386.

Warum hat der Mann nicht schon viel früher seine Angst überwunden? Warum setzen sich manche (Avio-)Phobiker über ihr Problem hinweg, andere nicht? Was ist es, das *ceteris paribus* die einen zu Opfern, die anderen zu Gestaltern der Umstände, zu „Managern des eigenen Lebens“ macht? Sind es milieubedingte, biologische oder psychologische Faktoren? Oder könnte es noch etwas anderes geben – etwas, das über das Körperliche wie auch das Psychische hinausgeht und es einer Person selbst unter extrem ungünstigen inneren und/oder äußeren Bedingungen ermöglicht, *das für sie Wesentliche* im Leben zu meistern? Eine geistige Willenskraft, die einen Menschen über Hindernisse hinweg zu seinem Ziel „katapultiert“? Eine personale Widerstandsfähigkeit, die sich innerlich mobilisieren lässt, um die Barrieren im Leben zu überwinden und sich gegen die vielfältigen Einschränkungen aufzulehnen? Und wenn es solch eine „trotzende“ Instanz im Menschen jenseits seiner Psyche gäbe: Wo könnte diese „lokalisiert“ sein? Und was wäre erforderlich, um dieses wertvolle Potenzial entfalten zu können?

Sollte der Mensch ein derartiges „inneres Kraft-Reservoir“ tatsächlich haben, hieße das, dass wir alle ungeachtet unserer restriktiven Lebensumstände *und* unseres „Charakters“ jederzeit frei wären, ein selbstbestimmtes Leben im Einklang mit unseren Wertvorstellungen zu führen. Doch nicht nur wären wir *frei dazu*, sondern gleichzeitig auch *verantwortlich dafür*.

Eine „Auflösung“ der oben aufgeworfenen Fragen soll für Kapitel 2.11 dieser Arbeit aufgespart werden. Dort wird das skizzierte Flugangst-Beispiel erneut aufgegriffen und ein theoriebasiertes Erklärungsmodell angeboten.

## 1.2 Problemstellung und Forschungsfrage

Im Folgenden wird verdeutlicht, welches Problem untersucht wird und weshalb dieses wert ist erforscht zu werden. Die Forschungsfrage, als Leitlinie für den Aufbau und Inhalt<sup>4</sup> der vorliegenden Arbeit, wird konkretisiert und in ihrer wissenschaftlichen und praktischen Relevanz erläutert.

„Wir wollen eine Gesellschaft, die mehr Freiheit bietet und mehr Mitverantwortung fordert.“ Dieser Satz stammt aus der Regierungserklärung des deutschen Bundeskanzlers Willi Brandt vom 26.10.1969.<sup>5</sup> Mehr als 40 Jahre später, im Januar 2011, sagte Joachim Gauck (seit März 2012 deutscher Bundespräsident) in einer Rede anlässlich des Neujahrsempfangs der Evangelischen Akademie Tutzing: „Ich wünschte mir, dass sich unsere Gesellschaft tolerant, wertbewusst und vor allen Dingen in Liebe zur Freiheit entwickelt und nicht vergisst, dass die Freiheit der Erwachsenen Verantwortung heißt.“<sup>6</sup> Er beobachtet „dieses merkwürdige Unvermögen, aktiv zu werden, wenn aus der Sehnsucht nach Freiheit die Gestaltung von Freiheit wird, wenn wir Freiheit von etwas schon erleben durften, aber Freiheit zu etwas noch nicht können.“<sup>7</sup>

Die von Viktor E. Frankl begründete Logotherapie und Existenzanalyse versteht den Menschen als freies und verantwortliches Wesen. Sie lässt psychologische Entschuldigungen nur bedingt gelten: Jeder Mensch hat die Verantwortung für sein Leben, jeder Patient die Mitverantwortung für seine Heilung. „Wer verlangt denn heute schon etwas von sich, gar eine Leistung? Und fühlt sich heute nicht jeder überfordert? Jammert heute nicht jeder über den Streß [sic!]?“<sup>8</sup> fragt Frankl. In den Worten Gaucks: „Zu üben ist die Bereitschaft, Ja zu sagen zu den vorfindlichen Möglichkeiten der Gestaltung und Mitgestaltung. Wenn wir uns derart zu der in uns wohnenden Fähigkeit und der uns umgebenden Wirklichkeit verhalten, dürfen wir dies als Verantwortung bezeichnen. [...] Wir können das eigentlich alle.“<sup>9</sup> Und: „Unsere Fähigkeit zur

---

<sup>4</sup> Vgl. Karmasin / Ribing, 2007, S. 21.

<sup>5</sup> Zitiert nach Beyme, 1979, S. 252.

<sup>6</sup> Gauck, 2012, S. 62.

<sup>7</sup> Ebd., S. 24.

<sup>8</sup> Frankl, 1972/2005, S. 220.

<sup>9</sup> Gauck, 2012, S. 25-26.

Verantwortung [...] gehört [...] zum Grundbestand des Humanum. Wir verlieren uns selbst, wenn wir diesem Prinzip nicht zu folgen vermögen.“<sup>10</sup>

Die – bereits 1941 eingehend von Erich Fromm<sup>11</sup> thematisierte und unter anderen von Irvin D. Yalom<sup>12</sup> aufgegriffene – weit verbreitete selbstverursachte Unfreiheit und die Flucht des Menschen vor Eigenverantwortung sieht Viktor Frankl als die Entstehungsgrundlage der von ihm so genannten „kollektiven Neurose“<sup>13</sup> der Gegenwart. Es handelt sich dabei um vier verschiedene, paraklinische Symptomfelder – insofern Quasi-Neurosen: Die provisorische Daseinshaltung, die fatalistische Lebenseinstellung, kollektivistisches Denken und Fanatismus. Der – Neurotizismus begünstigende – freiwillige Verzicht auf Freiheit und die Verneinung geistiger Mündigkeit werden von Frankl in direktem Zusammenhang mit erlebten Sinnlosigkeitsgefühlen gesehen und als „Pathologie des Zeitgeistes“<sup>14</sup> bereits in den 60er Jahren des 20. Jahrhunderts vorgezeichnet. Aufgrund weltpolitischer Entwicklungen (so beschreibt Frankl die provisorische Daseinshaltung etwa vor dem Hintergrund des zweiten Weltkriegs sowie des Ost-West-Konfliktes und atomaren Wettrüstens der Supermächte) hat sich der Schwerpunkt der Problematik zwar teilweise verschoben. Sie selbst hat jedoch nicht im Geringsten an Aktualität verloren, was nachfolgend aufgezeigt wird.

Menschen mit *provisorischer Daseinshaltung* erachten das gegenwärtige Leben als wertlos, da es lediglich als ein Provisorium – auf unbestimmte Zeit – erscheint. Sie halten es nicht für nötig, ihr Leben verantwortlich zu gestalten. Anstatt dessen haben sie sich daran gewöhnt, träge in den Tag hinein zu leben. Sie handeln und entscheiden wenig, sehen keine Ziele und zunehmend auch keine Hoffnung mehr in ihrem Leben, nutzen Möglichkeiten nicht und verzichten auf die Verwirklichung ihrer Werte. Sie befriedigen momentane Bedürfnisse, ohne an zukünftige Auswirkungen zu denken, sind mutlos und leicht zu frustrieren. In extremem Ausmaß lässt sich diese innere Haltung dort finden, wo der Mensch nicht weiß, ob er den nächsten Tag noch erlebt und daher von einem Tag auf den anderen lebt – im Krieg. Frankl selbst hat sie im KZ beobachtet.

---

<sup>10</sup> Ebd., S. 36.

<sup>11</sup> Vgl. Fromm, 1941/2011.

<sup>12</sup> Vgl. Yalom, 2010b.

<sup>13</sup> Frankl, 1972/2005, S. 26; vgl. auch: 1975/1987, S. 134-140; 1975/2005, S. 193-198; 2002, S. 114-116.

<sup>14</sup> Frankl, 1975/2005, S. 193.

Während der provisorische Mensch keine Notwendigkeit in der Gestaltung und Veränderung des eigenen Lebens sieht, erkennt der *fatalistische* keine Möglichkeit dazu. Er kann seine Freiheit und Verantwortlichkeit nicht erkennen und lebt, als sei er schicksalhaften äußeren wie inneren Zuständen ohnmächtig ausgeliefert. Da er meint, ohnehin nichts im Leben beeinflussen zu können, lässt er sich treiben, nimmt eine Opferhaltung ein und bemitleidet sich selbst. Er verlagert Verantwortlichkeit und Schuld auf anonyme Instanzen wie Gesellschaft, Politik, Wirtschaft und/oder Gerichte („Die da oben müssen doch etwas tun!“). Die Umstände werden für die individuelle Situation verantwortlich gemacht, eigene Aktivitäten und Entscheidungen sowie damit verbundene Risiken werden dadurch vermieden und die Komfort- und Sicherheitszone muss nicht verlassen werden.<sup>15</sup>

Ein Mensch mit *kollektivistischem* Denken sieht sich und andere nicht als Individuen, sondern ausschließlich als mehr oder weniger nützliche Teile einer Gesamtheit. Er identifiziert sich mit einer Gruppe – zum Beispiel einer Nation, einer politischen Partei oder einem (Sport-)Verein – und übernimmt unreflektiert deren Schlagworte. Aus Sicht der Existenzanalyse heißt auch das Verstecken der Individualität hinter der Zugehörigkeit zu einem „Typus“ – sei es der eines Charakters, einer Rasse oder einer Klasse, sei es Typisches im biologischen, psychologischen oder soziologischen Sinne –, vor der Verantwortung zu flüchten. Der Typus determiniert den Menschen nie absolut, denn das Individuum kann sich davon distanzieren und sich für atypisches Verhalten entscheiden. Einen Charakter oder Typus „hat“ der Mensch; er ist gestaltbar durch die Person, die er „ist“.<sup>16</sup> Menschen mit kollektivistischer Grundhaltung ignorieren sich selbst als unersetzbare Persönlichkeit mit eigenen Meinungen, spezifischen Sinnmöglichkeiten, Eigenverantwortung und einzigartiger Würde. Indem sie in der Masse untertauchen<sup>17</sup>, geben sie sich als freies Wesen auf und diffundieren Verantwortung.<sup>18</sup>

Der *Fanatiker* schließlich sieht als Einziges die eigene Sache. Er setzt Ziele empathie- und verantwortungslos, egoistisch und oft auch aggressiv und gewaltsam durch. Dabei ist dieser Mensch blind für mögliche Denk- und Handlungsalternativen und schränkt seinen

---

<sup>15</sup> Vgl. Lohstroh / Thiel, 2011, S. 52-53.

<sup>16</sup> Durch Rudolf Allers (vgl. Kapitel 2.4) geprägte Redewendung, übernommen durch Frankl; vgl. Frankl, 1949, S. 100; 2002, S. 94; 2006, S. 139, 192.

<sup>17</sup> Vgl. Heideggers *Verlorenheit in das Man*, zitiert durch Frankl, 1975/2005, S. 146.

<sup>18</sup> Zu „Verantwortungsdiffusion“ und den Auswirkungen auf soziales Verhalten vgl. Stroebe et al., 2002, S. 338.

eigenen Gestaltungsspielraum selbst ein. Selbstkritik und Toleranz sind ihm fremd. Der Zweck heiligt für ihn alle Mittel. Die Einstellungen und Entscheidungsfreiheiten seiner Mitmenschen lässt er nicht gelten, gegenüber deren Würde ist er gleichgültig. Fanatismus kann man zum Beispiel in der Politik, Religion oder im Sport beobachten. Rassismus ist eine seiner Ausdrucksformen.

Die geschilderten Daseinshaltungen sind auch heutzutage und auch in Deutschland weit verbreitet. So sieht sich der Einzelne nicht imstande, durch eigenes Handeln positiv Einfluss zu nehmen, etwa auf aktuelle weltweite Probleme wie die Zerstörung der Natur, Klimawandel und Energiekrise, internationaler Terrorismus, die globale Wirtschafts- und Finanzkrise und eine sukzessive größer werdende Kluft zwischen Arm und Reich. Fehlende Vorbilder leisten dem Fatalismus Vorschub. Seit Jahren wird in bevölkerungsrepräsentativen Umfragen den deutschen Politikern und Parteien – welche nicht mehr in der Lage zu sein scheinen, klare Richtungen vorzugeben und mobilisierende Visionen aufzuzeigen –, ein massiv gesunkenes Vertrauen von Seiten des Volkes bescheinigt.<sup>19</sup> Auch Wirtschaftsaufschwung und Energiewende haben daran nichts geändert. In einer forsa (Gesellschaft für Sozialforschung und statistische Analyse mbH)-Umfrage im Auftrag des Magazins „Stern“ gab im Jahr 2006 fast die Hälfte der Befragten an, die Politik durch Wahlen „gar nicht“ mitbestimmen zu können.<sup>20</sup> Auch in unser Banken-, Wirtschafts- und Bildungssystem wie auch in Umweltschutzorganisationen wird zunehmend weniger Hoffnung gesetzt.<sup>21</sup>

Bei vielen Arbeitslosen lässt sich ein „präsentisches Dahinleben“<sup>22</sup> beobachten. Sie betrachten sich als perspektivlos, sind enttäuscht und frustriert und haben keine Zukunftserwartungen und -pläne mehr. Insbesondere Langzeitarbeitslose fühlen sich häufig ohnmächtig, haben resigniert im Hinblick auf die eigenen Chancen in Beruf und

---

<sup>19</sup> Vgl. <http://www.stern.de/politik/deutschland/stern-umfrage-vertrauen-in-die-politik-schrumpft-rapide-1681035.html> (STERN ONLINE, 04.05.2011); vgl. <http://www.zeit.de/politik/deutschland/2012-07/umfrage-institutionen-karlsruhe> (ZEIT ONLINE, 09.07.2012).

<sup>20</sup> Vgl. <http://www.stern.de/politik/deutschland/politikverdrossenheit-nicht-mitmachen-gilt-nicht-579411.html> (28.12.2006).

<sup>21</sup> Vgl. <http://www.spiegel.de/politik/deutschland/vertrauenswerte-im-keller-buerger-straften-politiker-ab-a-768948.html> (SPIEGEL ONLINE, 17.06.2011); vgl. <http://www.welt.de/politik/deutschland/article5638918/Der-dramatische-vertrauensverlust-der-deutschen.html> (WELT ONLINE, 27.12.2009).

<sup>22</sup> Der Begriff „präsentisches Dasein“ geht auf Ludwig Binswanger und Erwin Strauss zurück, zitiert nach Frankl, 1975/2005, S. 196.

Gesellschaft und streben nichts mehr an.<sup>23</sup> Verantwortung wird heute oftmals eher als Last denn als Chance und Freiraum zur Selbstbestimmung gesehen.<sup>24</sup> Der Multioptionalismus – die Grenzenlosigkeit und Beliebigkeit der Möglichkeiten, die Vielzahl der „gleich gültigen“ Werte, Lebensformen und Rollenbilder sowie das Fehlen verbindlicher Maßstäbe und motivierender gesellschaftlicher Aufträge – lässt die Ansprüche steigen, schürt die Maßlosigkeit und macht das Leben zu einem „Erlebnisprojekt“<sup>25</sup>. Gleichzeitig führt er zu Unsicherheit, Überforderung und Zukunftsangst – zu spüren bei allen gesellschaftlichen Gruppierungen, insbesondere jedoch bei der jungen Generation.<sup>26</sup> Bei weitreichenden Entscheidungen kann man sich weit weniger als früher an ethischen Traditionen und einheitlich definierten Verhaltensregeln orientieren. Die Kinder und Jugendlichen des digitalen Zeitalters sammeln ihre Erfahrungen zunehmend im virtuellen Raum, im unverbindlichen und anonymen Cyberspace. Familiäre Gefüge und andere strukturgebende und in vorgedachte Bahnen lenkende soziale Institutionen lösen sich im „global village“ auf. Auch Religion hat einen großen Teil ihrer Leitfunktion eingebüßt.<sup>27</sup>

All dies führt zu Sinninflation und -zusammenbrüchen und in Folge zu tiefer Orientierungs- und Haltlosigkeit, lähmender Ohnmacht, Delegation von Verantwortung und Verschiebung von Schuld sowie letztlich einem Stillstand der Gesellschaft, einem „Zustand der überdrehten Erstarrung, der [...] als eine gesellschaftliche Neurose verstanden werden kann.“<sup>28</sup> Und auch die Botschaft der seit Jahren boomenden Ratgeber- und Lebenshilfe-Literatur ist seit einiger Zeit eine resignative: „Wir sind und bleiben Gefangene unserer individuellen Vorlieben, Emotionen und Gewohnheiten.“<sup>29</sup>

Sind wir gefangen? Verurteilt jedenfalls sind wir – zur Freiheit. Der Mensch ist gezwungen zu entscheiden und zu wählen, wir können nicht aufhören frei zu sein.<sup>30</sup> Die damit einhergehende, unter Umständen schockierende Erfahrung von Verantwortung, die „schwindelerregende“ Bewusstheit der fundamentalen menschlichen „Bodenlosigkeit“

---

<sup>23</sup> Vgl. Harych / Harych, 1997, S. 78; vgl. Holleederer / Brand, 2006, S. 37; vgl. Häfke, 2007, S. 108; vgl. Pietsch, 2012, S. 91, 111.

<sup>24</sup> Vgl. Noyon / Heidenreich, 2012, S. 113-124.

<sup>25</sup> Schulze, 1992, S. 13.

<sup>26</sup> Vgl. Grünewald, 2007, S. 37-38, 51-52.

<sup>27</sup> Vgl. Betz, 1994, S. 174.

<sup>28</sup> Grünewald, 2007, S. 11.

<sup>29</sup> Vgl. Ernst, 2012.

<sup>30</sup> Vgl. Sartre, 1956, S. 633.

wurde von zahlreichen existenzialistischen Philosophen als „Urangst“ beschrieben – als eine Angst, die sogar tiefer reicht als die vor dem Tod.<sup>31</sup>

Aus existenzanalytischer Sicht ist Verantwortlichkeit das Wesen der Existenz und zugleich die Antwort auf die Frage nach dem Sinn menschlichen Seins.<sup>32</sup> Mit nicht gelebter Freiheit und Verantwortung vergibt sich der Mensch Sinnerfüllung, was persönliche wie gesellschaftliche Fehlentwicklungen zur Folge hat. Nicht nur in der Psychotherapie hat man inzwischen erkannt, dass Menschen Lebenssinn und Wert-Erleben brauchen, um gesund zu bleiben beziehungsweise es wieder zu werden.<sup>33</sup> Wie oben dargestellt, scheint die geistige Reife und innere Orientierung, die für einen sinnvollen Umgang mit äußerer wie innerer Freiheit erforderlich ist<sup>34</sup>, vielen Menschen aber zu fehlen. Bildlich gesprochen sitzen sie nur auf der Zuschauertribüne, anstatt sich als Akteur und zuständig für den Ausgang des Spiels zu fühlen. Deterministische Denkweisen legitimieren moralisch die in allen gesellschaftlichen Schichten weit verbreitete „Opfer-Gesinnung“ und „Lamentier-Ideologie“, ein kollektives Dauernörgeln – „Deutschland, einig Jammerland.“<sup>35</sup> Zudem gesellen sich zur Wehleidigkeit und negativistischen Problemfokussierung heute Egozentrizität und Narzissmus, eine „Unterm Strich zähl' ich“<sup>36</sup>-Mentalität.

Die beschriebenen Haltungen zum Leben bilden Frankl zufolge den existenziellen Hintergrund für verschiedene psychische Krankheiten: Die provisorische Daseinshaltung geht im klinischen Bereich gegebenenfalls in eine Manie über, die fatalistische Lebenseinstellung in Melancholie, das kollektivistische Lebensgefühl in eine katatone Schizophrenie und der Fanatismus in die Paranoia. Alle Symptombilder der kollektiven Neurose begünstigen entweder die Erfahrung von Sinnlosigkeit oder werden umgekehrt durch diese verstärkt und verfestigt.<sup>37</sup>

Mit der von Frankl so benannten „Trotzmacht des Geistes“ als Ausdruck eines anthropologischen Sachverhaltes steht jedem Menschen jedoch ein Potenzial zur Veränderung seiner Sinn-vereitelnden Grundhaltungen zur Verfügung. Ihr kommt damit große Bedeutung sowohl für eine sinn- und werteorientierte Lebensgestaltung als auch für

---

<sup>31</sup> Vgl. Yalom, 2010b, S. 258; vgl. auch 2010a, S. 151.

<sup>32</sup> Vgl. Kapitel 2.9.2.

<sup>33</sup> Vgl. Kapitel 2.1 und 2.12.3.

<sup>34</sup> Vgl. auch Kapitel 3.2.

<sup>35</sup> Lohstroh / Thiel, 2011 (gleichnamiger Buchtitel).

<sup>36</sup> 2008 gestarteter, prämiertes Claim einer Werbekampagne der Deutschen Postbank.

<sup>37</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 196.

gelingendes Miteinander zu.<sup>38</sup> Denn nur wenn der Einzelne sich selbst zur Eigenverantwortlichkeit herausfordert, zur Aktivierung seiner personalen Kompetenzen motiviert und dadurch persönlich reift, kann sich auch die Gesellschaft weiterentwickeln.

Die vorliegende Arbeit gründet auf einer Theorie, die sich mit der Sinn-Problematik des modernen Menschen befasst. Sie postuliert und fordert die Erforschung der geistigen Kräfte im Menschen als dringend notwendige Aufgabe der empirischen (auf wissenschaftlichen Erfahrungen beruhenden) Psychologie. Die Trotzmacht des Geistes, ein Begriff von zentraler Bedeutung innerhalb der Logotherapie und Existenzanalyse, wird hier zum Gegenstand der Forschung gemacht. Das Anliegen der Verfasserin besteht darin, zum Verständnis der Trotzmacht des Geistes beizutragen sowie die Realisierbarkeit und den Nutzen ihrer psychometrischen Erfassung aufzuzeigen. Die Forschungsfrage, mit deren Beantwortung im Rahmen dieser Arbeit ein wissenschaftlicher Beitrag geleistet werden soll, lautet verdichtet formuliert:

*Ist die Trotzmacht des Geistes ein eigenständiges und messbares Konstrukt<sup>39</sup>?*

Wie deutlich gemacht wurde, ist diese – empirisch in Kapitel 4 zu überprüfende – Frage theoretisch aus der Logotherapie und Existenzanalyse abgeleitet und zugleich durch eine praktische Problemstellung unserer Gesellschaft angeregt, nämlich der Flucht des Menschen vor Freiheit und Verantwortung und daraus entkeimendem Erleben von Sinnlosigkeit.

Der Verfasserin ist nicht bekannt, dass der Forschungsfrage – wenn überhaupt, geschweige denn in der hier realisierten Gründlichkeit und Systematik – bereits an anderer Stelle nachgegangen wurde.<sup>40</sup> Insofern ist davon auszugehen, dass die angestrebte Originalität der Fragestellung gewährleistet ist.

---

<sup>38</sup> Vgl. Kapitel 2.11 und 3.2.

<sup>39</sup> Der Begriff „Konstrukt“ wird im Sinne eines aus Erfahrungen und Überlegungen abgeleiteten gedanklichen Konzeptes verwendet.

<sup>40</sup> In der Datenbank „PSYNDEX“ (deutschsprachige psychologisch-wissenschaftliche Literatur) fanden sich am 01.11.2012 zum Stichwort „Trotzmacht“ lediglich acht Einträge, ähnlich das Ergebnis über die Suchmaschine „GoogleScholar“; die Suche über „PsycInfo“ und die meisten anderen internationalen Literatur-Datenbanken (nach den Begriffen „defiant power of the human spirit“, „defying power of the mind“ oder „human ability to fight against fate“) erbrachte gar null Ergebnisse.

### 1.3 Vorgehen

Die übergeordnete Struktur dieser Arbeit wird im Folgenden skizziert. Die inhaltliche Herangehensweise soll geschildert und auch eine Abgrenzung zu nicht thematisierten Aspekten vorgenommen werden.

*Kapitel 2* stellt die theoretische Hinführung zum Thema der vorliegenden Arbeit dar. Es bildet die Grundlage, um die Forschungs idee in den vorhandenen Stand der Theoriebildung einordnen zu können. Notwendige Voraussetzung für das Verständnis der Trozmacht des Geistes als Gegenstand des empirischen Teils der Arbeit ist es, das Gedankengut der Logotherapie und Existenzanalyse, die fundamentalen Aspekte der ihr zugrunde liegenden anthropologischen Konzeption sowie ihre Verankerung innerhalb der psychologischen Sinnforschung im Prinzip nachvollziehen zu können. Aus diesem Grunde werden in Kapitel 2 nicht ausschließlich die für die empirische Untersuchung unmittelbar relevanten Sachverhalte umrissen, sondern darüber hinausgehend insgesamt solche, die zur Durchdringung des speziellen Forschungsansatzes als erforderlich erachtet werden.

In diesem Sinne werden (existenz-)philosophische Reflexionen, phänomenologisch-existenzialontologische Ideenfolgen, materiaethische Gedanken und metaphysische Zusammenhänge in dem Maße tangiert, wie sie zur Vermittlung des existenziellen Menschenbildes und Weltentwurfs, der logotherapeutischen Sinn-Kategorie und des damit einhergehenden Paradigmenwechsels in der Psychotherapie beitragen. Entsprechend wird das Frankl'sche Religions- und Gottesverständnis nicht ausführlich aufgearbeitet, sondern nur am Rande behandelt. Gleichmaßen bleiben die Neurosenlehre Frankls und ihre medizingeschichtliche Bedeutung weitestgehend unberücksichtigt. Lediglich im Zusammenhang mit einer Skizzierung spezifischer logotherapeutischer Behandlungsmethoden (Kapitel 2.8.2) werden klassifizierende Unterscheidungen der Neurosenphänomene „angerissen“. Psychologische Schulen und deren Vertreter, ihre Querverbindungen zu Frankl und dessen Stellung zu ihnen finden dann Erwähnung, wenn sie die Logotherapie und Existenzanalyse entscheidend beeinflusst haben. Dabei soll Frankls genuin eigenständiger Beitrag herausgestellt und in Relation gesetzt werden.

Es muss darauf aufmerksam gemacht werden, dass mit der mosaiksteinartigen Gliederung in die Unterkapitel 2.5 bis 2.11 – mit der eine geordnete und übersichtliche

Darstellung intendiert wird –, eine künstliche Zerteilung des Ganzen der Logotherapie und Existenzanalyse einhergeht: Die einzelnen, als Überschriften dieser Kapitel verwendeten „Konzepte“ spielen wechselseitig ineinander hinein, sind in Wirklichkeit auf vielfältige Weise untrennbar miteinander verwoben und aufeinander bezogen und können daher nicht unabhängig voneinander betrachtet und verstanden werden. Inhaltliche Überlappungen an manchen Stellen beziehungsweise die Darstellung ein und desselben Sachverhaltes in unterschiedlichen Kontexten sind daher unvermeidbar und werden gegebenenfalls durch Verweise auf andere Kapitel deutlich gemacht. Um die Kernaussagen komplexer logotherapeutischer Aspekte deutlich herauszustellen und die wesentlichen Inhalte „auf den Punkt zu bringen“, beinhalten die besonders umfangreichen Unterkapitel 2.5 bis 2.12 weitere Untergliederungen und jeweils ein abschließendes Fazit.

Kritische Einwände gegen die klassische „Sintheorie“ Viktor Frankls wie auch Ergänzungen, Präzisierungen und weiterführende Gedanken anderer Autoren sind themenspezifisch jeweils an passender Stelle integriert.

Zur Veranschaulichung der Interdependenzen und des komplexen Zusammenspiels zwischen den anthropologischen Prämissen der Logotherapie und Existenzanalyse bildet eine grafische Übersicht des sinnzentrierten Ansatzes den Abschluss von Kapitel 2. Als inhaltliche Überleitung zu Kapitel 3 ist dort die Trotzmacht des Geistes in einen theoretischen Rahmen eingebettet und innerhalb des Prozesses der Sinnfindung und -verwirklichung dargestellt.

*Kapitel 3* ist im Sinne eines stringenten Gesamtkonzeptes und zielgerichteten Vorgehens in dieser Arbeit als Konkretisierung des Forschungsgegenstandes und theoretische Vorarbeit im Hinblick auf einen angestrebten, empirisch begründeten Erkenntnisfortschritt zu verstehen. Es enthält Überlegungen zur Begrifflichkeit der Trotzmacht des Geistes und grenzt sie – um Konfundierungen zu vermeiden und im Sinne der Forschungsfrage ihre Eigenständigkeit herauszuarbeiten – von den psychologischen Konstrukten ab, welche substantielle Ähnlichkeiten mit ihr aufzuweisen scheinen.

Im Versuch, bemerkenswerte Ergebnisse der aktuellen Sinnforschung mit grundlegenden existenzanalytisch-logotherapeutischen Aussagen in Einklang zu bringen, wird die sogenannte Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ entworfen. Die darin enthaltenen Aussagen werden so formuliert, dass sie in Kapitel 4 empirisch überprüft werden können.

Schließlich erfolgt eine kritische Auseinandersetzung mit der Frage, ob es überhaupt möglich ist, noetische Konstrukte zu messen. Es wird reflektiert, welche Schwierigkeiten die Operationalisierung der Trotzmacht des Geistes impliziert und welche Ansätze mit ähnlicher Zielsetzung es bereits gibt.

In *Kapitel 4* werden eingehend das Ziel, der Aufbau und die Inhalte eines theoretisch auf der Logotherapie und Existenzanalyse basierenden und systematisch daraus abgeleiteten Fragebogens zur – nach Wissen der Verfasserin erstmaligen – Erhebung der Trotzmacht des Geistes erläutert.<sup>41</sup> Das planmäßig-schrittweise Vorgehen bei der Konstruktion und Validierung des Instrumentes wird im Detail wiedergegeben und konsequent begründet. Schlussfolgerungen werden gezogen im Hinblick auf die Qualität und Anwendbarkeit des Fragebogens.

*Kapitel 5* dient der Rekapitulation der empirischen Untersuchungen und deren Resultate sowie ihrer Erörterung und kritischen Bewertung im Kontext der aufgestellten, logotherapeutisch verorteten Hypothesen und des Forschungsstandes. Die Einzeluntersuchungen werden in einen übergreifenden Zusammenhang gestellt, und auf Basis des gesamthaft gezogenen Fazits wird die Forschungsfrage beantwortet.

Aufgrund offen gebliebener Fragen werden Anregungen zur Anschlussforschung und Empfehlungen im Sinne von Forschungsdesiderata erteilt sowie mögliche Implikationen für die Praxis aufgezeigt. Abschließend werden Denkanstöße zur systematischen Förderung der Trotzmacht des Geistes gegeben.

Über die gesamte Arbeit hinweg wird einleitend zu Beginn eines jeden Unterkapitels dessen Inhalt in Kürze avisiert. Außerdem erfolgt am Ende der Kapitel 2 bis 5 jeweils eine Zusammenfassung.

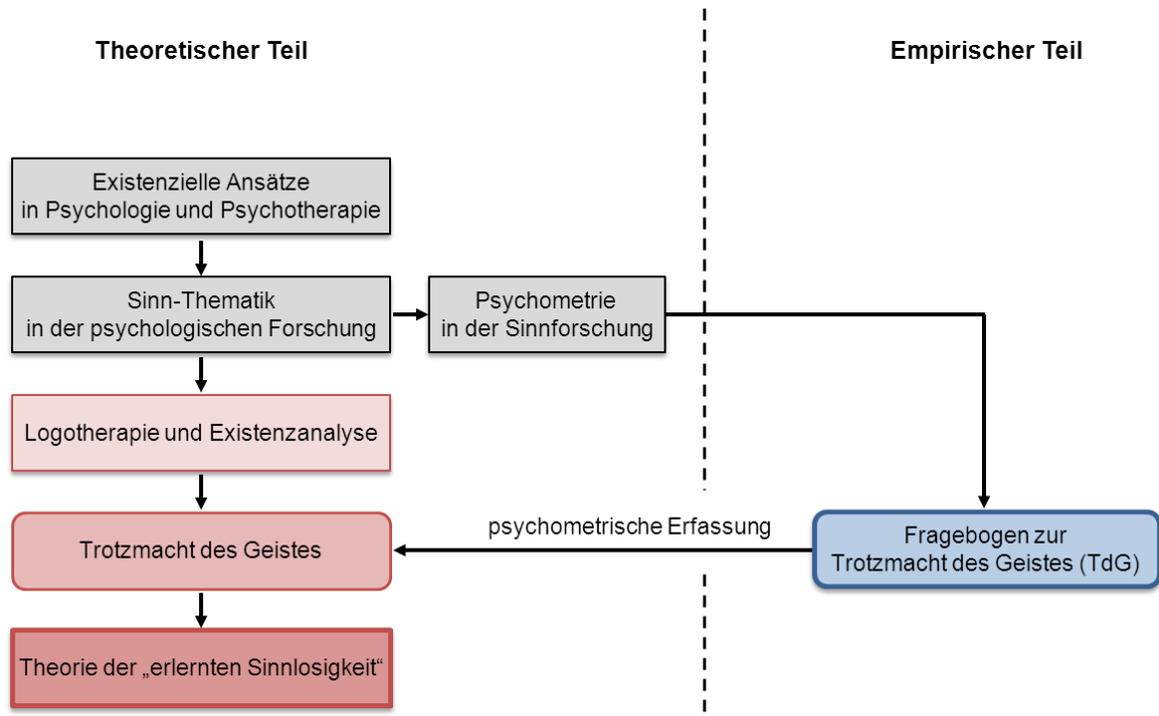
Literatur- und Darstellungsverzeichnis, Anhang und Lebenslauf der Verfasserin bilden die Schlusskapitel der Arbeit.

Abbildung 1 spiegelt in groben Zügen den logischen Aufbau des inhaltlichen Kerns der vorliegenden Arbeit wider:

---

<sup>41</sup> Für die fachliche wie methodische Unterstützung meines Dissertationsprojektes gilt mein Dank insbesondere Prof. Dr. Alexander Noyon, Fakultät für Sozialwesen der Hochschule Mannheim.

Abbildung 1: Grobstruktur dieser Arbeit



Hinweis:

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde auf geschlechtsneutrale Formulierungen verzichtet und die männliche Form gewählt. Im gesamten Text sind im Sinne der Gleichbehandlung immer beiderlei Geschlechter gemeint, sofern nicht ausdrücklich auf ein Geschlecht Bezug genommen wird.

## **2 Theoretische Hinführung: Die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor E. Frankls im Rahmen der psychologischen Sinnforschung**

### **2.1 Existenzielle Ansätze in der Psychologie und Psychotherapie**

Einleitend wird ein Überblick über existenzielle Ansätze der psychologischen (Therapie-) Forschung gegeben. Dies geschieht in einer Ausführlichkeit, die zum Zweck der wissenschaftlichen Einordnung der Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls und der Darstellung ihres Stellenwertes innerhalb der psychologischen Sinnforschung erforderlich ist.

Die Frage nach dem Sinn des Lebens ist eine der ältesten philosophischen Fragen überhaupt, und die „existenzialistisch-philosophische Tradition“, in Form von Debatten großer Denker über „Leben und Tod“ und Themen wie „Freiheit“, „Kausalität“ und den menschlichen Willen, hat mutmaßlich eine über zweitausendjährige Geschichte. Seit ihrer Begründung durch die Vorsokratiker im sechsten Jahrhundert vor Christus befasst sich die westliche Philosophie mit der Stellung des Seins im Kosmos und dem Wesen alles Seienden. Die Existenzielle Psychotherapie basiert hauptsächlich auf der in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts entstandenen „Schule“ der Existenzphilosophie, welche die faktische Existenz des einzelnen Menschen in den Mittelpunkt ihrer Betrachtung stellte<sup>42</sup> und die ersten konkreten philosophischen Sinnentwürfe hervorbrachte. Deren Vertreter – unter anderen Sören Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, Martin Buber, Karl Jaspers, Paul Tillich, Gabriel Marcel, Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, Albert Camus, Edmund Husserl, Max Scheler – vertraten zum Teil stark unterschiedliche und sich widersprechende Auffassungen, etwa im Hinblick auf Religion, Wissenschaft und allgemein das Dasein des Menschen und seine Stellung in der Welt.

Eine der ersten, breite Aufmerksamkeit erzeugenden existenzphilosophischen Publikationen war 1942 „Grundformen und Erkenntnis menschlichen Daseins“ von Ludwig Binswanger (1881-1966), einem der bekanntesten existenziellen Denker. Binswanger –

---

<sup>42</sup> Bei Platon waren demgegenüber Ideen und göttlich oder gesellschaftlich vorgegebene Werte und übergeordnete Gesetzmäßigkeiten vorrangig gewesen; vgl. Hauser, 2004, S. 223, 236.

stark dem Denken Heideggers verpflichtet – integrierte den psychoanalytischen und den existenzphilosophischen Ansatz und begründete die Daseinsanalyse.<sup>43</sup> Diese wurde von Medard Boss (1903-1990) – wie Binswanger Schweizer Psychiater, Psychoanalytiker und zugleich Kritiker der philosophisch-anthropologischen Grundlagen der Psychoanalyse – im Rahmen dessen „Zürcher Schule der Daseinsanalyse“ für die Psychotherapie nutzbar gemacht.<sup>44</sup>

Bedeutende Einflüsse der – aus der radikalen Abkehr von der überlieferten Metaphysik hervorgetretenen – Existenzphilosophien auf die Logotherapie und Existenzanalyse sind in Kapitel 2.5 integriert. Es wird jedoch darauf hingewiesen, dass aufgrund der relativen Bedeutung der philosophischen Grundlagen für das Kernthema dieser Arbeit eine strenge Auswahl getroffen und viele einflussreiche philosophische Denker unerwähnt bleiben müssen. Diese Selektion orientiert sich an der Relevanz einzelner Philosophen und deren Werke für die populärsten Vertreter existenzieller Psychotherapie.

Existenzielle Psychotherapie ist nach einer formalen Definition Irvin Yaloms (2010) „*ein dynamischer Zugang zur Therapie, der sich auf die Gegebenheiten konzentriert, welche in der Existenz des Individuums verwurzelt sind.*“<sup>45</sup> Das Anliegen existenzieller Ansätze ist die explizite Bezugnahme auf grundlegende (Grenz-)Erfahrungen und Kernkonflikte des menschlichen Lebens. Dabei handelt es sich um keine eigenständige, in sich geschlossene ideologische Schule. Vielmehr muss man von mehr oder weniger „*existenziell orientierten*“ Klinikern sprechen, deren therapeutische Herkunft divergiert, die jedoch eine existenzielle Perspektive auf Psychodynamik teilen und ihre klinischen Beobachtungen und Erfahrungen dementsprechend konsolidieren und kategorisieren.

In der existenziellen Therapie kommen Phänomene zur Sprache, mit denen sich jeder Mensch früher oder später im Leben gedanklich beschäftigt, mit denen er in irgendeiner Form unausweichlich konfrontiert wird – Fragen, die ihn zutiefst „angehen“, bei denen er jedoch nicht zu eigentlichen Ergebnissen und endgültigen Antworten kommen kann. Angestrebt wird eine offene Auseinandersetzung mit „*‘letzte[n] Dinge[n]’*“<sup>46</sup> und damit

---

<sup>43</sup> Vgl. Binswanger, 1983; der Begriff "Daseinsanalyse" stammt aus der Philosophie Heideggers, in dessen – Edmund Husserl gewidmetem – Hauptwerk *Sein und Zeit* der Mensch als "Dasein" bezeichnet ist ; vgl. Heidegger, 1926/1993.

<sup>44</sup> Vgl. Pongratz, 1973, S. 75-106.

<sup>45</sup> Yalom, 2010b, S. 17.

<sup>46</sup> Ebd., S. 20.

verbundenen bewussten und unbewussten Ängsten und Motiven sowie Dilemmata, für die es keine eindeutigen Lösungen oder befreienden Auswege gibt: Krankheit, (Angst vor) Tod und Sterben, Umgang mit der Endlichkeit des Lebens, Trennung, Isolation und Einsamkeit, Sinn der Existenz und Absurdität (Widersinnigkeit) des Lebens, Freiheit und Verantwortlichkeit, Schuld, irreversible Entscheidungen, Fehlbarkeit und Scham, unvermeidbares Leid und Schicksal. Bei diesen – mehr oder weniger wechselseitig ineinander verstrickten – Themen geht es auf Seiten des Patienten oftmals um Wertkonflikte, Sinnverlust und Orientierungslosigkeit, die Konfrontation mit Trauer, den Umgang mit Tragik, Hoffnungs- und Trostlosigkeit, Verlassenheit, Verzweiflung, Reue, das Wiedergewinnen von Selbstverantwortung und Lebensmut, um Hadern und Zweifeln und das Ringen um eine der Gesundheit, Zufriedenheit und Lebensfreude förderliche Haltung. In einem authentischen Raum soll sich Wesentliches und Wertvolles im Leben abzeichnen, und Wege zu dessen Verwirklichung und zu menschlichem Wachstum sollen aufgezeigt und erarbeitet werden. Dabei liegt der Schwerpunkt nicht auf spezifischen Techniken, entscheidend ist vielmehr eine alternative Sicht der Welt und des Menschen, die sich von der aller bisherigen Therapieschulen abgrenzt.

Existenzielle Fragestellungen thematisierende psychotherapeutische Ansätze entstanden erstmals in den späten 30er und den 40er Jahren des letzten Jahrhunderts, die meisten davon im deutschsprachigen Raum. In Europa fand die kritische Auseinandersetzung mit Sigmund Freuds (1856-1939) Psychoanalyse statt, und eine Integration philosophischer Konzepte in die Psychotherapie begann. Betont wurden die tragischen Momente der Existenz und die Determiniertheit des Menschen. In den USA begann die existenzielle Bewegung in den späten 1950er Jahren und blühte intensiv in den 60er Jahren auf, im Rahmen der Begründung der Humanistischen Psychologie durch Carl Rogers, Rollo May, Charlotte Bühler, Kurt Goldstein, Abraham Maslow, Aldous Huxley, James Bugental und einigen weiteren bekannten Persönlichkeitstheoretikern. Es entwickelte sich eine Vielzahl zum Teil eher personalistischer, zum Teil etwa gestalt- und tiefenpsychologischer Schulen, die durch die Annahme der Autonomie des Menschen als anthropologische Grundlage verbunden waren.<sup>47</sup>

Die „Dritte Kraft“ der Psychotherapie – nach Behaviorismus und Freud'scher Psychoanalyse – postulierte im Gegensatz zur europäischen Psychologie die

---

<sup>47</sup> Vgl. Riedel et al., 2008, S. 36.

menschliche Freiheit und Verantwortlichkeit, hob Potenzialentwicklung und Selbstverwirklichung hervor und betrachtete den Menschen ganzheitlich, als einen an Sinn und Werten orientierten Gestalter seiner Existenz. Wesentliche existenzielle Beiträge leisteten innerhalb der amerikanischen intellektuellen Gemeinschaft zusätzlich einige humanistisch orientierte Psychoanalytiker wie Otto Rank, Karen Horney, Erich Fromm und Hellmuth Kaiser.<sup>48</sup>

Der wohl am stärksten existenzialistisch-philosophisch fundierte humanistische Psychologe war Rollo May (1909-1994), ein Schüler Alfred Adlers und substantiell beeinflusst von Kierkegaard, Binswanger und Fromm. May thematisierte die menschlichen Freiheit, die damit verbundene Angst<sup>49</sup> sowie die in Werten, Sinn und Zielen zum Ausdruck kommende Willenskraft.<sup>50</sup> Er hatte bedeutenden Einfluss auf Irvin Yalom (\*1931), der tiefenpsychologisch verortet und der bekannteste lebende Vertreter der existenziellen Psychotherapie ist.<sup>51</sup> In Yaloms 1980 in den USA erschienenem Hauptwerk „Existential Psychotherapy“ postuliert er vier grundlegende existenzielle Aspekte des menschlichen Lebens: Tod, Freiheit, Isolation und Sinnlosigkeit. Letztere ist Yalom zufolge häufig eine Maske der Angst – vor entweder der Freiheit oder dem Tod. Im Hinblick auf das menschliche Sinnbedürfnis bezieht er sich weitgehend auf Frankl, bestreitet jedoch dessen „Sinnobjektivismus“: Für Yalom ist – angelehnt an die Tradition der französischen Existenzphilosophie<sup>52</sup> – der Mensch keiner höheren Macht verpflichtet, sondern die Sinnfrage ist für ihn das „Dilemma eines sinnsuchenden Geschöpfes [...], das in ein Universum hineingeworfen ist, das keinen Sinn hat“<sup>53</sup> – außer den vom Menschen selbst konstruierten. Als „Bedrohung der spirituellen Existenz“ und „jene bestürzendste und unlösbarste Frage von allen“<sup>54</sup> betrachtet er sie als wichtiges therapeutisches Thema. Quellen persönlicher Sinnfindung sieht Yalom in Altruismus, Hingabe an eine Sache<sup>55</sup>, Kreativität, Hedonismus, Selbstverwirklichung und „Selbsttranszendenz“.<sup>56</sup> Sinnlosigkeitsgefühle lassen sich seiner Überzeugung nach nur indirekt überwinden –

---

<sup>48</sup> Zur Übersicht existenziell-humanistischer Ansätze vgl. Schneider / Krug, 2009, sowie Yalom, 2010b, S. 27-35.

<sup>49</sup> Vor allem in seinem einflussreichen Werk *The meaning of anxiety*, vgl. May, 1950/1977.

<sup>50</sup> Vgl. May, 1991.

<sup>51</sup> Vgl. Yalom, 2010a, S. 57, 331; vgl. Noyon / Heidenreich, 2012, S. 49.

<sup>52</sup> Vgl. „Absurdität“ bei Camus, 1955.

<sup>53</sup> Yalom, 2010b, S. 22; vgl. auch 2010a, S. 146.

<sup>54</sup> Ebd., S. 322, 487.

<sup>55</sup> Wie auch Frankl nimmt er Bezug auf Jaspers' Worte: „Was der Mensch ist, das ist er durch die Sache, die er zur seinen macht“, zitiert nach Frankl, 1972/2005, S. 17, sowie 1975/1987, S. 172.

<sup>56</sup> Vgl. Yalom, 2010b, S. 498-508; vgl. auch 2010a, S. 149; vgl. Kapitel 2.8.

nicht, indem man sie rational analysiert, sondern im Gegenteil von ihnen „wegsieht“ und sich selbst zum Engagement für andere Menschen und Aufgaben verpflichtet. Hier übernimmt Yalom das von Frankl stark betonte Konzept der Selbsttranszendenz.

Emmy van Deurzen (\*1951) – als Hauptvertreterin der britischen Schule der Existenzanalyse – wurde unter anderen durch Karl Jaspers, Paul Tillich und vor allem Martin Heidegger und dessen Konzepte des Daseins und Ausführungen zu Tod, Angst und Schuld beeinflusst. Sie ist tiefer in der Phänomenologie und Existenzphilosophie verankert als Yalom und hebt die trotz der Zwänge und Grenzen vorhandenen Freiheiten des Menschen sowie die Relevanz der Analyse eigener Werte und Einstellungen hervor. Van Deurzen geht von vier „existenziellen Dimensionen“ des Menschen aus, welche stets in Interaktion miteinander stehen und unterschiedliche Begierden und Ängste beinhalten:

- Umwelt (physische Dimension, unterste Stufe): Körper und Sinne, die mit der Umgebung interagieren bzw. diese erfassen; Begierden: Leben, Lust; Ängste: Schmerz, Tod
- Mitwelt (soziale Dimension): Verbundenheit mit anderen Menschen, in Form von Kommunikation, Kooperation, Kontrolle anderer; Begierden: Liebe, Zugehörigkeit; Ängste: Hass und Isolation
- Eigenwelt (psychische Dimension): Kontakt zur eigenen Innenwelt; Begierden: Identität, Integrität; Ängste: Freiheit, Desintegration
- Überwelt (spirituelle Dimension, oberste Stufe): Konstruktion von Bedeutung; Begierden: das Gute, Zweck; Ängste: das Böse, Sinnlosigkeit<sup>57</sup>

Die Inhalte existenzieller Therapie dürften schwerpunktmäßig in der zuletzt genannten Dimension angesiedelt sein. Durch sie wird der Mensch bei van Deurzen zu einem sinnorientierten Wesen.

Mick Cooper (2003) unternimmt den Versuch einer Systematisierung existenzieller Therapieansätze.<sup>58</sup> Er charakterisiert die Unterschiede im therapeutischen Vorgehen auf neun (zum Teil miteinander zusammenhängenden) Dimensionen:

---

<sup>57</sup> Vgl. Deurzen, 2010; vgl. Noyon / Heidenreich, 2012, S. 45.

<sup>58</sup> Vgl. Cooper, 2003, S. 138-145; vereinfachte Darstellung: Noyon / Heidenreich, 2011, S. 578; 2012, S. 53.

- (1) Phänomenologisch (bei der gelebten Erfahrung des Patienten bleibend) – existenziell (die therapeutischen Inhalte hinsichtlich existenzieller Annahmen betrachtend)
- (2) Direktiv (von Seiten des Therapeuten steuernd und strukturierend) – nondirektiv (den Patienten einbeziehend)
- (3) Deskriptiv (den Patienten zu einer deskriptiven Exploration von Erfahrungen ermutigend) – erklärend (zum Suchen von Gründen und Erklärungen für Denkweisen und Gefühle motivierend)
- (4) Psychologisch (den therapeutischen Prozess als Erkundung psychischer Erfahrungen betrachtend) – philosophisch (nach Möglichkeiten konstruktiver Lebensgestaltung fragend)
- (5) Individualisierend (individuelles Erleben in den Mittelpunkt stellend) – universalisierend (allgemeine Prinzipien herausstellend)
- (6) Pathologisierend (die Probleme des Patienten als individuelle Störungen deutend) – entpathologisierend (die Schwierigkeiten als universelle, zu akzeptierende Lebensprobleme ansehend)
- (7) Subjektiv (sich auf den Menschen mit seinen spezifischen Erfahrungen konzentrierend) – zwischenweltlich (das Zusammensein mit anderen Menschen fokussierend)
- (8) Unmittelbar (die therapeutische Beziehung zum Inhalt der Therapie machend) – nicht unmittelbar (sich mit Inhalten außerhalb der therapeutischen Situation befassend)
- (9) Spontan (situativ-ungeplant vorgehend) – technisch (einzelne therapeutische Techniken favorisierend)

Der existenziell-humanistische Ansatz wird von Cooper als psychologisch, individualisierend, subjektiv und unmittelbar betrachtet, während van Deurzen als philosophisch, universalisierend, zwischenweltlich und nicht unmittelbar gesehen wird. Die Logotherapie Viktor Frankls, welche ab Kapitel 2.4 im Zentrum der vorliegenden Arbeit steht, wird nach dieser Systematik als existenziell, direktiv, pathologisierend, zwischenweltlich, nicht unmittelbar und technisch eingeordnet.<sup>59</sup> Auf den anderen Dimensionen bewegen sich die Ansätze im mittleren Bereich zwischen den

---

<sup>59</sup> Dieser Einstufung kann in einigen Punkten nicht zugestimmt werden; so betonte Frankl stets Improvisation und Individualisierung und warnte vor einer Technisierung und Befolgung starrer Schemata (vgl. Frankl, 1947/1991, S. 19, 74, 169-170; vgl. Frankl, 1975/1987, S. 183; vgl. Kapitel 2.8.2) – die Einschätzung „technisch“ ist daher unverständlich. Ebenso wenig nachvollziehbar sind die Klassifizierungen „pathologisierend“ und „zwischenweltlich“, was in den folgenden Kapiteln deutlich werden dürfte.

Extrempositionen. Die Gemeinsamkeiten aller existenziellen Therapien sind nach Cooper die Betonung von Freiheit und Verantwortung, das Streben nach Bewusstmachung von Existenz sowie die Orientierung an Werten, Überzeugungen und Erfahrungen.

Fruchtbare Impulse für die Weiterentwicklung bestehender beziehungsweise Generierung neuer existenzieller Therapieansätze kommen derzeit überwiegend aus den USA und Großbritannien und den dort entstandenen Gesellschaften, wie der „Society for Existential Analysis“ in London.<sup>60</sup> Die empirische Fundierung existenzieller Interventionen ist mangelhaft. Studien, welche mit Methoden der modernen Psychotherapieforschung die Effektivität entsprechender Ansätze prüfen, liegen – unter anderem aufgrund der Unterschiedlichkeit der wissenschaftstheoretischen Auffassungen – kaum vor.<sup>61</sup> Die Fülle an populärwissenschaftlicher Ratgeberliteratur zu existenziellen Problematiken indiziert die Aktualität und Importanz dieser Themen. Besonders die Suche nach Sinn scheint in Mode gekommen<sup>62</sup> und sogar „der Megatrend des 21. Jahrhunderts“<sup>63</sup> zu sein, und nicht zuletzt in der Wirtschaft und Arbeitswelt verbreitet sich die „Sinnbotschaft“<sup>64</sup>. Wissenschaftliche Publikationen geben mit existenziellen Fragestellungen konfrontierten Therapeuten und Beratern jedoch wenig Hilfestellung zur konkreten Umsetzung der zahlreichen und heterogenen Ansätze in die Praxis.<sup>65</sup>

---

<sup>60</sup> Vgl. Noyon / Heidenreich, 2012, S. 41.

<sup>61</sup> Vgl. Noyon / Heidenreich, 2011, S. 578.

<sup>62</sup> Vgl. Riemeyer, 2007, S. 299.

<sup>63</sup> Pattakos, 2011, S. 201.

<sup>64</sup> Ebd., S. 222; vgl. Kapitel 2.12.3.

<sup>65</sup> Vgl. Noyon / Heidenreich, 2012, S. 11.

## 2.2 Die Sinn-Thematik in der psychologischen Forschung

Es soll verdeutlicht werden, dass der Stellenwert der *Sinn-Thematik* sowie die Art und Weise ihrer Behandlung innerhalb der Psychotherapie eng mit dem zugrunde liegenden Menschenbild der jeweiligen therapeutischen Richtung verknüpft sind.<sup>66</sup>

Innerhalb der Psychoanalyse wurde die Sinnfrage kaum thematisiert. Freud betrachtete die Sinnsuche des Menschen als Folge seiner Triebkonflikte und war überzeugt: „Im Moment, da man nach Sinn und Wert des Lebens fragt, ist man krank, denn beides gibt es ja in objektiver Weise nicht; man hat nur eingestanden, daß [sic!] man einen Vorrat an unbefriedigter Libido hat, und irgendetwas anderes muß [sic!] damit vorgefallen sein, eine Art Gärung, die zur Trauer und Depression führt.“<sup>67</sup> Freud lehnte die Frage nach dem Sinn des Lebens prinzipiell ab, da sie aus seiner Sicht letztendlich immer in Zusammenhang mit Religion steht und er diese als von der „wahren“ Aufklärung des Unbewussten wegführend betrachtete. Individuelle Sinnerfüllung wird in der psychoanalytischen Behandlung höchstens dann relevant, wenn ein Mangel daran besteht. Der Sinnbegriff wurde von Freud im Rahmen der Deutung neurotischer Symptome verwendet: „Unter Sinn verstehen wir Bedeutung, Absicht, Tendenz und Stellung in einer Reihe psychischer Zusammenhänge.“<sup>68</sup> Durch die Entschlüsselung von „Unsinn“ – zum Beispiel Fehlleistungen und Verdrängungen – und dessen unbewusster Bedeutung durch den Patienten selbst wird bewusste Sinnhaftigkeit freigesetzt. Fehlleistungen im Sinne „psychischer Akte“ sind daher sinnreich.<sup>69</sup>

In der Analytischen Psychologie Carl Gustav Jungs (1875-1961) wird der Sinnbegriff nicht explizit definiert, Jung thematisierte die Sinnfrage jedoch wiederholt. Er sah Sinnerfüllung im Zusammenhang mit dem Erleben archetypischer Bilder als ordnungsschaffenden Symbolen, universalen psychischen Strukturen und mehrdimensionalen Elementen des kollektiven Unbewussten.<sup>70</sup> Er war der Ansicht, dass Sinn die Antwort auf eine natürliche Religiosität darstellt und Sinnmangel eine wesentliche Rolle bei der Entstehung von Neurosen spielt: „Die Psychoneurose ist im letzten Verstande ein Leiden der Seele, die

---

<sup>66</sup> Eine tabellarische Gegenüberstellung psychotherapeutischer Ansätze im Hinblick auf ihren Sinnbezug findet sich bei Hauser, 2004, S. 374-375.

<sup>67</sup> Freud, 1960, S. 429 (Brief vom 13. August 1937 an Marie Bonaparte).

<sup>68</sup> Freud, 1916/2007, S. 57; vgl. auch Frankl, 1977/2011, S. 38.

<sup>69</sup> Vgl. Freud, 1916/2007, S. 56-75; zur ausführlichen philosophischen Diskussion des psychoanalytischen Sinnkonzeptes vgl. Wasser, 1995.

<sup>70</sup> Vgl. Jung, 1954/1995, S. 405.

ihren Sinn nicht gefunden hat.“<sup>71</sup> Eine sinnbezogene Einstellung zum Leiden und ein vom Unbewussten angeregtes sinnvolles Ziel waren für ihn die Voraussetzungen für den Heilungsprozess des Patienten.

Alfred Adler (1870-1937) stimmte ebenfalls nicht mit Freuds Interpretation der Sinnsuche als Krankheitssymptom überein. Im Gegenteil hielt er es für unmöglich, dem Leben *keinen* Sinn zu geben, da dieser die Richtung ausmache, ohne die kein Denken und Handeln möglich sei. Bereits Mitte der 20er Jahre des 19. Jahrhunderts befasste sich Adler mit der Sinn-Thematik. Sein Sinnverständnis ist dynamisch-teleologisch und durch evolutionäres Denken geprägt.<sup>72</sup> „Der Sinn des Lebens“ – Titel seines letztes Hauptwerkes von 1933 – hat zwei verschiedene Bedeutungen für ihn: Zum einen die psychologische – das heißt es gibt den Sinn, den jeder Mensch für sein Leben sucht, beeinflusst durch seine Erfahrungen mit sich selbst, anderen und der Welt. Dabei führt eine fehlerhafte Sinnggebung zu einer Beeinträchtigung der seelischen Gesundheit und zu Minderwertigkeitsgefühlen. Zum anderen sieht Adler den „wahren“ Sinn des Lebens auf einer metaphysischen, das heißt sinnlich nicht erfassbare Urgründe des Seienden beinhaltenden Ebene: Als allgemein für alle Menschen gültige ethische Norm, welche darin liegt, durch die Erfüllung der persönlichen Aufgaben und Entfaltung der eigenen Fähigkeiten zum Wohl sowie zur Weiterentwicklung und Humanisierung der gesamten Menschheit beizutragen. In diesem Sinne sah Adler in der Sinnfindung ein Mittel zur Realisierung des Gemeinschaftsgefühls und Erreichung von Vollkommenheit.<sup>73</sup>

Erich Fromm (1900-1980) sah im Sinn des Lebens „nur den einen Sinn [...]: den Vollzug des Lebens selbst“<sup>74</sup>, und zwar durch die Befriedigung des allgegenwärtigen psychischen Bedürfnisses nach einem „Rahmen der Orientierung“ und einem „Objekt der Hingabe“. Diese muss unter Gebrauch und damit auch Weiterentwicklung der menschlichen Eigenkräfte, zum Beispiel der Vernunft und der Liebe, geschehen.<sup>75</sup>

Die behavioristischen Ansätze der frühen Verhaltenstherapie ignorierten in reduktionistischer Manier existenzielle Fragestellungen. Eine Ursache ist in den sehr unterschiedlichen Menschenbildern sowie wissenschaftlichen Herangehensweisen und

---

<sup>71</sup> Jung, 1932/1995, S. 497; vgl. Frankl, 1977/2011, S. 41-42, sowie Frankl / Kreuzer, 1986, S. 13.

<sup>72</sup> Vgl. Hauser, 2004, S. 317.

<sup>73</sup> Vgl. Adler, 1933/1973; 1937/1994, S. 182.

<sup>74</sup> Fromm, 1941/2011, S. 190.

<sup>75</sup> Vgl. Funk, 2006, S. 190-191.

Methoden der Ansätze zu sehen: Während die Wurzeln der verhaltenstherapeutischen Schule in den Grundsätzen der experimentellen Psychologie mit ihren lerntheoretischen Prinzipien, deren Operationalisierung im Versuchslabor und dem Bestreben der Erklärung menschlichen Erlebens und Verhaltens liegen, sind die Grundlagen existenzieller Psychotherapie nicht empirischer, sondern phänomenologischer (an der Erfahrung ansetzender) und eher intuitiver Natur. Zurückgehend auf die Phänomenologie Edmund Husserls kann das wahre Wesen des Menschen in seiner Ganzheitlichkeit nicht auf Basis vorformulierter (naturwissenschaftlicher) Theorien erforscht und mit Hilfe standardisierter Instrumente verstehbar werden. Zusätzlich gründet die skeptische Haltung der Behavioristen gegenüber existenziellen Aspekten mutmaßlich in sprachlichen Differenzen und der teilweise hohen Komplexität, Abstraktion und linguistischen Verworrenheit existenzphilosophischer Texte.<sup>76</sup>

Ein Interesse an den Sinnfragen des Menschen entstand in der Verhaltenstherapie ansatzweise im Zuge der Entwicklung in Richtung einer Einbeziehung kognitiver Elemente. In den letzten Jahren wurden neben Ansätzen der symptomorientierten Behandlung zunehmend existenzielle Sichtweisen integriert.<sup>77</sup> Techniken der Logotherapie<sup>78</sup> bereichern bereits die verhaltenstherapeutische Arbeit, und es bestehen insgesamt einige Parallelen im therapeutischen Vorgehen.<sup>79</sup> Annäherungen an existenztherapeutische Perspektiven sind vor allem im Rahmen achtsamkeitsorientierter Ansätze der so genannten „Dritten Welle“ der Verhaltenstherapie beobachtbar.<sup>80</sup> Ihr wird die in den USA entstandene Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)<sup>81</sup> zugerechnet, welche lerntheoretische mit wertorientierten, nicht zuletzt existenzanalytisch-logotherapeutischen Sichtweisen kombiniert. Sinn, „Richtungsziele“ (im Gegensatz zu terminierbaren „Ergebniszielen“) und wertbezogene Entscheidungen haben darin einen großen Stellenwert – auch wenn das enthaltene Werte-Konzept ein spezifisches ist.<sup>82</sup> Auch innerhalb der Positiven Psychologie<sup>83</sup>, welche in den letzten rund 10 Jahren

---

<sup>76</sup> Vgl. Noyon / Heidenreich, 2007; vgl. 2011, S. 572.

<sup>77</sup> Vgl. Sedlak, 1995; vgl. Ellis, 1997; vgl. Ullrich / Muynck, 1997; vgl. Hauke, 2001; vgl. Sulz, 2009; vgl. Kanfer et al., 2011.

<sup>78</sup> Vgl. Kapitel 2.8.2.

<sup>79</sup> Vgl. Noyon / Heidenreich, 2007; Titze, 1988, S. 32-39, vergleicht methodische Prinzipien der Logotherapie und der Kognitiven Therapie mit dem Ziel einer Integration.

<sup>80</sup> Vgl. Heidenreich / Michalak, 2003; vgl. Heidenreich et al., 2007.

<sup>81</sup> Vgl. Hayes et al., 1999.

<sup>82</sup> Vgl. Dahl et al., 2009; vgl. Sonntag, 2011.

<sup>83</sup> Der Begriff wurde bereits 1954 von Abraham Maslow verwendet und Ende der 90er Jahre von Martin Seligman aufgegriffen.

sukzessive an Popularität gewonnen hat, ist der individuelle Lebenssinn – als positives Phänomen und Ressource im menschlichen Leben – Gegenstand emotionaler, kognitiver wie auch interpersoneller Forschungs- und Therapieansätze<sup>84</sup>, und die Orientierung an ethischen Werten wird einbezogen.<sup>85</sup>

Die Gestalttherapie lässt ein ausgearbeitetes Sinnkonzept vermissen, tatsächlich blendet sie das Sinn-Thema weitgehend aus. Dagegen greifen systemische Therapien existenzielle Inhalte vereinzelt auf<sup>86</sup>, und existenzielle und systemische Ansätze sind prinzipiell unproblematisch und fruchtbar miteinander kombinierbar. Der Gedanke der Konstruktion sozialer Wirklichkeiten steht hier in Wechselwirkung mit individueller Sinnfindung. Letztere hat Auswirkungen auf das gesamte System und gestaltet die Umwelt eines Menschen, seine „ökologische Nische“. Diese Veränderung des Lebensraums löst das „Beantworten des Wirkens“ eines Menschen durch seine Umwelt aus, was wiederum auf Seiten der Person ein positives Selbstbild sowie dynamische Anpassungsprozesse fördert und den nächsten Sinnfindungsschritt beeinflusst – womit Zirkularität hergestellt ist.<sup>87</sup>

In der soziologischen Systemtheorie Niklas Luhmanns (1984) bringt Sinn Ordnung in die komplexe Welt. Bevor er erfahren wird, liegt eine Diskrepanz von aktuell Gegebenem und angesichts dessen Möglichem vor. Sinn ist dynamisch, als „laufendes Aktualisieren von Möglichkeiten“<sup>88</sup> und Triebwerk von Kommunikation, über die soziale Systeme definiert sind. Luhmann zufolge sind soziale wie psychische Systeme einander gegenüber verschlossen, bedingen sich jedoch wechselseitig<sup>89</sup> und sind autopoietisch: Auf der Basis von Sinn operierend bringen sie sich selbst hervor, indem sie kontinuierlich neue Sinnzusammenhänge herstellen.<sup>90</sup> Sinn hat keinen Träger wie zum Beispiel die Psyche, sondern „trägt sich selbst, indem er seine eigene Reproduktion selbstreferentiell ermöglicht. *Und erst die Formen dieser Reproduktion differenzieren psychische und soziale Strukturen.*“<sup>91</sup>

---

<sup>84</sup> Vgl. Kass et al., 1991; vgl. Tausch, 2008; vgl. Gebler, 2011.

<sup>85</sup> Vgl. Auhagen, 2008, S. 9.

<sup>86</sup> Vgl. Ritscher, o.D.

<sup>87</sup> Vgl. Willi, 1996; vgl. Hauser, 2004, S. 365.

<sup>88</sup> Luhmann, 1984, S. 100; vgl. auch S. 111.

<sup>89</sup> Vgl. Wasser, 1995, S. 24; vgl. Hauser, 2004, S. 97-99.

<sup>90</sup> Vgl. Luhmann, 1985, S. 403.

<sup>91</sup> Luhmann, 1984, S. 141; zur gründlicheren Herausarbeitung des Sinnbegriffs bei Luhmann und Erörterung des Sinnbezugs der autopoietischen Systemtheorie vgl. Hauser, 2004, S. 96-100, sowie Wasser, 1995.

Ab den 1980er Jahren entstand in den USA eine psychologische Sinnforschung, im Rahmen derer eine Reihe aufschlussreicher (empirischer) Untersuchungen durchgeführt wurde.<sup>92</sup> Lebenssinn – als multidimensionales Konstrukt<sup>93</sup> – wurde dabei zumeist innerhalb eines klinischen Kontextes oder der Gesundheitspsychologie als Ressource betrachtet, welche unmittelbar oder als Moderatorvariable im Zusammenhang mit psychischem und/oder physischem Wohlbefinden und (seelischer<sup>94</sup>) Gesundheit steht. Bereits in den 70er Jahren hatte der israelische Medizinsoziologe Aaron Antonovsky (1923-1994) im Rahmen seines Modells der Salutogenese das Konstrukt des „Kohärenzsinn“ als Steuerungsgröße innerhalb des Stressbewältigungsprozesses eingeführt.<sup>95</sup> „Sinnhaftigkeit“ – als das Ausmaß, in welchem das Leben als sinnvoll und seine Anforderungen als herausfordernd betrachtet werden – ist die bedeutendste der drei Skalen der „Sense of Coherence Scale (SOC)“<sup>96</sup>. Peter Becker bestätigte mit seinem 1989 entwickelten „Trierer Persönlichkeitsfragebogen (TPF)“ empirisch die These Viktor Frankls<sup>97</sup>, dass Sinnerfüllung der zuverlässigste Einzelindikator für seelische Gesundheit ist.<sup>98</sup> Er war in Deutschland lange Zeit eine große Ausnahme im Hinblick auf die Thematisierung des Sinnkonstruktes.

Einige Ansätze zielen auf die Erforschung der Quellen oder Bereiche, aus denen der Mensch Sinn schöpft, und/oder versuchen, die verschiedenen Aspekte von Lebenssinn zu identifizieren und (qualitativ) zu analysieren.<sup>99</sup> So betrachten Thompson & Janigian (1988) Sinn als aus zwei Komponenten bestehend: „Sense of order“, als ein Empfinden von Ordnung und Stimmigkeit der Umwelt, sowie „sense of purpose“, als wahrgenommenes Ziel oder Aufgabe im Leben. Sinnfindung wird hier als ein Prozess der Anpassung individueller Lebensschemata, das heißt kognitiver Repräsentationen des eigenen Lebens, gesehen.<sup>100</sup>

---

<sup>92</sup> Vgl. zur Übersicht: Wong / Fry, 1998.

<sup>93</sup> Vgl. Chamberlain / Zika, 1988a.

<sup>94</sup> Die Begriffe „seelisch“ und „psychisch“, „Seele“ und „Psyche“ sowie „Seelisches“ und „Psychisches“ werden in dieser Arbeit jeweils synonym verwendet, Gleiches gilt für „physisch“, „körperlich“ und „leiblich“ beziehungsweise „Körper“ und „Leib“ – außer, es sind geometrische Körper gemeint – sowie „Körperliches“, „Leibliches“ und „Physisches“.

<sup>95</sup> Vgl. Antonovsky, 1993b; 1997.

<sup>96</sup> Vgl. Antonovsky, 1983; 1993a; vgl. Schumacher et al., 2000a; vgl. Kapitel 3.3.2, dort ist das Salutogenese-Modell sowie die SOC eigens dargestellt.

<sup>97</sup> Vgl. Frankl, 1985/2010, S. 226.

<sup>98</sup> Vgl. Becker, 2000, S. 75; vgl. auch 1985, wobei hier der TPF noch nicht zur Verfügung stand.

<sup>99</sup> Vgl. De Vogler / Ebersole, 1980; vgl. Reker / Wong, 1988; vgl. Fiske / Chiriboga, 1990; vgl. Reker, 1996 (SOMP; vgl. Kapitel 2.12.2).

<sup>100</sup> Vgl. Thompson / Janigian, 1988.

Mittlerweile belegt die empirische Forschung zweifellos die hohe Bedeutung des Sinngedankens für den Menschen. So wurde wahrgenommene Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens in zahlreichen Studien als „Prädiktor“ für psychische und körperliche Gesundheit und Wohlbefinden (zumindest als mit diesen Variablen korrelativ zusammenhängend)<sup>101</sup> wie auch wichtige persönliche Ressource bei einschneidenden Lebensereignissen allgemein<sup>102</sup> sowie in speziellen Krisensituationen identifiziert: Bei Verlust nahestehender Menschen, Trauer und Depression<sup>103</sup>, schweren Unfällen<sup>104</sup>, Knochenmarks- und Herztransplantationen<sup>105</sup> sowie Krankheiten wie HIV<sup>106</sup>, Schlaganfall<sup>107</sup> und Krebs.<sup>108</sup> Es konnte gezeigt werden, dass hohes Sinnerleben bei Krebspatienten einhergeht mit höherer körperlicher wie seelischer Gesundheit<sup>109</sup>, mehr Lebenszufriedenheit<sup>110</sup> und positiverer Weltanschauung<sup>111</sup>, weniger Angst und einem höheren Selbstwertgefühl<sup>112</sup>, psychischer Weiterentwicklung und Reifung<sup>113</sup>, höherer Lebensqualität<sup>114</sup>, weniger Hoffnungslosigkeit und Depression und einem verringerten Wunsch nach Sterbehilfe im Terminalstadium.<sup>115</sup>

In den letzten Jahren wurden konsequenterweise – schwerpunktmäßig im angloamerikanischen Raum – zunehmend sinnorientierte Interventionen, zum Beispiel für Krebspatienten, entwickelt und evaluiert. Bei den meisten dieser Ansätze handelt es sich um Gruppentherapien, welche unter anderem auf die Reduktion emotionaler Belastungen,

---

<sup>101</sup> Vgl. Becker, 1985; 1993; vgl. Reker et al., 1987; vgl. Zika / Chamberlain, 1987; 1992; vgl. Kish / Moody, 1989; vgl. Shek, 1992; vgl. Debats et al., 1995; vgl. Ryff / Keyes, 1995; vgl. Tausch, 1995, S. 745, 754-757; vgl. Csef / Kube, 1998; vgl. Emmons et al., 1998; vgl. Auhagen, 2000; vgl. Compton, 2000; vgl. Coward, 2000, S. 160-166; vgl. Debats, 2000; vgl. Schumacher et al., 2000b; vgl. Schnell, 2008.

<sup>102</sup> Vgl. Taylor, 1983; vgl. Thompson, 1985; vgl. Sommer / Baumeister, 1998; vgl. Schmitz et al., 2000.

<sup>103</sup> Vgl. Schwartzberg / Janoff-Bulman, 1991; vgl. Davis et al., 1998; vgl. Davis / Nolen-Hoeksema, 2001; vgl. Gillies / Neimeyer, 2006; vgl. Dimpfl, 2010.

<sup>104</sup> Vgl. Bulman / Wortman, 1977; vgl. Bliemeister et al., 1992.

<sup>105</sup> Vgl. Johnson Vickberg et al., 2001; vgl. Evangelista et al., 2003.

<sup>106</sup> Vgl. Bliemeister et al., 1992; Schwartzberg, 1993; vgl. Schulz-Hardt / Frey, 1997; vgl. Bower et al., 1998; vgl. Lyon / Younger, 2001; vgl. Litwinczuk, 2007.

<sup>107</sup> Vgl. Thompson, 1991.

<sup>108</sup> Einen Überblick über Studien zum Zusammenhang zwischen erlebter Sinnhaftigkeit und diversen Erkrankungen und Störungsbildern geben Schulz-Hardt / Frey, 1997. Die Autoren weisen jedoch darauf hin, dass aufgrund mangelhafter Gütekriterien viele der Untersuchungen nicht zur Hypothesenprüfung geeignet erscheinen.

<sup>109</sup> Vgl. Löffler et al., 2011.

<sup>110</sup> Vgl. Bowes et al., 2002.

<sup>111</sup> Vgl. Tomich / Helgeson, 2002.

<sup>112</sup> Vgl. Lewis, 1989; vgl. Henry et al., 2010.

<sup>113</sup> Vgl. Schumacher, 1990.

<sup>114</sup> Vgl. Zebrack / Chesler, 2002; vgl. Groß, 2009; vgl. Henry et al., 2010.

<sup>115</sup> Vgl. Breitbart et al., 2000; vgl. Nelson et al., 2002.

die Stärkung des Gefühls von Würde („Dignity Psychology“<sup>116</sup>) und des Selbstwertes, die Förderung der Selbstkontrolle, die Würdigung von Errungenschaften im Leben des Patienten, die Mobilisierung innerer Ressourcen und das Aufzeigen neuer Lebensperspektiven trotz (spürbar) begrenzter Lebenserwartung abzielen.<sup>117</sup>

Sinnerfüllung scheint mit zunehmendem Alter anzusteigen.<sup>118</sup> Zum Zusammenhang zwischen Sinnerleben und Persönlichkeit gibt es bisher erstaunlich wenig Befunde.<sup>119</sup> Schnell & Becker (2006) fanden 16% Aufklärung der Varianz von Sinnerfüllung durch die breiten Faktoren „Extraversion/Offenheit“, „Unverträglichkeit“ und „Gewissenhaftigkeit“ des „Trierer Integrierten Persönlichkeits-Inventars (TIPI)“<sup>120</sup> sowie Zusammenhänge zwischen Persönlichkeit und bestimmten Sinnquellen des LeBe: Zum Beispiel hatten für Personen mit hoher Ausprägung in Extraversion/Offenheit die Sinnquellen „Spas“, „Herausforderung“, „Individualismus“, „Bewusstes Erleben“, „Freiheit“, „Kreativität“, „Wellness“, „Selbsterkenntnis“, „Entwicklung“, „Leistung“ und „Macht“ hohe Bedeutung. Einige Sinnquellen waren überraschenderweise hoch mit Neurotizismus korreliert, nämlich „Spiritualität“, „Liebe“ und „Harmonie“.<sup>121</sup>

---

<sup>116</sup> Vgl. Chochinov, 2002.

<sup>117</sup> Vgl. Ruffer, 2000; vgl. Tirier, 2000; vgl. Mehnert, 2006; vgl. Mehnert et al., 2011.

<sup>118</sup> Vgl. Reker / Fry, 2003; vgl. Steger et al., 2006; vgl. Schnell, 2009a; 2009b; 2010.

<sup>119</sup> Ausnahmen: Vgl. Crumbaugh et al., 1970; vgl. Pearson / Sheffield, 1974; vgl. Reker, 1977.

<sup>120</sup> Vgl. Becker, 2003.

<sup>121</sup> Vgl. Schnell / Becker, 2006.

### 2.3 Psychometrische Erfassung von Sinnerleben

Fundierte Verfahren zur Messung von Sinnerfahrung werden vorgestellt, einschließlich ihrer Entstehung, inhaltlichen Struktur und spezifischen Charakteristika.

Michael Steger und seine Kollegen an der University of Minnesota beziehungsweise Virginia, USA, resümierten 2006 ein in den letzten Jahren wieder angestiegenes Interesse in der Psychologie am Thema „Lebenssinn“ einerseits – sowie auf der anderen Seite die insgesamt schlechte Qualität der Messinstrumente, welche die empirische Forschung erschwert.<sup>122</sup> Mit dem „Meaning of Life Questionnaire (MLQ)“ entwickelte Steger<sup>123</sup> ein Fragebogenverfahren, das eine Weiterentwicklung der bis dahin in der Sinnforschung am häufigsten eingesetzten Instrumente darstellt – des „Purpose in Life Test (PIL)“ von Crumbaugh & Maholick (1969), des „Life Regard Index (LRI)“ von Battista & Almond (1973), des „Life Attitude Profile (LAP)“ von Reker & Peacock (1981) beziehungsweise LAP-R von Reker (1992)<sup>124</sup> sowie der „Sense of Coherence Scale (SOC)“ von Antonovsky (1993, siehe oben). So wird hier einer bei verschiedenen Tests zur Erfassung von Sinnerleben oftmals kritisierten<sup>125</sup> konzeptionellen Verwirrung aufgrund Konfundierung der Items mit anderen Konstrukten wie Lebenszufriedenheit respektive Depression entgegengewirkt. Des Weiteren scheint der MLQ im Hinblick auf die Faktorenstruktur – die bei anderen Verfahren ebenfalls häufig problematisch ist<sup>126</sup> –, stabil zu sein, die Gütekriterien und insbesondere die diskriminante Validität sind besser und der Fragebogen ist mit 10 Items sehr ökonomisch.<sup>127</sup>

Die Autoren des MLQ stießen auf das Phänomen, dass Menschen ungeachtet ihrer momentanen Sinnerfüllung im Leben nach Sinn zu suchen scheinen. So besteht die Besonderheit des Instrumentes darin, dass Sinnerleben sowie die Suche nach Sinn als zwei voneinander relativ unabhängige Subskalen erfasst werden – mit jeweils fünf Items, welche auf einer siebenstufigen Likert-Skala von „absolutely untrue“ bis „absolutely true“ bewertet werden:

---

<sup>122</sup> Vgl. Steger et al., 2006, S. 80.

<sup>123</sup> Vgl. Steger, 2006.

<sup>124</sup> All diese Verfahren sind logotherapeutisch fundiert und in Kapitel 2.12. beschrieben.

<sup>125</sup> Vgl. Garfield, 1973; vgl. Dyck, 1987; vgl. Frazier et al., 2003; vgl. Yalom, 2010b, S. 527-528.

<sup>126</sup> Vgl. Reker / Cousins, 1979; vgl. Chamberlain / Zika, 1988a; 1988b; vgl. McGregor / Little, 1998.

<sup>127</sup> Vgl. Steger et al., 2006; vgl. Strack, 2007; vgl. Steger / Shin, 2010; vgl. Schulenberg et al., 2011.

Subskala „Presence of Meaning“:

1. *I understand my life's meaning.*
4. *My life has a clear sense of purpose.*
5. *I have a good sense of what makes my life meaningful.*
6. *I have discovered a satisfying life purpose.*
9. *My life has no clear purpose.* (negative Polung)

Subskala “Search for Meaning”:

2. *I am looking for something that makes my life feel meaningful.*
3. *I am always looking to find my life's purpose.*
7. *I am always searching for something that makes my life feel significant.*
8. *I am seeking a purpose or mission for my life.*
10. *I am searching for meaning in my life.*

Da Sinn vor der Begründung der Logotherapie und Existenzanalyse<sup>128</sup> ein komplexes, abstraktes und entsprechend schwer greifbares Konzept darstellte, liegen stark voneinander abweichende Begriffsbestimmungen und Operationalisierungen vor. Tatjana Schnell (2009) an der Universität Innsbruck fasst als Schnittmenge der zahlreichen Sinndefinitionen zusammen: „Sinn wird verstanden als Einbindung in einen größeren Gesamtzusammenhang; damit verknüpft sind sowohl das Gefühl einer Sinn- oder Bedeutungshaftigkeit des eigenen Lebens, die Vorstellung einer persönlichen Lebensaufgabe als auch die Umsetzung von Zielen durch bedeutungsvolle Tätigkeiten.“<sup>129</sup>

Schnell postuliert ein hierarchisches Sinnmodell, in welchem Sinnstiftung auf fünf verschiedenen Ebenen des Erlebens erfolgt: Im Kontext von Wahrnehmungen und Handlungen, auf der komplexeren Ebene der Ziele, Absichten und Pläne sowie durch die Konstruktion von „Lebensbedeutungen“ und – auf der höchsten Abstraktions- und Komplexitätsebene – von Lebenssinn. Die letzten beiden Ebenen sind am stabilsten und weisen die höchste Generalisierbarkeit im Leben eines Menschen auf. Niedrigere Ebenen sind in höhere integriert, welche wiederum auf die Organisation der unteren Einfluss nehmen. Sinn ist in diesem Modell immer subjektiv und wird individuell zugeschrieben.<sup>130</sup>

---

<sup>128</sup> Vgl. Kapitel 2.4 bis 2.13.

<sup>129</sup> Schnell, 2009a, S. 110.

<sup>130</sup> Ebd., S. 102-104.

Basierend auf diesem Sinn-Konstrukt erfasst der „Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn (LeBe)“<sup>131</sup> von Schnell & Becker als Sinninhalte 26 Lebensbedeutungen, beispielsweise „Selbsterkenntnis“, „Gesundheit“, „Macht“, „Leistung“, „Freiheit“, „Kreativität“, „Tradition“, „Moral“, „Gemeinschaft“, „Spas“, „Liebe“ und „Harmonie“. Diese Sinninhalte sind als motivationale Konstrukte definiert – als „Sinn im Vollzug“<sup>132</sup> beschriebene „grundlegende Bedeutungen, die dem Lebenssinn Form geben; die als zentral und wichtig angesehen werden und anhand derer man sich in Denken, Erleben und Handeln orientiert.“<sup>133</sup> Von Werten werden Lebensbedeutungen durch ihre höhere Konkretheit und enge Verbindung mit persönlichen Bezügen abgegrenzt. Auch sind diese Sinnquellen nicht rein kognitiv vermittelt, oft nicht einmal bewusst formuliert. Sie entspringen aus Erleben und Verhalten und resultieren aus dem zum Teil unbewussten individuellen Vergleich zwischen einem Ist- und einem Soll-Zustand – während Werte normative Soll-Zustände widerspiegeln. Insofern können Lebensbedeutungen als „gelebte Werte“<sup>134</sup> bezeichnet werden. Sie variieren in ihrer Relevanz für das Individuum in Abhängigkeit der vorherrschenden Bedingungen in verschiedenen Lebensphasen.

Die Primärskalen des LeBe können vier globalen Dimensionen zugeordnet werden: „Selbsttranszendenz“ (differenziert in „vertikale Selbsttranszendenz“ als Ausrichtung an einer jenseitigen Wirklichkeit und „horizontale Selbsttranszendenz“ als engagierte Verantwortungsübernahme für die Eigen-, Mit- oder Umwelt), „Selbstverwirklichung“ (Selbstbestimmung und Arbeit am Selbst), „Ordnung“ (Festhalten und Bewahren) und „Wir- und Wohlgefühl“ (Bewahrung und Förderung des eigenen wie auch fremden Wohlbefindens). Zusätzlich erfasst das Instrument die beiden Skalen „Sinnerfüllung“ und „Sinnkrise“, welche – als Novum in der bisherigen Forschung – verhältnismäßig unabhängig voneinander sind. Damit wird weder die Abwesenheit einer Sinnkrise mit Sinnerfüllung gleichgesetzt, noch muss nicht vorhandene Sinnerfüllung – zum Beispiel dadurch, dass sich eine Person nicht mit dem Thema „Sinn“ beschäftigt oder die Idee eines Lebenssinns ablehnt – bedeuten, dass es zur Sinnkrise kommt.<sup>135</sup>

---

<sup>131</sup> Vgl. Schnell / Becker, 2007; vgl. auch Schnell, 2011.

<sup>132</sup> Vgl. „existenzieller Sinn“ bei Alfred Längle (Sinn, der durch eigenes Handeln entsteht; relativer Sinn), in Abgrenzung zum „ontologischen Sinn“ (Sinn dessen, was ist; absoluter Sinn; kommt dem Frankl'schen „Übersinn“ – vgl. Kapitel 2.7.1 – nahe); vgl. Längle, 1995b; 1998, S. 277.

<sup>133</sup> Schnell, 2009a, S. 103, 196.

<sup>134</sup> Ebd., S. 198.

<sup>135</sup> Vgl. Schnell, 2006.

Zur Prüfung der Konstruktvalidität des LeBe wurde der Schwartz Value Survey (SVS), das meistverbreitete Instrument zur Erfassung von Werten, das heißt kognitiv verankerten Soll-Zuständen, eingesetzt. Der SVS erfasst situations- und kulturübergreifende „Basis-Werte“ im Sinne abstrakter, verhaltenssteuernder Motive, die bezüglich ihrer individuellen Bedeutung hierarchisch geordnet werden können.<sup>136</sup> Die Konstrukte „Werte“ und „Lebensbedeutungen“ weisen große Gemeinsamkeiten, aber auch eigenständige Varianzanteile auf. Somit wurde die Annahme bestätigt, dass Werte und Lebensbedeutungen jeweils eigenständige Konstrukte darstellen, auch wenn sie substanzuell miteinander zusammenhängen.<sup>137</sup>

Da der LeBe zur Konstruktvalidierung eines im Rahmen dieser Arbeit konstruierten Fragebogens sowie zur Überprüfung einer von der Verfasserin entwickelten Theorie herangezogen wird, ist sein Aufbau in Kapitel 4.8.3 näher beschrieben.

Als weiteres deutschsprachiges Verfahren aus neuerer Zeit zur Erfassung von Sinnerleben ist das „Schedule for Meaning in Life Evaluation (SMiLE)“ von Fegg et al. (2008) zu nennen – ein idiografisches Instrument, welches in Anlehnung an das „Schedule for the Evaluation of Individual Quality of Life - Direct Weighting (SEIQoL-DW)“<sup>138</sup> speziell für Palliativpatienten konstruiert und gemäß der Leitlinien des Scientific Advisory Committee of the Medical Outcomes Trust (SAC, 2002) validiert wurde.<sup>139</sup> Qualitative und quantitative Methoden werden im SMiLE kombiniert, und das Instrument soll dazu anregen, sich der eigenen sinnstiftenden Aspekte im Leben bewusst zu werden. In einem ersten Schritt sollen die Probanden drei bis sieben individuell sinngabende Bereiche nennen. In der zweiten Phase gewichten sie auf einer bipolaren siebenstufigen Likert'schen Summenskala, wie zufrieden sie in den einzelnen Bereichen sind, das heißt wie sehr sich der jeweilige Bereich positiv oder negativ auf ihren Lebenssinn auswirkt. Zum Abschluss erfolgt eine Bewertung aller Sinnbereiche hinsichtlich ihrer Wichtigkeit, auf einer siebenstufigen Skala von „nicht wichtig“ bis „äußerst wichtig“.<sup>140</sup>

---

<sup>136</sup> Vgl. Schwartz, 1992.

<sup>137</sup> Vgl. Schnell / Becker, 2007, S. 51; vgl. Schnell, 2009a, S. 242-248.

<sup>138</sup> Vgl. O'Boyle et al., 1992.

<sup>139</sup> Vgl. Fegg et al., 2008; vgl. Kramer, 2009.

<sup>140</sup> Der SMiLE kann online in sechs Sprachen durchgeführt und ausgewertet werden:  
<http://www.psychologie-muenchen.de/lebenssinn.html>.

Einzelne Skalen zu individueller Sinnerfahrung finden sich zudem in Fragebogenverfahren zur Erhebung unterschiedlicher Konzepte – wie zum Beispiel Lebens- oder Arbeitszufriedenheit, Wohlbefinden, Lebenseinstellung und -qualität, religiös-spirituelle Gesinnung, Bewältigungsstrategien und Vieles mehr in diversen Anwendungsgebieten. So beinhaltet der „Job Diagnostic Survey (JDS)“ von Hackman & Oldham (1975)<sup>141</sup> – eines der international bekanntesten und insbesondere im angloamerikanischen Raum oft eingesetzten psychologischen Arbeitsanalyseverfahren – Items zur „Bedeutsamkeit der Arbeit“ als „critical psychological state“ oder „arbeitsbezogenem Erlebniszustand“. Der JDS ist ein aufgaben- und tätigkeitsbezogenes Instrument, welches im Rahmen motivationspsychologisch orientierter Arbeitsanalyse und -gestaltung zur Anwendung kommt. Er basiert auf dem „Job Characteristics Model“ der Autoren, welches wiederum aus dem Konzept der intrinsischen Motivation von Edward Deci<sup>142</sup> abgeleitet wurde. Als eine der drei Bedingungen für intrinsische Motivation betrachten die Autoren – neben dem Wissen um die eigenen Arbeitsergebnisse und das Erleben von Verantwortung für diese – die Erfahrung von Arbeit als sinnvoll und bedeutsam. Mithilfe des „Job Characteristics Models“ wurden positive Beziehungen zwischen Sinnhaftigkeit der Arbeitsaufgabe einerseits und Leistung, Arbeitszufriedenheit und -motivation andererseits gefunden.<sup>143</sup>

Insgesamt muss festgestellt werden, dass die Sinn-Thematik innerhalb der „Mainstream-Psychologie“ mit großer Zurückhaltung behandelt und vor allem in der Psychotherapie vernachlässigt wurde und wird. (Empirische) Sinnforschung fristet noch immer ein Schattendasein, und es besteht ein Mangel an umfassenden, systematisch ausgearbeiteten Konzepten. Wo Untersuchungsergebnisse vorliegen, scheitert eine eindeutige Interpretation oftmals daran, dass die Operationalisierungen von „Sinn“, die Forschungsmethoden, Erhebungsinstrumente und/oder Stichproben nicht miteinander vergleichbar sind. Literatur zu den Themen „Lebenssinn“, „Sinnfindung“, „Sinnverlust“, „Sinn des Leidens“ und Ähnlichem ist hauptsächlich im religiös-spirituellen Bereich zu finden. Auffassungen dazu gibt es – insbesondere in den Randbereichen der wissenschaftlichen Psychologie – zwar viele, diese stehen jedoch zusammenhanglos und meist wenig fundiert nebeneinander. Die Behandlung des Themas auf breiter Front und als eigenständiger Forschungsgegenstand steht bislang aus.

---

<sup>141</sup> Vgl. Hackman / Oldham, 1975; vgl. Schmidt et al., 1985; vgl. Schmidt / Kleinbeck, 1999.

<sup>142</sup> Vgl. Deci, 1975; vgl. Deci / Ryan, 1985.

<sup>143</sup> Vgl. Hackman / Oldham, 1976; vgl. Kleinbeck, 1987; vgl. Schulz-Hardt / Frey, 1997.

Der bedeutsamste Beitrag zur Etablierung der Sinnfrage in der Psychotherapie wie auch zur Rolle von Sinn im Leben jedes gesunden Menschen ist die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls – auch wenn sie als eigenständige therapeutische Schule zwar von der „American Psychological Association“ anerkannt und auch in Österreich und der Schweiz eine staatlich akkreditierte, eigenständige Psychotherapierichtung ist, in Deutschland jedoch die wissenschaftliche Anerkennung nach dem seit 1999 geltenden Psychotherapeutengesetz (§ 11 PsychThG) noch nicht erfolgt ist.

Im weiteren Verlauf von Kapitel 2 wird die Logotherapie und Existenzanalyse systematisch und detailliert nachgezeichnet, sowohl theoretisch als auch im Hinblick auf empirische Forschungsergebnisse.

## 2.4 Die Entstehung der Logotherapie und Existenzanalyse: Leben und Werk Viktor E. Frankls

Leben und Lehre Viktor E. Frankls (1905-1997), dem wissenschaftlichen Vater der Logotherapie und Existenzanalyse, sind eng miteinander verknüpft. Daher werden nächstfolgend wesentliche Aspekte des Lebenslaufs, der wissenschaftlichen Karriere sowie der Person Frankls geschildert.<sup>144</sup>

Viktor Frankl entstammte einer jüdischen Beamtenfamilie und wuchs in Wien auf. Der Vater – studierter Mediziner, jedoch im Staatsdienst, zuletzt als Direktor im Ministerium für soziale Verwaltung tätig –, stammte aus Südmähren, die Mutter aus einem Prager Patriziergeschlecht. Während des Ersten Weltkriegs verarmte die fünfköpfige Familie. Bereits als Kind stand für Viktor Frankl der Berufswunsch „Arzt“ fest. In der Pubertät quälten ihn Zweifel am Sinn des Lebens. Er überwand „den eigenen Nihilismus“<sup>145</sup>, und wollte fortan auch anderen Menschen helfen, sich von Sinnlosigkeitsgefühlen zu befreien. Als Jugendlicher besuchte er an der Wiener Volkshochschule psychoanalytische Vorträge sowie psychologische und philosophische Kurse. Als Sechszehnjähriger hielt er selbst Vorträge über den „Sinn des Lebens“ und das, was er später die „kopernikanische Wende“ und den „Übersinn“<sup>146</sup> nannte und als Grundgedanken seiner Lehre formulierte. Bereits als Gymnasiast nahm er Kontakt zu Sigmund Freud auf und führte jahrelangen Briefwechsel mit ihm. 1923 schloss er die Schule mit der Matura ab, mit einer Abhandlung über „Die Psychologie des philosophischen Denkens“ und einer Arbeit über Arthur Schopenhauer (1788-1860).

Bereits 1924, mit 19 Jahren, veröffentlichte Frankl eine wissenschaftliche Arbeit – zur Entstehung der „mimischen Bejahung und Verneinung“ –, in Freuds „Internationaler Zeitschrift für Psychoanalyse“.<sup>147</sup> Kurz darauf geriet er in den Einflussbereich der Individualpsychologie und kehrte der Psychoanalyse den Rücken. 1925 folgte eine Publikation in Alfred Adlers „Internationaler Zeitschrift für Individualpsychologie“ – über ein Thema, welches sich wie ein roter Faden durch Frankls wissenschaftliches Lebenswerk

---

<sup>144</sup> Kapitel 2.4 stützt sich neben den explizit angegebenen Quellen auf die folgenden: Frankl, 1973; 2005c; 2011c; Pongratz, 1973, S. 177-204; Raskob, 2005, Kapitel 1 und 4; Batthyány, 2006; 2008b; Riemeyer, 2007, S. 21-48; Homepage des Viktor Frankl Instituts / Wissenschaftliche Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, Wien: <http://www.viktorfrankl.org>.

<sup>145</sup> Vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 7.

<sup>146</sup> Vgl. Kapitel 2.7.1.

<sup>147</sup> Vgl. Frankl, 1924.

ziehen sollte: Das Grenzgebiet zwischen Philosophie und Psychotherapie, mit besonderem Fokus auf die Sinn- und Wertproblematik.<sup>148</sup> 1926 sprach er in Vorträgen erstmals von einer „Logotherapie“, welche die geistige Dimension des Menschen integriert. Er wurde Herausgeber der individualpsychologischen Zeitschrift „Der Mensch im Alltag“. Die Individualpsychologie betrachtete er als Fortschritt gegenüber der Psychoanalyse und schätzte ihre Ergänzung des Kausal Denkens um den Finalitätsaspekt menschlicher Handlungen und psychischer Krankheiten (Fokussierung nicht nur darauf, woher zum Beispiel eine Erkrankung kommt, sondern auch, worauf sie abzielt).<sup>149</sup> Jedoch kritisierte er auch hier den Dogmatismus und das reduktionistische Menschenbild und wurde 1927 von Adler aufgrund „unorthodoxer Ansichten“ aus dem Verein für Individualpsychologie ausgeschlossen. Zuvor hatten bereits zwei Individualpsychologen den Verein verlassen, die Frankl nachhaltig beeinflussten: Rudolf Allers (1883-1963)<sup>150</sup>, Leiter eines sinnesphysiologischen Laboratoriums, und Oswald Schwarz (1883-1949)<sup>151</sup>, der Begründer der psychosomatischen Medizin.

Ab 1928 gründete Frankl Beratungsstellen in Wien und in Folge sechs weiteren europäischen Städten, in denen Jugendliche in seelischer Not kostenlos und anonym psychologisch betreut wurden. Rund 900 Beratungsfälle übernahm er persönlich, bei circa 20% der Jugendlichen stellte er Lebensmüdigkeit und Suizidgedanken fest. Zu Zeiten der Zeugnisausgabe organisierte er Sonderaktionen, um Selbsttötungsversuche von Schülern aufgrund schlechter Noten zu verhindern – mit großem Erfolg: Die Anzahl der Suizidversuche ging stark zurück, und 1931 wurde erstmals seit Jahren kein einziger Schülerelbstmord in Wien gemeldet. Das Konzept der Jugendberatungsstellen wurde in anderen Ländern übernommen.

Frankl studierte Medizin, mit den Schwerpunkten „Depressionen“ und „Suizid“. In den Mittelpunkt seiner Arbeiten zur Suizidprävention stellte er die Sinnfrage. 1930 legte Frankl seine Dissertation ab. Ab 1933 gebrauchte er in der akademischen Öffentlichkeit den

---

<sup>148</sup> Vgl. Frankl, 1925.

<sup>149</sup> Zur Auseinandersetzung mit der Individualpsychologie vgl. Frankl, 2002, S. 245-258.

<sup>150</sup> Insbesondere Allers war ein wichtiger Lehrer und Wegbereiter Frankls; er inspirierte ihn mit seiner personal-metaphysisch orientierten Psychotherapie und seinem Verständnis von Begriffen wie „Geist“, „Sinnfindung“, „Gewissen“, „Transzendenz“, „Person-sein“; vgl. Frankl, 2002, S. 217-226; vgl. Kreitmeir, 1995, S. 87-98.

<sup>151</sup> Vor allem Frankls Neurosenlehre wurde von Schwarz beeinflusst; vgl. Frankl, 1975/1987, S. 45; vgl. Kreitmeir, 1995, S. 86-87.

Begriff „Existenzanalyse“<sup>152</sup>, und 1938 erschienen die ersten Veröffentlichungen, in denen er seinen sinnzentrierten Ansatz unter dem Namen „Logotherapie und Existenzanalyse“ vorstellte.<sup>153</sup> In den Vereinigten Staaten wurde die logotherapeutische Konzeption der Humanistischen Psychologie – als „third force“ nach Psychoanalyse und Verhaltenstherapie – als auch der existenziell-psychiatrischen Schule zugeordnet.<sup>154</sup>

1933 wurde Frankl Oberarzt am Wiener Psychiatrischen Krankenhaus „Am Steinhof“ und leitete den „Selbstmörderinnenpavillon“, wo er jährlich rund 3000 selbstmordgefährdete Frauen behandelte. In dieser Zeit litt er unter Gefühlen der Leere, Orientierungs- und Sinnlosigkeit. 1937 gründete er eine Privatpraxis als Facharzt für Neurologie und Psychiatrie. Um sich und seine Familie vor der Deportation ins KZ zu bewahren, nahm er 1940 die Leitung der Neurologischen Station des jüdischen Rothschild-Spitals an – zu dieser Zeit die einzige Klinik in Wien, in welcher noch Juden behandelt wurden. Mit gefälschten Diagnosen in seinen Gutachten bewahrte er Psychatriepatienten davor, Opfer der „Vernichtung lebensunwerten Lebens“, der Euthanasiemorde der Nationalsozialisten, zu werden.

1940 erhielt Frankl ein Visum für die USA, blieb jedoch trotz der Lebensgefahr in Wien, da er seine Eltern nicht alleine zurück lassen wollte. 1941 heiratete er Mathilde („Tilly“) Grosser. Frankl, seine Frau und seine Eltern wurden im September 1942 ins Ghetto Theresienstadt deportiert. Sein Vater starb dort 1943, seine Mutter wurde in Auschwitz ermordet und seine Frau im KZ Bergen-Belsen. Auch sein älterer Bruder und viele Verwandte kamen in den Konzentrationslagern um. Frankl selbst wurde im Oktober 1944 nach Auschwitz transportiert, später in die KZ-Kommandos Kaufering III und VI (Türkheim, ein Außenlager des KZ Dachau). Im April 1945 wurde er in Türkheim von der US-Armee befreit und kehrte im Sommer desselben Jahres nach Wien zurück.

1942 hatte Frankl das Manuskript seines ersten Buches „Ärztliche Seelsorge“ fertiggestellt, es wurde ihm jedoch in Auschwitz 1944 genommen. Noch in Türkheim

---

<sup>152</sup> Während Raskob, 2005, S. 41, 54-55, als einzige Bedeutung des Wortteils „Analyse“ hier den Hinweis auf ein Alternativkonzept zur Psychoanalyse erkennen kann, versteht Zsok, 2005, S. 145, in diesem Zusammenhang unter „Analyse“ die „phänomenologische Erhellung der Situation eines Subjekts (des Menschen) in dieser Welt“.

<sup>153</sup> Vgl. Frankl, 1938a; 1938b; letztgenannter Aufsatz wird von Raskob, 2005, S. 33, als die „eigentliche Geburtsstunde der Logotherapie“ gesehen.

<sup>154</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 143.

begann er mit der Rekonstruktion und Erweiterung.<sup>155</sup> Mit der systematischen Darstellung der Logotherapie und Existenzanalyse begründete er eine eigene psychotherapeutische Richtung – in der US-amerikanischen Fachliteratur als die „Dritte Wiener Richtung der Psychotherapie“<sup>156</sup> – nach der Psychoanalyse Sigmund Freuds und der Individualpsychologie Alfred Adlers – bezeichnet. Die Neufassung erschien 1946, war nach drei Tagen ausverkauft und wurde allein in den nächsten zwei Jahren fünf Mal neu aufgelegt. In den späten 50er Jahren sollte sie auch international wissenschaftliche Anerkennung finden.

Seine Erfahrungen in den Konzentrationslagern – die er als Bestätigung seiner Theorie betrachtete – verarbeitete Frankl in seinem zweiten Buch „... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“<sup>157</sup>. Unter dem Titel „Man’s Search for Meaning“ – mit einem Vorwort von Gordon W. Allport, in dem dieser das Werk als „the most significant psychological movement of our day“ bezeichnete –, wurde es zum internationalen Bestseller und machte Frankl weltweit bekannt. Bis heute verkauften sich über 10 Millionen Exemplare in mehr als 150 Auflagen, und die Library of Congress in Washington wählte das Werk in die Liste der 10 einflussreichsten Bücher in Amerika.

1946 veröffentlichte Frankl fünf Bücher. Ab diesem Jahr bis zu seiner Pensionierung 1970 war er Vorstand der neurologischen Abteilung der Wiener Poliklinik. Er begründete die österreichische Ärztesgesellschaft für Psychotherapie, deren erster und einziger Präsident er wurde. 1947 heiratete Frankl Eleonore („Elly“) Katharina Schwindt, die ihn auch über 50 Jahre lang wissenschaftlich unterstützte. Aus der Ehe entstand eine Tochter. 1948 legte Frankl eine zweite Dissertation vor, eine philosophische mit dem Titel „Der unbewußte Gott“ – eines seiner bedeutendsten Bücher.<sup>158</sup> 1949 habilitierte er mit der „Ärztlichen Seelsorge“, 1955 wurde er Professor für Neurologie und Psychiatrie an der Universität Wien. Die United States International University in San Diego, Kalifornien, errichtete

---

<sup>155</sup> Der Begriff „Ärztliche Seelsorge“ – als Gegenentwurf zur Psychoanalyse, die Frankl als „weltliche Beichte“ betrachtete (vgl. Frankl, 1946/2011, S. 292) – ist ein zentraler Begriff in der Logotherapie und Existenzanalyse; er steht manchmal für die Logotherapie als Ganzes, meist ist damit jedoch die auf Sinnfindung ausgerichtete Zuwendung des Arztes gemeint, der als Mensch gefragt ist, wenn im Falle unheilbarer Krankheiten oder Behinderungen die Medizin an ihre Grenzen stößt; vgl. Frankl, 1946/2011, S. 292-312; 1947/1991, S. 8-9; 1948/2010, S. 67-70; 1975/1987, S. 178-184; 1975/2005, S. 39; 1977/2011, S. 85-86; 1985/2010, S. 266; 2002, S. 122-146; vgl. Raskob, 2005, S. 319-323; vgl. Deckart, 2006.

<sup>156</sup> Soucek, 1948, S. 594.

<sup>157</sup> Vgl. Frankl, 1977/2009.

<sup>158</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010.

eigens für ihn ein Institut und die erste Professur für Logotherapie. Des Weiteren hatte er Gastprofessuren an der Harvard University in Boston sowie an den Universitäten Dallas und Pittsburgh.

Frankls 39 Bücher wurden bis heute in 40 Sprachen übersetzt. Er unternahm Vortragsreisen zu weltweit mehr als 200 Universitäten. Seine letzte Vorlesung hielt er an der Universitätsklinik Wien 1996 im Alter von 91 Jahren. Von 29 Universitäten wurden ihm Ehrendokorate verliehen, und er erhielt zahlreiche Auszeichnungen und Preise für sein Lebenswerk. Als erster Nicht-Psychoanalytiker wurde er 1985 von der American Psychiatric Association mit dem „Oskar Pfister Award“ gewürdigt, und die Österreichische Akademie der Wissenschaften wählte ihn zum Ehrenmitglied. Weltweit sind bis heute rund 80 logotherapeutische Institute und Ausbildungsstätten gegründet worden.<sup>159</sup> Der wissenschaftliche Nachlass Frankls wird im 1992 gegründeten „Viktor Frankl Institut“<sup>160</sup> in Wien von seiner Tochter Dr. Gabriele Frankl-Vesely und deren Ehemann verwaltet.

Den Sinn seines eigenen Lebens betrachtete Frankl schon sehr früh und bis zum Ende darin, anderen zu helfen, in ihrem Leben einen Sinn zu finden. Die Leitmotive hinter seinem Lebens- und Therapiekonzept waren die Überwindung des „Psychologismus“ und „Pathologismus“ in der Psychotherapie, die Entlarvung einer einseitigen und „reduktionistischen“ Tiefenpsychologie und eines „mechanistischen“ Menschenbildes sowie der Kampf gegen die damit einhergehende Dehumanisierung.<sup>161</sup> Frankls Botschaft vom immer und überall vorhandenen Sinn und sein Appell an die Verantwortung jedes Einzelnen, diesen zu leben, erreichte nicht nur die wissenschaftliche Gemeinschaft. Dass er sein psychologisches Modell offensichtlich selbst lebte, unterstrich seine Glaubwürdigkeit.

Neben seinem unerschütterlichen Sinn glauben charakterisierte Viktor Frankl ein starkes Pflichtbewusstsein, Humor, Menschlichkeit und Idealismus. Privat war er vielseitig interessiert. Bis ins hohe Alter von 80 Jahren war Frankl passionierter Bergsteiger und Alpinist, und mit 67 Jahren machte er den Pilotenschein. Obwohl er in den letzten sieben Jahren seines Lebens nahezu blind war, blieb er bis kurz vor seinem Tod aktiv und sozial engagiert.

---

<sup>159</sup> Eine Liste ist verfügbar unter <http://www.viktorfrankl.org>.

<sup>160</sup> Vgl. <http://viktorfrankl.org> oder <http://www.logotherapy.univie.ac.at>.

<sup>161</sup> Vgl. Kapitel 2.5.

## 2.5 Das Welt- und Menschenbild der Logotherapie und Existenzanalyse

Ab hier bis einschließlich Kapitel 2.11 wird systematisch an die Sinntheorie Viktor Frankls herangeführt. Zunächst soll in die spezifische Anthropologie eingeleitet werden, die dem logotherapeutischen Ansatz zugrunde liegt und für dessen Verständnis wesentlich ist.

### 2.5.1 Der Mensch als geistiges Wesen

Logotherapie und Existenzanalyse sind von Frankl definiert als eine „‘am Geistigen orientierte‘ Psychotherapie“<sup>162</sup>. Während die Logotherapie (abgeleitet von griech. *lógos* = der Sinn, der Geist) als psychotherapeutische Behandlungsmethode und praktische Anwendung der Existenzanalyse eine „Therapie ‚vom Geistigen her“<sup>163</sup> darstellt, ist die Existenzanalyse als Forschungs- und Denkrichtung, anthropologisches Fundament, metaklinische Theorie und philosophische Vertiefung der Logotherapie<sup>164</sup> eine Analyse – nicht *der* Existenz (da Existenz letztlich nicht analysierbar ist), sondern auf Existenz, „‘auf Geistiges hin“<sup>165</sup>. Das Verständnis des Wesens der menschlichen Existenz ist für Frankl die notwendige Voraussetzung für gelingende Psychotherapie. Der Begriff „Existenz“ ist dabei der zeitgenössischen Philosophie entlehnt und als eine Art des Daseins zu verstehen – und zwar als die Eigenart des Menschseins<sup>166</sup>. Logotherapie und Existenzanalyse sind damit „nur zwei Facetten ein und derselben Lehre“<sup>167</sup>, erstere geht jedoch vom Geistigen aus, während letztere zu ihm hinführt.

---

<sup>162</sup> Frankl, 1975/2005, S. 172.

<sup>163</sup> Frankl, 1948/2010, S. 15; 1949, S. 2, 54; 1975/1987, S. 141, 151; 1975/2005, S. 172; vgl. auch 1947/1991, S. 9.

<sup>164</sup> Wobei Frankl die Existenzanalyse nicht nur als Anthropologie der Logotherapie, sondern der Psychotherapie allgemein verstanden wissen wollte; vgl. Frankl, 1975/1987, S. 185-194.

<sup>165</sup> Frankl, 1949, S. 2, 54; 1975/1987, S. 141; 2005, S. 69, 172; vgl. auch 1948/2010, S. 21.

<sup>166</sup> Vgl. Frankl, 1959, S. 672.

<sup>167</sup> Frankl, 1975/2005, S. 174; vgl. auch 1947/1991, S. 61; die beiden Begriffe werden vor allem in späteren Vorträgen und Texten Frankls nicht durchgängig einheitlich verwendet und konsequent differenziert, und auch in der Sekundärliteratur werden sie oft synonym gebraucht; in den USA wird der Einzelbegriff „logotherapy“ präferiert; den Terminus „Existenzanalyse“ verwandte Frankl anfänglich für sein 1926 begründetes psychotherapeutisches Konzept, in den 50er und 60er Jahren stellte er ihn jedoch in den Hintergrund, um eine Verwechslung mit anderen existenziellen Ansätzen, insbesondere der Daseinsanalyse Binswangers, zu vermeiden (beides wurde im Englischen mit „Existential Analysis“ übersetzt; inzwischen werden die Ansätze Binswangers und Boss‘ „Existence Analysis“ genannt); vgl. Längle, 1988a, S. 102.

Die „Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse International (GLE)“, der Dachverband für die existenzanalytisch-logotherapeutischen nationalen Vereinigungen, versteht Logotherapie heute als sinnorientierte Beratung und Behandlung.<sup>168</sup> Demgegenüber wird der Terminus „Existenzanalyse“ für ein – vom österreichischen Gesundheitsministerium anerkanntes und nicht ausschließlich auf Sinnprobleme fokussiertes – psychotherapeutisches Verfahren verwendet, welches das Ziel hat, „der Person zu einem (geistig und emotional) freien Erleben, authentischen Stellungnahmen und eigenverantwortlichem Umgang mit sich selbst und in ihrer Welt zu verhelfen.“<sup>169</sup>

Das Menschen- und Weltbild der Logotherapie und Existenzanalyse ist zutiefst geprägt vom anthropologisch-philosophischen Ansatz und der wertethischen Position Max Schelers (1874-1928), dem Begründer der „materialen Wertethik“<sup>170</sup>. Frankl bezeichnete Scheler als den Lehrer, der ihn am meisten beeinflusst hat.<sup>171</sup> Beide interessierten sich für die Schnittstellen zwischen Philosophie und Psychologie, und bereits mit Anfang 20 Jahren setzte sich Frankl intensiv mit dem Formalismusbuch Schelers<sup>172</sup> auseinander.

Scheler stand als Schüler Edmund Husserls (1859-1938) in der Tradition der Geist-Philosophie und Phänomenologie. Sein Ansatz wurde von der durch die Lebensphilosophie beeinflussten zeitgenössischen Existenzphilosophie nach dem Ersten Weltkrieg insbesondere durch Martin Heidegger (1889-1976) und Karl Theodor Jaspers (1883-1969) aufgegriffen. Beide hatten – neben Gabriel Marcel (1889-1973), dem führenden christlichen Existenzphilosophen Frankreichs – Einfluss auf Frankl. Scheler führt in seinem philosophischen Spätwerk 1928 den Begriff des Geistes ein: „Das Wesen des Menschen und das, was man seine ‚Sonderstellung‘ nennen kann, steht *hoch* über dem, was man Intelligenz und Wahlfähigkeit nennt, und würde auch nicht erreicht, wenn man sich diese Intelligenz und Wahlfähigkeit quantitativ beliebig, ja bis ins Unendliche gesteigert vorstellte. [...] Das, was den Menschen allein zum ‚Menschen‘ macht, ist nicht eine neue Stufe der ‚Psyche‘, sondern [...] eine echte neue Wesenstatsache [...] Schon die Griechen behaupteten ein solches Prinzip und nannten es ‚Vernunft‘. Wir wollen lieber

---

<sup>168</sup> Vgl. Längle, 1995a, S. 5; Frankl legte 1991 seinen Ehrenvorsitz der GLE nieder und arbeitete seitdem nicht mehr mit ihr zusammen, da seiner Ansicht nach die von Alfred Längle begründete „(Personale) Existenzanalyse“ nichts mehr mit Logotherapie zu tun hatte; vgl. Frankl / Längle, 1991; vgl. Längle, 1998, S. 280.

<sup>169</sup> Ebd., S. 13; vgl. auch Längle, 1998, S. 278.

<sup>170</sup> Vgl. Scheler, 1913a.

<sup>171</sup> Vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 48.

<sup>172</sup> Vgl. Scheler, 1913a.

ein umfassenderes Wort für jenes X gebrauchen [...]: das Wort ‚Geist‘. Das Aktzentrum aber, in dem Geist innerhalb endlicher Seinssphären erscheint, bezeichnen wir als ‚Person‘, in scharfem Unterschied zu allen funktionellen Lebenszentren, die nach innen betrachtet auch ‚seelische‘ [psychische] Zentren heißen.“<sup>173</sup>

Daran angelehnt postuliert Frankl als anthropologische Grundannahme drei Arten des menschlichen Seins<sup>174</sup>, deren Schnittpunkt der Mensch darstellt: Erstens die leibliche: organische Zellgrundlage sowie physiologische, chemische und physikalische Prozesse; zweitens die seelische Seinsart: Instinkte, Stimmungen, Befindlichkeiten, Bedürfnisse, Gefühle, Wünsche, Träume, Sehnsüchte, Gedanken, Erinnerungen und Hoffnungen, charakterliche Anlagen, Intelligenz und Vernunft, Lernerfahrungen und erworbenes Verhalten, soziale Prägungen; schließlich drittens die geistige Art des Seins, als Quelle all unserer Fragen nach dem „Woher“, „Wohin“ – und vor allem dem „Wozu“; als Ort innerer Wertbilder, menschlicher Würde und sittlichen Empfindens.

Bei Scheler bilden das Leibliche und das Seelische als zwei Seiten der so genannten „Sphäre des Lebendigen“ eine Einheit. Alle drei Seinsarten – Scheler spricht von „Stufen“, Frankl fasst dessen Theorie als „Schichttheorie“ auf<sup>175</sup> – sind wesensverschieden, jedoch untrennbar miteinander verwoben. Es sind Wesensmomente, die weder aufeinander reduziert noch durch zusätzliche Momente ergänzt werden können. Sie funktionieren nach je eigenen Gesetzmäßigkeiten, wirken zugleich jedoch auch sinnvoll zusammen. Das Schichtgefüge des Menschen ist dabei kein additives, sondern ein integrales: Es bedeutet nicht, dass der Mensch „zusammengesetzt“ ist aus den kategorial unterschiedlichen Erfahrungsbereichen Leib, Seele und Geist, vielmehr *ist* er all dies in Einem. Sowohl bei Scheler als auch bei Frankl ist das Wesen der existenziellen Person einheitlich und stellt eine leiblich-seelisch-geistige Ganzheit dar. Der Mensch „hat“ zwar sein – ererbtes und erworbenes – „Psychophysikum“, ist jedoch Geist. Er ist ein geistiges Wesen, in seinem Wesen geistig – und zwar immer schon. Woher der Geist kommt, wissen wir nicht, er kann jedoch – anders als das Physische und Psychische – weder genetisch übertragen noch durch Erziehung direkt beeinflusst werden. Er ist nicht an Raum und Zeit gebunden,

---

<sup>173</sup> Scheler, 1928/2010, S. 27-28.

<sup>174</sup> Die Dreiteilung der anthropologischen Struktur in Leib, Seele und Geist stammt aus der Antike und entspricht dem biblisch-christlichen Menschenbild; vgl. z.B. Ritter, 1974, S. 154, sowie Kreitmeir, 1995, S. 186-187; Mitte des 19. Jahrhunderts wurde der Geist-Begriff psychologisiert und mit dem der Seele gleichgesetzt; vgl. Biller, 1995b, S. 136.

<sup>175</sup> Vgl. Henckmann, 2005, S. 154.

nicht materialisierbar, keine Substanz. Die Existenz ist ein „Urphänomen“<sup>176</sup>, das sich nicht analysieren oder reflektieren lässt.<sup>177</sup> Übereinstimmend nennt Uwe Böschmeyer, Begründer und Leiter des „Hamburger Instituts für Existenzanalyse und Logotherapie“, den Geist eine Erfahrungstatsache, die sich nicht begründen oder erklären lässt.<sup>178</sup> Auch muss nach Frankl der Versuch der Hirnphysiologie und -pathologie, geistige „Funktionen“ bestimmten Regionen oder Zentren des Gehirns zuzuordnen, fehlschlagen.<sup>179</sup>

Der Mensch als Geist setzt sich immer mit sich selbst als Leib und Seele auseinander und kann sich dazu in jedem Moment seines Lebens irgendwie „einstellen“ und verhalten. Schon weil der Geist das Potenzial hat, sich dem Psychophysischen entgegenzustellen, kann er nicht wieder nur etwas Psychophysisches sein, sondern muss etwas wesentlich, vom Wesen her, anderes sein.<sup>180</sup> Die geistige Person kann nicht aus dem psychophysischen Stufenbau abgeleitet werden, sondern ist diesem entgegengesetzt. Mehr noch, der Geist ist dem Psychophysischen überlegen: Scheler bezieht sich auf Descartes wie auch auf Kant, die bereits den Geist über das Organische beziehungsweise die „Seelensubstanz“ stellten.

Auch Nicolai Hartmann (1882-1950), der als prominentester Vertreter der „Neuen Ontologie“ als metaphysischer Seinsbeschreibung ebenfalls in der Tradition der Phänomenologie Husserls stand und Frankl wesentlich beeinflusste, fordert die Überwindung psychologischer Theoreme, denn „geistiges Sein ist keine psychologische Angelegenheit. Dieser Satz darf als eine Errungenschaft der letzten Jahrzehnte gelten.“<sup>181</sup> Hartmann sieht den Geist ebenfalls als das spezifisch Menschliche, welches innerhalb eines „Stufenreichs“ des menschlichen Seins in einer ontisch höheren Sphäre als das Organische wie auch das (unter)bewusste seelische Sein angesiedelt ist, sich diesen „niederen Kategorien“ gegenüber in einem „Überbauungsverhältnis“ befindet und unabhängig von ihnen ist.<sup>182</sup>

---

<sup>176</sup> Frankl, 1948/2010, S. 21.

<sup>177</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 18-21; 1949, S. 60-78; 1975/2005, S. 87-94; 112-119; vgl. These 1 bis 3 der *Zehn Thesen über die Person*, in: Frankl, 1946/2011, S. 330-331, sowie 1972/2005, S. 87-88.

<sup>178</sup> Vgl. Böschmeyer, 2010, S. 21.

<sup>179</sup> Vgl. Frankl, 1949, S. 35-40; 1975/2005, S. 97.

<sup>180</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 151.

<sup>181</sup> Hartmann, 1933/1949, S. 48-49.

<sup>182</sup> Vgl. ebd., S. 66-70.

Frankl geht insofern weiter als Scheler und Hartmann, als er das Geistige nicht nur als oberste Stufe oder Schicht sieht, sondern als eigenständige dimensionale Sphäre, die den ganzen Menschen durchdringt und umfasst. In dieser autonomen Daseinsdimension gründen spezifisch humane Phänomene wie Freiheit, Verantwortlichkeit, Wert- und Sinnorientierung, Gewissen, Selbstdistanzierung und -transzendenz<sup>183</sup> sowie darauf basierende Willensentscheidungen.

### 2.5.2 Die Dimensionalontologie

Zur Veranschaulichung des der Logotherapie und Existenzanalyse zugrunde liegenden multidimensionalen Menschenbildes und der „dimensionalen Differenz“<sup>184</sup> verwendet Frankl eine Darstellung geometrischer Analogien. Die von ihm so genannte „Dimensionalontologie“<sup>185</sup> betrachtet er als dem Scheler'schen Stufenbau überlegen. Die Verknüpfung eines konzentrischen Schichtenbaus (in nachstehender Abbildung als kreisförmiger Grundriss dargestellt) mit dem Aufbau vertikaler Stufen ergibt als Prämisse ein dreidimensionales Gesamtbild (in Form eines Zylinders). Als Mittelpunkt dessen sieht Frankl den personalen Kern des Menschen in Form einer Achse, welche von den peripheren Schichten des Psychischen und Physischen umgeben ist. Durch diesen Gesamtaufbau ziehen sich Bewusstes, Vorbewusstes und Unbewusstes<sup>186</sup> insofern, als sowohl seelische und leibliche als auch geistige Äußerungen des Menschen auf all diesen drei Ebenen in Erscheinung treten können.<sup>187</sup>

---

<sup>183</sup> Auf all diese in der Logotherapie und Existenzanalyse konstitutiven Begriffe wird in den nachfolgenden Kapiteln ausführlich eingegangen.

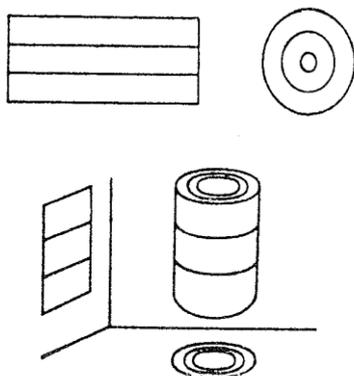
<sup>184</sup> Vgl. Frankl, 1975/1987, S. 181, 193.

<sup>185</sup> Frankl, 1946/2011, S. 52; 1947/1991, S. 62; 1953, S. 186; 1972/2005, S. 116, 124; 1975/1987, S. 44-45; 2002, S. 63.

<sup>186</sup> Nach Sigmund Freud die elementaren Systeme des „seelischen Apparates“.

<sup>187</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 19-20.

Abbildung 2: Die ontologische Struktur des menschlichen Wesens in der Logotherapie und Existenzanalyse: Dreidimensionale Kombination aus Schichten- und Stufenbau<sup>188</sup>



Geistiges kann somit Frankls Auffassung nach – und hier stimmt er mit Nicolai Hartmann<sup>189</sup> überein – sowohl bewusst als auch unbewusst<sup>190</sup> sein, das heißt neben unbewusster Triebhaftigkeit gibt es auch unbewusste Geistigkeit.<sup>191</sup> Genauer gesagt hat der Geist seinen Ursprung im Unbewussten, dort kann er sich nicht selbst reflektieren. Frankl erläutert dies durch ein Gleichnis: So wie die Netzhaut des menschlichen Auges ihren blinden Fleck dort hat, wo sie entsteht, wo also der Sehnerv in den Augapfel eintritt, so ist es auch dem Geist nicht möglich, sich selbst an seiner eigenen Ursprungsstelle zu beobachten. Und dies soll er auch nicht: Anstatt sich selbst zu bespiegeln, besteht die Aufgabe des Geistes im Gegenteil darin, sich zu ignorieren und an sich vorbei auf etwas anderes hin zu existieren.<sup>192</sup> In Kapitel 2.8.1 wird dies näher ausgeführt werden.

Die Grenze zwischen bewusstem und unbewusstem Geistigen ist fließend, gleichsam durchlässig – und im Hinblick auf die Geistigkeit als Kriterium des menschlichen Seins ist die Differenzierung unerheblich. Insofern jedoch, als sich das Unbewusste in triebhaftes und geistiges Unbewusstes gliedert, hat die Tiefenpsychologie aus existenzanalytischer

---

<sup>188</sup> Quelle: Frankl, 1948/2010, S. 19.

<sup>189</sup> Vgl. Hartmann, 1933/1949, S. 48-49.

<sup>190</sup> „Unbewusst“ meint hier „unreflektiert“; vgl. Frankl, 1947/1991, S. 199; 1975/1987, S. 174.

<sup>191</sup> Zsok (2009, S. 71-72) hält es für adäquater, anstelle des „Unbewussten“ (das aus seiner Sicht der psychischen Dimension angehört) von „geistigem Unterbewussten“ zu sprechen.

<sup>192</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 15-16, 21-22; 1975/1987, S. 174-177, 191; 2002, S. 80-81, 179.

Sicht nicht den gesamten Weg in die „Tiefen des Unbewussten“ zurückgelegt, sondern ist bei den Trieben „stehen geblieben“ und hat die Person, das eigentlich Menschliche, gar nicht erreicht.<sup>193</sup> Im Gegensatz zur unbewussten Triebhaftigkeit bei Freud – die eine Bedrohung darstellt und bewusst gemacht werden muss, um die Ichfunktion zu stärken und Fremdsteuerung durch das Es zu vermeiden – kann unbewusstes Geistiges nach Frankl nicht bewusst gemacht werden. Auch Religiosität sieht er zum Teil im Unbewussten – nicht jedoch als triebhaft, sondern immer geistig unbewusst. Entgegen C. G. Jungs Auffassung des Religiösen als kollektivem Unbewussten ist sie damit nicht „Es-haft“, sondern „Ich-haft“, nicht psychologisch-faktisch, sondern existenziell – da sie immer eine persönliche Entscheidung ist. Die Analytische Psychologie wird diesbezüglich von Frankl als psychologistisch gewertet.<sup>194</sup>

Die Beziehung zwischen geistiger Person – sozusagen dem „existenziellen Herz des Menschen“ – und dem Organismus ist eine instrumentale: Der Geist macht das Psychophysische zu seinem Werkzeug, indem er sich in ihm ausdrückt. So kann sich das Geistige immer nur in Koexistenz mit dem Subhumanen des Menschen äußern. Da das Gehirn die Expression des Geistes sein kann, ihn jedoch nicht „produziert“, vermag keine Verletzung des Gehirns das Geistige zu schädigen. Der Geist als ontologische Entität wird durch keine psychophysische Befindlichkeit oder Erkrankung berührt, schon gar nicht zerstört. Erkranken kann ausschließlich das Psychophysische als „Sprachrohr der geistigen Person“ – nie die Person selbst. Die Menschlichkeit bleibt unverseht und ist transmorbid. Damit „ist“ die geistige Person niemals krank, sie kann höchstens eine Krankheit „haben“. Behandelt wird daher auch nur die Krankheit, nicht jedoch der Kranke.<sup>195</sup>

Die geistige Person nach psychopathologischem Maßstab zu beurteilen betrachtet Frankl als psychologistischen Übergriff. Auch eine Psychose wie die endogene Depression ist eine somatogene Erkrankung und damit keine „Geistes-Krankheit“. Sie kann die Persönlichkeit nicht erreichen – wenn auch zeitweise ihren Spielraum einengen, sie verdecken, trüben, in den Hintergrund drängen und unzugänglich machen. Auch

---

<sup>193</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 16-17, 20.

<sup>194</sup> Vgl. ebd., S. 16-17, 49-51, 91; vgl. These 6 der *Zehn Thesen über die Person*, in: Frankl, 1946/2011, S. 336-337, sowie 1972/2005, S. 92; vgl. auch Frankl, 1977/2011, S. 42; vgl. Kreitmeir, 1995, S. 58-59.

<sup>195</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 108-109, 151, 166; 1977/2011, S. 104; 2002, S. 84; vgl. These 4 der *Zehn Thesen über die Person*, in: Frankl, 1946/2011, S. 331-332, sowie 1972/2005, S. 88-91; der Gedanke taucht bereits bei Jaspers, 1965, S. 609, auf.

therapeutisch ist das Geistige dann schwer zugänglich. Jedoch nur bei völliger Blockierung der noetischen Dimension – etwa im Kleinkindalter, bei Fällen von Senilität, im Drogenrausch, bei Schockzuständen, Verlust des Bewusstseins, schweren Psychosen, massiven Hirndefekten oder extremem Realitätsverlust – kann die Logotherapie nicht helfen. Selbst wenn der Geist seine Auseinandersetzung mit dem Psychischen nicht mehr zum Ausdruck bringen kann, heißt das keinesfalls, dass er zu dieser nicht in der Lage ist. Die Auseinandersetzung selbst bleibt dank des so genannten „psychonoetischen Antagonismus“ und der „Trotzmacht des Geistes“<sup>196</sup> unter allen Umständen möglich.<sup>197</sup>

Eine humanistische Haltung des Therapeuten impliziert nach Frankl, die von der Dynamik des Psychischen nicht berührte Eigengesetzlichkeit des Geistes zu respektieren, zwischen Symptom und personaler Reaktion zu differenzieren und die Lebenshaltung eines Kranken von dessen psychischer Verfassung abzulösen. Dazu gehört auch, jedem Patienten auf Augenhöhe zu begegnen, sein (bewusst gemachtes) Wertesystem<sup>198</sup> unabhängig vom eigenen zu tolerieren und der gegebenenfalls im Rahmen der Therapie geäußerten weltanschaulichen Konzeption und individuellen Lebensphilosophie nicht auszuweichen, sondern sich offen und kritisch damit auseinanderzusetzen. Dadurch wird der Personenkern der Erkrankten gewürdigt und therapeutisch genutzt.<sup>199</sup>

Wo – in der Naturwissenschaft, auch der naturwissenschaftlichen Psychologie – die Existenz des unsichtbaren und zugleich unzerstörbaren Geistigen als eigenständige, den „homo humanus“<sup>200</sup> erst als solchen konstituierende Dimension, ignoriert wird, kritisiert Frankl – wie bereits Scheler – scharf den scheinwissenschaftlichen „Reduktionismus“<sup>201</sup> und die damit einhergehende Dehumanisierung und Verzerrung des Menschenbildes. Da der Reduktionismus die „Quelle“ des Sinns und damit auch zwingend den Sinn des Seins selbst verleugnet, spricht Frankl von Nihilismus. Dieser zeigt sich in drei verschiedenen Formen: Erstens im Psychologismus, welcher Sinn aus dem noetischen Raum auf die psychologische „Ebene“ projiziert und nur diese gelten lässt (siehe oben). Er missdeutet Sinnlosigkeitsgefühle als bloßen Ausdruck einer unbewussten Psychodynamik

---

<sup>196</sup> Vgl. Kapitel 2.11.

<sup>197</sup> Vgl. Frankl, 1949, S. 35-60, 112-113; vgl. Seidl / Mollik-Kreuzwirt, 2006, S. 326-327.

<sup>198</sup> Vgl. Kapitel 2.10.

<sup>199</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 55; 2002, S. 39-42; vgl. auch Böschmeyer, 1988a, S. 26-27, sowie Kurz, 1987, S. 98-99.

<sup>200</sup> Frankl, 1975/2005, S. 66.

<sup>201</sup> Frankl, 1946/2011, S. 48, 213; 1972/2005, S. 14, 112, 118, 132; 1975/1987, S. 189-191; 1975/2005, S. 13; 2002, S. 247; vgl. Pongratz, 1973, S. 184.

(Triebenergie).<sup>202</sup> Zweitens im Biologismus oder Physiologismus, der den Menschen auf „nichts als“ seine leibliche Seinsschicht reduziert. Und schließlich im Soziologismus: Dieser verabsolutiert die gesellschaftliche Wirklichkeit. Alle drei unidimensionalen Sichtweisen stellen eingeschränkte Perspektiven dar und müssen Frankls Auffassung nach den Menschen „ent-werten“<sup>203</sup> und Sinn verkennen, da letzterer in der höheren Dimension des Geistigen lokalisiert ist. Nur durch das Einbeziehen des Logos kann der Nihilismus und seine isolierte Sichtweise überwunden und das Wesen des Menschen verstanden werden.<sup>204</sup> Im Hinblick auf sein Ziel der „Rehumanisierung“ der Psychotherapie durch Komplettierung des Menschenbildes schließt sich Frankl der Daseinsanalyse Ludwig Binswangers (1881-1966) sowie der Humanistischen Psychologie Charlotte Bühlers, Gordon Allports und Abraham Maslows an.<sup>205</sup> Schärfere noch als letztere grenzt er sich vom triebdynamischen Ansatz der Psychoanalyse Freuds<sup>206</sup> sowie dem behavioristischen Stimulus-Response-System ab.

Die Dimensionalontologie wird in den „Zehn Thesen über die Person“<sup>207</sup>, einer der philosophisch-anthropologischen Grundtexte der Logotherapie und Existenzanalyse, erläutert. Sie beinhaltet zwei der logotherapeutischen Diagnostik zugrunde liegende Gesetze<sup>208</sup>: Erstens widersprechen sich Abbildungen, die sich aus der Projektion eines Gegenstandes in verschiedene, niedrigere Dimensionen bilden („Widerspruchsregel“). Zum Beispiel entstehen wie in der folgenden Abbildung aus einem Zylinder, der aus dem dreidimensionalen Raum heraus in die zweidimensionalen Ebenen seines Grund- und Seitenrisses projiziert wird, zwei unterschiedliche Figuren: ein Rechteck und ein Kreis. Analog dazu äußert sich etwa ein Gefühl auf der physiologischen Ebene anders als auf der psychischen.

---

<sup>202</sup> Die Antwort der Philosophie auf den Psychologismus nennt Frankl „Logizismus“, zitiert nach Spiegelberg, 1985, S. 62.

<sup>203</sup> Vgl. Kapitel 2.10.

<sup>204</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 40, 57; 1975/1987, S. 9-10; 1975/2005, S. 69, 140, 163; 2006, S. 149; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 30.

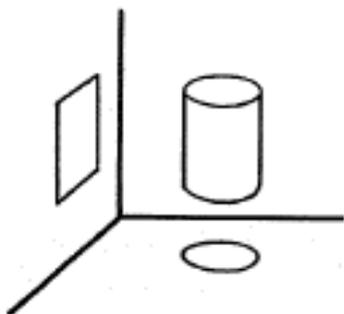
<sup>205</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 143; 1975/1987, S. 19.

<sup>206</sup> Frankls Kritik bezieht sich auf „die“ Psychoanalyse seiner Zeit, welche heute aufgrund der sukzessiven Herausbildung verschiedener psychodynamischer und tiefenpsychologischer Schulen und Verfahren nicht mehr existiert.

<sup>207</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 330-340; 1972/2005, S. 87-95.

<sup>208</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, 52-57; 1972/2005, S. 116-119; 1975/2005, S. 34, 125-128; 1985/2010, S. 23-28, 51-54.

Abbildung 3: Sich widersprechende Abbilder durch Projektion eines Körpers in eine niedrigere Ebene<sup>209</sup>



So wie man nicht sagen kann, dass sich ein Zylinder aus Kreis und Rechteck „zusammensetzt“, ist der Mensch auch nicht aus den „Komponenten“ Leib, Seele und Geist zusammengesetzt. Wie bereits oben erwähnt, sind Leibliches, Seelisches und Geistiges vielmehr drei verschiedene *Dimensionen* des Menschseins – ähnlich der räumlichen Dimensionen Länge, Breite und Höhe, die auch nicht nebeneinander stehen, sondern wechselseitig voneinander durchdrungen sind. In Analogie zum Zylinder ist im Reduktionismus auch der Mensch um seine ihm wesensspezifische Dimension gebracht, auf eine niedrigere Ebene projiziert und verzerrt. Wie der Zylinder seinen Grund- und Seitenriss mit einschließt, ist der Mensch immer auch ein Tier: Er teilt mit diesem die Dimensionen des Biologischen und des Psychologischen, und unterscheidet sich bezüglich Intelligenz, Kreativität oder Gedächtnisleistung nicht prinzipiell, sondern nur graduell von ihm. Doch zugleich ist er viel mehr als das Tier, indem er es um eine ganze Dimension „überhöht“. Spezifisch humane und zugleich subhumane Phänomene sind daher im Menschen vereint. In diesem Sinne meint „höhere“ Dimension weder ranghöher noch „höher-wertig“, sondern umfänglicher, im Sinne von „phylogenetisch weiter entwickelt“ und die niedrigere Dimension integrierend.<sup>210</sup>

Wie man den Zylinder nicht in Kreis und Rechteck separieren kann, so lässt sich auch das „In-dividuum“ nicht unterteilen – weil es eine Einheit ist. Die Trennung in einen leiblichen, einen seelischen und einen geistigen „Bereich“ ist deshalb immer nur eine theoretische. Und so wie man Kreis und Rechteck nicht verschmelzen kann, so ist auch die Person

---

<sup>209</sup> Quelle: Frankl, 1946/2011, S. 52; vgl. auch 1972/2005, S. 116.

<sup>210</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 17-18, 55-56; 1975/1987, S. 19, 189, 193; vgl. Titze, 1985, S. 37-38.

nicht verschmelzbar – da sie eine Ganzheit ist.<sup>211</sup> Während der Zylinder ein offener Körper sein kann (beispielsweise ein Trinkglas), handelt es sich bei Kreis und Rechteck um geschlossene Figuren, was einen zusätzlichen „Widerspruch“ darstellt. Zieht man exemplarisch den Psychologismus und den Soziologismus heran, widersprechen sich auch hier die „Abbildungen“ – einmal bleibt nur Psychisches übrig, ein „geschlossenes System psychologischer Reaktionen“<sup>212</sup>, ein Mechanismus bedingter und unbedingter Reflexe, der Mensch als konditionierter Apparat, passiver Symptomträger und Opfer psychodynamischer Prozesse. Das andere Mal wird der Mensch dagegen auf rein soziologische Phänomene „herabgesetzt“. Dennoch bleibt die Person selbst (wie das Trinkglas) ein offenes System: Sie ist nicht nur auf sich selbst bezogen, sondern kann sich auf die Welt und den darin enthaltenen Sinn „transzendieren“.<sup>213</sup>

Im „Pluralismus der Wissenschaften“<sup>214</sup> wird die Wirklichkeit in den einzelnen (natur)wissenschaftlichen Disziplinen so unterschiedlich dargestellt, dass die „Abbildungen“ nicht miteinander übereinstimmen. Trotz dieser Widersprüche ist die Realität jedoch einheitlich, trotz der ontologischen Differenzen und Projektionen auf eine subhumane Ebene bleibt der Mensch eine unteilbare Ganzheit. Geschlossenheit und Offenheit – Scheler spricht von „Weltoffenheit“<sup>215</sup> – sind also miteinander vereinbar. Der Widerspruch zwischen den mannigfaltigen Abbildern kann jedoch ausschließlich in der eigentlich menschlichen, höheren Dimension des Noetischen überbrückt werden, nur der Sinn kann die Welt- und Menschenbilder der Wissenschaften miteinander verbinden.<sup>216</sup>

Das zweite Gesetz der Dimensionalontologie („Mehrdeutigkeitsregel“) lautet, dass Abbildungen verschiedener Gegenstände, die durch Projektionen in ein- und dieselbe niedrigere Ebene entstehen, mehrdeutig sind. Werden zum Beispiel, wie im Bild auf der folgenden Seite, ein Zylinder, ein Kegel und eine Kugel aus dem dreidimensionalen Raum heraus in die zweidimensionale Ebene ihres Grundrisses projiziert, entsteht jedes Mal ein Kreis.

---

<sup>211</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 63-64.

<sup>212</sup> Frankl, 1985/2010, S. 26.

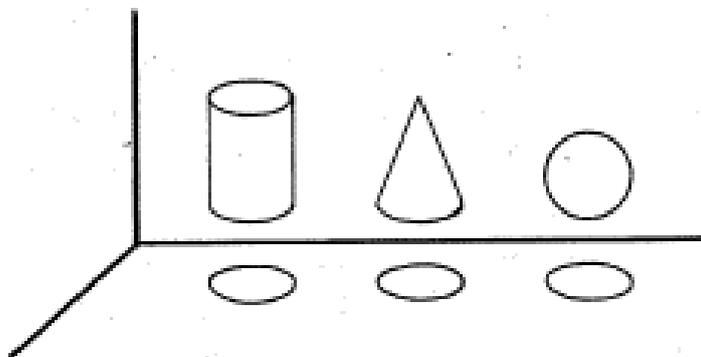
<sup>213</sup> Vgl. Kapitel 2.8.1.

<sup>214</sup> Vgl. Frankl, 1965, zitiert nach ders., 1972/2005, S. 123; vgl. auch Scheler, 1928/2010, S. 7.

<sup>215</sup> Scheler, 1928/2010, S. 28.

<sup>216</sup> Vgl. These 1 und 2 der *Zehn Thesen über die Person*, in: Frankl, 1946/2011, S. 330-331, sowie 1972/2005, S. 87-88; vgl. auch 1972/2005, S. 123-125, 134.

Abbildung 4: Identische Abbilder durch Projektion verschiedener Körper in eine niedrigere Ebene<sup>217</sup>



Mehrdeutig sind die drei Kreise insofern, als aus ihnen kein Rückschluss auf den dreidimensionalen Gegenstand möglich ist. Analog kann man auch von der verzweifelten Frage eines Menschen nach dem Sinn des Lebens noch nicht rückschließen, woher die Verzweiflung kommt und welche Bedeutung sie hat. Die Frage kann krankheitsbedingt und von einem Psychotiker oder Neurotiker aufgeworfen worden sein – oder aber sie ist nichts als *die* menschliche Frage überhaupt, gestellt von einem völlig Gesunden. Die Frage ist jedes Mal dieselbe, aus ihr allein kann man nicht eindeutig die gegebenenfalls angezeigte therapeutische Strategie ableiten.<sup>218</sup> Übertragen auf die psychiatrische Ebene lässt sich mit Abbildung 4 sagen, dass man von der psychischen Krankheit eines Individuums, vom katalogisierbaren „Fall“, nicht auf die Person und deren (kulturelle) Leistung schließen kann, die „darüber steht“. So gehört die Psychose zwar zum Kranken – sie macht ihn, seinen Wesenskern, aber nicht aus. Das Krankheitsbild ist eine bloße Projektion in die Ebene des Klinischen hinein. Ist diese ausschnittshafte Perspektive nicht bewusst, sind manche großen geistigen Schöpfer – Dichter, Denker, Literaten, Musiker, Maler et cetera – nichts als Psychopathen, Neurotiker oder sonstige Kranke. Sie sind reduziert auf die Rolle des Symptomträgers, das symptomatische Erscheinungsbild wird nicht Ebenen-spezifisch differenziert gedeutet. Ausschließlich der „Wahnsinn“ wird gesehen, nicht das einzigartige Genie.<sup>219</sup>

---

<sup>217</sup> Quelle: Frankl, 1946/2011, S. 53; vgl. auch 1972/2005, S. 116.

<sup>218</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 36-38, 131 (Fußnote 2).

<sup>219</sup> Vgl. ebd., S. 83; vgl. Frankl, 1985/2010, S. 23-29, 50-54; 2002, S. 85-86; 2006, S. 149-150.

Projektionen können erforderlich sein, um sich bei der Diagnose oder Behandlung eines Patienten auf die physische oder psychische Dimension zu fokussieren. Frankl fordert jedoch, dass dies immer im Bewusstsein darüber geschieht, dass man in der dimensionalen Betrachtungsweise das eigentlich Menschliche herausfiltert, dadurch die Realität zu großen Teilen ausblendet und nur eingeschränkt geltende Erkenntnisse gewinnen kann.<sup>220</sup> Wechselseitige Beeinflussungen zwischen den Dimensionen sind in jedem Fall zu berücksichtigen.

Die psychologistische Psychotherapie reduziert das Gewissen auf ein „Über-Ich“ und die Liebe auf ein Symptom zielgehemmter Triebe. Sie entwürdigt die Person und dezimiert sie zu einer Sache, macht das „Ich“ zum „Es“ und das Subjekt zum austauschbaren Objekt und bloßen Mechanismus.<sup>221</sup> Wird sie mit einer geistigen Problematik konfrontiert, ist sie daher ungenügend und muss scheitern. Sie bedarf – nicht des Ersatzes, jedoch – der Ergänzung, der „Überhöhung“ durch die Logotherapie, welche es nicht direkt darauf anlegt, einen Menschen von einer Krankheit zu befreien und gesund zu machen, sondern deren Ziel es ist, ihm Hilfestellung zu geben bei der Suche nach *seiner* einzigartigen Wahrheit.<sup>222</sup>

Nach Anna Maria Pircher-Friedrich – (Führungskräfte-)Coach und Professorin für Human Resources Management sowie Qualitäts- und Dienstleistungsmanagement am Management Center Innsbruck – verhindern „verkürzte“ Menschenbilder in unserer multikausalen und zunehmend komplexer und dynamischer werdenden (Arbeits-)Welt menschliches wie auch unternehmerisches Wachstum und Erfolg. Sie können der menschlichen Würde nicht gerecht werden und vereiteln Motivation, Engagement, Kreativität, Innovationsfreude, Vertrauen, Commitment und Loyalität sowie verantwortungsbewusstes Denken und Handeln (im Unternehmen). Ein „radikales Umdenken“ tut aus Sicht Pircher-Friedrichs Not – vom rationalistisch-mechanistischen Paradigma hin zu einem existenzanalytisch-logotherapeutischen, ganzheitlichen Menschenbild, das in der täglichen Führungspraxis gelebt wird.<sup>223</sup>

---

<sup>220</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 63-64; 2002, S. 71-72, 91-92.

<sup>221</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 9-12, 20; 1972/2005, S. 83; 1975/2005, S. 182-183.

<sup>222</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 36-37, 42; 1975/2005, S. 168-169.

<sup>223</sup> Vgl. Pircher-Friedrich, 2005, S. 62-76.

### **2.5.3 Fazit**

Die Logotherapie und Existenzanalyse betrachtet Menschsein als durchdrungen von der eigenständigen Daseinsdimension des Geistigen. Ihr entspringt spezifisch Humanes wie die Bezogenheit auf Sinn und Werte, das Gewissen sowie Freiheit und Verantwortlichkeit. Geistiges kann bewusst oder unbewusst sein, gründet jedoch im Unbewussten. Die geistige Person kann weder erkranken noch zerstört werden. Sie kommt durch die beiden anderen Dimensionen des Menschen, den Körper und die Seele, zum Ausdruck. Diesen ist sie überlegen und vermag beiden gegenüber Stellung zu beziehen und sich ihnen entgegenzustellen.

## 2.6 Das logotherapeutische Motivationskonzept

Im Folgenden wird die Motivationstheorie der Logotherapie und Existenzanalyse umrissen, einschließlich der postulierten Folgen von Sinnverlust.

