



# NATUR HEIL PRAXIS

Fachzeitschrift für Naturheilkunde

78. Jahrgang  
August 2025



# PSYCHOSPIEL

Kopf zwickt Körper

[naturheilpraxis.de](http://naturheilpraxis.de)

# Sinnanruf des Lebens

## Logotherapie und Existenzanalyse gegen Stress

Ein Beitrag von Stefan Duschl und Simone Beck

**Neben körperlichen Stressoren spielen die psychosozialen Belastungen in der Stresstherapie eine große Rolle. Die Balance der Stresshormone ist die Voraussetzung, um manifeste Gewohnheiten und Automatismen durch psychotherapeutische Verfahren bewusst und sichtbar zu machen.**

Jeder Mensch ist zahlreichen Situationen ausgesetzt, die den Körper in Alarmbereitschaft versetzen. Die adrenerge Stressantwort beginnt innerhalb von Sekunden. Dabei werden über den Sympathikus die Katecholamine wie Dopamin, Noradrenalin und Adrenalin ausgeschüttet, um die Situation zu bewältigen. Zeitgleich wird durch die Aktivierung der Katecholamine das im Körper gespeicherte Glykogen abgebaut und der Körper verfügt über Energie für die Bewältigung dieser Stresssituation. Der endokrine Stress wird nach wenigen Minuten aktiviert, wenn die Stresssituation anhält. Dabei wird über den Hypothalamus das Corticotropin-Releasing-Hormon (CRH) freigesetzt, das die Hypophyse zur Ausschüttung des adrenocorticotropen Hormons (ACTH) stimuliert. Über diesen endokrinen Kreislauf wird schließlich in der Nebenniere das körpereigene Hormon Cortisol aktiviert. Dieser Prozess setzt zur Energiegewinnung die Gluconeogenese in Gang, um aus den körpereigenen Strukturen wie Proteinen Zucker zu gewinnen. Nach Bearbeitung dieser Situation erfolgt ein Abschalten der Stressantwort und es beginnt der Prozess der Regeneration. Die Katecholamine werden schnell, während Cortisol langsam abgebaut wird. Dauerhafte oder wiederholte Stressbelastungen führen zu einer individuellen Stressantwort. Diese Stressantwort führt jedoch nicht zur ursprünglichen Homöostase zurück, sondern passt sich ständig der durch die Stresssituation veränderten Umwelt an. Bei chronischem Stress ist die Stressantwort abhängig von den verschiedenen Formen (psychosozial und physisch), der Dauer und der Intensität des Stressors.

Die Stressverarbeitung im Gehirn läuft physiologisch über die geordnete Hierarchie des adrenergen und endokrinen Systems ab. Diesen Ablauf nennt man Top-Down-Vorgang im Gehirn und er ist eine konzeptgesteuerte Vorgehensweise. In einer dauerhaften

Stressbelastung wird diese konzeptgesteuerte Verarbeitung durch ein impulsgesteuertes Verhalten ersetzt. Dabei spielen Persönlichkeitsmerkmale, Motive, persönliche Denkmuster und Glaubenssätze eine wesentliche Rolle. Es laufen automatisierte und unbewusst trainierte Programme ab. Emotionen steuern die Reaktion anstatt der Vernunft der Handlungsteuerung.

### Ursachen

Stressauslöser sind sogenannte Stressoren, die im Körper Anforderungen und Bedrohungen gleichermaßen auslösen können. Die Stressoren lassen sich nach dem Bio-Psycho-Sozialen-Modell in physische und psychosoziale Stressoren einteilen. Zu den physischen Stressoren zählen z. B. Erkrankungen, körperlicher Schmerz, körperliche Gewaltanwendungen, schwere körperliche Arbeiten, Schwermetalle, Xenobiotika und auch Pharmaka. Diese physischen Stressoren wirken sich zunächst auf ein bestimmtes Organsystem aus und im Verlauf der Belastung können sie systemisch bei anderen Organsystemen Folgeschäden hervorrufen. Als psychische Stressoren sind Ängste, Überforderungen, Abgrenzungsfähigkeit, Vereinsamung, negative Lebensereignisse und Frustration als Beispiele zu nennen. Zu den sozialen Stressoren zählen Geldsorgen, Armut, soziale Ausgrenzung und auch der permanente Drang zur Selbstoptimierung, der durch die Medien geschürt wird. Weitere wichtige Stressverursacher entstammen der Arbeitswelt, die sich physisch wie auch psychosozial auswirken können. Zu den bedeutsamsten Stressoren gehören hohe Arbeitsbelastung, fehlende betriebliche Gestaltungsmöglichkeiten, mangelnde Gratifikation, hoher Ehrgeiz, starkes Bedürfnis nach Anerkennung, perfektionistische Eigenforderung, Verausgabung und Mobbing.

