

Migration aus logotherapeutischer Sicht

DIPLOMARBEIT

vorgelegt von

GELAREH NEZAMDOUST

Ausbildungseinrichtung

Europäische Akademie für Logotherapie und Psychologie

Ausbildung

Lehrgang zur Lebens- und Sozialberaterin/Psychologischen Beraterin

Ausbildungsjahre / Ort

2020-2023 / Graz

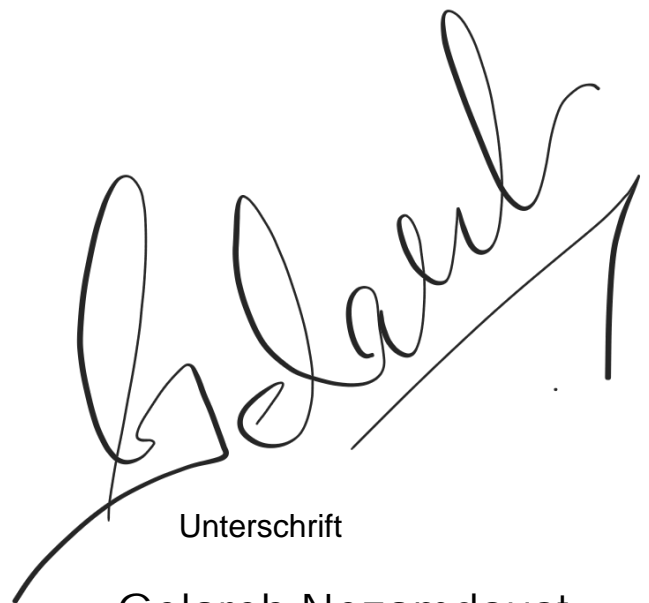
Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere an Eides statt, dass ich die vorliegende Diplomarbeit ohne fremde Hilfe und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Quellen und Hilfsmittel angefertigt und alle aus ungedruckten Quellen, gedruckter Literatur oder aus dem Internet im Wortlaut oder im wesentlichen Inhalt übernommenen Formulierungen und Konzepte gemäß den Richtlinien wissenschaftlicher Arbeiten zitiert bzw. mit genauen Quellenangaben kenntlich gemacht habe.

Diese Arbeit wurde in gleicher oder ähnlicher Form weder im In- noch im Ausland in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt und stimmt mit der durch die Begutachterin beurteilten Arbeit überein.

Ort, Datum

Graz, 05.01.2023



Unterschrift

Gelareh Nezamdoust

Vorwort

Das Interesse und die Motivation für die Auswahl dieses Themenbereiches erfolgten neben der aktuellen migrationspolitischen Relevanz, aus persönlichem Interesse. Einerseits weise ich selbst einen Migrationshintergrund auf, und andererseits arbeite ich schon seit 15 Jahren bei P.H. Betreuung und Beherbergung E.U. mit Ausländern, Migranten, Asylanten und Flüchtlingen, wobei es für mich persönlich zwischen diesen Menschengruppen keinen Unterschied gibt. Denn sie alle suchen und brauchen Eins: Halt, eine Unterbringung (Raum), und Schutz. Meine Arbeit mit ihnen begründet die Auswahl dieses Themas für meine Diplomarbeit. So entstand mein Interesse daran herauszufinden, wie man anhand logotherapeutischer Methoden, die Arbeit und somit die Betreuung dieser Menschengruppe in Österreich verbessert werden kann.

Um den Lesefluss zu erleichtern habe ich mich in der vorliegenden Arbeit dazu entschlossen, bei all jenen Wörtern, deren weibliche Form auf “-in” endet, auf die weibliche Form zu verzichten, wenn beide Geschlechter angesprochen wurden.

Inhaltsverzeichnis

Eidesstattliche Erklärung

Vorwort

Inhaltsverzeichnis	4
Danksagung.....	5
1. Einführung.....	6
1.1 Definition von Logotherapie.....	7
1.2 Definition von Migration.....	7
2. Das Menschenbild der Logotherapie.....	8
2.1 Der Mensch nach Viktor Frankl.....	8
2.2 Die drei Säulen der Logotherapie.....	8
3. Die Gesprächsform der Logotherapie in Hinsicht auf die Migrationsarbeit: Dialog, Werte und Gewissen.....	9
3.1. Beispiel 1: arbeitslose Migranten.....	11
3.2. Beispiel 2: Auswanderung und die Problematik der Ambivalenz.....	12
4. Die Wichtigkeit der interkulturellen Kompetenz der Betreuer.....	13
4.1 Beispiel: Animieren Feste zu feiern.....	14
5. Die Identitätsproblematik und die Suche nach dem Sinn im Leben....	14
5.1. Das Konzept des „Othering“.....	14
5.2. Die richtige Argumentation.....	15
5.3 „Deshalb“ statt „Warum?“ und die Feindesliebe.....	16
Zusammenfassung.....	19
Literaturverzeichnis	

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich mich bei meiner Familie bedanken, die mich während meiner Ausbildung immer unterstützt und motiviert haben.

Mein Dank gilt auch dem Team der EALP-Akademie für die hilfreichen Anregungen und die gute Zusammenarbeit, sowie für die Unterstützung der jeweiligen Referenten, die immer ein offenes Ohr für mich hatten. Dafür möchte ich mich herzlich bedanken.

Ein besonderer Dank gilt allen Menschen und Kollegen, mit denen ich die Ehre habe, tagtäglich meine Arbeit auszuführen. Eine Tätigkeit die mich als Betreuerin aber auch als Mensch sehr verändert hat.