### 2.6.1 Der Wille zum Sinn

So wie „Logos“ im Sinne der Logotherapie einerseits „Geist“ bedeutet, kann man ihn ebenso mit „Sinn“ übersetzen.<sup>224</sup> Ein spezifisch humanes Phänomen und zugleich die Primärmotivation des Menschen ist Frankl zufolge das Streben nach Sinnfindung und -erfüllung. Der Mensch ist „letztlich und eigentlich auf der Suche nach Sinn“, das heißt, „wovon der Mensch zutiefst und zuletzt durchdrungen ist, ist weder der Wille zur Macht noch ein Wille zur Lust, sondern ein Wille zum Sinn“<sup>225</sup>: Kann er einen Sinn wahrnehmen, ist er motiviert zu handeln und diesen zu verwirklichen. Nicht erkennbarer Sinn dagegen demotiviert ihn. Dieser Wille zum Sinn ist operational definiert als das, was frustriert wird im Menschen, wenn ihn Gefühle der Sinnlosigkeit und Leere heimsuchen.<sup>226</sup> Frankl sieht den Menschen auch als lust- und machtorientiert, jedoch sind dies für ihn anthropologisch untergeordnete Aspekte. Im Wesentlichen, seinem Wesen nach, sind alle Menschen sinnorientiert. Übereinstimmend äußert sich Maslow: „I agree entirely with Frankl that man's primary concern (I would rather say 'highest concern') is his will to meaning“.<sup>227</sup> Er betrachtet den Willen zum Sinn als vereinbar mit seiner empirisch-phänomenologischen Beschreibung der Selbstaktualisation als Konzept.<sup>228</sup>

Die Berücksichtigung dieses fundamentalanthropologischen Phänomens, der aus dem Bereich des Geistigen „entspringenden“ Sinnorientierung, lässt aus der Tiefenpsychologie

---

<sup>224</sup> Frankls Logos-Begriff geht auf die antike Logos-Tradition zurück; vgl. Raskob, 2005, S. 174; zur Etymologie des Sinn-Begriffs allgemein und zu den verschiedenen Bedeutungen und Arten von Sinn vgl. Biller, 1995c, S. 99-111.

<sup>225</sup> Frankl, 1975/2005, S. 9; vgl. auch 1946/2011, S. 89 (hier wird bereits der Sinn als die eigentliche Motivation des Menschen vorgezeichnet); 1948/2010, S. 62, 84; 1949, S. 117 (hier erstmalige Verwendung des Begriffs „Wille zum Sinn“); 1985/2010, S. 75, 100.

<sup>226</sup> Vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 84.

<sup>227</sup> „Ich stimme völlig mit Frankl überein, dass das primäre (oder besser gesagt „höchste“) Anliegen des Menschen sein Wille zum Sinn ist.“ (Maslow, 1966, S. 108; Übersetzung der Verfasserin).

<sup>228</sup> Vgl. Kapitel 2.7.2.

zu deren Ergänzung und Bereicherung eine „Höhenpsychologie“<sup>229</sup> entstehen – eine Psychologie, die sich nicht nur über das Physische „erhebt“, das heißt Seelisches als Ursachen körperlicher Symptome anerkennt, sondern der menschlichen Existenz gerecht wird, indem sie auch noch das Psychische „überhört“.<sup>230</sup>

Teilweise verwendet Frankl den Begriff „Sinnbedürfnis“<sup>231</sup>. Wolfram Kurz, Leiter des Instituts für Logotherapie und Existenzanalyse Tübingen / Wien und Stellvertretender Vorsitzender der "Internationalen Gesellschaft der logotherapeutischen / existenzanalytischen Ausbildungs- und Forschungsinstitute", sieht das, was in der Logotherapie als „Sinnbedürfnis“ verstanden wird, mindestens in engem Zusammenhang – wenn nicht gleichbedeutend – mit dem in der aktuellen Psychotherapiewissenschaft so genannten „Bedürfnis nach Orientierung und Sicherheit“. Letzteres setzt er gleich mit „existenzieller Grundorientierung“ als der Frage des Menschen nach seiner Bestimmung.<sup>232</sup> Zugleich betrachtet er das Sinnbedürfnis als „Metabedürfnis“ und allen anderen Grundbedürfnissen übergeordnet und gleichzeitig implizit, da diese ohne Ausnahme auf Sinnerfahrung abzielen.<sup>233</sup>

„Wille“ ist in der Logotherapie die geistige Energie, der Ausdruck des Geistigen. Der Begriff ist nicht voluntaristisch gemeint; vielmehr wählt Frankl ihn, um den Terminus „Trieb zum Sinn“ zu vermeiden. Dieser könnte missverstanden werden als Bestätigung des von der Humanistischen Psychologie kritisierten Menschenbildes Freuds, wonach der Mensch primär nach Spannungsreduktion und Homöostase durch Triebbefriedigung und Reizbewältigung strebt. Anstelle des Lust- beziehungsweise Ausgleichsprinzips der Psychoanalyse, respektive des Geltungsstrebens der Individualpsychologie, steht bei Frankl die ursprüngliche und direkte Sinnintention: Der Mensch sucht nicht nach Sinn, um Bedürfnisse zu befriedigen, Entspannung zu erzielen, sein seelisches Gleichgewicht aufrechtzuerhalten beziehungsweise wiederherzustellen oder Macht zu gewinnen – und auch nicht, um in behavioristischer Manier bloß auf Reize zu reagieren –, sondern „um des Sinnes selbst willen“<sup>234</sup>.

---

<sup>229</sup> Erstmalige Begriffsverwendung in: Frankl, 1938b, S. 33; vgl. auch 1946/2011, S. 32, 64; 1948/2010, S. 83-84; 1975/1987, S. 186; 1977/2011, S. 15; 1985/2010, S. 145; 2002, S. 18, 86, 266-267; 2011, S. 25.

<sup>230</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 35-36.

<sup>231</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 84; 2002, S. 267.

<sup>232</sup> Vgl. Kurz, 2008, S. 110; 2011, S. 29; vgl. Becker, 1995, S. 96.

<sup>233</sup> Vgl. Kurz, 2011, S. 33-37.

<sup>234</sup> Frankl, 1946/2011, S. 111; 1975/2005, S. 23.

An die Stelle der Triebenergetik und Affektdynamik tritt die „Noodynamik“ oder „existenzielle Dynamik“<sup>235</sup>: Der Mensch braucht ein gewisses Maß an Grundspannung, in Form der Bewegung in der Polarität zwischen „Sein“ und „Sollen“<sup>236</sup>, Existenz und Essenz, realem und idealem Selbstbild, Sinnsuche und -erfüllung.<sup>237</sup> So führt gerade ein Mangel an Spannung zu Sinnverlust und fehlender Handlungsenergie. Wie bereits Scheler formuliert: „Auf alle Fälle ist der Mensch [...] nie sich beruhigend mit der ihn umringenden Wirklichkeit, immer begierig, die Schranken seines Jetzt-Hier-so-seins zu durchbrechen, immer strebend, die Wirklichkeit, die ihn umgibt, zu *transzendieren*“<sup>238</sup>.

Dem entsprechend sieht die Logotherapie – im Gegensatz zur Psychoanalyse, die aus Sicht Frankls hier pathologistisch missinterpretiert<sup>239</sup> – in der Frage nach dem Sinn der eigenen Existenz wie auch im „In-Frage-stellen“ desselben, im Zweifel an Moral, Religion und Philosophie und selbst im „Ver-zweifeln“ an einem frustrierten Sinnanspruch keine seelische Krankheit. Sie sieht darin zunächst überhaupt nichts Pathologisches<sup>240</sup>, sondern höchstens dessen *Ursache* und in jedem Fall einen Ausdruck existenzieller Not und zugleich geistiger Mündigkeit – etwas zutiefst Menschliches. Die Sinnfrage ist sogar die menschlichste aller Fragen.<sup>241</sup> Sie kann sich dem Menschen jederzeit „aufdrängen“, am häufigsten jedoch in der Adoleszenz und Pubertät als geistiger Reifungszeit, in der Lebensmitte, im beginnenden Alter sowie bei tragischen Lebensereignissen, Schicksalsschlägen.<sup>242</sup> Wäre das Suchen und Hinterfragen des Sinns krankhaft, so müsste man Frankl zufolge von einer Art „soziogener Neurose“<sup>243</sup> sprechen, da die moderne Industriegesellschaft dem Menschen seine Traditionen nimmt, ihn von seinen

---

<sup>235</sup> Z.B. Frankl, 1946/2011, S. 21, 108-109.

<sup>236</sup> Bei Martin Buber kommt dieser Gedanke der Humanistischen Psychologie durch die Formulierung zum Ausdruck, dass der Mensch sich entwickelt in Richtung „der zu werden, er angelegt ist“, zitiert nach Rogers, 1976, S. 69; vgl. auch Allport, 1955, sowie Bühler, 1964; im Gegensatz zum „Müssen“ (Triebgesteuertheit; kausales Denken Freuds) und „Wollen“ (Machtorientierung, finales Denken Adlers) spiegelt das „Sollen“ das axiologische Denken Frankls wider; vgl. Kapitel 2.10.

<sup>237</sup> Vgl. Zsok, 2007.

<sup>238</sup> Scheler, 1928/2010, S. 41; vgl. auch Frankl, 1947/1991, S. 13; vgl. „Selbsttranszendenz“ als fundamentalanthropologisches Charakteristikum menschlicher Existenz, Kapitel 2.8.1.

<sup>239</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 38-39.

<sup>240</sup> Kurz, 1991c, S. 11, schlägt anstelle des Begriffs „*logotherapeutisch*“ bei gesunden Ratsuchenden daher „*logoheuristisch*“ für den Sinnfindungsprozess vor und betrachtet die „Logoheuristik“ als eine pädagogische Aufgabe.

<sup>241</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 66-67, 118; 1948/2010, S. 85; 1975/1987, S. 11, 146; 1975/2005, S. 55, 166; 1977/2011, S. 26, 107; 1985/2010, S. 46, 154; 2002, S. 119; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 80.

<sup>242</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 67-69; vgl. Thompson / Janigian, 1988; vgl. Böschmeyer, 2010, S. 113.

<sup>243</sup> Frankl, 1975/1987, S. 11; Frankl / Kreuzer, 1986, S. 80.

Werten entfremdet und ihn dadurch entwurzelt und verunsichert. Sie bleibt ihm die Befriedigung seines Grundbedürfnisses nach Sinn schuldig: Je reicher die Menschen materiell gesehen werden, desto ärmer werden sie in existenzieller Hinsicht.<sup>244</sup>

Der Wille zum Sinn lässt sich jedoch nicht gezielt herbeiführen oder gar erzwingen, ein intentionales „wollen Wollen“ funktioniert nicht, wenn es nicht auf ein Objekt ausgerichtet ist – genauso wenig, wie man es darauf anlegen kann, ohne einen Bezug auf etwas oder jemanden, sozusagen in den „luftleeren Raum hinein“ hoffen, lieben oder glauben zu wollen. In diesem Sinne ist „Wille“ auch nicht als Aufforderung oder Appell zu interpretieren.<sup>245</sup>

Weder die Lust noch das Glück können auf direktem Wege erzielt werden. Sie stellen sich jedoch ganz von selbst ein, wenn ein „Grund“ dazu besteht. Dieser kann nur die Sinnerfüllung sein – Glück und Lust sind nichts als deren Nebenwirkungen. Während der gesunde Mensch nach Sinn sucht, ist das Streben nach Genuss und Vergnügen neurotisch motiviert und zeigt sich nur dann, wenn der Wille zum Sinn frustriert ist. Wenn der Neurotiker mit einem „Zuviel an Absicht“ die Lust forcieren will („Hyperintention“<sup>246</sup>) und zudem durch ein „Zuviel an Selbstbeobachtung“ seine Aufmerksamkeit nur noch auf dieses Ziel der Lusterfüllung richtet („Hyperreflexion“<sup>247</sup>), stellt sich der Effekt gerade nicht ein.<sup>248</sup> Lust ohne etwas, *woran* man diese haben könnte, existiert nicht: „Je mehr es einem um die Lust geht, um so [sic!] mehr vergeht sie einem auch schon“<sup>249</sup>. Insofern ist der „Wille zur Lust“ ein Widerspruch in sich, das Lustprinzip eine Aufhebung seiner selbst. Lust kann über den Sinn erreicht werden (und nur über ihn), nicht umgekehrt. Und so kann auch ein Defizit an Lust keinen Sinnmangel hervorrufen.<sup>250</sup>

Die logotherapeutisch postulierte Primärmotivation des Willens zum Sinn wird von manchen Autoren als zu einseitig und idealistisch betrachtet. So wurde kritisiert, dass der

---

<sup>244</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 21; 1948/2010, S. 85; 1975/1987, S. 11, 195; 2002, S. 268; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 19, 31, 80.

<sup>245</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 111-112; 1972/2005, S. 181-182.

<sup>246</sup> Frankl, 1947/1991, S. 52-55; 1972/2005, S. 20; 1975/1987, S. 36-37.

<sup>247</sup> Frankl, 1947/1991, S. 52-56; 1972/2005, S. 20; 1975/1987, S. 38, 110, 116, 173-177; 2002, S. 100; Frankl / Kreuzer, 1986, S. 12; Lukas, 1988, S. 86; in der modernen klinischen Literatur findet sich das Phänomen unter dem Begriff „dysfunktionale Selbstaufmerksamkeit“.

<sup>248</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 19; 1975/2005, S. 9-11; 1977/2011, S. 65, 70-72; 1985/2010, S. 100-101; 2002, S. 293; 2006, S. 162, 194-195.

<sup>249</sup> Frankl, 1975/2005, S. 10; 1977/2011, S. 55; 1985/2010, S. 101; dieser Sachverhalt ist als „hedonistisches Paradox“ in der Philosophie bekannt.

<sup>250</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 158; 2002, S. 100-101, 160.

Mensch ein nicht ausschließlich sinn- und wertorientiertes, intentionales Wesen, sondern zugleich selbstbezogen motiviert und auf den eigenen Vorteil und Nutzen bedacht ist.<sup>251</sup> Frankl selbst lehnt entschieden einen „Noologismus“ oder „Spiritualismus“<sup>252</sup>, eine Emporstilisierung des Geistigen – sowie Logotherapie als „Allheilmittel“ – ab und vertritt eine integrale Anthropologie: Die Dimensionen des Psychischen und Physischen dürfen neben geistigem Bewussten und Unbewussten nicht vernachlässigt werden; den Geist zu überschätzen und nur ihn als Realität gelten zu lassen, wäre eine Variante des Reduktionismus.<sup>253</sup>

Der Philosoph Franz Schlederer, der einen der fruchtbarsten Versuche im deutschsprachigen Raum unternommen hat, die Logotherapie und Existenzanalyse auf pädagogische Fragestellungen zu übertragen, betont im Hinblick auf die Erziehung gleichermaßen die Einheit und Ganzheit: Nicht nur Geistiges darf gesehen, auch das Psychophysikum muss miteinbezogen werden.<sup>254</sup>

Die ursprünglich mehr oder wenig intuitiv entwickelten und durch Frankls eigene Erlebnisse im KZ gewonnenen oder bestätigten Thesen zur logotherapeutischen Motivationstheorie wurden durch eine Vielzahl streng systematisch angelegter Untersuchungen validiert. Durch Arbeiten der Schüler Frankls wurde statistisch nachgewiesen, dass Sinnfindung grundsätzlich unabhängig von Geschlecht, Alter, Persönlichkeit, Religiosität und Konfession, Intelligenz, Bildung und Umweltbedingungen möglich ist.<sup>255</sup> Insgesamt sieht Frankl sein Konzept des Willens zum Sinn als empirisch bestätigt an, insbesondere durch die Arbeiten von James C. Crumbaugh und Leonard T. Maholick<sup>256</sup>, den Direktoren des Bradley Centers in Columbus, Georgia, USA, sowie Untersuchungen seiner Schülerin Elisabeth Lukas am Institut für Experimentelle Psychologie der Universität Wien und deren mit Hilfe des „Logo-Tests“<sup>257</sup> erzielten Ergebnisse.<sup>258</sup>

---

<sup>251</sup> Vgl. Riedel et al., 2008, S. 391-393.

<sup>252</sup> Frankl, 1949, S. 12; 1975/1987, S. 147-148; 2002, S. 70, 147, 155.

<sup>253</sup> Vgl. „geistiger Elevationismus“ bei Wilber, 1996, S. 260, 267.

<sup>254</sup> Vgl. Schlederer, 1964, S. 359.

<sup>255</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 30-31; 1948/2010, S. 76, 86; 1975/1987, S. 16-17; 2002, S. 237-238, 269; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 33.

<sup>256</sup> Vgl. Crumbaugh / Maholick, 1963, zitiert nach Frankl, 1946/2011, S. 38, sowie 1985/2010, S. 145.

<sup>257</sup> Vgl. Lukas, 1986b.

<sup>258</sup> Vgl. Kapitel 2.12.1.

Die Verknüpfung des logotherapeutischen Gedankengutes mit der experimentell-kognitiven Psychologie ist in den letzten Jahren stark vorangetrieben worden<sup>259</sup>, und seit einigen Jahren finden auch Erkenntnisse aus der Neurobiologie zunehmend Erwähnung in der Logotherapie und Existenzanalyse. Viele Fragen zum Wesen des Geistigen, welche durch das metaphysische Grundproblem der Überwindung von Geist und Leben und die interdisziplinär diskutierte „Körper-Geist-Problematik“ zum Ausdruck kommen, sind bis heute unbeantwortet geblieben. Umstritten ist etwa das konkrete Verhältnis zwischen Geist und Gehirn. Der von Frankl geprägte Begriff „negative Noologie“ (in Analogie zur „negativen Theologie“) drückt aus, dass ontisch über die geistige Person und ihre Beschaffenheit jenseits von Raum und Zeit nur ausgesagt werden kann, was sie *nicht* ist – beispielsweise kann sie nicht gezeugt werden und ist daher auch nicht sterblich.<sup>260</sup>

Einige Vertreter der Neurophysiologie versuchen zu zeigen, dass der freie Wille und die damit verknüpfte Entscheidungsverantwortung des Menschen eine Illusion ist. Basierend auf Interpretationen der motopsychophysikalischen Experimente von Benjamin Libet<sup>261</sup> Ende der 70er und Anfang der 80er Jahre des letzten Jahrhunderts reduzieren sie sinnorientiertes Wollen auf hirnhysiologische Prozesse.<sup>262</sup> Auf der anderen Seite kämpfen Neurophysiologen wie beispielsweise Lüder Deecke und Hans Helmut Kornhuber – in den 1960er Jahren Entdecker des „Bereitschaftspotenzials“ als hirnhysiologischer Ableitung bei willentlich initiierten Bewegungen<sup>263</sup> – gegen den Determinismus. Sie konnten zeigen, dass der freie Wille vom Bewusstsein entkoppelt sein kann<sup>264</sup>, und sprechen der Person „sehr wohl einen eigenen Willen zu und auch eigene Entscheidungsfreiheit, sodass der Mensch in die Lage versetzt ist, sein Leben zum großen Teil auch selbst zu gestalten.“<sup>265</sup>

Der Mediziner und Logotherapeut Gottfried Spaleck betrachtet es als widersinnig, nicht-räumliche Phänomene wie Willensakte kausal von räumlichen, „funktionellen“ Strukturen wie dem Gehirn oder Nervensystem ableiten zu wollen.<sup>266</sup> Er sieht das

---

<sup>259</sup> Vgl. Kapitel 2.1.

<sup>260</sup> Vgl. Frankl, 2005a, S. 134; zur Haltung Frankls bezüglich der Beziehung zwischen Geist und Hirnfunktionen vgl. Frankl, 1975/2005, S. 94-124.

<sup>261</sup> Vgl. Libet et al., 1983.

<sup>262</sup> Vgl. Roth, 2001; vgl. Singer, 2003; vgl. Kriz, 2007, S. 13.

<sup>263</sup> Vgl. Deecke, 2006, S. 334-357; 2007, S. 48-54.

<sup>264</sup> Vgl. „unbewusste Geistigkeit“, Kapitel 2.5.2.

<sup>265</sup> Deecke, 2007, S. 43, 76; vgl. auch 2006, S. 359-364.

<sup>266</sup> Vgl. Spaleck, 2006, S. 82.

holistische und universelle Menschenbild der Logotherapie von seinen Möglichkeiten her bereits einem kommenden Wissenschaftsparadigma angehörig. Denn das Geistige, das nicht auf einen physikalischen Zustand „herunter gebrochen“ werden kann und dessen Qualität raum-zeitlich nicht bestimmbar ist, umfasst neben dem rationalen Erfassen auch intentionales Fühlen als Erkenntnisweg und „sprengt den etablierten Rahmen der traditionell verstandesmäßig orientierten wissenschaftlichen Wahrnehmung.“<sup>267</sup>

### 2.6.2 Die Ursachen und Auswirkungen von Sinnlosigkeitserleben

Die Frustration des Willens zum Sinn, der existenziellen Erfüllung, nennt Frankl die „existenzielle Frustration“<sup>268</sup>. Diese zum menschlichen Dasein gehörende, nicht pathologische, sondern „gesunden Schmerz“<sup>269</sup> bedeutende und nur potenziell pathogene Sinnfindungskrise ist durch Gefühle der inneren Leere und Sinnlosigkeit des eigenen Daseins, das heißt einer gestörten Intentionalität, gekennzeichnet. Über die existenzielle Frustration hinaus gehend ist das pathogene „existenzielle Vakuum“<sup>270</sup> – eine krankheitsbegünstigende Sinnverluststörung, welche sich in permanenter Langeweile, Überdruß und Gleichgültigkeit, Antriebs-, Interesse- und Ziellosigkeit äußert.

Im Phänomen der Langeweile sieht Frankl bereits einen Widerspruch zum Prinzip der Homöostase: Diese bringt keine Erfüllung, sondern das Gegenteil: innere Leere.<sup>271</sup> Die existenzielle Frustration – und nicht etwa sexuelle Frustration wie bei Freud oder Minderwertigkeitsgefühle wie bei Adler – betrachtet er als Grundlage eines aus Sucht, Aggression und Depression bestehenden „massenneurotischen Syndroms“<sup>272</sup> seiner Zeit. „Das Leiden am sinnlosen Leben“<sup>273</sup> – das quälende Gefühl, dass nichts im eigenen Verhalten und Erleben einen Sinn hat – beobachtet er insbesondere bei jungen Menschen in der westlichen Wohlstands-, Überfluss- und Konsumgesellschaft, denen es rein

---

<sup>267</sup> Ebd., S. 83.

<sup>268</sup> Frankl, 1946/2011, S. 20, 37, 317-318; 1947/1991, S. 21, 69, 151; 1972/2005, S. 19, 143, 227, 233, 239; 1975/1987, S. 11-12, 101, 136-137, 143-147, 149, 185; 1975/2005, S. 143, 239; 2002, S. 116-121, 147.

<sup>269</sup> Kurz / Hadinger, 1999, S. 3, 7.

<sup>270</sup> Erstmalige Begriffsverwendung in: Frankl, 1955, zitiert nach: Frankl / Kreuzer, 1986, S. 79, und nach Frankl, 2002, S. 267; vgl. auch: 1972/2005, z.B. S. 13, 20, 113; 1975/1987, z.B. S. 10-11, 101, 136-137; 1977/2011, S. 73, 75; 1985/2010, S. 141; 2002, z.B. S. 117-118, 250-251, 286; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, z.B. S. 31, 51.

<sup>271</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 117 (Fußnote 1).

<sup>272</sup> Frankl, 1948/2010, S. 85; 2002, S. 268.

<sup>273</sup> Frankl, 1977/2011 (gleichnamiger Buchtitel); 1985/2010, S. 47.

äußerlich gut geht: „Sie haben genug, *wovon* sie leben können, aber ihr Leben hat kein Wozu, eben keinen Sinn“<sup>274</sup> – nichts, *wofür* es sich zu leben lohnt. In Frankls Vorlesungen gaben auf Befragung circa 40% der Studenten in den deutschsprachigen Ländern an, Sinnlosigkeitsgefühle bereits erlebt zu haben, in den USA waren es – aufgrund des dort weit verbreiteten Reduktionismus, wie Frankl mutmaßt – 80%.<sup>275</sup> So führt Frankl nicht nur Alkoholismus, Drogenabhängigkeit sowie Kriminalismus und Terrorismus, sondern auch die Lebensmüdigkeit sowie die steigenden Selbsttötungsraten bei Intellektuellen und insbesondere gesunden, wirtschaftlich gut gestellten, gesellschaftlich engagierten und erfolgreichen Studenten auf erlebten Sinnmangel zurück.<sup>276</sup>

Maslows Bedürfnishierarchie, nach welcher Selbstverwirklichung<sup>277</sup> erst dann relevant wird, wenn grundlegende vitale und soziale Bedürfnisse auf vier niedrigeren diskreten Stufen befriedigt wurden<sup>278</sup>, steht Frankls Beobachtung im KZ entgegen: Die Befriedigung des Sicherheitsbedürfnisses etwa stellte dort keinesfalls eine notwendige Bedingung für die Präsenz der Frage nach dem Lebenssinn dar.<sup>279</sup> Die empirische Bestätigung der Hypothese der Existenz des Willens zum Sinn bei allen Menschen unabhängig von anderen Bedürfnissen sieht Frankl zudem in den Ergebnissen mehrerer Untersuchungen.<sup>280</sup> Aus logotherapeutischer Perspektive ist Aussagen wie „Die Frage ‚wozu lebe ich eigentlich?‘ [...] muß [sic!] man sich leisten können.“<sup>281</sup> und „Menschen, die nach oben wollen, haben Mittelkrisen, Menschen, die oben sind, haben Sinnkrisen.“<sup>282</sup> zu widersprechen.

Das existenzielle Vakuum, welches einen Verlust der Noodynamik darstellt, hält Frankl nicht nur in der Westlichen Welt für weit verbreitet. Auch in (ehemals) kommunistischen

---

<sup>274</sup> Frankl, 1975/2005, S. 43; vgl. auch 2002, S. 236.

<sup>275</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 285.

<sup>276</sup> Vgl. Frankl, 1972b; 1975/1987, S. 11-12; 1975/2005, S. 56; 1977/2011, S. 14-15, 111; 1985/2010, S. 16; 2002, S. 268, 286-287; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 80-83.

<sup>277</sup> Ein durch die „American Association of Humanistic Psychology“ ab Mitte des 20. Jahrhunderts populär gewordener Begriff, der bei Maslow durch kognitive Bedürfnisse – Wissen, Einsicht, Weisheit – sowie so genannte „ästhetische“ Bedürfnisse – Symmetrie, Kongruenz, Integration, Schönheit, Meditation, Kreativität, Harmonie – definiert ist.

<sup>278</sup> Vgl. Maslow, 1954/1978, S. 7.

<sup>279</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 60.

<sup>280</sup> Z.B. eine Studie von Kratochvil & Planova, unter anderem mit neurotischen und depressiven Patienten in der ehemaligen Tschechoslowakei, zitiert nach: Frankl, 1972/2005, S. 18 sowie nach Frankl, 1977/2011, S. 17-18.

<sup>281</sup> Kurz, 1995d, S. 638; vgl. auch S. 629.

<sup>282</sup> Schulze, 1992, S. 60.

Ländern und sogar bei der akademischen Jugend der Dritten Welt beobachtet er es.<sup>283</sup> Aufgabe der Logotherapie als einer Therapie vom Logos, vom Geistigen (siehe oben) wie auch „vom Sinn her“<sup>284</sup>, als einer sinnzentrierten Psychotherapie, ist es, zur „Auffüllung“ des existenziellen Vakuums beizutragen, den Sinnwillen zu mobilisieren.<sup>285</sup>

Die Ursachen des existenziellen Vakuums betrachtet Frankl zum einen darin, dass dem Menschen im Gegensatz zum Tier die Instinkte verloren gegangen sind, zum anderen fehlen ihm im Vergleich zu früher auch die Traditionen, an denen er sein Handeln orientieren könnte. Als Auswirkungen dieser Entwicklungen nennt Frankl erstens Konformismus – man will nur das, was die anderen tun; dies beobachtet er insbesondere im Westen; zweitens Totalitarismus: Man tut nur das, was die anderen von einem wollen – was sich tendenziell in der östlichen Welt zeigt.<sup>286</sup>

Als eine dritte – keinesfalls notwendige, lediglich fakultative – Folge intensiver Sinnlosigkeitsgefühle erkennt Frankl Neurotizismus<sup>287</sup>: die so genannte „noogene Neurose“<sup>288</sup> als neues, spezifisches Phänomen unserer Zeit. Es handelt sich dabei um eine Neurose „aus dem Geist“ – nicht etwa *im* Geist –, die krankhafte Auswirkung von Geistigem im Psychischen. Da das Geistige nicht erkranken kann<sup>289</sup>, spricht Frankl nicht von „Noosen“ oder „noetischen Neurosen“.<sup>290</sup> Noogene Neurosen bringen vor allem lähmende Interesse- und Initiativlosigkeit, allgemeine Unzufriedenheit mit dem Leben und das Gefühl eigener Wertlosigkeit hervor. Würde man die Symptome nach herkömmlicher psychiatrischer Klassifikation zuordnen, so spräche man von „reaktiver Depression“ und/oder „narzisstischer Störung“.<sup>291</sup> Von der Erkenntnis, dass seelische Vorgänge Ursache körperlicher Symptome sein können, muss die Psychotherapie Frankl

---

<sup>283</sup> Vgl. Klitzke, 1969, zitiert nach: Frankl, 1972/2005, S. 13/31 (Fußnote 3), 1975/1987, S. 11, sowie 1977/2011, S. 73; vgl. auch Frankl / Kreuzer, 1986, S. 29-30, 79.

<sup>284</sup> Frankl, 1975/2005, S. 25.

<sup>285</sup> Vgl. Frankl, 1977/2011, S. 79.

<sup>286</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 69; 1948/2010, S. 85; 1972/2005, S. 13, 112; 1975/1987, S. 11; 1975/2005, S. 12-13; 1985/2010, S. 16; 2002, S. 117; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 79.

<sup>287</sup> Bereits Jaspers, 1958, S. 56, traf die Unterscheidung zwischen nicht-krankhaften existenziellen Nöten und einer nur potenziell daraus entstehenden Neurose als Erkrankung.

<sup>288</sup> Erstmalige Begriffsverwendung in: Frankl, 1951, zitiert nach: Frankl, 1975/1987, S. 11, sowie nach Frankl / Kreuzer, 1986, S. 80; vgl. auch Frankl, 1975/1987, z.B. S. 48, 101, 185; 2002, S. 115, 120-121, 147-150.

<sup>289</sup> Vgl. Kapitel 2.5.2.

<sup>290</sup> Vgl. Frankl, 1975/1987, S. 48 (Fußnote 2), 147; 2002, S. 150; Längle plädiert dennoch für den Begriff „Nootherapie“, da Logotherapie im Geistigen ansetzt und von ihrem Wesen her keine Psychotherapie sei; vgl. Längle, 1995a, S. 8.

<sup>291</sup> Vgl. Kurz / Hadinger, 1999, S. 7-8.

zufolge jedoch noch einen Schritt weiter gehen, und zwar in Richtung des „vergessenen Geistes“, der geistigen Not des Menschen. Die noogene Neurose ist die pathologisch gewordene existenzielle Frustration.<sup>292</sup>

Im Gegensatz zur „gewöhnlichen“ Neurose als psychogener Erkrankung<sup>293</sup> entkeimt die noogene Neurose nicht seelischen Konflikten oder Komplexen.<sup>294</sup> Sie ist nicht psychodynamisch interpretierbar, sondern wurzelt in der geistigen Dimension. Ihre Manifestation erfolgt dagegen im Psychophysischen – sie ist entweder phänopsychisch oder bildet sowohl psychische als auch somatische Symptome aus. Da sie von noetischen Prozessen ausgelöst wird und sich in ihr existenzielle Probleme widerspiegeln, muss die Behandlung der noogenen Neurose auf das Geistige ausgerichtet sein. Nur vom Patienten selbst gefundener Sinn kann hier Heilung versprechen.<sup>295</sup>

Als weit verbreitete noogene Neurosen sieht Frankl die von ihm so genannte „Arbeitslosigkeitsneurose“<sup>296</sup> sowie die „Pensionierungskrise“<sup>297</sup>: Ohne eine Arbeit, auf die der Mensch sich ausrichten kann, erscheint ihm das Leben sinnentleert und er fühlt sich nutzlos. Als Folge entwickeln Viele psychosomatische Erkrankungen oder rapide eintretende Alterserscheinungen und fallen praktisch „in sich zusammen“. Ähnlich die „Sonntagsneurose“<sup>298</sup>, bei der man ebenfalls, wenn auch nur kurzzeitig, aus der alltäglichen Arbeitsroutine und Betriebsamkeit „herausfällt“ und einen der „Horror vacui“<sup>299</sup> – die Angst vor der inneren Leere, der Schrecken vor der Inhaltslosigkeit des eigenen Lebens –, einholt. Eine typische Reaktion ist zunächst die Flucht in den Wochenendbetrieb (Sport- und kulturelle Veranstaltungen, Nachtleben, Shopping et cetera). Langfristige Auswirkungen der Sonntagsneurose sind oftmals Depressionen und Suchterkrankungen. Die „Managerkrankheit“ (heute „Workoholismus“), die künstliche Beschleunigung des Lebens sowie Geld- und Machtgier interpretiert Frankl als

---

<sup>292</sup> Vgl. Lukas, 1986c, S. 175-188.

<sup>293</sup> Frankl unterscheidet „Organneurosen“ und „Psychoneurosen“, wobei beide psychisch verursacht sind, erstere jedoch somatische Symptome aufweisen, während letztere phänopsychisch sind.

<sup>294</sup> Eine rein somatogene, psychogene oder noogene Neurose gibt es nach Ansicht Frankls nicht, es handele sich vielmehr immer um Mischformen mit verschiedenen Ursache-Schwerpunkten; vgl. Frankl, 1975/1987, „Vorwort zur 1. Auflage“.

<sup>295</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, z.B. S. 37, 318; 1972/2005, z.B. S. 144-145; 1975/1987, S. 48-49, 101, 141-153; 1977/2011, S. 13.

<sup>296</sup> Frankl, 1946/2011, S. 169-179; 1977/2011, S. 76; 2002, S. 29.

<sup>297</sup> Frankl, 1985/2010, S. 17.

<sup>298</sup> Frankl, 1946/2011, S. 69, 170; 1975/1987, S. 137; 1977/2011, S. 33, 76-77; 1985/2010, S. 17, 159; 2002, S. 118.

<sup>299</sup> Frankl, 1946/2011, S. 69; 1972/2005, S. 46; 1977/2011, S. 77.

beispielhafte Erscheinungsformen der Frustration des Willens zum Sinn, als Masken des existenziellen Vakuums.<sup>300</sup>

Frankl schätzte auf der Grundlage empirischer Daten, dass bei lediglich rund 20% der Neurosen Wertkonflikte oder existenzielle Krisen zugrunde liegen.<sup>301</sup> Die existenzielle Frustration macht er nur dann als Auslöser einer noogen-neurotischen Störung verantwortlich, wenn zugleich eine entsprechende psychophysische Disposition vorliegt. Und nur in diesen Fällen ist eine „Logo-Therapie“ erforderlich, ansonsten müsste streng genommen von der Anwendung lediglich der „Logotherapie“<sup>302</sup> gesprochen werden.<sup>303</sup>

### 2.6.3 Fazit

Der Mensch ist „noodynamisch“: Es entspricht seinem geistigen Wesen und ist seine vorrangige Motivation, nach Sinn zu suchen. Existenzielle Krisen aufgrund der Frustration des Willens zum Sinn gehören zum Leben des Menschen, und Erfahrungen von Sinnlosigkeit und innerer Leere müssen nicht krankhaft sein. Lediglich die im Geistigen wurzelnde „noogene Neurose“ ist pathologisch.

---

<sup>300</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 169-178; 1947/1991, S. 22-26, 71; 1977/2011, S. 77-78; 2002, S. 118-119.

<sup>301</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 37; 1972/2005, S. 113, 120; 1975/2005, S. 13; 1985/2010, S. 143; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 25, 38, 80 (Fußnote); es handelt sich bei der Prozentangabe nicht um einen exakt errechneten Wert, sondern es geht Frankl um die prinzipielle Aussage, dass es noogene wie auch andere Neurosen gibt; Lukas (1972/2005, S. 232-233) kam – aus ihrer Sicht auffallend übereinstimmend – zu dem Ergebnis, dass circa 20% der von ihr befragten österreichischen Passanten unter Sinnlosigkeit leiden.

<sup>302</sup> Frankl, 2002, S. 237, 250, 282.

<sup>303</sup> Vgl. Frankl, 1975/1987, S. 146-147; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 33; Böschmeyer, 1995a, S. 357, unterscheidet zwischen Logotherapie (bei noogenen Neurosen) und „existenzieller Beratung“ (bei fakultativ pathogener existenzieller Frustration).

## 2.7 Sinnfindung und Selbstverwirklichung

Es soll geklärt werden, was genau aus logotherapeutischer Sicht unter „Sinn“ verstanden wird, wie Sinnfindung möglich werden kann und inwiefern sich der Ansatz Frankls von humanistischen Selbstverwirklichungsmodellen unterscheidet.

### 2.7.1 Die Allgegenwärtigkeit des Sinns

Nach logotherapeutischem Verständnis muss jeder Mensch sich selbst „be-sinn-en“<sup>304</sup>: Sinn kann weder von außen vorgegeben werden – dies wäre Moralisieren, dessen sich die Logotherapie explizit enthalten will – noch kann er erzeugt oder erfunden, das heißt willkürlich gesetzt, werden. Jede Person muss „ihren“ Sinn selbst finden, und er *kann* auch gefunden werden: In jeder – einmaligen wie auch einzigartigen – Lebenssituation ist a priori gleichermaßen einmaliger wie einzigartiger Sinn verborgen, der nur noch vom Menschen aufgespürt zu werden braucht.<sup>305</sup> So wie Durst der „Beweis“ für die Existenz von Wasser ist<sup>306</sup>, so sieht Frankl das Leiden an Sinnlosigkeitsgefühlen als sicheren Hinweis auf das menschliche Sinnbedürfnis, den tief im Menschen verankerten Willen zum Sinn – und darin wiederum die Bestätigung für eine tatsächlich vorhandene Entsprechung des Sinns in der Wirklichkeit.<sup>307</sup>

Bei der Sinnsuche hilft dem Menschen eine Art „geistiges Navigationssystem“: Sein Gewissen, nach Frankl das der existenziellen menschlichen Grundsubstanz zugehörige „Sinn-Organ“<sup>308</sup>, das nicht synonym ist mit dem erzieherisch und kulturell beeinflussten ethischen Bewusstsein. Vielmehr ist das Gewissen der reflektierten Moral und Logik „vorgeschaltet“ und wirkt insofern irrational, als es dem unbewussten Geistigen entspringt.

---

<sup>304</sup> Frankl, 1977/2011, S. 33.

<sup>305</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 88, 118; 1947/1991, S. 29; 1948/2010, S. 68-69, 86; 1972/2005, S. 25; 1975/1987, S. 15; 1975/2005, S. 58; 1986, S. 84; 2002, S. 100 (Fußnote 1); 2006, S. 203.

<sup>306</sup> Vgl. Werfel, 1994.

<sup>307</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 68-69; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 36-37.

<sup>308</sup> Frankl, 1946/2011, S. 87; 1947/1991, S. 29; 1948/2010, S. 71; 1975/1987, S. 15; 1975/2005, S. 15, 58; 2002, S. 286; vgl. auch Lukas, 1986c, S. 41-45; Ähnlichkeiten bestehen zum „moralischen Organ“ in Hartmanns „Ethik“, vgl. Kreitmair, 1995, S. 132; Längle spricht von der „inneren Resonanzfähigkeit“ des Menschen, vgl. Längle, 1988b, S. 11.

Aufgrund seines „präreflexiven ontologischen Selbstverständnisses“<sup>309</sup>, seiner „Herzensweisheit“<sup>310</sup>, ist dem Menschen ein mehr oder weniger bewusstes Verständnis des eigenen Wesens quasi angeboren: Er „weiß“ im Grunde genommen immer schon um seine existenziellen Ressourcen der geistigen Dimension sowie die Sinnhaftigkeit und Aufgegebenheit des Lebens. Er wird intuitiv, ethisch instinktiv zu Sinnmöglichkeiten hingeleitet, welche die jeweilige Situation für ihn persönlich „bereithält“.<sup>311</sup> Die individuelle Sinnfrage ist also nicht notwendig an ein bewusstes Reflektieren und dafür erforderliche Kompetenzen gebunden. Sinnvolles Leben entspringt vielmehr meist „ganz von selbst“, aus einem spontanen Empfinden hinsichtlich der „Richtigkeit“ des eigenen Tuns heraus.

Karl Dienelt, der die Logotherapie und Existenzanalyse auf pädagogische Fragestellungen überträgt, geht davon aus, dass das Gewissen sich während der jugendlichen Reifezeit entwickelt und damit in dieser Entwicklungsphase „Sinnerfassen“ möglich wird.<sup>312</sup>

Der „Sinn im Leben“ ist Frankl zufolge immer etwas objektiv Vorhandenes<sup>313</sup>, jedoch Situationspezifisches, „Relatives“: „Wann immer in der Logotherapie von Sinn die Rede ist, [ist] der konkrete Sinn gemeint [...], der sich in der konkreten Situation verbirgt, mit der eine konkrete Person konfrontiert ist“<sup>314</sup> – und nur auf diesen kann sich der (logotherapeutisch unterstützte) Sinnfindungsprozess beziehen. Aus dieser Perspektive ist Sinn als die bestmögliche individuelle und situative Entscheidung definiert. So relativ und subjektiv der Sinn einerseits ist, so „absolut“ und transsubjektiv ist er auf der anderen Seite: In jeder Situation kann das Individuum nur eine einzige, „richtige“ Aufgabe haben, den einen „wahren“ Sinn aus ihr „herauslesen“. Auf jeden Menschen „wartet“ jeden Tag, in jedem einzelnen Augenblick seines Lebens, ein exklusiver, personaler Sinn darauf,

---

<sup>309</sup> Frankl, 1947/1991, S. 30; 1948/2010, S. 75, 83, 86-87; 1975/1987, S. 16; 2002, S. 251, 266, 270; Frankl / Kreuzer, 1986, S. 85; vgl. Schelers „apriorische Strukturiertheit der Wertintentionalitäten“ (Scheler, 1913a, zitiert nach Kreitmeir, 1995, S. 111-112).

<sup>310</sup> Der Begriff „logique de la coeur“ stammt von Blaise Pascal (1623-1662), auf dessen Lehre auch Schelers Philosophie Bezug nimmt; vgl. Kreitmeir, 1995, S. 112; vgl. „Wertfühlen“, Kapitel 2.10.1.

<sup>311</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 23-26; 1985/2010, S. 66-69, 156; 2002, S. 77; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 43, 85.

<sup>312</sup> Vgl. Dienelt, 1974, S. 102.

<sup>313</sup> Vgl. „Selbstwerte“ bei Scheler als objektive, hierarchisch geordnete Wesenheiten; der wohl schärfste Kritiker Frankls, der Schriftsteller und Kulturphilosoph Günther Anders (1902-1992), kritisierte vor allem diesen „Sinnobjektivismus“.

<sup>314</sup> Frankl, 1975/2005, S. 57; vgl. auch 1948/2010, S. 85.

erfüllt zu werden. Keine Lebenssituation ist sinnlos, Sinn ist allgegenwärtig.<sup>315</sup> „Sinnverlust“ heißt im logotherapeutischen Sinne daher nicht, dass kein mehr Sinn vorhanden ist, sondern dass individuelle Möglichkeiten der Sinnverwirklichung nicht erkannt werden – so, wie die Sonne auch dann noch strahlt, wenn sie hinter einer Wolke für uns unsichtbar ist.

Dabei darf Sinn nicht mit einem bloßen *Sinngefühl* verwechselt werden, welches zum Beispiel durch Drogen wie LSD hervorgerufen werden kann. Dieses subjektive Sinnerlebnis wird ersatzweise angestrebt, wenn der Sinn im realen Leben nicht „enträtselt“ werden kann. Es kann zwar selbst erzeugt werden, führt aber paradoxerweise vom wahren Sinn weg: In der Flucht vor Sinnlosigkeitsgefühlen wächst mit jedem Schritt die Entfernung von den tatsächlichen Möglichkeiten der Sinnerfüllung im realen Leben.<sup>316</sup>

Frankl schließt nicht aus, dass es auch einen übergeordneten und umfassenden Sinn des Lebens gibt, der jedoch nur erfüllt werden kann, indem die jeweiligen Sinn-Forderungen der einzelnen Situationen „ent-deckt“ und verwirklicht werden. In Anlehnung an Max Wertheimers „Gestaltwahrnehmung“<sup>317</sup> spricht Frankl von der „Entdeckung einer Möglichkeit vor dem Hintergrund der Wirklichkeit“<sup>318</sup>. Das „Sinnganze“<sup>319</sup> als globales Phänomen, als Sinn des „Großen und Ganzen“, ist für den Menschen aufgrund seiner Gebundenheit an Raum und Zeit nicht überschaubar, rational „un-fassbar“, intellektuell nicht greifbar – und schon gar nicht wissenschaftlich zugänglich. Wir können die unserer Umwelt übergeordnete Welt nicht verstehen, die „Motive Gottes“ nicht nachvollziehen – vergleichbar der Perspektive eines Affen, der vom Menschen für medizinische Experimente benutzt wird und sein Leiden nicht begreifen kann, da er nicht imstande ist, in die menschliche Welt zu blicken.<sup>320</sup> So wie wir den Sinn eines Film erst an dessen Ende verstehen können – vorausgesetzt, wir haben den Sinn der einzelnen Szenen begriffen,

---

<sup>315</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 87-88; 1948/2010, S. 69, 85-86; 1977/2011, S. 30; 1985/2010, S. 157; 2002, S. 251, 271; vgl. Pongratz, 1973, S. 182.

<sup>316</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 69-70; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 45.

<sup>317</sup> Zitiert nach: Frankl, 1947/1991, S. 29; 1972/2005, S. 24; 1975/1987, S. 16; 1975/2005, S. 58; 1985/2010, S. 155; 2002, S. 269; Frankl / Kreuzer, 1986, S. 85; vgl. auch Frankl, 1948/2010, S. 86.

<sup>318</sup> Frankl, 1975/2005, S. 58; 1985/2010, S. 155; vgl. auch 1947/1991, S. 29-30; 1948/2010, S. 86; 1975/1987, S. 16.

<sup>319</sup> Frankl, 1975/2005, S. 16.

<sup>320</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 62, 88-93; 1975/2005, S. 39; vgl. These 9 der *Zehn Thesen über die Person*, in: Frankl, 1946/2011, S. 338-339, sowie 1972/2005, S. 93-94.

aus denen er sich zusammensetzt –, so kann der von Frankl so genannte „Übersinn“<sup>321</sup> (nicht im Sinne von „übersinnlich“ gemeint<sup>322</sup>) nicht schon im Leben erfahren werden. Dies wäre theoretisch allenfalls im Nachhinein, das heißt nach dem Ableben eines Menschen möglich, da sich der „Gesamtsinn“ aus allen „Situationssinnen“<sup>323</sup> (dem „Situationswert“ Schelers<sup>324</sup> entlehnt) eines Menschenlebens bildet. Sinnerfüllung beschränkt sich damit auf fragmentarische „Teilsinnerfahrungen“<sup>325</sup>, in deren Hintergrund jedoch ein höherer Sinn „aufscheinen“ kann.<sup>326</sup>

Frankl ist der Überzeugung, dass jeder Mensch zumindest unbewusst an einen „Sinn des Weltganzen“<sup>327</sup> glaubt, eine Ahnung davon hat, ein Vorwissen darum. Jedoch lässt sich der Sinn des Lebens an sich nicht hinterfragen: Indem man dies tut, setzt man auch schon voraus, dass er existiert.<sup>328</sup> Auch Otto Zsok, Direktor des Süddeutschen Instituts für Logotherapie und Existenzanalyse, weist darauf hin, dass die Sinnfrage immer bereits das Sein des Sinns bestätigt. Der Behauptung, es gäbe keinen Sinn, wird vom Sprecher selbst eine Bedeutung, ein Sinn zugeschrieben – sie widerspricht sich somit selbst und hebt sich auf.<sup>329</sup>

Höchstens kann man darauf vertrauen, dass es diesen „Totalsinn“ des Lebens<sup>330</sup> gibt, und dies hieße in der Logotherapie, religiös zu sein: Religion definiert Frankl als die „Radikalisierung des ‚Willens zum Sinn‘“<sup>331</sup>, die „Erfüllung eines ‚Willens zum letzten Sinn‘“<sup>332</sup>. Da der Übersinn weder „denk-bar“ noch beweisbar ist, weiß kein Mensch – nicht einmal im Sterben – ob sein Gewissen ihn nicht getäuscht hat und das „Sinn-Organ“ eines Anderen vielleicht eher „recht hatte“. Dies erfordert vom Einzelnen erstens eine

---

<sup>321</sup> Frankl, 1946/2011, S. 72, 75; 1948/2010, S. 62, 64, 92, 100; 1949, S. 75, 77; 1972/2005, S. 94, 214; 1975/2005, S. 38, 123, 201-202; 1977/2011, S. 89, 95-96; 1985/2010, S. 75, 274-275; 2002, S. 82, 140-142, 275; Frankl / Kreuzer, 1986, S. 40.

<sup>322</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 123; 1985/2010, S. 268; Parallelen bestehen zur „galaktischen Perspektive“ bei Camus (1955), zum „Sinn *im* Leben“ versus „Sinn *des* Lebens“ bei Adler (1933/1973) und Baumeister (1991) sowie zu „irdischem“ und „kosmischem“ Sinn bei Yalom (2010).

<sup>323</sup> Frankl, 1975/2005, S. 16.

<sup>324</sup> Zitiert nach: Frankl, 1946/2011, S. 102; 1948/2010, S. 24; 1985/2010, S. 67; 2006, S. 201; Biller, 1995c, S. 111.

<sup>325</sup> Zsok, 1995, S. 198.

<sup>326</sup> Zur Kritik an der Frankl'schen Konstruktion „Übersinn“ vgl. Biller, 1995a.

<sup>327</sup> Frankl, 1985/2010, S. 268.

<sup>328</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 340; 1948/2010, S. 47, 63.

<sup>329</sup> Vgl. Zsok, 1995, S. 181-183.

<sup>330</sup> Biller, 1995a, S. 158.

<sup>331</sup> Frankl, 1972/2005, S. 214.

<sup>332</sup> Frankl, 1948/2010, S. 98; vgl. auch 1946/2011, S. 341 (Fußnote 5), sowie 1948/2010, S. 64.

existenzielle Entscheidung „nach bestem Wissen und Gewissen“, den Glauben an den eigenen entschlüsselten Sinn, das Vertrauen auf die „innere Stimme“ – und zweitens Toleranz gegenüber dem Sinn glauben – einschließlich Theismus beziehungsweise Atheismus – der Mitmenschen.<sup>333</sup>

Die Frage nach *dem* Sinn des Lebens ist aus existenzanalytischer Sicht daher ähnlich sinnlos wie die Frage nach *dem* besten Schachzug. Auf beide Fragen gibt es keine generelle Antwort, diese ist immer abhängig sowohl von der jeweiligen Person – beziehungsweise dem Spieler und seiner Persönlichkeit, individuellen Erfahrungen, Kenntnissen, Fähigkeiten, dem jeweiligen Spielstil und so weiter –, als auch von der Lebenssituation respektive Spielkonstellation und den äußeren Konditionen.<sup>334</sup>

## 2.7.2 Die Kopernikanische Wende

Den allgemein gültigen Lebenssinn können wir also nicht erfragen. Die Annahme, dass einen das Leben „bedient“ und Antworten „serviert“, ist die Grundhaltung des Neurotikers. Auf Fragen wie „Warum ist mein Kind verunglückt?“, „Warum ist ausgerechnet mein Mann ein Alkoholiker?“, „Warum nur habe ich diese Behinderung?“ oder „Warum gibt es so viel Böses auf der Welt?“ erhalten wir keine Antworten. Vielmehr müssen wir uns im Sinne der von Frankl so genannten „kopernikanischen Wende (Wendung)“<sup>335</sup> selbst als Befragte verstehen, denen das Leben seinerseits Fragen stellt – in Form von Tatsachen, vor die es uns stellt. So wird der Eine vom Leben gefragt: „Wie gehst du damit um, dass dein Kind verunglückt ist?“, eine Andere erhält die Frage: „Was tust du jetzt, wo dein Mann zum Alkoholiker geworden ist?“, den Nächsten fragt das Schicksal: „Was machst du aus deinem Handicap?“, und den Übernächsten: „Was kannst du tun, um die Welt ein wenig besser zu machen?“. Auf diese Fragen heißt es zu antworten, und zwar aktiv und konkret, durch Taten – die wir zu „ver-antworten“ (lat. *respondere*) haben: „Wir müssen lernen und die verzweifelnden Menschen lehren, *daß [sic!] es eigentlich nie und nimmer darauf ankommt, was wir vom Leben noch zu erwarten haben, vielmehr lediglich darauf: was das*

---

<sup>333</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 71-72, 88-89; 2006, S. 153, 206.

<sup>334</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 294; 2006, S. 163.

<sup>335</sup> Frankl, 1977/2009, S. 117; 2002, S. 141, 209, 295; 2006, S. 107, 162, 203, 247; analog der „Kopernikanischen Wendung“ als Ablösung des geschlossenen geozentrischen durch das offene und dynamische heliozentrische Weltbild des Nikolaus Kopernikus (1473-1543) zu Beginn der Neuzeit und der damit verbundenen grundlegend neuen Weltsicht; der Begriff wurde durch die Transzendentalphilosophie Immanuel Kants (1724-1804) geprägt.

*Leben von uns erwartet!* [...] Leben heißt letztlich eben nichts anderes als: Verantwortung tragen für die rechte Beantwortung der Lebensfragen, für die Erfüllung der Aufgaben, die jedem Einzelnen das Leben stellt, für die Erfüllung der Forderung der Stunde.<sup>336</sup> Alles, was wir tun – und auch, was wir *nicht* tun – ist in diesem Sinne eine Erwidern unserer Wahl. Auch die Frage nach dem letzten Sinn haben wir zu beantworten. Intellektuell ist uns dies nicht möglich, jedoch *existenziell*: Wir antworten mit unserem Dasein.<sup>337</sup>

Die Fragen gehen dem Leben nie aus, und ein sinnvolles Leben bedeutet eines „voller Aufgaben“<sup>338</sup>. Zu diesen Aufgaben möchte die Existenzanalyse den Menschen hinführen. Ein religiöser Mensch nimmt dabei nicht nur den Aufgaben- und gleichzeitigen Antwortcharakter des Lebens wahr, sondern zusätzlich eine Instanz, welche die Lebensaufgaben als Aufträge an ihn erteilt, sie ihm „zuflüstert“, wie ein Souffleur „einsagt“. Die Antworten auf die Fragen des Lebens kommen beim religiösen wie beim nicht religiösen Menschen gleichermaßen aus dem Gewissen (siehe oben). Der Irreligiöse bleibt auf seiner Sinnsuche jedoch früher stehen, da er es im Gegensatz zum Religiösen nicht wagt, das Gewissen zu hinterfragen.<sup>339</sup>

So befasst sich die Logotherapie mit Gläubigkeit im Sinne eines weiter gefassten Sinn Glaubens. Frankl war gläubig, machte daraus kein Geheimnis und zeigte auch großen Respekt vor der Religiosität von Patienten.<sup>340</sup> In seiner philosophischen Dissertation wie auch in vielen seiner Bücher befasste er sich mit der Problematik des Grenzgebietes zwischen Psychotherapie und Religion, dem Verhältnis zwischen Logotherapie und Theologie, Sinn- und Gottesfrage.<sup>341</sup> Er postuliert eine im geistigen Unbewussten enthaltene „unbewussten Religiosität“ und einen „unbewussten Gott“<sup>342</sup> als im Menschen immanent angelegte Transzendenz. Frankls Menschenbild ist jüdisch geprägt.<sup>343</sup> Er setzt

---

<sup>336</sup> Frankl, 1977/2009, S. 117-118; vgl. auch: 1946/2011, S. 155; 1947/1991, S. 73; 1948/2010, S. 13, 71, 73-75, 86; 1975/1987, S. 13-14, 16 (Fußnote 3); 2002, S. 21; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 43-44; vgl. Pongratz, 1973, S. 183; der Ausdruck „Forderung der Stunde“ geht auf Scheler zurück, vgl. Frings, 1991, Seite XI.

<sup>337</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 26; 2006, S. 162-163; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 16, 33.

<sup>338</sup> Frankl, 1948/2010, S. 73.

<sup>339</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 107-108; 1948/2010, S. 41-42; 2006, S. 152-153, 203-207.

<sup>340</sup> Vgl. Längle, 1998, 180-185; vgl. Raskob, 2005, S. 345.

<sup>341</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 253-269; 1948/2010, S. 46-66, 82-99; 1972/2005, S. 219-241; 1977/2011, S. 91-97; 1985/2010, S. 73-76; 2002, S. 127-130, 139-146, 265-282; vgl. Tillich, 1961, S. 8: „Religiös sein heißt, leidenschaftlich die Frage nach dem Sinn unserer Existenz zu stellen.“

<sup>342</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 295; 1948/2010, 46-54, 61; 1972/2005, S. 92.

<sup>343</sup> Vgl. Böschmeyer, 1979, S. 301; vgl. Nurmela, 2006, S. 71.

sich mit der Existenzanalyse des „homo religiosus“ auseinander<sup>344</sup>, und in seinen Texten und Vorträgen zitiert er öfters aus der Bibel (vor allem dem Alten Testament).<sup>345</sup> Papst Paul VI. würdigte die Bedeutung der Logotherapie für die katholische Kirche<sup>346</sup>, und die logotherapeutischen Aussagen zum „leidenden Menschen“ wurden mit der Passionsgeschichte in den christlichen Evangelien assoziiert.<sup>347</sup> Frankls Position wird von manchen Autoren als eine zwischen dem existenzialistischen und einem (spirituell-) religiösen Standpunkt vermittelnde interpretiert.<sup>348</sup> Insbesondere im deutschsprachigen Raum haben einige Theologen, Religionspsychologen/-pädagogen und Logotherapeuten – vor allem Wolfram Kurz<sup>349</sup>, Uwe Böschmeyer<sup>350</sup>, Bernhard Grom<sup>351</sup>, Karl-Heinz Röhlin<sup>352</sup>, Rolf Kühn<sup>353</sup> und Franz Sedlak<sup>354</sup> – existenzanalytisch-logotherapeutisches Denken theologisch reflektiert, Analogien zwischen Logotherapie und kirchlicher Seelsorge aufgezeigt und Verbindungen zwischen religiöser und sinnorientierter Erziehung hergestellt.<sup>355</sup> An englischsprachigen, in dieselbe Richtung zielende Autoren sind Aaron Ungersma<sup>356</sup>, Robert Leslie<sup>357</sup> und Donald Tweedie<sup>358</sup> hervorzuheben.<sup>359</sup>

Nachdrücklich muss jedoch gesagt werden, dass es nicht Frankls Anliegen war, vom religiösen Glauben zu überzeugen, da er Logotherapie und Religion nicht miteinander vermengen wollte: „Für Frankl ist der Mensch nicht essentiell Gottsucher, sondern – religiös indifferent – Sinnsucher.“<sup>360</sup> Weder ist Religion in der Logotherapie etwas Negatives, was zu überwinden wäre (wie bei Freud), noch sieht Frankl Neurosen durch

---

<sup>344</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 53-62; 1985/2010, S. 269.

<sup>345</sup> Vgl. Raban, 1989, S. 22; Nurmela, 2006, S. 70, zählt 46 Zitate Frankls aus dem Alten Testament und sechs aus dem Neuen Testament.

<sup>346</sup> Vgl. Frankl, 2011, S. 102.

<sup>347</sup> Vgl. Kurz, 1991c, S. 24; 1992, S. 78-94; vgl. Nurmela, 2006, S. 70.

<sup>348</sup> Vgl. Hauser, 2004, S. 11.

<sup>349</sup> Vgl. Kurz, 1987; 1991a; 1992; 1995c; 1995d.

<sup>350</sup> Vgl. Böschmeyer, 1979; 1988.

<sup>351</sup> Vgl. Grom, 1987.

<sup>352</sup> Vgl. Röhlin, 1987; 1988.

<sup>353</sup> Vgl. Kühn, 1991.

<sup>354</sup> Vgl. Lukas / Sedlak, 1991.

<sup>355</sup> Vgl. Kreitmair, 1995, S. 263-268.

<sup>356</sup> Vgl. Ungersma, 1961.

<sup>357</sup> Vgl. Leslie, 1965.

<sup>358</sup> Vgl. Tweedie, 1963, 1972.

<sup>359</sup> Vgl. Kreitmair, 1995, S. 265-266; vgl. auch Steger / Frazier, 2005.

<sup>360</sup> Henckmann, 2005, S. 159; vgl. auch Batthyány, 2008a, S. 18, sowie Längle, 1998, S. 180-202; der Frankl'sche Sinnbegriff wurde im Hinblick auf die Rolle des göttlichen Glaubens jedoch kontrovers interpretiert und diskutiert; vgl. z.B. Längle, 1995b; 1995c; vgl. Yalom, 2010b, S. 511; Frankl wurde impliziter Theologismus vorgeworfen, und der Berliner Individualpsychologe Josef Rattner bezeichnete Frankl gar als „Wiener Theologie-Propagandisten“, vgl. Rattner, 1979, S. 248.

den Verlust von Religion verursacht (wie bei C. G. Jung). Die Logotherapie setzt keinen Glauben als therapeutisches Mittel ein, und sie setzt auch keinen voraus. Religion ist für die Logotherapie als säkulare Theorie kein Standort, lediglich ein zu betrachtender Gegenstand.<sup>361</sup> Das Ziel der Religion besteht im Seelenheil, das der Psychotherapie in seelischer Heilung – gegenseitige Unterstützung ist möglich.<sup>362</sup> Der religiöse Mensch findet nach Ansicht Frankls tendenziell leichter Sinn als der irreligiöse – die Logotherapie kann und muss jedoch beiden helfen<sup>363</sup>: Sie muss „die Sinnfrage diesseits der Aufgabelung einerseits in die theistische und andererseits in die atheistische Weltanschauung beantworten.“<sup>364</sup>

Das – aus Sicht der Logotherapie-„Kennerin“ Hedwig Raskob<sup>365</sup> traditionelle, Über-Ich-geprägte und patriarchal-autoritäre – Religionsverständnis Frankls wurde von verschiedenen Seiten als problematisch betrachtet: Die psychotherapeutische Fachwelt kritisierte, dass die in der Logotherapie postulierte weltanschaulich-religiöse Neutralität nicht mit dem Frankl'schen Menschenbild zu vereinbaren sei, welches „nicht nur transzendente Züge aufweist, sondern auch Züge einer bestimmten religiösen Gläubigkeit, die nicht zum universalen Anspruch passt.“<sup>366</sup> Von manchen Kritikern wurde Frankl als prophetisch und missionarisch wahrgenommen.<sup>367</sup> Kirchliche Kreise und Theologen dagegen, die sich einerseits in der Logotherapie und Existenzanalyse besonders wiederfinden, bemängelten andererseits die fehlende Konsequenz in der religiösen Ausrichtung der Logotherapie.<sup>368</sup>

Ungeachtet des Glaubens betrachtet Frankl die Rückbesinnung auf den Logos und das „Aufrütteln“ des Gewissens, dessen Sensibilisierung und Schärfung, als Aufgabe der Erziehung: Der Mensch muss befähigt werden, in jeder Situation seines Lebens den jeweils immanenten Sinn zu entschlüsseln – womit er zugleich resistent wird gegen die oben genannten Auswirkungen des existenziellen Vakuums, Konformismus und Totalitarismus. Nur wenn wir wissen, was uns wesentlich, für unser Wesen wichtig ist,

---

<sup>361</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 294; 1985/2010, S. 73; vgl. Längle, 1998, S. 274.

<sup>362</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 293-297; 1948/2010, S. 60-61, 67-68; 1972/2005, S. 62-65;

<sup>363</sup> Vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 14, 38.

<sup>364</sup> Frankl, 1946/2011, S. 340; 1972/2005, S. 94 (in These 10 der *Zehn Thesen über die Person*).

<sup>365</sup> Vgl. Raskob, 20005, S. 353, 366-367; zur umfassenden Darstellung und kritischen Bewertung des Themas „Religion in der Logotherapie und Existenzanalyse“ vgl. S. 339-371.

<sup>366</sup> Raskob, 2005, S. 341.

<sup>367</sup> Vgl. Weisskopf-Joelson, 1975, S. 240; vgl. Spiegelberg, 1985, S. 55; vgl. Kreitmeir, 1995, S. 28.

<sup>368</sup> Vgl. Tweedie, 1963; 1972.

was Sinn für uns macht, können wir uns gelassen der Reizüberflutung stellen, „geistloses“ Konsumieren verweigern und stattdessen intentional selektieren.<sup>369</sup>

Pircher-Friedrich, die logotherapeutische Aussagen in ein betriebswirtschaftliches Führungsmodell integriert hat, hält außer dem IQ (kognitive Intelligenz) und dem EQ (emotionale Intelligenz) für Mitarbeiter und Führungskräfte auch einen SQ, das heißt „spirituelle Intelligenz“ in der geistigen Dimension, ein Gespür für Sinn und Werte, für erforderlich – als Handlungsorientierung und Grundlage für den effektiven Gebrauch von IQ und EQ. Eine Sinn-Vision zu haben und diese in sinnvolle Führung umzusetzen, ist nach Pircher-Friedrich der einzige Weg zu nachhaltigem Erfolg.<sup>370</sup>

Im Gegensatz zum Konzept der Selbstverwirklichung ist Sinn entsprechend der kopernikanischen Wende nichts, was bloßer Ausdruck „meiner selbst“ ist, sondern vielmehr „aus der Welt heraus“ an den Menschen „herangetragen“<sup>371</sup> wird. Frankl kritisiert hier die Humanistische Psychologie seiner Zeit und grenzt sich von ihr ab: Wie die Lust und das Glück kann die Selbstverwirklichung nicht auf direktem Wege angesteuert werden, sondern stellt sich erst als Epiphänomen, als Begleiterscheinung der Sinnerfüllung und deren „affektive[r] Nachhall“<sup>372</sup> ein. Die Existenzanalyse betrachtet das „Selbst“, anders als die Humanistische Psychologie, als die „geistige Person“.<sup>373</sup> In dem Ausmaß, in welchem ein Mensch Sinn verwirklicht – indem er sich selbst „transzendiert“<sup>374</sup> –, verwirklicht er auch sich selbst, entfaltet er sein Selbst. Hat er den Sinn seiner Existenz aufgefunden, hat er gleichzeitig zu sich selbst gefunden: „Wenn ich ich selbst werden will, [...] so führt der Weg über die Welt.“<sup>375</sup>

Wolfram Kurz betrachtet den Willen zum Sinn als Basis aller Grundbedürfnisse des Menschen, zu denen auch das Bedürfnis nach Selbstverwirklichung gehört.<sup>376</sup>

---

<sup>369</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 74; 1972/2005, S. 25; 1975/2005, S. 16, 171; 1985/2010, S. 59; Frankls Konzept der „Selbsttranszendenz“ (vgl. Kapitel 2.8.1) wurde von Husserls „Intentionalität geistiger Akte“ beeinflusst; „Intentionalität“ steht in der Phänomenologie für den Akt der aktiven Selektion von Reizquellen und die Hinwendung zu ausgewählten Gegebenheiten der Welt; der Begriff wurde zunächst über lange Zeit hinweg ausschließlich in der Logotherapie verwendet, später auch in der Kognitiven Therapie; vgl. Titze, 1988, S. 29-31 .

<sup>370</sup> Vgl. Pircher-Friedrich, 2001, S. 143-144, 152; 2005, S. 119, 124.

<sup>371</sup> Frankl, 1975/2005, S. 28.

<sup>372</sup> Kurz / Hadinger, 1999, S. 21.

<sup>373</sup> Vgl. Kreitmeir, 1995, S. 72.

<sup>374</sup> Vgl. Kapitel 2.8.1.

<sup>375</sup> Frankl, 2002, S. 103.

<sup>376</sup> Vgl. Kurz, 2011, S. 28-29; vgl. Becker, 1995, S. 87, 94.

Selbstaktualisierung als Selbstzweck wird aus logotherapeutischer Sicht nur von *dem* Menschen angestrebt, der Sinnerfüllung im Leben verfehlt hat. Menschliche Existenz, die sich nicht auf den in der Welt liegenden, auf sie wartenden Sinn ausrichtet, muss jedoch scheitern und sich selbst verfehlen.<sup>377</sup> Maslow stimmt zu: „My experience agrees with Frankl's that people who seek self-actualization directly [...] don't, in fact, achieve it [...] those people in our society selected out as self-actualizing practically always have a mission in life, a task which they love and have identified with.“<sup>378</sup>

So kann man sich beispielsweise nicht allein dadurch selbstverwirklichen, dass man einen bestimmten Beruf wählt und darin etwa viel Einfluss oder Entscheidungskompetenz hat. Vielmehr kommt es bei jeder beruflichen Tätigkeit und an jedem Arbeitsplatz darauf an, auf welche Art und Weise ein Mensch die Aufgabe erfüllt, das heißt, wie er über seine beruflichen Pflichten hinaus seine Persönlichkeit und spezifischen Fähigkeiten einbringt, wie er mit Problemen und Konflikten umgeht, wie er die Zusammenarbeit und insgesamt die Kontakte mit anderen Menschen gestaltet, welche individuellen Werte<sup>379</sup> er dadurch verwirklicht. Indem man sich menschlich unersetzbar macht, kann man in jedem Beruf Erfüllung finden.<sup>380</sup> Auch die Ehe, die Familie, ein Verein und jede andere Gemeinschaft ermöglichen es jedem Menschen, „seine“ Rolle individuell auszugestalten und seinen ganz persönlichen Beitrag zu leisten.

Auch die Tatsache, dass das Leben vergänglich ist, heißt nicht, dass es sinnlos ist. Im Gegenteil: Sinnmöglichkeiten, die in die Vergangenheit „hineingerettet“ wurden, sind ein für alle Mal sicher darin geborgen, in ihr verewigt: „Sobald wir diese Möglichkeiten [...] verwirklicht haben, sind sie nicht mehr ‚vergänglich‘, vielmehr sind sie ‚vergangen‘, sie *sind* vergangen – und das will heißen: Eben in ihrem Vergangensein ‚sind‘ sie.“<sup>381</sup> Die

---

<sup>377</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 66; 1972/2005, S. 171-183 (*Kritik der reinen Begegnung. Wie humanistisch ist die Humanistische Psychologie?*); 1975/2005, S. 28; 1977/2011, S. 19; 1985/2010, S. 34-43; 2002, S. 104.

<sup>378</sup> „Meine Erfahrung stimmt mit der Frankls überein, dass Menschen, die direkt nach Selbstverwirklichung suchen [...], sie in Wirklichkeit nicht finden [...]. Jene Menschen unserer Gesellschaft, die sich selbstverwirklichen, haben immer eine Mission, eine Aufgabe, die sie lieben und mit der sie sich identifizieren.“ (Maslow, 1966, S. 109; Übersetzung der Verfasserin).

<sup>379</sup> Vgl. Kapitel 2.10.

<sup>380</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 166-168; 2006, S. 164.

<sup>381</sup> Frankl, 1972/2005, S. 43; vgl. 1946/2011, S. 102, 121, 133-134; 1947/1991, S. 26, 73; 1948/2010, S. 80; 1949, S. 87; 1972/2005, S. 41-48, 211; 1975/1987, S. 14, 142-145; 1975/2005, S. 29-30, 37-38, 136; 1985/2010, S. 78-79, 98, 106, 175, 252-255, 259-260; 2005, S. 185; 2006, z.B. S. 20, 151, 170, 187, 202; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 56-57; vgl. Pongratz, 1973, S. 178.

„Logo-Philosophie“ Frankls zeichnet – in Anlehnung an Nicolai Hartmann – ein Bild vom Fluss der Zeit, welcher nicht von der Vergangenheit in die Zukunft fließt, sondern umgekehrt, nämlich ausschließlich und unumkehrbar aus der Zukunft durch die Gegenwart in die Vergangenheit hinein. Danach ist der Mensch ständig mit Möglichkeiten konfrontiert, die von ihm „entscheidend“ verwirklicht werden *können*, aber nicht müssen. Das – und *nur* das –, was zuvor als „Sein-Könnendes“ existiert hat, kann er „ver-wirklichen“, das heißt zur Wirklichkeit werden lassen, zu Seiendem machen.<sup>382</sup> Wählt er im intentionalen Bezug auf den Sinn des Moments – das heißt, lässt er nach dem Maßstab der Sinnhaftigkeit „Verwirklichungswürdiges“ entstehen und verzichtet er auf die Realisierung von Sinnwidrigem –, ist es für immer sein Verdienst. Verwirklicht er dagegen Sinnwidriges anstelle von Sinnhaftem, macht er sich schuldig. Was er unverwirklicht lässt, ist irgendwann keine Möglichkeit mehr und löst sich in „nichts“ auf. Es ist also – obwohl es uns so erscheint – *nicht die Zeit*, die vergänglich ist, sondern einzig und allein die unverwirklichten Möglichkeiten gehen im Zeitfluss unter und existieren ab einem gewissen Zeitpunkt nicht mehr.<sup>383</sup> Die Wirklichkeit jedoch kann nie mehr ausgelöscht werden, sondern *ist* stabil in der Vergangenheit, als ewig existente Wahrheit: „Ins Protokoll der Welt ‚aufgenommen‘ wird alles, unser ganzes Leben, all unser Schaffen, Lieben und Leiden; [...] und ‚aufgehoben‘, aufbewahrt bleibt es in ihm.“<sup>384</sup> Dabei spielt es keine Rolle, ob man noch einmal an das Vergangene denkt oder sich überhaupt daran erinnern kann. Denn durch Gedanken entsteht nichts, daher kann man etwas auch nicht zerstören, indem man nicht daran denkt. Frankl spricht hier (in Gegenüberstellung zum existenzphilosophischen „Pessimismus der Gegenwart“) vom „Optimismus der Vergangenheit“.<sup>385</sup>

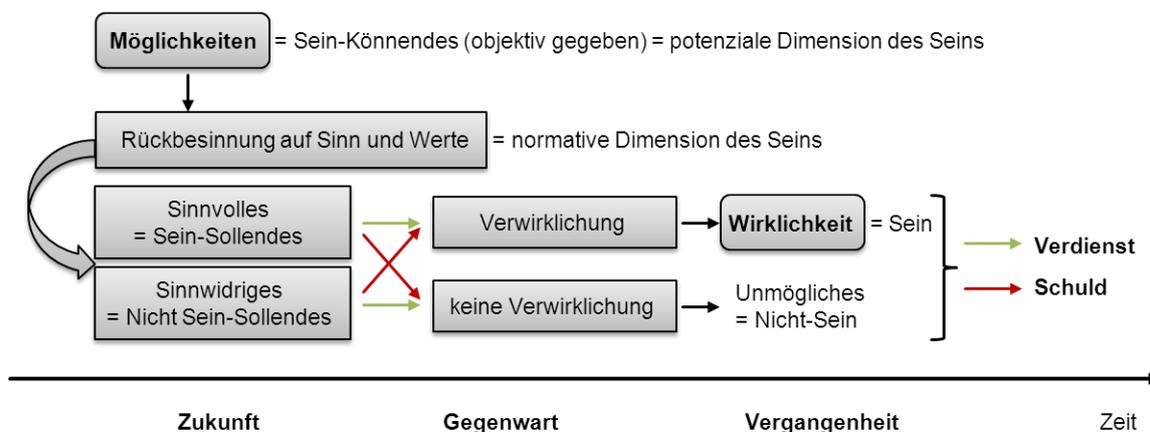
---

<sup>382</sup> Vgl. „Noodynamik“, Kapitel 2.6.

<sup>383</sup> Vgl. Aristoteles‘ Definition von Bewegung als „Realität gewordene Möglichkeit“ und – sich daran anlehnend – Carl Friedrich von Weizsäcker (1912-2007): „In unserer Sprechweise bedeutet Möglichkeit das Merkmal der Zukunft, Wirklichkeit das Merkmal der Gegenwart. Faktizität ist vergangene in Dokumenten bewahrbare Wirklichkeit. Man kann dann stilisierend sagen: ‚Bewegung ist die Gegenwart der Zukunft.‘“, vgl. Weizsäcker, 1985, S. 631.

<sup>384</sup> Frankl, 1972/2005, S. 45.

<sup>385</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 43, 45; vgl. Lukas, 2011, S. 343-346.

Abbildung 5: Der Fluss der Zeit vom Möglichen zum Wirklichen<sup>386</sup>

Der Mensch lebt also nicht in die Zukunft, sondern in die Vergangenheit hinein.<sup>387</sup> Nach logotherapeutischem Verständnis kommt es dabei nicht auf die Dauer, sondern die Sinnfülle des Lebens an.<sup>388</sup> Ohne Sinn ist der Mensch nicht lebensfähig. Aufgabe der Logotherapie ist es, die Sinnorientierung des Menschen anzuregen, zu provozieren, und den individuellen Sinnfindungsprozess zu initiieren und zu begleiten.

Alfried Längle – Wiener Arzt, Psychologe, Existenzanalytiker, ehemaliger Schüler sowie enger Mitarbeiter Frankls und Vorsitzender der „Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse International (GLE)“ – kritisierte die vorrangige und direkte Thematisierung der Sinnfrage in der Psychotherapie. Seiner Ansicht nach müssen zunächst die psychischen Probleme – beispielsweise Ängste, Zwänge, Konflikte oder Depressionen – und lebensbehindernde Ereignisse und Erfahrungen gezielt aufgearbeitet und behandelt werden. Erst wenn die Störungen behoben sind, der Mensch wieder Zugang zu sich selbst hat und offen ist für seine Gefühle und Bedürfnisse, sei er bereit zur Sinnsuche und in der Lage, Sinnangebote des Lebens anzunehmen.<sup>389</sup>

<sup>386</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

<sup>387</sup> Vgl. Heidegger: „Das Vergangene geht. Das Gewesene kommt.“ – Das Seinsverständnis in der „radikalen Phänomenologie“ Heideggers weist Parallelen zu Frankl auf; beide betonen das Wesen-gewordene und damit ins Dasein gehobene, ins Sein hineinwirkende Vergangene; vgl. Frankl, 2011, S. 91; vgl. Längle, 1998, S. 111-112; vgl. Kreitmeir, 1995, S. 171.

<sup>388</sup> Vgl. Frankl, 2006, S. 271.

<sup>389</sup> Vgl. Längle, 1998, S. 281-282; vgl. auch: Deckart, 2001, S. 26-29, Kurz, 1989, sowie Wirtz / Zöbeli, 1995, S. 243-244.

Genau anders herum verschwinden Frankls Erfahrung nach psychosomatische Symptome oft synchron mit der sinnhaften Neuorientierung des Lebens, ohne dass man sich unmittelbar um sie kümmert – und dies nicht nur bei noogenen Neurosen.<sup>390</sup> Er hat zudem wiederholt betont, dass Logotherapie die Psychotherapie nicht ersetzen kann, sondern – im Falle einer ungelösten Sinn- und Wertproblematik – supportiv sein und ergänzen soll.<sup>391</sup>

### **2.7.3 Fazit**

Frankl zufolge enthält jeder noch so unbedeutend erscheinende Augenblick eines Menschenlebens objektiv existenten Sinn, und mit Hilfe unseres Gewissens können wir ihn erkennen. Wir haben die Aufgabe und Verantwortung, die Fragen, welche das Leben jedem Einzelnen von uns stellt, zu beantworten und aus allgegenwärtigen Sinnmöglichkeiten unauslöschliche Wirklichkeit zu machen. Schuldig wird der Mensch, wenn er sinnwidrige Entscheidungen trifft und damit Sinnhaftes unverwirklicht lässt.

---

<sup>390</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 45; 1949, S. 12; 1975/1987, S. 147-148; 2002, S. 70; vgl. Kurz, 2006a, S. 43.

<sup>391</sup> Vgl. Kapitel 2.5.2 und 2.6.

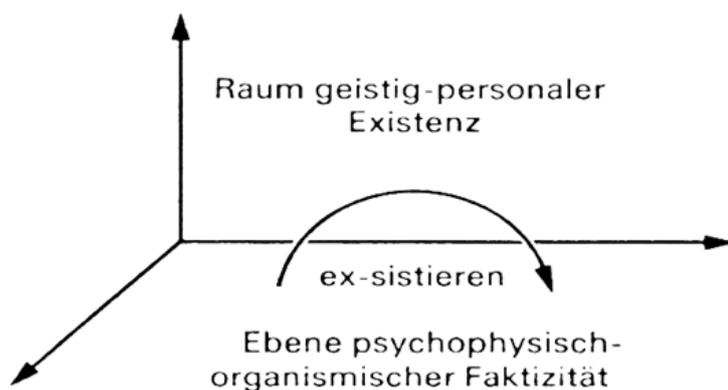
## 2.8 Personale Kompetenzen und ihre Förderung

Die geistige Person kommt durch zwei spezifisch humane Fähigkeiten zum Ausdruck, welche jeder Mensch hat und nie verlieren kann. Diese „Urvermögen“<sup>392</sup> sowie die auf ihnen beruhenden logotherapeutischen Behandlungsmethoden werden hier verdeutlicht.

### 2.8.1 Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz

Dank seines existenziellen Potenzials zur „Selbstdistanzierung“<sup>393</sup> kann der Mensch Sinnfahndung betreiben, indem er zunächst „einen Schritt zurück macht“, um von seinem Charakter, all seinen angeborenen und erworbenen Eigenschaften, abzurücken – in heroischer oder ironischer Weise –, die Situation neu zu bewerten und sich selbst aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten, sich „gegenüber zu treten“. Der Mensch „ex-sistiert“, das heißt er tritt aus der Ebene des Leiblich-Seelischen heraus und kommt durch den Raum des Geistigen zu sich selbst (vgl. Abbildung 6). Die Person distanziert sich vom psychophysischen Organismus, die Existenz setzt sich mit sich selbst auseinander.<sup>394</sup>

Abbildung 6: Differenzierung zwischen Faktizität und Existenz<sup>395</sup>



<sup>392</sup> Böschemeyer, 1988a, S. 54.

<sup>393</sup> Erstmalige Begriffsverwendung von Frankl in: Frankl, 1949, S. 88, 104; vgl. auch: Frankl, 1972/2005, S. 142; 1975/1987, S. 10, 19; 1975/2005, S. 126, 142; 2002, S. 252, 266, 288, 292; 2011, S. 75; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 20-22, 78, 86-87, 98.

<sup>394</sup> Vgl. Scheler, 1954, S. 33; vgl. Frankl, 2002, S. 61-63; vgl. Thesen 8 und 9 der *Zehn Thesen über die Person*, in: Frankl, 1946/2011, S. 338, sowie 1972/2005, S. 93-94; vgl. Lukas, 1986c, S. 75-76, 82.

<sup>395</sup> Quelle: Frankl, 2002, S. 61.

So kann sich ein Mensch auch unter schwer erträglichen Umständen innerlich über die momentane Lebenslage hinwegsetzen, indem er sich selbst objektiviert, in „ein rechtes Licht rückt“ und sich damit in ein Verhältnis zu sich selbst stellt.<sup>396</sup> Schon weil das Tier nicht zur Selbstdistanzierung fähig ist, ist es keine Person. Der Affe hält den Urwald, in dem er lebt, für die Welt. Der Mensch kann aus dem Wald heraustreten, diesen von außen betrachten und sich auch der „unbewaldeten Welt“ zuwenden. Selbstdistanzierung ist eine wichtige Voraussetzung für Erziehung und therapeutischen Erfolg.

Darüber hinaus ist menschliches Dasein charakterisiert durch „Selbsttranszendenz“<sup>397</sup> – zu verstehen als anthropologischer Begriff, der nichts mit „Transzendenz“ im theologischen oder metaphysischen Sinne zu tun hat. Parallelen bestehen zu den Begriffen „Gemeinschaftsgefühl“ bei Alfred Adler und „Weltoffenheit“ bei Max Scheler: „Menschsein weist immer schon über sich selbst hinaus, und die Transzendenz ihrer selbst ist die Essenz menschlicher Existenz.“<sup>398</sup> Scheler formuliert: „Der Mensch allein – sofern er Person ist – vermag sich über sich – als Lebewesen – *emporzuschwingen*“.<sup>399</sup> Die Aktivierung von Selbsttranszendenz als „geistige Selbstüberschreitung“<sup>400</sup> setzt Selbstdistanzierung voraus. Indem die Person aus der zu sich selbst distanzieren Position „über sich selbst hinaussieht“, sich selbst „hinter sich lässt“, „aus dem Auge verliert“ (so wie auch das gesunde Auge sich selbst nicht wahrnehmen kann) und „über-sieht“, wird für sie etwas sichtbar, was nicht wieder sie selbst ist. Nur wenn der Mensch aufhört, um sich selbst zu kreisen und sich vielmehr „aus dem Weg geht“, sich „aus seinem eigenen Sichtfeld entfernt“, hat er freien Blick auf die Welt und den darin enthaltenen verwirklichungswürdigen Sinn. „Selbstvergessen“ – dadurch, dass er sich selbst „vergisst“ und außer Acht lässt –, kann er sich in den Dienst einer würdigen Sache stellen, einer Aufgabe hingeben, einen anderen Menschen lieben, an einen Gott glauben

---

<sup>396</sup> Vgl. Frankl, 2006, S. 110, 129-130, 175-176; 2011, S. 77.

<sup>397</sup> Erstmalige Begriffsverwendung von Frankl in: Frankl, 1959, S. 690; vgl. auch 1972/2005, z.B. S. 17, 117, 131, 174; 1975/1987, S. 10, 19-20, 36, 191; 1985/2010, S. 213; 2011, S. 75; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, z.B. S. 20-22, 31-32, 98.

<sup>398</sup> Frankl, 1975/2005, S. 9; 1985/2010, S. 100; vgl. auch 1976, S. 120.

<sup>399</sup> Scheler, 1928/2010, S. 34.

<sup>400</sup> Vgl. Heideggers (1929/1995, S. 17) Definition von „transzendent“ als das, „was den Überstieg vollzieht, im Übersteigen verweilt“, sowie Sartres Betrachtung der Transzendenz als ständig angestrebtes Überschreiten auf ein ideales, nie erreichbares Sein hin (vgl. Sartre, 1956); vgl. auch Selbsttranszendenz in der Transpersonalen Psychologie und Psychotherapie, z.B. bei Assagioli, 1992, sowie Wilber, 1996.

und sich in alldem einem Sinn und dessen Erfüllung zuwenden.<sup>401</sup> In diesem Sinne bedeutet Glück nicht, „daß [sic!] ‚es einem gut geht‘, sondern daß [sic!] ‚man für etwas gut ist!‘.“<sup>402</sup> Befindet sich der Mensch im krisenhaften Zustand des existenziellen Vakuums, ist seine Selbsttranszendenz beeinträchtigt.<sup>403</sup>

In der Selbsttranszendenz ist auch der entscheidende Unterschied zwischen der „Zielstrebigkeit“ der Individualpsychologie und der Sinnorientierung der Logotherapie zu sehen: Bei der Erreichung eines Lebenszieles handelt es sich um ein intrapsychisches Bestreben, der Lebenssinn dagegen transzendiert den Menschen und lässt ihn sich auf etwas außerhalb seiner selbst beziehen.<sup>404</sup> Hartmann sieht in der „Lösbarkeit der eigenen Identität“ eine notwendige Voraussetzung für Selbsterkenntnis: „Er [der Mensch] läuft vergeblich hinter sich her, solange er sich dicht auf den Fersen bleibt. Lässt [sic!] er aber von sich ab, gibt er sich hin an das, was nicht er ist, in dem Augenblick erreicht er sich.“<sup>405</sup>

Sowohl die in Kapitel 2.7.1 thematisierte Einmaligkeit und Einzigartigkeit des Sinns als auch das Anthropologem der Selbsttranszendenz kommen in der folgenden Lebensweisheit von Hillel<sup>406</sup> zum Ausdruck: „Wenn nicht ich es tue, wer soll es tun? [Unvertretbarkeit der Person, d. Verf.] Und wenn ich es nicht jetzt tue – wann soll ich es tun? [Irreversibilität der Situation, d. Verf.] Und wenn ich es nur für mich tue – was bin ich dann? [Transzendenz der Existenz, Hingeordnetsein auf einen anderen Menschen, d. Verf.]“<sup>407</sup>

Das Ausgerichtetsein auf etwas außerhalb der eigenen Existenz hält Frankl sogar für lebenswichtig, was auf seinen Erfahrungen als KZ-Häftling gründet: „[...] waren die Überlebenschancen von der Sinnorientierung abhängig, davon, ob im Bewußtsein [sic!] des betreffenden Gefangenen etwas da war, das in der Zukunft, das draußen in der

---

<sup>401</sup> Vgl. Husserls „Lebenswelt“ als „Gesamtheit des möglichen Erfahrungshorizontes, innerhalb dessen ein wahrnehmend erfahrendes Ich auf Gegenständlichkeit ausgerichtet ist“ (zitiert nach Kunzmann et al., 1991, S. 195) und das entsprechende „In-der-Welt-sein“ Heideggers (vgl. Frankl, 1972/2005, S. 124).

<sup>402</sup> Lukas, 1986c, S. 183.

<sup>403</sup> Vgl. Scheler, 1954, S. 33; vgl. Frankl, 1946/2011, S. 213-215; 1948/2010, S. 83; 1972/2005, S. 174; 1975/1987, S. 10; 1975/2005, S. 28, 143; 1977/2011, S. 110; 1985/2010, S. 52-53, 119, 147; 2002, S. 103-104; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 32; vgl. Lukas, 1986c, S. 56-59, 83.

<sup>404</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 251-252.

<sup>405</sup> Hartmann, 1933/1949, S. 147.

<sup>406</sup> Vor allem für die jüdische Ethik bedeutender pharisäischer Rabbiner, ca. 30 v. Chr. - 9 n. Chr.

<sup>407</sup> Zitiert nach Frankl, 1946/2011, S. 284 (Fußnote 36); vgl. auch Biller, 1995c, S. 111-112.

Freiheit auf ihn wartete, etwas oder jemand.“<sup>408</sup> Gibt es kein „Etwas“ oder „Jemand“ mehr, das oder der auf einen wartet, ist es der religiöse Mensch, der selbst dann nicht verzweifeln muss: Er kann daran glauben, dass Gott noch etwas von ihm erwartet. Für Frankl selbst war das, was in der Welt außerhalb des KZ wartete, unter anderem die Rekonstruktion seines Manuskriptes der „Ärztlichen Seelsorge“<sup>409</sup> – seines Lebenswerkes, welches er in Auschwitz vernichten musste und später seine Habilitationsschrift wurde.<sup>410</sup> Über seine Erfahrungen im Konzentrationslager hinaus beruft er sich auf persönliche Berichte ehemaliger amerikanischer Kriegsgefangener und weltweite Untersuchungen, die zeigen, dass Häftlinge am ehesten überlebt haben, wenn sie auf ein Ziel, einen zu erfüllenden Sinn hin orientiert waren.<sup>411</sup>

Abgeleitet aus diesen Erkenntnissen praktizierte Frankl eine Methode zur Aufdeckung der Dissimulation von Suizidabsichten: Nachdem der Patient gefragt worden ist, ob noch Selbsttötungsgedanken bestünden und dies verneint wurde, wird eine zweite Frage gestellt, nämlich *warum* die Person vom Suizid abgekommen sei. Ein dissimulierender Patient wird daraufhin in Verlegenheit geraten, da er keine Antwort weiß. Dagegen wird ein Mensch, dessen Existenz auf einen Logos transzendiert, auf einen „Grund“ zum Leben – einen anderen Menschen oder eine Aufgabe – ausgerichtet ist, diesen prompt nennen können.<sup>412</sup>

Das Selbsttranszendenz-Verständnis Frankls wurde an verschiedenen Stellen kritisch diskutiert.<sup>413</sup> Längle kritisiert im Rahmen seiner differenzierten Betrachtung des existenzanalytischen Personverständnisses, dass Selbsttranszendenz bei Frankl zu einseitig betrachtet werde insofern, als neben der Ausrichtung auf die Außenwelt eine Offenheit gegenüber der Innenwelt im Sinne einer inneren Zustimmung, eines sorgsamsten Umgangs mit sich selbst und Zugangs zur eigenen Authentizität unberücksichtigt bliebe. Er wirft Frankl eine Distanz und „Abwehrhaltung zur Emotionalität“<sup>414</sup> vor und versteht die

---

<sup>408</sup> Frankl, 1975/2005, S. 54; vgl. 2006, S. 127, 140; 2011, S. 75; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 27.

<sup>409</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011.

<sup>410</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 12, 144, 211, 288.

<sup>411</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 68-69; 1975/2005, S. 41; 1977/2009, S. 117; 1977/2011, S. 17; 1985/2010, S. 48, 146, 154; 2002, S. 207-209, 235-236; 2006, S. 180; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 26; vgl. Pongratz, 1973, S. 193.

<sup>412</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 71; 1947/1991, S. 233-234; 2002, S. 287.

<sup>413</sup> Vgl. Görres, 1978, S. 33; vgl. Längle, 1999a.

<sup>414</sup> Längle, 1998, S. 262; vgl. auch S. 136, 143-180.

Frankl'sche Anthropologie als kognitive Existenzanalyse, die um die Aspekte der Emotionalität und Psychodynamik ergänzt werden müsse.<sup>415</sup>

Auch Bernhard Grom, Münchener Religionspsychologe und -pädagoge, hält die Logotherapie für zu rational und Emotionen vernachlässigend.<sup>416</sup> Böschemeyer stimmt darin überein und sieht aus diesem Grund Bedarf für seine Technik der „wertorientierten Imagination“. Der Zugang zu den eigenen Werten soll dabei durch eine nicht nur kognitive, sondern auch gefühlsmäßige Auseinandersetzung mit inneren Sinnbildern als den personifizierten Anteilen des unbewussten Geistes ermöglicht werden.<sup>417</sup> Rattner kritisiert Frankl noch schärfer in diese Richtung und wirft ihm gar „Gefühlskälte“ vor.<sup>418</sup>

Diese Kritik erscheint ungerechtfertigt im Hinblick darauf, dass Frankl explizit vor einer „einseitigen Intellektualisierung und Rationalisierung in Hinsicht auf das Wesen des Menschen“<sup>419</sup> gewarnt hat. Er betonte immer wieder, dass die geistige Dimension nicht mit Kognition und Intellekt gleichzusetzen ist<sup>420</sup> – was besonders durch die „Erlebniswerte“<sup>421</sup> deutlich wird – und in der Sphäre des unbewussten Geistigen unrationalisierbare Intuition enthalten ist: „Das Gefühl kann viel feinfühler sein, als der Verstand jemals scharfsinnig zu sein vermöchte.“<sup>422</sup>

Raskob schreibt Frankl einen „blinden Fleck“ hinsichtlich Psychogenese, eine insgesamt geringe Achtung der Tiefendimension und „massive Abwehr jeglicher, die frühen Traumata betreffenden Themen“<sup>423</sup> zu und sieht darin den „wunden Punkt“ sowohl der Person Frankls als auch des Systems der Logotherapie. Raskob ist bemüht, als Ursache für Frankls Ablehnung der Selbstreflexion und Introspektion in der Therapie eine persönliche Verletzung und ein nicht geheiltes Trauma festzustellen, welche Frankl als Schüler im Vorstellungsgespräch um eine Lehranalyse und die Aufnahme in die psychoanalytische Gesellschaft erlitten habe, und zwar durch die kränkende und „entwürdigende“ Art des

---

<sup>415</sup> Vgl. ebd., S. 261; vgl. auch Längle, 2001, S. 20-22.

<sup>416</sup> Zitiert nach Riemeyer, 2007, S. 298-299.

<sup>417</sup> Vgl. Böschemeyer, 2000.

<sup>418</sup> Vgl. Rattner, 1979, S. 269.

<sup>419</sup> Frankl, 1948/2010, S. 46.

<sup>420</sup> Der Begriff „geistige Arbeit“ ist insofern irreführend und müsste z.B. „verstandesmäßige“ oder „intellektuelle Arbeit“ heißen.

<sup>421</sup> Vgl. Kapitel 2.10.2.

<sup>422</sup> Frankl, 1975/1987, S. 174; vgl. auch 1947/1991, S. 199; 1975/1987, S. 176.

<sup>423</sup> Raskob, 2005, S. 3.

Vereinssekretärs Paul Federn.<sup>424</sup> Selbsttranszendenz und Intentionalität werden aus Sicht Raskobs missbraucht zu dem Zweck, dass Frankl sich nicht auf Selbsterfahrung einlassen müsse und so seine verletzte Seele geschützt bliebe. Obgleich Frankl wiederholt darauf hingewiesen hat, dass Noologismus genauso wie andere eindimensionale Ansätze unbedingt zu vermeiden seien und die Psychodynamik nicht ausgeblendet werden dürfe<sup>425</sup>, wirft Raskob ihm vor, durch die Tabuisierung tiefendynamischer Elemente und einseitige Ausrichtung nach außen den eigenen ganzheitlichen Ansatz zu ignorieren.<sup>426</sup>

Zsok bestreitet eine gewisse Vernachlässigung der „Transzendenz nach innen“ und Überbetonung des „weg von sich selbst“ und „hin zu den Dingen draußen in der Welt“ im Sinne einer Abgrenzung vom psychoanalytischen „Heilungsmuster“ von Seiten Frankls nicht.<sup>427</sup> Er weist darauf hin, dass mit dem Konzept der Selbsttranszendenz nicht der Blick auf das eigene Selbst an sich vermieden werden soll, sondern eine Korrektur der ungesunden Fixierung auf die eigenen psychischen Zustände intendiert wird. Die Interpretation Raskobs hält er für nicht nachvollziehbar, eine tief verankerte Selbstwertproblematik oder ein „Urtrauma“ bei Frankl sind für ihn nicht erkennbar.<sup>428</sup>

Kurz betont wie Längle und Raskob die Notwendigkeit einer Ausgewogenheit von Innen- und Außenorientierung: Das Durchschauen der eigenen Probleme, „Selbst-Verständnis“ und eigenes Glückverlangen einerseits, soziale Rücksicht und Verpflichtung, das Sich-Kümmern und -Sorgen um andere Menschen andererseits dürften einander nicht ausschließen.<sup>429</sup>

---

<sup>424</sup> Vgl. Raskob, 2005, S. 3, 17-18, 99; Frankl, 2002, S. 246, beschreibt dieses Gespräch als ein „Schlüsselerlebnis“, welches ihn zur Abkehr von der Psychoanalyse und Zuwendung zur Individualpsychologie bewog; Längle (1998, S. 57-58) zufolge bedeutete das Erlebnis für Frankl in doppelter Hinsicht eine persönliche Konfrontation mit dem Reduktionismus: Zum einen habe er sich unmenschlich behandelt gefühlt, zum anderen auf seine Neurose reduziert; vgl. auch Pytell, 2005, S. 29-30.

<sup>425</sup> Vgl. Kapitel 2.6.1. und Kapitel 2.5.

<sup>426</sup> Vgl. Raskob, 2005, S. 93, 110-111, 114, 147, 305-306.

<sup>427</sup> Im Zusammenhang mit seiner Kritik an der psychologistischen Psychotherapie bezog sich Frankl gerne auf eine „Mahnung“ Kierkegaards: „Wer ein Korrektiv zu bringen hat, muß [sic!] die schwachen Seiten des Bestehenden genau kennen und dann das Gegenteil einseitig hinstellen, tüchtig einseitig [...]“, zitiert nach Frankl, 1975/2005, S. 173.

<sup>428</sup> Vgl. Zsok, 2005, S. 146-147.

<sup>429</sup> Vgl. Kurz, 2008, S. 107-108; vgl. auch 1995b; vgl. Kurz / Hadinger, 1999, S. 9-10.

## 2.8.2 Paradoxe Intention und Dereflexion

Spezifische psychotherapeutische Techniken hatten in der Logotherapie immer eine untergeordnete Bedeutung – die Anthropologie, therapeutische Grundhaltung und menschliche Begegnung mit dem Patienten wurden stets stärker betont.<sup>430</sup> Die wenigen Behandlungsmethoden der Logotherapie als therapeutischer Ausgestaltung der Existenzanalyse basieren auf den personalen Kompetenzen der Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz sowie Frankls Neurosentheorie mit den von ihm postulierten pathogenen Reaktionsmustern. Die bereits 1929 von Frankl angewandte, von ihm erstmalig 1939 beschriebene<sup>431</sup> und ab 1947 auch unter dieser Bezeichnung publizierte<sup>432</sup> kognitive Technik der „paradoxen Intention“ zielt darauf ab, Selbstdistanzierung zu mobilisieren. Der erste Indikationsbereich ist die Angstneurose, die durch folgende Kettenreaktion erklärt wird: Der Patient zeigt ein Symptom ohne nachvollziehbare somatische Ursache und reagiert mit der Angst, es könnte erneut auftreten. Es entwickelt sich eine „Erwartungsangst“, welche zum einen im Sinne einer „self-fulfilling prophecy“ tatsächlich zu einer Wiederholung des Symptoms führt. Zum anderen entsteht im Sinne einer „Angst vor der Angst“ die Befürchtung, ohnmächtig zu werden oder einen Schlaganfall oder Herzinfarkt zu erleiden. Die Reaktion auf die Angst ist die Flucht davor, ein Vermeiden der vermeintlich symptomerzeugenden Situation. In Folge verstärken sich Symptom und Phobie wechselseitig, ein pathologischer Teufelskreislauf aus Symptom und -verstärkung setzt sich in Gang. Beispielsweise benutzt ein klaustrophobischer Patient keine Aufzüge mehr, wodurch das neurotische Reaktionsmuster aufrechterhalten wird.<sup>433</sup>

In zwangsneurotischen Fällen entwickeln die Patienten keine Erwartungsangst, sondern eine Angst vor sich selbst: Sie befürchten, sie könnten einem Anderen oder sich selbst etwas antun („Kriminophobie“) oder etwa an einer Psychose erkrankt sein

---

<sup>430</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 19, 74, 169-170; 1975/1987, S. 183; vgl. Wicki, 1985, S. 172-173; vgl. Längle, 1988a, S. 123; vgl. Kurz, 1991a, S. 119-132; vgl. Tausch, 1995, S. 771-774.

<sup>431</sup> Vgl. Frankl, 1939, S. 26; 1973, S. 190, 199.

<sup>432</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, z.B. S. 35-54; 99-101, 156-158, 160-165, 175-176, 181-184; vgl. auch 1946/2011, S. 288 (Fußnote 60; dort auch der Hinweis auf ähnliche Methoden der Verhaltenstherapie; die Technik wurde bereits vorher in der VT praktiziert, jedoch von Frankl systematisch zur Methode ausgearbeitet); 1960; 1972/2005, S. 141, 147-161; 1975/1987, S. 19-35, 109, 154-169, 194; 2002, z.B. S. 161-172, 178, 253-256; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, z.B. S. 20-24, 87-98.

<sup>433</sup> Vgl. Frankl, 1961; 1975/1987, S. 97-106; 1985/2010, S. 120; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 88; vgl. Lukas, 1986c, S. 98-114.

(„Psychotophobie“). Sie bekämpfen innerlich ihre zwanghaften Vorstellungen und versuchen, sie zu unterdrücken. Wie auch beim Angstneurotiker entsteht ein Zirkelschluss: Auf den Druck der Zwangsvorstellung wird mit einem Gegendruck reagiert, dieser fördert wiederum den Druck, und so weiter.<sup>434</sup>

Ziel der paradoxen Intention ist, dass der Patient die Neurose rational objektiviert und sich von psychogenen Auslösern emotional distanziert, sich „über“ die Angst beziehungsweise den Zwang, „stellt“. Damit wird der Kreislauf durchbrochen, durch den die Angst oder der Zwang gefördert wird. Dies geschieht bei angstneurotischen Patienten durch die Anweisung, sich – in möglichst ruhigem Zustand, daher idealerweise in Kombination mit einer Entspannungstechnik, beispielsweise Autogenem Training – paradoxerweise genau das zu wünschen, wovor sie sich am meisten fürchten. Der Zwangsneurotiker dagegen soll sich vornehmen, in der gefürchteten Situation exakt das Verhalten zu zeigen, das er am meisten zu vermeiden bestrebt ist. Die Intention, Angst oder Zwang durch Flucht oder Kampf zu vermeiden, wird also ins Gegenteil verkehrt.<sup>435</sup> Dabei unterscheidet sich die paradoxe Intention insofern wesentlich von der in den 1960er Jahren entwickelten verhaltenstherapeutischen Methode der „Symptomverschreibung“<sup>436</sup>, als der Patient *nicht* angewiesen wird, noch mehr Angst zu haben beziehungsweise mehr des zwanghaften Verhaltens zu zeigen (in der Intention einer Sättigung oder Ermüdung und infolgedessen eines Nachlassens der Angst). Nicht die neurotische Angst respektive der Zwang selbst, sondern das *Wovor* der Angst oder des Zwangs wird „paradox intendiert“.<sup>437</sup> Ein weiterer bedeutender Unterschied zur stärker lerntheoretisch basierten Symptomverschreibung besteht darin, dass bei der paradoxen Intention dem Patienten die Wirkweise der Technik von Anfang an vollkommen transparent erläutert wird.<sup>438</sup> Dennoch sind die beiden Methoden in der Literatur fälschlicherweise miteinander vermischt worden.<sup>439</sup>

Das konkrete Vorgehen bei der paradoxen Intention soll durch ein Exempel von Angstneurose<sup>440</sup> deutlich werden: Ein Politiker, der während einem seiner Vorträge errötet

---

<sup>434</sup> Vgl. Frankl, 1975/1987, S. 106-111.

<sup>435</sup> Vgl. Frankl, 1977/2011, S. 55; 1985/2010, S. 120-124; vgl. Lukas, 1988, S. 273-286.

<sup>436</sup> Vgl. Erickson, 1965; vgl. Watzlawick et al., 1967; vgl. Haley, 1973.

<sup>437</sup> Vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 21-22; vgl. Lukas, 1986c, S. 120-122; vgl. Frankl, 2002, S. 254-256.

<sup>438</sup> Vgl. Riedel et al., 2008, S. 156-160.

<sup>439</sup> Vgl. z.B. Grawe et al., 1994, S. 395.

<sup>440</sup> Weitere Fallbeispiele bei Frankl, 1946/2011, S. 244-255, 261-263; 1947/1991, S. 41-51, 154-158, 162-163; 1972/2005, S. 154-161; 1975/1987, S. 25-35; 2002, S. 165-171; vgl. Lukas, 1988, S. 79-85, 139-164.

ist, hat seitdem die Furcht, dass ihm dies beim nächsten Vortrag wieder passiert. Tatsächlich geschieht es durch die innere Unsicherheit und Anspannung wieder und wieder, seine Verkrampfung und die Angst verstärken sich von Mal zu Mal. Als paradox-intendierte Formel bekommt der Patient nun die Anweisung, „es einmal allen zu zeigen, wie rot ich werden kann – so rot wie ein Indianer ... ach was, noch viel röter, so rot wie ein ganzer Indianerstamm!“ . Dadurch löst er eine reziproke Inhibition aus, Wunsch und Furcht als kontradiktorische Gefühlsqualitäten hemmen sich gegenseitig. Deutlich wird hier als therapeutisches Mittel die zentrale Rolle des Humors<sup>441</sup> und der Selbstironie in der Übertreibung<sup>442</sup>, welche wiederum nur möglich ist, weil der Mensch Abstand von sich selbst nehmen, sich von seinem Symptom distanzieren kann. Er ist in der Lage, sich über seine „lächerliche“ (!) Angst zu amüsieren und dieser souverän „ins Gesicht zu lachen“: „Er ist nicht mehr der *Neurotiker*, er *hat* eine *Neurose*, und die kann er manipulieren.“<sup>443</sup>

Während die paradoxe Intention die Selbstdistanzierung fördert und einer forcierten Intention, der Hyperintention<sup>444</sup> entgegenwirkt, wird analog dazu die logotherapeutische Strategie der – erstmals 1947 durch Frankl beschriebenen – „Dereflexion“<sup>445</sup> zur Mobilisierung der Selbsttranszendenz eingesetzt. Wie durch die paradoxe Intention bei der Angstneurose der *Circulus vitiosus* der Angst und bei der Zwangsneurose der des Drucks und Gegendrucks durchbrochen wird, so zielt die Methode der Dereflexion auf das Beenden krankhafter Hyperreflexion: Die Überbeachtung und -bewertung von Details, die zwanghafte Aufmerksamkeit, welcher der Patient an sich automatisch und unbewusst ablaufenden Vorgängen widmet, wird von diesen abgezogen, so dass sie sich in Folge wieder natürlich vollziehen.

So wird etwa bei Sexual- und Schlafstörungen<sup>446</sup>, psychosomatischen Erkrankungen, im Sport oder bei Schauspielern und anderen „auftretenden“ Berufsgruppen einer übertriebenen Selbstbespiegelung aufgrund erlebten Erwartungsdrucks Einhalt geboten. Indem der Patient offen wird für Sinnmöglichkeiten und diese reflektiert, kann er sich

---

<sup>441</sup> Auch in diesem Aspekt hebt sich die paradoxe Intention von ähnlichen Methoden der Verhaltenstherapie ab; vgl. Frankl, 1946/2011, S. 220, 228, 244, 323; 1947/1991, S. 40, 156-157, 166-167; 1975/1987, S. 25, 157; 2002, S. 49, 164; vgl. Scheler, 1928/2010, S. 34.

<sup>442</sup> Lukas (2011, S. 92) spricht von „‘Gegenübertreibung‘ – übertriebener Wunsch gegen überzogene Ängste“.

<sup>443</sup> Frankl / Kreuzer, 1986, S. 22; vgl. auch S. 20.

<sup>444</sup> Vgl. Kapitel 2.6.1.

<sup>445</sup> Frankl, 1947/1991, S. 54-60, 147, 160, 188; 1948/2010, S. 27; 1972/2005, S. 143; 1975/1987, S. 20, 38, 117, 169-177, 194; 2002, S. 172, 178-179; Frankl / Kreuzer, 1986, S. 87, 100-103.

<sup>446</sup> Vgl. Lukas, 1986c, S. 189-195.

selbst ignorieren und der Außenwelt hingeben. Egozentrierte Denkinhalte werden so durch sinnorientierte ersetzt.<sup>447</sup> Bei Schlafproblemen werden zum Beispiel für die schlaflose Zeit kleine Gedankenaufgaben gestellt, damit der Patient nicht mehr an die Schlaflosigkeit, ihre Gründe und möglichen Folgen nachdenkt und durch die Korrektur der fehlgeleiteten Aufmerksamkeit bald automatisch wieder einschläft. Auch bei manchen Fällen von Schizophrenie empfiehlt Frankl die Dereflexion.

Bei beiden Methoden berichtet Frankl sehr gute Erfolge<sup>448</sup>: Auch bei nur kurzer Behandlungsdauer ein Verschwinden oder zumindest deutliches Abklingen der Symptome – bei leichten Fällen binnen einiger Tage, und selbst bei schweren, chronischen Fällen und alten Patienten mit langwierigem Krankheitsverlauf, die zuvor jahrelang (psychoanalytisch) erfolglos behandelt worden waren, nach nur wenigen Wochen oder Monaten – bei gleichzeitigem Ausbleiben von Ersatzsymptomen.<sup>449</sup> Gegebenenfalls empfiehlt Frankl eine medikamentöse Begleitbehandlung. Paradoxe Intention und Dereflexion wurden in den 60er Jahren von der Verhaltenstherapie aufgegriffen, eine Verknüpfung mit verhaltenstherapeutischen Techniken ist sehr gut möglich. Auch von Laien sind die Methoden einfach selbst durchführbar. Erforderlich für das Gelingen ist die Trotzmacht des Geistes.<sup>450</sup> Bei psychotischen Symptomen (paranoiden und depressiv-/suizidalgefärbten Ängsten) sind beide Techniken allerdings kontraindiziert, die paradoxe Intention ist zudem nicht anwendbar bei Substanzabhängigkeit, bestimmten organischen (beispielsweise Herz-Kreislauf-) Erkrankungen sowie mangelndem Humor.<sup>451</sup>

Michael Ascher wollte Mitte der 80er Jahre herausfinden, *wie* die paradoxe Intention wirkt. Er konnte die Hypothese bestätigen, dass sie bei Schlafstörungen durch die Reduzierung

---

<sup>447</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 320, 324-325; 1975/1987, S. 111-119; 1975/2005, S. 45; 1977/2011, S. 64-69; 1985/2010, S. 131-134; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 99; leider finden sich bei Frankl nur wenige detaillierte Fallbeschreibungen zur Dereflexion, meist im Zusammenhang mit der paradoxen Intention; Lukas hat die Methode für die therapeutische Praxis (Einzel- und Gruppenarbeit) ausgebaut, vgl. Lukas, 1980, S. 85-88, 165-201; 1988, S. 369-381; 1986c, S. 94, 1115-124.

<sup>448</sup> Dabei stützt er sich auf eine Vielzahl von Kasuistiken; Arbeiten zur empirischen Validierung entstanden vermehrt seit den 80er Jahren, vor allem durch Verhaltenstherapeuten, z.B. Ascher, 1986; Ascher et al., 1986; zur Übersicht: vgl. Ascher et al., 1985a, 1985b; vgl. Seltzer, 1986, S. 17-19, 43, 55-69; vgl. Batthyány / Guttmann, 2005, S. 287-315; die Studien belegen insgesamt den Erfolg der paradoxen Intention als Methode zur Behandlung klinisch signifikanter Verhaltensstörungen; vgl. auch Frankl, 2002, S. 254.

<sup>449</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 321-322, 328-329 (Fußnote 10); 1972a; 1975/1987, S. 24; 1977/2011, S. 56-74; 1985/2010, S. 124-140; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 95; vgl. auch Lukas, 1980, S. 81-85, 139-164, 85-88, 165-196.

<sup>450</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 245; vgl. Kapitel 2.11.

<sup>451</sup> Vgl. Lukas, 1986c, S. 163.

der „rekursiven“, das heißt sich selbst verstärkenden und mit dem Schlaf nicht zu vereinbarenden Erwartungsangst effektiv ist.<sup>452</sup> Auf die Darstellung weiterer Erklärungsversuche zur Wirksamkeit der paradoxen Intention aus der Perspektive verschiedener Therapierichtungen soll hier aus Platzgründen verzichtet werden.

Der Schweizer Logotherapeut Beda Wicki, der wie Karl Dienelt die pädagogische Relevanz der Logotherapie betont und Existenzanalyse als ein verbindendes Element zwischen Logotherapie und Pädagogik<sup>453</sup> sieht, spricht sich für die Anwendung der paradoxen Intention und Dereflexion im Rahmen der Schulpsychologie und -pädagogik aus. Er betrachtet sie als wirksam bei psychischen Problemen von Schülern wie Prüfungsangst, Stottern oder Gehemmtheit.<sup>454</sup> Wicki zufolge sind bereits Vorschulkinder zur Selbstdistanzierung wie auch Selbsttranszendenz fähig und können durch Nutzung dieser Kompetenzen seelische Schwierigkeiten bewältigen. Die diesbezüglichen Unterschiede zwischen Kindern und Erwachsenen betrachtet er nicht als prinzipielle, sondern lediglich graduelle.<sup>455</sup>

Längle berichtet seine wiederholte Erfahrung der Stagnation des Therapieerfolges bei Angstbehandlungen mit paradoxer Intention und Dereflexion. Der ständige Kampf gegen die Angst koste viel Kraft und führe früher oder später zu einer „Ermüdung“ des Patienten. Anstatt seine Ängste abzulehnen und sich mit aller Kraft gegen sie zu stellen, solle der Mensch sie als etwas zu ihm und seinem Leben Gehörendes annehmen und in seine Innenwelt integrieren. Erst dann könne er sich auf die äußere Welt einlassen.<sup>456</sup> Aus dieser Kritik an der originären Logotherapie heraus und einer aus Längles Sicht erforderlichen „personalen Wende“ der Existenzanalyse im Sinne der Integration der Tiefendynamik entwickelte er auf Basis der existenzanalytischen Anthropologie die

---

<sup>452</sup> Vgl. Ascher, 1985, S. 132-138.

<sup>453</sup> Im Sinne einer an Werten orientierten Pädagogik als neuem Forschungsgebiet der Erziehungswissenschaft wird der Begriff „Logopädagogik“ gebraucht, vgl. Lotz, 2009; so bietet die Pädagogische Hochschule Kärnten den Lehrgang „Logopädagogik. Sinnzentrierte Pädagogik auf der Basis des Menschenbildes von Viktor E. Frankl“ an; zum Curriculum vgl. [http://www.ph-kaernten.ac.at/fileadmin/studium/curricula\\_LG\\_HLG\\_2009/LH\\_logopaedagogik.pdf](http://www.ph-kaernten.ac.at/fileadmin/studium/curricula_LG_HLG_2009/LH_logopaedagogik.pdf).

<sup>454</sup> Vgl. Wicki, 1981, zitiert nach Riemeyer, 2007, S. 372; zur pädagogischen Bedeutung der Logotherapie und Existenzanalyse vgl. auch Dienelt, 1955.

<sup>455</sup> Vgl. Wicki, 1988; Frankl selbst hat sich zur Frage der Entwicklung geistiger Kompetenzen kaum geäußert.

<sup>456</sup> Vgl. Längle, 1986a, S. 46-47, 50-51.

Methode der „Personalen Existenzanalyse (PEA)“ mit dem Ziel, Erleben und Fühlen zu ermöglichen und Emotionen personal zugänglich und verständlich zu machen.<sup>457</sup>

Christian Probst – Psychiater, Neurologe und Vorstandsmitglied der "Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse International" – schließt sich dem Standpunkt Längles an und fordert ebenfalls eine Ergänzung der logotherapeutischen Angstbehandlung. Insbesondere kritisiert er, dass paradoxe Intention und Dereflexion es den Patienten zwar ermögliche, mit ihren Angstgefühlen umzugehen und sich ihnen gegenüber zu behaupten, dass die Angst jedoch nach wie vor als etwas Störendes und Bedrohliches präsent sei. Der Patient sei den Ängsten freilich nicht mehr hilflos ausgeliefert, habe sich jedoch nicht mit ihnen ausgesöhnt und bleibe in der Opposition gegen sie mit ihnen verbunden. Dadurch sei eine Befreiung von der Angst und ihre Überwindung nie ganz möglich.<sup>458</sup>

### 2.8.3 Fazit

Dank seiner Kompetenzen zur Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz kann der Mensch innerlich Abstand zu sich selbst und schwierigen Lebenssituationen nehmen, über die eigene Existenz hinaussehen und dadurch erst Sinnhaftes in seiner Umwelt wahrnehmen. Durch die logotherapeutische Interventionsmethode der paradoxen Intention wird Selbstdistanzierung mobilisiert, während die Dereflexion auf die Förderung der Selbsttranszendenz zielt.

---

<sup>457</sup> Vgl. Längle, 2000; vgl. Raskob, 2005, S. 301; Längles inzwischen eigenständige Psychotherapierichtung wird heute lediglich „Existenzanalyse“ genannt; darin ist der Wille zum Sinn durch vier „personal-existenzielle Grundmotivationen“ erweitert und die Psychodynamik integriert.

<sup>458</sup> Vgl. Probst, 2003.

## 2.9 Freiheit und Verantwortlichkeit

Neben der Geistigkeit postuliert Frankl weitere, aus der noetischen Dimension heraus wirkende „Existentialien“<sup>459</sup>, das heißt grundlegende Wesenszüge menschlichen Daseins: Freiheit und Verantwortlichkeit. Beide werden im Folgenden näher betrachtet.

Erst diese Urphänomene machen das aus, was die zeitgenössische Philosophie „Existenz“ nennt. Während das Geistige die Voraussetzung für das *Erkennen* von Sinn ist, sind Freiheit und Verantwortlichkeit die notwendigen Bedingungen für das *Verwirklichen* von Sinn.<sup>460</sup> Im „Determinismus“<sup>461</sup> der Psychoanalyse zeigt sich die Vernachlässigung dieses Fundamentes des Humanismus.

### 2.9.1 Die Freiheit des Willens

Neben dem „Willen zum Sinn“ und dem „Sinn des Lebens“ wird die „Freiheit des Willens“ als dritte „Säule der Logotherapie“ bezeichnet<sup>462</sup> – wobei es sich bei den beiden zuletzt genannten nicht um empirische Tatsachen, sondern um wissenschaftlich nicht überprüfbare Axiome handelt. Nach Scheler ist die Grundbestimmung des geistigen Wesens „*seine existentielle Entbundenheit vom Organischen, seine Freiheit, Ablösbarkeit [...] von dem Bann, von dem Druck, von der Abhängigkeit vom Organischen, [...] auch von seiner eigenen triebhaften ‚Intelligenz‘*“.<sup>463</sup> Das positive Menschenbild Frankls spricht den Menschen frei: Er ist zwar nie gänzlich *frei von* biologischen, psychodynamischen und

---

<sup>459</sup> Frankl, 1948/2010, S. 21; 1975/2005, S. 38; Frankl lehnt sich mit dem Begriff formal an die „Grundgegebenheiten der Existenz“ in der Fundamentalontologie (Ontologischen Existenzphilosophie) Heideggers an; hier wird unterschieden zwischen Kategorien des nichtdaseinsmäßig Seienden und Existentialien als den Menschen als solchen ausmachenden Grundzügen des Daseins; vgl. Heidegger, 1926/1993, S. 44.

<sup>460</sup> Vgl. „Existenzerhellung“ bei Jaspers (1932/1991, S. 203) als Wahrnehmung von Freiheit und Übernahme von Verantwortung für Entscheidungen durch Willenshandlungen in Grenzsituationen.

<sup>461</sup> Z.B. Frankl, 1975/2005, S. 35.

<sup>462</sup> Vgl. Lukas, 1986c, S. 23-24; 2002, S. 18.

<sup>463</sup> Scheler, 1928/2010, S. 28.

sozio-ökonomischen Bedingtheiten<sup>464</sup>, weder von Erbe noch von Umwelt. Jedoch ist er auch nie dazu verdammt, „so und nicht anders sein“ zu müssen – er ist jederzeit *frei zu einer Stellungnahme*<sup>465</sup> gegenüber all diesen Beschränkungen und zu einem „Anders werden können“ im Sinne der Verwirklichung seiner Werte<sup>466</sup> und Sinnerfüllung seines Daseins. Zu welchem Zweck er etwa seine Veranlagungen einsetzt, hängt letztlich von ihm selbst ab. Oder mit Nicolai Hartmann gesprochen: „Vom Geiste aber gilt, daß [sic!] er sich immer erst zu dem machen muß [sic!], was er ist. [...] Dem Geiste fällt seine Gestaltung nicht in den Schoß [...] Sie will geschafft, errungen sein. Sie entwickelt sich nicht ohne sein Zutun, ist nicht mit Fähigkeit und Anlage schon gesichert. Sie erfordert seinen eigenen Einsatz, muß [sic!] erst von ihm verwirklicht werden. [...] Der Geist kann sich in mancherlei Richtung verschieden ausgestalten, je nachdem, was er aus sich macht, wohin er sich dirigiert.“<sup>467</sup> Nur so sind die gegensätzlichen Lebensläufe eineiiger Zwillinge zu verstehen, von denen im Extremfall der eine seine Talente in eine kriminelle Karriere investiert, während der andere die gleichen Begabungen nutzt, um Kriminalist zu werden. Der Mensch ist nicht wehrloses Opfer der Umstände, sondern kann immer noch ein Stück weit gestalten, indem er sich selbst gestaltet – und wo erforderlich: *umgestaltet*.<sup>468</sup>

Freud interpretierte den menschlichen Willen als sublimierten sexuellen Trieb, für ihn war Willensfreiheit eine Illusion: „Der Mensch wird vom Unbewussten gelebt [...] Der tief verwurzelte Glaube an die psychische Freiheit und Wahlmöglichkeit ist ganz unwissenschaftlich und muss dem Anspruch eines Determinismus, der das geistige Leben regiert, weichen.“<sup>469</sup> Frankl weist jedoch darauf hin, dass Freud die Autonomie des

---

<sup>464</sup> Sartre spricht von „Koeffizienten der Wirklichkeit“ (1956, S. 629); der Freiheitsbegriff bei Frankl fokussiert auf den Aspekt der Selbstbestimmung; vgl. „positive Freiheit“ bei Isaiah Berlin (1909-1997) im modernen Liberalismus, in Abgrenzung zur „negativen Freiheit“ und klassischen Definition von Thomas Hobbes (1588-1679), wo Freiheit die Abwesenheit äußerer Hindernisse bedeutet; vgl. auch „Tatherrschaft“ bei Aristoteles (384-322 v. Chr.) als individuelle Selbstbestimmung und Eigenverantwortlichkeit, und „Autonomie“ bei Immanuel Kant (1724-1804), als grundlegender Gedanke der Aufklärung.

<sup>465</sup> Vgl. Heideggers (1929/1995, S. 52-53) Begriff des Daseins als „ein Seiendes, das sich in seinem Sein verstehend zu diesem Sein verhält“; vgl. auch Heidegger, 1926/1993, S. 12: „Das Sein selbst, zu dem das Dasein sich so oder so verhalten kann und immer irgendwie verhält, nennen wir Existenz.“

<sup>466</sup> Vgl. Kapitel 2.10.

<sup>467</sup> Hartmann, 1933/1949, S. 103-104; Frankl lehnt sich auch an Hartmanns Begriff der „Autonomie trotz Dependenz“ an, vgl. Frankl, 1949, S. 95-98, 103-106; 1975/2005, S. 94, 110-111.

<sup>468</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 72; 1972/2005, S. 125; 1975/1987, S. 16, 180; 1975/2005, S. 139, 145; 1977/2009, S. 103; 1977/2011, S. 103; 1985/2010, S. 15, 53-55; 2002, S. 90; 2006, S. 111, 149, 168, 233; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 67-69, 71.

<sup>469</sup> Zitiert nach May, 1969, S. 183.

Menschen letztlich bereits erkannt hat, da er als ein Anliegen der Psychoanalyse formulierte, „dem Ich des Kranken die *Freiheit* [zu] schaffen, sich so oder anders zu entscheiden.“<sup>470</sup>

Otto Rank, einer der engsten Mitarbeiter Freuds bis 1929 und Gründer sowie Direktor des Wiener Psychoanalytischen Instituts, wandte sich von Freuds psychischem Determinismus ab und betrachtete das Konzept des Unbewussten als „bequeme Ausrede für die Verweigerung der Verantwortung“<sup>471</sup>. Er stellte den Begriff des Willens als frei entscheidende Instanz ins Zentrum seiner Werke und führte ihn als „positive, führende Organisation, die die instinkthaften Triebe sowohl kreativ nutzt als auch behindert und kontrolliert“<sup>472</sup> in die moderne Psychotherapie ein.

Existenzanalytisch gesehen ist der Mensch faktisch bedingt, fakultativ jedoch unbedingt: Körperlich und seelisch ist er bedingt, geistig aber frei. Das Psychophysische ist Bedingung der geistigen Existenz, aber es bestimmt sie nicht. So hat der Mensch Triebe, diese *haben ihn jedoch nicht*. Weder *ist* er diese Triebe noch *ist* er ihnen ausgeliefert. Denn ob der Mensch sich dessen bewusst ist oder nicht: Er kann sich, im Gegensatz zum Tier, frei entscheiden – entweder für die Identifikation mit seinen Anlagen oder die Distanzierung von ihnen. „Mit dem Tiere verglichen, das immer ‚Ja‘ zum Wirklichen sagt [...], ist *der Mensch der ‚Neinsagenkönner‘* [...], der ewige Protestant gegen alle bloße Wirklichkeit.“<sup>473</sup> Wenn ein Tier hungrig ist, hat es keine Wahl als seinem Instinkt zu folgen und Futter zu verschlingen, sobald es welches gefunden hat. Ein Mensch hingegen kann trotz seines eigenen Hungers „nein“ sagen zu egoistischer Bedürfnisbefriedigung – und sein letztes Stück Brot seinem ebenfalls hungrigen Mitmenschen überlassen.

Die Fähigkeit zu diesem „Neinsagen“ nennt Frankl in Analogie zum „obligaten psychophysischen Parallelismus“<sup>474</sup> den fakultativen „psychonoetischen Antagonismus“<sup>475</sup>

---

<sup>470</sup> Zitiert nach Frankl, 1972/2005, S. 126, sowie 1985/2010, S. 54.

<sup>471</sup> Rank, 1929, S. 35; vgl. auch S. 41.

<sup>472</sup> Vgl. Rank, 1954, S. 111 (Fußnote).

<sup>473</sup> Scheler, 1928/2010, S. 40; vgl. auch Frankl, 1947/1991, S. 224-225; 1948/2010, S. 16-18; 2006, S. 149, 190-192, 193.

<sup>474</sup> Wechselwirkung zwischen Psyche und Körper, neuronal-mentale Kovarianz; Frankl greift hier Sigmund Freuds Sichtweise des Leib-Seele-Problems auf, nach der das Psychische ein zum Physiologischen paralleler Vorgang ist.

<sup>475</sup> Frankl, 1949, S. 11, 104-105; 1975/2005, S. 77; 2002, S. 62, 90, 93, 96; These 7 (vgl. auch Thesen 4 und 5) der *Zehn Thesen über die Person*, in: Frankl, 1946/2011, S. 331, 335; 1972/2005, S. 88-93; vergleichbar ist der Begriff „Oppositionsfähigkeit des Geistes“ bei Scheler.

(synonym an anderen Stellen „noopsychischer Antagonismus“). Während die Grenze zwischen Physischem und Psychischem nur unscharf ist und beide in enger funktionaler Wechselwirkung miteinander stehen, ist der Geist (griech. *nous*<sup>476</sup>) klar von der Psyche abgegrenzt und steht oftmals im Widerstreit mit ihr. Erneut liefert Scheler die Vorlage: „Nicht also Leib und Seele [...] sind es, die irgendeinen ontischen Gegensatz bilden. Der Gegensatz, den wir im Menschen antreffen und der auch subjektiv als solcher erlebt wird, ist von viel höherer und tiefergreifender Ordnung: es ist der Gegensatz zwischen *Geist und Leben*.“<sup>477</sup>

In diesem Sinne ist der Charakter ein „psychischer Genotypus“ – wie der Mensch diesen jedoch gestaltet, entspricht dem „Phänotypus“<sup>478</sup>. So zitiert Frankl eine seiner Patientinnen: „Ich bin willensfrei, wenn ich will, und wenn ich nicht will, bin ich nicht willensfrei“<sup>479</sup>. In Analogie zur Offenheit der dreidimensionalen Figur trotz der geschlossenen zweidimensionalen Abbildungen im ersten Gesetz der Dimensionalontologie<sup>480</sup> behält der Mensch seine existenzielle Freiheit trotz aller Determiniertheit seines Seins. Wo die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung übersehen und dieser Relativität des Determinismus nicht Rechnung getragen wird, spricht Frankl von „Pandeterminismus“<sup>481</sup>. Der Mensch ist in jedem Augenblick seines Lebens *frei und zugleich gezwungen zu wählen*, welche der Möglichkeiten er zur Wirklichkeit machen will.<sup>482</sup> Er ist kein „Trieb-werk“: Anstatt sich von seinen Trieben „treiben“ zu lassen, kann er sich von seinen Werten „ziehen“ lassen.<sup>483</sup> Bevor er diese verwirklicht, muss er eine Entscheidung getroffen haben – ob ganz bewusst oder mehr oder weniger unreflektiert.

Zur Verdeutlichung soll folgendes Beispiel dienen: Ein Mensch beobachtet, wie ein anderer stürzt. Er eilt herbei und hilft ihm auf. Die Frage, wie er zu der Entscheidung gekommen ist, so und nicht anders zu handeln, mag er damit beantworten, dass es für ihn keine Entscheidung, sondern selbstverständlich gewesen sei, dem anderen zu helfen.

---

<sup>476</sup> Husserl (1952, besonders § 87-96) unterscheidet zwischen Noema (griech. *nóema* = Gedanke, Sinn) als Gedankeninhalt, und Noesis (griech. *nóesis* = das Denken) als Denkvorgang an sich und sinnbildenden Bewusstseinsakt, das heißt intentionale Ausrichtung auf einen Inhalt.

<sup>477</sup> Scheler, 1928/2010, S. 58.

<sup>478</sup> Frankl, 1975/2005, S. 144.

<sup>479</sup> Frankl, 1949, S. 97; 2002, S. 98; Frankl / Kreuzer, 1986, S. 72; vgl. auch Frankl, 1946/2011, S. 140.

<sup>480</sup> Vgl. Kapitel 2.5.2.

<sup>481</sup> Frankl, 1946/2011, S. 51; 1972/2005, S. 114, 126, 128; 1985/2010, S. 54; zum Vergleich von „Pandeterminismus“, „Psychologismus“ und „Reduktionismus“ vgl. Lukas, 1986c, S. 32-33, 79.

<sup>482</sup> Vgl. Kapitel 2.7.2, Abbildung 5.

<sup>483</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 160; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 31.

Trotz der erlebten Selbstverständlichkeit war es jedoch die freie, wenn auch in jenem Moment nicht (vollständig) reflektierte und in diesem Sinne „unbewusste“ Entscheidung und „frei-willige“ Leistung eines Menschen, welche eine „ausgewählte“ innere Haltung widerspiegelt.<sup>484</sup> Die Selbstverständlichkeit ist eine subjektive – ein anderer hätte sich möglicherweise zu einer davon abweichenden Handlung entschieden –, und in diesem Sinne *ist* sie bereits eine Leistung.

Wir haben in jeder einzelnen Situation unseres Lebens die Freiheit zur Selbstbestimmung, in diesem Sinne „uns selbst zu bestimmen“ – auch dann, wenn wir so tun, als ob dies nicht so wäre.<sup>485</sup> Um diese Freiheit zu haben, brauchen wir jedoch das Schicksal, nur ihm *gegenüber* sind wir frei: „Man denke nur an das große Experimentum crucis ‚Konzentrationslager‘. Dort konnte man sie sehen, die Entscheidungsmacht des Geistigen, – wo der eine aus sich einen ‚Schweinehund‘ machen ließ und – ceteris paribus – der andere zum Heiligen wurde.“<sup>486</sup> Die meisten Häftlinge wurden nach einiger Zeit im KZ zunehmend angespannter und teilnahmsloser, dennoch: „Immer wieder zeigte es sich, daß [sic!] es auch Häftlinge gab, die ihre Gereiztheit eben unterdrücken und ihre Apathie überwinden konnten. Diese innere Freiheit, auch angesichts dieser scheinbar übermächtigen Einwirkungen seitens des Milieus, besitzt der Mensch bis zum letzten Atemzug, und wenn man auch dem Lagerhäftling alles nehmen konnte – sie behielt er. [...] es gab ein ‚so oder so‘, selbst im KZ.“<sup>487</sup>

## 2.9.2 Die Verantwortung für Sinn

Freiheit muss für den Sinn der Situation „hergegeben“ werden. Sie artet in Willkür aus, wenn ihr keine Verantwortung „an die Seite gestellt“ wird.<sup>488</sup> Die Verantwortlichkeit als anthropologischer Zentralbegriff der Existenzanalyse ist das „Wozu der Freiheit, als

---

<sup>484</sup> Vgl. „Gewissen“ und „präreflexives ontologisches Selbstverständnis“, Kapitel 2.7.1.

<sup>485</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 131; 1977/2009, S. 130-131; 1985/2010, S. 58, 61; 2002, S. 213; vgl. Lukas, 1986c, S. 34-40.

<sup>486</sup> Frankl, 1949, S. 72; 1975/2005, S. 120.

<sup>487</sup> Frankl, 1972/2005, S. 76; vgl. auch 2006, z.B. S. 100, 142-143, 179.

<sup>488</sup> Bereits Heidegger und Sartre betrachteten Verantwortung und Freiheit als untrennbar miteinander verbunden und den Menschen als ein zur Freiheit verurteiltes Wesen, welches absolut verantwortlich ist für all seine Handlungen – auch die unterlassenen; vgl. Sartre, 1956, S. 633; vgl. Russell, 1978; vgl. Böschmeyer, 1988a, S. 71; vgl. Yalom, 2010b, S. 257-258.

Gegenstück zu deren Wovon“<sup>489</sup>. Wir müssen jederzeit im Leben „wissen“ und entscheiden, was wesentlich und verantwortbar für uns ist. Erziehung – die ja immer schon die Freiheit des Menschen voraussetzt, sich entwickeln und ändern zu können – muss daher Erziehung zur Verantwortung sein, die Existenzanalyse ist als eine „Analyse des Menschen auf Verantwortlichsein hin“<sup>490</sup> zu verstehen.

Dabei ist es moralisch gesehen unerheblich, ob das Handlungsmotiv das eines psychisch gesunden oder kranken Menschen ist: Auch ein Psychopath, der einen anderen Menschen verletzt oder gar tötet, ist schuldig zu sprechen. Denn ausschlaggebend ist nicht, ob das Opfer objektiv oder nur subjektiv (im Wahn eingebildet) ein „Feind“ ist. Relevant ist ausschließlich die persönliche Verantwortung, die *jeder* Mensch für seine Entscheidungen hat – unabhängig von den Überzeugungen, die dahinter stehen.<sup>491</sup>

Elisabeth Lukas – Frankl-Schülerin der ersten Generation, führende Vertreterin der originären Logotherapie sowie Initiatorin und langjährige Vizepräsidentin der „Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (DGL)“<sup>492</sup> – nennt „psychophysische Ursachen, welche die Schuldfähigkeit eines Menschen einschränken oder gar ausschalten. Dazu zählen kindliche Unreife, extreme Panikzustände, psychotische Schübe, Einwirkungen von Drogen, Hirnschäden und Altersdemenz.“<sup>493</sup> Zugleich räumt sie ein, dass selbst ein Psychotiker ein Minimum an Selbstkontrolle und Entscheidungsspielraum hat. Als Indiz hierfür wertet sie die Beobachtung, dass in psychiatrischen Kliniken die Kranken während ihrer Wutanfälle Tische und Stühle zerstören, selten jedoch ein Fernsehgerät.<sup>494</sup>

Lukas sieht als erforderlichen Prozess zwischen der Wahrnehmung von Freiheit und der Übernahme von Verantwortung die Entwicklung geistiger Reife. Sie beobachtet eine enge Verbindung zwischen der Sinnorientierung eines Menschen und seinem Reifestadium.<sup>495</sup>

---

<sup>489</sup> Frankl, 1949, S. 57; 1975/2005, S. 110; vgl. auch 2006, S. 200.

<sup>490</sup> Frankl, 1946/2011, S. 61; vgl. auch 1948/2010, S. 12.

<sup>491</sup> Vgl. Frankl, 2006, S. 192-193.

<sup>492</sup> Ehemals gegründet 1982, aus Anlass des Internationalen Logotherapie-Kongresses in Regensburg 1983, mit Dieter Heines als erstem Vorsitzenden; parallel gründete Längle 1984 in Wien die „Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (GLE)“; nach dem Bruch zwischen Frankl und Längle 1991 schlossen sich einige GLE-Mitglieder der DGL an, die 1996 in DGLE umbenannt wurde; vgl. Raskob, 2005, S. 74.

<sup>493</sup> Lukas, 2004, S. 29.

<sup>494</sup> Vgl. ebd., S. 29.

<sup>495</sup> Vgl. Lukas, 1980, S. 37.

Lukas zufolge ist das Erleben von Freiheit einerseits notwendige Voraussetzung für die Entwicklung geistiger Reife, andererseits kann Freiheit jedoch nur dann geistig verarbeitet werden, wenn der Mensch einen gewissen Reifegrad bereits erreicht hat. So müssten auch die Freiheiten, die einem Kind gegeben werden, stets im Verhältnis zu dessen geistiger Reife stehen. Ein Mensch, dessen Gewissen nicht entsprechend seiner Freiheit ausgereift ist, sei dieser nicht gewachsen: Er könne sie nicht als geistigen Wert begreifen und daher nicht mit ihr umgehen. Die verzweifelte Sinnsuche vieler Menschen in den 1970er Jahren schreibt sie der Reifeverzögerung einer ganzen Generation zu.<sup>496</sup> Die Beziehung zwischen geistiger Reifeentwicklung, Freiheit und Verantwortungsbewusstsein – beim einzelnen Menschen wie auch bezogen auf die gesamte Menschheit – ist in der folgenden Abbildung grafisch-prozesshaft veranschaulicht.

Abbildung 7: Geistige Reifung im Zusammenhang mit Freiheit und Verantwortung nach Elisabeth Lukas<sup>497</sup>



Was „geistige Reife“ ist, wird von Lukas nicht definiert. Einen wesentlichen Beitrag zu ihrer Entwicklung leiste jedoch „die wertvolle Erfahrung von Sorge, Kummer und Leid.“<sup>498</sup>

So wie der Mensch nicht *frei von* seinen Anlagen, seiner Erziehung, sozialen Zwängen und Schicksalsschlägen ist, so ist er zugleich auch nicht *verantwortlich für* diese. So ist Verantwortlichkeit in der Logotherapie und Existenzanalyse auch nicht die des neurotischen Patienten für sein Symptom – anders als in der Individualpsychologie, die neurotische Symptome nicht als authentischen Ausdruck existenzieller Befindlichkeit, sondern funktional – als Mittel zum Zweck, als „Arrangements“ im Sinne der Kompensation eines Minderwertigkeitsgefühls – betrachtet. Der Neurotiker ist nicht für seine Krankheit verantwortlich – allerdings dafür, *wie er sich zu dieser stellt*, sich dazu

---

<sup>496</sup> Vgl. Lukas, 1980, S. 18, 37-42.

<sup>497</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

<sup>498</sup> Lukas, 1980, S. 39.

„ein-stellt“<sup>499</sup>, sie ausgestaltet („Pathoplastik“<sup>500</sup>). So wie der Mensch *frei zu* einer geistigen Stellungnahme in jeder Lebenssituation, einer Haltung gegenüber den inneren und äußeren Verhältnissen ist, so ist er auch *verantwortlich dafür*, was er aus den genetisch prädisponierten, sozialen, kulturellen, politischen und kommerziellen Einflüssen und seiner körperlichen und psychischen Verfassung macht – wie er mit seinen Gedanken und (hirnphysiologisch determinierten) Gefühlen, Stimmungen und Bedürfnissen *umgeht*, wie er damit fertig wird. Inwieweit und ob überhaupt er sich von ihnen beherrschen lässt. Ob er es den Umständen „gestattet“, ihn zu nötigen, oder ob er sich seinerseits über sie „erhebt“, ist nicht nur seine freie, sondern immer zugleich auch selbst zu verantwortende Entscheidung.<sup>501</sup>

Walter Böckmann, ein direkter Schüler Frankls und Leiter des „Westdeutschen Instituts für Logotherapie und Psychologie in der Arbeitswelt“, definiert das Geistige daher als „die Verantwortung für die Steuerung der psychophysischen Abläufe“<sup>502</sup>. Er unterscheidet Verantwortung von „Zuständigkeit“: Zuständig ist man beispielsweise *für* die fristgerechte Erledigung von Aufgaben, die ordnungsgemäße Ausführung von Arbeitsaufträgen oder die Einhaltung von Vorschriften. Verantwortlich ist man nach Böckmann dagegen *vor* etwas, und zwar letztlich vor dem eigenen Gewissen.<sup>503</sup>

Paul Ostberg – wie Böckmann Unternehmensberater und Logotherapeut und zudem Begründer und Leiter der Sektion „Logotherapie in Wirtschaft und Arbeitswelt“ der „Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (DGLE)“ – weist auf die notwendige Bedingung der Freiheit für die Übernahme von Verantwortung hin: Verantwortung ist nur ein Zwang und wird abgelehnt, wenn sie nicht frei gewählt, sondern von außen als Pflicht auferlegt oder als Befehl zum Gehorsam erteilt wird – wenn der Sinn in der Verantwortung nicht gesehen wird, Entscheidungsspielräume und positive Aufgabeninhalte fehlen, der Wert von Leistungen nicht erkannt und nur aus Angst vor negativen Konsequenzen gehandelt wird.<sup>504</sup>

---

<sup>499</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 38, 98-99, 245; 2011, S. 40.

<sup>500</sup> Frankl, 1975/1987, S. 60.

<sup>501</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 141-143, 154-158.

<sup>502</sup> Böckmann, 1989, S. 139; vgl. auch 1984, S. 195.

<sup>503</sup> Vgl. Böckmann, 2008, S. 84-85.

<sup>504</sup> Vgl. Ostberg, 2007, S. 86-87.

In Elisabeth Lukas' „sinnzentrierter Familientherapie“, einer Weiterentwicklung innerhalb der Logotherapie, wird die Freiheit wie auch die Verantwortlichkeit jedes Familienmitglieds betont und die freiwillige und bedingungslose Vorleistung Einzelner verlangt. Alle (mit Ausnahme kleiner Kinder) werden nicht nur als Opfer, sondern zugleich als „Täter“ betrachtet, welche die familiäre Situation mitgestaltet haben und dies auch weiterhin tun.<sup>505</sup>

So wie der jeweils persönliche Sinn des Daseins das *Wofür* der Verantwortlichkeit darstellt, muss auch das *Wovor* der Verantwortlichkeit eine individuelle Entscheidung sein: Auf die Frage, ob man vor einer Gottheit, seinem Gewissen, der Gesellschaft, bestimmten Instanzen oder Menschen oder noch etwas anderem verantwortlich ist, hat Jeder selbst seine Antwort zu geben. Die Existenzanalyse muss dieser gegenüber neutral bleiben, sie nähme dem Menschen sonst – seine Verantwortung.<sup>506</sup>

Durch die Art und Weise unseres Umgangs mit Freiheit und Verantwortung wahren wir unsere Würde – oder machen uns an ihr schuldig.<sup>507</sup> Erst aufgrund seiner Freiheit kann der Einzelne fehlerhafte Entscheidungen treffen – wozu er auch das Recht hat – und schuldig werden. Und aufgrund seiner Verantwortlichkeit hat er die Pflicht, seine Schuld zu überwinden, über sie „hinauszuwachsen“. Der Mensch tendiert aus diesem Grund dazu, sich seine Freiheit und Verantwortung selbst zu nehmen – sie zu verleugnen, dem Bewusstsein darum und der vermeintlichen Last zu entfliehen. Er schiebt die inneren und äußeren Umstände als Ausrede vor und benutzt den Pandeterminismus als Alibi, um sich zu exkulpieren. Erkennen wir ihm diese Schuld – als Entscheidung gegen den Sinn – jedoch ab, nehmen wir ihn nicht ernst und bringen ihn um seine Selbstverantwortlichkeit wie auch die Mitverantwortlichkeit für andere Menschen.<sup>508</sup>

Klaus Galler, Mitarbeiter am Malik Management Zentrum St. Gallen, hat die Grundsätze wirksamer Führung nach Fredmund Malik in den logotherapeutischen Sinn-Zusammenhang gestellt. Sinn – definiert nicht als Führungsinstrument, sondern als das Ergebnis erfolgreichen Arbeitens und Führens – kann ihm zufolge dann realisiert werden,

---

<sup>505</sup> Vgl. Lukas, 1988, S. 140-162; vgl. Riemeyer, 2007, S. 306.

<sup>506</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 73; 1972/2005, S. 84-85; 1977/2011, S. 93; 1985/2010, S. 302-303; 2006, S. 151.

<sup>507</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 66; 1975/2005, S. 204-205.

<sup>508</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 38-39, 129; 1975/2005, S. 143; 2002, S. 22; 2006, S. 249; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 69-71; vgl. Lukas, 1986c, S. 37.

wenn Mitarbeiter und Führungskräfte sich zur Übernahme von Verantwortung für sich und andere entscheiden.<sup>509</sup>

Die Aufgabe der Logotherapie und Existenzanalyse als einer „Analyse des menschlichen Daseins auf sein zentrales Verantwortlichsein hin“<sup>510</sup> ist daher die „tiefennoologische“<sup>511</sup> Bewusstmachung von Freiheit und Verantwortung.<sup>512</sup> Wie die Psychoanalyse, so hat auch die Logotherapie eine katalytische Funktion und evokativen Charakter. Es geht auch hier um ein „Zu-Tage-fördern“ aus dem Unbewussten, weshalb sich Frankl neben anderen (tiefenpsychologisch orientierten) Methoden auch der (existenzanalytischen) Deutung von Träumen<sup>513</sup> und Fehlleistungen<sup>514</sup>, der Arbeit mit inneren Bildern<sup>515</sup> sowie Hypnose<sup>516</sup> bedient hat. Der wesentliche Unterschied besteht jedoch darin, dass die Logotherapie nicht Triebhaftes, sondern Geistiges ins Bewusstsein „hebt“: Sie will den Menschen an seinen Geist erinnern und ihm Mut machen, diesen zu entfalten und auf sein Gewissen zu hören. Wo der Wille zum Sinn verdrängt ist, muss er wiedererweckt werden. Durch die Förderung der Verantwortlichkeit für den individuellen Sinn und gegenüber den ganz spezifischen, persönlichen Lebensaufgaben kann das existenzielle Vakuum überwunden werden. Sollte der Patient oder Klient dabei auf verdrängte religiöse Inhalte seines unbewussten Geistigen stoßen, ist dies nicht intendiert, sondern lediglich eine Nebenwirkung des logotherapeutischen Bewusstmachungsprozesses.<sup>517</sup>

Dabei spielt der Logotherapie die oben bereits angesprochene Vergänglichkeit des Daseins zu, die Leben erst sinnvoll macht. So wie die inneren Begrenzungen und Unzulänglichkeiten des Individuums dessen Dasein einen Sinn geben – machen sie jeden Menschen doch einzigartig und unaustauschbar und damit verantwortlich –, ist es auch mit der zeitlichen Begrenzung des Lebens durch den Tod: Gerade durch die Endlichkeit seines Lebens ist der Mensch gezwungen, die sich ihm in „personaler Exklusivität“<sup>518</sup>

---

<sup>509</sup> Vgl. Galler, 2008, S. 93-94.

