

Tagung  
Donnerstag, 30. Juni 2011  
Boldern Männedorf

**boldern!**  
[www.dazugehören.net](http://www.dazugehören.net)

**MIGROS**  
kulturprozent



Universität  
Zürich<sup>UZH</sup>

PH Zürich

**Werkstattheft**

*Tagung im Rahmen des Projekts «Agogik der Zugehörigkeit»*



**Lebenslänglich!**

**Menschsein zwischen Autonomie  
und Abhängigkeit – Impulse  
für eine neue Sorgeskultur**

# Die eingeklemmte Autonomie

Dorothee Bürgi

*Zwischen dem freien Willen und der Abhängigkeit besteht bei einem gesunden Menschen ein Gleichgewicht. Wo die Auseinandersetzung mit existentiellen Gegebenheiten fehlt, geht dieses Gleichgewicht verloren und es entstehen Abhängigkeitsstörungen. Die beste Prävention für Abhängigkeitsstörungen ist eine Gesellschaft, in deren Rahmen Menschen darin unterstützt werden, einen für ihr eigenes Leben stimmigen Umgang mit Autonomie und Abhängigkeit zu finden und umzusetzen.*

Der folgende Vortrag geht von einem Artikel aus, der 2001 unter dem Titel «Die eingeklemmte Autonomie» in der Schweizerischen Ärztezeitung erschienen ist (82, Nr. 23). Die Verfasserinnen, Ruth Baumann-Hölzle und Dominique Eich-Höchli, beleuchten darin Aspekte der schweizerischen Drogenpolitik aus einer ethischen Perspektive und gehen der Frage nach, welchen Stellenwert die Verantwortung bei unterschiedlichen Formen von Drogenkonsum hat. Unterscheidet sich Verantwortung bei gelegentlichem Konsum, bei missbräuchlichem Konsum oder bei einer therapiebedürftigen Abhängigkeitsstörung? Die Ortung der Verantwortung hat dabei weitreichende Konsequenzen für die Auffassung von Handlungs- und Therapiekonzepten (Baumann-Hölzle & Eich-Höchli, 2001). Von Verantwortung können wir grundsätzlich aber nur dann sprechen, wenn wir davon ausgehen, dass der Mensch frei ist zu entscheiden. Wo keine freie Entscheidung stattfindet, kann auch nicht von Verantwortung gesprochen werden. Bei Abhängigkeitsstörungen, wie Suchterkrankungen in der psychiatrischen Diagnostik bezeichnet werden, ist der Konsum einer Substanz nicht das Resultat einer freien Entscheidung, sondern das Gegenteil: Menschen mit Abhängigkeitsstörungen sind unfrei im Entscheiden; subjektiv erleben sie den Drang zum Stoff als eine fremde Macht. Ein Fazit des oben er-

wähnten Artikels lautet: «Die beste Prävention für Abhängigkeitsstörungen ist eine Gesellschaft, in deren Rahmen Menschen ihren physischen und psychischen Hunger stillen können» (ebd., 2001, S. 1220). Physischer und psychischer Hunger ist existentieller Hunger, Hunger auf ein selbstbestimmtes Leben, zu dem ich mit innerer Zustimmung Ja sagen kann.

Das folgende Referat möchte vor diesem Hintergrund auf drei Fragen eingehen:

1. Welche Bedingungen begründen Existenz und was braucht der Mensch, um seine Existenz mit innerer Zustimmung realisieren zu können?
2. Mit welchen Fragen wird der Mensch in seinem Leben konfrontiert und wie wollen sie beantwortet sein, damit Leben mehr ist als blosser Bedürfnisbefriedigung?
3. Welche Schlussfolgerungen können wir daraus für eine neue Sorgeskultur ziehen?

## Der Mensch hat einen freien Willen

In der Philosophie gibt es verschiedene Entwürfe darüber, ob und in welcher Form der Mensch frei ist. In vielen Denktraditionen besteht jedoch ein Konsens darüber, dass der Mensch über einen freien Willen verfügt. Aber die *Umsetzung* ist an Bedingungen gebunden. Daher kann der freie Wille nicht absolut verstanden werden. «Freiheit ist das bewusste Gestalten von Abhängigkeiten» (Baumann-Hölzle, 2001, S. 7).