1. Einführung

Ob als Ausländer, Migrant, Flüchtling oder Asylant; eine Auswanderung/Flucht bringt nicht nur große Herausforderungen wie eine neue Kultur, eine neue Sprache, neue Wohnverhältnisse, Trennung von der Familie, finanzielle Herausforderungen, behördliche Wege mit sich, meistens tritt ein weiteres unbekanntes, unerwartetes Hindernis auf: der Verlust der eigenen Identität. Plötzlich ist man nicht mehr der Mensch der man in seiner Heimat war, man ist allein, und angewiesen, ein bis zu diesem Zeitpunkt für die meisten Personen unbekannter Zustand. Es kommt zum Prozess der Wiederfindung der eigenen Identität. Im besten Fall gelingt dem Menschen die Wiederfindung der eigenen Identität. Aber bis er zu diesem Punkt kommt, muss er sich durch unzählige Situationen des Leidens durchkämpfen. Im schlimmsten Fall erkranken Menschen (psychisch) daran. Diese Diplomarbeit soll eine Einsicht in die Logotherapie, und die mögliche Hilfestellung durch die Existenzanalyse bei Menschen, die nach Österreich zugewandert sind, ermöglichen. Sie versucht anhand Logotherapeutischer Einsichten zu zeigen, wie man als Betreuer den Menschen helfen und zu der Erkenntnis bringen kann, dass alle Lebenssituationen, auch wenn sie durch Leid geprägt werden, etwas Positives haben, vorausgesetzt man begegnet diese Menschen mit der richtigen Haltung und Einstellung.

Im ersten Kapitel setzte ich mich mit der Definition der Logotherapie und der Migration auseinander.

Im zweiten Kapitel beschäftige ich mich damit wie der Mensch nach Frankl, beziehungsweise in der Logotherapie gesehen wird. Im selben Kapitel werden auch die drei Säulen der Logotherapie dargestellt.

Im dritten Kapitel geht es um die Gesprächsform der Logotherapie. Darüber welchen Charakter der Dialog in einer Beratung haben sollte, die Wichtigkeit der Werte und die Rolle des Gewissens. Anhand von zwei Beispielen wird die Form des Dialogs geschildert.

Im vierten Kapitel schreibe ich über die Wichtigkeit sozialer, aber auch interkultureller Kompetenzen in der Beratung. Anhand eines Beispiels wird eine Anregung dazu geschildert.

Im fünften und letzten Kapitel dieser Arbeit geht es um die Identitätsproblematik und die Suche nach dem Sinn vom Leben. Auch der Begriff des „Othering“ wird erläutert, der ein Teil dieser Problematik ist und in diesem Prozess sehr präsent ist. Andererseits wird auch im selben Kapitel über die Wichtigkeit der richtigen Argumentation von Ereignissen die Menschen in Ihren Leben erleben berichtet. Auch wird in diesem Kapitel über die Einsicht geschrieben: „nicht das Leben hinterfragen, sondern dem Leben zu antworten“. Wir haben nicht die Macht Ereignisse in unserem Leben zu manipulieren, beziehungsweise sie zu ändern, aber wir haben die Freiheit die Antwort auf diese Ereignisse, also die Art und Weise, wie wir mit ihnen umgehen, zu wählen.

1.1 Definition von Logotherapie

Im Zusammenhang mit Logotherapie meint Logos Geist und, darüber hinaus Sinn. Unter Geist ist zu verstehen die Dimension der spezifisch humanen Phänomene. Denn menschliches Dasein geht immer schon weit über sich hinaus, und weist immer schon auf einen Sinn hin (vgl. Frankl, 2019, S. 243)

Die Logotherapie wurde von dem Wiener Psychiater und Neurologen Viktor Frankl begründet, und wird als die „Dritte Wiener Schule der Psychotherapie“ dargestellt (vgl. Lukas, 2002, S. 14). Im Gegensatz zur Psychotherapie, die sich um die Bewusstmachung vom Seelischen bemüht, versucht die Logotherapie demgegenüber über das Geistige bewusst zu machen. Wobei sie in ihrer Spezifikation als Existenzanalyse darum bemüht ist das Verantwortlichseins - als Wesensgrund der menschlichen Existenz – dem Menschen zum Bewusstsein zu bringen (vgl. Frankl, 2019, S. 66). Und mit der Verantwortung bezieht sich Frankl auf die Verantwortung gegenüber einem Sinn, nämlich der Sinn des Menschenlebens. Somit kann man die Logotherapie als eine Anthropologie bezeichnen, die sich mit dem Willen zum Sinn im Menschen beschäftigt.

Die Gesundheitswissenschaftlerin Sabine Wöger bezeichnet die Logotherapie als eine Psychotherapie vom Geistigen her (vgl. Wöger, 2020, S. 10).

1.2 Definition von Migration

Als nächstes möchte ich den Begriff der Migration definieren der laut dem Migrationsrat für Österreich nicht nur die Wanderung jener Menschen, die sich auf Dauer in einem Land niederlassen wollen, ist, sondern auch jener die nach ihrem temporären Aufenthalt in andere Länder weiterwandern, oder wieder in die Herkunftsregion zurückkehren. Die Migration erfolgt vereinfacht dargestellt in den Kategorien Fluchtmigration, Familienmigration und Arbeitsmigration. Diese Bereiche sind unterschiedlich geregelt, und bei Vorliegen der jeweiligen rechtlichen Voraussetzungen kann man von „legaler“ Migration, oder in Falle des Nichtvorliegens der rechtlichen Kriterien, von „irregulärer“ Migration sprechen. Eine neue Form der (Arbeits-)Migration mit ungekannten quantitativen Ausmaßen könnte künftig durch Lebensraumverlust entstehen, der durch Klimawandel und/oder rücksichtslosen, ausbeutenden Kapitalismus eintritt (vgl. Migrationsrat für Österreich, 2018, S. 10).

2. Das Menschenbild der Logotherapie

2.1 Der Mensch nach Viktor Frankl

Viktor Frankl Verstand den Menschen als ein Wesen, das sein Leben sinnvoll gestalten möchte und seelisch erkranken kann, wenn sein „Wille zum Sinn“ frustriert wird. Denn ein Mensch kann sich nur selbst verwirklichen, indem er einen Sinn erfüllt (vgl. Lukas, 2014, S. 12). Die Logotherapie sieht den Menschen immer als Ganzheit: jeder Mensch hat einen Körper und eine Seele und ist eine geistige Person. Das heißt aber nicht, dass der Mensch aus drei Teilen besteht, vielmehr spricht Frankl von Dimensionen: die körperliche Dimension stellt die Bausteine des physiologischen Lebens, unser Erbgut da. In der seelischen Dimension werden alle Erfahrungserfahrungen, alle Bindungserfahrungen gesammelt, welche die Schatzkiste der intellektuellen und emotionalen Ressourcen darstellt. „Durchdrungen“ werden diese Dimensionen durch das geistige Sein. Dies stellt den individuellen Fußabdruck jedes Menschen dar, das Urmenschliche. Nach Frankl ist der Mensch das Wesen, dass immer entscheidet, was es ist. Er ist das Wesen, dass die Gaskammern erfunden hat und gleichzeitig das Wesen, dass aufrecht und mit einem Gebet auf den Lippen in die Gaskammern gegangen ist. (vgl. Riffer & et al., 2007, S. 123).

