

# EIN EXISTENZANALYTISCHER BEITRAG ZUR ENTWICKLUNGSPSYCHOLOGIE

ROMAN BIBERICH UND ANDREA SZKLENAR

In diesem Artikel werden Überlegungen zu einem Entwurf einer existenzanalytisch-entwicklungspsychologischen Theorie vorgestellt. Zu diesem Zweck werden zuerst die Grundbedürfnisse menschlichen Lebens laut traditioneller Entwicklungspsychologie als auch der Neurobiologie auszugsweise dargestellt, das existenzanalytische Struktur- und Prozessmodell zusammenfassend skizziert, um letztlich eine Zusammenführung dieser Bereiche zu einem dynamischen Modell anzustellen. Damit wollen wir einen existenzanalytisch orientierten Beitrag zur Entwicklungspsychologie sowie zu Diagnostik und Behandlungsplan in der existenzanalytisch-psychotherapeutischen Praxis liefern.

**SCHLÜSSELWÖRTER:** Entwicklungspsychologie, Grundbedürfnisse, Grundmotivationen, Personale Existenzanalyse (PEA)

AN EXISTENTIAL ANALYTICAL CONTRIBUTION TO DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

In this article, considerations are presented on a draft existential analytical theory of developmental psychology. For this purpose, we firstly present the basic needs of human life according to traditional developmental psychology and neurobiology in excerpts followed by a summary outlining the existential-analytical structure and process model, in order to finally combine these areas into a dynamic model. We thereby seek to provide an existential analytically oriented contribution to developmental psychology and thus also to diagnostics and treatment plan in existential analytical psychotherapeutic practice.

**KEYWORDS:** developmental psychology, basic needs, basic motivations, Personal Existential Analysis (PEA)

## Einleitung

Mit dieser Arbeit stellen wir den momentanen Stand unserer Überlegungen zur Frage dar, welchen Beitrag die Existenzanalyse zur Entwicklungspsychologie leisten kann.

Dabei versuchen wir einen Bogen von der traditionellen Entwicklungspsychologie zu der existenzanalytischen Theorie zu spannen, unter Einbezug neurobiologischer Erkenntnisse. Wir wollen das existenzanalytische Struktur- und Prozessmodell auf dem Hintergrund der traditionellen Entwicklungspsychologie und der Neurobiologie abbilden.

## Zusammenführung I Grundbedürfnisse des Menschen in seiner Entwicklung – ein kurzer entwicklungspsychologischer und neurobiologischer Abriss

In der Fachliteratur zur Entwicklungspsychologie lassen sich „Bindung“ und „Autonomie“ (Bolwby 1995, Grossmann 2003, Dornes 2004, Schneider&Lindenberger 2012) als zwei elementare Grundbedürfnisse finden. Das Streben nach Autonomie beginnt von Geburt an. Mit der Durchtrennung der Nabelschnur gewinnt das Kind ein winziges Stück Autonomie, und im Zuge dessen beginnen die Entstehung des Ichs und ein langjähriger Abnabelungsprozess. Sukzessive erweitert das Kind seinen Aktionsradius und damit seine Einflussphäre, nabelt sich so immer mehr ab, bis in der Adoleszenz die emotionale Abnabelung ansteht. Damit diese Prozesse hin zu einem autonomen Leben auch gut an- und ablaufen können, ist es notwendig, dass von Anfang an eine gute Bindung zwischen Kind und Eltern, zuerst vor allem mit der Mutter (Diade) und später auch mit dem Vater (Triade), besteht. Eine solche Bindung wird durch elterliches Bonding (emotionale wohlwollende Zuwendung zum Kind, intuitives

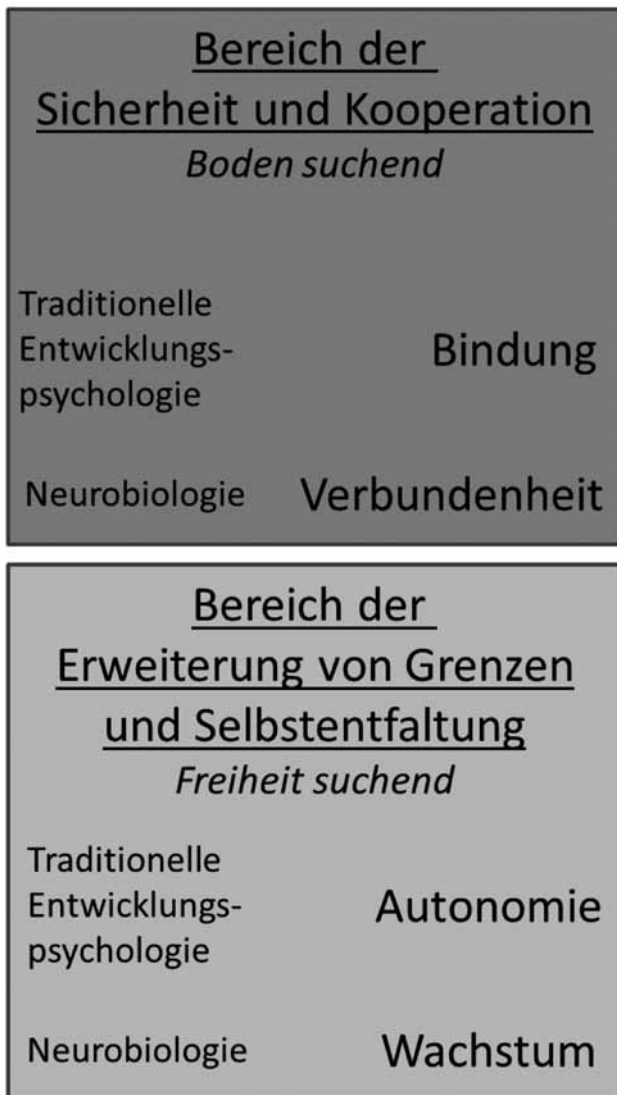
Eltern- und Fürsorgeverhalten), den Bindungssignalen und dem Bindungsverhalten des Kindes gestaltet und sorgt für die Ausbildung von Vertrauen, Sicherheitsgefühl und Zutrauen in sich und in die Welt. Nur eine gute Bindung gewährleistet genügend gesicherten Boden, von dem aus Ausflüge in die Autonomie (Erkundungsverhalten) stattfinden können.

