

DIE FRAGE NACH DEM GUTEN LEBEN ALS ZÜNDFUNKE FÜR DIE PRAXIS-FORSCHUNG

30 Jahre empirische Forschung in der Existenzanalyse

ASTRID GÖRTZ

Dieser Beitrag ist eine kurze Reise durch 30 Jahre Forschungsaktivitäten innerhalb der GLE, von der Pionierphase Anfang der 1990er bis heute, nach etwa 150 Forschungsgesprächen mit Alfried und Silvia Längle.

KEY WORDS: empirische Forschung, phänomenologische Forschung

THE QUESTION OF GOOD LIFE AS INITIAL SPARK FOR PRACTICE RESEARCH

30 years of empirical research in Existential Analysis

This contribution is a short journey through 30 years of research activity within the GLE, from the pioneering stage in the beginning of the 1990s until today, following around 150 research conversations with Alfried und Silvia Längle.

KEY WORDS: empirical research, phenomenological research

Wir schreiben das Jahr 1991

Das Psychotherapiegesetz ist seit einem Jahr in Kraft, die Diskussionen in den Ausbildungsvereinen um die Anerkennung sind voll im Gange. Auch in der GLE. Es besteht eine kontroverse Auffassung zu Viktor Frankl um die Bedeutung der Selbsterfahrung im Rahmen der Psychotherapieausbildung. Wie vermutlich den meisten Leserinnen und Lesern bekannt ist, legte Frankl im Frühjahr 1991 auf der Jahrestagung in Hannover den Ehrenvorsitz der GLE zurück. Man könnte dieses Datum als Geburtsstunde der neuen Existenzanalyse, wie sie von Alfried Längle in den darauffolgenden Jahren entwickelt wurde, bezeichnen, vor ziemlich genau 30 Jahren. Alfried Längle vollzog die „emotionale Wende“ – weg von einer sehr kognitiv geprägten, appellativen Form der Gesprächsführung in der Logotherapie, hin zu einer radikal *phänomenologischen*, am Fühlen und Erleben anknüpfenden Existenzanalyse.

Für die Forschung bedeutete dieser Neubeginn eine Chance, zumal es bis dahin noch wenig systematische Forschung in unserer Psychotherapie-Richtung gab. Für die Anerkennung nach dem Psychotherapiegesetz war es aber eine notwendige Voraussetzung, die Wissenschaftlichkeit der Methode auch mit empirischen Forschungsergebnissen nachzuweisen. Im Jahr 1993 gab es zwar in vielen einzelnen Werken verstreut empirische Belege für die Wirksamkeit der Logotherapie, diese waren jedoch bis dahin nicht systematisch aufgearbeitet worden. Alfried Längle beauftragte mich damals mit einer Zusammenschau der vorhandenen empirischen Forschung. So machte ich mich daran, die vorhandene Literatur, die mir Alfried in Form von Bücherstapeln in die Hand drückte – man arbeitete damals noch mit echten, gebundenen Büchern! – möglichst

vollständig auf die darin enthaltenen Gruppenstudien und Fallbeispiele durchzuarbeiten. Diese Zusammenstellung bildete das gemeinsam mit Alfried Längle verfasste Kapitel zu „Publikationen und Diskussion der psychotherapeutischen Methode in der Fachliteratur“ für den Antrag. Gemeinsam mit anderen Nachweisen wie der bisherigen Kongress- und Ausbildungstätigkeit und der schon damals vorhandenen internationalen Vernetzung der GLE war es sicher eine wichtige Grundlage für die Anerkennung der Existenzanalyse als methodenspezifische Ausbildungseinrichtung (Görtz & Längle 1993).

Frankl hatte in seinen Büchern einige Fallstudien beschrieben, vor allem zu den Diagnosen Angstneurose, Zwangsneurose und Sexualneurose. Darin stellte er hauptsächlich die Methoden der Paradoxen Intention und der Dereflexion dar. Diese Fallvignetten würden schon allein auf Grund ihrer Kürze – sie gingen manchmal nur über wenige Absätze oder maximal ein bis zwei Seiten – den heutigen Anforderungen an „Single Case Studies“ nicht annähernd genügen. Vor allem amerikanische Autoren befassten sich in den 1980er Jahren mit Fallgeschichten von unheilbarer Krankheit oder unabänderlichem Leid. Es fällt auf, dass Frankl zwar einige Fälle von existentiellen Vakuum beschrieben hatte, jedoch zum Beispiel keinen einzigen Fall von Depression. Die ersten diesbezüglichen Fallberichte stammten von Alfried Längle selbst (z.B. Längle 1988, 1991) sowie von einigen anderen Autoren, teilweise aus den USA. Ebenso war es Frankls Schülern und Wegbegleitern vorbehalten andere klinische Bilder wie Psychosen, Multiple Personality Disorder, sozial abweichendes Verhalten und psychosomatische Beschwerden – bei Frankl finden sich vereinzelte Fälle wie etwa eine „Magenneurose“ – in mehr oder

weniger ausführlichen Fallberichten darzustellen.

