

Inhaltsverzeichnis

Vorwort der Reihenherausgeber	9
Zur Einleitung	13

Existenzanalyse

Alfried Längle

A Existenzanalyse als Menschenbild – Verständnis und Zugang zum Menschsein	23
1 Die Struktur und Dynamik der Existenz	23
2 Die existenziellen Grundmotivationen (GM) im Überblick	29
3 Die erste Grundmotivation – Dasein-Können als Grundbedingung der Existenz	35
4 Die zweite Grundmotivation – Leben-Mögen als Beziehungsfrage der Existenz	39
5 Die dritte Grundmotivation – Selbst-sein-Dürfen als Frage nach der Person in der Existenz	46
6 Die vierte Grundmotivation – Handeln-Sollen als Vollzug der Existenz	52
7 Das Prozessmodell der EA – die Personale EA (PEA)	59
8 Die phänomenologische Haltung	61
9 Das traditionelle Menschenbild der EA im Spannungsfeld der Existenz	64
B Warum Existenzanalyse?	71
1 Was ist Existenzanalyse?	71
2 Entstehungsgeschichte der Existenzanalyse	73
3 Heutige Entwicklung der Existenzanalyse	76
4 Existenzanalyse und die Hauptströmungen der Psychotherapie ...	78
5 Existenzanalyse – eine existenzielle Psychotherapie	80
C Existenzanalyse als Frage des Daseins – eine Einführung in die Grundlagen	83
I Die Grundhaltung für erfüllende Existenz: die phänomenologische Offenheit	83
1 Dasein in dieser Welt – eine existenzielle Herausforderung	84
2 Die Suche nach dem Zugang zum Sein in der Welt	87
3 Warum Phänomenologie? – Zur Begründung der Methodik	88

4	Die Dynamik des „Geworfenseins“ – oder: warum Dasein auch „Aufgabe“ ist	91
5	Personsein in der Welt: die „doppelte Realität“ des Menschen	92
6	Die dialogische Veranlagung des Menschen	95
7	Menschsein heißt, infrage zu stehen	96
II	Der existenzielle Schritt: leben mit innerer Zustimmung	102
1	Leben ist Antwort geben	102
2	Antwort zu geben, erschließt die Existenz	105
3	Zustimmung – die Basis aller Antwort	106
4	Zustimmung verschafft Präsenz	107
III	Existenzanalytische Selbstreflexion	110
1	Existenzielle Selbstverwirklichung	110
2	Die Fragen, in denen der Mensch steht	112
D	Existenzanalyse als Therapie	117
1	Existenzielles Verständnis von psychischer Störung bzw. Krankheit	117
2	Diagnostik	120
3	Wirkung existenzanalytischer Psychotherapie	122
4	Verhältnis von unspezifischer zu spezifischer Therapie	124
5	Therapeutische Beziehung und Begegnung	125
6	Therapieerfolg aus der Sicht der Existenzanalyse	126
7	Existenzanalytische Tests	127
E	Die behinderte Existenz – Verständnis und Behandlung psychischer Störungen	129
1	Angststörungen	129
2	Depression	138
3	Hysterie	144
4	Kontextstörungen	146
5	Persönlichkeitsstörungen	151
6	Psychosomatik	152
7	Psychosen	152
F	Existenzanalytische Behandlungsmethoden	155
1	Umgang mit Aggression	155
2	Biografische Methode	156
3	Dereflexion	156
4	Einstellungsänderung	157

5	Existenzielle Wende	158
6	Paradoxe Intention	158
7	Personale Existenzanalyse (PEA)	161
8	Personale Positionsfindung (PP)	162
9	Phänomenologische Dialogübung („Sesselmethode“)	163
10	Perspektiven-Shifting	164
11	Sinnerfassungsmethode (SEM)	164
12	Willensstärkungsmethode (WSM)	165
G	Organisatorisches	167
1	Die Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse	167
2	Andere Vereinigungen	168
3	Die Ausbildung in Existenzanalyse (GLE-International)	168
4	Nützliche Adressen	169
5	Literaturempfehlungen	170
	Verwendete Literatur	173