In der Neurobiologie werden in der „Verbundenheit“ und dem „Wachstum“ die wesentlichen zwei Grundbedürfnisse menschlicher Entwicklung gesehen (Hüther 2009). Zentrale Motivationen des Menschen sind gelingende mitmenschliche Beziehungen und Zuwendung sowie Kooperation (Bauer 2006).

Bindung betont besonders die Sicherheit und den Schutz durch wohlwollend zugeneigte primäre Bezugspersonen, Verbundenheit mehr die Beziehung im Zusammenhang mit Kooperation zwecks gegenseitiger Bereicherung. Insofern lässt sich die neurobiologische Bezeichnung „Verbundenheit“ neben die, aus der traditionellen Entwicklungspsychologie stammende „Bindung“ stellen.

Das vom deutschen Neurobiologen Hüther identifizierte zweite Grundbedürfnis „Wachstum“ lässt sich auf mehreren Ebenen finden: Der Körper strebt ebenso nach Wachstum wie die psychischen Kräfte; das Gehirn ist auf Wachstum funktionaler Netzwerke ausgelegt, die Person strebt nach emotionaler Stabilität (Wohlbefinden) und nach immer mehr Ausdrucksmöglichkeit – der Mensch will vom Zeitpunkt der Zeugung an mehr aus sich machen.

Somit stellen „Verbundenheit“ und „Bindung“ einen haltgebenden und auf Sicherheit und Kooperation ausgerichteten Bereich dar. „Wachstum“ bzw. das Bedürfnis nach Erweiterung und Neuem, Erkundungsverhalten und somit „Autonomie“ lassen sich einem Bereich zuordnen, der mehr auf Erweiterung von Grenzen und Selbstentfaltung ausgerichtet ist:



Grafik 1: Zuordnung von entwicklungspsychologisch und neurobiologisch benannten Grundbedürfnissen menschlichen Lebens

## Zusammenführung II Grundbedürfnisse und -strebung des Menschen aus entwicklungspsychologischer, neurobiologischer und existenzanalytischer Sicht

Der Sinn, nach dem der Mensch in Frankls Konzept strebt, ist nur durch ein authentisches umfassendes Wollen erreichbar. Um zu einem solchen Wollen und damit zu einem sinnerfüllten Leben zu gelangen, postuliert *Alfried Längle* in Weiterentwicklung von *Frankl's* Theoriekonzept drei sogenannte personale Grundmotivationen als geistige Motivationskräfte, die hinreichend gut erfüllt sein müssen, um das Leben als wertvoll erkennen zu können. Die insgesamt vier Grundmotivationen (GM) sind nunmehr (vgl. Längle 2008):

1. GM: Da-Sein-Können,
2. GM: Da-Sein bzw. Wert-Sein-Mögen,
3. GM: So-Sein-Dürfen,
4. GM: Sinn-Haben-Wollen.

Diese Grundmotivationen, als tiefste Motivationsstruktur der Person in ihrem wesenseigenen Streben nach Sinn, können zwecks unseres Anliegens der Zusammenschau verschiedener theoretischer Ansätze auch als Grundbedürfnisse

bezeichnet werden:

Das Streben bzw. Grundbedürfnis nach Raum, Halt, Schutz (1. GM), nach Werten, Nähe und Beziehung (2. GM), nach Individualität, Abgrenzung und Wertschätzung (3. GM), nach sinnerfülltem Leben mittels Produktivität, Erleben und Werteverwirklichung (4. GM).

Das existenzanalytisch definierte Streben des Menschen nach Raum, Halt, Schutz – mittels dem die 1. Grundmotivation genährt und ein Ja zur Welt (Grundvertrauen) entwickelt wird – findet eine Entsprechung im entwicklungspsychologischen Begriff „Bindung“. Beim Begriff der „Bindung“ geht es darum, das Kind vor Gefahren zu schützen, körperlich und emotional zu umsorgen und entsprechend seinen Fähigkeiten zu behandeln. Der existenzanalytisch definierte Boden für Existenz wird gestaltet und ist abhängig von Parametern wie Vertrauen, Sicherheitsgefühl und Zutrauen in sich und die Welt.