2.2 Die drei Säulen der Logotherapie

Die Logotherapie wird von 3 Säulen getragen die Viktor Frankl folgender Maße benannte: Freiheit des Willens - Wille zum Sinn - Sinn des Lebens.

Die erste Säule repräsentiert die Freiheit des Willens. Immer wieder beschäftigt man sich mit der Frage, wie frei oder unfrei der Mensch wirklich ist. In der Logotherapie ist jeder Mensch zumindest potenziell willensfrei. Diese potenzielle Willensfreiheit kann aber durch bestimmte negative Umstände im Leben eingeschränkt oder gar aufgehoben werden, wie zum Beispiel durch negative Erfahrungen und Erlebnisse als Migrant oder Flüchtling in einem neuen Land, was aber nichts an ihrem grundsätzlichen Vorhandensein ändert. Denn die Logotherapie ist eine „non deterministische“ Psychologie.

Die zweite Säule besagt, dass jeder Mensch von einem Streben nach Sinn beseelt ist. Sie wird als Urmotivationskraft des Menschen gesehen. Bei der Sinnerfüllung treffen zwei Komponente aufeinander, nämlich ein „innerer“ Anteil, eben dieses Streben des Menschen, sowie ein „äußerer“ Anteil, das Sinnangebot der Situation. Ist die Sinnwilligkeit eines Menschen durch bestimmte Lebensumstände eingeschränkt, zum Beispiel bei Asylwerbern ist häufig feststellbar, dass nichts wirklich Sinn in ihrem Leben ergibt, solange kein positiver Asylbescheid vorliegt, dann handelt es sich um eine Beeinträchtigung der Wahrnehmung des „äußeren“ Anteils und nicht um die Schrumpfung des „inneren“ Anteils, der gleichsam als Ausweis des Humanen selbst bei schweren Defekten bestehen bleibt. Die Logotherapie ist eine sinnzentrierte Psychotherapie.

In der dritten Säule besagt die Logotherapie, dass das Leben einen bedingungslosen Sinn hat, den es unter keinen Umständen verliert. Allerdings kann sich dieser Sinn menschlichem Begreifen entziehen. Insofern ist er eine den Menschen übergreifende Größe, die jeweils aufs Neue erspürt und erahnt werden muss. Deswegen kann man sagen, dass die Logotherapie eine positive Weltanschauung ist, den laut Frankl gibt es keine Lebenssituation die sinnlos ist auch wenn diese durch Leid geprägt wird, kann sie in etwas Positives, in eine Leistung gestaltet werden, wenn diesen Menschen mit der rechten Haltung und Einstellung begegnet wird (vgl. Lukas, 2014, S. 13 f).

3. Die Gesprächsform der Logotherapie in Hinsicht auf die Migrationsarbeit: Dialog, Werte und Gewissen

Die Logotherapie ist nicht nur auf den engeren psychotherapeutischen Raum festgelegt, denn nicht nur Angstsyndrome, affektive Störungen, Süchte, Sexuelle Abbraten oder Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen bilden ihren Einsatzbereich (vgl. Lukas, 2014, S 64). Die Logotherapie kann auch Menschen helfen, die sich in anderen schwierigen Lebenssituationen befinden wie zum Beispiel im Falle der Asylanten, beim nicht erwerbstätig sein zu dürfen, oder bei der Arbeitslosigkeit im Falle von vielen Migranten, die aufgrund fehlender Qualifizierungen und mangelnde Deutschkenntnisse, ihre Erwartungen und Wünsche im österreichischen Arbeitsmarkt über viele Jahre nicht erfüllen können. Aber auch Migranten, die sich in der frustrierenden Situation befinden, eine Tätigkeit ausüben zu müssen die unter ihren Qualifikationen liegt, weil ihre im Ausland erworbenen Titeln, Studien, sowie Ausbildung aufgrund großer Unterschiede in vielen Fällen in Österreich nicht (gänzlich) anerkannt werden. Nicht zu vergessen, das Erlernen einer neuen Sprache, das Leben in einer neuen Kultur mit anderen Traditionen und Festen als die die sie aus ihrer Heimat kennen, und vor allem das Getrenntsein manchmal über Jahren von ihren Familien stellen einige traurigen Aussagen, die ich während meiner langjährigen Erfahrung in der Arbeit mit Migranten und Asylanten, auffassen konnte dar.

Die Logotherapie kann von Kummer und Gram gebeugte Menschen ein wenig aufrichten und weltanschaulich heimatlos gewordene versuchen zu ihren Wurzeln zurückzuleiten. Dabei benutzt sie als einziges Medium die Sprache, und den Dialog, der als Gedankenaustausch verstanden wird, durch die ein empathisches, vertrauensbildendes Kommunikationsklima geschaffen wird. Allerdings ist die Logotherapie nicht werteneutral. Im Gegenteil sie hält eine prüfende Reflektion des Gesagten im Hinblick auf dessen Werthaftigkeit, Wirklichkeitsnähe und Verantwortbarkeit für unerlässlich. Das heißt, dass es sich bei der prüfenden Reflexion des vom Patienten Gesagten nicht um eine Belehrung durch den Therapeuten handelt. Er übt auch keine Spiegelfunktion aus, auf dass sich der Patient selbst besser verstehe, sondern er hilft dem Patienten die in der Welt für ihn bereit liegenden Zielmöglichkeiten besser zu verstehen. Daraus kann interpretiert werden, dass der Therapeut Ideen einbringt, Konsequenzen mit

