

# KONFLIKTE

## Ihre Bedeutung, ihr Stellenwert und ihr Verständnis im Horizont einer phänomenologisch-hermeneutischen Perspektive<sup>1</sup>

CHRISTOPH KOLBE

Menschliches Sein ist ontologisch in Polaritäten gestellt, die unauflösbar zum Menschsein gehören. Zu leben heißt deshalb, immer auch im Konflikt zu stehen. Es braucht also den Menschen, der fähig ist zu einer Syntheseleistung im Horizont von Konflikten und Mehrdeutigkeiten.

Zentrale polare Themen werden auf Basis der Daseinsstrukturen Zeitlichkeit, Räumlichkeit und Mitsein aus ontologischer Perspektive beschrieben. Hieraus ergibt sich ein Überblick, welche Bewegungen der Lebensausrichtung für den gelingenden Vollzug menschlicher Existenz in den Blick zu nehmen sind.

Diese Sichtweise kann die existenzielle Perspektive der Existenzanalyse fundieren.

**SCHLÜSSELWÖRTER:** Konflikt, Daseinsstrukturen, Zeitlichkeit, Räumlichkeit, Mitsein, Hermeneutische Diagnostik, Phänomenologie

### CONFLICTS

Their meaning, their significance and their understanding on the horizon of a phenomenological-hermeneutic perspective

Ontologically, human being is put into polarities which indissolubly belong to humanity. Consequently, to live is also always to be at odds. There is thus a need for people with synthesizing capabilities on the horizon von conflicts and ambiguity.

Two polar themes are described from an ontological perspective on the basis of the Dasein structures of temporality, spatiality and being-with. This results in an outline pointing out the motions of life alignment which must be considered for the realization of human existence.

This viewpoint provides a basis for the existential perspective of Existential Analysis.

**KEYWORDS:** conflict, structures of Dasein, temporality, spatiality, being-with, hermeneutical diagnostics, phenomenology

### I. PERSPEKTIVEN AUF KONFLIKTE – eine Klärung von Betrachtungsebenen

Konflikte begleiten allerorten den menschlichen Alltag: Konflikte zwischen einzelnen Menschen oder sozialen Gruppen einer Gesellschaft, Konflikte zwischen Gesellschaften und Staaten, Konflikte aufgrund unterschiedlicher Interessenslagen, zum Beispiel verschiedenartiger kultureller Wertvorstellungen oder Macht, um Eigeninteressen zu verfolgen. Dies sind Konflikte im Außen, in der Welt, also **interpersonelle** Konflikte.

Konflikte bekunden sich aber auch im Erleben des einzelnen Menschen, zum Beispiel im Ringen um Wahrhaftigkeit oder im Aushalten der Spannung von Bedürfnislagen oder bei Entscheidungen, wenn nicht alle bedeutsamen Werte zum Zuge kommen können. Dabei handelt es sich um **intrapsychische** Konflikte.

Alle diese Konfliktthemen lassen sich nun wiederum aus vielfältigen Perspektiven reflektieren, beispielsweise *soziologisch*, also auf Basis **gesellschaftlicher Bedingungen** mit ihren ökonomischen, sozialen oder kulturellen Bedingtheiten, oder *psychodynamisch*, also auf Grundlage zentraler menschlicher **Bedürfnislagen**, wie

es die Psychoanalyse tut, oder eben *existenziell*, also mit Blick auf **grundmotivationale Strebungen**, wie es der Existenzanalyse eigen ist. Sie alle fokussieren den Menschen im Ringen um sein Wohlbefinden sowie eine stimmige Lebensgestaltung auf **ontischer** Ebene.

Über den Blick auf interpersonelle und intrapsychische Konflikte spannt sich die **ontologische** Betrachtungsebene. Diese zeigt den Konflikt als konstituierendes Merkmal menschlichen Seins. Das bedeutet: **Konflikte sind ein Strukturmerkmal unserer Existenz**. Der Mensch ist immer in *Antinomien* hineingestellt, also in Widersprüchlichkeiten und Gegensätzlichkeiten. Konflikte konstituieren, ja sie *bedingen* unser Menschsein. Sie sind *kein Sonderfall* eines noch nicht gelösten Problems, *sondern der Normalzustand menschlicher Existenz* (s. auch Martensen 2023). Daraus folgt, dass Menschen *im Spannungsfeld* von Konflikten und Polaritäten *zurecht* zu kommen haben und damit spezifische daraus erwachsene *Aufgaben* zu erfüllen haben. Antworten auf diese Herausforderungen zu finden, ist eine Bedingung für gelingende und authentische Lebensgestaltung, die der Existenzanalyse am Herzen liegt.

<sup>1</sup> Der Artikel basiert auf einem Gespräch, das Christoph Kolbe und Renate Bukovski auf dem Kongress der GLE-International in Salzburg am 2.5.2025 geführt haben. Für wertvolle inhaltliche Impulse zum Thema sei Helmut Dorra und Renate Bukovski gedankt.

## II. EBENEN DES MENSCHSEINS – ontische und ontologische Blickrichtung

Für das Folgende ist die Differenzierung zwischen ontischer und ontologischer Betrachtungsebene des Menschseins von zentraler Bedeutung, wobei diese Differenzierung *keine Wertung* enthält. Es sind zwei Blickrichtungen, die Unterschiedliches in den Fokus nehmen und für ein Verständnis der Lebensgestaltung ihren je eigenen Beitrag leisten. Die eine ist eine sehr konkrete Blickrichtung, die das Offensichtliche beschreibt, die andere liegt dahinter und konstituiert das Offensichtliche.

### Was fokussiert eine *ontische Betrachtungsebene*?

Sie richtet ihren Blick auf das faktische Vorhandensein von Sachen oder den Vollzug der Existenz des **konkreten** einzelnen Menschen. So wie jede oder jeder von uns gerade da ist und sich zeigt – mit unterschiedlichen und spezifischen Interessen, Bedürfnissen, Prägungen, Stimmungen, Vorlieben und Eigenschaften. Ontisch meint – vom Griechischen her – „das Seiende“. Wir schauen dann auf den einzelnen Menschen oder einzelne Dinge als konkret Seiendes in seiner Welt. So lässt sich zum Beispiel feststellen: „Freundin X ist in Rom im Urlaub.“ Oder aus einem psychotherapeutisch-diagnostischen Betrachtungswinkel: „Herr Y hat eine Angststörung.“ Das eine ist eine Ortsbestimmung, das andere eine diagnostische Zuordnung. Wir wissen Bescheid. Wir kategorisieren Eigenschaften oder Erlebnisweisen und kommen darüber zum Beispiel zu einer Persönlichkeitstypologie oder zu einer Psychopathologie wie im ICD oder DSM. Wir formulieren einzelne grundlegende Themen und leiten von diesen die Bedingungen für ein gelingendes Leben oder auch eine Krankheitslehre ab. Ein ontischer Blick auf den Menschen ist deshalb immer **inhaltlich**. Je nach Schule stellen wir dann besondere inhaltliche Schwerpunkte in den Vordergrund unserer Betrachtungsweise und versuchen, von daher den Menschen zu verstehen.

### Was unterscheidet hiervon eine *ontologische Betrachtungsebene*?

Mit dieser Betrachtungsebene erfolgt eine Verschiebung der Blickrichtung. Die phänomenologische Betrachtung

des ontischen „Seins in der Welt“ wird zum Gegenstand für die Frage, was dieses spezifische „Sein in der Welt“ *konstituiert*. Lassen sich *Rahmenbedingungen* des „In-der-Welt-Seins“ erkennen? Um welche handelt es sich? Dieser Frage folgt die **ontologische Betrachtungsebene**. Auch hier wird zunächst auf den einzelnen Menschen geschaut, aber mit anderem Fokus. Es geht nicht oder zumindest weniger um seine individuellen Anliegen und Themen, sondern das Interesse gilt der Frage: Was zeigt sich im Individuellen von der *Grundsätzlichkeit* des menschlichen In-der-Welt-Seins? Die Ontologie, wie sie hier aufgenommen wird<sup>2</sup>, verschiebt also den Fokus, und damit ergeben sich weitere spannende Gesichtspunkte. Ihre Hauptfrage lautet – etwas salopp formuliert: *In welchen Bahnen läuft Menschsein? Was sind die formalen Grundstrukturen menschlicher Existenz?* Diese Frage hat Heidegger und im Weiteren andere Philosophen bewegt; sie fand schließlich auch Eingang in ein Verständnis von Psychopathologie, z.B. bei Tellenbach (1987), Blankenburg (1989), Jaspers (1973), v. Gebattel (Passie 1995, 183ff), Binswanger und Boss (Holzhey-Kunz 2008, 183ff, Passie zu Binswanger 21ff). Ein renommierter Kollege dieser Betrachtungsebene ist aktuell Thomas Fuchs (2021).