Im Zuge der Zusammenschau von in Bibliotheken zugänglichen quantitativen Studien zur Logotherapie stellte ich fest, dass zu Beginn der 1990er Jahre die Forschungslage in unserer Richtung noch recht schmal war, was Gruppenstudien an größeren Stichproben betraf. Eine größere Zahl an Wirksamkeitsstudien mit Mehr-Gruppen-Design gab es lediglich zur Methode der Paradoxen Intention, die im Umfeld der kognitiven Verhaltenstherapie häufig zur Anwendung kam. Auch diese Forschungen fanden in den USA statt.

Forschungskreis und Forschungsprojekte in der GLE

Innerhalb der GLE herrschte in Bezug auf Forschung damals ein Pioniergeist. Alfried Längle gründete den Forschungskreis, dem über die Jahre viele Persönlichkeiten aus dem Ausbilder*innen-Team, an Forschung interessierte Kolleg*innen und in späteren Jahren hauptamtliche Mitarbeiter*innen aus dem Fachgebiet der Psychologie, die profunde Statistik-Kenntnisse mitbrachten, angehörten. Nach Karin Kalteis hatte über viele Jahre Andreas Harbich diese Funktion inne. In der Anfangsphase war der Forschungskreis von dem Gedanken beseelt, die Existenzanalyse mit den Methoden der quantitativen Forschung auf eine solide empirische Basis zu stellen. Zwei große Forschungsprojekte sollten in den ersten Jahren im Fokus stehen: eine stationäre Evaluationsstudie mit einem Vergleich verschiedener Psychotherapiemethoden im Suchtkrankenhaus Maria Ebene in Vorarlberg – in Kurzform: „die **Maria-Ebene-Studie**“ (vgl. Längle et al. 2000a) – und eine multizentrische Studie mit niedergelassenen Psychotherapeut*innen – kurz: „die **multizentrische Studie**“ (vgl. Längle et al. 2005). Bereits in den Jahren davor hatte Alfried gemeinsam mit Christine Orgler die **Existenz-Skala** entwickelt (Längle et al. 2000b, Orgler 2000). Damit war ein wichtiger Schritt getan, um die Theoreme der Existenzanalyse – damals noch vor der Formulierung der Grundmotivationen, an den Schritten der Sinnerfassungsmethode angelehnt – quantitativ zu erfassen. Später kam der „**Test zur Erfassung der Existentiellen Motivation**“ (TEM, Eckhardt 2001) dazu, an dessen revidierter Neu-Fassung gearbeitet wird. In der Organisation und Durchführungsbegleitung der oben genannten beiden quantitativen Studien lernten wir als Forscher*innengruppe die Faszination und zugleich die Tücken des außeruniversitären Forschens kennen. In spätabendlichen Diskussionen wurde an der Entwicklung von Studien-Designs gefeilt, die unsere Fragestellungen

sinnvoll abbilden sollten, wurden die Möglichkeiten und Grenzen von quantitativer Messung diskutiert. Bis heute trifft sich der Forschungskreis regelmäßig fünfmal im Jahr – vor der Pandemie in den privaten Räumlichkeiten der Familie Längle, wo es sich ausgesprochen gut sinnieren und diskutieren lässt, seither online.

Seit den Anfängen sind zahlreiche – z.T. mit öffentlichen Mitteln geförderte – Forschungsprojekte sowie Dissertationen, Diplomarbeiten und Masterarbeiten zu empirischen Forschungsthemen entstanden, die von Alfried Längle und anderen Mitgliedern des Forschungskreises geplant und betreut wurden. Etliche widmeten sich der Existenz-Skala, die mittlerweile in zahlreiche Sprachen übersetzt worden ist (englisch, spanisch, tschechisch, russisch, finnisch, türkisch, kroatisch, polnisch, ungarisch), dem TEM, anderen existenzanalytischen Erhebungsinstrumenten wie etwa einem Anamnese-Instrument bei Kindern und Jugendlichen (Leiss et al. 2000). Andere Themen können hier nur beispielhaft herausgegriffen werden wie etwa die Erhebung der Sinnfrage in der Bevölkerung (Tutsch et al. 2000), die Evaluation der Ausbildung (Drexler & Görtz 1997), die Zufriedenheit mit existenzanalytischer Psychotherapie (Laireiter et al. 2000) oder die Wirksamkeitsforschung (Scheyer 2011). Etliche empirische Forschungsarbeiten entstanden auch in Russland (z.B. Osin 2009, Ukolova et al. 2014, Shumskiy et al. 2017, Shumskiy & Klimochkina 2018)