<sup>510</sup> Frankl, 1972/2005, S. 40.

<sup>511</sup> Böschmeyer, 2010, S. 83; noologisch = die selbständige Existenz des Geistes betreffend.

<sup>512</sup> Vgl. Frankl, 1949, S. 97; 1972/2005, S. 82-83.

<sup>513</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 285 (Fußnote 38); 1947/1991, S. 194-200, 265-269; 1948/2010, S. 30-38; 1972/2005, S. 63-64, 84 (Fußnote 11).

<sup>514</sup> Vgl. Frankl, 1975/1987, S. 129.

<sup>515</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 253-263.

<sup>516</sup> Vgl. ebd., S. 218-222.

<sup>517</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 13, 60-61; 1972/2005, S. 40; 1975/1987, S. 141-142; 2002, S. 119; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 37-38.

<sup>518</sup> Frankl, 1975/1987, S. 144; vgl. auch Kurz / Hadinger, 1999, S. 15, 18, sowie Kurz, 2008, S. 108.

bietenden, einmaligen Gelegenheiten wahrzunehmen, um Sinn zu verwirklichen. Da selbst die kleinste Entscheidung des Menschen in einem Augenblick immer eine endgültige ist und nie wieder zurückgenommen werden kann, sind nicht wahrgenommene Gelegenheiten zur Sinnverwirklichung, Chancen zur Realisierung von Werten, unwiederbringlich verloren. Wäre das Leben dagegen zeitlich unbefristet, käme es nicht darauf an, Verantwortung für die Nutzung eines „wert-vollen“ Momentes zu übernehmen, um den Sinn des eigenen Daseins zu erfüllen. Tatsächlich könnte man dies dann unendlich lange aufschieben.<sup>519</sup>

### **2.9.3 Fazit**

Erst aufgrund ihrer geistigen Freiheit und Verantwortlichkeit ist eine Person in der Lage, Sinn zu verwirklichen. Ausnahmslos zu allen widrigen Umständen und Einschränkungen – seien diese physischer, psychischer, sozialer, kultureller, wirtschaftlicher, politischer oder anderer Natur – kann sie jederzeit Stellung beziehen und damit sich selbst und ihr Leben selbstbestimmt gestalten. Die Freiheit bringt jedoch für jeden Menschen auch eine radikale Verantwortlichkeit für seine persönliche Sinnerfüllung mit sich. Diese individuelle Verantwortung für den eigenen Lebenssinn, die einem niemand abzunehmen vermag, kann belastend wirken und wird daher oftmals nicht übernommen.

---

<sup>519</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 121-123; 1972/2005, S. 84; 1975/2005, S. 211; 2002, S. 23-24, 142-143; 2006, z.B. S. 150, 169-170, 201, 232, 249; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 56-57.

## 2.10 Die Wertlehre Viktor E. Frankls

Dieses Kapitel stellt Frankls Werteverständnis dar und macht den Zusammenhang zwischen Werten und Sinn in der Logotherapie und Existenzanalyse transparent.

### 2.10.1 Sinnverwirklichung durch die Realisierung von Werten

Frankls Sinnverständnis basiert zu großen Teilen auf der komplexen Person- und Wertlehre Max Schelers, welcher als der größte Wertephilosoph des 20. Jahrhunderts bezeichnet werden kann. Werte sind bei Scheler unreduzierbare Grundphänomene, auf die der Mensch ausgerichtet ist.<sup>520</sup> Für Frankl sind Werte zunächst Subjekt-unabhängige „Sinn-Universalien“<sup>521</sup> – umfassende Sinnpotenziale, moralisch-ethische Prinzipien jeder Gesellschaft. Anders als der konkrete, auf eine einmalige Situation und einzigartige Person bezogene Sinn sind Werte abstrakt und gelten für sich wiederholende Situationen. Ihnen kommt in der Logotherapie und Existenzanalyse eine essentielle Bedeutung zu, ist doch die Realisierung individueller Werte nach Frankl der einzig mögliche Weg zur Sinn- und damit Selbstverwirklichung.<sup>522</sup>

Spricht die Logotherapie daher von Verantwortlichkeit<sup>523</sup>, meint sie die Verantwortlichkeit für das Verwirklichen der eigenen Werte, der „Gründe“, die den Menschen zu seinem jeweiligen Verhalten und Handeln ‚bewegen‘.<sup>524</sup> Böschemeyer bezeichnet in Anlehnung daran Werte als die „Gründe für Sinnerkenntnis und [...] Sinnerfahrung“ und „Leitlinien zur Orientierung auf der Suche nach Sinn“.<sup>525</sup>

So wie man dem Leben eines Menschen von außen keinen Sinn geben kann<sup>526</sup>, ist auch ein „Bei-bringen“ von Werten, ein Bekehren, nicht möglich: „Werte können wir nicht lehren, Werte müssen wir leben.“<sup>527</sup> Zwar hält Frankl die Thematisierung einer „weltanschaulichen Stellungnahme“ und der Wertproblematik innerhalb der

---

<sup>520</sup> Vgl. Scheler, 1913a.

<sup>521</sup> Frankl, 1946/2011, S. 89; 1948/2010, S. 72; 1975/2005, S. 16.

<sup>522</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 105-106; vgl. Lukas, 1986c, S. 84.

<sup>523</sup> Vgl. Kapitel 2.9.2.

<sup>524</sup> Frankl, 1972/2005, S. 130.

<sup>525</sup> Böschemeyer, 2010, S. 22.

<sup>526</sup> Vgl. Kapitel 2.7.

<sup>527</sup> Frankl, 1972/2005, S. 26, 113.

Psychotherapie für unabdingbar. Allerdings macht der Logotherapeut selbst keine Sinnangebote oder manipuliert den Patienten gar durch ein Suggestieren oder Aufoktroieren eigener Werte. Tatsächlich ist es nicht entscheidend, *welche* Werteordnung jemand für sich als verbindlich betrachtet. Das Ziel ist vielmehr, dass der Mensch sich überhaupt Werten gegenüber verantwortlich fühlt. Der einzige Wert, der ausnahmsweise urteilend eingebracht werden darf, ist die Verantwortlichkeit – als dem Wert, der alle weiteren bedingt. Aus dem Bewusstsein der persönlichen Verantwortlichkeit heraus wird der Patient von sich aus zu den seinem Wesen entsprechenden Wertungen und einer Rangordnung derselben finden.<sup>528</sup> Damit wird deutlich, dass Verantwortung viel mehr ist als Pflichterfüllung: Während letztere von außen vorgegeben wird, ist erstere eine freiwillige Selbstverpflichtung, ein Engagement für eigene Werte und den Aufbau einer Beziehung zu etwas Wert-vollem.

Nach Nicolai Hartmann ist der Geist ein wertbezogenes und „wertfühlendes“ Wesen.<sup>529</sup> Alles, was er in der Welt vorfindet, erscheint ihm entweder wertvoll oder wertwidrig, und diese Wertbezogenheit kommt in seiner inneren Haltung oder einer durch Worte oder Taten geäußerten Stellungnahme zum Ausdruck. Alles Handeln des Menschen ist wertbedingt und -gerichtet. Die Werte existieren dabei unabhängig davon, ob sie und ihre Realisierbarkeit einer Person bewusst sind. Das Wertgefühl entscheidet über Ziel und Zweck der menschlichen Handlungen: Im „intimste[n] Spüren und Wissen um das, was das Richtige ist“<sup>530</sup> kann die Person nur das wollen, was ihr wertvoll erscheint. Auf das Wertgefühl selbst hat der Mensch keinen Einfluss.<sup>531</sup> Frankl greift dies in seiner Aussage auf, dass wir über Werte nicht selbst entscheiden können, da wir sie „schon immer ‚sind‘!“<sup>532</sup> In dem in Kapitel 2.9.1 beschriebenen Beispiel des Mannes, der herbeieilt, um einem Gestürzten aufzuhelfen, tut er dies nicht in der Absicht, sich von Gefühlen der Sinnlosigkeit zu befreien, sondern dieser Mensch „muss“ in gewissem Sinne so handeln, weil die Hilfsbereitschaft als Wert existenziell verankert ist und er das Mitleid mit dem

---

<sup>528</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 72; vgl. 1975/1987, S. 141-142; 2002, S. 19-21, 32-34, 43; 2005, S. 192; vgl. Fabry, 1978, S. 166.

<sup>529</sup> Vgl. Hartmann, 1933/1949, S. 156-159; bereits Scheler zufolge werden Werte nicht gedacht oder intellektuell erfasst, sondern in intentionalen Akten des Geistes gefühlt („prä-logisches Wertvorziehen“); dabei darf der emotionale *geistige* Fühlakt (Fühlen einer Wertqualität) nicht mit dem Akt des *sinnlichen* Fühlens (z.B. des Zustands körperlicher Wärme) verwechselt werden; Scheler geht davon aus, dass die Fähigkeit zum Wertfühlen bei jedem Mensch in gleicher Ausprägung angelegt ist; vgl. Biller, 1995d, S. 120; vgl. Frings, 1991, S. XI.

<sup>530</sup> Längle, 1988c, S. 42.

<sup>531</sup> Vgl. Hartmann, 1925/1962, Kapitel 14-17.

<sup>532</sup> Frankl, 1975/2005, S. 58.

anderen in diesem Augenblick *ist*. Seine Verantwortlichkeit ist in dem Moment möglicherweise eine ihm unbewusste.

Kurz spricht im Hinblick auf Wert- und Sinngefühle von „proleptischer Imagination“<sup>533</sup>, im Sinne einer erfüllenden Vorwegnahme der Sinnhaftigkeit potenziellen Handelns. Das proleptische Fühlen ist nach Kurz verlässlicher als intellektuelles Sinnerkennen und motiviert (zusätzlich) zu sinnhaftem Verhalten. Übereinstimmend sieht Böschmeyer die Erkenntnisfähigkeit des Menschen vor allem in seiner „geistigen Emotionalität“ begründet.<sup>534</sup> Ähnlich geht Werner Schaeppi davon aus, dass die individuelle „subjektive Theorie des Lebenssinns“ sowohl bewusste rationale Gedanken als auch ein unbewusstes Sinngefühl beinhaltet. Erst durch die emotionale Komponente der individuellen Sinntheorie weiß jeder Mensch, was sinnvoll für ihn ist.<sup>535</sup> Auch nach Reinhard Tausch bestehen Sinnerfahrungen sowohl aus bewertenden Kognitionen als auch positiven Gefühlen: Wenn wir uns zum Beispiel für andere Menschen einsetzen, „spüren wir in uns Sinn“.<sup>536</sup>

Ungeachtet der zur Existenz einer Person gehörenden Werte bleibt es deren persönliche Entscheidung, welchen „Wertmaßstab“<sup>537</sup> sie an eine Situation anlegt, auf welche Wertforderungen sie eingeht und welche sie ablehnt.<sup>538</sup> Da einem die eigenen Werte in zweierlei Hinsicht nicht „gleich-gültig“<sup>539</sup> – das heißt weder unwichtig noch genau gleich wichtig – sind und sie sich in einer konkreten Situation „überschneiden“ können, sind wir manches Mal vor eine – unter Umständen emotional belastende – Wahl zwischen ihnen gestellt, die wir zu verantworten haben.<sup>540</sup> Mit den Worten Hartmanns: „Der Mensch [...] hat Freiheit der Wahl zwischen Wert und Wert. [...] Er empfindet den Wert als ein Seinsollendes im Gegensatz zum real Seienden. [...] steht es bei ihm, die vernommene Forderung in seiner Welt und seinem Leben zu realisieren.“<sup>541</sup> Wenn der Mensch offen und empfänglich ist für die Wertangebote der Welt, dann kann er sich diese „noetisch zu eigen machen“, sie geistig in seinen Besitz bringen und ihnen dadurch Sinn verleihen.<sup>542</sup>

---

<sup>533</sup> Kurz, 1991c, S. 22.

<sup>534</sup> Vgl. Böschmeyer, 1995b, S. 339.

<sup>535</sup> Vgl. Schaeppi, 2004, S. 281-287.

<sup>536</sup> Tausch, 1995, S. 763; vgl. auch S. 750-751.

<sup>537</sup> Frankl, 1975/2005, S. 58.

<sup>538</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 130-131.

<sup>539</sup> Längle, 1995a, S. 14.

<sup>540</sup> Vgl. Kapitel 2.9.2.

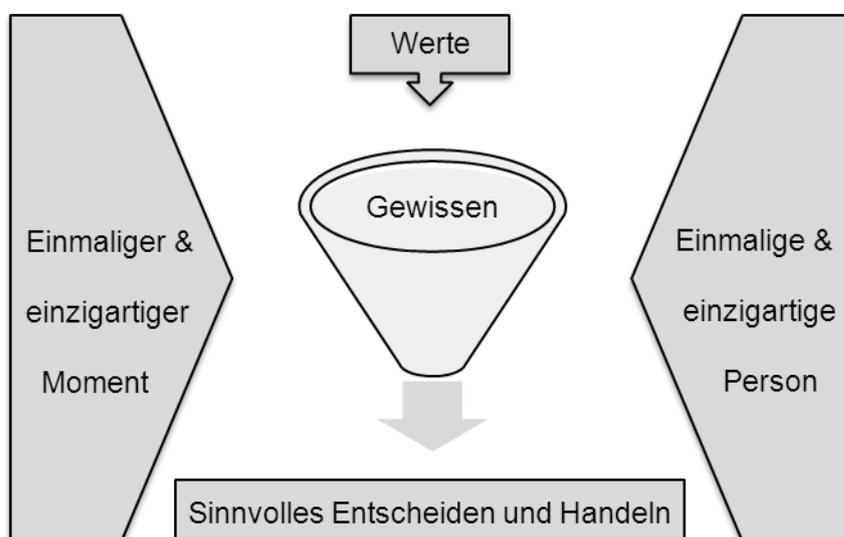
<sup>541</sup> Hartmann, 1933/1949, S. 160; vgl. Frankl, 1948/2010, S. 72.

<sup>542</sup> Vgl. ebd., S. 170-173.

Was wir oft als „Gewissenskonflikt“ bezeichnen, ist in logotherapeutischer Terminologie kein solcher – die Botschaften des Gewissens sind eindeutig. Vielmehr handelt es sich um Wertkonflikte. Bei der Entscheidung für oder gegen die Verwirklichung bestimmter Werte ist der Mensch frei, auf sein Gewissen zu hören oder nicht. Diese Freiheit macht ihn zum moralischen Wesen. „Gut“ ist in diesem Sinne alles, was Sinn fördert. In der logotherapeutischen Praxis wird „Gewissenskonformität“ herbeigeführt, indem man alle Verhaltensalternativen reflektiert, ihre Vor- und Nachteile analysiert und die Handlung mit dem Vorteil auswählt, der dem höchsten persönlichen Wert entspricht.<sup>543</sup> Lebt der Mensch nicht im Einklang mit seinem Gewissen und ignoriert er dessen „Veto-Funktion“<sup>544</sup>, führt dies entweder zum Konformismus oder zum Totalitarismus.<sup>545</sup> Im ersten Fall offeriert die Gesellschaft dem Individuum verabsolutierte Prinzipien, im zweiten nötigt sie sie ihm auf.<sup>546</sup>

In Abbildung 8 ist das Gewissen als ein Filter dargestellt, der nur für solche Werte „durchlässig“ ist, welche Antworten ermöglichen – auf die Fragen, die das Leben einem in jeder einzelnen Situation stellt.<sup>547</sup>

Abbildung 8: Das Gewissen als „Werte-Filter“<sup>548</sup>



<sup>543</sup> Vgl. Lukas, 1988, S. 290.

<sup>544</sup> Frankl / Kreuzer, 1986, S. 51.

<sup>545</sup> Vgl. Kapitel 2.6.2.

<sup>546</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 72.

<sup>547</sup> Vgl. „kopernikanische Wende“, Kapitel 2.7.2.

<sup>548</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

Kurz macht sich für eine Gesprächsmethode zur Bearbeitung von Wertkonflikten die Selbstdistanzierung sowie eine Interpretation von Schulz von Thuns Modell des „Inneren Teams“<sup>549</sup> zu Nutze. Die verschiedenen, personifizierten Stimmen mit ihren je eigenen An- und Absichten repräsentieren dabei die sich teilweise widersprechenden Werte eines Menschen.<sup>550</sup>

### 2.10.2 Die logotherapeutischen Wertkategorien

Frankl unterscheidet drei Wertgruppen, die von ihm so benannten „Hauptstraßen zum Sinn“<sup>551</sup>: Erstens die „schöpferischen Werte“ oder „Schaffenswerte“: Der Mensch als „homo faber“ handelt, er plant Arbeitsinhalte und -prozesse und setzt diese um, erschafft ein Werk, gestaltet die Welt – durch berufliche Tätigkeit, (Erfindungen in der) Wissenschaft und Technik, politisches Engagement, Sport, allgemein aktive (und kreative) Freizeitgestaltung, Gründung einer Familie, Bau eines Eigenheimes, Haus- und Gartenarbeit, Erziehung eines Kindes, Pflegen eines Kranken, Versorgung eines Haustieres und so weiter.

Zweitens die „Erlebniswerte“: Als „homo amans“ nimmt der Mensch Eindrücke aus der Welt in sich auf, er erfährt und genießt etwas, erspürt etwas Schönes – erfreut sich zum Beispiel an einem Kunstwerk, Musik, einem guten Buch oder der Natur, erinnert sich an das Abenteuer einer Reise oder erlebt die Liebe zu einem anderen Menschen.

Schließlich die „Einstellungswerte“: Selbst in einer (vermeintlich) nicht änderbaren und hoffnungslosen Situation, in der die Verwirklichung von Schaffens- und Erlebniswerten nicht mehr möglich ist, der Mensch sich als hilfloses Opfer fühlt und leidet („homo patiens“), kann er noch Schicksal bewältigen – indem er zwar nicht äußere Bedingungen gestaltet, jedoch sich selbst: Immer können wir noch unsere Haltung zu den Umständen ändern und damit menschlich „reifen, wachsen, über uns selbst hinauswachsen und [...] eine persönliche Tragödie in einen Triumph [...] verwandeln.“<sup>552</sup>

---

<sup>549</sup> Vgl. Schulz von Thun, 2010.

<sup>550</sup> Vgl. Kurz, 2006b, S. 137-149; der Autor bezeichnet diese Interventionsform als „existenzanalytisch-“ oder „logotherapeutisch-teamorientiert“.

<sup>551</sup> Frankl, 2002, S. 237; 1985/2010, S. 47.

<sup>552</sup> Frankl, 1975/2005, S. 58; vgl. auch 1946/2011, S. 91-95; 1947/1991, S. 30; 1948/2010, S. 75, 87; 1972/2005, S. 27-28; 1975/1987, S. 16, 179-180; 1985/2010, S. 47, 158; 2002, S. 270-271;

Dank der Einstellungswerte kann Sinn nicht nur gefunden werden, indem man etwas tut oder erschafft, jemanden liebt oder etwas erlebt. Auch noch unter den ungünstigsten und unwürdigsten Gegebenheiten kann der Mensch der Mächtigkeit seines Geistes<sup>553</sup> Ausdruck verleihen und durch seine Einstellung zu den Lebensbedingungen diesen einen letztverbliebenen Sinn „abtrotzen“.<sup>554</sup> So ist der potenzielle Sinn des Lebens ein lebenslanger und unbedingter: Bis zum Tod ist er unter allen Umständen möglich, selbst noch im Scheitern und Leiden. Denn dieses kann „auf der menschlichen Ebene“<sup>555</sup>, durch tapferes Durchstehen, in eine „persönliche“ Leistung, eine Leistung der geistigen Person, verwandelt werden. Diese Leistung ist die höchste, die ein Mensch erbringen kann. Und selbst rückwirkend hat man noch die Freiheit und Verantwortung<sup>556</sup>, seinem als sinnlos empfundenen Leben Sinn zu verleihen – indem man durch Selbsterkenntnis innerlich über sich selbst „hinauswächst“.<sup>557</sup> „Nicht-veränderbare Welten“<sup>558</sup> gibt es aus logotherapeutischer Sicht also nicht. Denn selbst wenn man überhaupt keinen *Handlungsspielraum* mehr wahrnehmen kann, verbleibt durch die Realisierung von Einstellungswerten immer noch ein letzter *Gestaltungsspielraum*. Innere Sinnerfüllung ist damit relativ unabhängig von der äußeren Lebenssituation des Menschen – Erfolg und Besitz können der Sinnfindung sogar im Wege stehen.<sup>559</sup> Was dabei in der Logotherapie „Verwirklichung von Einstellungswerten“ genannt wird, entspricht aus der „psychologischen“ Perspektive, das heißt in psychologischen Bewältigungstheorien<sup>560</sup>, dem positiven Umdeuten oder „kognitiven Umstrukturieren“.<sup>561</sup>

---

2006, S. 164, 196, 200-201; 2011, S. 32; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 34; vgl. Pongratz, 1973, S. 188; Lukas (1972/2005) fand bei einer Befragung von 1000 Österreichern bei rund einem Viertel der Befragten Sinnfindung durch die Realisierung schöpferischer Werte, bei einem weiteren Viertel kamen Einstellungswerte zum Tragen und bei zwei Vierteln Erlebniswerte.

<sup>553</sup> „Trotzmacht“, vgl. Kapitel 2.11.

<sup>554</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 76-81; 1975/2005, S. 110; 2002, S. 251; 2006, S. 84, 181-182; 2011, S. 44; vgl. Kimble, 2003, S. 43-46.

<sup>555</sup> Frankl, 1975/2005, S. 17.

<sup>556</sup> Vgl. Kapitel 2.9.

<sup>557</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 9; 1948/2010, S. 87; 1972/2005, S. 28; 1975/2005, S. 19; 1977/2011, S. 113; 2002, S. 132; 2006, S. 249.

<sup>558</sup> Vgl. Frey / Jonas, 2002, S. 16.

<sup>559</sup> Vgl. Lukas, 1988, S. 25, 33.

<sup>560</sup> Bewältigung (Coping) ist nach Folkman et al. (1986, S. 572) definiert als „kognitive und verhaltensmäßige Anstrengung, mit den internen und externen Anforderungen der Mensch-Umwelt-Transaktion fertig zu werden, welche eine Person als Ressourcen-beanspruchend oder -übersteigend bewertet“; vgl. auch Lazarus / Folkman, 1984, S. 141; Baumeisters (1991) Prozess der Sinnrekonstruktion nach einem Trauma oder Life Event baut auf den Bewältigungsstufen nach Lazarus auf; vgl. dazu auch Hauser, 2004, S. 396-397.

<sup>561</sup> Vgl. die Betrachtung psychologischer Konstrukte aus Bewältigungsmodellen, die einen Bezug zu Sinndimensionen herstellen, in Kapitel 3.3.

Der Wert einer Leistung ist in der Logotherapie umso höher einzuschätzen, je schlechter die Bedingungen sind, unter denen jemand etwas sich selbst Abgefordertes bewältigt. Es kommt damit nicht auf das objektiv Geleistete in Relation zu einer Gruppennorm an, sondern als Maßstab gilt, ob jemand „sein Bestes gegeben“ hat. Daher kann oftmals nur das Individuum selbst beurteilen, wie hoch die eigene Leistung ist. Schwere Schicksale, Krisen und persönliche Katastrophen lassen sich so gesehen nicht nur gestalten und meistern – sie können sogar in Höchstleistungen „umgemünzt“ werden.

So liegt der Sinn eines Schicksals für den Menschen nicht im *Dass* desselben – ist dieses doch ein Übersinn<sup>562</sup> und übersteigt als solcher menschliches Sinnverständnis. Vielmehr ist Sinn im *Wie* der Auseinandersetzung mit dem schicksalhaften Faktum zu finden, im *Wie* des Leidens: Es kommt darauf an, was die geistige Person mit der jeweils gegebenen Innenwelt und Umwelt anfängt, wie sie darauf reagiert. Trotz – oder gerade durch – unabwendbares Leiden können sogar die höchsten Sinn- und Wertmöglichkeiten realisiert werden. Das bedeutet nicht, dass dieser Sinn vor anderen Priorität hat. Jedoch sind die Einstellungswerte moralisch den anderen beiden Wertkategorien überlegen, da erstens ihre Erfüllbarkeit als einzige unbegrenzt und unbedingt frei ist: Einstellungswerte lassen sich niemals vollständig ausschöpfen und sind bis in den Tod hinein lebbar. Zweitens setzt ihre Verwirklichung eine Leidensfähigkeit<sup>563</sup> voraus, die sich das Individuum im Laufe seines Lebens erst aneignen, erarbeiten muss. Aufgabe der Logotherapie ist es, diese Leidensfähigkeit des Menschen – als seine Fähigkeit, Einstellungswerte zu verwirklichen – neben seiner Arbeits- und Genussfähigkeit zu fördern und mit ihm gemeinsam sein Leiden nach individuellen Sinnpotenzialen zu „durchsuchen“.<sup>564</sup> Denn nur Leiden, in dem man keinen Sinn erkennen kann, führt zur Verzweiflung. So stellt Frankl die folgende Gleichung auf: „ $V = L - S$ , Verzweiflung ist Leiden ohne Sinn.“<sup>565</sup>

Analog zu Leibniz' Theodizee<sup>566</sup>, das heißt der Frage, aus welchem Grund Gott Leiden zulässt, nennt Frankl die Frage, welchen Sinn das Leiden hat, „Pathodizee“<sup>567</sup> (griech. *páthos* = Leid). Er verwendet folgendes Gleichnis: „Wenn ich einem Hund etwas zeige,

---

<sup>562</sup> Vgl. Kapitel 2.7.1.

<sup>563</sup> Von Lukas (2011, S. 112) mit „Frustrationstoleranz“ gleichgesetzt.

<sup>564</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 118, 163; 1972/2005, S. 105; 1975/1987, S. 148-149, 179-180; 1975/2005, S. 105, 121, 202-207, 209; 1977/2011, S. 31-32, 81; 2002, S. 125-126.

<sup>565</sup> Frankl, 1972/2005, S. 210.

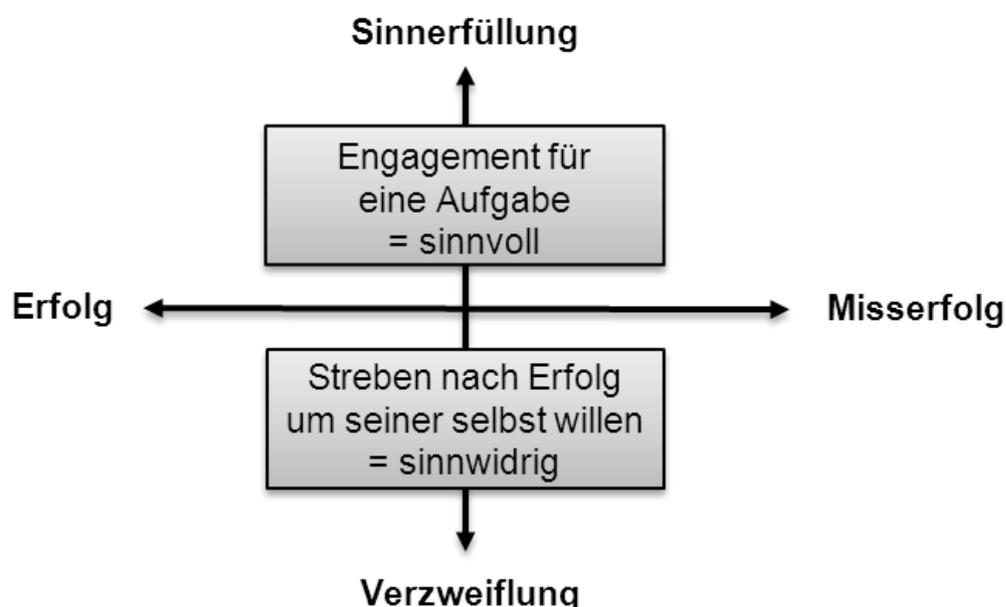
<sup>566</sup> Griech. *theós* = Gott, *díke* = Gerechtigkeit; die Theodizee fragt nach der Rechtfertigung Gottes im Hinblick auf das von ihm zugelassene Übel in der Welt.

<sup>567</sup> Frankl, 1950, zitiert nach: Ders., 2002, S. 130-131; 1975/2005, S. 239; 1985/2010, S. 276-277.

mit dem Finger auf etwas weise, dann blickt er nicht in die Richtung, in die der Finger zeigt, sondern auf den Finger selbst; wenn er böse ist, schnappt er nach dem Finger. Mit einem Wort: die Zeichenfunktion des Fingers ist ihm unbekannt, ist in seiner Welt unverständlich. Und der Mensch? Aus seiner Welt heraus ist er ebenso außerstande, die Zeichen zu deuten, die aus der Überwelt heraus geschehen mögen, – den Sinn zu verstehen, auf den etwa das Leiden verweisen mag, – den Fingerzeig zu erfassen, den es ihm gibt: auch er schnappt nach dem Finger – er hadert mit dem Schicksal. – <sup>568</sup>

Die Überlegenheit der Einstellungswerte ist eine dimensionale: Während der „homo faber“ als Erfolgsmensch sich zwischen den beiden Kategorien „Erfolg“ und „Misserfolg“ bewegt, „pendelt“ der „homo patiens“ auf einem Kontinuum zwischen den extremen Ausprägungen von „Erfüllung“ und „Verzweiflung“. Die beiden Kategorienpaare sind nach logotherapeutischem Verständnis unterschiedlichen Dimensionen zuzuschreiben, daher stehen sie bildlich gesprochen nicht parallel, sondern orthogonal zueinander, was folgende Darstellung des „Fadenkreuzes“ veranschaulicht:

Abbildung 9: Überlegenheit der Einstellungswerte aufgrund dimensionaler Differenz<sup>569</sup>



<sup>568</sup> Frankl, 1975/2005, S. 240; vgl. auch 2002, S. 139.

<sup>569</sup> Quelle der ursprünglichen Abbildung: Frankl, Viktor E.: *Das Menschenbild der Seelenheilkunde*, 1959, zitiert nach Lukas, 1972/2005, S. 241; vgl. auch: Frankl, 1975/1987, S. 181; 1977/2011, S. 82; Lukas, 1980, S. 31; Abbildung modifiziert durch Anja Paul, eigene Grafik.

Das so genannte „Differenzierungsproblem“ der Logotherapie kommt hier zum Ausdruck: Die Debatte darum, ob Sinnerleben lediglich ein Effekt subjektiven Erfolgsbewusstseins ist oder – wofür sich Frankl definitiv ausgesprochen hat<sup>570</sup> – die beiden Komponenten heterogen sind. Erfolg ist am Maßstab anderer ausgerichtet und kann, genauso wie Lust, Glück und Selbstverwirklichung, Frankl zufolge nicht unmittelbar erzielt werden. Erfolg muss *erfolgen* – auf die Bewältigung einer als sinnvoll erlebten Aufgabe – und ist insofern ein Nebeneffekt selbsttranszendenter Aktion. Da der „homo patiens“ selbst im äußersten Scheitern noch tiefen Sinn erfahren kann – zum Beispiel wenn er aus einer Niederlage etwas lernt, durch ein Versagen an (Selbst-)Erfahrung gewinnt –, sind Misserfolg und Erfüllung gleichzeitig möglich. Andererseits kann der „homo faber“ auf dem Höhepunkt seines Erfolges ob seines Sinnlosigkeitserlebens verzweifelt sein – wie etwa eine Karrierefrau, die es bereut, keine Familie gegründet zu haben. Also auch „Erfolg“ und „Verzweiflung“ sind miteinander vereinbar. So berichtet Lukas eine statistische Erfassung von fast 500 Ratsuchenden, die einen Psychotherapeuten aufgesucht haben: 80% von ihnen lag im Quadrant Erfolg / Verzweiflung.<sup>571</sup>

Im Leiden unter einem Umstand distanzieren wir uns schon von diesem und nehmen eine Position ein, die insofern konstruktiv ist, als sie uns den Blick sowohl auf das reale als auch ein gewünschtes Sein ermöglicht. Leiden hält uns im Gegensatz zur Apathie seelisch lebendig.<sup>572</sup> Das heißt mitnichten, dass Leiden erforderlich wäre, um Sinn finden oder menschlich reifen zu können. Vielmehr ist zwischen unnötigem und notwendigem Leiden zu unterscheiden: Ersteres ist nach Frankl sinnlos, nur „echtes“ schicksalhaftes Leiden „macht“ Sinn. Wo das Leiden abwendbar, willkürlich ist und einen Selbstzweck darstellt, kann es nicht Sinnverwirklichung bewirken, sondern ist mutwillig und masochistisch.<sup>573</sup> Sinn kann nur entstehen, wenn der Mensch sich selbst transzendiert und um einer Sache oder eines anderen Menschen willen, für die oder den er unvertretbar und unersetzlich ist, ein Opfer bringt<sup>574</sup> (Frankl verweist auf Nietzsche: „Wer ein Warum zu leben hat, erträgt fast jedes Wie.“<sup>575</sup>). Auch wenn dies freiwillig geschieht, wird das Leiden

---

<sup>570</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 157; 1975/1987, S. 181-182; 1977/2011, S. 81-82; 2002, S. 132-133.

<sup>571</sup> Vgl. Lukas, 1980, S. 31-32.

<sup>572</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 160.

<sup>573</sup> Im Hinblick auf diese Differenzierung ist der an Frankl gerichtete Vorwurf der Mystifizierung und zynischen Glorifizierung des Leidens (vgl. Arlt, 1989) klar von der Hand zu weisen.

<sup>574</sup> Vgl. Frankl, 1977/2009, S. 121; 2002, S. 127.

<sup>575</sup> Zitiert nach Frankl, 1946/2011, S. 101; 1947/1991, S. 69; 1975/1987, S. 186; 1977/2009, S. 116; 2002, S. 122; 2006, S. 107, 128, 133, 181; eigentliches Zitat (Nietzsche, 1926a, S. 205): „Ist man über das ‚Warum?‘ seines Lebens mit sich im Reinen, so gibt man dessen ‚Wie?‘ leichten Kaufs dahin.“

dadurch von der faktischen auf die existenzielle Ebene gehoben. Ein unnötiges Leiden – wie etwa ein operables Karzinom – ist zu behandeln, um geistigen Entfaltungsspielraum zurückzugewinnen und dem Menschen nutz- und sinnlosen Schmerz zu ersparen. Wo möglich soll das Schicksal aktiv gestaltet werden, wenn nötig soll es getragen werden. Das heißt, wann immer schöpferische Werte oder Erlebniswerte noch verwirklicht werden können, muss dies der Realisierung von Einstellungswerten vorgezogen werden. Jemandem jedoch ein *notwendiges* Leiden erlassen zu wollen und „seinen“, die geistige Person betreffenden Schmerz – etwa die Trauer um einen Verstorbenen oder eine zerbrochene Freundschaft, die Enttäuschung über das Ende einer beruflichen Karriere, das Tragen einer nicht wiedergutzumachenden Schuld oder das Leiden an einer unheilbaren Krankheit – nicht zuzugestehen bedeutet, ihm erfüllbaren Lebenssinn und zugleich seine Würde zu nehmen.<sup>576</sup>

Daraus ergibt sich, dass Selbsttötung nach logotherapeutischen Maßstäben immer sinnwidrig und dadurch ungerechtfertigt ist: Erstens, weil sie Sinn durch die Verwirklichung von Einstellungswerten und damit verbundene Persönlichkeitsbildung vereitelt. Zweitens, weil der Mensch es sich so selbst unmöglich macht, das einem anderen zugefügte Leid – wenn auch nicht rückgängig zu machen, so doch zumindest – durch die Verwirklichung eines Einstellungswertes in Scham und Reue moralisch „wiedergutzumachen“ und es damit „aus der Weltgeschichte zu schaffen“<sup>577</sup>. Es kann sogar gesagt werden: Je schwieriger die Lebenssituation, desto mehr Sinn lässt sich verwirklichen, desto „Sinn-voller“ ist das Leben.<sup>578</sup>

Frankl nennt die „Logotheorie“ stellenweise „die Lehre von den [...] schöpferischen, Erlebnis- und Einstellungswerten“<sup>579</sup>. Sowohl die Trichotomie der Wertkategorien als auch ihre Hierarchie und die Superiorität der Einstellungswerte sieht er als faktorenanalytisch bestätigt an.<sup>580</sup>

Böckmann, der in den 70er Jahren als Erster damit begann, die Logotherapie auf den Bereich der Betriebssoziologie und Arbeitspsychologie anzuwenden und industrielle

---

<sup>576</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 162; 1948/2010, S. 88; 1949, S. 51; 1975/2005, S. 213; 1985/2010, S. 160-161; 2002, S. 131, 137; 2005, S. 194.

<sup>577</sup> Frankl, 1946/2011, S. 284 (Fußnote 34); Frankls Auffassung basiert hier zu großen Teilen auf Schellers Phänomenologie der Reue.

<sup>578</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 101; 2006, S. 168.

<sup>579</sup> Frankl, 1938b, S. 33; 1947/1991, S. 30.

<sup>580</sup> Vgl. Frankl, 1972/2005, S. 28; 1975/2005, S. 17-18, 203.

Arbeitsprozesse sinntheoretisch zu betrachten, sah in diesem Praxisfeld Bedarf in der Differenzierung der Frankl'schen Wertestruktur: Er unterscheidet „sozialgebundene“ und „sozial-ungebundene“ Erlebniswerte. Während erstere sich hauptsächlich auf das Verhältnis zu Arbeitskollegen, die Beziehung zu Vorgesetzten und Interaktionen im Betrieb allgemein beziehen, spielen letztere in der Arbeitswelt kaum eine Rolle; sie können – wie zum Beispiel Natur- und Kunsterlebnisse – ohne soziale Kontakte verwirklicht werden. Darüber hinaus ergänzt Böckmann als zwei weitere Wertkategorien die „materiellen Arbeitsbedingungen“ – das heißt Einkommen und Sozialleistungen – sowie die „psychophysischen Aspekte der Arbeit“: arbeitsökologische Einwirkungen, (psycho-)physische Belastungen, Über- und Unterforderung, Belastung durch Verantwortung für Sachen und Personen oder durch Erfolgswang.<sup>581</sup> Zur Durchführung von „Sinn-Analysen“, das heißt der Erfassung von Arbeitnehmer-Bewertungen im Hinblick auf die Werteverwirklichung im Unternehmen, entwickelte Böckmann den „Sinn-Einschätzungs- und -Erwartungstest.“<sup>582</sup>

Der tschechische Psychologe Stanislav Kratochvil unterteilt Menschen, die nicht mehr auf Sinnsuche sind, sondern ihr Leben bereits an persönlich bedeutsamen Werten ausrichten, in zwei Gruppen: Zur ersten gehören all jene, die einige etwa gleich bedeutende Lebensinhalte haben. Beispielsweise findet eine Frau Erfüllung in ihrem Beruf, gleichzeitig aber auch als Mutter, Ehrenamtliche im örtlichen Nachbarschaftsverein sowie Tennisspielerin in einer Mannschaft. Da hier mehrere Werte „parallel nebeneinander“ zur individuellen Sinnerfüllung beitragen, nennt Kratochvil diese Personen „parallelgesichert“. Auf der anderen Seite gibt es die so genannte „pyramidalgesicherte“ Gruppe: Diese Menschen haben einen hohen Wert, der sich wie die Spitze einer „Werte-Pyramide“ von allen anderen Wertmöglichkeiten in der Bedeutsamkeit „abhebt“ und ihnen übergeordnet wird. Das Interesse und Engagement wird auf einen einzigen Lebensbereich fixiert: Zum Beispiel ist jemand ausschließlich auf seine Berufslaufbahn fokussiert, während ihm Familie und Freundschaften unwichtig sind. Ein anderer lebt fast ausschließlich für ein bestimmtes Hobby, ein sportliches Ziel, eine Religion oder politische Partei.

Beide Gruppen sind sinnerfüllt, jedoch konnte Kratochvil nachweisen, dass Menschen mit parallelgesicherter Werteorientierung psychisch stabiler sind. Das Risiko, welches Personen mit pyramidalen Werteordnung haben, ist das „Wegbrechen“ der

---

<sup>581</sup> Vgl. Böckmann, 1980, S. 86, 92-93; 1984, S. 207.

<sup>582</sup> Vgl. Kapitel 2.12.2.

Pyramidenspitze und damit des einzigen Lebensinhaltes. Es hat den „Einsturz“ des gesamten Lebenskonzeptes zur Folge: Der „Nur-Karrierist“, der seine Arbeit verliert; die „Nur-Mutter“, deren Kinder erwachsen geworden sind; der „Nur-Sportler“, der einen schweren Unfall hat – sie alle verlieren ihren Halt und sind verzweifelt, weil sie keinen Lebenswert mehr haben, ihr Leben nicht mehr „lebens-wert“ ist. Parallelgesicherte Menschen dagegen können aufgrund ihrer Werte-Vielseitigkeit und -Flexibilität den Verlust eines Leitwertes gegebenenfalls kompensieren, indem sie sich anderen, gleichrangigen Sinnoptionen zuwenden. Als eine Aufgabe der Psychotherapie sieht Kratochvil daher die Ausweitung der Sinnorientierung in Richtung einer parallelen Wertestruktur.<sup>583</sup> Übereinstimmend damit kritisierte Frankl bereits 1950 die „Vergötzung“ eines einzelnen Wertes, dessen Ausfall zu Verzweiflung und existenziellen Vakuum führt.<sup>584</sup>

Konsistent dazu können die Befunde aus der psychologisch-soziologischen Synthese der Bedürfnisse nach Sinn von Roy Baumeister gewertet werden. Darin werden vier grundlegende „needs for meaning“ genannt, deren Befriedigung Sinnleere verhindere: „Zweckorientierung“, Ausrichtung an „Wertvorstellungen“, „Selbstwirksamkeit“ und „Selbstwertgefühl“. Baumeister fand, dass Menschen sich sicher fühlen, wenn sie sich auf viele Möglichkeiten verlassen können, die Grundbedürfnisse nach Sinn zu befriedigen. Wenn Sinnquellen wegfallen, kommt es zu Verlustängsten und man versucht dann, sich auf andere, bereits vorhandene Sinnerfüllungsbereiche zu konzentrieren.<sup>585</sup>

Angelehnt an Kratochvils Differenzierung in pyramidale und parallele Werteanordnungen spricht Lukas auch von „einseitigem“ und „vielseitigem Wertsystem“<sup>586</sup>. Sie unterscheidet drei Reifestadien jedes Erwachsenen entsprechend Kratochvils Terminologie: Das niedrigste Reifeniveau hätten Menschen auf Sinnsuche, ein mittlerer Reifegrad werde mit pyramidalen Werteorientierung erreicht – und ausgereift sei die Entwicklung bei Personen mit paralleler Wertestruktur, das heißt mehreren sinnstiftenden Lebensaufgaben. Erst in diesem letzten Reifestadium bedeute Freiheit Eigenverantwortlichkeit. Bleibe man auf einer der unteren Entwicklungsstufen stehen oder falle auf ein niedriges Level zurück, sei

---

<sup>583</sup> Vgl. Lukas, 1980, S. 22-29 (Bezug nehmend auf einen Vortrag Kratochvils beim „Weltkongress für mentale Gesundheit“ in London 1968); vgl. auch Baumeister, 1991, S. 46.

<sup>584</sup> Vgl. Frankl, 1950, S. 87-88, 90; vgl. auch 1975/1987, S. 179; 1975/2005, S. 225-227; 2002, S. 124-125; vgl. Lukas, 1986b, S. 18.

<sup>585</sup> Vgl. Baumeister, 1991, S. 29-57.

<sup>586</sup> Lukas, 1986c, S. 210-213.

die psychische Stabilität gefährdet und es könne sogar zu psychischen Erkrankungen kommen.<sup>587</sup>

Frankl konstruiert keine Wertethik, wie dies Scheler und Hartmann taten. Auf eine Differenzierung nach beispielsweise materiellen, religiösen, sozialen, persönlichen und sittlichen Werten – wie sie andere Autoren vorgenommen haben – geht er nicht ein. Zudem findet man in der originären Logotherapie und Existenzanalyse weder ein Prozess- oder Erklärungsmodell für die individuelle Entwicklung von Werten noch ein speziell auf Kinder und Jugendliche ausgerichtetes Beratungs- oder Therapiekonzept.

Beda Wicki ist hinsichtlich der Entwicklung der Person der Ansicht, dass intuitives Sinnerleben zuerst – und zwar im Alter von etwa einem Jahr – durch die Realisierung von Erlebniswerten möglich wird. Staunen und Bewundern sind Wicki zufolge bereits als intentionale Akte zu werten. Sobald das Kind in der Lage ist, Bewegungen und Handlungen auszuführen und sich einer Aufgabe hinzugeben, kann es auch durch die Realisierung schöpferischer Werte Geistiges zum Ausdruck bringen. Zuletzt entwickelt sich die Fähigkeit zur Verwirklichung von Einstellungswerten, wobei Wicki dazu keine Altersangabe macht.<sup>588</sup>

Als Indikationsbereiche der Logotherapie wurden bisher angesprochen: Erstens die von Frankl als soziogen und nicht pathologisch postulierten Seins- und Sinnfragen, Sinnlosigkeits- und Leeregefühle, das Zweifeln an einem Lebenssinn, das Verzweifeln an Schicksalsschlägen, Wertkonflikte, Sinn- und Reifungskrisen (zum Beispiel bei bedeutenden Lebensübergängen), das existenzielle Vakuum. Zweitens die noogene Neurose, die durch existenzielle Frustration ausgelöst wird und bei der die logotherapeutische, existenzanalytisch fundierte Behandlung daher eine spezifische Therapie darstellt. Drittens die psychogene Neurose (krankhafte Folgen von Psychischem im Somatischen und/oder Psychischen), bei welcher die paradoxe Intention und Dereflexion als unspezifische Therapiemethoden eingesetzt werden, insofern als die pathologischen Reaktionsmuster nicht mit einer Sinnproblematik zusammenhängen. Viertens somatogenes Leiden allgemein und unheilbare, physisch verursachte Krankheiten im Speziellen: Durch die Möglichkeit zur Verwirklichung von Einstellungswerten kann die Logotherapie hier zur individuellen Sinnfindung sogar bei

---

<sup>587</sup> Vgl. Lukas, 1980, S. 38.

<sup>588</sup> Vgl. Wicki, 1988, S. 201-208.

todkranken und sterbenden Menschen beitragen.<sup>589</sup> Schließlich sieht Frankl ein fünftes Aktionsfeld der Logotherapie in der Prävention der „iatrogenen“ Neurose<sup>590</sup> durch Bekämpfung psychologischer Menschenbilder von Psychiatern und Psychotherapeuten, durch welche existenzielle Frustration noch gefördert wird.<sup>591</sup>

### 2.10.3 Fazit

Logotherapeutisch gesehen kann ein Mensch nur Sinn erfahren und sich selbst verwirklichen, indem er sein Leben an den Werten ausrichtet, die ihn als Person ausmachen. Treten in einer Situation mehrere Werte eines Menschen in Konkurrenz zueinander, hilft ihm sein Gewissen bei der sinnvollen Entscheidungsfindung und Lebensgestaltung. Frankl unterscheidet Schaffens-, Erlebnis- und Einstellungswerte, wobei durch letztere das Erleben von Sinn immer möglich bleibt – auch und insbesondere im unvermeidbaren Leid.

---

<sup>589</sup> Vgl. Lukas, 1986c, S. 156-166.

<sup>590</sup> Wie auch die „noogene Neurose“ ist diese in der „International Classification of Diseases“ der Weltgesundheitsorganisation (ICD 10) nicht enthalten.

<sup>591</sup> Vgl. Frankl, 1947/1991, S. 58-59; 1975/1987, S. 194-195; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 103-105; vgl. Lukas, 1986c, S. 146-155.

## 2.11 Die Trotzmacht des Geistes

Durch die nachfolgenden Ausführungen wird ein für die Sinnverwirklichung hoch bedeutsames Konstrukt erklärt, welches als Untersuchungsgegenstand dieser Arbeit gewählt wurde.

### 2.11.1 Die Mobilisierung geistiger Willenskraft als Reifungsprozess

Der Mensch hat „die grundsätzliche Fähigkeit [...] auch noch den widrigsten Bedingungen, äußeren Umständen ebenso wie inneren Zuständen, zu trotzen, das heißt sich stärker zu erweisen als all dies.“<sup>592</sup> Für diese personale Kompetenz gebraucht Frankl anschaulich die Wortschöpfung „Trotzmacht des Geistes“<sup>593</sup>. Sie konkretisiert den noopsychischen Antagonismus, welcher wiederum durch die menschliche Fähigkeit zur Selbstdistanzierung fundiert ist.

Wie bereits in vorangegangenen Kapiteln dargestellt, kann sich die geistige Person jederzeit distanzieren, sich über die inneren und äußeren Lebensumstände stellen und diese opponieren. Da das Geistige nach logotherapeutischer Betrachtung zum Wesen des Menschen gehört und sich im Widerstreit mit dem Psychophysischen zum Ausdruck bringen kann, ist jeder Mensch in der Lage, die Trotzmacht des Geistes falls nötig zu aktualisieren und innerlich „Einspruch zu erheben“ gegen Zustände, die er als sinnlos erlebt. „Diese Fähigkeit zur Selbstgestaltung, zur Selbstumgestaltung, diese Fähigkeit, über sich selbst hinauszuwachsen, darf ich niemandem absprechen, oder diese Fähigkeit verkümmert.“<sup>594</sup>

Noetischer Trotz unterscheidet sich dabei wesentlich vom Eigensinn eines Kindes, welcher sich typischerweise im Zeitraum vom zweiten bis vierten Lebensjahr – in der ontogenetischen Phase, die vom Volksmund „Trotzalter“ genannt und auch als „Autonomiephase“ bezeichnet wird – durch zum Teil heftige Wut- und Weinanfälle

---

<sup>592</sup> Frankl / Kreuzer, 1986, S. 65.

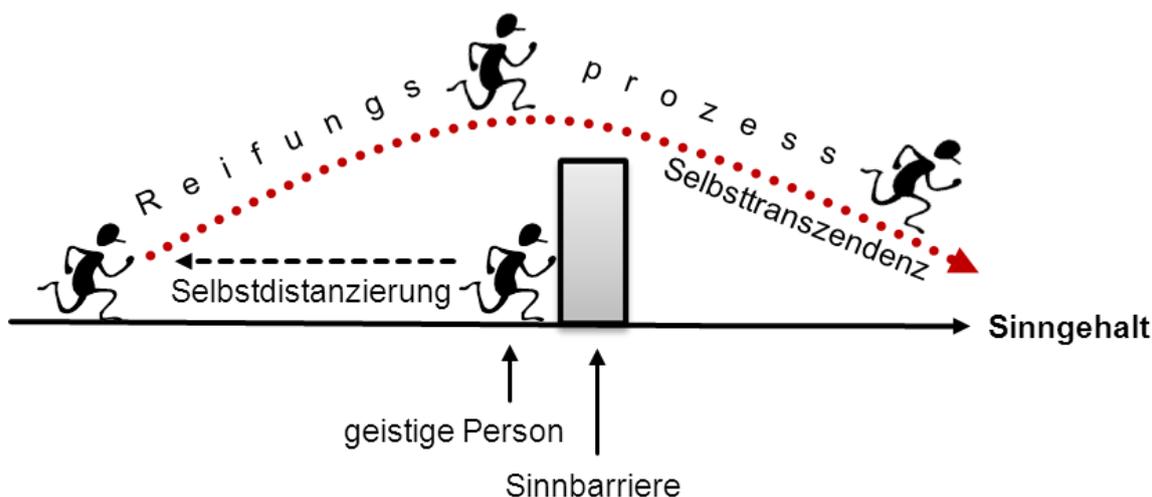
<sup>593</sup> Frankl, 1949, S. 58, 105, 107 (im Werk *Der unbedingte Mensch. Metaklinische Vorlesungen* taucht der Begriff zum ersten Mal auf); 1972/2005, S. 93, 237; 1975/1987, S. 57; 1975/2005, S. 67, 110, 148; 2002, S. 62, 83, 85 (Fußnote 1), 93; 2006, S. 100, 125; Frankl / Kreuzer, 1986, S. 65-75.

<sup>594</sup> Frankl / Kreuzer, 1986, S. 71.

ausdrückt. Bei diesen Gefühlsausbrüchen ist gerade der freie, vernünftige und auf der Selbstdistanzierung von eigenen Emotionen basierende Wille *nicht* vorhanden, so dass das Kind von seinem Jähzorn regelrecht „überrollt“ wird. Wenn seine Ansprüche an die Welt nicht sofort erfüllt werden, steht es der eigenen Unbeherrschtheit hilflos gegenüber und leidet selbst darunter.

Dagegen ist die Trotzmacht des Geistes die Macht des Geistigen, durch welche die Person den „existentiellen Aufschwung über sich selbst hinaus“<sup>595</sup> leistet, durch eine geistige Bewegung ihre eigenen Grenzen gewissermaßen überschreitet<sup>596</sup> und damit den „Weg zum Sinn“ geht (vgl. Abbildung 10). Dank dieses Selbstgestaltungspotenzials ist der Mensch nie gezwungen, sich von seinen inneren „Sinnbarrieren“<sup>597</sup>, das heißt psychophysischen Befindlichkeiten – etwa Ängsten, belastenden Glaubenssätzen, Missstimmungen, Wut, Trauer, Verzweiflung, Neid, Eifersucht, Stolz, Ehrgeiz, Gier und Maßlosigkeit, Ungeduld, Selbstmitleid, Schmerz, Ekel, schwaches Selbstwertgefühl und Unsicherheit, Trägheit, Neigung zu Depression oder Zwang –, seinen Konditionierungen, sozialen Prägungen und mangelnden Begabungen „provozieren zu lassen“.<sup>598</sup>

Abbildung 10: Die Aktualisierung der Trotzmacht des Geistes: Persönliche Reifung durch Überwindung von Sinnbarrieren<sup>599</sup>



<sup>595</sup> Frankl, 2002, S. 62.

<sup>596</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 182; vgl. Zsok, 1995, S. 137-138.

<sup>597</sup> Zsok, 1995, S. 155, 161; Böschmeyer, 2010, S. 15, spricht ähnlich von „Sinnfindungsbarrieren“.

<sup>598</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 93; vgl. Biller / de Lourdes Stiegeler, 2008, S. 478-479.

<sup>599</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

So liegt es an Jedem selbst, ob er beispielsweise eine durch Frustration entstandene Aggression an Unschuldigen abreagiert und damit seiner (ersten) Handlungsneigung nachgeht – oder aber diesem Impuls widersteht, Haltung bewahrt und seinen Frust und Ärger tapfer aushält. In schwierigen Situationen befähigt die Trotzmacht<sup>600</sup> den Menschen zu der „Entscheidung [...], sich mit eigener innerer Größe dem Schicksal eben zu stellen“, dieses Schicksal zu betrachten als „die einmalige Möglichkeit zu einer einzigartigen Leistung“<sup>601</sup>, etwa menschliches Vorbild für andere zu sein. Sie versetzt ihn in die Lage, „gerade die äußeren Schwierigkeiten [...] zu einer inneren Bewährungsprobe zu gestalten“<sup>602</sup>, Leiden standhaft zu ertragen und einen „existentiellen Gewinn“<sup>603</sup> davon zu tragen, sich innerlich weiterzuentwickeln.

So fragt Frankl: „Muß [sic!] man sich denn auch alles von sich gefallen lassen? Kann man nicht stärker sein als die Angst? [...] bin ich neugierig, wer stärker ist, ich oder ich? [...] Wer ist stärker, ich oder der Schweinehund in mir? Ich kann ihm ja auch trotzen.“<sup>604</sup> Er fordert, dass der Mensch sich gegen seine Schwächen „empört“ und etwas von sich selbst erwartet und abverlangt – „eine Leistung – womöglich –, aber auch eine Verzicht-Leistung – wenn nötig“<sup>605</sup>. Ähnlich mahnt Lukas: „Man muß [sic!] Versuchungen nicht erliegen, man muß [sic!] sich wegen eines kleinen Rückschlags nicht gleich Depressionen hingeben, man muß [sic!] nicht bei jedem Ärger losbrüllen und bei jeder Gelegenheit andere übertrumpfen [...] Man kann eben auch an sich arbeiten, unermüdlich, in dem Sinne sich selbst ‚verwirklichen‘.“<sup>606</sup>

Aufgrund der kopernikanischen Wende ist einem ein schweres Schicksal nicht nur gegeben, sondern auch „aufgegeben“<sup>607</sup>: Es kommt darauf an, aus den negativen Lebensereignissen, „ja vielleicht gerade aus ihnen etwas Sinnvolles ‚herauszuschlagen‘ und sie solcherart in etwas Positives zu transformieren: das Leid in Leistung – die Schuld

---

<sup>600</sup> Im weiteren Verlauf der Arbeit wird der Begriff „Trotzmacht“ synonym für „Trotzmacht des Geistes“ verwendet.

<sup>601</sup> Frankl, 1977/2009, S. 119; vgl. die vereinzelt gewählte englische Übersetzung für „Trotzmacht des Geistes“: „The human ability to fight against fate“.

<sup>602</sup> Ebd., S. 111.

<sup>603</sup> Frankl, 1975/2005, S. 152.

<sup>604</sup> Frankl, 1972/2005, S. 220; vgl. auch 1949, S. 99, sowie 1975/2005, S. 144.

<sup>605</sup> Frankl, 1972/2005, S. 220; vgl. auch 1975/1987, S. 180; 1977/2009, S. 169; 1985/2010, S. 104; 2002, S. 132.

<sup>606</sup> Lukas, 1988, S. 243.

<sup>607</sup> Frankl, 1975/2005, S. 206.

in Wandlung – den Tod in einen Ansporn zu verantwortetem Tun.“<sup>608</sup> Drückt der noopsychische Antagonismus einen dualistischen geistigen Standpunkt aus (zum Beispiel „Ich will keine Angst haben.“), so kommt es durch die Trotzmacht des Geistes zur entschlossenen „Kampfansage“ gegen einen Sinn-vereitelnden inneren oder äußeren Umstand (etwa „Ich lasse mir diese Angst nicht gefallen!“). Als Bild für die Wirkweise der Trotzmacht verwendet Frankl einen Motor mit Getriebekupplung: Der Mensch kann die „Schaltgänge“ der Triebe, des Erbes und der Umwelt „auskuppeln“ und auf seine geistige Dimension „umschalten“, wenn dies erforderlich ist.<sup>609</sup>

Die Trotzmacht des Geistes als existenzielle Grundhaltung<sup>610</sup> kommt in vielen einzelnen Lebenssituationen zum Ausdruck, in denen ein Mensch eine Aufgabe hat, an die er hingegeben ist, da er durch sie persönlich bedeutsame Werte verwirklichen kann. Der Geist nimmt die Anstrengung, sich gegenüber psychischen Impulsen und äußeren Einschränkungen trotzend einzustellen, nur dann auf sich, wenn es etwas gibt, was sie wert ist – wenn es sich für etwas lohnt, die Person einen *Grund* dazu hat<sup>611</sup> und das „noetische Aufbegehren“ in einen Sinnzusammenhang eingebettet werden kann. Anknüpfend an das Nietzsche-Zitat in Kapitel 2.10 heißt das: „Wer kein Warum zu leben hat, hat auch keine Motivation, dem Wie zu trotzen.“

Epiktet, Philosoph der Antike, lehrte bereits vor nahezu zweitausend Jahren über den freien Willen: „Ich muss sterben, ich muss eingesperrt werden. Ich muss das Exil erleiden. Aber muss ich stöhnend sterben? Muss ich auch jammern? Kann mich irgendjemand daran hindern, mit einem Lächeln in das Exil zu gehen? Der Herr droht mir an, mich in Ketten zu legen: Was sagst du? Mich in Ketten legen? Mein Bein kannst du in Ketten legen – ja, aber nicht meinen Willen – nicht einmal Zeus kann diesen erobern.“<sup>612</sup> Sehr ähnlich führt Frankl beispielhaft für immensen geistigen Krafteinsatz die extreme Situation eines Menschen an, der gefoltert wird: Sein Organismus ist es, der zusammenzuckt, seine Schreie kommen „aus“ dem Psychophysischen. Ob dieser Mensch jedoch die von ihm geforderten Informationen preisgibt, ist eine geistige Entscheidung. Wenn er trotz der ihm zugefügten Schmerzen schweigt, ist dies eine Dokumentation der Trotzmacht des

---

<sup>608</sup> Ebd., S. 51, 206.

<sup>609</sup> Vgl. Frankl, 1975/1987, S. 57.

<sup>610</sup> Vgl. Kapitel 3.2.

<sup>611</sup> Vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 73.

<sup>612</sup> Zitiert nach Arendt, 1978, S. 29.

Geistes<sup>613</sup>: „Ob man sich etwa niederringen läßt [sic!] oder aber Haltung bewahrt, auch das beinhaltet noch eine letzte Möglichkeit, persönliche Werte (Tapferkeit, Mut, Würde) zu verwirklichen.“<sup>614</sup> Ähnlich beschreibt Böschemeyer die Trotzmacht als die „gesammelte, unverbrauchte geistige Kraft, die einen Menschen dazu befähigt, sich nicht nur gehen, sondern auch stehen zu lassen [...] Sie verschafft ihm die Erfahrung, daß [sic!] er größer sein kann als das, was ihn kleinzumachen droht.“<sup>615</sup>

In diesem Sinne als energische Mobilisierung der Trotzmacht des Geistes sind die großartigen menschlichen wie auch wissenschaftlichen, politischen oder sportlichen Leistungen kranker und behinderter Menschen zu interpretieren. Auch viele hervorragende Künstler – zum Beispiel Galilei, Dostojewski, Nietzsche, Freud, van Gogh, Kafka, Virginia Woolf – haben in zum Teil extrem kläglichen sozialen Verhältnissen gelebt und gearbeitet – und als Antwort auf ihr Leid die größten Werke erschaffen. Solche Menschen personifizieren den „tragischen Optimismus“<sup>616</sup>, indem sie das Leben in all seiner Begrenztheit und Tragik bejahen und den negativen Tatsachen einen individuellen Sinn „abringen“. Anstatt das Leben und seine Ungerechtigkeiten anzuklagen, in Selbstmitleid zu versinken und sich in Resignation und Verbitterung von der Welt abzuwenden, engagieren sich manche von ihnen sogar noch aufopfernd für ihre Leidensgenossen und stellen „leuchtende Beispiele“ für andere dar.<sup>617</sup>

Da Existenz und das, was ihr zu eigen ist<sup>618</sup>, als Urphänomen weder reflektierbar noch von etwas anderem ableitbar, auf Evolution zurückführbar oder auf irgendetwas reduzierbar ist, können auch direkt durch sie begründete Aspekte menschlichen Seins nicht auf psychologischer Ebene analysiert werden. Insofern ist vor der Trotzmacht des Geistes eine Grenze psychologischer Erklärung gezogen. Ein Zurückführen intraindividuell-situationsspezifischer Variation wie auch interindividueller Unterschiede in der Entstehung und Aktualisierung der Trotzmacht auf (ausschließlich) psychologische Deutungsmuster – etwa Kindheitserfahrungen, Konflikte, Komplexe oder sozioökonomische Faktoren – wäre ein reduktionistisches „Wegerklären“ der

---

<sup>613</sup> Vgl. Frankl, 1949, S. 107; 1975/2005, S. 149-150; 1977/2009, S. 143-187.

<sup>614</sup> Frankl, 2002, S. 29; vgl. auch 1977/2009, S. 143-187 (Synchronisation in Birkenwald. Eine metaphysische Conférence).

<sup>615</sup> Böschemeyer, 2010, S. 237-238.

<sup>616</sup> Frankl, 1975/2005, S. 51(-63).

<sup>617</sup> Vgl. z.B. Troschke, 2006.

<sup>618</sup> Vgl. die Existentialien Geistigkeit, Freiheit und Verantwortlichkeit, Kapitel 2.5 und 2.9.

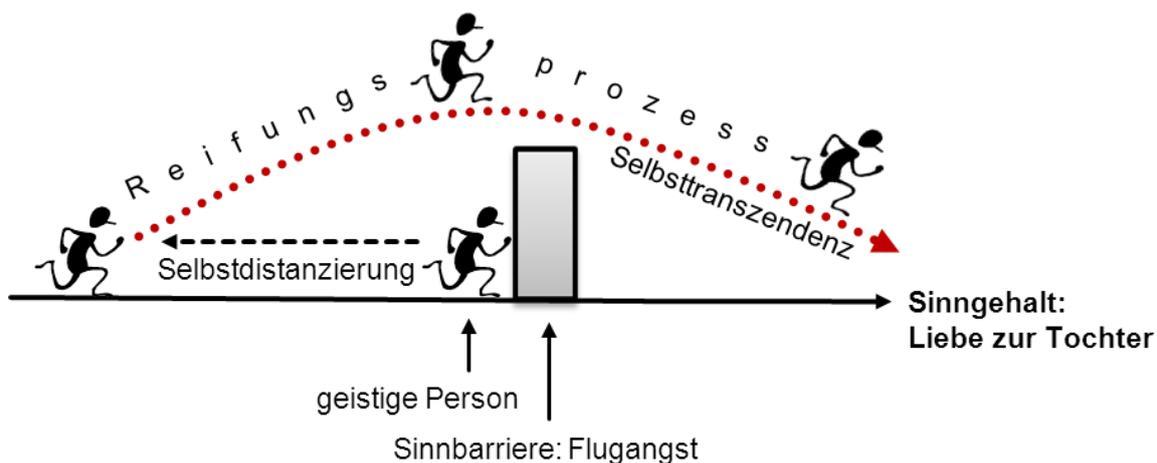
Willensfreiheit, Verantwortung und Schuld des Menschen, damit seiner Würde und letztlich des Menschlichen im Menschen überhaupt.<sup>619</sup>

### 2.11.2 Geistiger Trotz im Lebensalltag und in der Psychotherapie

Indem er seine Trotzmacht zum Vorschein kommen lässt, kann jeder Mensch zum „Helden des Alltags“ werden. Im Folgenden soll dies exemplifiziert werden, indem die „aus dem Leben gegriffene“ Situation aus Kapitel 1.1 wieder aufgenommen wird:

Ein Mann, Anfang 70 Jahre alt, hat seit seiner Jugend Flugangst. Er weiß: Sobald er ein Flugzeug betritt, kommt die Panik – er schwitzt und zittert, ihm wird schwindelig, das Herz rast, er bekommt keine Luft mehr. Gerne hätte er in seinem Leben interessante Flugreisen gemeinsam mit seiner Ehefrau unternommen, doch die Angst hat ihn immer davon abgehalten. Eines Tages erhält er die Einladung zur Hochzeit seiner in Australien lebenden Tochter. Nach einigem Zögern bucht er einen Flug und reist zu ihr.

Abbildung 11: Die Aktualisierung der Trotzmacht des Geistes im konkreten Beispiel: Überwindung von Angst und Verwirklichung eines Erlebniswertes<sup>620</sup>



<sup>619</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 21; 2006, S. 79-81.

<sup>620</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

Die plötzliche Erfahrung eines Sinn-Anrufs aus der Wirklichkeit lässt diesen Menschen abrupt sich selbst vergessen, seinen inneren Zustand objektivieren und erstaunliche geistige Kräfte bündeln. Frei ist er nicht *von* der Angst, sondern *trotz* ihr. Er bewertet seine irrationalen Angstgefühle als sinnwidrig und „beschließt“, sich von ihnen nicht mehr „erpressen zu lassen“. Die „Empörung“ über sich selbst bringt ihn „empor“ und „katapultiert“ ihn über die Sinnbarriere hinweg. Selbsttranszendental tut er das Sinnvollste, indem er entsprechend des in dieser Situation für ihn höchsten Wertes, nämlich der Liebe zu seiner Tochter, handelt. Damit schlägt er eine Brücke zu einer anderen Existenz.<sup>621</sup> Er passt seine „existenzielle Strategie“ dem persönlich bedeutsamen Wertkontext und noetischen Erfordernis der Situation an und verwirklicht heroisch einen Erlebniswert. Dabei geht es ihm nicht darum, sich selbst zu verwirklichen – dennoch entwickelt er sich persönlich weiter und „wird ein anderer“<sup>622</sup>. Die positive Veränderung seiner selbst macht sein Leiden zu etwas Sinnvollem, ordnet es in einen größeren Sinnzusammenhang ein. Indem die Person aus dem noopsychischen Antagonismus heraus agiert und die Fesseln ihrer größten Schwäche sprengt, „triumphiert“ sie über sich selbst und reichert ihr Wertesystem an. Sie erobert sich ein Stück Handlungsfreiheit zurück und erweitert ihren künftigen Bewegungsspielraum. Der Geist hat „ein (Trotz-) Machtwort gesprochen“.

Das Beispiel zeigt zum einen, wie gewaltig der Einfluss geistiger Willenskraft auf die psychische Gesundheit ist und welch großes Potenzial für die Gesunderhaltung der Menschheit in der Sinngerichtetheit liegt. Zum anderen macht es deutlich, dass die Vernunft sich nicht am Sinn orientiert, sondern einem teleologischen Prozess folgt: Während sich Sinn auf die Person und deren Motiv bezieht und die individuelle, subjektive Bedeutung einer Handlung ausdrückt, meint der Zweck eine Sache und deren Ergebnis, etwas funktional auf ein Ziel oder einen Erfolg Ausgerichtetes, einen selbst definierten Nutzen.<sup>623</sup> Vernünftig, zweckvoll und damit ziieldienlich im Hinblick auf die Fernreisen wäre es für den Aviophobiker jahrzehntelang gewesen, den Ängsten Widerstand zu leisten. Nicht ein Nutzen, sondern ein über den Menschen und seine Bedürfnisse hinausreichender Wert als „Sinn-Grund“, war der Auslöser, es zu tun.

---

<sup>621</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 115.

<sup>622</sup> Vgl. Yehuda Bacon: „Das Leiden hat einen Sinn, wenn du selbst ein anderer wirst.“, zitiert nach Lukas, 1988, S. 220.

<sup>623</sup> Vgl. Böckmann, 1988, S. 142; vgl. Lukas, 1994, S. 193-194.

Ein weiteres Exempel für geistige Stellungnahme ist das der „schlimmen Kindheit“ oder „Legende von der Allverantwortlichkeit der Eltern für die Schwierigkeiten und Probleme ihrer groß gewordenen Kinder“<sup>624</sup>. Von den Auswirkungen der Kindheitserlebnisse auf das Leben noch im Erwachsenenalter ist man nicht gefeit, jedoch hat man immer die Freiheit und Verantwortung, auf eine bestimmte Art damit umzugehen. So sagt der Eine: „Weil ich als Kind misshandelt wurde, kann ich gar nicht anders als meine eigenen Kinder auch zu schlagen, wenn ich wütend bin.“ Durch diese – nicht hinterfragte oder zumindest nicht ausreichend geprüfte – Abhängigkeitshypothese schränkt er selbst seine Autonomie im Verhalten gegenüber seinen Kindern ein. Der Andere sagt: „Gerade weil ich selbst misshandelt wurde, weiß ich, wie sehr man als Kind darunter leidet – und werde dies meinen eigenen Kindern auf jeden Fall ersparen. Ich *könnte* wie meine Eltern werden, aber ich *entscheide mich dagegen*.“ Niemand ist nur ein „Erziehungsprodukt“, das heißt Erziehungsfehler sind nie hinreichende Ursachen für psychische Fehlentwicklungen bei Erwachsenen – steht es doch Jedem aufgrund seines Selbstgestaltungs- und -entwicklungspotenzials frei, sich entsprechend der persönlichen Werte nachzuerziehen, „Nein zu sagen“<sup>625</sup> gegen die elterlichen Verhaltensmuster – anstatt sich damit zu identifizieren – und das eigene Selbstverständnis als „Spielball des Schicksals“ willentlich zu „boykottieren“.<sup>626</sup>

Nicht nur lässt sich Sinn durch die personale Stellungnahme zu einem Leiden hervorrufen, andersherum prägt die personale Haltung das Leiden immer schon und macht es überhaupt erst möglich – ist doch jede Angst vor der Angst<sup>627</sup>, der Ärger über die Verärgerung, Verzweiflung über die Traurigkeit, Kummer über den Schmerz, Schuld wegen der Wut über die eigene Aggression und so weiter bereits eine sekundäre oder gar tertiäre, geistige Reaktion auf einen ursprünglichen inneren Zustand.<sup>628</sup>

Die Trotzmacht des Geistes macht vor der Psychose nicht halt, deren Erleben auch von der Grundeinstellung des Psychotikers zu seiner Krankheit abhängt und die immer noch gestaltbar ist: Der eine Melancholiker begeht aus der Depression heraus Suizid, der andere nimmt von seinen Selbsttötungsgedanken „Abstand“. Der eine Paranoiker bringt einen „Verfolger“ um, während ein anderer nicht aus seiner Verfolgungsidee agiert,

---

<sup>624</sup> Böschmeyer, 2010, S. 83.

<sup>625</sup> Vgl. Kapitel 2.9.1.

<sup>626</sup> Vgl. Lukas, 1986c, S. 36.

<sup>627</sup> Vgl. Kapitel 2.8.2.

<sup>628</sup> Vgl. Frankl, 1949, S. 106; 1975/2005, S. 149.

sondern aus der Menschlichkeit heraus auf diese reagiert – und seinem vermeintlichen Feind verzeiht. Letzteres ist eine Leistung der geistigen Person, die sich bis zu einem gewissen Grad vom abnorm Psychischen distanzieren kann. So können jeder Krankheit immer noch verbliebene Freiräume und letzte Sinnmöglichkeiten „abgetrotzt“ werden.

Die Logotherapie zielt daher nicht auf die Behandlung eines Symptoms als solchem ab, sondern appelliert an die Person – und fordert eine distanzierte Betrachtung des Symptoms und einen Wandel der existenziellen Haltung, welche das klinische Krankheitsbild (mit)bedingt.<sup>629</sup> Im Gegensatz etwa zur Psychoanalyse ist sie somit nicht an den seelischen Störungen und ihrem Entstehen in der Vergangenheit orientiert, sondern setzt am Gesundgebliebenen an und lenkt die Aufmerksamkeit auf die noch vorhandenen Wahlmöglichkeiten und Wertfülle des Lebens. Sie bezieht sich damit auf die Gegenwart und Zukunft des Menschen und konzentriert sich auf die positive Provokation, Entfaltung und Stärkung seiner geistigen Kräfte und Wachstumspotenziale.<sup>630</sup> Da die geistige Person niemals erkrankt<sup>631</sup>, kann die Trotzmacht „aufgerufen werden“, solange ein Mensch lebt. Wenn der Geist aufgrund einer Psychose zeitweise „ohnmächtig“ ist, bedeutet das nur, dass er sich und seine Stellungnahme zum Psychophysischen – sei es in Form der Auflehnung gegen die Krankheit oder des Akzeptierens derselben – nicht ausdrücken kann. Die Haltung der Person ist dadurch von außen unsichtbar, dennoch existiert sie.<sup>632</sup>

So macht die Trotzmacht des Geistes das menschliche Ringen um eine sinnvolle Lebensgestaltung *trotz* aller Widrigkeiten möglich. Die Logotherapie zählt auf diese Fähigkeit und nutzt gerade sie im Rahmen der Krisenintervention und Unterstützung des individuellen Sinnfindungsprozesses. Sie will den Menschen dazu herausfordern, „sich dem zuzuwenden, wovon er in sinn-loser Weise ausweicht.“<sup>633</sup> Die – ab Kapitel 2.5 in verschiedenen Zusammenhängen dargestellte – Grenzziehung zwischen Geistigem und den subnoetischen Dimensionen (auch wenn diese Trennung letztlich nur eine heuristische sein kann) ist in der Logotherapie von höchster Relevanz – geht es doch darum, den Geist gegen die psychophysische Faktizität „antreten zu lassen“. Frankl

---

<sup>629</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 162; 1949, S. 58, 109-110; 1985/2010, S. 55; 2002, S. 94; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 72-73.

<sup>630</sup> Kurz, 1989, S. 36, spricht von einer Überholung der psychoanalytischen „Archäologie der Seele“ durch eine logotherapeutische „Futurologie der Person“.

<sup>631</sup> Vgl. Kapitel 2.5.2.

<sup>632</sup> Vgl. Frankl, 2002, S. 83; vgl. Lukas, 1986c, S. 76-77, 158-166.

<sup>633</sup> Böschmeyer, 1988a, S. 341.

zufolge machen der noopsychische Antagonismus und die ihn bekundende Trotzmacht Psychotherapie überhaupt erst nutz- und sinnvoll.<sup>634</sup> Was den Logotherapeuten speziell kennzeichnet, ist die unbedingte Überzeugung von dieser inneren Kraftreserve in jedem Menschen – welche interindividuell unterschiedlich stark eingesetzt wird.<sup>635</sup>

Da der psychonoetische Antagonismus ein fakultativer ist<sup>636</sup>, ist die Mobilisierung der Trotzmacht zwar die Möglichkeit einer „rechten Aktivität“<sup>637</sup>, jedoch keine Notwendigkeit. Dass der Geist dem Psychophysischen „gegenübersteht“, muss nicht bedeuten, dass er ihm auch „entgegentritt“: „Zum Glück muß [sic!] der Mensch von dieser Trotzmacht keineswegs unentwegt Gebrauch machen; denn mindestens ebenso oft wie *trotz* seines Erbes, *trotz* seiner Umwelt und *trotz* seiner Triebe behauptet sich der Mensch ja auch *dank* seines Erbes, *dank* seiner Umwelt und *kraft* seiner Triebe.“<sup>638</sup> Das heißt: „Zu trotzen ist zwar immer möglich, aber der Mensch hat es nicht immer nötig“<sup>639</sup>, die Freiheit des menschlichen Geistes muss nicht immer ausgeschöpft werden. So muss auch die Verwirklichung von Einstellungswerten nicht bedeuten, dass Trotzmacht aktiviert wurde.

Paradoxerweise kann gerade das Akzeptieren einer empfundenen Ohnmacht – im Sinne eines „Sich-sinnvoll-Fügens“ – Trotzmacht ausdrücken. Die Aktualisierung der Trotzmacht ist gerade *nicht* gleichzusetzen mit einem Beharren um seiner selbst willen, in selbstzweckhafter Weise – einem Sinn-missachtenden „Mit-dem-Kopf-durch-die-Wand“. Im Gegenteil ist sie das im Menschen, was um Sinn kämpft, wenn dies notwendig wird. Ein inneres Loslassen unerfüllbarer Hoffnungen, das Annehmen und Aushalten der harten Wirklichkeit, die Aussöhnung mit dem Schicksalhaften – wie in den Anweisungen der paradoxen Intention – kann in diesem Sinne „gelingendes Leben“<sup>640</sup> ausmachen. Wo möglich kann das „Ignorieren“ eines Schicksals und „An-ihm-vorbei-denken-und-leben“ eher den Weg zum individuellen Sinn ebnen. Frankl spricht hier von der „rechten Passivität“ – im Gegensatz zur „schlechten Passivität“<sup>641</sup> als Flucht- und Vermeidungsverhalten, bei welchem der Geist sich „die Widerrede verbieten lässt“, sich

---

<sup>634</sup> Vgl. Frankl, 1948/2010, S. 17-18; 1975/2005, S. 148.

<sup>635</sup> Vgl. dazu Kapitel 3 und 4.

<sup>636</sup> Vgl. Kapitel 2.9.

<sup>637</sup> Frankl, 1949, S. 108; 1975/1987, S. 150; 1975/2005, S. 150.

<sup>638</sup> Frankl, 1955, S. 138; vgl. auch 1947/1991 (Fußnote 1); 1975/1987, S. 57 (Fußnote 7); 1975/2005, S. 148-149; 2002, S. 63, 93-94.

<sup>639</sup> Frankl, 2002, S. 62.

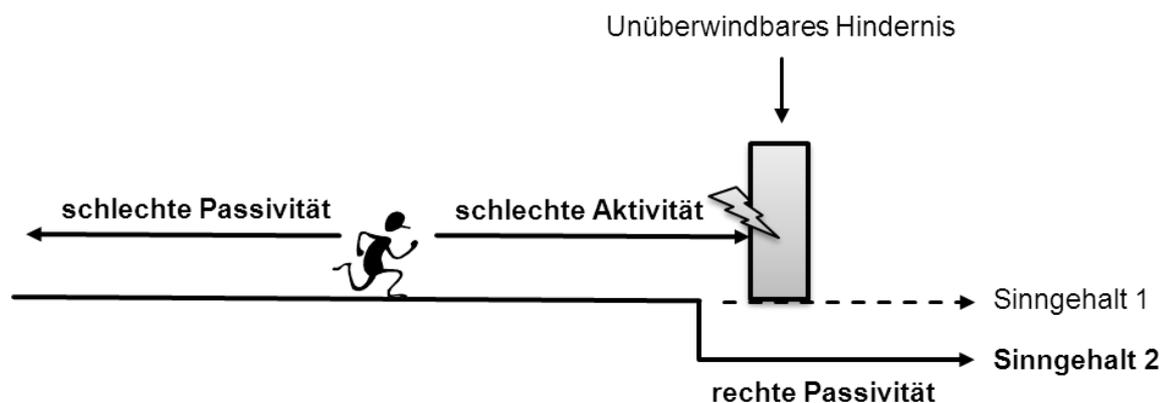
<sup>640</sup> Den Begriff verwendet Uwe Böschmeyer, zitiert nach Riemeyer, 2007, S. 322.

<sup>641</sup> Frankl, 1947/1991, S. 226-229; 1949, S. 107-108; 1975/1987, S. 149-150, 172; 1975/2005, S. 150-151; 2006, S. 248; vgl. Lukas, 1988, S. 259-261.

den Umständen unterwirft und den triebhaften Impulsen blind gehorcht. Problemen wird ausgewichen, unangenehme Angelegenheiten werden ausgeblendet.<sup>642</sup>

Aber auch die „schlechte Aktivität“ ist kontraproduktiv: Hyperreflexion, Perfektionismus, ein verkrampftes Erzwingenwollen von Glück, Erfolg und/oder Liebe, das verbissene und letztlich fruchtlose „Anrennen“ gegen die psychophysische Faktizität kann aufreiben, zu Überforderung führen und etwa eine Zwangsneurose sogar verschlimmern.<sup>643</sup> Ein Nicht-Wahrhaben-Wollen und die Revolte gegen Unveränderliches führen nicht zum Sinn.

Abbildung 12: Rechte Passivität als Weg zur individuellen Sinnverwirklichung<sup>644</sup>



Lukas inaugurierte in Anlehnung an Leon Festingers (1957) „kognitiver Dissonanz“ den Begriff der „noetiven Dissonanz“<sup>645</sup>. So wie beim Phänomen der kognitiven Dissonanz Aspekte der Realität nicht mit individuellen Erwartungen oder Überzeugungen übereinstimmen, besteht bei noetiver Dissonanz ein Widerspruch zwischen dem, was als sinnvoll betrachtet und dem, was erreicht werden kann. Äußere Umstände vereiteln das Verfolgen eines als sinnvoll betrachteten Zieles. Würde man die Sinnhaftigkeit der Aufgabe abwerten, könnte man die noetive Dissonanz im Moment zwar reduzieren, löste dadurch jedoch existenzielle Frustration aus. Es ist dem Menschen in dieser Situation daher bewusst zu machen, dass die höchstmögliche Annäherung an den Sinn als

<sup>642</sup> Vgl. angstneurotische Reaktion, Kapitel 2.8.2.

<sup>643</sup> Vgl. ebd., zwangsneurotische Reaktion.

<sup>644</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

<sup>645</sup> Lukas, 1986a, S. 110; 1994, S. 143-151.

„maximale Sinnerfüllung“ *genauso gut ist* wie die absolute Sinnerfüllung. Dadurch kann er loslassen und wieder frei werden für ein neues sinnvolles Ziel.

### **2.11.3 Fazit**

Jeder Mensch hat nicht nur die Freiheit und Verantwortung, sondern auch die Fähigkeit, innere und äußere Sinnbarrieren zu überwinden. Nutzt eine Person dieses – von Frankl „Trotzmacht des Geistes“ genannte – geistige Potenzial zur Selbstgestaltung und Sinnverwirklichung, durchläuft sie einen Prozess der Reifung und entwickelt sich persönlich weiter. Die Trotzmacht stellt eine notwendige Voraussetzung für sinnzentrierte Psychotherapie dar, denn erst durch eine „existenzielle Trothaltung“ kann der Patient psychischen Störungen Widerstand leisten.

## 2.12 Empirische Forschung und Psychometrie in der Logotherapie

Dieses Kapitel führt durch die grundlagen- und anwendungsorientierte Forschung innerhalb der Logotherapie und Existenzanalyse, in Form eines inhaltlichen Überblicks mit zeitlicher Einordnung und der Nachzeichnung einiger Befunde.

### 2.12.1 Die Anfänge der empirischen Logotherapie

Logotherapeutische Forschung begann Mitte der 50er Jahre des 20. Jahrhunderts mit dem Erscheinen des Frankl'schen Werkes „The Doctor and the Soul“<sup>646</sup> und dem von Frankl explizit unterstützten Ziel, die darin enthaltenen theoretischen Aussagen wissenschaftlich zu überprüfen und insbesondere die Wirkung der paradoxen Intention und Dereflexion bei verschiedenen Störungen zu verifizieren.<sup>647</sup> In dieser Zeit entstand eine Reihe von Dissertationen und Artikeln zur klinischen Wirksamkeit logotherapeutischer Methoden und Techniken.

Im Mittelpunkt einer sich daran anschließenden zweiten Forschungsphase ab den 60er Jahren stand die Entwicklung psychometrischer Verfahren zur objektiven Erfassung logotherapeutischer Konzepte. In den USA hat das Sinnkonstrukt seitdem zunehmend Eingang in die psychologische Forschung gefunden. Zur erstmaligen Quantifizierung des Willens zum Sinn beziehungsweise Messung der individuellen Ausprägung existenzieller Frustration und deren Auswirkungen auf die psychische Gesundheit entwickelten James Crumbaugh und Leonard Maholick 1969 den „Purpose in Life Test (PIL)“<sup>648</sup>. Sie diagnostizierten die noogene Neurose als neues Krankheitsbild. Durch die Ergebnisse der PIL-Validierungsstudien fanden sie den Willen zum Sinn als fundamentales menschliches Bedürfnis bestätigt.<sup>649</sup>

---

<sup>646</sup> 1955 in englischer Sprache erschienen; deutscher Originaltitel: „Ärztliche Seelsorge“, vgl. Frankl, 1946/2011; vgl. Kapitel 2.4.

<sup>647</sup> Vgl. Batthyány / Guttman, 2005, S. 287-315; vgl. Gerz, 1962.

<sup>648</sup> Vgl. Crumbaugh / Maholick, 1964, 1968, 1969; vgl. Crumbaugh, 1968, 1977; vgl. Crumbaugh / Henion, 1988.

<sup>649</sup> Vgl. Crumbaugh, 1973.

Der PIL war nicht nur das erste von inzwischen zahlreichen logotherapeutischen Testverfahren<sup>650</sup>, sondern auch lange Zeit das einzige Instrument, welches auf breiter Basis – bei diversen klinischen und nicht-klinischen Populationen – zur systematischen Untersuchung von Sinnerleben eingesetzt wurde. Er beinhaltet 20 Items und eine siebenstufige (ursprünglich fünfstufige) Antwortskala.<sup>651</sup> Die Items sind nachfolgend vollständig mit den Extrempolen der Antwortskala aufgelistet<sup>652</sup>, wobei Position 4 jeweils als „neutral“ bewertet wird:

1. *Ich bin gewöhnlich ... (1) total gelangweilt ↔ (7) überschwänglich enthusiastisch*
2. *Das Leben erscheint mir als: (1) völlige Routine ↔ (7) immer aufregend*
3. *Im Leben habe ich: (1) überhaupt keine Ziele und Absichten ↔ sehr klare Ziele und Absichten*
4. *Meine persönliche Existenz ist: (1) völlig sinnlos, ohne Zweck ↔ (7) sehr sinn- und zweckvoll*
5. *Jeder Tag ist: (1) genau wie der andere ↔ (7) ständig neu und anders*
6. *Wenn ich wählen könnte, würde ich: (1) es vorziehen, niemals geboren worden zu sein ↔ (7) neun weitere Leben haben wollen, gerade wie dieses*
7. *Nach meiner Pensionierung würde ich: (1) für den Rest meines Lebens nur faulenzeln ↔ (7) einige der aufregenden Dinge tun, die ich schon immer tun wollte*
8. *Beim Erringen der Lebensziele habe ich: (1) überhaupt keine Fortschritte gemacht ↔ (7) vollständige Erfüllung erreicht*
9. *Mein Leben ist: (1) leer, nur von Verzweiflung erfüllt ↔ (7) voll von aufregenden Dingen*
10. *Wenn ich heute sterben würde, hätte ich das Gefühl, dass mein Leben ... gewesen ist (1) völlig wertlos ↔ (7) sehr wertvoll*
11. *Wenn ich über mein Leben nachdenke: (1) frage ich mich oft, warum ich existiere ↔ (7) erkenne ich immer einen Grund, weshalb ich hier bin*
12. *Wenn ich die Welt in Beziehung zu meinem Leben betrachte, dann: (1) ist sie völlig verwirrend für mich ↔ (7) passt sie sinnvoll zu meinem Leben*

---

<sup>650</sup> Vgl. Battyány / Guttmann, 2005, S. 317-334.

<sup>651</sup> Die erste Version enthielt zusätzlich 13 Satzergänzungitems sowie einen Freitext-Teil zu persönlichen Zielen und Ambitionen.

<sup>652</sup> Vgl. Yalom, 2010b, S. 526-527; die Orthografie der aus psychometrischen Verfahren übernommenen Items ist in der gesamten Arbeit gegebenenfalls entsprechend der aktuellen Rechtschreibregelung angepasst.

13. *Ich bin ein: (1) sehr verantwortungsloser Mensch ↔ (7) sehr verantwortungsvoller Mensch*
14. *Hinsichtlich der Freiheit des Menschen, seine Entscheidungen zu treffen, glaube ich, dass der Mensch ... ist (1) völlig gebunden durch die Begrenzungen der Herkunft und der Umgebung ↔ (7) völlig frei, alle Lebensentscheidungen zu treffen*
15. *Im Hinblick auf den Tod bin ich: (1) unvorbereitet und voller Angst ↔ (7) vorbereitet und furchtlos*
16. *Im Hinblick auf Selbstmord habe ich: (1) ernsthaft daran als einen Ausweg gedacht ↔ (7) niemals einen weiteren Gedanken darauf verwendet*
17. *Ich betrachte meine Fähigkeit, einen Sinn, einen Zweck oder eine Aufgabe im Leben zu finden, als: (1) praktisch nicht existent ↔ (7) sehr groß*
18. *Mein Leben liegt: (1) nicht in meinen Händen und wird durch äußere Faktoren kontrolliert ↔ (7) in meinen Händen und ich habe die Kontrolle darüber*
19. *Mich meinen täglichen Aufgaben zu stellen, ist: (1) eine schmerzhaft und langweilige Erfahrung ↔ (7) eine Quelle des Vergnügens und der Befriedigung*
20. *Ich habe ... entdeckt (1) weder eine Aufgabe noch einen Zweck in meinem Leben ↔ (7) klare Ziele und einen befriedigenden Lebenszweck*

Hohe Werte im PIL korrelierten beispielsweise positiv mit psychischer Gesundheit<sup>653</sup>, emotionaler Stabilität<sup>654</sup>, positiver Lebenseinstellung und Weltanschauung, Zielorientierung, selbsttranszendenten Zielen<sup>655</sup>, internaler Kontrollüberzeugung, Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen, Selbstkontrolle, Sorglosigkeit, Geselligkeit, Planung und Organisation, Verantwortungsübernahme, Achtsamkeit, Idealismus<sup>656</sup>, Konservatismus, Anti-Hedonismus, religiösem Glauben<sup>657</sup>, Idealismus und religiös-puritanischen Werten<sup>658</sup>, Mitgliedschaft in organisierten religiösen, ethnischen, politischen oder kommunalen Gruppen<sup>659</sup>, Beteiligung an Sport- und Freizeitaktivitäten<sup>660</sup> und sexueller Zufriedenheit<sup>661</sup>. Dagegen wurden negative Zusammenhänge zwischen PIL-

---

<sup>653</sup> Vgl. Crumbaugh, 1968; vgl. Sappington et al., 1990; vgl. Moomal, 1999; vgl. Auhagen, 2000.

<sup>654</sup> Vgl. Hutzell, 1988.

<sup>655</sup> Vgl. Sharpe / Viney, 1973.

<sup>656</sup> Vgl. Reker, 1977; vgl. Phillips, 1980; vgl. Hutzell, 1988; vgl. Sappington et al., 1990.

<sup>657</sup> Vgl. Bolt, 1975; vgl. Crandall / Rasmussen, 1975; vgl. Soderstrom / Wright, 1977; vgl. Schultz, 1985; vgl. Dufton / Perlman, 1986; vgl. Weinstein / Cleanthous, 1996; vgl. French / Joseph, 1999; vgl. Francis / Kaldor, 2001; vgl. Francis et al., 2010.

<sup>658</sup> Vgl. Pearson / Sheffield, 1975.

<sup>659</sup> Vgl. Doerries, 1970; vgl. Matteson, 1975.

<sup>660</sup> Vgl. Matteson, 1975.

<sup>661</sup> Vgl. McCann / Biaggio, 1989.

Werten und beispielsweise Angst vor dem Tod<sup>662</sup>, Langeweile<sup>663</sup>, Einsamkeit<sup>664</sup>, Middlebenskrise<sup>665</sup>, sexueller Frustration<sup>666</sup>, Hoffnungslosigkeit<sup>667</sup>, Depression,<sup>668</sup> Drogenmissbrauch<sup>669</sup>, Alkoholismus<sup>670</sup>, Suchtverhalten insgesamt<sup>671</sup>, Diebstahl<sup>672</sup>, Delinquenz bei Jugendlichen<sup>673</sup> sowie Werten wie „Vergnügen“, „Spannung“ und „Bequemlichkeit“<sup>674</sup> gefunden. Inkonsistente Resultate zeigten sich bezüglich der Beziehung zwischen den Werten im PIL und sozioökonomischen Klassen<sup>675</sup>, Geschlecht (wobei Männer insgesamt tendenziell höhere Werte erzielten als Frauen)<sup>676</sup>, Alter<sup>677</sup> und – anhand verschiedener Instrumente erhobener – Persönlichkeitsfaktoren.<sup>678</sup>

Der PIL ist das bis heute am weitesten verbreitete und international am häufigsten eingesetzte Verfahren zur psychometrischen Erfassung von Sinn. In einer Vielzahl von Studien wurden eine innere Konsistenz (Cronbach- $\alpha$ ) des Gesamtwertes zwischen .80 und .90 oder höher sowie insgesamt befriedigende Gütekriterien gefunden.<sup>679</sup> Das Instrument ist an über 1000 Personen geeicht und an einer großen Anzahl anderer Testverfahren validiert worden. Seit 1985 liegt eine deutsche Adaption vor.<sup>680</sup> Mehrere Validitätsuntersuchungen zeigten zum Beispiel befriedigende Korrelationen mit Einschätzungen von Therapeuten und Geistlichen in Bezug auf das Sinnerleben von Patienten beziehungsweise Gemeindemitgliedern.<sup>681</sup> Die Validität des PIL ist jedoch

---

<sup>662</sup> Vgl. Bolt, 1978; vgl. Quinn / Reznikoff, 1985; vgl. Drolet, 1990; vgl. Rappaport et al., 1993.

<sup>663</sup> Vgl. Weinstein et al., 1995; vgl. Wink / Donahue, 1997; vgl. Giuliano, 2001; vgl. MacDonald / Holland, 2002; vgl. Melton / Schulenberg, 2007.

<sup>664</sup> Vgl. Bondevik / Skogstad, 2000.

<sup>665</sup> Vgl. Shek, 1994.

<sup>666</sup> Vgl. Sallee / Casciani, 1976.

<sup>667</sup> Vgl. Grygielski et al., 1984.

<sup>668</sup> Vgl. Crumbaugh, 1968; zur Übersicht vgl. Phillips, 1980; vgl. Baum / Boxley, 1983; vgl. Harlow et al., 1986; vgl. Garcia Pintos, 1988; vgl. Robak / Griffin, 2000; vgl. Lyon / Younger, 2001.

<sup>669</sup> Vgl. Padelford, 1974; vgl. Harlow et al., 1986; vgl. Newcomb et al., 1987; vgl. Steyn et al., 1991; vgl. Nicholson et al., 1994.

<sup>670</sup> Vgl. Marsh et al., 2003.

<sup>671</sup> Vgl. Guttman / Cohen, 1993.

<sup>672</sup> Vgl. McShane et al., 1991.

<sup>673</sup> Vgl. Familetti, 1975.

<sup>674</sup> Vgl. Crandall / Rasmussen, 1975.

<sup>675</sup> Vgl. Crumbaugh, 1968.

<sup>676</sup> Vgl. Meier / Edwards, 1974; vgl. Pearson / Sheffield, 1975.

<sup>677</sup> Vgl. Meier / Edwards, 1974; vgl. Bondevik / Skogstad, 2000.

<sup>678</sup> Vgl. Crumbaugh et al., 1970; vgl. Pearson / Sheffield, 1974; 1975; 1989; vgl. Reker, 1977; vgl. Juros, 1984; vgl. Pilecka, 1985; vgl. Addad, 1987; vgl. Hutzell, 1988; vgl. Stanich / Oertengren, 1990.

<sup>679</sup> Vgl. Crumbaugh, 1968; vgl. Crumbaugh / Henrion, 1988; vgl. Hutzell, 1988; vgl. Sink et al., 1998; vgl. Reker, 2000; vgl. Melton / Schulenberg, 2008; vgl. Schulenberg et al., 2008.

<sup>680</sup> Vgl. Becker, 1985.

<sup>681</sup> Vgl. Braun / Dolmino, 1978.

aufgrund methodologischer Unzulänglichkeiten auch immer wieder scharf kritisiert worden. Die von Item zu Item variierenden verbalen Anker der Antwortskala können verwirren.<sup>682</sup> Die Autoren geben in der Handanweisung keine Hinweise auf das Vorgehen bei der Erstellung der Items oder die Itemstatistiken. Die Trennschärfe einiger Items scheint sehr gering zu sein. Die Items spiegeln heterogene Konzepte wider – neben Lebenssinn etwa Lebenszufriedenheit, Freiheit, suizidale Tendenzen und Todesfurcht –, und scheinbar erfasst der Test indirekt eher Depression.<sup>683</sup> Die inhaltliche Interpretation der Items ist offensichtlich von kulturellen Einflüssen mitbestimmt.<sup>684</sup> Zudem sind scheinbar ungeprüfte Hypothesen, zum Beispiel zwischen Sinn und Verantwortlichkeit, integriert<sup>685</sup>, und es wurde eine hohe Überlagerung durch soziale Erwünschtheit festgestellt.<sup>686</sup> Nach Ansicht eines Kritikers ist die Frage „Wie sinnvoll ist dein Leben?“ genauso valide wie der gesamte Fragebogen.<sup>687</sup>

Als erster deutschsprachiger logotherapeutischer Test wurde der „Logo-Test“ von Frankls Schülerin Elisabeth Lukas entwickelt. Er entstand im Rahmen Lukas' Dissertation in den Jahren 1969 bis 1971 am Institut für experimentelle und angewandte Psychologie der Universität Wien.<sup>688</sup> Ziel der Entwicklung des Tests war es, die Logotherapie zu validieren, und zwar durch den wissenschaftlichen Nachweis ihres „Haupttheorems“, dem positiven Zusammenhang zwischen Sinnerfüllung und seelischer Gesundheit.<sup>689</sup>

Sinn wird im Logo-Test sowohl als aktuelles Sinnerleben als auch zeitlich überdauernde sinnstiftende Haltung erfasst. Das eindimensionale Verfahren soll innere Sinnerfüllung beziehungsweise existenzielle Frustration erheben und noogene Neurosen aufdecken. Es besteht aus drei Teilen (reduziert aus ursprünglich fünf), von denen der erste Teil von Lukas als wichtigster betrachtet wird. Er basiert auf den Antworten von 1000 Wiener Straßenpassanten zwischen 20 und 70 Jahren auf die Frage: *„Könnten Sie mir sagen, ob es für Sie persönlich etwas so Wertvolles gibt, dass Sie es als sinngebend für Ihr Leben*

---

<sup>682</sup> Vgl. Harlow et al., 1986; dies war einer der Hauptgründe für die Entwicklung des „Life Purpose Questionnaire“ (vgl. Hablas / Hutzell, 1982; siehe unten).

<sup>683</sup> Vgl. Dyck, 1987; vgl. Yalom, 2010b, S. 527-528.

<sup>684</sup> Vgl. Garfield, 1973.

<sup>685</sup> Vgl. Battista / Almond, 1973.

<sup>686</sup> Vgl. Braun / Dolmino, 1978:  $r = .57$  mit der Marlow-Crowne Social Desirability Scale.

<sup>687</sup> Vgl. ebd.

<sup>688</sup> Vgl. Lukas, 1971; in Frankls Werk *Der Wille zum Sinn* (vgl. Frankl, 1972/2005) war die Konstruktion des Logo-Tests bereits beschrieben worden, bevor er 1986 mit Handanweisung zur offiziellen Verwendung publiziert wurde, vgl. Lukas, 1986b.

<sup>689</sup> Vgl. Lukas, 1986b, S. 16;

*bezeichnen würden, und wenn, könnten Sie diesen Sinn Ihres Lebens in wenigen Worten ausdrücken?*<sup>690</sup> 51.5% der Befragten nannten einen positiven Lebenssinn, 515 Antworten konnten ausgewertet werden und wurden in neun „sinngabende Faktoren“ untergliedert<sup>691</sup>:

- (1) Eigenes Wohlergehen (Besitz, Vorteil, angenehmes Leben)
- (2) Selbstverwirklichung (Identitätsgewinnung, Aussehen, Erfolg)
- (3) Familie (Partnerschaft, Kinder, Heim, Existenzgründung)
- (4) Hauptbeschäftigung (Ausbildung, Studium, Beruf, Arbeit)
- (5) Sozietät (Liebe, Kontakte, soziale Aufgaben, Freunde)
- (6) Interessen (Wissen, Hobby, Sport, Reisen, Nebenbeschäftigungen)
- (7) Erlebnis (Natur- und Kunsterlebnisse, Stimmung, Harmonie)
- (8) Dienst an Überzeugung (Religion, Politik, Reformen)
- (9) Vitale Not (Krankheitsüberwindung, Selbsterhaltung, Versöhnung)

Diese Inhaltskategorien wurden in neun mit „ja“ oder „nein“ zu beantwortende Items umgesetzt:

1. *Wenn ich ehrlich bin, ist mir ein angenehmes, friedliches Leben ohne große Schwierigkeiten mit hinreichendem finanziellen Rückhalt am liebsten.*
2. *Ich habe bestimmte Vorstellungen, wie ich gerne sein möchte und womit ich gerne Erfolg hätte, und ich versuche diese Vorstellungen nach Kräften zu verwirklichen.*
3. *Ich fühle mich in der Geborgenheit eines Heimes, im Kreis der Familie wohl und möchte dazu beitragen, auch den Kindern eine entsprechende Basis zu schaffen.*
4. *In meiner beruflichen Arbeit, die ich zurzeit ausübe oder für die ich mich erst ausbilde, finde ich meine wahre Erfüllung.*
5. *Ich habe einem oder mehreren anderen Menschen gegenüber Verpflichtungen und Beziehungen, denen nachzukommen mir Freude macht.*
6. *Es gibt ein Fachgebiet, das mich besonders interessiert, auf dem ich immer dazulernen möchte und mit dem ich mich, sobald ich Zeit habe, beschäftige.*
7. *Ich habe Freude an Erlebnissen bestimmter Art (Kunstgenuss, Naturbetrachtung ...) und möchte sie nicht missen.*

---

<sup>690</sup> Lukas, 1972/2005, S. 228.

<sup>691</sup> Vgl. Lukas, 1986b, S. 17; vgl. auch 1972/2005, S. 233, 236.

8. *Ich glaube an eine religiöse oder politische Aufgabe (oder an eine Aufgabe im Dienste des Fortschritts) und stelle mich dieser zur Verfügung.*
9. *Mein Leben ist durch Not, Sorge oder Krankheit überschattet, doch ich bin sehr bestrebt, diese Situation zu verbessern.*

Teil I erfasst damit die Vielfältigkeit des noetischen Selbstverständnisses, in Form der konkreten Möglichkeiten zur persönlichen Erfüllung. Teil II des Logo-Tests misst die Auswirkungen aktueller existenzieller Frustration. Zu sieben Aussagen über mehr oder weniger emotionale Erlebnisse des Menschen soll angekreuzt werden, ob man diese „sehr oft“, „hie und da“ oder „nie“ gehabt hat:

1. *Das Gefühl ohnmächtigen Zornes, weil Sie glaubten, alles Bisherige umsonst getan zu haben.*
2. *Den Wunsch, nochmals Kind zu sein und von vorne wieder anfangen zu können.*
3. *Die Beobachtung, dass Sie versuchen, Ihr Leben vor sich selbst oder anderen Personen gehaltvoller darzustellen, als es wirklich ist.*
4. *Die Abneigung, sich mit tiefen und eventuell unbequemen Gedanken über Ihr Tun und Wirken zu belasten.*
5. *Die Hoffnung, aus einem misslungenen Vorhaben oder einem Unglück trotzdem ein positives Geschehnis machen zu können, wenn Sie nur alles daransetzen.*
6. *Den Impuls einer Unruhe, die sich Ihnen gegen Ihre bessere Einsicht aufdrängt und quälende Interesselosigkeit an allem, was sich Ihnen darbietet, hervorruft.*
7. *Den Gedanken, dass Sie im Angesicht des Todes sagen müssten, es habe sich nicht gelohnt zu leben.*

In Teil III sollen drei dargebotene „Fälle“ im Hinblick darauf beurteilt werden, welche der Personen am glücklichsten ist und welche am meisten leidet:

- a) *Ein Mann (eine Frau) hat viel Erfolg in seinem (ihrem) Leben. Das, was er (sie) eigentlich immer schon wollte, hat er (sie) zwar nicht durchführen können, dafür hat er (sie) sich im Laufe der Zeit eine gute Position geschaffen und kann ohne viel Sorgen in die Zukunft blicken.*
- b) *Ein Mann (eine Frau) hat sich in eine Aufgabe, die er (sie) sich zum Ziel gesetzt hat, verbissen. Trotz ständiger Misserfolge hält er (sie) immer noch daran fest. Er (sie) hat*

*deswegen auf vieles verzichten müssen und letztlich wenig erkennbaren Gewinn davon gehabt.*

*c) Ein Mann (eine Frau) hat einen Kompromiss geschlossen zwischen seinen (ihren) Neigungen und den zwingenden Lebensumständen. Seinen (ihren) Pflichten kommt er (sie) gehorsam, wenn auch nicht sonderlich gerne nach. Zwischendurch aber, wenn es sich machen lässt, widmet er (sie) sich seinen (ihren) privaten Ambitionen.*

Dieser letzte Teil beinhaltet zudem eine abschließende, offene Schilderung der eigenen Lebensgeschichte in Bezug auf Lebensziele, Erreichung dieser sowie die Einstellung dazu. Die (eher schwierige) qualitative Auswertung besteht aus der Analyse des Freitextes, die Einschätzung erfolgt auf einem fünfstufigen „Sinnkontinuum“ zwischen „sehr guter Sinnerfüllung“ (Formulierung von Sinngehalten, die sowohl in der Gegenwart als auch der Vergangenheit oder Zukunft liegen können) und „schlechter beziehungsweise gar keiner inneren Sinnerfüllung“ (Formulierungen, die auf Verzweiflung, Trost- und Hoffnungslosigkeit, innere Leere, Hass, Wut, Unversöhnlichkeit, Existenzangst oder absolute Gleichgültigkeit hinweisen).

Lukas überprüfte 73 Hypothesen, die sich auf „Lehrsätze“ Frankls bezogen. Bis auf drei fand sie alle wichtig bestätigt und betrachtete damit die logotherapeutische Theorie als empirisch validiert. So sah sie unter anderem Frankls Annahme als verifiziert an, dass Sinnerfüllung und Erfolgserleben nicht parallel zueinander verlaufen, sondern die beiden Variablen auf unterschiedlichen Dimensionen liegen<sup>692</sup>: Sie erzielte nur niedrige Korrelationen zwischen den Selbsteinschätzungen hinsichtlich Erfolg und Sinnerleben. Allerdings kam Lukas zu dem Ergebnis, dass das „Gegenteil“ von Sinnerfüllung nicht Verzweiflung ist, sondern dass Sinnleere in schwierigen Situationen durch *Gleichgültigkeit* zum Ausdruck kommt. Die beiden anderen nicht-bestätigten Hypothesen waren erstens, dass Angehörige der Landbevölkerung keine nachweislich höhere Sinnorientierung zeigten als Befragte aus städtischen Gebieten. Der von Frankl postulierte Zusammenhang zwischen Technisierung in modernen Gesellschaften und existenziellem Vakuum konnte damit nicht gefunden werden. Zweitens erwies es sich nicht als sinnfördernd, an

---

<sup>692</sup> Vgl. Kapitel 2.10.2, Abbildung 9, Fadenkreuzschema.

angestrebten Lebenszielen festzuhalten und dafür Opfer zu erbringen, sondern psychisch flexibel zu sein und sich ständig an neue Situationen anpassen zu können.<sup>693</sup>

Der Logo-Test differenziert zuverlässig zwischen psychisch Gesunden und Kranken, insofern als letztere vorwiegend schlechtere innere Sinnerfüllung zeigen. Ein Cut-off-point gestattet für alle Altersgruppen die Diagnose „existenzielle Frustration“ beziehungsweise „noogene Neurose“. Die Validierung des Verfahrens erfolgte lediglich an einem anhand des Rohrschach-Tests ermittelten „allgemeinen Psychohygiene“-Wert als Außenkriterium im Sinne eines Indikators für nicht vorhandene seelische Abnormalitäten. In der hohen Korrelation der Totalscores der einzelnen Logo-Test-Teile mit den Rohrschach-Psychohygienewerten ( $r = .77$ ) sah Lukas nicht nur eine Bestätigung des logotherapeutischen Theorems, dass Sinnerleben ein Kriterium seelischer Gesundheit ist, sondern auch die Validierung des Logo-Tests als Messinstrument für innere Sinnerfüllung. Die Sinn-Alterskurve zeigte die höchsten Werte zwischen 40 und 60 Jahren und das stärkste Absinken zwischen 20 und 30 Jahren.<sup>694</sup>

Bedenklich gesehen wird das recht spezifische Kollektiv, anhand dessen das Datenmaterial gewonnen wurde: Von den 340 Personen, denen der Fragebogen vorgelegt wurde, waren 55 Kranke aus der psychiatrisch-neurologischen Universitätsklinik Wien, bei der Normalstichprobe von 285 Probanden handelte es sich dagegen ausschließlich um Besucher von Volksfesten in Niederösterreich. Zudem kritisierte Längle am Logo-Test unter anderem die aus seiner Sicht unsystematische Auswahl der Inhalte des Teils II sowie die Vermengung von innerer Sinnerfüllung mit dem Konstrukt „Glück“ in Teil III.<sup>695</sup> Sowohl im PIL als auch im Logo-Test werden zum Teil von den Autoren beziehungsweise der Autorin festgelegte Wertmaßstäbe und Kriterien für sinnhaftes respektive sinnleeres Leben bereits vorgegeben. So ist im Logo-Test beispielsweise politisches Engagement an sich als sinnvolle Aufgabe bewertet.<sup>696</sup> Inzwischen liegt mit dem aus 14 Items bestehenden „Logo-Test-R“ eine durch ein ungarisches Forscherteam überarbeitete und bezüglich der Gütekriterien optimierte Version vor.<sup>697</sup>

---

<sup>693</sup> Vgl. Lukas, 1972/2005, S. 244-245.

<sup>694</sup> Vgl. Lukas, 1986b, S. 20-23.

<sup>695</sup> Vgl. Längle et al., 2000, S. 8.

<sup>696</sup> Vgl. ebd., S. 10.

<sup>697</sup> Vgl. Konkoly Thege et al., 2010.

### 2.12.2 Intensivierte Entwicklung logotherapeutischer Testverfahren

Bis in die 1980er Jahre hinein war die logotherapeutische Literatur zu empirischen Studien noch recht dürftig und wenig aussagekräftig.<sup>698</sup> Logotherapie wurde mitunter eher als „Lebensphilosophie“ oder „profane Religion“ betrachtet denn als systematisch ausformulierte Theorie und wissenschaftliche psychotherapeutische Richtung.<sup>699</sup> Mitte der 80er Jahre – in denen die meisten existenzanalytisch fundierten Messinstrumente entstanden – nennt Frankl bereits 10 logotherapeutische Verfahren: Neben PIL und Logo-Test den „Meaning in Life Evaluation Test (MILE)“ und den „Seeking of Noetic Goals Test (SONG)“<sup>700</sup> von James Crumbaugh, die „Attitudinal Values Scale (A.V.S.)“ von Bernard Dansart<sup>701</sup>, den „Life Purpose Questionnaire (LPQ)“ von Robert Hutzell und Ruth Hablas<sup>702</sup>, den „Sinn-Einschätzungs- und -Erwartungs-Test (S.E.E.)“ vom Bielefelder Psychotherapeuten Walter Böckmann (siehe unten) sowie drei weitere, zu diesem Zeitpunkt noch nicht vollständig ausgearbeitete Tests an den Universitäten Wien, Dublin und Alabama.<sup>703</sup>

Konzeptionell differenzierter ausgearbeitet als der PIL und mit diesem hoch korrelierend ist der „Life Regard Index (LRI)“ von John Battista und Richard Almond (1973)<sup>704</sup>, der erfolgreich validiert wurde, jedoch nie weit verbreitet war. Der Fragebogen zur Selbsteinschätzung misst das Ausmaß an Sinnerfüllung und thematisiert in vier Teilskalen schwerpunktmäßig die Reflexion sinnträchtiger Lebensziele und Perspektiven sowie deren Realisierung. Hinter dem Instrument steht die aus dem „Transaktionalen Modell“

---

<sup>698</sup> Vgl. Dyck, 1987.

<sup>699</sup> Vgl. Weisskopf-Joelson, 1975.

<sup>700</sup> Der ebenfalls 20 Items umfassende SONG misst die Motivation zur Sinnsuche; eine moderate negative Korrelation mit dem PIL konnte nachgewiesen werden, und faktorenanalytisch wurde die Komplementarität von PIL und SONG bestätigt; aufgrund der Kritik an der Qualität des SONG ist dieser kaum verwendet worden; vgl. Yarnell, 1972; vgl. Crumbaugh, 1977, zitiert nach Frankl, 1972/2005, S. 209; vgl. Reker / Cousins, 1979; vgl. Bailey-Richardson, 1985; vgl. Moreland, 1985; vgl. Dyck, 1987; vgl. Hutzell, 1987; vgl. Sink et al., 1998; vgl. Schulenberg, 2004; vgl. Schulenberg et al., 2008.

<sup>701</sup> Vgl. Dansart, 1974, zitiert nach Frankl, 1972/2005, S. 209.

<sup>702</sup> Vgl. Hablas / Hutzell, 1982; vgl. Kish / Moody, 1989; vgl. Hutzell / Finck, 1994; vgl. Schulenberg et al., 2008; der LPQ korreliert hoch mit dem PIL, ist ökonomischer als dieser und wurde speziell für die Zielgruppe „alte Menschen / geriatrische Patienten“ entwickelt.

<sup>703</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 326-327 (Fußnote); vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 81; für eine relativ aktuelle Übersicht der Forschung zu logotherapeutischen Testverfahren vgl. Batthyány / Guttmann, 2005, S. 317-334.

<sup>704</sup> Vgl. Battista / Almond, 1973; vgl. auch Debats, 1990.

der Autoren für die Erforschung von Lebenssinn<sup>705</sup> abgeleitete Auffassung, dass für die Erfahrung von Sinn sowohl ein Lebensbezugsrahmen – das heißt die Betrachtung des Lebens innerhalb eines sinnvollen Ganzen – notwendig ist, als auch die Ableitung von Lebenszielen daraus und deren Erfüllung.<sup>706</sup> Sinn wird dabei aus einer kognitiven sowie einer affektiven Komponente zusammengesetzt verstanden. Entsprechend wird unterschieden zwischen – jeweils 14 zur Hälfte positiv und negativ formulierten und auf einer fünfstufigen Likert-Skala einzuschätzenden – „Rahmen-“ und „Erfüllungs-Items“<sup>707</sup>:

Framework Items – positiv:

*I feel like I have found a really significant meaning for leading my life.*

*I have really come to terms with what's important for me in my life.*

*I have a system or framework that allows me to truly understand my being alive.*

*I have a very clear idea of what I'd like to do with my life.*

*There are things that I devote all my life's energy to.*

*I have a philosophy of life that really gives my living significance.*

*I have some aims and goals that would personally give me a great deal of satisfaction if I could accomplish them.*

Framework Items – negativ:

*I just don't know what I really want to do with my life.*

*I really don't have much of a purpose for living, even for myself.*

*I need to find something that I can really be committed to.*

*I get completely confused when I try to understand my life.*

*There honestly isn't anything that I totally want to do.*

*I really don't believe in anything about my life very deeply.*

*Other people seem to have a much better idea of what they want to do with their lives than I do.*

Fulfillment Items – positiv:

*I have real passion in my life.*

*I really feel good about my life.*

---

<sup>705</sup> Das Modell basiert auf der transaktionalen Theorie des sozialen Handelns von Cantril; vgl. Cantril, 1965.

<sup>706</sup> Vgl. Battista / Almond, 1973, S. 411.

<sup>707</sup> Vgl. ebd., S. 427.

*Living is deeply fulfilling.*

*I feel that I am living fully.*

*I feel that I'm going to attain what I want in life.*

*I get so excited by what I'm doing that I find new stores of energy I didn't know that I had.*

*When I look at my life I feel the satisfaction of really having worked to accomplish something.*

Fulfillment Items – negativ:

*I don't seem to be able to accomplish those things that are really important to me.*

*Other people seem to feel better about their lives than I do.*

*I have a lot of potential that I don't normally use.*

*I spend most of my time doing things that really aren't very important to me.*

*Something seems to stop me from doing what I really want to do.*

*Nothing very outstanding ever seems to happen to me.*

*I don't really value what I'm doing.*

Debats (1990) fand mit der niederländischen LRI-Version die Subskalen faktorenanalytisch bestätigt<sup>708</sup> und kam zu den empirischen Ergebnissen, dass Personen mit hohen Werten auf der Framework-Skala eine klare Lebensphilosophie haben und der LRI zwischen glücklichen und unglücklichen Menschen differenziert. Außerdem korrelierte er gering negativ mit Ängstlichkeit, Depressivität und Feindseligkeit sowie positiv mit freudiger Erregung.<sup>709</sup> Battista & Almond (1973) untersuchten die Beziehung zwischen Lebenssinn und Selbstwertgefühl und kamen zu dem Schluss, dass letzteres eine notwendige, aber nicht hinreichende Bedingung für Sinnerleben ist. Die Resultate wiesen darauf hin, dass Sinnempfinden abhängig ist von der Erreichung persönlicher Ziele und der Verwirklichung von Werten, die zur sozialen Struktur eines Menschen passen.<sup>710</sup>

Kritisiert wurde am LRI, dass sich die Rahmen- und Erfüllungs-Items inhaltlich überschneiden und hoch korrelieren.<sup>711</sup> Zudem scheinen die Rahmen-Items neben Sinnerfüllung auch Gesundheit und Lebenszufriedenheit zu erfassen.<sup>712</sup> Der LRI wurde

---

<sup>708</sup> Allerdings mit einer Stichprobe von 122 Psychologie-Studenten, deren Repräsentativität als zweifelhaft zu werten ist.

<sup>709</sup> Vgl. Debats, 1990.

<sup>710</sup> Vgl. Battista / Almond, 1973.

<sup>711</sup> Vgl. Auhagen, 2000, S. 39; vgl. Debats, 2000, S. 96; vgl. Reker, 2000, S. 47.

<sup>712</sup> Vgl. Debats, 2000, S. 103; vgl. Schnell, 2009b, S. 484.

auch bei psychiatrischen Patienten<sup>713</sup> sowie zur Kontrolle von Psychotherapie-Erfolg<sup>714</sup> eingesetzt. In einer überarbeiteten Version, dem LRI-R<sup>715</sup>, wurden die 28 Items beibehalten, werden nun aber zur Reduzierung von Antworttendenzen randomisiert dargeboten und auf einer dreistufigen Likert-Skala beantwortet.

Zur Erhebung des Grades an Sinn im Leben und der Stärke der Motivation zur Sinnsuche entwickelten Gary Reker und Edward Peacock 1981 das „Life Attitude Profile (LAP)“<sup>716</sup>. Es besteht aus 56 auf einer siebenstufigen Likert-Skala zu beantwortende Items, die zum Teil aus dem PIL, dem SONG wie auch aus anderen Tests stammen und sieben Dimensionen erfassen (nachfolgend jeweils einschließlich zweier positiv gepolter Beispiel-Items)<sup>717</sup>:

1. „Life Purpose (LP)“: Erlebte Lebensfülle; Lebensziele und -richtung sowie eine Mission im Leben haben; neun Items, zum Beispiel:

*Basically, I am living the kind of life I want to live.*

*I have discovered a satisfying life purpose.*

2. „Existential Vacuum (EV)“: Fehlen von Lebenssinn und Zielen; sieben Items, zum Beispiel:

*I feel the lack of and the need to find a real meaning and purpose in my life.*

*I daydream of finding a new place for my life and a new identity.*

3. „Life Control (LC)“: Freiheit, Lebensentscheidungen zu treffen; Übernahme von Verantwortung; internale Kontrollüberzeugung; sechs Items, zum Beispiel:

*My life is in my hands and I am in control of it.*

*I regard the opportunity to direct my life as very important.*

---

<sup>713</sup> Vgl. Roberts, 1991.

<sup>714</sup> Vgl. Debats, 1996.

<sup>715</sup> Vgl. Debats, 1998; zur Validierung der englischen Version vgl. Harris / Standard, 2001; zur Validierung der deutschen Fassung vgl. Groß, 2007.

<sup>716</sup> Vgl. Reker / Peacock, 1981; vgl. auch: Peacock / Reker, 1982; Reker et al., 1987; Reker, 1992: LAP-R.

<sup>717</sup> Vgl. Reker / Peacock, 1981, S. 266-267.

4. „Death Acceptance (DA)“: Fehlende Angst vor dem Tod; sechs Items, zum Beispiel:

*Some people are frightened of death, but I am not.*

*Death makes little difference to me one way or another.*

5. „Will to Meaning (WM)“: Bestreben, einen konkreten Lebenssinn, Ideale und Werte zu finden; sieben Items, zum Beispiel:

*I am seeking a meaning, purpose, or mission for my life.*

*Over my lifetime I have felt a strong urge to find myself.*

6. „Goal Seeking (GS)“: Wunsch nach Zielerreichung; Suche nach neuen Erfahrungen; Drang nach Bewegung; sechs Items, zum Beispiel:

*I think of achieving new goals in the future.*

*I am restless.*

7. „Future Meaning (FM)“: Erwartung von Erfüllung und positiven Möglichkeiten in der Zukunft; fünf Items, zum Beispiel:

*I feel that the greatest fulfillment of my life lies yet in the future.*

*I look forward to the future with great anticipation.*

Die Version von Reker et al., 1987, enthält 46 Items; eine Faktorenanalyse erbrachte drei Faktoren höherer Ordnung, welche die Autoren „Striving for Meaning“, „Noölogical Actualization“ und „Existential Transcendence“ nannten. Eine Studie zu Sinn über die Lebensspanne hinweg ergab erwartungsgemäß, dass „Life Purpose“ und „Death Acceptance“ in jungen Jahren am niedrigsten ausgeprägt sind und sich erst im Laufe des Lebens entwickeln, „Goal Seeking“ und „Future Meaning“ dagegen mit dem Alter abnehmen und „Will to Meaning“ in allen Altersgruppen hoch ist. „Existential Vacuum“ zeigte entgegen der Erwartung von Abnahme im Alter einen kurvilinearen Verlauf. Da die Autoren eine Parallelität zur Kurve der Suizidrate sehen, schreiben sie dem LAP Hinweisfunktion auf Suizidalität zu. Reker et al. fanden außerdem eine positive Korrelation zwischen fast allen Dimensionen und Wohlbefinden. Zwischen EV und DA einerseits und psychischem und physischem Missbefinden andererseits zeigte sich ein gleichsinniger

Zusammenhang, und GS korrelierte interessanterweise negativ mit psychischem Wohlbefinden.<sup>718</sup>

Das LAP-R liegt seit 2007 in deutscher Übersetzung vor.<sup>719</sup> In einer Untersuchung an 1083 Brustkrebspatientinnen konnten fünf Faktoren mit insgesamt 37 Items repliziert werden: „Existenzielle Leere“, „Kohärenz“, „Akzeptanz des Todes“, Selbstwirksamkeit / Verantwortungsbereitschaft“ und „Suche nach Lebenszielen“. Insgesamt ist das LAP-R ein praktikables, reliables und valides Instrument, welches beispielsweise in der medizinpsychologischen und psychoonkologischen Forschung eingesetzt wird.

Gary Reker und Paul Wong (1988), ebenfalls inspiriert durch Frankl, postulieren 12 Sinnquellen: „Grundbedürfnisse“, „Freizeitaktivitäten und Hobbies“, „kreative Arbeit“, „persönliche Beziehungen“, „persönliche Leistung“, „persönliche Entwicklung“, „sozialer und politischer Aktivismus“, „Altruismus“, „Werte und Ideale“, „Traditionen und Kultur“, „Vermächtnis für die Nachkommen“ und „Religion“.<sup>720</sup> Reker (1991) ergänzte diese um fünf weitere: „Finanzielle Sicherheit“, „menschliche Belange“, „Hedonismus“, „materieller Besitz“ und „Beziehung zur Natur“.<sup>721</sup> Die beiden Autoren betrachten Lebenssinn als ein vom Individuum kreierte, multidimensionales Konstrukt, welches kognitive, motivationale sowie affektive Strukturkomponenten enthält: Glaube, Werte, Zufriedenheits- und Glücksgefühle. Auf einer weiteren Dimension liegen die Sinnquellen. Je größer deren Anzahl („Breite“) und je höher zugleich die Qualität („Tiefe“) des Sinnerlebens ist, desto größer ist die Sinnerfüllung einer Person.<sup>722</sup>

Das ebenfalls von Reker und Wong 1988 entwickelte „Sources of Meaning Profile (SOMP)“<sup>723</sup> erhebt mit 16 Items Sinnquellen wie „persönliche Beziehungen“, „Traditionen und Kultur“, „persönliche Leistung“ und „finanzielle Sicherheit“. Eine Faktorenanalyse ergab vier Sinnbereiche: „Selbsttranszendenz“, „Kollektivismus“, „Individualismus“ und „Selbstbeschäftigung“. Auch dieses Verfahren wurde in zahlreichen Studien eingesetzt, um die Logotherapie und Existenzanalyse zu validieren. Der Wille zum Sinn erwies sich als altersunabhängig, während Sinnerfüllung (wie erwartet, aufgrund im Laufe des Lebens

---

<sup>718</sup> Vgl. Reker et al., 1987.

<sup>719</sup> Vgl. Mehnert et al., 2007.

<sup>720</sup> Vgl. Reker / Wong, 1988.

<sup>721</sup> Vgl. Reker, 1991.

<sup>722</sup> Vgl. Wong, 1998a, S. 114; vgl. Reker, 2000, S. 42-45.

<sup>723</sup> Vgl. Reker / Wong, 1988; vgl. Reker, 1996.

ansteigender Selbsttranszendenz) mit zunehmendem Alter linear anstieg. Die Sinnquellen können sich im Laufe des Lebens verändern, und Religion scheint mit zunehmendem Lebensalter relevanter zu werden.<sup>724</sup>

Kay O'Connor und Kerry Chamberlain (1996) fanden auf Basis von Tiefeninterviews mit Personen zwischen 40 und 50 Jahren sechs Sinnquellen – „Beziehungen mit Menschen“, „Kreativität“, „persönliche Entwicklung“, „Beziehung zur Natur“, „Religiosität und Spiritualität“, „sozial und politisch“ – die sie jeweils einer der drei Dimensionen von Reker et al. (1987) zuordnen konnten. Wong (1998) betont die Bedeutsamkeit jeder einzelnen der drei Dimensionen als notwendige Voraussetzung für das Gefühl von Lebenssinn, und hält zudem die Sinnkategorien „Liebe und Partnerschaft“ sowie „Intelligenz und Bildung“ für relevant.<sup>725</sup> Halama (2002) erkennt in der motivationalen Komponente einen Mediator zwischen den beiden anderen und fand eine enge Beziehung aller Komponenten untereinander.<sup>726</sup>

Wong (1998) entwickelte mit dem „Personal Meaning Profile (PMP)“ ein Verfahren zur Selbsteinschätzung und Messung prototypisch idealer und damit normativer Sinninhalte und deren individueller Wichtigkeit, Breite und Balanciertheit. Individueller Lebenssinn soll damit im Hinblick auf seine „tatsächliche Sinnhaftigkeit“ beurteilt werden. Als die „Königswege zum Sinn“ gibt Wong sieben (hoch interkorrelierende) wesentliche Inhalte vor: „Achievement“ (16 Items), „Relationship“ (neun Items), „Religion“ (neun Items), „Self-Transcendence“ (acht Items), „Self-Acceptance“ (sechs Items), „Intimacy“ (fünf Items) und „Fair Treatment“ (vier Items). Je stärker sich eine Person ihrer idealen prototypischen Sinnstruktur angenähert hat, desto ausgeprägter ist entsprechend der theoretischen Annahmen Wongs ihr „reales Sinnerleben“. Das PMP korreliert positiv mit verschiedenen Maßen zu Wohlbefinden, es scheint jedoch kulturabhängig zu sein (weiße, gebildete US-Bevölkerung).<sup>727</sup>

Mit der „Existenz-Skala (ESK)“ von Längle et al. (2000)<sup>728</sup> zur Erfassung personaler Kompetenzen für eine sinnvolle Lebensgestaltung liegt eines der wenigen rein

---

<sup>724</sup> Vgl. Reker / Guppy, 1988.

<sup>725</sup> Vgl. Wong, 1998b.

<sup>726</sup> Vgl. Halama, 2002.

<sup>727</sup> Vgl. Wong, 1998a.

<sup>728</sup> Vgl. auch Orgler, 2000.

existenzanalytisch abgeleiteten Verfahren aus dem deutschsprachigen Raum vor.<sup>729</sup> Das Instrumentarium wurde auf Basis der von Längle entwickelten „Sinnerfassungsmethode“ entwickelt, bei welcher der Prozess der Sinnfindung in vier Einzelschritte zerlegt und dadurch operationalisiert wird.<sup>730</sup> Mit 46 Items auf vier Subskalen werden auf „Prozessebene“ (in Abgrenzung zur Persönlichkeitsebene mit ihrem „states“-/“traits“-Konzept) unabhängig voneinander erfassbare Schritte der Sinnkonstruktion erhoben.

41 der Items sind negativ gepolt, obwohl der Ausgangspool vor der Itemanalyse zu gleichen Anteilen positive und negative Items beinhaltete. Längle interpretiert dies als ein Charakteristikum der personal-existenziellen Dimension: Das Geistige lässt sich seiner Ansicht nach in positiven Beschreibungen schwieriger einschätzen als in seinem Mangel beziehungsweise seiner Begrenzung. Die vielen negativ formulierten Aussagen haben den Nachteil, dass doppelte Negationen vorkommen (zusätzlich die Wörter „nicht“, „nie“ oder „kein“ bei 10 Items), was die Probanden irritieren könnte.<sup>731</sup> Im Folgenden sind die Kurzbeschreibungen der Subskalen<sup>732</sup> und jeweils drei Beispiele der diesen zugeordneten, auf einer sechsstufigen Likert-Skala von „stimmt“ bis „stimmt nicht“ zu beantwortenden, Items aufgeführt:

1. „Selbst-Distanzierung (SD): Fähigkeit, zu sich selbst auf Distanz zu kommen und frei zu werden für die Wahrnehmung von Objekten“; acht Items:

*Für mich hat etwas nur dann Bedeutung, wenn es meinem eigenen Wunsch entspricht.*

*Die Erfüllung der eigenen Wünsche hat Vorrang.*

*Ich finde meine Umwelt eintönig.*

2. „Selbst-Transzendenz (ST): Fähigkeit, über sich hinausgehen und emotionale Beziehung aufnehmen zu können“; 14 Items:

*In meinem Leben gibt es nichts Gutes. (+)<sup>733</sup>*

*Es gibt eigentlich nichts in meinem Leben, wofür ich mich richtig einsetzen möchte.*

---

<sup>729</sup> Zu einem übersichtlichen Vergleich zwischen PIL, Logo-Test, ESK, LRI, LAP, PMP und SOC bezüglich theoretischem Hintergrund, Konstruktion, Art, zugrundeliegender Sinnstruktur und empirischen Befunden vgl. Hauser, 2004, S. 577-579.

<sup>730</sup> Vgl. Längle, 1988c.

<sup>731</sup> Vgl. Längle et al., 2000, S. 22-23.

<sup>732</sup> Zur ausführlichen qualitativen Beschreibung der Subskalen vgl. Längle et al., 2000, S. 45-54.

<sup>733</sup> Positiv gepolte Items sind mit „(+“ markiert.

*Ich bin immer wieder interessiert, was der Tag bringt. (+)*

3. „Freiheit (F): Fähigkeit, sich für die Möglichkeiten entsprechend der subjektiven Wertung zu entscheiden“; 11 Items:

*Ich fühle mich innerlich frei. (+)*

*Ich weiß gewöhnlich nicht, was in einer Situation wichtig ist.*

*Meine innere Unfreiheit und Abhängigkeit machen mir zu schaffen.*

4. „Verantwortung (V): Fähigkeit, sich tatkräftig einzulassen und die Konsequenzen zu tragen“; 13 Items:

*Ich richte mich immer nach den Erwartungen anderer.*

*Ich nehme mir zu wenig Zeit für das, was wichtig ist.*

*Ich weiß nie genau, wofür ich zuständig bin.*

Aus der Summe der beiden ersten, „Ich-nahen“ und von Persönlichkeitsentwicklung abhängigen Dimensionen ergibt sich das „P-Maß“ („Personalität“: Zugänglichkeit und Erreichbarkeit der Person, Entfaltung des Personseins im Hinblick auf Weltoffenheit und Selbstwahrnehmen), durch Addition von F und V wird das „E-Maß“ für den „existenziellen Vollzugsbereich“ („entschiedenes Engagement“: Fähigkeit, sich verantwortlich auf die Welt einzulassen) aggregiert. Der Gesamtscore („G-Maß“, Summe aus P- und E-Maß) steht für die „existentielle Erfüllung“ oder „sinnerfüllte personale Existenz“. Die Ergebnisse sollen insgesamt die Frage beantworten, wie gut eine Person nach eigener Einschätzung ihre spezifische Fähigkeit entwickelt hat, mit sich selbst und der Welt umgehen zu können („Kompetenz der Person für Existenz“).<sup>734</sup>

Die Interpretation der Resultate wird dadurch erschwert, dass die Skalen weder konzeptionell noch faktorenanalytisch eindeutig voneinander abgrenzbar sind. Dennoch wurde die ESK vielfach erprobt.<sup>735</sup> Sie ist in mehrere Sprachen übersetzt worden.<sup>736</sup> Bei der Untersuchung größerer klinischer Stichproben waren alle Testwerte im Vergleich zur Normalstichprobe niedriger. Ein systematischer und damit diagnostisch nutzbarer

---

<sup>734</sup> Vgl. Längle et al., 2000, S. 19.

<sup>735</sup> Zur Übersicht der Forschungsergebnisse vgl. Orgler, 2000.

<sup>736</sup> Vgl. Längle et al., 2000, S. 105-109; vgl. Eckhardt, 2001, S. 35.

Zusammenhang zwischen den Testergebnissen und bestimmten Störungsmustern (und deren Ausmaß) besteht jedoch nicht.<sup>737</sup> Im Rahmen der Validierung wurden erwartungsgemäß negative Korrelationen des ESK-Gesamtscores mit der Subskala „Neurotizismus“ des Eysenck-Persönlichkeitsinventars<sup>738</sup> ( $r = -.42$ ; Zusammenhang mit „Introversion / Extraversion“:  $r = .08$ ) sowie Depressivität<sup>739</sup> ( $r = -.46$ ) gefunden, und – aufgrund der theoretischen Verwandtschaft – eine positive Beziehung zum PIL ( $r = .49$ ).<sup>740</sup> Insgesamt gehen die Autoren davon aus, dass die durch die ESK erhobenen personalen und existenziellen Fähigkeiten (abgesehen von der SD-Skala) in mittlerem Ausmaß ein Korrelat für „seelische Gesundheit“ sind.<sup>741</sup>

Um der Höhe des Zusammenhangs zwischen Werteverwirklichung im Sinne der Logotherapie und erfüllter menschlicher Existenz sowie den Voraussetzungen innerer Erfüllung empirisch nachzugehen, entwickelten Längle & Eckhardt an der Universität Wien den „Test zur existentiellen Motivation (TEM)“<sup>742</sup>. Der TEM erfasst mit insgesamt 56 Items als Maß für die „strukturelle Verfasstheit“ eines Menschen die individuelle Wertigkeit der – in der „Personalen Existenzanalyse“ Längles postulierten – vier Grundbedingungen für eine erfüllte Existenz: „Grundvertrauen / Seinsgrund“ („Da-Sein-Können“), „Grundwert“ („Wert-Sein-Mögen“), „Selbstwert“ („So-Sein-Dürfen“), „Sinn des Lebens / Lebenserfüllung“ („Sinnvolles Wollen“).<sup>743</sup> Diese vier Subskalen sind durch je 14 Items repräsentiert, die auf einer sechsstufigen Antwortskala beurteilt werden. Zur Validierung wurde die ESK herangezogen, und aufgrund der theoretischen Nähe ergaben sich erwartungsgemäß hohe positive Korrelationen. Eine Untersuchung mit 1013 Personen unterstützte wesentliche Thesen der Logotherapie und Existenzanalyse. Die Autoren betrachten es außerdem weitgehend als bestätigt, dass die existenzielle Motivation zu gleichen Anteilen aus den vier „Grund-Motivationen“ besteht und diese in hohem Maße miteinander korrelieren.<sup>744</sup>

---

<sup>737</sup> Vgl. Längle et al., 2000, S. 65.

<sup>738</sup> Vgl. Eggert, 1974.

<sup>739</sup> Erhoben mit der Depressivitäts-Skala von D. von Zerssen, 1976.

<sup>740</sup> Vgl. Längle et al., 2000, S. 80.

<sup>741</sup> Vgl. Längle et al., 2000, S. 88; vgl. Wurst / Maslo, 1996; „seelische Gesundheit“ wurde mit dem „Trierer Persönlichkeitsfragebogen (TFP)“ erhoben, vgl. Becker, 1989.

<sup>742</sup> Vgl. Eckhardt, 2000; 2001.

<sup>743</sup> Vgl. Längle, 1999b.

<sup>744</sup> Vgl. Eckhardt, 2001, S. 39.

Einige Verfahren wurden gezielt für spezifische Anwendungsbereiche entwickelt. So erhebt der „Sinn-Einschätzungs- und Erwartungs-Test (S.E.E.)“ von Böckmann persönliche „Sinn-Bilanzen“ am Arbeitsplatz, als Maß für die individuelle Leistungsbereitschaft und Grundlage zur Identifikation von Leistungsstrukturen in Arbeitsgruppen. Er vergleicht die Einschätzung konkreter, den logotherapeutischen Wertkategorien<sup>745</sup> zugeordneter Arbeitsbedingungen (zum Beispiel beinhalten „schöpferische Werte“ die Aspekte „Aufgabencharakter der Arbeit“, „Grad der Arbeitsteilung“, „Gestaltungsspielraum“, „Herausforderung zur Verantwortung für Sachen und Personen“ und „Aus- und Weiterbildung“) mit den diesbezüglichen Erwartungen von Gruppenmitgliedern. Weitere Kategorien bilden materielle sowie psychophysische Arbeitsbedingungen. Die Ist- und Soll-Werte werden auf einer siebenstufigen Skala erfasst und in Einzelprofile sowie gruppenbezogene „Problem-Übersichten“ übertragen. Sie dienen als Basis für Mitarbeitergespräche, zielgerichtete Gruppendiskussionen und das Erkennen von Führungsfehlern.<sup>746</sup>

Ein Beispiel für ein ebenfalls logotherapeutisch basiertes Verfahren aus der jüngeren Zeit ist das „Meaningful Occupation Assessment (MOA)“ von Helmut Graf und Vincent Grote.<sup>747</sup> Es misst, inwieweit Sinnfindung insbesondere am Arbeitsplatz die Motivation beeinflusst, und wird im Rahmen sinnorientierter Personalentwicklung eingesetzt. Die vier von Frankl beschriebenen Daseinshaltungen der kollektiven Neurose<sup>748</sup> werden in diesem Instrument „negative Grundpositionen“ genannt. „Schlechte Passivität“ und „schlechte Aktivität“<sup>749</sup> sind als „stressfördernde Verhaltens- und Denkmuster“ bezeichnet.

### **2.12.3 Aktuelle Schwerpunkte der Logotherapie-Forschung**

In einer dritten Phase logotherapeutisch-empirischer Forschung<sup>750</sup> schließlich wurde und wird mit verschiedenen Verfahren vorrangig die Wirkung von Logotherapie auf die seelische Gesundheit untersucht.<sup>751</sup>

---

<sup>745</sup> Vgl. Kapitel 2.10.2.

<sup>746</sup> Vgl. Böckmann, 1980, S. 134-145; 1984, S. 206-213.

<sup>747</sup> Vgl. Graf, 2005, S. 201.

<sup>748</sup> Vgl. Kapitel 1.2.

<sup>749</sup> Vgl. Kapitel 2.11.2 (Abbildung 12).

<sup>750</sup> Rückschau: In den beiden ersten Phasen lag der Fokus auf der Überprüfung der Effektivität logotherapeutischer Methoden beziehungsweise der Entwicklung von Messinstrumenten.

<sup>751</sup> Vgl. Batthyány / Guttman, 2005, S. 2.

So zeigten Studien mit dem LRI<sup>752</sup>, LAP-R und SOMP<sup>753</sup> positive Zusammenhänge zwischen Lebenssinn und psychologischem wie auch körperlichem Wohlbefinden, unabhängig vom Alter. Sinnerleben hatte zudem eine stressreduzierende Wirkung. Die Skalen des deutschen LAP-R, welche eine positive Lebenseinstellung („Lebensziele / Bestimmung“, „Kohärenz“, „Selbstwirksamkeit / Verantwortungsbereitschaft“ und „Akzeptanz des Todes“) erfassen, korrelieren negativ mit depressiver Krankheitsverarbeitung und psychischer Belastung. Die Skalen dagegen, die eine negative Lebenseinstellung widerspiegeln („existenzielle Leere“ und „Suche nach Lebenszielen“), korrelieren in entsprechend umgekehrter Richtung.<sup>754</sup>

In bis dato über tausend Publikationen mit variierenden Verfahren und Zielgruppen – etwa die Hälfte davon in psychologischen und psychiatrischen Fachzeitschriften – ist die Theorie und Anwendung der Logotherapie und Existenzanalyse empirisch untersucht und validiert worden.<sup>755</sup> Die Mehrheit der Untersuchungen thematisiert die Beziehung zwischen Sinnorientierung, bestimmten Sinnquellen und -kategorien sowie Werten auf der einen Seite und psychischer Gesundheit und Wohlbefinden, sozialem Verhalten, Religiosität und Spiritualität, unvermeidbarem Leiden – etwa schwerer Krankheit, Behinderung, Traumata, psychischen Störungen, Tod, Trauer –, Kriminalität, Sucht und Suizid auf der anderen Seite.

Die Ergebnisse der Fülle an Studien bestätigen die logotherapeutische Motivationstheorie: „Nimmt man alle diesbezüglichen Untersuchungen in den Blick, so kann man davon ausgehen, daß [sic!] der ‚Wille zum Sinn‘ als anthropologisches Grundfaktum aufzufassen ist.“<sup>756</sup> Weitere Untersuchungen werden erforderlich sein, um die Dimensionalität logotherapeutischer Messinstrumente zu überprüfen und ihre Güte systematisch zu verifizieren beziehungsweise zu verbessern.<sup>757</sup> Da die meisten vorliegenden Studien ausschließlich Korrelationen erheben<sup>758</sup>, sind oft nur eingeschränkt Aussagen über Ursache-Wirkungs-Beziehungen zwischen (fehlender) Sinnerfüllung und den oben

---

<sup>752</sup> Vgl. Debats et al., 1993; vgl. Scannell et al., 2002.

<sup>753</sup> Vgl. Reker / Wong, 1983; vgl. Reker et al., 1987; vgl. Reker / Wong, 1988; vgl. Reker, 1989; 1994; vgl. Reker / Butler, 1990.

<sup>754</sup> Vgl. Mehnert et al., 2007.

<sup>755</sup> Vgl. zur Übersicht: Batthyány / Guttmann, 2005, sowie Vesely / Fizzotti, 2005.

<sup>756</sup> Kurz / Sedlak, 1995, S. 24; vgl. auch Kurz, 1991c, S. 9.

<sup>757</sup> Vgl. Schulenberg, 2003; vgl. Melton / Schulenberg, 2008.

<sup>758</sup> Ausnahmen sind z.B.: Harlow / Newcomb, 1990; Kinnier et al., 1994; Debats, 1996; Shek, 1998; Reker, 2002; Mascaro / Rosen, 2005; 2006.

genannten Variablen möglich. In Zukunft wären beispielsweise mehr Langzeitstudien wünschenswert.

Zahlreiche Artikel beschreiben auch das konkrete Vorgehen, die Effektivität und Wirkweise logotherapeutischer Maßnahmen bei einer Vielzahl von Indikationen.<sup>759</sup> Als sinnzentrierte (klinische) Interventionen wurden beispielsweise das – auf der Logotherapie und Existenzanalyse basierende und stark an der Analyse individueller Werte und Lebensziele ausgerichtete – „Meaning-Centered Counseling“ von Wong<sup>760</sup> sowie die ebenfalls logotherapeutisch fundierte und speziell für Krebspatienten entwickelte „Meaning-Centered Group Psychotherapy (MCGP)“ von William Breitbart und Mindy Greenstein<sup>761</sup> konzipiert.

Auch in der Arbeits-, Betriebs- und Organisationspsychologie sind logotherapeutische Ansätze entstanden, in denen die Ausrichtung von Führungskräften und Mitarbeitern an Sinn und Werten gefordert wird.<sup>762</sup> So entwickelte Pircher-Friedrich ein sinnzentriertes, ganzheitliches und wissenschaftlich fundiertes Führungskonzept, das sowohl auf dem systemischen Management-Ansatz als auch auf der Logotherapie und Existenzanalyse basiert.<sup>763</sup> Die folgenschweren Zusammenhänge zwischen fehlender Sinnorientierung bei der Unternehmens- und Mitarbeiterführung und -entwicklung auf der einen Seite und beispielsweise mangelnder Arbeitszufriedenheit, -motivation und -leistung, geringer Identifikation mit dem Unternehmen, Dienst nach Vorschrift und „innerer Kündigung“, Konkurrenzkämpfen am Arbeitsplatz, Mobbing, Stress, Über- und Unterforderung, Zukunftsängsten, Burnout-Syndrom, arbeitsbedingten Depressionen und psychosomatischen Erkrankungen andererseits werden zunehmend transparenter.

---

<sup>759</sup> Vgl. Starck, 1981; vgl. Whiddon, 1983; vgl. Hutzell, 1984; vgl. Khatami, 1987; vgl. Böschmeyer, 1988b; vgl. Froggio, 1988; vgl. Peschel, 1988; vgl. Simhandl / Längle, 1988; vgl. Debats, 1996; vgl. Noblejas de la Flor, 1997; vgl. Lantz / Gregoire, 2000; vgl. Ruffer, 2000; vgl. Henrion, 2002; vgl. Rogina, 2002; 2004; vgl. Nagata, 2003; vgl. Thompson et al., 2003; vgl. Rodriguez, 2004; vgl. Schulenberg et al., 2008.

<sup>760</sup> Vgl. Wong, 1998b.

<sup>761</sup> Vgl. Greenstein / Breitbart, 2000; vgl. Breitbart, 2002; vgl. Breitbart et al., 2004; Inhalte der MCGP zusammengefasst: „Sinnkonzepte und -quellen“, „Krebs und Sinn“, „Sinn aus der Lebensgeschichte“, „Sinn aus Einstellungswerten und schöpferischen Werten“, „Verantwortung“, „Sinn aus Erfahrungswerten“.

<sup>762</sup> Vgl. Berschneider, 2003; 2008; vgl. Graf, 2005; 2008; vgl. Huber, 2005; vgl. Scharnowske, 2007; vgl. Vogelmann, 2008.

<sup>763</sup> Vgl. Pircher-Friedrich, 2001; 2005.