Im Folgenden soll aufgezeigt werden, worum es dieser Betrachtungsebene geht, wenn sie die Bahnen des Menschseins mit dem daraus folgenden grundlegenden Verständnis von Konfliktstruktur beschreibt.

Ein Beispiel soll es verdeutlichen. Jemand sagt: „**Hier bin ich!**“ Wie lässt sich diese Aussage **ontisch** und wie **ontologisch** verstehen?

Üblicherweise hören wir die Aussage „*Hier bin ich!*“ ontisch. Jemand benennt einen konkreten Ort, an dem er oder sie sich gerade befindet. Ontologisch offenbart dieser Satz weitere Dimensionen. Wenn jemand sagt „Hier bin ich!“, dann setzt er oder sie damit immer etwas Voriges, also ein Da, und etwas Nachheriges, also ein Dort, voraus. Jemand macht also eine Aussage, die ohne die Dimensionen der Zeitlichkeit, der Räumlichkeit und des Mitseins nicht möglich ist. Diese Dimensionen sind miteinander verwoben. Man sagt also implizit: „Ich bin jetzt hier, komme von woher und gehe wohin.“ So enthält dieser kleine Satz „Ich bin jetzt hier!“ die *formalen Grundstrukturen* menschlichen Seins, also Zeitlichkeit,

<sup>2</sup> Den maßgeblichen Bezugsrahmen für diesen Beitrag bildet die Fundamentalontologie Martin Heideggers. Ihr geht es um die Frage, wie das menschliche Sein konstituiert ist. Sie beschreibt und analysiert, welche Existenzialien das Dasein bestimmen (Heidegger 1977, 13). Damit setzt sich Heidegger von einem Substanzbegriff des Seins ab, wie er in der Metaphysik von Aristoteles für die Ontologie üblich ist. Dem Verständnis eines metaphysischen Substanzbegriffs des Seins wird der Vorwurf gemacht, es postuliere Setzungen und sei somit nicht phänomenologisch. Für die Fundamentalontologie lässt sich diese Kritik nicht halten, da sie die Substanzidee, die in Eigenschaften denkt, verlässt und die ontologische Frage in den Horizont der Aufgabe des Existierens stellt, es somit um eine Bewegung sowie um Erfahrungsstrukturen geht.

Räumlichkeit und Mitsein, und gleichzeitig eine *Bewegtheit* mit einer Bewegung. Dies ist wichtig für das ontologische Verständnis menschlicher Existenz: Ihr ist immer eine Bewegtheit eigen. Wir reden also nicht von statischen Strukturen, sondern in den Strukturen zeigt sich immer auch die spezifische Bewegtheit des jeweiligen Menschen. Dieser Gedanke wird nochmals entscheidend, wenn wir vom Konflikt sprechen. Er steht übrigens auch im Zentrum des existenzphilosophischen Verständnisses des Existenziellen (Safranski 2023 – zu Kierkegaard 112, zu Jaspers 197).

Und wenn jemand sagt: „**Oh, so spät ist es schon!**“  
 Ontisch sagt er damit vielleicht konsterniert „Mist, ich werde zur Verabredung zu spät kommen.“ Oder er sagt erfreut: „Ich habe bei dem, was ich da gerade tue, gar nicht gemerkt, wie die Zeit vergeht.“ Im Konkreten, also im Ontischen, zeigt sich also ein Erschrecken oder eine Freude. Ontologisch zeigt sich eine *Bewegtheit* mit einem *impliziten Vorverständnis*.

Bis hierher lässt sich **zusammenfassen**:

#### 1. Menschsein kann ontisch betrachtet werden.

Es geht um den konkreten Menschen mit seinen Themen, Eigenschaften, Bedürfnissen, Sorgen, Anliegen, Sichtweisen etc., aber auch um die grundsätzlichen Themen des Menschenseins. Diese Betrachtungsebene ist immer inhaltlich.

#### 2. Menschsein kann ontologisch betrachtet werden.

Hier werden die formalen Grundstrukturen fokussiert, in denen sich Menschsein vollzieht, nach Heidegger sind dies Zeitlichkeit, Räumlichkeit und Mitsein.<sup>3</sup> Innerhalb dieser Grundstrukturen ist dem Menschen immer eine spezifische Bewegtheit und Strebung eigen, die von einem impliziten Vorverständnis und einer spezifischen Gestimmtheit getragen sind. Dies wird im Folgenden näher erläutert.

### III. DASEINSSTRUKTUREN DES MENSCHSEINS – Was bedeutet es, in diese Grundstrukturen hineingestellt zu sein?

Es heißt, dass kein menschliches Leben, kein „In-der-Welt-Sein“ außerhalb dieser Strukturen möglich ist. Sie konstituieren und bahnen das Menschsein. Zeitlichkeit,

Räumlichkeit und Mitsein sind *formale* Grundstrukturen als *Erfahrungsstrukturen ohne Inhalt*. Uns ist in unserem Erleben und Verhalten immer und in allem eine zeitliche und eine räumliche Dimension sowie ein wie auch immer geartetes Mitsein als Erfahrung eigen. Man nennt sie deshalb auch **existenziale Strukturen**, die den Verhaltensweisen zugrunde liegen und ihnen immanent sind. Deshalb sind sie *Erfahrungsstrukturen und keine Eigenschaften oder Merkmale*.

Daseinsstrukturen werden also sichtbar in spezifischen Erfahrungen. Diese Erfahrungen haben immer *zwei thematische Pole*, die sich wiederum als grundlegende existenziale Strebungen des Menschen beschreiben lassen.

**Zeitlichkeit** ist die basale Grundstruktur. Sie *hat die Erfahrungs-Pole Endlichkeit und Unendlichkeit*, die in den *Strebungen Gründung und Möglichkeit* erfahrbar werden: „Ich komme von wo her und gehe auf Unbekanntes zu.“ Jedes Vorausdenken beinhaltet immer auch einen Rückgriff auf Erfahrung.<sup>4</sup>

Die Grundstruktur des Zeitlichen ist darüber hinaus immer auch räumlich. Wichtig zu wissen ist: Räumlich meint in diesem Zusammenhang keine Örtlichkeit, sondern die Dimension der Beziehung im Sinne von Sich-nahe-fühlen oder In-die-Ferne-schweifen. **Räumlichkeit hat somit die Erfahrungs-Pole Nähe und Distanz**, die in den *Strebungen Hingehörigkeit und Weite* erfahrbar werden: „Ich bin etwas nahe und liebe die Weite, brauche den Raum.“ Die Erfahrung des Raumes (z.B. Entfernung) ist geprägt durch Zeitlichkeit (eben war es noch nahe, jetzt ist es weiter weg), deshalb ist Zeitlichkeit das Ursprünglichere. Beide Dimensionen kommen immer gleichzeitig vor, sie sind miteinander verschränkt.

Innerhalb dieser beiden Dimensionen ereignet sich schließlich jegliches Mitsein. **Mitsein hat die Erfahrungs-Pole Partizipation und Eigenmächtigkeit**, die in den *Strebungen Zugehörigkeit und Autarkie* erfahrbar werden: „Ich fühle mich mit etwas verbunden und bleibe gleichzeitig ich selbst.“

Daseinsstrukturen richten den Menschen also aus. Sie beschreiben mit ihren thematischen Polen **Bewegungen** und *formale Herausforderungen* im Horizont *existenzieller Bedingtheiten*. Deshalb sind sie auch als **Strebungen** zu bezeichnen.

