



Schüler:innen-Workshop: „Lebe(n) voll Sinn“

Die Jugendbetreuung war Viktor E. Frankl ein großes Anliegen. Bereits in jungen Jahren gründete er Schüler- und Jugendberatungsstellen als Möglichkeit für junge Menschen, sich mit Sinn- und Existenzfragen auseinander zu setzen. Das VIKTOR FRANKL ZENTRUM WIEN möchte mit seinem Angebot der Schüler:innen-Workshops eine Plattform für Lebensfragen der Jugend sein.

Broschüre „Lebe(n) voll Sinn“

Wir möchten daher zur Vertiefung des logotherapeutischen Menschenbildes Viktor E. Frankls beitragen und stellen Ihnen als pädagogisches Begleitmaterial die Broschüre „Lebe(n) voll Sinn“ zur Verfügung, der folgende Themen ausführlich behandelt:

- Anthropologie – Das Menschenbild Viktor E. Frankls
- Psychotherapie – Eine Sinnlehre gegen die Sinnleere
- Medizin – Ärztliche Seelsorge
- Philosophie und Religion – Auf der Suche nach Sinn
- Pädagogik – Sinnzentrierte Pädagogik als Prävention
- Wirtschaft – Energiequelle Sinn
- Zur Person Viktor E. Frankl

Fragen zur Nachbearbeitung des Schüler:innen-Workshops:

Eine Pädagogin, die mit ihrer Klasse im VIKTOR FRANKL ZENTRUM WIEN zu Besuch war, leitete ihre Klasse zu einer Nachbearbeitung des SchülerInnen-Workshops „Lebe(n) voll Sinn“ an. Diese Idee möchten wir gerne an interessierte PädagogInnen weitergeben. Folgende Fragen können den Schüler:innen zur Reflexion gestellt werden:

- **Mit welchen Aussagen Viktor E. Frankls kann ich mich gut identifizieren bzw. welche halte ich für mein eigenes Leben für nützlich?**
- **Was beeindruckt mich am meisten an der Person oder an der Lehre Viktor E. Frankls?**

Dem Nihilismus eine klare Absage zu erteilen, die unzerstörbare Würde des Menschen, den Aufgabencharakter und unabdingbaren Sinn des Lebens aufzuzeigen, ist eine präventive Maßnahme für die Psychohygiene unserer Jugend.

„Das Wissen um eine Lebensaufgabe hat einen eminent psychotherapeutischen und psychohygienischen Wert. Wer um einen Sinn seines Lebens weiß, dem verhilft dieses Bewusstsein mehr als alles andere dazu, äußere Schwierigkeiten und innere Beschwerden zu überwinden.“
(Viktor E. Frankl)

„Das Leben fragt uns nicht in Worten, sondern in Form von Tatsachen, vor die wir gestellt werden, und wir antworten ihm auch nicht in Worten, sondern in Form von Taten, die wir setzen; insofern, als wir auf die Tatsachen erst zu antworten haben, stehen wir vor unvollendeten Tatsachen.“
(Viktor E. Frankl, Trotzdem Ja zum Leben sagen)



VIKTOR FRANKL
ZENTRUM



VIKTOR FRANKL
MUSEUM



VIKTOR FRANKL
SeminarZENTRUM

Das Leben stellt die Fragen an mich:

- Wo habe ich sinnvolle Spuren in der Welt hinterlassen – durch meine Handlung, durch mein Engagement, durch meine Haltung in Leidsituationen?
- Was kann ich persönlich dazu beitragen, dass mein Leben sinnvoll ist für mich und mein Umfeld? Was sind meine spezifischen schicksalhaften Gegebenheiten (Körper, Erbe, Charakter, Erziehung, soziales Umfeld, Talente)? Alles selbstverständlich? Oder erkenne ich daraus meine unverzichtbaren und notwendigen Einsatzmöglichkeiten für die Welt?
- Wozu fordert mich meine Lebenssituation jetzt heraus? Welcher Mensch möchte ich sein? Was soll jetzt konkret von mir ausgehen? Welche Haltung, Stellungnahme wähle ich? Was soll mein Beitrag in dieser Situation sein?
Denke an eine ganz konkrete Situation, wo Du unersetzbar gefragt bist!
- Was gibt mir die Kraft, schwierige Lebenssituationen zu meistern?
Wie ist mir das bereits in meinem Leben gelungen?
- Was zeichnet mich aus? Welche Begabungen, Fähigkeiten will ich verwirklichen?
- Was habe ich aus Leiderfahrungen gelernt? Es sind Kompetenzen, die mich auszeichnen und Notwendend sein können für andere leidende Menschen, die gerade ich verstehe!
- Habe ich ein Vorbild, das mich begeistert? Was fasziniert mich an dieser Person? Könnte ich mich davon motivieren lassen? Zum Beispiel: Welche Haltung hätte diese Person in meiner schwierigen, unsicheren, ängstlichen Situation gewählt?
- Was soll noch von mir gelebt werden?
Welche Visionen, Ideen, Pläne schlummern noch und warten auf meine Verwirklichung? Für welche Projekte möchte ich mich einsetzen? Was liegt mir besonders am Herzen? („*Hinter jeder Klage steckt ein Wert.*“) Wofür will ich gelebt haben?
- Muss ich mir von mir selbst alles gefallen lassen? Lass ich mich von meinen Ängsten, meiner Langeweile, meiner Bequemlichkeit, meiner Laune, meiner Befindlichkeit bestimmen - oder wie gelingt es mir selbstgestaltend zu agieren?

„Es kommt nie und nimmer darauf an, was wir vom Leben zu erwarten haben, vielmehr lediglich darauf: was das Leben von uns erwartet.“ (Viktor E. Frankl, Ärztliche Seelsorge)