Gesunde Menschen erleben ein Gleichgewicht zwischen Abhängigkeit und Freiheit. Sie gestalten ihre existentiellen Bedürfnisse autonom, indem sie die Art und Weise bestimmen, wie sie ihre Bedürfnisse befriedigen. Dieses Gestalten kann, sowohl im subjektiven Erleben wie auch in der objektiven Wirkung, misslingen: Ich fühle mich unfrei, ich kann etwas nicht tun, ich tue etwas, obwohl ich es eigentlich gar nicht tun will. Dort ist die Auto-



nomie eingeklemmt. Menschen mit Abhängigkeitsstörungen leiden. Sie wissen und spüren, dass sie sich mit dem Konsum nichts Gutes tun. Kein/e Jugendliche/r beschliesst bewusst, eine Drogenkarriere einzuschlagen. Es sind andere Dynamiken, die ihn oder sie in dieses Fahrwasser bringen.

## Der Umgang mit Abhängigkeiten

Worin bestehen die Abhängigkeiten, mit denen der Mensch konfrontiert ist? Menschsein ist an bestimmte Bedingungen gebunden. Dabei ist der Umgang mit ihnen entscheidend dafür, ob es gelingt, Leben autonom zu gestalten und seine eigene Existenz zu realisieren. Denn Existenz bedeutet: ein sinnvolles, in Freiheit und Verantwortung gestaltetes Leben mit innerer Zustimmung (Längle, 2008). Worauf ich mich im Folgenden beziehe, steht in der Tradition der Existenzphilosophie, die den Menschen als eingebettet in der Welt versteht. Heidegger nennt es das *In-der-Welt-Sein* (Martens, 2006). Was den Menschen prägt, ist der Wechselbezug zwischen sich und der Welt bzw. zwischen sich und gegebenen *fundamentalen Tatsachen*, mit denen der Mensch konfrontiert ist und mit denen er sich – ob er will oder nicht – auseinandersetzen muss. Auch ein Nicht-Auseinandersetzen ist eine Form der Aus-

einandersetzung. Die im Folgenden vorgestellten *fundamentalen Tatsachen* können wir auch als Strukturen der Existenz verstehen (Längle, 2008). Gelingt es, sich dialogisch mit diesen Strukturen auseinanderzusetzen, zustimmen zu können, zu dem, was ist, in den jeweiligen Situationen das Eigene einzubringen und innerhalb dieser Strukturen authentisch zu leben, wird erfülltes, in Freiheit und Verantwortung gelebtes Leben möglich (ebd.).

### Was Menschen bewegt

Die folgenden Ausführungen über die Voraussetzungen, die Existenz begründen, basieren auf der Motivationstheorie von Alfred Längle, österreichischer Anthropologe und Existenzanalytiker, der menschliches Verhalten von vier existentiellen Grundmotivationen ableitet (Längle, 2011).

### Erste fundamentale Tatsache: die Welt – ihre Bedingungen und Möglichkeiten

Die Welt ist dem Menschen vorgegeben. Menschen stehen – ohne dass sie gefragt werden – vor der Tatsache: Ich bin da (Längle, 1993). Die Welt, die vor dem Menschen da ist, gibt ihm Rahmen und Möglichkeiten, um sich zu entfalten, sie setzt ihm aber auch Begrenzungen und bringt Unerwünschtes oder Bedrohliches mit sich. Um Dasein zu können, braucht es *Schutz, Raum und Halt*. Schutz bedeutet, die Erfahrung zu machen, angenommen zu sein; in einem Gespräch oder in Beziehungen. Schutz bedeutet auch zugehörig sein, zu einer Gruppe, zu einer Nationalität – auch fern der Heimat. Raum heisst – physisch und psychisch –, Orte zu haben für die eigene Entfaltung, Orte, wo ich hingehöre und meinen Platz habe. Halt ist die dritte Voraussetzung, um Dasein zu können. Halt bietet alles, was fest und beständig ist: Strukturen, Regeln, eine vertraute Umgebung oder eine Ordnung, die mich hält. Halt ist das, was dem Menschen Boden gibt. Diesen Boden kann es einem sprichwörtlich unter den Füßen wegziehen, wenn Schicksalhafter unerwartet ins Leben hineinbricht, wenn Haltgebendes wegbricht; der plötzliche Tod eines geliebten Menschen, eine Krebsdiagnose. Kann ich da noch sein? Je mehr es gelingt, biografisch positive