Durch die Ausdifferenzierungen, Vertiefungen und Systematisierungen der originären Logotherapie und Existenzanalyse sowie logotherapeutische Modifikationen bewährter Methoden aus anderen Schulen – durch Elisabeth Lukas<sup>764</sup>, Uwe Böschmeyer<sup>765</sup>, Wolfram Kurz<sup>766</sup>, Alfried Längle<sup>767</sup> und viele Andere – wurden ab den 80er Jahren sukzessive zusätzliche (unter anderem tiefenpsychologisch orientierte oder an die Verhaltenstherapie angelehnte) sinn- und wertorientierte Methoden und Techniken „angereichert“. Diese haben sich in vielfältigen Anwendungsgebieten – neben Psychiatrie und Psychotherapie beispielsweise auch in der Suchtberatung, Krisenprävention, Seelsorge, Altenarbeit, Heilpädagogik, Schulpsychologie, Erwachsenenbildung, Unternehmensführung, Beratung und Coaching in der Arbeitswelt, Lebenshilfe allgemein – bewährt und schließlich eigenständige psychotherapeutische Richtungen und eine Vielzahl diesbezüglicher Untersuchungen hervorgebracht. Die Effektivität und Praktikabilität der traditionellen Logotherapie wurde dadurch deutlich erhöht.<sup>768</sup>

### 2.12.4 Fazit

Seit ihrem Beginn in den 1950er Jahren bis heute befasste sich die empirische Logotherapie-Forschung schwerpunktmäßig mit der Überprüfung der Wirksamkeit sinnzentrierter Maßnahmen, der (Weiter-)Entwicklung einer Vielzahl psychometrischer Instrumente für verschiedene Anwendungsgebiete und Zielgruppen sowie der Untersuchung der Beziehung zwischen (logotherapeutisch gefördertem) Sinnerleben und psychischer Gesundheit / Wohlbefinden. Das logotherapeutische Motivationskonzept wurde empirisch bestätigt.

---

<sup>764</sup> Vgl. Lukas, 1980; 1986a; 1986b; 1988; 1994; 2002; 2004; Entwicklung mehrerer Methoden und Techniken, unter anderen „Sinnzentrierte Familientherapie“ (vgl. Kapitel 2.9.2), „Einstellungsmodulation“, „Sinnwahrnehmungstraining“, „Sinnfindungsgespräche“, „Suggestives Willenstraining“, „Naive Fragetechnik“.

<sup>765</sup> Vgl. Böschmeyer, 1994; 1995b; 2000; 2010; „Wertorientierte Persönlichkeitsbildung (WOP)“ als Präventionskonzept, unter anderem mit den Methoden „Dichtes Gespräch“, „Wertimagination“, wertorientierte Interpretation des Enneagramms.

<sup>766</sup> Vgl. z.B. Kurz, 1995a; 2006b; Untersuchung der Bedeutung der Logotherapie und Existenzanalyse für die ethische Erziehung und Ableitung entwicklungsphasenspezifischer Sinnthemen; „logotherapeutisch-teamorientiertes“ Gespräch, vgl. Kapitel 2.10.1.

<sup>767</sup> Vgl. z.B. Längle, 1985; 1988a; 1988b; im Rahmen der „(Personalen) Existenzanalyse“ (von der sich Frankl distanzierte und die auch Längle als ein „Abrücken von der Logotherapie“ bezeichnete, vgl. Längle, 1998, S. 278; Riemeyer, 2007, S. 385, spricht von „Abspaltung“): Entwicklung einer Vielzahl an Methoden, z.B. „Personale Positionsfindung“, „Sinnerfassungsmethode“, „Willensstärkungsmethode“ sowie imaginative Verfahren.

<sup>768</sup> Vgl. Riemeyer, 2007, S. 310; vgl. Schulenberg et al., 2008.

### 2.13 Zusammenfassung

Die Inhalte der Kapitel 2.1 bis 2.12 werden abschließend in komprimierter Form wiedergegeben. Dabei liegt der Fokus auf den Kernaspekten, welche für das Verständnis der Kapitel 3 bis 5 die größte Relevanz aufweisen.

In der psychologischen Forschung und Therapie wurde und wird die Sinnfrage weitgehend ausgeklammert. Es ist das Verdienst des Wiener Psychiaters und Neurologen Viktor E. Frankl, ab Mitte der 20er Jahre des letzten Jahrhunderts den „Logos“ (Sinn, Geist) in die Psychotherapie integriert zu haben. Logotherapie und Existenzanalyse sind die beiden funktionalen Bereiche der sinnzentrierten Therapie. Die Logotherapie stellt dabei die therapeutische Arbeit dar, die Existenzanalyse deren anthropologische Grundlage. Ausgangspunkt der gesamten Frankl'schen Sinntheorie ist die Frage nach dem Wesen des Menschen und die grundlegende Überzeugung von der Freiheit des menschlichen Willens. Das in langer philosophischer Tradition entstandene Menschenbild der Logotherapie und Existenzanalyse ist dabei ein holistisches: Aus dem dimensionalontologischen Ansatz heraus hat der Mensch nicht nur einen Körper und eine Seele, sondern was ihn überhaupt erst zum Menschen macht, ist seine – gegenüber dem Psychophysischen eigenständige – *geistige* Daseinsdimension. Mit der Einführung dieser in die Psychotherapie und der Forderung der Berücksichtigung aller Seinsebenen stellt sich Frankl gegen die „geistlose Psychologie“ und sprengt die biopsychische Begrenztheit des Menschen.

Dabei nimmt er von verschiedenen Disziplinen und Persönlichkeiten Anleihen, insbesondere der Psychoanalyse Sigmund Freuds, der Individualpsychologie Alfred Adlers, der philosophischen Anthropologie und phänomenologischen Wertlehre Max Schelers, der Ethik und Ontologie Nicolai Hartmanns, der Existenzphilosophie Karl Jaspers', Martin Heideggers und Gabriel Marcel's, dem Existenzialismus Jean-Paul Sartres, der Religionsphilosophie Martin Bubers, der Daseinsanalyse Ludwig Binswangers sowie der Humanistischen Psychologie Charlotte Bühlers, Gordon Allports und Abraham Maslows.

Von anderen Psychotherapierichtungen unterscheidet sich die Logotherapie substantziell durch ihr Motivationskonzept. Sie wurde und wird zwar oft (insbesondere in den USA) als Teil der humanistisch-psychologischen Schule verstanden, im Gegensatz zu deren

Vertretern betrachtet Frankl jedoch nicht Selbstverwirklichung als die essentielle Grundintention des Menschen und wichtigste Bedingung für dessen psychische Gesundheit und Zufriedenheit, sondern „Selbsttranszendenz“ – als intentionale Ausrichtung und Hingabe an etwas jenseits des Subjektes liegenden – und Sinnerfüllung („Wille zum Sinn“). Danach hat Glück epiphänomenalen Charakter: Es stellt sich bei sinnvoller Lebensgestaltung von selbst ein. Nur wenn Sinn nicht gefunden werden kann, beschäftigt sich der Mensch mit sich selbst, seiner Lust und Macht – was potenziell pathologisch ist: Wird der Wille zum Sinn frustriert, fühlt sich der Mensch unzufrieden, innerlich leer, gelangweilt und niedergeschlagen, wird passiv und apathisch („existenzielle Frustration“, „existenzielles Vakuum“) und unter Umständen – wenn zugleich eine psychophysische Affektion vorliegt – auch seelisch krank („noogene Neurose“). In diesem Fall ist die logotherapeutische Behandlung als spezifische Therapie angezeigt.

Die Logotherapie beansprucht jedoch nicht, ein vollwertiges Therapiekonzept zu sein, sondern will mit ihrer Anthropologie und einigen gezielt entwickelten Techniken bewährte therapeutische Richtungen um den personalen Aspekt („Existenz“) ergänzen, wo diese am Übergang von der psychischen zur geistigen Ebene an ihre Grenzen stoßen. Sie ist nicht dogmatisch, sondern offen, und kann grundsätzlich mit jeder anderen Therapieform und Methodik kombiniert werden, die ihren anthropologischen Grundprinzipien nicht widerspricht. Ferner gilt ihre Wirksamkeit in vielfältigen außertherapeutischen Anwendungsbereichen als erwiesen.

Das Leben hat einen bedingungslosen Sinn und verliert diesen unter keinen Umständen. Aufgrund der Einmaligkeit und Einzigartigkeit jedes Menschen und Lebens ist Sinn in der Logotherapie und Existenzanalyse die Erfüllung einer person- und situationsspezifischen Aufgabe: Sinnorientierung entsteht aus dem Zusammenwirken des „internalen“ Anteils des Willens zum Sinn sowie des „externalen“ Sinncharakters der Lebenssituation. Die sinnlose Suche nach dem ultimativen, für alle Menschen geltenden „Sinn des Lebens“ ist aufzugeben – zugunsten der Orientierung an Werten als den universellen Sinnmöglichkeiten. Sinnerfahrung ist damit kein Ziel, das zu einem bestimmten Zeitpunkt im Leben erreicht ist: An je eigenen Werten entlang zu leben bedeutet, sich – bewusst oder unbewusst – ständig damit auseinanderzusetzen, wie das individuelle Leben gestaltet werden soll („Noodynamik“). Auch wenn wir Sinn – als wertvollste aller Möglichkeiten in einem bestimmten Moment – gefunden haben, hören wir nie auf, weiter nach ihm zu suchen.

Gemäß dem existenzanalytischen Grundkonzept hat der Mensch bei der Sinnsuche nicht Fragen an das Leben zu stellen, sondern ist seinerseits dazu aufgerufen, aktiv jeden Tag und jede Stunde selbst die Antwort auf seine Lebenssituationen zu sein („kopernikanische Wende“). Er ist zwar geprägt von Anlage, Erziehung, Trieben und Umwelt, dennoch hat er immer einen Rest personaler Freiheit. An diese Freiheit ist immer auch nicht-delegierbare Verantwortung geknüpft. Verantwortlich zu sein heißt in der Logotherapie: Verantwortlich gegenüber einem Sinn – ohne Sinn gäbe es keine Verantwortung. Oberstes Ziel der Logotherapie ist es, dem Menschen beizustehen bei der (Wieder-)Entdeckung des objektiv vorhandenen, konkreten Sinns – durch Sensibilisierung für die Botschaften des Gewissens („Sinn-Organ“) und Hinführung zu gelebter Eigenverantwortung.

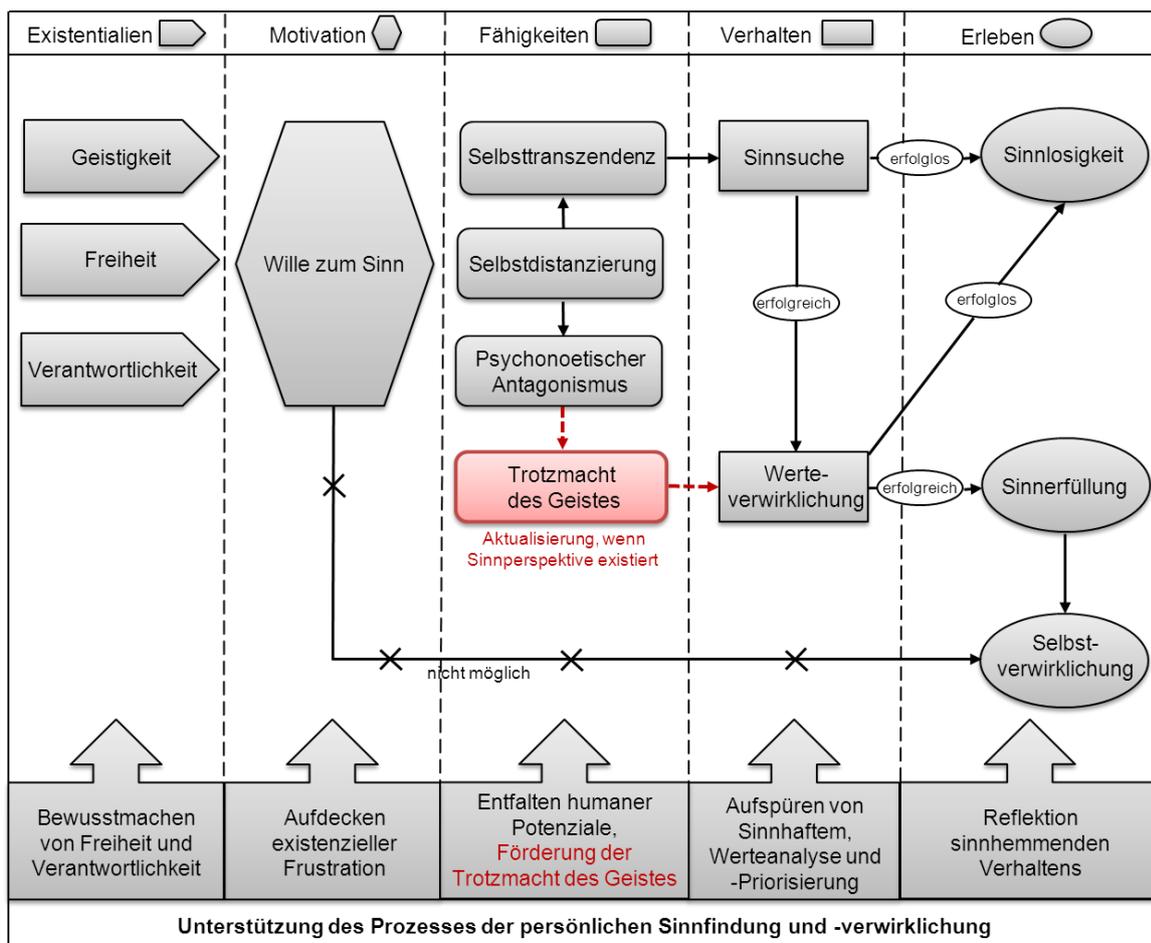
Das Basistheorem der Logotherapie besagt, dass jeder Mensch aufgrund der fakultativ antagonistischen Beziehung der Existenzialität zum Psychophysischen in der Lage ist, willentlich seine geistige Haltung zu ausnahmslos allen inneren und äußeren Einflussfaktoren zu verändern. Selbst wenn das Schicksal dem Menschen große Bürden auferlegt und sowohl aktives Handeln (Verwirklichung „schöpferischer Werte“) als auch (passives) Genießen (Realisierung von „Erlebniswerten“) unmöglich geworden sind, ist er nicht zur Verzweiflung verdammt: Es bleibt ihm immer ein Rest-Spielraum – nämlich der, durch Wahl einer positiven Einstellung das Beste auch aus den bittersten Schicksalsschlägen zu machen (Zurückgreifen auf „Einstellungswerte“). So wird durch Kummer, Not und Leid das Erleben von Sinn nicht nur ermöglicht, sondern sogar gefördert.

Insofern als biologische, psychologische, soziologische und kulturelle „Fakten“ das vom Individuum *trotzdem* gestaltbare „Lebensmaterial“ darstellen, ist der Mensch ein autopoietisches (selbsterschaffendes, -gestaltendes, -erziehendes) System. Das größte Potenzial menschlicher Existenz ist die den „noopsychischen Antagonismus“ aktualisierende Trotzmacht des Geistes: Aufgrund ihrer Fähigkeit zur „Selbstdistanzierung“ kann jede Person mehr oder weniger weit aus ihren Abhängigkeiten heraustreten, in einem Akt geistiger Willensanstrengung über sich selbst „hinauswachsen“ und sinnverittelnde innere und äußere Um- und Zustände überwinden. Die Mobilisierung der Trotzmacht des Geistes birgt damit „wert-volles“ Sinn-Potenzial, und manches Mal kann nur noch mit ihrer Hilfe Sinn erfüllt werden. Mit jedem „existenziellen Aufschwung“ geht ein innerer Reifungsprozess einher.

Sinnerleben wird in der Logotherapie seit annähernd sechs Jahrzehnten auch empirisch erforscht. Die Trotzmacht des Geistes befand sich dabei bisher jedoch kaum im Blickfeld. Die Schaffung eines empirischen Zugangs zur Trotzmacht als noetischem Konstrukt und Sinnverwirklichungskompetenz ist ausgewähltes Thema der nächsten Kapitel.

In der unten abgebildeten Grafik sind die anthropologischen Hauptaussagen der klassischen Logotherapie und Existenzanalyse abschließend verdichtet und im Sinne eines dynamischen Rahmenmodells übersichtlich eingeordnet und zusammenhängend dargestellt. Darin kommen der Prozess der Sinnerfüllung nach Frankl, einschließlich angezeigter Maßnahmen zu dessen Unterstützung, sowie die Funktion der Trotzmacht des Geistes zum Ausdruck. Von letzterer wird in Kapitel 3 vertieft die Rede sein.

Abbildung 13: Die Trotzmacht des Geistes im Rahmen der Sinnsuche und -findung<sup>769</sup>



<sup>769</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

### 3 Theoretische Konkretisierung: Die Trotzmacht des Geistes als Forschungsgegenstand

#### 3.1 Begriffliche Klärung

Nachstehend werden Überlegungen sowie die begründete Entscheidungsfindung zur Verwendung des Terminus „Trotzmacht des Geistes“ beschrieben.

Von manchen Vertretern der wissenschaftlichen Psychologie wurde die „metaphorisch-phänomenologische Sprache der Logotherapie“<sup>770</sup> als unwissenschaftlich, nicht ausreichend oder unpräzise kritisiert. Julius Kuhl etwa, Leiter des Fachgebietes „Differentielle Psychologie und Persönlichkeitsforschung“ der Universität Osnabrück, ist zwar der Auffassung, dass „die funktionsanalytische Sprache trotz aller Komplexitätstreue mit der Zeit entleeren und begegnungsunfähig machen“<sup>771</sup> würde, hält es aber dennoch für erforderlich, die logotherapeutischen Metaphern in eine „PSI“<sup>772</sup>-Sprache“ zu „übersetzen“, in welcher die Trotzmacht zur „selbstregulatorischen Kompetenz“<sup>773</sup> wird.

Auch der Verfasserin erschien der Begriff "Trotzmacht des Geistes" zunächst nicht optimal geeignet im Hinblick auf seine Akzeptanz innerhalb der akademischen Wissenschaft. Im Vergleich zur üblichen Benennung psychologischer Konstrukte mutet er doch recht philosophisch-„abgehoben“, „spirituell angehaucht“ und/oder pathetisch an. Zudem wird „Trotz“ eher negativ assoziiert, "Macht" ist ebenfalls nicht selbsterklärend im Sinne des logotherapeutisch gemeinten Bedeutungsgehaltes. Auch das Wort "Geist" ist vieldeutig, irritiert zunächst und kann magisch-überirdisch (Gespenst, Spukgestalt), religiös („Heiliger Geist“), romantisch-naturphilosophisch („Lebensgeister“) oder auch als Synonym für „Gesinnung“, „Verstand“, „Vernunft“ oder „Scharfsinn“ interpretiert werden.<sup>774</sup>

Die Verfasserin unternahm daher den Versuch, „Trotzmacht des Geistes“ in eine wissenschaftlich-abstrakte wie auch „selbst-verständliche“ Fachsprache zu übertragen.

---

<sup>770</sup> Kuhl, 2007, S. 40.

<sup>771</sup> Ebd., S. 29-30.

<sup>772</sup> Zur „Persönlichkeits-System-Interaktions-Theorie“ von Kuhl vgl. Kapitel 3.3.6.

<sup>773</sup> Kuhl, 2007, S. 32; vgl. auch 2006, S. 378.

<sup>774</sup> Vgl. Biller, 1995b.

So wurde etwa die Bezeichnung „Noogene Renitenz“ (aus dem Geistigen kommender Widerstand) erwogen, ebenso wie „Logovalenz“ (lat. *valentia* = Kraft, Wertigkeit) und „Noetische Dominanz“ (im Sinne des dem Psychophysischen überlegenen Geistes).

Die tiefergehende Beschäftigung mit dem Gedankengut der Logotherapie und Existenzanalyse im Rahmen dieser Arbeit förderte jedoch die Erkenntnis zutage, dass eine sprachliche Transformation einige Nachteile mit sich brächte. Zum einen ist die Trotzmacht des Geistes gerade *kein psychologisches* Konstrukt im herkömmlichen Sinne, da ihr Ursprung in der spezifisch menschlichen und ontologisch eigenständigen *geistigen* Dimension jenseits aller psychischen Prozesse liegt. Jeder Versuch einer „funktionsanalytischen Begründung“ wäre nach logotherapeutischem Verständnis eine Projektion geistiger Phänomene auf die psychische Ebene, somit eine „noetische Amputation“ des Humanum – und würde die von Frankl so hart erkämpfte Überwindung des Psychologismus<sup>775</sup> rückgängig machen. Eine „1:1-Übersetzung“ logotherapeutisch – funktionsanalytisch kann es daher niemals geben. Die sprachliche Abhebung des Begriffs „Trotzmacht des Geistes“ vom üblichen psychologisch-wissenschaftlichen Sprachstil macht auf den „dimensionalen Perspektivenwechsel“ aufmerksam, den der Weg von der Tiefen- zur „Höhenpsychologie“ mit sich bringt.<sup>776</sup>

Des Weiteren ist die Trotzmacht des Geistes eine seit über 60 Jahren in der Logotherapie und Existenzanalyse etablierte Begrifflichkeit. Die Einführung einer neuen Bezeichnung müsste nachvollziehbar begründet werden, wäre für die Fachwelt wohl irritierend und für einige Schüler und Anhänger der Logotherapie mutmaßlich inakzeptabel.

Ein drittes Argument für die Beibehaltung des Begriffs „Trotzmacht des Geists“ schließlich ist, dass alle alternativ in Betracht gezogenen Termini ebenfalls nicht selbsterklärend sind. Eine derartige Schlussfolgerung wurde bereits an anderer Stelle gezogen: In Reaktion auf den Vorschlag des Kieler Pädagogen und Sinntheoretikers Karlheinz Biller, aufgrund der geringen Griffigkeit des Ausdrucks „Trotzmacht des Geistes“ eine alternative Bezeichnung in Erwägung zu ziehen, fiel der bekannten Logotherapeutin Renate Deckart der Begriff „Empörung des Geistes“ ein – den sie selbst mit den Worten kommentiert: „Verständlicher ist dieser Begriff auch nicht.“<sup>777</sup>

---

<sup>775</sup> Vgl. Kapitel 2.5.2 und 3.2.

<sup>776</sup> Vgl. Kapitel 2.5 und 2.9.1.

<sup>777</sup> Deckart, 2007, S. 17.

### 3.2 Grundsätzliche konzeptuelle Abgrenzung

Um die Trotzmacht des Geistes wissenschaftlich untersuchen zu können, ist im Vorfeld deren Bedeutungsanalyse<sup>778</sup> erforderlich. Darauf aufbauend wird anschließend die prinzipielle Verschiedenheit der Trotzmacht des Geistes von mutmaßlich substantiell inhaltlich verwandten oder benachbarten Konstrukten deutlich gemacht. Der erste Teil der Forschungsfrage

*Ist die Trotzmacht des Geistes ein eigenständiges und messbares Konstrukt?*

soll damit zunächst theoretisch beantwortet werden.

Eine (abstrahierende) Zusammenfassung der in den Aussagen Frankls zu findenden „Kernstücke“ und wiederkehrenden Definitionsbestandteile der Wortschöpfung „Trotzmacht des Geistes“ führen zur folgenden eigenen Begriffsbestimmung:

Bei der Trotzmacht des Geistes handelt es sich um eine *personale Gestaltungskraft*, ein *existenzielles Potenzial*, welches im Menschen *wesenhaft angelegt* und prinzipiell jederzeit von ihm genutzt werden kann. Es besteht darin, dass die Person in einer beliebigen Lebenssituation selbst entscheiden kann, ob und inwieweit sie *Widerstand leistet gegen belastende innere Zustände sowie äußere Lebensumstände*. Durch das absichtliche Ausschöpfen dieses Potenzials als selbsttranszendierendes „geistiges Wollen“ über den Weg einer sinnfördernden Geisteshaltung und Werteverwirklichung in einer bestimmten Situation wird *Sinn ermöglicht*.

Zwar ist die Aktivierung der Trotzmacht nicht in allen Situationen des Lebens eine notwendige Voraussetzung für Sinnverwirklichung<sup>779</sup> – jedoch immer dann, wenn Hindernisse auf dem Weg zur Sinnerfüllung überwunden werden müssen. In diesem Sinne handelt es sich bei der Trotzmacht des Geistes um ein *Maß für die Sinnorientierung* einer Person.

Greift ein Mensch wiederholt auf die Trotzmacht zurück, das heißt „trainiert“ er ihre Mobilisierung, entwickelt sich eine noetische Kompetenz zur inneren Auflehnung gegen

---

<sup>778</sup> Vgl. Hempel, 1954.

<sup>779</sup> Vgl. Kapitel 2.11.2; vgl. z.B. Frankl, 1955, S. 138; 2002, S. 62-63, 93-94.

sinnwidrige Bedingungen, eine geistige Bewältigungsressource gegenüber dem schicksalhaften Leben: „Ursprüngliche Willensschwäche gibt es wohl nicht; die Stärke des Willens [...] ist [...] nichts Statisches, nichts ein für allemal [sic!] Gegebenes, sondern jeweils die Funktion von: [...] einem gewissen Training.“<sup>780</sup> Jede Verwirklichung persönlich relevanter Werte stärkt und stabilisiert diese Fähigkeit und lässt den Menschen reifen<sup>781</sup> – was ihn wiederum in die Lage versetzt, seine Freiheit verantwortlich zu leben und in künftigen sinnträchtigen Situationen eine „trotzmächtige“ Haltung einzunehmen. So entsteht eine kontinuierliche und theoretisch unendliche „Reifungsschleife“<sup>782</sup> als Prozess inneren Wachstums.

Die situationsspezifische „Trotz-Haltung“ ist umso ausgeprägter, je ausgebildeter einerseits die Fähigkeit zu „trotzen“ ist, und je höher eine Person andererseits die Werte priorisiert, welche in einer Situation realisiert werden können. Wird das „Trotz-Potenzial“ nicht oder nur wenig genutzt, bleibt die Kompetenzausprägung auf niedrigem Niveau und schwindet immer mehr.<sup>783</sup> Der Mensch liefert sich seinem Schicksal selbst aus, und der sinnbasierte Reifungsprozess ist damit unterbrochen.

Person und Situation sind somit im Rahmen des Prozesses der Trotzmacht-Aktualisierung wechselseitig aufeinander bezogen. Sowohl situationsübergreifende wie auch -spezifische Momente sind relevant und untrennbar miteinander verbunden. Der oben beschriebene Prozess und Zusammenhang zwischen der Trotzmacht des Geistes als Humanpotenzial und situativ-individueller Sinnerfüllung ist in Abbildung 14 auf der folgenden Seite – sozusagen als ein vergrößerter Ausschnitt aus dem in Kapitel 2.13 abgebildeten Rahmenmodell (Abbildung 13) – verdeutlicht. Die Reifungsschleife ist darin grün hervorgehoben.

---

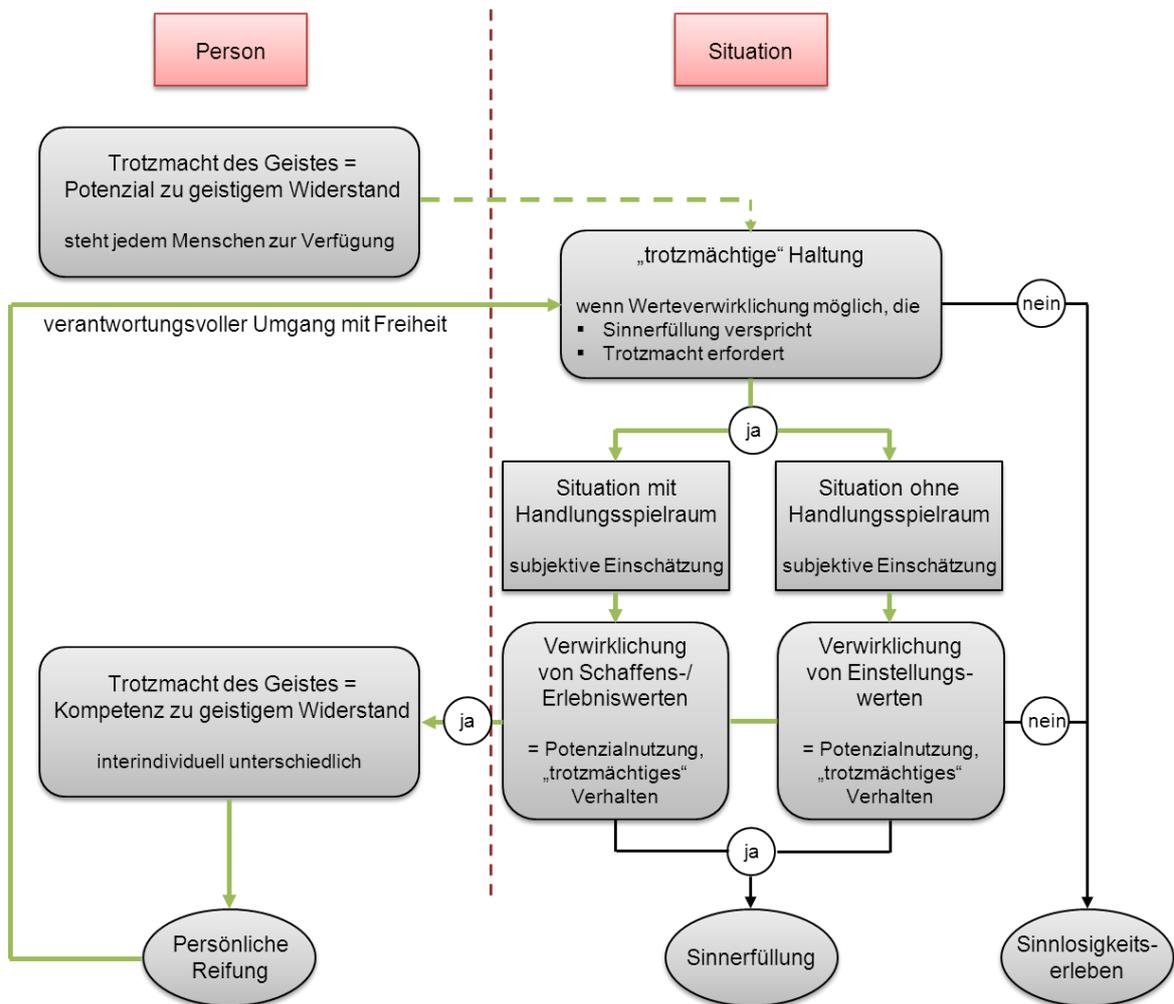
<sup>780</sup> Frankl, 1946/2011, S. 140.

<sup>781</sup> Vgl. Kapitel 2.11.1 (Abbildung 10).

<sup>782</sup> Eigener Begriff.

<sup>783</sup> Vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 71.

Abbildung 14: Personale und situative Komponenten der Trotzmacht des Geistes und die Reifungsschleife<sup>784</sup>



Die Wahrnehmung von Sinnperspektiven im Leben – als notwendige Voraussetzung für die Aktualisierung der Trotzmacht<sup>785</sup> –, die Auseinandersetzung mit der individuellen Freiheit und Verantwortlichkeit, den eigenen Werten und deren persönliche Priorisierung

<sup>784</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

<sup>785</sup> Vgl. Kapitel 2.11.

sowie die Mobilisierung der Trotzmacht des Geistes selbst müssen dabei keineswegs bewusst reflektiert sein, da all dies aus dem unbewussten Geistigen kommen kann.<sup>786</sup>

Die geistige Haltung muss dimensional von *innerpsychischen* Prozessen, von phänomenologischen Konstrukten wie etwa Gedanken, Meinungen und Erwartungen abgegrenzt werden: Die Trotzmacht entspringt der geistigen Dimension als eigener Wesensqualität mit souveräner, in sich gesetzmäßiger Seinsweise und bezieht immer das selbsttranszendente Moment mit ein. Sie kann als „Meta-Volition“ verstanden werden, die sich auch auf psychische (und physische), im existenzanalytischen Sinne apersonale Vorgänge beziehen kann. Als „*Superkonstrukt*“<sup>787</sup> beinhaltet sie die *sinnorientierte Stellungnahme*, den *Umgang* mit kognitiven und affektiven Prozessen. In entscheidender Abgrenzung zu bewährten Konstrukten wie „Resilienz“, „Selbstregulation“ und „Selbstwirksamkeit“ handelt es sich nicht um ein psychologisches Streben, sondern um den auf Sinn und Werte zielenden personhaften, existenziellen Willen. Da sich Geistiges jedoch des Psychophysischen bedient, um sich ausdrücken<sup>788</sup>, kann sich die Trotzmacht des Geistes auf psychischer Ebene beispielsweise durch Frustrations- und Schmerztoleranz, Toleranz gegenüber anderen, Zivilcourage, Selbstdisziplin, Durchhaltevermögen / Ausdauer, Geduld (mit anderen und sich selbst) und/oder die Fähigkeit zum Verzicht äußern – je nachdem, wogegen es sinnvollerweise zu „trotzen“ gilt.

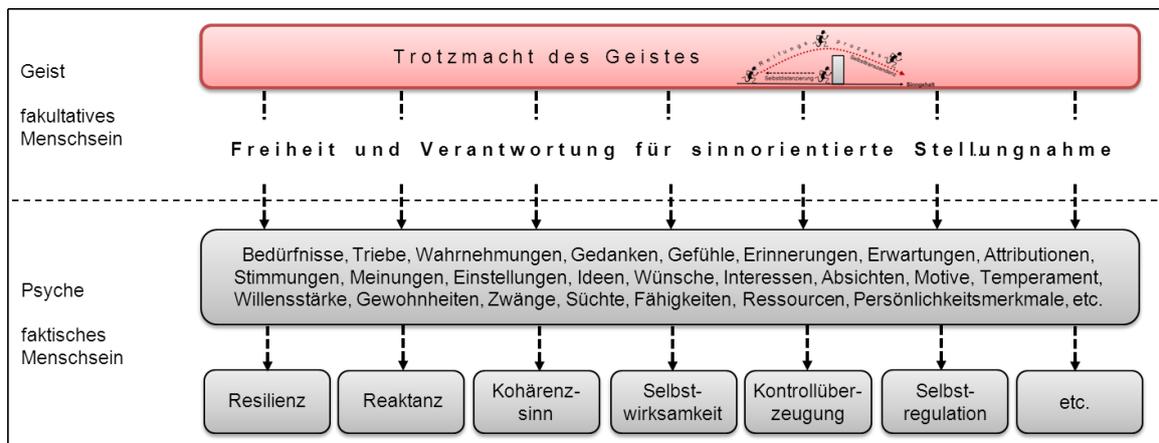
Diese für das prinzipielle Verständnis des konzeptuellen Gesamtgerüsts äußerst bedeutsame ontologische, das heißt die Grundstrukturen des Seins betreffende Grenzziehung ist in folgender Abbildung veranschaulicht, welche als Konkretisierung von Abbildung 6 in Kapitel 2.8.1 verstanden werden kann.

---

<sup>786</sup> Vgl. Kapitel 2.5.2; während Scheler die Aktivierung eines geistigen Aktes durch „Reflexion“, das heißt einem Bewusstseinsprozess, begleitet sieht (vgl. Scheler, 1913a, S. 388), bestreitet Frankl eine derartige Reflexivität des Geistes, da sie für ihn einer Selbstvergegenständlichung desselben gleich käme; vgl. Frankl, 1947/1991, S. 168-169; vgl. Längle, 1988a, S. 107; vgl. Deecke, 2007, S. 74, 83.

<sup>787</sup> Längle et al., 2000, S. 19.

<sup>788</sup> Vgl. Kapitel 2.5.2.

Abbildung 15: Willenskraft und Widerstandsfähigkeit in verschiedenen Dimensionen<sup>789</sup>

Wenn Frankl „Einstellungswandel“<sup>790</sup> als intendiertes Ziel der Logotherapie nennt, meint er damit eine „personale Umstellung“<sup>791</sup>, „existentielle Wendung“<sup>792</sup>, eine „Umstellung [der] gesamten Lebensanschauung [...] vom Geistigen her“<sup>793</sup>, welche „voll-menschliches Geschehen in Gang bringt“<sup>794</sup>. Denn auch eine Einstellung im herkömmlichen Sinne wirkt (mehr oder weniger zeitlich stabil) aus der psychischen Ebene des Menschen heraus, als „psychological tendency that is expressed by evaluating a particular entity with some degree of favor or disfavor“<sup>795</sup>. Einstellungen bestehen nach Ansicht vieler Autoren aus kognitiven, affektiven und konativen Komponenten<sup>796</sup> und drücken keine übergeordnete Anschauung aus, sondern beziehen sich auf einen bestimmten Gegenstand oder Sachverhalt: „An attitude is a person’s evaluation of an object.“<sup>797</sup>

Die philosophisch-anthropologische Grundlage der Trotzmacht des Geistes ist das dimensionalontologische Menschenbild der Logotherapie und Existenzanalyse. Daraus

<sup>789</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

<sup>790</sup> Frankl, 1977/2011, S. 55.

<sup>791</sup> Ebd.

<sup>792</sup> Frankl, 2002, S. 107.

<sup>793</sup> Ebd., S. 49 (Fußnote 1).

<sup>794</sup> Ebd.

<sup>795</sup> „Psychologische Tendenz, die sich durch die Bewertung eines bestimmten Gegenstandes mit einem gewissen Grad an Zustimmung oder Ablehnung ausdrückt“ (Eagly / Chaiken, 1993, S. 1; 2005, S. 745; Übersetzung der Verfasserin).

<sup>796</sup> Vgl. Frey et al., 1993, S. 364.

<sup>797</sup> „Eine Einstellung ist die Bewertung eines Gegenstandes durch eine Person.“ (Fazio / Petty, 2008, S. 3; Übersetzung der Verfasserin).

ergibt sich das von Scheler bezeichnete „X“ als übervitales Prinzip und dimensionale Unterscheidung zu allen „geist-losen“ und „wertblinden“<sup>798</sup> Konzepten: Die von Frankl als „Psychologismus“ bezeichnete Denkweise hat einen „blinden Fleck“ bezüglich geistig begründetem Personsein, sie weicht der Existenz aus und verleugnet die Existentialität der geistigen Person. Der Psycho(patho)logismus projiziert alles aus dem noetischen Raum auf die seelische(-krankhafte) Ebene, eine niedrigere Seinsschicht des Menschen: Der Mensch wird nicht auf Existenz hin, sondern ausschließlich innerhalb des psychischen Raums analysiert – und damit Frankl zufolge zu einem Objekt, einer Sache degradiert. Die intentionale Ausrichtung auf objektive Werte wird dadurch übersehen.<sup>799</sup>

Eine „Vermischung“ des fakultativen und faktischen Menschseins und die Annahme einer Redundanz von Konstrukten, die verschiedenen Ebenen zugehörig sind, wäre daher ein grundlegendes Missverständnis – dem bedauerlicherweise selbst logotherapeutisch tätige Autoren unterliegen: Von „analogen Strukturen beider Paradigmen“<sup>800</sup> kann hier nicht die Rede sein, und die Trotzmacht des Geistes ist gerade *keine* „psychische [Hervorhebung d. Verf.] Unbeugsamkeit“<sup>801</sup>. In diesem Sinne ist auch die Frage: „Kann man die Hypothese empirisch überprüfen, dass die ‚Trotzmacht des Geistes‘ [...] durch unkontrollierbaren negativen Affekt beeinträchtigt wird?“<sup>802</sup> bereits falsch – das heißt psychologistisch-verengt – gestellt.

Entsprechend spiegelt auch die Aussage: „Frankls geistige Ebenen [...] sind angesichts des heute neurobiologisch Erforschbaren nicht weniger ‚psychophysisch‘ als sein so genanntes ‚Psychisches‘“<sup>803</sup> ein Ignorieren des logotherapeutischen Grundschemas und existenzanalytischen Menschenbildes wider: Der Autor ist einer Rückführung der geistigen Phänomenkategorie auf die Psychodynamik erlegen.<sup>804</sup> Ebenso sind Auslegungen, nach welchen zum Beispiel Resilienz mit Trotzmacht „übersetzt“ werden

---

<sup>798</sup> Frankl, 1946/2011, S. 324; Frankl, 2006, S. 269.

<sup>799</sup> Vgl. Kapitel 2.5., 2.6. und 2.10.

<sup>800</sup> Vgl. Lutz, 2005, S. 113.

<sup>801</sup> Vgl. ebd., S. 115.

<sup>802</sup> Vgl. Kuhl, 2006, S. 378.

<sup>803</sup> Ebd., S. 387.

<sup>804</sup> Zugleich ist Kuhl zugute zu halten, dass er erstens der Logotherapie gegenüber positiv eingestellt und einen ganzheitlichen Denkansatz einschließlich der Integration von „Naturwissenschaft und Geist“ vertritt, zweitens mit Frankl übereinstimmt, den Menschen nicht „auf die unteren Ebenen der Persönlichkeit zu reduzieren“, sondern auch Willensfreiheit und „höhere geistige Funktionen“ zu berücksichtigen (Kuhl, 2006, S. 392), und drittens dabei Sinn als wesentliches Element einbezieht.

kann<sup>805</sup>, als „kategoriale Verwechslung“<sup>806</sup> und psychologistische Einebnung aufzuklären. Eher schon ist der für die Trotzmacht des Geistes verwendete Begriff der „geistigen Resilienz“<sup>807</sup> akzeptierbar. Da Frankl bereits Ende der 40er Jahre über die Trotzmacht des Geistes sprach (während zum Beispiel eine systematische Resilienzforschung erst Ende der 70er Jahre in den USA und Großbritannien entstanden ist<sup>808</sup>), kann jedoch angenommen werden, dass einige psychologische Konzepte auf diesem „Ur-Konzept“ beruhen – wenn dies bei den jeweiligen Autoren auch nicht explizit Erwähnung findet. Folgerichtig wäre etwa Resilienz eher „psychologische Trotzmacht“ zu nennen.

Die Verarbeitung und Bewältigung von Krisen als akute oder dauerhafte Belastungen<sup>809</sup>, das heißt Coping in Form von kognitiven und affektiven Regulationsprozessen, erfordert zunächst geistigen Widerstand. Die Trotzmacht als „Bewältigungsmaxime“<sup>810</sup> macht Coping-Mechanismen effektiver im Hinblick auf Sinnerfüllung. Da der Mensch die psychische Dimension – im Gegensatz zur geistigen – mit dem Tier teilt<sup>811</sup>, können die auf der psychischen Ebene ablaufenden Prozesse prinzipiell auch bei Tieren auftreten. So konnte in Tierexperimenten beispielsweise Verhalten beobachtet werden, welches große Ähnlichkeit zum menschlichen Reaktanzverhalten<sup>812</sup> aufweist.

---

<sup>805</sup> Vgl. Lange, 2011, S 102-103.

<sup>806</sup> Frankl, 1975/2005, S. 167.

<sup>807</sup> Biller / de Lourdes Stiegeler, 2008, S. 568.

<sup>808</sup> Vgl. Werner / Smith, 1982; vgl. Rutter, 1987.

<sup>809</sup> Vgl. Frey / Jonas, 2002, S. 101.

<sup>810</sup> Frankl, zitiert nach Pattakos, 2011. S. 71.

<sup>811</sup> Vgl. Kapitel 2.5.2.

<sup>812</sup> Vgl. Kapitel 3.3.3.

### 3.3 Vergleich mit verwandten Konstrukten

Die akademische Psychologie hat Konstrukte hervorgebracht, die zum Teil und in unterschiedlicher Form Sinn-Momente beinhalten oder auf solche bezogen sind. Einige dieser gedanklichen Konzepte und (personenseitigen) Sinnkorrelate aus der Persönlichkeits-, Sozial- und Entwicklungspsychologie zeigen hohe „Augenschein-Similarität“ mit der Trotzmacht des Geistes und offenbaren mit ihr überlappende Bedeutungsbereiche. Sie befinden sich zwar, bildlich gesprochen, auf der anderen Seite des „anthropologischen Grabens“<sup>813</sup>, können sich emotional, kognitiv und/oder verhaltensmäßig jedoch ähnlich manifestieren wie die Trotzmacht – und müssen daher Parallelen bezüglich der Operationalisierung aufweisen.

Der Bedeutungsumfang der diesbezüglich relevantesten Konstrukte – die wiederum teilweise untereinander konfundiert, zumindest nur unscharf voneinander abgegrenzt und wechselseitig komplex aufeinander bezogen sind –, wird in den folgenden Unterkapiteln dargestellt. Hierbei wird ein Detaillierungsgrad gewählt, welcher es erlaubt, ihre inhaltlichen Überschneidungen und Unterschiede zur Trotzmacht des Geistes hinsichtlich wissenschaftlicher Herkunft, Definition, zugrunde liegendem Motivationskonzept sowie Auswirkungen auf Erleben und Verhalten transparent zu machen. Auf Diskussionen zu den einzelnen theoretischen Annahmen, empirischen Befunden sowie Verbindungen zu anderen Theorien und Konstrukten soll hier weitgehend verzichtet werden.

#### 3.3.1 Resilienz

Die Resilienzforschung entstand aus der Entwicklungspsychopathologie im Zuge des Paradigmenwechsels von der Defizit- zur Ressourcenorientierung, das heißt der Verlagerung des Fokus‘ von der Analyse der Ursachen und Bedingungen psychischer Störungen auf die Untersuchung seelischer und körperlicher Gesundheit und deren Erhaltung und Förderung.<sup>814</sup> Das Resilienz-Konzept hat damit einen starken Bezug zu Antonovskys „Salutogenese“-Modell.<sup>815</sup>

---

<sup>813</sup> Vgl. Kapitel 3.2, Abbildung 15.

<sup>814</sup> Vgl. Fröhlich-Gildhoff / Rönnau-Böse, 2009, S. 7.

<sup>815</sup> Vgl. Kapitel 2.2 und insbesondere Kapitel 3.3.2.

Resilienz ist definiert als „psychische Widerstandsfähigkeit gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken“<sup>816</sup>. Die Resilienz eines Menschen zeigt sich darin, dass er sich trotz widriger Umstände gesund entwickelt – wobei der Schwerpunkt der Resilienzforschung auf der psychischen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen liegt<sup>817</sup>, und erst in zweiter Linie auf der Frage, wie Erwachsene es schaffen, auch unter starkem Stress gesund zu bleiben und sich von traumatischen Erlebnissen und gesundheitsgefährdenden Lebensbedingungen (schnell) wieder zu erholen. Erst in den letzten Jahren wurden – aus dem Blickwinkel einer Entwicklungspsychologie der Lebensspanne – vermehrt auch Erwachsene betrachtet.<sup>818</sup> Resilient (lat. *resiliere* = zurückspringen) bedeutet dabei, dass ein Mensch auch nach schweren Belastungen wieder zum ursprünglich gesunden Zustand zurückfinden kann.

Das Resilienz-Konzept beinhaltet einige theoretische wie methodische Schwierigkeiten.<sup>819</sup> Abgrenzungsprobleme bestehen bezüglich verwandter Konstrukte wie „Kohärenzsinn“<sup>820</sup>, „Selbstwirksamkeitserwartung“<sup>821</sup> und „Hardiness“<sup>822</sup>. Bezüglich des Resilienzbegriffs besteht Uneinigkeit: Während einige Autoren das Konstrukt als variablen Entwicklungsprozess verstehen – dessen Wurzeln in der frühen Kindheit liegen und der sich im Laufe des Lebens in Abhängigkeit der Anforderungen an das Individuum durch Interaktion mit der Umwelt und Bewältigungserfahrungen dynamisch entwickelt<sup>823</sup> – sehen andere Resilienz als mehr oder weniger stabiles Persönlichkeitsmerkmal<sup>824</sup>, eine relative, situationsspezifisch zum Ausdruck kommende Widerstandsfähigkeit<sup>825</sup>, einen biopsychosozialen Anpassungsvorgang oder auch dessen Resultat.<sup>826</sup>

---

<sup>816</sup> Wustmann, 2004, S. 18; die Literatur birgt eine Vielzahl von Definitionen, die zitierte ist im deutschsprachigen Raum allgemein anerkannt.

<sup>817</sup> Als Kriterien für eine positive Entwicklung werden meist externe Indikatoren herangezogen: die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben, gute Schulleistungen, Anpassung an die soziale Umwelt in Form der Abwesenheit von Verhaltensauffälligkeiten oder psychopathologischen Symptomen; vgl. Masten / Reed, 2002.

<sup>818</sup> Vgl. z.B. Ryff et al., 1998; vgl. Heckhausen, 2001; vgl. Bonanno, 2004; vgl. Schumacher et al., 2005, S. 3.

<sup>819</sup> Vgl. Kaplan, 1999; vgl. Luthar et al., 2000.

<sup>820</sup> Vgl. Kapitel 3.3.2.

<sup>821</sup> Vgl. Kapitel 3.3.5.

<sup>822</sup> Vgl. Kapitel 3.3.7.

<sup>823</sup> Vgl. Fröhlich-Gildhoff / Rönnau-Böse, 2009, S. 9-11.

<sup>824</sup> Vgl. Block / Block, 1980.

<sup>825</sup> Vgl. Jessor, 1993; vgl. Bender / Lösel, 1998.

<sup>826</sup> Vgl. Masten et al., 1990; vgl. Lösel et al., 1992; vgl. Kumpfer, 1999; vgl. Schumacher et al., 2005, S. 3-4.

Aus systemischer Sicht ist Resilienz die Fähigkeit, Krisen durch den Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und sich dadurch zu entwickeln.<sup>827</sup> Resilienz wird als förderlich für den Erhalt der biopsychischen Homöostase gesehen<sup>828</sup> und in der Entwicklungspsychopathologie als dynamische Kompetenz zur Erzeugung und Aufrechterhaltung positiver Zustände und vitaler Affekte beschrieben.<sup>829</sup>

Als „Mutter der Resilienzforschung“ gilt die kalifornische Psychologin Emmy Werner, die mit der Forschergruppe um Ruth Smith über 40 Jahre lang knapp 700 Kinder begleitete, welche 1955 auf der Hawaii-Insel Kauai geboren waren. Die so genannte „Kauai-Studie“ ist die älteste und populärste Resilienz-Studie.<sup>830</sup> Ein Teil der Untersuchungsgruppe lebte in äußerst schwierigen Verhältnissen – Armut, Krankheit der Eltern, Vernachlässigung, Scheidung, Misshandlung. Viele von ihnen gerieten auf die „schiefe Bahn“ – bekamen zum Beispiel schwere Lern- oder Verhaltensprobleme, hatten psychische Störungen und/oder wurden straffällig. Ein Drittel jedoch entwickelte sich erstaunlich positiv. Werner entdeckte risikomildernde „Schutzfaktoren“, welche diese günstige Entwicklung gefördert hatten: Emotionaler Halt in wenigstens einer stabilen Beziehung, gute Schulbildung der Mutter und deren Erziehungskompetenz, die Möglichkeit zur Übernahme von Verantwortung und schließlich Faktoren der Person wie ruhiges Temperament, Aufgeschlossenheit, Kommunikationsfähigkeit, Selbständigkeit, Hilfsbereitschaft, Freundlichkeit, Problemlösefähigkeiten, ein besonderes Talent und die Fähigkeit, stolz auf sich zu sein.<sup>831</sup>

In zahlreichen nachfolgenden Untersuchungen – die bekanntesten sind die „Isle of Wight - Studie“<sup>832</sup>, die „Mannheimer Risikokinderstudie“<sup>833</sup>, die „BELLA-Studie“<sup>834</sup> sowie die „Bielefelder Invulnerabilitätsstudie“<sup>835</sup> – wurden insbesondere bei Kindern weitere, in und außerhalb der Person liegende Schutzfaktoren der Resilienz identifiziert: Emotionale Stabilität, Reflexionsfähigkeit, positives Selbstwertgefühl, Selbstwirksamkeitserwartung, Unabhängigkeit, soziale Kompetenzen, Intelligenz, Leistungsmotivation, Entschlossenheit,

---

<sup>827</sup> Vgl. Welter-Enderlin / Hildenbrand, 2012.

<sup>828</sup> Vgl. Richardson, 2002.

<sup>829</sup> Vgl. Schore, 2007, S. 313.

<sup>830</sup> Vgl. Fröhlich-Gildhoff / Rönnau-Böse, 2009, S. 15.

<sup>831</sup> Vgl. Werner / Smith, 1982; vgl. Smith, 2001.

<sup>832</sup> Vgl. Rutter, 1987.

<sup>833</sup> Vgl. Laucht et al., 2000; erste deutsche Resilienz-Studie.

<sup>834</sup> Vgl. Ravens-Sieberer / Bettge, 2004.

<sup>835</sup> Vgl. Lösel / Bender, 2008.

Mut, Kreativität, Humor, körperliche Gesundheit, weibliches Geschlecht sowie soziale Ressourcen wie enge Geschwisterbindungen, Bezugspersonen inner- und außerhalb der Familie sowie eine Erziehung mit emotionaler Akzeptanz und klaren Verhaltensregeln. Als negative Einflüsse auf die Entwicklung der seelischen Gesundheit erwiesen sich dagegen erstens so genannte „primäre Vulnerabilitätsfaktoren“ – das heißt von Geburt an vorhandene Anfälligkeiten gegenüber negativen Einflüssen – wie genetische Dispositionen oder geringe kognitive Fähigkeiten. Hinzu kommen „sekundäre Vulnerabilitätsfaktoren“ wie geringe Selbstregulationsfähigkeiten und „Risikofaktoren“ – Vernachlässigung, Misshandlung, niedriges Bildungsniveau der Eltern, problematische Erziehungsmethoden, familiäre Disharmonien, Kriminalität in der Familie, psychische Erkrankungen eines oder beider Elternteile, Alkohol-, Drogenmissbrauch und allgemein chronische Gesundheitsprobleme der Eltern, Armut, schlechte Wohnverhältnisse, Trennung oder Scheidung der Eltern, Verlust eines Geschwisters oder einer anderen Bezugsperson, Obdachlosigkeit, Aufwachsen im Heim und traumatische Erlebnisse. Die förderlichen und hemmenden Faktoren scheinen dabei auf vielfältige Art und Weise zusammenzuwirken.<sup>836</sup>

Der Ansatz der Untersuchung von Belastungen als Anforderungen an einen Menschen und ihre Bewältigung durch das Zurückgreifen auf Ressourcen der Person kommt aus der Stressforschung. Hier wird von „Stressoren“ gesprochen, deren unterschiedliche Bewertung und Verarbeitung (Coping) sich auf die Gesundheit auswirkt.<sup>837</sup> Neuere Beiträge zur Resilienzforschung fokussieren einerseits auf den Prozess der erfolgreichen Anpassung bei Belastungen, andererseits auf die Charakterisierung resilienter Persönlichkeiten: Resilienz wird als multidimensionales Konstrukt betrachtet, das sowohl Fähigkeiten zur Belastungsbewältigung als auch konstitutionelle Persönlichkeitsmerkmale integriert.<sup>838</sup>

Resilienz scheint mit positiven Emotionen und seelischer Stabilität nach traumatischen Ereignissen<sup>839</sup>, Regulation und Reduktion von Schmerz- und Stresserleben<sup>840</sup>, Bewältigung von Gewalt- und Missbrauchserfahrungen<sup>841</sup> sowie einem geringen Ausmaß

---

<sup>836</sup> Vgl. Werner, 1993; 2005; 2008; vgl. Fröhlich-Gildhoff / Rönau-Böse, 2009, S. 20-29.

<sup>837</sup> Vgl. Lazarus, 1966; vgl. auch Kapitel 3.3.2.

<sup>838</sup> Vgl. Campbell-Sills et al., 2006; vgl. Leppert et al., 2008.

<sup>839</sup> Vgl. Bonanno, 2004; vgl. Friborg et al., 2006.

<sup>840</sup> Vgl. Fredrickson, 2004; vgl. Leppert et al., 2005; vgl. Ong et al., 2006a; 2006b.

<sup>841</sup> Vgl. Rutter, 2007.

an Störanfälligkeit und Depressivität<sup>842</sup> zusammenzuhängen. Signifikante Korrelationen wurden zwischen Resilienz einerseits und den „Big Five“-Dimensionen Emotionale Stabilität und Extraversion<sup>843</sup>, kognitiven Merkmalen wie Interesse und Neugier sowie Lebensfreude, Optimismus und Offenheit für neue Erfahrungen<sup>844</sup> andererseits gefunden.

Zur quantitativen Erfassung von Resilienz wurden mehrere Fragebogen mit unterschiedlichen Schwerpunkten entwickelt. Als die wichtigsten werden betrachtet<sup>845</sup>: Die „Connor-Davidson-Resilienzskala CD-RISC“ von Kathryn Connor und Jonathan Davidson<sup>846</sup> (Erfassung der Fähigkeit, Stress und Unglück zu bewältigen; Resilienz als ein messbarer Indikator für Gesundheit; fünf Faktoren: Kompetenz, Hartnäckigkeit, Toleranz gegenüber Belastungen, Akzeptanz von Veränderung, Kontrolle, Spiritueller Einfluss; 25 Items; Anwendung vor allem in der Diagnostik und Therapie posttraumatischer Belastungsstörungen); die „Ego Resilience Scale“ von Jack Block und Adam Kremen<sup>847</sup> (Messung der Anpassungsfähigkeit und Kontrolle über positive Affekte als stabiles Personmerkmal; Resilienz als Fähigkeit, sich von belastenden Ereignissen zu erholen; ein Faktor: Stabilität und Sicherheit; 14 Items), eine Resilienzskala für Erwachsene („RSA“) von den Norwegern Oddgeir Friberg et al.<sup>848</sup> (Erhebung der Anpassungsfähigkeit an belastende Ereignisse und Risikofaktoren für die psychische Gesundheit; fünf Faktoren: Persönliche Kompetenz, Soziale Kompetenz, Familiärer Zusammenhalt, Soziale Unterstützung, Persönlichkeit; 45 Items); die „Resilienzskala“ von Gail Wagnild und Heather Young<sup>849</sup>. Andere Fragebogenverfahren<sup>850</sup> waren nie weit verbreitet.

Die „Resilience Scale“ von Wagnild & Young, eines der am häufigsten eingesetzten Verfahren im angloamerikanischen Sprachraum, erfasst mit 25 Items („RS-25“<sup>851</sup>) psychische Widerstandskraft (Invulnerabilität) als positives Personmerkmal, im Sinne der Fähigkeit zur erfolgreichen Nutzung in- und externaler Ressourcen zur Bewältigung von Entwicklungsaufgaben. Die RS-25 wird hauptsächlich in der Gesundheitsforschung eingesetzt, zur Erfassung individueller Bewältigungsmuster bei gesundheitlichen

---

<sup>842</sup> Vgl. Tugade et al., 2004.

<sup>843</sup> Vgl. Leppert et al., 2002.

<sup>844</sup> Vgl. Fredrickson, 2004; vgl. Friberg et al., 2005; vgl. Letzring et al., 2005.

<sup>845</sup> Vgl. Leppert et al., 2008.

<sup>846</sup> Vgl. Connor / Davidson, 2003.

<sup>847</sup> Vgl. Block / Kremen, 1996.

<sup>848</sup> Vgl. Friberg et al., 2003; 2005; 2006.

<sup>849</sup> Vgl. Wagnild / Young, 1993; vgl. <https://www.resiliencescale.com>.

<sup>850</sup> Vgl. z.B. Baruth / Caroll, 2002; vgl. Oshio et al., 2002.

<sup>851</sup> Wagnild entwickelte auch eine Kurzform „RS-14“.

Belastungen. Sie wurde in mehrere Sprachen übersetzt, auch eine autorisierte deutschsprachige Version liegt vor.<sup>852</sup> Die beiden Subskalen – “Persönliche Kompetenz“ (Merkmale wie Selbstvertrauen, Beherrschung, Unabhängigkeit, Beweglichkeit / Ausdauer; 17 Items) und „Akzeptanz des Selbst und des Lebens“ (Merkmale wie Toleranz, Anpassungsfähigkeit, flexible Sicht auf sich selbst und den eigenen Lebensweg; acht Items) – konnten dort faktorenanalytisch zunächst nicht repliziert werden, das Verfahren wurde als eindimensional beschrieben.<sup>853</sup> Die „Resilienzskala“ wurde durch Korrelation mit Allgemeiner Selbstwirksamkeitserwartung validiert. Mit diesem Fragebogen lag erstmalig für den deutschsprachigen Raum ein überprüftes und normiertes Verfahren zur Operationalisierung von Resilienz vor. Jörg Schumacher et al. setzten die RS-25 in einer repräsentativen Befragung der deutschen Bevölkerung ein, fanden die Dimensionen sowie einen Gesamtfaktor Resilienz bestätigt und entwickelten die Kurzskala „RS-11“.<sup>854</sup>

Die RS-11 erfasst einen Resilienz-Generalfaktor im Sinne „psychischer Widerstandsfähigkeit als Personmerkmal“. Bei deutlich geringerem diagnostischen Aufwand ist sie bezüglich Reliabilität (Cronbach- $\alpha = .91$ ) und Validität (alle 11 Items laden auf einem Faktor, der 53.7% der Gesamtvarianz aufklärt) mit der Gesamt-„Resilienzskala“ vergleichbar, mit der sie hoch korreliert ( $r = .95$ ).<sup>855</sup> Die folgenden 11 Statements werden auf einer siebenstufigen Likert-Skala von „Ich stimme nicht zu“ bis „stimme völlig zu“ beantwortet:

1. *Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch.*
2. *Normalerweise schaffe ich alles irgendwie.*
3. *Es ist mir wichtig, an vielen Dingen interessiert zu bleiben.*
4. *Ich mag mich.*
5. *Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen.*
6. *Ich bin entschlossen.*
7. *Ich behalte an vielen Dingen Interesse.*
8. *Ich finde öfter etwas, worüber ich lachen kann.*
9. *Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.*

---

<sup>852</sup> Vgl. Leppert et al., 2002.

<sup>853</sup> Vgl. Schumacher et al., 2005.

<sup>854</sup> Vgl. ebd., S. 26.

<sup>855</sup> Vgl. ebd., S. 8-9.

10. *Ich kann mich auch überwinden, Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will.*

11. *In mir steckt genügend Energie, um alles zu machen, was ich machen muss.*

Wie auch die Gesamtskala korreliert die RS-11 substantiell mit der „Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (SWE)“<sup>856</sup>, was die konvergente Validität belegt. Da weniger als die Hälfte der Varianz durch die jeweils andere Variable erklärt werden kann, scheinen die beiden Verfahren jedoch zumindest partiell Unterschiedliches zu erfassen.<sup>857</sup> So beinhaltet das Resilienz-Konzept im Gegensatz zu dem der Selbstwirksamkeitserwartung unter anderem auch Aspekte des Selbstwertes (Item 4) und der optimistischen Einstellung (Item 8).<sup>858</sup>

Auf Basis des – auf das Persönlichkeitspsychologen-Ehepaar Jack und Jeanne Block zurückgehenden – Trait-Konzeptes der Resilienz entwickelten Karena Leppert et al. an der Universität Jena die revidierte Kurzform „RS-13“.<sup>859</sup> Diese wird im Rahmen der vorliegenden Arbeit zur Konstruktvalidierung eines neu entwickelten Fragebogens herangezogen und in Kapitel 4.8.3 vorgestellt.

Komplementär zur Resilienz wird das „Recovery“-Konzept<sup>860</sup> in der Psychiatrie gesehen: Der psychisch schwer Erkrankte übernimmt wieder die Kontrolle und Verantwortung für das eigene Leben. Ähnlich wie bei der Trotzmacht des Geistes im Zusammenhang mit der Verwirklichung von Einstellungswerten<sup>861</sup> geht es hier um den sinnorientierten Umgang mit der eigenen Krankheit, eine positive Haltung im Hinblick auf die Zukunft und das Überwinden von Rückschlägen. Durch den Recovery-Prozess – gegebenenfalls begleitet durch „Empowerment“, das heißt unterstützende Maßnahmen zur Erhöhung von Autonomie, Selbstbestimmung und -verantwortung<sup>862</sup> – werden psychische Ressourcen zurückgewonnen. Der Patient geht gestärkt und mit größerer Widerstandskraft aus dem belastenden Ereignis oder Trauma heraus und kann die Anforderungen des Alltags wieder bewältigen. Hier wird, wiederum wie bei der Trotzmacht, der Aspekt des persönlichen Wachstums deutlich. Als begünstigend für Recovery werden protektive

---

<sup>856</sup> Vgl. Schwarzer / Jerusalem, 1999; vgl. Kapitel 3.3.5 und 4.8.3.

<sup>857</sup> Vgl. Schumacher et al., 2005, S. 14.

<sup>858</sup> Vgl. Sonnenmoser, 2006, S. 50.

<sup>859</sup> Vgl. Leppert et al., 2008; vgl. Kapitel 8, Anhang F, Abbildung F-1.

<sup>860</sup> Vgl. Schrank / Amering, 2007.

<sup>861</sup> Vgl. Kapitel 2.10 sowie Kapitel 3.2, Abbildung 14.

<sup>862</sup> Vgl. Knuf et al., 2007; vgl. Schrank / Amering, 2007, S. 49.

Faktoren der Persönlichkeit und Umwelt betrachtet, sowie das Reflektieren (neuer) persönlicher Werte und sinnhafter Rollen.<sup>863</sup>

Eine Parallele zum logotherapeutischen Forschungsansatz besteht darin, dass auch Frankl – ein humanistisches Menschenbild vertretend – *ressourcenorientiert* anstatt defizitbezogen arbeitete und sich schwerpunktmäßig mit der Frage befasste, was den gesunden Menschen vor seelischen Erkrankungen bewahrt. Die offensichtlichste Schnittstelle zwischen Resilienz und Trotzmacht ist das „*trotz*“: der Widerstand des Menschen gegen belastende Lebensumstände, der diesen zum aktiven Gestalter seines Lebens werden lässt. Die Motivation für diesen Widerstand ist beim Resilienz-Konzept die gesunde Entwicklung des Individuums, bei der Trotzmacht dagegen die Erfüllung von Sinn. Anknüpfend an den Begriff der „*life skills*“ – psychische Fähigkeiten zu einer gelingenden Lebensbewältigung – ist die Trotzmacht des Geistes eine „*meaning in life - skill*“, und analog zu Rosmarie Welter-Enderlins Resilienz-Definition als „*Gedeihen trotz widriger Umstände*“<sup>864</sup> ist bei der Trotzmacht von „*Sinn finden trotz widriger Umstände*“ zu sprechen. Trotzmacht ist im Gegensatz zu Resilienz nicht die Fähigkeit, auch unter außergewöhnlichen Bedingungen normal zu funktionieren<sup>865</sup>, sondern die geistige Kompetenz, unter sinnwidrigen Bedingungen den persönlichen Sinn dennoch zu verwirklichen.

Neben den divergierenden motivatorischen Grundlagen ist ein weiterer Unterschied zwischen Resilienz und Trotzmacht in der „*Struktur*“ oder Art der beiden Konzepte zu sehen: Während durch die RS-25 und ihre Kurzformen psychischer Widerstand als Persönlichkeitseigenschaft gemessen wird, ist das neu entwickelte Instrument zur Erfassung der Trotzmacht des Geistes auf die Erhebung der existenziellen Haltung einer Person ausgerichtet.

---

<sup>863</sup> Vgl. Ryff / Keyes, 1995.

<sup>864</sup> Welter-Enderlin / Hildenbrand, 2012.

<sup>865</sup> Vgl. Masten, 2001.

### 3.3.2 Kohärenzsinn

In den 70er Jahren des 20. Jahrhunderts entwickelte Aaron Antonovsky sein aus der Stress- und Bewältigungsforschung abgeleitetes gesundheitsbezogenes und ressourcenorientiertes Konzept der Salutogenese – als Gegenbegriff zur Pathogenese: Im Zentrum der Betrachtung steht wie bei der Resilienz nicht Krankheit, sondern Gesundheit. In einer Untersuchung Antonovskys (1979) zur Anpassung von israelischen Frauen unterschiedlicher ethnischer Gruppen an das Klimakterium stellte sich heraus, dass fast ein Drittel der Frauen, die das KZ sowie Immigration und mehrere Kriege erlebt hatten, dennoch eine gute psychische und physische Gesundheit aufwiesen. Antonovsky warf die Frage auf, was diese Frauen von solchen unterscheidet, die sich bei gleichen Erfahrungen in schlechtem Gesundheitszustand befanden.<sup>866</sup>

Gesundheit stellt bei Antonovsky keinen dauerhaften Zustand, sondern einen ständigen Prozess dar. Gesundheit und Krankheit werden nicht als dichotome, einander ausschließende Kategorien betrachtet, sondern als die gegensätzlichen Pole eines Kontinuums. Jeder Mensch ist demnach nicht *entweder* krank *oder* gesund, sondern mehr oder weniger beides. Die Salutogenese erhebt die Frage, was ihn auf dem „Health Ease / Dis-Ease (HEDE)“-Kontinuum trotz der vielfältigen Belastungen im Leben in Richtung des Gesundheits-Endpunktes rücken lässt. Die Antwort geben so genannte salutogene Faktoren: Generalisierte individuelle, soziale oder kulturelle Abwehrkräfte („generalized resistance resources“, GRR), die den Menschen dazu befähigen, mit belastenden Einflüssen (Stressoren) fertig zu werden – entweder als Merkmale der Person<sup>867</sup> oder als von außen wirkende Faktoren. Diese Ressourcen wirken unspezifisch, das heißt unabhängig von der Art des konkreten Stressors.<sup>868</sup>

Die zentrale Steuerungsgröße im komplexen – physiologische, biochemische, emotionale, kognitive und soziale Einflüsse integrierenden – Prozess der Stressbewältigung ist bei Antonovsky das so genannte „Kohärenzgefühl“ („sense of coherence“), auch „Kohärenzsinn“ oder „Kohärenzerleben“ genannt. Inwieweit ein Mensch seelisch gesund

---

<sup>866</sup> Vgl. Antonovsky, 1997, S. 15.

<sup>867</sup> Neben den genetischen, konstitutionellen und immunologischen Ausstattungen meint Antonovsky damit erworbenes Wissen, Intelligenz, emotionale Stabilität, Ich-Identität, Selbstwirksamkeitserwartung, Kontrollüberzeugung, Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl, Handlungs- und soziale Kompetenzen.

<sup>868</sup> Vgl. Antonovsky, 1993a, S. 12; 1997, S. 15, 45; vgl. Masten / Reed, 2002.

wie auch körperlich stabil ist, hängt von dieser Widerstandsressource ab, welche die Koordination von Bewältigungsstrategien übernimmt und negative Auswirkungen innerer und äußerer Stressoren reduziert oder gar komplett unwirksam macht. Es handelt sich dabei – und hier ist in der Art des Konstruktes eine Parallele zur Trotzmacht des Geistes zu erkennen – um eine globale Orientierung, eine relativ stabile Grundeinstellung zum eigenen Leben und zur Umwelt.<sup>869</sup> Sie entwickelt sich aufgrund spezifischer persönlicher Erfahrungen und besteht aus drei eng miteinander verwobenen Komponenten: Ein Mensch verkräftet schwierige Situationen und Ereignisse besser, die er als strukturiert und geordnet, vorhersagbar und erklärbar betrachtet (Verstehbarkeit, „sense of comprehensibility“), als bewältigbar wahrnimmt (Handhabbarkeit, „sense of manageability“) und als sinnvoll ansieht (Sinnhaftigkeit oder Bedeutsamkeit, „sense of meaningfulness“).<sup>870</sup>

Die von Antonovsky zur Überprüfung seiner Theorie entwickelte „Sense of Coherence Scale (SOC, SOC-29 oder SOC-A)“<sup>871</sup> besteht aus 29 Items, die alle genau einer der drei Subkomponenten zugeordnet werden können und auf einer siebenstufigen Likert-Skala beantwortet werden. „Sinnhaftigkeit“ (Skala 3) wurde von Antonovsky als wichtigste der drei Subkomponenten der SOC-29 bezeichnet.<sup>872</sup> Die Skala steht für das Ausmaß, in welchem das Leben als sinnvoll und die Anforderungen als herausfordernd und eines persönlichen Engagements wert betrachtet werden.<sup>873</sup> Sie besteht aus den folgenden Items, die hier einschließlich der Endpunkte ihrer Antwortskala aufgeführt sind und von denen die mit \* gekennzeichneten bei der Auswertung umzupolen sind:

4\* *Haben Sie das Gefühl, dass es Ihnen ziemlich gleichgültig ist, was um Sie herum passiert? sehr selten oder nie ←→ sehr oft*

7\* *Das Leben ist ... ausgesprochen interessant ←→ reine Routine*

8 *Bis jetzt hatte Ihr Leben ... überhaupt keine klaren Ziele ←→ sehr klare Ziele*

---

<sup>869</sup> Kohärenzsinn wie auch Kontrollüberzeugung (vgl. Kapitel 3.3.4), Selbstwirksamkeit (vgl. Kapitel 3.3.5) und Hardiness (vgl. Kapitel 3.3.7) werden in Anlehnung an die existenzielle Persönlichkeitstheorie Salvatore Maddis (1998) im Unterschied zu den zentralen „Big Five“-Persönlichkeitsfaktoren auch als „periphere dispositionale Faktoren“ oder „zweitrangige Persönlichkeitseigenschaften (traits)“ bezeichnet, welche ein Mensch aufgrund seiner Lebenserfahrungen ausbildet; vgl. Hauser, 2004, S. 399-400, 403.

<sup>870</sup> Vgl. Antonovsky, 1997.

<sup>871</sup> Vgl. Antonovsky, 1983; 1987; 1993; vgl. Schumacher et al., 2000a; deutsche Übersetzung von Abel et al., 1995.

<sup>872</sup> Vgl. Antonovsky, 1997.

<sup>873</sup> Vgl. ebd., S. 16, 34-38, 124; vgl. Schumacher, 2002.

- 11\* *Das meiste, was Sie in Zukunft tun werden, wird wahrscheinlich ... völlig faszinierend sein*  $\leftrightarrow$  *totlangweilig sein*
- 14\* *Wenn Sie über Ihr Leben nachdenken, ist es dann sehr oft so, dass ... Sie spüren, wie schön es ist zu leben*  $\leftrightarrow$  *Sie sich fragen, wieso Sie überhaupt leben*
- 16\* *Die Dinge, die Sie tatsächlich tun, sind für Sie ... eine Quelle tiefer Freude und Befriedigung*  $\leftrightarrow$  *eine Quelle von Schmerz und Langeweile*
- 22 *Sie erwarten für die Zukunft, dass Ihr eigenes Leben ... ohne jeden Sinn und Zweck sein wird*  $\leftrightarrow$  *voller Sinn und Zweck sein wird*
- 28 *Wie oft haben Sie das Gefühl, dass die Dinge, die Sie im täglichen Leben tun, wenig Sinn haben?* *sehr oft*  $\leftrightarrow$  *sehr selten oder nie*

Kritisiert wurde – neben den unzureichenden Trennschärfekoeffizienten einzelner Items bezogen auf die Gesamtskala<sup>874</sup> – die Uneinheitlichkeit der formalen Item-Struktur: Einige Items sind als Fragen formuliert, andere als unvollendete Sätze, entsprechend variieren die Bezeichnungen der Antwortskala-Pole. Schmidt-Rathjens et al. konstruierten deshalb eine eigene Skala („SOC-HD“, da in Heidelberg entwickelt) mit 19 Items und einer homogenen fünfstufigen Antwortskala.<sup>875</sup> Da sich SOC-A und SOC-HD jedoch als hoch positiv korrelierend erwiesen und auch bezüglich anderer Skalen fast identische Korrelationsmuster zeigten, plädieren Schumacher et al. im Sinne der Vergleichbarkeit von Forschungsergebnissen für die Verwendung der Originalversion.<sup>876</sup>

Problematisch bezüglich einer gezielten Messung von Sinnerleben unabhängig von den anderen Komponenten ist, dass diese Skala in der SOC-29 nur acht Items umfasst (und damit auch gegenüber den beiden anderen, aus 10 beziehungsweise 11 Items bestehenden Skalen unterrepräsentiert ist).<sup>877</sup> Die drei SOC-Skalen korrelieren hoch miteinander und konnten faktorenanalytisch in zahlreichen Studien nicht in befriedigender Weise repliziert werden. Die Existenz eines Generalfaktors ist wahrscheinlich.<sup>878</sup> Auch Antonovsky hat von einer differenzierten Betrachtung der Einzelskalen abgeraten und

---

<sup>874</sup> Vgl. Schumacher et al., 2000b, S. 478.

<sup>875</sup> Vgl. Schmidt-Rathjens et al., 1997.

<sup>876</sup> Vgl. Schumacher et al., 2000b, S. 473.

<sup>877</sup> Vgl. Becker, 1998.

<sup>878</sup> Vgl. Lutz et al., 1998; vgl. Schumacher et al., 2000b, S. 473; zur Kritik am SOC-Konzept vgl. auch Geyer, 1997, und Becker, 1998.

dafür plädiert, nur das Gesamtmaß „Kohärenzgefühl“ zu verwenden, da die drei Subkomponenten für ihn nicht trennbar sind.<sup>879</sup>

Neben SOC-29 und SOC-HD existiert eine Kurzfassung von Antonovsky mit 13 Items („SOC-13“) sowie die neun Items umfassende und damit ökonomisch optimierte eindimensionale „Leipziger Kurzsкала (SOC-L9)“ von Schumacher et al. Letztere erfasst valide und ähnlich zuverlässig wie die SOC-29 den SOC-Generalfaktor. Ihr Vorteil im Vergleich zur SOC-13 besteht vor allem darin, dass Sinnhaftigkeit mit vier Items (14, 16, 22 und 28) als zentraler Aspekt des Kohärenzgefühls stärker repräsentiert ist.<sup>880</sup>

Im Gegensatz zum Resilienz-Konzept bezieht sich die salutogenetische Theorie – welche sich bis heute in der gesundheitspsychologischen, medizinsoziologischen und sozialmedizinischen Forschung großer Beliebtheit erfreut<sup>881</sup> – ausschließlich auf Erwachsene. Antonovsky geht davon aus, dass die Herausbildung des Kohärenzsinn fröhestens in der späten Jugend beginnt. Dabei spielen bei der Entwicklung von Verstehbarkeit „konsistente“ Erfahrungen wie emotionale Zuwendung, Bindung und Sicherheit eine große Rolle. Handhabbarkeit entsteht durch „Belastungsbalance“, das heißt entwicklungsgerechten Forderungen und Förderung, Entscheidungsfreiheit und das Gewähren von Zeit und Raum zum Erproben. Bedeutsamkeit kann sich entwickeln, wenn dem jungen Menschen Akzeptanz, Achtung und Respekt entgegengebracht wird. Die Ergebnisse von Untersuchungen zur empirischen Evaluation des Salutogenese-Modells<sup>882</sup> – bei denen fast nur Erwachsene einbezogen wurden – sind uneinheitlich. Während die positive Korrelation zwischen Kohärenzgefühl und psychischer Gesundheit und die Funktion des Kohärenzsinn als Stresspuffer relativ konsistent nachgewiesen werden konnte, waren die Ergebnisse im Hinblick auf körperliche Gesundheit widersprüchlich.<sup>883</sup> Eine Konfundierung mit Neurotizismus wird vermutet.<sup>884</sup>

---

<sup>879</sup> Vgl. Antonovsky, 1993b, S. 732.

<sup>880</sup> Vgl. Schumacher et al., 2000b, S. 478; die SOC-L9 enthält die neun Items, die am höchsten mit der Gesamtskala korrelieren.

<sup>881</sup> Vgl. ebd., S. 474.

<sup>882</sup> Zum Teil aufbauend auf Studien von Emmy Werner zu Resilienz, vgl. Kapitel 3.3.1.

<sup>883</sup> Vgl. Schmidt-Rathjens et al., 1997; vgl. Bengel et al., 1998, S. 31, 44-46; vgl. Korotkov, 1998; vgl. Schumacher et al., 2000b, S. 473; vgl. Duetz et al., 2002, S. 92.

<sup>884</sup> Vgl. Korotkov, 1998; zur Übersicht von Studien zu den Beziehungen zwischen Kohärenzsinn und psychischen Störungen vgl. Schnyder et al., 2000.

Das Modell der Salutogenese und der Resilienzansatz können miteinander verknüpft werden. Während die Resilienzforschung den Bewältigungs- und Anpassungsprozess fokussiert, konzentriert sich Antonovsky auf die Schutzfaktoren zur Gesundheitserhaltung. Das Kohärenzgefühl steht nicht nur in engem Zusammenhang mit Resilienz<sup>885</sup>, sondern auch mit einigen anderen inhaltlich verwandten Konstrukten, beispielsweise Kontrollüberzeugung<sup>886</sup>, Selbstwirksamkeit<sup>887</sup>, dispositionalem Optimismus<sup>888</sup> und Hardiness<sup>889</sup>. Es wird jedoch von manchen Autoren als breiter und andere Konzepte vereinigend beziehungsweise über sie hinausgehend betrachtet, vor allem bezüglich interkultureller, gesellschaftlicher Sinnaspekte.<sup>890</sup>

Die Parallele zwischen Kohärenzsinn und Trotzmacht des Geistes ist wiederum im prospektiven, gesundheitsparadigmatischen und ressourcenorientierten Ansatz zu sehen. Doch während Trotzmacht als „geistiger Kraftakt“ mobilisiert wird, um Sinn zu verwirklichen, wird in der SOC Sinnerfüllung als solche erfasst – und diese ist bei Antonovsky lediglich ein Teilaspekt der psychischen Widerstandskraft und Mittel zum Zweck der Stressbewältigung und Erhaltung der seelischen und körperlichen Stabilität.

### 3.3.3 Psychologische Reaktanz

Psychologische Reaktanz ist als motivationaler Erregungszustand definiert, in dem eine Person bestrebt ist, bedrohte oder verlorene Freiheit wiederherzustellen: Die sozialpsychologische Reaktanztheorie von Jack Brehm (1966) sagt vorher, dass Menschen bei Einengung ihrer persönlichen Freiheiten bezüglich autonomer Handlungen und Entscheidungen mit psychischem Widerstand reagieren.<sup>891</sup> Dieser manifestiert sich entweder in „direkten Verhaltenseffekten“ – instrumenteller Aggression gegenüber dem Freiheitseingengenden, unspezifischer Aggressivität, Ausüben verbotener Handlungen, Verlassen der Situation – oder „indirekt“: Durch Demonstration von Autonomie in verwandten Bereichen oder Ausführen einer Verhaltensweise, welche der unmöglich gemachten ähnlich ist („implizierte Freiheitswiederherstellung“). Außerdem kann sich

---

<sup>885</sup> Vgl. McCubbin et al., 1998.

<sup>886</sup> Vgl. Strudler Wallston / Wallston, 1978; vgl. Antonovsky, 1993b; vgl. Kapitel 3.3.4.

<sup>887</sup> Vgl. Bandura, 1977; vgl. Kapitel 3.3.5.

<sup>888</sup> Vgl. Scheier / Carver, 1985; vgl. Korotkov, 1998.

<sup>889</sup> Vgl. Kobasa, 1982b; vgl. Antonovsky, 1993b; vgl. Kapitel 3.3.7.

<sup>890</sup> Vgl. Hauser, 2004, S. 415.

<sup>891</sup> Vgl. Brehm, 1966, S. 4.

Reaktanz in „subjektiven Effekten“ ausdrücken: Vor allem in Form von Umstrukturierung und -bewertung der eingeschränkten Alternativen, etwa im Sinne von Dissonanzreduktion.

Die Quellen der Bedrohung beziehungsweise Elimination von Freiheit können variieren, entsprechend werden verschiedene Arten der Freiheitseinschränkung klassifiziert.<sup>892</sup> Die Stärke der Reaktanz hängt von drei Variablen ab: Der Wichtigkeit der eingeengten Freiheit für die Person (Welchen instrumentellen Wert hat die vereitelte Handlung für die Befriedigung eines Bedürfnisses, und wie stark ist dieses Bedürfnis?), dem Umfang des (subjektiven) Freiheitsverlustes (Wie sehr wird der Freiheitsspielraum – absolut sowie relativ betrachtet – reduziert?) sowie der Stärke der Freiheitseinschränkung (Wie groß ist die Bedrohung der Freiheit?).<sup>893</sup>

Notwendige Bedingung für das Auftreten von Reaktanz ist, dass die Person von der ursprünglichen Verhaltensfreiheit sowie ihrer Fähigkeit zur Ausübung einer spezifischen Verhaltensweise überzeugt ist.<sup>894</sup> Zudem spielt die individuelle Kontrollerwartung eine Rolle: Hat ein Mensch nach häufiger Erfahrung von Unkontrollierbarkeit die Erwartung entwickelt, keine oder nur wenig Kontrolle ausüben zu können, führt dies bei einem weiteren unkontrollierbaren Ereignis nicht zu Aggressivität, sondern zu Hilflosigkeit und Passivität. Ist die Kontrollerwartung dagegen hoch, wird die Person bei erneutem Erleben von Unkontrollierbarkeit aktiv, um die Kontrolle wiederzugewinnen.<sup>895</sup> Dickenberger et al. sehen des Weiteren als wesentliche Bedingung für Reaktanz, dass die Freiheitseinkerbung als illegitim und inakzeptabel betrachtet wird und die Person sich ausgeliefert fühlt.<sup>896</sup>

Die Bereitschaft zur Mobilisierung psychologischer Reaktanz wird – wie bei der Trotzmacht des Geistes – als Ergebnis der Wechselwirkung zwischen Situation und Person gesehen. Als beeinflussender Persönlichkeitsfaktor wurde der so genannte „Typ A“ identifiziert: Menschen mit hohem Ehrgeiz, stark ausgeprägter Wettbewerbs- und Leistungsorientierung, Ungeduld, Anspannung, Aggressivität, gesundheitsschädigendem Verhalten und damit verbundenem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und

---

<sup>892</sup> Vgl. Brehm, 1966; 1972, S. 20-22; vgl. Brehm, 1980; vgl. Brehm / Brehm, 1981; vgl. Wicklund, 1974, S. 149-178.

<sup>893</sup> Vgl. Brehm, 1966; vgl. Brehm / Brehm, 1981; vgl. Dickenberger et al., 1993, S. 246.

<sup>894</sup> Vgl. Brehm / Brehm, 1981, S. 12.

<sup>895</sup> Vgl. Seligman, 1975; vgl. Wortman / Brehm, 1975 (Integration der „Theorie der psychologischen Reaktanz“ mit dem Konzept der „erlernten Hilflosigkeit“; zu letzterem vgl. auch Kapitel 3.5).

<sup>896</sup> Vgl. Dickenberger et al., 1993, S. 244.

Herzinfarkte<sup>897</sup> zeigen mehr Reaktanzeffekte als „Typ B“-Menschen.<sup>898</sup> Zudem besteht ein Zusammenhang mit dem Konstrukt des „locus of control“<sup>899</sup>: Personen mit „internaler Kontrollüberzeugung“ reagieren stärker mit Reaktanz, wenn ihre Freiheit direkt durch andere eingeschränkt wird. Menschen mit „externaler Kontrollüberzeugung“ zeigen dagegen bei unpersönlicher Freiheitsbedrohung verstärkt Reaktanz.<sup>900</sup> Bezüglich der Beziehung zwischen Reaktanz und Geschlecht sind die Ergebnisse uneinheitlich.<sup>901</sup>

Der im Vergleich zu vorherigen Verfahren methodisch wesentlich verbesserte „Fragebogen zur Messung der psychologischen Reaktanz“ von Jürgen Merz<sup>902</sup> erfasst „generalisierte Reaktanzbereitschaft“.<sup>903</sup> Der Testwert korreliert positiv mit Autonomie- und Dominanzstreben, emotionaler Labilität, Unsicherheit, Gehemmtheit, Nervosität und Depression.<sup>904</sup> Typische Beispiele der insgesamt 18 Items in Ich-Form, deren positive Beantwortung zu einem hohen Summenwert beiträgt und niedrige Toleranzschwelle in Bezug auf Reaktanz-Erregung<sup>905</sup> signalisiert, sind:

*Vorschriften und Verpflichtungen erwecken in mir starke Widerstände.*

*Es reizt mich, anderen zu widersprechen.*

*Ratschläge und Empfehlungen verleiten mich leicht dazu, das Gegenteil zu tun.*

*Beeinflussungsversuchen widersetze ich mich energisch.*

Trotz im Sinne eines „Jetzt erst recht!“ kann Bestandteil der psychologischen Reaktanz sein. Doch während die motivationstheoretische Grundlage der Trotzmacht des Geistes der Wille zum Sinn ist, ist es beim Konzept der Reaktanz das Kontrollmotiv. Danach strebt der Mensch nach Einflussnahme auf Ereignisse oder Zustände – die Wiederherstellung der Freiheit und das Zurückgewinnen der Kontrolle an sich sind die Endziele. Zwar kann der Auslöser zur Mobilisierung von Trotzmacht auch Restriktion von außen sein. Die Freiheitseinengung führt nach logotherapeutischem Erklärungsmodell jedoch nur dann zu „trotzmächtigem“ Verhalten, wenn Freiheit und Kontrolle als (Erlebnis-)Werte einer Person

---

<sup>897</sup> Vgl. Friedman / Rosenman, 1974.

<sup>898</sup> Vgl. Rhodewalt / Comer, 1982; vgl. Rhodewalt / Davison, 1983.

<sup>899</sup> Vgl. Kapitel 3.3.4.

<sup>900</sup> Vgl. Cherulnik / Citrin, 1974.

<sup>901</sup> Vgl. Weiner-Regan / Brehm, 1977; vgl. Brehm / Brehm, 1981; vgl. Joseph et al., 1982; vgl. Gannon et al., 1985.

<sup>902</sup> Vgl. Merz, 1983.

<sup>903</sup> Vgl. ebd., S. 76.

<sup>904</sup> Vgl. Merz, 1983, S. 80.

<sup>905</sup> Vgl. Schwartz, 1974, S. 62.

so wichtig sind, dass es sich für ihre Verwirklichung lohnt, die Trotzmacht zu bemühen – das heißt, wenn es *sinnvoll* ist, die Freiheit wiederzuerlangen. Freiheit ist hier nicht das Ziel, sondern ein Meilenstein auf dem Weg zur Sinnerfüllung. Ganz im Gegenteil dazu kann bei Reaktanz – aufgrund der Aufwertung eliminerter Alternativen – eine Handlung ausgeführt werden, welche der Person vorher völlig unwichtig war und von deren Möglichkeit sie vor der Einschränkung nie Gebrauch gemacht hat.

Kurz sieht eine enge Verbindung zwischen Kontrollerfahrung – im Sinne von Bewältigung und Zielerreichung – und Sinn insofern, als sowohl das Kontroll- als auch das Sinnbedürfnis als „Meta-Bedürfnisse“ allen anderen Grundbedürfnissen implizit seien. Er sieht beide als zusammengehörig und „aufeinander angewiesen“, da der Mensch zur Sinnverwirklichung sinnvolle Ziele sowohl auswählen als auch realisieren muss.<sup>906</sup>

### 3.3.4 Kontrollüberzeugung

Wie der psychologischen Reaktanz liegt auch dem Konzept der Kontrollüberzeugung („locus of control“) von Julian Rotter (1966) das Motiv der Kontrolle zugrunde. Es werden Menschen mit „internaler“ von solchen mit „externaler“ Kontrollüberzeugung unterschieden. Erstere nehmen eintretende Ereignisse vorwiegend als Ergebnis eigenen Handelns wahr, während letztere sie dem Zufall oder Einfluss anderer zuschreiben. Internalität und Externalität werden dabei von Rotter als Extrempole auf einem Kontinuum betrachtet.<sup>907</sup>

„Innengeleitete“ und „Außengeleitete“ unterscheiden sich in einer Vielzahl von Persönlichkeitsmerkmalen. Internal Attribuierende haben das Gefühl, die Lebensereignisse und ihr persönliches Schicksal selbst durch eigene Fähigkeiten und/oder Anstrengungen zu steuern. Sie suchen Macht, streben Kontrolle über ihre Umgebung an und neigen dazu, unabhängiger, leistungsorientierter sowie politisch aktiver zu sein. Sie erhalten, nutzen und erinnern mehr Informationen, um ihre Umwelt zu kontrollieren, sind weniger suggestibel und verlassen sich mehr auf ihr eigenes Urteil. Sie erbringen tendenziell mehr Leistung und schieben Gratifikationen hinaus, um zu einem späteren Zeitpunkt eine größere Belohnung zu erhalten. Des Weiteren sind sie seltener

---

<sup>906</sup> Vgl. Kurz, 2011, S. 30, 37-38.

<sup>907</sup> Vgl. Rotter, 1966.

Raucher, gehen beim Spiel weniger Risiken ein, sind dominanter und ausdauernder und wünschen weniger Hilfe durch andere als external Kontrollüberzeugte.<sup>908</sup>

Außengeleitete Menschen haben eher das Gefühl, dass die Ereignisse in ihrem Leben unabhängig von den eigenen Handlungen geschehen. Sie platzieren die Kontrolle außerhalb ihrer selbst und suchen dort nach Unterstützung und Führung. Unabhängig vom Geschlecht haben sie weniger Selbstwertgefühl<sup>909</sup>, sind ängstlicher, feindseliger, erschöpfter und deprimierter<sup>910</sup>, energieloser und weniger widerstandsfähig<sup>911</sup> als Innengeleitete. Viele Forschungsergebnisse weisen auf eine hohe positive Korrelation zwischen externaler Kontrollüberzeugung und Depression hin.<sup>912</sup>

Als Selbstwert-schützend gilt ein Attributionsstil, bei welchem positive Ereignisse als internal und negative als external verursacht betrachtet werden. Das gegenteilige Attributionsmuster ist dagegen typisch für Depression und tritt bei Frauen häufiger auf. In der Resilienzforschung wird eine interne Kontrollüberzeugung für protektiv und förderlich für eine gesunde Entwicklung gesehen.<sup>913</sup>

Das ursprünglich eindimensionale Konzept der Kontrollüberzeugung wurde später aufgrund faktorenanalytischer Ergebnisse in drei Dimensionen untergliedert: „Internalität“, „Zufall“ und „Mächtige andere“.<sup>914</sup> Von anderer Seite wurde vorgeschlagen, zwischen vier Typen zu differenzieren: Erstens „durchgängig Internale“; zweitens „Realisten“, die bereichs- und situationsspezifisch attribuieren; drittens „Strukturalisten“, die external attribuieren und dabei gesellschaftliche Determinanten des Verhaltens fokussieren; schließlich „Fatalisten“, die alle Ergebnisse auf Glück, Zufall oder Schicksal zurückführen.<sup>915</sup>

Yalom zieht das Konstrukt der Kontrollüberzeugung – in Ermangelung von Studien zu den Konzepten „Verantwortung“, „Freiheit“ und „Wille“ – heran, um das Phänomen der Verantwortungsakzeptanz beziehungsweise -vermeidung zu betrachten. Er vergleicht

---

<sup>908</sup> Vgl. Dua, 1972; vgl. Mischel et al., 1974; vgl. Yalom, 2010b, S. 188.

<sup>909</sup> Vgl. Fish / Karabenick, 1971; vgl. Ryckman / Sherman, 1973.

<sup>910</sup> Vgl. Kilpatrick et al., 1974.

<sup>911</sup> Vgl. Melges / Weisz, 1971; vgl. Lefcourt, 1976, S. 148.

<sup>912</sup> Vgl. Ferster, 1973; vgl. Miller / Seligman, 1973; vgl. Abramson / Sackeim, 1977.

<sup>913</sup> Vgl. Werner / Smith, 1982; vgl. Petermann / Scheithauer, 2000, S. 86.

<sup>914</sup> Vgl. Levenson, 1981.

<sup>915</sup> Vgl. O'Brien, 1981.

internale Kontrollüberzeugung konzeptionell mit Verantwortungsübernahme und externale mit der Verweigerung von Verantwortung für das eigene Verhalten und die Lebenserfahrungen. Letzteres fördert nach Ansicht Yaloms tendenziell Psychopathologie.<sup>916</sup>

Zur Erfassung der Kontrollüberzeugung wurde eine große Anzahl meist multidimensionaler, bereichs- beziehungsweise zielgruppenspezifischer Verfahren entwickelt. Der 32 Items umfassende „Fragebogen zu Kompetenz- und Kontrollüberzeugungen (FKK)“ von Günter Krampen<sup>917</sup> misst als mehrdimensionales Persönlichkeitskonstrukt generalisierte selbstbezogene Erwartungen und das Selbstkonzept eigener Fähigkeiten. Es handelt sich dabei um eine Weiterentwicklung des von Hanna Levenson eingeführten „IPC-Fragebogens zur Kontrollüberzeugung“<sup>918</sup>, welcher die drei Skalen „Internalität“, „Sozial bedingte Externalität“ und „Fatalistische Externalität“ beinhaltet. Der FKK basiert auf dem „Handlungstheoretischen Partialmodell der Persönlichkeit (HPP)“ von Krampen<sup>919</sup>, in dem Erwartungen über verschiedene Handlungskategorien, Handlungs- und Lebenssituationen generalisiert sind. Das Modell integriert drei Komponenten: Erstens das Selbstkonzept eigener Fähigkeiten mit den daraus abgeleiteten Kompetenzerwartungen, zweitens die persönlichen Kontrollüberzeugungen und entsprechenden Kontingenzerwartungen für Handlungsergebnisse und Ereignisse sowie drittens das verfügbare instrumentelle Niveau zur Erreichung von Lebenszielen.

Eine „Überschneidung“ des Konzeptes der Kontrollüberzeugung mit dem der Trotzmacht des Geistes besteht darin, dass es auch hier zu einer generalisierten inneren Stellungnahme und daraus resultierender Handlungen kommt. Internal Attribuierende scheinen sich ähnlich wie Menschen mit hoher Trotzmacht-Ausprägung als „Steuermann“ ihres Lebens zu sehen und aktiv und entschieden Einfluss auf Geschehnisse und Situationen nehmen zu wollen. Beim „locus of control“ reflektiert ein Mensch jedoch zunächst lediglich über mögliche Ursachen (schicksalhafter) Ereignisse und den potenziell eigenen Anteil an ihnen. Er entwickelt diesbezügliche Erwartungen und nimmt mehr oder

---

<sup>916</sup> Vgl. Yalom, 2010b, S. 304-307.

<sup>917</sup> Vgl. Krampen, 1991.

<sup>918</sup> Vgl. Levenson, 1974.

<sup>919</sup> Vgl. Krampen, 2000; theoretische Grundlage des Modells ist die soziale Lerntheorie (Tolman, Lewin, Rotter) sowie das Konzept der Selbstwirksamkeitserwartung von Bandura (vgl. Kapitel 3.3.5).

weniger Kontrolle und eigene Handlungsmöglichkeiten wahr. Bei der Aktualisierung der Trotzmacht geht eine – internal attribuierende – Person einen entscheidenden Schritt weiter: Sie weigert sich innerlich bewusst oder unbewusst, das Schicksal und insbesondere widrige Lebensumstände passiv hinzunehmen und auf die Verwirklichung von Werten und persönlichen Sinn zu verzichten.

### 3.3.5 Selbstwirksamkeitserwartung

Das Konzept der „Selbstwirksamkeitserwartung“ („perceived self-efficacy“) wurde von Albert Bandura erstmals 1977 formuliert<sup>920</sup> und ist ein wesentlicher Bestandteil seiner sozial-kognitiven Theorie.<sup>921</sup> Im Gegensatz zum als situationsspezifisch postulierten Konzept Banduras handelt es sich bei der „Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (SWE)“ oder „(optimistischen) Kompetenzerwartung“ innerhalb der Theorie des Gesundheitsverhaltens nach Ralf Schwarzer<sup>922</sup> um eine generalisierte persönliche Überzeugung: Personen mit SWE vertrauen darauf, schwierige Anforderungssituationen in allen Lebensbereichen aufgrund eigener Fähigkeiten erfolgreich bewältigen und subjektiv bedeutsame Ziele durch Überwindung von Hindernissen aus eigener Kraft erreichen zu können.<sup>923</sup> Dem Konzept liegt die Annahme zugrunde, dass Menschen ihre Erfahrungen bezüglich Erfolg und Misserfolg sich selbst zuschreiben und anschließend generalisieren können.<sup>924</sup>

In Abgrenzung zu dispositionalem Optimismus – der generellen Zuversicht und dem nachhaltigen Vertrauen darauf, dass die Dinge sich positiv entwickeln werden<sup>925</sup> – spielen also das eigene Zutun zur Erreichung erwünschter Ergebnisse und die internal-stabile Attribution eine zentrale Rolle. Ein Mensch mit hoher Selbstwirksamkeitserwartung geht erstens davon aus, dass sein Handeln effektiv ist und zum erwünschten Resultat führt (Ergebniserwartung). Zweitens erwartet er, dass er in der Lage ist, die Handlungen auszuführen und aufgrund seiner Kompetenzen auch schwierige Situationen kontrollieren

---

<sup>920</sup> Vgl. Bandura, 1977; vgl. auch 1992.

<sup>921</sup> Vgl. Bandura, 1997.

<sup>922</sup> Vgl. Schwarzer, 2004.

<sup>923</sup> Vgl. Schwarzer / Jerusalem, 1999; vgl. Fröhlich-Gildhoff / Rönau-Böse, 2009, S. 47.

<sup>924</sup> Vgl. Schwarzer, 2004, S. 92.

<sup>925</sup> Vgl. Scheier / Carver, 1985; der „Life Orientation Test (LOT)“ erfasst die habituelle Erwartung in Bezug auf Ergebnisse, die nicht aktiv beeinflusst werden können.

zu können (Kompetenz- oder Effizienzerwartung). Diese Erwartungen beruhen entsprechend der Theorie zu großen Teilen auf den Erfahrungen innerhalb der ersten Lebensmonate und -jahre. Führen die eigenen Handlungen in dieser Zeit zu Erfolg, begünstigt dies SEW, Misserfolge dagegen schwächen sie.<sup>926</sup>

Selbstwirksamkeitserwartung wirkt begünstigend im Hinblick auf den Entwurf und die erfolgreiche Umsetzung realistischer Zielsetzungen und Handlungspläne, die Bewältigung von Problemen sowie die Ausführung gesundheitsförderlichen beziehungsweise Unterdrückung gesundheitsschädlichen Verhaltens. Menschen mit hoher SWE sind gesünder, leistungsfähiger, sozial integrierter, ihre psychische Befindlichkeit ist besser und sie leiden weniger unter Angst, Stress, Hilflosigkeit, Burnout und Depression. Selbstwirksamkeitserwartung wird als Prädiktor (Prognose- oder Vorhersagevariable) für konstruktive Lebensbewältigung und Wohlbefinden betrachtet.<sup>927</sup>

Das SWE-Konzept hat insbesondere in der Gesundheits- und Pädagogischen Psychologie Beachtung gefunden, des Weiteren auch in der Klinischen Psychologie und Psychotherapie. Die „Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (SWE)“ von Matthias Jerusalem und Ralf Schwarzer<sup>928</sup> ist ein eindimensionales Instrument zur Selbsteinschätzung, welches mittlerweile auch in bereichsspezifischen Varianten vorliegt.<sup>929</sup> Im Rahmen der vorliegenden Arbeit dient es der Konstruktvalidierung des neu zu entwickelnden Verfahrens zur Erfassung der Trotzmacht des Geistes und ist daher in Kapitel 4.8.3 dargestellt.

Bei einer bevölkerungsrepräsentativen Normierung zeigten Männer etwas höhere SWE-Mittelwerte als Frauen, und jüngere Personen höhere als ältere. Positive Beziehungen wurden zwischen dem SWE-Gesamtwert und dispositionalem Optimismus wie auch Arbeitszufriedenheit gefunden, enge negative Zusammenhänge zwischen SWE und beispielsweise Ängstlichkeit, Depressivität, Burnout, Stresseinschätzungen und körperlichen Beschwerden. Bei Herzpatienten konnten die Genesung und die

---

<sup>926</sup> Vgl. Jerusalem, 1990, S. 33; vgl. Schwarzer, 1994.

<sup>927</sup> Vgl. Jerusalem, 1990; vgl. Schwarzer, 1992; 1994.

<sup>928</sup> Vgl. Schwarzer / Jerusalem, 1999; vgl. auch: Jerusalem / Schwarzer, 1986, und Schwarzer / Jerusalem, 1995; die SWE-Skala ist in 30 Sprachen verfügbar: <http://www.selbstwirksam.de>; dort finden sich auch die Normen (T-Werte) und Validitätskoeffizienten, sowie die Rohdaten von 18.000 Teilnehmern aus 23 Ländern als SPSS-File.

<sup>929</sup> Vgl. Jerusalem / Mittag, 1999; vgl. Jerusalem / Satow, 1999; vgl. Satow, 1999; vgl. Schwarzer / Jerusalem, 1999; vgl. Schwarzer / Schmitz, 1999; vgl. Schmitz / Schwarzer, 2000.

postoperative Lebensqualität nach sechs Monaten gut prognostiziert werden.<sup>930</sup> Die Abgrenzung zu benachbarten Konstrukten wie „Kohärenzsinn“<sup>931</sup> und „Hardiness“<sup>932</sup> ist bislang nicht geklärt.

Ähnlich wie durch die Trotzmacht des Geistes eine innere Lebenshaltung zum Ausdruck kommt, wird die Selbstwirksamkeitserwartung als generalisierte Überzeugung eines Menschen verstanden. Im Hinblick auf das zugrunde liegende Motiv stehen sich Zielerreichung (bei SWE) und Sinnverwirklichung (bei Trotzmacht) gegenüber. Fähigkeiten, Ergebnis- und Kompetenzerwartung sind für die Aktualisierung von Trotzmacht nicht entscheidend. Im Gegensatz zur SEW ist bei der Trotzmacht die Person nicht davon überzeugt, handlungsfähig zu sein und Hindernisse im Leben überwinden zu können, sondern diese überwinden zu müssen, um Werte zu realisieren. Nicht der Glaube an die eigenen Kompetenzen wirkt motivierend, sondern die Sinnperspektive.

### 3.3.6 Selbstregulation und Handlungsorientierung

Theorien der Selbstregulation<sup>933</sup> thematisieren schwerpunktmäßig die Art und Weise, wie Ziele ausgewählt und erreicht werden. Da Kuhl an der Universität Osnabrück, wie oben bereits dargestellt, mehrere Ideen und Thesen der Logotherapie in sein Modell übernommen und sich um Integration bemüht hat, soll sein Ansatz der Selbststeuerung und Handlungskontrolle herausgegriffen und dem Konzept der Trotzmacht des Geistes gegenübergestellt werden.

Die „Persönlichkeits-Systeme-Interaktionen-Theorie (PSI)“<sup>934</sup> als systemtheoretische Persönlichkeitstheorie und die darauf basierende „Entwicklungsorientierte Osnabrücker Persönlichkeitsdiagnostik“ (im nicht-therapeutischen Kontext: „Entwicklungsorientiertes Scanning“, „EOS-Verfahren“) von Kuhl integrieren neuere experimentalpsychologische und neurobiologische Forschungsergebnisse. Es wird die Relevanz der Interaktion zwischen Emotion und Volition bezüglich handlungsregulatorischer Prozesse konstatiert

---

<sup>930</sup> Vgl. <http://www.selbstwirksam.de>.

<sup>931</sup> Vgl. Kapitel 3.3.2.

<sup>932</sup> Vgl. Kapitel 3.3.7.

<sup>933</sup> Vgl. z.B. Carver / Scheier, 1981; 1998; 1999; vgl. Kuhl, 1983; 1992; vgl. Gollwitzer, 1990; vgl. Baumeister et al., 1993; vgl. Higgins / Kruglanski, 1995; vgl. Klem et al., 1995.

<sup>934</sup> Dazu und zum gesamten Unterkapitel 3.3.6 vgl. Kuhl, 1992; 2000.

und die Wechselwirkungen zwischen Persönlichkeitsanteilen auf verschiedenen Ebenen beschrieben: (1) einfache kognitive Operationen (Objekterkennung und intuitive Verhaltenssteuerung), (2) Temperament (motorische Aktivierung und sensorische Erregung), (3) positive und negative Affekte, (4) emotionales Coping (regressive versus progressive Formen), (5) Motive, (6) Kognitionen höherer Ebene (analytisches Denken und absichtsvolles Planen versus holistische und ausgedehnte autobiografische Erfahrung) und (7) Selbststeuerung.

Selbststeuerung ist bei Kuhl definiert als „die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen, eigene (selbstkongruente) Ziele zu bilden und sie gegen innere und äussere [sic!] Widerstände umzusetzen.“<sup>935</sup> Diese Fähigkeit wird durch Faktoren der Person, nämlich zwei Formen der Volition, beeinflusst: „Selbstregulation“ und „Selbstkontrolle“.

Selbstregulation ist durch die Bildung und Erhaltung selbstkongruenter Ziele auf Selbstverwirklichung ausgerichtet. Sie integriert im Sinne der Berücksichtigung möglichst vieler persönlicher Bedürfnisse, Gefühle, Interessen und Werte auch widersprüchliche langfristige Ziele und beispielsweise gegensätzliche Bedürfnisse und Einstellungen in das Erleben und Verhalten. Dabei spielen bewusste Aspekte – Selbstbestimmung, Selbstaktivierung, Entscheidungsfähigkeit, zielbezogene bewusste Aufmerksamkeit – eine Rolle, wie auch unbewusste und automatisch ablaufende Prozesse: Positive Selbstmotivierung, Stimmungsmanagement, Selbstberuhigung und automatische zielbezogene Aufmerksamkeit. Die Möglichkeit der Nutzung selbstregulatorischer Kompetenzen unter Stress hängt davon ab, inwieweit Affekte reguliert werden können.

Selbstkontrolle bringt aufgrund der Verarbeitungsprozesse im Gehirn eindeutige Absichten und Entscheidungen hervor und setzt bestimmte Ziele gegen andere durch („kognitive Selbstkontrolle“). Dazu werden Bedürfnisse, Gefühle, Interessen und so weiter zeitweilig unterdrückt („affektive Selbstkontrolle“ als Misserfolgsbewältigung, Selbstdisziplin und ängstliche Selbstmotivierung).

Durch die situationsadäquate Kombination selbstregulativer und -kontrollierender Aspekte wird effektive Selbststeuerung möglich. Die volitionale Kompetenz kann jedoch durch situative Faktoren gehemmt werden: „Selbsthemmung“ (versus „Selbstzugang“) und

---

<sup>935</sup> Fröhlich / Kuhl, 2003, S. 222.

„Willenshemmung“ (versus „Willensbahnung“). Selbsthemmung stellt eine Blockierung der Selbstregulation bei „Bedrohung“ (zum Beispiel Zeitdruck) dar, etwa durch Grübeln, negative Emotionalität oder mangelnde Flexibilität in der Wahrnehmung. Willenshemmung dagegen beschreibt den Verlust von Selbstkontrolle unter Belastung – etwa bei Frustration, beispielsweise aufgrund von Energiemangel, Lustlosigkeit, geringer Initiative, Konzentrationsschwäche oder reduzierter Impulskontrolle. Eine Beeinträchtigung der Selbststeuerung wird als förderlich für das Risiko der Entstehung psychischer Erkrankungen betrachtet.

Das aus der PSI-Theorie abgeleitete und im Rahmen entwicklungs- und ressourcenorientierter Persönlichkeitsdiagnostik eingesetzte „Selbststeuerungsinventar (SSI)“<sup>936</sup> erhebt 32 „Funktionskomponenten der Selbststeuerung“ sowie die Interaktionen zwischen vier kognitiven „Makrosystemen der Persönlichkeit“: Das „Intensionsgedächtnis“ (analytisches Denken, Aufrechterhalten von Absichten und Plänen), das „Extensionsgedächtnis“ („sinnstiftendes System“; beinhaltet Repräsentationen von Bedürfnissen, Motiven und „implizitem Selbstsystem“; ganzheitliches Fühlen, Selbstwissen, kongruenzbetonte Aufmerksamkeit; Integration von Repräsentationen aus autobiografischen Erfahrungen in kognitiv-emotionale Landkarten), die „Intuitive Verhaltenssteuerung“ (enthält automatisierte Verhaltensprogramme) und das „Objekterkennungssystem“ (inkongruenzbetonte Aufmerksamkeit). Bei Erhöhung positiver Affekte erhält das Intensionsgedächtnis Zugang zur intuitiven Verhaltenssteuerung, wodurch Willensbahnung erfolgen kann. Durch Verringerung positiver Affekte kommt es dagegen zu Willenshemmung.

Neben der Selbststeuerung leitet Kuhl aus der PSI-Theorie als zentralen Einflussfaktor bei der Zielverfolgung das Konstrukt der „Handlungskontrolle“ ab, mit den beiden Ausprägungen „Lageorientierung“ versus „Handlungsorientierung“: Lageorientierte Personen verharren gedanklich lange in einer vergangenen, gegenwärtigen oder zukünftigen Situation, bevor sie sich entscheiden und beabsichtigte Handlungen initiieren können. Sie weisen gegenüber Handlungsorientierten eine geringe Affektregulation, Selbstmotivierung und Selbstberuhigung auf: Es fällt ihnen schwer, positive Affekte selbst

---

<sup>936</sup> Vgl. Kuhl / Fuhrmann, 1998; es existieren verschiedene Versionen des SSI: Fragebogen- und Checklistenformat („SSI“ / „SSI-CL“), Kurzversion mit 48 Items („SSI-K“), Langversion mit 160 Items („SSI-L“), extralange Version mit 320 Items („SSI-XL“), ein Selbstregulationstest für Kinder („SRKT-K“) und eine Sport-Version („SSI-Sport“), jeweils mit vierstufiger Likert-Skala.

wiederherzustellen beziehungsweise aufkommende negative Affekte zu begrenzen. Diese Defizite kommen dann zum Tragen, wenn Stress erlebt wird. Im Gegensatz zu den Lageorientierten konzentrieren sich Handlungsorientierte auf die Erfüllung der aktuellen Aufgabe. Sie bewältigen Ängste und Schmerz durch aktive Auseinandersetzung damit, packen die Dinge an, können Hindernisse gedanklich ausblenden und setzen ihre Absichten in die Tat um.<sup>937</sup> Die Verknüpfung hoher Selbststeuerung mit ausgeprägter Handlungsorientierung ist für Kuhl die optimale Bedingung für persönliches Wachstum.<sup>938</sup>

Der Fragebogen zur „Handlungskontrolle nach Erfolg, Misserfolg und prospektiv (HAKEMP 90)“<sup>939</sup> besteht aus den drei Skalen „Handlungsorientierung nach Misserfolgserfahrungen (HOM)“, „Grad der Entscheidungs- und Handlungsplanung (HOP)“ und „Handlungsorientierung bei (erfolgreicher) Tätigkeitsausführung (HOT)“. Jeder Skala sind 12 Items in Form von Situationsbeschreibungen mit dichotomem Antwortformat (handlungs- und lageorientierte Antwortalternative) zugeordnet.

„Misserfolgsbezogene Lageorientierung“ in Form von niedrigen Werten auf der Skala HOM ist durch unkontrollierbares Grübeln über aversive Erlebnisse gekennzeichnet. Unter Stress werden negative Affekte und die Selbstwahrnehmung beeinträchtigt. In Folge kann die Person eigene von fremden Wünschen oder Zielen nicht mehr unterscheiden. Bei den folgenden Beispiel-Items ist Antwort a) die handlungsorientierte:

*Wenn ich bei einem Wettkampf öfter hintereinander verloren habe, dann*

- a) denke ich bald nicht mehr daran.*
- b) geht mir das noch eine ganze Weile durch den Kopf.*

*Wenn meine Arbeit als völlig unzureichend bezeichnet wird, dann*

- a) lasse ich mich davon nicht lange beirren.*
- b) bin ich zuerst wie gelähmt.*

Bei „prospektiver Lageorientierung“, das heißt geringer Ausprägung auf der Skala HOP, fällt Willensbahnung durch Selbstmotivierung schwer. Die Ausführung selbstgewählter

---

<sup>937</sup> Vgl. Kuhl / Beckmann, 1994; vgl. Fröhlich / Kuhl, 2003; vgl. Kuhl / Kazén, 2003; vgl. Rheinberg, 2008, S. 182.

<sup>938</sup> Vgl. Kuhl / Kazén, 2003, S. 215.

<sup>939</sup> Vgl. Kuhl, 1990.

Absichten wird durch Unentschiedenheit, Zögern und Energielosigkeit vereitelt und die Person lässt sich im Verhalten von außen beeinflussen. Antwort a) bei den nachfolgend beispielhaft genannten Items spiegelt Handlungsorientierung auf dieser Skala wider:

*Wenn ich ein schwieriges Problem lösen muss, dann*

- a) *lege ich meist sofort los.*
- b) *gehen mir zuerst andere Dinge durch den Kopf, bevor ich mich richtig an die Aufgabe heranmache.*

*Wenn ich unbedingt einer lästigen Pflicht nachgehen muss, dann*

- a) *bringe ich die Sache ohne Schwierigkeiten hinter mich.*
- b) *fällt es mir schwer, damit anzufangen.*

Lageorientierung während der Tätigkeitsausführung (geringes HOT) bedeutet, dass vorzeitig in andere Aktivitäten gewechselt wird, anstatt in einer interessanten Tätigkeit aufzugehen. Handlungsorientierung kommt auf dieser Skala bei den folgenden beiden Items wie oben durch Wahl der Antwort a) zum Ausdruck:

*Wenn ich mit meinem Nachbarn über ein interessantes Thema rede, dann*

- a) *entwickelt sich leicht ein ausgedehntes Gespräch.*
- b) *habe ich bald wieder Lust, etwas anderes zu tun.*

*Wenn ich versuche, etwas Neues zu lernen, das mich sehr interessiert, dann*

- a) *vertiefe ich mich für lange Zeit in diese Sache.*
- b) *unterbreche ich gern nach einiger Zeit, um mich anderen Dingen zuzuwenden.*

Lageorientierte Personen sind nicht immer im Nachteil: In komplexen Situationen können sie verborgene Risiken eher erkennen als Handlungsorientierte und zeigen dadurch bessere Leistungen, wenn sie nicht unter Stress stehen. Nachteilig wird es für sie nur dann, wenn sie zu lange in ihrer Fixierung auf (missliche) Lagen verharren und die Situation anhaltend nicht verändern.<sup>940</sup>

---

<sup>940</sup> Vgl. Kuhl, 1990.

Die Positionierung Kuhls im Hinblick auf die Logotherapie und ihre Anthropologie wurde bereits in Kapitel 3.1 angesprochen. Wie bei den anderen Konstrukten, die der Trotzmacht des Geistes bisher gegenübergestellt wurden, wird auch im Hinblick auf Kuhls Konzepte der Selbststeuerung und Handlungsorientierung die Willenskraft – hier als Aufrechterhaltung einer Handlungsausführung trotz innerer und äußerer Widerstände – auf der psychischen Ebene gesehen („Volition“). Aus Perspektive der Logotherapie und Existenzanalyse kann der Mensch durch die Existenz des noopsychischen Antagonismus gegenüber all den in die PSI-Theorie integrierten kognitiven, emotionalen, affektiven, sensorischen, motorischen und auch volitionalen Komponenten Stellung nehmen.<sup>941</sup> In diesem Sinne ist die Trotzmacht eine „geistige Selbststeuerungskompetenz“. Der Hauptunterschied zum Konstrukt der Handlungskontrolle ist erstens im dort irrelevanten Sinn-Aspekt zu sehen, und zweitens in der Möglichkeit der Mobilisierung der Trotzmacht über die Verwirklichung von Einstellungswerten: Wenn schöpferische Werte nicht mehr realisierbar sind, also das Initiieren und Ausführen von Handlungen, Erfüllen von Aufgaben und Umsetzen von Absichten unmöglich geworden ist, wird Handlungsorientierung vereitelt, nicht aber Sinnverwirklichung und die Aktivierung der Trotzmacht.

Lageorientierung erinnert stark an die logotherapeutische „Orientierung am Zuständlichen“ – im Gegensatz zur „Orientierung am Gegenständlichen“ –, die als pathogene Hyperreflexion<sup>942</sup> betrachtet wird. Elisabeth Lukas verfolgt interessiert die Ergebnisse der Untersuchungen Kuhls. Der erforderliche Wechsel weg von der Lageorientierung muss aus ihrer Sicht nicht hin zur Handlungsorientierung, sondern zur Sinnorientierung, zur Besinnung auf Werte, erfolgen. Dies setzt unter Umständen die (zeitweilige) Akzeptanz der Gegebenheiten im Sinne „rechter Passivität“<sup>943</sup> voraus – um nicht ständig über Unveränderbares zu grübeln, sondern sich darauf konzentrieren zu können, wie aus der Situation das Beste gemacht und trotz der unglücklichen Umstände noch Sinn „herausgeholt“ werden kann.<sup>944</sup>

---

<sup>941</sup> Vgl. Kapitel 3.2, Abbildung 15; vgl. auch Kapitel 2.9.1 – Zitat: „Ich bin willensfrei, wenn ich will, und wenn ich nicht will, bin ich nicht willensfrei“.

<sup>942</sup> Vgl. Kapitel 2.8.2.

<sup>943</sup> Vgl. Kapitel 2.11.2.

<sup>944</sup> Vgl. Lukas, 1994, S. 158, 160-161.

### 3.3.7 Hardiness

Der Begriff „Hardiness“ (Widerstandsfähigkeit, „Zähigkeit“) entstammt der Life-Event<sup>945</sup>-Forschung und wurde 1979 von Suzanne Kobasa eingeführt.<sup>946</sup> Ausgangspunkt der Untersuchungen Kobasas mit gestressten Führungskräften war die Frage, worin sich die Stressreaktion gesunder von der kranker Personen unterscheidet. Sie fand als vermittelnde Variable zwischen Stress einerseits und Krankheit sowie körperlichen Beschwerden andererseits eine allgemeine Belastbarkeit als Persönlichkeitsfaktor<sup>947</sup>, welcher durch drei Komponenten charakterisiert ist:

- (1) „Kontrolle“: die innere Überzeugung, nicht hilflos zu sein, sondern in allen Lebenslagen Einfluss auf den Lauf der Ereignisse und persönliche Erfahrungen nehmen zu können<sup>948</sup>
- (2) „Commitment“: die Fähigkeit, sich mit eigenen Aktivitäten in verschiedenen Lebensbereichen zu identifizieren und sich verbunden zu fühlen mit dem, was man tut<sup>949</sup>
- (3) „Herausforderung“: die Erwartung, dass Veränderungen keine Bedrohung der eigenen Sicherheit und Stabilität darstellen, sondern Chancen auf neue Erfahrungen und persönliches Wachstum<sup>950</sup>

Menschen mit Hardiness sind entscheidungsstark und üben aktiv, unabhängig von anderen und eigenverantwortlich Kontrolle über ihre Umwelt und ihr Leben aus. Sie können mit Stress-auslösenden Ereignissen verschiedenster Art konstruktiv umgehen und auch in schwierigen Situationen einen Sinn sehen im Hinblick auf einen übergeordneten Lebens-/Karriereplan. Daher sind sie in der Lage, Stresssituationen sogar etwas Positives

---

<sup>945</sup> Life Events = einschneidende Lebensereignisse; zur Übersicht der Implikationen von Life Events und Betrachtung dieser im Kontext der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne vgl. Filipp, 1990a; vgl. auch Meier, 1992: Betrachtung kritischer Lebensereignisse als potenzielle Sinnkrisen und Unterscheidung zwischen „ereigniszentrierten“ und „existenziellen“ Sinnfragen.

<sup>946</sup> Vgl. Kobasa, 1979b.

<sup>947</sup> Konzeptuell bilden die von Salvatore Maddi (angelsächsischer Vertreter der existenziellen Psychotherapie) im Rahmen seiner Persönlichkeitstheorien-Kategorisierung so genannten „Erfüllungstheorien“ (insbesondere die Modelle von White, Allport und Fromm) eine Grundlage; vgl. Maddi, 1976; vgl. Kobasa, 1979b, S. 1.

<sup>948</sup> Kobasa bezieht sich hier auf die Forschungsergebnisse zum Konzept der Kontrolle von Rotter et al., 1962, Lefcourt, 1973, Seligman, 1975, und Rodin / Langer, 1977.

<sup>949</sup> Bei dieser Komponente stützt sich Kobasa auf Lazarus, 1966, Moss, 1973, Lazarus et al., 1974, Antonovsky, 1974; vgl. Kobasa / Maddi, 1977.

<sup>950</sup> Vgl. Fiske / Maddi, 1961; vgl. Maddi, 1967.

abzugewinnen und einen persönlichen Gewinn aus ihnen zu ziehen. Sie sind leistungsmotiviert, hartnäckig, ausdauernd und resignieren nicht so schnell.<sup>951</sup> In Bezug auf alle Lebensbereiche – Arbeit, Familie, soziale Beziehungen allgemein und die Beziehung zu sich selbst – identifizieren und engagieren sie sich. Vor allem bringen sie sich selbst Wertschätzung entgegen, nehmen ihre eigenen Werte, Ziele und Vorlieben ernst und achten auf innere Ausgeglichenheit. Sie sind kognitiv flexibel, haben eine interne Kontrollüberzeugung, suchen nach Veränderung und können sich effektiv auf neue Situationen einstellen. Sie kennen ihre persönlichen Ressourcen zur Stressverarbeitung und -bewältigung und fühlen sich nicht als Opfer der Umstände, sondern als kompetente Gestalter ihres Lebens. All diese Fähigkeiten und Überzeugungen helfen ihnen dabei, trotz hoher Belastung und selbst in extremen Stresssituationen nicht oder seltener krank zu werden als Personen mit geringer Hardiness-Ausprägung.

Die Entwicklung von Hardiness wird in der Jugend gesehen, wobei erzieherische Aspekte und die Eltern-Kind-Interaktion dabei die Hauptrolle spielen. Als Commitment-förderlich sehen Kobasa und Maddi (1977) insbesondere Ermutigung und Zuspruch von Seiten der Eltern. Begünstigend im Hinblick auf die Entwicklung von Control und Herausforderung wirkt die schrittweise Konfrontation mit allmählich schwieriger werdenden Aufgaben beziehungsweise vielen Situationen, die Anpassung erfordern, aber nicht überfordern.<sup>952</sup>

Die drei Hardiness konstituierenden Elemente wurden von Kobasa getrennt voneinander gemessen, mit einer Reihe von Skalen aus diversen Testverfahren: Kontrolle erfasste sie durch die „Internal-External Locus of Control Scale“<sup>953</sup>, die Skalen „Powerless versus Personal Control“ und „Nihilism versus Meaningfulness“ des „Alienation Tests“<sup>954</sup>, die Skalen „Achievement“ und „Dominance“ der „Personality Research Form“<sup>955</sup> sowie die Skala „Leadership Orientation“ aus den „California Life Goals Evaluation Schedules“<sup>956</sup>. Commitment wurde über die Skala „Alienation versus Commitment“ des „Alienation Tests“

---

<sup>951</sup> Vgl. Averill, 1973: „Decisional control“ (die Fähigkeit der selbständigen Auswahl zwischen verschiedenen Handlungsalternativen), „cognitive control“ (die Fähigkeit, Sinn in stressreichen Lebensereignissen zu finden) und „coping skill“ (die Verfügbarkeit eines großen Repertoires an Reaktionen auf Stress).

<sup>952</sup> Vgl. Kobasa / Maddi, 1977.

<sup>953</sup> Vgl. Lefcourt, 1973; vgl. Rotter et al., 1962.

<sup>954</sup> Vgl. Maddi et al., 1979.

<sup>955</sup> Vgl. Wiggins, 1973; vgl. Jackson, 1974.

<sup>956</sup> Vgl. Hahn, 1966.

und den „Role Consistency Test“<sup>957</sup> erhoben, und Herausforderung mit Hilfe der Skalen „Preference for interesting experiences“ und „Security Orientation“ der „California Life Goals Evaluation Schedules“, der Skalen „Adventurousness versus Responsibility“ und „Vegetativeness versus Vigorousness“ des „Alienation Tests“ sowie der Skalen „Need for endurance“ und „Need for cognitive structure“ der „Personality Research Form“.

Der Hardiness-Aspekt Commitment wurde von manchen Autoren als „generelles Gefühl von Sinn oder Bedeutsamkeit“ bezeichnet.<sup>958</sup> Hier rücken die Konzepte Hardiness und Trotzmacht des Geistes am engsten zusammen. Nachfolgend sind exemplarisch einige (negativ gepolte) Items genannt, die verschiedenen Testinstrumenten entnommen wurden und den Hardiness-„Baustein“ Commitment repräsentieren<sup>959</sup>:

*Most of my life is wasted in meaningless activity.*

*Life is empty and has no meaning for me.*

*The most exciting thing for me is my own fantasies.*

*I don't like my job or enjoy my work; I just put in my time and get paid.*

Der Puffereffekt von Hardiness im Sinne einer Abschwächung des Zusammenhangs zwischen Stress-erzeugenden Ereignissen und der Erkrankung von Menschen wurde ab dem Ende der 70er Jahre in empirischen Studien untersucht<sup>960</sup>, konnte jedoch nicht durchgängig bestätigt werden. Kritisiert wurde insbesondere die Operationalisierung des Hardiness-Konzeptes: Das Fehlen eines einheitlichen Testverfahrens und die Variation bezüglich Art und Anzahl der verwendeten Skalen erschwert es, eindeutige Schlüsse zu ziehen. Meistens wurde mehr oder minder die oben genannte Skalen-Kombination eingesetzt, in manchen Studien jedoch auch bis zu 19 verschiedene Fragebogen-Skalen.<sup>961</sup> Hinzu kommen Differenzen zwischen den Untersuchungen in der Zuordnung der genutzten Skalen zu den einzelnen Hardiness-Subkomponenten sowie der Anwendung statistischer Verfahren. Zum Teil wurde ein Hardiness-Gesamtwert gebildet, zum Teil blieb die Auswertung auf eine Analyse der Einzelwerte der Subskalen

---

<sup>957</sup> Vgl. Gergen / Morse, 1967.

<sup>958</sup> Vgl. Funk / Houston, 1987, S. 572.

<sup>959</sup> Vgl. ebd., S. 574.

<sup>960</sup> Vgl. Kobasa, 1979a; 1979b; 1982a; 1982b; vgl. Kobasa et al., 1981; 1982a; 1982b; 1983; 1985; vgl. Kobasa / Puccetti, 1983; vgl. Ganellen / Blaney, 1984; vgl. Schmied / Lawler, 1986; vgl. Wiebe / McCallum, 1986.

<sup>961</sup> Vgl. Kobasa, 1979a; 1979b.

beschränkt.<sup>962</sup> Problematisch wird auch gesehen, dass zumeist Skalen herangezogen wurden, die als negative Indikatoren für Hardiness gesehen werden und möglicherweise eher allgemein psychische Störungen anzeigen. Zudem ergaben Faktorenanalysen mitunter nur zwei Subskalen, oder auch lediglich eine. Es wurde diskutiert, ob es sich hierbei um Psychopathologie generell handelt.<sup>963</sup>

Die Ergebnisse bezüglich der komplexen Zusammenhänge zwischen Stressverursachenden Lebensereignissen, individuellem Stresserleben, psychisch und physisch krankhaften Auswirkungen und der Relevanz und Wirkweise von Hardiness sind uneinheitlich – und verallgemeinerbare Schlussfolgerungen hinsichtlich Ursache-Wirkungs-Beziehungen kaum möglich. Studien neueren Datums mit diversen Zielgruppen – hauptsächlich Studenten<sup>964</sup>, Krankenschwestern<sup>965</sup>, Offiziersanwärtern<sup>966</sup>, zivilen und militärischen Mitarbeitern und Führungskräften<sup>967</sup> und anderen Berufsgruppen, die hohem Stress ausgesetzt sind – bestätigen allerdings überzeugend die Bedeutsamkeit von Hardiness als Stresspuffer und Ressource im Hinblick auf Stresstoleranz, Bewältigung von Belastungen, Gesundheit, Wohlbefinden, aktive Sinnsuche, Leistung, Führungskompetenz und das Zurückgreifen auf soziale Unterstützung.<sup>968</sup>

Hinsichtlich des Abgleichs Hardiness – Trotzmacht des Geistes ist festzustellen, dass ähnlich wie beim Kohärenzsinn auch das breite Hardiness-Konzept – unter der Bezeichnung „Commitment“ – Sinnerfüllung integriert. Auch hier wird das Erleben persönlichen Sinns als Einzelbeitrag zu einer – psychischen Widerstand ermöglichenden – Kompetenz gesehen – im Sinne einer in der Person liegenden Merkmalskomposition, die dabei hilft, krankmachenden Auswirkungen von Stress entgegenzuwirken. Auf welchem Wege der Mensch es bewerkstelligt, Sinn zu verwirklichen, wird wiederum nicht im Detail betrachtet. Auch Hardiness als multidimensionale Persönlichkeitseigenschaft lässt sich insofern inhaltlich klar von der – aus einer Sinndynamik heraus erst mobilisierten – Trotzmacht des Geistes abgrenzen.

---

<sup>962</sup> Vgl. Ganellen / Blaney, 1984; vgl. Schmied / Lawler, 1986.

<sup>963</sup> Vgl. Funk / Houston, 1987.

<sup>964</sup> Vgl. Hystad et al., 2009; vgl. Maddi et al., 2011.

<sup>965</sup> Vgl. Garrosa et al., 2010.

<sup>966</sup> Vgl. Skomorovsky / Sodom, 2011.

<sup>967</sup> Vgl. Bartone et al., 2008; 2009; vgl. Hystad et al., 2011.

<sup>968</sup> Eine Meta-Analyse zu diesen Zusammenhängen haben Eschleman et al., 2010, durchgeführt.

Zur Erforschung der Beziehung zwischen dem Hardiness-Persönlichkeitstyp und dem Einsatz personaler Fähigkeiten im Sinne der Logotherapie erhob Eva Wohllaib<sup>969</sup> die Werte von 48 Diplomanden der Studienrichtungen Technik und Psychologie auf der Existenz-Skala<sup>970</sup> sowie die drei Hardiness-Subkomponenten. Sie fand deutliche Zusammenhänge zwischen dem Hardiness-Aspekt Kontrolle – operationalisiert durch die Skala „Sozial bedingte Externalität“ aus dem FKK<sup>971</sup> – und den Werten der Existenz-Skala: Eine hohe Ausprägung der personalen Ressourcen ging mit geringeren Abhängigkeits- beziehungsweise Hilflosigkeitsgefühlen einher. Die FKK-Skala „Fatalistische Externalität“ erbrachte keine Korrelationen. Eine weitere signifikante Beziehung zeigte sich im Hinblick auf die Hardiness-Facette Herausforderung – allerdings nur mit den Werten Freiheit, Verantwortung, dem E-Maß („existenzieller Vollzugsbereich“) und der Gesamtsumme der Existenz-Skala, nicht jedoch mit Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz. Bei höherer Freiheit und Verantwortung werden Veränderungen offensichtlich weniger als Belastung denn als Chance zu persönlicher Entwicklung betrachtet. In Bezug auf Commitment – gemessen durch eine übersetzte und gekürzte Version der „Striving Assessment Scales (SAS)“<sup>972</sup> – ergab sich ein signifikanter Zusammenhang nur mit Selbstdistanzierung: Je höher die Ausprägung der personalen Fähigkeit zur Selbstdistanzierung, desto wichtiger waren den Probanden die persönlichen Zielsetzungen und desto stärker erwies sich das Engagement in den entsprechenden Lebensbereichen.

---

<sup>969</sup> Vgl. Wohllaib, 1996; vgl. auch Längle et al., 2000, S. 90-91.

<sup>970</sup> Vgl. Kapitel 2.12.2.

<sup>971</sup> Vgl. Kapitel 3.3.4.

<sup>972</sup> Vgl. Emmons, 1986.

### 3.4 Nomologisches Netzwerk der Trotzmacht des Geistes

Entsprechend der vorgenommenen Präzisierung des Konstruktraums der Trotzmacht des Geistes sowie der aufgezeigten Zusammenhänge und Differenzen zwischen angrenzenden Konstrukten und der Trotzmacht soll zusammenfassend deren relative Position in diesem komplexen Beziehungsgeflecht im Sinne eines „nomologischen Netzwerkes“<sup>973</sup> herausgearbeitet werden.

Abbildung 16: Das nomologische Netzwerk der Trotzmacht des Geistes<sup>974</sup>



Es muss darauf hingewiesen werden, dass diese Grafik zum einen den spezifischen anthropologischen Hintergrund der Trotzmacht<sup>975</sup> (als dimensionale Abgrenzung zu allen anderen Konstrukten) nicht integriert, sondern sich lediglich auf die diagnostisch-operationale Ebene bezieht. Zum anderen gibt sie das „tatsächliche“ Beziehungsgefüge nur sehr grob und unscharf wieder: Da dem noetischen Konstrukt „Trotzmacht des

<sup>973</sup> Vgl. Bühner, 2011, S. 105-106.

<sup>974</sup> Quelle der ursprünglichen Abbildung: Bühner, 2011, S. 106; modifiziert durch Anja Paul, eigene Grafik.

<sup>975</sup> Vgl. Kapitel 2 und 3.2 (Abbildung 15).

Geistes“ keine formalisierte Theorie zugrunde liegt, ist das theoretisch begründbare nomologische Netz weitgehend unstrukturiert. Eine Differenzierung der einzelnen Schnittmengengrößen ist an dieser Stelle nicht möglich. Zudem wurde zugunsten der Übersichtlichkeit auch die Abbildung sich in Wirklichkeit wechselseitig überdeckender Bereiche zwischen allen „beteiligten“ Konstrukten vernachlässigt.

Im Hinblick auf die geplante Entwicklung eines Fragebogenverfahrens<sup>976</sup> besteht die Gefahr, dass der Messgegenstand „Trotzmacht des Geistes“ mit einzelnen Aspekten der in Kapitel 3.3 beschriebenen Konstrukte „verunreinigt“ und nicht „sauber“ erhoben wird. Konstruktirrelevante Varianz würde die Konstruktvalidität des Verfahrens beeinträchtigen. Der Fragebogen soll idealerweise nur aus solchen Items bestehen, die im Kernbereich der Trotzmacht angesiedelt sind, das heißt Trotzmacht-relevante Inhalte sollen nicht mit solchen aus anderen „Kreisflächen“ vermischt werden.<sup>977</sup>

In Tabelle 1 auf der folgenden Seite sind die wesentlichen Schnittstellen der Trotzmacht zu den in den Kapiteln 3.3.1 bis 3.3.7 beschriebenen Konstrukten im Überblick zusammengestellt. Um die wichtigsten inhaltlichen Überlappungen und Unterschiede zu lokalisieren, strukturiert aufzubereiten und deutlich herauszustellen, wurden fünf Trotzmacht-charakteristische Kriterien definiert, anhand derer die Konstrukte eingeschätzt und miteinander verglichen werden sollen:

1. Integration der geistigen Dimension
2. Ausrichtung auf Sinn (und Werte)
3. Aktivierung inneren Widerstandes
4. Art des Konstruktes: Grundhaltung (zum Leben)
5. Betonung von Reifung / persönlichem Wachstum

Die farbliche Markierung zeigt an, welche der Kriterien die einzelnen Konstrukte beinhalten (weiße Kästchen mit Haken) und welche dagegen (eher) nicht in ihnen berücksichtigt sind (grau unterlegt). In der letzten Spalte sind außerdem die Konstruktspezifischen motivationstheoretischen Hintergründe im Sinne des angestrebten Endzustandes – auf „Schlagworte“ heruntergebrochen und damit stark vereinfacht – im Vergleich dargestellt.

---

<sup>976</sup> Vgl. Kapitel 4.

<sup>977</sup> Vgl. Bühner, 2011, S. 106.

Tabelle 1: Die Trotzmacht des Geistes und verwandte Konstrukte im Vergleich

Konstrukt / Kriterium	Integration der geistigen Dimension	Ausrichtung auf Sinn (und Werte)	Aktivierung inneren Widerstandes	Konstrukt als Grundhaltung	Reifung / Persönliches Wachstum	Hauptmotiv
<b>Trotzmacht des Geistes</b> (Frank, 1949)	✓	✓	✓	✓	✓	Sinnerfüllung
<b>Psychologische Reaktanz</b> (Brehm, 1966)			✓			Freiheit, Kontrolle
<b>Kontrollüberzeugung</b> (Rotter, 1966)				✓		Kontrolle
<b>Resilienz</b> (Rutter, 1979; Werner / Smith, 1982)			✓		✓	gesunde Entwicklung, Anpassung
<b>Kohärenzinn</b> (Antonovsky, 1979)		✓	✓	✓		Salutogenese, Gesunderhaltung
<b>Selbstwirksamkeitserwartung</b> (Bandura, 1977; Schwarzer, 1995)				✓		Zielerreichung
<b>Hardiness</b> (Kobasa, 1979)		✓	✓		✓	Stressbewältigung
<b>Selbstregulation, Handlungsorientierung</b> (Kuhl, 1990, 1992)		✓	✓		✓	Selbstverwirklichung

✓ Kriterium ist Konstrukt-immanent

□ Kriterium ist nicht Konstrukt-immanent

### 3.5 Die Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“

Um fortdauernde Aktualität der wissenschaftlichen Psychologie zu gewährleisten, ist es erforderlich, neben der Erhaltung bewährter Theorien innovative Gedanken zu integrieren und – insbesondere, wenn theoretische Widersprüche auffallen – durch theoriebasierte Exploration neue Hypothesen anzuregen. Dies soll im Folgenden geschehen: Erkenntnisse der aktuellen Sinnforschung aufgreifend und an das Konzept der „erlernten Hilflosigkeit“ anknüpfend wird hier ein neu entwickelter, existenzanalytisch-logotherapeutisch basierter theoretischer Ansatz skizziert, welcher unter anderem das als „existenzielle Indifferenz“ bekannte Phänomen erklärt.

Empirisch hat sich gezeigt, dass es offensichtlich eine hohe Anzahl an Menschen gibt, die trotz wenig Sinnerfüllung in ihrem Leben keine Sinnkrise erleben: In einer repräsentativen Befragung ( $N = 603$ ) von Schnell (2009) wurde bei überraschenden 35% der Deutschen festgestellt, dass sie ihr Leben als nicht sinnerfüllt betrachten, deswegen aber nicht frustriert sind oder leiden. Sie weisen ein geringes Ausmaß an Engagement und Lebensintensität auf, empfinden aber keine Sinnleere – ein Zustand, der an Frankls „provisorische Daseinshaltung“ als Symptomfeld der „kollektiven Neurose“<sup>978</sup> erinnert. Die von Schnell so genannten „existenziell Indifferenten“ sind mit ihrem Leben zwar unzufriedener als sinnerfüllte Personen, ihr psychisches Wohlbefinden ist aber höher als bei Menschen in einer Sinnkrise, und sie sind weder ängstlicher noch depressiver oder neurotischer als Menschen mit hoher Sinnerfüllung.<sup>979</sup>

Die unerwarteten Beobachtungen scheinen dem Frankl'schen Willen zum Sinn als Primärmotivation des Menschen und dem logotherapeutischen Postulat der existenziellen Frustration, des existenziellen Vakuums und der noogenen Neurose bei Sinnmangel zu widersprechen – und damit die gesamte Motivationstheorie der Logotherapie und Existenzanalyse in Frage zu stellen. Ausgehend von dieser Diskrepanz zwischen Theorie und empirischen Befunden sollen nachfolgend induktiv erklärende hypothetische Annahmen abgeleitet werden.

Ein bekanntes motivationspsychologisches Theoriekonzept ist das der „erlernten Hilflosigkeit“ nach Seligman (1975): Nach häufiger Erfahrung von Unkontrollierbarkeit, das

---

<sup>978</sup> Vgl. Kapitel 1.2.

<sup>979</sup> Vgl. Schnell, 2008; 2009a, S. 258; 2010.

heißt dem Auftreten aversiver Ereignisse unabhängig von eigenem Verhalten (non-kontingente Beziehung), und trotz verstärkter Bemühungen, die Kontrolle zurückzugewinnen, reagieren Tiere wie Menschen mit Hilflosigkeit. Wenn eine Person etwa hohe Leistungen erbringt, die Rückmeldungen darauf jedoch unberechenbar sind und auch durch erhöhte Anstrengung die Erfolgserwartungen nicht erfüllt werden, führt dies dazu, dass (1) die Motivation, Initiative zu ergreifen, um durch eigenes Handeln Kontrolle herbeizuführen, sich verringert (motivationales Defizit); (2) es der Person aufgrund der aus ihren Erfahrungen entstandenen geringen Kontrollerwartung schwer fällt wahrzunehmen und zu lernen, dass Ereignisse von eigenem Handeln abhängen können (kognitives Defizit); (3) negative Affekte wie Furcht bis hin zu – bei chronischer Unbeeinflussbarkeit – Depression auftreten (emotionales Defizit).<sup>980</sup>

Allerdings kommt es bei Menschen nicht immer zu diesen Hilflosigkeitseffekten.<sup>981</sup> Sie scheinen davon abzuhängen, welchen Ursachen die Rückmeldung auf das eigene Verhalten zugeschrieben wird: Die genannten Beeinträchtigungen zeigen sich insbesondere dann, wenn die Misserfolge auf einen Mangel an eigenen Fähigkeiten – als zeitstabiler, internaler und globaler, das heißt situationsübergreifender, Kausalfaktor – zurückgeführt werden, anstatt auf hohe Aufgabenschwierigkeit oder zu wenig Anstrengung.<sup>982</sup> Das schwerpunktmäßig lerntheoretische Hilflosigkeitskonzept wurde daher um einen attributionstheoretischen Aspekt erweitert.<sup>983</sup>

In der Logotherapie und Existenzanalyse wird nicht das Motiv der Kontrolle, sondern das Streben des Menschen nach Sinn betrachtet – wobei als einzig möglicher Weg zu einem sinnerfüllten Leben die Verwirklichung persönlich relevanter Werte gesehen wird.<sup>984</sup> Nach Erfahrung der Verfasserin aus der sinn- und werteorientierten Coachingpraxis sind sich Menschen – egal welchen Geschlechts, Alters, Berufs, Familien- und Bildungsstandes – oftmals nicht nur ihrer Werte nicht bewusst (was an sich nicht erforderlich ist, um sie dennoch zu verwirklichen<sup>985</sup>), sondern leben auch dauerhaft an diesen „vorbei“. Ihr Wertesystem fußt etwa auf familiärer Überlieferung und dem Weg des geringsten Widerstandes, hat sich in der Eigendynamik des Erfolgs verfestigt und wurde durch

---

<sup>980</sup> Vgl. Seligman, 1975.

<sup>981</sup> Vgl. Tennen / Eller, 1977.

<sup>982</sup> Vgl. Stiensmeier-Pelster, 1988.

<sup>983</sup> Vgl. Abramson et al., 1978.

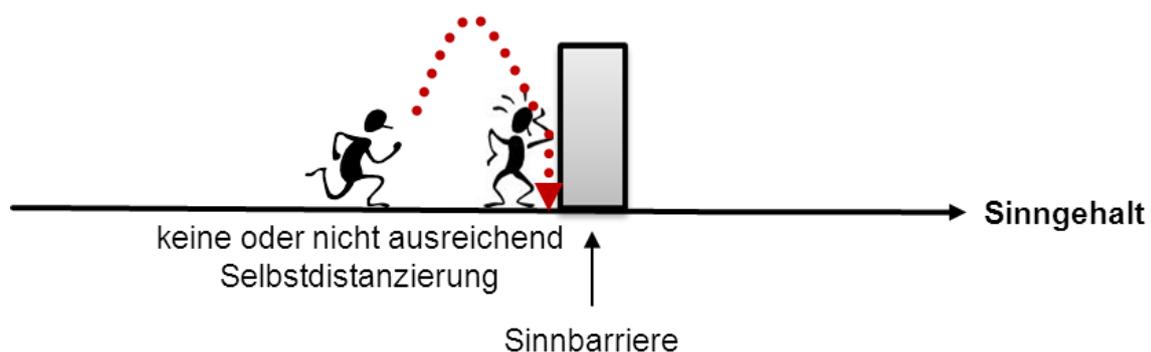
<sup>984</sup> Vgl. Kapitel 2.10.

<sup>985</sup> Vgl. Kapitel 2.10.1, 2.5.2 und 3.2.

Gewohnheiten, den Automatismus des Alltags, beibehalten. Nicht selten missachten wir unsere persönlichen Wertforderungen, überhören das „Veto“ unseres Gewissens beharrlich – und verfehlen damit unser Leben.<sup>986</sup>

Lebt ein Mensch jedoch nicht in Kongruenz mit dem, was ihm wesentlich ist, wird er der Verantwortung sich selbst gegenüber nicht gerecht.<sup>987</sup> In der alltäglichen Spirale des nicht selten lebenslangen Bemühens um „personfremde“ Sinninhalte wird – ähnlich der oben beschriebenen Inkongruenz zwischen Verhalten und unangenehmen Ereignissen, die zu „erlernter Hilflosigkeit“ führt – ein fehlender Zusammenhang zwischen dem eigenen Lebensstil und Sinnerfüllung wahrgenommen. Trotz verstärkter Anstrengungen, zum Beispiel über den „Umweg“ des Erfolgs, Sinn im Leben zu finden, gelingt dies nicht.<sup>988</sup> Obwohl – im Sinne „schlechter Aktivität“<sup>989</sup> – immer wieder „Anlauf genommen“ und Trotzmacht aktualisiert wird, können Sinnbarrieren nicht überwunden werden. Zwar kann man auf diese Weise Ziele erreichen, positives Feedback und soziale Anerkennung erhalten und sich und anderen etwas „vorweisen“. Persönliche Reifung wird allerdings vereitelt, und Sinngehalte bleiben außer Sichtweite. Dies führt über kurz oder lang zu der von Frankl postulierten existenziellen Frustration, einer Sinnkrise mit den damit verbundenen Symptomen und „Nebenwirkungen“.<sup>990</sup>

Abbildung 17: Leben im Widerspruch zu persönlichen Werten: Sinn ist unerreichbar<sup>991</sup>



<sup>986</sup> Vgl. Schlieper-Damrich / Netzwerk CoachPro, 2011.