überlegt, nicht nur sein Ohr leiht, sondern auch das, was man heute „emotionale Intelligenz“ nennt, also besser gesagt er fühlt und denkt sich in sein Gegenüber ein zu dessen geistiger Stimulation. Therapieerfolg würde demnach bedeuten, dass der Patient dahin gelangt, aus Treue zu sich selbst „gar nicht anders können“ als seinen innersten Wertmaßstäben und gutem Gewissen zu folgen. Darauf folgend versucht die Logotherapie das vom Patienten Gesagte, wenn es ethisch oder psychohygienisch fragwürdige, störungserzeugende oder störungserhaltende Elemente enthält, vor das Gewissen des Patienten zu bringen. Und deswegen ist es auch bei der Arbeit mit Migranten die nach ihren Reisen, beziehungsweise Fluchten seelisch angeschlagen sind, das Wort zu erhören, das das Kämmerlein aufschließt, in dem das verborgene Kummer steckt. Hat das Schlüsselwort die Türen geöffnet, dann schimmern seine Werte durch, die Stimme seines Gewissens flüstert vernehmlicher, und es kann in der therapeutischen Argumentation zu Verhaltens- und Einstellungskorrekturen angeregt werden, die auf seiner Linie liegen und ihm deshalb auch wirklich helfen (vgl. Lukas, 2014, 64ff.).

3.1 Beispiel 1: arbeitslose Migranten

In ihrem Lehrbuch der Logotherapie erwähnt Lukas ein Beispiel aus dem 1930er Jahren in dem Viktor Frankl über die Aussagen von arbeitslosen Menschen berichtet. Die Arbeitslosigkeit ist eine Situation, die viele Migranten erleben, und dadurch das Gefühl haben nutzlos zu sein und dass deshalb ihr Leben sinnlos sei. Frankl scheute sich nicht diese Bemerkung als „doppelte Fehlidentifikation“ zu entlarven, weil sie einfach unrichtig ist. Ein Arbeitsloser braucht nicht nutzlos zu sein, er kann reichlich Nützliches tun. Und wäre jemand zu gehandikapt, um sich irgendwie nützlich zu machen, verlöre er dennoch weder seine Würde noch die Sinnhaftigkeit seiner Existenz (vgl. Lukas, 2014, S. 64f.). So schrieb Frankl in sein Buch der Logotherapie und Existenzanalyse, dass er in der Zwischenkriegszeit viele hungernde Menschen kennenlernte. Im Zusammenhang mit einer von der Wiener Arbeiterkammer gestarteten Aktion „Jugend in Not“, in deren Rahmen er den Auftrag hatte, junge Arbeitslose psychologisch zu betreuen. Aus diesen Erfahrungen konnte er einen Aufsatz veröffentlichen, und zwar konnte er nachweisen, dass die Depression der jungen Leute darauf zurückzuführen war, dass sie sich sagten: ich bin arbeitslos, folglich bin ich nutzlos, folglich ist mein Leben nutzlos“. Nach Frankl handelte es sich im Grunde um ein

Sinnlosigkeitsgefühl, das die Depression ausgelöst hatte. Und das konnte dadurch nachgewiesen werden, dass in dem Augenblick, in dem es Frankl gelungen war, diese jungen Leute in irgendeine Jugendorganisation oder in eine öffentliche Bücherei oder in eine Volksschule einzuschleusen, wo sie eine unbezahlte, ehrenamtliche Funktion übernehmen konnten, die sie auch persönlich ansprach, im selben Augenblick die Depression verschwunden war (vgl. Frankl, 1994, S. 259).

3.2 Beispiel 2: Auswanderung und die Problematik der Ambivalenz

Ein weiteres Beispiel das Lukas in ihrem Buch erwähnt, und wobei sie sich auf die Problematik der Ambivalenz und der „hin und her gerissene Mensch“ bezieht, ist der Fall einer Frau aus Italien. Sie bekam die Chance in Deutschland zu arbeiten. Sie war Witwe, hatte ein Kind, war arbeitslos und somit auf Almosen aus ihrer Verwandtschaft angewiesen. Durch diesen Job hätte sie die Möglichkeit gehabt seinem Sohn ein besseres Leben zu ermöglichen. Allerdings hätte sie, im Falle dessen, dass sie den Job angenommen hätte, ihren Sohn in Italien bei den Großeltern zurücklassen müssen. Diese Situation ähnelt vielen Situationen von Migranten, die sich zuerst allein in ein fremdes Land und einem fremden Sprachraum wagen, um im Nachhinein seine Familie nachzuholen. Schließlich entschied sich die Frau nach Deutschland auszuwandern, weint aber den ganzen Tag, weil sie nicht bei ihrem Sohn sein kann. Wäre sie aber in Italien bei ihrem Sohn geblieben, hätte sie sich Vorwürfe gemacht, eine gute Einkommensquelle ausgeschlagen zu haben. Hier ist Unglücklichsein in jedem Fall vorprogrammiert. In diesem Fall stellt sich die Frage wie man Migranten in so einer Situation helfen kann. Der Therapeut darf nicht in die eine oder andere Richtung wertend eingreifen – jedenfalls so lange nicht, bis er entschlüsselt hat, welche Alternative im Wirkkreis des Patienten trotz aller Bedenken die sinnvollere ist. Aber wer informiert ihn darüber? Der Patient selbst. In diesem Beispiel wurde die Frau gefragt, was ausschlaggebend für ihre Entscheidung war. Ihre Antwort war, dass sie die materielle Grundlage schaffen wollte, damit ihr Sohn eine optimale Schulbildung bekommt und er es als Erwachsener gute Arbeitschancen hat. Das Schaffen einer solchen Grundlage verlangt aber, dass sie sich von ihrem Sohn trennt, ihre Angst überwindet, eine neue Sprache erlernt, usw. Darauf fragt der Therapeut, was sie andererseits für ihren Sohn machen könnte, wenn sie nach Italien zurückkehren

würde. Darauf antwortete sie, dass sie ihm außer ihre Gegenwart nichts zu bieten hätte. Obwohl ihre Gegenwart etwas Kostbares für ihr Kind ist, sagte sie, sei sie ersetzbar, da ihr Sohn sehr engen Kontakt zu seinen Großeltern und den Rest der Familie hätte. Dem Dialog ist zu entnehmen, dass es trotz der Unsicherheit der Frau, sie aber trotzdem, wenn auch unbewusst, eine Alternative als die wertvollere auszeichnet, nämlich die Alternative nach Deutschland auszuwandern. Sie gibt dem Bildungsweg ihres Sohnes Priorität gegenüber ihrer mütterlichen Anwesenheit, die sie sogar als „ersetzbar“ deklariert. Sie ist zwar nicht ihre allerliebste Alternative, aber umso mehr die aus ihrer Kenntnis der Sachlage heraus die bedeutungsvollere. Nach dieser Erkenntnis ist es Aufgabe des Therapeuten diese zu verstärken, damit es bei der Frau zu einem klareren Ja zur getroffenen Entscheidung kommt. Dementsprechend fasst hier der Therapeut zusammen, in dem er zu der Frau sagt, dass sie schlussendlich stolz auf sich sein soll, statt zu weinen. Immerhin muss sie viel leiden damit ihr Sohn ein besseres Leben hat (vgl. Lukas, 2014, S. 68f.)