Erfahrungen von unbedrohtem Dasein zu machen, desto mehr kann Vertrauen entwickelt werden. Grundvertrauen ins Leben, so dass nicht jede Veränderung Angst macht (Längle, 2008) und auch in dunklen Stunden die Gewissheit besteht: Es gibt immer etwas, das mich hält, oder wie Fritz Künkel sagt: «Du kannst aus dieser Welt nicht herausfallen» (zit. n. Längle, 2011, S. 56).

### Zweite fundamentale Tatsache: das Leben, das der Mensch hat

Dasein allein genügt jedoch nicht. Jeder Mensch hat ein eigenes Leben und eine Vitalität, die ihm die Möglichkeit gibt, mit dem Leben emotional in Beziehung zu treten. Es sind die Gefühle, die es möglich machen, Werte zu empfinden, Lebenswichtiges zu erfassen. Denn bedeutsam im Leben ist das, was emotional erreichbar ist. Ohne Gefühle ist jedes Gespräch belanglos, jeder Vortrag langweilig, jedes Bemühen und Schaffen sinnlos. Erst die Lebendigkeit bringt Schönes und Bereicherndes mit sich, aber auch Unwertes, Leid oder Schmerzvolles. Leben will gelebt *und* erlitten sein (Längle, 1993). Erst über das Gefühl wird der Kontakt zu Werten, zu dem, was das Leben wertvoll macht, möglich. Fehlt dieser Wertebezug, verlieren die Dinge an Lebendigkeit und Farbe: der graue Alltag, die eintönige Beziehung, das eigene Leben, das unter seinem Wert gelebt wird (Längle, 2007). Dies lässt sich beispielsweise bei Menschen beobachten, die unter depressiven Störungen leiden. Sie sind in den Möglichkeiten, mit ihrem Gefühl Kontakt zu Wertvollem aufzunehmen, eingeschränkt. Manchmal – wie bei suizidalen Menschen – kann diese Fähigkeit so verhindert oder verloren sein, dass Leben keinen Wert mehr hat. Als Voraussetzung, um auf dieser Ebene mit dem Leben in Kontakt zu kommen, braucht es *Beziehung, Zeit und Nähe*. Beziehungen geben den notwendigen Schutz, um sich etwas oder jemandem zuzuwenden und gemeinsam Verbindendes zu fühlen und auszutauschen. Macht nicht ein Fussball-Abend dann am meisten Spass, wenn wir das Spiel gemeinsam mit Menschen verfolgen, die für die gleiche Mannschaft mitfiebern? Nebst Beziehung ist Zeit eine wichtige

Voraussetzung: Zuwendung zum Wertvollen bedeutet Verweilen. Hektik verhindert Zuwendung. In der Hektik rennen wir von einem zum nächsten, ohne wirklich dabei gewesen zu sein. Zwar ist vieles am Abend erledigt – «wer alles erledigt, erledigt sich selbst» (Längle, 2002, S. 56). Zeit haben bedeutet in diesem Zusammenhang, Zeit in Kostbares zu investieren, in das, was einem wichtig erscheint: Treffe ich mich am Abend mit Kollegen/innen, weil es für mich einen Wert darstellt oder weil ich nichts Besseres zu tun habe? Und was könnte das Bessere sein? So kann Leben zu *meinem* Leben werden. Nebst Beziehung und Zeit ist Nähe die dritte Voraussetzung, um sich mit der Tatsache des eigenen Lebens dialogisch auseinanderzusetzen zu können. Erst die Nähe macht es möglich, sich von etwas oder jemandem berühren zu lassen. Um Wertvolles erleben zu können, muss man «auf Tuchfühlung» gehen.