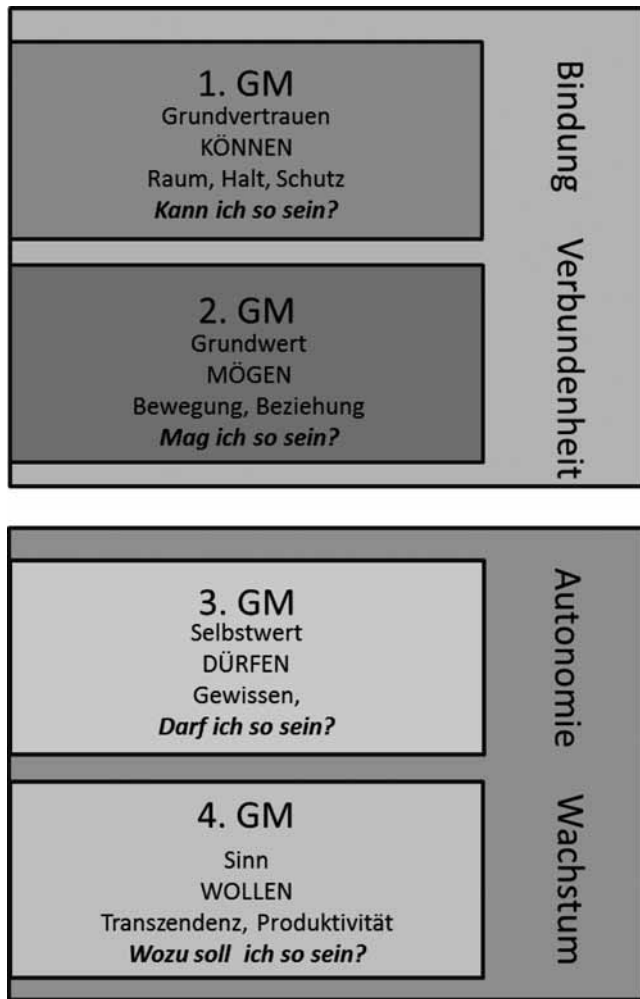
So, wie entwicklungspsychologisch betrachtet nur eine gute Bindung jenen genügend gesicherten Boden gewährleistet, von dem aus Ausflüge in die Autonomie (Erkundungsverhalten) stattfinden können, ist es in der Existenzanalyse ebenfalls der gesicherte Boden, ein sicherer „Grund“, der ein „Sich-der-Welt-Zuwenden“ überhaupt erst ermöglicht. Existenzanalytisch betrachtet, kann der Mensch erst „Ja zur Welt“ sagen, wenn er genügend realen und emotionalen Raum, Halt und Schutz verspürt und sich ausreichend selbstvertrauend und selbstsicher fühlen kann.

Die „Verbundenheit“, die den Zusammenschluss mit anderen Menschen in verschiedensten Formen und jedenfalls immer zum Zwecke der Kooperation sucht, ist die neurobiologische Entsprechung der existenzanalytischen 2. Grundmotivation: Der aktiven Zuwendung des Menschen gegenüber der Welt auf der Suche nach jenem, das gemocht werden und somit zu einem Wert erhoben werden kann. Wesentliche Aspekte der zweiten Grundmotivation sind die Beziehungsaufnahme mit sich selbst und der Welt, und die Verbindung mit dem, was Ich und Nicht-Ich ist – zwecks Erfahrung von Freude, des Mögens und der Gewissheit, dass es gut ist zu leben.

Die Parallelen der 3. Grundmotivation mit dem in der Entwicklungspsychologie verwendeten Begriff „Autonomie“ liegen besonders deutlich vor: Existenzanalytisch geht es hier um das ganz speziell Eigene, um ein authentisches „Zu-Sich-Stehen“ und das selbstsichere Leben des Eigenen, wohl in Abstimmung mit und doch unabhängig von der Welt – es geht um das sich selber Zugestehen des ganz individuellen und einzigartigen So-Seins, womit der Mensch, ungeachtet seiner konkreten Lebensbedingungen, größtmögliche Autonomie und Freiheit erlangt.

Das Grundbedürfnis nach Wachstum findet seine existenzanalytische Entsprechung in der 4. Grundmotivation. Im freien Erleben von Werten ist der Mensch bestrebt, sein Leben derart zu gestalten, dass er über sich hinaus für etwas Sinnvolles lebt, dass er für etwas gut sein will. Dass er als Mensch mehr ist, als nur ein auf sich bezogenes Wesen. So wird in dieser Welt etwas durch diesen einzigartigen Menschen, das ohne ihn nicht werden könnte. Dieses sich selbst-vergessene Streben nach einem Beitrag für etwas

Übergeordnetes lässt den Menschen auch weit jenseits seines entwicklungsbiologischen Wachstums in sozialen und spirituellen Bereichen über sich hinaus wachsen.