Jeder Stressor wirkt bei jedem Menschen anders. Er wird unterschiedlich bewertet und daraus ergeben sich verschiedene Vorgehensweisen in der Bewältigung.

### Für Eilige

Die Logotherapie und Existenzanalyse helfen, die eigenen Bedürfnisse und Wesensmerkmale zu erkennen und auszudrücken. Dabei trägt jeder Mensch die Verantwortung, die bestmögliche Entscheidung für sich selbst und seine Umwelt zu treffen. Je besser man diese Fähigkeiten entwickelt, desto mehr kann man Stress reduzieren.

## Folgen der chronischen Stressbelastung

Das Psycho-Neuro-Endokrine-Immun-System wird insbesondere bei Dauerbelastungen gemeinsame Reaktionen hervorrufen. Die einzelnen Systeme sind für sich autonom wirksam, jedoch ergeben sich in Stresssituationen durch das Zusammenspiel komplexe Reaktionen als Folge. Die Summe der psychischen und somatischen Veränderungen durch Stress beeinflusst das Gesamtverhalten in Richtung einer wirksamen Elimination des einzelnen Stressors mit dem Ziel, den Stressor zu kontrollieren, zu tolerieren oder dabei zu resignieren. Diese Verhaltensänderungen können sich in Gereiztheit, Aggressionen, Hilflosigkeit, Ängsten, Realitätsverlust und Suchtentwicklung zeigen.

Bei den organischen Folgen ist nach somatoformen autonomen Funktionsstörungen, Schmerzsyndromen und organischen Auswirkungen zu unterscheiden. Bei den somatoformen werden Beschwerden auf Organe projiziert, für die jedoch keine körperlichen Ursachen zu finden sind. Die Beschwerden können sich durch Herzklopfen, vermehrtes Schwitzen, Verdauungsprobleme, Dyspnoe bei geringer Belastung und Schlafstörungen äußern. Bei den Schmerzsyndromen treten häufig Kopf- und Rückenschmerzen oder Muskelverspannungen auf. Beispiele für organische Störungen sind Hypertonie, Diabetes mellitus Typ II, metabolisches Syndrom, Immuninsuffizienz und entzündliche Gelenkerkrankungen.

Ein dauerhaft erhöhter Cortisolspiegel ist dafür verantwortlich, dass eine Cortisolresistenz entsteht. Um dieser Resistenz entgegenzuwirken, produzieren die Nebennieren immer größere Mengen an Cortisol, was zur zunehmenden Erschöpfung der Nebennieren führt. Es werden dadurch zahlreiche Funktionen des Cortisols nicht mehr optimal durchgeführt. Das Immunsystem wird unterdrückt, Entzündungen werden nicht mehr eingedämmt, Blutdruck steigt, Knochenabbau wird gefördert, verringerte Bildung von Neurotransmittern, verstärkter Muskelabbau und Erhöhung der Blutfette. Ein Teufelskreis beginnt. Der chronische Stress fördert chronische Entzündungen und chronische Schmerzen. Diese wiederum aktivieren das Stresssystem. Diesen Teufelskreis gilt es zu durchbrechen.

## Logotherapie und Existenzanalyse

Lange Zeit wurden Psyche und Soma als getrennte Einheiten betrachtet, wobei der ganzheitliche Ansatz immer mehr an Bedeutung gewinnt. Der Mensch wird als Einheit gesehen, dessen körperliche