### Dritte fundamentale Tatsache: die Person, die der Mensch ist

Menschen stehen vor der Wahl – und vor dem Zwang – als Person sich selber zu sein «...oder sich im Leben nicht getroffen zu haben» (Längle, 1993, S. 163). *Lebensraum* (Dasein) und *Lebenswert* (Wertsein) schaffen Voraussetzungen für das Überleben, aber ohne das Persönliche, das Individuelle, ohne die Möglichkeit, seine Einmaligkeit zu entfalten, kann der Mensch seine Identität nicht entwickeln und so leben, wie es seinem Wesen tatsächlich entspricht. In der Wahl und der Entwicklung seines Soseins ist der Mensch nicht festgelegt. «Hier liegt die schöpferische, ästhetische und auch ethische Autonomie des Menschen» (Längle, 2008). Diese Autonomie setzt er um, wenn er Stellung bezieht zu dem, was ihm begegnet. Ein Gefühl für sich und sein Wesen ist dafür entscheidend. Je mehr es gelingt, stimmig zu sich Stellung zu beziehen, desto mehr wird es möglich, authentisch zu leben. In dieser Resonanz mit der eigenen Person ist das Gewissen begründet; eine gefestigte Persönlichkeit kann sich dann entwickeln, wenn sich der Mensch mit seinem Wesen in Verbindung fühlt und vor sich selbst rechtfertigen kann, was er zutiefst für richtig hält

und wofür er steht. Personsein bedeutet einerseits, auf eine ganz persönliche Art auf die Fragen des Lebens zu antworten. Andererseits ist es auch der Ort der verletzlichen Identität (ebd.). Um Letzteres zu schützen, braucht es *Be-Achtung*, die Erfahrung, von anderen gesehen zu werden. «[...] dieses Gesehen-Werden [schützt] die Ich-Grenze, weil die Person nicht übersehen wird und eine für das Hinsehen notwendige Distanz eingehalten wird» (ebd., S. 48). *Gerechtigkeit* und *Wertschätzung* sind die beiden weiteren Voraussetzungen für die Entwicklung des eigenen Soseins. Gerechte Behandlung erfahren gibt die Gewissheit, dass mir das Eigene zugestanden wird. Und in der Wertschätzung erfahren Menschen, dass das Eigene nicht nur anerkannt wird, sondern auch wertvoll ist. Menschen brauchen die Botschaft: Du bist da und es ist nicht nur gut, dass du da bist, sondern dass du genau so da bist.

#### **Vierte fundamentale Tatsache: die Zukunft mit der damit verbundenen Aufforderung zum Handeln**

Menschen erfahren Sinn in ihrem Leben, wenn sie sich, ihr Tun und ihr Bemühen in einem grösseren Zusammenhang sehen, verstehen und erleben. Wie wichtig Zusammenhänge und Beziehungen für das Sinnerleben sind, sehen wir daran, dass die «Sinnfrage» meist dann aufkommt, wenn Tragendes wegbricht, z.B. bei schwerwiegenden Krankheiten, wenn Partnerschaften in die Brüche gehen oder beim Verlust des Arbeitsplatzes. In diesen Situationen steht die Sinnfrage in engem Zusammenhang mit der realen Situation und der aktuellen Krise, denn sinnvolle Existenz hat mit dem eigenen Leben zu tun – nicht mit irgendeinem Leben oder dem Leben an sich. «Existenz soll möglichst nahe an der Realität geführt werden» (Längle, 2008, S. 54). Deshalb lautet die Frage: Worum geht es in der konkreten Situation, in der *ich* stehe? Was kann hier und jetzt *mein* sinnvoller Beitrag sein? Was Menschen anspricht, sind Situationen und Aufforderungen, die in einem Kontext stehen, der etwas mit ihnen persönlich zu tun hat (ebd.). Um dieser Aufforderung nachzukommen, braucht der Mensch ein *Tätigkeitsfeld*,