Grafik 2: Zuordnung der 4 Grundmotivationen der Existenzanalyse zu den Bereichen „Bindung und Verbundenheit“, sowie „Autonomie und Wachstum“

### Zusammenführung III Grundbedürfnisse und -strebungen des Menschen aus existenzanalytischer, entwicklungspsychologischer, neurobiologischer Sicht und die Prozesse anhand der Personalen Existenzanalyse

Die Bearbeitung dessen, was den Menschen von der Welt erreicht, erfolgt in der modernen Existenzanalyse Längles mittels der „Personalen Existenzanalyse“ (PEA) (Längle 2000a; 2000b). Dabei wird in vier Schritte differenziert:

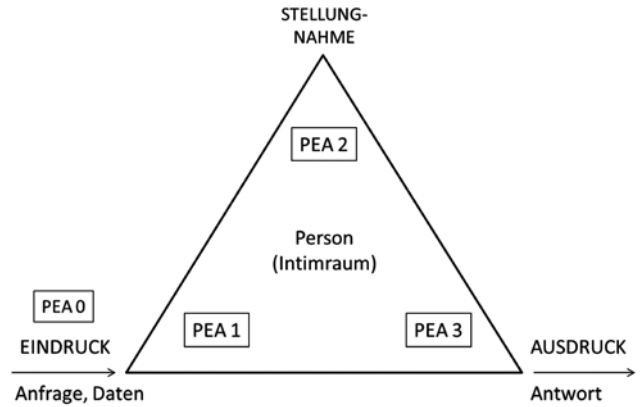
PEA 0: Deskription: Erfassen, Feststellen und Annehmen des Eindruckes

PEA 1: phänomenologische Analyse: Bergen der damit einhergehenden Gefühle und Impulse und darin enthaltener Botschaft

PEA 2: authentische Stellungnahme: Verstehen der geborgenen Elemente und zu einer inneren Stellungnahme gelangen

PEA 3: Selbstaktualisierung: Erarbeiten eines adäquaten äußeren Ausdrucks als handelnde Antwort

Das Leben, die Welt, das oder der Andere fragt an und



Grafik 3: Das prozessuale Personmodell der PEA (vgl. Längle 2000a, 48; 2000b, 9ff)

das Ich, die Person, antwortet; die PEA setzt beim Ich an und unterstützt damit die Entwicklung der Fähigkeiten der Person, d.h. die Selbstannahme mittels der Schritte PEA 0 und 1, die Selbstdistanzierung im Zuge des Schrittes PEA 2, und im Schritt PEA 3 die Fähigkeit der Selbsttranszendenz, des über sich selbst hinaus auf anderes ausgerichtet sein können.

Wir führen nun das existenzanalytische Strukturmodell der vier Grundmotivationen mit dem Prozessmodell der Personalen Existenzanalyse zusammen und bilden das Theoriegebäude der Existenzanalyse auf der Hintergrundfläche der zwei in der traditionellen Entwicklungspsychologie, und der zwei in der Neurobiologie identifizierten grundlegenden Bereiche menschlicher Bedürfnisse ab. Und dynamisieren dieses existenzanalytische Modell. Zur Orientierung und Zusammenfassung der bisher dargelegten Überlegungen soll die folgende Tabelle einen Überblick geben:

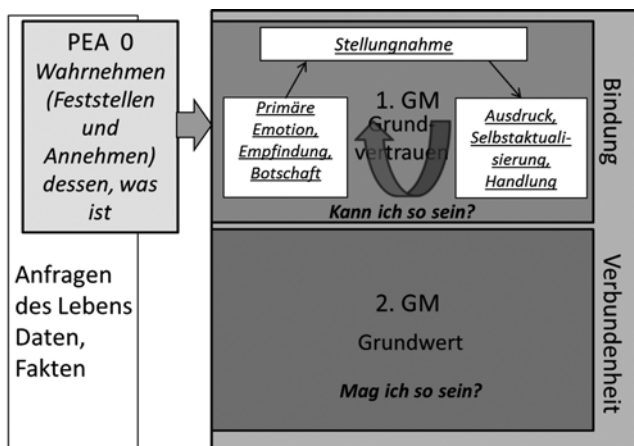
Traditionelle Entwicklungspsychologie	Neurobiologie	Existenzanalyse	
		Grundmotivationen (GM)	PEA-Schritte
Bindung	Verbundenheit	1. GM: der Bereich der Geborgenheit, des Schutzes und Vertrauens; Grundvertrauen	PEA 0
		2. GM: Der Bereich der Begegnung, der Zuwendung und guten Beziehungen; Grundwert	PEA 1
Autonomie	Wachstum	3. GM: der Bereich der Grenzen, Anerkennung des Eigenen, der Authentizität; Selbstwert	PEA 2
		4. GM: der Bereich des Handelns; Überprüfen der Übereinstimmung mit dem Kontext bei Ausrichtung auf das Sinnvolle/Erfüllende; Sinn des Lebens	PEA 3

Tab. 1: Inhaltliche Entsprechungen maßgeblicher Begriffe in der traditionellen Entwicklungspsychologie, der Neurobiologie und der Existenzanalyse

All das, was auf den Menschen über seine Sinneskanäle aus dem Außen und/oder Inneren (Gefühle, Ideen, Gedanken, Phantasien, Träume etc.) einwirkt, diese Fülle von Daten und Fakten, stellen Anforderungen bzw. Anfragen des Lebens dar. Dies alles gilt es zu erfassen und als solches festzustellen. Nur so ist ein echtes Annehmen dessen, was ansteht, möglich. Ein unvollständiges oder fragmentiertes Feststellen und Annehmen bzw. ein Ignorieren einer Anfrage erschwert bzw. verunmöglicht ein Annehmen. Wahrnehmen (Feststellen und Annehmen), das entspricht in der Personalen Existenzanalyse dem Schritt der PEA 0.