Jeder Mensch, der seine Familie in seinem Heimatland verlassen musste, um in einem fremden Land eine bessere Zukunft zu finden, würde bei solchen Worten aufatmen. Sie spüren deutlicher als zuvor, auf dem rechten Weg zu sein. „Recht“ im Sinne der eigenen Überzeugung und nicht etwas der des Therapeuten. Solche Ambivalenzphänomene kommen bei Migranten sehr häufig vor und sind nur aufzulösen durch eine intensive Wahrnehmung jener winzigen Nuance, jenes kleinen Stückchens „Mehr“, das für eine der beiden Alternativen spricht, und zwar spricht in Bezug auf einen Wert (vgl. Lukas, 2014, S. 70)

4. Die Wichtigkeit der interkulturellen Kompetenz der Betreuer

Viele Flüchtlinge und Migranten wurden mehrfachen psychischen und physischen Belastungen ausgesetzt. Wenn man die Flucht/Auswanderung als ein zeitlich begrenztes Ereignis sieht, würde man dabei übersehen, dass diese oft jahrelange Belastungen durch Verfolgung, soziale Ausgrenzung, Folter, etc. vorausgegangen sein können. Viele Flüchtlinge haben also bereits vor ihrer Flucht traumatische Erlebnisse erlebt. Die Flucht selbst stellte einen weiteren Stressor dar, während der es zusätzlich zu gefährlichen, bzw. traumatischen Ereignissen kommen konnte. Diese Belastung lässt zwar mit der Ankunft in einem Land, in dem Asylantrag

gestellt werden kann, nach, sie hört aber nicht auf. Gerade der Zeitraum bis zum Bescheid eines Asylantrages stellt einen weiteren erheblichen Stress- und Belastungsfaktor dar. Der psychische Zustand von Asylsuchenden, über deren Antrag noch nicht entschieden wurde, ist somit schlechter als der von Flüchtlingen, die eine Aufenthaltsgenehmigung bekommen haben. Der Akkulturationsprozess stellt ebenfalls eine Gefahr dar. Denn in der Abhängigkeit vom sozialen Klima im Aufnahmeland kann dieser belastet sein, Scheitern oder auch glücken (vgl. Leuzinger-Bohleber & et al., 2017, S. 15f.). Deswegen ist es sehr wichtig wie den Flüchtlingen begegnet wird, bzw. wie wir als Berater mit ihnen umgehen. Freundlichkeit und Hilfsbereitschaft aber auch interkulturelle Kompetenzen spielen hier eine überaus wichtige und große Rolle.

4.1 Beispiel: Animieren Feste zu feiern

Es ist wichtig sich über kulturelle Feste und Traditionen anderer Kulturen belehren zu lassen. Das hinterlässt bei Patienten nicht nur einen wertschätzenden Eindruck, sondern sie zum Beispiel zu animieren ihre eigenen Kulturen zu pflegen und traditionelle Feste zu feiern stärkt sie als Person und gibt ihnen Kraft schwierige Situationen besser bewältigen zu können.

Immerhin ist Kultur der „Personalausweis des Menschlichen“ schlechthin. Kultur und Tradition existieren auf der Erde, seit es Menschen gibt, und umgekehrt: Jene Wesen, die jemals einen Hauch von Kultur und Traditionen entwickelt haben, definieren wir als Menschen. Für Lukas bedeutet Kultur, dass der Geist ein leibseelisches Instrument vorgefunden hat, das sich zum spielerischen Ausdruck seiner selbst geeignet hat, weshalb er sich damit vereint hat. Sie betont vor allem, dass jede Intensivierung des kulturellen Lebens unser körperliches und seelisches Krankheitspotenzial mindert. Denn nach Lukas sind feste die Gelegenheit, sich wahrhaft als Mensch auszuweisen mit Ideenfülle, Spiritualität und Neuanfängen. Natürlich gestalten sich einsame Feste anders als familiäre Feste im Heimatland, doch deswegen sind sie nicht weniger innig (vgl. Lukas, 2011, S. 41ff.). So kann ein Fest in einem Migranten- oder Asylquartier ebenfalls für das ganze Jahr krampflösend sein aus dem man Kraft schöpfen kann.

5. Die Identitätsproblematik und die Suche nach dem Sinn im Leben

5.1 Das Konzept des „Othering“

Als Flüchtling oder Migrant wird man differenziert behandelt und als „anders“, „minderwertig“ bzw. „nicht zu unserer Gesellschaft gehörend“ behandelt. Die „Andersbehandlung“ dieser Menschen macht sie zu „Anderen“ (Mecheril 2010, S. 68). Dieses Konzept des *Othering* erläutert, wie die „Fremden“ zu „Fremden“ gemacht werden und dabei gleichzeitig ein „Wir“ konstruiert wird, welche anders als das fremde „Nicht-Wir“ beruhigend unambivalent, ohne grundlegende Spannungen erscheint und darin eine sichere Gemeinschaft symbolisiert. Sind die „Fremden“ wild, so sind wir zivilisiert. Sind die „Fremden“ emotional, so sind wir „rational“ (Castro Varela/Mecheril 2010, S. 42). Ob jemand als Migrant oder Flüchtling angesehen und bezeichnet wird, ist von unterschiedlichen Bedingungen auf formeller und informeller Ebene abhängig. Insbesondere auf Letzterer sind Imaginationen, Mythen und auch Rassismen wirksam, welche die Zugehörigkeit des und der Einzelnen ermöglichen oder verhindern (Castro Varela/Mecheril 2012, S. 40). Der neue Status den man ungewollt, ohne Vorwarnung und ohne es vermeiden zu können, im neuem Land bekommt, führt oftmals zu einer Identitätsproblematik die den steinigen Weg den viele Flüchtlinge und Migranten nach ihrer Ankunft in einem fremden Land durchgehen, nicht leichter macht. Darüber hinaus verlieren sie auf diesem Weg, aufgrund negativer Erfahrungen im Ankunftsland die Hoffnung und somit den Sinn in ihrem Leben. Bei diesem Leid kann aber die Logotherapie helfen.