Schmerzen die Psyche wie umgekehrt psychische Schmerzen den Körper beeinflussen. Unser Gehirn unterscheidet nicht zwischen physischem und psychischem Schmerz. Das heißt, eine Trennung kann genauso schmerzhaft sein wie ein gebrochener Arm. Unabhängig davon, ob und welche Diagnostik vorliegt, kann der anthropologische Ansatz von Viktor Frankl dabei unterstützen, negative Geschehnisse zu verarbeiten und mehr Lebensqualität zu erhalten. Frankl ist der Begründer der Logotherapie und Existenzanalyse (L und EA), der sogenannten „Dritten Wiener Schule der Psychotherapie“, bitte nicht zu verwechseln mit der Logopädie. Die L und EA als humanistische Therapierichtung unterstützen die Menschen, den individuellen Sinn für die aktuelle Situation zu finden. Wir sprechen dann vom Sinnanruf des Lebens. Durch die Existenzanalyse erfahren wir unsere ureigenen Strukturen und Werte, wir erkennen unsere Motive, um unser So-Sein zu verstehen und entsprechend zu handeln, was deutlich Stress reduziert. Wenn ich weiß, wie meine Bedürfnisse liegen und welches meine Trigger sind, kann ich mit mir und meiner Umwelt besser agieren und werde aktiver Gestalter meines Lebens. So erhellt sich das Ich im Licht.

## Mensch ist mehr als ein Psychophysikum

Eine der logotherapeutischen Grundideen ist, dass der Mensch mehr als ein Psychophysikum ist. Während Frankl noch von der geistigen Person als der inneren Instanz sprach, die nicht krank werden kann, ist der Begriff „heiliger Kern“ zeitgemäßer. Darauf aufbauend arbeitet die L und EA lösungs- und nicht defizitorientiert.

### Praxisbeispiel – Junge Frau

Eine junge Frau sucht Unterstützung, weil sie an einem Scheidepunkt ihres Lebens steht. Ihr Wunsch war es, zu heiraten und Kinder zu bekommen, aber dazu war ihr Partner nicht bereit, und sie beendete daraufhin die langjährige Partnerschaft. Sie fühlte sich nicht nur in ihren Vorstellungen, sondern auch in ihrem ganzen Sein abgelehnt. Sie glaubte außerdem, dass sie aufgrund eines Kindheitstraumas kaputt sei und repariert werden müsse. Neben vielen Veränderungen im Handeln und Denken war der ausschlaggebende Impuls, dass sie mehr sei als das Trauma, mehr als ihre Psyche und ihr Körper, sondern im Inneren immer unversehrt.

## Schicksalhafter Bereich und Freiheit

In jedem Leben gibt es unveränderbare Bereiche. Eine Kindheit war, wie sie war, sie lässt sich heute nicht mehr ändern. Ein Unfall passierte oder >>

Durch eine Existenzanalyse erfährt der Mensch seine ureigenen Strukturen und Werte.

Durch einen dauerhaft erhöhten Cortisolspiegel entsteht eine Cortisolresistenz.

Menschen können versuchen, die Stärken zu finden, die sie trotz der ungünstigen Ausgangssituation entwickelt haben.

eine chronische Krankheit hat begonnen. Die L und EA betrachtet das als schicksalhaften Bereich. Die Freiheit liegt nun darin, wie der Betroffene sich dazu bezieht. Ich kann meine Kindheit als sehr schlecht bewerten und mit meinem Schicksal hadern. Dann trage ich wahrscheinlich schwer daran und werde in der vollen Entfaltung meiner Möglichkeiten gehindert. Ich kann aber auch versuchen, die Stärken zu finden, die ich trotz oder wegen der ungünstigen Ausgangssituation entwickelt habe. Um zu einer gesunden Einstellung zu kommen, benötigt es oft Trauer, Trost und Wut.

### Praxisbeispiel – Junge Frau

Der schicksalhafte Bereich im Leben der jungen Frau ist, dass sie als Kind traumatisiert wurde. Dieser Bereich ist also unabänderlich. Ihre Freiheit liegt aber darin, wie sie trotz der Erlebnisse als Erwachsene damit umgeht, was sie darüber denkt und dazu fühlen möchte. Den ersten Schritt hat sie bereits getan, indem sie erkannte, dass sie sich Unterstützung holen darf und will. Damit hat sie sich bereits aus ihrer inneren Starre und Gefangenschaft in der Vergangenheit gelöst. Eine ihrer wunderbarsten Eigenschaften, die sie entwickelt hat, ist ihr unerschütterlicher Humor.

Sehen wir den Humor außerdem als Therapeutikum, dann hilft er uns dabei, uns von uns selbst zu distanzieren und entspannt nebenbei stressige Situationen.

