

Böschemeyer 
du bist viel mehr

WERTORIENTIERTE PERSÖNLICHKEITSBILDUNG - WOP® -

EIN LOGOTHERAPEUTISCHES PRÄVENTIONSKONZEPT

Die Welt, in der wir leben, ist unsere Welt.
Die Zeit, in der wir leben, ist unsere Zeit.
Das Leben, das wir in dieser Welt und dieser Zeit leben, ist unser Leben.
Diese unsere Welt in dieser unserer Zeit ist beides:
unsere Gefährdung und unsere Möglichkeit, zugleich unsere Aufgabe.
Diese Aufgabe können wir annehmen, wir können sie ablehnen.
Doch wenn wir sie ablehnen, verlieren wir alles, was wir haben.

Einführung

Das Problem dieser Zeit besteht nicht im Mangel an Werten und Sinn, sondern im Mangel an *Zugängen* zu Werten und Sinn. Sie scheinen für viele Zeitgenossen verengt oder verschüttet zu sein. Sie öffnen sich jedoch in dem Maße, in dem der Geist sie öffnet. Daher ist die Auseinandersetzung um die geistige Dimension und die in ihr gründenden Wertgefühlskräfte eine not-wendende Aufgabe dieser Zeit, aus therapeutischen und beraterischen Gründen auch, vor allem aber hinsichtlich der *Weiterbildung der Persönlichkeit als Voraussetzung für die Möglichkeit der Prävention von Störungen*. Diese Aufgabe stellt sich denen, die sich in Theorie und Praxis mit dem Wohl des Menschen befassen. Sie stellt sich nicht nur Ärzten und Psychologen, sondern allen, die Menschen begleiten und leiten.

Wir haben im 20. Jahrhundert mehr als in anderen Zeiten gelernt, Probleme analytisch zu durchdenken. Wir haben weniger gelernt, nach Gründen für sinnvolles Leben zu fragen. Wir haben gesehen, dass sich therapeutische und beraterische Einrichtungen für seelisch und körperlich erkrankte Menschen in erfreulicher Weise ausgeweitet haben. Doch darf sich die gesellschaftliche Verantwortung nicht auf die Betreuung, Beratung und Therapie erkrankter oder problembeladener Menschen beschränken. Notwendig wäre, sie *auch* auf jene auszuweiten, die nach sinnvollem, also gelingendem Leben fragen und darauf keine ausreichenden oder gar keine Antworten finden.

Viktor E. Frankl, Psychiater und Neurologe, nannte das Kernproblem unserer Zeit *existentielle Frustration*. Was bedeutet das?

Je weniger ein Mensch auf die Frage nach Sinn Antworten weiß, fühlt und lebt, je weniger er Sinn erfährt, desto beziehungsloser ist er - sich selbst, anderen und anderem gegenüber. Je beziehungsloser er ist, desto mehr kreist er um das, was er nicht ist, nicht kann und nicht hat. Je mehr er um seine Mängel kreist, desto frustrierter ist er. Je frustrierter er ist, desto mehr entwickelt sich in ihm innere Leere. Je größer dieses Vakuum ist, desto kraftloser wird sein Geist und desto weniger findet er Beziehung zu Werten. Je weniger Beziehung er zu Werten findet, desto mehr öffnet sich seine „leere“ Seele für Angst, Aggressivität, Depressivität, Stress, Lebensmüdigkeit, Sucht, psychosomatische Störungen und all das, was Sinnerfahrungen und beglückendes Leben behindern oder verhindern. Je mehr seine Seele angefüllt ist von sinnverweigernden Gefühlen, desto mehr stagniert die Weiterbildung seiner Persönlichkeit. Je mehr die Weiterbildung seiner Persönlichkeit stagniert, desto frustrierter ist er. Hier schließt sich der Kreis.

Das Fazit: Wertleeres Leben erzeugt Sinnkrisen und, wenn sie andauern, möglicherweise Krankheiten an Körper und Seele. Die Folge ist *Lebensverneinung*. Lebensverneinung aber behindert oder verhindert Sinnsuche und Sinnfindung.

Wert- und sinnvolles Leben dagegen ist erfülltes Leben und daher der Grund für *Lebensbejahung*. Lebensbejahung aber ist die primäre Voraussetzung für Sinnfindung und deshalb für Prävention von Konflikten, Störungen und Erkrankungen.