Zunächst aber ist eben dieser Schritt des Annehmens im existenzanalytischen Sinne noch nicht vollzogen. In unserer Vorstellung des Modells der PEA unterteilen wir die PEA 0 in zwei Teilschritte. Am Beginn ist genaues „Hinschauen“ nötig, um Klarheit darüber zu erlangen, was ist. Dieses Erfassen und Feststellen, was ist, bezeichnen wir als den ersten von zwei Teilschritten innerhalb der PEA 0. Der zweite Teilschritt der PEA 0, nämlich das „Annehmen“ ist erst möglich, nachdem innerhalb der ersten Grundmotivation alle weiteren PEA-Schritte durchlaufen worden sind. Durch den mehr oder weniger bewusst ablaufenden Prozess aller PEA-Schritte – erster Teilschritt der PEA 0, PEA 1, PEA 2, PEA 3 – kommt es zu einem internen Feedback innerhalb der ersten Grundmotivation. Dieses Feedback modifiziert die erste Grundmotivation und führt zu einer Form der Selbstaktualisierung. Im günstigsten Fall führt es zum zweiten Teilschritt der PEA 0 – einem existenzanalytischen „Annehmen“ dessen, was ist, ohne den Boden unter den Füßen zu verlieren und „Ja zur Welt“ sagen zu können. Jetzt erst, nachdem alle PEA-Schritte auf der ersten Grundmotivation durchlaufen worden sind (Feststellen und Annehmen) ist *der erste Schritt in der Personalen Existenzanalyse, die PEA 0* ganz vollzogen. Je nachdem, wie gut dieser Prozess gelingt, entscheidet sich nun, ob eine Annahme oder eine teilweise bis völlige Verweigerung realer Daten vorgenommen wird. Je besser die Annahme möglich ist, desto sicherer kann der Mensch sein, denn Klarheit trägt maßgeblich zur Sicherheit bei.

Bei diesem Prozess werden die Gefühle, die mit der Da-



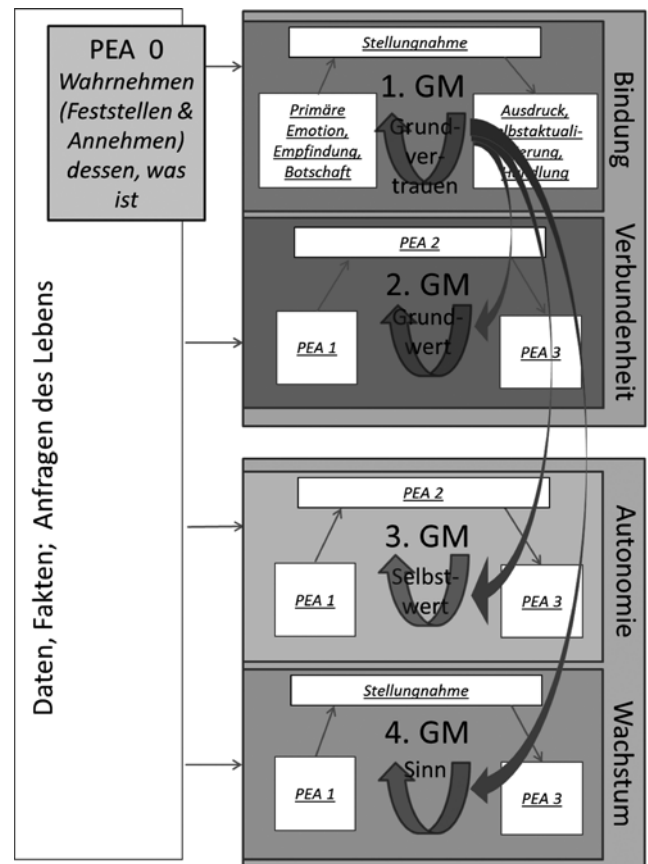
Grafik 4: Modifikation der 1. GM durch den Schritt PEA 0

tenaufnahme einhergehen, auf Basis der bisherigen Ausgestaltung der 1. GM ausschlaggebend dafür, welche Botschaft der Anfrage zuerkannt wird (Schritt PEA 1). Dies ist nun Grundlage für einen PEA-Prozess innerhalb des Bereiches

der 1. GM: *Wie verstehe ich die Anfrage in Abhängigkeit davon, wie ich mich und die Welt verstehe? Was halte ich davon in Abstimmung mit dem Gewissen? Und wie positioniere ich mich?* Es geht darum festzustellen, was ich am liebsten und im Grunde tun möchte (Schritt PEA 2, Stellungnahme). Dann kommt es zum Entschluss, was ich (wann, wo, wie, mit bzw. bei wem) tatsächlich tun will (Schritt PEA 3).