## Gespräch von Mensch zu Mensch

Es ist hilfreich, zu Beginn der Therapie die hilfesu-chenden Menschen ihre Geschichte ungefiltert erzählen zu lassen. Das gibt ihnen Raum, über alles zu reden, was sie bedrückt, was z. B. mit Scham und Angst, Ärger oder Wut, Verzweiflung und Niedergeschlagenheit belegt ist. Gesagt werden darf, muss aber nicht alles. Zeit und Raum gehören ganz den Patienten. In der L und EA findet der Begriff des „homo patiens“ als die leidende und Leid ertragende Person Anwendung. Für viele Patienten ist es das erste Mal, dass jemand zuhört und sie frei über ihre Probleme reden können und dürfen. Es ist wichtig, in ein sensibles und einfühlsames Resonanzverhältnis mit den Patienten zu treten und komplexere Zusammenhänge mit eigenen Worten zu wiederholen. So entsteht eine therapeutische Beziehung mit größtmöglicher Empathie und Verständnis, ohne zu werten und bewerten. Dies unterstützt die Effekte der Übertragung und Gegenübertragung und auch den Prozess der Stabilisierung und Vertrauensbildung.

### Praxisbeispiel

Ein junger Mann litt unter der Tatsache, dass in seinem Haus vieles unerledigt blieb. Es gab so viel zu

tun und er wusste nicht, wo er anfangen sollte. Nun suchte er Unterstützung, um aus seiner Antriebslosigkeit herauszukommen. Von Anfang an stimmte er allen Möglichkeiten zur Veränderung nur zögernd zu und sah nicht, was er bereits geschafft hatte. In der Übertragung war großer Widerstand wahrnehmbar, der vor allem gegen seine Schwester gerichtet schien. Darauf aufmerksam gemacht, nahm er den Impuls dankbar an und konnte endlich all seinen Stress und Frust über seine bevor-mundende Schwester formulieren. Die Offenlegung der Übertragungsgefühle war unbedingt notwendig, um nicht mit therapeutischen Vorschlägen in eine Täterrolle zu geraten. Er konnte nun den Widerstand aufgeben und ein Gespräch von Mensch zu Mensch wurde möglich, um für ihn passende Strategien zu entwickeln.

## Psychoedukation

Wissen kann heilen und entlasten, wenn es die Patienten nicht überfrachtet. Unter Verwendung von Metaphern können komplexe Themen verständlich gemacht werden. Um zu erklären, weshalb oder wie psychische Störungen auftreten, hilft die Metapher von einem Fass, in dem unser Erlebtes von Geburt an aufgeschichtet wird. Oft wissen wir nicht mehr, was passiert ist, aber die Gefühle dazu haben wir abgespeichert. Diese Gefühle geben uns Orientierung in der Welt und beeinflussen oder steuern unsere Reaktionen. Hierbei handelt es sich sowohl um funktionale als auch um dysfunktionale Strategien. Wenn zu viel im Leben eines Menschen passiert, greifen diese Coping-Strategien nicht mehr, und psychische und physische Störungen können entstehen. Es ist dann der berühmte letzte Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt.

### Praxisbeispiel

Eine Frau mittleren Alters entwickelt Rückenschmerzen ohne nachvollziehbare körperliche Ursachen. Nach dem Erklärungsmodell mit dem Fass versteht sie, dass sich Emotionen über die Jahre aufgestaut haben und ihre Psyche nun über ihren Körper signalisiert, dass etwas in ihrem bisherigen Leben in Schiefelage geraten ist. Mit der Zeit erkannte sie, dass sie sich bei wichtigen Entscheidungen gewünscht hätte, die Eltern wären mehr auf ihre Wünsche eingegangen. Sie wollte z. B. lieber eine mittlere Schule mit anschließender Berufsausbildung besuchen anstatt des Gymnasiums mit anschließendem Studium. Es waren quälende Jahre des Lernens und der Arbeit im falschen Beruf. Sie entwickelte eine Krankheit, um zu erkennen, dass sie nicht am richtigen Platz war.

## Glaubenssätze als Stressoren

Viele Menschen geraten in hohen Stress, der gar nicht zu der aktuellen Situation passt. In unserer

Wenn zu viel im Leben eines Menschen passiert, greifen Coping-Strategien nicht mehr.