<sup>3</sup> Fuchs ergänzt die Leiblichkeit und spricht beim Mitsein von Intersubjektivität (Fuchs 2021, 15).

<sup>4</sup> Für Tillich wird hierin auch die Spannung von Form und Dynamik als bewegendes Moment sichtbar, das den Existenzvollzug des Menschen konstituiert (1956, 210ff).

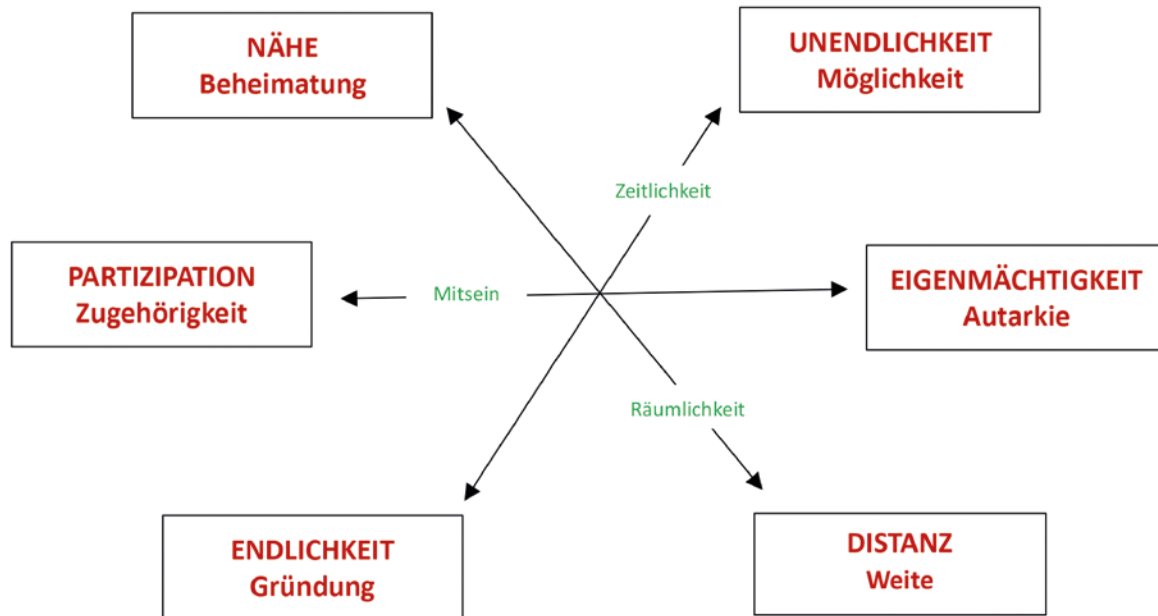


Abb. 1: Achsenmodell der Daseinsstrukturen (© Kolbe 2025)

#### IV. SYNTHESELEISTUNGEN – Vor welchen Herausforderungen steht der Mensch?

Weil die Themen der Pole mit ihren inhärenten Bewegungen – wie dargestellt – antinomischen Charakter haben, folgt daraus, dass der Mensch ontologisch in eine Spannung hineingestellt ist, die er zu bewältigen hat. Er hat sowohl das eine als auch das gegenteilige Thema gleichzeitig in den Blick zu nehmen, ohne beide Themen in unvereinbare Alternativen zu stellen. Diese Spannung ist es im Übrigen, die das Leben lebendig macht. **Lebendigkeit ist begründet in den antinomischen Polaritäten der Daseinsstrukturen, die der Mensch mit einer Synthese zu lösen hat.** Die **Aufgabe des Menschen** besteht deshalb darin, herausgefordert durch das Schicksal, in dem er je steht, bezüglich der Polaritäten seine jeweilige **Syntheseleistung** zu vollziehen. Nach Kierkegaard ist es das Selbst, das diese Syntheseleistung vollbringt. Wir sprechen in der Existenzanalyse hier vom Ich mit seiner Bezugnahme auf die Person.

Gelingt diese Syntheseleistung nicht, weil der Mensch einen Pol vereinseitigt, entsteht ein Missverhältnis, in dem der Mensch zu sich selbst (!) steht. Kierkegaard nennt dieses Missverhältnis *Verzweiflung* (Kierkegaard 1955, 53ff; Liessmann 1993, 127ff; Bauer 2014, 111ff).

Was sind es für Syntheseleistungen, die der Mensch zu vollziehen hat?

Sie lassen sich folgend beschreiben:

- Unter dem Aspekt der Zeitlichkeit  
„Ich weiß mich im Endlichen gegründet, während ich ins Unendliche schaue.“
- Unter dem Aspekt der Räumlichkeit  
„Ich weiß mich beheimatet, während ich in das Neue aufbreche.“
- Unter dem Aspekt des Mitseins  
„Ich weiß mich zugehörig, während ich meines Eigenseins gewahr bin.“

#### V. EXISTENZIALE BEDINGTHEITEN UND EXISTENZIELLE AUFGABEN – Worauf ist zu achten, damit Leben gelingt?

Die antinomischen Themen der Daseinsstrukturen lassen sich nicht nur in ihrer *Dynamik*, sondern auch im Horizont ihrer existenzialen Bedingtheiten mit ihren **Herausforderungen** sowie den aus ihnen folgenden **existenziellen Aufgaben** beschreiben, die der Mensch für das Gelingen seines Menschseins zu vollziehen hat. Ohne dass ein Inhalt vorgegeben ist, steht der Mensch aufgrund der polaren Themen vor Herausforderungen, die ihm zur Aufgabe werden. Die existenzialen Bedingtheiten richten den Menschen existenziell aus, sie geben ihm **Orientierung für seine Lebensgestaltung**. Dies ist ein zentraler Aspekt für die Begleitung von Menschen in Psychotherapie und Beratung, wie später noch aufgezeigt werden wird.

### → Zeitlichkeit

Die Gründung im Endlichen stellt uns in die *Verbindlichkeit bezüglich der Wirklichkeit*.

Der Blick in das Unendliche stellt uns in das *Voraussein hinsichtlich neuer Möglichkeiten*.

### → Räumlichkeit

Die Beheimatung im Vorfindlichen lässt uns *Sorge tragen für das Gegebene*.

Die Freude an der Weite erfordert die *Offenheit für den Aufbruch in das Neue*.

### → Mitsein

Die Gestaltung der Zugehörigkeit lässt uns *Sorge tragen für Beziehungen*.

Das Gewahrsein des Eigenseins schafft *Achtsamkeit für die Eigenmächtigkeit*.

Eine wichtige Entdeckung Heideggers (1977, 134ff) war, dass wir Menschen uns auf unsere Welt immer im Horizont einer Gestimmtheit, einer Befindlichkeit beziehen. Wir stehen dem Gegebenen und Gedachten also nie neutral gegenüber, um es zu erkunden. Vielmehr geht dieser Erkundung immer eine Gestimmtheit ursprünglich voraus, die unsere Betrachtungen somit leitet. Heidegger siedelt diese Gestimmtheiten in der ontologischen Ebene als Möglichkeiten an, der Welt mit ihren Aufgaben zu begegnen. Sie sind in uns Menschen verwurzelt und stehen uns fakultativ zur Verfügung. Bei Kierkegaard haben wir *Verzweiflung* als eine solche Gestimmtheit kennengelernt,

wenn die Syntheseleistung nicht gelingt. Heidegger betont die *Angst* als eine grundlegende Gestimmtheit, weil wir tief im Innern wissen, dass alles auch scheitern kann (184). Aber auch *Zuversicht* ist eine solche Gestimmtheit, weil wir mit ihr den Aufbruch in das Neue wagen können. Die Gestimmtheiten sind Existenzialien, ihr Zugang ist für den jeweiligen Menschen jedoch immer sozio-kulturell geprägt, weil wir Menschen zeitliche Wesen sind und deshalb biographische Erfahrungen machen.

Von den ontologischen Gestimmtheiten sind Gefühle und Stimmungen zu unterscheiden, die der ontischen Ebene zugehörig sind. Zu ihnen zählen situative Empfindungen, also beispielsweise Launen, aber auch Lebensgestimmtheiten, also durchgängig empfundene Gefühle, die im Wesentlichen in der psychischen Struktur eines Menschen wurzeln. Sie stehen jedoch immer auch in einem Zusammenhang zu den Gestimmtheiten.