einen *Strukturzusammenhang* und einen *Wert in der Zukunft*, für den es sich lohnt, sich zu engagieren. Tätigkeitsfelder finden sich überall dort, wo sich der Mensch zuständig fühlt, wo er gefordert und gefragt ist, wo es auf ihn ankommt, damit Wertvolles realisiert werden kann; im Beruf, in der Familie, im Gespräch, in dieser Stunde. Eine Tätigkeit wird erst zu einer *Aufgabe*, wenn sie in einem lebendigen Zusammenhang steht. Täglich den Haushalt besorgen kann dann zur einer Aufgabe werden, wenn es jemand schätzt (vgl. Längle, 2006). Und schliesslich bedarf es des Bewusstseins eines Wertes in der Zukunft, ohne den wenig Motivation entsteht, um sich für etwas einzusetzen, an eine als gut erlebte Entwicklung beizutragen und mit seinem Fühlen und Wollen hautnah bei der Sache zu sein (Längle, 2007).

#### **Das Gleichgewicht zwischen Abhängigkeit und Autonomie**

Mit den vier fundamentalen Tatsachen und der dialogischen Auseinandersetzung mit ihnen lassen sich nach Längle (2008) vier Bereiche ableiten, in denen sich Leben existentiell gestalten lässt. Sie geben uns gleichsam eine erste Antwort auf die Frage, wie der Mensch zu einem gesunden Gleichgewicht kommt zwischen Abhängigkeit und Autonomie.

Der Mensch ist dann in einem Gleichgewicht, wenn er:

- In dieser Welt *sein kann*.
- Sein eigenes Leben *leben mag*.
- Mit seinem Verhalten stimmig zu seinen Wesen *sein darf*.
- Seinen Beitrag in einen grösseren Zusammenhang stellen kann, der ihm die Antwort auf ein *wozu tue ich das gibt (Sinn)*.

Leben ohne existentiellen Mangel bedeutet ein *Ja* auf allen vier Ebenen: ein Ja zu den Bedingungen, ein Ja zu den Gefühlen und Werten, ein Ja zu dem, was einem selbst wichtig ist und wofür man eintreten will, sowie ein Ja zur Zukunft und den damit verbundenen Entwicklungen (ebd.). Daraus wird auch ersichtlich, dass es mitunter schwerfallen oder gar misslingen kann, auf allen Ebenen – dem Kön-

nen, dem Mögen, dem Dürfen und dem Sollen – zu einer Zustimmung zu gelangen. Ist dies der Fall, ist die Autonomie eingeklemmt.

#### **Existenzielle Grundfragen**

Im Alltag findet die dialogische Auseinandersetzung mit den existenzbegründenden Tatsachen intuitiv und oft ohne bewusste Reflexion statt. Existenzielle Fragen kommen häufig dann ins Bewusstsein, wenn Handeln seine Selbstverständlichkeit verliert, wenn wir Leid und Schweres erfahren oder wenn Grundvoraussetzungen fehlen. Dann kommen Fragen auf wie (vgl. Längle, 1993, S. 157–168):

- *Ich bin da – kann ich da sein?* Bin ich angenommen und kann ich andere und anderes annehmen? Wo fühle ich mich sicher und aufgehoben? Was gibt meinem Leben Halt? Fühle ich einen Boden in meinem Leben? Bin ich getragen in dieser Welt? Von wem? Von wem nicht?
- *Ich lebe – mag ich leben?* Erhalte ich Zuwendung und mag ich Zuwendung anderen und anderem geben? Wo sind Beziehungen, in denen ich Nähe erfahre? Kann ich Nähe geben? Nehme ich mir Zeit für mich und das, was in meinem Leben wichtig ist? Mag ich mein Leben mit all seiner Last und seinem Leid überhaupt tragen?
- *Ich bin ich – aber darf ich so sein?* Erlebe ich Wertschätzung? Gibt es Menschen oder Gruppen, wo ich so sein kann, wie ich bin? Habe ich Menschen, die zu mir stehen? Welche Menschen schätze ich und zeige ich es ihnen auch? Bei welchen Aufgaben habe ich das Gefühl, dass ich sie genau so ausführe, dass ich zu mir stehen kann? Oder muss ich mich häufig verbiegen?
- *Ich bin da – wofür soll ich da sein? Wofür soll mein Leben gut sein?* Wo erlebe ich Erfüllung? Wo gebe ich mich mit innerster Entschlossenheit einer Aufgabe hin? Wo spüre ich, dass es auf meinen Beitrag ankommt? Ist mein Dasein sinnvoll? Für wen macht es einen Unter-

schied, ob ich da bin oder nicht? Habe ich ein Gespür für die Antwort auf die Frage: Wofür bin ich auf diese Welt gekommen? Was könnte die Bestimmung meines Lebens sein? Kenne ich Sinnlosigkeit und Verzweiflung und was könnte Hoffnung geben?