Lebensqualitätsforschung

Mein persönliches Forschungsinteresse lag – ursprünglich aus der psychologischen Diagnostik kommend – auf dem Gebiet der Lebensqualitätsforschung. Anfang der 1990er Jahre wurde der Begriff der Lebensqualität in den gesellschaftlichen Bereichen Politik, Ökonomie und Gesundheitswesens sowie in den akademischen Disziplinen Psychologie, Soziologie, und Medizin häufig – teilweise geradezu inflationär – verwendet. Es erschien mir naheliegend, ihn gerade in unserem Feld der existenziellen Psychotherapie als Kriterium für die Wirksamkeitsforschung heranzuziehen. Gleichzeitig war mir klar, dass der begriffliche Rahmen, wie Lebensqualität gefasst und definiert wird, mit dem Ausgangspunkt der Forschung und den damit verbundenen Methoden eng verknüpft ist. Diese unterschiedlichen Begriffsrahmungen wollte ich nicht bloß theoretisch ergründen, sondern mir auch praktisch erarbeiten. So kam es im ersten Teil meiner Studie zur Entwicklung eines „Fragebogens zur existentiellen Lebensqualität“. Dieser erwies sich als gut geeignet, Veränderungen zwischen Therapiebeginn und The-

rapieabschluss in Zahlen abzubilden, und zwar auf der Ebene des „**existentiellen Wohlbefindens**“ (Görtz 2005). Die Steigerung des existentiellen Wohlbefindens war für Patienten nach einem stationären Alkoholzug mit anschließender stationärer Psychotherapie in keinem anderen erfassten Bereich so deutlich ausgeprägt. Was mich im Zuge der Fragebogen-Entwicklung darüber hinaus besonders freute, war der Umstand, dass es im Fall des Existentiellen Wohlbefindens gelang, mit einem strengen statistischen Verfahren – nämlich der Rasch-Analyse – die existentiellen Grundmotivationen auf der psychodiagnostischen Ebene der Befindlichkeit als voneinander abgrenzbare Dimensionen empirisch-mathematisch nachzuweisen, zumindest für die – allerdings heterogene – Gruppe von etwa 230 Suchtpatient*innen im Rahmen der Maria-Ebene-Studie.

Die Frage nach dem guten Leben

Neben dem Versuch der Quantifizierung von Lebenszufriedenheit und existentiellem Wohlbefinden enthielt die Forschungsarbeit einen zweiten, nämlich qualitativen Teil. Mit 15 Patienten führte ich Interviews durch. Dabei bildete die Frage nach dem guten Leben einen passenden thematischen Rahmen. Doch im Zuge der Auswertung nach der Methode der Inhaltsanalyse, die ein Aggregieren von Kategorien vorsieht, merkte ich, wie „dünn“ die daraus resultierenden Aussagen blieben. Alles, was im persönlichen Gespräch mit den Patienten mitgeschwungen hatte, ging durch die Reduzierung auf den bloßen *Inhalt* des Gesprochenen verloren. Was die Patienten „eigentlich“ ausdrückten, blieb auf der Strecke. Sehr bald war klar, dass diese Methodik nicht geeignet ist, das phänomenologische Arbeiten in der Existenzanalyse und die für unsere Richtung bedeutsamen Veränderungen im therapeutischen Prozess zu erfassen.

Ungefähr zu dieser Zeit trat Christine Krempf, eine Ausbildungskandidatin, an mich heran, die eine Abschlussarbeit im Bereich der Forschung machen wollte. Sie arbeitete mit Insassen einer Haftanstalt und wollte die Gespräche mit diesen Personen noch etwas systematischer auswerten. Sehr rasch entschied sie sich, ihnen die Frage nach dem guten Leben zu stellen. Im Forschungskreis entwickelten wir in der Folge gemeinsam die Fragen zum Lebensqualitätsinterview weiter, so wie dieses bis heute in verschiedenen Forschungsprojekten durchgeführt wird. Faszinierend und berührend war und ist es, im gemeinsamen phänomenologischen Schauen immer tiefer zu erfassen zu versuchen, was Menschen mit unterschiedlichem Lebenshintergrund – Patienten oder Nicht-