In weiterer Folge kommt es ausgehend vom PEA-Prozess auf der 1. Grundmotivation zu Sekundäreffekten auf alle anderen drei Grundmotivationen, weswegen innerhalb dieser ebenfalls wieder PEA-geleitete Prozesse ablaufen – somit ist der PEA-Prozess auf der 1. Grundmotivation auch mitbestimmend für das Autonomiestreben und das Wachstum:

Die nun infolge der Sekundäreffekte ausgelösten PEA-



Grafik 5: Sekundäre Modifikationen der GM 2-4 durch den PEA-Prozess innerhalb der 1. GM

Abläufe in den jeweils anderen Grundmotivationen haben in weiterer Folge wiederum Auswirkungen und Rückwirkungen auf alle Grundmotivationen. Der erste Selbstaktualisierungsprozess verändert den Sättigungsgrad der 1. Grundmotivation; das hat Auswirkung auf die 2. und die 3. Grundmotivation, wobei der in der jeweiligen Grundmotivation in Gang gesetzte innere Feedbackprozess auch wieder einen Einfluss auf alle Grundmotivationen hat (Tertiäreffekt).

Dieser Effekt ist vergleichbar mit einem ins Wasser geworfenen Stein: Dort, wo der Stein aufschlägt, ist die intensivste Bewegung. In dieser Metapher entspricht die größte Welle dem sachlich-nüchternen „Feststellen“ der vom Leben bereitgestellten Daten und Fakten und angeschlossenen

Durchlauf des PEA-Prozesses im Bereich der 1. Grundmotivation. Im Zuge der Selbstaktualisierung im Bereich der 1. Grundmotivation kommt es im günstigsten Falle zum „Annehmen“ der Anfrage des Lebens und damit zur Gestaltung der Bedingungen für ein „gutes“ Leben. Die Elemente des Bereiches „Bindung“, das sind das „Gehalten- und Geschützt-Sein“, das Grund-Vertrauen, werden angefragt und modifiziert. Verringerte Wirkungen gibt es – ähnlich den entstehenden Wellen nach dem Aufschlagen eines Steines auf die Wasseroberfläche – auf die drei anderen Grundmotivationen 2 bis 4.

Grundsätzlich laufen alle Daten bzw. Anfragen des Lebens mittels der PEA 0-Schritte zuerst über die 1. Grundmotivation. Wie stark jedoch der Fokus dabei auf der ersten Grundmotivation liegt und von welcher Dauer und Intensität der PEA-Prozess hierbei ist, hängt von mehreren Faktoren ab. Wesentlich ist, wie weit hinsichtlich einer konkreten Anfrage bzw. eines Daten- und Faktenansturmes die 1. Grundmotivation gesättigt ist. Wesentlich ist auch, wie weit ein gewisser Umgang mit den PEA-Fragen bisher kultiviert werden konnte. Denn bei einer sehr guten Sättigung der ersten Grundmotivation kann der PEA-Prozess „blitzschnell“ durchlaufen werden. Im gelungenen Fall kann die Person nun ins Leben hinaus treten und es rücken die Fragen der 2. Grundmotivation und des *nächsten PEA-Schrittes (PEA 1)* in den Vordergrund. Die Beantwortung der Fragen: *Erlebe ich etwas, und wenn ja, wie erlebe ich das, was ich feststelle und annehme? Ist es anziehend oder abstoßend? Welchen Wert hat es und was bedeutet es für mich?* hat primäre Auswirkungen auf die 2. Grundmotivation.

Auch hier kommt es wieder zu einem Feedback, diesmal innerhalb der 2. Grundmotivation – in Intensität je abhängig von den „Antworten“, wofür die Aspekte des Bereiches „Verbindung“ benötigt werden. Jetzt geht es um das Sich Zuwenden, Sich-Berühren-Lassen, und durch Erkennen und Mögen des darin liegenden Wertes mit sich, mit etwas und mit jemandem in Beziehung zu treten und sich damit zu „verbinden“. Nach dem Durchlaufen des PEA-Prozesses auf der 2. Grundmotivation wird selbige modifiziert. Weiterführend kommt es zu wiederum modifizierenden Sekundäreffekten auf den anderen drei Grundmotivationen 1, 3 und 4.

*Der Schritt PEA 2* wirkt in besonderer Weise auf die 3. Grundmotivation ein. PEA 2 fragt nach dem Selbst-Verständnis in Abhängigkeit von der konkreten Anfrage und danach, wie der Andere bzw. jenes, das nicht Ich ist – in Form der konkreten Anfrage, der Daten und Fakten (PEA 0) und der dabei einhergehenden Gefühle, Impulse und Botschaft (PEA 1) – verstanden wird. Eine Stellungnahme ist gefordert – *was hält die Person von der Anfrage, wie wird die Anfrage verstanden und was will die Person am liebsten tun?*

Dabei fordert alles, was dem Menschen begegnet, eine Stellungnahme; es ist nicht möglich keine Stellungnahme abzugeben, da eine ausbleibende Stellungnahme auf eine konkrete Anfrage oder Anforderung bereits eine – wenn auch wenig oder nicht bewusste – Stellungnahme darstellt, bspw. jene der Verweigerung. Mittels dieser Abläufe wird der Bereich der Autonomie überformt.