### Sorgekultur – ein auf Existenz ausgerichtetes Gesellschaftsklima

Das bisher Besprochene zeigt die konstitutiven Grundlagen auf, um – mit Blick zurück auf die Ausgangsfrage des Referates – Menschen in der Realisierung ihrer Existenz zu unterstützen und zu begleiten. Daraus lassen sich Ansätze für eine Sorgekultur ableiten. Eine Kultur, in der Menschen können, mögen, dürfen, auf dieser Basis mit ihrem persönlich gewollten Sollen handeln und so ihren existentiellen Hunger stillen. Im Sinne von Impulsen für eine neue Sorgekultur, in der es darum geht, das schwächste Glied in der Kette zu unterstützen, Minderheiten zu schützen und existentielle Grundlagen sicherzustellen, möchte ich zum Abschluss folgende praktische Bezüge und Umsetzungsansätze skizzieren:

1. Dasein: In vielen Lebensbereichen – so auch in der Medizinethik – treffen wir zunehmend und entlang dem ganzen Lebensbogen Handlungskonzepte an, die auf einem von aussen vorgegebenen Kontrollparadigma aufbauen: Kontrolle, die Druck ausübt, impliziert, dass Dasein nur unter bestimmten, gesellschaftlich vorgegebenen Bedingungen möglich wird. Als Beispiel seien die Präimplantationsdiagnostik oder die Pränataldiagnostik genannt: In unserer Gesellschaft entwickeln wir zunehmend konkrete Vorstellungen davon, wie ein Mensch «genetisch ausgestattet» sein soll, um in seinem Dasein legitimiert zu sein. Mit der Unterscheidung zwischen Lebenswertem und Lebensunwertem verliert Dasein aber seine genuine und wertfreie Existenzberechtigung und setzt Betroffene unter einen Rechtfertigungsdruck. Dasein darf im Sinne einer Sorgekultur aber nicht an (genetische) Bedingungen gebunden sein. Vergleichbare Fragen treffen wir am Lebensende
2. Wertsein: Eine Sorgekultur bedeutet nicht, die Handlungsoptionen zu erweitern, sondern mit Sensibilität auf das Wertvolle zu achten. Es geht also weniger um die zur Disposition stehenden Optionen als mehr um die Frage, was an Wertvollem auf dem Spiel steht und für wen. Ein Beispiel für die Konsequenzen des Denkens in Optionen ist der technische Imperativ in der modernen Medizin. Vieles in der Medizin ist machbar und stellt eine Option dar. Aber zu Lasten der Grundversicherungen ist schon lange nicht mehr alles zahlbar, was optional machbar ist. Dieser Entwicklung versucht man zu begegnen, indem Behandlungs- und Betreuungsentscheidungen aufgrund von naturwissenschaftlichen oder objektiven Regeln gefällt werden (vgl. Dialog Ethik, 2006). Angemessene Behandlungs- und Betreuungsentscheidungen sind jedoch ganzheitliche Ent-
3. Die Entscheidungsfindungskompetenz ist eine Voraussetzung für das Sosein und die Fähigkeit, im eigenen Leben Stellung zu beziehen, die Festigkeit der eigenen Person zu entwickeln und eine Position zu finden, die verhindert, dass wir mode- und trendabhängig und damit letztlich in Bezug auf unser Eigenes indifferent beurteilen und handeln.
4. Viktor Frankl, der Begründer der Logotherapie, sagt: Frage nicht, was du vom Leben erwartest, sondern was das Leben von dir erwartet. Er bezeichnet dies als die existentielle Position, wenn sich der Mensch als ein vom Leben her Befragter versteht (Frankl, 2005). Die existentielle Position lässt sich auch mit den Worten Alfred Längles beschreiben: «Menschsein heisst in Frage stehen; und Leben heisst, Antwort geben» (2007, S. 127). Denn mit der persönlichen Antwort auf die Fragen des Lebens bringen wir unsere Existenz zum Ausdruck (ebd.).