Frankl zog aus seiner Diagnose die Konsequenz und entwickelte eine sinnzentrierte

Psychotherapie, die *Logotherapie* (Logos = Geist, Sinn), die inzwischen weltweit gelehrt und praktiziert wird. In einem persönlichen Gespräch wies Frankl mich auf die Notwendigkeit auch einer präventiven Arbeit hin. Seit Anfang der 90er Jahre des 20. Jahrhunderts habe ich an der Entwicklung eines solchen Konzepts gearbeitet. Es liegt inzwischen vor. Ich nenne es „*Wertorientierte Persönlichkeitsbildung*“.

Psychotherapie- Beratung – Wertorientierte Persönlichkeitsbildung®

1. Nicht jede Sinnkrise, nicht jede Traurigkeit, nicht jede Verzweiflung, nicht jedes Leid ist krankhaft zu nennen. Es ist deshalb nicht zulässig, so Karl Jaspers, Philosoph und Psychiater, alle menschlichen Nöte mit seelischen Erkrankungen gleichzusetzen.

Ähnlich äußert sich aus theologischer Sicht Jörg Zink: „Ich bin überzeugt, dass viele große Heilige der Geschichte in *unseren* Augen seelisch krank gewesen wären. Doch was *wir* seelische Krankheit nennen, ist oft nur ein Zeichen für die Verletzlichkeit, mit der einer dem Leben ausgesetzt ist. Ein Zeichen dafür, dass er für Angst und Trauer offen ist, auch für die Angst und Trauer anderer Menschen“ (Vertrauen in der Dunkelheit, S. 21).

Das bedeutet: Es ist zu unterscheiden zwischen *existentiellem* und *krankhaftem* Leiden. Existentielles Leiden aber ist Ausdruck von Leiden am *Leben selber* und wirft daher die wichtigsten menschlichen Fragen auf: nach Wert und Sinn, nach Halt, nach Gott.

2. Für Menschen mit *psychogenen* Erkrankungen ist *Psychotherapie* zuständig. Psychotherapie ist Krankenbehandlung mit seelischen Mitteln.

Für Menschen mit *noogenen* (durch Sinnmangel entstandene) Erkrankungen bietet sich die *Logotherapie* an.

Für Menschen in konflikt- und krisenhaften Lebenssituationen ist *Beratung* angezeigt.

Wertorientierte Persönlichkeitsbildung ist *nicht* Therapie, also keine Krankenbehandlung. Sie ersetzt keine psychotherapeutische und medizinische Behandlung. Sie stellt daher keine Diagnosen, arbeitet nicht an neurotischen Widerständen und vereinbart keine Heilungsziele.

Wertorientierte Persönlichkeitsbildung ist ein neuer, *eigenständiger*, „dritter Weg“ neben krankheits- und konfliktorientierter Psychotherapie und Beratung. Sie schließt Lebensberatung nicht aus, geht aber darüber hinaus, weil sie nicht nur konfliktorientiert ist.

Wertorientierte Persönlichkeitsbildung ist geistig-emotionale Begleitung nicht kranker Menschen auf dem Weg zu sich und anderem Leben, zum Sinn und zum Grund des Seins. Wertorientierte Persönlichkeitsbildung arbeitet an der Entwicklung und Förderung *geistiger* Potentiale. Als Bildungsarbeit an der Persönlichkeit schafft sie eine der wesentlichen *Voraussetzungen* für die Prävention seelischer und körperlicher Erkrankungen. Sie hat Gesundheit des *ganzen* Menschen im Blick.

Zehn Orientierungspunkte zum Verständnis der Wertorientierten

Persönlichkeitsbildung

1. *Grundlage* der Wertorientierten Persönlichkeitsbildung ist das Menschenbild der sinnzentrierten Logotherapie Viktor E. Frankls mit der Betonung von *Geist* und seinen Aspekten Wert, Sinn, Freiheit, Verantwortlichkeit, Liebe. Ergänzt wird dieses Menschenbild durch Einsichten aus Wertimaginationen, vor allem durch die Erkenntnis der *sinnstiftenden Gestalten des „unbewusst Geistigen“* (Frankl).

2. Menschsein ist *Herausforderung* zur Menschwerdung. Sie gelingt in dem Maße, in dem ein Mensch sich seiner Selbstentfremdung bewusst wird und Zugang zu den Quellen seiner *Wertgefühlkräfte* findet, die im „unbewusst Geistigen“ verwurzelt sind. Findet er Zugang zu diesen Kräften, gewinnt er nicht nur *Orientierung im Leben*, sondern auch *Zuwachs an Energie*. Denn Werte sind nicht nur Leitlinien zur Orientierung auf der Suche nach Sinn. Sie sind auch Energiezentren mit hoher Anziehungskraft, sofern sich ein Mensch auf sie ausrichtet. Richtet er sich auf sie aus, gewinnt er die Möglichkeit, mehr als bisher authentisch und also sinnvoll zu leben. Gerade aber die Entwicklung und Förderung dieser spezifisch humanen Kräfte ist in unserer Zeit eine herausragende Aufgabe.