Und wie schon bei den anderen Schritten kommt es durch

die selbstaktualisierende Antwort zu einem modifizierenden Feedback innerhalb der 3. Grundmotivation mit weiterführenden Sekundäreffekten auf die Grundmotivationen 1, 2 und 4.

*Der letzte Schritt PEA 3* formt primär die 4. Grundmotivation, da es darum geht, was im Detail von der zuvor erarbeiteten Stellungnahme konkret umgesetzt werden soll. Die weiteren Entscheidungen betreffen die Passung (passt es auf die Anfrage, die Person, die Sache), die Mittel (wie und welche) und die Zeit (bei welcher Gelegenheit). Wird mit diesem Schritt die Stellungnahme in die Tat umgesetzt und dadurch erst ins Leben gebracht, vollzieht die Person in diesem Moment ihre Existenz und bereichert ihr Sein und die Welt. Der Mensch reichert seine Erfahrungen und sein Erleben an, er wächst.

## Fazit

Die zwei in der Neurobiologie identifizierten grundlegenden Bedürfnisse menschlichen Seins – „Verbundenheit und Wachstum“ – korrelieren mit zwei in der facheinschlägigen entwicklungspsychologischen Literatur beschriebenen Grundbedürfnissen: Der „Bindung und der Autonomie“. Wir verstehen den entwicklungspsychologischen Bereich der „Bindung“ und den neurobiologischen Bereich der „Verbundenheit“ als Halt gebendes und nach Verbindung strebendes Grundbedürfnis (existenzanalytisch: Grundmotivation/en), und analog dazu den Bereich der „Autonomie“ und den Bereich des „Wachstums“ als ein nach Selbstständigkeit und Über-sich-hinaus-Wachsen strebendes zweites Grundbedürfnis (Grundmotivation/en) des Menschen.

Die Grundmotivationen eins und zwei zusammengezogen können nun im Grundbedürfnis „Bindung und Verbundenheit“ angesiedelt werden, und innerhalb dieses Bereiches lässt sich die erste Grundmotivation näher dem entwicklungspsychologischen Begriff „Bindung“ und die zweite Grundmotivation näher der neurobiologisch definierten „Verbundenheit“ zuordnen.

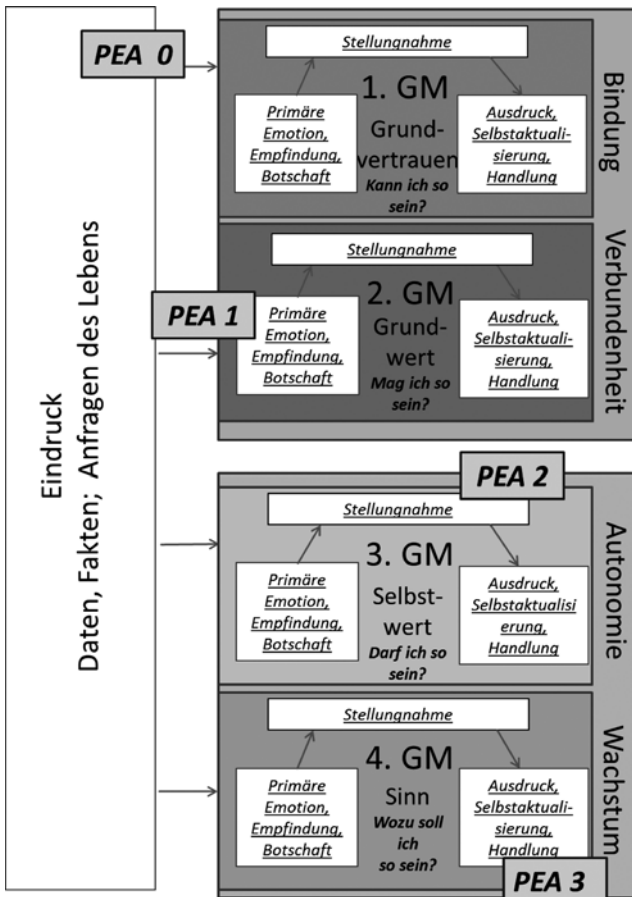
Analog dazu können wir die Grundmotivationen drei und vier im Bereich „Autonomie und Wachstum“ einreihen und innerhalb dieser Ebene die dritte Grundmotivation der Autonomie, und die vierte Grundmotivation dem Bereich des Wachstums zuschreiben.

Diese sich im ersten Moment widersprechenden Bedürfnisse (bzw. Motive) nach „Bindung und Verbundenheit“ und „Autonomie und Wachstum“ sind zwei antagonistisch scheinende, jedoch notwendige Strebungen für gute Entwicklung und erfülltes Leben. Sie bedingen einander, denn, damit der Mensch vom abhängigen Säuglingsalter zu einer autonomen Persönlichkeit werden kann, braucht er die intensive und andauernde Nähe der primären Bezugsperson(en). So kann der Mensch ein grundlegendes Sicherheitsgefühl gegenüber der Welt ausbilden. Erikson beschreibt diesen Prozess als Ausbildung des „Urvertrauens“ (Erikson 1987; 1988). Das Urvertrauen stellt existenzanalytisch betrachtet eine Sonderform des Grundvertrauens dar: Grundvertrauen meint darüber hinausgehend „mehr“, nämlich die Erfahrung, dass die wesentlichen Bedingungen der 1. Grundmotivation „Raum,

Halt und Schutz“ verlässlich vorgefunden werden müssen, dass jeder Abgrund einen Boden hat und dass das Leben immer irgendwie weiter geht.

