

KURZ NOTIERT

Einfluss elterlicher Gene. Mäuse haben genau so wie Menschen jeweils eine Kopie ihres Erbguts vom Vater und eine von der Mutter bekommen. Welche der beiden Varianten aktiv ist, variiert sehr stark in den unterschiedlichen Organen, berichten Wiener Wissenschaftler im Fachblatt „eLife“. Sie haben erstmals die Aktivitäten aller Genkopien bei Mäusen erfasst. Bisher ist man davon ausgegangen, dass in allen Geweben die gleichen Genkopien aktiv sind.

Supervision für Tiere. Nicht nur Psychologen und Therapeuten, auch Therapiehunde brauchen regelmäßig „Supervision“. Denn wird etwa mit verhaltensauffälligen Patienten gearbeitet, sei das für den Hund genauso anstrengend wie für Therapeuten, erklären Erlanger Wissenschaftler. So sollte bei Einsätzen der Tiere stets die menschliche Bezugsperson dabei sein, um Stress-Signale zu erkennen und dem Tier Rückzugsmöglichkeiten zu geben. Zudem sollten die Tiere jährlich von einem externen Experten überprüft werden, am besten einem Verhaltensbiologen oder einem spezialisierten Tiermediziner.

Richard Anderson ist tot. Der aus TV-Serien wie „Der Sechsmillionen-Dollar-Mann“ und „Perry Mason“ bekannte US-Schauspieler Richard Anderson ist tot. Er starb am Donnerstag im Alter von 91 Jahren in seinem Haus in Los Angeles, wie ein Sprecher der „New York Times“ bestätigte. Anderson spielte auch in Stanley Kubricks Antikriegsfilm „Wege zum Ruhm“ und im Südstaaten-Drama „Der lange heiße Sommer“ mit.

TV-Quoten August. Nur geringfügig Bewegung hat es im August bei den Quoten der heimischen TV-Sender gegeben. Die Hauptsender des ORF lagen wie schon im Juni bei knapp 30 Prozent Marktanteil, ATV legte leicht zu (auf 2,8 Prozent), Puls4 verlor etwas (auf 2,6 Prozent). ServusTV ist hochofret über 2,3 Prozent Marktanteil.

Asteroid fliegt an Erde vorbei. Der Asteroid Florence passierte die Erde und ist ihr dabei so nahe gekommen wie kein anderer dieser Größenordnung. Doch trotz eines Durchmessers von 4,4 Kilometern stellte der Himmelskörper laut Europäischer Raumfahrtbehörde ESA keine Gefahr dar: Er zog am Freitagnachmittag in einer Distanz von sieben Millionen Kilometern an der Erde vorbei.

Der zeitlose Sinnstifter

Zum 20. Todestag Viktor Frankls – seine Lehre ist heute ungebrochen aktuell.



Der 1997 verstorbene Viktor Frankl ist Begründer der Dritten Wiener Psychotherapeutischen Schule.

Foto: apa/Gindl

Von Alexandra Grass

Wien. Als Begründer der Logotherapie und der Existenzanalyse hat er zeit seines Lebens die Frage nach dem Sinn in den Mittelpunkt gestellt. Heute, Samstag, jährt sich der 20. Todestag des großen österreichischen Neurologen und Psychiaters Viktor Frankl. Über die Bedeutung der Dritten Wiener Psychotherapeutischen Schule nach Sigmund Freud und Alfred Adler für die heutige Zeit hat die „Wiener Zeitung“ mit dem Kärntner Psychotherapeuten und Sachbuchautor Helmut Graf gesprochen.

„Wiener Zeitung“: Welche Relevanz hat Viktor Frankl heute?

Helmut Graf: Hinter dieser Frage steckt jene, wie wir den Menschen heute sehen wollen. Sehen wir ihn triebgesteuert, als Wesen, das keine Freiheit hat, anders zu tun und anders zu denken als das, was das Kollektiv ihm heute vorgibt, wie es Sigmund Freud meinte. Oder sehen wir, wie Frankl, die geistige Ebene des Menschen, in der er Freiheit erfährt. Diese Bedeutung des ganzheitlichen Menschenbildes hat Frankl geprägt. Das heißt, wir sind nicht nur Opfer, sondern haben und können auch auf heutige

Herausforderungen antworten. Es liegt in unserer Entscheidung.

Das Menschenbild ist demnach die Grundvoraussetzung. Die äußeren Einflüsse auf den Menschen sind dennoch vorhanden und haben sich im Laufe der Zeit scheinbar verändert. Haben sie sich tatsächlich verändert?

