

Ingo Zirks, Markus Angermayr, Susanne Pointner (Hg.)
Anwendungsgebiete der Existenzanalyse

Therapie & Beratung

Ingo Zirks, Markus Angermayr,
Susanne Pointner (Hg.)

Anwendungsgebiete der Existenzanalyse

**Der humanistisch-existenzielle Ansatz
in Sexualtherapie, Paartherapie
und Körperpsychotherapie**

Mit Beiträgen von Markus Angermayr, Alfried Längle,
Susanne Pointner, Liliane Strassl und Ingo Zirks

Psychosozial-Verlag

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.

Originalausgabe

© 2025 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG

Gesetzlich vertreten durch die persönlich haftende Gesellschaft Wirth GmbH,

Geschäftsführer: Johann Wirth

Walltorstr. 10, 35390 Gießen, Deutschland

06 41 96 99 78 0

info@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Linda Graedel, *Dance of Life*

Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

Druck und Bindung: Majuskel Medienproduktion GmbH

Elsa-Brandström-Str. 18, 35578 Wetzlar, Deutschland

Printed in Germany

ISBN 978-3-8379-3415-1 (Print)

ISBN 978-3-8379-6323-6 (E-Book-PDF)

Inhalt

- 1 Vorbemerkungen zum (Lese-)Weg** 9
Ingo Zirks, Susanne Pointner & Markus Angermayr

Teil 1: Einführung in die Existenzanalyse

- 2 Existenzanalyse: Was ist das?** 17
Eine moderne Entwicklung der Psychotherapie
auf altem Boden
Alfried Längle

Teil 2: Existenzanalytische Paartherapie

- 3 »Wie soll ich meine Seele halten ...«** 29
Vom Schrei nach Liebe zum Zuruf des Liebenden
Susanne Pointner
- 4 Adam, wo bist du? Eva, was tust du?** 45
Das Suchtpotenzial des romantischen Beziehungsideals
und seine Auswirkungen auf Beziehungsgestaltung
und Partnerschaft
Susanne Pointner
- 5 Funkstille und Funkenflug** 59
Begegnung in der Paarbeziehung (wieder) ermöglichen
Susanne Pointner
- 6 Sinnlich in dunkler Stunde** 77
Eros, Leiderfahrungen und Spiritualität in Paarbeziehungen
Susanne Pointner

- 7 Besonderheiten des paartherapeutischen Settings** 85
Susanne Pointner

Teil 3: Intimität, Geschlechtlichkeit und Sexualitäten

- 8 Sexuelle Dynamiken existenziell (er)leben** 105
Grundzüge einer existenzanalytisch
fundierten Sexualtherapie
Ingo Zirks
- 9 Scham** 161
Hüterin der Intimität und Sexualität
Ingo Zirks
- 10 Entwicklungsprozesse von Menschen mit pädophilen
Neigungen existenzanalytisch begleiten** 177
Skizzen aus der Perspektive der existenzanalytischen
Sexualtherapie (EAST)
Ingo Zirks
- 11 Die existenzanalytische Behandlung der erektilen
Dysfunktion unter Einbezug supportiver Methoden** 197
Wenn die Erektion geht, schlägt die Stunde der Potenz!
Ingo Zirks

Teil 4: Existenzanalytisch fundierte Leibarbeit und Körperpsychotherapie

- 12 Existenzanalyse mit dem Körper –
Ereignis und Anverwandlung** 221
Existenzielles Grounding als existenzanalytisch-
körperpsychotherapeutischer Zugang
Markus Angermayr
- 13 Leiborientierter Zugang zur inneren Stimmigkeit** 237
Ein Dialog mit existenzanalytischen und osteopathischen
Prinzipien und deren psychotherapeutische Implikationen
Markus Angermayr & Liliane Strassl

14	Existenzielles Grounding	257
	Das Seinserleben als Ressource der Person	
	<i>Markus Angermayr</i>	
15	Existential Touch – Berührung als körperleiblicher Dialog	269
	Anregungen aus dem »Existenziellen Grounding«	
	<i>Markus Angermayr</i>	
16	Bevor du sprichst, spricht dein Körper zu dir	285
	Bausteine zur Grundlegung des »Existenziellen Grounding« in der Existenzanalyse	
	<i>Markus Angermayr</i>	
17	Der Versuch, Unfassbares in Worte zu fassen	297
	Existenzanalyse als poetische Praxis	
	<i>Markus Angermayr</i>	

1 Vorbemerkungen zum (Lese-)Weg

»Wir brauchen gewissermaßen eine >poetische Einstellung<, damit Welt >zum Sprechen< und in ein Antwortverhältnis gebracht werden können.«

Harmut Rosa (2016, S. 74)

Zwei Menschen begegnen einander in einem vereinbarten Kontext – im Arbeitsleben, privat, in einer Dienstleistung, in der Praxis. Sie begrüßen sich, setzen sich zusammen. Sofort stellt sich ein inneres Erleben, ein erster Eindruck ein. Der vorsichtige Händedruck, der Blick, die Frage, wo jeder Platz nimmt, ... Der:die Gastgeber:in lädt ein, es sich bequem zu machen, sich dafür auch Zeit zu nehmen, sie tauschen die ersten Sätze aus, während die Körper ankommen, ... Die Begegnung verändert alles. Damit sind bereits die drei Themenkreise angedeutet:

- Immer sind es – auch in der klassischen Praxissituation der psychosozialen Beratung oder der Psychotherapie (mindestens) zwei – Menschen, lebendige, atmend-verkörperte Lebewesen, die sich gegenüber sitzen und zwischenleiblich abstimmen, in der Regel völlig unbewusst.
- Immer sind sie als geschlechtliche Wesen präsent. Als Frau, als Mann, oder wie immer sich die Person versteht mit ihrer Identität und ihrem Begehren.
- Immer leben sie mehr oder weniger verbunden mit Anderen, sind geworden durch Beziehungen mit Anderen und einem Universum von Dingen. Diese basalen Erfahrungen sind eingefleischt in die körperleibliche Struktur.

Wir sind immer schon *IN* – *verwoben* mit dem Ganzen *In-der-Welt-Sein*. All unser bisherigen Gewordensein ist im körperleiblichen Erleben enthalten. Es ist ein Erlebensprozess, in dem sich das Wesentliche von mir, vom Gegenüber, und von dieser aktuellen Begegnung für mich zeigt. Erst im Fassen des Eindrucks und in der Reflexion erfolgen die Differenzierungen des ursprünglich einzigen und ganzen Ereignisses. Unterscheidungen, auch noch so komplexe Theorien, sind nicht im Stande, die Ganzheit des Erle-

bens abzubilden. Das gilt auch für die Texte dieses Buches. Sie wollen nicht alles neu erfinden, beschreiben oder erklären, sondern unsere perspektivische – existenzielle – Sichtweise einbringen in das Miteinander der wertvollen unterschiedlichen beratenden und psychotherapeutischen Zugänge.

Das vorliegende Werk behandelt drei zentrale Themenkreise, die sich ineinander verweben. Es umfasst paar-beziehungstherapeutische, sexualtherapeutische und leibphänomenologische Perspektiven des verkörperten menschlichen Lebewesens.

Die meisten Texte wurden ursprünglich als Vorträge auf internationalen Kongressen konzipiert. Es ist darin die Lebendigkeit spürbar, der dialogische – auch atmosphärische – Austausch mit den Fachkolleg:innen. Die Überarbeitungen wurden dann durch wissenschaftliche Referenzen und Hinweise auf weitere Verknüpfungen ergänzt und in Form gebracht. Diese Beiträge sollten durch die Buchform einem größeren Leserkreis vorliegen und zugänglich gemacht werden.

Alle drei Themenbereiche sind junge Äste am Baum der Existenzanalyse und verstehen sich als »work in progress«. Am bekanntesten ist wohl die Paartherapie, zu denen Alfred Längle und Kolleg:innen Ansätze entwickelt haben und die von Susanne Pointner und Marc Sattler weiter ausgearbeitet und 2012 als Weiterbildung auf den Weg gebracht wurden. In den letzten zehn Jahren hat Ingo Zirks die existenzanalytische Sexualtherapie entwickelt und ausgearbeitet. Seit 2009 experimentiert Markus Angermayr mit einem leibphänomenologischen Verständnis der Existenzanalyse, deren Ergebnis den Namen »Existenzielles Grounding« bekommen hat.

Es folgt ein Überblick zu den Texten:

Da die Existenzanalyse als humanistisch-existenzielle Richtung der Psychotherapie nicht allen bekannt ist, wird ein in die Existenzanalyse einführender Beitrag von Alfred Längle vorangestellt, um die nachfolgenden Ausführungen im Feld der Psychotherapie und psychosozialen Beratung verorten zu können.

Dann folgen im zweiten Teil Texte zu Beziehung und Begegnung anhand von paartherapeutischen Sichtweisen, Klärungen von Beziehungsdynamiken, bis hin zum gesellschaftskontextuellen Einfluss von romantischen und anderen Beziehungsidealen. Dazu werden die notwendigen Haltungen der Prozessbegleitung aufgezeigt und anhand von Fallvignetten dargestellt. Zentral ist die adaptierte Methode der personalen Existenzanalyse nach Alfred Längle. Diese Texte buchstabieren die existenzanalytischen Annahmen durch und zeigen ihre praktische Anwendbarkeit anhand vieler

Beispiele. Die existenzanalytische Paartherapie wird seit vielen Jahren von Susanne Pointner gelehrt.

Im dritten Teil beschreibt Ingo Zirks Grundzüge einer existenzanalytisch fundierten Sexualtherapie, die er nach den Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Sexualforschung lehrt. Die Offenheit für die Diversität sexueller Identitäten und ihr Verständnis ist dabei eine Grundvoraussetzung, um phänomenologisch arbeiten zu können. Der Umgang mit dem Erleben von Scham als Hüterin der Intimität und Sexualität zeigt uns, wie sensibel und persönlich die Themen Geschlechtlichkeit und Sexualität für uns sind. Skizzen aus der psychotherapeutischen Behandlung von Sexualstörungen nehmen uns mit in die tagtägliche Praxis der Sexualtherapie und runden den zweiten Teil ab.