5.2. Die richtige Argumentation

Laut der Logotherapie und die Existenzialanalyse, ist der Mensch nicht frei von Bedingungen, jedoch besitzt er die Macht der Entscheidung sich gegen diese Bedingungen zu stellen. Nach der Logotherapie zieht sich die Sinnfindung als „roter Faden“ durch das Leben aller Menschen durch. Mit Hilfe von Werten und dem Gewissen, das als Sinnorgan fungiert, hat der Mensch die Aufgabe, seine individuelle Aufgabe zu entdecken und deren Verwirklichung zu erstreben. Dabei erleben Menschen auch unterschiedliche Formen von Leiden. Nach Frankl mach das Leiden in sich keinen Sinn, dieser entstehe erst daraus, wie ein Mensch auf die individuellen Herausforderungen des Leidens reagiert und damit umgeht. Denn leiden bedeutet nach Frankl nicht nur leisten, wachsen und reifen, sondern auch reicher werden. Der Mensch der leidend zu sich selbst heranreift, reift der Wahrheit entgegen (vgl. Riffer & et al., 2007, S. 122f.). Was die Logotherapie an dieser Stelle macht, ist den Menschen

die sich in einer leidenden Situation befinden, mit der richtigen Argumentation zu helfen, mit ihrer Situation positiv umzugehen und dadurch vermeiden, dass sie daran psychisch erkranken. Dabei ist es wichtig ihnen zu sagen, dass man den Sinn des Lebens nicht nur an die Freude binden kann, denn diese kann jede Stunde vergehen, nämlich dann, wenn es um einen Menschen dunkel wird. Wenn das Leben bedingungslos Sinn haben soll, dann müssen auch ihre negativen Seiten Sinn haben. Denn das Leid ist zwar unabänderlich in sich, aber dieses kann auf verschiedene Arten getragen werden: mit Zorn, Wut, Tränen und Rundumschlägen, aber auch mit Würde, Mut, in Geduld, in Annahme und Akzeptanz. Das ist ein hoher Anspruch an den Menschen und verlangt ihm viel mehr ab als das Realisieren von schöpferischen Werten und Erlebniswerten. Daher ist es die höchste Leistung, Einstellungswerte zu verwirklichen (vgl. Schechner et al., 2011, S. 298). Denn „das Leiden macht den Menschen hellichtig und die Welt durchsichtig“ (Frankl, 2005, S. 208). Genau mit dieser Einstellung sollte man als Therapeut Migranten und Asylanten begegnen die schwierigen Situationen durchleben oder erlebt haben. Diese Einstellung erleichtert das Annehmen von Herausforderung und ändert die Art und Weise wie sie mit ihnen umgehen. Denn mit seinen Aussagen bezüglich des Leidens wendet Frankl den Blick des Patienten von den negativen Folgen durch erlittenes Leid auf zwei meist übersehene positive Aspekte, die dem Leid folgen können: die, einem erfahrenen Leid abgerungene Hellsichtigkeit des Menschen und die durch angenommenes und durchgetragenes Leid zustande gekommene Durchsichtigkeit der Welt. Somit erweitert diese Leiderfahrungskompetenz die Sicht des Menschen in beiden Fällen. Der leidende Mensch sieht weiter und tiefer, und zwar mit den Augen des Geistes (vgl. Schechner et al., 2011, S. 298).

5.3 „Deshalb“ statt „Warum?“ und die Feindesliebe

Unzählige Male berichten die Menschen, die ich betreue (Migranten und Asylanten) über schlechte Behandlungen bei Behörden. Sie fühlen sich diskriminiert, eine der negativen Erfahrungen die Migranten und Asylanten mehrmals erleben müssen. Viele von Ihnen fragten mich, warum Menschen grundlos so feindselig sein können. Über diese Art Kränkungen spricht Lukas in einem ihrer Bücher und warnt davor das Leben zu befragen. Das Forschen nach einem „Warum“ ist immer erfolgreich, aber selten hilfreich. Erfolgreich weil wir unendlich weit schichtig spekulieren können und immer neue hypothetischen Ursachen finden. Ursachen im Erbgut, Ursachen in der

Erziehung, Ursachen im sozialen System, Ursachen in der Sternkonstellation, Ursachen in einem früheren Leben. Bei der Fahndung nach dem Warum sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt. Selten hilfreich ist solche Fahndung jedoch, weil sie uns auf die falsche Fährte lockt (vgl. Lukas, 2018, S. 12). Dazu schrieb Frankl: *„Das Leben selbst ist es, das dem Menschen Fragen stellt. Er hat nicht zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben her Befragte, der dem Leben zu antworten – das Leben zu ver-antworten hat. Die Antworten aber, die der Mensch gibt, können nur konkrete Antworten auf konkrete >>Lebensfragen<< sein“* (Frankl, 2007, S. 107). Deswegen kann gesagt werden, dass nicht das Fragen unsere Tatsache ist, sondern das Antworten; nicht das warum ist relevant für uns, sondern das „Deshalb“. Das Leben kann dich fragen: „Du bist arbeitslos. Was tust du jetzt?“, oder: „Deine Frau hat dich verlassen. Was tust du jetzt?“, oder: „Du bist krank geworden. Wie stellst du dich dazu ein?“. Die Antwort ist unser. Die Antwort ist frei. Das Warum in letzter Schärfe zu durchschauen, ist uns nicht gegeben, aber das Deshalb in letzter Freiheit zu wählen, ist uns gewährt. Während der Eine antworten wird: „Ich bin krank geworden, deshalb freut mich das ganze Leben nicht mehr“, wird der Andere antworten: „Ich bin krank geworden, deshalb nütze ich jede Minute meines Lebens sorgfältig aus“. Die Frage, die das Leben uns stellt, können wir uns nicht aussuchen, aber die Antwort, die wir darauf geben, sind Zeugnis unserer ureigenen geistigen Haltung, gleichsam „Fingerabdrücke“ unseres Ichs (vgl. Lukas, 2018, S. 12f.). Wenn ich als Betreuer einen Menschen treffe, der in einer Behörde schlecht behandelt wurde, macht es für ihn keinen Sinn, wenn er sich/mich fragt: Warum sind Menschen so? Hier fragt vielmehr das Leben diesem Menschen: „Da ist jemand der dich aufgrund deiner Herkunft hasst. Wie reagierst du darauf?“. An dieser Stelle erwähnt Lukas das Phänomen der „Feindesliebe“, beziehungsweise der „Nächstenliebe“. So kann man als Therapeut Patienten bei zwischenmenschlichen Beziehungen, Kränkungen und Frustrationen helfen, damit aus ihnen kein „perpetuum mobile“ wird, keine endlose Vermehrung des Leidens in der Welt. Man stelle sich als Personifikation der Lieblosigkeit einen großen, harten Ball vor. Jeden, den er trifft, schlägt er wund. Irgendwo wird das Ballspiel gestartet: Einer wirft diesen Ball auf einen Anderen. Der Andere wirft ihn zurück, doch kaum, dass er ihn losgeworden ist, kommt der Ball wieder angefliegen, erzeugt eine Wunde nach der anderen. Das Ballspiel bekommt seine eigene Dynamik. Weil jeder den Ball so schnell wie möglich loswerden will, wird meistens nicht sauber gezielt, und