3. Vielen Menschen dieser Zeit, vor allem jüngeren, fällt es schwer, Werte, die „von aussen“ an sie herangetragen werden, zu akzeptieren. *Selbst* ihren Weg zu finden und zu bestimmen, ist ihr besonderes Anliegen. Und in der Tat kann jeder die seiner *Person*, seinem *Typus* und seiner *Lebenssituation* entsprechenden Werte „innen“, in sich selbst finden: im unbewussten Geist. Entscheidend ist, dass er sich geistig-emotional auf sie einlässt.

4. Die wichtigsten *Methoden* der Wertorientierten Persönlichkeitsbildung sind
4.1. die *Wertimagination* (Begegnungen mit inneren Wert- und Sinnbildern),
4.2. die *wertorientierte Interpretation des Enneagramms* (eine Typenlehre, die neun Persönlichkeitsmuster beschreibt) und sich in Wertimaginationen spiegelt,
4.3. *das wertorientierte Gespräch*, das dem „sokratischen“ verwandt ist.

5. Wertimaginationen (Imago: das Bild)

Wertimaginationen sind begleitete, bewusst-unbewusste „Wanderungen“ zu den Quellen der Wertgefühlkräfte, die im unbewussten Geist ihren Grund haben.

5.1. Unbewusster Geist meint das jedem Menschen potentiell zugängliche *Wissen* von den Zusammenhängen des eigenen, des sozialen und des universellen Lebens. Unbewusster Geist – das ist *die* schöpferische, gestaltende, sinnstiftende *Kraft*, von deren Wirksamkeit primär abhängt, in welcher Weise der ganze Mensch existiert. Unbewusster Geist – das ist die Heimat der spezifisch humanen Werte, z.B. der Freiheit, Verantwortlichkeit, Liebe, Hoffnung, des Mutes, der Spiritualität, der Intuition, des Ästhetischen, der Kreativität. Er ist die Quelle der Potentiale, also der unbewussten Wertgefühle und des unbewussten Sinns.

Unbewusster Geist – so Frankl – ist die Basis menschlichen Daseins überhaupt. Er ist die „*Mitte*“ der Seele. Er ist auch der Grund, die Mitte und das Ziel der Wertimaginationen.

5.2. Die Wertimagination – sie dauert zwischen 20 und 40 Minuten – ist keine „Technik“, sondern ein *innerer Weg* in die unbewusst-geistige Welt. Sie wird von einem Therapeuten/Mentor begleitet. Hat der Imaginand hinreichend Erfahrungen, sind selbständige und/oder Gruppenimaginationen möglich und erwünscht.

Ziel der Wertimaginationen ist die Begegnung und Aneignung jener spezifisch humanen Werte, die Sinnerfahrung begründen und die der Imaginand auf Dauer und/oder aktuell leben möchte.

Die den Werten entsprechenden Symbole erscheinen plastisch und unmittelbar. Sie haben ein hohes Maß an Attraktivität.

5.3. Entscheidend sind nicht die vom Bewusstsein vorgestellten oder eingebildeten, sondern die vom unbewussten Geist *ausgebildeten* Bilder. Sie werden nicht gemacht, sondern *erwartet*.

Die den Werten entsprechenden inneren Bilder sind zwar persönlich gefärbt, viele jedoch sind zugleich *überpersönlicher* Art und daher *Leitlinien* zur Orientierung auf der Suche nach Sinn, nicht nur für einzelne, sondern für Menschen überhaupt.

5.4. *Zentrum* der Wertimaginationen sind die inneren Gestalten, die die Selbst- und Sinnverwirklichung fördern. Ich nenne sie „Wertgestalten“.

Sie sind personifizierte Aspekte des unbewussten Geistes. Denn das Unbewusste hat nicht nur die Tendenz, seine Inhalte in allgemeinen Bildern zu zeigen, sondern auch in Personen. So zeigen sich nicht nur Symbole z. B. für Geist, Lebensbejahung, Mut, Freiheit, Liebe, Verantwortung, Sinn, Lebenskunst oder Selbstheilungskräfte. Es zeigen sich auch die Geistvollen (männlich/weiblich), die Lebensbejaher (die Verbündeten), die Mutigen, die Freien, die Liebenden, die Verantwortlichen, die Sinnfinder, die Lebenskünstler oder die inneren Ärzte.