Erst durch einen ausreichenden Ausprägungsgrad des Urvertrauens, respektive Grundvertrauens, und einen hinreichend gesättigten Grundwert wird eine mehr oder weniger gut gelingende Erkundung der Welt möglich. Und es wird, durch den schrittweisen Rückgang der intensiven Bindungen zu Gunsten eines dem Autonomiestreben der Person angemessenen Maßes die Entwicklung zu einem authentischen So-Sein, zu einem autonomen und geistig freien Menschen angeregt.

Dieses hier vorgestellte Konstrukt der existenzanalytischen



Grafik 6: Existenzanalytisch-entwicklungspsychologisches Modell

Theorie auf dem Hintergrund bestehender entwicklungspsychologischer Modelle und neurobiologischer Erkenntnisse löst die oben erwähnte scheinbare Widersprüchlichkeit nicht nur auf, sondern liefert einen konstruktiv orientierten Erklärungs- und Behandlungsansatz (vgl. dazu das Existenzanalytisch-entwicklungspsychologische Modell in Grafik 6).

Echte Freiheit bzw. größtmögliche authentische Autonomie gründet in einer guten Bindungsstruktur und Verbundenheit – in gut ausgebildeter 1. und 2. Grundmotivation – und erhält sich daraus zu jedem Moment; gute Bindung beziehungsweise „satte“ Verbundenheit bezieht ihre Kraft aus größtmöglicher authentischer Autonomie und freiem Wachstum – aus hinreichend gesättigter 3. und 4. Grundmotivation.

Dieses Modell will keine Stufenabfolge nahelegen, son-

dern geht vielmehr davon aus, dass zu jeder Zeit alle vier Grundmotivationen angefragt sein können, diese damit aktiv und in sich selbst in dynamischer Bewegung sind und die Person aus- und überformen.

Die Dynamik in unserem Modell macht deutlich, dass die Sättigung der vier Grundmotivationen und daran geknüpft der Vollzug der eigenen Existenz umso umfassender möglich ist, je kultivierter bzw. bewusster ausgebildet die PEA-Schritte sind.

Je intensiver die Sättigung der Grundmotivationen, desto mehr wird den beiden Grundbestrebungen menschlichen Seins entsprochen und desto sinnerfüllter wird die eigene Existenz und damit ein so weit wie möglich (abhängig von den Umweltbedingungen) gutes Leben vollzogen.

#### Literatur

- Bauer J (2006) Prinzip Menschlichkeit. Hamburg: Heyne
- Biberich R, Szklénar A (2012) Eine Basisarbeit zur Entwicklung eines existenzanalytischen Instrumentariums für Jugendliche zur Unterstützung der schulpädagogischen und der psychotherapeutischen Diagnostik und erste Überlegungen zu einem Entwurf einer existenzanalytischen Entwicklungspsychologie. Abschlussarbeit für die fachspezifische Ausbildung in Existenzanalyse. Wien
- Bowlby J (1995) Mutterliebe und kindliche Entwicklung. München-Basel: Reinhardt
- Dornes M (2004) Die emotionale Welt des Kindes. Frankfurt am Main: Fischer
- Erikson E (1987) Kindheit und Gesellschaft. Stuttgart: Klett-Cotta
- Erikson E (1988) Der vollständige Lebenszyklus. Frankfurt am Main: Suhrkamp
- Grossmann KI & Grossmann K (2003) Bindung und menschliche Entwicklung. John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie. Stuttgart: Klett-Cotta
- Hüther G (2009) Müssen wir umdenken, umfühlen oder etwas einfach nur ganz anders machen, damit sich unser Gehirn verändert? In: Ulrich B (Hg) Gehirn und Körper – ein interdisziplinärer Diskurs. Müllheim/Baden: Auditorium Netzwerk
- Längle A (2000a) Personale Existenzanalyse (PEA); Eine lexikalische Kurzfassung. In: Existenzanalyse 1, 48, Wien: GLE
- Längle A (Hg) (2000b) Praxis der Personalen Existenzanalyse. Wien: Facultas
- Längle A (2008) Existenzanalyse. In: Längle A & Holzhey-Kunz A: Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Wien: UTB (Facultas), 29-180
- Schneider W, Lindenberger U (Hg) (2012) Entwicklungspsychologie. Weinheim, Basel: Beltz Verlag, 7., vollständig überarbeitete Auflage

#### Anschrift der VerfasserInnen:

MAG.A PHIL. ANDREA SZKLENAR  
Werfelgasse 14/e  
A-7400 Oberwart  
andrea.szklénar@a1.net

MAG. DR. PHIL. ROMAN BIBERICH  
Spandlgasse 36  
A-1220 Wien  
roman.biberich@a1.net