<sup>987</sup> Vgl. Kapitel 2.9.2 und 2.10.

<sup>988</sup> Vgl. Kapitel 2.10.2, Abbildung 9 („Fadenkreuz“).

<sup>989</sup> Vgl. Kapitel 2.11.2.

<sup>990</sup> Vgl. Kapitel 2.6.2.

<sup>991</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

Im Folgenden wird postuliert, dass Menschen in Abhängigkeit der Ausprägung ihrer Trotzmacht des Geistes unterschiedlich mit dieser Sinnkrise umgehen: Personen mit hoher Trotzmacht-Ausprägung leiden eine gewisse Zeit lang unter den Sinnlosigkeitsgefühlen. Sie schreiben – bewusst oder unbewusst – die mangelnde Sinnerfüllung nicht der eigenen Unfähigkeit oder per se nicht existierendem Lebenssinn zu, sondern vorübergehend nicht auffindbaren individuellen Sinninhalten. Aufgrund ihrer – in vielen Situationen realisierten, wenn auch zeitweise verdeckten – existenziellen Haltung, dass sie selbst zu ihrem Schicksal Stellung beziehen und dieses beeinflussen können, nehmen sie es früher oder später selbst in die Hand und „trotzen“ der Sinnlosigkeit. Sie finden irgendwann aus dem Sinn-Vakuum heraus, indem sie Chancen des „Wertfühlers“<sup>992</sup> ergreifen, die sich in vereinzelt Situationen ergeben, in denen Sinn „aufscheint“: Wenn man beispielsweise entgegen der sonstigen Gewohnheiten spazieren geht – und Stille ein Genuss ist; wenn man einmal „nichts tut“ – und dies „gut tut“; wenn man kreativ sein „muss“ – und Freude daran hat.

Menschen mit geringer Trotzmacht – und damit einhergehend einer in den meisten Situationen eingenommenen Haltung, widrigen äußeren Umständen wie auch inneren sinnverhindernden Zuständen ohnmächtig ausgesetzt zu sein – verkennen Möglichkeiten, das eigene Leben und sich selbst umzugestalten. Sie interpretieren die fehlende Sinnerfüllung als „nicht-veränderbare Welt“<sup>993</sup>, das heißt generell nicht realisierbaren Lebenssinn, und adoptieren eine provisorische Grundhaltung dem Leben gegenüber.<sup>994</sup> Konsequenterweise machen sie von ihrem jederzeit verfügbaren Potenzial zu „trotzen“ fortan keinen Gebrauch mehr und vergeben sich dadurch auch künftige Möglichkeiten des Sinnerlebens.

Die dauerhaft ausbleibende Sinnerfüllung führt wiederum dazu, dass weiterhin nichts wahrgenommen wird, wofür es sich zu „trotzen“ lohnt: Wer die Herausforderungen des Lebens nicht annimmt und die jeden Tag vorhandenen Gelegenheiten zur Selbstgestaltung ungenutzt lässt, vergibt sich die Erfahrung, dass etwa Naturerlebnisse, Sport, Kommunikation in einer fremden Sprache oder das Beherrschen eines Musikinstrumentes – um nur einige Beispiele zu nennen – sinnstiftend sein können. Werte, welche für die Erfahrung von Sinn so dringend nötig wären, werden übersehen. In

---

<sup>992</sup> Vgl. Kapitel 2.10.1.

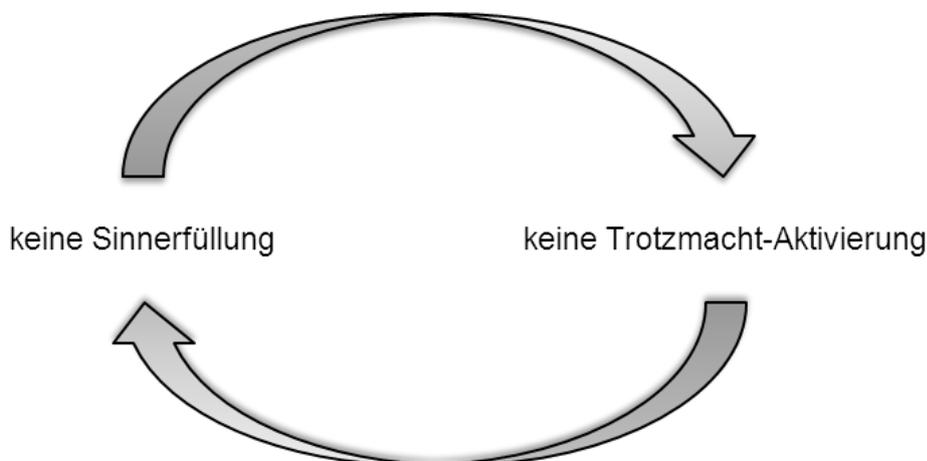
<sup>993</sup> Frey / Jonas, 2002, S. 16.

<sup>994</sup> Vgl. Kapitel 1.2.

Folge wird die Willensstärke nicht mehr trainiert<sup>995</sup>, und der „Sinn für den Sinn“ – die Ahnung, dass Sinn unter allen Umständen vorhanden ist und in jeder Situation gefunden werden kann – geht allmählich ganz verloren. So wird das Phänomen der „existenziellen Indifferenz“ erklärbar: Trotz geringer Sinnerfüllung befindet sich die Person nicht in einer Sinnkrise, da sie aufgrund fehlender Wahrnehmung ihres geistigen Spielraums und der vielfältigen Sinnmöglichkeiten kein Mangel erlebte hat.

Ohne Anreiz zur Überwindung der Hindernisse auf dem „Weg zum Sinn“ sinkt jedoch wiederum die intentionale Aktivierung der Trotzmacht – ein Teufelskreis ist entstanden. Er führt dazu, dass langfristig sowohl das Sinnerleben auf geringem Niveau bleibt als auch die Trotzmacht des Geistes sich sukzessiv zurückentwickelt. So wie Muskeln, die nicht benutzt werden, so werden analog geistige Ressourcen schwächer, wenn man sie nicht in Anspruch nimmt.<sup>996</sup> Die Person wird immer unfähiger, Widerstand zu leisten gegen das eigene Schicksal.<sup>997</sup>

Abbildung 18: „Erlernte Sinnlosigkeit“ als sich selbst stabilisierender Zyklus<sup>998</sup>



So macht ein Mensch in der „Ohnmachtsfalle“ chronisch die Erfahrung, dass das Leben „ja doch keinen Sinn hat“. Die Freiheit zur geistigen Stellungnahme und Entscheidung für beziehungsweise gegen Werte wird nicht mehr wahrgenommen, fehlt der Person daher

---

<sup>995</sup> Vgl. Kapitel 3.2.

<sup>996</sup> Vgl. Lukas, 2004, S. 34.

<sup>997</sup> Vgl. dazu auch Kapitel 3.2, Abbildung 14.

<sup>998</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

aber auch nicht. Der Mensch wird zunehmend verschlossener gegenüber den Wertangeboten der Welt, stellt die Beschäftigung mit dem eigenen Wertesystem sowie die Suche nach einer sinnvollen Aufgabe schließlich ganz ein und findet sich – wiederum mehr oder weniger bewusst – mit der generalisierten Sinnlosigkeit und dem damit verbundenen Zustand der Desorientierung und Selbstentfremdung ab. Zurück bleibt „ungelebtes Leben“<sup>999</sup>. In Analogie zur „erlernten Hilflosigkeit“ lässt sich hier von einer „erlernten Sinnlosigkeit“<sup>1000</sup> sprechen.

Im Vordergrund stehen hier nicht psychische (motivationale, kognitive, emotionale) Defizite, sondern noetische Beeinträchtigungen. Der Antrieb zur Sinnverwirklichung ist stark eingeschränkt, die Person ist geistig unbeweglich geworden, befindet sich in einer Art „Geistesstarre“. Dazu passen auch die Befunde, dass existenziell indifferente Personen sogar weniger Selbsttranszendenz aufweisen als Menschen in einer Sinnkrise, und dass sie extrem wenig Selbsterkenntnis, eine niedrige Ausprägung an Engagement, Selbstverpflichtung und Intensität sowie ein geringes Bewusstsein eigener Stärken, Schwächen, Bedürfnisse und Motive haben. In Bezug auf alle Sinnquellen zeigen sie niedrigere Werte als sinnerfüllte Personen.<sup>1001</sup>

Ein „Umlernen“ wäre jederzeit möglich, die Wechselwirkung zwischen geringer Sinnerfüllung und Trotzmacht-Deaktivierung sowie der dadurch entstehende Circulus vitiosus (vgl. Abbildung 18) könnten durchbrochen beziehungsweise in die entgegengesetzte Richtung „gedreht“ werden: Sobald es zur Mobilisierung der Trotzmacht kommt, wird Sinnerleben möglich, was wiederum „Trotz-Gründe“ erkennen lässt und den Anreiz zu weiterem geistigen Widerstand erhöht.

Das angebotene Erklärungsmodell, welches durch Schaffung einer Querverbindung zwischen zwei theoretischen Ausgangspositionen entstanden ist, wird in Abbildung 19 gesamthaft verbildlicht.

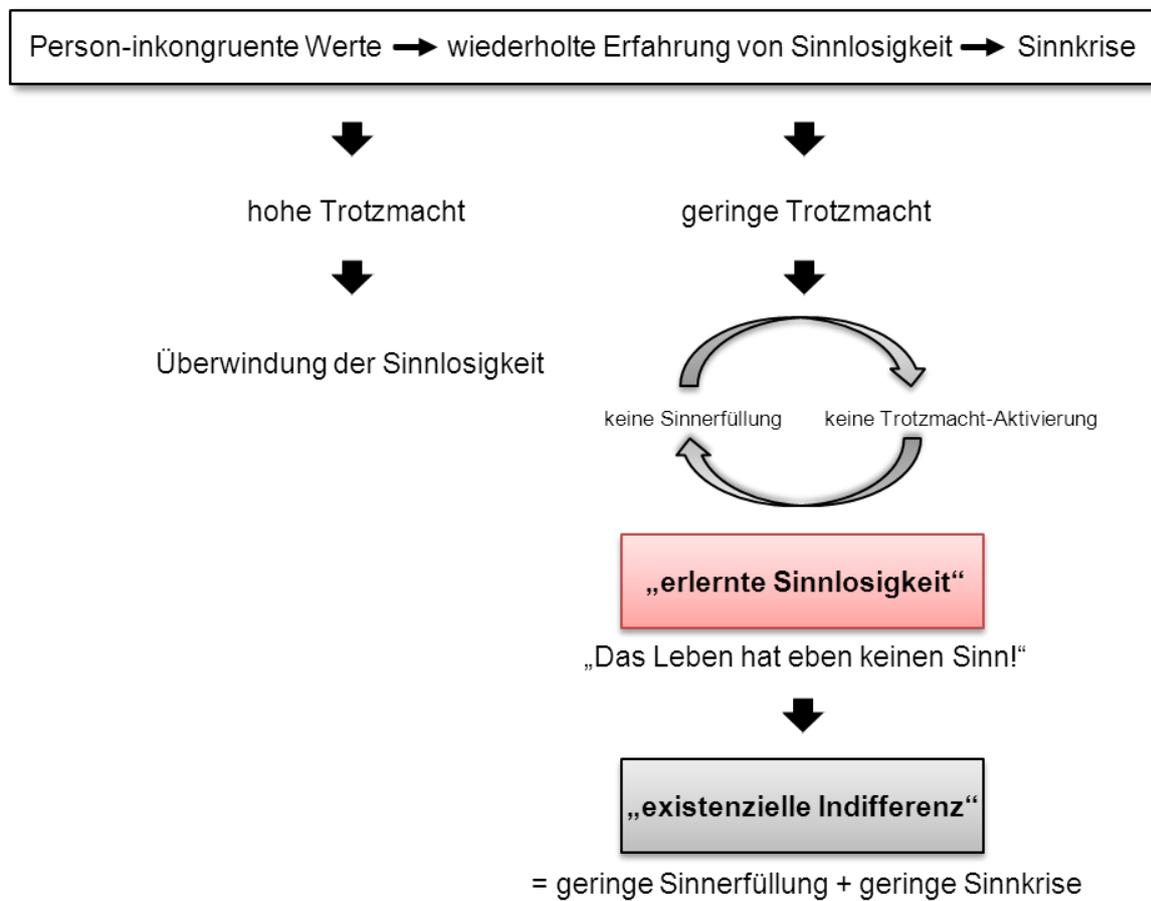
---

<sup>999</sup> Böschmeyer, 2010, S. 328.

<sup>1000</sup> Eigener Begriff.

<sup>1001</sup> Vgl. Schnell, 2008; 2009a, S. 258; 2010.

Abbildung 19: Die Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“<sup>1002</sup>



Der heuristische Wert der neuen Theorie hängt davon ab, wie gut sie empirisch bestätigt werden kann. Um ihre Brauchbarkeit zu prüfen und die Gültigkeit abzusichern beziehungsweise vorläufig zu bestätigen, soll durch deduktiv-nomologisches Vorgehen<sup>1003</sup> sowohl der Zusammenhang zwischen Trotzmacht und Sinnerfüllung als auch die Erklärung existenzieller Indifferenz über die Trotzmacht des Geistes – das heißt Auftreten von geringer Sinnerfüllung und zugleich geringer Sinnkrise dann, wenn die Trotzmacht ebenfalls niedrig ausgeprägt ist – durch eine in Kapitel 4.8 beschriebene deduktive Studie empirisch nachgewiesen werden. Daraus abzuleitende Konsequenzen für die weitere Forschung werden in Kapitel 5.2 erörtert.

<sup>1002</sup> Quelle: Eigene Abbildung.

<sup>1003</sup> Vgl. Hempel / Oppenheim, 1948.

### 3.6 Überlegungen zur „Noodiagnostik“

Dieses Kapitel wird Gedankengängen zu den Möglichkeiten und Grenzen der Messung geistiger Fähigkeiten gewidmet. Das aus der Forschungsfrage abgeleitete Vorhaben, die Trotzmacht des Geistes als noetisches Konstrukt zu operationalisieren, wird kritisch hinterfragt.

Der Versuch einer empirischen Beantwortung des zweiten Teils der Forschungsfrage

*Ist die Trotzmacht des Geistes ein eigenständiges und messbares Konstrukt?*

soll durch die Neukonstruktion eines psychometrischen, das heißt nach testtheoretischen Kriterien entwickelten Verfahrens zur Operationalisierung der Trotzmacht des Geistes umgesetzt werden. Ein Instrument zur Messung der Trotzmacht – und damit Erfassung und zahlenmäßigen Wiedergabe intra- und interindividuell unterschiedlicher Ausprägungen und Ermöglichung statistischer Vergleiche – existierte nach Wissen der Verfasserin bislang nicht. Um diesem Defizit entgegenzuwirken, ist die Entwicklung eines derartigen Verfahrens Zielsetzung und wesentlicher Gegenstand dieser Arbeit<sup>1004</sup>. Damit wird wissenschaftliches Neuland beschritten, im Sinne der Erkenntnisgewinnung in einem bisher nicht oder kaum erkundeten Forschungszweig.

Von Beginn der Sinnforschung an gab es immer wieder Kritiker – auch logotherapeutisch geprägte –, die Zweifel an der empirischen Überprüfbarkeit von Konzepten wie dem Willen zum Sinn geäußert haben.<sup>1005</sup> Sinn, Werte, Gewissen – Konzepte, auf denen die Logotherapie und Existenzanalyse aufbaut –, sind Postulate und lassen sich nicht wissenschaftlich-empirisch „beweisen“. Der Titel der ersten Veröffentlichung des „Purpose in Life Test (PIL)“ von Crumbaugh & Maholick<sup>1006</sup>, welche den Beginn der empirischen Tradition in der Logotherapie darstellt, war daher bemerkenswert und erscheint provozierend: „An experimental study in existentialism [...]“.<sup>1007</sup>

---

<sup>1004</sup> Vgl. Kapitel 4.

<sup>1005</sup> Vgl. Weisskopf-Joelson, 1975; vgl. Dyck, 1987.

<sup>1006</sup> Vgl. Kapitel 2.12.1.

<sup>1007</sup> Vgl. Crumbaugh / Maholick, 1964.

Die Dimension des Geistigen als anthropologische Grundkonstante wird in der Logotherapie axiomatisch vorausgesetzt. Das Noetische an sich ist nicht „erfassbar“ im wissenschaftlichen Sinne.<sup>1008</sup> Lukas äußert den Verdacht: „Ja, vielleicht ist es überhaupt das Nichtmeßbare [sic!] im Menschen?“<sup>1009</sup> Wie in der psychischen Dimension sind in der geistigen die dort ablaufenden Vorgänge subjektiv, in letzterer sind sie Lukas zufolge jedoch zusätzlich individuell. Sie zieht daraus den Schluss, dass ausschließlich psychische Prozesse eine testpsychologische Abschätzung erlauben, während geistiges Geschehen lediglich phänomenologisch darstellbar ist.<sup>1010</sup>

Es ist demnach die grundsätzliche Frage zu stellen, ob das „Geheimnis der geistigen Dimension“ sich in einen Fragebogen „zwängen“ lässt. Hier ist einerseits im Sinne „rechter Passivität“<sup>1011</sup> ein Akzeptieren von Grenzen bezüglich der Quantifizierung des Faktors „Mensch“ angezeigt. Andererseits kann ein Zurückgreifen der Verfasserin auf deren eigene Trotzmacht fruchtbar genutzt werden: Denn zwar ist das Postulat der geistigen Freiheit unüberprüfbar und Werterkennen und -erleben nicht kausal zu erklären. Allerdings rechtfertigt dies nicht das Ignorieren dieser Phänomene und das bequeme Zurückbleiben im sicheren Terrain des beschreibbaren Psychischen. Es lässt sich durchaus der Frage nachgehen, auf welchem Niveau die einzelnen Vollzugsbereiche des Geistigen als „dynamischer Substanz“ im Leben eines Menschen entwickelt sind. Fragebogen sind nicht auf die Messung psychischer Merkmale beschränkt.<sup>1012</sup> Untersucht und psychometrisch – oder korrekterweise „noometrisch“<sup>1013</sup> – erfasst werden kann nach Überzeugung der Verfasserin, wie ausgereift personale Kompetenzen wie die Trotzmacht des Geistes sind, beziehungsweise wie effektiv eine Person (ihrer eigenen Einschätzung nach) diese Fähigkeiten aktuell zur erfolgreichen Lebensgestaltung nutzt. Der Geist als solcher – wie auch „die Psyche“ – kann diagnostisch nicht „eingefangen“ werden, durchaus aber dessen *Manifestation* im Erleben und Verhalten. Durch die Entwicklung eines hierfür geeigneten Verfahrens im Rahmen dieser Arbeit wird angestrebt, die Ausprägung transparent zu machen, in der ein Mensch aufgrund seiner Erfahrung mit sich selbst meint, ein für die individuelle Sinnerfüllung hoch relevantes geistiges Kraftpotenzial einzusetzen.

---

<sup>1008</sup> Vgl. Kapitel 2.5.1.

<sup>1009</sup> Lukas, 1986c, S. 71.

<sup>1010</sup> Vgl. Lukas, 1986c, S. 71-72; 1988, S. 54-56.

<sup>1011</sup> Vgl. Kapitel 2.11.2.

<sup>1012</sup> Vgl. Kallus, 2010, S. 18.

<sup>1013</sup> Eigener Begriff; zur Definition „noometrischer“ Testverfahren vgl. Kapitel 4.1.

Inhaltliche Nähe zu dem neu zu realisierenden Instrument weisen einige wenige Fragebogenverfahren auf, welche Werteverwirklichung im Sinne der klassischen Wertkategorien der Logotherapie und Existenzanalyse erfassen – Schaffens-, Erlebnis- und/oder Einstellungswerte, deren Verwirklichung nach Frankl der einzig mögliche Weg zur Sinnerfüllung ist.<sup>1014</sup> Insbesondere Items, welche sich auf die Realisierung von Einstellungswerten beziehen, implizieren potenziell ein Trotzmacht-Moment – stellt doch ein „Hinauswachsen über sich selbst“ in einer Situation, in der Schaffens- und Erlebniswerte nicht mehr verwirklicht werden können, eine besondere Herausforderung für einen Menschen dar. Zugleich soll betont werden, dass durch die Aktivierung der Trotzmacht prinzipiell alle drei logotherapeutischen Wertkategorien realisiert werden können, um Sinnmöglichkeiten zur Wirklichkeit zu machen.<sup>1015</sup> Dies verkennen manche Autoren, die den Begriff der Trotzmacht des Geistes ausschließlich auf Einstellungswerte beziehen.<sup>1016</sup>

Der 1982 von Patricia Starck entwickelte „Meaning in Suffering Test (MIST)“<sup>1017</sup> soll Sinnfindung in unvermeidbaren Leidenssituationen erfassen. Er besteht aus zwei Teilen: Der erste umfasst 20 Items zur persönlichen Einstellung bezüglich eigenen Leidens. Die „Häufigkeit von Gefühlen, die den Statements entsprechen“ ist auf einer siebenstufigen Likert-Skala von „never“ bis „constantly“ anzugeben. Die Items, welche am meisten Assoziationen mit Trotzmacht hervorrufen, sind:

*I believe success in dealing with suffering depends upon a person's attitude about the situation.*

*I believe life has been unfair to me because I am a victim of fate. (negative Polung)*

*I believe suffering can teach valuable lessons about life.*

*I believe my suffering experience has given me a chance to complete my mission in life.*

Die Auswertung des ersten Teils resultiert in einem Gesamtscore. Eine Zuordnung der Items zu drei Subskalen – „subjektive Charakteristika des Leidens“, „persönliche Reaktionen auf das Leiden“ und „Sinn des Leidens“ – konnte faktorenanalytisch nicht

---

<sup>1014</sup> Vgl. Kapitel 2.10; zum Zusammenhang Werteverwirklichung – Trotzmacht des Geistes vgl. auch Kapitel 3.2, Abbildung 14.

<sup>1015</sup> Vgl. das „Flugangst“-Fallbeispiel in Kapitel 2.11.2; vgl. Kapitel 3.2, Abbildung 14.

<sup>1016</sup> Vgl. Hauser, 2004, S. 231.

<sup>1017</sup> Vgl. Starck, 1983; 2008; vgl. Schulenberg, 2004; vgl. Schulenberg et al., 2006; vgl. Melton / Schulenberg, 2008.

bestätigt werden, und zwei der drei Skalen erwiesen sich als unreliabel (innere Konsistenz von .52 beziehungsweise .53 – Gesamtwert dagegen: .83).<sup>1018</sup>

Teil 2 des MIST besteht aus 16 Fragen zu eigenen Leidenserfahrungen und denen anderer, Bewältigungsstrategien und Lebenssinn (plus einer zur Konfession). Die Antworten sind in Form von Freitext zu geben und werden qualitativ ausgewertet, um sie therapeutisch zu nutzen. Beispiel-Items sind:

*What do you think suffering teaches, if anything? (Name 3 if possible)*

*What do you generally do when you experience suffering in order to cope with it?*

*Name 3 people who you think have suffered and describe the suffering experience.*

*Please describe what you feel to be your purpose in life.*

Die Gütekriterien des MIST müssen als zweifelhaft betrachtet werden.<sup>1019</sup>

Der fast zeitgleich mit dem MIST entstandene „Belfast Test“<sup>1020</sup> von Bruno Giorgi wurde konstruiert, um einerseits die Sinnfindungskompetenz in unvermeidbaren und unkontrollierbaren Leidenssituationen (Tod eines geliebten Menschen, unheilbare Krankheit, Behinderung, Arbeitslosigkeit, Armut, keine Partnerschaft) – vom Autor als „existenzielle Frustration“ interpretiert – zu messen. Andererseits soll das Instrument die Fähigkeit zur Verwirklichung schöpferischer Werte erfassen. Einstellungs- und Schaffungswerten sind jeweils 10 Items zugeordnet, die auf einer fünfstufigen Likert-Skala zu beantworten sind. Der Autor geht davon aus, dass es sich um zwei voneinander unabhängige Faktoren handelt. Beispiele für die Einstellungswerte-Items sind:

*Having a deformed child:*

*1 would be largely irrelevant to my achieving what I regard as the important things in life.*

*3 neutral*

*5 would largely prevent me from achieving the most important things in life.*

---

<sup>1018</sup> Vgl. Schulenberg et al., 2006, S. 103; vgl. Schulenberg, 2004.

<sup>1019</sup> Vgl. Schulenberg, 2004; vgl. Melton / Schulenberg, 2008.

<sup>1020</sup> Vgl. Giorgi, 1982.

*Losing all my property:*

1 *would, on the whole, stop me from achieving my utmost goals and targets.*

3 *neutral*

5 *would be ultimately insignificant to my achieving my utmost goals and targets in life.*

Items zu den schöpferischen Werten sind beispielsweise:

*Discrimination (racial, or otherwise):*

1 *could be eliminated by human efforts.*

3 *neutral*

5 *would remain among us even if every person decided to eradicate its causes.*

*Marital problems such as unfaithfulness:*

1 *are likely to disappear if every person decided to eradicate their causes.*

3 *neutral*

5 *will remain regardless of human efforts to the contrary.*

Studien zur Überprüfung der Gütekriterien oder Dokumentation der Anwendung des Belfast Tests sind der Verfasserin nicht bekannt.

Von Längle & Eckhardt<sup>1021</sup> wurden im „Selbstbeurteilungsfragebogen zur Erfassung des Werterlebens (SEW)“ alle drei Gruppen der Frankl'schen Werttriade in jeweils einem Subtest mit sechs Items umgesetzt.<sup>1022</sup> Im Folgenden sind für die drei Wertkategorien jeweils ein positiv und darunter ein negativ gepoltes Beispiel-Item aufgeführt, die auf einer vierstufigen Likert-Skala von „stimmt“ bis „stimmt nicht“ zu beurteilen sind:

Schöpferische Werte:

*Meine Tätigkeiten erscheinen mir sinnvoll.*

*Mein Leben ist arm an Aufgaben.*

Erlebniswerte:

*Die Schönheit eines Kunstwerks (Gedicht, Bild, Musik) spricht mich immer wieder an.*

*Schöne Situationen kann ich nicht auf mich wirken lassen.*

---

<sup>1021</sup> Die Autoren des „Tests zur existentiellen Motivation (TEM)“, vgl. Kapitel 2.12.2.

<sup>1022</sup> Vgl. Eckhardt, 1992; 2000, S. 133.

Einstellungswerte:

*Auch wenn ich krank bin, ist diese Zeit nicht verloren.*

*Wenn ich mich nicht mehr nützlich erweisen kann, dann wird mein Leben sinnlos.*

Eckhardt stellte einen hohen positiven Zusammenhang zwischen erfüllter Existenz und Werterleben<sup>1023</sup> fest, wobei die schöpferischen Werte am meisten zur Sinnerfüllung beitrugen. Erlebniswerte und schöpferische Werte wiesen Gemeinsamkeiten auf und bildeten ein Cluster, während sich die Einstellungswerte signifikant unterschieden und eine separate Kategorie darstellten. Dies wurde als Bestätigung der Frankl'schen These<sup>1024</sup> interpretiert, dass sich Einstellungswerte von den anderen beiden Wertgruppen „abheben“, insofern als der Mensch im Laufe seines Lebens zunächst eine Leidensfähigkeit „erringen“ muss, um Einstellungswerte verwirklichen zu können.<sup>1025</sup>

Aspekte der Trotzmacht des Geistes sind in einigen der Items dieser Verfahren mehr oder weniger beinhaltet. In dem neu zu entwickelnden Instrument soll die Trotzmacht dagegen systematisch fokussiert und zentraler Gegenstand der Messung sein.

---

<sup>1023</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 105-106; vgl. Lukas, 1986c, S. 84; vgl. Kapitel 2.10.

<sup>1024</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 118, 163; 1972/2005, S. 105; 1975/1987, S. 148-149, 179-180; 1975/2005, S. 105, 121, 202-207, 209; 1977/2011, S. 31-32, 81; 2002, S. 125-126.

<sup>1025</sup> Vgl. Eckhardt, 2000, S. 114, 125; 2001, S. 39.

### 3.7 Zusammenfassung

Das in den Kapiteln 3.1 bis 3.6 Dargestellte soll im Folgenden resümiert werden.

Nach Abwägung der Vor- und Nachteile soll der Frankl'sche Begriff „Trotzmacht des Geistes“ in seiner Verwendung als Forschungsthema dieser Arbeit beibehalten werden – insbesondere aufgrund seiner Sentenzhaftigkeit, des aphoristischen Charakters, seiner Etablierung in der Logotherapie sowie des Mangels an optimierenden Alternativen.

Erst durch die Überwindung der Einengung auf Psychisches wird man nach logotherapeutischem Verständnis dem Wesen des Menschen gerecht. An dieser Stelle hebt sich das auf der Frankl'schen Anthropologie basierende noetische Konzept der Trotzmacht des Geistes fundamental von auf den ersten Blick ähnlichen psychologischen Konzepten ab. Inhaltliche Überlagerungen mit ihnen können durch ein „nomologisches Netzwerk“ abgebildet werden.

Die entworfene Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ stellt einen Versuch dar, die bemerkenswerte Erscheinung der „existenziellen Indifferenz“ aufzuklären. Die Trotzmacht hat darin die Funktion einer Moderatorvariablen zwischen Sinnlosigkeitserleben und Sinnkrise: Menschen, die ihre Fähigkeit zum „geistigen Trotzen“ nicht nutzen und sie dadurch verkümmern lassen, verlieren ihre Noodynamik und das „Wissen“ um den Sinn ihres Lebens. Dies bewahrt sie vor einem krisenhaften Mangelerlebnis, lässt sie jedoch zugleich „noetisch unbeweglich“ werden.

Existenz ist nicht analysierbar, die geistige Dimension und der freie Wille lassen sich weder direkt beobachten noch im naturwissenschaftlichen Sinne überprüfen. Das eigentliche Wesen des Menschen ist nicht quantifizierbar, die Person lässt sich nicht vermessen. Jedoch kann – und soll in Kapitel 4 – psychometrisch erfasst werden, wie (stark) das Erleben und Verhalten eines Menschen durch seine Trotzmacht bewirkt ist. Logotherapeutisch fundierte Testverfahren, welche (Einstellungs-)Werteverwirklichung operationalisieren, beinhalten die Erfassung der Trotzmacht maximal unsystematisch. Bei der Konstruktion eines speziell auf Trotzmacht abzielenden Instrumentes ist als besondere Herausforderung – und im Unterschied zu Verfahren, welche psychologische Konstrukte und Einstellungen nach herkömmlichem Verständnis messen – das Personale, der Sinnbezug und die Selbsttranszendenz zu integrieren.

## 4 Empirisches Vorhaben: Entwicklung des „Fragebogens zur Trotzmacht des Geistes (TdG)“

### 4.1 Testart und diagnostische Zielsetzung

Im Folgenden werden die Charakteristika eines im Rahmen dieser Arbeit konstruierten Instrumentes zur Erfassung der Trotzmacht des Geistes beleuchtet. Da sich wissenschaftlicher von alltäglichem Erkenntnisgewinn unter anderem durch Präzision der Terminologie unterscheidet<sup>1026</sup>, erfolgt eine Explikation des Messgegenstandes. Zudem wird aufgezeigt, inwieweit das neue Verfahren in die Kategorien psychometrischer Testverfahren eingeordnet werden kann.

Um dem Menschen in seiner Ganzheitlichkeit gerecht zu werden, kann die noetische Komponente – wie bereits in Kapitel 3.6 zur Sprache gebracht – nicht ignoriert werden. Eine demgemäß lohnenswerte Aufgabe wird darin gesehen, einen Beitrag zur metrisch vergleichenden Diagnostik personaler Fähigkeiten und Entwicklung psychologischer Testverfahren mit „noodynamischer Sensibilität“<sup>1027</sup> zu leisten. Da davon ausgegangen wird, dass die Trotzmacht des Geistes als explizit formulierter, psychometrisch zu untersuchender Gegenstand noch komplett unerforscht ist, kann das diesbezügliche Vorgehen insgesamt als weitgehend explorativ betrachtet werden.

Der „Fragebogen zur Trotzmacht des Geistes (TdG)“ ist ein standardisiertes Selbsteinschätzungsverfahren, welches theoretisch auf der Grundlage der Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls entwickelt wurde. Er erfasst die latente, das heißt nicht unmittelbar beobachtbare und daher nur indirekt empirisch zugängliche Größe „Trotzmacht des Geistes“ als quantitatives Merkmal, und ist im Sinne einer Testskala zu betrachten<sup>1028</sup>. Es wird davon ausgegangen, dass interindividuell variierende Ausprägungen der Trotzmacht die Ursache für die von Person zu Person unterschiedlichen Reaktionen auf die TdG-Items sind („erklärende Interpretation der Testergebnisse“<sup>1029</sup>). Personen können im Sinne einer Querschnittsdiagnose bezüglich

---

<sup>1026</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 31.

<sup>1027</sup> Lukas, 1986b, S.4.

<sup>1028</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 190, 253.

<sup>1029</sup> Vgl. Borsboom et al., 2004; vgl. Hartig et al., 2008, S. 144.

ihrer Trotzmacht-Ausprägung aufgrund eines summarisch ermittelten Testwertes als manifeste Variable unterschiedlichen, graduell abgestuften Kategorien zugeordnet werden. Dadurch löst der TdG das „Überbrückungsproblem“<sup>1030</sup> zwischen dem theoretischen Konstrukt der Trotzmacht des Geistes und dessen Messbarkeit. Durch die Auswertung und Interpretation der Testwerte wird eine der wichtigsten Aufgaben empirischer Wissenschaften erfüllt: Die Analyse von Merkmalsunterschieden bei Menschen als Untersuchungsobjekten.<sup>1031</sup> Eine „operationale Definition“<sup>1032</sup> der Trotzmacht lautet damit: „Trotzmacht des Geistes ist das, was der TdG misst.“

Da es auf die in ihrer Formulierung und Reihenfolge determinierten Items – als reflektive Indikatoren der Trotzmacht – keine objektiv richtigen und falschen Antworten gibt, handelt es sich beim TdG um keinen Leistungstest: Bei der Itembeantwortung muss weder Wissen reproduziert noch müssen Probleme gelöst und Können, Ausdauer oder Konzentrationsfähigkeit unter Beweis gestellt werden – wie dies bei Entwicklungs-, Intelligenz-, Schul-, speziellen Funktionsprüfungs- und Eignungstests sowie allgemeinen Leistungstests der Fall ist.<sup>1033</sup> Nicht maximales Leistungsverhalten, sondern „typisches Verhalten“ einer Person in Form einer Selbstauskunft wird erhoben.

Auch ist der TdG weder ein Befindlichkeitsfragebogen noch ein Persönlichkeitstest im engeren Sinne der herkömmlichen, subnoetischen Psychodiagnostik. Das Superkonstrukt Trotzmacht, die Gestaltungskraft des Geistes als personale Kompetenz, übersteigt den deskriptiven Maßstab der psychischen Ebene und liegt außerhalb des darin angesiedelten „state“-/„trait“-Konzeptes der klassischen psychologischen Persönlichkeitstheorie.<sup>1034</sup> Wie in Kapitel 3.2 beschrieben und in Abbildung 14 veranschaulicht, spielen bei der Mobilisierung der Trotzmacht sowohl die aktuelle, *situativ variierende* geistige Aktivität als auch – im Hinblick auf den Trainingseffekt und die Entstehung der Reifungsschleife – *zeitlich überdauernde* Momente der Person eine Rolle.<sup>1035</sup> Der TdG richtet den Blick nicht auf die „Persönlichkeit“ – mit ihren zeitlich mehr oder weniger stabilen Eigenschaften –,

---

<sup>1030</sup> Vgl. Steyer / Eid, 1993, S. 2.

<sup>1031</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 2.

<sup>1032</sup> Vgl. Bridgman, 1927.

<sup>1033</sup> Vgl. Brähler et al., 2002a; vgl. Rost, 2004, S. 43.

<sup>1034</sup> Vgl. Eysenck, 1952; 1970; vgl. Guilford, 1959; vgl. Cattell, 1965; vgl. Kelava / Schermelleh-Engel, 2008, S. 344-346.

<sup>1035</sup> Vgl. auch Längle et al., 2000, S. 19-20.

die der Mensch *werden* kann. Angesprochen wird vielmehr die freie und verantwortliche, sinn- und wertorientierte *Person*, die der Mensch immer schon *ist*.<sup>1036</sup>

Dementsprechend handelt es sich bei der Erfassung der Trotzmacht des Geistes genau gesagt nicht um Psycho-, sondern „*Noodiagnostik*“<sup>1037</sup>. In enger Anlehnung an die bekannte Bestimmung des Begriffs „psychometrischer Test“ von Gustav Lienert<sup>1038</sup> im Sinne der praxisbewährten Klassischen Testtheorie (KTT)<sup>1039</sup> soll ein *noometrischer Test* definiert werden als „ein wissenschaftliches Routineverfahren zur Untersuchung eines oder mehrerer empirisch abgrenzbarer *Merkmale der geistigen Person* mit dem Ziel einer möglichst quantitativen Aussage über den relativen Grad der individuellen Merkmalsausprägung“.

Der Eingliederung des TdG in die gängigen Kategoriensysteme psychologischer Testverfahren kann am besten durch Zuordnung zu den „Einstellungstests“ – als Unterkategorie der „psychometrischen Persönlichkeitstests“<sup>1040</sup> – entsprochen werden. Seine Items messen nach dieser Systematik am ehesten „Einstellungen und Überzeugungen“<sup>1041</sup> und „Beschreibungen eigener, internaler und nicht direkt beobachtbarer Reaktionen“<sup>1042</sup>.

Die Ergebnisse des TdG geben zuverlässig Auskunft darüber, *inwieweit jemand das spezifisch humane Potenzial nutzt, trotz persönlich wahrgenommener Sinnbarrieren*<sup>1043</sup> *eine individuell sinnfördernde Grundhaltung einzunehmen*. Da die Trotzmacht des Geistes auch noch unter widrigsten Lebensumständen „auf den Plan gerufen“ werden kann – und sie gerade in schwierigen Situationen eine hilfreiche Ressource zur Sinnerfüllung ist – macht der TdG keine Aussagen über psychische oder physische Störungen, Erkrankungen, Belastungen und Krisen – sondern vielmehr *zum Umgang einer Person damit, zur geistigen Stellungnahme dazu* –, und ist nicht zur Diagnose psychosomatischer und psychiatrischer Krankheitsbilder geeignet.

---

<sup>1036</sup> Vgl. Kapitel 2.5.1.

<sup>1037</sup> Eigener Begriff.

<sup>1038</sup> Vgl. Lienert / Raatz, 1994, S. 1.

<sup>1039</sup> Vgl. Lord / Novick, 1968; vgl. Krauth, 1995; vgl. Amelang / Zielinski, 2002; vgl. Moosbrugger, 2008.

<sup>1040</sup> Vgl. Brähler et al., 2002a.

<sup>1041</sup> Zur „dimensionalen“ Abgrenzung zwischen der Trotzmacht als geistiger Haltung und Einstellungen auf der psychischen Ebene vgl. Kapitel 3.2.

<sup>1042</sup> Vgl. Angleitner et al., 1986.

<sup>1043</sup> Vgl. Kapitel 2.11.1.

Da es sich beim TdG um ein subjektives, mit Selbsteinschätzungen („Q-Daten“<sup>1044</sup>) arbeitendes Verfahren handelt, sind die Resultate teilweise abhängig von den Fähigkeiten des Probanden zur kritischen Selbstreflexion und -erkenntnis, den persönlichen Erfahrungen mit den Iteminhalten sowie dem Anspruch im Hinblick auf den Umgang mit sich selbst und der individuellen Umwelt. In diesem Sinne wird nachdrücklich darauf hingewiesen, dass der TdG *nicht* „objektiv“ Sinnverwirklichung und „trotzende Existenz“ erfasst, sondern *die subjektive Einschätzung eines Menschen, in welchen Situationen und in welchem Ausmaß er seine Trotzmacht einsetzt, um sinnerfüllt zu leben.*

---

<sup>1044</sup> Cattell, 1965.

## 4.2 Itementwicklung und Testaufbau

In diesem Kapitel ist das systematische, mehrstufige Vorgehen bei der Generierung der TdG-Items transparent dokumentiert. Die Gesamtstruktur einer ersten Version des Fragebogeninstrumentes wird beschrieben.

Durch schriftliche Befragung als einer Variante psychologischer Untersuchungen ist es möglich, auf zeit- und kostengünstigem Weg qualitative wie quantitative Daten großer Personengruppen zu ermitteln. Zur Sicherstellung einer hohen Qualität des Befragungsinstrumentes ist es allerdings erforderlich, den Kern der zugrunde liegenden theoretischen Annahmen herauszuarbeiten und die Inhalte der Befragung im Vorfeld wohlüberlegt und präzise zu strukturieren.<sup>1045</sup>

Einleitend soll an dieser Stelle erwähnt werden, dass insgesamt in allen Phasen der Konstruktion des neuen Verfahrens großer Wert auf ein gewissenhaftes und gründliches Vorgehen gelegt wurde, sowie auf die Berücksichtigung (1) der Standards für psychologisches Testen – im Hinblick auf die Entwicklung, Evaluation, Anpassung, Anwendung und Qualitätsbeurteilung psychometrischer Verfahren –, (2) der gesetzlichen Rahmenbedingungen zum professionellen und verantwortlichen Umgang mit personenbezogenen Daten sowie (3) der ethischen Prinzipien psychologischer Untersuchungen.<sup>1046</sup> Konzeptionelle, in einem späteren Stadium möglicherweise nicht mehr korrigierbare Fehler sollten auf diese Weise verhindert werden.

Der Kenntnisstand bezüglich der Trotzmacht des Geistes innerhalb der wissenschaftlichen Psychologie muss als gering bezeichnet werden. Es existiert keine allgemein anerkannte, konkrete definitorische Bestimmung des theoretischen Konstruktes, und über seine Struktur sowie Wirkungszusammenhänge mit anderen latenten oder manifesten Konstrukten, Bedingungen der Entstehung sowie Möglichkeiten der Förderung liegen bis heute praktisch keine Erkenntnisse und empirischen Befunde vor. Die Aussagen Frankls dazu, in welchen Erlebens- und Verhaltensweisen sich eine hohe beziehungsweise niedrige Trotzmacht-Ausprägung äußert, sind sehr allgemein und

---

<sup>1045</sup> Vgl. Raab-Steiner / Benesch, 2012, S. 47.

<sup>1046</sup> Vgl. Häcker et al., 1998; vgl. American Psychological Association, 2001; vgl. Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen, 2005 (<http://www.bdp-verband.org/bdp-verband/ethik.shtml>); vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 41; vgl. Moosbrugger / Höfling, 2008.

vage gehalten. Der Mangel an einer elaborierten Theorie zu interindividuellen Unterschieden bezüglich der Trotzmacht des Geistes lässt eine rein deduktive, theoriegeleitete Strategie bei der Entwicklung des Fragebogeninstrumentes unmöglich erscheinen. Vielmehr wurde eine vorwiegend intuitive Konstruktionsstrategie gewählt.

Die erste Phase der Itemgenerierung war indes durch ein rationales „Top-Down“<sup>1047</sup>-Vorgehen gekennzeichnet, in Form einer gezielten, umfassenden und detaillierten Auswertung der relevanten logotherapeutischen Literatur: Zunächst wurden alle auffindbaren Äußerungen Frankls und einiger Logotherapie-„Kenner“ zur Trotzmacht des Geistes aus Fachartikeln (mehrheitlich in einschlägigen Zeitschriften wie „Logotherapie und Existenzanalyse“, „Existenz und Logos“ und „Existenzanalyse“<sup>1048</sup>), (Lehr-)Büchern und einem Vortragsmitschnitt<sup>1049</sup> extrahiert, zum Beispiel:

„Muß [sic!] man sich denn auch alles von sich gefallen lassen? Kann man nicht stärker sein als die Angst? [...] bin ich neugierig, wer stärker ist, ich oder ich? [...] Wer ist stärker, ich oder der Schweinehund in mir? Ich kann ihm ja auch trotzen.“<sup>1050</sup>

Die gesammelten Zitate wurden in einem nächsten Schritt zu Statements – meist in „Ich-Form“ – transformiert und zu positiv und negativ formulierten Aussagen „herunter gebrochen“, welche möglichst prägnant und konkret kognitive, affektive und konative Manifestationen der Trotzmacht ausdrückten. Zum Beispiel (abgeleitet aus der oben angeführten Textstelle):

*Ich muss mir nicht jede Angst von mir selbst gefallen lassen. (+)*

*Ich kann stärker sein als meine Angst. (+)*

*Ich tue nichts, wovor ich Angst habe. (-)*

*Ich kann meinen inneren Schweinehund besiegen. (+)*

Es wurde darauf geachtet, alle gefundenen Definitionselemente zu berücksichtigen, um zu gewährleisten, dass der Fragebogen eine repräsentative Itemmenge enthält und das Konstrukt darin nicht unterrepräsentiert ist: Nicht nur Teilausschnitte der Trotzmacht,

---

<sup>1047</sup> In dem Sinne, dass das Konstrukt die Indikatoren definiert und nicht umgekehrt selbst erst aus ermittelten Indikatoren entwickelt wird („Bottom-Up“-Technik); vgl. Bühner, 2011, S. 98.

<sup>1048</sup> Vgl. Kapitel 6.

<sup>1049</sup> Vgl. Frankl, 1980.

<sup>1050</sup> Frankl, 1972/2005, S. 220.

sondern ihr gesamter Inhaltsbereich soll integriert sein.<sup>1051</sup> Statements wurden Items in Frageform vorgezogen, da keine konkreten Sachverhalte erhoben werden sollen und sich eine innere Haltung durch die Stellungnahme zu Aussagen eindeutiger und differenzierter erfassen lassen dürfte.<sup>1052</sup> 130 Items in Form von Behauptungen, in denen sich intra- und interindividuelle Unterschiede in der Ausprägung der Trotzmacht niederschlagen sollten, wurden auf die oben beschriebene Weise formuliert.<sup>1053</sup> Die Klassische Testtheorie ist an einem naturwissenschaftlichen Messmodell orientiert und folgt der Idee, dass das Testergebnis (Score = X) sich immer aus dem „wahren“ Wert (True Score = T) sowie einem mit diesem nicht korrelierten Messfehler (Error Score = E) zusammensetzt ( $X = T + E$  – beziehungsweise bezogen auf den beobachteten Messwert (x) einer Person (v) zu einem Zeitpunkt (t):  $x_{vt} = \tau_v + \varepsilon_{vt}$ ).<sup>1054</sup> Mit dem Ziel, das TdG-Ergebnis als gute Annäherung an die „wahre“ Ausprägung der Trotzmacht des Geistes heranziehen zu können, wurde in einer ersten Auswahl und Überarbeitung der Items folgenden Kriterien Rechnung getragen<sup>1055</sup>:

- Relevanz für das zu erfassende Merkmal (inhaltliche Abbildung der Trotzmacht, um eine hohe Messgültigkeit zu erzielen; idealerweise Repräsentativität des Itempools)
- Allgemeinheit der Behauptungen; Anwendbarkeit auf die gesamte Zielpopulation „(deutschsprachige) Erwachsene“
- Eindeutigkeit der inhaltlichen Interpretation
- Eindimensionalität: nur eine Aussage und Antwortdimension pro Item
- Beantwortbarkeit unabhängig vom Kontext (keine wechselseitige „Ausstrahlung“ und Bezugnahme der Items aufeinander) und von Vorwissen
- Einfachheit, Lesbarkeit und Allgemeinverständlichkeit: präzise und affirmative Aussagen, einfache Grammatik und Wortwahl, Vermeidung von komplizierten, verschachtelten Sätzen, doppelten Verneinungen, telegrafischen Abkürzungen, Fremd- und Fachwörtern, Universalausdrücken (zum Beispiel „immer“, „nie“, „keiner“, „alle“), vergleichbarer Spezifitätsgrad aller Items, geringes Abstraktions- und insgesamt angemessenes Sprachniveau im Hinblick auf die Untersuchungspopulation

---

<sup>1051</sup> Vgl. Bühner, 2011, S. 66.

<sup>1052</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 254.

<sup>1053</sup> Bei den ersten Schritten der Fragebogenentwicklung – auch bei der in Kapitel 4.3.2 beschriebenen Akquise und Befragung von „Experten“ – unterstützte eine Gruppe von Studentinnen des Master-Studiengangs „Soziale Arbeit“ der Hochschule Mannheim, Fakultät für Sozialwesen, im Rahmen eines Seminars unter Leitung von Prof. Dr. Alexander Noyon.

<sup>1054</sup> Vgl. ebd., S. 193; vgl. Kallus, 2010, S. 113.

<sup>1055</sup> Zu den Regeln der Itemformulierung vgl. z.B. Fisseni, 1997, S. 300; vgl. Porst, 2011, S. 95-96.

- Akzeptanz von Seiten der Befragten: Verzicht auf potenziell problembehaftete, heikle, suggestive, stigmatisierende wie auch moralisch oder normativ positiv oder negativ „gefärbte“ Formulierungen sowie ausgefallene, ungeläufige, regionale Begriffe
- Streuung über einen breiten Schwierigkeitsbereich (da die Zielpopulation eine sehr große ist und möglichst viele Ausprägungen der Trotzmacht erfasst werden sollen; Items mit mittlerer Schwierigkeit können viele Differenzierungen leisten, aber auch im unteren und oberen Trotzmacht-Bereich soll noch differenziert werden können<sup>1056</sup>); jedoch Vermeidung von mutmaßlich extrem leicht oder schwer bejahbaren Items, die keine Varianz im Antwortverhalten erzeugen, das heißt im Hinblick auf die Trotzmacht nicht zwischen Personen differenzieren

Eine Herausforderung bestand darin, den Aufgabenstamm einerseits so allgemein zu halten, dass die Inhalte in Häufigkeit und Intensität für alle Befragten relevant sind, die Testpersonen auf persönliche Erfahrungen mit den beschriebenen Situationen zurückgreifen können und damit interindividuelle Differenzierung und Vergleichbarkeit möglich werden. Andererseits sind die Items möglichst konkret und eindeutig zu verfassen, um das Erleben der Probanden abzubilden, inhaltliche Unklarheiten und Interpretationsspielräume zu vermeiden, Antworttendenzen („response sets“; stereotype Reaktionsweisen auf Itemdarbietungen<sup>1057</sup>) und -stile wie sozial erwünschtes Verhalten zu reduzieren und aufgrund der Antworten möglichst genaue Vorhersagen treffen zu können.<sup>1058</sup>

Bei der Item-Formulierung wurde von Anfang an der beabsichtigte Aufgabentyp und Antwortmodus berücksichtigt, da bei der Auswertung des Fragebogens eine Summen- oder Mittelwertbildung der Itemwerte nur dann sinnvoll möglich ist, wenn ein aufgabenunspezifisches, einheitliches Antwortformat für die gesamte Item-Batterie vorliegt<sup>1059</sup>. Auch um so weit wie möglich zu unterbinden, dass die Aufmerksamkeit der befragten Personen abgelenkt wird, unbeabsichtigte Ankereffekte und damit verbundene Antwortverzerrungen („response biases“)<sup>1060</sup> sowie Probleme bei einer standardmäßigen Auswertung entstehen (beziehungsweise um nicht spezielle Skalierungsregeln und

---

<sup>1056</sup> Vgl. Moosbrugger / Kelava, 2008, S. 33.

<sup>1057</sup> Vgl. Berg, 1967; vgl. Esser, 1977.

<sup>1058</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 231; vgl. Kallus, 2010, S. 18.

<sup>1059</sup> Vgl. Rost, 2004, S. 64.

<sup>1060</sup> Vgl. Berg, 1967; vgl. Schwarz / Sudman, 1992.

Scoringmodelle beachten zu müssen), wurde entschieden, die Antwortskala innerhalb des Fragebogens nicht zu variieren.

Die Intention bei dem empirischen Vorhaben bestand darin, mit Hilfe eines leicht verständlichen und handhabbaren Verfahrens mit geringer Bearbeitungszeit, schneller und bequemer Auswertbarkeit und hoher Auswertungsobjektivität sowie wenig Materialaufwand differenzierte Informationen über den Trotzmacht-Ausprägungsgrad zu erhalten. Personen mit Formulierungsschwierigkeiten sollten dabei nicht benachteiligt werden. Aus diesen Gründen wurde ein gebundenes Antwortformat favorisiert. Konkret fiel die Auswahl auf die bei der Messung von Einstellungen übliche diskret gestufte Ratingskala. Da es beim TdG nicht um die Erfassung konkreten Verhaltens, sondern vielmehr einer personalen Haltung geht, erscheint die gestufte Zustimmung vom Likert-Typ<sup>1061</sup> adäquat. Sie löst in der Regel komplexe kognitive Prozesse bei den antwortenden Personen aus und spiegelt nicht immer Verhaltensunterschiede wider.<sup>1062</sup>

Bei der Entscheidung bezüglich der Breite der Antwortskala, das heißt der Anzahl der Skalenstufen, wurde Folgendes bedacht: Einerseits sollen Personen bezüglich ihrer Trotzmacht-Ausprägung aufgrund der Varianz der Rohwerte möglichst gut voneinander unterschieden werden können. Validität und Reliabilität steigen mit der Anzahl der Antwortkategorien zunächst an.<sup>1063</sup> Andererseits darf die Abstraktions- und Differenzierungskapazität der Urteilenden nicht überfordert werden, denn dies würde zu einer Scheinpräzision der Ergebnisse führen. Die Differenziertheit der Messung soll der des Urteils entsprechen. Zudem sollte die Interpretation aller Skalenpunkte intersubjektiv möglichst einheitlich erfolgen<sup>1064</sup>, und schließlich wurde angestrebt, der Tendenz zum extremen Urteilen entgegenzuwirken.

Diese Überlegungen sprachen für eine polytome (mehrkategoriale), diskrete (diskontinuierliche), bipolare (durch gegensätzlich bezeichnete und sich gegenseitig definierende Extrempole charakterisierte) Zustimmungsskala mit vier künstlichen Stufen. Letztere wurden mit den disjunkten (überschneidungsfreien) verbalen Etiketten „trifft völlig zu“, „trifft eher zu“, „trifft eher nicht zu“ und „trifft überhaupt nicht zu“ versehen. Es handelt

---

<sup>1061</sup> Vgl. Likert, 1932.

<sup>1062</sup> Vgl. Krosnick, 1999; vgl. Kallus, 2010, S. 44-45.

<sup>1063</sup> Vgl. Preston / Colman, 2000; vgl. Faulbaum et al., 2009; vgl. Maydeu-Oliveras et al., 2009.

<sup>1064</sup> Vgl. Porst, 2011, S. 80.

sich bei der Operationalisierungsvariante damit um Wahlreaktionen in Form von Präferenzurteilen.<sup>1065</sup>

Die bipolare Ratingskala wurde einer unipolaren vorgezogen, um die Urteilspräzision zu erhöhen.<sup>1066</sup> Es hat sich gezeigt, dass manche Befragungspersonen verunsichert sind und die Gütekriterien negativ beeinflusst werden, wenn nur die Extreme der Antwortskala verbal beschrieben sind („endpunktbenannte Skala“)<sup>1067</sup>, daher wurden alle Skalenmarken beschriftet. Auf eine numerische Verankerung im Fragebogen wurde verzichtet. Die gerade Anzahl von Antwortalternativen („forced choice“) wurde gewählt, um den formalen Effekt der „Tendenz zur Mitte“ – das heißt die bewusste oder unbewusste Bevorzugung einer neutralen Mittelkategorie und Vermeidung extremer Ausprägungen<sup>1068</sup>, etwa aufgrund von Unsicherheit oder als Ausdruck einer Antwortverweigerung – und die damit einhergehende Verringerung der Itemvarianz zu verhüten sowie die Ordinalität der Antwortstufen nicht zu gefährden. Außerdem wird durch die geradzahlige Ratingskala das „Ambivalenz-Indifferenz-Problem“ (die Frage, ob die Testperson keine Meinung zum Item hat oder ihm gegenüber zwiespältig ist) vermieden.<sup>1069</sup> Der Nachteil, dass Personen mit tatsächlich neutraler Ausprägung nicht korrekt antworten können, wurde zugunsten dieser als schwerwiegender eingeschätzten Vorteile in Kauf genommen.

Den Abstufungen zur Zustimmung wurde – räumlich von diesen etwas abgegrenzt – die Antwort-Restkategorie „weiß nicht“ hinzugefügt. Als legitime Ausweichoption, quasi „Fluchtkategorie“<sup>1070</sup>, soll sie die Nichtbeantwortung von Items – infolge von Überforderung der Probanden bei Unverständlichkeit eines Items oder emotionalen Reaktionen, etwa bei als zu persönlich empfundenen Items – verringern. Reaktanzeffekte<sup>1071</sup> aufgrund wahrgenommener Freiheitseinschränkung durch Verhinderung der Auswahl einer mittleren Position und Erzwingen eines in eine Richtung weisenden Urteils dürften damit dezimiert werden. Die Konfundierung mit Antwortverhalten, welches nicht auf Trotzmacht zurückzuführen ist – und daher als merkmalsirrelevante Varianz die Validität beeinträchtigt und die Ergebnisinterpretation verzerrt –, soll dadurch reduziert werden. Die „weiß nicht“-Alternative soll allerdings nicht

---

<sup>1065</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 64.

<sup>1066</sup> Vgl. Kaplan, 1972.

<sup>1067</sup> Vgl. Dickinson / Zellinger, 1980; vgl. Stadtler, 1983, S. 141; vgl. Krosnick, 1999.

<sup>1068</sup> Vgl. z.B. Korman, 1971; vgl. Rost, 2004, S. 67.

<sup>1069</sup> Vgl. Kaplan, 1972; vgl. Bierhoff, 1996, S. 65; vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 180.

<sup>1070</sup> Porst, 2011, S. 81.

<sup>1071</sup> Vgl. Kapitel 3.3.3; vgl. Raab-Steiner / Benesch, 2012, S. 55.

dazu provozieren, eine Auseinandersetzung mit den Iteminhalten zu umgehen und „es sich einfach zu machen“. Um die Auswertbarkeit des TdG nicht durch zu viele „fehlende Werte“ zu gefährden, wurde daher in einer standardisierten Testanweisung<sup>1072</sup> darauf hingewiesen, dass diese Kategorie nur im Ausnahmefall zu wählen ist.

Für jede Stufenantwortaufgabe wurde geprüft, ob die sprachliche Passung zum ausgewählten Antwortformat gegeben und eine einfache und eindeutige Beantwortung möglich ist. Insgesamt wurde bei der inhaltlichen wie auch formellen Gestaltung der Items und Antwortmöglichkeiten besonderes Augenmerk darauf gelegt, möglichst keine verzerrenden Reaktionstendenzen, verfälschenden Antwortstile sowie Wahrnehmens- und Urteilsfehler<sup>1073</sup> hervorzurufen. So wurden beispielsweise die grafischen Abstände zwischen den Kategorienfeldern im Sinne des Konzeptes der „gleich erscheinenden Intervalle“<sup>1074</sup> gleich groß gehalten, um äquidistante (gleichabständige) Urteile zu ermöglichen.<sup>1075</sup> Der Tendenz zur unkritischen Zustimmung (Akquieszenz, „Jasage-Tendenz“)<sup>1076</sup> oder Ablehnung („Neinsage-Tendenz“) und der folglich gehäuften Antworten in den Extrembereichen der Ratingskala wurde bestmöglich entgegengewirkt, indem einzelne Items invertiert, das heißt sowohl positiv als auch negativ formuliert wurden<sup>1077</sup> – zum Beispiel:

*Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir. (+)*

*Ob ich mein Leben sinnvoll gestalten kann, hängt von den Umständen ab. (-)*

*Ich kann an meinen Schwächen arbeiten. (+)*

*Auf meinen Charakter habe ich keinen Einfluss. (-)*

Es wurden 76 Statements formuliert, die den oben genannten Kriterien und Überlegungen entsprachen. Diese wurden zufällig gereiht, um validitätsmindernden systematischen Messfehlern – durch abfallende Motivation, Ermüdung oder Tendenzen aufgrund direkt aufeinander folgender ähnlicher Items und sich wechselseitig beeinflussender Antworten

---

<sup>1072</sup> Vgl. Kapitel 4.3; vgl. Kapitel 8, Anhang B, Abbildung B-1.

<sup>1073</sup> Vgl. Saal et al., 1980; vgl. Jäger / Petermann, 1999, S. 368; vgl. Podsakoff et al., 2003.

<sup>1074</sup> Vgl. Edwards, 1957b.

<sup>1075</sup> Vgl. Rohrman, 1978; vgl. Kallus, 2010, S. 41, 79.

<sup>1076</sup> Vgl. Messick, 1967; vgl. Krenz / Sax, 1987; vgl. Anastasi / Urbina, 1997.

<sup>1077</sup> Vgl. Jonkisz / Moosbrugger, 2008, S. 61.

(„Priming-/Aktualisierungs-/Sequenz-/Kontexteffekte“) – vorzubeugen.<sup>1078</sup> Zur Fixierung ihrer Sukzession wurden die Items durchnummeriert, jede Nummer auf einen Zettel geschrieben, die Zettel in eine Urne gegeben und zufällig gezogen. Entsprechend der so vergebenen fortlaufenden Nummern erfolgte die Reihung.

Der aus den beschriebenen ersten Arbeitsschritten entstandene vorläufige TdG-Prototyp diente als Grundlage für die im nächsten Kapitel geschilderten Vortestungen.

---

<sup>1078</sup> Vgl. z.B. Hippler et al., 1987; vgl. Tourangeau / Rasinski, 1989.

### 4.3 Erprobung des Fragebogenentwurfs

Als Vorstufe zur geplanten Itemanalyse<sup>1079</sup> waren im Forschungsdesign mehrere Einzelmaßnahmen zur qualitativen und quantitativen Exploration, empirischen Prüfung und Verbesserung der Qualität und Praxistauglichkeit der Fragebogen-Items vorgesehen: So genannte „kognitive Interviews“ mit iterativem Vorgehen, eine Expertenbefragung, eine erste Stichprobenstudie und schließlich ein „Profi-Workshop“ mit erfahrenen Logotherapeuten. Der Ablauf dieser Untersuchungen im Rahmen der sukzessiven Optimierung des TdG soll hier im Detail wiedergegeben werden.

#### 4.3.1 Kognitive Interviews

Das Ziel der ersten Maßnahme im Rahmen des Pretests war, die TdG-Vorversion unter möglichst realistischen Bedingungen zu erproben, Schlussfolgerungen über die Konstruktvalidität auf Itemebene zu ziehen und Items zu identifizieren, die den Konstruktionsansprüchen nicht genügen.<sup>1080</sup>

Es wurde angestrebt, bereits in einem frühen Stadium der Fragebogenentwicklung im Sinne der kommunikativen Validierung die Perspektive der Probanden einzubeziehen. Insbesondere galt es herauszufinden, ob sich die Antwortprozesse tatsächlich auf die Trotzmacht des Geistes beziehen und welche potenziellen Verständnisschwierigkeiten und sonstigen (technischen) Probleme bei der Testdurchführung auftreten können. In einer ersten Pilotstudie wurden daher sehr ausführliche, so genannte „kognitive Interviews“<sup>1081</sup> mit einer relevanten Analysestichprobe ( $N = 20$ , davon 12 Frauen = 60%; Durchschnittsalter = 41 Jahre,  $SD = 12.93$ , Range = 23-68 Jahre) durchgeführt. Mit dieser explorativen Methode wird untersucht, wie die befragten Personen einzelne Items und deren Bedeutungen mental repräsentieren und verarbeiten, Urteile bilden und letztlich zu Antworten kommen.<sup>1082</sup>

---

<sup>1079</sup> Vgl. Kapitel 4.4.

<sup>1080</sup> Vgl. Hartig et al., 2008, S. 153; vgl. Jonkisz / Moosbrugger, 2008, S. 70.

<sup>1081</sup> Vgl. Prüfer / Rexroth, 2005; vgl. Willis, 2005; vgl. Hartig et al., 2008, S. 153.

<sup>1082</sup> Vgl. Fowler, 1995; vgl. Krosnick, 1999.

Die Interviewer-Rolle übernahm die Verfasserin. Die Testpersonen wurden aus deren entfernten Bekanntenkreis rekrutiert und waren in Hessen, Bayern und Baden-Württemberg wohnhaft. Bezüglich Schulabschluss und Bildungsstand sowie beruflicher Tätigkeit war die Untersuchungsgruppe sehr heterogen. 12 Befragungsteilnehmer (60%) verfügten über ein höheres Bildungsniveau (Hochschulreife; wiederum 50% von diesen hatte auch einen Studienabschluss).

„Face to face“-Einzelinterviews wurden einer telefonischen, schriftlich-postalischen oder computervermittelten Befragung vorgezogen, um die Interviewsituation standardisieren und kontrollieren zu können und möglichst viele Informationen zu erhalten. Die „Paper-Pencil-Interviews“<sup>1083</sup> wurden im Wohnort der Verfasserin, einer Kleinstadt im Rhein-Main-Gebiet, durchgeführt. Es standen dafür Räume einer städtischen Verwaltung zur Verfügung, in denen keine Lärmbelästigungen, Ablenkungen durch andere Personen oder sonstigen unkontrollierten äußeren Störfaktoren zu erwarten waren. Nach der Intervieweröffnung folgte ein standardisiertes Briefing der Untersuchungsteilnehmer zum Verwendungszweck der erhobenen Informationen – einschließlich des Hinweises, dass nicht die Person, sondern der Fragebogen getestet werden soll –, zum Verlauf des Gesprächs sowie der Anonymität der Befragung und vertraulichen Behandlung der Daten. Anschließend wurden zweistufige, halbstrukturierte Interviews<sup>1084</sup> durchgeführt. Dabei wurden die folgenden Techniken angewandt:

1. „Think-Aloud-Interviewing“ („cognitive lab“ / „Methode des lauten Denkens“<sup>1085</sup>):

Der Testperson wurde die Item-Batterie vorgelegt und sie wurde aufgefordert, jeweils ein Item auszuwählen, ihre persönliche Position dazu zum Ausdruck zu bringen und dabei alle mit dem Antwortprozess verbundenen Gedankengänge zu verbalisieren („concurrent think-aloud“<sup>1086</sup>). So wurde nach und nach mit allen Items verfahren. Das Bedürfnis nach spontanen Bemerkungen der Befragten wurde nicht reglementiert, auch gab es keine zeitlichen Vorgaben oder Beschränkungen.

---

<sup>1083</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 239.

<sup>1084</sup> Vgl. Hopf, 1978.

<sup>1085</sup> Vgl. Ericsson / Simon, 1980.

<sup>1086</sup> Bühner, 2011, S. 90.

Die häufigsten Äußerungen bezüglich der Items waren – in zum Teil geringfügig abweichenden Formulierungen, hier sinngemäß zusammengefasst:

- *„Darüber habe ich noch nie nachgedacht. Wenn ich es mir jetzt so überlege, sehe ich das so: ...“*
- *„Das ist (zu) schwierig zu beantworten, weil ...“*
- *„Das kann man so oder so verstehen: ... Wie ist es gemeint?“*
- *„Für manche Situationen trifft das zu, für andere weniger, zum Beispiel ...“*
- *„Das ist eine wirklich interessante Frage, weil ...“*
- *„Es fällt mir schwer, mich in diese Situation hineinzusetzen.“*
- *„Die Aussage möchte ich eigentlich nicht beantworten, da sie meine Privatsphäre verletzt.“*

2. „Concurrent Verbal Probing“ / „Debriefing“ / „retrospektive Befragung“<sup>1087</sup>:

Ergänzend wurde im Anschluss an die Beantwortung eines Items während des Interviews gezielt nach weiteren Aspekten zum Item und Beantwortungsvorgang gefragt. In Abhängigkeit der Äußerungen des Probanden in der vorherigen Phase des „lauten Denkens“ wurde aus einem vorbereiteten Interview-Leitfaden eine Auswahl der folgenden Fragen getroffen, die bewusst offen formuliert waren, um möglichst viele Informationen zu gewinnen und die Befragten nicht in eine bestimmte Richtung zu drängen<sup>1088</sup>:

- *„Wie sind Sie / bist du auf diese Antwort gekommen?“ / „Warum haben Sie / hast du dieses Kästchen angekreuzt?“*  
(„category selection probing“)
- *„Wie können Sie sich / kannst du dich daran erinnern, dass Sie / du ...?“*  
(„information retrieval probing“)
- *„Was verstehen Sie / verstehst du unter dem Begriff ...?“*  
(„comprehension probing“)
- *„Wie würden Sie / würdest du die Frage in eigenen Worten wiederholen?“*  
(„paraphrasing“)

---

<sup>1087</sup> Vgl. Schuman, 1966; vgl. Belson, 1981; vgl. Jonkisz / Moosbrugger, 2008, S. 70.

<sup>1088</sup> Vgl. Willis, 2005, S. 48; vgl. Wilson, 2005.

- „Wie sicher sind Sie / bist du, dass ...?“
- „Wie schwierig war die Frage zu beantworten?“
- „Ich habe Ihr / dein Zögern bemerkt. Was haben Sie / hast du da gedacht?“
- „Welche (anderen) Probleme hatten Sie / hattest du bei der Beantwortung?“  
(unspezifisches Nachfragen / „general probing“)

Nachdem alle Items und Fragen beantwortet waren, wurden die Probanden abschließend auf mögliche Problematiken im Zusammenhang mit dem Gesamtverfahren angesprochen. Sie wurden ermuntert, den Fragebogen offen und kritisch im Hinblick auf seine Anwenderfreundlichkeit, die Verständlichkeit, Eindeutigkeit und Schwierigkeit der Items zu kommentieren. Außerdem wurden sie gebeten, über ihre Gefühle und Stimmungen während der Befragung zu berichten.

Die Interviews können als zeitintensiv, aber zugleich sehr effektiv beurteilt werden. Sie dauerten durchschnittlich drei Stunden und 15 Minuten und fanden in einem Zeitraum von sechs Wochen statt. Sobald die Konzentration und Aufmerksamkeit eines Befragten nachzulassen schien, wurde das Gespräch abgebrochen und zu einem späteren Zeitpunkt in derselben oder darauf folgenden Woche fortgeführt. Alle Interviews wurden nach Einholung der Zustimmung der Testpersonen komplett auf Tonband aufgezeichnet, damit die Testleiterin nicht mitprotokollieren musste, sondern sich voll und ganz auf den Probanden einlassen konnte. Zeitnah nach den Interviews wurden die Mitschnitte wörtlich transkribiert<sup>1089</sup>, das umfangreiche Textmaterial („verbal protocols“<sup>1090</sup>) satzweise analysiert und kategorisiert sowie in Folge qualitativ ausgewertet (kodiert).

Der Untersuchungsplan beinhaltete ein iteratives Vorgehen, welches eine Teilung der Gesamtstichprobe von  $N = 20$  vorsah: Nachdem die ersten 10 Interviews durchgeführt und ausgewertet worden waren, wurden die Probanden-Inputs in den Fragebogen eingearbeitet. Mit dieser angepassten Version wurden die Interviews anschließend nach demselben Procedere mit der zweiten Hälfte der Untersuchungsstichprobe fortgesetzt, um die Wirksamkeit der mutmaßlichen Optimierung zu evaluieren. Das Datenmaterial dieses zweiten Interview-Durchgangs wurde wiederum systematisch aufbereitet und für die Erstellung eines weiteren „Updates“ des Fragebogens genutzt.

---

<sup>1089</sup> Vgl. Mayring, 1996, S. 69.

<sup>1090</sup> Vgl. Ericsson / Simon, 1980.

Es zeigte sich, dass den meisten Testpersonen das „laute Denken“ zu Beginn schwer fiel. Daher wurden vor dem eigentlichen Interview jeweils einige „Übungsdurchläufe“ mit irrelevantem Datenmaterial durchgeführt. Insgesamt erwiesen sich das Engagement und die Äußerungsbereitschaft der Befragungsteilnehmer wie auch die Akzeptanz des Fragebogens als sehr hoch. Es gab keinen Grund, an der Authentizität und Ehrlichkeit der Befragten zu zweifeln. Die Atmosphäre während der Gespräche wurde übereinstimmend als entspannt, vertrauensvoll und angenehm geschildert, die Interview-Inhalte als interessant und aufschlussreich (Kommentare waren zum Beispiel: „Die Aussagen haben mich zum Nachdenken über mich selbst gebracht.“ / „Ich habe etwas über mich gelernt.“ / „Einige Fragen werden mich noch länger beschäftigen.“) sowie unterhaltsam („Es hat Spass gemacht.“) und kurzweilig („Ich habe gar nicht gemerkt, wie schnell die Zeit vergangen ist.“). Negative Empfindungen bei der Itembeantwortung wurden nicht berichtet, und keine der Testpersonen fühlte sich insgesamt über- oder unterfordert.

Die Items wurden von allen Befragten selbstgewählt in der Reihenfolge bearbeitet, in der sie im Fragebogen dargeboten wurden. Die inhaltliche Analyse zeigte, dass einige Items mehrdeutig und/oder zu schwierig, vage oder kompliziert formuliert waren und die Sprache zum Teil als zu „formell“, „akademisch“ oder „künstlich“ empfunden wurde. Als unbrauchbar identifizierte Items wurden modifiziert oder – falls dies nicht zielführend erschien – eliminiert. Dazu gehörten vor allem solche, die öfters mit „weiß nicht“ oder extrem häufig mit „trifft völlig zu“ oder „trifft überhaupt nicht zu“ beantwortet worden waren. Schließlich verblieben 59 Items im Fragebogen.

Bei der Betrachtung der aktualisierten TdG-Vorversion stellte sich die Frage, ob die Items in verschiedene Merkmalsbereiche gruppiert werden können. Der Gedanke war, durch die Identifikation mehrerer Teilaspekte der Trotzmacht des Geistes das Merkmal konzeptgeleitet in all seinen Facetten abzubilden.<sup>1091</sup> Für die Differenzierung in inhaltliche Merkmalsfacetten wurde zunächst in Erwägung gezogen, Frankls Unterscheidung zwischen biologischen, psychodynamischen und sozio-ökonomischen Bedingtheiten<sup>1092</sup>, zu denen sich der Mensch geistig einstellen kann, heranzuziehen. In der Intention einer trennschärferen, detaillierteren und zugleich umfassenderen Einteilung in Kategorien wurde schließlich der folgende Subtest-Entwurf formuliert:

---

<sup>1091</sup> Vgl. „Generalisierbarkeitstheorie“ von Cronbach et al., 1972.

<sup>1092</sup> Vgl. Kapitel 2.9.1.

A Trotz gegen innere – psychische und physische – Bedingungen

- (1) Emotionen
- (2) Bedürfnisse
- (3) Defizite / Schwächen

B Trotz gegen äußere Bedingungen

- (1) Sozial-gesellschaftliche Einschränkungen
- (2) Nicht-veränderbare Extremsituationen

### 4.3.2 Expertenbefragung

Um den Merkmalsbereich zu präzisieren, die Passung der Items zum Trotzmacht-Konstrukt zu prüfen und damit die konzeptuelle Qualität des Fragebogens zu optimieren, wurde im Sinne der weiteren Erkundung eine Befragung mit „Experten“ durchgeführt:

Mehrere Ausbildungsinstitute für Logotherapie und Existenzanalyse in Deutschland, Österreich und der Schweiz wurden kontaktiert, dadurch entstanden Verbindungen zu zahlreichen logotherapeutischen Fachspezialisten und -autoren. 12 davon (acht Männer und vier Frauen) aus dem deutschsprachigen In- und Ausland wurden ausgewählt und um Kritik zu dem vorläufigen Testverfahren gebeten. Die meisten sind Psychologen, alle in der Fachszene anerkannte Kenner der klassischen Logotherapie und Existenzanalyse und selbst wissenschaftlich und/oder praktisch professionell als Logotherapeuten tätig. Unter anderen handelte es sich bei den Experten um (jeweils mit kurzer Charakterisierung und Position / Funktion zum Zeitpunkt der Befragung)<sup>1093</sup>:

- Prof. Dr. Alexander Batthyány<sup>1094</sup>, Vorstandsvorsitzender und Wissenschaftlicher Leiter des Viktor Frankl Instituts, Wien; Mitherausgeber von „Viktor E. Frankl – Gesammelte Werke“; Professor der Universität Wien, Abteilungen Philosophie sowie Psychotherapie und Allgemeine Psychiatrie, Lehrveranstaltungen zu Logotherapie und Existenzanalyse

---

<sup>1093</sup> Die aufgeführten Personen haben die Nennung ihres Namens schriftlich genehmigt. – Alle Experten zeigten erfreulich großes Interesse am Thema der vorliegenden Arbeit, und bei der Mehrzahl war die Befragung der Auftakt eines regen fachlichen Austauschs.

<sup>1094</sup> Zu Veröffentlichungen, die für diese Arbeit herangezogen wurden, vgl. Kapitel 6.

- Prof. Dr. Alfried Längle<sup>1095</sup>, Vorsitzender und Gründungsmitglied der internationalen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (GLE), Wien; jahrelange persönliche Zusammenarbeit mit V. E. Frankl; (Ehren-)Professuren an internationalen Universitäten und über 300 einschlägige Publikationen; Mitherausgeber der Zeitschrift "Existenzanalyse"; Psychotherapeut in freier Praxis in Wien
- Dr. Ralf Lutz, Mitarbeiter am Lehrstuhl für Moralthologie der Universität Tübingen; mehrere existenzanalytisch-logotherapeutische Publikationen
- Dr. Heidi Schönfeld, Logotherapeutin; Praxis für Psychotherapie und sinnzentrierte Lebensberatung nach Viktor E. Frankl, Bamberg<sup>1096</sup>
- Dr. Christoph Riedel, Dozent, Lehrtherapeut und Supervisor am Südtiroler Institut für Logotherapie und Existenzanalyse, Bolzano/Italien; Fachdozent am Süddeutschen Institut für Logotherapie; Mitherausgeber und -autor des Standardwerkes „Existenzanalyse und Logotherapie. Ein Handbuch für Studium und Praxis“ (2. Aufl., 2008), zahlreiche Artikel zur Theorie und Praxis der Logotherapie
- Stefan Schwarz, Leiter des Instituts für sinnzentrierte Führung GmbH, Basel
- Dr. Otto Zsok, Vorstand und Direktor des Süddeutschen Instituts für Logotherapie und Existenzanalyse, Fürstfeldbruck; Vorsitzender im Stiftungsrat von „Logos und Ethos“, Stiftung für Logotherapie und Existenzanalyse; zahlreiche Artikel und Bücher zu logotherapeutischen Themen

Für die Expertenbefragung wurde eigens ein „Experten-Fragebogen“<sup>1097</sup> erstellt, mit Fragen und der Bitte um Hinweise zu

- der Tauglichkeit der Merkmalsfacetten und möglichen Alternativen / Ergänzungen dazu
- der Eignung jedes der 59 Items (Relevanz im Hinblick auf die Trotzmacht; diesbezügliche Beurteilung durch Ankreuzen von Kästchen auf einer bipolaren vierstufigen Skala mit den Antwortkategorien „sehr gut geeignet“, „geeignet“, „eher nicht geeignet“ und „ungeeignet“; Freitext-Feld für „Begründung / Hinweis“)
- gegebenenfalls fehlenden Items oder Aspekten der Trotzmacht des Geistes
- allgemeinen Empfehlungen
- weiteren potenziellen Experten

---

<sup>1095</sup> Zu Veröffentlichungen, die für diese Arbeit herangezogen wurden, vgl. ebd.

<sup>1096</sup> Auf Empfehlung von Dr. Elisabeth Lukas befragt, die ebenfalls angesprochen worden war, jedoch selbst nicht für die Befragung gewonnen werden konnte.

<sup>1097</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang A, Abbildung A-1.

Um einen hohen Rücklauf zu erzielen, wurden alle Experten persönlich per Post oder Email (mit dem Fragebogen als angehängte MS Word-Datei, die direkt am PC bearbeitet werden konnte) angeschrieben. Zusätzlich wurde ein ausführliches Anschreiben auf der ersten Seite des Experten-Fragebogens platziert, mit einer Erklärung des Vorhabens sowie Schilderung des Nutzens und Procederes der Expertenbeurteilung.<sup>1098</sup> Die Rücksendung der ausgefüllten Fragebogen erfolgte anonym auf postalischem oder elektronischem Weg innerhalb von rund zwei Wochen, die Rücklaufquote betrug 100%.

Die Differenzierung in die fünf definierten, in Kapitel 4.3.1 aufgeführten Merkmalsfacetten und eine klare Zuordnung der Items zu ihnen erwies sich logisch-augenscheinlich als nicht haltbar, da „äußere“ und „innere Bedingungen“ sehr eng miteinander verwoben sind. Beispielsweise kann der Verlust eines nahestehenden Menschen als eine „nicht-veränderbare Extremsituation“ (B (2)) betrachtet werden – die jedoch Emotionen (A (1)) auslöst. Weiterhin zeigte sich, dass die Merkmalsfacette „nicht-veränderbare Extremsituationen“ unbrauchbar ist, da die Beurteilung, welche Lebenssituationen durch die Person selbst verändert werden können und welche nicht (mehr), subjektiv ist und interindividuell variiert. Die Merkmalsfacetten wurden infolge dieser Erkenntnisse und nicht erkennbarer geeigneter Alternativen komplett „fallen gelassen“.

46 der 59 Items wurden von allen Experten übereinstimmend als mindestens „geeignet“ beurteilt, 13 von jeweils zumindest einer Person als „eher nicht geeignet“ oder „ungeeignet“ bewertet. Zu 25 Items wurden sprachliche Modifikationen empfohlen, meist mit konkreten Vorschlägen zur Reformulierung. Als Kritikpunkte wurde Folgendes genannt:

- Einige Items sind zu schwierig / extrem / „heroisch“ formuliert.
- Es ist sehr wichtig darauf zu achten, dass die Items *nicht* widerspiegeln, ob eine Person meint, innere oder äußere Bedingungen (zum Beispiel Gefühle) beeinflussen zu können. Vielmehr geht es darum, wie die Person sich zu diesen Gegebenheiten *einstellt*, wie sie darauf reagiert und inwieweit sie sich von ihnen behindern lässt.

Zum Beispiel nicht: *Ich bin selbst dafür verantwortlich, ob ich wütend werde.*

Sondern: *Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.*

---

<sup>1098</sup> Vgl. ebd.

- Die Trotzmacht ist kein Selbstzweck, sondern immer an Sinnfindung gekoppelt. Der entscheidende Sinn-Aspekt ist stärker zu integrieren, etwa durch Ergänzungen in den Items wie „... wenn es darum geht, eine wichtige Aufgabe zu erfüllen“ oder „... wenn es für mich Sinn macht“.

31 Items wurden unverändert aus dem Experten-Fragebogen in die nächste TdG-Version übernommen, 22 entsprechend der oben genannten Aspekte angepasst und sechs Aussagen wurden eliminiert. Von den Experten wurden zusätzliche Items genannt, von denen drei übernommen wurden. Die freien Antworten und Kommentare der Befragten wurden nahezu alle berücksichtigt, mit Ausnahme einiger rein persönlicher, fachlich nicht begründbarer Formulierungspräferenzen. Als abschließende Item-Optimierung wurden Behauptungen mit neutralem Subjekt („man“) wenn möglich in Ich-Form transformiert, um in dieser Hinsicht hohe Einheitlichkeit zu erzielen und grammatikalisch-formelle „Vermischungen“ zu reduzieren.<sup>1099</sup>

So entstand eine Erstfassung des TdG<sup>1100</sup> mit 56 „Einstellungsitems“, von denen 18 negativ gepolt waren. Eine einführende Standard-Instruktion mit allen für die selbständige Itembeantwortung erforderlichen Informationen wurde erstellt.<sup>1101</sup> Dadurch sollten Versuchsleiterartefakte in Grenzen gehalten und die eindeutige Interpretierbarkeit der erhobenen Daten gefördert werden.

Inhaltlich wurde eine gewisse Problematik – die in Kauf genommen wurde, aber bewusst zu machen war – darin gesehen, dass sich manche Items auf existenzielle Extremsituationen bezogen, von denen angenommen wurde, dass sie von den meisten Probanden noch nicht erlebt worden waren („schlimme Kindheit“, Schicksalsschlag, „völlige Aussichtslosigkeit“, Gefängnisaufenthalt, unheilbare Krankheit, Sterbebett). Die Befragten sollten sich in die hypothetischen und recht abstrakt entworfenen Lagen hineinversetzen, was die Komplexität der Items erhöhte und die Gefahr von Fehleinschätzungen barg. Es musste davon ausgegangen werden, dass viele Personen sich mit derartigen Situationen noch nicht auseinandergesetzt hatten. Zudem waren diese Items mit biografiebezogenen „vermengt“ (die – trotz der dort integrierten, ebenfalls nicht unproblematischen Situationskomponente sowie Erinnerungseffekten – als zuverlässiger

---

<sup>1099</sup> Vgl. Kallus, 2010, S. 78.

<sup>1100</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang B, Abbildung B-1.

<sup>1101</sup> Vgl. ebd.

gelten). Dadurch verringerten sie theoretisch die Qualität des Fragebogens.<sup>1102</sup> Allerdings handelte es sich um lediglich sieben Items, der Effekt sollte daher nicht überbewertet werden.

Zusätzlich zu den Item-Antworten sollen mit dem TdG zum Zweck einer differenzierteren Auswertung einige soziodemografische Daten („Angaben zur Person“) erhoben werden: Alter (Freitextfeld), Geschlecht, Familienstatus, Anzahl der Kinder, höchster Schulabschluss, Bildungsstand, derzeitige berufliche Tätigkeit (jeweils Auswahl einer von mehreren vorgegebenen Antwortalternativen) sowie Berufsausbildung und religiöser Glaube („ja“ / „nein“).

Bei der typografischen Gestaltung der TdG-Vorform wurde darauf achtgegeben, den Fragebogen übersichtlich und sprachlich sowie optisch ansprechend umzusetzen. Im Hinblick darauf wurde die Anordnung der Items und Antwortalternativen, Schriftart und -größe, Zeilenabstände sowie Seitenränder kritisch überprüft.<sup>1103</sup> Obgleich tabellarische, neben den Items vorgegebene Ratingskalen Platz sparen, wurde entschieden, die zu markierenden Kästchen jeweils direkt unter dem Item anzuordnen. Dies hat die Vorteile, dass der Fragebogen übersichtlicher ist, gute Lesbarkeit sowie eine zügige Bearbeitung gewährleistet sind, man nicht versehentlich in der Zeile „verrutschen“ kann und ein „Mustermalen“ wenig motivierter Probanden vereitelt wird.<sup>1104</sup>

### 4.3.3 Primärerhebung

Zur teststatistischen Überprüfung wurde der angepasste Fragebogen einer ersten größeren Stichprobe vorgelegt. Da zur Trotzmacht als Forschungsobjekt bisher keine Daten zur Verfügung standen, ist diese Studie als Primärerhebung zu werten.

Die Trotzmacht-Ausprägung als Populationsparameter sollte durch statistische Stichprobenkennwerte geschätzt werden.<sup>1105</sup> Die Tatsache, dass keine im Hinblick auf die Trotzmacht bereits untersuchten Stichproben bekannt waren und Vorkenntnisse bezüglich

---

<sup>1102</sup> Vgl. Faulbaum et al., 2009; vgl. Porst, 2011.

<sup>1103</sup> Vgl. Sonnentag, 2006, S. 54.

<sup>1104</sup> Vgl. Kallus, 2010, S. 79-80.

<sup>1105</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 396.

der Verteilungsform und Streuung des Merkmals in der Grundgesamtheit nicht bestanden, erschwerte die Kalkulation des angemessenen Stichprobenumfangs. Streng genommen ist für eine derartige populationsbeschreibende Untersuchung, mit der wissenschaftliches Neuland betreten wird, eine einfache Zufallsstichprobe heranzuziehen – nur dann sind die Ergebnisse unbedingt generalisierbar. Dies war hier jedoch unrealistisch, da erstens eine vollständige Liste aller (deutschsprachigen) Erwachsenen nicht existiert und zweitens ein Vorgehen, das für jedes Untersuchungsobjekt eine konstante Auswahlwahrscheinlichkeit garantieren würde, nicht möglich ist. Diese Umstände beeinträchtigten die „Konstruktvalidität“<sup>1106</sup> als Bestandteil der externen Validität der Untersuchung.

Bezüglich der Stichproben-Auswahl standen zunächst pragmatische Überlegungen im Vordergrund, vor allem die personellen Rahmenbedingungen sowie die Zugänglichkeit der Untersuchungsteilnehmer. Entsprechend handelte es sich um eine „anfallende“, willkürlich gezogene einfache Ad-hoc- oder Gelegenheitsstichprobe („convenience sample“)<sup>1107</sup>: Ein Großteil der Fragebogen wurde innerhalb des privaten und beruflichen Netzwerkes der Verfasserin nach dem „Schneeballprinzip“ verteilt. Dabei wurde darauf geachtet, dass alle Probanden hinsichtlich der oben genannten soziodemografischen Variablen möglichst heterogen waren.

Die Stichprobe bestand aus 128 deutschen Staatsbürgern (davon 67 Frauen = 52%; Durchschnittsalter = 43 Jahre, SD = 17.27; Altersbereich = 18-89 Jahre). Die Befragung erfolgte mit einer Paper-Pencil-Form und dauerte rund sechs Wochen. Die Testpersonen wurden individuell und persönlich angesprochen. Um die Erhebungssituation unter standardisierten Bedingungen durchführen und kontrollieren zu können, wurde die durchgängige Anwesenheit der Testleiterin angestrebt und bei rund einem Drittel der Befragten auch realisiert (Anonymität war dadurch gewährleistet, dass jeweils mehrere Probanden gleichzeitig an der Befragung teilnahmen). Es ließ sich jedoch nicht vermeiden, dass zwei Drittel der Probanden den Fragebogen unkontrolliert bearbeiteten.

Unter Nutzung des sozialwissenschaftlichen Statistikprogrammpaketes IBM SPSS Statistics, Version 20, wurden die Informationen aus den Befragungen in einer Datenmatrix erfasst und ausgewertet. Zur Vermeidung von Fehlern und Gewährleistung

---

<sup>1106</sup> Vgl. Cook / Campbell, 1979; nicht zu verwechseln mit der unter Kapitel 4.8 geprüften Konstruktvalidität als Gütekriterium des Fragebogens.

<sup>1107</sup> Vgl. Bortz / Schuster, 2010, S. 80-81.

statistischer Validität wurden die Rohwerte aller Items in das EDV-System eingegeben und auf dieser Basis die testtheoretischen Berechnungen durchgeführt. Die Daten wurden anonym gespeichert, die Namen der Testpersonen auf den Fragebogen für die PC-Eingabe durch fortlaufende Zahlen (ID-Nummern) ersetzt.

Zunächst wurden die Fragebogendaten strukturiert aufbereitet und die Stichprobe deskriptiv analysiert. Die soziodemografischen Angaben der Probanden sind im Anhang tabellarisch dargestellt.<sup>1108</sup> Fehlende Werte („missing data“) aufgrund Nichtbeantwortung von Items („item nonresponse“) entstanden keine. Die Antwort „weiß nicht“ wurde allerdings bei den folgenden Items gegeben (Anzahl über alle Testpersonen hinweg in Klammern):

*Wäre ich unheilbar krank, brächte eine positive Lebenseinstellung auch nichts mehr. (14)*  
*Selbst einen Gefängnisaufenthalt könnte ich durch meine innere Haltung noch sinnvoll gestalten. (12)*

*Es bringt nichts, sich gegen psychische Probleme aufzulehnen. (11)*

*Sogar fast unerträgliche Lebenssituationen können einen Sinn haben. (7)*

*Trotz schlimmer Kindheit kann man als Erwachsener ein sinnerfülltes Leben führen. (4)*

*Selbst auf dem Sterbebett ist die innere Haltung von Bedeutung. (4)*

*Auch wenn das Schicksal zuschlägt, kann ich noch menschliche Größe zeigen. (3)*

Es fällt auf, dass diese Items Situationen beschreiben, welche viele Menschen wohl noch nicht erlebt haben und in die man sich nur schwer „hineinversetzen“ kann (die Problematik wurde bereits in Kapitel 4.3.1 thematisiert). Die Unsicherheit bezüglich der Beurteilung ist daher leicht erklärbar.

Die Instruktion erwies sich als brauchbar. Rückfragen an die Untersucherin gab es keine, und die Items wurden ausnahmslos korrekt bearbeitet. Das Aufführen von Übungsbeispielen in der Testanweisung wird damit als überflüssig betrachtet.

Das Item-Auswertungsschema basiert auf einem Codeplan, bei dem die Antworten folgendermaßen gewichtet werden: Bei Auswahl von „trifft völlig zu“ wird die Codezahl 3 zugeordnet, für das Ankreuzen von „trifft eher zu“ wird der Testperson der Zahlenwert 2

---

<sup>1108</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang B, Tabelle B-1.

zugewiesen, die Antwort „trifft eher nicht zu“ wird mit 1 kodiert und „trifft überhaupt nicht zu“ ergibt null Punkte. Bei Ankreuzen des Kästchens „weiß nicht“ wurde „9“ in das Datenblatt eingetragen und nicht in die Berechnungen einbezogen. Invertierte, das heißt nicht in Schlüsselrichtung formulierte Items, bei denen die Nicht-Zustimmung einer hohen Trotzmacht-Ausprägung entspricht, wurden umkodiert, das heißt der „asymptomatischen“ Antwort „trifft völlig zu“ wurden null Punkte zugeordnet, für „trifft eher zu“ erhält man einen Punkt, „trifft eher nicht zu“ wurde mit 2 kodiert und „trifft überhaupt nicht zu“ mit 3. Der Antwort „weiß nicht“ entspricht auch hier die Eingabe „9“.

Die Punktzahl aller Antworten einer Person wird – unter „per fiat“-Annahme des Intervallskalenniveaus<sup>1109</sup> der Antwortskala – zu einem Gesamtscore aufaddiert. Dieser Summenwert wird als „SININDEX“ bezeichnet. Der spezielle Begriff für die errechnete Kennzahl wurde gewählt, um die Sinnausrichtung als wesentliches Charakteristikum der Trotzmacht des Geistes auszudrücken. Der SININDEX einer Person soll als Gesamtindikator für die Trotzmacht betrachtet werden: Er fällt umso größer aus, je höher die individuelle Trotzmacht-Ausprägung ist und lag bei der für die Primärerhebung verwendeten Fragebogen-Version mit 56 Items in einem Bereich potenzieller Werte zwischen 0 und 168. Über Personen hinweg bildet der SININDEX die gesamte Variationsbreite der Trotzmacht-Ausprägungsgrade ab. Durch Gegenüberstellung der SININDEX-Werte verschiedener Personen werden interindividuell vergleichende quantitative Aussagen über die Trotzmacht möglich.

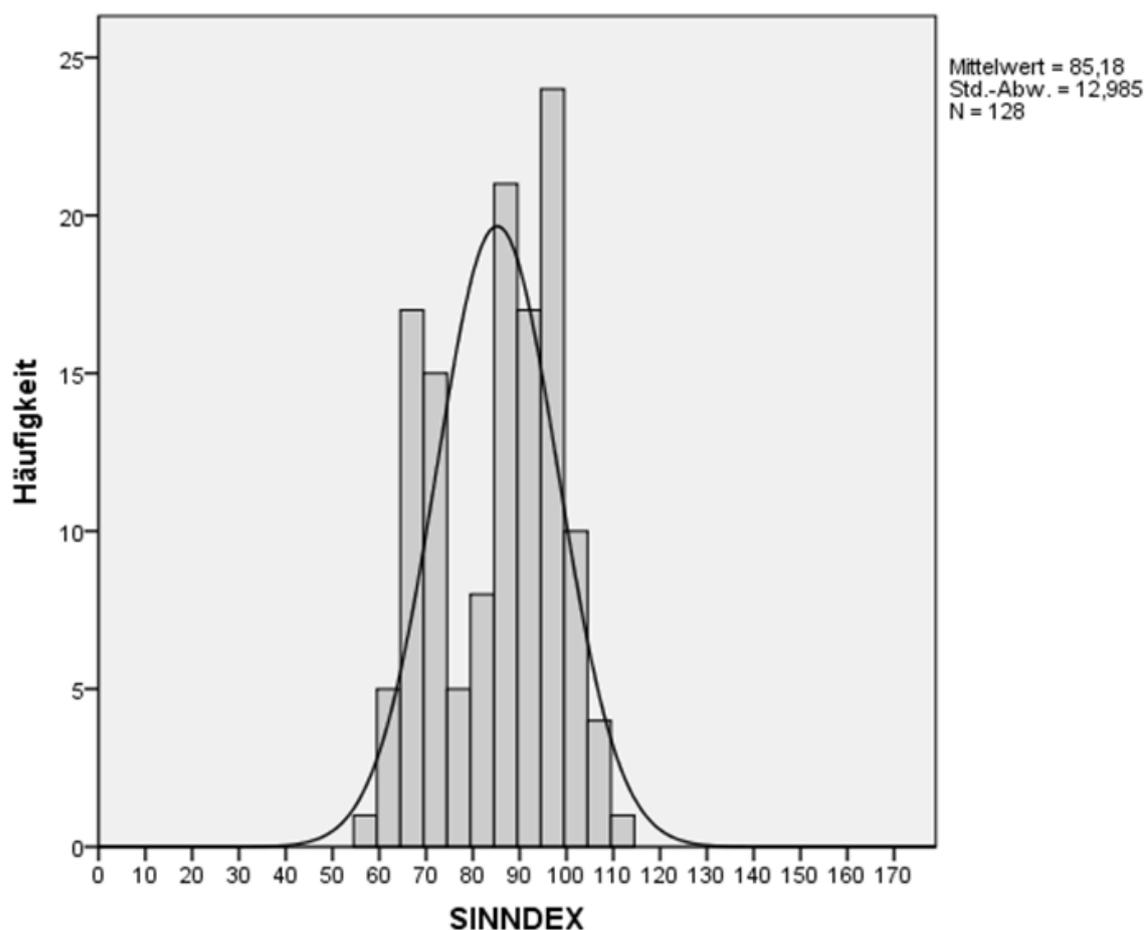
Der SININDEX lag in der Primärerhebung zwischen 57 und 110. Als weitere Kenngrößen ergaben sich: Arithmetisches Mittel ( $AM_{\text{SININDEX}} = 85.18$ , Standardabweichung (SD – Streuung, Quadratwurzel aus der Varianz) = 12.98, Median (Md – Testwert, der die Stichprobe in zwei gleiche Hälften zu je 50% teilt) = 88, Modalwert (Mo – am häufigsten auftretender Testwert) = 66 (hier kleinster Wert von mehreren mit derselben maximalen Häufigkeit), Schiefe (Neigungsstärke) = - .276 (Standardfehler: .214), Exzess / Kurtosis (Steilheit, „Breite“ oder „Wölbung“ der Verteilung) = - 1.134 (Standardfehler: .425).

---

<sup>1109</sup> Vgl. Stevens, 1946; es wird Äquidistanz zwischen den Skalenpunkten unterstellt und davon ausgegangen, dass die Differenz zwischen den Skalenwerten empirische Bedeutung hat, das heißt gleiche Zahlendifferenzen gleiche Trotzmacht-Unterschiede repräsentieren; vgl. auch: Davison / Sharma, 1988; Bortz / Döring, 2006, S. 68; Bortz / Schuster, 2010, S. 18-23; Raab-Steiner / Benesch, 2012, S. 29.

Aus diesen Statistiken ist ersichtlich, dass die SINNDEX-Verteilung mehrgipflig ist, ihr Hauptteil auf der rechten Seite liegt, ihr Maximum (Dichtemittel) sich bei gleicher Varianz etwas tiefer als das der Gauß'schen Glockenkurve befindet und sie daher geringfügig flacher und breitgipfliger ist. Die linksschiefe (rechtssteile) Häufigkeitsverteilung der kategorisierten SINNDEX-Werte ist in der folgenden Abbildung als Histogramm mit eingezeichneter Normalverteilungskurve veranschaulicht:

Abbildung 20: SINNDEX-Verteilung im Pretest ( $N = 128$ )<sup>1110</sup>



Eine objektive Überprüfung der SINNDEX-Werte auf Normalverteilung mithilfe des Lilliefors-Tests (einer Modifikation des Kolmogorov-Smirnov-Tests) und des Shapiro-

<sup>1110</sup> Diese und die folgenden Grafiken wurden von Anja Paul (mit SPSS) erstellt.

Wilks-Tests<sup>1111</sup> brachte eine Irrtumswahrscheinlichkeit  $p^{1112} < 0.05$ , das heißt eine signifikante Abweichung von der Gauß-Verteilung, hervor:

Tabelle 2: SINNDEX – Tests auf Normalverteilung im Pretest ( $N = 128$ )

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistik	df	Signifikanz	Statistik	df	Signifikanz
<b>SINNDEX</b>	.111	128	.001	.945	128	.000

<sup>a</sup> Signifikanzkorrektur nach Lilliefors

Es wurde allerdings davon ausgegangen, dass es sich bei der gefundenen Nichtnormalverteilung (welche beispielsweise keine sinnvolle Interpretation des arithmetischen Mittels des SINNDEX und somit auch keine Mittelwertvergleiche zwischen Gruppen zulassen würde) um ein auf die Stichprobengröße zurückzuführendes Methodenartefakt handelt. Obgleich die empirische SINNDEX-Verteilung nicht exakt univariat und symmetrisch ist, wurde die zur Durchführung parametrischer Verfahren erforderliche Voraussetzung der hinreichenden Normalverteilung als erfüllt betrachtet.<sup>1113</sup>

Zwischen dem SINNDEX und den erhobenen soziodemografischen Variablen zeigten sich ausnahmslos nicht signifikante Zusammenhänge: Der T-Test für zwei unabhängige Stichproben erbrachte die folgenden Irrtumswahrscheinlichkeiten bezüglich der zweistufigen Variablen Geschlecht:  $p = .10$ , religiöser Glaube:  $p = .68$  und abgeschlossene Berufsausbildung:  $p = .06$  (Konfidenzintervall der Differenz = 95%). Eine einfaktorielle ANOVA mit multiplen Rangtest nach Duncan (Signifikanzniveau: 0.05) zeigte, dass der SINNDEX ferner nicht systematisch mit den polytomen Variablen Altersgruppe ( $p = .52$ ), Familienstatus ( $p = .81$ ), Anzahl der Kinder ( $p = .23$ ), höchster Schul- und Bildungsabschluss ( $p = .17$  beziehungsweise  $p = .23$ ) und beruflicher Tätigkeit ( $p = .49$ ) variiert. Die Nullhypothesen, nach denen die SINNDEX-Verteilung in den

<sup>1111</sup> Vgl. Bühl, 2012, S. 274-275.

<sup>1112</sup> Der p-Wert ist das „beobachtete Signifikanzniveau“ und entspricht dem kleinsten Wert des Signifikanzniveaus  $\alpha$ , für den das Ergebnis gerade noch signifikant ist. Er drückt die Wahrscheinlichkeit aus, dass das gefundene oder ein extremeres Ergebnis bei Gültigkeit der Nullhypothese eintritt; vgl. Bickel / Doksum, 2007, S. 221.

<sup>1113</sup> In der Forschung ist es übliches Vorgehen, Schiefe- und Exzess-Werte im Bereich von +/- 2 als normalverteilungsverträglich zu akzeptieren; vgl. Hopkins / Weeks, 1990.

verschiedenen Kategorien der genannten Variablen als gleich betrachtet wird, waren somit beizubehalten.

Um entscheiden zu können, welche Items im TdG verbleiben sollten und welche unter Umständen entfernt werden müssen, wurde eine Schwierigkeits- und Reliabilitätsanalyse durchgeführt. Psychometrisch schwierige Items sind durch hohe Mittelwerte auf der Ratingskala gekennzeichnet, leichte durch niedrige Mittelwerte (Zustimmung weniger Personen). Der Schwierigkeitsindex P für intervallskalierte Stufen nach Dahl (1971) berechnet sich für jedes Item als Quotient aus der bei dem Item tatsächlich erreichten und der maximal erreichbaren Punktsomme aller Probanden, multipliziert mit 100.<sup>1114</sup> Da es keine fehlenden Werte gab, war eine Inangriffnahme- oder Zufallskorrektur der Schwierigkeitsindizes nicht erforderlich. Es wurden deskriptive Statistiken aller 56 Items erstellt und nach Kriterien betrachtet, welche auf Problematiken im Hinblick auf die Brauchbarkeit der Items hinweisen<sup>1115</sup>:

- keine volle Ausnutzung des Antwortformats (war bei keinem Item der Fall)
- sehr geringe und hohe Mittelwerte und Schwierigkeitsindizes sowie geringe Standardabweichungen
- auffällige Grafiken der Item-Häufigkeitsverteilungen (insbesondere Zweigipfligkeit und extreme Rechts- oder Linksschiefe)
- Nulltrennschärfen und negative Itemtrennschärfen, welche nicht auf eine negative Itempolung und Kodierungsfehler zurückzuführen sind; niedrige part-whole-korrigierte<sup>1116</sup> Item-Skala-Korrelationen ( $r_{i(x-i)} < .30$ ), die nicht durch extreme Itemschwierigkeiten, schiefe Itemverteilungen oder eingeschränkte Varianzen bedingt sind

Tabelle B-2 im Anhang<sup>1117</sup> gibt die deskriptiven Statistiken der Items wieder. Die Item-Mittelwerte lagen – bei einem theoretischen Skalenmittelwert von 1.5 – zwischen 0.86 und 2.18. Die Schiefen bewegten sich in einem Bereich zwischen - 1.023 und 1.002, wobei die Mehrzahl der Items (34 von 56) linksschief verteilt war. Die Exzesse nahmen Werte zwischen - 1.418 und .770 an. Lediglich sechs Items zeigten positive Exzess-Werte, das

---

<sup>1114</sup> Vgl. Dahl, 1971; vgl. Kelava / Moosbrugger, 2008, S. 79.

<sup>1115</sup> Vgl. Bühner, 2011, S. 256.

<sup>1116</sup> Das Item wird nicht mit dem gesamten Summenwert, sondern mit dem Summenwert aller anderen Items korreliert, um die Trennschärfe nicht zu überschätzen; vgl. Lienert / Raatz, 1994.

<sup>1117</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang B.

heißt fast alle Item-Verteilungen waren im Vergleich zur Normalverteilung etwas abgeflacht. Die Schwierigkeitsindizes lagen durchgängig sehr zufriedenstellend im mittleren Bereich zwischen 28.6 und 72.2. Im Hinblick auf die Trennschärpen ergaben sich negative Werte bei 21 Items, drei weitere zeigten Item-Skala-Korrelationen unter .30.

Als Maß für die Reliabilität ist wie von jedem Test auch vom TdG eine hohe innere Konsistenz zu fordern. Die Konsistenzanalyse erfasst den auf die Trotzmacht zurückgehenden Varianzanteil aller Items und kann als Verallgemeinerung der Testhalbierungsmethode für beliebig viele TdG-Teile betrachtet werden („aufgewertete Halbierungskorrelation“<sup>1118</sup>). Die innere Konsistenz kann durch den Alpha-Koeffizienten von Cronbach<sup>1119</sup> berechnet werden, welcher der mittleren Testhalbierungs-Reliabilität für alle möglichen Testhalbierungen entspricht. Eine Reliabilitätsschätzung unter Berücksichtigung aller Items ergab ein nur befriedigendes Cronbach- $\alpha$  von .735 (für z-standardisierte Items, das heißt identische Itemvarianzen: .733), mit einer Standardabweichung der Korrelationen von .520. Es zeigten sich einige negative Itemkorrelationen, was gegen die Eindimensionalität des TdG in dieser Form spricht.

Die Items mit negativer Trennschärfe wurden aus dem Fragebogen ausgeschlossen. Sie messen offensichtlich etwas anderes als Trotzmacht, und die mit ihnen erzielte Differenzierung wies keinen Zusammenhang mit der Differenzierung durch den Gesamt-TdG auf. Da die drei Items mit positiver Trennschärfe unterhalb .30 zugleich auch eine hohe Anzahl an „weiß nicht“-Antworten auslösten, wurden sie – wenngleich dadurch keine weitere nennenswerte Optimierung im Hinblick auf die Alpha-Maximierung erzielt werden konnte –, ebenfalls eliminiert. Die erneute Reliabilitätsanalyse erbrachte für die resultierende Erstfassung des TdG mit 32 Items ein Cronbach- $\alpha$  von .979. Die durchschnittliche Itemkorrelation („Mean Item Correlation“ = MIC) als Homogenitätsindex (welche jedoch nicht auf Fisher-Z-transformierten Korrelationen basiert<sup>1120</sup>) war mit .598 sehr hoch, die Itemkorrelationen streuten in einem weiten Bereich von minimal .136 bis maximal .865 (Bereich .729). Die Varianz der Korrelationen erwies sich mit .022 als gering.

---

<sup>1118</sup> Bühner, 2011, S. 60.

<sup>1119</sup> Verhältnis der Summe der Varianzen aller Items zur Varianz des SININDEX; vgl. Cronbach, 1951; vgl. Schermelleh-Engel / Werner, 2008, S. 125.

<sup>1120</sup> Vgl. Bühner / Ziegler, 2009, S. 599.

#### 4.3.4 Profi-Workshop

In dieser Phase der Fragebogenentwicklung sollten im Sinne eines erfahrungsgeleitet-intuitiven Ansatzes abschließende Expertenmeinungen eingeholt und qualitativ hochwertiger fachlicher Input im Hinblick auf die weiteren Konstruktionsschritte integriert werden. Zudem wurde im Sinne einer kontinuierlichen Qualitätssicherung des Fragebogen-Entwicklungsprozesses der konstruktive Austausch mit Fachexperten angestoßen.

Zu diesem Zweck wurde ein zweitägiges Netzwerk-Treffen, initiiert durch einen Anbieter von logotherapeutisch fundiertem Werte- und Sinncoaching, für einen Mini-Workshop genutzt. Die Teilnehmer der Veranstaltung waren Fach- und Führungskräfte aus verschiedenen Wirtschaftsbranchen und logotherapeutisch qualifizierte Coachs. Nach einer Präsentation der Verfasserin zum Thema und aktuellen Status des Promotionsprojektes sowie zum vorläufigen Fragebogen wurde über den TdG und seine Inhalte diskutiert. Anschließend wurden Brainstormings und Teamarbeiten zu vorgegebenen Fragestellungen durchgeführt.

Aus dem Engagement der Mitwirkenden resultierten diverse Hypothesen zur Trotzmacht des Geistes<sup>1121</sup>, Ideen zu potenziellen „Extremgruppen“ bezüglich der Trotzmacht-Ausprägung<sup>1122</sup> und deren Akquisition sowie Anregungen zum praktischen Nutzen und möglichen Einsatzbereichen des Fragebogens.<sup>1123</sup>

---

<sup>1121</sup> Vgl. Kapitel 4.8.

<sup>1122</sup> Vgl. Kapitel 4.9.

<sup>1123</sup> Vgl. Kapitel 4.11.

#### 4.4 Itemanalyse und TdG-Endversion

Die Qualität des TdG hängt von der Art und Zusammensetzung seiner Items ab. Ein zentrales Instrument seiner Entwicklung ist daher die Itemanalyse.<sup>1124</sup> Nachfolgend wird das schrittweise Vorgehen bei der psychometrischen Evaluation der TdG-Erstfassung im Sinne der Klassischen Testtheorie mit dem Ziel der Revision zu einer tragfähigen finalen Version des Verfahrens beschrieben.

Eine klassische Itemanalyse wurde an der aus dem Pretest hervorgegangenen TdG-Vorform vorgenommen. Um in der Untersuchung zugleich Daten für die geplante Konstruktvalidierung des TdG<sup>1125</sup> erheben zu können, wurde sie mit den Items beziehungsweise einzelnen Skalen aus veröffentlichten Fragebogenverfahren kombiniert. Dadurch entstand eine Batterie mit 65 zufällig gereihten Items<sup>1126</sup>, die sich wie folgt zusammensetzte:

- TdG-Erstfassung (32 Items)
- Resilienz-Kurzskala „RS-13“ von Karena Leppert et al., 2008 (13 Items)
- „Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (SWE)“ von Matthias Jerusalem und Ralf Schwarzer, 1999 (10 Items)
- „Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn (LeBe)“ von Tatjana Schnell und Peter Becker, 2007 (zwei Skalen à fünf Items)

Die drei zuletzt genannten Verfahren sind in Kapitel 4.8.3 näher beschrieben. Als durchgängiges Antwortformat wurde die vierstufige Likert-Skala aus der Primärerhebung übernommen. Die Instruktion wurde – bis auf die zusätzliche Abfrage eines Codewortes und entsprechender Erläuterung dazu (siehe unten) – ebenfalls beibehalten. Das Ziel der Itemanalyse bestand darin, anhand der Testergebnisse der gezogenen Stichprobe die Items zu analysieren, zu optimieren und zu selektieren sowie die testtheoretische Güte des TdG zu ermitteln.

Die Stichproben-Ziehung erfolgte größtenteils nach demselben Prinzip wie bei der Primärerhebung. Die Rekrutierung von Testpersonen gestaltete sich diesmal jedoch

---

<sup>1124</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 217; vgl. Kelava / Moosbrugger, 2008.

<sup>1125</sup> Vgl. Kapitel 4.8.

<sup>1126</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang C, Abbildung C-1.

insofern schwieriger, als erstens eine größere Stichprobe aus ganz Deutschland angestrebt wurde und zweitens eine Testwiederholung zum Zweck der Überprüfung der Stabilität des TdG beabsichtigt war. Die Akquise der Testpersonen wurde daher geplanter angegangen als beim Pretest: Rund 10 gebriefte Kontaktpersonen der Verfasserin stellten sich als Mittlerpersonen zur Verfügung, verteilten den Fragebogen zur Bearbeitung innerhalb ihres eigenen sozialen Netzwerkes, organisierten auch die zweite Befragung und sorgten für einen zeitgerechten Rücklauf.

Um auch räumlich verstreute Personen aus einem großen geografischen Umfeld einbeziehen zu können und auf ökonomischem Wege an eine möglichst facettenreiche und im Hinblick auf die untersuchungsrelevanten Eigenschaften der Zielpopulation repräsentative Stichprobe zu kommen, war intendiert, den Fragebogen nicht nur als Paper-Pencil-Version zu erstellen, sondern auch als computervermitteltes<sup>1127</sup> Verfahren. Auf diese Weise wäre eine Erhebung der Daten in elektronischer Form via Internet möglich gewesen.

Die Vor- und Nachteile von Online-Datenerhebungen im Vergleich zu herkömmlichen Paper-Pencil-Befragungen sind ausführlich diskutiert worden.<sup>1128</sup> Zwar wurde als kritisch betrachtet, dass durch Selbstselektion die Teilnehmer an Internetbefragungen weniger repräsentativ im Hinblick auf die Gesamtbevölkerung seien, da vor allem jüngere Menschen mit guter Bildung das Internet nutzten.<sup>1129</sup> Dieser Effekt dürfte sich durch die rasante Verbreitung von Internet-Zugängen in fast allen Alters- und Bildungsschichten der Bevölkerung in den letzten Jahren jedoch stark abgeschwächt haben. Tatsächlich kann davon ausgegangen werden, dass über das Internet rekrutierte Stichproben in der psychologischen Forschung demografisch breiter gefächert sind als traditionelle Testpersonengruppen. Insgesamt hat sich gezeigt, dass bei gewissenhafter Einhaltung qualitätssichernder Standards eine Internet-basierte Erhebung qualitativ mindestens gleichwertig zu betrachten und in vielen Fällen ökonomischer ist als eine Befragung mit Hilfe klassischer Verfahren.<sup>1130</sup> Methodisch bedingte Antwortverzerrungen dürften durch die zunehmend anwenderfreundlichere Gestaltung von Benutzeroberflächen ebenfalls

---

<sup>1127</sup> Bei der *computergestützten* Befragung bekommen räumlich anwesende Testpersonen den Fragebogen elektronisch auf einem PC präsentiert, während es sich bei der *computervermittelten* Methode um eine Online-Befragung handelt.

<sup>1128</sup> Vgl. Reips, 2002; vgl. Birnbaum, 2004; vgl. Gosling et al., 2004; vgl. Kraut et al., 2004.

<sup>1129</sup> Vgl. Bandilla et al., 2003.

<sup>1130</sup> Vgl. Gosling et al., 2004.

kaum zu befürchten sein<sup>1131</sup>, und auch absichtliche Verfälschungen kommen bei Online-Umfragen nicht häufiger vor. In den letzten Jahren ist die Bedeutung computervermittelter Befragung daher stark angestiegen.<sup>1132</sup>

Aus diesen Gründen wurde eine Online-Befragung parallel zum Paper-Pencil-Vorgehen favorisiert und informationstechnisch durchdacht vorbereitet.<sup>1133</sup> Dennoch konnte die Item-Batterie nur als Paper-Pencil-Form eingesetzt werden: Da die Nachdruckgenehmigung der Items aus dem „Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn (LeBe)“ nur für eine Papierform der Item-Batterie erworben werden konnte, verbot sich die Verwendung einer elektronischen Fragebogen-Version aus rechtlichen Gründen.

Zwecks Wahrung der Anonymität im Hinblick auf die geplante zweite Testung zur Ermittlung der Retest-Reliabilität<sup>1134</sup> wurden alle Befragten aufgefordert, sich ein persönliches Codewort auszudenken, dieses auf dem Fragebogen anzugeben und sich zu merken beziehungsweise zu notieren. Um die Rücklaufquote wie auch -geschwindigkeit zu verbessern, wurde auf der letzten Seite des TdG das letztmögliche Rücksendedatum („Deadline“, eine Woche nach Aushändigung des Fragebogens) angegeben.<sup>1135</sup> Die Rücksendung der bearbeiteten Fragebogen erfolgte per Post in einem voradressierten und -frankierten Briefumschlag (der mit jedem Fragebogen ausgegeben wurde), alternativ via Email – mit dem von der Testperson eingescannten Fragebogen als Anhang – oder durch persönliche Abholung von Seiten der Verfasserin oder einer der Mittlerpersonen. Die Befragung einschließlich der in Kapitel 4.6 beschriebenen Testwiederholung wurde innerhalb von 16 Wochen durchgeführt.

Insgesamt konnten 321 Fragebogen verwertet werden, bei denen jeweils nicht mehr als drei Antworten fehlten. 53% der Probanden waren weiblich, das Durchschnittsalter lag bei 45 Jahren (SD = 17.57), die Altersspannweite zwischen 18 und 88 Jahren. Die

---

<sup>1131</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 254.

<sup>1132</sup> Vgl. ebd., S. 261.

<sup>1133</sup> Testung des Layouts mithilfe eines speziellen Tools mit verschiedenen Browsern und Bildschirmauflösungen, um sicherzustellen, dass die Darbietung auf allen Computersystemen einheitlich erfolgt; Vorbeugung eines technischen Selektionsbias, durch Ermöglichung der Befragungsteilnahme aller Internet-User, unabhängig von ihren Systemvoraussetzungen; Zuweisung eindeutiger Cookie Session IDs, um die Möglichkeit einer mehrmaligen Teilnahme eines Probanden an demselben PC einzuschränken; Überlegungen zur sicheren Verschlüsselung und Übermittlung der Daten.

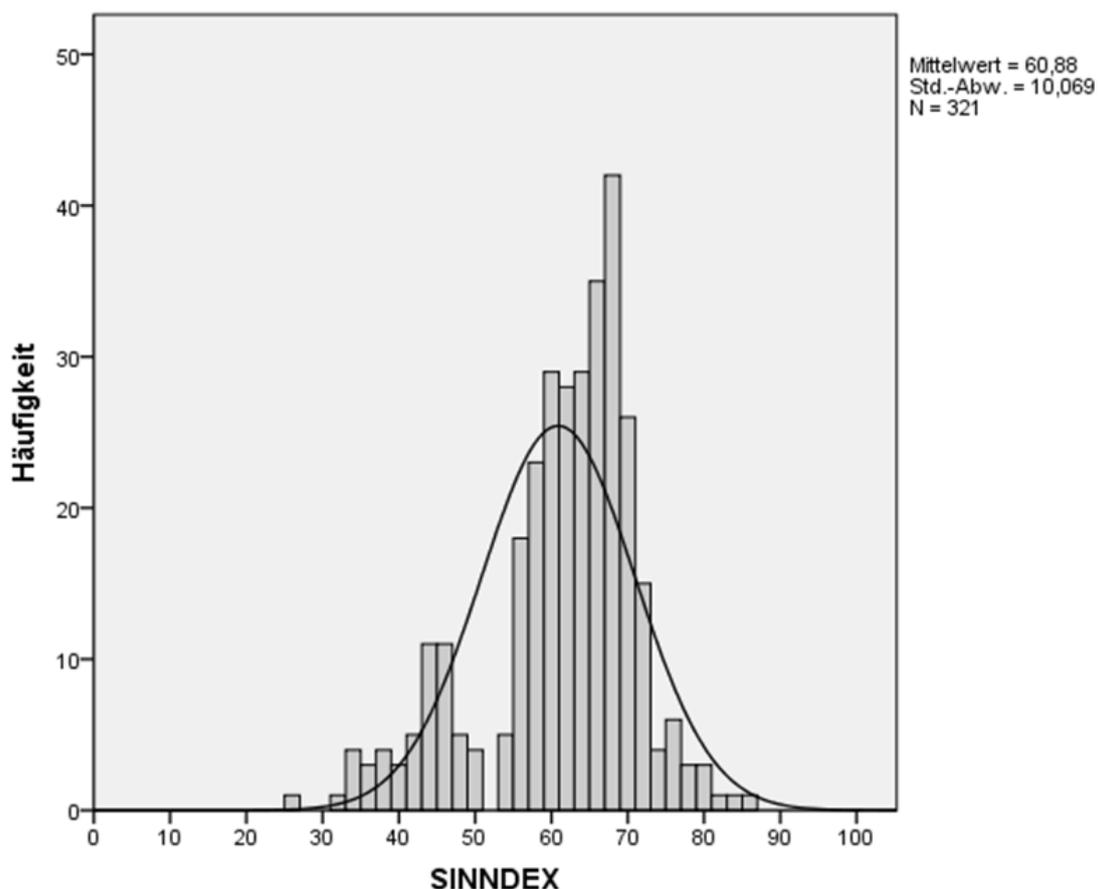
<sup>1134</sup> Vgl. Kapitel 4.6.

<sup>1135</sup> Vgl. Roberts et al., 1978.

(unsystematisch verteilten) „missing values“ wurden durch die jeweiligen Mittelwerte der Gesamtstichprobe ersetzt. Nach Aggregation des erhobenen Datenmaterials wurde zunächst die Deskription der Analytestichprobe vorgenommen. Zur Datenaufbereitung und -auswertung diente wie bei der Primärerhebung das Computerprogramm SPSS. Eine Übersicht der demografischen Stichprobendaten sowie eine grafische Veranschaulichung der Stichprobe nach Altersgruppen und Geschlecht finden sich im Anhang.<sup>1136</sup>

Zur Erfassung und Auswertung der Testwerte wurde an dem unter Kapitel 4.3.3. beschriebenen Codeplan festgehalten. Die SININDEX-Werte bewegten sich potenziell in einem Bereich zwischen 0 und 96 und variierten tatsächlich zwischen 26 und 85. In Abbildung 21 ist die Testwertverteilung grafisch aufbereitet:

Abbildung 21: SININDEX-Verteilung in der Itemanalyse ( $N = 321$ )



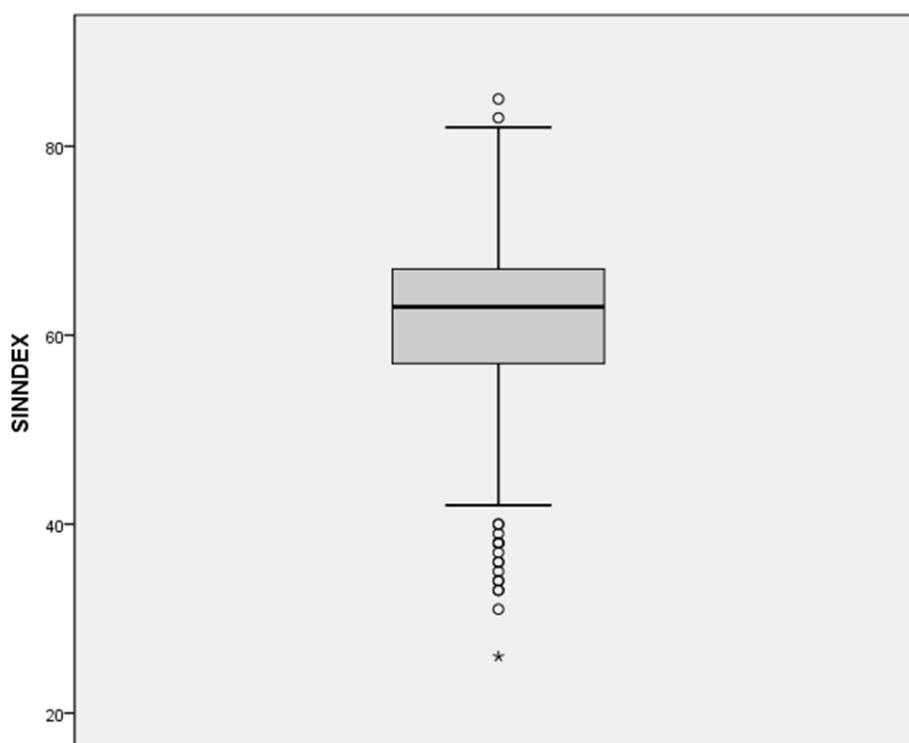
---

<sup>1136</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang C, Tabelle C-1 sowie Abbildung C-2.

Das arithmetische Mittel lag bei 60.88 (SD = 10.07, Testwertvarianz = 101.38), der Median betrug 63, der Modus 67. Damit liegt eine schiefe (asymmetrische), rechtssteile SININDEX-Verteilung vor, wobei die negative Schiefe - .888 betrug (Standardfehler: .136). Der Exzess von .749 (Standardfehler: .271) weist darauf hin, dass das Maximum bei gleicher Varianz über dem der Normalverteilung liegt (Tendenz zur Schmalgipfligkeit).

Der in der folgenden Abbildung dargestellte SININDEX-Boxplot veranschaulicht gleichzeitig die zentrale Tendenz wie auch Variabilität der SININDEX-Verteilung.<sup>1137</sup> Er zeigt als wichtigste Kenngrößen des erhobenen Datensatzes das Minimum (kleinster Testwert), den Median (2. Quartil, schwarzer Balken im grau unterlegten Rechteck), das 1. und 3. Quartil und das Maximum („Tukey’s five numbers“<sup>1138</sup>).

Abbildung 22: Itemanalyse – SININDEX-Boxplot (N = 321)



25% der Messwerte lagen unter 57 und 75% unterhalb von 67.5. Die Box enthält die mittleren 50% der Messwerte, zudem wird die Gesamtvariabilität der Daten als

---

<sup>1137</sup> Vgl. Bortz / Schuster, 2010, S. 44-45.

<sup>1138</sup> Vgl. Tukey, 1977.

Spannweite zwischen SININDEX-Minimum und -Maximum abgebildet. Die „Whisker“ (vom Ende der Box ausgehende Striche nach unten und oben) kennzeichnen die Verteilung der SININDEX-Werte, die kleiner als das 25. respektive größer als das 75. Perzentil sind. Die Verteilung macht einen symmetrischen Eindruck, da die beiden Whisker ungefähr dieselbe Länge haben. Die nicht exakte Symmetrie der Verteilung wird jedoch durch den sich nicht ganz in der Mitte des Kastens befindlichen Median-Balken deutlich. Durch die Kreise sind die Ausreißer dargestellt (zwischen anderthalb und drei Boxlängen außerhalb der Box liegende Werte), der Stern markiert einen Extremwert, der sich mehr als drei Kastenlängen außerhalb der Box befindet.

Da in der Literatur weder theoretische Aussagen zur Verteilung der Trotzmacht-Ausprägung zu finden sind noch empirische Ergebnisse dazu vorliegen, ist die Beurteilung, ob eine (Nicht-) Normalverteilung des SININDEX theoriekonform und/oder mit früheren Untersuchungsergebnissen vereinbar ist, nicht möglich. Der Lilliefors-Test führte zu dem Ergebnis einer überzufälligen Abweichung der empirischen Trotzmacht- von der Normalverteilung. Wie bereits bei der Primärerhebung wurde jedoch angenommen, dass die gefundene Nichtnormalverteilung ein statistisches Artefakt aufgrund der relativ großen Stichprobe darstellt und hinreichende Normalverteilung zur Durchführung parametrischer Verfahren gegeben ist.

Die Korrelationen zwischen SININDEX und den soziodemografischen Variablen bewegten sich zwischen  $- .07$  und  $.10$ . Die Überprüfung potenziell systematischer Beziehungen ergab wie schon im Pretest *keine signifikanten Zusammenhänge* zwischen SININDEX und (über den T-Test für zwei unabhängige Stichproben ermittelt, Konfidenzintervall der Differenz = 95%) Geschlecht ( $p = .73$ ), religiösem Glauben ( $p = .75$ ), abgeschlossener Berufsausbildung ( $p = .67$ ) sowie (über einfaktorielle ANOVA mit Duncan-Test berechnet, Signifikanzniveau: 0.05) Altersgruppe ( $p = .51$ ), Familienstatus ( $p = .29$ ), Anzahl der Kinder ( $p = .06$ ), höchstem Schulabschluss ( $p = .92$ ), höchstem Bildungsabschluss ( $p = .11$ ) und beruflicher Tätigkeit ( $p = .36$ ). Die Zugehörigkeit zu einer dieser Teilgruppen war damit nicht für die Trotzmacht-Ausprägung „verantwortlich“.

Die Schwierigkeits- und Reliabilitätsanalyse wurde analog der Methodik in der Primärerhebung und der dort betrachteten Kriterien zur Itembewertung durchgeführt.<sup>1139</sup>

---

<sup>1139</sup> Vgl. Kapitel 4.3.3.

Das Antwortformat wurde von den Probanden bei allen Items wiederum voll ausgenutzt. Sowohl die innere Konsistenz über alle Items hinweg (Alpha = .744, standardisiertes Alpha = .768) als auch die mittlere Itemkorrelation als Homogenitätsindex (MIC = .094) stellten sich als gering heraus. Die Itemkorrelationen streuten in einem weiten Bereich zwischen - .54 und .70 (Bereich 1.24), die Varianz der Korrelationen betrug .053 (SD = .73). Tabelle C-2 im Anhang gibt einen Überblick über die Item-Statistiken.<sup>1140</sup> Die Item-Mittelwerte bewegten sich zwischen 1.26 und 2.21. Die Schiefen der Item-Verteilungen lagen zwischen - .951 und .301, wobei alle Items bis auf eines linksschief verteilt waren. Die Exzesse nahmen Werte im Bereich zwischen - 1.252 und .688 an. Die Schwierigkeitsindizes lagen ausschließlich im mittleren Bereich zwischen 42.2 und 73.7.

Vier Items wiesen negative Trennschärfen auf und wurden zum Zweck der Reliabilitätssteigerung aus dem Fragebogen ausgeschlossen. In Folge wurden im Sinne der Alpha-Maximierung sukzessive sieben weitere Items mit geringer Trennschärfe eliminiert. Schließlich wurde das Item *Selbst starkem Verlangen kann ich widerstehen, wenn ich das wirklich will* trotz guter Kennwerte aus dem TdG entfernt, aufgrund seiner starken inhaltlichen Überschneidung mit der Aussage *Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern*.

Mit den verbliebenen – nunmehr ausschließlich positiv gepolten – 20 Items resultierte eine Reliabilität von .852 (standardisiertes Cronbach- $\alpha$  = .859). Zwar befindet sich noch immer ein Item mit einer Trennschärfe unter .30 (.249) im TdG (*Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt*), welches somit relativ wenig zur Varianz beiträgt. Doch erstens erwies sich seine Entfernung als statistisch nicht sinnvoll, zweitens erschien das Item auch nach kritischer Prüfung inhaltlich geeignet und adäquat formuliert – seine Eliminierung hätte daher die Inhaltsvalidität des TdG beeinträchtigt. Ansonsten liegen die Item-Skala-Korrelationen im mittleren ( $.30 < r_{i(x-i)} < .50$ ) bis hohen ( $r_{i(x-i)} > .50$ ) Bereich.<sup>1141</sup> Tabelle 3 auf der folgenden Seite zeigt die aus der Itemanalyse resultierende Zusammenstellung der TdG-Endversion, mit den part-whole-korrigierten Trennschärfen sowie den quadrierten multiplen Korrelationen der Items. Letztere zeigen – multipliziert mit 100 – an, wie viel Prozent der Varianz der Itemantwort durch die Varianz im Antwortverhalten der restlichen Items erklärt werden kann, und drücken somit die Repräsentativität des jeweiligen Items für alle anderen aus.

---

<sup>1140</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang C.

<sup>1141</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 220.

Tabelle 3: Items der endgültigen TdG-Version – Deskriptive Statistiken

Item-Nr.	Item	M	SD	Schiefe <sup>a</sup>	Exzess <sup>b</sup>	P	Korrigierte Item-Skala-Korrelation	Quadierte multiple Korrelation
1	Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.	2,19	,812	-,849	,298	72,9	,408	,501
2	Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.	2,09	,736	-,706	,688	69,6	,506	,423
3	Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.	2,02	,922	-,724	-,270	67,5	,413	,472
4	Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.	1,94	,927	-,635	-,378	64,6	,308	,482
5	Ich kann über mich selbst hinauswachsen.	2,16	,755	-,749	,498	71,9	,589	,458
6	Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit eigene Grenzen zu überwinden.	1,57	1,035	-,146	-,129	52,2	,391	,616
7	Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.	2,15	,803	-,855	,507	71,5	,552	,430
8	Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.	2,16	,795	-,812	,394	71,9	,565	,431
9	Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.	1,93	,956	-,585	-,570	64,2	,382	,554
10	Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.	1,88	,936	-,515	-,576	62,6	,522	,604
11	Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.	2,15	,775	-,746	,353	71,5	,582	,481
12	Entbehungen kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.	1,87	,959	-,547	-,603	62,3	,593	,664
13	Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.	1,74	1,009	-,374	-,928	57,9	,332	,396
14	Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.	1,78	1,020	-,371	-,981	59,4	,393	,414
15	Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.	2,07	,895	-,766	-,121	68,9	,434	,359
16	Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.	2,14	,804	-,877	,587	71,3	,587	,472
17	Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.	2,08	,878	-,833	,115	69,5	,402	,520
18	Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.	2,10	,882	-,856	,130	70,0	,319	,390
19	Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.	1,81	,992	-,488	-,770	60,4	,249	,541
20	Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.	1,64	1,000	-,197	-,1014	54,7	,373	,615

<sup>a</sup> Standardfehler: ,136<sup>b</sup> Standardfehler: ,271

Da die Items einheitlich Trotzmacht messen sollen, wird hohe Homogenität angestrebt. Wie Tabelle 4 zeigt, liegt die durchschnittliche Iteminterkorrelation – die in den Alpha-Koeffizienten von Cronbach eingeht –, nach der Bereinigung des Fragebogens im Akzeptanzbereich von  $MIC > .20$ . Damit dürfte der TdG hinreichend homogen sein, ohne dass die inhaltliche Bandbreite der Trotzmacht durch übermäßige Redundanz zu sehr eingeschränkt wird.<sup>1142</sup>

Tabelle 4: Iteminterkorrelation der endgültigen TdG-Version

	Mittelwert	Minimum	Maximum	Bereich	Maximum / Minimum	Varianz	Anzahl der Items
Inter-Item-Korrelationen	.234	-.183	.698	.882	- 3.811	.030	20

Der diagnostische Anspruch des TdG liegt darin, hohe Testwerte eindeutig auf eine hohe Trotzmacht-Ausprägung zurückführen zu können. Im Sinne faktorieller Homogenität sollte daher geprüft werden, ob die Items eindimensional sind oder mehr als ein Faktor vorliegt. Da a priori nicht bekannt war, welche Strukturen (Dimensionen) „hinter“ den Items liegen, wurde eine explorative Faktorenanalyse<sup>1143</sup> als hypothesengenerierendes und struktursuchendes Verfahren durchgeführt. Die Intention bestand darin, die TdG-Items ohne entscheidenden Informationsverlust ausgehend von ihren Interkorrelationen zu einer überschaubaren Anzahl grundlegender, latenter, homogener und erklärungsrelevanter Einflussfaktoren zusammenzufassen – welche dann als Basis für die Modellbildung beziehungsweise theoretische Verfeinerung herangezogen werden können.<sup>1144</sup>

Die Stichprobengröße von  $N > 300$  konnte im Hinblick auf die Stabilität einer Faktorenlösung als gute Voraussetzung betrachtet werden.<sup>1145</sup> Um jedoch zu prüfen, ob die Itemauswahl für die Durchführung einer Faktorenanalyse geeignet ist – das heißt substantielle Korrelationen vorliegen, welche eine solche rechtfertigen –, wurde der

<sup>1142</sup> Vgl. Briggs / Cheek, 1986, S. 115.

<sup>1143</sup> Auch „exploratorische Faktorenanalyse“ genannt, vgl. Fabrigar et al., 1999; vgl. Moosbrugger / Schermelleh-Engel, 2008; vgl. Bühner, 2011, S. 295-378.

<sup>1144</sup> Vgl. z.B. Ost, 1984, S. 575.

<sup>1145</sup> Vgl. Bühl, 2012, S. 345.

Kaiser-Meyer-Olkin-Koeffizient<sup>1146</sup> ermittelt: Er lag bei .85, was auf eine gute Eignung der Daten hinwies.<sup>1147</sup> Außerdem wurde über den Bartlett-Test auf Sphärizität als weiteres Maß für die Stichprobeneignung die globale Nullhypothese geprüft, dass alle Korrelationen in der Grundgesamtheit gleich null sind. Der Chi-Quadrat-Wert betrug 2782.005 bei 190 Freiheitsgraden und war damit höchst signifikant ( $p < 0.001$ ). Dies bedeutet, dass die Itemkorrelationen von null abweichen und die Korrelationsmatrix faktorisiert werden kann. Schließlich wurden Anti-Image-Matrizen<sup>1148</sup> erstellt, um die Eignung nicht nur der gesamten Korrelationsmatrix, sondern jedes einzelnen Items für die Faktorenanalyse betrachten zu können. Die Anti-Image-Korrelationsmatrix enthält die Partialkorrelationen aller Items mit allen anderen (Zusammenhänge zwischen jeweils zwei Items, aus denen die restlichen Items der Matrix auspartialisiert sind), respektive deren negative Werte. Die MSA (Measure of Sample Adequacy) - Koeffizienten in der Hauptdiagonalen, welche über die Höhe der Einzigartigkeit der Items Auskunft geben, lagen zwischen .706 und .928, waren damit befriedigend bis gut und gaben keinen Anlass zur Itemelimination.<sup>1149</sup>

Da das Ziel der Faktorenanalyse darin lag, die Beziehungsmuster zwischen den Items (nicht nur zu beschreiben, sondern) durch weniger Faktoren zu *erklären*, wurde die Entscheidung bezüglich der Extraktionsmethode zugunsten der Hauptachsenanalyse (Principle Axis Factor Analysis, PFA oder PAF) getroffen. Zunächst alternativ in Erwägung gezogen wurde die Durchführung einer Hauptkomponentenanalyse (Principle Component Analysis, PCA)<sup>1150</sup>, bei welcher eine lineare Zerlegung der Itemvarianzen in weniger Komponenten erfolgt. Die PCA stellt streng genommen keine faktorenanalytische Methode dar: Es handelt sich um eine rein beschreibende Analysetechnik mit dem Ziel der Datenreduktion. Während die Faktorenanalyse lediglich die gemeinsame Varianz der Items betrachtet und Korrelationen erklärt, geht man bei der PCA davon aus, dass die gesamte Itemvarianz komplett durch die Komponenten beschreibbar ist, und strebt maximale Varianzaufklärung an.<sup>1151</sup> Bei der PFA dagegen wird auf Basis einer Analyse

---

<sup>1146</sup> Der KMO-Koeffizient errechnet sich aus dem gemeinsamen Varianzanteil aller Items, geteilt durch diesen plus der Summe der quadrierten Partialkoeffizienten. Er wird klein, wenn die Items einen hohen spezifischen Varianzanteil aufweisen, den sie nicht mit den anderen Items teilen; vgl. Bühner, 2011, S. 346.

<sup>1147</sup> Vgl. ebd., S. 347.

<sup>1148</sup> Auf Guttman zurückgehender Begriff; das Anti-Image ist der Anteil der Varianz, der von den anderen Variablen unabhängig ist.

<sup>1149</sup> Vgl. Bühner, S. 347, 356.

<sup>1150</sup> Vgl. Hotelling, 1933.

<sup>1151</sup> Vgl. Fabrigar et al., 1999; vgl. Bühner, 2011, S. 314.

der Korrelationsmatrix mit den quadrierten multiplen Iteminterkorrelationen als sogenannte Anfangskommunalitäten eine Hauptkomponentenanalyse durchgeführt und die Kommunalitäten (die jeweils durch die Faktoren aufgeklärten systematischen Varianzanteile der Items) werden neu geschätzt. Nachdem sie wieder in die Diagonale der Korrelationsmatrix eingesetzt worden sind, wird erneut eine PCA einschließlich Kommunalitätenschätzung vorgenommen. Dieser iterative Prozess dauert in SPSS so lange an, bis die Differenz zweier aufeinander folgender Kommunalitätenschätzungen kleiner als 0.001 ist oder 25 Iterationen erfolgt sind.<sup>1152</sup> Die Empfehlung der Hauptachsenmethode von Seiten einiger Autoren beruht unter anderem auf Computersimulationen, die eine Überlegenheit der PFA gegenüber der PCA im Hinblick auf die Schätzung der Itemladungen in der Population zeigten.<sup>1153</sup>

Zur Bestimmung der Faktorenanzahl wurde das Eigenwertkriterium herangezogen. Danach werden Faktoren mit Eigenwerten<sup>1154</sup> größer als eins für bedeutsam gehalten. Sie erklären mehr Varianz als ein einzelnes standardisiertes Item aufweist und können dadurch zur Datenreduktion beitragen. Faktoren mit Eigenwerten kleiner oder gleich eins bleiben dagegen unberücksichtigt.<sup>1155</sup> Der Verlauf der Eigenwerte deutete nach diesem Extraktionskriterium eine vierfaktorielle Lösung an, durch die 61.5% der Item-Gesamtvarianz aufgeklärt wird (Faktor 1: 28.5%, Faktor 2: 15.0%, Faktor 3: 9.9%, Faktor 4: 8.1%).

Abbildung 23 auf der nächsten Seite stellt als Ergebnis des Scree-Tests<sup>1156</sup> das Eigenwertdiagramm dar, welches zusätzlich als Entscheidungshilfe bezüglich der Anzahl der Faktoren genutzt werden kann. Der Verlauf der an der Analysestichprobe gewonnenen Eigenwerte (5.70 – 3.00 – 2.00 – 1.61 – 0.84 – 0.74) als Schätzungen der wahren Eigenwerte<sup>1157</sup> lässt im Screeplot einen Knick, ab dem sich der Graph asymptotisch der Abszisse annähert, nach vier Faktoren erkennen.

---

<sup>1152</sup> Vgl. Kline, 1994; vgl. Bühner, 2011, S. 313-314.

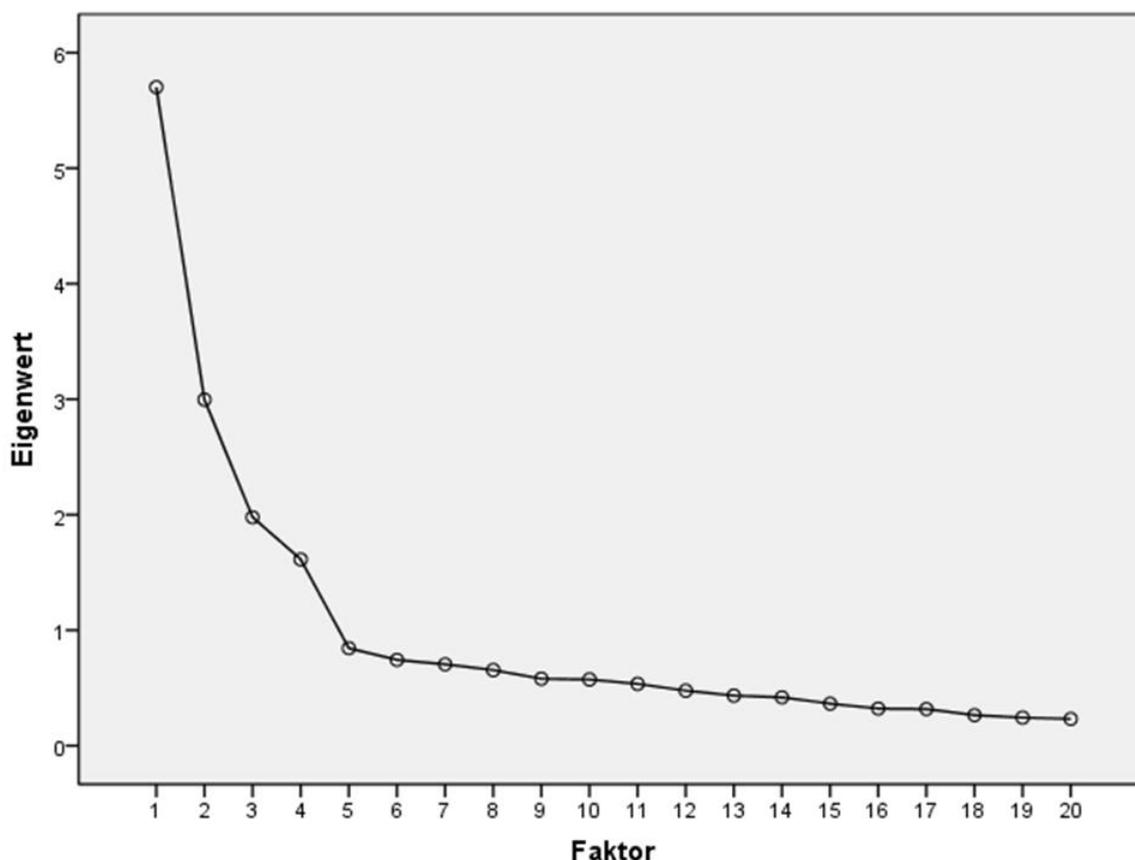
<sup>1153</sup> Vgl. Widaman, 1993; vgl. Russell, 2002; vgl. Bühner, 2011, S. 318.

<sup>1154</sup> Der Eigenwert eines Faktors drückt aus, wie gut dieser die Unterschiede in der Beantwortung aller Items erklären kann (Höhe der jeweils durch einen Faktor aufgeklärten Varianz aller beobachteten Variablen); bei unkorrelierten Faktoren ist der Eigenwert die Summe der quadrierten Ladungen aller Items über einen Faktor.

<sup>1155</sup> Vgl. auch Kaiser-(Guttman-)Kriterium, nach welchem ebenfalls nur Faktoren mit Eigenwerten größer als eins extrahiert werden, wobei das Vorgehen hier anders begründet wird; vgl. Guttman, 1954; vgl. Kaiser / Dickman, 1959.

<sup>1156</sup> Vgl. Cattell, 1966.

<sup>1157</sup> Vgl. Lambert et al., 1990; vgl. Jolliffe, 2002, S. 115.

Abbildung 23: TdG-Faktorenextraktion: Eigenwertdiagramm<sup>1158</sup>

Durch Faktorenrotation, das heißt Drehung des Faktorenraums durch Transformation der Faktorladungen<sup>1159</sup>, sollte ein dem Kriterium der Einfachstruktur („simple structure“)<sup>1160</sup> entsprechendes Ladungsmuster erzielt werden. Da von korrelierten Faktoren auszugehen war und keine weiteren Modellannahmen über die Faktorenstruktur vorlagen, wurde eine schiefwinklige (oblique) Rotation durchgeführt.<sup>1161</sup> Die Technik der Wahl war hier die Promax-Rotation, bei welcher ursprünglich orthogonale Faktoren im Winkel verändert werden, so dass sie korrelieren können. Die orthogonalen Ladungen wurden mit der

<sup>1158</sup> Da durch die Hauptkomponentenanalyse so viele Komponenten wie Items extrahiert werden können, sind auf der x-Achse des Screeplots so viele Faktoren aufgeführt wie die überprüfte TdG-Version Items enthält.

<sup>1159</sup> Unter Faktorladungen versteht man die Ausmaße des Einflusses eines oder mehrerer Faktoren auf die Ausprägung der Itemantworten.

<sup>1160</sup> Vgl. Thurstone, 1947; hohe Ladungen der Items auf einem Faktor, niedrige auf den jeweils anderen Faktoren.

<sup>1161</sup> Vgl. Moosbrugger / Schermelleh-Engel, 2008, S. 314; vgl. Bühner, 2011, S. 338.