Die Wertgestalten symbolisieren Potentiale, *reale Möglichkeiten*, die weit über die Möglichkeiten des Bewusstseins hinausgehen. Sie „wissen“ besser als der Verstand, womit sich ImaginandInnen auseinandersetzen sollten und womit nicht, und sie vermitteln Kräfte, Erkenntnisse auch umsetzen zu können. Sie ermöglichen also eine höchstmögliche *kognitive, emotionale und energetische* Annäherung an den Wert, den sie symbolisieren.

Die Wertgestalten zeigen sich in *jedem* Menschen, wenn sie auf der unbewusst-geistigen Ebene angesprochen werden. Sie mögen verdrängt oder verkapselt sein-präsent bleiben sie immer, denn sie sind konstitutiv für jeden.

Wer sind diese Wertgestalten? Keine Einbildungen, keine Projektionsgestalten unbewusster Wünsche, keine Fantasiefiguren, keine Phantome, sondern vom unbewussten Geist geschaffene wirkungsmächtige Personifizierungen. Sie sind bislang nicht in die Realität hinein gelebte personifizierte reale Gefühlskräfte, die darauf warten, endlich wirken zu dürfen. Sie sind darauf aus, sich mit unserem Bewusstsein zu verbinden. Wenn das in einem Menschen Wirklichkeit wird, erkennt er in sich selbst und in anderen die menschlichen Perlen, die im Staube liegen und die darauf warten, endlich geborgen zu werden.

5.5. Weil der Mensch im Spannungsfeld zwischen *Lebensverneinung* und *Lebensbejahung*, Liebe und Hass, Konstruktivität und Destruktivität, Sinnstiftung und Sinnverweigerung lebt, zeigen sich im sinnverweigernden Bereich des Unbewussten entsprechende Gestalt gewordene Symbole, wie z.B. der Lebensverneiner (der *Gegenspieler*) sowie eine Vielzahl seiner destruktiven Aspekte, z.B. der Angstmacher, der Mutlose, der Zwanghafte.

Das An-Sprechen von neurotischen und psychosomatischen Störungen ist eine *therapeutische* Aufgabe und ist daher ausschließlich von PsychotherapeutInnen zu behandeln. Liegen dagegen nicht krankhaft bedingte, sondern *existentielle* Probleme vor, z.B. Sinnkrisen, Trauer, Lebensangst oder existentielle Frustration, kann z.B. der Mutige oder der Sinnfinder angesprochen werden. Generell gilt *für alle Wertimaginationen strikt einzuhaltende Regel*: dass die Führung in der inneren Welt stets und ohne Ausnahme von bestimmten *Wertgestalten* übernommen wird, denn sie sind die legitimen Interpreten der unbewusst-geistigen Wirklichkeit. Ist ein

Imaginand mit ihnen *vertraut* geworden, zeigt sich, dass bei kompetenter Begleitung die führenden Wertgestalten *allem* Problemhaften souverän gewachsen sind. Diese Aussage basiert auf Erfahrungen von vielen tausend Wertimaginationen.

5.6. Nicht die Aktionen, sondern die existentielle *Begegnung* mit den inneren Bildern, nicht das Registrieren der Symbole, sondern das *Anschauen*, nicht das Erkennen, sondern das *Verstehen* steht im Vordergrund der wertimaginativen Arbeit.

5.7. *Methodisch* gilt für Wertimaginationen generell:

- die Verabredung zu einem Ziel
- eine kurze Entspannungsphase
- die Einstellung auf ein Eingangssymbol (Innerer Garten, Baum, Landschaft)
- die Einstellung einer Wertgestalt, die die *Führung* übernimmt.
- Die sich auf der „Wanderung“ zeigenden Hindernisse (*Sinnfindungsbarrieren*) werden in aller Regel auf dem Weg zum Ziel bearbeitet.
- Ein ausführliches Nachgespräch.

Wertimaginationen erschließen nicht nur die für ein gelingendes Leben erforderlichen Werte, sie bestätigen auch die Tatsache der Einmaligkeit und Unverwechselbarkeit des Menschen sowie die Annahme unterschiedlicher Charaktere (Typen). Sie zeigen darüber hinaus die *Polyphonie* der inneren Welt und erschließen eindrucksvoll ihre Vielstimmigkeit. Daher ist die Wertimagination auch die Grundlage des *wertorientierten Gesprächs*.