Somit ist bedeutsam, welche „vorreflexive Erschlossenheit“ (Heidegger 1977, 134ff; vgl. auch Holzhey-Kunz 2008, 210ff) ein Mensch mitbringt, um den existenzialen Bedingtheiten in ihren Herausforderungen zu begegnen und diese zu bewältigen. Und es ist zu schauen, welche individuelle Geschichte einen Menschen hinsichtlich dieser Gestimmtheiten geprägt hat, um ihn in seinem Zugang zu verstehen und ihm ein Umgehen zu ermöglichen. Macht Aufbruch beispielsweise Angst, ist der Schritt in das Neue ein bedrohlich erlebtes Wagnis. Das kann erklären, warum er nicht oder nur sehr kleinschrittig vollzogen wird und der Zuversicht kaum Raum gegeben werden kann.

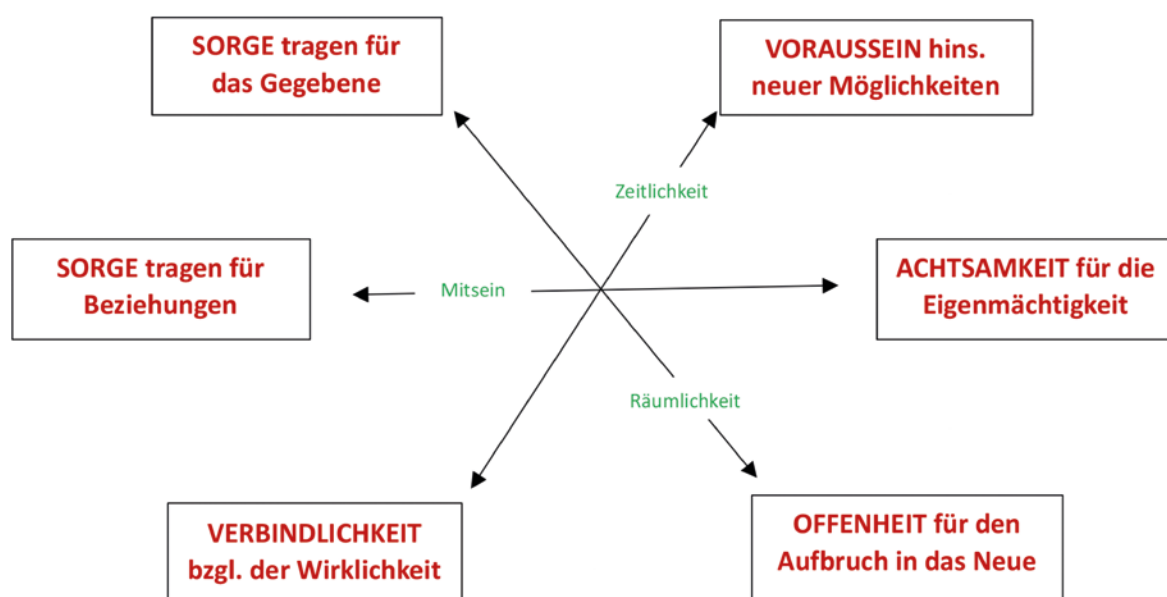


Abb. 2: Existenzielle Aufgaben im Horizont existenzialer Bedingtheiten (© Kolbe 2025)



Andererseits ist zu schauen, welche Gestimmtheiten notwendig sind, um die Aufgaben der jeweiligen Achsenpole mit ihrer Syntheseleistung zu vollziehen. Schließlich korrespondiert jeder Daseinspol mit einer Gestimmtheit. Diese Gestimmtheiten lassen sich wie folgt beschreiben.

Bezogen auf Zeitlichkeit ist es für den Pol Endlichkeit die Gestimmtheit des „Gegründetseins“, für den Pol Unendlichkeit die „Zuversicht“.

Bezogen auf Räumlichkeit ist es für den Pol Nähe die Gestimmtheit der „Geborgenheit“, für den Pol Distanz die „Lebendigkeit“.

Bezogen auf Mitsein ist es für den Pol Partizipation die Gestimmtheit der „Zugehörigkeit“, für den Pol Eigenmächtigkeit die „Selbstgewissheit“.

Eine besondere Herausforderung für die psychotherapeutische und beraterische Praxis ist die Arbeit an den Gestimmtheiten, um einen Vollzug der existenziellen Aufgaben im Horizont der existenzialen Bedingtheiten zu ermöglichen. Dieser gesamte Themenkomplex ist eine weitere Untersuchung wert.

## VI. KONFLIKT – Wie lässt er sich mit dieser Perspektive verstehen?

Zentraler Ausgangspunkt der phänomenologischen Betrachtungen ist dieser: Die zwei gegensätzlichen Strebungen auf jeder Bahn mit ihren jeweiligen Themen stehen in einem wechselseitigen Bezug und Existenz gelingt nur, wenn der eine Pol den anderen Pol berücksichtigt. Der Mensch steht also zwischen den Polen in Bewegung. Gelingt diese Bewegung nicht, spricht Kierkegaard deshalb von Verzweiflung. Er meint damit keine emotionale Stimmung, sondern ein Missverhältnis des Menschen zu sich selbst, eine Erfahrung im Vollzug der nicht gelungenen Synthese (Kierkegaard 1955, 53ff). Aufgrund der antinomischen Struktur der polaren Daseinsthemen gehört der **Konflikt deshalb zur Grundverfasstheit des Menschen**. Er ist also **nicht (nur) ein Sonderfall einzelner Probleme** oder psychischer Verfasstheiten des Menschen im konkreten Alltag oder einzelner biographischer Erfahrungen, wie wir sie typischerweise in der Psychotherapie bearbeiten. Vielmehr ist der Mensch immer in die Spannung dieser antinomischen Pole gestellt und hat hierin ein jeweiliges Verhältnis der Komplementarität und Synthese zu finden. **Konfliktfähigkeit ist in existenzieller Hinsicht deshalb ein Merkmal für Gesundheit**. Dies ist die Aufgabe, vor der der Mensch steht, solange er lebt. Nicht immer muss ihm dabei das Konflikthafte bewusst

sein, nicht immer erlebt er es als belastend oder problematisch, sondern erst dann, wenn eines oder mehrere der polaren Themen mit Ängsten oder mit Verzicht besetzt sind und einzelne Themen dann ein Übergewicht erhalten, so dass die Synthese des entgegengesetzten Poles nicht gelingt. Häufig bemerkt der Mensch Konflikte also dann, wenn sich durch ein Ereignis seine Situation im Außen und Innen und damit sein „Sein in der Welt“ ändert. Dann spürt er die Herausforderung, diese Situation meistern zu müssen und zu wollen. Und wenn ihm die mit der Situation geforderte Syntheseleistung nicht gelingt, erlebt er sich im Konflikt stehend.

Am Beispiel der **Coronasituation** soll dies veranschaulicht werden. Es ist 2020, der Virus greift um sich, Nachrichten darüber häufen sich, es kommt zu Maßnahmen wie Lockdowns:

Was passiert (möglicherweise) auf der Bahn der **Zeitlichkeit** und was ist zu tun? Was hieße da, Verbindlichkeit bezüglich der Wirklichkeit und Offenheit für neue Möglichkeiten zu bewahren?

Eine gelungene Bewältigung braucht keine Leugnung, kann die Bedingungen wahrhaben, Zuversicht behalten und neue Möglichkeiten sehen. Ein Konflikt würde sich etwa darin zeigen, einen geplanten Urlaub (neue Möglichkeiten) unbedingt antreten zu wollen und die Gefahr herunterzuspielen (Leugnung der Bedingungen). Es gilt, sich den Gegebenheiten zu stellen und die Vielfalt weiterer Möglichkeiten zu sehen.

Was passiert (möglicherweise) auf der Bahn der **Räumlichkeit** und was ist zu tun? Hier hieße es Sorge zu tragen für das Gegebene und offen zu bleiben für Fremdes. Wie kann das ganz konkret gelingen?

