

Werte sind persönlich bedeutsame Lebensmöglichkeiten

**Aufgabe des Menschen ist es, den für ihn in der jeweiligen Situation bedeutsamen Wert herauszufinden und zu verantworten.**

Dieses Wechselspiel von Anfrage und Antwort ist der existentielle Dialog, in dem der Mensch steht.

## WERTE / SITUATION

Der Mensch möchte Wertvolles wirklichen oder erleben.

So kommt der Mensch in die Selbsttranszendenz, in der er sich auf Anderes, das nicht wieder er selbst ist, ausrichtet.

Die Selbstdistanzierung hilft ihm dabei, sich von seinen strukturellen Bedingungen lösen zu können.

Es ist ein Wesenszug des Menschen, dass es ihm um mehr geht, als um seine Bedürfnisbefriedigung.

Das Psychophysikum wird durch Vererbung, Umwelteinflüsse und Erziehung geformt.

Daraus ergeben sich Neigungen des Menschen im Erleben und Reagieren.

Die Triebhaftigkeit des Menschen kommt in den Grundbedürfnissen wie Hunger, Sexualität oder Bewegung zum Ausdruck.

## STRUKTURELLE BEDINGUNGEN

Was für den einzelnen Menschen als seine spezifische situative Frage gilt, wird durch eine phänomenologische Haltung der Offenheit erfahrbar.

Dadurch wird Beziehung und Erleben ermöglicht.

Die personale Wahrnehmung eines Wertes erfolgt über intentionale Gefühle. Zuständige Gefühle an einer Ausgeglichenheit von Bedürfnissen interessiert.

Spüren richtet sich ganz auf das Andere mit seiner Bedeutsamkeit, Fühlen beschreibt das innere Berührtsein und gibt eine innere Orientierung, ob etwas förderlich oder hinderlich ist

Diese Motivation speist sich aus zwei Quellen: aus der Befriedigung innerpsychischer Bedürfnisse und aus der Erfüllung selbsttranszendenter geistiger Strebungen.

Das Wesentliche der Motivation ist das „Ja“, das die Person zum Grund einer Verhaltensweise gibt. Dadurch entsteht ein Wollen.

## GEFÜHLE / MOTIVATION

Im Zentrum der Existenzanalyse und Logotherapie steht die Person.

Person sein bedeutet, frei und verantwortlich mit den situativen Herausforderungen des Lebens umgehen zu können.

**PERSON**

Die Person ist erkennbar in der Stellungnahme, die sie zu den sie berührenden Eindrücken trifft

Die Person ist erreichbar in dem Eindruck, von dem sie berührt ist

Die Person ist erlebbar in dem, was sie zum Ausdruck bringt

## PERSONALE EXISTENZANALYSE

Im bejahten Erleben von Wertvollem oder im Engagement für Wertvolles gestaltet der Mensch seine Welt und bringt seine Existenz zur Erfüllung.

Dadurch realisiert der Mensch für ihn in dieser Situation Sinnvolles (existentieller Sinn).

Sinn ist die beste Möglichkeit vor dem Hintergrund der Wirklichkeit.

**Sinnerfahrung ist die realisierte Antwort auf eine Wertmöglichkeit und führt zu einem Gefühl der Erfüllung.**

Erfüllung stellt sich in der existentiellen Dimension des Erlebens ein und wird als Stimmigkeit wahrgenommen.

## SINN / ERFÜLLUNG

Die Logotherapie bietet den Menschen in besonderen Krisensituationen ihre spezifische Hilfe zur Sinnfindung an, um eigenverantwortetes Handeln, freie Entfaltung und selbstbestimmte Gestaltung des Lebens zu ermöglichen.

Die Existenzanalyse konzentriert sich ergänzend auf die personalen Voraussetzungen, die der Mensch braucht, um sinnerfüllt leben zu können.

Die Aufgabe über diese Grundbedingungen zu wachen, übernimmt die Psyche des Menschen.

Die Psyche stimmt die situative Gelegenheit mit den vitalen Bedingungen des Leben-Könnens ab.

Vier Grundstrebungen kennzeichnen den Menschen, die gleichzeitig auch Voraussetzungen für eine gute Lebensgestaltung sind:

1. Dasein können =>	1. Beziehung
2. Wertsein mögen =>	2. Wertschätzung
3. Selbstsein dürfen =>	3. Halt
4. Wertvolles wollen =>	4. Kontext

## EXISTENTIELLE VORAUSSETZUNGEN