6. Die Typenlehre des Enneagramms

Das Enneagramm, das durch Wertimaginationen eindrucksvoll bestätigt wird, ist ein Glücksfall für die Psychologie, weil sie in erstaunlicher Klarheit zeigt, dass und wie Menschen unterschiedlicher „Typen“ unterschiedlich denken, empfinden, fühlen und handeln. Sie ist eine Schatzgrube der Menschenkenntnis.

In erstaunlicher Klarheit zeigt sich, dass mit jedem Typus eine bestimmte *Sinnproblematik* und - als Gegenpol - ein bestimmtes Potential, eine besondere *Wertmöglichkeit*, verbunden ist. Je deutlicher die Sinnproblematik erkannt und erfüllt wird, desto leichter gelingt die Verwirklichung der mit dem jeweiligen Typus verbundenen *Wertmöglichkeit*.

Die 9 Charaktere („Typen“):

Der *Reformer*: Der Reformer will hoch hinaus. Mit dem, was ist, gibt er sich so rasch nicht zufrieden. Verändern will er sich, verändern will er auch die Welt, und zwar sofort! Geduld ist daher (zunächst) seine Stärke nicht. Leben soll vollkommen sein! Doch wenn er das Leben, so wie es ist, *anzunehmen* lernt, lässt er vieles so sein, wie es nun einmal ist.

Sinnproblematik: Lust an Aggressivität

Wertmöglichkeit: Geduld.

Der *Helfer* braucht es, gebraucht zu werden. Für andere da zu sein, das ist für ihn sein Sinn. Die Hilfe anderer lehnt er (zunächst) ab. Er verschenkt seine Kraft und verliert deshalb manchmal sich *selbst*. Doch wenn er sich selbst zu lieben lernt und sich eingesteht, daß auch er einmal Zuwendung braucht, wird nicht nur das Herz der anderen warm.

Sinnproblematik: moralische Überheblichkeit

Wertmöglichkeit: eine Liebe, die den anderen *und* sich selbst meint.

Der *Erfolgsmensch* genießt es, bewundert zu werden, und dafür setzt er (zunächst)

manchmal Masken auf. Es kann sogar sein, daß er sich mit Menschen oder Projekten identifiziert, zu denen er keinerlei innere Beziehung hat - wenn sie ihm nur Erfolg versprechen. Doch wenn er sich zu sich selbst bekennt, ist und wirkt er klar wie quellfrisches Wasser.

Sinnproblematik: Eitelkeit

Wertmöglichkeit: Wahrhaftigkeit.

Der *Romantiker* liebt das Besondere. Er ist (zunächst) auf der Suche nach der „blauen Blume“, dem besonderen Schatz. Die Welt ist ihm zu profan. Zugleich aber sehnt er sich danach, wie alle anderen in ihr zu Hause zu sein. Und wenn er seinen Platz im Leben gefunden hat, wird auch die „gewöhnliche“ Welt für ihn der Ort, an dem seine unruhige Seele Ruhe findet.

Sinnproblematik: Innere Heimatlosigkeit

Wertmöglichkeit: Echtheit.

Der *Beobachter* braucht (zunächst) viel Abstand von dem, was ihm lebendig erscheint. Er bricht die Brücken ab, wenn andere ihm zu nahe kommen. Doch wenn er seine innere Einsamkeit tief genug spürt, sucht er jene Brücke auf, die ihn hinüberführt in den Garten der Menschen.

Sinnproblematik: innere Leere

Wertmöglichkeit: Offenheit.

Der *Gemeinschaftsmensch*, auch der Loyale genannt, erweckt (zunächst) den Eindruck, als brauche er andere Menschen mehr als sich selbst. Er geht in ihrer Gemeinschaft auf, besonders dann, wenn sie ihm gleichgesinnt sind. Doch wenn er zu spüren beginnt, daß er „mehr“ ist als einer unter anderen, richtet er sich auf und geht auch seinen *eigenen* Weg.

Sinnproblematik: Angst, er selbst zu sein

Wertmöglichkeit: Mut zu sich selbst.

Der *Glückssucher* sucht die Lust, die Freude, das Glück und findet es oft. Und wenn er es gefunden hat, jagt er gleich neuem nach. Wenn aber die Niederungen des Daseins wenig Glücksgründe herzugeben scheinen, schwingt er sich auf und sucht sie (zunächst) in den Wolken. Doch wenn er zu begreifen beginnt, daß auch das Dunkle Leben ist, beginnt er, das *ganze* Leben zu lieben.