Für Schutz sorgen, sich im Gegebenen beheimaten **und** Aufbruch in das Neue und Fremde wagen, Spielräume entfalten. Ein Konflikt könnte sich derart zeigen, dass in der überbetonten Sorge um Schutz oder einer lähmenden Bedrohungsangst die Spielräume für neue und alternative Lebensmöglichkeiten übersehen werden und in der Lebensgestaltung keinen Platz finden. Hobbys aus früheren Lebensphasen könnten wieder aufgenommen werden oder neue, bislang nicht verwirklichte Interessen könnten angegangen werden.

Was passiert auf der Bahn des **Mitseins**, wo es um Sorge tragen für Beziehungen und sich besinnen auf die Eigenmächtigkeit geht?

Hier ginge es darum, Empathie zu zeigen, die Zugehörigkeit neu zu gestalten **und** gleichzeitig autark zu bleiben und sich seines eigenen Weges gewiss zu sein. Ein Konflikt könnte entstehen, wenn aus der Neigung der Empathie für die Betroffenen der Pandemie das Bewusstsein für eigene Grenzen und Möglichkeiten verloren geht. Entweder man verzehrt sich im Kummer für andere oder man grenzt sich so resolut ab, dass der oder die andere aus dem Blick gerät.

## VII. ACHSENMODELL – eine Übersicht der Ebenen und ihrer Differenzierungen

Auf den ersten Blick ist es möglicherweise nicht so leicht, die Vielfalt der einzelnen Blickwinkel zu unterscheiden. Es braucht ein bisschen Übung, die Feinheiten in den Aspekten zu erkennen. Dann aber ist es spannend, diese Differenzierungen für das Gelingen der Lebensgestaltung zu betrachten. Und die Unterscheidung ist natürlich deshalb schwer, weil alle drei Ebenen der Daseinsstrukturen miteinander in Beziehung stehen. Sie finden immer gleichzeitig statt, sind miteinander verwoben, bilden also dimensionalontologisch eine Einheit, obgleich sie für den Verstehensprozess heuristisch getrennt werden müssen.

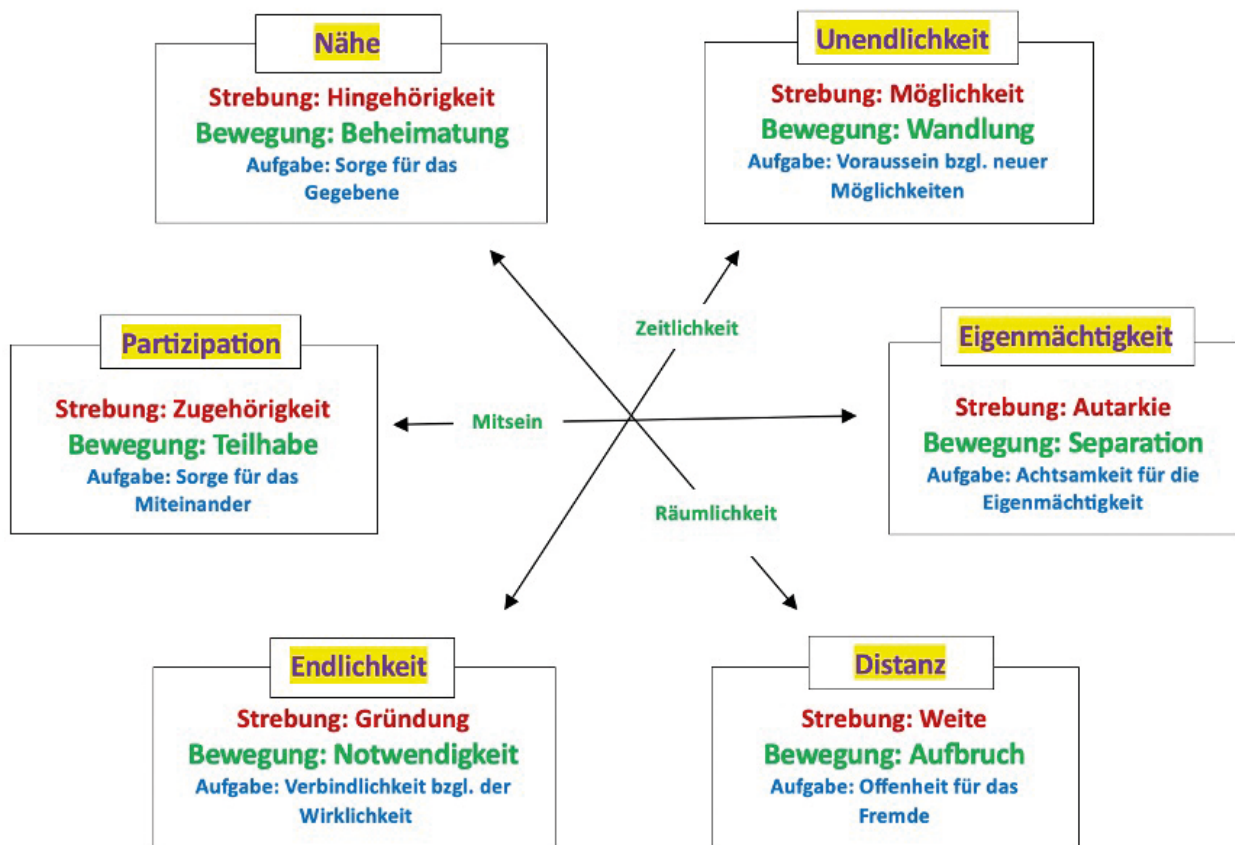


Abb. 3: Zusammenschau im Überblick (© Kolbe 2025)

## Themenfelder der Daseinsstrukturen

ZEITLICHKEIT		Pol 1	Pol 2
Themen		Endlichkeit	Unendlichkeit
Strebungen		Gründung: Ich komme von woher.	Möglichkeit: Ich gehe auf etwas zu.
Gestimmtheiten		Gegründetsein (in der Faktizität des Daseins)	Zuversicht (Gelassenheit bez. der Zukunft)
Bewegungen		Strukturen schaffen – Form • ordnend	Vielfalt entdecken – Dynamik • innovativ
Existenzielle Aufgaben		Gründung im Endlichen Verbindlichkeit bzgl. der Wirklichkeit	Blick in das Unendliche Voraussein bzgl. neuer Möglichkeiten
Synthese		„Ich weiß mich im Endlichen gegründet,	während ich ins Unendliche schaue.“

RÄUMLICHKEIT		Pol 1	Pol 2
Themen		Nähe	Distanz
Strebungen		Hingehörigkeit: Ich bin etwas nahe, gehöre dahin.	Weite: Ich liebe die Weite, brauche den Raum.
Gestimmtheiten		Geborgenheit	Lebendigkeit
Bewegungen		Beheimatung: Ort der Hingehörigkeit • bewahrend	Aufbruch: Faszination des Neuen • unterwegs
Existenzielle Aufgaben		Beheimatung im Vorfindlichen Sorge für das Gegebene	Freude an der Weite Offenheit für das Fremde
Synthese		„Ich weiß mich beheimatet,	während ich in die Fremde aufbreche.“

MITSEIN		Pol 1	Pol 2
Themen		Partizipation	Eigenmächtigkeit
Strebungen		Zugehörigkeit: Ich fühle mich etwas verbunden.	Autarkie: Ich bleibe gleichzeitig ich selbst.
Gestimmtheiten		Zugehörigkeit	Selbstgewissheit
Bewegungen		Teilhabe • empathisch	Separation • unabhängig
Existenzielle Aufgaben		Gestaltung der Zugehörigkeit Sorge für das Miteinander	Entfaltung des Selbstseins Achtsamkeit für die Eigenmächtigkeit
Synthese		„Ich weiß mich zugehörig,	während ich meines Eigenseins gewahr bin.“

Abb. 4: Tabellarische Übersicht (© Kolbe 2025)

Was folgt nun aus diesen **Überlegungen für die psychotherapeutische Arbeit**? Warum ist es gewinnbringend, die ontologische und existenziale Ebene mitzudenken?