wird nicht mehr dorthin zurückgeworfen, wo er hergekommen ist. Vielleicht steht sogar ein unbeteiligter Dritter zufällig näher, und ruckzuck wird ihm der Ball entgegen geschleudert. Die Wut wird also an einer unschuldigen Person ausgelassen, der Ärger auf einen Außenstehenden übertragen. Der Außenstehende weiß mit dem Ball auch nichts anderes anzufangen, als ihn schleunigst weiterzureichen, und die Wunden vermehren sich. Solche Kettenreaktionen sind in der Psychotherapie sehr bekannt. Ein Mann erleidet eine berufliche Niederlage. Er besucht seine Schwester und beschimpft sie. Die Schwester ist Lehrerin und nimmt ihre Missstimmung mit in die Schule. Die Schulkinder reagieren gereizt und nervös und benehmen sich nach der Schule daheim unausstehlich. Die gestressten Eltern der Schulkinder geraten sich gegenseitig in die Haare. Am nächsten Tag geht diese Mutter in ihre Arbeit (Behörde), und lässt ihren Frust an ihre Kunden aus, und jeder trägt die Folgen des Ehekrachs in seinen eigenen Wirkungsbereich hinein. Und so geht dieses Ballspiel weiter; aus einem Ballschlag werden zehn, aus zehn Ballschlägen werden hundert. Auf politischer Ebene genügt ein Attentat, um einen Krieg zu beginnen, der Millionen tötet. Es gibt aber ein Mittel, das „perpetuum mobile“ zum Stillstand zu bringen. Jemand muss den Ball fangen und halten. Jemand muss das empfangene Leid aushalten. Aushalten, ohne es an die Mitwelt zurückzugeben oder weiterzureichen. Und es ist tatsächlich möglich, Leid aufzufangen und dennoch heil zu bleiben – ohne neurotische Verdrängungen und ohne Magengeschwüre oder sonstige gesundheitlichen Schäden zu erleiden. Allerdings muss es in eine menschliche Leistung transformiert werden, nämlich in „Feindesliebe“. Das befähigt uns nämlich, die Wunde dessen zu sehen, der uns den Ball zuwirft. Nicht bloß die eigene, die uns der Ball geschlagen hat. Nein, die fremde, das Wundsein des Anderen wodurch wir bei der Hellsichtigkeit angelangt sind (vgl. Lukas, 2018, S. 14f.).

Zu dieser Hellsichtigkeit schreibt Lukas: „Das Leid, das uns von anderen Menschen zugefügt wird, kann uns verletzen, aber nur solange es in unserer Seele dunkel ist. Sobald es darin hell wird, wenn die Hellsichtigkeit einzieht, erkennen wir, wie sehr die, die uns verletzen, selbst Verletzte sind. Mit dieser Erkenntnis wandeln sich Gefühle wie Ärger, Wut oder Trauer, die wir empfinden mögen, in Gefühle der Anteilnahme und des Mitleids mit jenen Verletzten, die uns als Feinde gegenüberstehen, und befähigen uns, darauf zu verzichten, ihnen den Ball zurückzureichen, was ihren Wunden die Chance gibt, abzuheilen.“ (Lukas, 2018, S. 17) Genau dieser Verzicht gibt

und nach Lukas die Chance, im Verwundetwerden, heil zu bleiben. Denn dort wo Wut, Ärger oder Trauer weichen, bleiben auch ihre psychosomatischen Folgereaktionen aus. Denn an einer mitleidvollen Anteilnahme ist noch niemand erkrankt. Der Ball, der angehalten wird, und zwar nicht aus Feigheit, sondern bewusst zum Schutz Beteiligter und Unbeteiligter, an die man ihn weiterreichen könnte, dieser Ball verliert seine Verwundungskraft. Wer Andere schützt, ist also geschützt. Das bedeutet aber nicht, dass man Angriffe stets kommentarlos schlucken soll. Die Auseinandersetzung mit seinen Angreifern, sowie mit ihnen gemeinsam Missverständnisse auszuräumen versuchen, und mit ihnen zu sprechen ist von großer Bedeutung. Hier geht es vielmehr um die Reduzierung der Leidvermehrung. Medien berichteten zum Beispiel über Krankenschwestern die Patienten getötet hatten. Sie schrieben ebenfalls, dass sie in ihrer Arbeit völlig überfordert sind, was sie eben verleitet, sich auf schreckliche Weise zu entlasten. Oder von Krawallen, und, dass Jugendliche von sozial-politischen Missständen derart enttäuscht sind, dass sie sich in einem Rausch des Hasses von ihren angestauten Frustrationen befreien (vgl. Lukas, 2018, S. 17f.). Die Frage die Lukas schlussendlich stellt ist folgende: „...in welchen Medien werden die Hunderten von Krankenschwestern geehrt, die trotz tagtäglicher Arbeitsüberlastung noch niemals einen Patienten zu Schaden haben kommen lassen? Auf welches Podest werden die Jugendlichen gestellt, die bei aller Meinungsdivergenz noch niemals Polizisten mit Steinen beworfen und Schaufenster demoliert haben? Solche Menschen sollten viel mehr geachtet und beachtet werden, denn was sie tun, ist nicht selbstverständlich, es ist praktizierte Feindesliebe in ihrer besten Bedeutung, es ist die Transformation eines Leidens in eine menschliche Leistung ... Es ist das Halten eines Balles, der, weil er – mit Haltung – gehalten wird, niemanden mehr verletzt.“ (Lukas, 2018, S. 18).

