

Begriffserläuterungen:

Existenzanalyse, spezielle Existenzanalyse, Logotherapie

Buchauszug

Sabine Wöger (2019). *So spannend ist die Logotherapie! Fallsequenzen aus der Existenzanalyse und Logotherapie. Werkzeuge für Psychologisch Beratende und Psychotherapeut*innen*. Norderstedt: BoD, S. 13.

Die *Existenzanalyse* ist eine der Logotherapie zugrunde liegende Forschungsrichtung und zugleich ein therapeutischer Weg. Es handelt sich um eine Anthropologie, die den Menschen in seiner leiblich-seelisch-geistigen Einheit und Ganzheit zu fassen sucht und die Charakterisierung und Qualifizierung der Essenz der Existenz intendiert. Gemeint ist eine „Analyse der ganzen Existenz“ und eine „Analyse auf Existenz hin“, also auf das menschliche Sein hin, das Ver-antwort-lichsein bedeutet. Das Ziel der Existenzanalyse liegt in einem eigenverantworteten, selbstgestalteten und menschenwürdigen Lebensvollzug. Mittels Existenzanalyse wird somit die Essenz der Existenz charakterisiert.

In der *speziellen Existenzanalyse* wird das konkrete individuelle Leben von Klient*innen, ebenso von Gruppen, auf die möglichen existenziellen Wurzeln seelischer Erkrankungen hin durchleuchtet. Der therapeutische Aspekt der Existenzanalyse liegt also in der Erhellung der konkreten existenziellen Situation(en) und in der Unterstützung auf dem Weg zu einer selbstständigen Sinnfindung.

Die *Logotherapie* ist die angewandte Psychotherapie auf Grundlage des von Viktor Frankl entwickelten wert- und sinnorientierten Modells, also die therapeutische Ausgestaltung des logotherapeutischen Menschenbildes. Sie richtet den Fokus auf Störungen des spezifisch Menschlichen, die gemäß Frankl in der Geistigkeit des Menschen und seinem existenziellen Bedürfnis nach Sinn zu finden sind (1975, S. 16–17).

Literatur

Frankl, V. (1975). *Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. Bern: Huber.