Diese Frage ist zentral. Als Gewinn kann der zusätzliche *diagnostische Betrachtungsrahmen* gesehen werden, der sich für ein Verstehen des Menschen im Hinblick auf Gelingen oder Misslingen seiner Lebensgestaltung eignet. Im Kontext dieser Arbeit wird von **hermeneutischer Diagnostik** gesprochen. Dieser Betrachtungsrahmen macht dem Menschen inhaltlich für seine persönliche Lebensgestaltung keine Vorgaben, spricht ihn aber auf die notwendigen *existenziellen Aufgaben*, die dem Menschsein im Horizont seiner existenzialen Bedingtheiten erwachsen, an. Ein weiterer Gewinn ist die *Orientierung*, die diese hermeneutische Diagnostik für das Gelingen der Lebensgestaltung bietet, zu der immer auch die Lösung eines Konfliktthemas gehören kann.

Ähnlich ging es übrigens schon Binswanger darum, zu klären, wie der Mensch „in die Freiheit des Verfügungkönnens über seine eigensten Existenzmöglichkeiten“ (in: Holzhey-Kunz 2008, 190) gelangt.

## VIII. HERMENEUTISCHE DIAGNOSTIK – existenziale Blickrichtungen für gelingenden Existenzvollzug

Aus diesen Überlegungen ergeben sich *drei wesentliche Blickrichtungen für eine hermeneutische Diagnostik*, um die Aufgaben, Gestimmtheiten und Haltungen zu erfassen, die den Kontext im Lebensvollzug eines Menschen bilden.

1. Vor welchen existenziellen Aufgaben im Horizont der existenzialen Bedingtheiten steht der Mensch in der gegebenen Situation? Welche realisiert er? Welche sind ihm nicht oder nur zum Teil zugänglich, obgleich notwendig?



2. Mit welchen Voraussetzungen und Gestimmtheiten begegnet er diesen Aufgaben? Was braucht er, um sich den Erfordernissen in ihrer Gesamtheit stellen zu können?
3. Welche spezifischen Haltungen nimmt er zu den polaren Themen der existenzialen Daseinsstrukturen ein? Ist er offen oder verschlossen? Welche existenziellen Fehlhaltungen wären in den Blick zu nehmen?

Antworten auf diese Fragen tragen zu einem Verständnis bei, worin ein Mensch in der Bewältigung seiner Existenz zu unterstützen ist, damit sein Lebensvollzug gelingt.

Von **Pathologie**, also einer krankheitswertigen Störung, lässt sich somit dann sprechen, wenn es zu einer (fixierten) Überbetonung eines oder mehrerer Pole kommt, die den jeweiligen antinomischen Pol negiert. Oder wenn ein Pol durch Copingreaktionen agiert wird, um einen anderen Pol damit zu kompensieren.<sup>5</sup> Jedenfalls liegt der Pathologie immer eine Vereinseitigung und Überbetonung einzelner Pole zugrunde.

Ein Verständnis von Psychopathologie mit hermeneutischem Blickwinkel erweist sich als anspruchsvoll. Denn einerseits lässt sich beobachten, dass Störungsbilder ihren jeweiligen thematischen Schwerpunkt haben, dem sie ihre Vereinseitigung schulden. Andererseits sind alle Pole und damit Themen in allen Störungsbildern auf die eine oder andere Weise involviert. Dies liegt an der Verwobenheit der drei zentralen Daseinsstrukturen. Deshalb ist es für ein Verständnis von Psychopathologie auf Basis der Erfahrungsstrukturen hilfreich, Störungsbilder (oder auch akzentuiertes Erleben, das noch nicht krankheitswertig ist) eher systematisierend hinsichtlich der *Themenpole*, hinsichtlich möglicher impliziter *Vorannahmen* sowie der Bewältigung existenzialer *Bedingtheiten* zu reflektieren, als sie nur einer einzelnen Erfahrungsstruktur thematisch zuzuordnen (wie es Riemann [1977] und Drewermann [1982] tun). Dieses Vorgehen legt weniger fest, sondern bietet phänomenologischen Spielraum für eine *hermeneutische Diagnostik*. Man kann dann in allen drei Daseinsstrukturen jeweils nach spezifischen Akzentuierungen an einem Themenpol fragen und untersuchen, wie die Syntheseleistung des jeweils antinomischen Themas gelebt wird.

Gelingt dem Menschen diese Syntheseleistung nicht, die Antinomien in ein Verhältnis zu setzen, fühlt er sich also

dieser **Aufgabe, mit der Konfliktstruktur umzugehen, nicht gewachsen, spitzt sich das Konflikterleben zu.** Die Gefügeordnung gerät aus dem Gleichgewicht. Es kommt zu einer Vereinseitigung der polaren Grundstruktur, die sich in einer Überbetonung bestimmter Erfahrungsstrukturen und einer Angst den antinomischen Erfahrungsstrukturen gegenüber zeigt und sich schließlich als Leiden äußern kann. Diese Gefahr der Vereinseitigung kann in typologischen Neigungen sichtbar werden, in psychischen Störungen offenbart sie sich als schwerwiegendere Verzerrung. Thomas Fuchs nennt sie „Abwandlung“ (2021, 15). Es ist dann eine Überbetonung oder gar Verabsolutierung einzelner polarer Themen mit (in unterschiedlichem Ausmaß) fixierten Copingreaktionen in allen Daseinsstrukturen zu beobachten.

Am **Beispiel der Zwangsstörung** kann dies verdeutlicht werden.

Phänomenologisch fällt bei einem Menschen mit Zwangsstörung sein Festgelegtsein ins Auge. Abläufe und Gegebenheiten sollten so und nicht anders sein, Spielräume sind nicht oder nur wenig und unter Mühe lebbar. Verhaltensweisen sind fixiert – gepaart mit einem überbetonten Streben nach Ordnung, nach Verlässlichkeit und Form. Die Kehrseite dieses Festgelegtseins ist eine Angst vor Haltlosigkeit und Ungewissheit. Wandlungsfähigkeit und Offenheit für Neues sind deshalb nicht oder kaum möglich.

Am Beispiel des Achsenmodells werden für den Menschen mit zwanghafter Störung folgende Konflikte sichtbar:

Auf der Achse der Zeitlichkeit zeigt sich, dass die Bewegung der Notwendigkeit eine Überbetonung erfährt. Demgegenüber wird die Bewegung der Wandlung als überaus gefährlich erlebt. Das ist der hier erkennbare Konflikt.

Auf der Achse der Räumlichkeit ist die Beheimatung überbetont, während der Aufbruch als äußerst gefährlich erlebt wird. Das ist ein weiterer Konflikt.

Auf der Achse Mitsein dominiert die Pflicht zur Teilhabe, während die Separation als gefährlich erlebt wird, das ist der hier auftretende Konflikt.

Da der jeweilige antinomische Achsenpol nicht oder nur unter großen Mühen realisiert werden kann, gelingt kein erfülltes Leben. Der Mensch gerät in das von Kierkegaard beschriebene Missverhältnis zu sich selbst.

<sup>5</sup> Diese Sicht hat eine Parallele zum existenzanalytischen Krankheitsverständnis, das die psychische Störung unspezifisch gesprochen in der Fixierung von Copingreaktionen sieht (Längle 2021, 118).

## IX. EXISTENZIALE BEDINGTHEITEN UND EXISTENZANALYSE – In welchem Zusammenhang stehen sie?

Im Zentrum der Existenzanalyse nach Längle stehen das Prozessmodell der Personalen Existenzanalyse sowie das Strukturmodell der Grundmotivationen (Längle 2021, 45–71). Mit diesen beiden Konzepten in ihren vielfältigen Ausformungen ist ein äußerst hilfreiches Handwerkszeug gegeben, Menschen zu begleiten. Für die Reflexion hier ist das Konzept der Grundmotivationen von Bedeutung: In welchem Zusammenhang stehen die vorangegangenen ontologischen Betrachtungen zu den existenzanalytischen Theoremen der Grundmotivationen?