Exponente 4 potenziert (Einstellung des Kappa-Wertes in SPSS). Diese Rotationstechnik führt im Allgemeinen zu guten Lösungen, da hohe wie auch niedrige Faktorladungen reduziert werden und dadurch mittelhohe und geringe Ladungen gegen null gehen, hohe dagegen nur geringfügig verringert werden.<sup>1162</sup>

Die resultierende Mustermatrix beinhaltet die standardisierten semipartiellen Regressionsgewichte der Items auf den vier extrahierten Faktoren, wobei Werte < .10 zugunsten der Übersichtlichkeit unterdrückt wurden:

Tabelle 5: Hauptachsenanalyse – Mustermatrix nach Extraktion von vier Faktoren und obliquer Rotation mit Promax

Item	PFA - Promax - Faktoren			
	1	2	3	4
Ich kann über mich selbst hinauswachsen.	<b>.683</b>			
Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit eigene Grenzen zu überwinden.	<b>.650</b>			
Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.	<b>.632</b>	.109		
Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.	<b>.630</b>	.110		
Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.	<b>.617</b>			
Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.	<b>.613</b>			
Entbehrungen kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.	<b>.581</b>			
Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.	<b>.563</b>			
Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.		<b>.823</b>	.106	
Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.		<b>.797</b>	.105	
Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.		<b>.630</b>		
Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.		<b>.626</b>		
Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.			<b>.774</b>	
Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.			<b>.738</b>	
Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.			<b>.662</b>	
Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.	.132		<b>.628</b>	-.124
Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.	.402	-.325	-.164	<b>.752</b>
Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.	-.106	.382		<b>.670</b>
Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.	-.149	.434	-.108	<b>.668</b>
Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.	-.138	-.280	.500	<b>.633</b>

<sup>1162</sup> Vgl. Gorsuch, 1983, S. 204.

Wie Tabelle 5 zeigt, korrespondieren acht Items statistisch eindeutig mit Faktor 1 und jeweils nur vier mit den Faktoren 2 bis 4 – mit einigen positiven und negativen (vor allem bei den auf Faktor 4 hoch ladenden Items auftretenden), insgesamt wenigen und eher geringen Nebenladungen. Die ermittelte Faktorenstruktur erfüllt die von Edward Guadagnoli und Wayne Velicer formulierte Voraussetzung für eine generalisierte Interpretation der dimensionalen Struktur ungeachtet der Stichprobengröße: Auf jedem bedeutsamen Faktor weisen mindestens vier Variablen Ladungen von über .60 auf.<sup>1163</sup>

Dass alle Items ausreichend von den vier Faktoren erfasst werden, wurde durch den Vergleich zwischen den Kommunalitäten – in Form der quadrierten multiplen Korrelationen jeweils eines Items mit allen anderen – vor und nach der Faktorenextraktion bei der berechneten Hauptachsenanalyse<sup>1164</sup> bestätigt: Alle Kommunalitätenschätzungen liegen (beträchtlich) oberhalb der Grenze von  $h^2 < .10$ . Es gibt somit kein Item, für welches der Anteil aufgeklärter Varianz kleiner als 10% ist.<sup>1165</sup>

Die extrahierten Faktoren enthalten redundante Informationen und korrelieren im Mittel mit  $r = .22$ . Von einer orthogonalen Rotation wurde daher abgesehen.<sup>1166</sup> Da die Item-Kommunalitäten hoch waren (fast durchgängig  $h^2 > .40$ ), alle Faktoren durch mindestens vier Items gebildet wurden und von Normalverteilung und Intervallskalenniveau der Items ausgegangen wurde, versprach die Durchführung einer Hauptkomponentenanalyse (und auch die Maximum-Likelihood-Faktorenanalyse, bei der Populationsparameter aus Stichprobenstatistiken geschätzt werden<sup>1167</sup>) kaum abweichende Ergebnisse und somit keinen über die PFA hinausgehenden Erkenntnisgewinn.<sup>1168</sup> Das Resultat einer PCA bestätigte diese Erwartung: Es findet sich weitestgehend dieselbe Item-Faktor-Konstellation. Dies spricht für die Methodeninvarianz und stabile Struktur der Faktoren.

Die inhaltliche Analyse der Item-Faktor-Zuordnungen mit dem Ziel, die mathematisch identifizierten hypothetischen Variablen sinnvoll zu interpretieren und zu benennen – gleichsam voneinander abgrenzbare, repräsentative „Überschriften“ für die vier Item-Gruppen zu finden –, führte zu folgenden Faktorenbezeichnungen und -beschreibungen:

---

<sup>1163</sup> Vgl. Guadagnoli / Velicer, 1988.

<sup>1164</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang C, Tabelle C-3.

<sup>1165</sup> Vgl. Bühner, 2011, S. 357-358.

<sup>1166</sup> Vgl. ebd., S. 338, 349.

<sup>1167</sup> Vgl. Gorsuch, 1983, S. 127.

<sup>1168</sup> Vgl. Fabrigar et al., 1999; vgl. Bühner, 2011, S. 318.

Faktor 1: *Selbstgestaltung*

Die Person verwirklicht Sinn, indem sie an sich selbst arbeitet, sich persönlich weiterentwickelt und gegebenenfalls Verzicht übt.

8 Items:

*Ich kann über mich selbst hinauswachsen.*

*Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit, eigene Grenzen zu überwinden.*

*Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.*

*Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.*

*Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.*

*Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.*

*Entbehrungen kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.*

*Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.*

Faktor 2: *Lebensgestaltung*

Die Person verwirklicht Sinn, indem sie die Verantwortung für das eigene Leben übernimmt und dieses aktiv gestaltet.

4 Items:

*Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.*

*Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.*

*Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.*

*Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.*

Faktor 3: *Selbstbestimmung*

Die Person verwirklicht Sinn, indem sie den Umgang mit eigenen inneren Zuständen und deren Auswirkungen auf ihr Verhalten selbstbeherrscht steuert.

4 Items:

*Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.*

*Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.*

*Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.*

*Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.*

#### Faktor 4: *Lebensmut*

Die Person verwirklicht Sinn, indem sie eine zuversichtliche Lebenshaltung einnimmt und diese auch in schwierigen Situationen und bei Rückschlägen behält.

4 Items:

*Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.*

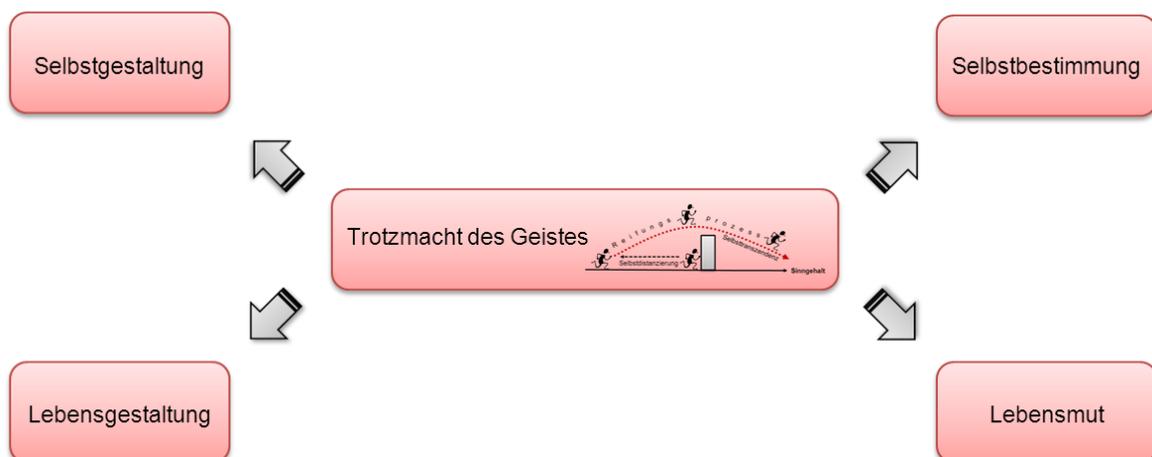
*Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.*

*Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.*

*Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.*

Somit sind die Zusammenhänge der TdG-Items in einem 4-Faktoren-Modell mit den genannten Bedeutungsfacetten der Trotzmacht abbildbar:

Abbildung 24: Vierfaktorielle Struktur der Trotzmacht des Geistes



Die geringen bis mittelhohen Nebenladungen einiger Items sind zum Teil unschwer nachvollziehbar, zum Teil auch weniger offensichtlich. So ist etwa die relativ hohe Ladung

des Items *Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir* auf Faktor 3 erklärbar durch den Sinn-fördernden Umgang mit negativen Gefühlen, der in dieser Dimension enthalten ist. Die ebenfalls positiven Ladungen der Items *Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden* und (recht hoch ladend) *Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten* auf Faktor 1 kann leicht mit den in diesem Faktor integrierten Aspekten der kritischen Haltung sich selbst gegenüber und der Bereitschaft, sich selbst zu verändern, in Einklang gebracht werden. Eine Möglichkeit der Erklärung der negativen Sekundärladungen des zuletzt genannten Items auf den Faktoren 2 und 3 ist, dass die Orientierung an anderen Menschen als teilweise unvereinbar mit der Konzentration auf das eigene Leben und das, was man selbst für richtig hält, betrachtet werden kann. Die Aussage *Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an* könnte man als gewissen Widerspruch zu aktiver Verhaltenssteuerung auffassen – und so die negativen Nebenladungen dieses Items auf den Faktoren 1 und 3 deuten. Auch die positive Ladung des Items *Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen* auf Faktor 2 ist plausibel, kann man in letzterem doch den Aspekt erkennen, das Leben „in die Hand zu nehmen“ und falls erforderlich auch „schwere Wege zu gehen“. Dagegen sind die negativen Ladungen des Items *Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden* auf Faktor 4 und der Items *Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen* und *Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir* auf Faktor 1 nicht unmittelbar einsichtig.

Zu beachten ist außerdem, dass in der Mustermatrix zwar eine Einfachstruktur vorliegt (hohe Primär- und niedrige Sekundärladungen), die Items aber dennoch auch mit den jeweils anderen Faktoren korreliert sind. Dieser Sachverhalt wird durch die Strukturmatrix veranschaulicht, welche die Korrelationen zwischen den Items und Faktoren enthält.<sup>1169</sup> Nach den Ad-hoc-Regeln von Stevens<sup>1170</sup> als ungefährem Maßstab für die Signifikanz der Korrelationen sind bei Berücksichtigung der globalen Fehlerwahrscheinlichkeit (nominelles Alpha = .05) bei einer Stichprobengröße von  $N \geq 300$  alle Werte von  $r > .298$  (Alpha-Adjustierung durch Verdoppelung des von Stevens angegebenen Wertes von  $r > .149$ <sup>1171</sup>) in der Strukturmatrix signifikant.

---

<sup>1169</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang C, Tabelle C-4.

<sup>1170</sup> Vgl. Stevens, 2002.

<sup>1171</sup> Vgl. Clauß et al., 1995, S. 262-263.

Die Verteilungen der vier Trotzmacht-Subskalen sind im Anhang als Histogramme dargestellt.<sup>1172</sup> Die wichtigsten Kenngrößen sind im Folgenden aufgeführt:

Tabelle 6: TdG-Faktoren – Statistische Kennwerte

<b>Kennwerte</b> Faktoren	<b>Faktor 1:</b> Selbstgestaltung	<b>Faktor 2:</b> Lebensgestaltung	<b>Faktor 3:</b> Selbstbestimmung	<b>Faktor 4:</b> Lebensmut
Anzahl der Items	8	4	4	4
Bereich erreichbarer Testwerte	0-24	0-12	0-12	0-12
Mittelwert	15.85	7.91	7.63	8.05
Standardabweichung	4.12	2.11	2.24	2.14
Varianz	16.97	4.44	5.00	4.60
Median	17	8	8	8
1. Quartil	15	7	6	7
2. Quartil (= Modus)	16	9	9	9
3. Quartil	19	9	9	10
Minimum	3	1	1	1
Maximum	23	12	12	12
Spannweite	20	11	11	11
Schiefef <sup>a</sup>	- 1.161	- .844	- .486	- .859
Exzess <sup>b</sup>	.752	.589	- .233	.513
Korrelation mit SININDEX	$r = .94$	$r = .81$	$r = .84$	$r = .81$

<sup>a</sup> Standardfehler = .136

<sup>b</sup> Standardfehler = .271

Die innere Konsistenz aller Faktoren erwies sich als gewährleistet: Bei Faktor 1 betrug sie .85, Faktor 2 weist ein Cronbach- $\alpha$  von .82 auf, Faktor 3 von .80 und Faktor 4 von .75. Die Homogenitäten sind recht hoch (Faktor 1: .43, Faktor 2: .54, Faktor 3: .50, Faktor 4: .43), was redundante Iteminhalte und überhöhte Spezifität der Dimensionen bedeuten könnte.<sup>1173</sup> Alle Verteilungen sind linksschief und bis auf Faktor 3 schmalgipflig. Die Werte der Schiefen und Exzesse sind dabei durchgängig unauffällig.

<sup>1172</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang C, Abbildungen C-3 bis C-6.

<sup>1173</sup> Vgl. Briggs / Cheek, 1986; diesen Autoren zufolge sollten die Homogenitäten bei Persönlichkeitsskalen zwischen .20 und .40 liegen.

Die jeweils bivariaten Korrelationen zwischen den vier Faktoren auf der einen Seite und den soziodemografischen Variablen andererseits liegen zwischen - .10 und .16 und sind fast alle nicht signifikant:

Tabelle 7: TdG-Faktoren und soziodemografische Variablen – Korrelationen

Demografische Variablen / Faktoren	Faktor 1: Selbstgestaltung	Faktor 2: Lebensgestaltung	Faktor 3: Selbstbestimmung	Faktor 4. Lebensmut
Geschlecht	.01	-.07	.01	<b>.15</b>
Altersgruppen	.01	.04	.04	-.07
Familienstatus	.04	.03	-.01	.09
Anzahl der Kinder	.10	.08	<b>.16</b>	.02
Höchster Schulabschluss	-.07	-.07	-.09	.01
Berufsausbildung	.02	.05	.04	.05
Höchster Bildungsabschluss	-.10	-.09	-.10	-.06
Berufliche Tätigkeit	.01	.01	.04	.01
Religiöser Glaube	.02	-.06	.01	-.06

Signifikante Korrelationen ( $p < .001$ ) sind fett gedruckt

Um Gruppeneffekte zu identifizieren, wurden die Beziehungen zwischen jedem der vier Faktorvariablen mit den soziodemografischen Variablen über die Faktorwerte ermittelt, das heißt mit Hilfe der anhand der Ladungen gewichteten Ausprägungsgrade der Testpersonen auf den Faktoren.<sup>1174</sup> Die allermeisten Beziehungen erwiesen sich als nicht signifikant, lediglich bei den Faktoren 2 und 3 ergab der Chi-Quadrat-Test nach Pearson (nach Aufteilung der Faktorwerte in Perzentilgruppen und Ermittlung standardisierter Residuen<sup>1175</sup>) Abhängigkeiten von demografischen Merkmalen: Eine sehr ausgeprägte „Lebensgestaltung“ weisen vor allem Rentner im Alter zwischen Mitte 60 und Mitte 70 Jahren auf ( $p = .007$ , sehr signifikant), und sehr hohe „Selbstbestimmung“ scheint bei Männern stärker ausgeprägt zu sein als bei Frauen ( $p = .049$ ).

Die letzte Zeile in Tabelle 6 zeigt die hohen bis sehr hohen Korrelationen der Faktoren mit dem SININDEX. Die mittlere Interkorrelation der Faktoren beträgt wie bereits erwähnt .22,

<sup>1174</sup> Vgl. Bühner, 2011, S. 340.

<sup>1175</sup> Vgl. Bühl, 2012, S. 596-598.

die Faktoren zeigen sich hoch differenziert (sehr geringe bis moderate Korrelationen zwischen  $r = - .05$  und  $.39$ ). Die gemeinsame Varianz weist auf einen „Generalfaktor Trotzmacht des Geistes“ hin. Zwar könnten für den gemeinsamen Varianzanteil theoretisch auch Antworttendenzen verantwortlich sein. Es wird jedoch als naheliegend betrachtet, dass sich alle Items auf *ein* Konstrukt zurückführen lassen. Der SININDEX als Antwort-Summenwert des TdG wird daher nach wie vor als Gesamtindikator der Trotzmacht erhoben. Theoretisch kann er Werte zwischen 0 und 60 annehmen.

Da eine relativ große Anzahl von Items infolge der Itemanalyse aus dem Fragebogen eliminiert worden war, wurde für den endgültigen TdG eine zufällige Neuordnung der Items vorgenommen. Die TdG-Endform<sup>1176</sup> besteht aus vier Seiten: Auf der ersten findet sich die (angepasste) Anweisung zur Bearbeitung, es folgen zwei Seiten mit jeweils 10 Items einschließlich Antwortskala sowie eine Seite mit den „Angaben zur Person“.

Der TdG wurde entsprechend der Axiome der Klassischen Testtheorie<sup>1177</sup> entwickelt, daher sind die zentralen Gütekriterien eines psychometrischen Tests – Objektivität (Intersubjektivität), Reliabilität (Reproduzierbarkeit) und Validität (Gültigkeit) – zu erfüllen. Die folgenden Kapitel informieren über deren Bestimmung.

---

<sup>1176</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang D, Abbildung D-1.

<sup>1177</sup> Vgl. Gulliksen, 1950; vgl. Novick, 1966; vgl. Lord / Novick, 1968; vgl. auch: Fischer, 1974, S. 114-116; Hilke, 1980, S. 134-136; Kristof, 1983; Testkuratorium, 1986; Moosbrugger, 2008, S. 100-102.

## 4.5 Objektivität

Von Objektivität des TdG kann man sprechen, wenn die Erfassung der Trotzmacht des Geistes unabhängig vom Testanwender und -auswerter sowie der Ergebnisinterpretation erfolgt. Ist der TdG objektiv, können die Resultate der Probanden miteinander verglichen werden.<sup>1178</sup>

Die *Durchführungsobjektivität* des TdG ist dadurch gewährleistet, dass die Testergebnisse weitestgehend unbeeinflusst vom Untersuchungsleiter sind. Er soll bei Fragen der Testpersonen während der Durchführung auf die standardisierte Instruktion verweisen und insgesamt zurückhaltend mit den Probanden interagieren. So verbleibt im Hinblick auf die Untersuchungsbedingungen kaum individueller Spielraum durch den Testleiter, wodurch unkontrollierte Beeinflussungen reduziert werden.<sup>1179</sup>

Die Auswertung des TdG ist sehr einfach, die Regeln und Verrechnungsvorschriften dafür sind klar formuliert. Die Antwortmöglichkeiten sind festgelegt, das Antwortprocedere ist in der Instruktion genau vorgeschrieben und ein eindeutiger Antwortschlüssel gibt vor, welche Antwortalternative mit welcher Punktzahl bewertet wird. Die Auswertung des TdG kann daher als intersubjektiv nachvollziehbar und damit auch die *Auswertungsobjektivität* als gegeben betrachtet werden. Voneinander unabhängige Auswerter kommen bei korrekter Auswertung derselben TdG-Daten zu exakt demselben SININDEX.

Die Interpretation des SININDEX als Summenscore und quantitatives TdG-Gesamtergebnis ist zunächst evident: Je höher er ist, desto höher ist die Ausprägung der Trotzmacht. Um bei einzeldiagnostischer Anwendung des Fragebogens seine *Interpretationsobjektivität* zu gewährleisten, ist eine Normierung des TdG erforderlich: Durch die Vorgabe von Vergleichswerten wäre die Feststellung individuell über- und unterdurchschnittlicher Trotzmacht-Ausprägungen innerhalb von beispielsweise Geschlechts-, Alters- und Bildungsnormen möglich. Die inhaltlich tiefere Deutung der TdG-Ergebnisse auf Itemebene im individualdiagnostischen Bereich muss durch logotherapeutisch geschulte Personen erfolgen.<sup>1180</sup>

---

<sup>1178</sup> Vgl. Moosbrugger / Kelava, 2008a, S. 8.

<sup>1179</sup> Vgl. Rosenthal / Rosnow, 1969a; vgl. Sarris / Reiß, 2005.

<sup>1180</sup> Vgl. Kapitel 4.11.

## 4.6 Reliabilität

Die in Kapitel 4.5 diskutierte Objektivität des TdG ist eine wesentliche Voraussetzung für seine Reliabilität, die Standardisierung der Testdurchführung und -auswertung wirkt sich auf beide Gütekriterien positiv aus. Die Reliabilität (Zuverlässigkeit) des TdG ist als der Anteil der Varianz der „wahren“ Werte an der Varianz der beobachteten Werte definiert. Sie gibt Auskunft über die Messgenauigkeit des Fragebogens (unabhängig davon, was er zu messen beansprucht): Je reliabler der TdG ist, desto weniger Messfehler enthält er.<sup>1181</sup>

Die Reliabilität einer Testskala kann über verschiedene Methoden geschätzt werden. Da bei der Trotzmacht des Geistes temporal überdauernde personale Momente zum Tragen kommen, wird ihr eine geringe „Funktionsfluktuation“ – das heißt niedrige Variabilität ihrer Bedeutung über die Zeit hinweg<sup>1182</sup> – zugeschrieben. Der TdG beansprucht damit, stabile Merkmalsausprägungen zu messen. Um die Stabilität des Fragebogens zu überprüfen, wurde seine „Retest-Reliabilität“ (Wiederholungszuverlässigkeit)<sup>1183</sup> ermittelt.

Der TdG wurde derselben Stichprobe mit  $N = 321$  nach einem bewusst gewählten Intervall von vier Wochen wiederholt dargeboten. Alle Probanden wurden darum gebeten, die Testwiederholung zum Zeitpunkt  $t_2$  unter möglichst gleichen Bedingungen wie beim ersten Durchlauf zum Zeitpunkt  $t_1$  durchzuführen. Da davon ausgegangen wird, dass Trotzmacht nur partiell eine aktuelle Zustandsvariable der Person abbildet, welche zudem nur in spezifischen Situationen zum Tragen kommt<sup>1184</sup>, wurden interindividuell unterschiedliche Fluktuationen, das heißt unsystematische Veränderungen der Trotzmacht-Ausprägung innerhalb dieser Zeitspanne ausgeschlossen. Andererseits dürfte die zeitliche Differenz zwischen den beiden Messungen groß genug gewesen sein, um Ergebnisverzerrungen – infolge von Gedächtniswirkungen oder des „Sokrates-Effektes“<sup>1185</sup> – und damit eine Überschätzung der tatsächlichen Retest-Reliabilität weitestgehend zu vermeiden. Störvariablen wie die unterschiedlich variierenden Tagesformen der Probanden oder Effekte aufgrund einer veränderten Testsituation

---

<sup>1181</sup> Vgl. z.B. Bortz / Döring, 2006, S. 196-200, sowie Schermelleh-Engel / Werner, 2008, S. 114.

<sup>1182</sup> Vgl. Lienert / Raatz, 1994, S. 201.

<sup>1183</sup> Vgl. Schermelleh-Engel / Werner, 2008, S. 116-119.

<sup>1184</sup> Vgl. Kapitel 3.2 (Abbildung 13).

<sup>1185</sup> Vgl. Nussbeck et al., 2008, S. 386; die Testpersonen setzen sich mit den Items auseinander, entwickeln nach der ersten Befragung eine Vorstellung davon, was gemessen wird und antworten in Folge konformer im Hinblick auf das vermutete Konstrukt.

können dagegen nie ganz ausgeschlossen werden und zu einer zumindest geringfügigen künstlichen Unterschätzung von  $r_{tt}$  führen.<sup>1186</sup>

Die erneute Fragebogen-Verteilung und Motivierung der Probanden vier Wochen nach dem ersten Testdurchlauf stellte einen hohen zeitlichen und untersuchungstechnischen Aufwand dar. Zudem musste mit „Testpersonenverlusten“ gerechnet werden, welche bereits bei der Untersuchungsplanung einkalkuliert worden waren: Um eine Stichprobenverzerrung durch systematische Ausfallzahlen zu vermeiden, war darauf geachtet worden, die Untersuchung mit einer möglichst großen Ursprungsstichprobe zu beginnen. Von den 321 Befragten waren 87 „Drop-outs“, die den TdG kein zweites Mal bearbeiteten, so dass mit 234 Testpersonen (53% Frauen, Altersdurchschnitt = 43 Jahre, SD = 16.78, Range = 18 bis 87 Jahre) eine Wiederholungstestung durchgeführt werden konnte. Eine personenweise eindeutige Zuordnung der ausgefüllten Fragebogen erfolgte über das jeweils auf beiden Bogen angegebene Codewort.<sup>1187</sup> Die Probanden erhielten – wie auch im Pretest und in der Itemanalyse – keine Vergütung oder andere Belohnung.

Tabelle E-1 enthält die wichtigsten Statistiken der Ausgangs- und Wiederholungsmessung im Vergleich, für den SININDEX und die vier TdG-Subskalen.<sup>1188</sup> Die Rohwertpaare der ersten und zweiten Testung wurden miteinander korreliert. Der – unter der angenommenen Voraussetzung, dass es sich beim SININDEX um eine metrische und normalverteilte Variable handelt – berechnete Korrelationskoeffizient nach Pearson für die in die TdG-Endversion aufgenommenen 20 Items beträgt  $r = .87$  ( $p < 0.01$ , zweiseitig), das heißt 87% der Merkmalsvarianz gehen auf „wahre“ Trotzmacht-Unterschiede zurück, und nur 13% auf Fehlereinflüsse. Die Retest-Reliabilität des Faktors 1 lag bei .87, die des Faktors 2 bei .91, Faktor 3 wies eine Stabilität von .83 auf und Faktor 4 von .89.

Diese Ergebnisse unterstreichen die gute Reliabilität des TdG und bedeuten, dass Messungen mit dem Fragebogen zu verschiedenen Zeitpunkten zu demselben oder einem sehr ähnlichen Resultat führen.<sup>1189</sup> Über längerfristige Stabilität beziehungsweise individuelle Entwicklungen im Laufe des Lebens im Hinblick auf die Trotzmacht des Geistes kann damit allerdings noch nichts ausgesagt werden.

---

<sup>1186</sup> Vgl. Steyer, 1987; vgl. Steyer et al., 1999; vgl. Kelava / Schermelleh-Engel, 2008.

<sup>1187</sup> Vgl. Kapitel 4.4.

<sup>1188</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang E.

<sup>1189</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 196-197.

#### 4.7 Inhalts- und Augenscheinvalidität

Die Validität des TdG bezieht sich auf die Frage, ob das Instrument tatsächlich das misst, was es messen soll: Die Trotzmacht des Geistes. Zunächst sollen die beiden Unterformen Inhalts- und Augenscheinvalidität betrachtet werden.

Die *Inhaltsvalidität* des TdG gibt an, inwieweit durch ihn die Trotzmacht des Geistes tatsächlich repräsentativ erfasst wird. Der TdG ist umso inhaltstvalider, je besser die Items die Grundgesamtheit an Items widerspiegeln, die potenziell für die Operationalisierung der Trotzmacht zur Verfügung steht („Repräsentationsschluss“)<sup>1190</sup>: Weder sollen relevante Items fehlen noch dürfen Items im Fragebogen enthalten sein, die sich nicht auf die Trotzmacht beziehen.

Der Kontentvalidität wurde bereits vor Beginn des Fragebogen-Konstruktionsprozesses Rechnung getragen: Die klare Definition der Trotzmacht des Geistes, die detaillierte Analyse zur Abgrenzung von verwandten Konstrukten und transparente Herausarbeitung von Konstruktüberlappungen sowie die Darstellung der verhältnismäßigen Lage der Trotzmacht innerhalb eines nomologischen Netzwerkes<sup>1191</sup> erhöht die Wahrscheinlichkeit der Inhaltsvalidität.<sup>1192</sup> Außerdem wurde diesem – empirisch nicht prüfbar – Gütekriterium während der ersten Schritte der TdG-Entwicklung besondere Beachtung geschenkt: Zum einen durch die sorgfältige Literaturlauswertung, zum anderen in Form der systematischen Beteiligung von Fachexperten an der Item-Generierung und -Auswahl.<sup>1193</sup> Die hohe Übereinstimmung der Beurteilungen bei der Expertenbefragung – 46 von 59, das heißt 78% der Items, wurden von allen Experten auf Basis ihres Fachwissens als „sehr gut geeignet“ oder „geeignet“ eingeschätzt – und die Eliminierung aller heterogen bewerteten Items spricht für eine hohe Kontentvalidität des TdG.<sup>1194</sup>

In einer kleinen Studie zur empirischen Ermittlung der *Augenscheinvalidität* („face validity“, Durchschauen der Messintention) des TdG und seiner damit zusammenhängenden *Fälschungsanfälligkeit* wurden im Rahmen der Primärerhebung<sup>1195</sup>

---

<sup>1190</sup> Vgl. Klauer, 1984; vgl. Bühner, 2011, S. 62.

<sup>1191</sup> Vgl. Kapitel 3.2 bis 3.4.

<sup>1192</sup> Vgl. Bühner, 2011, S. 105.

<sup>1193</sup> Vgl. Kapitel 4.2 und 4.3.2.

<sup>1194</sup> Vgl. Cronbach / Meehl, 1955; vgl. Michel / Conrad, 1982; vgl. Kersting, 2008, S. 168.

<sup>1195</sup> Vgl. Kapitel 4.3.3.

einige Untersuchungsteilnehmer ( $N = 25$ , davon 14 Frauen = 56%;  $AM_{\text{Alter}}$ : 40 Jahre, Range = 18-82 Jahre;  $AM_{\text{SININDEX}} = 76.08$ ,  $SD = 13.40$ ,  $Md = 73$ ,  $Mo = 67$ , Minimum = 58, Maximum = 98) gebeten, nach dem ersten Testdurchlauf die Items noch einmal zu beantworten – und zwar diesmal so, als ob sie einen maximal positiven (günstigen) Eindruck von sich selbst vermitteln wollten („faking good instruction“:  $AM_{\text{SININDEX (MAX)}} = 72.36$ ,  $SD = 16.42$ ,  $Md = 69$ ,  $Mo = 67$ , Minimum = 35, Maximum = 112). Der Mittelwertsvergleich (T-Test bei zwei abhängigen Stichproben) ergab, dass sich die Werte zwischen den beiden Testbedingungen nicht signifikant unterschieden ( $p = .60$ ; 95% Konfidenzintervall der Differenz, zweiseitig).

Die nicht vorhandene Differenz der Gruppenmittelwerte muss allerdings nicht unbedingt ein Anzeichen für die relative Unverfälschbarkeit des TdG sein, sondern könnte auch bedeuten, dass die Probanden unterschiedliche Vorstellungen vom Messgegenstand und das als erstrebenswert betrachtete Verhalten haben und sich divergierende Verfälschungstendenzen bei der Durchschnittsberechnung kompensieren.<sup>1196</sup> Um dies zu überprüfen, wurde bei der Primärerhebung allen Testpersonen nach der Itembeantwortung jeweils mündlich die Frage gestellt: „Was glauben Sie, was mit diesem Fragebogen herausgefunden werden soll?“ 31 der 128 Befragten, das heißt 24%, konnten keine Antwort formulieren, die anderen gaben die folgenden Antworten (zum Teil sprachlich gering abweichend; mit der Anzahl der Nennungen jeweils in Klammern dahinter):

- „Welche Einstellung man zum Leben hat.“ / „Wie man das Leben insgesamt sieht.“ (18)
- „Welche Einstellung man zu sich selbst hat.“ / „Wie ich das finde, was ich tue.“ / „Wie man über sich selbst denkt.“ (16)
- „Persönlichkeit“ / „Charakter“ / „Wie man als Mensch / Person ist.“ (14)
- „Wie gut jemand seinen ‚inneren Schweinehund‘ überwinden kann.“ / „Ob man innerlich stark sein kann.“ / „Wie gut man darin ist, etwas durchzuhalten.“ / „Wie energisch / konsequent ich bin.“ (12)
- „Ob man ‚mit dem Kopf durch die Wand‘ will.“ (7)
- „Wie ehrgeizig / zielstrebig jemand ist.“ (6)
- „Ob man einen Sinn im Leben sieht.“ (6)
- „Ob / wie gut man es schafft, das Leben so anzunehmen, wie es ist.“ (4)

---

<sup>1196</sup> Vgl. Gordon / Gross, 1978.

- „*Welchen Einfluss die Umstände auf mich / meine Persönlichkeit haben.*“ (4)
- „*Ob / inwieweit man sein Leben selbst gestalten kann.*“ (3)
- „*Was man aus seinem Leben macht.*“ / „*Ob ich selbst etwas für mein Glück tue.*“ (3)
- „*Wer viel und wer wenig Mut hat.*“ (2)
- „*Menschlichkeit*“ (2)

Aus diesen Antworten kann zunächst geschlussfolgert werden, dass die in der Testanweisung der TdG-Endversion angebotene Messintention des TdG („*innere Einstellung zu Ihrem Leben und zum Leben an sich*“) von relativ vielen der Befragungspersonen angenommen werden und glaubwürdig erscheinen dürfte. Dies sollte die Akzeptanz des TdG erhöhen und potenzielle innere Widerstände gegen eine aufrichtige Itembeantwortung verringern.

Zugleich wird deutlich, dass ein Laie mit hoher Wahrscheinlichkeit nicht weiß, was einzelne Items und der gesamte Fragebogen messen, was die „positivsten“ Antworten wären und durch welches Antwortverhalten ein persönlicher Vorteil erzielt werden könnte. Dies verringert die Gefahr von Antwortverfälschungen in Richtung „sozialer Erwünschtheit“, das heißt an sozialen Normen und Werten orientiertes Antwortverhalten.<sup>1197</sup>

Der TdG enthält deshalb weder eine Validitäts-, Kontroll- oder „Lügenskala“ noch einzelne Suppressoritems zur expliziten Messung von Offenheit und Aufdeckung von Simulation (Vortäuschen, „faking good“) oder Dissimulation (Verbergen, „faking bad“), das heißt Vorspiegelung einer scheinbar höheren beziehungsweise niedrigeren Trotzmacht-Ausprägung durch verzerrende Antworten im Sinne des „Selbstideals“. Die Entscheidung gegen die Verwendung eines Fragebogens zur sozialen Erwünschtheit wurde von Untersuchungsergebnissen geleitet, die zeigen, dass selbst derartige Instrumente anfällig gegenüber Verfälschung sein können.<sup>1198</sup> Die Korrelation zwischen dem TdG und einem Fragebogen zur sozialen Erwünschtheit wäre außerdem nicht aussagekräftig im Hinblick auf die Verfälschbarkeit des TdG.<sup>1199</sup> Vollständig können bewusste und unbewusste Verfälschungstendenzen nicht eliminiert werden<sup>1200</sup>, da die Probanden teilweise erahnen

---

<sup>1197</sup> Vgl. Edwards, 1957a; 1970; vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 233.

<sup>1198</sup> Vgl. Pauls / Crost, 2004.

<sup>1199</sup> Vgl. Paulhus, 2002.

<sup>1200</sup> Vgl. Köhnken, 1986; vgl. Hartmann, 1991; vgl. Viswesvaran / Ones, 1999; vgl. Griffith et al., 2007; vgl. Ziegler et al., 2007.

und sich Meinungen darüber bilden, welche Antworten eher „günstig bewertet werden“. Es kann daher nicht komplett ausgeschlossen werden, dass die Veridikalität durch beispielsweise implizite Persönlichkeitstheorien, die Tendenz zur Verheimlichung und positiven Selbstdarstellung („self presentation“, „impression management“)<sup>1201</sup>, selbstwertstützende Urteile („self-serving-bias“) beziehungsweise Antworten im Sinne des individuellen Idealbildes, Überschätzung der eignen Aufrichtigkeit, logische oder Erinnerungsfehler beeinflusst wird.<sup>1202</sup>

In der Instruktion des TdG wird auf die Wichtigkeit einer aufrichtigen Itembeantwortung hingewiesen. Um die Akzeptanz des Fragebogens, die „soziale Validität“ und damit die Bearbeitungsmotivation und -qualität zu erhöhen und validitätsbeeinträchtigenden Verfälschungen entgegenzuwirken, wurde die Instruktion im Hinblick auf den Erhebungszweck so informativ und transparent wie möglich gestaltet.<sup>1203</sup> Auf eine Zusatzinstruktion in Form einer expliziten Aufforderung zur Ehrlichkeit wurde beim TdG verzichtet, da derartige Appelle oft einschüchternd wirken und Ängste der Befragten schüren können. Zudem hat sich ihre Wirkung nicht stärker erwiesen als die der Zusicherung von Anonymität.<sup>1204</sup> Durch Vergleich der Antworten einer Person auf bestimmte Items und Überprüfung der inhaltlichen Übereinstimmung der Reaktionen können gegebenenfalls Inkonsistenzen im Antwortverhalten aufgedeckt werden. Ergebnisse von Personen, bei denen dies der Fall ist, sollten nur mit Vorsicht diagnostisch beziehungsweise therapeutisch verwertet werden.

---

<sup>1201</sup> Vgl. Fowler, 1995, S. 28-29; vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 232, 361; vgl. Raab-Steiner / Benesch, 2012, S. 62.

<sup>1202</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 184-185; vgl. Kallus, 2010, S. 53-55.

<sup>1203</sup> Vgl. Heggstad et al., 2006.

<sup>1204</sup> Vgl. Hoeth / Köbler, 1967, S. 121.

## 4.8 Konstruktvalidität

Bei der Bestimmung der Konstruktgültigkeit<sup>1205</sup> des TdG geht es um die theoretische Fundierung der Trotzmacht des Geistes mittels Prüfung von Annahmen über die Zusammenhangsstrukturen latenter Konstrukte anhand empirischer Daten.<sup>1206</sup> Die Inferenzstatistik ermöglicht die Überprüfung von Erwartungen: Als eine Form empirischen Forschens werden in diesem Kapitel mehrere gerichtete Hypothesen über die Trotzmacht und ihre als allgemein gültig angenommenen Beziehungen zu anderen Variablen formuliert.

Da die Zielpopulation der „deutschsprachigen Erwachsenen“ zu groß ist, um eine Vollerhebung durchführen zu können, ist für die hypothesenprüfenden Untersuchungen zur Validierung des TdG eine ausreichend große Stichprobe als Populationsausschnitt heranzuziehen, welche – im Sinne induktiver Inferenz – Schlussfolgerungen auf die Grundgesamtheit zulässt.<sup>1207</sup> Datenquelle bei der Konstrukt- (wie auch der im nächsten Kapitel beschriebenen Kriteriums-)Validierung war die in Kapitel 4.4 beschriebene Itemanalyse-Stichprobe ( $N = 321$ ).

Es wurde angestrebt, Korrelationen zwischen der Trotzmacht und für sie relevanten Merkmalen nachzuweisen. Durch hypothetisch-deduktives Vorgehen und die (partielle) Überprüfung des „nomologischen Netzwerkes“ der Trotzmacht des Geistes<sup>1208</sup> sollten theoriekonforme Zusammenhänge zwischen den Ergebnissen des TdG und denen konstruktnaher Verfahren analysiert werden.<sup>1209</sup>

Im Hinblick auf theoretisch vorhergesagte Relationen der Trotzmacht mit anderen Variablen (empirische Gesetze) ist zunächst an „geistige Reife“ zu denken: Zwischen Sinnorientierung und geistiger Reife wird in der Logotherapie ein enger Zusammenhang gesehen.<sup>1210</sup> Die Trotzmacht des Geistes ist ein Selbstgestaltungspotenzial, durch ihre Aktivierung überwindet der Mensch eigene Grenzen.<sup>1211</sup> Mit jeder Mobilisierung der Trotzmacht reift der Mensch und entwickelt sich persönlich weiter. Durch ein

---

<sup>1205</sup> Zentraler Aspekt der psychologischen Validitätstheorie; vgl. Hartig et al., 2008.

<sup>1206</sup> Vgl. Moosbrugger / Kelava, 2008a, S. 16.

<sup>1207</sup> Vgl. Fisher, 1925.

<sup>1208</sup> Vgl. Kapitel 3.4.

<sup>1209</sup> Vgl. Cronbach / Meehl, 1955; vgl. Hartig et al., 2008.

<sup>1210</sup> Vgl. Lukas, 1980, S. 18, 37-42.

<sup>1211</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 182; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 71; vgl. Zsok, 1995, S. 137-138.

kontinuierliches „Training“ der Trotzmacht-Aktivierung entsteht eine Reifungsschleife als Prozess inneren Wachstums. Nur wenn die Person auf ihr „Trotz-Potenzial“ nicht oder nur wenig zurückgreift, wird der Reifungsvorgang unterbrochen.<sup>1212</sup> Je stärker die Trotzmacht des Geistes ausgeprägt ist, desto höher sollte daher die Ausprägung der geistigen Reife eines Menschen sein.

Da „geistige Reife“ jedoch nach Wissen der Verfasserin weder in der Logotherapie und Existenzanalyse noch der wissenschaftlichen Psychologie allgemein näher definiert – geschweige denn operationalisiert und von mutmaßlich benachbarten Konstrukten wie „emotionale Stabilität“ und „Weisheit“ abgegrenzt – ist, wurde hier auf eine Verwendung dieses Konzeptes und Überprüfung des Zusammenhangs zur Trotzmacht abgesehen.

#### **4.8.1 Studiendesign und Stichprobenbildung**

Annahmen in Form von a priori theoriegeleiteten Erwartungen im Sinne „konvergenter“ und „diskriminanter“ Validität des TdG sollten explikativ untersucht und inferenzstatistisch getestet werden. Zu diesem Zweck wurde ein korrelativer Untersuchungsansatz gewählt und der TdG zu etablierten Instrumenten in Beziehung gesetzt, welche unter anderem eine Auswahl der in Kapitel 3.3 beschriebenen verwandten Konstrukte erfassen. Eine gewisse Problematik bei der Methodik bestand in der geringen Strukturierung des theoretisch begründbaren nomologischen Netzwerkes.<sup>1213</sup>

Die Konstruktvalidität des TdG wurde in Form von Interdependenzanalysen, das heißt explanativen Untersuchungen von Zusammenhangshypothesen<sup>1214</sup>, überprüft. Da es sich um bivariate Hypothesen handelt, sind jedem Untersuchungsobjekt je zwei Messwerte zugeordnet, die als Messwertpaar in die Berechnung einer Korrelation eingehen und Aussagen über die Enge und Richtung des Zusammenhangs zwischen Trotzmacht und der jeweils anderen Variablen zulassen. Der Anspruch bezüglich der nachfolgend formulierten Erwartungen besteht dabei (lediglich) in der Erforschung der Art und Intensität des Kovariierens der Trotzmacht mit den genannten Merkmalen.

---

<sup>1212</sup> Vgl. Frankl, 1946/2011, S. 140; vgl. auch Frankl / Kreuzer, 1986, S. 71; vgl. Kapitel 3.2 (Abbildung 14).

<sup>1213</sup> Vgl. Kapitel 3.4; vgl. „schwacher Ansatz“ nach Cronbach, 1988.

<sup>1214</sup> Vgl. Selg, 1971.

#### 4.8.2 Hypothesen

Die angenommenen Zusammenhänge kommen in den nachfolgend formulierten fünf Hypothesen zum Ausdruck, die als probabilistische Aussagen zu verstehen sind. Bei ihrer Begründung wird auf die jeweils belangvollen Aussagen der Logotherapie und Existenzanalyse rekurriert.

Eine in der Logotherapie und Existenzanalyse höchst relevante Beziehung ist die zwischen Trotzmacht und *Sinnerfüllung*. Sie soll als erste empirisch überprüft werden:

*Hypothese 1:*

Je höher die Trotzmacht des Geistes ausgeprägt ist, desto höher ist auch die Ausprägung der Sinnerfüllung.

*Begründung:*

Wie die Fachexperten im Rahmen der Expertenbefragung<sup>1215</sup> angemerkt hatten, ist die Aktivierung von Trotzmacht immer in einen Sinnzusammenhang eingebettet und auf die Verwirklichung persönlicher Werte ausgerichtet. Mit Hilfe der Trotzmacht können Barrieren auf dem „Weg zum Sinn“ überschritten und Sinngehalte realisiert werden. Trotzmacht-Mobilisierung ermöglicht damit eine sinnvolle Lebensgestaltung *trotz* aller Widrigkeiten. Nur wenn eine Person einen Wert-vollen *Grund* hat<sup>1216</sup>, stellt sie sich trotzend zu inneren und äußeren Einschränkungen ein und begehrt noetisch dagegen auf. Personen mit hoher Trotzmacht realisieren ihre Werte und sind daher sinnerfüllt.<sup>1217</sup>

*Hypothese 2:*

Je höher die Trotzmacht des Geistes ausgeprägt ist, desto geringer ist grundsätzlich auch die Ausprägung von Sinnkrise.

*Begründung:*

Die Frustration des Willens zum Sinn geht mit innerer Leere und Sinnlosigkeitsgefühlen einher. Existenzielle Erfüllung durch die Verwirklichung von Sinngehalten und das

---

<sup>1215</sup> Vgl. Kapitel 4.3.2.

<sup>1216</sup> Vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 73.

<sup>1217</sup> Vgl. Frankl, 1975/2005, S. 51, 206; vgl. Böschmeyer, 1988a, S. 341; vgl. Kapitel 2.10, 2.11 (Abbildungen 10 und 11), 2.13 (Abbildung 13) und 3.2 (Abbildung 14).

gleichzeitige Erleben existenzieller Frustration, eines existenziellen Vakuums oder gar einer noogenen Neurose würden widersprüchliche Erfahrungen bedeuten und schließen sich per definitionem gegenseitig aus.<sup>1218</sup>

*Hypothese 3:*

Je geringer die Trotzmacht des Geistes ausgeprägt ist, desto höher ist die Ausprägung der „existenziellen Indifferenz“. Das heißt, bei geringer Sinnerfüllung ist Sinnkrise umso niedriger ausgeprägt, je geringer auch die Ausprägung der Trotzmacht ist.

*Begründung:*

In einer repräsentativen Befragung der deutschen Bevölkerung wurde von Schnell & Becker ein bisher wissenschaftlich kaum wahrgenommener „Sinn-Typ“ identifiziert.<sup>1219</sup> Sinnerfüllung und Sinnkrise wurden dabei nicht wie bisher als gegensätzliche Pole auf *einem* „Sinn-Kontinuum“ erfasst, sondern als unterschiedliche „Sinn-Qualitäten“ auf zwei Skalen. Der Befund gibt Hinweise darauf, dass von rund einem Drittel der Gesellschaft Sinnlosigkeit erlebt wird, die sich jedoch nicht krisenhaft auswirkt: Die von den Autoren so genannten „existenziell indifferenten“ Personen nehmen ihr Leben nicht als sinnerfüllt wahr, leiden jedoch nach eigener Auskunft nicht unter diesem Umstand.

Entsprechend der Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ entsteht bei Menschen mit einer „ohnmächtigen“ Haltung gegenüber auftauchenden Sinnbarrieren eine sich selbst aufrechterhaltende Spirale aus fehlender Sinnerfüllung und sukzessiver Verkümmern des „Trotz-Potenzials“. Die an sich vorhandenen Sinnmöglichkeiten des Lebens werden zunehmend weniger wahrgenommen, dadurch bleiben jedoch auch Mangelerebnisse und das Entstehen einer Sinnkrise aus. Während Menschen mit geringer Trotzmacht des Geistes in diesem Zustand verbleiben, können Personen mit hoher Trotzmacht-Ausprägung der Sinnlosigkeit „trotzen“ und sie überwinden. Das gleichzeitige Auftreten von geringer Sinnerfüllung und geringer Sinnkrise zeigt sich daher nur dann, wenn die Trotzmacht ebenfalls gering ausgeprägt ist.<sup>1220</sup>

Zur weiteren Prüfung der konvergenten Validität des TdG wurden zwei Elemente aus dem nomologischen Netzwerk der Trotzmacht des Geistes herangezogen: *Resilienz* und

---

<sup>1218</sup> Vgl. Kapitel 2.6., 2.11., 2.13 (Abbildung 13) und 3.2 (Abbildung 14).

<sup>1219</sup> Vgl. Schnell, 2008; 2009a; 2010; vgl. Kapitel 3.5.

<sup>1220</sup> Vgl. Kapitel 3.5.

*Selbstwirksamkeit.* Aufgrund der personell und zeitlich begrenzten Ressourcen konnten im Rahmen der vorliegenden Arbeit die Beziehungen der Trotzmacht zu ihren als benachbart identifizierten Konstrukten<sup>1221</sup> nicht gesamthaft empirisch analysiert werden. Da sich keines der Konstrukte bezüglich seiner inhaltlichen Überlappungen mit Trotzmacht im Vergleich zu den anderen besonders hervorhebt<sup>1222</sup>, wurde die Auswahl subjektiv getroffen, unter Beachtung der Verfügbarkeit psychometrisch befriedigender und zugleich ökonomischer Messinstrumente:

Abbildung 25: Auswahl zweier Konstrukte aus dem nomologischen Netzwerk der Trotzmacht des Geistes im Rahmen der konvergenten Validierung



*Hypothese 4:*

Zwischen der Trotzmacht des Geistes und Resilienz besteht eine substanzielle, gleichläufige Beziehung: Je höher die Trotzmacht des Geistes ausgeprägt ist, desto höher

---

<sup>1221</sup> Vgl. Kapitel 3.3 und 3.4.

<sup>1222</sup> Vgl. Kapitel 3.4, Tabelle 1.

ist auch die Ausprägung der Resilienz. Die positive Korrelation zwischen den beiden Merkmalen sollte im mittleren Bereich liegen.

*Hypothese 5:*

Zwischen der Trotzmacht des Geistes und Allgemeiner Selbstwirksamkeitserwartung besteht eine zu Hypothese 4 analoge Beziehung. Auch hier wird ein gleichsinniger und im Betrag mittlerer Zusammenhang erwartet.

*Begründung der Hypothesen 4 und 5:*

Die Schnittmengen zwischen der Trotzmacht des Geistes und Resilienz beziehungsweise Selbstwirksamkeitserwartung enthalten einige Aspekte, welche bereits aufgezeigt wurden: Trotzmacht des Geistes und Resilienz ist insbesondere der ressourcenorientierte Ansatz gemein, sowie die Betrachtung beider Konstrukte als Widerstandsfähigkeit, welche dem Menschen einen entwicklungsbegünstigenden Umgang mit gesundheitsgefährdenden (bei Resilienz) beziehungsweise sinnwidrigen (bei Trotzmacht) Lebensbedingungen ermöglicht.<sup>1223</sup> Trotzmacht und Selbstwirksamkeit ähneln sich dagegen vor allem bezüglich ihrer Konstruktart, insofern als es sich bei beiden um generalisierte, grundlegende Überzeugungen beziehungsweise Haltungen zum Leben handelt.<sup>1224</sup> Jedoch erfassen Trotzmacht und SWE beziehungsweise Resilienz partiell Unterschiedliches. Sie sind nicht redundant, sondern voneinander abgrenzbar.

Da es sich hier um einen Forschungsbereich handelt, der noch nicht weit entwickelt ist, erschien es nicht möglich, die hypothetisch behaupteten Beziehungen zwischen den Merkmalen in diesem Untersuchungsstadium exakt zu definieren: Spezifische Hypothesen, welche genaue Aussagen über die Größen der erwarteten Zusammenhänge („Effektgrößen“<sup>1225</sup>) beinhalten, wurden vorerst nicht formuliert.

Die inhaltlich formulierten Erwartungen können zum Zweck ihrer empirischen Überprüfung in komplementäre statistische Hypothesen transformiert werden:

$H_1: \rho > 0$  für die Hypothesen 1, 4 und 5

$H_1: \rho < 0$  für die Hypothesen 2 und 3

---

<sup>1223</sup> Vgl. Kapitel 3.3.1 und 3.4.

<sup>1224</sup> Vgl. Kapitel 3.3.5 und 3.4.

<sup>1225</sup> Bortz / Döring, 2006, S. 52.

H<sub>1</sub> entspricht der gerichteten Alternativ- und zugleich Forschungshypothese und postuliert einen positiven Zusammenhang zwischen Trotzmacht des Geistes und Sinnerfüllung / Resilienz / Selbstwirksamkeitserwartung sowie einen negativen zwischen Trotzmacht und Sinnkrise / existenzieller Indifferenz in der Population.

H<sub>0</sub> als Nullhypothese kontrastiert H<sub>1</sub> und geht von keiner oder einer der H<sub>1</sub> gegengerichteten Beziehung zwischen Trotzmacht und jedem der fünf anderen Konstrukte aus:

H<sub>0</sub>:  $\rho \leq 0$  für die Hypothesen 1, 4 und 5

H<sub>0</sub>:  $\rho \geq 0$  für die Hypothesen 2 und 3

### 4.8.3 Messinstrumente

Die Konstruktvalidierung ist nur dann erfolgsversprechend, wenn zur Operationalisierung aller Variablen gut gesicherte Verfahren herangezogen werden.<sup>1226</sup>

Zur Überprüfung der Hypothesen 1 bis 3 diente der als valide betrachtete „Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn (LeBe)“<sup>1227</sup> von Schnell & Becker. Das 151 Items umfassende Instrument wurde bereits in Kapitel 2.1 vorgestellt. Neben den 26 als so genannte „Lebensbedeutungen“ bezeichneten Dimensionen beinhaltet es zwei weitere Skalen, welche zum einen getrennt von den Lebensbedeutungen auszuwerten sind, zum anderen auch als gegenseitig voneinander relativ unabhängig ( $r = - .37$ ) gelten: „Sinnerfüllung“ – als Ausmaß, in dem eine Person ihr Leben als sinnvoll erlebt – sowie „Sinnkrise“ – als Ausmaß der Sinnleere und des Leidens an einem Mangel an Sinn.<sup>1228</sup>

Vier komplementäre Aspekte der Sinnerfüllung sind im LeBe integriert: Die Annahme, dass das Leben einen Sinn hat; die Wahrnehmung des eigenen Handelns als bedeutungsvoll; die Existenz einer Lebensaufgabe; die Einordnung des eigenen Lebens

---

<sup>1226</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 201.

<sup>1227</sup> Vgl. Schnell / Becker, 2007.

<sup>1228</sup> Die Genehmigung zum Nachdruck der beiden LeBe-Skalen wurde beim Hogrefe Verlag käuflich erworben.

in etwas größeres Ganzes.<sup>1229</sup> Die Skala „Sinnerfüllung“ beansprucht eine „reine“ Erfassung des Konstruktes, da zu seiner Operationalisierung benachbarte Konstrukte wie „Interesse am Leben“ oder „Optimismus“ ausgegrenzt wurden. Sie besteht aus fünf Items, welche im LeBe auf einer sechsstufigen Skala von „stimme überhaupt nicht zu“ (0 Punkte) bis „stimme vollkommen zu“ (5 Punkte) beantwortet werden:

*Ich habe ein erfülltes Leben.*

*Ich erlebe das, was ich tue, als bedeutungsvoll.*

*Ich habe eine Lebensaufgabe.*

*Ich fühle mich als Teil eines größeren Ganzen.*

*Ich glaube, mein Leben hat einen tieferen Sinn.*

Mit der Skala „Sinnkrise“ werden „typische Merkmale“ einer solchen erhoben: die Empfindung von Leere, Sinnlosigkeit und erfolglose Sinnsuche. Wiederum fünf Items bilden die Skala ab:

*Ich leide darunter, dass ich in meinem Leben keinen Sinn entdecken kann.*

*Mein Leben erscheint mir leer.*

*Mein Leben erscheint mir sinnlos.*

*Wenn ich über den Sinn meines Lebens nachdenke, empfinde ich nur Leere.*

*Ich stecke in einer Sinnkrise.*

Die innere Konsistenz der Skala „Sinnkrise“ wird mit .92 angegeben, die der Skala „Sinnerfüllung“ mit .74. Für letztere liegen auch Retest-Reliabilitäten vor:  $r = .84$  nach zwei Monaten,  $r = .82$  nach vier Monaten und  $r = .72$  nach sechs Monaten.<sup>1230</sup> Der LeBe korreliert sowohl mit dem Gesamtwert der ESK<sup>1231</sup> ( $r = .65$ ) als auch mit allen vier ESK-Skalen einzeln. Die Korrelation zwischen „Sinnerfüllung“ und der ESK beträgt .30.<sup>1232</sup> Zwischen „Sinnerfüllung“ und der Skala „Sinnhaftigkeit“ der SOC<sup>1233</sup> wurde eine Korrelation von .46 gefunden.<sup>1234</sup>

---

<sup>1229</sup> Vgl. Schnell, 2009a, S. 196-197.

<sup>1230</sup> Vgl. Schnell / Becker, 2007, S. 35-36.

<sup>1231</sup> Vgl. Kapitel 2.12.2.

<sup>1232</sup> Vgl. Schnell / Becker, 2007, S. 47-49.

<sup>1233</sup> Vgl. Kapitel 3.3.2.

<sup>1234</sup> Vgl. Schnell, 2009a, S. 254.

Die aus den Forschungshypothesen abgeleiteten operationalen Alternativhypothesen besagen, dass zwischen SININDEX sowie den TdG-Subskalen einerseits und dem LeBe-Skalenwert „Sinnerfüllung“ andererseits hohe positive Korrelationen bestehen. Zudem wird bei existenzieller Indifferenz ein positiver Zusammenhang zwischen den TdG-Werten und dem Skalenwert „Sinnkrise“ des LeBe erwartet.

Die Operationalisierung von Resilienz im Rahmen der Überprüfung von Hypothese 4 erfolgte über die revidierte Kurzskaala „RS-13“ von Leppert et al.<sup>1235</sup> Dem ökonomischen Fragebogeninstrument liegt das Trait-Konzept der Resilienz von Block & Block<sup>1236</sup> und die psychodynamische Definition von Ego-Resilienz zugrunde. Danach wird Resilienz als dynamische, dispositionelle Fähigkeit verstanden, positive Affekte entsprechend der jeweiligen Umwelтанforderungen kontrollieren und modifizieren und sich je nach situativen Belastungen ausgewogen anpassen zu können. Die RS-13 erfasst Resilienz im Sinne emotionaler Stabilität. Die folgenden 13 Statements werden auf einer siebenstufigen Likert-Skala beurteilt (1 = „nein – Ich stimme nicht zu“, 7 = „ja – stimme völlig zu“):

1. *Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch.*
2. *Normalerweise schaffe ich alles irgendwie.*
3. *Ich lasse mich nicht so schnell aus der Bahn werfen.*
4. *Ich mag mich.*
5. *Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen.*
6. *Ich bin entschlossen.*
7. *Ich nehme die Dinge wie sie kommen.*
8. *Ich behalte an vielen Dingen Interesse.*
9. *Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.*
10. *Ich kann mich auch überwinden, Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will.*
11. *Wenn ich in einer schwierigen Situation bin, finde ich gewöhnlich einen Weg heraus.*
12. *In mir steckt genügend Energie, um alles zu machen, was ich machen muss.*
13. *Ich kann es akzeptieren, wenn mich nicht alle Leute mögen.*

---

<sup>1235</sup> Vgl. Leppert et al., 2008; vgl. auch Leppert / Strauß, 2011; vgl. Kapitel 8, Anhang F, Abbildung F-1; Verwendung der Skala mit freundlicher Genehmigung durch Dr. Karena Leppert in einer persönlichen Email an die Verfasserin am 10.12.2012.

<sup>1236</sup> Vgl. Block / Kremen, 1996; vgl. Block / Block, 2006; vgl. auch Wagnild / Young, 1993, sowie Wagnild, 2009.

Die Auswertung erfolgt über die Addition der Punktwerte. Für die Interpretation der Resilienz-Ausprägung wird folgendes Schema zur Verfügung gestellt: Punktwerte 13-66 = niedrig; Punktwerte 67-72 = moderat; Punktwerte 73-91 = hoch. Normwert und Prozentränge finden sich bei Leppert et al., 2008. Als innere Konsistenz der RS-13 wird dort  $\alpha = .90$  angegeben, als Retest-Reliabilität für die gesamte Skala  $.61$  und für die Unterskalen „Kompetenz“ und „Akzeptanz“  $.59$  beziehungsweise  $.69$ .<sup>1237</sup>

Selbstwirksamkeit wurde über die „Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (SWE)“ von Matthias Jerusalem und Ralf Schwarzer<sup>1238</sup> (Freie Universität Berlin) erhoben. Es handelt sich um ein eindimensionales Fragebogenverfahren mit 10 gleichsinnig gepolten und auf einer vierstufigen Skala von „stimmt nicht“ bis „stimmt genau“ zu beantwortenden Items:

1. *Wenn sich Widerstände auftun, finde ich Mittel und Wege, mich durchzusetzen.*
2. *Die Lösung schwieriger Probleme gelingt mir immer, wenn ich mich darum bemühe.*
3. *Es bereitet mir keine Schwierigkeiten, meine Absichten und Ziele zu verwirklichen.*
4. *In unerwarteten Situationen weiß ich immer, wie ich mich verhalten soll.*
5. *Auch bei überraschenden Ereignissen glaube ich, dass ich gut mit ihnen zurechtkommen kann.*
6. *Schwierigkeiten sehe ich gelassen entgegen, weil ich meinen Fähigkeiten immer vertrauen kann.*
7. *Was auch immer passiert, ich werde schon klarkommen.*
8. *Für jedes Problem kann ich eine Lösung finden.*
9. *Wenn eine neue Sache auf mich zukommt, weiß ich, wie ich damit umgehen kann.*
10. *Wenn ein Problem auftaucht, kann ich es aus eigener Kraft meistern.*

Jedes Item drückt eine internal-stabile Attribution der Erfolgserwartung aus, worin der entscheidende Unterschied zum dispositionalen Optimismus liegt.<sup>1239</sup> Durch Aufsummieren der Punktwerte aller 10 Antworten ergibt sich bei Verwendung des vorgegebenen Antwortformats ein individueller Testwert zwischen 10 und 40. Die Mittelwerte liegen für die meisten Stichproben bei circa 29 Punkten, die

---

<sup>1237</sup>  $N = 206$  Medizinstudierende der Universität Jena, zwei Messwiederholungen, Zeitintervalle werden nicht genannt.

<sup>1238</sup> Vgl. Schwarzer / Jerusalem, 1999; veröffentlicht unter <http://www.selbstwirksam.de>, Nachdruckgenehmigung nicht erforderlich.

<sup>1239</sup> Vgl. Schwarzer, 1994; vgl. Kapitel 3.3.5.

Standardabweichung bei ungefähr 4 Punkten.<sup>1240</sup> Die ursprünglich aus 20 Items bestehende Skala wird seit 1981 in der ökonomischen 10-Item-Version mit nur leichten redaktionellen Anpassungen verwendet. Die guten psychometrischen Kennwerte, die Eindimensionalität sowie der prädiktive Wert des Instrumentes wurden im Laufe zweier Jahrzehnte in zahlreichen Studien bestätigt. Beim Vergleich von 23 Nationen streuten die inneren Konsistenzen (Cronbach- $\alpha$ ) zwischen .76 und .90, in allen deutschen Stichproben zwischen .80 und .90.<sup>1241</sup>

Es wurde eine enge Verwandtschaft der SWE zu Resilienz ( $r = .68$ ) gefunden.<sup>1242</sup> Außerdem hängt das SWE-Konzept stark mit Kontrollüberzeugung zusammen: Kinder mit hoch ausgeprägter Selbstwirksamkeitserwartung haben eher eine internale Kontrollüberzeugung und einen realistischen Attribuierungsstil.<sup>1243</sup>

Die operationalen Alternativhypothesen sagen eine signifikante positive Korrelation zwischen den TdG-Werten und dem RS-13- beziehungsweise SWE-Gesamtwert vorher. Jedoch sollten sich Trotzmacht und Resilienz respektive Selbstwirksamkeitserwartung als benachbarte, aber nicht äquivalente Konstrukte erweisen.

#### 4.8.4 Datenanalyse und Überprüfung der Hypothesen

Mittels des Signifikanztestmodells<sup>1244</sup> zur statistischen Überprüfung der Erwartungen wurden die gerichteten Alternativhypothesen mit einem einseitigen Signifikanztest geprüft. Im Hinblick auf alle fünf „abhängigen“ Variablen wurde dabei zunächst der Frage nachgegangen, ob die Untersuchungsergebnisse durch die Nullhypothese  $H_0$  erklärt werden können.

Die grafischen Darstellungen der Testwertverteilungen aller parallel zum TdG eingesetzten Skalen finden sich in den Abbildungen F-2 bis F-5 im Anhang.<sup>1245</sup> Die deskriptivstatistischen Kenngrößen ergaben sich wie folgt:

---

<sup>1240</sup> Vgl. Schwarzer / Jerusalem, 1999; vgl. Schwarzer et al., 1999.

<sup>1241</sup> Vgl. ebd.; vgl. Leganger et al., 2000; vgl. Hinz et al., 2006.

<sup>1242</sup> Vgl. Hinz et al., 2006.

<sup>1243</sup> Vgl. Fröhlich-Gildhoff / Rönna-Böse, 2009, S. 47.

<sup>1244</sup> Vgl. Fisher, 1925.

<sup>1245</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang F.

Tabelle 8: Konstruktvalidierung – Statistische Kennwerte der verwendeten Skalen

Kennwerte Skalen	TdG - SININDEX (20 Items)	LeBe - Sinnerfüllung (5 Items)	LeBe - Sinnkrise (5 Items)	RS-13 (13 Items)	SWE (10 Items)
Bereich erreichbarer Testwerte	0-60	0-15	0-15	0-39	0-30
Mittelwert	39.45	9.00	6.26	25.4	17.07
Standardabweichung	9.22	3.15	1.07	7.74	6.55
Varianz	84.94	9.91	1.14	59.95	42.88
Median	42	10	6	27	18
1. Quartil	37	7	6	21	12
2. Quartil (= Modus)	42	7	7	23	19
3. Quartil	46	11	7	32	23
Minimum	13	2	3	7	5
Maximum	56	15	10	37	28
Spannweite	43	13	7	30	23
Schiefe <sup>a</sup>	- 1.296	- .433	- .172	- .652	- .223
Exzess <sup>b</sup>	1.127	- .682	.070	- .365	- 1.084

<sup>a</sup> Standardfehler = .136<sup>b</sup> Standardfehler = .271

Tabelle 9 zeigt die zur Bestimmung der Zusammenhänge zwischen TdG und den anderen Skalen ermittelten Produkt-Moment-Korrelationen (jeweils  $p < 0.01$ , zweiseitig):

Tabelle 9: Konstruktvalidierung – Korrelationen zwischen TdG und allen anderen Skalen

TdG andere Skalen	LeBe - Sinnerfüllung (5 Items)	LeBe - Sinnkrise (5 Items)	RS-13 (13 Items)	SWE (10 Items)
<b>SININDEX (20 Items)</b>	.90	- .21	.66	.63
<b>Selbstgestaltung (8 Items)</b>	.83	- .19	.60	.58
<b>Lebensgestaltung (4 Items)</b>	.74	- .21	.54	.54
<b>Selbstbestimmung (4 Items)</b>	.79	- .21	.61	.61
<b>Lebensmut (4 Items)</b>	.72	- .09	.50	.42

Im Folgenden werden die Untersuchungsergebnisse hinsichtlich der aufgestellten Hypothesen betrachtet.

*Zu Hypothese 1:*

Wie vorhergesagt zeigt sich eine positive Beziehung zwischen Trotzmacht des Geistes und der Skala „Sinnerfüllung“ des LeBe. Der Zusammenhang ist – betrachtet man den SININDEX – zudem sehr hoch ( $r = .90$ ). Außerdem korreliert Sinnerfüllung mit allen vier TdG-Subskalen hoch (zwischen  $.72$  und  $.83$ ). Aufgrund der Konsistenz der theoretischen Vorhersage mit dem empirischen Befund wird die Nullhypothese  $H_0$  zurückgewiesen und die Forschungshypothese  $H_1$  beziehungsweise die damit geprüfte „Trotzmacht-Theorie“ vorläufig als richtig angenommen.

*Zu Hypothese 2:*

Der Zusammenhang zwischen TdG und den Werten der LeBe-Skala „Sinnkrise“ ist wie erwartet „grundsätzlich“ negativ. Zwar korrelieren die beiden Skalen nur gering, wofür jedoch vor allem die Probandengruppe mit geringer Sinnerfüllung und zugleich geringer Sinnkrise verantwortlich ist: Durch die in Hypothese 3 vorhergesagte Existenz dieser Gruppe nur unter der Voraussetzung geringer Trotzmacht ist die Korrelation zwischen SININDEX und Sinnkrise bei diesem „Sinn-Typ“ positiv ( $r = .47$ ). Schließt man diese Teilgruppe der „existenziell Indifferenten“ aus der Berechnung aus, ergibt sich eine hohe negative Korrelation zwischen SININDEX und Sinnkrise von  $r = - .82$ . Wiederum ist  $H_0$  abzulehnen und  $H_1$  bis auf weiteres zu akzeptieren.

*Zu Hypothese 3:*

Die Korrelation zwischen den LeBe-Skalen „Sinnerfüllung“ und „Sinnkrise“ betrug  $r = - .38$ .<sup>1246</sup> Da die beiden Konstrukte durch getrennte Skalen erfasst wurden, ist durch die Dichotomisierung der Ausprägungen beider Skalen (ausgerichtet am theoretischen Mittelwert) eine Gruppierung in vier „Sinn-Typen“ möglich<sup>1247</sup>:

---

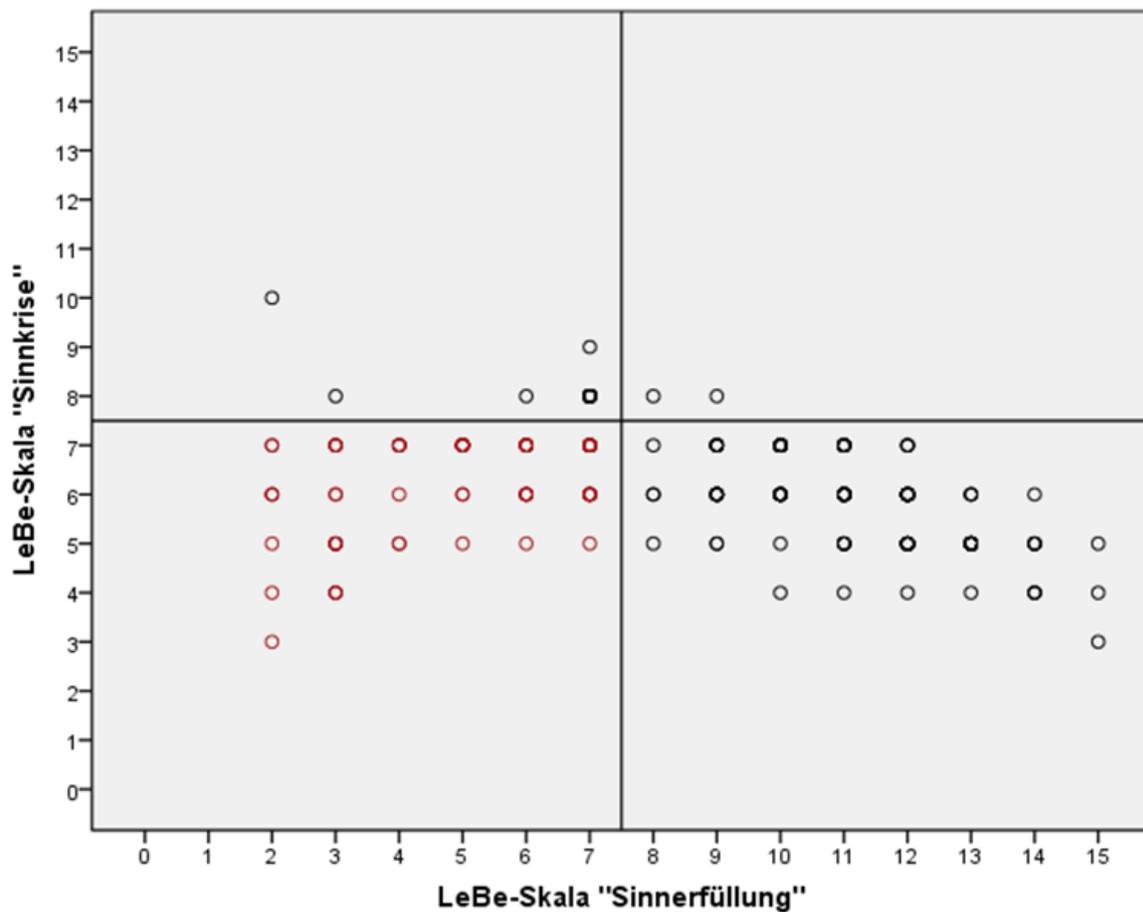
<sup>1246</sup> Auffallend übereinstimmend mit dem bei Schnell / Becker (2007, S. 38) angegebenen Wert von  $r = - .37$ .

<sup>1247</sup> Vgl. Schnell, 2008

- Typ 1: Hohe Sinnerfüllung, niedrige Sinnkrise
- Typ 2: Hohe Sinnkrise, niedrige Sinnerfüllung
- Typ 3: Hohe Sinnerfüllung, hohe Sinnkrise
- Typ 4: Niedrige Sinnerfüllung, niedrige Sinnkrise

Das folgende Streudiagramm zeigt den Zusammenhang zwischen Sinnerfüllung und Sinnkrise sowie die Zugehörigkeit der Testpersonen zu jeweils einer der vier Gruppen als Punktwolke.

Abbildung 26: Streudiagramm LeBe-Skalen „Sinnerfüllung“ und „Sinnkrise“ (N = 321)



Die mit Abstand größte Anzahl der Untersuchungsteilnehmer gehört zu Sinn-Typ 1: 196 Personen, das heißt 61.1% der Gesamtstichprobe, finden sich grafisch gesehen im rechten unteren Feld des Streudiagramms. Zum Sinn-Typ 2 (linkes oberes Feld im

Koordinatensystem) zählen 30 Testpersonen (9.3%). Typ 3 (2 Personen = 0.6%) ist inhaltlich nicht nachvollziehbar, wie bereits in der Begründung zu Hypothese 2 dargelegt wurde: Das simultane Erleben von Sinnerfüllung und Sinnkrise ist unplausibel. Dieser Typ wird daher nicht weiter betrachtet. Sinn-Typ 4 dagegen wurde wie geschildert bereits empirisch nachgewiesen. Das bisher kaum erforschte Phänomen der existenziellen Indifferenz zeigt sich auch hier: Bei 93 Personen (mit 29.0% aller Testpersonen die zweitgrößte Gruppe) ist niedrige Sinnerfüllung mit einer geringen Ausprägung von Sinnkrise verbunden (linkes unteres Feld). Damit scheinen 75% der Befragten, die in ihrem Leben laut Selbstauskunft keinen oder nur wenig Sinn erleben, diesen auch nicht zu vermissen. Die Gruppe der existenziell Indifferenten ist in Abbildung 26 durch die rot eingefärbten Kreise repräsentiert.

Aufgrund des – im Rahmen der Überprüfung von Hypothese 1 gefundenen – insgesamt (sehr) hohen positiven Zusammenhangs zwischen Trotzmacht und Sinnerfüllung haben die hier betrachteten, der Gruppe mit geringer Sinnerfüllung angehörigen Testpersonen zugleich auch geringe Trotzmacht-Ausprägung. Der SININDEX-Mittelwert der 93 Personen, bei denen sowohl Sinnerfüllung als auch Sinnkrise niedrig ausgeprägt sind, ist mit  $AM = 28.12$  ( $SD = 8.49$ ; Maximum = 38) jedoch wie erwartet im Vergleich zur Gesamtstichprobe ( $AM_{SININDEX} = 39.45$ ,  $SD = 9.22$ , Maximum = 56) als auch zu Sinn-Typ 1 ( $AM_{SININDEX} = 44.88$ ,  $SD = 3.42$ , Maximum = 56) und Sinn-Typ 2 ( $AM_{SININDEX} = 39.00$ ,  $SD = 4.27$ , Maximum = 43) wesentlich geringer. Bei den existenziell Indifferenten beträgt die Korrelation zwischen Sinnerfüllung und -krise  $r = .46$ . Dagegen liegt keine signifikante Korrelation mehr vor, wenn Trotzmacht als „Störvariable“ ausgeschlossen wird (partieller Korrelationskoeffizient: .13, Signifikanz (zweiseitig): .230). Der Zusammenhang zwischen geringer Sinnerfüllung und geringer Sinnkrise ist somit auf den Einfluss der Trotzmacht zurückzuführen, und das Phänomen der existenziellen Indifferenz scheint nur dann aufzutreten, wenn zugleich geringe Trotzmacht vorliegt. Dieses Ergebnis entspricht exakt den Vorhersagen der Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“. Die Nullhypothese wird auch hier verworfen, während die Alternativhypothese wiederum vorläufig als richtig erachtet werden kann.

Soziodemografisch ist die Gruppe der existenziell Indifferenten folgendermaßen charakterisiert: 52.7% sind männlich, das Durchschnittsalter liegt bei 44 Jahren ( $SD = 18.28$ , Range = 20-83 Jahre). 63.4% sind verheiratet oder in fester Beziehung lebend, 65.6% kinderlos, 44.1% gläubig. 60.2% haben Allgemeine Hochschulreife, weitere

25.8% einen Realschulabschluss, 39.8% eine abgeschlossene Berufsausbildung, 58.1% einen Hochschulabschluss. 44.1% der existenziell indifferenten Personen sind beruflich als Angestellte tätig.

Die soziodemografischen Daten der Sinn-Typen 1, 2 und 4 finden sich in Tabelle F-1 im Anhang.<sup>1248</sup> Bei Typ 1 liegt der Anteil männlicher Testpersonen bei 43.9% und der Altersdurchschnitt beträgt 45 Jahre (SD = 17.51, Range = 18 bis 88). In der Typ 2-Gruppe sind die Probanden jeweils zur Hälfte männlich und weiblich und im Durchschnitt 44 Jahre alt (SD = 16.22, Range = 21-77 Jahre). In Bezug auf die Zugehörigkeit zu den drei Sinn-Typen zeigt sich damit keine Abhängigkeit vom Alter, ferner ergibt sich kein Geschlechtseffekt. Die Mittelwertvergleiche zwischen den drei Teilgruppen lassen erkennen, dass auch keine der anderen erhobenen Variablen signifikanten Einfluss darauf hat, welchem Sinn-Typ ein Mensch angehört.

*Zu den Hypothesen 4 und 5:*

Die erwartete gleichsinnige Beziehung mittleren Ausmaßes zwischen Trotzmacht des Geistes und den beiden verwandten Konstrukten bestätigte sich (vgl. Tabelle 9). Trotzmacht und Resilienz beziehungsweise Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung weisen diesen Befunden zufolge jeweils große Gemeinsamkeiten auf, gleichzeitig aber auch eigenständige Varianzanteile. Zwischen den Konstrukten besteht zwar eine enge Beziehung, sie sind jedoch nicht austauschbar. Auch hier ist  $H_0$  abzulehnen und vorerst von der Gültigkeit der  $H_1$  auszugehen.

Auf Basis einer Restwahrscheinlichkeit für eine Fehlentscheidung unter 5% kann damit hinsichtlich der Hypothesen 1 bis 5 auf die Richtigkeit der jeweiligen Alternativhypothese geschlossen werden.<sup>1249</sup>

---

<sup>1248</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang F.

<sup>1249</sup> Vgl. Fisher, 1925; vgl. Cowles / Davis, 1982; vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 27.

## 4.9 Kriteriumsvalidität

Kriterienbezogene Validität des TdG liegt vor, wenn seine Ergebnisse mit den Messungen eines Trotzmacht-korrespondierenden manifesten Merkmals übereinstimmen.<sup>1250</sup> Die Kriteriumsvalidierung des TdG wird stark erschwert dadurch, dass eine objektiv beobachtbare, theoretisch fundierte, zugleich praktisch relevante und für die Trotzmacht des Geistes indikative Kriteriumsvariable nicht ausgemacht werden kann.

Um trotz der Problematik des Mangels an einem adäquaten Außenkriterium eine Übereinstimmungsvalidität („concurrent validity“)<sup>1251</sup> ermitteln zu können, wurde im Sinne eines quasi-experimentellen, explorativen Vorgehens die so genannte „Technik der bekannten Gruppen“ („known groups“)<sup>1252</sup> herangezogen.

### 4.9.1 Studiendesign und Stichprobenbildung

Als Kriterium wurde die Zugehörigkeit zu einer hypothetisch als solche betrachteten „Extremgruppe“ betrachtet, bei welcher eine hohe Trotzmacht-Ausprägung theoretisch vorhergesagt wird. Höhere TdG-Werte derartiger isolierter Gruppen gegenüber der „Normalstichprobe“ – das heißt der in Kapitel 4.4 beschriebenen Itemanalyse-Stichprobe – wären ein Indiz für die Kriteriumsvalidität des Fragebogens.

In diesem Sinne wurde der TdG zwei spezifischen Personengruppen vorgelegt: Körperlich eingeschränkten und nicht eingeschränkten (Leistungs-)Sportlern. Konkret handelt es sich bei den Testpersonen um Basketball- und Rugby-Spieler der 1. und 2. Bundesliga (vereinzelt auch Regionalliga) aus dem gesamten deutschen Bundesgebiet. Im Folgenden werden die beiden Vergleichsstichproben beschrieben:

*Extremgruppe 1 („EG1“):*

Nichtbehinderte (Leistungs-)Sportler ( $N = 330$ , davon 253 Männer = 76.7%; Durchschnittsalter = 27 Jahre,  $SD = 5.57$ , Range = 18-46 Jahre).

---

<sup>1250</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 200.

<sup>1251</sup> Test- und Kriteriumswert werden zum selben Zeitpunkt erhoben – anders als bei der prognostischen Validität („predictive validity“), bei der die Testergebnisse ein zukünftiges Kriterium vorhersagbar machen sollen; vgl. z.B. Bortz / Döring, 2006, S. 200-201.

<sup>1252</sup> Vgl. ebd., S. 201; vgl. Schnell et al., 1999, S. 150.

Die Extremgruppe 1 kann in zwei Untergruppen differenziert werden:

1. Nichtbehinderte Basketballer („EG1-BB“)

( $N = 152$ , davon 114 Männer = 75.0%; Durchschnittsalter = 28 Jahre,  $SD = 6.09$ , Range = 19-46 Jahre)

2. Nichtbehinderte Rugby-Spieler („EG1-RUG“)

( $N = 178$ , davon 139 Männer = 78.1%; Durchschnittsalter = 26 Jahre,  $SD = 4.89$ , Range = 18-42 Jahre)

Die Probanden der EG1 gehörten zum Zeitpunkt der Befragung einer der in Abbildung G-1<sup>1253</sup> aufgelisteten 102 Vereinen / Mannschaften (Basketball: 58, Rugby: 44) an.

*Extremgruppe 2 („EG2“):*

Rollstuhl-Sportler ( $N = 172$ , davon 142 Männer = 82.6%; Durchschnittsalter = 32 Jahre,  $SD = 7.54$ , Range = 18-52 Jahre)

Die Extremgruppe 2 besteht wiederum aus zwei Untergruppen:

1. Rollstuhl-Basketballer („EG2-BB“)

( $N = 114$ , davon 93 Männer = 81.6%; Durchschnittsalter = 33 Jahre,  $SD = 7.76$ , Range = 18-52 Jahre)

2. Rollstuhl-Rugby-Spieler („EG2-RUG“)

( $N = 58$ , davon 49 Männer = 84.5%; Durchschnittsalter = 31 Jahre,  $SD = 7.05$ , Range = 20-45 Jahre)

Rollstuhl-Basketball und -Rugby sind Behindertensportarten und Disziplinen der Paralympics (Olympische Spiele für Sportler mit Behinderung). Während beim harten Rollstuhl-Rugby<sup>1254</sup> nur Menschen mitspielen dürfen, die an mindestens drei Gliedmaßen

---

<sup>1253</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang G.

<sup>1254</sup> Die Sportart entstand in den 1970er Jahren in Kanada und wurde dort anfänglich „Murderball“ genannt; vgl. <http://de.wikipedia.org/wiki/Rollstuhlrugby>.

Einschränkungen vorweisen können – zumeist Querschnittsgelähmte (auch Tetraplegiker), Polio-Gelähmte, Amputierte (einschließlich Spieler ohne Hände) und Spastiker –, ist dies beim Rollstuhl-Basketball auch – aus Sicht der behinderten Sportler so genannten – „Fußgängern“ (Nichtbehinderten) erlaubt. Probanden der Extremgruppe 2 waren jedoch ausschließlich körperbehinderte Sportler.

Das funktionale Klassifizierungssystem des internationalen Rollstuhl-Basketball-Verbandes (International Wheelchair Basketball Federation, IWBF)<sup>1255</sup> differenziert – in der Absicht eines Ausgleichs zwischen Mitspielern mit unterschiedlich starken Behinderungen – acht Stufen von Behinderungsgraden: Angefangen von Spielern, die ihre Beine überhaupt nicht oder kaum bewegen können und nur wenig oder gar keine Rumpfkontrolle ausüben über solche mit gewissen Bein- und Rumpffunktionen bis hin zu Spielern mit nur geringen Einschränkungen und nahezu normalen Bewegungsmöglichkeiten.<sup>1256</sup> Auch beim Rollstuhl-Rugby bemisst sich eine dem Spieler zugewiesene Punktzahl nach dem Schweregrad der Behinderung. Bei der Betrachtung von Extremgruppe 2 im Zusammenhang der Kriteriumsvalidierung wurde jedoch nicht bezüglich der (Schwere der) Behinderung ihrer Mitglieder differenziert.

Im deutschen Rollstuhl-Basketball spielen rund 2.500 Aktive (Männer und Frauen), beim Rollstuhl-Rugby sind es etwa 330, darunter 40 Frauen (Stand 2010). Es wird in folgenden Leistungsklassen gespielt: Champions League (international), 1. und 2. Bundesliga und Regionalliga (beim Basketball zusätzlich Ober- und Landesliga).<sup>1257</sup> In Abbildung G-1<sup>1258</sup> sind die insgesamt 35 Vereine und Mannschaften (Basketball: 22, Rugby: 13) aufgeführt, in welchen die Probanden der Extremgruppe 2 akquiriert wurden.

Um Mitglieder aller vier Extrem-Untergruppen als Testpersonen zu gewinnen, wurde zunächst telefonisch Kontakt mit den Geschäftsführern / Vorständen des Fachbereichs im jeweiligen Sportverband und/oder den Vereinsvorsitzenden, Team-Managern, Coachs, Sportlichen Leitern sowie Sportwarten der Mannschaften aufgenommen. Stimmt diese einer Teilnahme an der Befragung zu, wurden die Spieler in Folge durch die Verfasserin persönlich angesprochen, vor oder nach Vereinstrainings oder Turnierspielen. Die

---

<sup>1255</sup> Vgl. <http://www.iwbf.org>.

<sup>1256</sup> Vgl. [http://www.rollstuhl-rugby.de/10\\_sport.htm](http://www.rollstuhl-rugby.de/10_sport.htm); vgl. <http://de.wikipedia.org/wiki/Rollstuhlbasketball>.

<sup>1257</sup> Vgl. ebd.; vgl. <http://www.drs-rollstuhlbasketball.de/index.php?id=71>.

<sup>1258</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang G.

Auswahl der Testpersonen erfolgte nach ihrer Bereitschaft zur Teilnahme an der Befragung, zeitlicher Verfügbarkeit und deutschen Sprachkenntnissen.<sup>1259</sup> Ob ein Spieler der 1. oder 2. Bundesliga (oder – im Ausnahmefall – der Regionalliga) angehörte und ob es sich um einen Profi (Ausübung des Sportes als Erwerbstätigkeit) oder Amateur handelte, wurde nicht abgefragt.

Durch die Anwesenheit der Verfasserin während der individuellen Itembeantwortung – meist in den Aufenthaltsräumen einer Sporthalle – konnte eine ungestörte, kontrollierte und standardisierte Datenerhebung gewährleistet werden. Alternativ – falls von den oben genannten Kontaktpersonen so gewünscht – wurde der Fragebogen per Email an diese geschickt und nach der Bearbeitung durch die Spieler (gesammelt) an die Verfasserin zurückgemailt. Bei individueller Rücksendung von Fragebogen erfolgte die eindeutige Zuordnung der Probanden zu einer der vier Extrem-Untergruppen über die zeitlich gestaffelte Kontaktaufnahme mit den Vereinen beziehungsweise die diesbezüglichen expliziten Angaben der Befragten.

#### **4.9.2 Hypothesen**

Mithilfe inferenzstatistischer Verfahren (schließende Statistik) sollen wiederum mit einer bestimmten Wahrscheinlichkeit Gesetzmäßigkeiten abgeleitet, das heißt Schlussfolgerungen von der untersuchten Stichprobe auf die Grundgesamtheit gezogen und allgemein gültige Aussagen über die Population getroffen werden.

Die theoretisch abgeleiteten, untersuchungsvorbereitenden Unterschiedshypothesen spiegeln die Erwartungen bezüglich der Trotzmacht-Ausprägung in den drei untersuchten, voneinander unabhängigen Stichproben wider:

##### *Hypothese 1:*

Die drei Personengruppen lassen sich anhand der TdG-Werte signifikant voneinander unterscheiden: Sowohl die Gruppe der nicht benachteiligten Sportler (EG1) als auch die der körperlich benachteiligten (EG2) weist eine höhere Trotzmacht-Ausprägung auf als die Normalstichprobe.

---

<sup>1259</sup> Insbesondere in der 1. Bundesliga der Extremgruppe 1 ist der Anteil der ausländischen (vor allem US-amerikanischen und nur englischsprachigen) Spieler recht hoch.

*Begründung:*

Beide Extremgruppen haben entsprechend der Trotzmacht-Definition<sup>1260</sup> gezeigt – und beweisen immer wieder aufs Neue –, dass sie mit ihrer förderlichen Geisteshaltung (welche durch die sportlichen Leistungen zum Ausdruck kommt) einen persönlichen Sinn realisieren können. Während der sportliche Einsatz der Personen ohne Handicap als Sinnverwirklichung durch Realisierung vorrangig schöpferischer Werte interpretiert werden kann, verwirklichen sportlich aktive körperbehinderte Menschen insbesondere Einstellungswerte und verwandeln dadurch ein Leiden in eine (Höchst-)Leistung.<sup>1261</sup>

*Hypothese 2:*

Der Unterschied in der Trotzmacht-Ausprägung zur Normalstichprobe ist bei der Gruppe der behinderten Sportler (EG2) größer als bei der ohne körperliche Beeinträchtigung (EG1).

*Begründung:*

Die Mitglieder der Extremgruppe 2 zeigen durch ihre sportlichen Leistungen, dass sie selbst ein schweres Schicksal und tragisches Lebensereignis positiv gestalten können. Trotz ihrer körperlichen Einschränkungen „trotzen“ sie ihrem Leben einen Sinn ab. Anstatt sich zurückzuziehen und die Haltung eines hilflosen Opfers einzunehmen, distanzieren sie sich von ihrem körperlichen Defizit und nutzen aktiv und eigenverantwortlich verbliebene Freiräume und die Möglichkeit der Sinn-förderlichen geistigen Stellungnahme zu den Gegebenheiten. Dies erfordert ein besonders hohes Maß an Trotzmacht-Mobilisierung.<sup>1262</sup>

Hypothese 2 beinhaltet Hypothese 1 und geht über diese hinaus. Da über die Größen der mindestens erwarteten Gruppenunterschiede keine Aussagen getroffen werden können, handelt es sich bei beiden Erwartungen um unspezifische Hypothesen. Um ihre Tauglichkeit überprüfbar zu machen, werden beide im Folgenden in – einander ausschließende und gerichtete – statistische Hypothesen überführt, welche die Ergebnisse empirischer Untersuchungen prognostizieren:

---

<sup>1260</sup> Vgl. Kapitel 2.11.1, 3.2 und 4.1.

<sup>1261</sup> Vgl. z.B. Frankl, 1946/2011, S. 91-95; 1947/1991, S. 9, 30; 1948/2010, S. 75, 87; 1949, S. 107; 1972/2005, S. 27-28; 1975/1987, S. 16, 179-180; 1975/2005, S. 19, 58, 149-150; 1977/2009, S. 143-187; 1977/2011, S. 113; 1985/2010, S. 47, 158; 2002, S. 29, 132, 270-271; 2006, S. 164, 200-201, 249; 2011, S. 32; vgl. Frankl / Kreuzer, 1986, S. 34; vgl. Kapitel 2.10 und 2.11.

<sup>1262</sup> Vgl. ebd; vgl. auch „tragischer Optimismus“ (Frankl, 1975/2005, S. 51).

$H_1: \mu_1 < \mu_2 \wedge \mu_1 < \mu_3$  für die Hypothese 1

$H_1: \mu_1 < \mu_2 < \mu_3$  für die Hypothese 2

wobei  $\mu_1$  = SININDEX-Mittelwert der Normalstichprobe

$\mu_2$  = SININDEX-Mittelwert der körperlich nicht benachteiligten Sportler

$\mu_3$  = SININDEX-Mittelwert der körperlich benachteiligten Sportler

$H_1$  entspricht der Alternativ- und zugleich Forschungshypothese und postuliert einen Unterschied zwischen den Trotzmacht-Mittelwertparametern der drei Populationen, denen die Stichproben entnommen wurden, in der vorhergesagten Richtung.

$H_0$  als mit der Alternativhypothese konkurrierende Nullhypothese geht dagegen davon aus, dass sich die drei untersuchten Personengruppen hinsichtlich ihrer Trotzmacht-Ausprägung in der erwarteten Richtung nicht signifikant unterscheiden:

$H_0: \mu_1 \geq \mu_2 \vee^{1263} \mu_1 \geq \mu_3$  für die Hypothese 1

$H_0: \mu_1 \geq \mu_2 \vee \mu_2 \geq \mu_3 \vee \mu_1 \geq \mu_3$  für die Hypothese 2

### 4.9.3 Messinstrumente

Der Normalstichprobe wurde im Rahmen der Itemanalyse die TdG-Vorversion<sup>1264</sup> dargeboten. Sie beinhaltete die 20 Items der TdG-Endversion, welche den beiden Extremgruppen vorgelegt wurde und hinsichtlich derer der Vergleich zwischen den drei Gruppen erfolgte.<sup>1265</sup>

---

<sup>1263</sup>  $\vee$  = nicht-ausschließende Disjunktion (mindestens eine der beteiligten Aussagen ist wahr).

<sup>1264</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang C, Abbildung C-1.

<sup>1265</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang D, Abbildung D-1.

#### 4.9.4 Datenanalyse und Überprüfung der Hypothesen

Tabelle G-1 im Anhang enthält die soziodemografischen Daten der beiden Extremgruppen. Die SININDEX-Verteilungen der Normalstichprobe sowie der vier Extrem-Untergruppen sind in den Abbildungen G-2 bis G-6 dargestellt.<sup>1266</sup> In keiner der Stichproben zeigten sich systematische Zusammenhänge zwischen SININDEX und den erhobenen soziodemografischen Variablen. Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über die Testwert-Statistiken:

Tabelle 10: Kriteriumsvalidierung – SININDEX-Statistiken aller Stichproben

SININDEX- Kennwerte Stichproben	Normal- stichprobe	EG1-BB	EG1-RUG	EG2-BB	EG2-RUG
Mittelwert	39.45	45.14	43.27	47.48	48.57
Standardabweichung	9.22	8.46	8.02	7.33	8.03
Varianz	84.94	71.60	64.30	53.70	64.46
Median	42	47	45	49	50
1. Quartil	37.00	40.00	39.00	44.75	56.00
2. Quartil (= Modus)	42.00	53.00	50.00	52.00	44.00
3. Quartil	46.00	52.00	49.25	53.00	55.00
Minimum	13	19	18	21	23
Maximum	56	56	56	57	59
Spannweite	43	37	38	36	36
Schiefe (Standardfehler)	- 1.296 (.136)	- .965 (.197)	- .906 (.182)	- 1.368 (.226)	- 1.198 (.314)
Exzess (Standardfehler)	1.127 (.271)	.527 (.391)	.423 (.362)	1.869 (.449)	1.398 (.618)

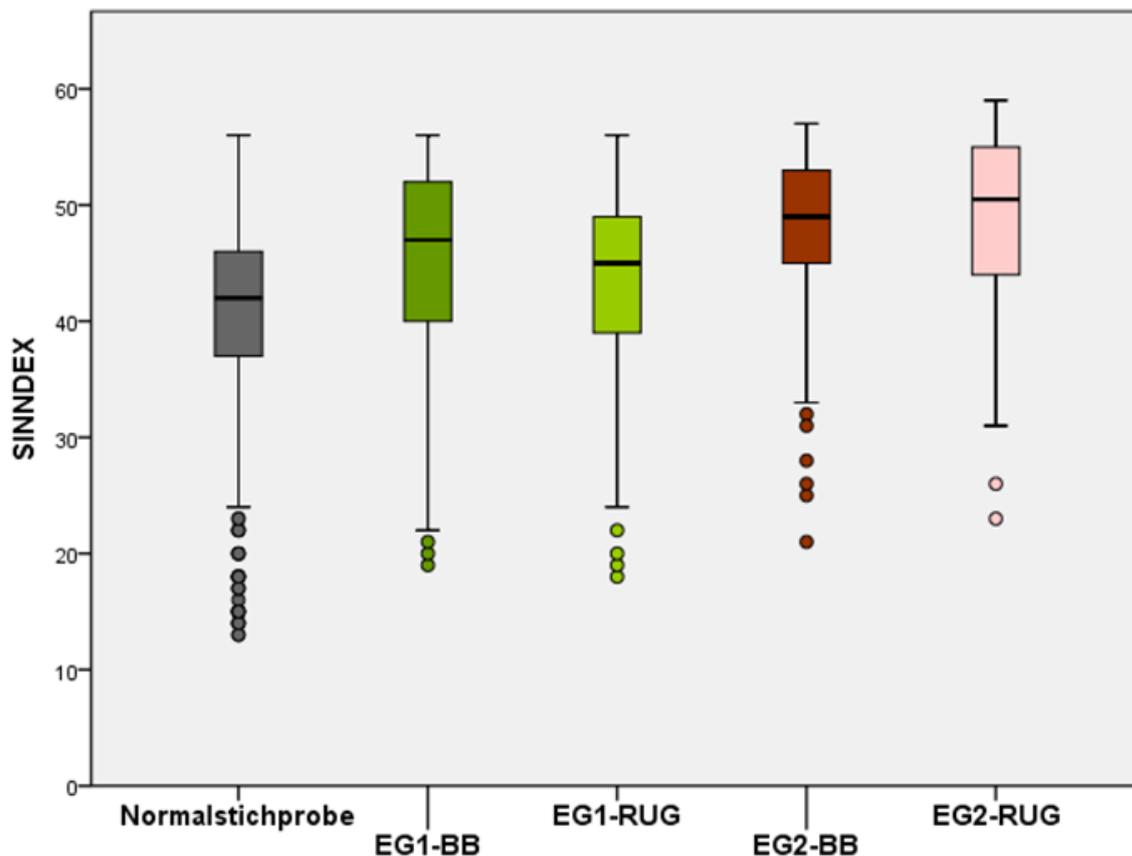
Die Schiefen und Exzesse aller Stichproben weisen darauf hin, dass die Daten annähernd normalverteilt sind.

*Zu den Hypothesen 1 und 2:*

Die Mittelwerte der beiden Extremgruppen über die Sportart hinweg betragen 44.20 (EG1) und 48.02 (EG2). Abbildung 27 auf der folgenden Seite zeigt die Boxplots mit den wichtigsten Kenngrößen aller untersuchten Stichproben im Vergleich.

<sup>1266</sup> Vgl. Kapitel 8, Anhang G.

Abbildung 27: Trotzmacht-Ausprägung in Abhängigkeit der Gruppenzugehörigkeit



Der Levene-Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen<sup>1267</sup> – als notwendige Voraussetzung für die Durchführung einer Varianzanalyse – erbrachte, dass sich die Varianzen der Stichproben nicht signifikant voneinander unterscheiden ( $p = .245$ ). Unter der Prämisse, dass die SININDEX-Verteilungen aller Extrem-Untergruppen normalverteilt sind, wurden ihre Mittelwertsunterschiede betrachtet und auf Signifikanz geprüft. Die einfaktorielle ANOVA liefert ein höchst signifikantes Ergebnis:

---

<sup>1267</sup> Überprüfung der Nullhypothese, dass die Daten einer Population mit homogenen Varianzen in den zum Vergleich stehenden Gruppen entstammen; vgl. Raab-Steiner / Benesch, 2012, S.158.

Tabelle 11: SININDEX – Gesamtsignifikanz der Stichproben-Unterschiede

SININDEX	Quadratsumme	df	Mittel der Quadrate	F	Signifikanz
Zwischen den Gruppen	8840.300	4	2210.075	30.581	.000
Innerhalb der Gruppen	59117.246	818	72.270		
Gesamt	67957.546	822			

Die Post-Hoc-Mehrfachvergleiche (multipler Rangtest nach Duncan mit Signifikanzniveau 0.05) brachten drei voneinander abgrenzbare Untergruppen hervor:

Tabelle 12: SININDEX – Homogene Untergruppen

Stichproben	N	Untergruppe für Alpha = 0.05		
		1	2	3
Normalstichprobe	321	39.45		
EG1-BB	152		45.14	
EG1-RUG	178		43.27	
EG2-BB	114			47.48
EG2-RUG	58			48.57
Signifikanz		1.000	.088	.347

Somit bestehen überzufällige SININDEX-Unterschiede zwischen der Normalstichprobe und jeder bei beiden Extremgruppen sowie zwischen EG1 und EG2. Dagegen zeigt sich keine Signifikanz im Hinblick auf die SININDEX-Mittelwertsdifferenzen zwischen den Untergruppen EG1-BB und EG1-RUG beziehungsweise EG2-BB und EG2-RUG, das heißt *innerhalb* der beiden Extremgruppen: *Unabhängig von der Sportart* weisen die nichtbehinderten Sportler höhere SININDEX-Werte auf als die Normalstichprobe und die behinderten Sportler wiederum höhere Testwerte als die nichtbehinderten.

Da der Lilliefors-Test für alle Extrem-Untergruppen Nichtnormalverteilung des SININDEX anzeigt, wurde der Form halber zusätzlich eine Signifikanzprüfung über den

parameterfreien H-Test nach Kruskal und Wallis für mehr als zwei unabhängige Stichproben<sup>1268</sup> durchgeführt. Auch sie zeigt, dass die Stichprobenzugehörigkeit den TdG-Totalscore systematisch beeinflusst, das heißt theoriekonform aufgrund der SININDEX-Werte zwischen den untersuchten Personengruppen differenziert werden kann ( $p < .001$ ). Die paarweisen Vergleiche zwischen den Stichproben mit Hilfe des – auf einer gemeinsamen Rangreihe der Stichproben-Werte basierenden – Mann-Whitney-U-Tests<sup>1269</sup> (Signifikanzniveau 0.05) ergaben höchst signifikante SININDEX-Unterschiede zwischen der Normalstichprobe und allen Extrem-Untergruppen sowie zwischen EG1-RUG und EG2-BB beziehungsweise EG2-RUG. (Sehr) signifikant erwiesen sich die Differenzen zwischen EG1-BB und EG2-RUG ( $p = .003$ ) sowie EG1-BB und EG2-BB ( $p = .024$ ). Auch der statistisch unbedeutende Unterschied zwischen den beiden EG2-Untergruppen bestätigte sich ( $p = .196$ ). Abweichend vom Ergebnis des parametrischen Tests zeigte sich dagegen auch Signifikanz zwischen EG1-BB und EG1-RUG ( $p = .012$ ).

Damit kann die Tragfähigkeit der Hypothesen 1 und 2 als bestätigt betrachtet werden. Die jeweilige Nullhypothese wird verworfen und die Alternativhypothese – mit einem Restrisiko von weniger als 5% – vorläufig angenommen.

Zusätzlich wurde betrachtet, inwiefern die Zugehörigkeit zu einer der Extremgruppen die Ausprägung bezüglich der vier Trotzmacht-Bedeutungsfacetten (Faktoren)<sup>1270</sup> beeinflusst:

Tabelle 13: Testwerte der Stichproben bezogen auf die Trotzmacht-Faktoren<sup>1271</sup>

Stichproben Faktoren	Faktor 1: Selbstgestaltung	Faktor 2: Lebensgestaltung	Faktor 3: Selbstbestimmung	Faktor 4: Lebensmut
Normalstichprobe	15.85	7.91	7.63	8.05
Extremgruppe 1 - Basketball	19.21	<b>10.13</b>	7.68	8.12
Extremgruppe 1 - Rugby	18.05	<b>10.75</b>	6.16	8.31
Extremgruppe 2 - Basketball	19.04	8.29	<b>9.23</b>	<b>10.92</b>
Extremgruppe 2 - Rugby	18.12	8.72	<b>10.45</b>	<b>11.28</b>

<sup>1268</sup> Vgl. Bühl, 2012, S. 395-398, 415-418.

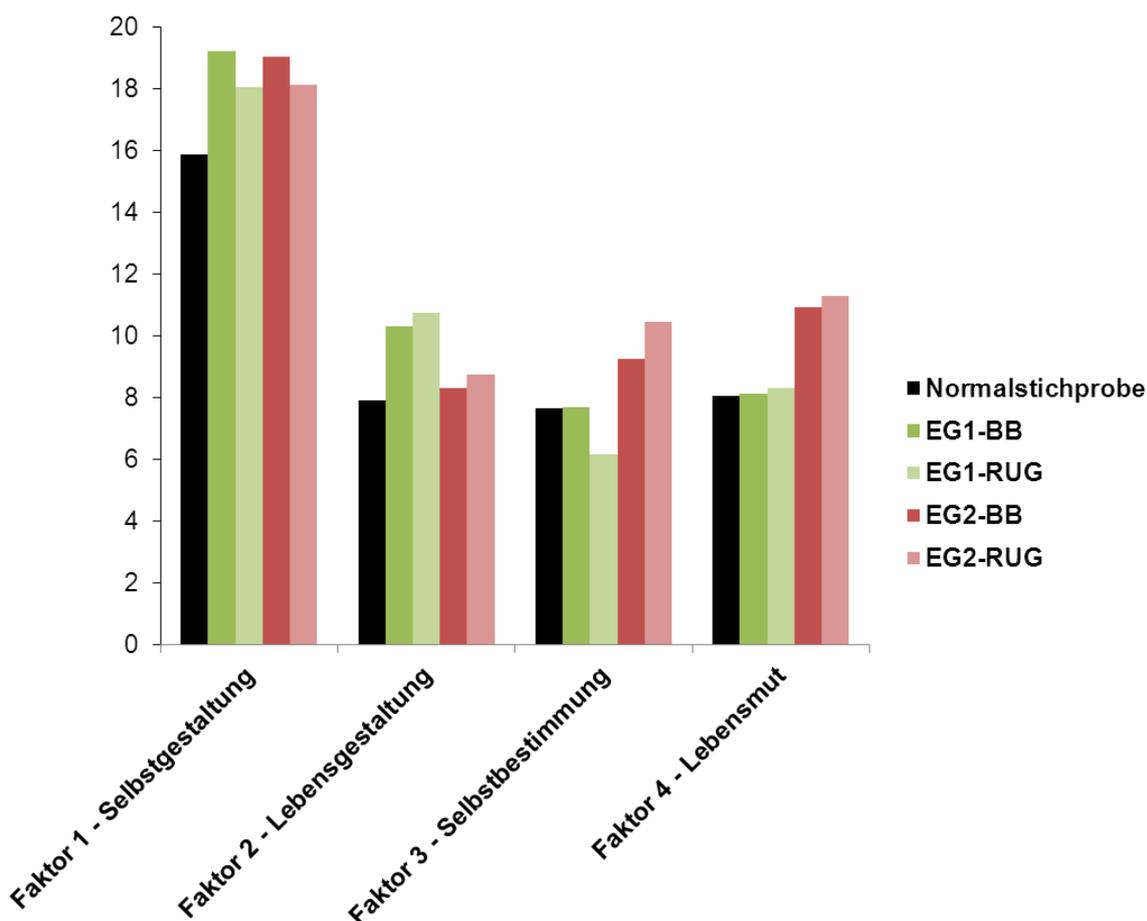
<sup>1269</sup> Vgl. ebd., S. 382-385, 410-415.

<sup>1270</sup> Vgl. Kapitel 4.4.

<sup>1271</sup> Auf Faktor 1 ist bei acht Items ein Wert von höchstens 24 erreichbar, während die anderen drei Faktoren durch jeweils vier Items repräsentiert sind und daher der Maximalwert hier 12 beträgt; die auffälligen Werte sind fett gedruckt, Erläuterung siehe unten.

Das folgende Balkendiagramm veranschaulicht die Gruppenmittelwerte in Bezug auf die vier TdG-Subskalen.

Abbildung 28: Ausprägung der faktorenanalytisch identifizierten Trotzmacht-Aspekte bei den vier Extrem-Untergruppen im Vergleich zur Normalstichprobe



Während die Extrem-Untergruppen ähnliche Werte bezüglich Faktor 1 aufweisen, unterscheiden sie sich im Hinblick auf die Faktoren 2 bis 4: Die Ausprägung auf Faktor 2 (Lebensgestaltung) ist bei der Extremgruppe 1 insgesamt höher als bei Extremgruppe 2. Dies könnte dadurch erklärt werden, dass die nichtbehinderten Sportler insgesamt weniger eingeschränkt sind und mehr Möglichkeiten zur aktiven Lebensgestaltung haben als die behinderten – und sich Trotzmacht daher bei ihnen stärker in diesem Aspekt ausdrückt. Dagegen weisen die körperlich benachteiligten Sportler bei den Faktoren 3 (Selbstbestimmung) und insbesondere 4 (Lebensmut) die höchsten Werte auf. Sie

scheinen Sinn vor allem dadurch zu verwirklichen, dass sie sehr bewusst etwa mit eigenen (negativen) Gefühlen und Gedanken umgehen und sich in ihrer zuversichtlichen Lebenseinstellung in geringem Maße von problematischen Lebensumständen und den Schwierigkeiten des Alltags beeinflussen lassen.

Invictus<sup>1272</sup>

Unbezwungen

Out of the night that covers me,  
Black as the pit from pole to pole,  
I thank whatever gods may be  
For my unconquerable soul.

Aus finst'rer Nacht, die mich umragt,  
durch Dunkelheit mein Geist ich quäl',  
ich dank', Welch' Gott es geben mag,  
dass unbezwungen meine Seel'.

In the fell clutch of circumstance  
I have not winced nor cried aloud.  
Under the bludgeonings of chance  
My head is bloody, but unbowed.

Trotz Pein, die mir das Leben war,  
man sah kein Zucken, sah kein Toben.  
Des Schicksals Schläg' in großer Schar,  
mein Haupt voll Blut, doch stets erhoben.

Beyond this place of wrath and tears  
Looms but the horror of the shade,  
And yet the menace of the years  
Finds and shall find me unafraid.

Jenseits dies' Orts voll Zorn und Tränen,  
ragt auf der Alp der Schattenwelt.  
Stets finden mich der Welt Hyänen,  
die Furcht an meinem Ich zerschellt.

It matters not how strait the gate,  
How charged with punishments the scroll,

Egal wie schmal das Tor, wie groß,  
wieviel Bestrafung ich auch zähl',

I am the master of my fate:  
I am the captain of my soul.

Ich bin der Meister meines Los':  
Ich bin der Captain meiner Seel'.

*William Ernest Henley (1849-1903)*

---

<sup>1272</sup> Regisseur Clint Eastwood erzählt in "Invictus - Unbezwungen" (Kinostart in Deutschland: Februar 2010) die Geschichte von Nelson Mandela (Morgan Freeman), der fest daran glaubt, durch den Rugby-Sport Schranken überwinden und sein Volk vereinen zu können. Der Filmtitel bezieht sich auf das Gedicht des englischen Dichters William E. Henley (1849-1903), dem mit 17 Jahren ein Bein amputiert wurde; vgl. <http://www.poetryfoundation.org/bio/william-ernest-henley>; vgl. <http://www.michaelkleinschmidt.de/film/kino/2010/invictus/index.htm>.

#### 4.10 Weitere Gütekriterien

Neben den bisher thematisierten „Hauptgütekriterien“<sup>1273</sup> des TdG sollen bei der Beurteilung seiner Qualität zusätzliche Aspekte berücksichtigt werden: Er beansprucht auch, ökonomisch, nützlich, zumutbar und fair zu sein.<sup>1274</sup>

Der *Wirtschaftlichkeit* des TdG wurde bei der Fragebogenkonstruktion im Hinblick auf seine Durchführungsdauer, Durchführbarkeit in Gruppen und Handhabung Rechnung getragen. Auch bezüglich Auswertung und Materialbedarf ist der TdG ein ökonomisches Verfahren.

Wie bereits geschildert, hat ein Instrument zur Diagnose der Trotzmacht des Geistes für die Gesellschaft wie auch den Einzelnen hohe praktische Relevanz. In diesem Sinne ist der TdG als äußerst *nützlich*<sup>1275</sup> anzusehen – insbesondere vor dem Hintergrund, dass bislang mutmaßlich kein vergleichbares Instrument existiert.

Das Kriterium der *Zumutbarkeit* wird vom TdG in dem Sinne erfüllt, als er – wie die Erfahrungen aus dem Pretest sowie der Itemanalyse durchgängig zeigen – relativ zu seinem Nutzen und auch absolut gesehen die Testpersonen nicht zu stark belastet – weder zeitlich noch physisch oder psychisch.

Insofern als die Schwierigkeit der „selbstbezogenen“ TdG-Items für verschiedene Personengruppen nicht systematisch unterschiedlich sein dürfte und die Ergebnisse des TdG zu keiner Bevorzugung beziehungsweise Benachteiligung von Menschen aufgrund ihrer Zugehörigkeit zu geschlechtsspezifischen, ethnischen oder soziokulturellen Gruppen führen, kann der neue Fragebogen als *fair* bezeichnet werden.

---

<sup>1273</sup> Vgl. Lienert / Raatz, 1994.

<sup>1274</sup> Vgl. Moosbrugger / Kelava, 2008a, S. 20-24.

<sup>1275</sup> Einst von Gustav Lienert (1969) als „Nebengütekriterium“ bezeichnet, hat die Nützlichkeit inzwischen hohe Relevanz bei der Bewertung von Fragebogen; vgl. Kallus, 2010, S. 121.

#### 4.11 Anwendbarkeit, Durchführung und Auswertung

Es wird avisiert, in welchen Bereichen der neu entwickelte Fragebogen zweckdienlich eingesetzt werden kann und was bei der Anwendung zu beachten ist.

Der TdG wurde für den Einsatz innerhalb der „noodiagnostischen“ Forschung als auch zur praktischen Anwendung im Rahmen individueller Sinnfindungsprozesse entwickelt. Im Forschungskontext ist er vielfältig nutzbar, einzeln oder auch in Kombination mit anderen Testverfahren – insbesondere in der Persönlichkeits-, Sozial- und klinischen Psychologie, im Rahmen soziologischer Untersuchungen sowie in der vergleichenden Psychotherapie- und (logotherapeutischen) Effektivitäts- und Effizienzforschung. So ist die Beziehung zwischen Trotzmacht und Lebenssinn – und damit zusammenhängend Wohlbefinden, Zufriedenheit, Gesundheit und Glück – weiter zu untersuchen und empirisch zu validieren. Im Hinblick auf die Funktion der Trotzmacht-Aktivierung als Coping-Strategie zur Bewältigung von (Sinn-)Krisen und kritischen Lebensereignissen kann der TdG in der Copingforschung verwendet werden. Darüber hinaus kann sein Einsatz hilfreich sein, um die Rolle der Trotzmacht im Hinblick auf psychische und psychosomatische Störungen zu erforschen. Studien zur Wechselwirkung zwischen personalen und psychischen Fähigkeiten, zum Verhältnis zwischen Trotzmacht und Persönlichkeitsdimensionen wie auch Religiosität, Alter (im Rahmen der Gerontopsychologie), Kultur und weiteren demografischen Faktoren stehen aus.<sup>1276</sup>

In der diagnostischen Praxis kann der TdG prinzipiell überall dort bereichernd angewandt werden, wo es hilfreich ist, Erkenntnisse über die Ausprägung der geistigen Trotzmacht eines Menschen zu gewinnen. Der Einsatz des Instrumentes ist im Rahmen begleiteter Prozesse der individuellen Sinnfindung und -verwirklichung angezeigt – etwa als Bestandteil sinn- und werteorientierter Coachings, psychologischer Beratung bei existenziellen Fragestellungen und Sinnkrisen sowie der Psychotherapie bei noogenen Neurosen.<sup>1277</sup>

In verschiedenen Disziplinen gewinnt die Sinnthematik an Bedeutung, beispielsweise in der Gesundheitspsychologie, Pädagogik sowie in der Arbeits-, Betriebs- und

---

<sup>1276</sup> Vgl. Kapitel 5.2 für weiterführende Anregungen zur Nutzung des TdG zu Forschungszwecken sowie effektiven Förderung der Trotzmacht.

<sup>1277</sup> Vgl. Kapitel 2.6.2.

Organisationspsychologie – etwa bei der Beratung, Entwicklung und Motivation von Mitarbeitern und Führungskräften wie auch im betrieblichen Gesundheitswesen. Im Sinne des in Kapitel 2.13 dargestellten Prozesses der Sinnerfüllung und seiner Unterstützung<sup>1278</sup> können auf Basis der Resultate des TdG sinnhemmende Denk- und Verhaltensweisen wie auch individuelle Werte als Sinnperspektiven und Motive für die Aktualisierung der Trotzmacht aufgegriffen und reflektiert werden. Eine entsprechende „Aufklärung“ über die geistige Dimension des Menschen, die Existentialien Freiheit und Verantwortung sowie spezifisch humane Potenziale sollte vorausgehen.<sup>1279</sup>

Die Zielpopulation des TdG ist die der (deutschsprachigen)<sup>1280</sup> Erwachsenen. Auch wenn Sinnerleben bereits in der Kindheit und Jugend möglich ist<sup>1281</sup>, setzt die Aktualisierung der Trotzmacht eine frühestens in der Adoleszenz zu erwartende Selbstbestimmung und Unabhängigkeit in der Lebensgestaltung voraus. Die noetische Dimension ist bei Kindern und Jugendlichen nicht komplett entfaltet, so dass in dieser Altersspanne noch nicht (vollumfänglich) über geistige Trotzkräfte verfügt werden kann. Es wird davon ausgegangen, dass sich das „personale Ich“ erst ab der Pubertät herausbildet und die eigene Steuerung übernimmt.<sup>1282</sup>

Der TdG ist geschlechtsunabhängig, Frauen und Männer erhalten die gleichen Fragebogen. Die Beantwortung der Items erfolgt durch Markierung einer der vorgegebenen Antwortalternativen (Ankreuzen eines Kästchens). Schwierigkeiten bei der Testdurchführung sind nicht zu erwarten. Die standardisierte schriftliche Testanweisung ist sehr gut verständlich und macht den TdG selbsterklärend, wodurch es keiner weiteren (mündlichen) Instruktionen bedarf. Auch Personen unter 20 und über 70 Jahren haben erfahrungsgemäß keine Probleme beim Verstehen und vollständigen Beantworten der Items.

Der TdG kann als Einzel- und Gruppentest durchgeführt werden, im Paper-Pencil-Format oder auch computergestützt beziehungsweise -vermittelt. Eine Überwachung durch einen Testleiter ist nicht erforderlich. Die Wahrscheinlichkeit, dass Probanden voneinander abschreiben, ist sehr gering. Die Beantwortung der Items ist daher auch im privaten

---

<sup>1278</sup> Vgl. Abbildung 13.

<sup>1279</sup> Vgl. Kapitel 5.2.

<sup>1280</sup> Solange keine Übersetzung in andere Sprachen vorliegt.

<sup>1281</sup> Vgl. Fry, 1998.

<sup>1282</sup> Vgl. Lukas, 2004, S. 76, 86.

Rahmen möglich, was die Akzeptanz und Kooperationsbereitschaft von Seiten der Befragungspersonen erhöht. Da der TdG direkt die noetische Person anspricht und zentrale, tiefgründige Aspekte des Menschen thematisiert, sollte er in einem geschützten und vertrauensvollen Rahmen bearbeitet werden, in welchem Anonymität und Freiwilligkeit der Itembeantwortung gewährleistet sind.

Es wurde darauf geachtet, dass die Anforderungen an die Testpersonen weder zeitlich noch intellektuell zu hoch sind. Ein Mindestmaß an persönlicher Motivation, sprachlicher Kompetenz, Abstraktionsvermögen sowie Fähigkeit zur Selbsteinschätzung wird jedoch vorausgesetzt.

Vor jeder Testvorgabe ist der Klient beziehungsweise Patient über Ziele und Ablauf der Testdurchführung, die Verwendung der Ergebnisse und die Nachteile von Verfälschungsversuchen für den Probanden zu informieren. Der TdG wird ohne Zeitbegrenzung durchgeführt. Gesunde Personen benötigen zur Beantwortung einschließlich Lesezeit für die Bearbeitungsanweisung rund fünf Minuten für den gesamten Fragebogen. Für klinische Patienten, Personen mit kognitiven Schwächen oder im Lesen Ungeübte muss bis zu 15 Minuten veranschlagt werden. In seltenen Fällen, in denen die selbständige Beantwortung schwer fällt, können die Items vom Testleiter vorgelesen und die mündlich geäußerten Antworten von ihm in den Bogen eingetragen werden. Sollte ein Item unverständlich sein, kann eine kurze Erläuterung durch den Testleiter hilfreich sein. Jedoch sind während der Testdurchführung keine Diskussionen über die Inhalte der Items zu führen.

Bei der Rückgabe der ausgefüllten Fragebogen ist zu prüfen, ob alle Items beantwortet und auch sämtliche soziodemografische Angaben gemacht wurden. Gegebenenfalls sollte um Vervollständigung gebeten werden. Sollten mehr als 10% der Werte (2 Antworten) fehlen und der Proband sich weigern, diese zu ergänzen, kann auf fehlende Motivation oder Probleme bei der Beantwortung geschlossen werden. Eine Auswertung ist in diesem Fall nur bedingt möglich.

Die Auswertung in Form der Errechnung eines Gesamtwertes (SININDEX) erfolgt durch Summation der den Antwortkategorien zugeordneten Zahlen-Codes innerhalb weniger Minuten von Hand. Ein hoher SININDEX ist als hoch ausgeprägte Trotzmacht zu deuten.

In der Einzeldiagnostik soll zusätzlich zur quantitativen Auswertung eine qualitative Analyse auf der Ebene einzelner Iteminhalte erfolgen. Auf diese Art und Weise sind etwa Schlussfolgerungen über die Lebensbereiche möglich, in denen die Aktualisierung der Trotzmacht des Geistes gut gelingt und solche, in denen sich die Person eher schwer damit tut. Es ist unbedingt zu beachten, dass die Interpretation der noetisch bedeutsamen Informationen tiefgreifendes Wissen des Testleiters über die klassische Logotherapie und Existenzanalyse voraussetzt.

Die Rückmeldung der TdG-Ergebnisse soll in einem persönlichen Gespräch erfolgen. Dahinterliegende Bedeutungszusammenhänge, die differenzierte Aussagen über eine Person erlauben, sind gegebenenfalls mit dem Probanden gemeinsam vertraulich zu reflektieren. In den Untersuchungen im Rahmen der Konstruktion des Fragebogens hat sich gezeigt, dass einige Testpersonen ohnehin das Bedürfnis haben, nach der Testdurchführung über bestimmte Items, die sie innerlich beschäftigen, zu sprechen. Es bietet sich an, kognitive, emotionale und/oder motivationale Prozesse, welche durch das Feedback bei einer untersuchten Person ausgelöst werden können, gegebenenfalls für den Coaching- beziehungsweise Therapieprozess fruchtbar zu nutzen. Die Äußerungen von Probanden hinsichtlich ihrer Testergebnisse können im Sinne der „konsensuellen Validierung“ einer präziseren Deutung der Resultate dienen.<sup>1283</sup>

---

<sup>1283</sup> Vgl. Kallus, 2010, S. 135.

## 4.12 Zusammenfassung

Die Entwicklung und Validierung des neuen „Fragebogens zur Trotzmacht des Geistes (TdG)“, wie sie in den vorangehenden Kapiteln ausführlich geschildert wurde, wird hier abschließend in den wesentlichen Punkten rekapituliert.

Die Zielsetzung des empirischen Vorhabens bestand darin, das latente noetische Konstrukt der Trotzmacht des Geistes so in Fragebogen-Items abzubilden, dass eine standardisierte psychometrische Erhebung und die valide, reliable und ökonomische Messung der individuellen quantitativen Merkmalsausprägung sowie die Untersuchung interindividueller Differenzen im Hinblick auf die Trotzmacht möglich werden.

Die Items des TdG sind direkt aus der Logotherapie und Existenzanalyse abgeleitet und waren in ihrem Wortlaut ursprünglich sehr eng an die Aussagen Viktor Frankls über das auf ihn zurückgehende Konstrukt der Trotzmacht des Geistes angelehnt. Die Pretest-Phase bestand aus methodisch divergierenden, aufeinander aufbauenden Maßnahmen zur schrittweisen Optimierung des Fragebogens: Kognitive Interviews, die Befragung von Fachexperten, eine erste Stichprobenuntersuchung – einschließlich deskriptivstatistischer Aufbereitung der Testdaten, Analyse ihrer Verteilungscharakteristika und Eliminierung untauglicher Items – sowie ein Workshop mit Logotherapeuten aus der Praxis. Es entstand die TdG-Erstfassung mit 32 Stufenantwortaufgaben zur Selbsteinschätzung.

Im Anschluss an die Erprobung des Fragebogenentwurfs wurde die revidierte TdG-Form auf Basis einer Datenerhebung mit 321 Testpersonen einer Itemanalyse unterzogen. Diese beinhaltete die Überprüfung der Schwierigkeiten, Varianzen und Trennschärfen der Items, eine Reliabilitätsanalyse sowie die erneute Bereinigung des Fragebogens: Im Zuge der Itemselektion wurden die psychometrisch und inhaltlich am besten geeigneten Items für die finale Fassung des TdG ausgewählt. Die Endversion umfasst 20 positiv gepolte „Einstellungsitems“, die auf einer vierstufigen bipolaren Ratingskala beantwortet werden. Als innere Konsistenz (Cronbach- $\alpha$ ) ergab sich ein Wert von .85, die Inter-Item-Korrelation beträgt .234.

Zur Überprüfung der Dimensionalität des TdG und Erklärung der Itemkorrelationen wurde eine explorative Faktorenanalyse vollzogen. Die vier durch eine Hauptachsenanalyse mit obliquer Rotation identifizierten Faktoren können inhaltlich plausibel nachvollzogen

werden und wurden als „Selbstgestaltung“, „Lebensgestaltung“, „Selbstbestimmung“ und „Lebensmut“ interpretiert. Die Trotzmacht kann daher als vierdimensionales Konstrukt betrachtet werden. Die Annahme eines „Generalfaktors Trotzmacht des Geistes“ rechtfertigt die Erhebung des SININDEX als Gesamtmaß für die Ausprägung der Trotzmacht.

Weitere Untersuchungen zur Qualität des Fragebogens wurden mittels Analysen der Testgütekriterien durchgeführt. Die Reliabilitätsbestimmung nach der Methode der Testwiederholung lag bei einem Zeitintervall von vier Wochen zwischen den beiden Messungen bei  $r = .87$ , was als hohe Stabilität des TdG zu werten ist.

Die Ergebnisse der Studien zur Gültigkeit des TdG weisen auf konvergente sowie divergente Validität des TdG hin: Trotzmacht korrelierte sehr hoch positiv mit Sinnerfüllung, (hoch) negativ mit Sinnkrise und im mittleren Bereich gleichsinnig mit den verwandten Konstrukten Resilienz und Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung. Die beiden zuletzt genannten Variablen weisen demnach Überlappungen, aber keine Deckungsgleichheit mit der Trotzmacht auf.

Die aufgestellte Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ konnte bestätigt werden: Geringe Trotzmacht-Ausprägung erhöht stark die Wahrscheinlichkeit der Zugehörigkeit zum „Sinn-Typ“ der existenziell Indifferenten (geringe Sinnerfüllung bei zugleich geringer Sinnkrise), welcher 29% der untersuchten Stichprobe darstellte.

Schließlich zeigte sich, dass Personen, die hypothetisch angenommenen Trotzmacht-Extremgruppen angehören (körperbehinderte wie auch nicht nichtbehinderte Sportler), anhand des SININDEX und der TdG-Subskalen-Werte von der Normalstichprobe überzufällig unterschieden werden können.

Durch das dargestellte, methodisch stringente Vorgehen wurde ein nützliches Mess- und Forschungsinstrument zur Erfassung und weiteren Erkundung der Trotzmacht des Geistes geschaffen und auf seine Gültigkeit und Anwendbarkeit hin evaluiert.

## 5 Diskussion und kritische Auseinandersetzung

### 5.1 Rekapitulation der Ergebnisse

Die Ergebnisse der in Kapitel 4 dargestellten Studien sollen rückblickend kritisch betrachtet und im Rahmen des aktuellen Forschungsstandes erörtert werden. Aus der Gesamtbewertung des empirischen Teils der vorliegenden Arbeit heraus wird die Forschungsfrage beantwortet.

Der „Fragebogen zur Trotsmacht des Geistes (TdG)“ ist ein völlig neu- und einzigartiges „noometrisches“ Instrument zur Erfassung eines noetischen Konstruktes im Sinne der Logotherapie und Existenzanalyse Viktor E. Frankls. Auf Basis der berichteten Untersuchungsergebnisse ist davon auszugehen, dass mit dem TdG ein reliables und valides Fragebogenverfahren vorliegt. Es wird daher empfohlen, ihn entsprechend der in Kapitel 4.11 genannten Anwendungsbereiche sowohl zur empirischen Forschung im Bereich „Lebenssinn“ als auch zur „Trotsmacht-Diagnostik“ im Rahmen praktischer Fragestellungen rund um das Thema „Sinnfindung und -verwirklichung“ zu verwenden.

Das Ergebnis der empirischen Dimensionalitätsüberprüfung belegt, dass die TdG-Items vier unterschiedliche Facetten erfassen. Dies kann als aufschlussreiche Erkenntnis mit explorativem Wert im Hinblick auf die „Trotsmacht-theoretische“ Ausdifferenzierung gewertet werden.

Im Rahmen der Konstruktvalidierung zeigt sich bei 123 der 321 Testpersonen – das heißt 38.3% der Gesamtstichprobe –, dass ihr Leben wenig sinnerfüllt ist. Zugleich äußerten nicht mehr als 10% der Befragten (32 Personen) Empfindungen von innerer Leere und die Wahrnehmung einer Sinnkrise bei sich selbst – im Vergleich zu den von Frankl angenommenen und von Lukas empirisch gefundenen 20% unter Sinnlosigkeit leidenden Menschen in der österreichischen Bevölkerung der 70er Jahre.<sup>1284</sup> Die externe Validität der relativ geringen Anzahl von 30 Personen in der Sinn-Typ 2 - Gruppe (geringe Sinnerfüllung, hohe Sinnkrise) könnte dadurch eingeschränkt sein, dass Personen, die

---

<sup>1284</sup> Vgl. Lukas, 1972/2005, S. 232-233; vgl. Kapitel 2.4 und 2.6.2.

sich in einer Sinnkrise befinden, weniger zur Studienteilnahme motiviert sind. Somit muss das Vorliegen eines Selektionsbias in Erwägung gezogen werden.

Die bisherigen Befunde zur existenziellen Indifferenz<sup>1285</sup> (gleichzeitiges Auftreten von geringer Sinnerfüllung und geringer Sinnkrise) bei einem erstaunlich hohen Anteil von rund einem Drittel (35%) der Bevölkerung konnten mit den hier gefundenen 29% annähernd repliziert werden. Die Unabhängigkeit der Sinn-Typ-Zugehörigkeit vom Alter widerspricht den von Schnell (2010) gefundenen Ergebnissen: Die dort identifizierten existenziell Indifferenten waren rund fünf Jahre jünger als sinnerfüllte Personen.<sup>1286</sup>

Sowohl sinnerfüllte Personen – und damit solche mit hoher Trotzmacht-Ausprägung (vgl. Hypothese 1) – als auch existenziell Indifferenten und Personen in einer Sinnkrise sind entsprechend der hier erzielten Resultate eher verheiratet und kinderlos, haben Abitur und sind als Angestellte tätig. Die Resultate weichen teilweise von früher gefundenen ab, wonach sich existenzielle Indifferenz gehäuft bei Singles und Unverheirateten und Sinnkrise bei Arbeitslosen zeigte.<sup>1287</sup>

Die Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ geht über den herkömmlichen Erkenntnisstand der Sinnforschung hinaus und unterstreicht die Bedeutsamkeit der Trotzmacht des Geistes für die Überwindung individueller Sinnlosigkeit. Sie scheint – als Merkmale einer guten (sozialwissenschaftlichen) Theorie<sup>1288</sup> – prognostischen Nutzen und heuristischen Wert zu haben, insofern als sie das bislang kaum erforschte Phänomen der „existenziellen Indifferenz“ hypothetisch antizipieren und erklären kann.

Insgesamt sprechen die Resultate für die Korrektheit des nomologischen Netzwerkes der Trotzmacht. Auch die im Rahmen der Kriteriumsvalidierung überprüften theoretischen Annahmen zur Trotzmacht haben sich als mit der Empirie vereinbar erwiesen. Im Hinblick auf das querschnittliche („cross-sectional“-)Design der Validierungsstudien ist allerdings die zeitliche Generalisierbarkeit (externe Validität) kritisch zu hinterfragen. Zudem wird die interne Validität der Untersuchungen, das heißt die eindeutige Interpretierbarkeit der Ergebnisse, dadurch beeinträchtigt, dass die nicht-experimentelle Ex-post-facto-

---

<sup>1285</sup> Vgl. Schnell, 2008; 2009a; 2010; vgl. Kapitel 3.5.

<sup>1286</sup> Vgl. Schnell, 2010; vgl. auch 2008.

<sup>1287</sup> Vgl. ebd.

<sup>1288</sup> Vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 15.

Untersuchungsanordnung (nachträgliche Analyse der Trotzmacht als „unabhängige Variable“) lediglich „korrelativ“ ist und keine Aussagen über Ursache-Wirkungs-Relationen zulässt.

So bleibt empirisch ungeklärt, ob beispielsweise – wie theoretisch angenommen – die Trotzmacht der Sinnerfüllung zeitlich vorausgeht und sie verursacht – oder selbst durch das Erleben von Sinn kausal beeinflusst wird. Genauso könnte es sein, dass die beiden Variablen wechselseitig aufeinander einwirken oder eines der Merkmale – oder gar beide – durch eine dritte oder weitere Variable(n) – zum Beispiel eine Persönlichkeitseigenschaft, die Erziehung oder Kultur – direkt oder indirekt verursacht wird / werden. Die Korrelationen liefern höchstens Hinweise dazu und können als Koinzidenzen gedeutet werden. Es muss davon ausgegangen werden, dass die Unterschiede innerhalb der abhängigen Variablen nicht monokausal, das heißt allein durch das Einwirken der Trotzmacht, bedingt sind: Sie werden mutmaßlich durch mehrere unabhängige Variablen verursacht – die Trotzmacht hat relativen Erklärungswert.<sup>1289</sup>

Ogleich diese Einschränkung in der Ergebnisinterpretation einen weiten Raum für – auch nicht-logotherapeutische – Erklärungsalternativen im Hinblick auf die erzielten Resultate öffnet, ist in den hypothesenkonformen Ergebnissen ein Gesamtbild gemäß der in den Kapiteln 2 und 3 dargestellten theoretischen Grundlagen des noetischen Konstruktes der Trotzmacht erkennbar. Sie stützen gemeinsam wie auch einzeln betrachtet sowohl die Interpretation des SININDEX als valides Gesamtmaß der Trotzmacht als auch die Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“<sup>1290</sup> – und sprechen eindeutig für die *Messbarkeit der Trotzmacht des Geistes als eigenständiges Konstrukt*. Dies entspricht einer *positiven Beantwortung der eingangs gestellten Forschungsfrage*.

Strategien und Maßnahmen zur Weiterentwicklung sowohl des Trotzmacht-Konstruktes und dessen Messung als auch der „Noometrie“ allgemein, der Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ (im Rahmen der psychologischen Sinnforschung) sowie der Logotherapie und Existenzanalyse werden im folgenden Kapitel empfohlen.

---

<sup>1289</sup> Vgl. Steyer, 1992; vgl. Sprites et al., 2000; vgl. Bortz / Schuster, 2010, S. 159-160.

<sup>1290</sup> Vgl. Kapitel 3.5.

## 5.2 Forschungsausblick

Im Folgenden wird auf offen gebliebene Fragestellungen eingegangen, und es sollen Impulse für die weitere „Trotzmacht-Forschung“ gegeben werden. Abschließend wird ein Rahmenkonzept zur Förderung der Troztmacht des Geistes vorgeschlagen.

Eine zunehmende Verankerung der Troztmacht im Netz bekannter psychologischer Variablen wird zu einem größeren Verständnis dieses bisher kaum beachteten Konstruktes beitragen können. So sind weiterführende Untersuchungen zur Überprüfung der Deckungsgleichheit des nomologischen Konzeptes der Troztmacht mit der empirischen Realität erforderlich. Diesbezüglich großen Nutzen hätte eine Konstruktvalidierung des TdG, welche auf ein ausgedehnteres Gebiet des Beziehungsgeflechts der Troztmacht bezogen ist. Die Erforschung der Troztmacht als Maß für die Sinnorientierung eines Menschen ist ein fortzusetzender Prozess, der durch wiederholtes Überprüfen der aufgestellten Hypothesen im Rahmen der (kontinuierlichen) TdG-Validierung sowie die Generierung und Prüfung darüber hinausgehender Hypothesen dynamisiert werden sollte.

Über die Beziehungen zu verwandten Konstrukten hinausgehende Zusammenhänge der Troztmacht mit anderen Variablen sind ebenfalls noch unerforscht. Zuvorderst ist hier an die in Kapitel 4.8 angesprochene „geistige Reife“ zu denken. Naheliegend ist weiterhin die Fragestellung, inwiefern und in welchem Ausmaß die Aktualisierung von Troztmacht mit (bestimmten Dimensionen der) Persönlichkeit zusammenhängt. Frankl zufolge geht mit einer Frustration des Willens zum Sinn eine Gefährdung der seelischen Stabilität einher.<sup>1291</sup> Da die Troztmacht des Geistes eine Kompetenz zur Sinnverwirklichung ist und einige empirische Studien auf positive Zusammenhänge zwischen Sinnerfüllung und seelischer Gesundheit hinweisen<sup>1292</sup>, erscheinen auch die (indirekte) Verbindung zwischen psychischer Gesundheit und Troztmacht sowie eine negative Korrelation zwischen Troztmacht und Neurotizismus beziehungsweise allgemein psychischen Störungen sowie deren Bewältigung plausibel.

---

<sup>1291</sup> Vgl. Frankl, 1985/2000, S. 226.

<sup>1292</sup> Vgl. Kapitel 2.2 und 2.12.3; wobei sowohl „Sinnerfüllung“ als auch „seelische Gesundheit“ in den verschiedenen Studien unterschiedlich konzeptioniert und operationalisiert sind, was eindeutige Interpretationen erschwert.

Die Skala „Sinnerfüllung“ des zur Konstruktvalidierung des TdG eingesetzten „Fragebogens zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn (LeBe)“ korreliert moderat positiv mit Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit und nur leicht negativ mit Neurotizismus. „Sinnkrise“ dagegen weist eine hoch negative Korrelation zu Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit auf, sowie eine hohe positive Beziehung mit Neurotizismus. Sinnmangel scheint somit nicht mit seelischer Stabilität vereinbar zu sein, jedoch kann von Sinnerleben nicht direkt auf Wohlbefinden und Zufriedenheit geschlossen werden. Seelische Instabilität und Sinnerfüllung schließen sich gegenseitig nicht aus, was mit Franks Konzept der Einstellungswerte und der Trotzmacht des Geistes vereinbar ist. Insgesamt konnten die „Big Four“<sup>1293</sup> nur 11% der Sinnerfüllungsvarianz des LeBe aufklären. Sinnerleben scheint damit nicht durch Persönlichkeit determiniert zu sein, das Ausmaß an Sinnerfüllung kann nicht durch Persönlichkeitsfaktoren vorhergesagt werden. Inhaltlich ist ein sinnerfüllter Mensch eher seelisch gesund, gewissenhaft und extravertiert, bezüglich Verträglichkeit wurde kein Zusammenhang gefunden.<sup>1294</sup>

Um die Beziehung zwischen Trotzmacht und emotionaler Stabilität beziehungsweise seelischer Gesundheit zu untersuchen, könnte beispielsweise der in Kapitel 2.1 erwähnte „Trierer Persönlichkeitsfragebogen (TPF)“ von Peter Becker<sup>1295</sup> genutzt werden. Er enthält eine Skala „Seelische Gesundheit“ – als zentrale protektive Persönlichkeitseigenschaft, nicht als Indikator des Gesundheitszustandes –, die unter anderem die Bereiche Selbstsicherheit, Fähigkeit zur Befriedigung eigener Bedürfnisse, Optimismus und Autonomie enthält. Insgesamt wäre es aufschlussreich herauszufinden, welche (der „Big Four“-) Persönlichkeitseigenschaften (als Prädiktorvariablen) signifikant zur Aufklärung der Trotzmacht (als Kriteriumsvariable) beitragen. Auf der Hand liegt neben dem Zusammenhang zwischen Trotzmacht und emotionaler Stabilität sowie Belastbarkeit beispielsweise eine positive Korrelation zwischen Trotzmacht und Autonomie- und Dominanzstreben. Zukünftig zu betrachten ist die konzeptuelle Einordnung der Konstrukte „Trotzmacht des Geistes“ und „Sinnerfüllung“ in ein integratives Persönlichkeitsmodell.<sup>1296</sup>

---

<sup>1293</sup> Becker (vgl. Becker / Kupsch, 2002) nennt als „Big Four“-Persönlichkeitseigenschaften „Seelische Gesundheit / Neurotizismus“, „Extraversion / Offenheit“ (letztere „Big Five“-Faktoren korrelieren nach Ansicht Beckers so hoch, dass sie zusammengefasst werden können), „Unverträglichkeit / Verträglichkeit“ und „Gewissenhaftigkeit“.

<sup>1294</sup> Vgl. Schnell, 2009a, S. 257, 297.

<sup>1295</sup> Vgl. Becker, 1989; 2002.

<sup>1296</sup> Vgl. McAdams / Pals, 2006.

Die Deutung der Trotzmacht als Prädiktor für Sinnerfüllung muss – wie in Kapitel 5.1 bereits angedeutet – durch kontrollierte Experimente belegt werden: Eine Kausalinterpretation der Korrelation ist nur dann begründbar und Alternativerklärungen als unplausibel bewertbar, wenn aufgrund inhaltlicher Überlegungen die unabhängige und die abhängige Variable als solche logisch voneinander unterschieden werden können.<sup>1297</sup>

Weitere empirische Studien zur Überprüfung der Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ – mit divergierenden Probandengruppen und unter Verwendung des TdG sowie verschiedenen Instrumenten zur getrennten Erfassung von „Sinnerfüllung“ und „Sinnkrise“ – sind vonnöten, um den Einfluss der Trotzmacht als Moderatorvariable<sup>1298</sup> auf den Zusammenhang zwischen Sinnerfüllung und -krise näher beleuchten, den Geltungsbereich der Theorie abstecken und ausbauen und ihre Bedeutung für die logotherapeutische Motivationstheorie einordnen zu können. Existenziell indifferente Personen stellen einen bemerkenswerten „Sinn-Typ“ dar, welcher noch besser verstanden werden muss. Im Falle dass sich die Trotzmacht des Geistes als moderierende Drittvariable durch wiederholte Bestätigung bewährt und gegen konkurrierende Erklärungsansätze in der Realität besteht, sollte die Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ Eingang in die Praxis finden.

Über die zeitliche Stabilität der Trotzmacht und die Ursachen und Bedingungen eines über die Zeit hinweg konstanten beziehungsweise variierenden Gebrauchs dieser personalen Ressource fehlen bislang noch Erkenntnisse. Zur empirischen Erforschung dieser Aspekte sowie möglicherweise wirkender Schutz- und Risikofaktoren und deren Wechselwirkungsprozessen werden künftig nicht nur „Momentaufnahmen“ zur Trotzmacht-Ausprägung, sondern auch längsschnittliche Studien erforderlich sein.

Theoretisch wie auch praktisch interessant wären des Weiteren Untersuchungen zur Beziehung zwischen Trotzmacht beziehungsweise allgemein personalen Ressourcen und Lebenszielen – beispielsweise durch Bezugsetzung des TdG zu Instrumenten wie dem „Aspiration Index“<sup>1299</sup> oder „GOALS“<sup>1300</sup> – sowie zwischen Sinnkonstruktion/

---

<sup>1297</sup> Vgl. Cook et al., 1990; vgl. Bortz / Döring, 2006, S. 517-519, 523.

<sup>1298</sup> Vgl. Saunders, 1956; vgl. Baron / Kenny, 1986.

<sup>1299</sup> Vgl. Klusmann et al., 2005.

<sup>1300</sup> Vgl. Pöhlmann / Brunstein, 1997.

-verwirklichung und der Bewältigung kritischer Lebensereignisse.<sup>1301</sup> Es ist zu erwarten, dass eine Person, die aktuell – etwa durch schwierige soziale Lebensverhältnisse, Verlusterfahrungen oder eine schwere Krankheit – besonderen Belastungen ausgesetzt ist, auf einige TdG-Items (zum Beispiel *Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens* oder *Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir*) anders antwortet als eine, bei der dies nicht der Fall ist. Zur Erfassung kritischer Lebensereignisse zum Zweck der empirischen Überprüfung dieser Annahme könnte eine der so genannten „Ereignis-Checklisten“ verwendet werden. Die „Social Readjustment Rating Scale“ von Thomas Holmes und Richard Rahe<sup>1302</sup> umfasst zum Beispiel 43 Ereignisse, die jeweils unterschiedlich gewichtet sind (Tod = 100 Punkte, Scheidung = 73 Punkte, Gefängnis = 63 Punkte, Kündigung = 45 Punkte). Diese Gewichte wurden auf Basis sozialer Urteile über den erforderlichen Anpassungsaufwand errechnet. Die Summe der Punkte innerhalb eines vorgegebenen Zeitraums gilt als Maß für den Stress, den eine Person in dieser Zeit erfährt. Eine Alternative zur (in mehrfacher Hinsicht kritisierten) Checklisten-Methode stellen Interview-Verfahren zur Erfassung kritischer Lebensereignisse dar, wie beispielsweise das „Life Events and Difficulties Schedule“ von George Brown und Tirris Harris<sup>1303</sup>.

Lohnend für die Praxis könnte sich zudem die Überprüfung des Zusammenhangs zwischen Trotzmacht und Therapie-/Coaching-Erfolg erweisen. Zu erwarten wären Effekte in beide Richtungen: Einerseits die Begünstigung eines positiven Therapie-/Coachingverlaufs durch die Aktivierung der Trotzmacht des Patienten beziehungsweise Klienten, andererseits die Förderung „trotzmächtigen“ Verhaltens durch (therapeutische) Interventionen.

Die weitere Entwicklung „noometrischer“ Verfahren – das heißt psychometrischer Instrumente zur Erfassung geistiger Kompetenzen im Sinne der Logotherapie und Existenzanalyse – soll hier angeregt werden. In diesem Zusammenhang ist auch eine Optimierung des TdG anzustreben. Zur Erhöhung seiner diagnostischen Aussagekraft sind allgemein möglichst viele verschiedene Personengruppen in empirische Studien einzubeziehen. Künftige Studien sollten zudem der Dimensionalität des TdG gewidmet

---

<sup>1301</sup> Nach Holmes / Rahe (1967) sind darunter Ereignisse zu verstehen, die (starke) Veränderungen bewirken und einen erhöhten Anpassungsaufwand erfordern. Sie gelten als besonders gesundheitsgefährdend, wenn sie sich innerhalb eines umgrenzten Zeitraums, etwa einem Jahr, häufen.

<sup>1302</sup> Vgl. ebd.

<sup>1303</sup> Vgl. Brown / Harris, 1989.

werden, um die vier gefundenen Bedeutungsaspekte der Trotzmacht zu bestätigen: Ist die Faktorenstruktur nicht nur methoden-, sondern auch stichprobeninvariant, wird sie sich in unterschiedlichen, hinsichtlich ihrer Zusammensetzung vergleichbaren Stichproben aus derselben Population übereinstimmend zeigen. Neben explorativen könnten konfirmatorische Faktorenanalysen (Confirmatory Factor Analyses, CFA) zusätzliche Informationen über die Faktorenstruktur des TdG liefern. Das vierfaktorielle Trotzmacht-Gefüge wäre mit diesem strukturüberprüfenden Verfahren als spezifiziertes Modell im Sinne der Reproduzierbarkeit von Varianz-/Kovarianzmatrizen durch – über iterative Schätzalgorithmen – geschätzte Parameter linearer Gleichungen auf empirische Passung („Modellfit“) zu prüfen. Die CFA gibt etwa Aufschluss über Fehlerkovarianzen und -varianzen der Items, die bei der PFA nicht berücksichtigt werden. So könnten hohe Fehlerkovarianzen zwischen einzelnen Items beispielsweise darauf hindeuten, dass diese von einem gemeinsamen, im Modell nicht berücksichtigten Faktor zusätzlich erklärt werden.