Zu einer Sorgekultur gehört der Begriff der Solidarität. Auf sie haben Menschen in unserer Gesellschaft Anspruch. Wenn wir aber aus einer existentiellen Position heraus über diesen Begriff nachdenken, so lautet die Frage nicht: Was erwarte ich von einer solidarischen Gesellschaft? Sondern: Was erwartet eine solidarische Gesellschaft von mir? Zweifelsohne ist es wichtig, dass Solidarität strukturell, rechtlich oder gesellschaftstheoretisch verankert ist, doch Solidarität findet im Alltag statt. Die Voraussetzung, um Ge-

legenheiten für solidarisches Handeln wahrzunehmen, ist Achtsamkeit, präsent sein für die Anfragen im eigenen Alltag.

*Somit ist eine Sorgeskultur eine Achtsamheitskultur.*

Ich möchte schliessen mit einem Zitat von Viktor Frankl (zit. n. Lukas, 2006, S. 12): «Wollen wir eine Brücke schlagen von Mensch zu Mensch – und dies gilt auch für eine Brücke des Erkennens und Verstehens –, so müssen die Brückenköpfe eben nicht die Köpfe, sondern unsere Herzen sein.»

#### Literatur

Baumann-Hölzle, R. (2001): *Moderne Medizin – Chance und Bedrohung. Eine Medizinethik entlang dem Lebensbogen*. Bern: Lang.

Baumann-Hölzle, R.; Eich-Höchli, D. (2001): *Die eingeklemmte Autonomie*. In: Schweizerische Ärztezeitung (Bulletin des médecins suisses). 82, Nr. 23, S. 1218–1220.

Dialog Ethik (2006): *Manifest für eine faire Mittelverteilung im Gesundheitswesen. Stellungnahmen und Analysen. Unabhängige interdisziplinäre Arbeitsgruppe «Gerechte Ressourcenverteilung im Gesundheitswesen»*. Zürich: Dokumentenreihe des Instituts Dialog Ethik.

Frankl, V.E. (2005): *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. Wien: Deuticke im Paul Zsolnay Verlag.

Frankl, V.E. (2006): *Mensch sein heisst Sinn finden. Hundert Worte von Viktor E. Frankl*. Lukas, E. (Hrsg.). München–Zürich–Wien: Verlag Neue Stadt.

Längle, A. (1993): Modell einer existenzanalytischen Gruppentherapie für die Suchtbehandlung. In: *Süchtig sein. Entstehung, Formen und Behandlung von Abhängigkeitsstörungen. Erweiterter Tagungsbericht der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (Wien)*. 1/1993. S. 149–169.

Längle, A. (2002): *Sinnspuren. Dem Leben antworten*. St. Pölten: NP Buchverlag.

Längle, A. (2006): Wozu das alles...? In: *9. Symposium Philosophie der Lebenskunst – Die Kunst, dem Leben Sinn zu geben*. Stiftung Generationen-Dialog der Winterthur Versicherungen. Winterthur: Zentrum Obertor.

Längle, A. (2007): *Sinnvoll leben. Eine praktische Anleitung der Logotherapie*. St. Pölten: Residenz-Verlag.

Längle, A. (2008): Existenzanalyse. In: Längle, A. & Holzhey-Kunz, A.: *Existenzanalyse und Daseinsanalyse*. Wien: UTB (Facultas).

Längle, A. (2011): *Erfüllte Existenz – Entwicklung, Anwendung und Konzepte*

der Existenzanalyse. Bürgi, D. (Hrsg.). Wien: Facultas-WUV.

Martens, E. (2006): *Ich denke, also bin ich. Grundtexte der Philosophie*. München: Verlag C. H. Beck.