Sinnproblematik: Maßlosigkeit

Wertmöglichkeit: (Nüchterne) Heiterkeit.

Der *Starke*, der Boss, ist tief in seiner eigenen Kraft verwurzelt. Er braucht Herausforderungen, um seine Kraft zu spüren. Kampf ist für ihn Leben. Leben ist für ihn (zunächst) Kampf. Doch das verborgene Kind in ihm kennt und liebt auch das zarte Spiel.

Sinnproblematik: Machtlust

Wertmöglichkeit: Güte.

Der *Ursprüngliche*, „der Stille im Lande“, fühlt sich (zunächst) in seiner eigenen, verborgenen Welt am wohlsten. Die Welt, sie ist ihm oft lästig und lenkt ihn von dem ab, was er in sich selbst erlebt. Doch beginnt er sich ihr zu öffnen, wird sie auch für ihn lebenswert.

Sinnproblematik: Antriebsarmut

Wertmöglichkeit: Verantwortung.

7. Das wertorientierte Gespräch

Sprache ist Aus-Druck von Seele und Geist, Aus-Druck der Beziehung zu sich und anderem Leben, Aus-Druck der eigenen, gegenwärtigen Wirklichkeit.

Jedes weiterführende Gespräch, so die Logotherapie, ist mehr als ein intersubjektiver Dialog, mehr auch als ein verbaler Austausch zwischen Menschen, die äußern, was sie im Augenblick denken, empfinden und äußern - und so nur *sich* zum Ausdruck bringen. Ein inter-subjektives Gespräch lebt lediglich von bisher Gedachtem und Gefühltem.

Jedes weiterführende Gespräch lebt auch und vor allem von dem, was die Gesprächspartner bisher noch nicht gedacht, empfunden und gefühlt haben: von *neuen* Gedanken, Empfindungen und Gefühlen, von der Vertiefung und Erweiterung ihres Wertgesichtsfeldes. Es lebt von der Ausrichtung auf neue Wert- und Sinnerfahrung. Erst ein Gespräch, in dem sich die Beteiligten offen halten für den Logos (Geist und Sinn), für neue Sinnerfahrung, führt zu einem befreienden Dialog.

Die *zentrale Voraussetzung* des wertorientierten Gesprächs ist die wertimaginative Erfahrung der *Polyphonie* von Seele und Geist. Die Seele, deren „Mitte“ der Geist ist, ist äußerst vielstimmig, vielsagend, ist ein „Speicher“ von Gedanken- und Gefühlsvarianten mit unermesslicher Weite. Was ein Mensch von seinen Gedanken, Empfindungen und Gefühlen äußert, ist in aller Regel zunächst nur *ein* Gedanke, *eine* Empfindung, *ein* Gefühl. Das führt zu weiteren Fragen: „Ist da noch ein Gedanke, noch eine Empfindung, noch ein Gefühl ... noch ein ...?“

Der Mentor denkt fragend. Er hört einen Satz, nimmt ihn auf, hält ihn dem Gesprächspartner noch einmal hin, hört in die neue Äußerung hinein, fragt selbst noch tiefer in sich hinein ... Er bleibt *dicht* bei dem, was der Klient zum Ausdruck bringt.

Im wertorientierten Gespräch wird nicht nur die eigene Befindlichkeit thematisiert, es werden *über das Individuelle hinaus* auch Themen des Lebens zur Sprache gebracht wie etwa die Frage danach, wer der Mensch sei, die Frage nach Sinn, der Mut zum Sein, die Gründe der Freude, die Bejahung der Ambivalenz von Leben, die Verantwortung für sich und anderes Leben.

Da mehrere tausend wertimaginative Erfahrungen die Annahme zulassen, dass der „unbewusste Gott“ (Frankl) ein *Existential*, also ein zu *jedem* Menschen gehörendes Phänomen ist, dessen existentielle Erfahrung zu tiefstem Selbst- und Sinnerleben führt, scheint es mir konsequent, auch die Frage nach dem tragenden Grund des Seins und also die nach der spirituellen Identität in das wertorientierte Gespräch einzubeziehen, sofern der Wunsch danach vorhanden ist.