Um das individuelle TdG-Ergebnis eindeutig durch Einordnung innerhalb einer Bezugs- oder Referenzgruppe interpretieren zu können, ist eine Normierung anhand repräsentativer Stichproben erforderlich: Vergleichswerte einer „Eichstichprobe“, die der Testperson hinsichtlich bestimmter Charakteristika – zum Beispiel Geschlecht, Alter, Schul-/Berufsbildung – ähnlich ist, sind heranzuziehen und in Normtabellen zu dokumentieren.<sup>1304</sup> Neben dem Einsatz des TdG als Forschungsinstrument zur Hypothesenprüfung über Aggregatwerte könnte damit auch die Qualität von Individualdiagnosen im Persönlichkeitsbereich – beispielsweise im Vorfeld eines sinnzentrierten Coachings oder einer Therapie – mit Hilfe des TdG erhöht werden. Die Identifikation weiterer Trotzmacht-„Extremgruppen“ (etwa bestimmte Berufsgruppen wie Feuerwehr oder Polizei (?) – oder ehrenamtlich Tätige) könnte die Vorhersage der Trotzmacht-Ausprägung und damit verbundener Merkmale der Person erhöhen.

Für einen internationalen Einsatz des TdG und die Ausweitung der Zielgruppe auf nicht-deutschsprachige Erwachsene wäre eine Übersetzung in die englische und/oder gegebenenfalls weitere Sprachen erforderlich, sowie parallel dazu die Überprüfung seiner „Culture Fairness“ beziehungsweise möglicher Kultur-Konfundierungen und in Folge die Anpassung der Normen.

---

<sup>1304</sup> Vgl. Goldhammer / Hartig, 2008.

Nicht zuletzt ist auf einer theoretisch übergeordneten Ebene zu klären, was die in Kapitel 2.6.1 angedeuteten neurobiologischen Thesen sowie die künftigen Erkenntnisse der modernen Hirnforschung für die Weiterentwicklung der Logotherapie bedeuten. Herausfordernd im Hinblick auf das logotherapeutisch-existenzanalytische respektive humanistische Menschenbild und Wissenschaftsverständnis sind Fragen wie: Gibt es einen „Sitz“ von Verantwortung, Entscheidungsfreiheit und Willenskraft? Wo befindet sich die stellungbeziehende und „trotzende“ Kraft im Menschen? Sind Menschen mit hoch ausgeprägter Trotzmacht des Geistes schlichtweg „Stirnhirnschwächlinge“?<sup>1305</sup> Welche Beziehung besteht zwischen Sinnerleben und unseren Nervenzellen? Können biochemische Veränderungen im Gehirn tatsächlich das Erleben von Sinnlosigkeit hervorrufen?<sup>1306</sup> Bedeutet Neuroplastizität, das heißt die lebenslange Anpassungsfähigkeit des Gehirns, dass die Trotzmacht auch noch bei Menschen hohen Alters gefördert werden kann? Wie passt Freiheit zu automatisierten Prozessen? Treffen wir die meisten unserer Entscheidungen tatsächlich unbewusst (wie bildgebende Verfahren, zum Beispiel die Magnetoenzephalografie, zeigen)? Wo ist die (ohnehin künstliche) Trennung zwischen Bewusstem und Unbewusstem zu ziehen? Entbinden Hirnstörungen von Verantwortung? Ist der freie Wille nur eine Illusion – und ist es daher irrelevant, für welche Sinnmöglichkeiten wir uns entscheiden?<sup>1307</sup> – Um diese Fragen zu beantworten, müssen kognitions- und neurowissenschaftliche Erkenntnisse im Sinne des von Frankl nachdrücklich geforderten integrativen, ganzheitlichen Denkansatzes und der Überwindung des mechanistisch-reduktionistischen Denkens in das Geist-Materie-Problem einbezogen werden. Philosophische, psychologische und naturwissenschaftliche Forschungen zum Phänomen „Geist“ sollten in ihren Grenzgebieten stärker aufeinander bezogen werden.

Wie in Kapitel 1.2 gezeigt und durch die Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“ bekräftigt, besteht hinsichtlich der Trotzmacht des Geistes in unserer Gesellschaft ein großer Förderungsbedarf. Abbildung 29 auf der nächsten Seite zeigt die „Umkehrung“ des in Kapitel 3.5 dargestellten Circulus vitiosus (Abbildung 18) als angestrebte Konsequenz einer auf Basis des TdG-Resultates initiierten Trotzmacht-Förderung.

---

<sup>1305</sup> Deecke, 2006, S. 343; 2007, S. 63.

<sup>1306</sup> Vgl. Nemeroff, 1998.

<sup>1307</sup> Vgl. Roth, 1999, 2001; vgl. Pauen / Roth, 2008; vgl. Herrmann, 2009; vgl. Gazzaniga, 2012.

Abbildung 29: Das individuelle TdG-Ergebnis als Grundlage für Trotzmacht-Förderung und Vermeidung / Reduktion „erlernter Sinnlosigkeit“

## TdG – Fragebogen zur Trotzmacht des Geistes

Datum: .....

Name / Code: .....

...

1. Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.

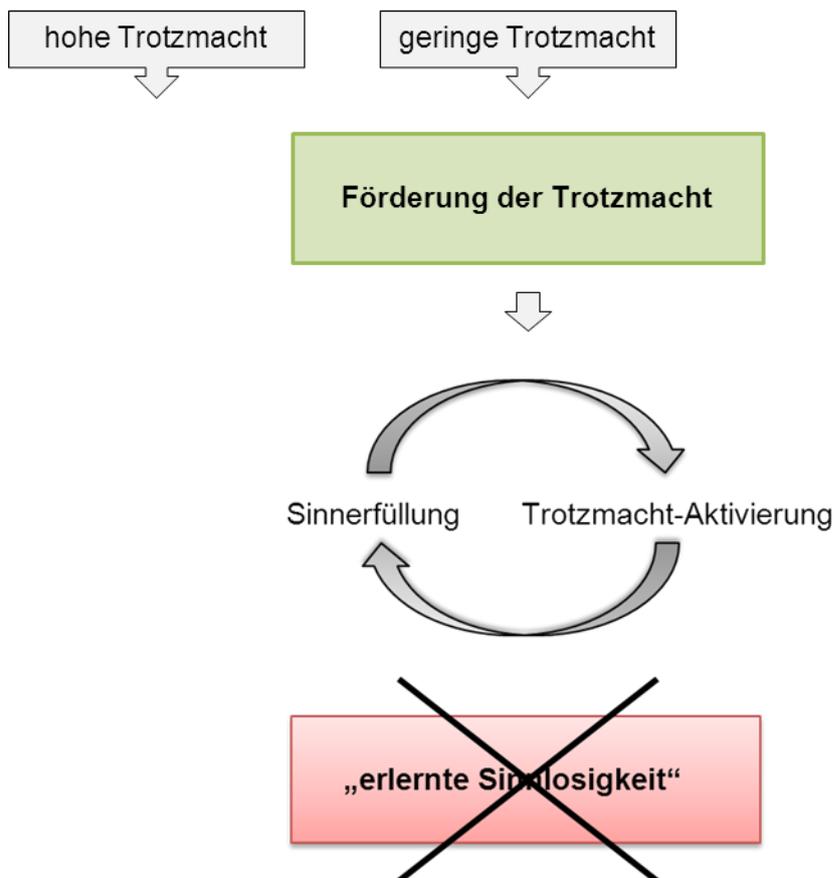
trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

2. Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

3. Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht



Im Sinne der Ressourcenorientierung und kompetenzstärkenden Ausrichtung der Logotherapie ist zu fragen, wie Trotzmacht entwickelt und aufrechterhalten werden kann.

Die Förderung muss dabei sowohl am Individuum als auch an sozialen Gruppen und der Gesellschaft insgesamt ansetzen und als sozialpolitische Strategie und „Hebel“ zur Mobilisierung personaler Ressourcen verstanden werden. Dabei soll jedoch betont werden, dass nicht über das Ziel „hinauszuschießen“ ist: Dieses kann nicht in unbedingter „maximaler Trotzmacht“ bestehen, denn manches Mal stellt die „rechte Passivität“<sup>1308</sup> – oder eine Position zwischen rechter Passivität und rechter Aktivität – die Sinnversprechendere Strategie dar.

Die Verfasserin hat als logotherapeutisch tätige Beraterin und Coach vielfach die Erfahrung gemacht, dass die Aktivierung der Trotzmacht nicht nur im praktischen Vollzug durch das „echte“ Leben selbst trainiert werden kann, sondern auch in einem gezielt organisierten Setting. Folgende Bestandteile eines „Trotz-Trainings“, das heißt eines systematischen Programms zur Entwicklung und Stärkung der individuellen Trotzmacht und ihrer Nutzung, haben sich in der Praxis bewährt und lassen sich auch in nicht (primär) logotherapeutische Interventionen im Rahmen von Therapie, Beratung und Coaching flexibel integrieren und in ihrer inhaltlichen Tiefe variieren:

1. Vermittlung existenzanalytisch-logotherapeutischer Grundlagen zu und Anregung der persönlichen Auseinandersetzung mit

- dem Menschen als dreidimensionalem und damit auch geistigem Wesen
- Charakteristika der spezifisch humanen Dimension des Geistigen
- geistiger Freiheit und Mündigkeit der Person
- Verantwortlichkeit (und Schuldfähigkeit) jedes Menschen
- dem Aufgabencharakter des Lebens
- den Möglichkeiten der geistigen Stellungnahme und Mitgestaltung des eigenen Schicksal

2. Sensibilisierung für

- die eigene geistige Haltung gegenüber dem Selbst und der Außenwelt
- die intakten personal-geistige Kräfte und die Freiheit und Verantwortung zur selbständigen Mobilisierung dieser
- den Sinn des Augenblicks und damit verbundene sinnvolle Wahlmöglichkeiten

---

<sup>1308</sup> Vgl. Kapitel 2.11.2.

- Wertevielfalt („Erweiterung des Wertgesichtsfeldes“<sup>1309</sup>) und die Ausgestaltung der persönlichen Wertestruktur
- „verschüttete“ individuelle Sinngehalte und die Weitung von Sinnhorizonten innerhalb des individuellen Freiraums
- Aufgaben und Menschen, die einen brauchen
- persönliche Vorbilder

### 3. Stärkung und positive Provokation im Hinblick auf

- die geistigen Fähigkeiten der Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz
- die Umsetzung entdeckter Sinnstrukturen durch Engagement für persönlich bedeutsame Aufgaben
- eine existenzielle Umstellung (welche nur von der Person selbst erfolgen kann), im Sinne einer konstruktiven, sinnorientierten Haltung gegenüber Schicksalsschlägen und unveränderbaren Lebensumständen
- die aktive Gestaltung des eigenen Lebens, einschließlich der Bewältigung von „Hindernissen“ auf dem „Weg zum Sinn“

Diese Inhalte beanspruchen weder Vollständigkeit noch Endgültigkeit. Sie sollen Impulse für logotherapeutisch tätige Kollegen sein und zur weiteren Ausgestaltung anregen. Methodisch geeignet sind schwerpunktmäßig Gespräche unter Beachtung logotherapeutischer Grundsätze der Gesprächsführung – Prinzipien der „methodenorientierten Natürlichkeit“ und der „menschenbildorientierten Improvisation“, mit dem Fokus einer authentischen und mitfühlenden, menschlich-anteilmehmenden Haltung des Therapeuten, Respekt und Toleranz gegenüber der Weltanschauung und Lebensperspektive des Patienten oder Klienten sowie einem durch Fragetechniken werte- und sinnorientiert gesteuerten Diskurs oder Dialog.<sup>1310</sup> Bedarfsspezifisch einzusetzen ist eine Kombination aus speziellen logotherapeutischen Methoden und Techniken – wie etwa Einstellungsmodulation<sup>1311</sup>, Sinn-Wahrnehmungstraining<sup>1312</sup>, suggestives

---

<sup>1309</sup> Böschmeyer, 1988b, S. 64.

<sup>1310</sup> Vgl. Lukas, 1994, S. 121-134; vgl. Tausch, 1995, S. 771-774.

<sup>1311</sup> Vgl. Lukas, 1980, S. 74-79, 98-139; vgl. Riemeyer, 2007, S. 165-169.

<sup>1312</sup> Vgl. Lukas, 1986c, S. 183-185.

Willenstraining<sup>1313</sup>, Dereflexion<sup>1314</sup>, sinnzentrierte Biografie<sup>1315</sup>, ausgewählte Bestandteile der in Kapitel 2.1 erwähnten sinnzentrierten Gruppentherapien<sup>1316</sup> –, Bibliothherapie / narrativen Techniken<sup>1317</sup> sowie aus anderen Therapierichtungen – wie zum Beispiel der klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie, der Gestalttherapie, dem Psychodrama oder der systemischen Familientherapie – entlehnten Methoden.

Im Rahmen eines „Trotz-Trainings“ ist die Durchführung des TdG sowie eine tiefergehende Auseinandersetzung mit den Fragebogen-Items sehr gut als Basis einer (angeleiteten) Selbstreflexion über die individuelle Mobilisierung der Trotzmacht geeignet. Vorstellbar ist zudem die Integration von Bildern und/oder kurzen Filmsequenzen mit dargestellten Personen, die hinsichtlich ihrer Trotzmacht-Aktivierung Vorbildfunktion haben und ebenfalls zur gedanklichen Beschäftigung mit nicht ausgenutztem geistigen Spielraum anstiften können. In diesem Sinne kann schließlich auch das Einbeziehen von Extremgruppen mit besonders hoher Trotzmacht-Ausprägung „Sinn-voll“ sein.<sup>1318</sup>

---

<sup>1313</sup> Vgl. Lukas, 1980, S. 89-92.

<sup>1314</sup> Vgl. Kapitel 2.8.2.

<sup>1315</sup> Vgl. Schlieper-Damrich / Netzwerk CoachPro, 2011, S. 123-125.

<sup>1316</sup> Vgl. Wong, 1998b; vgl. Greenstein / Breitbart, 2000; vgl. Breitbart, 2002; vgl. Breitbart et al., 2004.

<sup>1317</sup> Vgl. Kurz, 1991b; vgl. Bergmann, 1994; vgl. Lukas, 1994, S. 276-299; vgl. Kurz / Hadinger, 1999, S. 23; vgl. Frankl, 2002, S. 22-23; vgl. Ilsinger, 2006; vgl. Riemeyer, 2007, S. 154; vgl. Schenk, 2007; vgl. Böschmeyer, 2010, S. 41, 67; vgl. Noyon / Heidenreich, 2012, S. 141-142.

<sup>1318</sup> Vgl. Kapitel 2.11 sowie 4.9.1; z.B. Interviews mit Menschen in Trotzmachtfordernden Berufen, Behinderten(-Sportlern) oder chronisch Kranken mit beeindruckender geistiger Haltung.

## 6 Literatur

- Abel, Thomas / Kohlmann, Thomas / Noack, Horst: *Eine deutsche Übersetzung des SOC*, Universität Bern, Abteilung für Gesundheitsforschung des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin, 1995.
- Abramson, Lyn Y. / Sackeim, Harold A.: A paradox in depression: Uncontrollability and self-blame, in: *Psychology Bulletin*, 84 (5), 1977, 838-852.
- Abramson, Lyn Y. / Seligman, Martin E.P. / Teasdale, John D.: Learned helplessness in humans: Critique and reformulation, in: *Journal of Abnormal Psychology*, 87 (1), 1978, 49-79.
- Addad, Moshe: Psychogenic neuroticism and noogenic self-strengthening, in: *International Forum for Logotherapy*, 10 (1), 1987, 52-59.
- Adler, Alfred: *Der Sinn des Lebens*, Frankfurt am Main, 1933/1973.
- Adler, Alfred: *Lebensprobleme*, Frankfurt am Main, 1937/1994.
- Albarracín, Dolores / Johnson, Blair T. / Zanna, Mark P. (Hrsg.): *The handbook of attitudes*, Mahwah, NJ, 2005.
- Allport, Gordon: *Becoming: Basic considerations for a psychology of personality*, New Haven, 1955.
- Amelang, Manfred / Zielinski, Werner: *Psychologische Diagnostik und Intervention*, 3. Aufl., Berlin, 2002.
- American Psychological Association: *Publication manual of the American Psychological Association*, 5. Aufl., Washington, DC, 2001.
- Anastasi, Anne / Urbina, Susana: *Psychological Testing*, London, 1997.
- Angleitner, Alois / John, Oliver P. / Löhr, Franz-Josef: It's what you ask and how you ask it: An itemmetric analysis of personality questionnaires, in: Angleitner, Alois / Wiggins, Jerry S. (Hrsg.): *Personality assessment via questionnaires. Current issues in theory and measurement*, Berlin, 1986, 61-108.
- Angleitner, Alois / Wiggins, Jerry S. (Hrsg.): *Personality assessment via questionnaires. Current issues in theory and measurement*, Berlin, 1986.

- Antonovsky, Aaron: Conceptual and methodological problems in the study of resistance resources and stressful life events, in: Dohrenwend, Barbara S. / Dohrenwend, Bruce P. (Hrsg.): *Stressful life events: Their nature and effects*, New York, 1974.
- Antonovsky, Aaron: The Sense of Coherence: Development of a research instrument, in: *Newsletter and Research Reports*, Research Center for Behavioral Medicine, Tel Aviv University, 1, 1983, 1-11.
- Antonovsky, Aaron: Gesundheitsforschung versus Krankheitsforschung, in: Franke, Alexa / Broda, Michael (Hrsg.): *Psychosomatische Gesundheit. Versuch einer Abkehr vom Pathogenese-Konzept*, Tübingen, 1993, 3-14 (zit. 1993a).
- Antonovsky, Aaron: The structure and properties of the Sense of Coherence Scale, in: *Social Science Medicine*, 36 (6), 1993, 725-733 (zit. 1993b).
- Antonovsky, Aaron: *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit*, Tübingen, 1997. (Originalausgabe: *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*, San Francisco, 1987.)
- Arendt, Hannah: *The Life of the mind*, Vol. II: Willing, New York, 1978.
- Arlt, Gerhard: Sinn und Unsinn. Kritische Bemerkung zur Logotherapie Viktor E. Frankls, in: *Gründungsbulletin der philosophischen Fachzeitschrift "Zenka"*, 3, München, 1989, 12-26.
- Ascher, L. Michael: Die paradoxe Intention aus der Sicht des Verhaltenstherapeuten, in: Längle, Alfried (Hrsg.): *Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe*, München, 1985, 130-141.
- Ascher, L. Michael: Several suggestions for the future of paradox in therapy, in: *Counseling Psychologist*, 14 (2), 1986, 291-296.
- Ascher, L. Michael / Bowers, Michael R. / Schotte, David E.: A review of data from controlled case studies and experiments evaluating the clinical efficacy of paradoxical intention, in: Weeks, Gerald R. (Hrsg.): *Promoting change through paradoxical therapy*, Homewood, IL, 1985, 216-250 (zit. 1985a).
- Ascher, L. Michael / DiTomasso, Robert A.: Paradoxical intention in behavior therapy: A review of the experimental literature, in: Turner, Ralph M. / Ascher, L. Michael (Hrsg.): *Evaluating behavior outcome*, New York, 1985, 205-224 (zit. 1985b).
- Ascher, L. Michael / Schotte, David E. / Grayson, John B.: Enhancing effectiveness of paradoxical intention in treating travel restriction in agoraphobia, in: *Behavior Therapy*, 17, 1986, 124-130.
- Assagioli, Roberto: *Psychosynthese und transpersonale Entwicklung*, Paderborn, 1992.

- 
- Auhagen, Ann E.: On the psychology of meaning of life, in: *Swiss Journal of Psychology*, 59 (1), 2000, 38-48.
- Auhagen, Ann E.: *Positive Psychologie. Anleitung zum „besseren“ Leben*, 2. Aufl., Weinheim, 2008.
- Averill, James R.: Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress, in: *Psychological Bulletin*, 80 (4), 1973, 286-303.
- Bailey-Richardson, Brenda: Untitled review of the Seeking of Noetic Goals test, in: Mitchell, James V. (Hrsg.): *The ninth mental measurements yearbook*, Vol. II, Lincoln, NE, 1985.
- Bandilla, Wolfgang / Bosnjak, Michael / Altdorfer, Patrick: Survey administration effects? A comparison of web-based and traditional written self-administered surveys using the ISSP environment module, in: *Social Sciences Computer Review*, 21 (2), 2003, 235-243.
- Bandura, Albert: Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, in: *Psychological Review*, 84 (2), 1977, 191-215.
- Bandura, Albert: Exercise of personal agency through the self-efficacy mechanism, in: Schwarzer, Ralf (Hrsg.): *Self-efficacy: Thought control of action*, Washington, 1992, 3-38.
- Bandura, Albert: *Self-efficacy: The exercise of control*, New York, 1997.
- Baron, Reuben M. / Kenny, David A.: The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), 1986, 1173-1182.
- Bartone, Paul T. / Eid, Jarle / Johnsen, Bjorn H. / Laberg, Jon C. / Snook, Scott A.: Big five personality factors, hardiness, and social judgement as predictors of leader performance, in: *Leadership & Organization Development Journal*, 30 (6), 2009, 498-521.
- Bartone, Paul T. / Roland, Robert R. / Picano, James J. / Williams, Thomas J.: Psychological hardiness predicts success in US army special forces candidates, in: *International Journal of Selection and Assessment*, 16 (1), 2008, 78-81.
- Baruth, Katey E. / Carroll, Jane J.: A formal assessment of resilience: The Baruth Protective Factors Inventory, in: *Journal of Individual Psychology*, 58 (3), 2002, 235-244.

- Batthyány, Alexander: „Immer schon war die Person am Werk“. Viktor Frankls Weg zu Logotherapie und Existenzanalyse, in: Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006, 10-35.
- Batthyány, Alexander: *Mythos Frankl? Geschichte der Logotherapie und Existenzanalyse 1925-1945. Entgegnung auf Timothy Pytell*, Wien u.a., 2008 (zit. 2008a).
- Batthyány, Alexander: Viktor Frankls Weg zur Logotherapie und Existenzanalyse, in: *Logotherapie und Existenzanalyse. Interdisziplinäre Zeitschrift für Bildung, Forschung und Praxis*, 3 (4), 2008, 5-43 (zit. 2008b).
- Batthyány, Alexander / Guttman, David: *Research in Logotherapy and meaning-oriented psychotherapy*, Phoenix, AZ, 2005.
- Batthyány, Dominik / Zsok, Otto (Hrsg.): *Viktor Frankl und die Philosophie*, Wien, 2005.
- Battista, John / Almond, Richard: The development of meaning in life, in: *Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes*, 36 (4), 1973, 409-427.
- Baum, Steven K. / Boxley, Russell L.: Depression and old age identification, in: *Journal of Clinical Psychology*, 39 (4), 1983, 584-590.
- Baumeister, Roy F.: *Meanings of life*, New York, 1991.
- Baumeister, Roy F. / Heatherton, Todd F. / Tice, Diane M.: When ego threats lead to self-regulation failure: Negative consequences of high self-esteem, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 (1), 1993, 141-156.
- Becker, Peter: Sinnfindung als zentrale Komponente seelischer Gesundheit, in: Längle, Alfried (Hrsg.): *Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe*, München, 1985, 186-207.
- Becker, Peter: *Der Trierer Persönlichkeitsfragebogen (TPF). Handanweisung*, Göttingen, 1989.
- Becker, Peter: Die Bedeutung von Vertrauen für die seelische und körperliche Gesundheit, in: *Logotherapie und Existenzanalyse. Interdisziplinäre Zeitschrift für Bildung, Forschung und Praxis*, Sonderheft, 1993.
- Becker, Peter: *Seelische Gesundheit und Verhaltenskontrolle*, Göttingen, 1995.

- Becker, Peter: Die Salutogenesetheorie von Antonovsky: Eine wirklich neue, empirisch abgesicherte, zukunftsweisende Perspektive? In: Margraf, Jürgen / Sigrist, Johannes / Neumer, Simon (Hrsg.): *Gesundheits- oder Krankheitstheorie? Saluto- versus pathogenetische Ansätze im Gesundheitswesen*, Berlin, 1998, 13-25.
- Becker, Peter: Der Beitrag Viktor Frankls zu einer Theorie der seelischen Gesundheit und der Psychotherapie, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 8 (2), 2000, 66-82.
- Becker, Peter: TPF. Trierer Persönlichkeitsfragebogen, in: Brähler, Elmar / Schumacher, Jörg / Strauß Bernhard (Hrsg.): *Diagnostische Verfahren in der Psychotherapie*, Göttingen, 2002, 370-373.
- Becker, Peter: *Trierer Integriertes Persönlichkeits-Inventar TIPI*. Manual, Göttingen, 2003.
- Becker, Peter / Kupsch, Melanie: The Four-Plus-X factor model for the description of normal and disordered personality as an alternative to the five-factor model: A test of two models, in: *Trierer Psychologische Berichte*, 29 (6), Trier, 2002.
- Belson, William A.: *The design and understanding of survey questions*, Aldershot, UK, 1981.
- Bender, Doris / Lösel, Friedrich: Protektive Faktoren der psychisch gesunden Entwicklung junger Menschen: Ein Beitrag zur Kontroverse um saluto- und pathogenetische Ansätze, in: Margraf, Jürgen / Sigrist, Johannes / Neumer, Simon (Hrsg.): *Gesundheits- oder Krankheitstheorie? Saluto- versus pathogenetische Ansätze im Gesundheitswesen*, Berlin, 1998, 117-145.
- Bengel, Jürgen / Strittmatter, Regine / Willmann, Hildegard: Was hält den Menschen gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese – Diskussionsstand und Stellenwert, in: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.): *Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung*, Band 6, Köln, 1998.
- Berg, Irwin A. (Hrsg.): *Response set in personality assessment*, Chicago, IL, 1967.
- Bergmann, Ingrid: *Erziehung zur Verantwortlichkeit durch die Zaubermärchen der Gebrüder Grimm unter besonderer Berücksichtigung der Sinnkategorie Viktor E. Frankls*, Europäische Hochschulschriften: Reihe 11, Pädagogik, Band 605, Frankfurt am Main, 1994.
- Berkowitz, Leonard E. (Hrsg.): *Advances in experimental social psychology*, 8, New York, 1975.
- Berschneider, Werner: *Sinnzentrierte Unternehmensführung: Was Viktor E. Frankl den Führungskräften der Wirtschaft zu sagen hat*, Lindau am Bodensee, 2003.

- Berschneider, Werner: *Die Chance sinnerfüllt zu leben und zu führen: Erkenntnisse von Viktor Frankl als Basis für eine gute Führung von Menschen und Unternehmen*, Hünfelden, 2008.
- Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (Hrsg.): *Ethische Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Psychologie e. V. und des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (zugleich Berufsordnung des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V.)*, 2005.
- Betz, Otto: Sinnspuren des Lebens. Der Beitrag der Religion zur Deutung des Daseins, in *Geist und Leben*, 67. Jahrgang, 1994, 172-188.
- Beyme, Klaus von (Hrsg.): *Die großen Regierungserklärungen der deutschen Bundeskanzler von Adenauer bis Schmidt*, München u.a., 1979, 251-281.
- Bickel, Peter J. / Doksum, Kjell A.: *Mathematical statistics: Basic ideas and selected topics*, Vol. 1, 2. Aufl., Upper Saddle River, NJ, 2007.
- Bierhoff, Hans W.: Neue Erhebungsmethoden, in: Erdfelder, Edgar / Mausfeld, Rainer / Meiser, Thorsten / Rudinger, Georg (Hrsg.): *Handbuch Quantitative Methoden*, Weinheim, 1996, 59-70.
- Biller, Karlheinz: Der Begriff „Übersinn“, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 158-166 (zit. 1995a).
- Biller, Karlheinz: Der Geist-Begriff, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 130-144 (zit. 1995b).
- Biller, Karlheinz: Der Sinn-Begriff als zentrales Theorem der Logotherapie, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 99-115 (zit. 1995c).
- Biller, Karlheinz: Der Wert-Begriff, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 117-129 (zit. 1995d).
- Biller, Karlheinz / de Lourdes Stiegeler, Maria: *Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl*, Wien u.a., 2008.
- Binswanger, Ludwig: *Grundformen und Erkenntnis menschlichen Daseins*, 5. Aufl., München u.a., 1983.

- 
- Birnbaum, Michael H.: Human research and data collection via the internet, in: *Annual Review of Psychology*, 55, 2004, 803-832.
- Birren, James E. / Bengtson, Vern L. (Hrsg.): *Emergent theories of aging*, New York, 1988.
- Bliemeister, Joachim / Frey, Dieter / Aschenbach, Gabi / Köller, Olaf: Zum Zusammenhang zwischen psychosozialen Merkmalen und dem Gesundheitszustand HIV-Infizierter: Eine interdisziplinäre Querschnittstudie, in: *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 21 (2), 1992, 182-196.
- Block, Jack / Block, Jeanne H.: Venturing a 30-year longitudinal study, in: *American Psychologist*, 61 (4), 2006, 315-327.
- Block, Jack / Kremen, Adam M.: IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (2), 1996, 349-361.
- Block, Jeanne H. / Block, Jack: The role of ego-control and ego-resilience in the organization of behavior, in: Collins, W. Andrew (Hrsg.): *Development of cognition, affect and social relations*, Hillsdale, NJ, 1980, 39-101.
- Böckmann, Walter: *Sinn-orientierte Leistungsmotivation und Mitarbeiterführung. Ein Beitrag der Humanistischen Psychologie, insbesondere der Logotherapie nach Viktor E. Frankl, zum Sinn-Problem der Arbeit*, Stuttgart, 1980.
- Böckmann, Walter: *Wer Leistung fordert, muss Sinn bieten. Moderne Menschenführung in Wirtschaft und Gesellschaft*, Düsseldorf u.a., 1984.
- Böckmann, Walter: Logotherapie als Sinn-Theorie: Vom Sinn der Arbeit, in: Längle, Alfried (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 135-154.
- Böckmann, Walter: *Sinn und Selbst. Wege zur Selbst-Erkenntnis*, Weinheim u.a., 1989.
- Böckmann, Walter: *Sinn in Arbeit, Wirtschaft und Gesellschaft*, 2. Aufl., München, 2008.
- Boekaerts, Monique / Pintrich, Paul R. / Zeidner, Moshe (Hrsg.): *Handbook of self-regulation*, San Diego, 2000.
- Bolt, Martin: Purpose in life and religious orientation, in: *Journal of Psychology and Theology*, 3 (2), 1975, 116-118.
- Bolt, Martin: Purpose in life and death concern, in: *Journal of Genetic Psychology*, 132 (1), 1978, 159-160.

- Bonanno, George A.: Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? In: *American Psychologist*, 59 (1), 2004, 20-28.
- Bondevik, Margareth / Skogstad, Anders: Loneliness, religiousness, and purpose in life in the oldest old, in: *Journal of Religious Gerontology*, 11 (1), 2000, 5-21.
- Borsboom, Denny / Mellenbergh, Gideon J. / Heerden, Jaap van: The concept of validity, in: *Psychological Review*, 111 (4), 2004, 1061-1071.
- Bortz, Jürgen / Döring, Nicola: *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler*, 4. Aufl., Heidelberg, 2006.
- Bortz, Jürgen / Schuster, Christof: *Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler*, 7. Aufl., Berlin u.a., 2010.
- Böschemeyer, Uwe: Logotherapie und Religion, in: Condrau, Gion (Hrsg.): *Die Psychologie des 20. Jahrhunderts*, Band 15, Zürich, 1979, 296-301.
- Böschemeyer, Uwe: *Die Sinnfrage in Psychotherapie und Theologie. Die Existenzanalyse und Logotherapie Viktor E. Frankls aus theologischer Sicht*, Berlin u.a., 1988 (zit. 1988a).
- Böschemeyer, Uwe: Logotherapie mit einem Gesichtsverletzten. Ein Therapieplan, in: Längle, Alfried (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 53-67 (zit. 1988b).
- Böschemeyer, Uwe: *Vom Typ zum Original: Die neun Gesichter der Seele und das eigene Gesicht. Ein Praxisbuch zum Enneagramm*, Lahr, 1994.
- Böschemeyer, Uwe: Existenzanalytische Beratung bei existentieller Frustration, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 356-363 (zit. 1995a).
- Böschemeyer, Uwe: Existenzanalytische Gesprächsführung, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 339-346 (zit. 1995b).
- Böschemeyer, Uwe: *Wertorientierte Imagination*, Hamburg, 2000.
- Böschemeyer, Uwe: *Worauf es ankommt. Werte als Wegweiser*, 5. Aufl., München u.a., 2010.

- Bower, Julienne E. / Kemeny, Margaret E. / Taylor, Shelley E. / Fahey, John L.: Cognitive processing, discovery of meaning, CD4 decline, and AIDS-related mortality among bereaved HIV-seropositive men, in: *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66 (6), 1998, 979-986.
- Bowes, Denise, E. / Tamlyn, Deborah / Butler, Lorna J.: Women living with ovarian cancer: Dealing with an early death, in: *Health Care for Women International*, 23 (2), 2002, 135-148.
- Brähler, Elmar / Holling, Heinz / Leutner, Detlev / Petermann, Franz: *Brickenkamp Handbuch psychologischer und pädagogischer Tests*, 3. Aufl., Göttingen, 2002 (zit. Brähler et al., 2002a).
- Brähler, Elmar / Schumacher, Jörg / Strauß Bernhard (Hrsg.): *Diagnostische Verfahren in der Psychotherapie*, Göttingen, 2002.
- Braun, Henry I. / Jackson, Douglas N. / Wiley, David E. (Hrsg.): *The role of constructs in psychological and educational measurement*, Hillsdale, NJ, 2002.
- Braun, J. / Dolmino, G.: The Purpose in Life Test, in: Buros, Oscar K. (Hrsg.): *The seventh mental measurement yearbook*, New York, 1978, 656.
- Brehm, Jack W.: *A theory of psychological reactance*, New York, 1966.
- Brehm, Jack W.: *Responses to loss of freedom. A theory of psychological reactance*, Morristown, 1972.
- Brehm, Sharon S.: *Anwendung der Sozialpsychologie in der klinischen Praxis*, New York, 1980.
- Brehm, Sharon S. / Brehm, Jack W.: *Psychological reactance. A theory of freedom and control*, New York, 1981.
- Breitbart, William: Spirituality and meaning in supportive care: Spirituality- and meaning-centered group psychotherapy interventions in advanced cancer, in: *Supportive Care in Cancer*, 10 (4), 2002, 272-280.
- Breitbart, William / Gibson, Christopher / Poppito, Shannon R. / Berg, Amy: Psychotherapeutic interventions at the end of life: A focus on meaning and spirituality, in: *Canadian Journal of Psychiatry*, 49 (6), 2004, 366-372.
- Breitbart, William / Rosenfeld, Barry / Pessin, Hayley / Kaim, Monique / Funesti-Esch, Julie / Galietta, Michele / Nelson, Christian J. / Brescia, Robert: Depression, hopelessness, and desire for hastened death in terminally ill patients with cancer, in: *Journal of the American Medical Association*, 284 (22), 2000, 2907-2911.

- Bridgman, Percy W.: *The logic of modern physics*, New York, 1927.
- Briggs, Stephen R. / Cheek, Jonathan M.: The role of factor analysis in the development and evaluation of personality scales, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (1), 1986, 106-148.
- Bühl, Achim: *SPSS 20. Einführung in die moderne Datenanalyse*, 13. Aufl., München, 2012.
- Bühler, Charlotte: The human course of life in its goal aspects, in: *Journal of Humanistic Psychology*, 4, 1964, 1-17.
- Bühner, Markus: *Einführung in die Test- und Fragebogenkonstruktion*, 3. Aufl., München, 2011.
- Bühner, Markus / Ziegler, Matthias: *Statistik für Psychologen und Sozialwissenschaftler*, München, 2009.
- Bulman, Ronnie J. / Wortman, Camille B.: Attributions of blame and coping in the "real world": Severe accident victims react to their lot, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 35 (5), 1977, 351-363.
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.): *Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung*, Band 6, Köln, 1998.
- Buros, Oscar K. (Hrsg.): *The seventh mental measurement yearbook*, New York, 1978.
- Campbell-Sills, Laura / Cohan, Sharon L. / Stein, Murray B.: Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults, in: *Behaviour Research and Therapy*, 44 (4), 2006, 585-599.
- Camus, Albert: *The myth of Sisyphus and other essays*, New York, 1955.
- Cantril, Hadley: *The pattern of human concerns*, New Brunswick, NJ, 1965.
- Carver, Charles S. / Scheier, Michael F.: *Attention and self-regulation: A control-theory approach to human behavior*, New York, 1981.
- Carver, Charles S. / Scheier, Michael F.: *On the self-regulation of behavior*, Cambridge, 1998.
- Carver, Charles S. / Scheier, Michael F.: Themes and issues in the self-regulation of behavior, in: Wyer, Robert S., jr. (Hrsg.): *Perspectives on behavioral self-regulation. Advances in social cognition*, Vol. XII, 1999, 1-106.
- Cattell, Raymond B.: *The scientific analysis of personality*, London, 1965.

- 
- Cattell, Raymond B.: The scree test for the number of factors, in: *Multivariate Behavioral Research*, 1 (2), 1966, 245-276.
- Chamberlain, Kerry / Zika, Sheryl: Measuring meaning in life: An examination of three scales, in: *Journal of Personality and Individual Differences*, 9 (3), 1988, 589-596 (zit. 1988a).
- Chamberlain, Kerry / Zika, Sheryl: Religiosity, life meaning, and well-being: Some relationships in a sample of women, in: *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 1988, 411-420 (zit. 1988b).
- Cherulnik, Paul D. / Citrin, Murray M.: Individual differences in psychological reactance: The interaction between locus of control and mode of elimination of freedom, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 29 (3), 1974, 398-404.
- Chochinov, Harvey M.: Dignity-conserving care: A new model for palliative care, in: *Journal of the American Medical Association*, 287, 2002, 2253-2260.
- Clauß, Günter / Finze, Falk-Rüdiger / Partzsch, Lothar: *Statistik für Soziologen, Pädagogen, Psychologen und Mediziner. Grundlagen*, Thun, 1995.
- Coelho, George V. / Hamburg, David A. / Adams, John E. (Hrsg.): *Coping and adaptation*, New York, 1974.
- Collins, W. Andrew (Hrsg.): *Development of cognition, affect and social relations*, Hillsdale, NJ, 1980.
- Compton, William C.: Meaningfulness as a mediator of subjective well-being, in: *Psychological Reports*, 87 (1), 2000, 156-160.
- Condrau, Gion (Hrsg.): *Die Psychologie des 20. Jahrhunderts*, Band 15, Zürich, 1979.
- Connor, Kathryn M. / Davidson, Jonathan R.: Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC), in: *Depression and Anxiety*, 18 (2), 2003, 76-82.
- Cook, Thomas D. / Campbell, Donald T.: *Quasi-experimentation: Design and analysis issues for field settings*, Chicago, IL, 1979.
- Cook, Thomas D. / Campbell, Donald T. / Peracchio, Laura: Quasi experimentation, in: Dunnette, M D. / Hough, L M. (Hrsg.): *Handbook of Industrial and Organizational Psychology*, Vol. 1, Palo Alto, CA, 1990, 492-576.
- Cooper, Mick: *Existential therapies*, Los Angeles, CA, 2003.
- Corsini, Roberto (Hrsg.): *Current personality theories*, Itasca, IL, 1977.

- 
- Coward, Doris D.: Making meaning within the experience of life-threatening illness, in: Reker, Gary T. / Chamberlain, Kerry (Hrsg.): *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span*, Thousand Oaks, 2000, 157-170.
- Cowles, Michael / Davis, Caroline: On the origins of the .05 level of significance, in: *American Psychologist*, 37, 1982, 553-558.
- Crandall, James E. / Rasmussen, Roger D.: Purpose in life as related to specific values, in: *Journal of Clinical Psychology*, 31 (3), 1975, 483-485.
- Cronbach, Lee J.: Coefficient alpha and the internal structure of tests, in: *Psychometrika*, 16 (3), 1951, 297-334.
- Cronbach, Lee J.: Five perspectives on validity argument, in: Wainer, Howard / Braun, Henry I. (Hrsg.): *Test validity*, New York, 1988, 3-17.
- Cronbach, Lee J. / Gleser, Goldine C. / Nanda, Harsh / Rajaratnam, Nageswari: *The dependability of behavioral measurements*, New York, 1972.
- Cronbach, Lee J. / Meehl, Paul E.: Construct validity in psychological tests, in: *Psychological Bulletin*, 52 (4), 1955, 281-302.
- Crumbaugh, James C.: Cross-validation of Purpose-in-Life test based on Frankl's concepts, in: *Journal of Individual Psychology*, 24 (1), 1968, 74-81.
- Crumbaugh, James C.: The validation of logotherapy, in: Jurjevich, R. M. (Hrsg.): *Direct Psychotherapy*, Florida, 1973, 34-76.
- Crumbaugh, James C.: The Seeking of Noetic Goals Test (SONG). A complementary scale to the Purpose-in-Life Test, in: *Journal of Clinical Psychology*, 33 (3), 1977, 900-907.
- Crumbaugh, James C. / Henrion, Rosemary: The PIL Test: Administration, interpretation, uses, theory and critique, in: *International Forum for Logotherapy / Journal of Search for Meaning*, 11, 1988, 76-88.
- Crumbaugh, James C. / Maholick, Leonard T.: The case for Frankl's will to meaning, in: *Journal of Existential Psychiatry*, 4, 1963, 43.
- Crumbaugh, James C. / Maholick, Leonard T.: An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis, in: *Journal of Clinical Psychology*, 20, 1964, 200-207.
- Crumbaugh, James C. / Maholick, Leonard T.: Cross validation of Purpose-in-Life Test based on Frankl's concepts, in: *Journal of Clinical Psychology*, 24, 1968, 74.

- 
- Crumbaugh, James C. / Maholick, Leonard T.: Manual of instructions for the Purpose in Life test, in: *Psychometric Affiliates*, Munster, 1969.
- Crumbaugh, James C. / Raphael, Mary / Shrader, Raymond R.: Frankl's will to meaning in a religious order, in: *Journal of Clinical Psychology*, 26 (2), 1970, 206-207.
- Csef, Herbert (Hrsg.): *Sinnverlust und Sinnfindung in Gesundheit und Krankheit. Gedenkschrift zu Ehren von Dieter Wyss*, Würzburg, 1998.
- Csef, Herbert / Kube, Annette: Sinnfindung als Modus der Krankheitsverarbeitung bei Krebskranken, in: Csef, Herbert (Hrsg.): *Sinnverlust und Sinnfindung in Gesundheit und Krankheit. Gedenkschrift zu Ehren von Dieter Wyss*, Würzburg, 1998, 327-343.
- Dahl, Gerhard: Zur Berechnung des Schwierigkeitsindex bei quantitativ abgestufter Aufgabenbewertung, in: *Diagnostica*, 17, 1971, 139-142.
- Dahl, JoAnne C. / Plumb, Jennifer C. / Stewart, Ian / Lundgren, Tobias: *The art and science of valuing in psychotherapy. Helping clients discover, explore, and commit to valued action using acceptance and commitment therapy*, Oakland, 2009.
- Davis, Christopher G. / Nolen-Hoeksema, Susan: Loss and meaning. How do people make sense of loss? In: *American Behavioral Scientist*, 44 (5), 2001, 726-741.
- Davis, Christopher G. / Nolen-Hoeksema, Susan / Larson, Judith: Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (2), 1998, 561-574.
- Davison, Mark L. / Sharma, Anu R.: Parametric statistics and levels of measurement, in: *Psychological Bulletin*, 104 (1), 1988, 137-144.
- Debats, Dominique L.: The Life Regard Index: Reliability and validity, in: *Psychological Reports*, 67 (1), 1990, 27-34.
- Debats, Dominique L.: Meaning in life: Clinical relevance and predictive power, in: *British Journal of Clinical Psychology*, 35 (4), 1996, 503-516.
- Debats, Dominique L.: Measurement of personal meaning: The psychometric properties of the Life Regard Index, in: Wong, Paul T.P. / Fry, Pem S. (Hrsg.): *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications*, Mahwah, NJ, 1998, 237-259.

- Debats, Dominique L.: An inquiry into existential meaning: Theoretical, clinical, and phenomenological perspectives, in: Reker, Gary T. / Chamberlain, Kerry (Hrsg.): *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span*, Thousand Oaks, 2000, 93-106.
- Debats, Dominique L. / Drost, Joost / Hansen, Prartho: Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach, in: *British Journal of Psychology*, 86 (3), 1995, 359-375.
- Debats, Dominique L. / Lubbe, Petra M. van der / Wezeman, Fimmy R.: On the psychometric properties of the Life Regard Index (LRI): A measure of meaningful life. An evaluation in three independent samples, based on the Dutch version, in: *Personality and Individual Differences*, 14 (2), 1993, 337-345.
- Deci, Edward L.: *Intrinsic motivation*, New York, 1975.
- Deci, Edward L. / Ryan, Richard M.: *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*, New York, 1985.
- Deckart, Renate: Die geistige Dimension in der Therapie, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 9 (1), 2001, 19-29.
- Deckart, Renate: Ärztliche Seelsorge. Sinnfindung unter Extrembedingungen, in: Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006, 217-235.
- Deckart, Renate: Wozu sind wir Logotherapeuten gut? In: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 15 (15), 2007, 8-21.
- Deecke, Lüder: Die Gedanken sind frei – Der Wille ist frei. Willensfestigung als psychotherapeutisches Behandlungselement, in: Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006, 331-372.
- Deecke, Lüder: Freies Wollen und Handeln aus neurophysiologischer Sicht, in: Kriz, Jürgen / Deecke, Lüder: *Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung*, Wien, 2007, 43-94.
- Deurzen, Emmy van: *Everyday mysteries: A handbook of existential psychotherapy*, 2. Aufl., London, 2010.
- De Vogler, Karen / Ebersole, Peter: Categorization of college students' meaning of life, in: *Psychological Reports*, 45, 1980, 387-390.

- Dickenberger, Dorothee / Gniech, Gisela / Grabitz, Hans-Joachim: Die Theorie der psychologischen Reaktanz, in: Frey, Dieter / Irle, Martin (Hrsg.): *Theorien der Sozialpsychologie, Band 1. Kognitive Theorien*, 2. Aufl., Bern u.a., 1993, 243-273.
- Dickinson, Terry L. / Zellinger, Peter M.: A comparison of the behaviorally anchored rating mixed standard scale formats, in: *Journal of Applied Psychology*, 65 (2), 1980, 147-154.
- Dienelt, Karl: *Erziehung zur Verantwortlichkeit. Die Existenzanalyse V.E. Frankls und ihre Bedeutung für die Erziehung*, Wien, 1955.
- Dienelt, Karl: *Anthropologie des Jugendalters*, Ratingen u.a., 1974.
- Dimpfl, Doris: *Die Bedeutung individueller Sinnkonstruktion für die psychische Gesundheit am Beispiel depressiver Patienten*, Dissertation an der Medizinischen Fakultät der Universität Erlangen, 2010.
- Doerries, Lee E.: Purpose in life and social participation, in: *Journal of Individual Psychology*, 26 (1), 1970, 50-53.
- Dohrenwend, Barbara S. / Dohrenwend, Bruce P. (Hrsg.): *Stressful life events: Their nature and effects*, New York, 1974.
- Drolet, Jean-Louis: Transcending death during early adulthood: Symbolic immortality, death anxiety, and purpose in life, in: *Journal of Clinical Psychology*, 46 (2), 1990, 148-160.
- Dua, P. S: Comparison of the effects of behaviorally oriented action and psychotherapy reeducation of intraversion-extraversion, emotionality, and internal-external control, in: *Journal of Counseling Psychology*, 39, 1972, S. 253-258.
- Duetz, Margreet / Abel, Thomas / Siegenthaler, Franziska / Niemann, Steffen: Zur Operationalisierung des Gesundheitsbegriffs in empirischen Studien zum Kohärenzgefühl, in: Wydler, Hans / Kolip, Petra / Abel, Thomas (Hrsg.): *Salutogenese und Kohärenzgefühl. Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzeptes*, 2. Aufl., 2002, 85-98.
- Dufton, Brian / Perlman, Daniel: The association between religiosity and the Purpose-in-Life test: Does it reflect purpose or satisfaction? In: *Journal of Psychology and Theology*, 14 (1), 1986, 42-48.
- Dunckel, Heiner (Hrsg.): *Handbuch psychologischer Arbeitsanalyseverfahren*, Zürich, 1999.

- Dyck, Murray J.: Assessing logotherapeutic constructs. Conceptual and psychometric status of the Purpose in Life and Seeking of Noetic Goals Test, in: *Clinical Psychology Review*, 7 (4), 1987, 439-447.
- Eagly, Alice H. / Chaiken, Shelly: *The psychology of attitudes*, Orlando, FL, 1993.
- Eagly, Alice H. / Chaiken, Shelly: Attitude research in the 21st century: The current state of knowledge, in: Albarracín, Dolores / Johnson, Blair T. / Zanna, Mark P. (Hrsg.): *The handbook of attitudes*, Mahwah, NJ, 2005, 743-767.
- Eckhardt Petra: *Selbstwert und Werterleben aus existenzanalytischer Sicht. Die Konstruktion des Selbstbeurteilungsfragebogens*, Unveröffentlichte Diplomarbeit, Wien, 1992.
- Eckhardt, Petra: *Skalen zur Erfassung von existentieller Motivation, Selbstwert und Sinnerleben*, Dissertation an der Grund- und Integrativwissenschaftlichen Fakultät der Universität Wien, 2000.
- Eckhardt, Petra: Skalen zur Erfassung von existentieller Motivation, Selbstwert und Sinnerleben, in: *Existenzanalyse*, 18 (1), 2001, 35-39.
- Edwards, Allen L.: *The social desirability variable in personality research*, Fort Worth, TX, 1957 (zit. 1957a).
- Edwards, Allen L.: *Techniques of attitude scale construction*, New York, 1957 (zit. 1957b).
- Edwards, Allen L.: *The measurement of personality traits by scales and inventories*, Oxford, UK, 1970.
- Eggert, Dietrich: *Eysenck-Persönlichkeits-Inventar E-P-I: Handanweisung für die Durchführung und Auswertung*, Göttingen, 1974.
- Ellis, Albert: *Grundlagen und Methoden der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie*, Stuttgart, 1997.
- Emmons, Robert A.: Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (5), 1986, 1058-1068.
- Emmons, Robert A. / Colby, Patricia M. / Kaiser, Heather A.: When losses lead to gains: Personal goals and the recovery of meaning, in: Wong, Paul T.P. / Fry, Pem S. (Hrsg.): *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications*, Mahwah, NJ, 1998, 163-178.
- Erdfelder, Edgar / Mausfeld, Rainer / Meiser, Thorsten / Rudinger, Georg (Hrsg.): *Handbuch Quantitative Methoden*, Weinheim, 1996.

- 
- Erickson, Milton: The use of symptoms as an integral part of hypnotherapy, in: *American Journal of Clinical Hypnosis*, 8, 1965, 5765.
- Ericsson, K. Anders / Simon, Herbert A.: Verbal reports as data, in: *Psychological Review*, 87 (3), 1980, 215-251.
- Ernst, Heiko: Du willst dein Leben ändern? Hahaha! In: *Psychologie heute*, 09/2012.
- Eschleman, Kevin J. / Bowling, Nathan A. / Alarcon, Gene M.: A meta-analytic examination of hardiness, in: *International Journal of Stress Management*, 17 (4), 2010, 277-307.
- Esser, Hartmut: Response Set – Methodische Problematik und soziologische Interpretation, in: *Zeitschrift für Soziologie*, 6 (3), 1977, 253-263.
- Evangelista, Lorraine S. / Doering, Lynn / Dracup, Kathleen: Meaning and life purpose: The perspectives of post-transplant women, in: *Heart & Lung: The Journal of Acute and Critical Care*, 32 (4), 2003, 250–257.
- Eysenck, Hans-Jürgen: *The scientific study of personality*, London, 1952.
- Eysenck, Hans-Jürgen: *The structure of human personality*, London, 1970.
- Fabrigar, Leandre R. / Wegener, Duane T. / MacCallum, Robert C. / Strahan, Erin J.: Evaluation the use of exploratory factor analysis in psychological research, in: *Psychological Methods*, 4(3), 1999, 272-299.
- Fabry, Joseph B.: *Das Ringen um Sinn. Eine Einführung in die Logotherapie*, Freiburg im Breisgau, 1978.
- Fahrmeir, Ludwig / Hamerle, Alfred (Hrsg.): *Multivariate statistische Verfahren*, Berlin, 1984.
- Familetti, M.: A comparison of the meaning and purpose in life of delinquent and non-delinquent high school boys, in: *Dissertation Abstracts International*, 36, 1975, 1825.
- Faulbaum, Frank / Prüfer, Peter / Rexroth, Margrit: *Was ist eine gute Frage? Die systematische Evaluation der Fragenqualität*, Wiesbaden, 2009.
- Fazio, Russell H. / Petty, Richard E. (Hrsg.): *Attitudes. Their structure, function and consequences*, New York, 2008.
- Feger, Hubert / Bredenkamp, Jürgen (Hrsg.): *Messen und Testen, Enzyklopädie der Psychologie, Serie I: Forschungsmethoden der Psychologie*, Band 2-3, Göttingen, 1983.

- Fegg, Martin J. / Kramer, Mechthild / L'hoste, Sibylle / Borasio, Gian D.: The Schedule for Meaning in Life Evaluation (SMiLE): Validation of a new instrument for meaning-in-life research, in: *Journal of Pain and Symptom Management*, 35 (4), 2008, 356-364.
- Ferster, Charles B.: A functional analysis of depression, in: *American Psychologist*, 28 (10), 1973, 857-870.
- Filipp, Sigrun-Heide (Hrsg.): *Kritische Lebensereignisse*, München, 1990.
- Filipp, Sigrun-Heide: Ein allgemeines Modell für die Analyse kritischer Lebensereignisse, in: Dies. (Hrsg.): *Kritische Lebensereignisse*, München, 1990, 3-52 (zit. 1990a).
- Fischer, Gerhard H.: *Einführung in die Theorie psychologischer Tests*, Bern, 1974.
- Fish, Barry / Karabenick, Stuart A.: Relationship between self-esteem and locus of control, in: *Psychological Reports*, 29, 1971, 784.
- Fisher, Ronald A.: Theory of statistical estimation, in: *Mathematical Proceedings of the Cambridge Philosophical Society*, 22 (5), 1925, 700-725.
- Fiske, Donald W. / Maddi, Salvatore R. (Hrsg.): *Functions of varied experience*, Homewood, IL, 1961.
- Fiske, Marjorie / Chiriboga, David A.: *Change and continuity in adult life*, San Francisco, CA, 1990.
- Fisseni, Herman-Josef: *Lehrbuch der psychologischen Diagnostik*, 2. Aufl., Göttingen, 1997.
- Folkman, Susan / Lazarus, Richard S. / Gruen, Rand J. / DeLongis, Anita: Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 (3), 1986, 571-579.
- Fowler, Floyd J., jr.: *Improving survey questions: Design and evaluation*, Applied Social Research Methods Series, Vol. 38, Thousand Oaks, CA, 1995.
- Francis, Leslie J. / Jewell, Albert / Robbins, Mandy: The relationship between religious orientation, personality, and purpose in life among an older Methodist sample, in: *Mental Health, Religion & Culture*, 13 (7-8), 2010, 777-791.
- Francis, Leslie J. / Kaldor, Peter: The relationship between religion and purpose in life in an Australian population survey, in: *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 12, 2001, 53-63.

- Franke, Alexa / Broda, Michael (Hrsg.): *Psychosomatische Gesundheit. Versuch einer Abkehr vom Pathogenese-Konzept*, Tübingen, 1993.
- Frankl, Viktor E.: Zur mimischen Bejahung und Verneinung, in: *Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse*, 10, 1924, 437-438.
- Frankl, Viktor E.: Psychotherapie und Weltanschauung. Zur grundsätzlichen Kritik ihrer Beziehungen, in: *Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie*, 3, 1925, 250-252.
- Frankl, Viktor E.: Philosophie und Psychotherapie. Zur Grundlegung einer Existenzanalyse, in: *Schweizerische medizinische Wochenschrift*, 69, 1938, 707 (zit. 1938a).
- Frankl, Viktor E.: Zur geistigen Problematik der Psychotherapie, in: *Zentralblatt für Psychotherapie*, 10, 1938, 33-75 (zit. 1938b).
- Frankl, Viktor E.: Zur medikamentösen Unterstützung der Psychotherapie bei Neurosen, in: *Schweizer Archiv für Neurologie und Psychiatrie*, 43, 1939.
- Frankl, Viktor E.: *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*, 3. Aufl., München, 1946/2011.
- Frankl, Viktor E.: *Die Psychotherapie in der Praxis*, 2. Aufl., München u.a., 1947/1991.
- Frankl, Viktor E.: *Der unbewusste Gott. Psychotherapie und Religion*, 7. Aufl., München, 1948/2010.
- Frankl, Viktor E.: *Der unbedingte Mensch. Metaklinische Vorlesungen*, Wien, 1949.
- Frankl, Viktor E.: *Homo patiens*, Wien, 1950.
- Frankl, Viktor E.: Über Psychotherapie, in: *Wiener Zeitschrift für Nervenheilkunde*, 3, 1951, 461.
- Frankl, Viktor E.: *Jahrbuch für Psychologie und Psychotherapie*, 1, 1953.
- Frankl, Viktor E.: *Pathologie des Zeitgeistes*, Wien, 1955.
- Frankl, Viktor E.: Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie, in: Frankl, Viktor E. / Gebattel, Victor E. / Schultz, Johannes H.: *Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie*, Band 3, München u.a., 1959, 663-736.
- Frankl, Viktor E.: Paradoxical Intention: A logotherapeutic technique, in: *American Journal of Psychotherapy*, 14, 1960, 520.

- 
- Frankl, Viktor E.: Der Pluralismus der Wissenschaften und die Einheit des Menschen, in: *Die Sechshundertjahrfeier der Universität Wien*, offizieller Festbericht, 1965.
- Frankl, Viktor E.: Paradoxical Intention in the treatment of obsessive thoughts: A pilot study, in: *Comprehensive Psychiatry*, 13, 1972, 291 (zit. 1972a).
- Frankl, Viktor E.: The feeling of meaninglessness, in: *The American Journal of Psychoanalysis*, 32, 85, 1972 (zit. 1972b).
- Frankl, Viktor E.: *Der Wille zum Sinn*, 5. Aufl., Bern, 1972/2005.
- Frankl, Viktor E.: Viktor E. Frankl, in: Pongratz, Ludwig J. (Hrsg): *Psychotherapie in Selbstdarstellungen*, Bern u.a., 1973, 177-204.
- Frankl, Viktor E.: *Theorie und Therapie der Neurosen*, 6. Aufl., München u.a., 1975/1987.
- Frankl, Viktor E.: *Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*, 3. Aufl., Bern, 1975/2005.
- Frankl, Viktor E.: Paradoxien des Glücks, in: *Was ist Glück? Ein Symposium*, München, 1976.
- Frankl, Viktor E.: *... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*, 9. Aufl., München, 1977/2009.
- Frankl, Viktor E.: *Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute*, 32. Aufl., Freiburg u.a., 1977/2011.
- Frankl, Viktor E.: *Von der Trotzmacht des Geistes*, Aufnahme eines Vortrags (CD), Müllheim, 1980.
- Frankl, Viktor E.: *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk*, 23. Aufl., München u.a., 1985/2010.
- Frankl, Viktor E.: *Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten*, Weinheim u.a., 2002.
- Frankl, Viktor E.: *Gesammelte Werke*. Band I, Wien u.a., 2005.
- Frankl, Viktor E.: *Gesammelte Werke*. Band II, Wien u.a., 2006.
- Frankl, Viktor E.: *Was nicht in meinen Büchern steht. Lebenserinnerungen*, 4. Aufl., Weinheim u.a., 2011.
- Frankl, Viktor E. / Gebattel, Victor E. von / Schultz, Johannes H.: *Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie*. Band 3, München u.a., 1959.

- 
- Frankl, Viktor E. / Kreuzer, Franz: *Im Anfang war der Sinn. Von der Psychoanalyse zur Logotherapie*, München, 1986.
- Frankl, Viktor E. / Längle, Alfried: Prof. Viktor E. Frankl legt seinen Ehrenvorsitz in der GLE zurück, in: *Bulletin der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse International (GLE)*, 8 (2), 1991, 3-4.
- Frazier, Patricia / Oishi, Shigehiro / Steger, Michael F.: Assessing optimal human functioning, in: Walsh, W. Bruce (Hrsg.): *Counseling psychology and optimal human functioning*, Mahwah, NJ, 2003, 251-278.
- Fredrickson, Barbara L.: The-broaden-and-build theory of positive emotions, in: *Philosophical Transactions of the Royal Society*, Ann Arbor, MI, 2004.
- French, Sarah / Joseph, Stephen: Religiosity and its association with happiness, purpose in life, and self-actualisation, in: *Mental Health, Religion & Culture*, 2 (2), 1999, 117-120.
- Freud, Sigmund: *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*, 14. Aufl., Frankfurt am Main, 1916/2007.
- Freud, Sigmund: *Briefe 1873-1939*, Frankfurt am Main, 1960.
- Frey, Dieter / Irle, Martin (Hrsg.): *Theorien der Sozialpsychologie, Band 3. Motivations-, Selbst- und Informationsverarbeitungstheorien*, 2. Aufl., Bern u.a., 2002.
- Frey, Dieter / Jonas, Eva: Die Theorie der kognizierten Kontrolle, in: Frey, Dieter / Irle, Martin (Hrsg.): *Theorien der Sozialpsychologie, Band 3. Motivations-, Selbst- und Informationsverarbeitungstheorien*, 2. Aufl., Bern u.a., 2002, 13-50.
- Frey, Dieter / Stahlberg, Dagmar / Gollwitzer, Peter M.: Einstellung und Verhalten: Die Theorie des überlegten Handelns und die Theorie des geplanten Verhaltens, in: Frey, Dieter / Irle, Martin (Hrsg.): *Theorien der Sozialpsychologie, Band 1. Kognitive Theorien*, 2. Aufl., Bern u.a., 1993, 361-398.
- Friborg, Oddgeir / Barlaug, Dag / Martinussen, Monica / Rosenvinge, Jan H. / Hjemdal, Odin: Resilience in relation to personality and intelligence, in: *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14 (1), 2005, 29-42.
- Friborg, Oddgeir / Hjemdal, Odin / Rosenvinge, Jan H. / Martinussen, Monica: A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? In: *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12 (2), 2003, 65-76.

- Friborg, Oddgeir / Hjemdal, Odin / Rosenvinge, Jan H. / Martinussen, Monica / Aslaksen, Per M. / Flaten, Magne A.: Resilience as a moderator of pain and stress, in: *Journal of Psychosomatic Research*, 61 (2), 2006, 213-219.
- Friedman, Howard S. / Rosenman, Ray H.: *Type A behavior and your heart*, New York, 1974.
- Frings, Manfred S. (Hrsg.): *Von der Ganzheit des Menschen. Ausgewählte Schriften. Liebe, Ethik, Erkenntnis, Leiden, Zukunft, Realität, Soziologie, Philosophie*, Bonn, 1991.
- Froggio, Giacinto: Bemerkungen zum Einsatz der Logotherapie bei der Behandlung des Alkoholismus, in: Längle, Alfred (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 230-237.
- Fröhlich, Stephanie / Kuhl, Julius: Das Selbststeuerungsinventar: Dekomponierung volitionaler Funktionen, in: Stiensmeier-Pelster, Joachim / Rheinberg, Falko (Hrsg.): *Diagnostik von Motivation und Selbstkonzept*, Göttingen, 2003, 221-257.
- Fröhlich-Gildhoff, Klaus / Rönna-Böse, Maïke: *Resilienz*, München u.a., 2009.
- Fromm, Erich: *Die Furcht vor der Freiheit*, München, 1941/2011.
- Fry, Pem S.: The development of personal meaning and wisdom in adolescence, in: Wong, Paul T.P. / Fry, Pem S. (Hrsg.): *The human quest for meaning*, Mahwah, NJ, 1998, 91-110.
- Funk, Rainer: Die Sinnfrage im Kontext der Psychoanalyse Erich Fromms, in: Kurz, Wolfram / Klosinski, Gunther (Hrsg.): *Sinn in Zeiten der Resignation*, Tübingen u.a., 2006, 185-206.
- Funk, Steven C. / Houston, B. Kent: A critical analysis of the Hardiness Scale's validity and utility, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (3), 1987, 572-578.
- Galler, Klaus: Die Sinndimension wirksamer Führung, in: *Logotherapie und Existenzanalyse. Interdisziplinäre Zeitschrift für Bildung, Forschung und Praxis*, 3 (4), 2008, 79-94.
- Ganellen, Robert J. / Blaney, Paul H.: Hardiness and social support as moderators of the effects of life stress, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 47 (1), 1984, 156-163.
- Gannon, Linda / Heiser, Paula / Knight, Sara: Learned helplessness versus reactance: The effects of sex-role stereotypy, in: *Sex Roles*, 12 (7-8), 1985, 791-806.

- Garcia Pintos, Claudio C.: Depression and the will to meaning: A comparison of the GDS and PIL in an Argentine population, in: *Clinical Gerontologist*, 7 (3-4), 1988, 3-9.
- Garfield, Charles: A psychometric and clinical investigation of Frankl's concept of existential vacuum and anomia, in: *Psychiatry*, 36, 1973, 396-408.
- Garon, Nancy / Bryson, Susan E. / Smith, Isabel M.: Executive function in preschoolers: A review using an integrative framework, in: *Psychological Bulletin*, 134 (1), 2008, 31-60.
- Garrosa, Eva / Rainho, Conceicao / Moreno-Jiménez, Bernardo / Joao Monteiro, Maria: The relationship between job stressors, hardy personality, coping resources and burnout in a sample of nurses: A correlational study at two time points, in: *International Journal of Nursing Studies*, 47 (2), 2010, 205-215.
- Gauck, Joachim: *Freiheit. Ein Plädoyer*, 4. Aufl., München, 2012.
- Gazzaniga, Michael: *Die Ich-Illusion: Wie Bewusstsein und freier Wille entstehen*, München, 2012.
- Gebler, Florian A.: Giving psychology away: Nutzen und Fehlentwicklungen der Positiven Psychologie aus existenzieller Sicht, in: *Verhaltenstherapie & Psychosoziale Praxis*, 3, 2011, 597-604.
- Gergen, Kenneth J. / Morse, Stanley. J.: Self-consistency: Measurement & validation, in: *Proceedings of the 75th Annual Convention of the American Psychological Association*, 2, 1967, 207-208.
- Gerz, Hans O.: The treatment of the phobic and obsessive-compulsive patient using paradoxical intention sec. Viktor Frankl, in: *Journal of Neuropsychiatry*, Band 3, 1962, 375-387.
- Geyer, Siegfried: Some conceptual considerations on the sense of coherence, in: *Social Science & Medicine*, 44 (12), 1997, 1771-1779.
- Gillies, James / Neimeyer, Robert A.: Loss, grief, and the search for significance: Toward a model of meaning reconstruction in bereavement, in: *Journal of Constructivist Psychology*, 19 (1), 2006, 31-65.
- Giorgi, Bruno: The Belfast Test: A new psychometric approach to logotherapy, in: *International Forum for Logotherapy*, 5 (1), 1982, 31-37.
- Giuliano, Dan: *The relationship among boredom, lack of life meaning and adolescent violence*, Thesis (Ph. D.), University of New Mexico, 2001.

- 
- Glantz, Meyer D. / Johnson, Jeannette L. (Hrsg.): *Resilience and development. Positive life adaptations*, New York, 1999.
- Goldhammer, Frank / Hartig, Johannes: Interpretation von Testresultaten und Testeichung, in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 165-192.
- Gollwitzer, Peter M.: Action phases and mind-sets, in: Higgins, E. Tory / Sorrentino, Richard M.: (Hrsg.): *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior*, Vol. 2, New York, 1990, 53-92.
- Gordon, Michael E. / Gross, Ronald H.: A critique of methods for operationalizing the concept of fakeability, in: *Educational and Psychological Measurement*, 38 (3), 1978, 771-782.
- Görres, Albert: *Kennt die Psychologie den Menschen? Fragen zwischen Psychotherapie, Anthropologie und Christentum*, München, 1978.
- Gorsuch, Richard L.: *Factor analysis*, 2. Aufl., Hillsdale, NJ, 1983.
- Gosling, Samuel D. / Vazire, Simine / Srivastava, Sanjay / John, Oliver P.: Should we trust web-based studies? A comparative analysis of six preconceptions, in: *American Psychologist*, 59 (2), 2004, 93-104.
- Graf, Helmut (Hrsg.): *Mit Sinn und Werten führen. Was Viktor Frankl Managern zu sagen hat*, Berlin, 2005.
- Grawe, Klaus / Donati, Ruth / Bernauer, Friederike: *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*, Göttingen, 1994.
- Greenstein, Mindy / Breitbart, William: Cancer and the experience of meaning: A group psychotherapy program for people with cancer, in: *American Journal of Psychotherapy*, 54 (4), 2000, 486-500.
- Griffith, Richard L. / Chmielowski, Tom / Yoshita, Yukiko: Do applicants fake? An examination of the frequency of applicant faking behavior, in: *Personnel Review*, 36 (3), 2007, 341-357.
- Groffmann, Karl-Josef / Michel, Lothar (Hrsg.): *Enzyklopädie der Psychologie*, Band 6, Göttingen, 1982.
- Grom, Bernhard: Glaube als Sinnantwort? In: *Stimmen der Zeit*, Band 205, 1987, 85-92.
- Groß, Helge: *Validierung der deutschen Fassung der Skala „Life Regard Index revised“ („LRI-r“), Fragebogen-Test zum Lebenssinn*, Dissertation im Fachbereich Medizin der Philipps-Universität Marburg, 2007.

- Groß, Sabine: *Sinnfindung als Bewältigungsmöglichkeit einer Darmkrebserkrankung*, Dissertation im Fachbereich Sozialwissenschaften, Medien und Sport der Johannes Gutenberg Universität Mainz, 2009.
- Grünewald, Stephan: *Deutschland auf der Couch. Eine Gesellschaft zwischen Stillstand und Leidenschaft*, 2. Aufl., Frankfurt am Main, 2007.
- Grygielski, Michal et al.: Meaning in life and hopelessness: Interrelationships and intergroup differences, in: *Polish Psychological Bulletin*, 15(4), 1984, 277-284.
- Guadagnoli, Edward / Velicer, Wayne F.: Relation of sample size to the stability of component patterns, in: *Psychological Bulletin*, 103 (2), 1988, 265-275.
- Guilford, Joy P.: *Personality*, New York, 1959.
- Gulliksen, Harold: *Theory of mental tests*, New York, 1950.
- Guttman, Louis: Some necessary conditions for common-factor analysis, in: *Psychometrika*, 19 (2), 1954, 149-161.
- Guttman, David / Cohen, Ben-Zion: Excessive behaviors and meaning-in-life among the active elderly in Israel, in: *International Journal of Logotherapy and Existential Analysis / The Journal of the Viktor Frankl Institute*, 1 (2), 1993, 38-55.
- Hablas, Ruth / Hutzell, Robert R.: The Life Purpose Questionnaire: An alternative to the Purpose-in-Life test for geriatric, neuropsychiatric patients, in: Wawrytko, Sandra A. (Hrsg.): *Analecta Frankliana: The proceedings of the First World Congress of Logotherapy*, Berkeley, CA, 1982, 211-215.
- Hackman, J. Richard / Oldham, Greg R.: Development of the Job Diagnostic Survey, in: *Journal of Applied Psychology*, 60 (2), 1975, 159-170.
- Hackman, J. Richard / Oldham, Greg R.: Motivation through the design of work: Test of a theory, in: *Organizational Behavior and Human Performance*, 16 (2), 1976, 250-279.
- Häcker, Hartmut / Leutner, Detlev / Amelang, Manfred: Standards für pädagogisches und psychologisches Testen, in: *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, Supplementum 1, Göttingen, 1998.
- Häfke, Andreas: *Hoffnungslos arbeitslos? Psychosoziale Auswirkungen von Arbeitslosigkeit auf Schulabgänger*, Marburg, 2007.
- Hahn, Milton E.: *California Life Goals Evaluation Schedules*, Palo Alto, CA, 1966.

- Halama, Peter: From establishing beliefs through pursuing goals to experiencing fulfillment: Examining the three-component model of personal meaning in life, in: *Studia Psychologica*, 44 (2), 2002, 143-154.
- Haley, Jay: *Uncommon therapy: The psychiatric techniques of Milton Erickson*, New York, 1973.
- Harlow, Lisa L. / Newcomb, Michael D.: Towards a general hierarchical model of meaning and satisfaction in life, in: *Multivariate Behavioral Research*, 25 (3), 1990, 387-405.
- Harlow, Lisa L. / Newcomb, Michael D. / Bentler, Peter M.: Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor, in: *Journal of Clinical Psychology*, 42 (1), 1986, 5-21.
- Harris, Alex H. S. / Standard, Samuel: Psychometric properties of the Life Regard Index-Revised: A validation study of a measure of personal meaning, in: *Psychological Reports*, 89 (3), 2001, 759-773.
- Hartig, Johannes / Frey, Andreas / Jude, Nina: Validität, in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 135-163.
- Hartmann, Nicolai: *Ethik*, 4. Aufl., Berlin, 1925/1962.
- Hartmann, Nicolai: *Das Problem des geistigen Seins. Untersuchungen zur Grundlegung der Geschichtsphilosophie und der Geisteswissenschaften*, 2. Aufl., Berlin, 1933/1949.
- Hartmann, Petra: *Wunsch und Wirklichkeit. Theorie und Praxis der sozialen Erwünschtheit*, Wiesbaden, 1991.
- Harych, Horst / Harych, Peter: *Arbeitslosigkeit und gesundheitliche Folgen in Ostdeutschland*, Hamburg, 1997.
- Hauke, Gernot: Persönliche Werte, in: *Psychotherapie*, 6 (1), 2001, 5-28.
- Hauser, Jan: *Vom Sinn des Leidens. Die Bedeutung systemtheoretischer, existenzphilosophischer und religiös-spirituelle[r] Anschauungsweisen für die therapeutische Praxis*, Würzburg, 2004.
- Hayes, Steven C. / Strosahl, Kirk D. / Wilson, Kelly G.: *Acceptance and Commitment Therapy: An experimental approach to behavior change*, New York, 1999.
- Heckhausen, Jutta: Adaption and resilience in midlife, in: Lachman, Margie E. (Hrsg.): *Handbook of midlife development*, New York, 2001, 345-391.

- 
- Heckhausen, Jutta / Dweck, Carol S. (Hrsg.): *Motivation and self-regulation across lifespan*, Cambridge, 1998.
- Heggestad, Eric D. / Morrison, Morgan / Reeve, Charlie L. / McCloy, Rodney A.: Forced-choice assessments of personality for selection: Evaluating issues of normative assessment and faking resistance, in: *Journal of Applied Psychology*, 91 (1), 2006, 9-24.
- Heidegger, Martin: *Sein und Zeit*, Tübingen, 1926/1993.
- Heidegger, Martin: *Vom Wesen des Grundes*, Frankfurt am Main, 1929/1995.
- Heidenreich, Thomas / Michalak, Johannes: Achtsamkeit („Mindfulness“) als Therapieprinzip in Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin, in: *Verhaltenstherapie*, 2003, 264-274.
- Heidenreich, Thomas / Michalak, Johannes / Eifert, Georg H.: Balance von Veränderung und achtsamer Akzeptanz: Die dritte Welle der Verhaltenstherapie, in: *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 57, 2007, 475-486.
- Hempel, Carl G.: A logical appraisal of operationism, in: *Scientific Monthly*, 79, 1954, 215-220.
- Hempel, Carl G. / Oppenheim, Paul: Studies in the logic of explanation, in: *Philosophy of Science*, 15 (2), 1948, 135-175.
- Henckmann, Wolfhart: „Geistige Person“ bei Viktor E. Frankl und Max Scheler, in: Batthyány, Dominik / Zsok, Otto (Hrsg.): *Viktor Frankl und die Philosophie*, Wien, 2005, 149-162.
- Henrion, R: Alcohol use disorders: Alcohol dependence, in: *International Forum for Logotherapy*, 25, 2002, 30-38.
- Henry, Melissa / Cohen, S. Robin / Lee, Virginia / Sauthier, Philippe / Provencher, Diane / Drouin, Pierre et al.: The Meaning-Making intervention (MMi) appears to increase meaning in life in advanced ovarian cancer: A randomized controlled pilot study, in: *Psycho-Oncology*, 19 (12), 2010, 1340-1347.
- Herrmann, Christoph: Determiniert – und trotzdem frei! In: *GEHIRN & GEIST*, 11, 2009, 52-57.
- Higgins, E. Tory / Kruglanski, Arie W.: *A theory of regulatory modes: When locomotion versus assessment is emphasized*, unpublished manuscript, Columbia University, 1995.

- 
- Higgins, E. Tory / Sorrentino, Richard M.: (Hrsg.): *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior*, Vol. 2, New York, 1990.
- Hilke, Reinhard: *Grundlagen normorientierter und kriteriumsorientierter Tests*, Bern, 1980.
- Hinz, Andreas / Schumacher, Jörg / Albani, Cornelia / Schmid, Gabriele / Brähler, Elmar: Bevölkerungsrepräsentative Normierung der Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung, in: *Diagnostica*, 52 (1), 2006, 26-32.
- Hippler, Hans-J. / Schwarz, Norbert / Sudman, Seymour (Hrsg.): *Social information processing and survey methodology*, New York, 1987.
- Hoeth, Friedrich / Köbler, Viktoria: Zusatzinstruktionen gegen Verfälschungstendenzen bei der Beantwortung von Persönlichkeitsfragebogen, in: *Diagnostica*, 13 (3), 1967, 117-129.
- Hollederer, Alfons / Brand, Helmut (Hrsg.): *Arbeitslosigkeit, Gesundheit und Krankheit*, Bern, 2006.
- Holmes, Thomas H. / Rahe, Richard H.: The Social Readjustment Rating Scale, in: *Journal of Psychosomatic Research*, 11 (2), 1967, 213-218.
- Hopf, Christel: Die Pseudo-Exploration – Überlegungen zur Technik qualitativer Interviews in der Sozialforschung, in: *Zeitschrift für Soziologie*, 7 (2), 1978, 97-115.
- Hopkins, Kenneth D. / Weeks, Douglas L.: Test for normality and measures of skewness and kurtosis: Their place in research reporting, in: *Educational and Psychological Measurement*, 50, 1990, 717-729.
- Hotelling, Harold: Analysis of a complex of statistical variables into principal components, in: *Journal of Educational Psychology*, 24 (6), 1933, 417-520.
- Huber, Klaus A.: *Exzellente Leistungen durch sinn- und werteorientierte Unternehmensführung: Viktor Frankls Psychologie und ihr Beitrag zur Gestaltung, Lenkung und Entwicklung leistungsorientierter sozialer Prozesse in Unternehmen*, Norderstedt, 2005.
- Husserl, Edmund: *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie*, Den Haag, 1952.
- Hutzell, Robert R.: Logoanalysis for alcoholics, in: *International Forum for Logotherapy*, 7 (1), 1984, 40-45.
- Hutzell, Robert R.: Seeking of Noetic Goals test, in: Keyser, Daniel J. / Richard C. Sweetland (Hrsg.): *Test critiques*, Vol. VI, Kansas City, MO, 1987, 486-490.

- Hutzell, Robert R.: A review of the Purpose in Life test, in: *International Forum for Logotherapy*, 11 (2), 1988, 89-101.
- Hutzell, Robert R. / Finck, Willis C.: Adapting the Life Purpose Questionnaire for use with adolescent populations, in: *International Forum for Logotherapy*, 17, 1994, 42-46.
- Hystad, Sigurd W. / Eid, Jarle / Brevik, John I.: Effects of psychological hardiness, job demands, and job control on sickness absence: A prospective study, in: *Journal of Occupational Health Psychology*, 16 (3), 2011, 265-278.
- Hystad, Sigurd W. / Eid, Jarle / Laberg, Jon C. / Johnsen, Bjorn H. / Bartone, Paul T.: Academic stress and health: Exploring the moderating role of personality hardiness, in: *Scandinavian Journal of Educational Research*, 53 (5), 2009, 421-429.
- Ilsinger, Heidi: Hunger nach Sinn. Narrative Logotherapie, in: Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006, 141-151.
- Jackson, Douglas N.: *Personality Research Form manual*, New York, 1974.
- Jäger, Reinhold S. / Petermann, Franz (Hrsg.): *Psychologische Diagnostik*, 4. Aufl., Weinheim, 1999.
- Jaspers, Karl T.: *Wesen und Kritik der Psychotherapie*, München, 1958.
- Jaspers, Karl T.: *Allgemeine Psychopathologie*, Berlin, 1965.
- Jerusalem, Matthias: *Persönliche Ressourcen, Vulnerabilität und Streßerleben*, Göttingen, 1990.
- Jerusalem, Matthias / Mittag, Waldemar: Selbstwirksamkeit, Bezugsnormorientierung, Leistung und Wohlbefinden in der Schule, in: Jerusalem, Matthias / Pekrun, Reinhard (Hrsg.): *Emotion, Motivation und Leistung*, Göttingen, 1999, 223-245.
- Jerusalem, Matthias / Pekrun, Reinhard (Hrsg.): *Emotion, Motivation und Leistung*, Göttingen, 1999.
- Jerusalem, Matthias / Satow, Lars: Schulbezogene Selbstwirksamkeitserwartung, in: Schwarzer, Ralf / Jerusalem, Matthias (Hrsg.): *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*, Berlin, 1999, 15.
- Jerusalem, Matthias / Schwarzer, Ralf: Selbstwirksamkeit, in: Schwarzer, Ralf (Hrsg.): *Skalen zur Befindlichkeit und Persönlichkeit*, Berlin, 1986, 15-28.

- Jessor, Richard: Successful adolescent development among youth in high-risk settings, in: *American Psychologist*, 48 (2), 1993, 117-126.
- Johnson Vickberg, Suzanne M. / Duhamel, Katherine N. / Smith, Meredith Y. / Manne, Sharon L. / Winkel, Gary / Papadopoulos, Esperanza B. / Redd, William H.: Global meaning and psychological adjustment among survivors of bone marrow transplant, in: *Psycho-Oncology*, 10 (1), 2001, 29-39.
- Jolliffe, Ian T.: *Principle component analysis*, 2. Aufl., New York, 2002.
- Jonkisz, Ewa / Moosbrugger, Helfried (unter Mitarbeit von Brandt, Holger): Planung und Entwicklung von psychologischen Tests und Fragebogen, in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 27-72.
- Joseph, Christopher A. / Joseph, Carolyn R. / Barto, Joseph / McKay, Timothy D.: Effects of sex of subject and emotional role-playing on reactance, in: *Perceptual and Motor Skills*, 54, 1982, 1281-1282.
- Jung, Carl G.: Über die Beziehung der Psychotherapie zur Seelsorge, in: Ders.: *Gesammelte Werke*, Band 11, Olten u.a., 1932/1995.
- Jung, Carl G.: Theoretische Überlegungen zum Wesen des Psychischen, in: Ders.: *Gesammelte Werke*, Band 8, Olten u.a., 1954/1995.
- Jung, Carl G.: *Gesammelte Werke*, Olten u.a., 1995.
- Juros, Andrzej: Personality correlates of the feeling of the meaning of life, in: *Roczniki Filozoficzne: Psychologia*, 32 (4), 1984, 97-112.
- Kaiser, Henry F. / Dickman, Kern: Analytic determination for common factors, in: *American Psychologist*, 14, 1959, 425-439.
- Kallus, K. Wolfgang: *Erstellung von Fragebogen*, Wien, 2010.
- Kanfer, Frederick H. / Reinecker, Hans / Schmelzer, Dieter: *Selbstmanagement-Therapie: Ein Lehrbuch für die klinische Praxis*, 5. Aufl., Berlin u.a., 2011.
- Kaplan, Howard B.: Toward an understanding of resilience: A critical review of definitions and models, in: Glantz, Meyer D. / Johnson, Jeannette L. (Hrsg.): *Resilience and development. Positive life adaptations*, New York, 1999, 17-83.
- Kaplan, Kalman J.: On the ambivalence-indifference problem in attitude theory and measurement: A suggested modification of the semantic differential technique, in: *Psychological Bulletin*, 77 (5), 1972, 361-372.

- Karmasin, Matthias / Ribing, Rainer: *Die Gestaltung wissenschaftlicher Arbeiten. Ein Leitfaden für Seminararbeiten, Bachelor-, Master- und Magisterarbeiten sowie Dissertationen*, 2. Aufl., Wien, 2007.
- Kass, Jared D. / Friedman, Richard / Leserman, Jane / Caudill, Margaret: An inventory of positive psychological attitudes with potential relevance to health outcomes: Validation and preliminary testing, in: *Behavioral Medicine*, 17 (3), 1991, 121-129.
- Kelava, Augustin / Moosbrugger, Helfried: Deskriptivstatistische Evaluation von Items (Itemanalyse) und Testwertverteilungen, in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 73-98.
- Kelava, Augustin / Schermelleh-Engel, Karin: Latent-State-Trait-Theorien (LST-Theorie), in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 343-360.
- Kersting, Martin: *Qualität in der Diagnostik und Personalauswahl – der DIN-Ansatz*, Göttingen u.a., 2008.
- Khatami, Manoochehr: Logotherapy for chronic pain, in: *International Forum for Logotherapy*, 10(2), 1987, 85-91.
- Kilpatrick, Dean G. / Dubin, William R. / Marcotte, David B.: Personality, stress of the medical education process and changes in affective mood state, in: *Psychological Reports*, 34 (3), 1974, 1215-1223.
- Kimble, Melvin A.: The Defiant Power of the Human Spirit: Mental health in later life, in: *Journal of Religious Gerontology*, 13 (3-4), 2003.
- Kinnier, Richard T. / Metha, Arlene T. / Keim, Jeanmarie S. / Okey, Jeffrey L. / Alder-Tabia, R. L. / Berry, Mike A. / Mulvenon, Sean W.: Depression, meaninglessness, and substance abuse in “normal” and hospitalized adolescents, in: *Journal of Alcohol and Drug Education*, 39(2), 1994, 101-111.
- Kish, George B. / Moody, David R.: Psychopathology and life purpose, in: *International Forum for Logotherapy*, 12 (1), 1989, 40-45.
- Klauer, Karl J.: Kontextvalidität, in: *Diagnostica*, 30 (1), 1984, 1-23.
- Kleinbeck, Uwe: Gestaltung von Motivationsbedingungen der Arbeit, in: Kleinbeck, Uwe / Rutenfranz, Joseph (Hrsg.): *Arbeitspsychologie*, Enzyklopädie der Psychologie, Themenbereich D, Serie III, Band 1, Göttingen, 1987, 440-492.

- 
- Kleinbeck, Uwe / Rutenfranz, Joseph (Hrsg.): *Arbeitspsychologie*, Enzyklopädie der Psychologie, Themenbereich D, Serie III, Band 1, Göttingen, 1987.
- Klem, Adena M. / Higgins, E. Tory / Kruglanski, Arie W.: *Locomotion and assessment as distinct regulatory modes: How individual differences influence deliberate behaviors*, unpublished manuscript, Columbia University, 1995.
- Kline, Paul: *An easy guide to factor analysis*, London, 1994.
- Klitzke, Louis L.: Students in emerging Africa: Logotherapy in Tanzania, in: *American Journal of Humanistic Psychology*, 9, 1969, 105-126.
- Klusmann, Uta / Trautwein, Ulrich / Lüdtke, Oliver: Intrinsische und extrinsische Lebensziele. Reliabilität und Validität einer deutschen Fassung des Aspirations Index, in: *Diagnostica*, 51 (1), 2005, 40-51.
- Knuf, Andreas / Osterfeld, Margret / Seibert, Ulrich: *Selbstbefähigung fördern. Empowerment in der psychiatrischen Arbeit*, 5. Aufl., Bonn, 2007.
- Kobasa, Suzanne C.: Personality and resistance to illness, in: *American Journal of Community Psychology*, 7 (4), 1979, 413-423 (zit. 1979a).
- Kobasa, Suzanne C.: Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 37 (1), 1979, 1-11 (zit. 1979b).
- Kobasa, Suzanne C.: Commitment and coping in stress resistance among lawyers, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 42 (4), 1982, 707-717 (zit. 1982a).
- Kobasa, Suzanne C.: The hardy personality: Toward a social psychology of stress and health, in: Sanders, Glenn S. / Suls, Jerry (Hrsg.): *Social psychology of health and illness*, Hillsdale, NJ, 1982, 3-32 (zit. 1982b).
- Kobasa, Suzanne C. / Maddi, Salvatore R.: Existential personality theory, in: Corsini, Roberto (Hrsg.): *Current personality theories*, Itasca, IL, 1977, 243-275.
- Kobasa, Suzanne C. / Maddi, Salvatore R. / Courington, Sheila: Personality and constitution as mediators in the stress-illness relationship, in: *Journal of Health and Social Behavior*, 22 (4), 1981, 368-378.
- Kobasa, Suzanne C. / Maddi, Salvatore R. / Kahn, Stephen: Hardiness and health: A prospective study, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 42 (1), 1982, 168-177 (zit. Kobasa et al., 1982a).

- Kobasa, Suzanne C. / Maddi, Salvatore R. / Puccetti, Mark C.: Personality and exercise as buffers in the stress-illness relationship, in: *Journal of Behavioral Medicine*, 5 (4), 1982, 391-404 (zit. Kobasa et al., 1982b).
- Kobasa, Suzanne C. / Maddi, Salvatore R. / Puccetti, Mark C. / Zola, Marc A.: Effectiveness of hardiness, exercise, and social support as resources against illness, in: *Journal of Psychosomatic Research*, 29 (5), 1985, 525-533.
- Kobasa, Suzanne C. / Maddi, Salvatore R. / Zola, Marc A.: Type A and hardiness, in: *Journal of Behavioral Medicine*, 6 (1), 1983, 41-51.
- Kobasa, Suzanne C. / Puccetti, Mark C.: Personality and social resources in stress resistance, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 45 (4), 1983, 839-850.
- Koch, Jens J. (Hrsg.): *Sozialer Einfluß und Konformität*, Weinheim, 1977.
- Köhnken, Günter: Verhaltenskorrelate von Täuschung und Wahrheit – Neue Perspektive in der Glaubwürdigkeitsdiagnostik, in: *Psychologische Rundschau*, 37, 1986, 177-194.
- Konkoly Thege, Barna / Martos, Tamás / Bachner, Yaacov G. / Kushnir, Talma: Development and psychometric evaluation of a revised measure of meaning in life: The Logo-Test-R, in: *Studia Psychologica*, 52 (2), 2010, 133-145.
- Korman, Abraham K.: *Industrial and Organizational Psychology*, Englewood Cliffs, NJ, 1971.
- Korotkov, David L.: The sense of coherence: Making sense out of chaos, in: Wong, Paul T.P. / Fry, Pem S. (Hrsg.): *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications*, Mahwah, NJ, 1998, 51-70.
- Kramer, Mechthild: *Schedule for Meaning in Life Evaluation (SMiLE). Validierung eines neuen Messinstruments zur Erfassung von Lebenssinn*, Dissertation an der Medizinischen Fakultät der Ludwig-Maximilians-Universität München, 2009.
- Krampen, Günter: *Fragebogen zu Kompetenz- und Kontrollüberzeugungen (FKK). Handanweisung*, Göttingen, 1991.
- Krampen, Günter: *Handlungstheoretische Persönlichkeitspsychologie. Konzeptuelle und empirische Beiträge zur Konstrukterstellung*, 2. Aufl., Göttingen, 2000.
- Kraut, Robert / Olson, Judith / Banaji, Mahzarin / Bruckman, Amy / Cohen, Jeffrey / Couper, Mick: Psychological research online – report of board of scientific affairs' advisory group on the conduct of research on the internet, in: *American Psychologist*, 59 (2), 2004, 105-117.

- Krauth, Joachim: *Testkonstruktion und Testtheorie*, Weinheim, 1995.
- Kreitmeir, Christoph: *Sinnvolle Seelsorge. Der existenzanalytisch-logotherapeutische Entwurf Viktor E. Frankls, sein psychologischer und philosophischer Standort und seine Bedeutung für die kirchlich-praktische Seelsorge*, St. Ottilien, 1995.
- Krenz, Claudia / Sax, Gilbert: Acquiescence as a function of test type and subject uncertainty, in: *Educational and Psychological Measurement*, 47 (3), 1987, 575-581.
- Kristof, Walter: Klassische Testtheorie und Testkonstruktion, in: Feger, Hubert / Bredenkamp, Jürgen (Hrsg.): *Messen und Testen, Enzyklopädie der Psychologie, Serie I: Forschungsmethoden der Psychologie*, Band 3, Göttingen, 1983, 544-603.
- Kriz, Jürgen: Viktor Frankl und die Perspektive einer sinnorientierten Psychotherapie, in: Kriz, Jürgen / Deecke, Lüder: *Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung*, Wien, 2007, 17-42.
- Kriz, Jürgen / Deecke, Lüder: *Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung*, Wien, 2007.
- Krosnick, Jon A.: Survey research, in: *Annual review of Psychology*, 50, 1999, 537-567.
- Kühn, Rolf: *Sinn – Sein – Sollen. Beiträge zu einer phänomenologischen Existenzanalyse in Auseinandersetzung mit dem Denken Viktor E. Frankls*, Cuxhaven, 1991.
- Kuhl, Julius: *Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle*, Heidelberg, 1983.
- Kuhl, Julius: *Fragebogen zur Erfassung der Handlungskontrolle: HAKEMP-90*, Universität Osnabrück, 1990.
- Kuhl, Julius: A theory of self-regulation: Action versus state orientation, self-discrimination, and some applications, in: *Applied Psychology: An International Review*, 41 (2), 1992, 97–129.
- Kuhl, Julius: A functional-design approach to motivation and self-regulation: The dynamics of personality systems and interactions, in: Boekaerts, Monique / Pintrich, Paul R. / Zeidner, Moshe (Hrsg.): *Handbook of self-regulation*, San Diego, 2000, 111-169.
- Kuhl, Julius: Sinn und Selbstregulation: Wann helfen und wann stören Gefühle? In: Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006, 373-396.

- 
- Kuhl, Julius: Der Sinn und das Selbst: Experimentelle Bestätigung logotherapeutischer Prinzipien, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 15 (15), 2007, 22-41.
- Kuhl, Julius / Beckmann, Jürgen (Hrsg.): *Volition and personality. Action versus state orientation*, Göttingen u.a., 1994.
- Kuhl, Julius / Fuhrmann, Arno: Decomposing self-regulation and self-control: The volitional component inventory, in: Heckhausen, Jutta / Dweck, Carol S. (Hrsg.): *Motivation and self-regulation across life-span*, Cambridge, 1998, 15-45.
- Kuhl, Julius / Kazén, Miguel: Handlungs- und Lageorientierung: Wie lernt man seine Gefühle zu steuern? In: Stiensmeier-Pelster, Joachim / Rheinberg, Falko (Hrsg.): *Diagnostik von Motivation und Selbstkonzept*, Göttingen, 2003, 201-219.
- Kumpfer, Karol L.: Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework, in: Glantz, Meyer D. / Johnson, Jeannette L. (Hrsg.): *Resilience and development. Positive life adaptations*, New York, 1999, 179-224.
- Kunzmann, Peter / Burkard, Franz-Peter / Wiedmann, Franz: *dtv-Atlas Philosophie. Tafeln und Texte*, München, 1991.
- Kurz, Wolfram: *Ethische Erziehung als religionspädagogische Aufgabe. Strukturen einer sinnorientierten Konzeption religiöser Erziehung unter besonderer Berücksichtigung der Sinn-Kategorie und der Logotherapie V.E. Frankls*, Göttingen, 1987.
- Kurz, Wolfram: Die Sinn- und Wertfrage im Rahmen der Logotherapie und Tiefenpsychologie, in: *Logotherapie. Zeitschrift der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie*, 4 (1), 1989, 23-40.
- Kurz, Wolfram: *Suche nach Sinn. Seelsorgerliche, logotherapeutische, pädagogische Perspektiven. Ausgewählte Aufsätze*, Würzburg, 1991 (zit. 1991a).
- Kurz, Wolfram: Narrative Logotherapie – Das Erzählen von Geschichten im Zusammenhang des therapeutischen Prozesses, in: Ders.: *Suche nach Sinn. Seelsorgerliche, logotherapeutische, pädagogische Perspektiven. Ausgewählte Aufsätze*, Würzburg, 1991, 85-99 (zit. 1991b).
- Kurz, Wolfram: Seel-Sorge als Sinn-Sorge – Zur Analogie von kirchlicher Seelsorge und Logotherapie, in: Ders.: *Suche nach Sinn. Seelsorgerliche, logotherapeutische, pädagogische Perspektiven. Ausgewählte Aufsätze*, Würzburg, 1991, 9-25 (zit. 1991c).
- Kurz, Wolfram: Der leidende Mensch im Lichte der Logotherapie, in: *Zeitwende*, 63. Jahrgang, 1992, 78-94.

- Kurz, Wolfram: Das Verhältnis von Logotherapie und Entwicklungspsychologie. Grundlegende Aspekte und spezielle Erläuterungen im Blick auf die Adoleszenz, in: Ders. / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 729-744 (zit. 1995a).
- Kurz, Wolfram: Der anthropologische Hintergrund der paradoxen Intention, in: Ders. / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 320-324 (zit. 1995b).
- Kurz, Wolfram: Die Bedeutung religiöser Erziehung für die Entwicklung psychischer Gesundheit unter besonderer Berücksichtigung logotherapeutischer Aspekte, in: Ders. / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 528-553 (zit. 1995c).
- Kurz, Wolfram: Die Sinnfrage im Kontext der Erlebnisgesellschaft. Zum Verhältnis von Erlebnisorientierung und Bildungsorientierung in allgemeinpädagogischer und religionspädagogischer Perspektive, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 627-660 (zit. 1995d).
- Kurz, Wolfram: Die sinnorientierte Konzeption religiöser Erziehung. Theologische, anthropologische, schultheoretische und didaktische Aspekte, in: Ders. / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 554-567 (zit. 1995d).
- Kurz, Wolfram: Die Sinnfrage heute: Philosophie für helfende Berufe, in: Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006, 39-52 (zit. 2006a).
- Kurz, Wolfram: Suche nach Sinn durch Bewußtmachung intrapsychischer Wertkonflikte – Eine neue Methode logotherapeutischer Gesprächsführung, in: Ders. / Klosinski, Gunther (Hrsg.): *Sinn in Zeiten der Resignation*, Tübingen u.a., 2006, 131-154 (zit. 2006b).
- Kurz, Wolfram: Glück und sinnvolles Leben. Der Mensch in der Differenz von Essenz und Existenz, in: Internationale Gesellschaft der logotherapeutischen / existenzanalytischen Ausbildungs- und Forschungsinstitute (Hrsg.): *Logotherapie und Existenzanalyse. Interdisziplinäre Zeitschrift für Bildung, Forschung und Praxis*, 3 (4), 2008, 95-113.

- 
- Kurz, Wolfram: Sinn und Lebensqualität – Das Sinnbedürfnis in Relation zu den Grundbedürfnissen, in: Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse gAG (Hrsg.): *Du kannst dem Sinn nicht ausweichen. Existenz als Herausforderung für den Einzelnen und für die Gesellschaft*, Fürstenfeldbruck, 2011, 25-38.
- Kurz, Wolfram / Hadinger, Boglarka: *Sinnvoll leben lernen*, Schriftenreihe des Instituts für Logotherapie und Existenzanalyse, Tübingen u.a., 1999.
- Kurz, Wolfram / Klosinski, Gunther (Hrsg.): *Sinn in Zeiten der Resignation*, Tübingen u.a., 2006.
- Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995.
- Lachman, Margie E. (Hrsg.): *Handbook of midlife development*, New York, 2001.
- Lambert, Zarrel V. / Wildt, Albert R. / Durand, Richard M.: Assessing sampling variations relative to number-of-factors criteria, in: *Educational and Psychological Measurement*, 50, 1990, 33-48.
- Lange, Rena Cornelia: Jetzt erst recht! Resilienz oder die Kunst, an Schwierigkeiten zu wachsen, in: Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse gAG (Hrsg.): *Du kannst dem Sinn nicht ausweichen. Existenz als Herausforderung für den Einzelnen und für die Gesellschaft*, Fürstenfeldbruck, 2011, 101-110.
- Längle, Alfried (Hrsg.): *Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe*, München, 1985.
- Längle, Alfried (Hrsg.): *Die an Angst leiden ... Existenzanalyse und Logotherapie der Verzweiflung*, Tagungsbericht der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse International, Wien, 1986.
- Längle, Alfried: Der Angst verfallen, in: Ders. (Hrsg.): *Die an Angst leiden ... Existenzanalyse und Logotherapie der Verzweiflung*. Tagungsbericht der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse International, Wien, 1986, 46-51 (zit. 1986a).
- Längle, Alfried (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988.
- Längle, Alfried: Existenzanalyse, in: Ders. (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 97-123 (zit. 1988a).

- Längle, Alfried: Was ist Existenzanalyse und Logotherapie? In: Ders. (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 9-21 (zit. 1988b).
- Längle, Alfried: Wende ins Existentielle. Die Methode der Sinnerfassung, in: Ders. (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 40-52 (zit. 1988c).
- Längle, Alfried: Logotherapie und Existenzanalyse – eine begriffliche Standortbestimmung, in: *Existenzanalyse*, 1, 1995, 5-15 (zit. 1995a).
- Längle, Alfried: Ontologischer und existentieller Sinn – Eine weitere Stellungnahme von Alfried Längle, in: *Existenzanalyse*, 1, 1995, 18-21 (zit. 1995b).
- Längle, Alfried: „Sinn-Glaube“ oder „Sinn-Gespür“, in: *Existenzanalyse*, 1, 1995, 16-18 (zit. 1995c).
- Längle, Alfried: *Viktor Frankl. Ein Porträt*, München, 1998.
- Längle, Alfried: Kritik, Bedeutung und Stellenwert der Selbsterfahrung in Logotherapie und Existenzanalyse, in: *Psychotherapie Forum*, 4, 1999, 194-202 (zit. 1999a).
- Längle, Alfried: Was bewegt den Menschen? Die existentiellen Motivationen der Person, in: *Existenzanalyse*, 16 (3), 1999, 18-29 (Vortrag 1992 in Zug, Schweiz) (zit. 1999b).
- Längle, Alfried (Hrsg.): *Praxis der Personalen Existenzanalyse*, Wien, 2000.
- Längle, Alfried / Orgler, Christine / Kundi, Michael: *Existenz-Skala. Manual*, Göttingen, 2000.
- Längle, Silvia: Die Methodenstruktur der Logotherapie und Existenzanalyse, in: *Existenzanalyse*, 19/2+3, 2001, 19-30.
- Lantz, Jim / Gregoire, Tom: Existential psychotherapy with Vietnam veteran couples: A twenty-five year report, in: *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 22 (1), 2000, 19-37.
- Laucht, Manfred / Schmidt, Manfred H. / Esser Günter: Risiko- und Schutzfaktoren in der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen, in: *Frühförderung interdisziplinär*, 19 (3), 2000, 97-108.
- Lazarus, Richard S.: *Psychological stress and the coping process*, New York, 1966.

- Lazarus, Richard S. / Averill, James R. / Opton, Edward M., jr.: The psychology of coping: Issues of research and assessment, in: Coelho, George V. / Hamburg, David A. / Adams, John E. (Hrsg.): *Coping and adaptation*, New York, 1974.
- Lazarus, Richard S. / Folkman, Susan: *Stress, appraisal, and coping*, New York, 1984.
- Lefcourt, Herbert M.: The function of the illusions of control and freedom, in: *American Psychologist*, 28 (5), 1973, 417-425.
- Lefcourt, Herbert M.: *Locus of control: Current trends in theory and research*, Hillsdale, NJ, 1976.
- Lefcourt, Herbert M. (Hrsg.): *Research with the locus of control construct: Assessment methods*, Vol. 1, New York, 1981.
- Leganger, Anette / Kraft, Pal / Roysamb, Espen: Perceived self-efficacy in health: Conceptualisation, measurement and correlates, in: *Psychology and health*, 15 (1), 2000, 51-69.
- Leppert, Karena / Dye, Louise / Strauß, Bernhard: RS – Resilienzskala, in: Brähler, Elmar / Schumacher, Jörg / Strauß Bernhard (Hrsg.): *Diagnostische Verfahren in der Psychotherapie*, Göttingen, 2002, 295-298.
- Leppert, Karena / Gunzelmann, Thomas / Schumacher, Jörg / Strauß, Bernhard / Brähler, Elmar: Resilienz als protektives Persönlichkeitsmerkmal im Alter, in: *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 55, 2005, 365-369.
- Leppert, Karena / Koch, Benjamin / Brähler, Elmar / Strauß, Bernhard: Die Resilienzskala (RS) – Überprüfung der Langform RS-25 und einer Kurzform RS-13, in: *Klinische Diagnostik und Evaluation*, 2 (1), 2008, 226-243.
- Leppert, Karena / Strauß, Bernhard: Die Rolle von Resilienz für die Bewältigung von Belastungen im Kontext von Altersübergängen, in: *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 44 (5), 2011, 313-317.
- Leslie, Robert C.: *Jesus and Logotherapy. The ministry of Jesus as interpreted through the psychotherapy of Viktor Frankl*, Nashville, 1965.
- Letzring, Tera D. / Block, Jack / Funder, David C.: Ego-control and ego-resilience: Generalization of self-report scales based on personality descriptions from acquaintances, clinicians and the self, in: *Journal of Research in Personality*, 39 (4), 2005, 395-422.
- Levenson, Hanna: Activism and powerful others: Distinctions within the concept of internal-external control, in: *Journal of Personality Assessment*, 38 (4), 1974, 377-383.

- Levenson, Hanna: Differentiating among internality, powerful others, and chance, in: Lefcourt, Herbert M. (Hrsg.): *Research with the locus of control construct: Assessment methods*, Vol. 1, New York, 1981, 15-62.
- Lewis, Frances M.: Attributions of control, experienced meaning, and psychosocial well-being in patients with advanced cancer, in: *Journal of Psychosocial Oncology*, 7 (1-2), 1989, 105-119.
- Libet, Benjamin / Gleason, Curtis A. / Wright, Elwood W. / Pearl, Dennis K.: Time of conscious intention to act in relation to onset of cerebral activities (readiness potential); the unconscious initiation of a freely voluntary act, in: *Brain*, 106, 1983, 623-642.
- Lienert, Gustav A. / Ratz, Ulrich: *Testaufbau und Testanalyse*, 5. Aufl., Weinheim, 1994.
- Likert, Rensis: A technique for the measurement of attitudes, in: *Archives of Psychology*, 140, 1932, 1-55.
- Litwinczuk, Kathleen M.: The relationship between spirituality, purpose in life, and well-being in HIV-positive persons, in: *AIDS care*, 18 (3), 2007, 13-22.
- Löffler, Sabine / Wieland, Theresia / Knappe, Rainer / Hornemann, Beate / Joraschky, Peter / Pöhlmann, Karin: Lebenssinn und Krankheitsbewältigung bei Brustkrebspatientinnen ein Jahr nach der Diagnose, in: *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 2, 2011.
- Lomranz, Jacob (Hrsg.): *Handbook of aging and mental health*, New York, 1998.
- Lösel, Friedrich / Bender, Doris (Hrsg.): *45. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Psychologie*, Lengerich, 2006.
- Lösel, Friedrich / Bender, Doris: Von generellen Schutzfaktoren zu spezifischen protektiven Prozessen. Konzeptuelle Grundlagen und Ergebnisse der Resilienzforschung, in: Opp, Günther / Fingerle, Michael (Hrsg.): *Was Kinder stärkt: Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*, 3. Aufl., München, 2008, 57-78.
- Lösel, Friedrich / Kolip, Petra / Bender, Doris: Stress-Resistenz im Multiproblem-Milieu: Sind seelisch widerstandsfähige Jugendliche „Superkids“? In: *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 21 (1), 1992, 48-63.
- Lohstroh, Annika / Thiel, Michael: *Deutschland, einig Jammerland. Warum uns nörgeln nach vorne bringt*, Gütersloh, 2011.
- Lord, Frederic M. / Novick, Melvin R.: *Statistical theories of mental test scores*, Reading, MA, 1968.

- 
- Lotz, Dieter: Logopädagogik. Überlegungen zu einer sinnzentrierten Pädagogik, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 17 (17), 2009, 6-15.
- Luhmann, Niklas: *Soziale Systeme*, Frankfurt am Main, 1984.
- Luhmann, Niklas: Die Autopoiesis des Bewusstseins, in: *Soziale Welt*, 36, 1985, 402-446.
- Lukas, Elisabeth: *Logotherapie als Persönlichkeitstheorie*, Dissertation, Wien, 1971.
- Lukas, Elisabeth: Zur Validierung der Logotherapie. Aus dem Institut für Experimentelle und Angewandte Psychologie der Universität Wien, in: Frankl, Viktor E.: *Der Wille zum Sinn*, 5. Aufl., Bern, 1972/2005, 225-253.
- Lukas, Elisabeth: *Auch dein Leben hat Sinn. Logotherapeutische Wege zur Gesundheit*, Freiburg im Breisgau u.a., 1980.
- Lukas, Elisabeth: *Auch dein Leiden hat Sinn*, 2. Aufl., Freiburg im Breisgau, 1986 (zit. 1986a).
- Lukas, Elisabeth: *Logo-Test. Test zur Messung „innerer Sinnerfüllung“ und „existentieller Frustration“*. Handanweisung, Wien, 1986 (zit. 1986b).
- Lukas, Elisabeth: *Von der Trotzmacht des Geistes. Menschenbild und Methoden der Logotherapie*, Freiburg im Breisgau, 1986 (zit. 1986c).
- Lukas, Elisabeth: *Von der Tiefen- zur Höhenpsychologie. Logotherapie in der Beratungspraxis*, 2. Aufl., Freiburg im Breisgau u.a., 1988.
- Lukas, Elisabeth: *Die magische Frage „wozu?“*. Logotherapeutische Antworten auf existentielle Fragen, Freiburg u.a., 1991.
- Lukas, Elisabeth: *Rat in ratloser Zeit. Anwendungs- und Grenzgebiete der Logotherapie*, Freiburg im Breisgau, 1994.
- Lukas, Elisabeth: *Lehrbuch der Logotherapie. Menschenbild und Methoden*, 2. Aufl., Wien u.a., 2002.
- Lukas, Elisabeth: *Sehnsucht nach Sinn. Logotherapeutische Antworten auf existentielle Fragen*, 3. Aufl., München u.a., 2004.
- Lukas, Elisabeth: *Der Schlüssel zu einem sinnvollen Leben. Die Höhenpsychologie Viktor E. Frankls*, München, 2011.

- Lukas, Elisabeth / Sedlak, Franz: Auf der Suche nach dem „letzten Sinn“. Briefwechsel zwischen zwei „Logotherapeuten“, in: *Die magische Frage „wozu?“*. *Logotherapeutische Antworten auf existentielle Fragen*, Freiburg u.a., 1991, 181-246.
- Luthar, Suniya S. / Cicchetti, Dante / Becker, Bronwyn: The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work, in: *Child Development*, 71 (3), 2000, 543-562.
- Lutz, Rainer / Herbst, M. / Iffland, P. / Schneider, J.: Möglichkeiten der Operationalisierung des Kohärenzgefühls von Antonovsky und deren theoretische Implikationen, in: Margraf, Jürgen / Sigrist, Johannes / Neumer, Simon (Hrsg.): *Gesundheits- oder Krankheitstheorie? Saluto- versus pathogenetische Ansätze im Gesundheitswesen*, Berlin, 1998, 171-185.
- Lutz, Ralf: Logotherapie und ihre Verifizierung. Anmerkungen zu einer vernachlässigten Forschungsstrategie, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 13 (1), 2005, 112-117.
- Lyon, Debra E. / Younger, Janet B.: Purpose in life and depressive symptoms in persons living with HIV disease, in: *Journal of Nursing Scholarship*, 33 (2), 2001, 129-133.
- MacDonald, Douglas A. / Holland, Daniel: Spirituality and boredom proneness, in: *Personality and Individual Differences*, 32 (6), 2002, 1113-1119.
- Maddi, Salvatore R.: The existential neurosis, in: *Journal of Abnormal Psychology*, 72 (4), 1967, 311-325.
- Maddi, Salvatore R.: *Personality theories: A comparative analysis*, 3. Aufl., Homewood, IL, 1976.
- Maddi, Salvatore R. / Khoshaba, Deborah M. / Harvey, Richard H. / Fazel, Mostafa / Resurreccion, Niephthys: The personality construct of hardiness. V. Relationships with the construction of existential meaning in life, in: *Journal of Humanistic Psychology*, 51 (3), 2011, 369-388.
- Maddi, Salvatore R. / Kobasa, Suzanne C. / Hoover, Marlin: An alienation test, in: *Journal of Humanistic Psychology*, 19, 1979, 73-75.
- Margraf, Jürgen / Sigrist, Johannes / Neumer, Simon (Hrsg.): *Gesundheits- oder Krankheitstheorie? Saluto- versus pathogenetische Ansätze im Gesundheitswesen*, Berlin, 1998.
- Marsh, Ali / Smith, Leigh / Piek, Jan / Saunders, Bill: The purpose in life scale: Psychometric properties for social drinkers and drinkers in alcohol treatment, in: *Educational and Psychological Measurement*, 63 (5), 2003, 859-871.

- Mascaro, Nathan / Rosen, David H.: Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms, in: *Journal of Personality*, 73 (4), 2005, 985-1014.
- Mascaro, Nathan / Rosen, David H.: The role of existential meaning as a buffer against stress, in: *Journal of Humanistic Psychology*, 46 (2), 2006, 168-190.
- Maslow, Abraham H.: *Motivation und Persönlichkeit*, Olten, 1954/1978.
- Maslow, Abraham H.: Comments on Dr. Frankl's Paper, in: *Journal of Humanistic Psychology*, 6, 1966, 107-112.
- Masten, Ann S.: Resilienz in der Entwicklung: Wunder des Alltags, in: Röper, Gisela / Hagen, Cornelia von / Noam, Gil (Hrsg.): *Entwicklung und Risiko: Perspektiven einer klinischen Entwicklungspsychologie*, Stuttgart, 2001, 192-219.
- Masten, Ann S. / Best, Karin M. / Garmezy, Norman: Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity, in: *Development and Psychopathology*, 2 (4), 1990, 425-444.
- Masten, Ann S. / Reed, Marie-Gabrielle J.: Resilience in development, in: Snyder, Charles R. / Lopez, Shane J. (Hrsg.): *Oxford Handbook of Positive Psychology*, Oxford, UK, 2002, 74-88.
- Matteson, Richard E.: Purpose in life as related to involvement in organized groups and certain sociocultural variables, in: *Dissertation Abstracts International*, 35, 1975, 4147-4148.
- May, Rollo: *The meaning of anxiety*, New York, 1950/1977.
- May, Rollo: *Love and Will*, New York, 1969.
- May, Rollo: *Sich selbst entdecken. Seinserfahrungen in den Grenzen der Welt*, München, 1991.
- Maydeu-Olivares, Alberto / Kramp, Uwe / García-Forero, Carlos / Gallardo-Pujol, David / Coffman, Donna: The effect of varying the number of response alternatives in rating scales: Experimental evidence from intra-individual effects, in: *Behavior Research Methods*, 41 (2), 2009, 295-308.
- Mayring, Philipp: *Einführung in die qualitative Sozialforschung*, Weinheim, 1996.
- McAdams, Dan P. / Pals, Jennifer L.: A new Big Five: Fundamental principles for an integrative science of personality, in: *American Psychologist*, 61 (3), 2006, 204-217.

- 
- McCann, Joseph T. / Biaggio, Mary K.: Sexual satisfaction in marriage as a function of life meaning, in: *Archives of Sexual Behavior*, 18 (1), 1989, 59-72.
- McCubbin, Hamilton I. / Thompson, Elisabeth A. / Thompson, Anne I. / Fromer, Julie E. (Hrsg.): *Stress, coping, and health in families: Sense of coherence and resiliency*, Resiliency in families series, Vol. 1, Thousand Oaks, CA, 1998.
- McGregor, Ian / Little, Brian R.: Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (2), 1998, 494-512.
- McShane, Frank J. / Lawless, John / Noonan, Barrie A.: Personal meaning in the lives of a shoplifting population, in: *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 35 (5), 1991, 190-204.
- Mehnert, Anja: Sinnfindung und Spiritualität bei Patienten mit chronischen körperlichen Erkrankungen, in: *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, 49 (8), 2006, 780-787.
- Mehnert, Anja / Braack, Katharina / Vehling, Sigrun: Sinnorientierte Interventionen in der Psychoonkologie, in: *Psychotherapeut*, 56 (5), 2011, 394-399.
- Mehnert, Anja / Müller, Diana / Koch, Uwe: Die Erfassung von sinnbasierten Bewältigungsstrategien und Lebenseinstellungen. Die deutsche Adaptation des Life Attitude Profile-Revised (LAP-R) an einer repräsentativen Stichprobe und Brustkrebspatientinnen, in: *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 36 (3), 2007, 176-188.
- Meier, Augustine / Edwards, Henry: Purpose-in-life test: Age and sex differences, in: *Journal of Clinical Psychology*, 30 (3), 1974, 384-386.
- Meier, Petra: *Sinnsuche und Sinnfindung im Umfeld eines kritischen Lebensereignisses. Die Krebserkrankung als Sinnkrise*, Regensburg, 1992.
- Melges, Frederick T. / Weisz, Alfred E.: The personal future and suicidal ideation, in: *Journal of Nervous and Mental Disease*, 153 (4), 1971, 244-250.
- Melton, Amanda M. A. / Schulenberg, Stefan E.: On the relationship between meaning in life and boredom proneness: Examining a logotherapy postulate, in: *Psychological Reports*, 101 (2), 2007, 1016-1022.
- Melton, Amanda M.A. / Schulenberg, Stefan E.: On the measurement of meaning: Logotherapy's empirical contributions to humanistic psychology, in: *The Humanistic Psychologist*, 36 (1), 2008, 31-44.

- 
- Merz, Jürgen: Fragebogen zur Messung der psychologischen Reaktanz, in: *Diagnostica*, 29 (1), 1983, 75-82.
- Messick, Samuel J.: The psychology of acquiescence: An interpretation of research evidence, in: Berg, Irwin A. (Hrsg.): *Response set in personality assessment*, Chicago, IL, 1967.
- Michel, Lothar / Conrad, Wolfgang: Testtheoretische Grundlagen psychometrischer Tests, in: Groffmann, Karl-Josef / Michel, Lothar (Hrsg.): *Enzyklopädie der Psychologie*, Band 6, Göttingen, 1982, 19-70.
- Miller, William R. / Seligman, Martin E.: Depression and the perception of reinforcement, in: *Journal of Abnormal Psychology*, 82 (1), 1973, 62-73.
- Mischel, Walter / Zeiss, Robert / Zeiss, Antonette: Internal-external control and persistence: Validation and implications of the Stanford Preschool Internal-External Scale., in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 29 (2), 1974, 265-278.
- Mitchell, James V., jr. (Hrsg.): *The ninth mental measurements yearbook*, Lincoln, NE, 1985.
- Moomal, Zubair: The relationship between meaning in life and mental well-being, in: *South African Journal of Psychology*, 29 (1), 1999, 36-41.
- Moosbrugger, Helfried: Klassische Testtheorie (KTT), in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 99-112.
- Moosbrugger, Helfried / Höfling, Volkmar: Standards für psychologisches Testen, in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 195-212.
- Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008.
- Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin: Qualitätsanforderungen an einen psychologischen Test (Testgütekriterien), in: Dies. (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 7-26 (zit. 2008a).
- Moosbrugger, Helfried / Schermelleh-Engel, Karin: Exploratorische (EFA) und Konfirmatorische Faktorenanalyse (CFA), in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 307-324.

- Moreland, Kevin L.: Review of Seeking of Noetic Goals Test, in: Mitchell, James V., jr. (Hrsg.): *The ninth mental measurements yearbook*, Lincoln, NE, 1985, 1339-1340.
- Moss, Gordon E.: *Illness, immunity, and social interaction*, New York, 1973.
- Nagata, Katsutarō: A study of logotherapy for chronic low back pain patients, in: *Seishin shinkeigaku Zasshi*, 105 (4), 2003, 459-467.
- Nelson, Christian J. / Rosenfeld, Barry / Breitbart, William / Galiotta, Michele: Spirituality, religion, and depression in the terminally ill, in: *Psychosomatics*, 43 (3), 2002, 213-220.
- Nemeroff, Charles B.: The neurobiology of depression, in: *Scientific American*, 278 (6), 1998, 42-49.
- Newcomb, Michael D. / Bentler, Peter M. / Fahy, Bridget: Cocaine use and psychopathology: Associations among young adults, in: *International Forum for Logotherapy*, 22 (12), 1987, 1167-1188.
- Nicholson, Thomas / Higgins, Wayne / Turner, Paul / James, Susan / Stickle, Fred / Pruitt, Terry: The relation between meaning in life and the occurrence of drug abuse: A retrospective study, in: *Psychology of Addictive Behaviors*, 8 (1), 1994, 24-28.
- Nietzsche, Friedrich: *Der Wille zur Macht*, 3. Buch, Musorionausgabe, *Gesammelte Werke*, Band 19, München, 1926 (zit. 1926a).
- Nietzsche, Friedrich: *Gesammelte Werke*, München, 1926.
- Noblejas de la Flor, M. Angeles: Meaning levels and drug-abuse therapy: An empirical study, in: *International Forum for Logotherapy*, 20 (1), 1997, 46-51.
- Novick, Melvin R.: The axioms and principle results of classical test theory, in: *Journal of Mathematical Psychology*, 3 (1), 1966, 1-18.
- Noyon, Alexander / Heidenreich, Thomas: Die existenzielle Perspektive in der Verhaltenstherapie, in: *Verhaltenstherapie*, 17, 2007, 122-128.
- Noyon, Alexander / Heidenreich, Thomas: Existenzielle Therapieansätze: Entwicklungen und Potenzial für die Kognitive Verhaltenstherapie, in: *Verhaltenstherapie & Psychosoziale Praxis*, 3, 2011, 571-581.
- Noyon, Alexander / Heidenreich, Thomas: *Existenzielle Perspektiven in Psychotherapie und Beratung*, Weinheim, 2012.

- Nurmela, Risto: Ist die Logotherapie von Frankls religiösem Glauben beeinflusst? In: Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006, 65-72.
- Nussbeck, Fridtjof W. / Eid, Michael / Geiser, Christian / Courvoisier, Delphine S. / Cole, David A.: Konvergente und diskriminante Validität über die Zeit: Integration von Multitrait-Multimethod-Modellen und der Latent State-Trait-Theorie, in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 361-388.
- O'Boyle, Ciaran A. / McGee, Hannah M. / Hickey, Anne / O'Malley, Kevin / Joyce, Charles R.B.: Individual quality of life in patients undergoing hip replacement, in: *The Lancet*, 339 (8801), 1992, 1088-1091.
- O'Brien, Gordon E.: Locus of control, works, and retirement, in: Lefcourt, Herbert M. (Hrsg.): *Research with the locus of control construct: Assessment methods*, Vol. 3, New York, 1981, 7-71.
- O'Connor, Kay / Chamberlain, Kerry: Dimensions of life meaning: A qualitative investigation at mid-life, in: *British Journal of Psychology*, 87 (3), 1996, 461-477.
- Ong, Anthony D. / Bergeman, C. S. / Bisconti, Toni L. / Wallace, Kimberly A.: Psychological resilience, positive emotions and successful adaptation to stress in later life, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 91 (4), 2006, 730-749 (zit. Ong et al., 2006a).
- Ong, Anthony D. / Edwards, Lisa M. / Bergeman, C.S.: Hope as a source of resilience in later adulthood, in: *Journal of Personality and Individual Differences*, 41 (7), 2006, 1263-1273 (zit. Ong et al., 2006b).
- Opp, Günther / Fingerle, Michael (Hrsg.): *Was Kinder stärkt: Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*, 3. Aufl., München, 2008.
- Orgler, Christine: Die Existenz-Skala (ESK). Ein existenzanalytisches Diagnostikum für Forschung und Praxis, in: *Existenzanalyse*, 17 (3), 2000, 56-62.
- Oshio, Atsushi / Nakaya, Motoyuki / Kaneko, Hitoshi / Nagamine, Shinji: Development and validation of an adolescent resilience scale, in: *Japanese Journal of Counseling Science*, 35, 2002, 57-65.
- Ost, Friedemann: Faktorenanalyse, in: Fahrmeir, Ludwig / Hamerle, Alfred (Hrsg.): *Multivariate statistische Verfahren*, Berlin, 1984, 575-632.
- Ostberg, Paul M.: Führung und Leistung brauchen Werte und Sinn, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 15 (15), 2007, 83-99.

- 
- Padelford, Betty L.: Relationship between drug involvement and purpose in life, in: *Journal of Clinical Psychology*, 30 (3), 1974, 303-305.
- Pattakos, Alex: *Gefangene unserer Gedanken. Viktor Frankls 7 Prinzipien, die Leben und Arbeit Sinn geben*, 2. Aufl., Wien, 2011.
- Pauen, Michael / Roth, Gerhard: *Freiheit, Schuld und Verantwortung. Grundzüge einer naturalistischen Theorie der Willensfreiheit*, Frankfurt am Main, 2008.
- Paulhus, Delroy L.: Socially desirable responding: The evolution of a construct, in: Braun, Henry I. / Jackson, Douglas N. / Wiley, David E. (Hrsg.): *The role of constructs in psychological and educational measurement*, Hillsdale, NJ, 2002, 51-76.
- Pauls, Cornelia A. / Crost, Nicolas W.: Effects of faking on self-deception and impression management scales, in: *Personality and Individual Differences*, 37 (6), 2004, 1137-1151.
- Peacock, Edward J. / Reker, Gary T.: The Life Attitude Profile (LAP): Further evidence of reliability and empirical validity, in: *Canadian Journal of Behavioural Science*, 14 (1), 1982, 92-95.
- Pearson, Paul R. / Sheffield, Brian F.: Purpose-in-life and the Eysenck Personality Inventory, in: *Journal of Clinical Psychology*, 30 (4), 1974, 562-564.
- Pearson, Paul R. / Sheffield, Brian F.: Purpose in life and social attitudes in psychiatric patients, in: *Journal of Clinical Psychology*, 31 (2), 1975, 330-332.
- Pearson, Paul R. / Sheffield, Brian F.: Psychoticism and purpose in life, in: *Personality and Individual Differences*, 10 (12), 1989, 1321-1322.
- Peschel, Horst W.: Existenzanalyse des Alkoholismus und einige Hinweise für die therapeutische Praxis, in: Längle, Alfred (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 214-229.
- Petermann Franz / Scheithauer, Herbert: *Risiken in der frühkindlichen Entwicklung. Entwicklungspsychopathologie der ersten Lebensjahre*, Göttingen, 2000.
- Phillips, Walter M.: Purpose in life, depression, and locus of control, in: *Journal of Clinical Psychology*, 36 (3), 1980, 661-667.
- Pietsch, Wenke: *Arbeitslose Jugend: (K)ein Problem!?!*, Hamburg, 2012.
- Pilecka, Barbara: Selected personality predictors of renewed suicide attempts in young people, in: *Polish Psychological Bulletin*, 16 (2), 1985, 99-108.

- 
- Pircher-Friedrich, Anna M.: *Sinn-orientierte Führung in Dienstleistungsunternehmen – ein ganzheitliches Führungskonzept*, Augsburg, 2001.
- Pircher-Friedrich, Anna M.: *Mit Sinn zum nachhaltigen Erfolg. Anleitung zur werte- und wertorientierten Führung*, Berlin, 2005.
- Podsakoff, Philip / MacKenzie, Scott B. / Lee, Jeong-Yeon / Podsakoff, Nathan P.: Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies, in: *Journal of Applied Psychology*, 88 (5), 2003, 879-903.
- Pöhlmann, Karin / Brunstein, Joachim C.: GOALS: Ein Fragebogen zur Messung von Lebenszielen, in: *Diagnostica*, 43 (1), 1997, 63-79.
- Pongratz, Ludwig J. (Hrsg.): *Psychotherapie in Selbstdarstellungen*, Bern u.a., 1973.
- Porst, Rolf: *Fragebogen. Ein Arbeitsbuch*, Studienskripten zur Soziologie, 3. Aufl., Wiesbaden, 2011.
- Preston, Carolyn C. / Colman, Andrew M.: Optimal number of response categories in rating scales: Reliability, validity, discriminating power, and respondent preferences, in: *Acta Psychologica*, 104 (1), 2000, 1-15.
- Probst, Christian: Wider die Trotzmacht des Geistes. Mut und Demut in personal-existenzieller Angstbehandlung, in: *Existenzanalyse*, 20 (2), 2003, 42-47.
- Prüfer, Peter / Rexroth, Margrit: *Kognitive Interviews*, ZUMA How-to-Reihe, Nr. 15, 2005.
- Pytell, Timothy: *Viktor Frankl. Das Ende eines Mythos?*, Innsbruck, 2005.
- Quinn, Patrick K. / Reznikoff, Marvin: The relationship between death anxiety and the subjective experience of time in the elderly, in: *International Journal of Aging & Human Development*, 21 (3), 1985, 197-210.
- Raab-Steiner, Elisabeth / Benesch, Michael: *Der Fragebogen. Von der Forschungsidee zur SPSS-Auswertung*, 3. Aufl., Wien u.a., 2012.
- Raban, Milos: *Die geistige Dimension der Psychologie Viktor E. Frankls*, Frankfurt am Main, 1989.
- Rank, Otto: *Technik der Psychoanalyse, Band II: Die analytische Reaktion in ihren konstruktiven Elementen*, Leipzig u.a., 1929.
- Rank, Otto: *Will therapy and Truth and reality*, New York, 1954.

- Rappaport, Herbert / Fossler, Robert J. / Bross, Laura S. / Gilden, Dona: Future time, death anxiety, and life purpose among older adults, in: *Death Studies*, 17 (4), 1993, 369-379.
- Raskob, Hedwig: *Die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls. Systematisch und kritisch*, Wien, 2005.
- Rattner, Josef: *Pioniere der Tiefenpsychologie*, Wien, 1979.
- Ravens-Sieberer, Ulrike / Bettge, Susanne: Aktuelles zum Kinder- und Jugendgesundheitsurvey des RKI (KiGGS): Vorstellung des Moduls „Psychische Gesundheit“, in: *Epidemiologisches Bulletin*, 1, 2004, 7.
- Reips, Ulf-Dietrich: Standards for internet-based experimenting, in: *Experimental Psychology*, 49 (4), 2002, 243-256.
- Reker, Gary T.: The Purpose-in-Life Test in an inmate population: An empirical investigation, in: *Journal of Clinical Psychology*, 33 (3), 1977, 688-693.
- Reker, Gary T.: *Operationalizing Frankl's logotherapy: Multidimensional measurements of the sources of personal meaning*. Paper presented at the Meeting of the American Society on Aging, Washington D.C., 1989.
- Reker, Gary T.: *Contextual and thematic analysis of sources of provisional meaning: A life-span perspective*. Invited symposium presented at the Biennial Meeting of the International Society for the Study of Behavioral Development, Minneapolis, MN, 1991.
- Reker, Gary T.: *The Life Attitude Profile-Revised (LAP-R). Procedures manual: Research edition*, Peterborough, ON, 1992.
- Reker, Gary T.: Logotherapy and logotherapy: Challenges, opportunities, and some empirical findings, in: *International Forum for Logotherapy*, 1994, 17 (1), 47-55.
- Reker, Gary T.: *Manual of the Sources of Meaning Profile-Revised (SOMP-R). Procedure manual: Research Edition*, Peterborough, ON, 1996.
- Reker, Gary T.: Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning, in: Reker, Gary T. / Chamberlain, Kerry (Hrsg.): *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span*, Thousand Oaks, 2000, 39-55.
- Reker, Gary T.: Prospective predictors of successful aging in community-residing and institutionalized Canadian elderly, in: *Ageing International*, 27 (1), 2002, 42-64.

- 
- Reker, Gary T. / Butler, B: *Personal meaning, stress and health in older adults*. Paper presented at the Canadian Association on Gerontology, Victoria, BC, 1990.
- Reker, Gary T. / Chamberlain, Kerry (Hrsg.): *Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span*, Thousand Oaks, 2000.
- Reker, Gary T. / Cousins, J. Bradley: Factor structure, construct validity and reliability of the Seeking of Noetic Goals (SONG) and Purpose in Life (PIL) tests, in: *Journal of Clinical Psychology*, 35 (1), 1979, 85-91.
- Reker, Gary T. / Fry, Pem S.: Factor structure and invariance of personal meaning measures in cohorts of younger and older adults, in: *Journal of Personality and Individual Differences*, 35 (1), 2003, 977-993.
- Reker, Gary T. / Guppy, B.: *Sources of personal meaning among young, middle-aged, and older adults*. Paper presented at the Annual Meeting of the Canadian Association on Gerontology, Halifax, Nova Scotia, 1988.
- Reker, Gary T. / Peacock, Edward J.: The Life Attitude Profile (LAP): A multidimensional instrument for assessing attitudes toward life, in: *Canadian Journal of Behavioural Science*, 13 (3), 1981, 264-273.
- Reker, Gary T. / Peacock, Edward J. / Wong, Paul T.P: Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective, in: *Journal of Gerontology*, 42 (1), 1987, 44-49.
- Reker, Gary T. / Wong, Paul T.P.: *The salutary effects of personal optimism and meaningfulness on the physical and psychological well-being of the elderly*. Paper presented at the Western Gerontological Society, Albuquerque, NM, 1983.
- Reker, Gary T. / Wong, Paul T.P.: Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning, in: Birren, James E. / Bengtson, Vern L. (Hrsg.): *Emergent theories of aging*, New York, 1988, 214-246.
- Rheinberg, Falko: *Motivation*, Grundriss der Psychologie, Band 6, 7. Aufl., Stuttgart, 2008.
- Rhodewalt, Frederick / Comer, Ronald: Coronary-prone behavior and reactance: The attractiveness of an eliminated choice, in: *Personality and Social Psychology Bulletin*, 8 (1), 1982, 152-158.
- Rhodewalt, Frederick / Davison, James: Reactance and the coronary-prone behavior pattern: The role of self-attribution in responses to reduced behavioral freedom, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 44 (1), 1983, 220-228.
- Richardson, Glenn E.: The metatheory of resilience and resiliency, in: *Journal of Clinical Psychology*, 58 (3), 2002, 307-321.

- 
- Riedel, Christoph / Deckart, Renate / Noyon, Alexander: *Existenzanalyse und Logotherapie. Ein Handbuch für Studium und Praxis*, 2. Aufl., Darmstadt, 2008.
- Riemeyer, Jörg: *Die Logotherapie Viktor Frankls und ihre Weiterentwicklungen. Eine Einführung in die sinnorientierte Psychotherapie*, Bern, 2007.
- Ritscher, Wolf: *Das systemische Metamodell: Zehn Axiome*, Hochschule Esslingen, unveröffentlichtes Manuskript, o.D.
- Ritter, Joachim (Hrsg.): *Historisches Wörterbuch der Philosophie*, Band 3, Darmstadt, 1974.
- Robak, Rostyslaw W. / Griffin, Paul W.: Purpose in life: What is its relationship to happiness, depression, and grieving? In: *North American Journal of Psychology*, 2 (1), 2000, 113-119.
- Roberts, Glenn: Delusional belief systems and meaning in life: A preferred reality? In: *British Journal of Psychiatry*, 159 (14), 1991, 19-28.
- Roberts, Robert E. / McCrory, Owen F. / Forthofer, Ronald N.: Further evidence on using a deadline to stimulate response to a mail survey, in: *Public Opinion Quarterly*, 42 (3), 1978, 407-410.
- Rodin, Judith / Langer, Ellen J.: Long-term effects of a control-relevant intervention with the institutionalized aged, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 35 (12), 1977, 897-902.
- Rodriguez, Roberto: Borderline personality disturbances and logotherapeutic treatment approaches, in: *International Forum for Logotherapy*, 27 (1), 2004, 21-27.
- Rogers, Carl R.: *Entwicklung der Persönlichkeit*, Stuttgart, 1976.
- Rogina, Julius M.: Logotherapeutic mastery of generalized anxiety disorder, in: *International Forum for Logotherapy*, 25 (1), 2002, 60-67.
- Rogina, Julius M.: Treatment and interventions for narcissistic personality disorder, in: *International Forum for Logotherapy*, 27 (1), 2004, 28-33.
- Röhlin, Karl-Heinz: *Sinnorientierte Seelsorge. Die Existenzanalyse und Logotherapie V.E. Frankls im Vergleich mit den neueren evangelischen Seelsorgekonzeptionen und als Impuls für die kirchliche Seelsorge*, München, 1987.
- Röhlin, Karl-Heinz: Die Seelsorge vor der Frage nach dem Sinn, in: Längle, Alfred (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 155-164.

- Rohrman, Bernd: Empirische Studien zur Entwicklung von Antwortskalen für die sozialwissenschaftliche Forschung, in: *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 9, 1978, 222-245.
- Röper, Gisela / Hagen, Cornelia von / Noam, Gil (Hrsg.): *Entwicklung und Risiko: Perspektiven einer klinischen Entwicklungspsychologie*, Stuttgart, 2001.
- Rosenthal, Robert / Rosnow, Ralph L.: *Artifact in behavioral research*, New York, 1969.
- Rosenthal, Robert / Rosnow, Ralph L.: The volunteer subject, in: Dies. (Hrsg.): *Artifact in behavioral research*, New York, 1969, 59-118 (zit. 1969a).
- Rost, Jürgen: *Lehrbuch Testtheorie – Testkonstruktion*, 2. Aufl., Bern u.a., 2004.
- Roth, Gerhard: *Das Gehirn und seine Wirklichkeit. Kognitive Neurobiologie und ihre philosophischen Konsequenzen*, Frankfurt am Main, 1999.
- Roth, Gerhard: *Fühlen, Denken, Handeln: Wie das Gehirn unser Verhalten steuert*, Berlin, 2001.
- Rotter, Julian B.: Generalized expectancies for internal versus external control reinforcement, in: *Psychological Monographs: General and Applied*, 80 (1), 1966, 1-28.
- Rotter, Julian B. / Seeman, Melvin / Liverant, Shephard: Internal versus external locus of control of reinforcement: A major variable in behavior theory, in: Washburne, Norman F. (Hrsg.): *Decisions, values, and groups*, London, 1962.
- Rüffer, Jens-Ulrich: Die Bedeutung der Logotherapie in der Betreuung onkologischer Patienten mit palliativer oder curativer Zielsetzung, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 8 (2), 2000, 48-57.
- Russell, Daniel W.: In search of underlying dimensions: The use (and abuse) of factor analysis, in: *Personality and Social Psychological Bulletin*, 28 (12), 2002, 1629-1646.
- Russell, J. Michael: Sartre, therapy, and expanding the concept of responsibility, in: *American Journal of Psychoanalysis*, 38, 1978, 259-269.
- Rutter, Michael: Psychosocial resilience and protective mechanisms, in: *American Journal of Orthopsychiatry*, 57 (3), 1987, 316-331.
- Rutter, Michael: Resilience, competence, and coping, in: *Child Abuse & Neglect*, 31 (3), 2007, 205-209.

- Ryckman, Richard M. / Sherman, Martin F.: Relationship between self-esteem and internal - external control for men and women, in: *Psychological Reports*, 32, 1973, 1106.
- Ryff, Carol D. / Keyes, Corey L.M.: The structure of psychological well-being revisited, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 1995, 719-727.
- Ryff, Carol D. / Singer, Burton / Love, Gayle D. / Essex, Marilyn J.: Resilience in adulthood and later life: Defining features and dynamic processes, in: Lomranz, Jacob (Hrsg.): *Handbook of aging and mental health*, New York, 1998, 69-96.
- Saal, Frank E. / Downey, Ronald G. / Lahey, Mary A.: Rating the ratings: Assessing the psychometric quality of rating data, in: *Psychological Bulletin*, 88 (2), 1980, 413-428.
- Sanders, Glenn S. / Suls, Jerry (Hrsg.): *Social psychology of health and illness*, Hillsdale, NJ, 1982.
- Sallee, Dock T. / Casciani, Joseph M.: Relationship between sex drive and sexual frustration and purpose in life, in: *Journal of Clinical Psychology*, 32 (2), 1976, 273-275.
- Sappington, Andrew A. / Bryant, John / Oden, Connie: An experimental investigation of Viktor Frankl's theory of meaningfulness in life, in: *International Forum for Logotherapy*, 13 (2), 1990, 125-130.
- Sarris, Viktor / Reiß, Siegbert: *Kurzer Leitfaden der Experimentalpsychologie*, München, 2005.
- Sartre, Jean-Paul: *Being and nothingness*, New York, 1956.
- Satow, Lars: Zur Bedeutung des Unterrichtsklimas für die Entwicklung schulbezogener Selbstwirksamkeitserwartungen. Eine Mehrebenenanalyse mit latenten Variablen, in: *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 31 (4), 1999, 171-179.
- Saunders, David R.: Moderator variables in prediction, in: *Educational and Psychological Measurement*, 16, 1956, 209-222.
- Scannell, Evelyn D. / Allen, Felicity C.L. / Burton, John: Meaning in life and positive and negative well-being, in: *North American Journal of Psychology*, 4, 2002, 93-112.
- Schaeppli, Werner: *Braucht das Leben einen Sinn? Empirische Untersuchung zu Natur, Funktion und Bedeutung subjektiver Sinntheorien*, Zürich u.a., 2004.

- 
- Scharnowske, Sieglinde: *Freiheit und Verantwortung im Management. Eine kritische Betrachtung auf der Grundlage der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl*, Norderstedt, 2007.
- Scheier, Michael F. / Carver, Charles S.: Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies, in: *Health Psychology*, 4 (3), 1985, 219-247.
- Scheler, Max: Der Formalismus in der Ethik und die materiale Wertethik, in: Ders.: *Gesammelte Werke*, Band 2, Halle a.d.S., 1913 (zit. 1913a).
- Scheler, Max: *Die Stellung des Menschen im Kosmos*, 18. Aufl., Bonn, 1928/2010.
- Scheler, Max: *Gesammelte Werke*, Halle a.d.S., 1913.
- Scheler, Max: *Philosophische Weltanschauung*, Berlin, 1954.
- Schenk, Cornelia: Sinnverlust durch Krankheit? Der Stellenwert der Logotherapie und Existenzanalyse bei chronischen Erkrankungen, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 15 (15), 2007, 74-82.
- Schermelleh-Engel, Karin / Werner, Christina: Methoden der Reliabilitätsbestimmung, in: Moosbrugger, Helfried / Kelava, Augustin (Hrsg.): *Testtheorie und Fragebogenkonstruktion*, Berlin u.a., 2008, 113-133.
- Schleederer, Franz: *Erziehung zu personaler Existenz – Viktor Frankls Existenzanalyse und Logotherapie als Beitrag zur einer anthropologisch fundierten Pädagogik*, Dissertation, München, 1964.
- Schlieper-Damrich, Ralph / Netzwerk CoachPro (Hrsg.): *Wertecoaching in Krisen. Aus erschütternden Situationen sinnvoll aufbrechen*, Bonn, 2011.
- Schmidt, Klaus-H. / Kleinbeck, Uwe: Job Diagnostic Survey (JDS – deutsche Fassung), in: Dunkel, Heiner (Hrsg.): *Handbuch psychologischer Arbeitsanalyseverfahren*, Zürich, 1999, 205-230.
- Schmidt, Klaus-H. / Kleinbeck, Uwe / Ottmann, Wolfgang / Seidel, Birgit: Ein Verfahren zur Diagnose von Arbeitsinhalten: Der Job Diagnostic Survey (JDS), in: *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 29, 1985, 162-172.
- Schmidt-Rathjens, Claudia / Benz, Dorothea / Damme, Didier van / Feldt, Kimberly / Amelang, Manfred: Über zwiespältige Erfahrungen mit Fragebögen zum Kohärenzsinn sensu Antonovsky, in: *Diagnostica*, 43 (3), 1997, 327-346.

- Schmied, Lori A. / Lawler, Kathleen A.: Hardiness, Type A behavior, and the stress-illness relationship in working women, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), 1986, 1218-1223.
- Schmitz, Edgar / Arnold, Markus / Jahn, Rainer / Müller, Jürgen: Persönliche Sinnstruktur und die Bewältigung kritischer Lebensereignisse, in: *Integrative Therapie – Zeitschrift für vergleichende Psychotherapie und Methodenintegration*, 26 (4), 2000, 451-470.
- Schmitz, Gerdamarie S. / Schwarzer, Ralf: Selbstwirksamkeitserwartung von Lehrern: Längsschnittbefunde mit einem neuen Instrument, in: *Zeitschrift für Pädagogische Psychologie*, 14 (1), 2000, 12-25.
- Schneider, Kirk J. / Krug, Orah T.: *Existential-humanistic therapy*, Washington, 2009.
- Schnell, Rainer / Hill, Paul B. / Esser, Elke: *Methoden der empirischen Sozialforschung*, München, 1999.
- Schnell, Tatjana: Ohne Sinn kein Glück? Zur Relativierung und Differenzierung des Zusammenhangs von Sinn und Neurotizismus, in: Lösel, Friedrich / Bender, Doris (Hrsg.): *45. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Psychologie*, Lengerich, 2006, 314.
- Schnell, Tatjana: Deutsche in der Sinnkrise? Ein Einblick in die Sinnforschung mit Daten einer repräsentativen Stichprobe, in: *Journal für Psychologie*, 16 (3), Art. 09, 2008.
- Schnell, Tatjana: *Implizite Religiosität. Zur Psychologie des Lebenssinns*, 2. Aufl., Lengerich u.a., 2009 (zit. 2009a).
- Schnell, Tatjana: The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being, in: *Journal of Positive Psychology*, 4 (6), 2009, 483-499 (zit. 2009b).
- Schnell, Tatjana: Existential Indifference: Another quality of meaning in life, in: *Journal of Humanistic Psychology*, 50 (3), 2010, 351-373.
- Schnell, Tatjana: Individual differences in meaning-making: Considering the variety of sources of meaning, their density and diversity, in: *Personality and Individual Differences*, 51 (5), 2011, 667-673.
- Schnell, Tatjana / Becker, Peter: Personality and meaning in life, in: *Journal of Personality and Individual Differences*, 41 (1), 2006, 117-129.
- Schnell, Tatjana / Becker, Peter: *Der Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn (LeBe). Manual*, Göttingen, 2007.

- Schnyder, Ulrich / Büchi, Stefan / Sensky, Tom / Klanghofer, Richard: Antonovsky's sense of coherence: Trait or state? In: *Psychotherapy and Psychosomatics*, 69 (6), 2000, 296-302.
- Schore, Allan N.: *Affektregulation und die Reorganisation des Selbst*, Stuttgart, 2007.
- Schrank, Beate / Amering, Michaela: „Recovery“ in der Psychiatrie, in: *Neuropsychiatrie*, 21 (1), 2007, 45-50.
- Schulenberg, Stefan E.: Empirical research and logotherapy, in: *Psychological Reports*, 93, 2003, 307-319.
- Schulenberg, Stefan E.: A psychometric investigation of logotherapy measures and the Outcome Questionnaire (OQ-45.2), in: *North American Journal of Psychology*, 6 (3), 2004, 477-492.
- Schulenberg, Stefan E. / Gohm, Carol L. / Anderson, Cahryn: The Meaning in Suffering Test (MIST): A unitary or multidimensional measure? In: *International Forum for Logotherapy*, 29 (2), 2006, 103-106.
- Schulenberg, Stefan E. / Hutzell, Robert R. / Nassif, Carrie / Rogina, Julius M.: Logotherapy for clinical practice, in: *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 45(4), 2008, 447-463.
- Schulenberg, Stefan E. / Strack, Kristen M. / Buchanan, Erin M.: The Meaning in Life Questionnaire: Psychometric properties with individuals with serious mental illness in an inpatient setting, in: *Journal of Clinical Psychology*, 67 (12), 2011, 1210-1219.
- Schultz, Ronald C.: Purpose in life among spinal cord injured males, in: *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*, 16 (2), 1985, 45-47, 51.
- Schulze, Gerhard: *Die Erlebnisgesellschaft – Kultursoziologie der Gegenwart*, Frankfurt am Main, 1992.
- Schulz-Hardt, Stefan / Frey, Dieter: Das Sinnprinzip: Ein Standbein des homo psychologicus, in: Mandl, Heinz / Gruber, Hans / Bruckmoser, Sepp / Schauer, S. (Hrsg.): *Schwerpunktthema Wissen und Handeln: Bericht über den 40. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Psychologie in München 1996*, Göttingen, 1997, 870-876.
- Schulz von Thun, Friedemann: *Miteinander reden, Band 3: Das „Innere Team“ und situationsgerechte Kommunikation*, Hamburg, 2010.