Die Existenzanalyse sieht den Menschen in seinem Existenzvollzug eingebettet in zentrale existenzielle Themen mit konkreten Inhalten. Es geht dem Menschen bezüglich seines Erlebens und Verhaltens immer um vier Anliegen: Halt, Verbundenheit, Selbstsein und Sinn. Diese existenziellen Themen sind konstitutiv für ein gelingendes Leben und beschreiben Inhalte, die für jeden Menschen von zentraler Bedeutung sind. Deshalb werden sie von Längle „Grundmotivationen“ genannt. Weil es Inhalte sind und weil es dem konkreten Menschen immer um eine individuelle Lebensgestaltung geht, arbeitet die Existenzanalyse in Psychotherapie, Beratung und Coaching auf **ontischer** Ebene. Das spezifische Erleben des konkreten Menschen in den Situationen seines Lebens wird verständlich mit der Akzentuierung eines dieser zentralen Themen sowie der Intaktheit einer diesbezüglichen existenziellen Ich-Struktur.

Um dies noch einmal am Beispiel der Zwangsstörung deutlich zu machen: Die Existenzanalyse sieht Zwang im Horizont eines empfundenen Mangels an Halt, Raum, Schutz und Grundvertrauen. Dieser Mangel ist dafür verantwortlich, die grundsätzliche Unsicherheit im Leben als ontogenetische Herausforderung nicht ertragen zu können. Dies wiederum führt dazu, dass sich eine Symptomatik entwickelt, die versucht, den Haltverlust und das damit einhergehende Unsicherheitsgefühl zu kompensieren. In der therapeutischen Praxis arbeitet die Existenzanalyse demzufolge daran, diesem Menschen unter anderem Halterfahrungen zu vermitteln oder sich ihrer bewusst zu werden. Damit soll sein Vertrauen wachsen, die Angst vor dem Restrisiko zu überbrücken. Es handelt sich beim Zwang also um ein Beispiel aus dem Themenkontext der ersten Grundmotivation. Die Arbeit an Halterfahrungen wäre dann die inhaltliche Arbeit an einem existenziellen Thema für das Gelingen der Lebensge-

staltung sowie einer Stärkung bzw. Entwicklung der Ich-Funktionen und der Ich-Struktur (Kolbe 2020a, 41–53 & 2020b, 66–68).

So lassen sich alle psychischen Störungsbilder im Horizont der Themen der Grundmotivationen reflektieren.

Natürlich ließe sich demzufolge argumentieren, dass es keiner weiteren theoretischen Fundierung bedürfe, da mit dem Konzept der Existenzanalyse das Handwerkszeug gegeben sei, Menschen umfassend in ihrer Lebensgestaltung zu begleiten. Das ist tatsächlich ein Standpunkt, den man praxeologisch einnehmen kann.

Geht es jedoch um den Anspruch, den Menschen in seinem Menschsein mit seiner spezifischen Ausdrucksgestalt sowie die Theorie der Existenzanalyse mit ihren Theoremen in einem erweiterten Kontext zu verstehen, dann eröffnet eine ontologische Betrachtungsebene zusätzliche Gesichtspunkte. Sie bietet der Existenzanalyse zwei Fundierungen – eine theoretische und eine praktische.

### *Theoretische Fundierung*

Die vier existenziellen Themen der Grundmotivationen – das Streben nach Halt, Verbundenheit, Selbstsein und Sinn – sind inhaltlich nicht beliebig gewählt. Sie entstammen phänomenologischer Beobachtung, die einerseits den Existenzvollzug im Horizont der existenzialen Daseinsstrukturen in den Blick nimmt, andererseits zeigt, dass jeglichem Verhalten des Menschen immer ein „Vorverständnis“ inhärent ist, welches seine Beziehungsweise spiegelt. Das bedeutet, wir sind nie neutral den Dingen und Sachverhalten gegenüber, sondern immer geleitet von einem „Lebenswissen, ein(em) Vertrautsein mit den Phänomenen unseres endlichen Daseins“ (Dorra 2020, 205). Zu diesem Vorverständnis gehört nicht nur die konkrete biographische und kulturelle Prägung des jeweiligen Menschen, sondern ebenfalls all das, was sich als Weisheit und Wissen über das Leben für den Menschen im Grundsätzlichen offenbart hat. Dieses Vorverständnis lässt den Menschen einerseits sich in seinem Verhalten und Handeln verstehen, richtet ihn andererseits für das aus, was in der jeweiligen Situation zu tun geboten ist. Wenn wir nun diese Vorverständnisse betrachten, dann offenbaren sich phänomenologisch grundlegende fundamentale Strebungen des Menschen. Diese fasst die Existenzanalyse inhaltlich in ihrem Konzept der Grundmotivationen als Bedingungen und Voraussetzungen für ein erfülltes Leben. Es handelt sich also um Inhalte, die dem Menschen helfen, sich ontisch existenziell zu verstehen, weil sie ontologisch in den fundamentalen Strukturen des

Menschseins verwurzelt sind. „Diese Fundamentalstrebungen, die alle Menschen bewegen, veranschaulichen, worauf wir in der Sorge um das eigene Sein ausgerichtet sind, sie bezeichnen die spezifischen Beziehungsweisen unseres Daseins in der Welt: bezogen auf Welt und ihre faktischen Bedingungen, Begrenzungen und Möglichkeiten, auf das Werterleben im Miteinander der Menschen, auf die personale Freiheit, Unverfügbarkeit und Verantwortlichkeit des Einzelnen, auf die praktische und perspektivische Lebensgestaltung.“ (Dorra 2020, 211) Ontologisch lässt sich also ein Welt-, ein Lebens-, ein Selbst- sowie ein Sinnbezug (Längle 2021, 46f) beobachten, in dem der Mensch immer steht. Diese Bezüge finden ihren ontischen Ausdruck in den existenziellen Themen der Grundmotivationen, die sich in den spezifischen Weisen des Menschseins offenbaren. Gleichzeitig verweisen diese Themen phänomenologisch auf die weiter oben ausgeführten ontologischen Strebungen nach Gründung und Möglichkeit, Beheimatung und Weite sowie Zugehörigkeit und Autarkie. Sie entstammen also auf inhaltlich-existenzieller Ebene dem, was in den Existenzialien und Daseinsstrukturen fundamentalontologisch sichtbar geworden ist. Deshalb sind sie in ihrer Systematik und Schwerpunktsetzung keine beliebig ausgewählten Themen, sondern beschreiben grundlegende Weisen des Daseins.

### Praktische Fundierung

Etwas einfacher zu fassen ist die Bedeutung der ontologischen Dimension für die psychotherapeutische oder beraterische Praxis. Der entscheidende Gewinn liegt hier in der Einbettung existenzieller Aufgaben in den **Horizont existenzialer Bedingtheiten mit ihren existenziellen Herausforderungen**, vor denen der Mensch immer steht, wenn er sein Leben unter den Bedingungen der Gegebenheiten zu gestalten hat.

Was unterscheidet nun existenzielle Aufgaben von existenzialen Herausforderungen? **Existenzielle Aufgaben** sind zum einen die konkreten situativen Herausforderungen inhaltlicher Art, denen sich ein Mensch für eine authentische und sinnstiftende Lebensgestaltung ad personam et ad situationem zu stellen hat. Zum anderen sind sie die Aufgaben, die der Mensch im konkreten Leben als Syntheseleistungen im Horizont der Daseinsstrukturen zu vollziehen hat. **Existenziale Herausforderungen** bezeichnen ein existenziell zu bewältigendes Spannungsverhältnis, in dem Menschsein mit seinen konkreten Lebenssituationen aufgrund der Daseinsstrukturen immer steht und das in seinen Polaritäten zu lösen ist. Die antinomischen Pole der Daseinsachsen beschreiben Bewe-

gungen und Strebungen, die den Menschen somit vor die existenzielle Aufgabe stellen, hinsichtlich der Polaritäten eine Synthese zu finden. *Die Bewegungen der Pole geben die hermeneutische Orientierung* für die Aufgabe, die ein Mensch zu leisten hat, um der Situation in ihrer personalen Herausforderung gerecht zu werden. Der inhaltliche und situative Vollzug dieser Aufgaben ist dann immer existenziell.

Um beim Beispiel Zwang zu bleiben: Aus einer Erfahrung des Gehaltenseins ist die Bewegung zu vollziehen, sich auf das Neue hin zu wagen, sich dem unabgeschlossenen Horizont zuwenden zu können, das Vorläufige und Fragmentarische gelten zu lassen, den anderen in dem ihm Eigenen sehen zu können, ohne all dies kontrollieren zu müssen.