Patienten – bei der Frage bewegt „Was bedeutet für Sie ein gutes Leben?“

Diese Frage, so zeigt es sich immer wieder in den unterschiedlichsten Forschungssettings, vermag Menschen tief anzusprechen. Für manche ist es eine große, herausfordernde Frage und führt vielleicht zu einem Ausweichen, zu einem Zaudern oder einem Stocken. Immer eröffnet sie einen Raum, sich zu zeigen im Umgang mit sich und dem eigenen Leben. Im geduldigen oftmaligen Hinhören der Auswerter*innen – die Interview-Antworten werden immer auf Tonträger aufgezeichnet und in der Gruppe wieder und wieder angehört, oft fünfmal, sechsmal dieselbe Passage – eröffnet sich ein Blick in die Tiefe der Person, auf ihr Vermögen und ihr Leiden, darauf, wie sie gerade in ihrem Leben vor uns steht. Daraus entstanden die ersten Arbeiten zur Entwicklung der phänomenologisch-hermeneutischen Methode (Längle S et al. 2006, Längle S 2007). Besonders spannende Einblicke in die therapeutische Wirksamkeit brachte die Kombination von quantitativen Tests und einer phänomenologischen Interview-Auswertung bei Einzelfällen (Längle S & Görtz 2013).

Darüber hinaus kam phänomenologisch-hermeneutische Methodik auch bei anderen Fragestellungen zur Anwendung (Görtz 2007, König 2008).

Die Verbindung von quantitativer und qualitativer Erfassung des therapeutischen Prozesses ist mittlerweile der Normalfall, so auch in zwei größeren Projekten, die aktuell vom Forschungskreis betreut werden: eine Studie in der niedergelassenen Praxis, die von Psychotherapeut*innen in Ausbildung unter Supervision getragen wird, und eine weitere Studie im stationären Bereich, in der Langzeit-Therapiestation Carina in Feldkirch (Näheres dazu findet sich auf der Homepage der GLE-International).

In den letzten Jahren hat Silvia Längle die phänomenologisch-hermeneutische Methode in ihren wissenschaftstheoretischen Grundlagen und ihrer konkreten Anwendung detailliert beschrieben (Längle S 2007, 2015, Längle S & Häfele-Hausmann 2016). Derzeit wird die Methode in der so genannten „Carina-Studie“ (benannt nach der Therapiestation Carina in Vorarlberg, wo die Patient*innen-Interviews durchgeführt werden) im Rahmen eines kombinierten qualitativ-quantitativen Studien-Designs angewendet. Mit Spannung erwarten wir erste Ergebnisse in naher Zukunft. Die Studierenden und Kandidat*innen, die an diesem Projekt mitarbeiten, sind mit Engagement und Freude bei dieser Form des Forschens dabei – ein Forschungsbemühen, das im geduldigen Hinschauen, Hinfühlen und Hinspüren in den Inhalt der Worte, die Struktur der Sprache, den Sprachfluss, die Stimme, etc. und unter wiederholtem Einklammern des Eigenen, Dazugestellten, dem Patienten nicht Zugehörenden eine

Nähe zum phänomenologischen therapeutischen Arbeiten aufweist. Die Begeisterung der Forscher*innen zeigt sich nicht zuletzt darin, dass die Master-Studierenden des Universitätslehrgangs Salzburg viele Stunden für das Transkribieren, das gemeinsame Auswerten und das schriftliche Darstellen des Forschungsprozesses aufwenden. Einen akademischen Abschluss könnte man vielleicht auch leichter erlangen... Der „Zündfunke“ für eine der Existenzanalyse gemäße Praxis-Forschung ist spürbar übergesprungen.