Zusammenfassung

Fluchtlinge, die nach Österreich kommen, haben vor und während ihrer Flucht große Risiken auf sich genommen. Es ist zweifellos so, dass viele von ihnen extremen Belastungen ausgesetzt waren. Darauffolgend leiden viele von ihnen an psychischen Erkrankungen. Schätzungen gehen davon aus, dass ca. die Hälfte von ihnen an einer posttraumatischen Belastungsstörung leiden und die andere Hälfte Depression aufweisen. Häufig treten beide Erkrankungen gleichzeitig auf. Weiterhin haben Flüchtlinge, die dieser Störungen aufweisen ein stark erhöhtes Suizidrisiko. Es hängt also vieles von den Erlebnissen und Erfahrungen vor der Migration ab, aber auch von

Erlebnissen während der Flucht so wie von der Aufnahme durch die Bevölkerung und Behörden in den Ländern, in denen Asyl beantragt wird. Auch die Asylgesetze, die Arbeitsweise und Haltung der Behörden, die vielen individuellen Initiativen einzelner Gruppen und Individuen sowie Erwartungen und andere kulturelle Faktoren spielen eine wichtige Rolle. Interkulturelle Kompetenz, ein differenziertes Nachfragen und ein genaueres Hinschauen, um geeignete Hilfe und Unterstützung leisten zu können sind hier von großer Wichtigkeit (vgl. Leuzinger-Bohleber & et al., 2017, S. 16f.)

In einem günstigen, bzw. leichterem Fall haben wir es mit einem hin- und hergerissenen Menschen zu tun, dem wir nur helfen können, wenn er neben der Binsenweisheit, dass alles seine Licht- und Schattenseiten hat, begreift, dass eine Lichtseite die ihm buchstäblich nähergelegene, ihn „angehendere“ ist, der zuliebe er den mit ihr verknüpften Schatten durchträgt. Welche es ist, weiß er allein in der Tiefe seines Herzens, und enthüllt es im Dialog in kleinen Hinweisen. Ein Therapeut, der solche Hinweise wahrnimmt, ist autorisiert, den Patienten behutsam derjenigen Lichtseite zuzuführen, die um eine Nuance heller stahl als die andere, weil ihr, bezogen aus des Patienten Gegenwartsituation, der „Sinn des Augenblicks“ mitinnewohnt (vgl. Lukas, 2014, S. 72).

Im Falle von schwereren Erkrankungen, und wenn es um die Psychische Unterstützung von Geflüchteten geht, kann die Logotherapie ebenfalls einen wegweisenden Beitrag leisten. Denn anhand der richtigen Argumentation kann der Therapeut Menschen in schwierigen Leidenswegen begleiten in dem er ihnen zur Kenntnis gibt, dass wir durch das Leiden reicher und reifer werden, dass wir der Wahrheit entgegenreifen und somit die Welt besser verstehen können. Andererseits kann ein Therapeut ihnen bezüglich schlechter Behandlungen aufgrund ihrer Herkunft, zum Beispiel in Behörden mit dem Phänomen der Feindesliebe helfen, und bei Verletzungen durch andere Menschen heil bleiben.

Inhaltsverzeichnis

Migrationsrat für Österreich (2018). Bericht des Migrationsrats. Migrationsrat für Österreich. Migration verstehen – Migration steuern. Wien. In: [Migrationsratsbericht DE 2018.pdf \(bmi.gv.at\)](#) [15.12.2022].

Frankl, V. E. (1994). Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten. Himberg: Wiener Verlag, S. 259.

Frankl, V. E. (2005). Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Hans Huber Verlag, S. 208.

Frankl, V. E. (2019). Ärztliche Seelsorge. München: dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co, S. 66-243.

Leuzinger-Bohleber, M. & et al. (2017). Flucht, Migration und Trauma. Die Folgen für die nächste Generation. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co, S. 15-16.

Lukas, E. (2002). Lehrbuch der Logotherapie. München Wien: Profil Verlag, S. 14

Lukas, E. (2014). Lehrbuch der Logotherapie. Menschenbild und Methoden. München - Wien: Profil Verlag GmbH, S. 12-65.

Lukas, E. (2011). Lebensstil und Wohlbefinden. Seelisch gesund bleiben – Anregungen aus der Logotherapie. München – Wien: Profil Verlag GmbH, S. 41-43.

Lukas, E. (2018). Sehnsucht nach Sinn. Logotherapeutische Antworten auf existentielle Fragen. München – Wien: Profil Verlag GmbH, S. 12-18

Mecheril, P. (2010): Migrationspädagogik. Hinführung zu einer Perspektive. In: Mecheril, P. u. a. (Hrsg.): Bachelor/Master Migrationspädagogik. Weinheim und Basel: Beltz Verlag, S. 7-22.

Mecheril, P./Melter, C. (2010): Gewöhnliche Unterscheidungen. Wege aus dem Rassismus. In: Mecheril, P. u. a. (Hrsg): Bachelor/Master Migrationspädagogik. Weinheim und Basel: Beltz Verlag, S. 150-178.

Riffer, F., & et al. (2017). Die Vielgestaltigkeit der Psychosomatik. Springer-Verlag GmbH Deutschland, S. 123.

Schechner, J., & et al. (2011). Krisen Bewältigen. Viktor E. Frankls 10 Thesen in der Praxis. Wien: Braumüller GmbH, S. 298.

Wöger, S. (2020). So spannend ist die Logotherapie. Norderstedt: BoD – Books on Demand, S. 10.