Von den Grundvoraussetzungen nicht, es sind nur die Fakten andere geworden. Stellen wir uns Viktor Frankl nach dem Zweiten Weltkrieg im zertrümmerten Österreich vor. Damals wusste man nicht, wie es weitergeht. Aber auch heute befinden wir uns in einem Provisorium. Übertragen wir das in das Wirtschaftsdenken. Salopp gesagt, was am Vormittag auf CEO-Ebene ausgemacht wird, ist am Nachmittag nicht mehr gültig. Wir müssen angeblich so flexibel sein. Natürlich brauchen wir die Fähigkeit, rasch auf Veränderungen der Zeit zu reagieren. Andererseits brauchen wir auch ein Grundbedürfnis an Stabilität. Genau in diesem Spannungsfeld müssen wir die provisorische Daseinshaltung auflösen. Und wenn ich einen Sinnhintergrund in meinem Leben habe, kann ich mit einem solchen Provisorium leichter leben.

Einer Umfrage zufolge glaubt fast die Hälfte der Österreicher, dass es

in den nächsten zehn Jahren in Österreich keine Verbesserung geben kann. Wie konstruktiv ist diese Einstellung?

Man spricht dabei von einer fatalistischen Lebenseinstellung, von der Ohnmacht des kleinen Mannes. Es mag sein, dass wir in einer schwierigen Zeit leben, aber die Frage ist, welche Antwort geben wir dem Leben und auf unsere Herausforderungen.

Denkt man an Soziale Medien, so scheint die Meinung des Kollektivs immer mehr Bedeutung zu haben.

Wenn ich nicht poste, dann werde ich nicht mehr gesehen. Wenn ich Social Media nicht nutze, dann bin ich quasi draußen. Der bittere Preis ist, dass die Individualität, das Ich-Sein sich im Kollektiv auflöst. Dann dürfen wir uns nicht wundern, dass es so etwas wie eine Sinnkrise gibt.

Ist der Mensch überhaupt noch fähig, da gegenzusteuern?

Zwei Elemente, auf die Frankl aufmerksam gemacht hat, sind hier zu bedenken: Die Scheu vor der Verantwortung und die Flucht vor der Freiheit, die wir heute im Alltag immer wieder finden. Nehmen wir das Beispiel Mobbing am Arbeitsplatz. Schwimme ich im Kollektiv mit, oder übernehme ich Verantwortung und nehme ich mir die Freiheit, hier die Unge-

rechtigkeit aufzuzeigen. Das ist bestimmt sehr unbequem. Aber die Sinnsuche kann auch manchmal sehr unbequem sein. Auf der anderen Seite hält es allerdings auch gesund. Denn Sinn trägt unglaublich positiv zur seelischen Gesundheit bei.

Was liegt der Suche nach dem Sinn zugrunde?

Frankl hat drei Wege aufgezeigt, wie Sinn entdeckt werden kann. Der erste sind die schöpferischen Werte. Das heißt, ich kann meine Fähigkeiten und Talente irgendwo einbringen, mitunter auch ohne dafür bezahlt zu werden. Der zweite Weg hat mit dem Menschsein zu tun. Werde ich als Mensch, so wie ich bin, wahrgenommen und akzeptiert. Aber nicht aufgrund einer tollen Leistung oder eines guten Aussehens, sondern aufgrund meiner Persönlichkeit. Schaut man in die Wirtschaft, dann liegt schon manches im Argen. Wir werden über das definiert, was wir leisten. Das fördert nicht unser Sinnerlebnis. Der dritte Weg ist der Umgang mit kaum oder nicht veränderbaren Lebensbedingungen. Alles zusammen zeigt, dass Sinn nicht etwas theoretisches ist, sondern etwas sehr praktisches. Frankl hat dabei vom existenziellen Sinn gesprochen.

In Summe gesehen scheint es heute für Erwachsene nicht ganz leicht zu sein, Sinn zu finden. Wie sollen es dann die Kinder lernen?

Auch wenn es in meinem Umfeld viele Sinnwidrigkeiten gibt, kann ich selbst für mich Sinn entdecken. Denn jeder Einzelne kann auf Herausforderungen anders antworten, anders entscheiden. Denn wir sind nicht Getriebene, nicht nur immer Opfer, sondern auch Entscheider. ■

ZUR PERSON



Helmut Graf

ist Psychotherapeut und Geschäftsführer der logo consult Unternehmensberatung.

Als Sachbuchautor hat er Publikationen über Viktor Frankl verfasst und dessen Lehre für das Management aufbereitet.

Foto: privat

Der Feuervogel | Petruschka | Movements to Stravinsky

Termine: 13., 21. September, 8., 10., 15., 21. Oktober 2017

Choreographie: Andrey Kaydanovskiy | Eno Peçi | András Lukács

Musik: Igor Stravinsky

Info: 01/514 44-3670 | Karten: 01/513 1 513 | tickets@volksoper.at | www.wiener-staatsballett.at | www.volksoper.at

operette

oper

musical

ballett

VOLKSballett
OPER

WIENER STAATSBALLETT

Anzeige