

**Alfried Längle**

# **Erfüllte Existenz**

Entwicklung, Anwendung und Konzepte  
der Existenzanalyse

*Texte für Psychotherapie, Beratung und Coaching*

*Herausgegeben von Dorothee Bürgi*

**facultas.wuv**

**Dorothee Bürgi, PhD**, wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bereich der Publikationen der Existenzanalyse, Internationale Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse Wien (GLE-Int), Psychologin. Schwerpunkte sind Assessments, Executive-Coachings und Entwicklung von Leadership- und Transformationscurricula. Derzeit besonders mit medizinethischen Fragen am Lebensende und Management-Forschung in Kulturbetrieben befasst.

Bibliografische Information Der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Angaben in diesem Fachbuch erfolgen trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr, eine Haftung des Autors oder des Verlages ist ausgeschlossen.

1. Auflage 2011

Copyright © 2011 Facultas Verlags- und Buchhandels AG  
facultas.wuv Universitätsverlag, Berggasse 5, 1090 Wien, Österreich

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und der Verbreitung sowie der Übersetzung, sind vorbehalten.

Umschlagbild: Regina Längle 2011

Druck und Satz: Facultas Verlags- und Buchhandels AG

Printed in Austria

ISBN 978-3-7089-0721-5

Gedruckt mit Unterstützung des Bundesministeriums für Wissenschaft und Forschung in Wien.

# Inhalt

|                    |   |
|--------------------|---|
| Vorwort            | 7 |
| Über Alfred Längle | 9 |

## Grundlagen und Konzepte der Existenzanalyse

|                                                                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Das Seinserlebnis als Schlüssel zur Sinnerfahrung (1984)                                                                    | 15 |
| Sinn-Glaube oder Sinn-Gespür?<br>Zur Differenzierung von ontologischem und existentiellm Sinn in der<br>Logotherapie (1994) | 28 |
| Was bewegt den Menschen?<br>Die existentielle Motivation der Person (1992, publ. 1999)                                      | 46 |
| Erleben und Existieren<br>Gefühl und Dialog als Grundlage für die Praxis (2003 bzw. 2010)                                   | 67 |
| Körper-Lust und Geist<br>Ist das Verhältnis des Menschen zur Existenz sexuell? (2007)                                       | 85 |

## Aus der Praxis

|                                                                                              |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Die existenzanalytische Therapie: Eine Illustration anhand einer<br>Therapiestunde (1989)    | 107 |
| Ein Gespräch zur Selbstfindung anhand der Personalen<br>Existenzanalyse (1993)               | 115 |
| Ursachen und Ausbildungsformen von Aggression im Lichte der<br>Existenzanalyse (1998)        | 130 |
| Dem Kranken die Wahrheit sagen –<br>Arztsein zwischen Sachlichkeit und Menschlichkeit (2000) | 151 |

## **Zustimmung zum Leben**

|                                                                                                                                  |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Existenzanalyse (1988)                                                                                                           | 165 |
| Burnout – Existentielle Bedeutung und Möglichkeiten<br>der Prävention (1997)                                                     | 186 |
| Authentisch leben – Menschsein zwischen Sachzwängen und Selbstsein<br>oder: Wie können wir trotzdem werden, wer wir sind? (1999) | 203 |
| Trauma und Sinn<br>Wider den Verlust der Menschenwürde (2006)                                                                    | 223 |
| Zum Glück braucht der Mensch Sinn<br>oder: Können wir uns selbst glücklich machen? (2010)                                        | 239 |

Um die Entwicklung im zeitlichen Kontext einsehbar zu machen, wurden Begriffe, die heute nicht mehr im Gebrauch sind, in ihrer damaligen Form belassen.

Der leichteren Lesbarkeit halber wird im ganzen Buch das generische Maskulinum verwendet – es meint gleichermassen Männer wie Frauen.

## Vorwort

Bei meiner ersten Begegnung mit Alfried Längle vor sechs Jahren habe ich mich gefragt, woran es liegen mag, dass so vieles zum Thema Existenz, was ich aus Hörsälen und Büchern kannte, auf einmal lebensnah, lebendig und in überraschender Tiefe fassbar wurde. Ist es seine Fähigkeit, anthropologisch und philosophisch komplexe Denkfiguren lebensnah zu übersetzen? Ist es sein panoramisches Wissen, oder die weitreichenden Anwendungsmöglichkeiten seiner Konzepte? Mir fiel auch die Sorgfalt seiner Empirie oder sein Blick für das Ganze wie für die Person auf. – Dies alles könnte zutreffen. Das Wesentliche liegt meines Erachtens aber woanders begründet. Es liegt darin, dass es Alfried Längle mit seinen Schriften, Vorträgen und Vorlesungen gelingt, das Bewußtsein zu wecken, dass das, wovon wir lernen und woran wir wachsen vor allem das Leben selbst ist.

Das vorliegende Buch ist eine Darstellung von Grundzügen der Existenzanalyse Alfried Längles. Ein wichtiges Anliegen dabei war – geleitet von der Idee des Umfassenden – bedeutende Schriften, theoriebildende Momente und aufschlussreiche Praxisberichte zusammenzustellen und verfügbar zu haben. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, erscheinen die einzelnen Artikel entlang eines zeitlichen, thematischen und auch eines perspektivenbezogenen Bogens. Doch ist kritisch zu fragen, ob nicht der Anspruch zu hoch ist – kann ein Buch PsychotherapeutInnen, BeraterInnen und Coaches gleichermaßen ansprechen? Sind die Fragestellungen, denen sie in ihrer Praxis begegnen, ihre Tätigkeitsfelder und ihre Arbeitstechniken nicht doch zu verschieden? Die Antwort lautet Ja, sie sind verschieden, aber diese Professionen haben eines gemeinsam: Menschen in ihrer Einmaligkeit zu begreifen und sie auf ihrem Weg zu einer erfüllten Existenz zu begleiten. Dieser Weg zu einer erfüllten Existenz beginnt bei sich selbst, bedarf der eigenen Person, und das ist das Verbindende zwischen den Professionen. Und gerade dafür steht die Existenzanalyse.

Es freut mich als Herausgeberin, dass mit dieser Auswahl von Texten ein geschichtlich aufgebauter Einblick in den grossen Reichtum der Existenzanalyse nun vorliegen kann. Vieles und Wesentliches ist von Alfried Längle in seinem bisher 30jährigen Schaffen beigesteuert worden. Was er schuf, hat das Potential, dass nach der Lektüre dieses Buches das Thema "Erfüllte Existenz" nicht nur als

ein weiterer Buchtitel dasteht, sondern viele Anregungen für eine Erfülltheit der eigenen Existenz zu geben vermag.

Dieses Buch erscheint anlässlich des Geburtstages von Alfried Längle, der sich heuer zum 60. Mal jährt. Dazu gratuliere ich Dir, lieber Alfried, herzlich und überbringe Dir meine besten Wünsche.

Zürich, Januar 2011

Dorothee Bürgi (Hrsg.)