Literatur

- Drexler H, Görtz A (1997) Resumé aus der Auswertung der Fragebogenaktion über die Ausbildung der GLE. *Existenzanalyse* 14/ 1, 39–41
- Eckhardt P (2001) Skalen zur Erfassung existentieller Motivation, Selbstwert und Sinnerleben. *Existenzanalyse* 18, 1, 35–39
- Görtz A (2005) Existentielle Lebensqualität: ein Outcome-Kriterium in der Psychotherapieforschung. *Psychotherapie Forum* 13/2, 61–68
- Görtz A (2007) Phänomenologische Diagnostik mit dem TAT bei Jugendlichen. *Existenzanalyse* 24/2, 65–75
- Görtz A, Längle A (1993) Antrag für die Anerkennung der Existenzanalyse als methodenspezifische Ausbildungseinrichtung für Psychotherapie. GLE-Verlag
- König R (2008) Existenzanalytisch-phänomenologische Herangehensweise an projektive Verfahren am Beispiel des Szenotests. Masterthesis Schloss Hofen
- Laireiter A-R, Schirl Ch, Kimeswenger I, Längle A, Sauer J (2000) Zufriedenheit mit Existenzanalyse. Ergebnisse einer katamnesticen Feldstudie zur Patientenbeurteilung von existenzanalytisch-logotherapeutischer Psychotherapie. *Existenzanalyse* 17/ 3, 40–50
- Längle A (1988) Befreiung zum Sein. In: Längle A (Hrsg) *Entscheidung zum Sein*. München: Piper, 68–82
- Längle A (1991) Depressive Verstimmung und Persönlichkeit, depressives Verhalten. Eine Fallstudie zur Interaktion von Psychopharmaka und existenzanalytischer Psychotherapie. In: Danzinger R (Hrsg) *Psychodynamik der Medikamente. Interaktion von Psychopharmaka mit modernen Therapieformen*. Berlin: Springer, 47–54
- Längle A, Görtz A, Rauch J, Jarosik H, Haller R (2000a) Effektivitätsstudie zur Existenzanalyse. *Existenzanalyse* 17/3, 17–29
- Längle A, Orgler Ch, Kundi M (2000b) Die Existenzskala (ESk). Göttingen: Beltz-Hogrefe
- Längle A, Görtz A, Probst C, Probst M, Lopatka C, Kubin M, Steinert K (2005) Wie wirksam ist existenzanalytische Psychotherapie: ein Projektbericht zur Existenzanalyse. *Psychotherapie Forum* 13/2, 54–60
- Längle S (2007) Phänomenologische Forschung in der Existenzanalyse. *Existenzanalyse* 24/2, 54–61
- Längle S (2015) Methode zur Praxis hermeneutisch-phänomenologischer Forschung. *Existenzanalyse* 32/2, 64–70
- Längle S, Görtz A, Steinert K, Krempl Ch (2006) Was wäre ein gutes Leben? Erste Ergebnisse einer Befragung von Inhaftierten. *Existenzanalyse* 23/2, 64–68
- Längle S, Görtz A (2013) Lebensqualität vor und nach stationärer Suchttherapie. Quantitative und qualitative Forschungsergebnisse im Vergleich. *Existenzanalyse* 32/2, 51–63
- Längle S, Häfele-Hausmann S (2016) Übungen zur phänomenologischen Methode. *Existenzanalyse* 33/2, 65–74
- Leiss U, Wurst E, Herle M, Polazeck B, Tutsch L (2000) Existenzanalytische Exploration für Kinder und Jugendliche. *Existenzanalyse* 17/3, 30–39
- Orgler Ch (2000) Die Existenz-Skala (ESK). Ein existenzanalytisches Diagnostikum für Forschung und Praxis. *Existenzanalyse* 17/ 3, 56–62
- Osin E (2009) Subjective Experience of Alienation: Measurement and Correlations. *Existenzanalyse* 26/1, 4–11
- Scheyer D (2011) Verbesserung selbst bei Therapieabbruch. Diplomarbeit, Universität Wien
- Shumskiy V B, Osin, E N, Ukolova E M (2017) PSYchometrics in pursuit of existence: A new version of the Test of Existential Motivations. *Existenzanalyse* 34/2, 123–137
- Shumskiy V B, Klimochkina A Y (2018) Religiosity and Existential fulfillment in Muslim and Buddhists living in Russia. *Existenzanalyse* 35/2, 19–30
- Tutsch L, Drexler H, Wurst E, Luss K, Orgler C (2000) Ist Sinn noch aktuell? *Existenzanalyse* 17/3, 4–16
- Ukolova E M, Shumsky V B, Osin E N (2014) TEMIR – A Test to Measure Existential Motivations in Interpersonal Relationships: Factorial Structure, Reliability and Validity. *Existenzanalyse* 31/2, 4–12

Zur Person der Autorin:

ASTRID GÖRTZ

Klinische Psychologin, (Lehr-)Psychotherapeutin, (Lehr-)Supervisorin, Ausbilderin für Psychotherapie, Universitätslektorin

Anschrift der Verfasserin:

MAG.^A DR.^{IN} ASTRID GÖRTZ

Breitenfurter Straße 376/10/17

A–1230 Wien

astrid.goertz@existenzanalyse.org