Im vierten Teil werden grundsätzliche Überlegungen und Praxiserfahrungen eines existenzanalytisch-körperorientierten Zugangs thematisiert. Dieser Zugang wurde von Markus Angermayr unter dem Begriff »Existenzielles Grounding« entwickelt und 2014 erstmals vorgestellt. Dabei werden die »existenzanalytischen Konzepte« leibphänomenologisch gelesen, das heißt: Die wesentlichen existenzanalytischen Prämissen und Grundbegriffe werden auf ihre körperleiblichen Grundlagen zurückgeführt und von dort her neu in den Prozess eingebracht. Das öffnet und verwandelt die »definierten« Begriffe und Konzepte und hält sie lebendig. Dadurch bekommt die moderne Existenzanalyse einen sanften »embodiment turn«¹, der zu neuen und inspirierenden Effekten führt. Gelehrt wird dieser Zugang heute von Markus Angermayr und Doris Fischer-Danzinger.

Alle drei Entwicklungen sind eine Quelle neuer prozessbegleitender methodischer Möglichkeiten. Anhand der Falldarstellungen wird das phänomenologisch »suchend-tastende« Vorgehen besonders deutlich, sodass Sie in den Arbeiten auch etwas von der eigenen Art des »existenziellen Sehens« spüren können. Das Wesentliche – die »Sache selbst« (Husserl) – zeigt sich. Die Welt – innen wie außen – darf sprechen. Das erscheint einfach, aber das fühlende und spürende Sehen und Verstehen des

1 Vgl. »Embodiment« ist ein Begriff, der sich in der deutschen und internationalen Wissenschaftssprache eingebürgert hat. Er bezeichnet kein einheitliches Konstrukt, sondern eher eine wissenschaftliche Einstellung. Grundlegend fordert die Embodimentperspektive, psychische Prozesse ausdrücklich mit Bezug auf den Körper zu sehen und zu untersuchen. Man geht davon aus, dass psychische Prozesse immer im Körper eingebettet sind (Storch et al., 2010). <https://www.embodiment.ch/research/embodiment-def.html>

oder der einzelnen Person braucht den dialogischen Prozess, in dem die Resonanzen, Befindlichkeiten und Themen des leidenden Menschen gehoben und geborgen werden können. Bergen meint den zweifachen Prozess, nämlich das Wahrnehmen des Erlebensflusses einerseits und das Schützen andererseits, sodass im Prozess ein stimmiger Umgang damit gefunden werden kann.

Wir – die Autor:innen – rechnen mit zumindest zwei Einsprüchen, die mit der Art des Zugangs zu tun haben: Die wissenschaftlich fokussierten Kolleg:innen werden vermutlich immer wieder beklagen, dass die Begrifflichkeiten manchmal nicht eindeutig geklärt sind und mit Vagheiten operiert wird. Im anderen Fall werden »Praktiker:innen« eventuell stöhnen unter den philosophisch-phänomenologischen Theorie-Bezügen, in welche die prozessualen Ereignisse eingeordnet werden.

Beide Einwände werden nicht bestritten. Es zeigt sich darin die prozesshafte Haltung und der klare Vorrang der Praxis, des gemeinsamen *suchend-tastenden* Vorgehens. Es entspricht dem Verständnis, dass Psychotherapie und psychosoziale Beratung, »existenziell« verstanden und neben wissenschaftlicher Evidenz und praktischem Handwerk, eine Kunst darstellt. Eine Kunst, lebendige Prozesse unserer Klient:innen zu begleiten. Früher sprach man von Heilkunst, eine Kunstform die mehr als akademische Bildung verkörpert, im Sinne Peter Bieris verweist sie auf eine »education sentimental« oder »education by taste«. Angermayr hat diesen Zugang an anderer Stelle mit einer »poetischen Praxis« verglichen, weil es einerseits den intimen, verletzbaren lebendigen Prozess deutlich macht und andererseits die spezielle Atmosphäre anzeigt in der psychotherapeutische (An-)Verwandlung stattfindet. Zudem finden wir bei vielen Schriftsteller:innen eine Tiefe und Lebendigkeit der Beschreibung von Erleben menschlicher Lebewesen die den unabdingbaren theoretischen Konzepten entgeht. Darum können wir in der existenzanalytischen Arbeit von *poetischer Präzision* sprechen, die sich im Prozess zeigt und durch die körperliche Resonanz die Evidenz, das Wahrgenommene und Gegebene bestätigt. Mehr davon im Essay »Existenzanalyse als poetische Praxis«, mit dem das Buch endet, womit wir den Kreis zu schließen hoffen.

Die Autor:innen verstehen ihre Texte als Beiträge zum fachlich-praktischen Diskurs in den angesprochenen Themenkreisen. Ein Anspruch auf zweifelsfreie Richtigkeit und Deutungshoheit ist nicht gegeben, stattdessen ist eine Einladung ausgesprochen, sich auf diesen Zugang einzulassen und selbst zu sehen, wohin er Sie führt.