Vier Hauptfragen spielen eine wichtige Rolle:

- Ist das, was der Klient *tut*, das, was er auch tun will, soll und kann?
- Ist das, was der Klient von seinen Wertmöglichkeiten *ahnt*, das, was er auch leben will?
- Ist das, was der Klient *sagt*, das, was er auch denkt, empfindet und fühlt?
- *Ist das, was der Klient denkt, wertorientiert?* (A. Lazarus: „Unsere Emotionen werden nicht .. von Ereignissen bestimmt, sondern.. von dem, was wir über die Ereignisse denken... Das Denken beeinflusst das Fühlen ... Das Denken (stellt) ein entscheidendes Bindeglied zwischen den Ereignissen in der Außenwelt und unseren Gefühlsreaktionen auf die Ereignisse (dar) ... Nicht die Ereignisse machen uns wütend, traurig, froh oder ängstlich, sondern unsere Deutung der Ereignisse.“)

Das Gespräch auf drei Ebenen

Das wertorientierte Gespräch findet im Wechsel der drei seelisch- geistigen Ebenen statt - auf der Ebene

- des Bewusstseins (kognitiv)
- des Vorbewussten (meditativ, assoziativ)
- des Unbewussten (intuitiv - wertimaginativ)

Welche der drei Ebenen jeweils angezeigt ist, hängt vor allem von der Distanz oder Nähe zwischen Kognition und Emotion ab.

Weil mit jedem Typus eine bestimmte Art des Denkens, Empfindens, Fühlens, Sprechens und Handelns verbunden ist, darüber hinaus eine bestimmte Grundproblematik und eine bestimmte Wertmöglichkeit, die, wenn sie entfaltet wird, eine Belebung auch anderer Wertmöglichkeiten zur Folge hat, ist das Enneagramm integraler Bestandteil wertorientierter Gesprächsführung

8. Aufgaben der Wertorientierter Persönlichkeitsbildung

Die Aufgaben sieht die WOP®

- in der Weiterbildung und Entfaltung der Persönlichkeit und damit zugleich
- in der Vorbeugung seelischer und körperlicher Störungen,
- in der supportiven (unterstützenden) Begleitung in Lebenskrisen,
- in der Begleitung auf dem Weg zur „Dimension der Tiefe“ (Tillich) und damit zur spirituellen Identität,
- in der gesellschaftlichen Mitarbeit.

9. Die Zielgruppe

Die *allgemeine* Zielgruppe sind *gesunde* Menschen, die wissen, dass nicht nur der Körper der Pflege bedarf, sondern auch die Seele, dass die Seele keineswegs vom Entspanntsein allein lebt, sondern auch und vor allem von einem lebendigen Geist. Denn die ständig wechselnden Situationen im Leben verlangen immer wieder neue Ein- und Umstellungen und damit ein gesundes Maß an Widerstandskraft.

Die *spezifische* Zielgruppe sind gesunde, jedoch existentiell frustrierte Menschen, die nicht mehr oder nicht mehr genügend Sinn im Leben erfahren. Die bei dieser Zielgruppe auftretenden Probleme sind Lebens- und Sinnkrisen in ihren vielfachen Erscheinungsformen, z.B. Selbstwertproblematik, Sinnzweifel, Krisen des Wachstums, der Lebensmitte, der Lebenswende und des Alters, Erziehungskonflikte, Partnerschafts- und Beziehungsschwierigkeiten, Lebens- und Sterbensangst, Verlust, Trauer, Existenzschuld, irreversibles Schicksal.

10. Die Praxis

Praktiziert wird die Wertorientierte Persönlichkeitsbildung bisher in

- in Einzelgesprächen
- in Selbst- und Sinnerfahrungsgruppen
- in der Arbeit mit Kindern
- in der Erwachsenenbildung
- in der „Schule des Lebens“
- in der Seelsorge
- in der Personalberatung
- in der Öffentlichkeitsarbeit.