- Schumacher, Andrea: *Sinnfindung bei Brustkrebspatientinnen*, Europäische Hochschulschriften: Reihe 6, Psychologie. Band 317, Frankfurt am Main u.a., 1990.
- Schumacher, Jörg: Kohärenzgefühl, in: Schwarzer, Ralf / Jerusalem, Matthias / Weber, Hannelore: *Gesundheitspsychologie von A bis Z. Ein Handwörterbuch*, Göttingen, 2002, 267-269.
- Schumacher, Jörg / Gunzelmann, Thomas / Brähler, Elmar: Deutsche Normierung der Sense of Coherence Scale von Antonovsky, in: *Diagnostica*, 46 (4), 2000, 208-213 (zit. Schumacher et al., 2000a).
- Schumacher, Jörg / Leppert, Karena / Gunzelmann, Thomas / Strauß, Bernhard / Brähler, Elmar: Die Resilienzskala – Ein Fragebogen zur Erfassung der psychischen Widerstandsfähigkeit als Personmerkmal, in: *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie*, 53, 2005, 16-39.
- Schumacher, Jörg / Wilz, Gabriele / Gunzelmann, Thomas / Brähler, Elmar: Die Sense of Coherence Scale von Antonovsky. Teststatistische Überprüfung in einer repräsentativen Bevölkerungsstichprobe und Konstruktion einer Kurzskala, in: *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 50, 2000, 472-482 (zit. Schumacher et al., 2000b).
- Schuman, Howard: The random probe: A technique for evaluating the validity of closed questions, in: *American Sociological Review*, 31 (2), 1966, 218-222.
- Schwartz, Shalom H.: Awareness of interpersonal consequences, responsibility denial, and volunteering, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 30 (1), 1974, 57-63.
- Schwartz, Shalom H.: Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries, in: Zanna, Mark P. (Hrsg.): *Advances in experimental social psychology*, 25, Orlando, FL, 1992, 1-65.
- Schwartzberg, Steven S.: Struggling for meaning: How HIV-positive gay men make sense of AIDS, in: *Professional Psychology: Research and Practice*, 24 (4), 1993, 483-490.
- Schwartzberg, Steven S. / Janoff-Bulman, Ronnie: Grief and the search for meaning: Exploring the assumptive worlds of bereaved college students, in: *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10 (3), 1991, 270-288.
- Schwarz, Norbert / Sudman, Seymour (Hrsg.): *Context effects in social and psychological research*, New York, 1992.
- Schwarzer, Ralf (Hrsg.): *Skalen zur Befindlichkeit und Persönlichkeit*, Berlin, 1986.

- Schwarzer, Ralf (Hrsg.): *Self-efficacy: Thought control of action*, Washington, 1992.
- Schwarzer, Ralf: Optimistische Kompetenzerwartung: Zur Erfassung einer personellen Bewältigungsressource, in: *Diagnostica*, 40 (2), 1994, 105-123.
- Schwarzer, Ralf: *Psychologie des Gesundheitsverhaltens. Einführung in die Gesundheitspsychologie*, 3. Aufl., Göttingen, 2004.
- Schwarzer, Ralf / Jerusalem, Matthias: Generalized self-efficacy scale, in: Weinman, John / Wright, Stephen / Johnston, Marie (Hrsg.): *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*, Windsor, UK, 1995, 35-37.
- Schwarzer, Ralf / Jerusalem, Matthias (Hrsg.): *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*, Berlin, 1999.
- Schwarzer, Ralf / Jerusalem, Matthias / Weber, Hannelore: *Gesundheitspsychologie von A bis Z. Ein Handwörterbuch*, Göttingen, 2002.
- Schwarzer, Ralf / Mueller, John / Greenglass, Esther: Assessment of perceived general self-efficacy on the internet: Data collection in cyberspace, in: *Anxiety, Stress and Coping*, 12 (2), 1999, 145-161.
- Schwarzer, Ralf / Schmitz, Gerdamarie S.: Kollektive Selbstwirksamkeitserwartung von Lehrern. Eine Längsschnittstudie in zehn Bundesländern, in: *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 30 (4), 1999, 262-274.
- Sedlak, Franz: Vom Behaviorismus zum verantwortlichen Handeln, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 695-699.
- Seidl, Eva / Mollik-Kreuzwirt, Hermine: Die logotherapeutische Herangehensweise bei psychotischen Symptomen, in: Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006, 323-327.
- Selg, Herbert: *Einführung in die experimentelle Psychologie*, Stuttgart, 1971.
- Seligman, Martin E.P.: *Helplessness: On depression, development and death*, San Francisco, 1975.
- Sharpe, David / Viney, Linda L.: Weltanschauung and the Purpose-in-Life test, in: *Journal of Clinical Psychology*, 29 (4), 1973, 489-491.

- Shek, Daniel T. L.: Meaning in life and psychological well-being: An empirical study using the Chinese version of the Purpose in Life questionnaire, in: *Journal of Genetic Psychology*, 153 (2), 1992, 185-200.
- Shek, Daniel T. L.: Meaning in life and adjustment amongst midlife parents in Hong Kong, in: *International Forum of Logotherapy*, 17 (2), 1994, 102-107.
- Shek, Daniel T. L.: Adolescent positive mental health and psychological symptoms: A longitudinal study in a Chinese context, in: *Psychologica: An International Journal of Psychology in the Orient*, 41 (4), 1998, 217-225.
- Simhandl, Christian / Längle, Alfried: Existenzanalyse bei einer schizoaffektiven Psychose, in: Längle, Alfried (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 87-96.
- Singer, Wolf: Unser Wille kann nicht frei sein, in: *Spiegel spezial*, 4, 2003, 20-25.
- Sink, Christopher A. / Keppel, John van / Purcell, Mark: Reliability estimates of the Purpose in Life and Seeking of Noetic Goals Test with rural and metropolitan-area adolescents, in: *Perceptual and Motor Skills*, 86, 1998, 362.
- Skomorovsky, Alla / Sudom, Kerry A.: Psychological well-being of Canadian forces officer candidates: The unique roles of hardiness and personality, in: *Military Medicine*, 176 (4), 2011, 389-396.
- Smith, Ruth S.: *Journeys from childhood to midlife. Risk, resilience, and recovery*, Ithaca, 2001.
- Snyder, Charles R. / Lopez, Shane J. (Hrsg.): *Oxford Handbook of Positive Psychology*, Oxford, UK, 2002.
- Soderstrom, Doug / Wright, E. Wayne: Religious orientation and meaning in life, in: *Journal of Clinical Psychology*, 33 (1), 1977, 65-68.
- Sommer, Kristin L. / Baumeister, Roy F.: The construction of meaning from life events: Empirical studies of personal narratives, in: Wong, Paul T.P. / Fry, Pem S. (Hrsg.): *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications*, Mahwah, NJ, 1998, 143-162.
- Sonnenmoser, Marion: Worin unterscheiden sich Resilienz, Selbstwirksamkeit oder Hardiness? Resilienz – nur ein neuer Name für ein bekanntes Konzept? In: *Personalführung*, 4, 2006, 48-55.
- Sonnentag, Sabine: *Abschlussarbeiten und Dissertationen in der angewandten psychologischen Forschung*, Göttingen u.a., 2006.

- 
- Sonntag, Rainer F.: Existenzielle Aspekte der Akzeptanz- und Commitment-Therapie, in: *Verhaltenstherapie & Psychosoziale Praxis*, 3, 2011, 583-596.
- Soucek, Wolfgang: Die Existenzanalyse Frankls, die dritte Richtung der Wiener psychotherapeutischen Schule, in: *Deutsche Medizinische Wochenschrift*, 73, 1948, 594-595.
- Spaleck, Gottfried M.: Hirnforschung und Logotherapie. Die Sonnenfinsternis der geistigen Person, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 16 (16), 2006, 67-86.
- Spiegelberg, Herbert: Die Rolle der Phänomenologie in Viktor Frankls Logotherapie und Existenzanalyse, in: Längle, Alfried (Hrsg.): *Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe*, München, 1985, 55-70.
- Sprites, Peter / Glymour, Clark / Scheines, Richard: *Causation, prediction, and search*, 2. Aufl., Cambridge, MA, 2000.
- Stadtler, Klaus: *Die Skalierung in der empirischen Forschung*, München, 1983.
- Stanich, John / Oertengren, Ilona: The Logotest in Sweden, in: *International Forum for Logotherapy*, 13 (1), 1990, 54-60.
- Starck, Patricia L.: Rehabilitative nursing and logotherapy: A study of spinal cord injured clients, in: *International Forum for Logotherapy*, 4 (2), 1981, 101-109.
- Starck, Patricia L.: Patients' perceptions of the meaning of suffering, in: *International Forum for Logotherapy*, 6 (2), 1983, 110-116.
- Starck, Patricia L.: The human spirit: The search for meaning and purpose through suffering, in: *Humane Medicine Health Care*, 8 (2), 2008.
- Steger, Michael F.: Development and validation of the Meaning in Life Questionnaire: A measure of eudaimonic well-being, in: *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 66 (8-B), 2006, 4527.
- Steger Michael F. / Frazier Patricia: Meaning in Life: One link in the chain from religiousness to well-being, in: *Journal of Counseling Psychology*, 52 (4), 2005, 574-582.
- Steger, Michael F. / Frazier, Patricia / Oishi, Shigehiro / Kaler, Matthew: The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life, in: *Journal of Counseling Psychology*, 53 (1), 2006, 80-93.

- Steger, Michael F. / Shin, Joo Y.: The relevance of the Meaning in Life Questionnaire to therapeutic practice: A look at the initial evidence, in: *International Forum for Logotherapy*, 33 (2), 2010, 95-104.
- Stevens, James P.: *Applied multivariate statistics for the social science*, 4. Aufl., Hillsdale, NJ, 2002.
- Stevens, Stanley S.: On the theory of scales of measurement, in: *Science*, 103, 1946, 677-680.
- Steyer, Rolf: Konsistenz und Spezifität: Definition zweier zentraler Begriffe der Differentiellen Psychologie und ein einfaches Modell zu ihrer Identifikation, in: *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 8 (4), 1987, 245-258.
- Steyer, Rolf: *Theorie kausaler Regressionsmodelle*, Stuttgart, 1992.
- Steyer, Rolf / Eid, Michael: *Messen und Testen*, Heidelberg, 1993.
- Steyer, Rolf / Schmitt, Manfred / Eid, Michael: Latent state-trait theory and research in personality and individual differences, in: *European Journal of Personality*, 13 (5), 1999, 389-408.
- Steyn, Marinda / Greeff, Minrie / Poggenpoel, Marie: Perception of life's meaning by drug-dependent patients, in: *Curationis*, 14 (1), 1991, 30-36.
- Stiensmeier-Pelster, Joachim: *Erlernte Hilflosigkeit, Handlungskontrolle und Leistung*, Berlin, 1988.
- Stiensmeier-Pelster, Joachim / Rheinberg, Falko (Hrsg.): *Diagnostik von Motivation und Selbstkonzept*, Göttingen, 2003.
- Strack, Kristen M.: A measure of interest to logotherapy researchers: The Meaning in Life Questionnaire, in: *International Forum for Logotherapy*, 30 (2), 2007, 109-111.
- Stroebe, Wolfgang / Jonas, Klaus / Hewstone, Miles R. (Hrsg.): *Sozialpsychologie. Eine Einführung*, Berlin u.a., 2002.
- Strudler Wallston, Barbara / Wallston, Kenneth A.: Locus of control and health: A review of the literature, in: *Health Education & Behavior*, 6 (1), 1978, 107-117.
- Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse gAG (Hrsg.): *Du kannst dem Sinn nicht ausweichen. Existenz als Herausforderung für den Einzelnen und für die Gesellschaft*, Fürstfeldbruck, 2011.
- Sulz, Serge K.D.: *VDS Verhaltensdiagnostik-Materialmappe*, München, 2009.

- Tausch, Reinhard: Sinnerfahrungen. Bedeutung für unser Leben und Möglichkeiten der Förderung – Empirische Aspekte, in: Kurz, Wolfram / Sedlak, Franz (Hrsg.): *Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven*, Tübingen, 1995, 745-775.
- Tausch, Reinhard: Sinn in unserem Leben, in: Auhagen, Ann E.: *Positive Psychologie. Anleitung zum „besseren“ Leben*, 2. Aufl., Weinheim, 2008, 97-113.
- Taylor, Shelley E.: Adjustment to threatening events: A theory of cognitive adaption, in: *American Psychologist*, 38 (11), 1983, 1161-1173.
- Tennen, Howard / Eller, Sandra J.: Attributional components of learned helplessness and facilitation, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 35 (4), 1977, 265-271.
- Testkuratorium (der Föderation deutscher Psychologenverbände): Mitteilung, in: *Diagnostica*, 32, 1986, 358-360.
- Thompson, Nancy J. / Coker, Jennifer / Krause, James S. / Henry, Else: Purpose in life as a mediator of adjustment after spinal cord injury, in: *Rehabilitation Psychology*, 48 (2), 2003, 100-108.
- Thompson, Suzanne C.: Finding positive meaning in a stressful event and coping, in: *Basic and Applied Social Psychology*, 6 (4), 1985, 279-295.
- Thompson, Suzanne C.: The search for meaning following a stroke, in: *Basic and Applied Social Psychology*, 12 (1), 1991, 81-96.
- Thompson, Suzanne C. / Janigian, Aris S.: Life schemes: A framework for understanding the search for meaning, in: *Journal of Social and Clinical Psychology*, 7 (2-3), 1988, 260-280.
- Thurstone, Louis L.: *Multiple factor analysis*, Chicago, IL, 1947.
- Tillich, Paul: *Wesen und Wandel des Glaubens*, Frankfurt am Main, 1961.
- Tirier, Ursula: Ja zum Leben auch angesichts seiner Endlichkeit? Logotherapeutische Aspekte in der Betreuung onkologischer Patienten, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 8 (2), 2000, 198-207.
- Titze, Michael: Frankl und die Individualpsychologie. Anmerkungen zur Konvergenz zweier Wiener Schulen der Psychotherapie, in: Längle, Alfred (Hrsg.): *Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe*, München, 1985, 34-54.

- Titze, Michael: Einige Anmerkungen zum Paradigmenwechsel in der Psychotherapie. Der Beitrag der Logotherapie zur Konstituierung einer Kognitiven Therapie, in: Längle, Alfred (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 22-39.
- Tomich, Patricia L. / Helgeson, Vicki S.: Five years later: A cross-sectional comparison of breast cancer survivors with healthy women, in: *Psycho-Oncology*, 11 (2), 2002, 154-169.
- Tourangeau, Roger / Rasinski, Kenneth A.: Cognitive processes underlying context effects in attitude measurement, in: *Psychological Bulletin*, 103 (3), 1989, 299-314.
- Troschke, Jürgen von: Sinnvoll leben trotz Krankheit, in: Kurz, Wolfram / Klosinski, Gunther (Hrsg.): *Sinn in Zeiten der Resignation*, Tübingen u.a., 2006, 155-184.
- Tugade, Michele M. / Fredrickson, Barbara L. / Feldman Barrett, Lisa: Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health, in: *Journal of Personality*, 72 (6), 2004, 1161-1190.
- Tukey, John W.: *Exploratory Data Analysis*, Reading, MA, 1977.
- Turner, Ralph M. / Ascher, L. Michael (Hrsg.): *Evaluating behavior outcome*, New York, 1985.
- Tweedie, Donald F., jr.: *The Christian and the couch: An introduction to Christian logotherapy*, Grand Rapids, MI, 1963.
- Tweedie, Donald F., jr.: *Logotherapy and the Christian faith: An evaluation of Frankl's existential approach to psychotherapy*, Grand Rapids, MI, 1972.
- Ullrich, Rüdiger / Muynck, Rita de: *Einübung von Selbstvertrauen und sozialer Kompetenz, Anleitung für den Therapeuten, I. Diagnose und Therapie sozialer Störungen. Das Assertiveness-Training-Programm ATP*, München, 1997.
- Ungersma, Aaron J.: *The search for meaning. A new approach in Psychotherapy and Pastoral Psychology*, Philadelphia, 1961.
- Vesely, Franz / Fizzotti, Eugenio: *Internationale Bibliographie der Logotherapie und Existenzanalyse*, Internationales Dokumentationszentrum für Logotherapie und Existenzanalyse (<http://www.viktorfrankl.org>), Wien, 2005.
- Viswesvaran, Chockalingam / Ones, Deniz S.: Meta-analysis of fakability estimates: Implications for personality measurement, in: *Educational and Psychological Measurement*, 59 (2), 1999, 197-210.

- Vogelmann, Elisabeth: *Sinnorientierung im Rahmen des Personalmanagements: Ein Beitrag unter logotherapeutischen Gesichtspunkten*, Berlin, 2008.
- Wagnild, Gail M.: *The Resilience Scale user's guide for the US English version of the Resilience Scale and the 14-item scale*, The Resilience Center, Worden, MT, 2009.
- Wagnild, Gail M. / Young, Heather M.: Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale, in: *Journal of Nursing Measurement*, 1 (2), 1993, 165-178.
- Wainer, Howard / Braun, Henry I. (Hrsg.): *Test validity*, New York, 1988.
- Walsh, W. Bruce (Hrsg.): *Counseling psychology and optimal human functioning*, Mahwah, NJ, 2003.
- Wasser, Harald: *Sinn – Erfahrung – Subjektivität. Eine Untersuchung zur Evolution von Semantiken in der Systemtheorie, der Psychoanalyse und dem Szientismus*, Würzburg, 1995.
- Watzlawick, Paul / Hemlick Beavin, Janet / Jackson, Don D.: *Pragmatics of human communication: A study of interactional patterns, pathologies and paradoxes*, New York, 1967.
- Wawrytko, Sandra A. (Hrsg.): *Analecta Frankliana: The proceedings of the First World Congress of Logotherapy*, Berkeley, CA, 1980.
- Weeks, Gerald R. (Hrsg.): *Promoting change through paradoxical therapy*, Homewood, IL, 1985.
- Weiner-Regan, Judith / Brehm, Jack W.: Konsequenzen eingeschränkter Entscheidungsfreiheit am Beispiel des Kaufverhaltens, in: Koch, Jens J. (Hrsg.): *Sozialer Einfluß und Konformität*, Weinheim, 1977, 140-149.
- Weinman, John / Wright, Stephen / Johnston, Marie (Hrsg.): *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs*, Windsor, UK, 1995.
- Weinstein, Lawrence / Cleanthous, Charalambos C.: A comparison of protestant ministers and parishioners on expressed purpose in life and intrinsic religious motivation, in: *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 33 (1), 1996, 26-29.
- Weinstein, Lawrence / Xie, Xiaolin / Cleanthous, Charalambos C.: Purpose in life, boredom, and volunteerism in a group of retirees, in: *Psychological Reports*, 76, 1995, 482.
- Weisskopf-Joelson, Edith: Logotherapy: Science or faith? In: *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 12(3), 1975, 238-240.

- Weizsäcker, Carl Friedrich von: *Aufbau der Physik*, 1985.
- Welter-Enderlin, Rosmarie / Hildenbrand, Bruno (Hrsg.): *Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände*, 4. Aufl., Heidelberg, 2012.
- Werfel, Franz: *Der veruntreute Himmel. Die Geschichte einer Magd*, Roman, 1994.
- Werner, Emmy E.: Risk, resilience and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study, in: *Development and Psychopathology*, 5 (4), 1993, 503-515.
- Werner, Emmy E.: *Lessons from the lives of individuals who thrived despite adversity. Vortrag, gehalten auf dem Kongress "Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände"*, Zürich, 2005.
- Werner, Emmy E.: Entwicklung zwischen Risiko und Resilienz, in: Opp, Günther / Fingerle, Michael (Hrsg.): *Was Kinder stärkt: Erziehung zwischen Risiko und Resilienz*, 3. Aufl., München, 2008, 25-36.
- Werner, Emmy E. / Smith, Ruth S.: *Vulnerable but invincible. A longitudinal study of resilient children and youth*, New York, 1982.
- Whiddon, Michael F.: Logotherapy in prison, in: *International Forum for Logotherapy*, 6 (1), 1983, 34-39.
- Wicki, Beda: *Die Theorie von Viktor Frankl als Beitrag zu einer anthropologisch fundierten Pädagogik*, Bern, 1981.
- Wicki, Beda: Erziehung im Spannungsfeld von Intention und Wirkung, in: Längle, Alfried (Hrsg.): *Wege zum Sinn. Logotherapie als Orientierungshilfe*, München, 1985, 168-185.
- Wicki, Beda: Das Kind als Person, in: Längle, Alfried (Hrsg.): *Entscheidung zum Sein. Viktor E. Frankls Logotherapie in der Praxis*, München, 1988, 191-213.
- Wicklund, Robert A.: *Freedom and reactance*, New York, 1974.
- Widaman, Keith F.: Common factor analysis versus principal component analysis: Differential bias in representing model parameters? In: *Multivariate Behavioral Research*, 28 (3), 1993, 263-311.
- Wiebe, Deborah J. / McCallum, Debra M.: Health practices and hardiness as mediators in the stress-illness relationship, in: *Health Psychology*, 5 (5), 1986, 425-438.
- Wiesmeyr, Otmar / Batthyáni, Alexander (Hrsg.): *Sinn und Person. Ausgewählte Beiträge zu Logotherapie und Existenzanalyse*, Weinheim u.a., 2006.

- 
- Wiggins, Jerry S.: *Personality and prediction: Principles of personality assessment*, Reading, MA, 1973.
- Wilber, Ken: *Eros, Kosmos, Logos. Eine Vision an der Schwelle zum nächsten Jahrtausend*, Frankfurt am Main, 1996.
- Willi, Jürg: *Ökologische Psychotherapie*, Göttingen, 1996.
- Willis, Gordon B.: *Cognitive Interviewing. A tool for improving questionnaire design*, Thousand Oaks, 2005.
- Wilson, Mark: *Constructing measures. An item response modeling approach*, Mahwah, NJ, 2005.
- Wink, Paul / Donahue, Karen: The relation between two types of narcissism and boredom, in: *Journal of Research in Personality*, 31 (1), 1997, 136-140.
- Wirtz, Ursula / Zöbeli, Jörg: *Hunger nach Sinn. Menschen in Grenzsituationen, Grenzen der Psychotherapie*, Zürich, 1995.
- Wohllaib, Eva: *Ein Vergleich zwischen dem Hardiness-Persönlichkeitstyp nach Kobasa und dem Einsatz personaler Ressourcen nach Frankl sowie deren Zusammenhang zum subjektiven Wohlbefinden*, Abschlussarbeit der GLE, Wien, 1996.
- Wong, Paul T.P.: Implicit theories of meaningful life and the development of the Personal Meaning Profile, in: Wong, Paul T.P. / Fry, Pem S. (Hrsg.): *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications*, Mahwah, NJ, 1998, 111-140 (zit. 1998a).
- Wong, Paul T.P.: Meaning-centered counseling, in: Wong, Paul T.P. / Fry, Pem S. (Hrsg.): *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications*, Mahwah, NJ, 1998, 395-435 (zit. 1998b).
- Wong, Paul T.P. / Fry, Pem S. (Hrsg.): *The human quest for meaning. A handbook of psychological research and clinical applications*, Mahwah, NJ, 1998.
- Wortman, Camille B. / Brehm, Jack W.: Responses to uncontrollable outcomes: An integration of reactance theory and the learned helplessness model, in: Berkowitz, Leonard E. (Hrsg.): *Advances in experimental social psychology*, 8, New York, 1975, 277-336.
- Wurst, Elisabeth / Maslo, Ruth: Seelische Gesundheit – Personalität – Existenzialität. Ein empirischer Beitrag aus existenzanalytischer Sicht, in: *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie*, 44 (2), 1996, 200-212.

- Wustmann, Corinna: *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*, Weinheim, 2004.
- Wydler, Hans / Kolip, Petra / Abel, Thomas (Hrsg.): *Salutogenese und Kohärenzgefühl. Grundlagen, Empirie und Praxis eines gesundheitswissenschaftlichen Konzeptes*, 2. Aufl., 2002.
- Wyer, Robert S., jr. (Hrsg.): *Perspectives on behavioral self-regulation. Advances in social cognition*, Vol. 12, 1999.
- Yalom, Irvin D.: *Der Panama-Hut oder Was einen guten Therapeuten ausmacht*, 4. Aufl., München, 2010 (zit. 2010a).
- Yalom, Irvin D.: *Existenzielle Psychotherapie*, 5. Aufl., Bergisch Gladbach, 2010 (zit. 2010b).
- Yarnell, Thomas: Validation of the seeking of noetic goals test with schizophrenic and normal subjects, in: *Psychological Reports*, 30, 1972, 79-82.
- Zanna, Mark P. (Hrsg.): *Advances in experimental social psychology*, 25, Orlando, FL, 1992.
- Zebrack, Brad J. / Chesler, Mark A.: Quality of life in childhood cancer survivors, in: *Psycho-Oncology*, 11 (2), 2002, 132-141.
- Zerssen, Detlev von: *Depressivitäts-Skala. Manual*, Weinheim, 1976.
- Ziegler, Matthias / Schmidt-Atzert, Lothar / Bühner, Markus / Krumm, Stefan: Fakability of different measurement methods for achievement motivation: Questionnaire, semi-projective, and objective, in: *Psychology Science Quarterly*, 49 (4), 2007, 291-307.
- Zika, Sheryl / Chamberlain, Kerry: Relation of hassles and personality to subjective well-being, in: *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (1), 1987, 155-162.
- Zika, Sheryl / Chamberlain, Kerry: On the relation between meaning in life and psychological well-being, in: *British Journal of Psychology*, 83 (1), 1992, 133-145.
- Zsok, Otto: *Zustimmung zum Leiden? Logotherapeutische Ansätze*, St. Ottilien, 1995.
- Zsok, Otto: Hedwig Raskob, Die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls. Systematisch und kritisch – Rezension, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 13 (1), 2005, 142-148.

Zsok, Otto: Das psychologische und das geistige Ich. Über das Psychische und das Geistige im Menschen, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 15 (15), 2007, 59-73.

Zsok, Otto: Das geistig „Unbewusste“ oder geistig „Unterbewusste“? Kritischer Versuch, das Gemeinte adäquat auszudrücken, in: *Existenz und Logos. Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie – Beratung – Bildung*, 17 (17), 2009, 49-73.

## 7 Darstellungsverzeichnis

Im Folgenden sind alle im Gesamtdokument enthaltenen Abbildungen und Tabellen aufgeführt.

### 7.1 Abbildungen

#### 7.1.1. Abbildungen im Text

	Seite
Abbildung 1: Grobstruktur dieser Arbeit	13
Abbildung 2: Die ontologische Struktur des menschlichen Wesens in der Logotherapie und Existenzanalyse: Dreidimensionale Kombination aus Schichten- und Stufenbau	44
Abbildung 3: Sich widersprechende Abbilder durch Projektion eines Körpers in eine niedrigere Ebene	48
Abbildung 4: Identische Abbilder durch Projektion verschiedener Körper in eine niedrigere Ebene	50
Abbildung 5: Der Fluss der Zeit vom Möglichen zum Wirklichen	75
Abbildung 6: Differenzierung zwischen Faktizität und Existenz	77
Abbildung 7: Geistige Reifung im Zusammenhang mit Freiheit und Verantwortung nach Elisabeth Lukas	95
Abbildung 8: Das Gewissen als „Werte-Filter“	103

---

Abbildung 9:	Überlegenheit der Einstellungswerte aufgrund dimensionaler Differenz	107
Abbildung 10:	Die Aktualisierung der Trotzmacht des Geistes: Persönliche Reifung durch Überwindung von Sinnbarrieren	115
Abbildung 11:	Die Aktualisierung der Trotzmacht des Geistes im konkreten Beispiel: Überwindung von Angst und Verwirklichung eines Erlebniswertes	119
Abbildung 12:	Rechte Passivität als Weg zur individuellen Sinnverwirklichung	124
Abbildung 13:	Die Trotzmacht des Geistes im Rahmen der Sinnsuche und -findung	152
Abbildung 14:	Personale und situative Komponenten der Trotzmacht des Geistes und die Reifungsschleife	157
Abbildung 15:	Willenskraft und Widerstandsfähigkeit in verschiedenen Dimensionen	159
Abbildung 16:	Das nomologische Netzwerk der Trotzmacht des Geistes	193
Abbildung 17:	Leben im Widerspruch zu persönlichen Werten: Sinn ist unerreichbar	198
Abbildung 18:	„Erlernete Sinnlosigkeit“ als sich selbst stabilisierender Zyklus	200
Abbildung 19:	Die Theorie der „erlernten Sinnlosigkeit“	202
Abbildung 20:	SININDEX-Verteilung im Pretest ( $N = 128$ )	235
Abbildung 21:	SININDEX-Verteilung in der Itemanalyse ( $N = 321$ )	243
Abbildung 22:	Itemanalyse – SININDEX-Boxplot ( $N = 321$ )	244

---

Abbildung 23:	TdG-Faktorenextraktion: Eigenwertdiagramm	251
Abbildung 24:	Vierfaktorielle Struktur der Trotzmacht des Geistes	255
Abbildung 25:	Auswahl zweier Konstrukte aus dem nomologischen Netzwerk der Trotzmacht des Geistes im Rahmen der konvergenten Validierung	271
Abbildung 26:	Streudiagramm LeBe-Skalen „Sinnerfüllung“ und „Sinnkrise“ (N = 321)	280
Abbildung 27:	Trotzmacht-Ausprägung in Abhängigkeit der Gruppenzugehörigkeit	290
Abbildung 28:	Ausprägung der faktorenanalytisch identifizierten Trotzmacht-Aspekte bei den vier Extrem-Untergruppen im Vergleich zur Normalstichprobe	293
Abbildung 29:	Das individuelle TdG-Ergebnis als Grundlage für Trotzmacht-Förderung und Vermeidung / Reduktion „erlernter Sinnlosigkeit“	311

## 7.1.2 Abbildungen im Anhang

	Seite
Abbildung A-1: Experten-Fragebogen	391
Abbildung B-1: Vorläufige TdG-Version für die Primärerhebung	400
Abbildung C-1: Item-Batterie für die Itemanalyse	411
Abbildung C-2: Itemanalyse-Stichprobe nach Alter und Geschlecht ( $N = 321$ )	421
Abbildung C-3: TdG-Subskala „Selbstgestaltung“ – Testwertverteilung ( $N = 321$ )	425
Abbildung C-4: TdG-Subskala „Lebensgestaltung“ – Testwertverteilung ( $N = 321$ )	426
Abbildung C-5: TdG-Subskala „Selbstbestimmung“ – Testwertverteilung ( $N = 321$ )	427
Abbildung C-6: TdG-Subskala „Lebensmut“ – Testwertverteilung ( $N = 321$ )	428
Abbildung D-1: TdG-Endversion	429
Abbildung F-1: Resilienz-Kurzskala „RS-13“ von Karena Leppert et al., 2008	434
Abbildung F-2: LeBe-Skala „Sinnerfüllung“ – Testwertverteilung ( $N = 321$ )	435
Abbildung F-3: LeBe-Skala „Sinnkrise“ – Testwertverteilung ( $N = 321$ )	436
Abbildung F-4: RS-13 – Testwertverteilung ( $N = 321$ )	437
Abbildung F-5: SWE – Testwertverteilung ( $N = 321$ )	438

Abbildung G-1: Kontaktierte Sportvereine zur Akquise zweier Extremgruppen	441
Abbildung G-2: SININDEX-Verteilung in der Normalstichprobe ( $N = 321$ )	448
Abbildung G-3: SININDEX-Verteilung in der Extremgruppe 1 – Basketball ( $N = 152$ )	449
Abbildung G-4: SININDEX-Verteilung in der Extremgruppe 1 – Rugby ( $N = 178$ )	450
Abbildung G-5: SININDEX-Verteilung in der Extremgruppe 2 – Basketball ( $N = 114$ )	451
Abbildung G-6: SININDEX-Verteilung in der Extremgruppe 2 – Rugby ( $N = 58$ )	452

## 7.2 Tabellen

### 7.2.1 Tabellen im Text

	Seite
Tabelle 1: Die Trotzmacht des Geistes und verwandte Konstrukte im Vergleich	195
Tabelle 2: SININDEX – Tests auf Normalverteilung im Pretest ( $N = 128$ )	236
Tabelle 3: Items der endgültigen TdG-Version – Deskriptive Statistiken	247
Tabelle 4: Iteminterkorrelation der endgültigen TdG-Version	248
Tabelle 5: Hauptachsenanalyse – Mustermatrix nach Extraktion von vier Faktoren und obliquer Rotation mit Promax	252
Tabelle 6: TdG-Faktoren – Statistische Kennwerte	257
Tabelle 7: TdG-Faktoren und soziodemografische Variablen – Korrelationen	258
Tabelle 8: Konstruktvalidierung – Statistische Kennwerte der verwendeten Skalen	278
Tabelle 9: Konstruktvalidierung – Korrelationen zwischen TdG und allen anderen Skalen	278
Tabelle 10: Kriteriumsvalidierung – SININDEX-Statistiken aller Stichproben	289
Tabelle 11: SININDEX – Gesamtsignifikanz der Stichproben-Unterschiede	291
Tabelle 12: SININDEX – Homogene Untergruppen	291
Tabelle 13: Testwerte der Stichproben bezogen auf die Trotzmacht-Faktoren	292

---

## 7.2.2 Tabellen im Anhang

	Seite
Tabelle B-1: Soziodemografische Zusammensetzung der Primärerhebung-Stichprobe ( $N = 128$ )	407
Tabelle B-2: Primärerhebung – Deskriptive Item-Statistiken	409
Tabelle C-1: Soziodemografische Zusammensetzung der Itemanalyse-Stichprobe ( $N = 321$ )	419
Tabelle C-2: Itemanalyse – Deskriptive Item-Statistiken	422
Tabelle C-3: Hauptachsenanalyse – Kommunalitäten vor und nach der Faktorenextraktion	423
Tabelle C-4: Hauptachsenanalyse – Strukturmatrix nach Extraktion von vier Faktoren und obliquen Rotation mit Promax	424
Tabelle E-1: Retest – Statistiken der Testungen 1 und 2 für den TdG-Gesamtwert und die vier Subskalen ( $N = 234$ )	433
Tabelle F-1: Soziodemografische Zusammensetzung der Sinn-Typen	439
Tabelle G-1: Soziodemografische Zusammensetzung zweier Extremgruppen ( $N = 502$ )	446

## 8 Anhang

### Anhang A: Expertenbefragung

Abbildung A-1: Experten-Fragebogen

Lieber „Experte“ / liebe „Expertin“,

im Rahmen meiner Promotion am Department Psychologie der LMU München möchte ich ein Fragebogenverfahren zur Erfassung der „Trotzmacht des Geistes“ nach Viktor E. Frankl entwickeln und erproben.

Mit dem neuen Instrument sollen interindividuelle Unterschiede in der Ausprägung der Troztmacht des Geistes erhoben werden, als Grundlage für die Förderung der Troztmacht im Rahmen der Unterstützung individueller Sinnfindungsprozesse.

Basierend auf detaillierter Literaturlauswertung, insbesondere allen mir zugänglichen Ausführungen Frankls zum „Konzept“ der Troztmacht, habe ich die unten stehenden Merkmalsfacetten und Items formuliert. Unter Anwendung der Methoden des Kognitiven Vortestens / lauten Denkens, der retrospektiven Befragung sowie Debriefings wurden die Items bereits erprobt und mehrmals nach inhaltlich-semantischen, sprachlichen und psychologischen Aspekten überarbeitet. Angestrebt ist ein Fragebogen mit 20-30 Items, als Antwortformat ist eine 4-stufige Likert-Skala geplant. Die Zielgruppe ist Erwachsene.

Ich würde mich sehr freuen, von Ihrem Fachwissen und Ihrer Expertise profitieren zu dürfen. Für Ihre Unterstützung insbesondere in Form der Beurteilung der unten aufgeführten Statements bin ich sehr dankbar.

Bitte schreiben Sie direkt in dieses Dokument und senden Sie es an ...

Herzlichen Dank im Voraus für Ihre Mühe.

Anja Paul

**Merkmalsfacetten:**

A Trotz gegen innere – psychische und physische – Bedingungen

- (1) Emotionen
- (2) Bedürfnisse
- (3) Defizite / Schwächen

B Trotz gegen äußere Bedingungen

- (1) Sozial-gesellschaftliche Einschränkungen
- (2) Nicht-veränderbare Extremsituationen

Wie gut bilden diese Aspekte die Trotzmacht des Geistes ab?

Welche alternativen Teilaspekte hätten Sie ggf. gewählt? Welche fehlen Ihres Erachtens?

**Items:**

Bitte beurteilen Sie jedes Statement durch Ankreuzen jeweils eines Kästchens im Hinblick auf seine Eignung zur Erfassung der Trotzmacht des Geistes. Eine Erläuterung Ihrer Einschätzung im darunter stehenden Freitextfeld wäre sehr hilfreich.

Mit (+) markierte Items sind positiv gepolt: Eine Zustimmung zur Aussage ist kennzeichnend für hohe Ausprägung der Trotzmacht des Geistes. Bei negativ gepolten, mit (-) versehenen Items ist es umgekehrt: Ablehnung weist hier auf hohe Trotzmacht hin.

- 
1. Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
2. Ich kann stärker sein als meine Angst. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
3. Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir zu machen. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
4. Auf meinen Charakter habe ich keinen Einfluss. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
5. Sogar fast unerträgliche Lebenssituationen haben einen Sinn. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
6. Starken Trieben gegenüber bin ich machtlos. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
7. Ich verlange mir selbst im Leben etwas ab. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
8. Ob ich willensstark bin, kann ich selbst frei entscheiden. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
9. Wer schüchtern ist, muss sich damit abfinden. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:

10. Ich kann meinen inneren Schweinehund besiegen. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
11. Der Spruch „Man muss nur wollen!“ ist Unsinn. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
12. Gegen eigene Trägheit kann man nichts machen. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
13. Es bringt nichts, sich gegen psychische Probleme aufzulehnen. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
14. Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
15. Gefühle können mich nur dann negativ beeinflussen, wenn ich es zulasse. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
16. Ich kann über mich selbst hinauswachsen. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
17. Ob ich mein Leben sinnvoll gestalten kann, hängt von den Umständen ab. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
18. Egal, was in meiner Erziehung schief gelaufen ist – ich selbst entscheide, wie ich bin.  
(+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:

- 
19. Meine eigenen Grenzen kann ich nicht überwinden. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
20. Selbst auf dem Sterbebett ist die innere Haltung das Wichtigste. (+)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
21. Es ist eine Illusion, dass ich selbst Gestalter/in meines Lebens bin. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
22. Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden. (+)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
23. Ohne musikalisches Talent kann man kein Instrument erlernen. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
24. Was ich aus meinem Leben machen kann, hängt davon ab, wie viel Geld ich habe. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
25. Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern. (+)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
26. Ich tue nichts, wovor ich Angst habe. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
27. Ich bin selbst dafür verantwortlich, ob ich wütend werde. (+)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:

28. Wenn mir alles weh tut, kann es keinen Grund für Humor geben. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
29. Ich brauche mir selbst nichts abzufordern, das Leben ist fordernd genug. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
30. Wenn ich entmutigt bin, mache ich trotzdem weiter. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
31. Entbehrungen kann ich ertragen. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
32. Schlechte Startbedingungen ins Leben kann man später nicht mehr aufholen. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
33. Bestimmte Gewohnheiten kann ich nicht mehr aufgeben, selbst wenn ich es wollte. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
34. Wäre ich unheilbar krank, brächte eine positive Lebenseinstellung nichts mehr. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
35. Habe ich ein Ziel vor Augen, halten mich Widerstände nicht auf. (+)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:
36. Dem Schicksal muss ich mich fügen. (-)  
 sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet  
Begründung/Hinweis:

37. Ein Körperbehinderter tut sich keinen Gefallen damit, sportliche Leistungen vollbringen zu wollen. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
38. Gesellschaftlichen Ungerechtigkeiten gegenüber bin ich ohnmächtig. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
39. Auch wenn man todkrank ist, kann man noch menschliche Größe zeigen. (+)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
40. Ich bin ein/e Kämpfer/in. (+)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
41. Stimmungen können mich nur dann beeinflussen, wenn ich es zulasse. (+)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
42. Wie erfolgreich eine/r werden kann, hängt davon ab, aus welcher sozialen Schicht er/sie kommt. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
43. Ein/e gute/r Sportler/in kann nur werden, wer schon als Kind gefördert wurde. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
44. Wenn ich wochenlang krank bin, kann ich keine gute Laune mehr haben. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:
45. Einen Gefängnisaufenthalt kann man nicht sinnvoll gestalten. (-)
- sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet
- Begründung/Hinweis:

46. Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

47. Verlöre ich bei einem Unfall ein Bein, würde ich auch den Lebensmut verlieren. (-)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

48. Ist eine Sache völlig aussichtslos, ändert die eigene Haltung auch nichts. (-)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

49. Ich kann mich selbst verändern. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

50. Ich kann ein richtiger Trotzkopf sein. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

51. Wer ich bin, ist meine eigene Entscheidung. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

52. Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

53. Selbst starkem Verlangen kann ich widerstehen, wenn ich das wirklich will. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

54. Bei Schmerzen verlange ich von mir, durch Tapferkeit ein Vorbild zu sein. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

55. Ob ich mich über etwas ärgere, liegt in meiner Entscheidungsgewalt. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

56. Ich nehme auch schwere Wege auf mich. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

57. Schmerzen bei einem Marathon halten mich nicht davon ab weiter zu machen. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

58. Eine schlimme Kindheit beeinträchtigt einen Erwachsenen nur so stark, wie er es zulässt. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

59. Selbst wenn es einem elend geht, kann man sich noch zu einer positiven Grundhaltung zum Leben durchringen. (+)

sehr gut geeignet     geeignet     eher nicht geeignet     ungeeignet

Begründung/Hinweis:

Gibt es Items, die fehlen / Aspekte der Trotzmacht, die nicht „abgedeckt“ sind?

Haben Sie allgemeine Hinweise/Empfehlungen für mich?

Welche Person(en) wäre(n) aus Ihrer Sicht ebenfalls als „Experte(n)“ geeignet?

Nochmals besten Dank!

Anja Paul

## Anhang B: Primärerhebung

### Abbildung B-1: Vorläufige TdG-Version für die Primärerhebung

Liebe/r Testteilnehmer/in,

im Rahmen einer Promotion am Department Psychologie der Ludwig-Maximilians-Universität München soll ein neuer Fragebogen entwickelt werden. Vielen Dank für Ihre Mitwirkung an dieser Studie! Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass die Befragung absolut vertraulich und anonym durchgeführt wird und die Daten nicht an dritte Personen weitergegeben werden.

Bitte gehen Sie wie folgt vor:

Kreuzen Sie spontan unter jeder der unten stehenden Aussagen das Kästchen an, das für Sie persönlich zutrifft. Bitte wählen Sie jedes Mal nur eines der Kästchen von „trifft völlig zu“ bis „trifft überhaupt nicht zu“ aus. Das letzte Kästchen „weiß nicht“ soll nur dann angekreuzt werden, wenn Sie wirklich zu keinem Ergebnis kommen.

Die Bearbeitung wird ca. 15 bis 20 Minuten Ihrer Zeit in Anspruch nehmen. Bitte füllen Sie den Fragebogen alleine aus. Zudem bitten wir Sie, bei allen Aussagen ein Kreuz zu machen und den Fragebogen vollständig bis zum Ende durchzuarbeiten.

Bitte beginnen Sie jetzt mit Aussage 1.

1. Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

2. Ich kann stärker sein als meine Angst.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

3. Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

4. Auf meinen Charakter habe ich keinen Einfluss.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

5. Sogar fast unerträgliche Lebenssituationen können einen Sinn haben.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

6. Starke Bedürfnisse gegenüber bin ich machtlos.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

7. Ich verlange mir selbst im Leben etwas ab.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

8. Wie willensstark ich bin, kann ich selbst entscheiden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

9. Wer schüchtern ist, muss sich damit abfinden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

10. Ich kann meinen inneren Schweinehund besiegen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

11. Den Spruch „Man muss nur wollen!“ finde ich gut.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

12. Gegen eigene Trägheit kann man nichts machen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

13. Es bringt nichts, sich gegen psychische Probleme aufzulehnen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

14. Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

15. Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

16. Gefühle können mein Verhalten nur dann beeinflussen, wenn ich es zulasse.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

17. Ich kann über mich selbst hinauswachsen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

18. Ob ich mein Leben sinnvoll gestalten kann, hängt von den Umständen ab.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

19. Egal, was in meiner Erziehung schief gelaufen ist – ich selbst entscheide, wie ich bin.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

20. Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit, eigene Grenzen zu überwinden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

21. Selbst auf dem Sterbebett ist die innere Haltung von Bedeutung.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

22. Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

23. Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

24. Ohne musikalisches Talent kann man kein Instrument erlernen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

25. Was ich aus meinem Leben machen kann, hängt davon ab, wie viel Geld ich habe.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

26. Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

27. Ich tue nichts, wovor ich Angst habe.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

28. Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

29. Wenn mir alles weh tut, kann es keinen Grund für Humor geben.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

30. Ich brauche mir selbst nichts abzufordern, das Leben ist fordernd genug.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

31. Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

32. Entbehrungen kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

33. Schlechte Startbedingungen ins Leben kann man später nicht mehr aufholen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

34. Bestimmte Gewohnheiten kann ich nicht mehr aufgeben, selbst wenn ich es wollte.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

35. Wäre ich unheilbar krank, bräuchte eine positive Lebenseinstellung auch nichts mehr.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

36. Habe ich ein Ziel vor Augen, halten mich Widerstände nicht auf.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

37. Dem Schicksal muss ich mich fügen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

38. Gesellschaftlichen Ungerechtigkeiten gegenüber bin ich ohnmächtig.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

39. Auch wenn das Schicksal zuschlägt, kann ich noch menschliche Größe zeigen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

40. Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

41. Ich bin ein/e Kämpfer/in.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

42. Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

43. Trotz schlimmer Kindheit kann man als Erwachsener ein sinnerfülltes Leben führen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

44. Selbst einen Gefängnisaufenthalt könnte ich durch meine innere Haltung noch sinnvoll gestalten.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

45. Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

46. Ist eine Sache völlig aussichtslos, ändert die eigene Haltung auch nichts.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

47. Wenn es darum geht, eine wichtige Aufgabe zu erfüllen, kann ich ein Trotzkopf sein.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

48. Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

49. Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

50. Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

51. Selbst starkem Verlangen kann ich widerstehen, wenn ich das wirklich will.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

52. Bei Schmerzen verlange ich von mir, durch Tapferkeit ein Vorbild zu sein.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

53. Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

54. Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

55. Selbst wenn es mir elend geht, kann ich mich noch zu einer positiven Grundhaltung zum Leben durchringen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

56. Ob der Urlaub schön wird, hängt nicht von mir ab, sondern von äußeren Umständen wie zum Beispiel zum Wetter.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

Bitte blättern Sie nun um und machen Sie noch einige Angaben zu Ihrer Person.

Wir möchten Sie bitten, dabei jeweils nur ein Kästchen anzukreuzen.

Alter: \_\_\_\_\_

Geschlecht:  männlich  weiblich

Aktueller Familienstatus:  verheiratet oder in einer festen Beziehung lebend  
 geschieden, verwitwet oder getrennt lebend  
 ledig und ohne festen Partner

Anzahl der Kinder: \_\_\_\_\_

Höchster Schulabschluss:  kein Abschluss  
 Volks-/Hauptschulabschluss  
 Abschluss der Polytechnischen Oberschule  
 Realschulabschluss / Mittlere Reife / „Realschule plus“  
 Abschluss Fachoberschule / Fachhochschulreife  
 Allg. / fachgebundene Hochschulreife / Abitur / Matura  
 Sonstiges, bitte nennen: \_\_\_\_\_

Abgeschlossene Berufsausbildung (Lehre) :  ja  nein

Höchster Bildungsabschluss:  Staatlich gepr.  Staatsexamen  
 Bachelor  Master  
 Diplom  Magister  
 Promotion  Habilitation

Derzeitige Tätigkeit / Beruf:  Schüler/in  in Ausbildung  
 Student/in  un-/angelernte/r Arbeiter/in  
 Facharbeiter/in  Meister/in  
 Angestellte/r  Selbständige/r  
 Beamte/r  Hausfrau/-mann  
 BFJ  Minijobber/in (400 Euro)  
 Freiwilligendienst  Rentner/in / Vorruhestand  
 arbeitssuchend  Sonstiges: \_\_\_\_\_

Sind sie gläubig?  ja  nein

Herzlichen Dank!

Tabelle B-1: Soziodemografische Zusammensetzung der Primärerhebung-Stichprobe  
(N = 128)

		Gesamt N = 128		Frauen N <sub>f</sub> = 67		Männer N <sub>m</sub> = 61	
		N	%	N <sub>f</sub>	%	N <sub>m</sub>	%
Altersgruppen	18-29 Jahre	36	28.1	20	29.8	16	26.2
	30-39 Jahre	21	16.4	14	20.9	7	11.5
	40-49 Jahre	34	26.6	15	22.4	19	31.1
	50-59 Jahre	15	11.7	10	14.9	5	8.2
	60-69 Jahre	11	8.6	3	4.5	8	13.1
	70-79 Jahre	7	5.5	3	4.5	4	6.5
	80-89 Jahre	4	3.1	2	3.0	2	3.3
Familienstatus	verheiratet / in fester Beziehung lebend	66	51.6	31	46.3	35	57.4
	geschieden / verwitwet / getrennt lebend	27	21.1	15	22.4	12	19.7
	ledig und ohne feste/n Partner/in	35	27.3	21	31.3	14	22.9
Anzahl der Kinder	0	65	50.8	41	61.2	24	39.3
	1	20	15.6	9	13.4	11	18.0
	2	29	22.6	10	14.9	19	31.1
	3	11	8.6	5	7.5	6	9.8
	4	2	1.6	1	1.5	1	1.6
	5	1	0.8	1	1.5	0	0.0
Höchster Schulabschluss	kein Abschluss	2	1.6	2	3.0	0	0.0
	Volk-/Hauptschulabschluss	14	10.9	7	10.4	7	11.5
	Polytechnische Oberschule	6	4.7	2	3.0	4	6.5
	Mittlere Reife / "Realschule plus"	26	20.3	14	20.9	12	19.7
	Fachhochschulreife	8	6.2	3	4.5	5	8.2
	Allgemeine Hochschulreife	72	56.2	39	58.2	33	54.1
	Sonstiges	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Abgeschlossene Berufsausbildung	ja	62	48.4	26	38.8	36	59.0
	nein	66	51.6	41	61.2	25	41.0

Fortsetzung der Tabelle auf der nächsten Seite

Fortsetzung Tabelle B-1

		Gesamt N = 128		Frauen N <sub>f</sub> = 67		Männer N <sub>m</sub> = 61	
		N	%	N <sub>f</sub>	%	N <sub>m</sub>	%
<b>Höchster Bildungsabschluss</b>	keiner	65	50.8	36	53.7	29	47.5
	Meister/in	3	2.3	0	0.0	3	4.9
	Staatlich geprüft	4	3.1	1	1.5	3	4.9
	Magister	2	1.6	1	1.5	1	1.6
	Bachelor	8	6.2	7	10.4	1	1.6
	Master	4	3.1	3	4.5	1	1.6
	Diplom	30	23.4	14	20.9	16	26.2
	Staatsexamen	5	3.9	2	3.0	3	4.9
	Promotion	5	3.9	2	3.0	3	4.9
	Habilitation	2	1.6	1	1.5	1	1.6
<b>Berufliche Tätigkeit</b>	Schüler/in	2	1.6	2	3.0	0	0.0
	in Ausbildung	4	3.1	3	4.5	1	1.6
	BFJ	2	1.6	0	0.0	2	3.3
	Freiwilligendienst	5	3.9	1	1.5	4	6.5
	Student/in	12	9.4	9	13.4	3	4.9
	un-/angeleimte/r Arbeiter/in	3	2.3	3	4.5	0	0.0
	Facharbeiter/in	7	5.5	2	3.0	5	8.2
	Meister/in	3	2.3	0	0.0	3	4.9
	Angestellte/r	31	24.2	13	19.4	18	29.5
	Selbständig	17	13.3	7	10.4	10	16.4
	Beamter / Beamtin	6	4.7	3	4.5	3	4.9
	Hausfrau/-mann	7	5.5	7	10.4	0	0.0
	Minijobber/in (400 Euro)	5	3.9	3	4.5	2	3.3
	Rentner/in / Vorruhestand	12	9.4	4	6.0	8	13.1
	arbeitsuchend	12	9.4	10	14.9	2	3.3
Sonstiges	0	0.0	0	0	0	0.0	
<b>Sind Sie gläubig?</b>	ja	81	63.3	44	65.7	37	60.6
	nein	47	36.7	23	34.3	24	39.3

Tabelle B-2: Primärerhebung – Deskriptive Item-Statistiken

Item-Nr.	Item	M	SD	Schiefef <sup>a</sup>	Exzess <sup>b</sup>	P	Korrigierte Item-Skala-Korrelation
1	Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.	1.80	1.109	-.449	- 1.142	60.2	.783
2	Ich kann stärker sein als meine Angst.	1.46	1.093	-.009	- 1.302	48.7	.712
3	Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.	1.77	1.021	-.432	- .903	59.1	.822
4	Auf meinen Charakter habe ich keinen Einfluss.	1.41	1.083	.151	- 1.245	46.9	-.637
5	Sogar fast unerträgliche Lebenssituationen können einen Sinn haben.	1.28	1.122	.273	- 1.306	42.7	.510
6	Starken Bedürfnissen gegenüber bin ich machtlos.	1.29	1.013	.315	- .975	43.0	-.760
7	Ich verlange mir selbst im Leben etwas ab.	1.73	1.025	-.274	- 1.053	57.5	.683
8	Wie willensstark ich bin, kann ich selbst entscheiden.	1.78	1.064	-.426	- 1.038	59.4	.686
9	Wer schüchtern ist, muss sich damit abfinden.	1.30	1.075	.309	- 1.152	43.2	-.748
10	Ich kann meinen inneren Schweinehund besiegen.	1.80	.975	-.409	- .793	59.9	.766
11	Den Spruch "Man muss nur wollen!" finde ich gut.	1.98	1.029	-.571	- .802	63.0	-.137
12	Gegen eigene Trägheit kann man nichts machen.	1.21	1.017	.431	- .896	40.4	-.791
13	Es bringt nichts, sich gegen psychische Probleme aufzulehnen.	1.14	1.114	.552	- 1.055	38.0	-.600
14	Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.	1.75	1.042	-.413	- .980	58.3	.796
15	Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.	1.84	1.063	-.464	- 1.018	61.2	.793
16	Gefühle können mein Verhalten nur dann beeinflussen, wenn ich es zulasse.	1.34	1.045	.256	- 1.099	44.5	.502
17	Ich kann über mich selbst hinauswachsen.	1.44	1.085	-.006	- 1.289	47.9	.708
18	Ob ich mein Leben sinnvoll gestalten kann, hängt von den Umständen ab.	1.39	1.044	.212	- 1.119	46.3	-.712
19	Egal, was in meiner Erziehung schief gelaufen ist - ich selbst entscheide, wie ich bin.	2.13	.882	-.964	.402	45.0	-.035
20	Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit, eigene Grenzen zu überwinden.	1.81	1.025	-.461	- .897	60.4	.743
21	Selbst auf dem Sterbebett ist die innere Haltung von Bedeutung	1.71	1.088	-.333	- 1.170	57.0	.606
22	Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.	1.86	.989	-.441	- .837	61.7	.827
23	Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.	1.80	1.089	-.440	- 1.099	59.9	.775
24	Ohne musikalisches Talent kann man kein Instrument erlernen.	1.72	1.087	-.022	- 1.278	50.5	-.699
25	Was ich aus meinem Leben machen kann, hängt davon ab, wie viel Geld ich habe.	1.27	1.054	.392	- 1.030	42.2	-.837
26	Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.	1.73	.994	-.403	- .839	57.5	.781

Fortsetzung der Tabelle auf der nächsten Seite

Fortsetzung Tabelle B-2

Item-Nr.	Item	M	SD	Schiefef <sup>a</sup>	Exzess <sup>b</sup>	P	Korrigierte Item-Skala-Korrelation
27	Ich tue nichts, wovor ich Angst habe.	0.98	.922	.644	-.425	32.8	.247
28	Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.	1.76	1.078	-.460	-1.035	58.6	.778
29	Wenn mir alles weh tut, kann es keinen Grund für Humor geben.	1.18	1.104	.456	-1.131	39.3	-.806
30	Ich brauche mir selbst nichts abzufodern, das Leben ist fordernd genug.	1.27	1.025	.363	-.971	42.5	-.772
31	Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.	1.73	1.031	-.453	-.907	57.8	.785
32	Entbehrungen kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.	1.81	1.078	-.461	-1.049	60.4	.720
33	Schlechte Startbedingungen ins Leben kann man später nicht mehr aufholen.	1.39	1.074	.173	-1.216	46.3	-.630
34	Bestimmte Gewohnheiten kann ich nicht mehr aufgeben, selbst wenn ich es wollte.	0.86	.839	1.002	.770	28.6	-.124
35	Wäre ich unheilbar krank, brächte eine positive Lebenseinstellung auch nichts mehr.	1.02	1.136	.721	-.935	33.8	-.697
36	Habe ich ein Ziel vor Augen, halten mich Widerstände nicht auf.	2.02	.851	-.575	-.260	67.1	-.204
37	Dem Schicksal muss ich mich fügen.	0.90	.850	.901	.466	29.9	-.013
38	Gesellschaftlichen Ungerechtigkeiten gegenüber bin ich ohnmächtig.	0.98	.891	.791	.055	32.5	.104
39	Auch wenn das Schicksal zuschlägt, kann ich noch menschliche Größe zeigen.	1.76	1.099	-.480	-1.075	58.6	.807
40	Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.	1.85	1.058	-.549	-.899	61.7	.756
41	Ich bin eine Kämpferin.	1.48	1.057	.002	-1.205	49.2	.680
42	Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.	1.77	1.054	-.419	-1.010	58.8	.801
43	Trotz schlimmer Kindheit kann man als Erwachsener ein sinnerfülltes Leben führen.	1.73	1.194	-.345	-1.418	57.8	.755
44	Selbst einen Gefängnisaufenthalt könnte ich durch meine innere Haltung noch sinnvoll gestalten.	1.97	1.086	-.798	-.647	65.6	.025
45	Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.	1.71	1.013	-.407	-.895	57.0	.690
46	Ist eine Sache völlig aussichtslos, ändert die eigene Haltung auch nichts.	1.30	1.159	.321	-1.353	43.2	-.690
47	Wenn es darum geht, eine wichtige Aufgabe zu erfüllen, kann ich ein Trotzkopf sein.	2.05	.881	-.739	-.073	68.5	-.180
48	Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.	1.75	.972	-.470	-.701	58.3	.747
49	Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.	2.18	.900	-1.023	.374	72.2	.452
50	Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.	2.16	.846	-.939	.492	71.9	.468
51	Selbst starkem Verlangen kann ich widerstehen, wenn ich das wirklich will.	1.75	1.087	-.383	-1.133	58.3	.737
52	Bei Schmerzen verlange ich von mir, durch Tapferkeit ein Vorbild zu sein.	1.55	.995	.012	-1.040	51.3	-.474
53	Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.	1.82	1.053	-.454	-.993	60.7	.728
54	Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.	1.75	1.027	-.410	-.939	58.3	.772
55	Selbst wenn es mir elend geht, kann ich mich noch zu einer positiven Grundhaltung zum Leben durchringen.	1.55	1.093	.005	-1.305	51.8	.630
56	Ob der Urlaub schön wird, hängt nicht von mir ab, sondern von äußeren Umständen wie zum Beispiel dem Wetter.	1.25	.996	.304	-.952	41.7	-.670

<sup>a</sup> Standardfehler: .214

<sup>b</sup> Standardfehler: .425

## Anhang C: Itemanalyse

Abbildung C-1: Item-Batterie für die Itemanalyse

Liebe/r Testteilnehmer/in,

im Rahmen einer Promotion am Department Psychologie der Ludwig-Maximilians-Universität München soll ein neuer Fragebogen entwickelt werden. Bereits an dieser Stelle vielen Dank für Ihre Bereitschaft zur Mitwirkung an dieser Studie! Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass die Befragung absolut vertraulich und anonym durchgeführt wird und die Daten nicht an dritte Personen weitergegeben werden.

Damit die Zuverlässigkeit des Fragebogens ermittelt werden kann, wird die Befragung in zwei Schritten durchgeführt: In 4 Wochen würden wir gerne erneut auf Sie zukommen mit der Bitte, dieselben Fragen noch einmal zu beantworten. Für den Erfolg der Studie ist es sehr wichtig, dass Sie an beiden Befragungen teilnehmen. Um Ihre Anonymität zu wahren, bitten wir Sie, sich ein Codewort auszudenken, das sie sich gut merken können.

Bitte tragen Sie Ihr Codewort hier ein: \_\_\_\_\_

und notieren Sie es sich sicherheitshalber für den Fall, dass sie es zwischenzeitlich vergessen sollten.

Gehen Sie nun wie folgt vor:

Kreuzen Sie spontan unter jeder der unten stehenden Aussagen das Kästchen an, das für Sie persönlich zutrifft. Bitte wählen Sie jedes Mal nur eines der Kästchen von „trifft völlig zu“ bis „trifft überhaupt nicht zu“ aus. Das letzte Kästchen „weiß nicht“ soll nur dann angekreuzt werden, wenn Sie wirklich zu keinem Ergebnis kommen.

Die Bearbeitung wird ca. 15 bis 20 Minuten Ihrer Zeit in Anspruch nehmen. Bitte füllen Sie den Fragebogen alleine aus. Zudem möchten wir Sie bitten, zu allen Aussagen ein Kreuz zu machen und den Fragebogen vollständig bis zum Ende durchzuarbeiten.

Bitte beginnen Sie jetzt mit Aussage 1.

1. Ich mag mich.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

2. Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

3. Für jedes Problem kann ich eine Lösung finden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

4. Mein Leben erscheint mir leer.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

5. Ich kann stärker sein als meine Angst.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

6. Wenn ich in einer schwierigen Situation bin, finde ich gewöhnlich einen Weg heraus.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

7. Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

8. Ich erlebe das, was ich tue, als bedeutungsvoll.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

9. Sogar fast unerträgliche Lebenssituationen können einen Sinn haben.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

10. Ich verlange mir selbst im Leben etwas ab.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

11. In unerwarteten Situationen weiß ich immer, wie ich mich verhalten soll.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

12. Wie willensstark ich bin, kann ich selbst entscheiden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

13. Normalerweise schaffe ich alles irgendwie.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

14. Was auch immer passiert, ich werde schon klarkommen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

15. Ich kann meinen inneren Schweinehund besiegen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

16. Ich stecke in einer Sinnkrise.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

17. Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

18. Ich nehme die Dinge wie sie kommen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

19. Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

20. Ich behalte an vielen Dingen Interesse.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

21. Gefühle können mein Verhalten nur dann beeinflussen, wenn ich es zulasse.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

22. Wenn sich Widerstände auftun, finde ich Mittel und Wege, mich durchzusetzen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

23. Mein Leben erscheint mir sinnlos.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

24. Ich kann über mich selbst hinauswachsen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

25. Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit, eigene Grenzen zu überwinden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

26. Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

27. Selbst auf dem Sterbebett ist die innere Haltung von Bedeutung.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

28. Es bereitet mir keine Schwierigkeiten, meine Absichten und Ziele zu verwirklichen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

29. Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

30. Ich habe ein erfülltes Leben.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

31. Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

32. Wenn ein Problem auftaucht, kann ich es aus eigener Kraft meistern.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

33. Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

34. Ich kann es akzeptieren, wenn mich nicht alle Leute mögen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

35. Wenn ich über den Sinn meines Lebens nachdenke, empfinde ich nur Leere.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

36. Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

37. Schwierigkeiten sehe ich gelassen entgegen, weil ich meinen Fähigkeiten immer vertrauen kann.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

38. Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

39. Ich glaube, mein Leben hat einen tieferen Sinn.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

40. Entbehrungen kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

41. Ich bin entschlossen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

42. Auch wenn das Schicksal zuschlägt, kann ich noch menschliche Größe zeigen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

43. Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

44. Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

45. Wenn eine neue Sache auf mich zukommt, weiß ich, wie ich damit umgehen kann.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

46. Ich leide darunter, dass ich in meinem Leben keinen Sinn entdecken kann.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

47. Ich bin ein/e Kämpfer/in.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

48. Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

49. Ich lasse mich nicht so schnell aus der Bahn werfen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

50. Trotz schlimmer Kindheit kann man als Erwachsener ein sinnerfülltes Leben führen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

51. Ich habe eine Lebensaufgabe.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

52. Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

53. Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

54. Die Lösung schwieriger Probleme gelingt mir immer, wenn ich mich darum bemühe.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

55. Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

56. Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

57. Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

58. Selbst starkem Verlangen kann ich widerstehen, wenn ich das wirklich will.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

59. Auch bei überraschenden Ereignissen glaube ich, dass ich gut mit ihnen zurechtkommen kann.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

60. Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

61. In mir steckt genügend Energie, um alles zu machen, was ich machen muss.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

62. Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

63. Ich fühle mich als Teil eines größeren Ganzen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

64. Selbst wenn es mir elend geht, kann ich mich noch zu einer positiven Grundhaltung zum Leben durchringen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

65. Ich kann mich auch überwinden, Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

Bitte blättern Sie nun um und machen Sie noch einige Angaben zu Ihrer Person.

Wir möchten Sie bitten, dabei jeweils nur ein Kästchen anzukreuzen.

Items 1, 6, 13, 18, 20, 26, 34, 41, 44, 49, 57, 61, 65:  
© 2008 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen

Items 4, 8, 16, 23, 30, 35, 39, 46, 51, 63:  
LEBE © Hogrefe GmbH & Co. KG, Göttingen

Alter: \_\_\_\_\_

Geschlecht:  männlich  weiblich

Aktueller Familienstatus:  verheiratet oder in einer festen Beziehung lebend  
 geschieden, verwitwet oder getrennt lebend  
 ledig und ohne festen Partner

Anzahl der Kinder: \_\_\_\_\_

Höchster Schulabschluss:  kein Abschluss  
 Volks-/Hauptschulabschluss  
 Abschluss der Polytechnischen Oberschule  
 Realschulabschluss / Mittlere Reife / „Realschule plus“  
 Abschluss Fachoberschule / Fachhochschulreife  
 Allg. / fachgebundene Hochschulreife / Abitur / Matura  
 Sonstiges, bitte nennen: \_\_\_\_\_

Abgeschlossene Berufsausbildung (Lehre) :  ja  nein

Höchster Bildungsabschluss:  Staatlich gepr.  Staatsexamen  
 Bachelor  Master  
 Diplom  Magister  
 Promotion  Habilitation

Derzeitige Tätigkeit / Beruf:  Schüler/in  in Ausbildung  
 Student/in  un-/angelernte/r Arbeiter/in  
 Facharbeiter/in  Meister/in  
 Angestellte/r  Selbständige/r  
 Beamte/r  Hausfrau/-mann  
 BFJ  Minijobber/in (400 Euro)  
 Freiwilligendienst  Rentner/in / Vorruhestand  
 arbeitssuchend  Sonstiges: \_\_\_\_\_

Sind sie gläubig?  ja  nein

Bitte senden Sie den Fragebogen bis zum \_\_\_\_\_ zurück. Herzlichen Dank!

Tabelle C-1: Soziodemografische Zusammensetzung der Itemanalyse-Stichprobe  
(N = 321)

		Gesamt N = 321		Frauen N <sub>f</sub> = 171		Männer N <sub>m</sub> = 150	
		N	%	N <sub>f</sub>	%	N <sub>m</sub>	%
<b>Altersgruppen</b>	18-25 Jahre	54	16.8	27	15.8	27	18.0
	26-35 Jahre	58	18.1	34	19.9	24	16.0
	36-45 Jahre	63	19.6	45	26.3	18	12.0
	46-55 Jahre	56	17.4	25	14.6	31	20.7
	56-65 Jahre	41	12.8	19	11.1	22	14.7
	66-75 Jahre	33	10.3	14	8.2	19	12.7
	76-88 Jahre	16	5.0	7	4.1	9	6.0
<b>Familienstatus</b>	verheiratet / in fester Beziehung lebend	207	64.5	105	61.4	102	68.0
	geschieden / verwitwet / getrennt lebend	54	16.8	34	19.9	20	13.3
	ledig und ohne feste/n Partner/in	60	18.7	32	18.7	28	18.7
<b>Anzahl der Kinder</b>	0	192	59.8	115	67.2	77	51.3
	1	60	18.7	30	17.5	30	20.0
	2	56	17.4	22	12.9	34	22.7
	3	9	2.8	2	1.2	7	4.7
	4	4	1.2	2	1.2	2	1.3
<b>Höchster Schulabschluss</b>	kein Abschluss	8	2.5	6	3.5	2	1.3
	Volks-/Hauptschulabschluss	23	7.2	11	6.4	12	8.0
	Polytechnische Oberschule	6	1.9	3	1.7	3	2.0
	Mittlere Reife / "Realschule plus"	81	25.2	46	26.9	35	23.3
	Fachhochschulreife	15	4.7	7	4.1	8	5.3
	Allgemeine Hochschulreife	188	58.6	98	57.3	90	60.0
	Sonstiges	0	0.0	0	0.0	0	0.0
<b>Abgeschlossene Berufsausbildung</b>	ja	118	36.8	57	33.3	61	40.7
	nein	203	63.2	114	66.7	89	59.3

Fortsetzung der Tabelle auf der nächsten Seite

Fortsetzung Tabelle C-1

		Gesamt N = 321		Frauen N <sub>f</sub> = 171		Männer N <sub>m</sub> = 150	
		N	%	N <sub>f</sub>	%	N <sub>m</sub>	%
<b>Höchster Bildungsabschluss</b>	keiner	139	43.3	77	45.0	62	41.3
	Meister/in	1	0.3	0	0.0	1	0.7
	Staatlich geprüft	10	3.1	4	2.3	6	4.0
	Magister	6	1.9	5	2.9	1	0.7
	Bachelor	27	8.4	18	10.5	9	6.0
	Master	11	3.4	4	2.3	7	4.7
	Diplom	97	30.2	47	27.5	50	33.3
	Staatsexamen	9	2.8	6	3.5	3	2.0
	Promotion	17	5.3	9	5.3	8	5.3
	Habilitation	4	1.2	1	0.6	3	2.0
<b>Berufliche Tätigkeit</b>	Schüler/in	4	1.2	2	1.2	2	1.3
	in Ausbildung	7	2.2	5	2.9	2	1.3
	BFJ	3	0.9	0	0.0	3	2.0
	Freiwilligendienst	2	0.6	1	0.6	1	0.7
	Student/in	36	11.2	22	12.9	14	9.3
	un-/angelemte/r Arbeiter/in	7	2.2	4	2.3	3	2.0
	Facharbeiter/in	14	4.4	3	1.7	11	7.3
	Meister/in	4	1.2	0	0.0	4	2.7
	Angestellte/r	128	39.9	70	40.9	58	38.7
	Selbständig	26	8.1	12	7.0	14	9.3
	Beamter / Beamtin	7	2.2	3	1.7	4	2.7
	Hausfrau/-mann	14	4.4	14	8.2	0	0.0
	Minijobber/in (400 Euro)	10	3.1	7	4.1	3	2.0
	Rentner/in / Vorruhestand	41	12.8	16	9.3	25	16.7
	arbeitssuchend	18	5.6	12	7.0	6	4.0
Sonstiges	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
<b>Sind Sie gläubig?</b>	ja	158	49.2	93	54.4	65	43.3
	nein	163	50.8	78	45.6	85	56.7

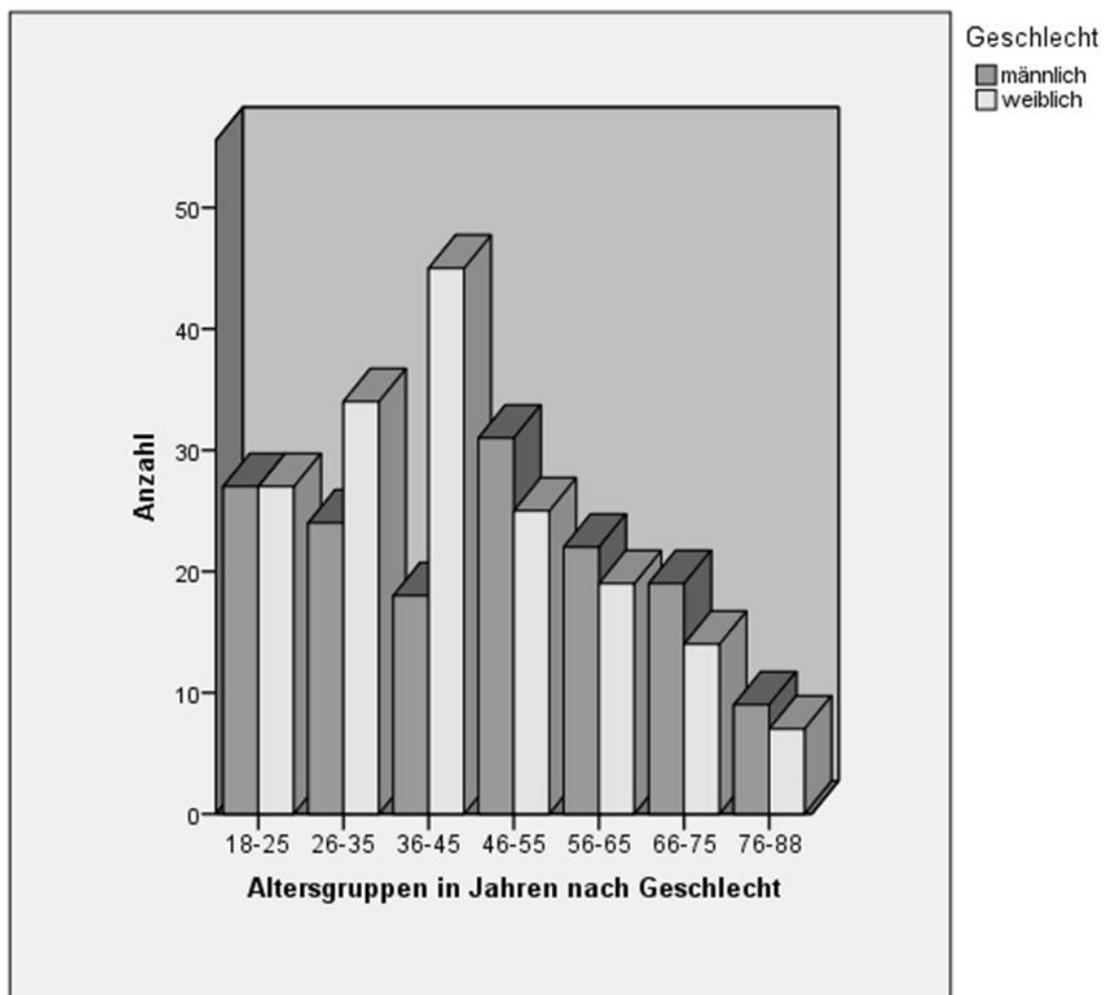
Abbildung C-2: Itemanalyse-Stichprobe nach Alter und Geschlecht ( $N = 321$ )

Tabelle C-2: Itemanalyse – Deskriptive Item-Statistiken

Item-Nr.	Item	M	SD	Schiefe <sup>a</sup>	Exzess <sup>b</sup>	P	Korigierte Item-Skala-Korrelation
1	Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.	2.19	.812	-.849	.298	72.9	.231
2	Ich kann stärker sein als meine Angst.	2.21	.802	-.951	.643	73.7	.022
3	Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.	2.09	.736	-.706	.688	69.6	.454
4	Sogar fast unerträgliche Lebenssituationen können einen Sinn haben.	2.11	.877	-.934	.357	70.2	.154
5	Ich verlange mir selbst im Leben etwas ab.	1.96	.958	-.751	-.293	65.2	.202
6	Wie willensstark ich bin, kann ich selbst entscheiden.	1.70	1.077	-.341	-1.138	56.8	.080
7	Ich kann meinen inneren Schweinehund besiegen.	1.84	.970	-.567	-.598	61.4	.073
8	Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.	2.02	.922	-.724	-.270	67.5	.347
9	Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.	1.94	.927	-.635	-.378	64.6	.119
10	Gefühle können mein Verhalten nur dann beeinflussen, wenn ich es zulasse.	1.67	1.068	-.255	-1.171	55.7	-.367
11	Ich kann über mich selbst hinauswachsen.	2.16	.755	-.749	.498	71.9	.542
12	Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit eigene Grenzen zu überwinden.	1.57	1.035	-.146	-1.129	52.2	.478
13	Selbst auf dem Sterbebett ist die innere Haltung von Bedeutung.	1.26	1.105	.301	-1.252	42.2	-.255
14	Ich bin selbst Gestalterin meines Lebens.	2.15	.803	-.855	.507	71.5	.519
15	Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.	2.16	.795	-.812	.394	71.9	.524
16	Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.	1.93	.956	-.585	-.570	64.2	.476
17	Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.	1.88	.936	-.515	-.576	62.6	.482
18	Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.	2.15	.775	-.746	.353	71.5	.514
19	Entbehrungen können mich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.	1.87	.959	-.547	-.603	62.3	.550
20	Auch wenn das Schicksal zuschlägt, kann ich noch menschliche Größe zeigen.	1.59	1.051	-.212	-1.148	53.0	.244
21	Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.	1.74	1.009	-.374	-.928	57.9	.344
22	Ich bin eine Kämpferin.	1.98	.963	-.708	-.425	66.1	-.010
23	Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.	1.78	1.020	-.371	-.981	59.4	.352
24	Trotz schlimmer Kindheit kann man als Erwachsener ein sinnerfülltes Leben führen.	1.74	1.111	-.376	-1.206	58.1	-.090
25	Wie sich Missverständnisse in meinem Leben auswirken, liegt an mir.	2.07	.895	-.766	-.121	68.9	.361
26	Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.	2.14	.804	-.877	.587	71.3	.512
27	Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.	2.08	.878	-.833	.115	69.5	.260
28	Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.	2.10	.882	-.856	.130	70.0	.130
29	Selbst starkem Verlangen kann ich widerstehen, wenn ich das wirklich will.	1.74	1.013	-.393	-.921	57.8	.387
30	Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.	1.81	.992	-.488	-.770	60.4	.212
31	Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.	1.64	1.000	-.197	-1.014	54.7	.470
32	Selbst wenn es mir elend geht, kann ich mich noch zu einer positiven Grundhaltung zum Leben durchringen.	1.62	1.045	-.173	-1.148	54.1	.244

<sup>a</sup> Standardfehler: .136<sup>b</sup> Standardfehler: .271

Tabelle C-3: Hauptachsenanalyse – Kommunalitäten vor und nach der Faktorenextraktion

Item	Anfänglich	Extraktion
Ich kann über mich selbst hinauswachsen.	.472	.409
Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit eigene Grenzen zu überwinden.	.481	.492
Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.	.472	.486
Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.	.458	.490
Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.	.431	.451
Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.	.423	.404
Entbehungen kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.	.359	.332
Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.	.430	.417
Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.	.654	.757
Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.	.604	.662
Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.	.414	.436
Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.	.396	.411
Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.	.520	.601
Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.	.501	.554
Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.	.390	.427
Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.	.482	.464
Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.	.554	.673
Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen	.616	.681
Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.	.615	.727
Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.	.541	.710

Tabelle C-4: Hauptachsenanalyse – Strukturmatrix nach Extraktion von vier Faktoren und obliquer Rotation mit Promax

Item	PFA - Promax - Faktoren			
	1	2	3	4
Ich kann über mich selbst hinauswachsen.	.629	.155	.206	
Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit, eigene Grenzen zu überwinden.	.695	.255	.321	.223
Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.	.687	.326	.278	.198
Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.	.690	.325	.291	.196
Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.	.663	.311	.259	.191
Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.	.634	.222	.269	.176
Entbehren kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.	.575	.209	.197	.125
Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.	.634	.284	.305	.196
Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.	.397	.855	.103	.291
Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.	.352	.803		.206
Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.	.294	.655		.144
Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.	.238	.636		.116
Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.	.338		.771	.102
Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.	.319		.740	.162
Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten das führt.	.266		.650	
Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.	.337		.662	
Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.	.383		.132	.723
Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.	.118	.523		.730
Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.		.561		.731
Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.		-.187	.562	.615

Abbildung C-3: TdG-Subskala „Selbstgestaltung“ – Testwertverteilung (N = 321)

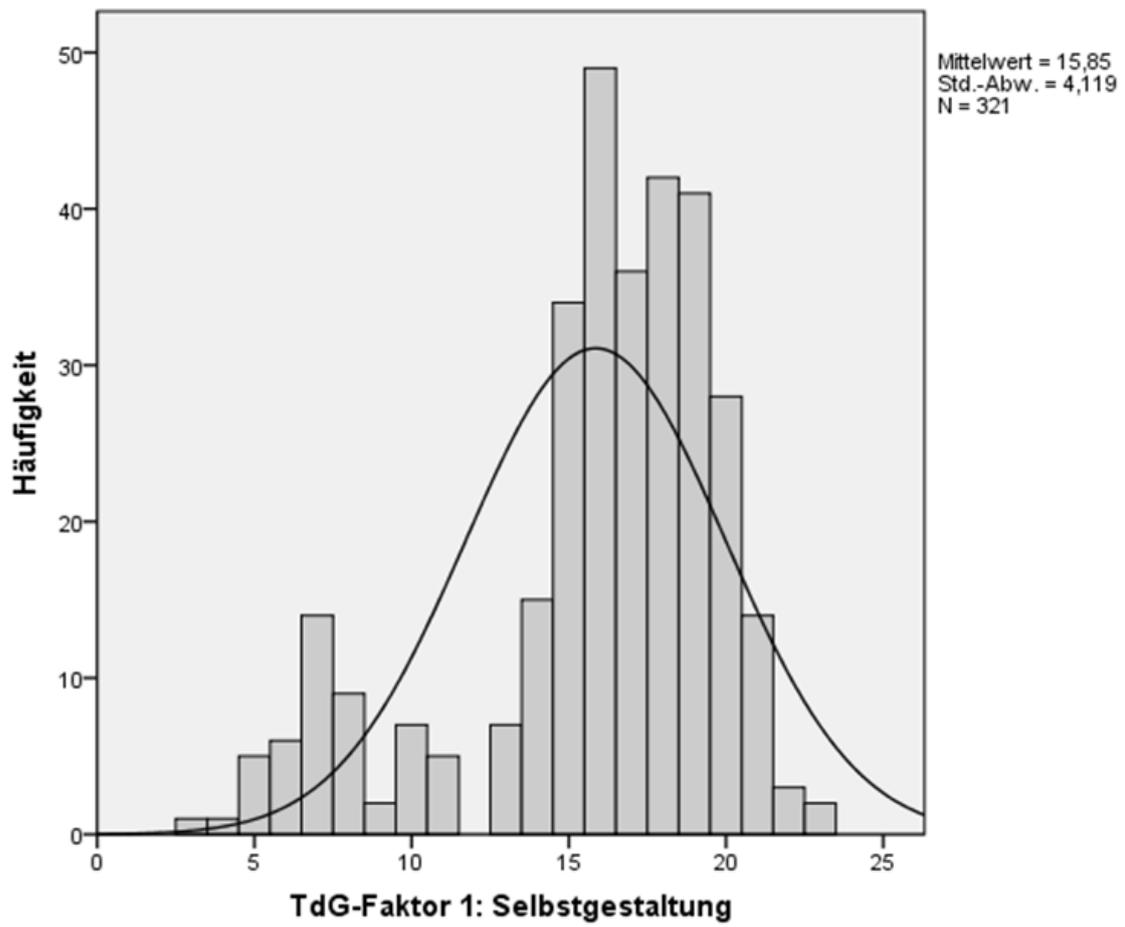


Abbildung C-4: TdG-Subskala „Lebensgestaltung“ – Testwertverteilung (N = 321)

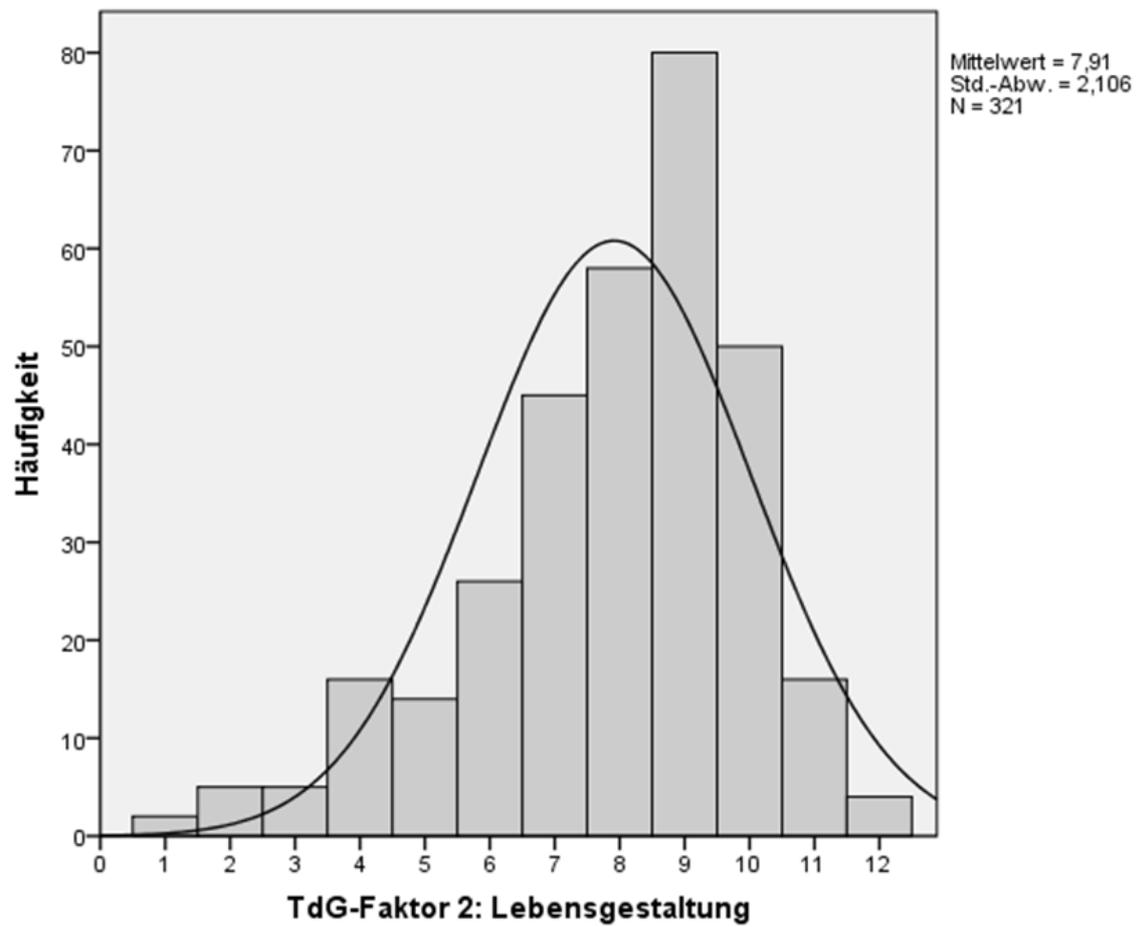


Abbildung C-5: TdG-Subskala „Selbstbestimmung“ – Testwertverteilung (N = 321)

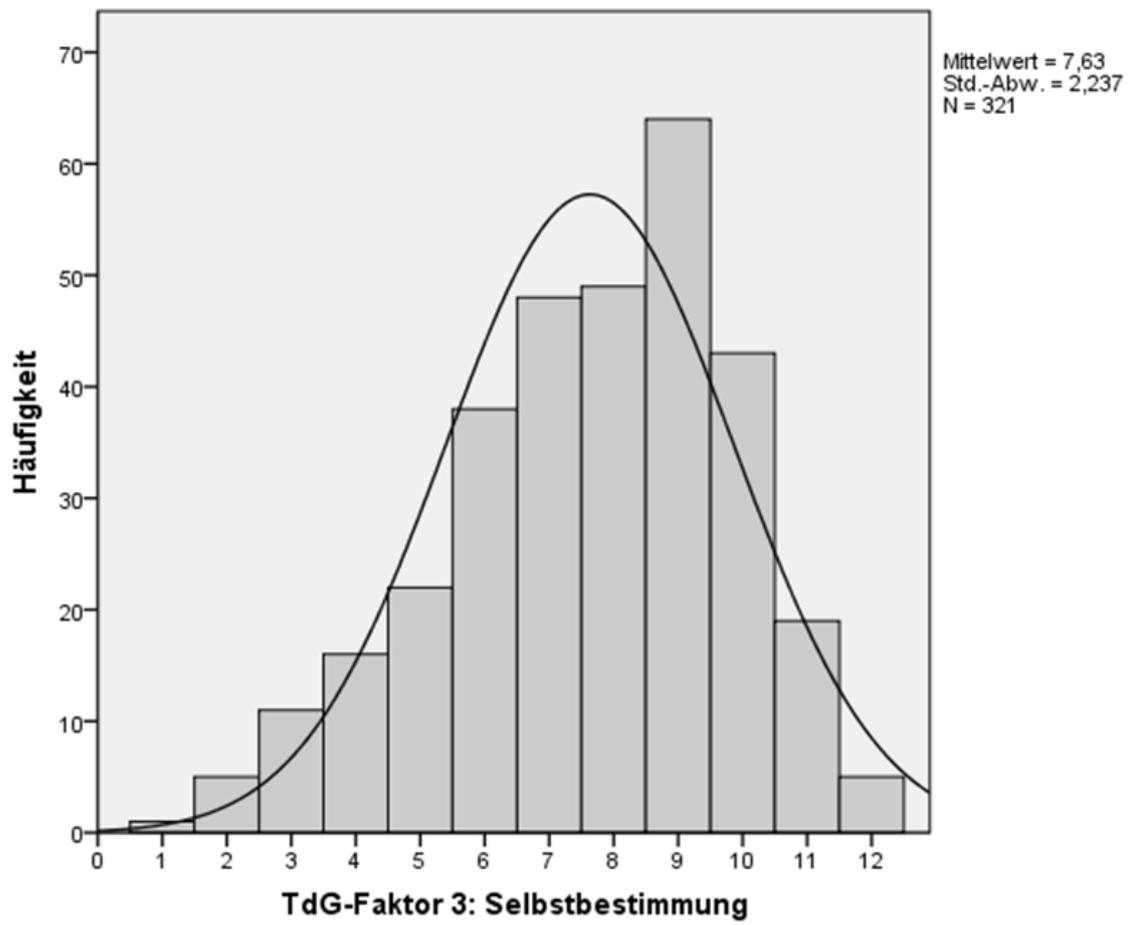
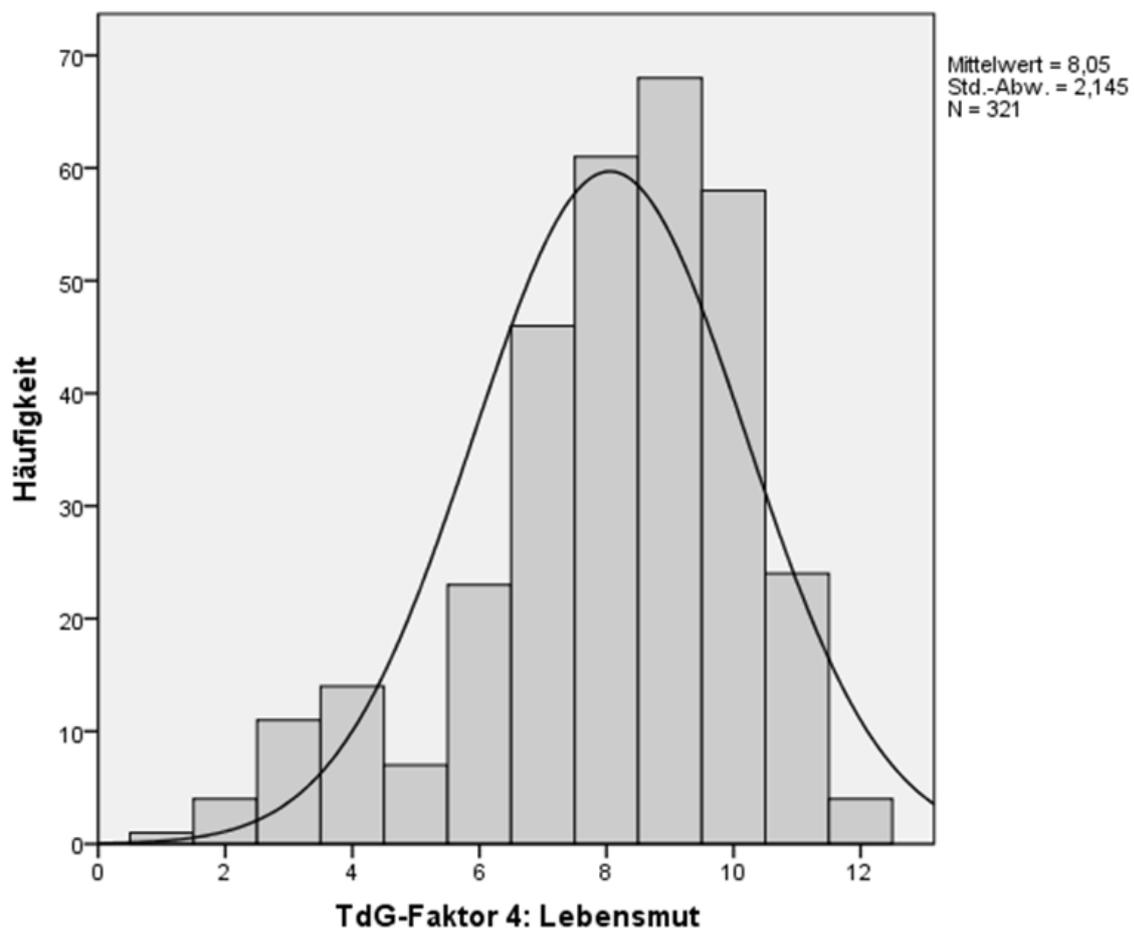


Abbildung C-6: TdG-Subskala „Lebensmut“ – Testwertverteilung (N = 321)



---

**Anhang D: TdG-Endversion** (Abbildung D-1)

# TdG – Fragebogen zur Trotzmacht des Geistes

---

Datum: .....

Name / Code: .....

Liebe/r Testteilnehmer/in,

vor Ihnen liegt ein Fragebogen besonderer Art. Es geht dabei nicht um Ihre Intelligenz oder eine Leistung, da es keine richtigen und falschen Antworten gibt. Vielmehr interessiert uns Ihre innere Einstellung zu Ihrem Leben und zum Leben an sich.

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass die Befragung absolut vertraulich und anonym durchgeführt wird. Die Daten werden nicht an dritte Personen weitergegeben.

Es ist wichtig, dass Sie bei jeder Aussage aufrichtig sind und genau überlegen, welche Antwort für Sie am besten zutrifft – aber bitte verweilen Sie deswegen nicht übermäßig lange bei einer Aussage, sondern gehen Sie konzentriert und zügig vom Anfang bis zum Ende des Fragebogens durch und kreuzen Sie spontan unter jeder der Aussagen das Kästchen an, das für Sie persönlich zutrifft. Bitte wählen Sie jedes Mal nur eines der Kästchen von „trifft völlig zu“ bis „trifft überhaupt nicht zu“ aus. Das Kästchen „weiß nicht“ soll nur dann angekreuzt werden, wenn Sie wirklich zu keinem Ergebnis kommen.

Die Bearbeitung wird ca. 5 bis 10 Minuten Ihrer Zeit in Anspruch nehmen. Bitte füllen Sie den Fragebogen alleine aus.

Blättern Sie jetzt um und beginnen Sie mit Aussage 1.

1. Ich bin selbst Gestalter/in meines Lebens.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

2. Wer ich bin, ist meine eigene freie Entscheidung.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

3. Für das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, nehme ich auch schwere Wege auf mich.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

4. Gerade in den schlimmsten Situationen kommt es auf die innere Einstellung an.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

5. Ich nehme mir ein Beispiel an Menschen, die in schwierigen Situationen ihren Lebensmut behalten.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

6. Wie mutig ich bin, kann ich immer wieder selbst entscheiden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

7. Entbehrungen kann ich ertragen, wenn das für mich Sinn macht.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

8. Ich kann über mich selbst hinauswachsen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

9. Ich habe die Verantwortung dafür, meinen Lebenssinn zu erfüllen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

10. Stimmungen können mein Verhalten nur dann längerfristig beeinflussen, wenn ich es zulasse.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

11. Ich sehe es als meine Aufgabe, etwas aus mir als Mensch zu machen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

12. Ob mein Leben sinnvoll ist, liegt an mir.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

13. Um meinen Sinn im Leben zu finden, bin ich bereit, eigene Grenzen zu überwinden.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

14. Wie ich mit meiner Wut umgehe, dafür bin ich selbst verantwortlich.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

15. Ob ich diszipliniert bin oder nicht, kann ich selbst bestimmen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

16. Ich habe bewiesen, dass ich mich selbst verändern kann.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

17. Wenn ich entmutigt bin, kann es trotzdem wichtig sein weiter zu machen.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

18. Wie sich Misserfolge in meinem Leben auswirken, liegt an mir.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

19. Ob ich einer großen Versuchung nachgebe oder nicht, kann ich selbst steuern.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

20. Wenn ich mich über etwas ärgere, ist es meine Entscheidung, zu welchem Verhalten  
das führt.

trifft völlig zu  trifft eher zu  trifft eher nicht zu  trifft überhaupt nicht zu  weiß nicht

Bitte machen Sie abschließend noch einige Angaben zu Ihrer Person.

Wir möchten Sie bitten, dabei jeweils nur ein Kästchen anzukreuzen.

Alter: \_\_\_\_\_

Geschlecht:  männlich  weiblich

Aktueller Familienstatus:  verheiratet oder in einer festen Beziehung lebend  
 geschieden, verwitwet oder getrennt lebend  
 ledig und ohne festen Partner

Anzahl der Kinder: \_\_\_\_\_

Höchster Schulabschluss:  kein Abschluss  
 Volks-/Hauptschulabschluss  
 Abschluss der Polytechnischen Oberschule  
 Realschulabschluss / Mittlere Reife / „Realschule plus“  
 Abschluss Fachoberschule / Fachhochschulreife  
 Allg. / fachgebundene Hochschulreife / Abitur / Matura  
 Sonstiges, bitte nennen: \_\_\_\_\_

Abgeschlossene Berufsausbildung (Lehre) :  ja  nein

Höchster Bildungsabschluss:  Staatlich gepr.  Staatsexamen  
 Bachelor  Master  
 Diplom  Magister  
 Promotion  Habilitation

Derzeitige Tätigkeit / Beruf:  Schüler/in  in Ausbildung  
 Student/in  un-/angelernte/r Arbeiter/in  
 Facharbeiter/in  Meister/in  
 Angestellte/r  Selbständige/r  
 Beamte/r  Hausfrau/-mann  
 BFJ  Minijobber/in (400 Euro)  
 Freiwilligendienst  Rentner/in / Vorruhestand  
 arbeitssuchend  Sonstiges: \_\_\_\_\_

Sind sie gläubig?  ja  nein

TdG – A. Paul – LMU München – Verwendung und Vervielfältigung nur nach Rücksprache

## Anhang E: Retest-Reliabilität

Tabelle E-1: Retest – Statistiken der Testungen 1 und 2 für den TdG-Gesamtwert und die vier Subskalen ( $N = 234$ )

SININDEX	Testung 1	Testung 2
Mittelwert	39.12	40.00
Standardabweichung	9.20	9.49
Varianz	84.64	90.08
Median	41	42
Modus	41	42
Minimum	13	14
Maximum	56	55
Schiefe (Standardfehler)	- 1.128 (.159)	- .739 (.159)
Exzess (Standardfehler)	.920 (.317)	.121 (.317)

Selbstgestaltung	Testung 1	Testung 2
Mittelwert	17.09	17.26
Standardabweichung	4.49	4.50
Varianz	20.17	20.30
Median	18	19
Modus	18	19
Minimum	4	4
Maximum	23	24
Schiefe (Standardfehler)	- 1.418 (.159)	- 1.251 (.159)
Exzess (Standardfehler)	1.197 (.317)	.884 (.317)

Selbstbestimmung	Testung 1	Testung 2
Mittelwert	7.87	7.96
Standardabweichung	2.34	2.41
Varianz	5.48	5.82
Median	8	8
Modus	9	9
Minimum	0	0
Maximum	12	12
Schiefe (Standardfehler)	- .965 (.159)	- .655 (.159)
Exzess (Standardfehler)	.324 (.317)	- .190 (.317)

Lebensgestaltung	Testung 1	Testung 2
Mittelwert	7.20	7.56
Standardabweichung	3.28	3.24
Varianz	10.75	10.53
Median	8	9
Modus	9	10
Minimum	0	0
Maximum	12	12
Schiefe (Standardfehler)	- .624 (.159)	- .623 (.159)
Exzess (Standardfehler)	- .951 (.317)	- .810 (.317)

Lebensmut	Testung 1	Testung 2
Mittelwert	6.96	7.15
Standardabweichung	2.95	2.82
Varianz	8.68	7.94
Median	8	7
Modus	9	7
Minimum	0	0
Maximum	12	12
Schiefe (Standardfehler)	- .457 (.159)	- .419 (.159)
Exzess (Standardfehler)	- .739 (.159)	- .586 (.159)

## Anhang F: Konstruktvalidierung des TdG

Abbildung F-1: Resilienz-Kurzskala „RS-13“ von Karena Leppert et al., 2008

### RS-13

Im folgenden Fragebogen finden Sie eine Reihe von Feststellungen. Bitte lesen Sie sich jede Feststellung durch und kreuzen Sie an, wie sehr die Aussagen im Allgemeinen auf Sie zutreffen, d.h. wie sehr Ihr übliches Denken und Handeln durch diese Aussagen beschrieben wird.

	1= nein Ich stimme nicht zu	2	3	4	5	6	7= ja stimme völlig zu
1 Wenn ich Pläne habe, verfolge ich sie auch.	1	2	3	4	5	6	7
2 Normalerweise schaffe ich alles irgendwie.	1	2	3	4	5	6	7
3 Ich lasse mich nicht so schnell aus der Bahn werfen.	1	2	3	4	5	6	7
4 Ich mag mich.	1	2	3	4	5	6	7
5 Ich kann mehrere Dinge gleichzeitig bewältigen.	1	2	3	4	5	6	7
6 Ich bin entschlossen.	1	2	3	4	5	6	7
7 Ich nehme die Dinge wie sie kommen.	1	2	3	4	5	6	7
8 Ich behalte an vielen Dingen Interesse.	1	2	3	4	5	6	7
9 Normalerweise kann ich eine Situation aus mehreren Perspektiven betrachten.	1	2	3	4	5	6	7
10 Ich kann mich auch überwinden, Dinge zu tun, die ich eigentlich nicht machen will.	1	2	3	4	5	6	7
11 Wenn ich in einer schwierigen Situation bin, finde ich gewöhnlich einen Weg heraus.	1	2	3	4	5	6	7
12 In mir steckt genügend Energie, um alles zu machen, was ich machen muss.	1	2	3	4	5	6	7
13 Ich kann es akzeptieren, wenn mich nicht alle Leute mögen.	1	2	3	4	5	6	7

Leppert K., Koch B., Brähler E., Strauß B. - Klin. Diagnostik u. Evaluation, 1. Jg., 226-243, ISSN 1864-6050  
© 2008 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen

Abbildung F-2: LeBe-Skala „Sinnerfüllung“ – Testwertverteilung (N = 321)

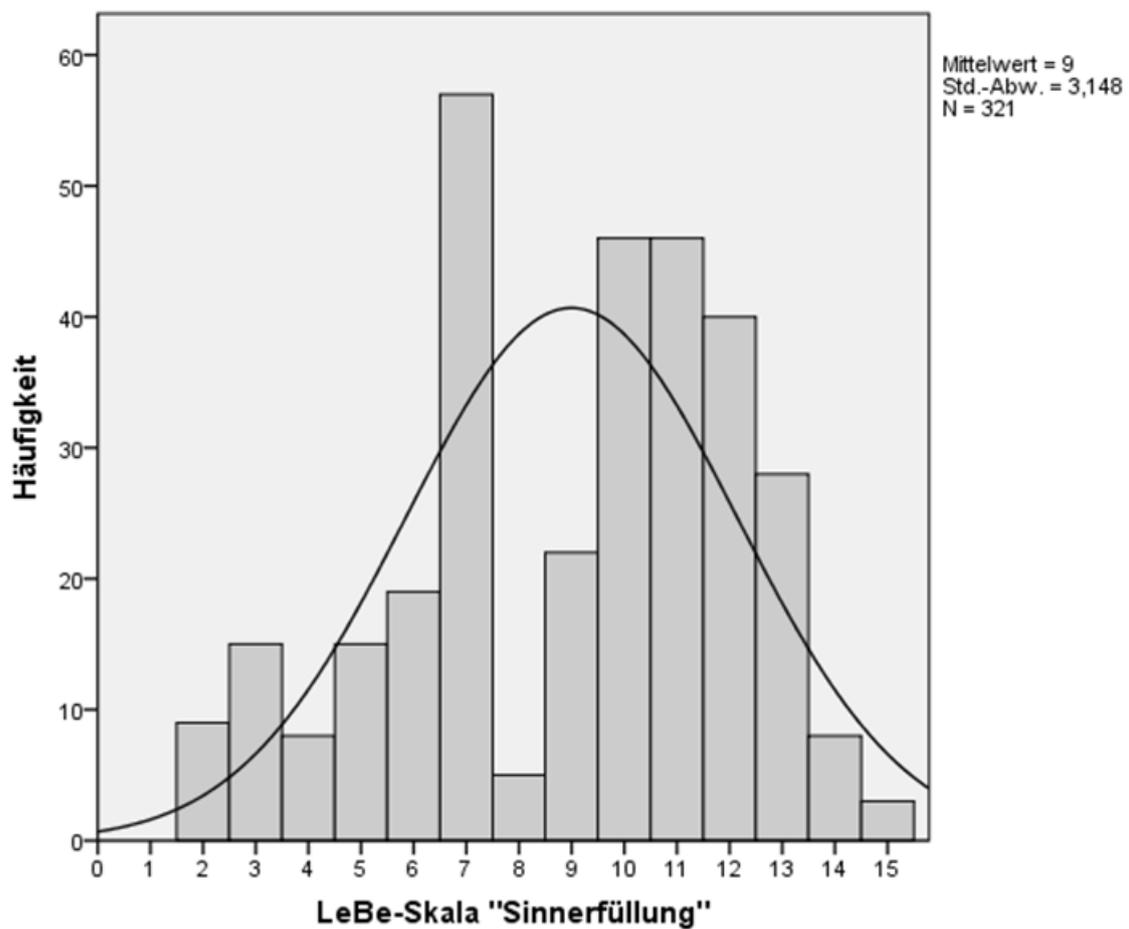


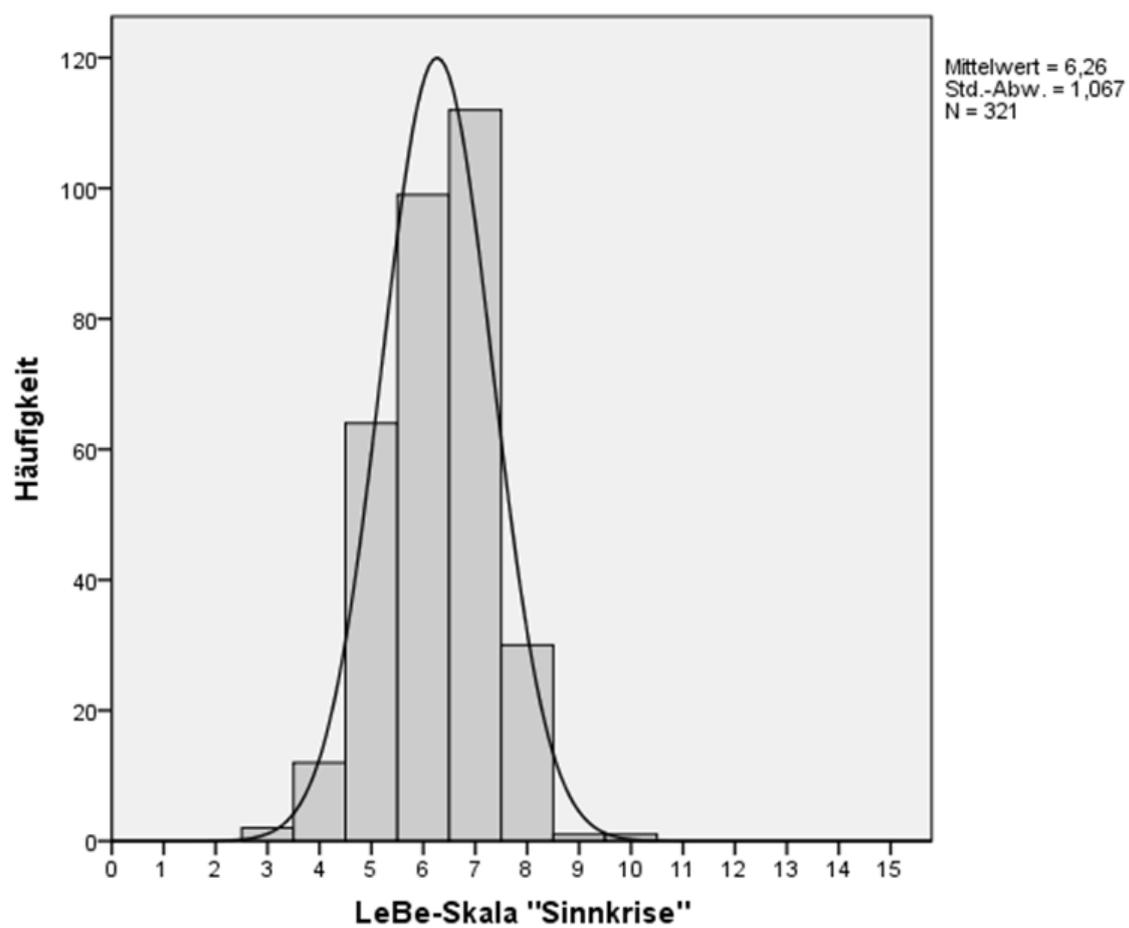
Abbildung F-3: LeBe-Skala „Sinnkrise“ – Testwertverteilung ( $N = 321$ )

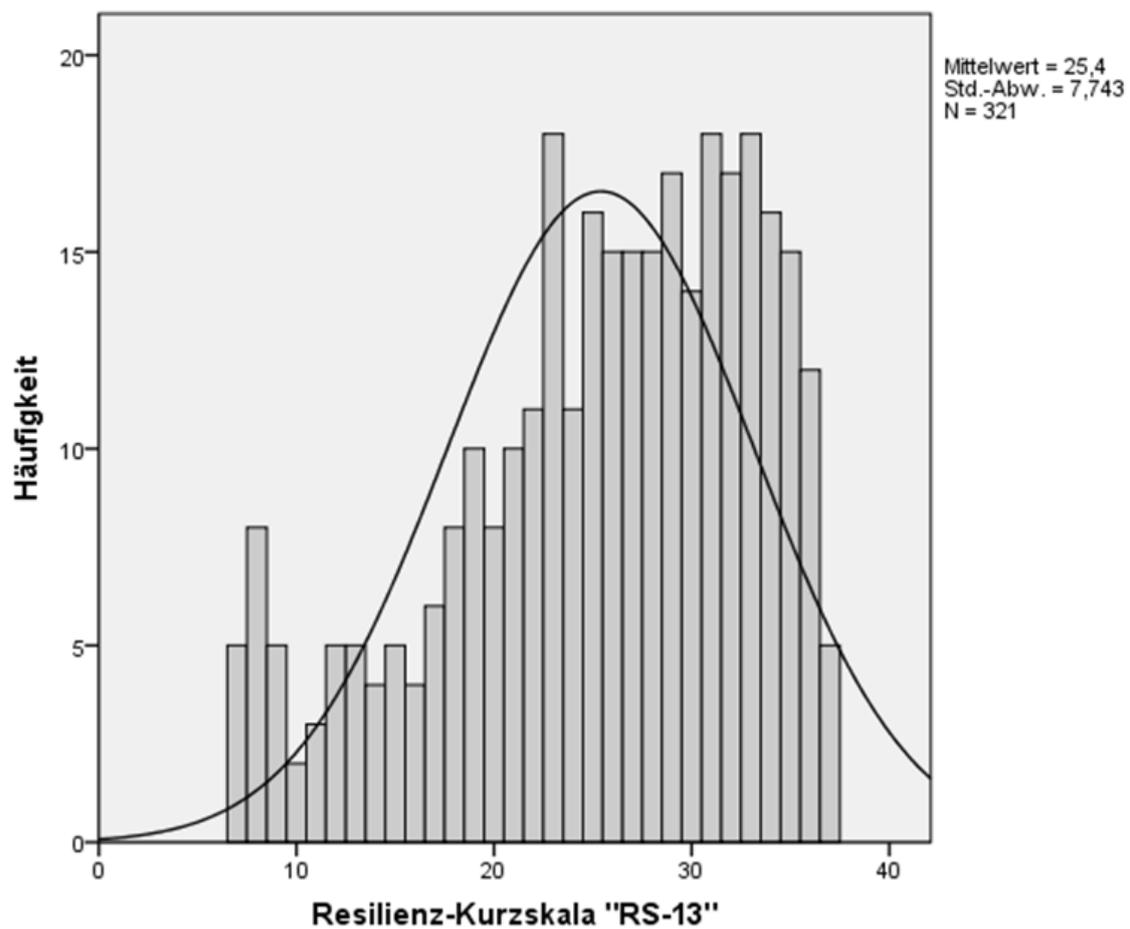
Abbildung F-4: RS-13 – Testwertverteilung ( $N = 321$ )

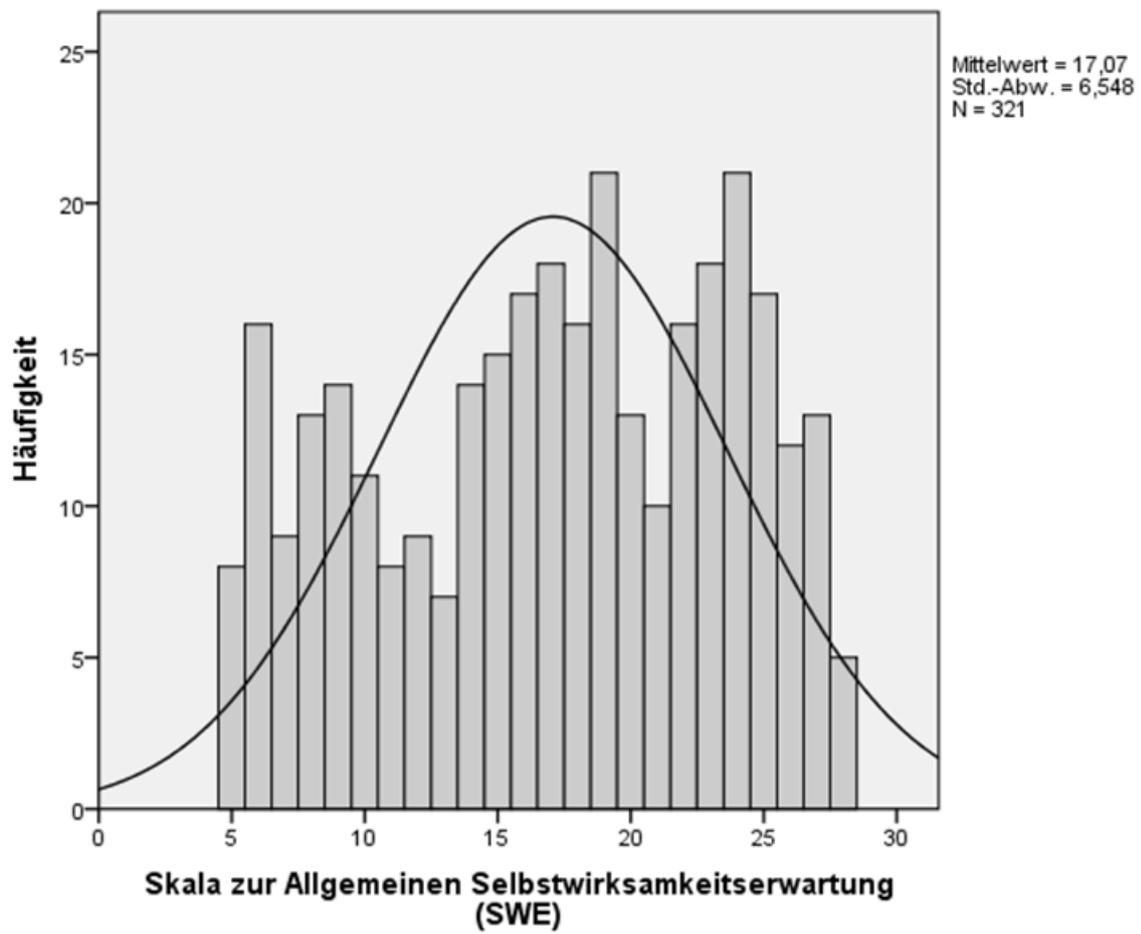
Abbildung F-5: SWE – Testwertverteilung ( $N = 321$ )

Tabelle F-1: Soziodemografische Zusammensetzung der Sinn-Typen

		Sinn-Typ 1 (hohe Sinnerfüllung, geringe Sinnkrise) N = 196		Sinn-Typ 2 (geringe Sinnerfüllung, hohe Sinnkrise) N = 30		Sinn-Typ 4 = existenziell Indifferente (geringe Sinnerfüllung, geringe Sinnkrise) N = 93	
		N	%	N	%	N	%
Geschlecht	männlich	86	43,9	15	50,0	49	52,7
	weiblich	110	56,1	15	50,0	44	47,3
Altersgruppen	18-29 Jahre	32	16,3	4	13,3	17	18,3
	30-39 Jahre	32	16,3	7	23,3	19	20,4
	40-49 Jahre	39	19,9	7	23,3	16	17,2
	50-59 Jahre	38	19,4	5	16,7	13	14,0
	60-69 Jahre	26	13,3	3	10,0	12	12,9
	70-79 Jahre	17	8,7	3	10,0	13	14,0
	80-89 Jahre	12	6,1	1	3,3	3	3,2
Familienstatus	verheiratet / in fester Beziehung lebend	125	63,8	22	73,3	59	63,4
	geschieden / verwitwet / getrennt lebend	35	17,8	2	6,7	17	18,3
	ledig und ohne festen Partner/in	36	18,4	6	20,0	17	18,3
Anzahl der Kinder	0	110	56,1	19	63,3	61	65,6
	1	40	20,4	5	16,7	15	16,1
	2	35	17,8	5	16,7	16	17,2
	3	8	4,1	1	3,3	0	0,0
	4	3	1,5	0	0,0	1	1,1
	5	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Höchster Schulabschluss	kein Abschluss	6	3,1	0	0,0	2	2,1
	Volk-/Hauptschulabschluss	14	7,1	2	6,7	7	7,5
	Polytechnische Oberschule	5	2,5	0	0,0	1	1,1
	Mittlere Reife / "Realschule plus"	51	26,0	6	20,0	24	25,8
	Fachhochschulreife	11	5,6	1	3,3	3	3,2
	Allgemeine Hochschulreife	109	55,6	21	70,0	56	60,2
	Sonstiges	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Abgeschlossene Berufsausbildung	ja	71	36,2	10	33,3	37	39,8
	nein	125	63,8	20	66,7	56	60,2
Höchster Bildungsabschluss	keiner	90	45,9	10	33,3	39	41,9
	Meister/in	1	0,5	0	0,0	0	0,0
	Staatlich geprüft	6	3,1	1	3,3	3	3,2
	Magister	4	2,0	0	0,0	2	2,1
	Bachelor	18	9,2	2	6,7	6	6,4
	Master	7	3,6	2	6,7	2	2,1
	Diplom	52	26,5	11	36,7	33	35,6
	Staatsexamen	8	4,1	1	3,3	0	0,0
	Promotion	8	4,1	3	10,0	6	6,4
	Habilitation	2	1,0	0	0,0	2	2,1

Fortsetzung der Tabelle auf der nächsten Seite

Fortsetzung Tabelle F-1

		Sinn-Typ 1		Sinn-Typ 2		Sinn-Typ 4 = existenziell Indifferente	
		(hohe Sinnerfüllung, geringe Sinnkrise) N = 196		(geringe Sinnerfüllung, hohe Sinnkrise) N = 30		(geringe Sinnerfüllung, geringe Sinnkrise) N = 93	
		N	%	N	%	N	%
<b>Berufliche Tätigkeit</b>	Schüler/in	2	1.0	0	0.0	2	2.1
	in Ausbildung	5	2.5	1	3.3	1	1.1
	BFJ	2	1.0	0	0.0	1	1.1
	Freiwilligendienst	1	0.5	0	0.0	1	1.1
	Student/in	20	10.2	2	6.7	13	14.0
	un-/angeleitete/r Arbeiter/in	5	2.5	1	3.3	1	1.1
	Facharbeiter/in	11	5.6	0	0.0	3	3.2
	Meister/in	3	1.5	1	3.3	0	0.0
	Angestellte/r	71	36.2	15	50.0	41	44.1
	Selbständig	17	8.7	1	3.3	8	8.6
	Beamter / Beamtin	6	3.1	1	3.3	0	0.0
	Hausfrau/-mann	8	4.1	0	0.0	6	6.4
	Minijobber/in (400 Euro)	8	4.1	1	3.3	1	1.1
	Rentner/in / Vorruhestand	25	12.7	5	16.7	11	11.8
	arbeitsuchend	12	6.1	2	6.7	4	4.3
	Sonstiges	0	0.0	0	0.0	0	0.0
<b>Sind Sie gläubig?</b>	ja	104	53.1	12	40.0	41	44.1
	nein	92	46.9	18	60.0	52	55.9

## Anhang G: Kriteriumsvalidierung des TdG

Abbildung G-1: Kontaktierte Sportvereine zur Akquise zweier Extremgruppen

- „Fußgänger“-Basketball (EG1-BB):

Artland Dragons, Quakenbrück

ASC (Allgemeiner Sport Club) Theresianum Mainz e. V.

ASV (Allgemeiner Sport-Verein) Moabit Basketball e. V., Berlin

AVIDES Hurricanes – BG (Basketballspielgemeinschaft) 89 e. V., Rotenburg

BBC (Basketball Club) Bayreuth

BBZ (Basketballzentrum) Opladen e. V.

BC (Basketballclub) Pharmaserv Blue Dolphins Marburg e. V.

Bender Baskets – TSV (Turn- und Sportverein) Grünberg e. V.

BG (Basketballgemeinschaft) 74 Göttingen e. V.

BG (Basketball-Gemeinschaft) Karlsruhe

BIG Basketball in Gotha e. V.

Brose Baskets, Bamberg

BV (Basketball Verein) Chemnitz 99 e. V.

Crailsheim MERLINS – TSV (Turn- und Sportverein) Crailsheim 1846 e. V.

Cuxhaven BasCats

DJK (Deutsche Jugendkraft) Brose Bamberg

DJK / MJC (Marianische Jünglings-Congregation) Basketball Trier e. V.

Dragons – TSV (Turn- und Sportverein) Quakenbrück e. V.

Eisbären Bremerhaven

Eisvögel e. V. – USC (Universitäts-Sportclub) Freiburg

Erdgas Ehingen / Ursprungsschule e. V.

ETB SW (Schwarz-Weiß) Essen

evo New Basket 92 Oberhausen e. V.

EWE Baskets Oldenburg

Finke Baskets, Paderborn

FFJM – Friendsfactory Jahn München

Giants Düsseldorf e. V.

GiroLive-Panthers – OSC (Osnabrücker Sportclub) e. V.

Grüner Stern Keltern – VSJA (Verein für Schüler- und Jugendarbeit) e. V.  
Halle LIONS – SV (Sportverein) Halle e. V.  
HELI Girls Nördlingen – BG (Basketball-Gemeinschaft) Donau-Ries e. V.  
Herner Turn Club 1880 e. V.  
KuSG (Kultur- und Sportgemeinde) Leimen e. V.  
LTi Gießen 46ers  
Mitteldeutscher Basketball Club, Weißenfels  
NBC – Nürnberger Basketball Club e. V.  
Phoenix Hagen  
Ratiopharm Ulm  
Rhein-Main-Baskets – SV Langen e. V.  
Science City Jena e. V.  
SC (Sport Club) Rasta Vechta e. V.  
s. Oliver Baskets, Würzburg  
Take-off Würzburg Blue Sharks – Turngemeinde Würzburg von 1848 e. V.  
TBB Trier – Treveri Basketball AG  
Telekom Baskets Bonn e. V.  
TG (Turngemeinde) 1889 Sandhausen e. V.  
TG (Turngemeinde) Neuss von 1848 e. V.  
TKH – Turn-Klubb zu Hannover e. V.  
TSV (Turn- und Sportverein) 1880 Wasserburg e. V.  
TSV Amicitia – Turn- und Sportverein 1906/09 Viernheim e. V.  
TSVE Lady Dolphins – Turn- und Sportverein Einigkeit 1890 Bielefeld e. V.  
TSV TOWERS – Turn- und Sportverein Speyer-Schifferstadt e. V.  
TuS Fireballs – Turn- und Sportverein Bad Aibling 1861 e. V.  
TV (Turnverein) Saarlouis Royals  
Uni-Riesen Leipzig – USC (Universitätssport-Club) Leipzig e. V.  
USC (Universitäts-Sport-Club) Heidelberg Basketball e. V. / MLP BasCats  
VfL (Verein für Leibesübungen) Kirchheim Knights e. V.  
WALTER Tigers Tübingen

- „Fußgänger“-Rugby (EG1-RUG):

ASV (Athletik-Sportverein) Köln-Rath 1974 e. V.

---

Berliner Rugby Club e. V.  
Bremen 1860 e. V.  
BSC (Ball Spiel Club) 1899 e. V., Offenbach  
BSV 92 – Berliner Sport-Verein 1892 e. V.  
Dragons Düsseldorf – TuS (Turn- und Sportvereinigung) Düsseldorf 1895 e. V.  
Eintracht Frankfurt e. V.  
FC St. Pauli – Fußball-Club Sankt Pauli von 1910 e. V.  
Freiburger RC (Rugby Club) e. V. 1982  
Hamburger RC (Rugby Club) von 1950 e. V.  
Hannover 78 – Deutscher Sportverein Hannover gegr. 1878 e. V.  
Heidelberger RK (Ruderklub) 1872 e. V.  
Heidelberger TV (Turnverein) e. V.  
HTV (Heidelberger Turnverein) 1846 e. V. Rugby Club  
München RFC (Rugby Football Club) e. V.  
Ramstein Rogues RFC (Rugby Football Club) e. V.  
RC (Rugby Club) Aachen e. V.  
RC (Rugby Club) Bonn-Rhein-Sieg e. V.  
RC (Rugby Club) Diana Leipzig 1891 e. V.  
RC (Rugby-Cricket) Dresden – Rugby Verein Dresden e. V.  
RC (Rugby Club) Mainz e. V.  
RGH – Rudergesellschaft Heidelberg 1898 e. V.  
RK (Rugby Klub) 03 Berlin e. V.  
RK (Rugby-Klubb) Heusenstamm e. V.  
SC (Sportclub) Berlin e. V.  
SC (Sportclub) Frankfurt 1880 e. V.  
SC (Sport Club) Germania List 1900 e. V., Hannover  
SC (Sportclub) Neuenheim e. V.  
SC (Sport Club) Siemenstadt Berlin e. V.  
S.C.N. Sportclub Neuenheim 02 e. V., Heidelberg  
SG (Spielgemeinschaft) Grizzlies Berlin e. V.  
Studentenstadt München e. V. Rugby Club  
Stuttgarter RC (Rugby Club) e. V.  
SV (Sportverein) 1908 Ricklingen e. V.  
TSV (Turn- und Sportverein) Handschuhsheim Heidelberg 1886 e. V.  
TSV (Turn- und Sportverein) Nürnberg e. V.

TSV Victoria Linden – Turn- und Sportverein Victoria e. V., Hannover Linden  
TV (Turnverein) Pforzheim 1834 e. V.  
Union 60 Bremen e. V.  
USV (Universitätssportverein) Jena e. V.  
USV (Universitätssportverein) Potsdam e. V.  
Veltener RC (Rugbyclub) Empor 1969 e. V.  
Welfen – S.G. (Sport Club) Braunschweig e. V.  
Wiedenbrücker TV (Turnverein) e. V.

- Rollstuhl-Basketball (Damen und Herren jeweils gemischt; EG2-BB):

ALBA-Rollis Berlin Basketballteam e. V.  
ASV (Allgemeiner Sportverein) Bonn e. V.  
Emsland Rolli Baskets – BSG (Behinderten-Sport-Gemeinschaft) Meppen e. V.  
Hannover United e. V.  
Hot Rolling Bears e. V., Essen  
Jena Caputs e. V.  
Köln 99ers – RBC (Rollstuhlbasketballclub) Köln e. V.  
Mainhatten Skywheelers – RSV (Rollstuhl-Sport-Club) Frankfurt am Main e. V.  
Paderborner Ahorn-Panther e. V.  
Rolling Chocolate Heidelberg – Sportgemeinschaft Heidelberg-Kirchheim e. V.  
Rolling Devils – 1. FC (Fußballclub) Kaiserslautern e. V.  
RSB (Reha - Sport - Bildung) Team Thüringen e. V., Elxleben  
RSC (Rollstuhl-Sport-Club) Osnabrück e. V.  
RSC (Rollsportclub)-Rollis Zwickau e. V.  
RSG (Rollstuhl-Sport-Gemeinschaft) Ludwigshafen 1970 e. V.  
RSKV (Rollstuhlsport- und Kulturverein) Tübingen e. V.  
RSV (Rollstuhl-Sportverein) Lahn-Dill e. V., Wetzlar  
Sabres Ulm – TSV (Turn- und Sportgemeinschaft) Söflingen 1864 e. V.  
Sharks – Basketball-Club Darmstadt 1947 e. V.  
SKV (Sport- und Kultur-Verein) für Rollstuhlfahrer e. V., Ravensburg  
Trier Dolphins – Rollstuhl-Sportclub Trier e. V.  
USC (Universitäts-Sportclub) München e. V.

- Rollstuhl-Rugby (Damen und Herren jeweils gemischt; EG2-RUG):

Bayreuth 99ers – RSV (Rollstuhlsportverein) Bayreuth 1994 e. V.

Berlin Raptors – Verein für Rollstuhlsport Berlin e. V.

Donauhaie – Sportfreunde Illerrieden 1926 e. V.

Greifswalder Rollmöpfe – Greifswalder Sportgemeinschaft 01 e. V.

HSV (Hamburger Sportverein) e. V.

Heidelberg Lions – RSG (Rollstuhlsportgemeinschaft) Heidelberg Schlierbach e. V.

Köln Alligators – Rollstuhl-Club Köln e. V.

Red Devils – RSC (Rollstuhl-Sport-Club) Bad Wildungen e. V.

Road Runners – BSG Behinderten-Sport-Gemeinschaft Bochum-Langendreer 68 e. V.

Speedos – RSG (Rollstuhl-Sportgemeinschaft) Koblenz e. V.

The Munich RugBears – TSV (Turn- und Sportverein) München-Milbertshofen e. V.

VfL (Verein für Leibesübungen) Grasdorf e. V., Laatzen

Wilde Schwaben – TSV (Turn- und Sportverein) Schmiden 1902 e. V., Fellbach

Tabelle G-1: Soziodemografische Zusammensetzung zweier Extremgruppen  
(N= 502)

		EG1 $N_{EG1} = 330$		EG2 $N_{EG2} = 172$	
		N	%	N	%
<b>Geschlecht</b>	männlich	<b>253</b>	76.7	<b>142</b>	82.6
	weiblich	<b>77</b>	23.3	<b>30</b>	17.4
<b>Altersgruppen</b>	18-25 Jahre	<b>168</b>	50.9	<b>73</b>	36.0
	26-35 Jahre	<b>142</b>	43.0	<b>62</b>	42.4
	36-45 Jahre	<b>20</b>	6.1	<b>34</b>	19.8
	46-55 Jahre	<b>0</b>	0.0	<b>3</b>	1.7
	56-65 Jahre	<b>0</b>	0.0	<b>0</b>	0.0
	66-75 Jahre	<b>0</b>	0.0	<b>0</b>	0.0
	76-88 Jahre	<b>0</b>	0.0	<b>0</b>	0.0
<b>Familienstatus</b>	verheiratet / in fester Beziehung lebend	<b>164</b>	49.7	<b>87</b>	50.6
	geschieden / verwitwet / getrennt lebend	<b>62</b>	18.8	<b>16</b>	9.3
	ledig und ohne feste/n Partner/in	<b>104</b>	31.5	<b>69</b>	40.1
<b>Anzahl der Kinder</b>	0	<b>196</b>	59.4	<b>125</b>	72.7
	1	<b>59</b>	17.9	<b>32</b>	18.6
	2	<b>48</b>	14.5	<b>15</b>	8.7
	3	<b>23</b>	7.0	<b>0</b>	0.0
	4	<b>4</b>	1.2	<b>0</b>	0.0
<b>Höchster Schulabschluss</b>	kein Abschluss	<b>9</b>	2.7	<b>16</b>	9.3
	Volks-/Hauptschulabschluss	<b>21</b>	6.4	<b>17</b>	9.9
	Polytechnische Oberschule	<b>10</b>	3.0	<b>8</b>	4.6
	Mittlere Reife / "Realschule plus"	<b>121</b>	36.7	<b>58</b>	33.7
	Fachhochschulreife	<b>17</b>	5.1	<b>21</b>	12.2
	Allgemeine Hochschulreife	<b>152</b>	46.1	<b>52</b>	30.2
	Sonstiges	<b>0</b>	0.0	<b>0</b>	0.0
<b>Abgeschlossene Berufsausbildung</b>	ja	<b>119</b>	36.1	<b>95</b>	55.2
	nein	<b>211</b>	63.9	<b>77</b>	44.8

Fortsetzung der Tabelle auf der nächsten Seite

Fortsetzung Tabelle G-1

		EG1 $N_{EG1} = 330$		EG2 $N_{EG2} = 172$	
		N	%	N	%
<b>Höchster Bildungsabschluss</b>	keiner	193	58.5	92	53.5
	Meister/in	2	0.6	15	8.7
	Staatlich geprüft	11	3.3	6	3.5
	Magister	7	2.1	12	7.0
	Bachelor	34	10.3	19	11.0
	Master	9	2.7	16	9.3
	Diplom	54	16.4	10	5.8
	Staatsexamen	8	2.4	2	1.2
	Promotion	12	3.6	0	0.0
	Habilitation	0	0.0	0	0.0
<b>Berufliche Tätigkeit</b>	Schüler/in	5	1.5	5	2.9
	in Ausbildung	18	5.4	32	18.6
	BFJ	4	1.2	0	0.0
	Freiwilligendienst	6	1.8	0	0.0
	Student/in	53	16.1	21	12.2
	un-/angeleimte/r Arbeiter/in	0	0.0	2	1.2
	Facharbeiter/in	8	2.4	26	15.1
	Meister/in	2	0.6	3	1.7
	Angestellte/r	144	43.6	35	20.3
	Selbständig	18	5.4	16	9.3
	Beamter / Beamtin	0	0.0	6	3.5
	Hausfrau/-mann	8	2.4	9	5.2
	Minijobber/in (400 Euro)	38	11.5	4	2.3
	Rentner/in / Vorruhestand	0	0.0	8	4.6
	arbeitssuchend	26	7.9	5	2.9
Sonstiges	0	0.0	0	0.0	
<b>Sind Sie gläubig?</b>	ja	162	49.1	105	61.0
	nein	168	50.9	67	38.9

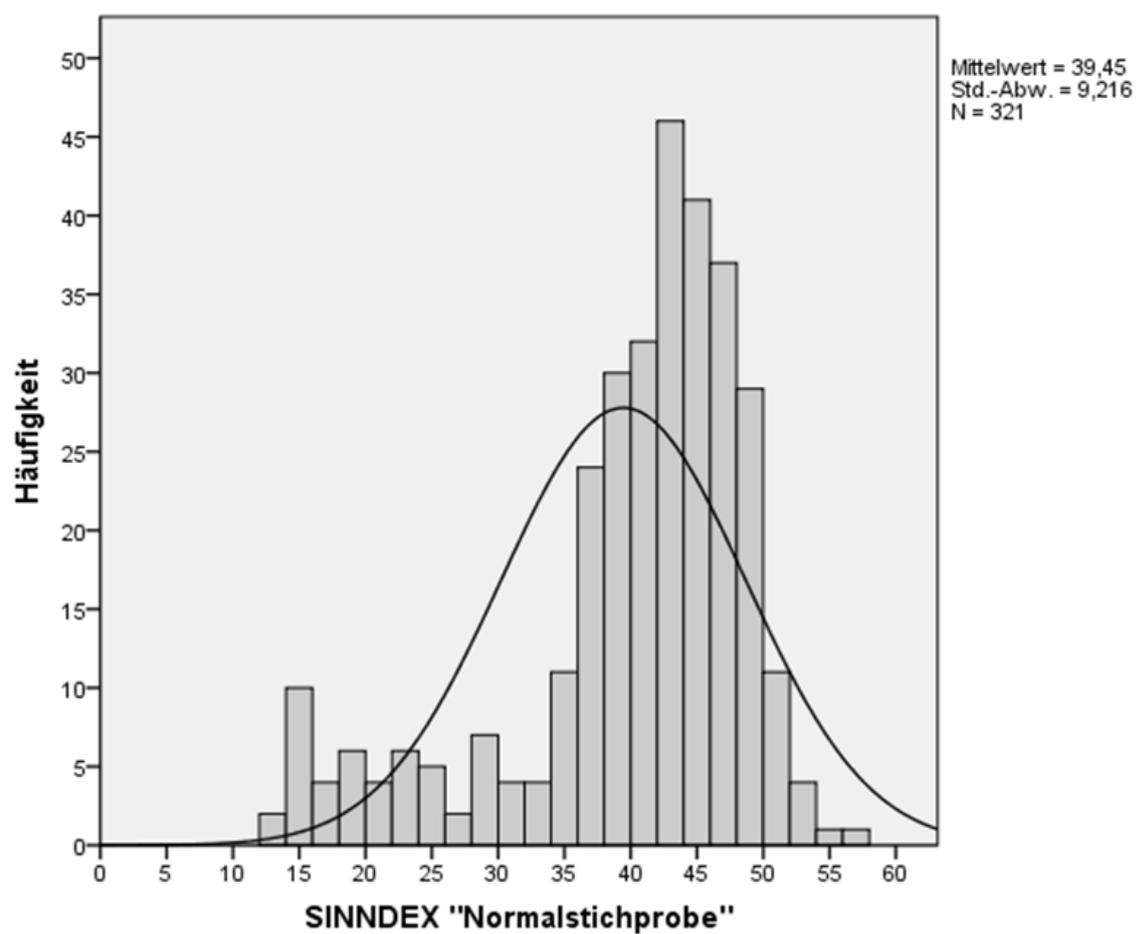
Abbildung G-2: SININDEX-Verteilung in der Normalstichprobe ( $N = 321$ )

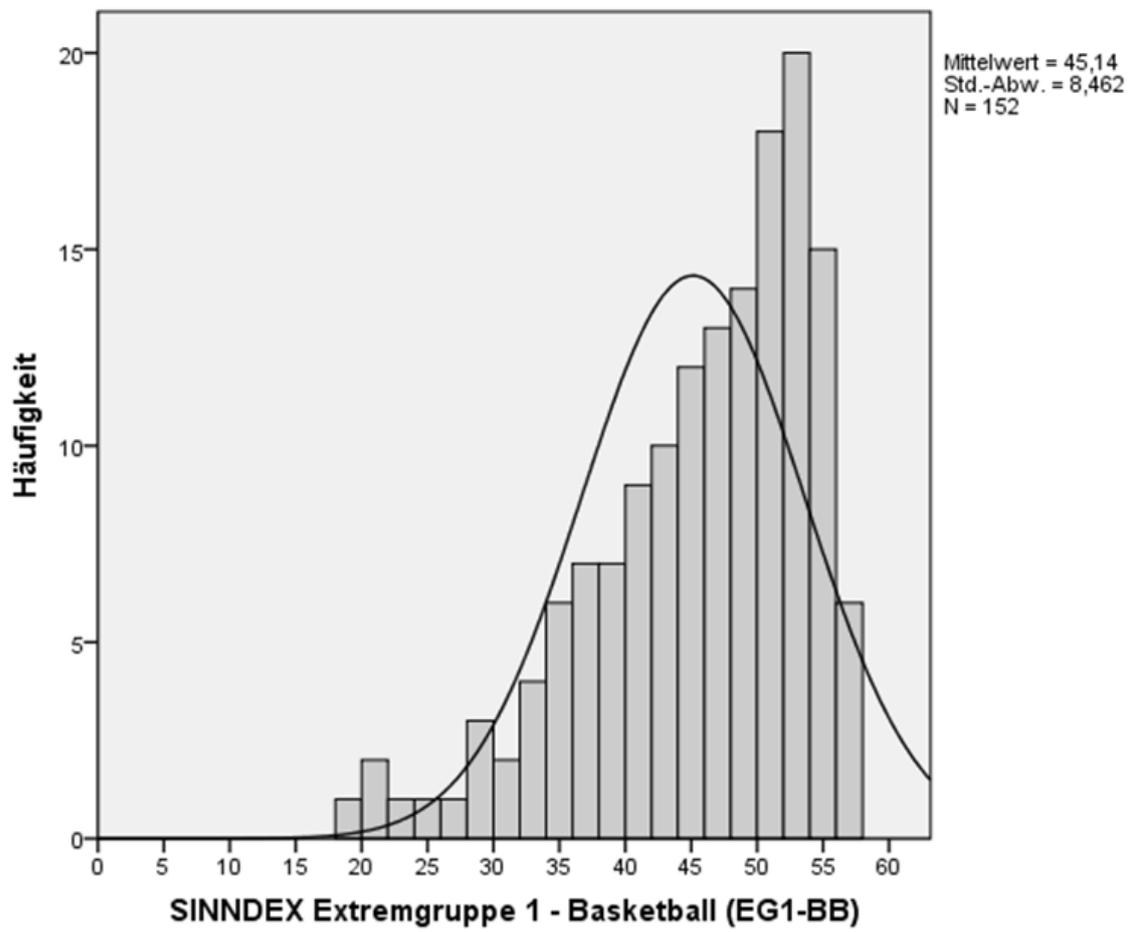
Abbildung G-3: SININDEX-Verteilung in der Extremgruppe 1 – Basketball ( $N = 152$ )

Abbildung G-4: SININDEX-Verteilung in der Extremgruppe 1 – Rugby (N = 178)

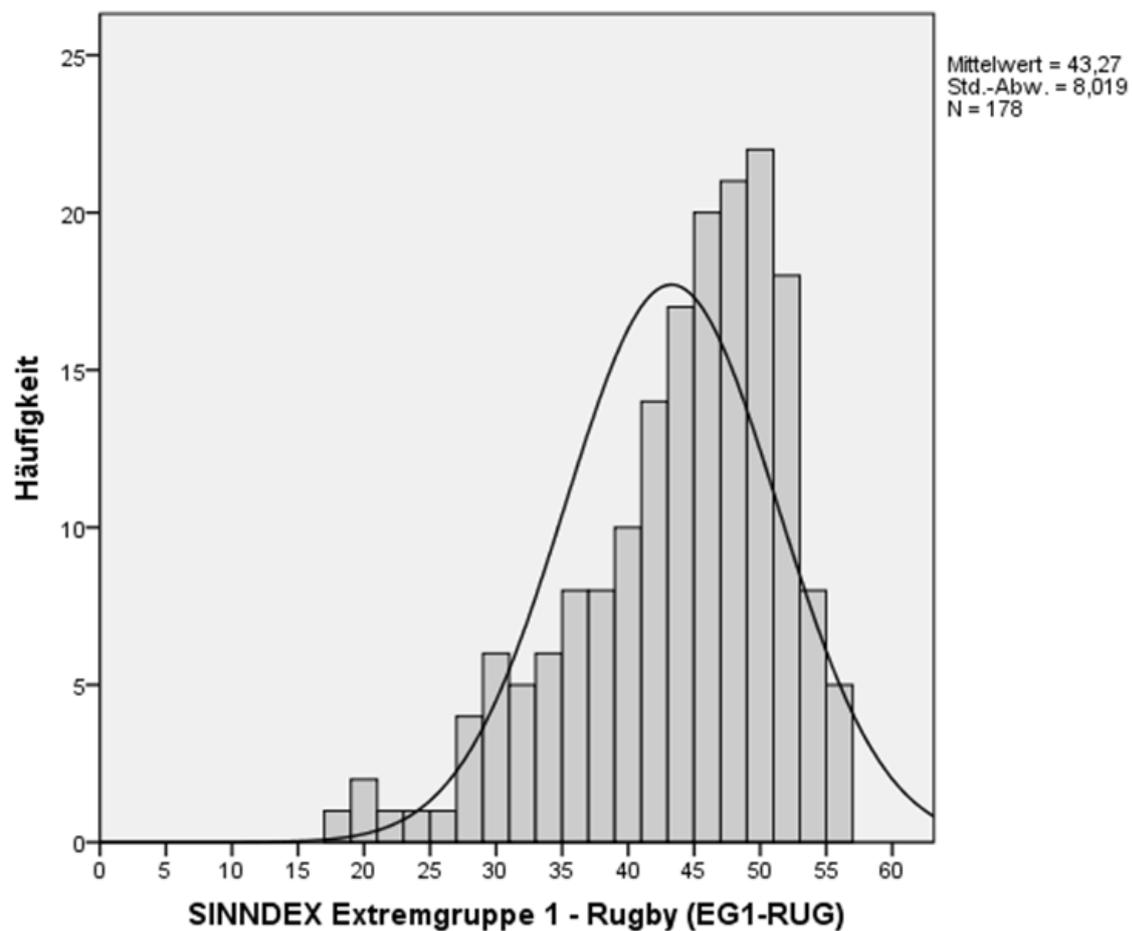


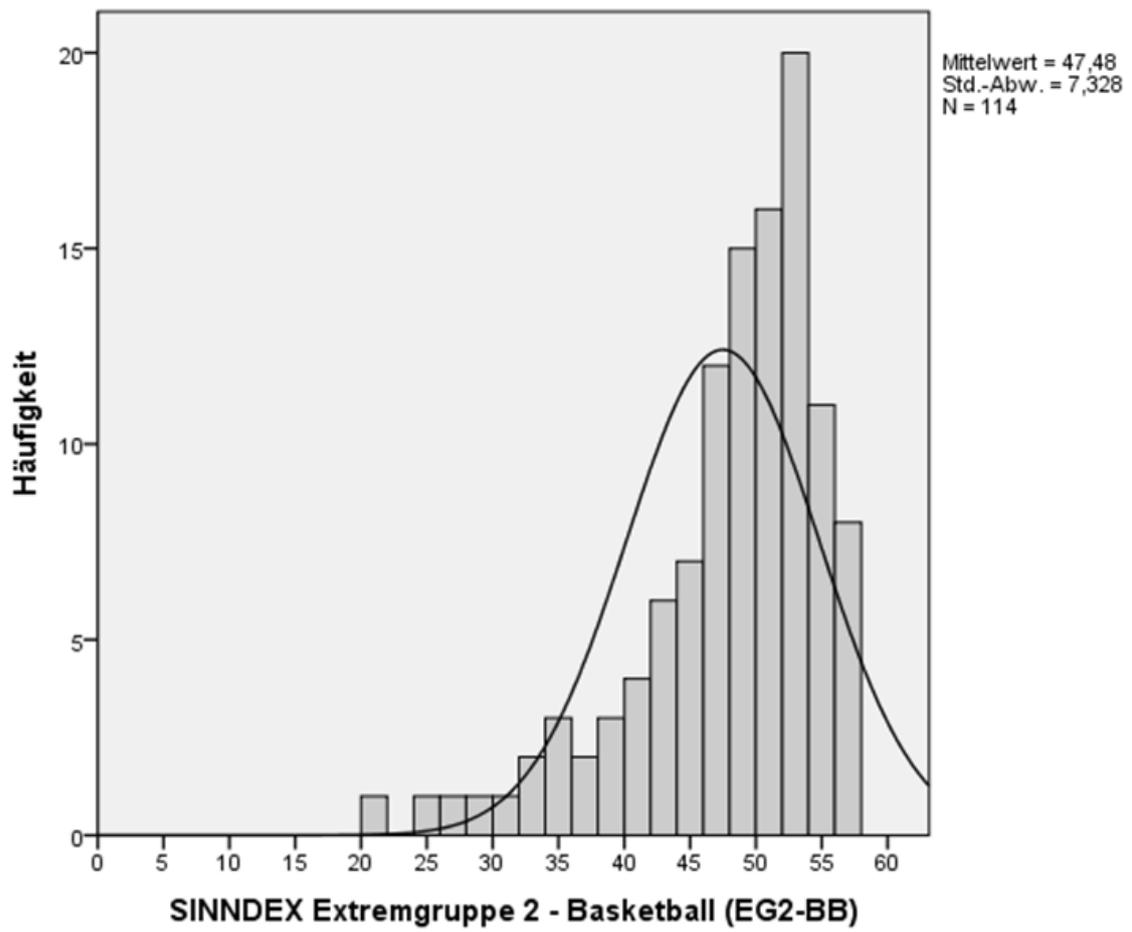
Abbildung G-5: SININDEX-Verteilung in der Extremgruppe 2 – Basketball ( $N = 114$ )

Abbildung G-6: SININDEX-Verteilung in der Extremgruppe 2 – Rugby (N = 58)