*Das Modell der Polarität der Daseinsstrukturen zeigt die notwendigen Strebungen und Herausforderungen, in die gelingendes Menschsein eingebettet ist.* Was führt dazu, dass ein Mensch diese Probleme hat, in denen er steht? Neben fehlenden Haltungen oder gar Fehlhaltungen werden möglicherweise auch nicht vollzogene oder geleugnete existenziale Herausforderungen sichtbar, denen sich der Mensch zu stellen hat. Das „Wozu“ der Arbeit an den Grundmotivationen wird somit deutlich. Wozu also braucht der Mensch am Beispiel der Zwangsstörung Halt? Es gilt aber *auch das Umgekehrte*: Weil der Mensch vor diesen existenzialen Herausforderungen steht, benötigt er eine psychische und geistige Verfassung, die ihm den existenziellen Umgang ermöglicht. Die ontische Arbeit an der existenziellen Ich-Struktur sowie an den existenziellen Ich-Funktionen (Kolbe 2020a, 41ff) ist deshalb eine wesentliche Bedingung für das Gelingen eines authentischen Existenzvollzugs.

Man kann die Frage nach dem Zusammenhang von existenzialen Daseinsstrukturen und Existenzanalyse folgend zusammenfassen: Die existenziellen Lebensthemen der Grundmotivationen sind inhaltliche Themen des konkreten Menschen auf der ontischen Ebene. Sie haben ihre Bedeutung aufgrund der ontologischen Struktur des Menschseins. Die ontologische Betrachtung bettet diese existenziellen Themen in die grundlegenden Strebungen und existenzialen Herausforderungen des Menschen ein, eine jeweilige Syntheseleistung finden zu müssen, die immer in existenzieller Hinsicht realisiert wird. Beispielhaft ist das zu sehen in der ontologischen Streben sich zu beheimaten, die die Erfahrung des Gehaltenseins und des geschützten Raumes voraussetzt. Deshalb geschieht die praktische Arbeit auf ontischer Ebene an Halt, Raum und

Schutz, sodass die ontologische Spannung von Beheimatung und Aufbruch existenziell gelebt werden kann.

## X. THERAPEUTISCHE PRAXIS – Was folgt für die Praxis aus diesen Überlegungen?

Es lassen sich fünf Themenfelder beschreiben, die gleichzeitig eine Schrittfolge für die Arbeit bilden. Hier ein Überblick:

1. In-Distanz-Kommen zur Verabsolutierung eines Poles – z.B. durch Bewusstwerden der Verabsolutierung und durch Innehalten reaktiver und fixierter Vollzüge.
2. Bewusstseinsbildung für die Bedeutung der Angst, die die vernachlässigte oder übersehene polare Thematik für den Menschen darstellt.
3. Bewusstseinsbildung für die Bedeutung der vernachlässigten oder übersehenen polaren Thematiken für das grundsätzliche Gelingen der Lebensgestaltung.
4. Arbeit mit der Gestimmtheit sowie emotionale Gründung in Gewissheiten, die der Angst gegenüberstehen.
5. Alternative authentische Möglichkeiten, sich in ein neues Verhältnis zur Polarität zu setzen.

Darüber hinaus wäre an existenziellen Haltungen und/oder Fehlhaltungen zu arbeiten, die den Begegnungsweisen des Menschen im Umgang mit anderen Menschen, sich selbst gegenüber, den Aufgaben in der Welt etc. zugrunde liegen. Sind sie hilfreich? Sind sie im Bewusstsein? Entsprechen sie den Fähigkeiten des Menschen? Wie lassen sie sich verstehen? Wie können sie verändert werden? Dies alles dient dem Spielraum und Vermögen, Menschen zu befähigen, in jedem Moment neu ihre authentischen Syntheseleistungen vollziehen zu können.

## Schluss

Frankl empfahl der Psychotherapie in ihren damaligen Ausformungen, die Dimension des Geistigen zu berücksichtigen und ihr gerecht zu werden, um des Menschen willen. In Analogie ließe sich sagen: Weil menschliches Sein ontologisch fundiert ist, ist Menschsein letztlich nur von hierher zu verstehen. Seine Bewegtheit, mit der der Mensch sich verhält und in der es ihm immer um etwas geht, ist hierfür der Ausgangspunkt. Eine besondere Herausforderung ist dabei das Leben in den Konfliktfeldern innerhalb der Daseinsstrukturen. Dies hat jede Psychotherapie oder Beratung zu bedenken. Sie greift deshalb zu kurz, wenn sie den Menschen nur kategorial, also von sei-

nen Eigenschaften her betrachtet. Denn Existenz ist kein Gegenstand, sie ist Vollzug. Aufzuzeigen, in welchen Bahnen dieser Vollzug zu leisten ist und um welche Aufgaben und Herausforderungen es dabei geht, ist Anliegen dieser Ausführungen. Sie verstehen sich als Ergänzung und Fundierung des Bestehenden.

## Literatur

- Bauer E (2014) Vom existenziellen Sinn der Verzweiflung. Zum Abschluss des Kierkegaard-Gedenkjahres. In: Salzburger Jahrbuch für Philosophie 59, 107–129
- Blankenburg W (Hrsg.) (1989) Biographie und Krankheit. Stuttgart/New York: Thieme
- Dorra H (2020) Sorge für die Seele. Hinwendung zu einem selbstbestimmten Leben. In: Kolbe C & Dorra H, Selbstsein und Mitsein. Existenzanalytische Grundlagen in Psychotherapie und Beratung. Gießen: Psychosozial, 193–225
- Drewermann E (1982) Psychoanalyse und Moraltheologie. Band 1: Angst und Schuld. Mainz: Grünewald. 8°
- Fuchs T (2021) Randzonen der Erfahrung. Beiträge zu einer phänomenologischen Psychopathologie. Freiburg/München: Alber, 2°
- Heidegger M (1977) Sein und Zeit. Tübingen: Niemeyer, 14°
- Holzhey-Kunz A (2008) Daseinsanalyse. In: Längle A & Holzhey-Kunz A, Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Wien: Facultas UTB, 183–348
- Jaspers K (1973) Allgemeine Psychopathologie. Berlin/Heidelberg/New York: Springer, 9°
- Kierkegaard S (1955) Krankheit zum Tode. Hamburg: Meiner
- Kolbe C (2020a) Person und Struktur. Menschsein im Spannungsfeld von Freiheit und Gebundenheit. In: Kolbe C & Dorra H, Selbstsein und Mitsein. Existenzanalytische Grundlagen in Psychotherapie und Beratung. Gießen: Psychosozial, 35–54
- Kolbe C (2020b) Person – Ich – Selbst. Existenzanalytische Anmerkungen zur Ich-Struktur. In: Kolbe C & Dorra H, Selbstsein und Mitsein. Existenzanalytische Grundlagen in Psychotherapie und Beratung. Gießen: Psychosozial, 59–74
- Längle A (2021) Existenzanalyse und Logotherapie. Stuttgart: Kohlhammer
- Liessmann KP (1993) Kierkegaard zur Einführung. Hamburg: Junius
- Martensen G (2023) Der Mensch steht im Konflikt – immer. In: Martin R & Martensen G, Den Menschen verstehen. Existenzielle Perspektiven für Theorie und Praxis. Gießen: Psychosozial, 141–162
- Passie T (1995) Phänomenologisch-anthropologische Psychiatrie und Psychologie. Stuttgart: Guido Pressler
- Riemann F (1977) Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie. München: Reinhardt, 12°
- Safranski R (2023) Einzel sein. Eine philosophische Herausforderung. Frankfurt/Main: Fischer
- Tellenbach H (1987) Psychiatrie als geistige Medizin. München: Verlag für angewandte Wissenschaften
- Tillich P (1956) Systematische Theologie Bd. 1. Stuttgart: Evangelisches Verlagswerk, 3°

## Anschrift des Verfassers:

DR. CHRISTOPH KOLBE  
c.kolbe@existenzanalyse.com