Zusammenfassung

1. Wertorientierte Persönlichkeitsbildung (WOP®) ist ein neuer, *eigenständiger*, dritter Weg neben krankheits- und konfliktorientierter Psychotherapie und Beratung. Sie ist dem Bereich der Erwachsenenbildung zuzuordnen.
2. WOP® ist *Bildungsarbeit an der Persönlichkeit* nicht kranker Menschen. Sie arbeitet an der Weiterbildung *geistiger* Potentiale. Sie ist geistig-emotionale Begleitung *gesunder* Menschen auf dem Weg zu sich und anderem Leben, zum Sinn und zum Grund des Seins. Daher stellt WOP® eine der wesentlichen *Voraussetzungen* für die Prävention seelischer und körperlicher Erkrankungen dar.
3. WOP® ist *nicht* Therapie, also keine Krankenbehandlung. Sie ersetzt keine psychotherapeutische und medizinische Behandlung. Sie stellt daher keine Diagnosen, arbeitet nicht an neurotischen Widerständen und vereinbart keine Heilungsziele.
4. Charakteristisch für das *Menschenbild* der WOP® ist ihre Konzentration auf die geistige Dimension mit ihren Aspekten Wert, Sinn, Freiheit, Verantwortlichkeit und Liebe. Ein weiteres Charakteristikum ist die Betonung des unbewussten Geistes als *Basis* menschlicher Existenz.
5. *Wertleeres* Leben erzeugt Sinnkrisen und, wenn sie andauern, möglicherweise Krankheiten an Körper und Seele. *Wert- und daher erfülltes* Leben ist sinnvolles Leben und daher Grund für *Lebensbejahung* und *Widerstandskraft*.
6. Nicht jedes Leid ist krankhaft zu nennen. Deshalb ist zwischen *krankhafter* und *existentieller* Problematik zu unterscheiden. Viele Probleme sind Ausdruck von Leiden am *Leben* sind und werfen daher die wichtigsten *existentiellen* Fragen auf: nach Wert und Sinn, nach Halt im Leben und nach Gott.
7. Für die WOP® ist Problemorientierung nicht unwichtig, wichtiger und entscheidend ist die *Wertorientierung*. Daher sieht sie Menschsein als Herausforderung zur Menschwerdung.
8. Die wichtigsten *Methoden* der WOP® sind die Wertimagination, das wertorientierte Gespräch und das wertorientiert interpretierte Enneagramm. Gemeinsame Grundlage der drei Methoden sind bestimmte Voraussetzungen des unbewussten Geistes.
9. Ihre konkreten *Aufgaben* sieht die WOP® *allgemein* in der Hilfe zur Weiterbildung der Persönlichkeit und ihrer Widerstandskraft -, *speziell* in der Hilfe bei Lebens- und Sinnkrisen in ihren vielfachen Erscheinungsformen, z.B. bei Selbstwertproblematik, Sinnzweifeln, Krisen des Wachstums, der Lebensmitte, der Lebenswende und des Alters, bei Erziehungskonflikten, Partnerschafts- und Beziehungsschwierigkeiten, bei Lebens- und Sterbensangst, Verlust, Trauer, Existenzschuld, irreversiblen Schicksal.
10. Weil diese Welt, solange wir leben, kein Paradies werden wird, können wir weder dem äußeren noch dem inneren Spannungsfeld entfliehen. Daher sieht die WOP® eine besondere Aufgabe in der Entwicklung von Widerstandskraft (Resilienz), einer Kraft, die stark genug ist, das Leben nicht nur bestehen, sondern auch gut finden zu können.

Die Wertorientierte Persönlichkeitsbildung (WOP®) wird in einer dreijährigen Ausbildung (Ca. 750 Stunden. Abschluss: MentorIn für Persönlichkeitsbildung) an der *Europäischen Akademie für Persönlichkeitsbildung/Institut für Existenzanalyse und Logotherapie Salzburg* und an der *Hamburger Akademie für Wertorientierte Persönlichkeitsbildung* gelehrt.

Zur Ausbildung zugelassen werden Menschen, die mit Menschen arbeiten, z.B. Ärzte, Psychologen, Pädagogen, Menschen in sozialen Berufen, in leitenden Positionen. In Ausnahmefällen werden auch solche Bewerber zugelassen, deren Persönlichkeit für die künftige Präventionsarbeit besonders geeignet erscheint.

Das Konzept der Wertorientierten Persönlichkeitsbildung wird von der *Gesellschaft für Wertimagination und Persönlichkeitsbildung* - GWePe vertreten.

Literaturempfehlung:

Frankl, Viktor E.: Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, Wien und Frankfurt am Main, 1946-1997

ders., Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute, Freiburg 2013, 23. Aufl.

Uwe Böschmeyer, Warum nicht – Über die Möglichkeit des Unmöglichen, Salzburg 2014

ders.: Unsere Tiefe ist hell, Wertimagination – ein Schlüssel zur inneren Welt, München 2014, 4. Aufl.

ders.: Worauf es ankommt. Werte als Wegweiser, München 2014, 7. Aufl.

ders.: Du bist viel mehr. Wie wir werden, was wir sein könnten, Salzburg 2010

ders., Warum es sich zu leben lohnt, Salzburg 2010

Prof. Dr. Uwe Böschmeyer, 26. Oktober 2014