Ursprungsfamilie lernen wir, bestimmte Erwartungen zu erfüllen und auf bestimmte Impulse in der gewünschten Art zu reagieren. Wir passen uns der Familie an, auch wenn wir von unserem inneren Kern her ganz andere Bedürfnisse hätten. In aktuellen Situationen werden erlernte Reaktionsmuster erkennbar und für die Patienten richtig gedeutet – auch nachvollziehbar.

### Praxisbeispiel

Eine Patientin erzählte, wie sehr sie sich von ihrer Mutter gegängelt fühle, und egal, was sie tue, sie fühle sich einfach unnütz. Dieser Satz „Ich fühle mich unnütz“ war ein fest verankerter Glaubenssatz. Die Patientin geriet während des Gesprächs merklich unter Stress und zog sich innerlich zurück. Um sie aus der Defensive und dem Stress herauszuholen, sollte sie diesen Glaubenssatz auf ein Plakat aufschreiben. Die Aufgabe war, zu jedem einzelnen Buchstaben des Satzes eine Eigenschaft zu finden, die zu ihr gehört. Sie war ganz erstaunt darüber, wie viel Positives sie finden konnte und welche Widersprüche sich auch gezeigt haben. Diese Aufgabe holte sie einerseits aus ihrem aktuellen Stress heraus, denn durch die Aktion wurde sie aus den Emotionen zum logischen Denken gebracht. Es ging ihr körperlich besser und sie konnte sich dadurch von ihren Emotionen distanzieren. Andererseits formulierte sie ganz leicht viele ihrer Stärken und inneren Konflikte, die im Anschluss therapeutisch bearbeitet werden konnten.

## Wahl und Verantwortung

Meist ist den Menschen gar nicht bewusst, dass sie eine Wahl im Leben haben. Sie agieren in ihren Strukturen, Mustern und Routinen, die nicht

verändert werden müssen, solange keine Probleme entstehen. Dann aber kann es sinnvoll werden, sich individueller Wünsche und Bedürfnisse bewusst zu werden und eigene Werte und Lebensziele zu identifizieren, um ein erfüllteres Leben zu führen. Für die Wahl, die wir treffen, tragen wir die Verantwortung und bewegen uns im Spannungsfeld zwischen Individuum und Gemeinschaftswesen. Die Menschen sind nicht frei von Bedingungen, denn die Wahl hängt z. B. davon ab, in welcher Gesellschaftsform wir leben oder unter welchem Druck wir im Arbeitsleben, in der Familie oder Freizeit stehen. Was ist für den Einzelnen wichtig, wer bin ich und wie verhalte ich mich verantwortungsbewusst zu meiner Umwelt?

### Praxisbeispiel

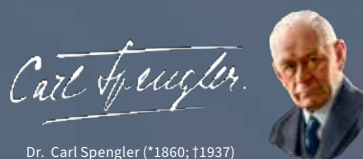
Ein junger Familienvater bekam die Diagnose einer chronischen Schmerzerkrankung. Er hatte die Wahl, wie bisher weiterzuarbeiten, um den Lebensstandard der Familie aufrechtzuerhalten, oder seinen Arbeitgeber um die Reduzierung der Stundenzahl zu bitten. Er entschied sich für die Reduzierung und war sich darüber bewusst, dass sich seine Familie dadurch einschränken musste. Es wurden immer wieder harte Auseinandersetzungen geführt und er zweifelte daran, ob seine Entscheidung richtig gewesen sei. Er hatte seine Wahl überlegt getroffen und trug nun dafür die Verantwortung.

## Rollenverständnis und Fehlerkultur

Ein stressauslösender Faktor kann unser Rollenverständnis sein. Unter Anwendung des sokratischen Dialogs und unter Einbeziehung des Idiolekts >>

Die Wahlfreiheit der Menschen ist abhängig von ihrer Gesellschaftsform.

# 8 wirklich gute Gründe für eine gesunde Welt.



Dr. Carl Spengler (\*1860; †1937)



Seit über 100 Jahren bewährt.

Die von Dr. Carl Spengler entwickelten Spenglersan® Kolloide sind ein einzigartiger Ansatz der Immunmodulation, die bis heute eines der wichtigsten Prinzipien der Naturheilkunde ist. Denn ein stabiles und funktionierendes Immunsystem ist die Basis unserer Gesundheit. Seit 100 Jahren erfolgreich und bewährt im Einsatz.

**Spenglersan® Kolloide.**  
**Die Medizin für eine gesunde Welt.**



wird die Person zur Selbstreflexion und der Überprüfung eigener Normen angeregt. Widersprüche und Denkfehler zeigen sich dabei recht schnell.

### Praxisbeispiel

Eine junge Mutter wollte keinesfalls bei ihren zwei kleinen Kindern die gleichen Fehler wiederholen, die ihre Eltern bei ihr gemacht hatten. Ihr Anspruch war, immer verständnisvoll und ruhig zu bleiben, aber regelmäßig brachten sie ihre Kinder in Stress, und je mehr Geduld sie aufzubringen versuchte, desto größer wurden ihr Ärger und der Wutausbruch. Ihre Migräneanfälle häuften sich, die sie zum Rückzug zwangen. Durch geschicktes Fragen kam sie selbst darauf, dass es keine perfekten Eltern gibt. Ausschlaggebend ist aber, ob sie zu ihren Fehlern steht und ob sie die Mutterrolle besser erfüllt, wenn sie Grenzen absteckt und ihren Kindern zeigt, dass sie eine Frau mit Gefühlen ist.

### Fazit

Die L und EA helfen dabei, die eigenen Bedürfnisse und Wesensmerkmale zu erkennen und auszudrücken sowie Grenzen sowohl nach außen als auch nach innen wahrzunehmen. Es geht nicht darum, einen starren Plan zu verfolgen, sondern flexibel auf die jeweiligen Situationen zu reagieren. Dabei trägt jeder Mensch die Verantwortung, die bestmögliche Entscheidung für sich selbst und seine Umwelt zu treffen. Je besser man diese Fähigkeiten entwickelt, desto mehr kann man authentisch und verantwortungsvoll handeln, um Stress zu reduzieren. Es ist das Leben selbst, das uns mit Fragen konfrontiert. Unsere Aufgabe ist es, darauf bestmöglich und

Je besser der Mensch die Fähigkeit entwickelt, die bestmögliche Entscheidung für sich zu treffen, desto mehr kann er Stress reduzieren.

sinnvoll zu antworten und diese Antworten auch verantwortungsvoll zu tragen. Frankl sagte: „Wenn Leben überhaupt einen Sinn hat, muss auch Leiden einen Sinn haben. Es kommt nicht darauf an, was man leidet, sondern wie man es auf sich nimmt.“ ■



### Literatur

1. Wolf A, et al: Stressmedizin und Stresspsychologie, Schattauer Verlag, 2020.
2. Talbott S, et al.: The Cortisol Connection, Hunter House, 2007.
3. McEwen B: Stesstheorie, The New England Journal of Medicine, 1998; 338:171-9.
4. Peters A, et al.: Progress in Neurobiologie, 2017; 156:164-88.
5. Frankl VE: ... trotzdem Ja zum Leben sagen, Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager, Penguin Verlag München, 2018.
6. Frankl VE: Ärztliche Seelsorge: Grundlage der Logotherapie und Existenzanalyse, dtv, 2007.
7. Butler DS, et al.: Schmerzen verstehen, übersetzte Ausgabe, Springer, 2009.

Die vollständige Literaturliste kann beim Verlag angefragt werden.



### Online-Informationsabende

Weiterführende und vertiefende Informationen gibt es über die kostenlosen Online-Informationsabende unter [stressbewaeltigung.impetusnow.de](https://stressbewaeltigung.impetusnow.de).



### Stefan Duschl

Er ist Heilpraktiker, Ernährungs- und Stresstherapeut, Dozent sowie Betriebswirt. Die Heilpraktikertätigkeit umfasst die Bereiche Entzündungen, Stress und Schmerzen im chronifizierten Stadium. Als Unternehmensberater begleitet und unterstützt er Praxisgründungen für Heilpraktiker und Kooperationen zwischen Heilpraktikern und Zahnärzten.

[kontakt@impetusnow.de](mailto:kontakt@impetusnow.de)



### Simone Beck

Sie ist Heilpraktikerin beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie. Außerdem ist sie als Logotherapeutin und Existenzanalytikerin sowie als Traumafachberaterin und Stresstherapeutin tätig.