

Über Frankl:

1) Trotzdem Ja zum Leben sagen – Doku

<https://www.youtube.com/watch?v=TFVCS6q5ulo>

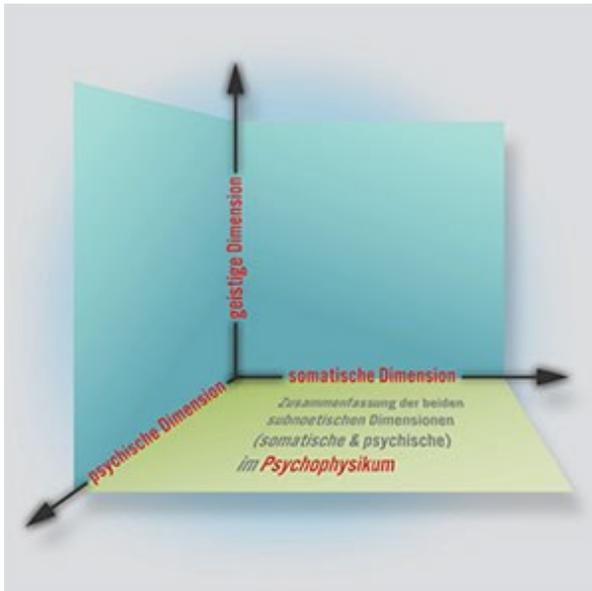
2) Interview über Frankl = Zusammenfassung zu Logotherapie

<https://www.youtube.com/watch?v=LTBpJbMsbK4>

3) Exkurs: Sinnfrage in einer technologisierten Welt

<https://www.youtube.com/watch?v=snyCk-hWyPs>

# Logotherapie und Existenzanalyse



## Somatische/körperliche Dimension

- das organische Zellgeschehen
- die biologisch-physiologischen Körperfunktionen
- die chemischen und physikalischen Prozesse

## Psychische Dimension

**Emotionen** (Gestimmtheit, alle (Trieb-)Gefühle, Begierden, Instinkte, Affekte)

**Kognitionen** (Intellektuelle Begabungen, erworbene Verhaltensmuster, soziale Prägungen)

## Noetische/geistige Dimension

- freie Stellungnahme zu Leiblichkeit und Befindlichkeit
- eigenständige Willensentscheidung
- Humor
- sachliches und künstlerisches Interesse
- schöpferisches Gestalten
- Religiosität/Spiritualität
- ethisches Empfinden (Gewissen)
- Wertesensibilität
- Sinn-Strebung
- Liebe

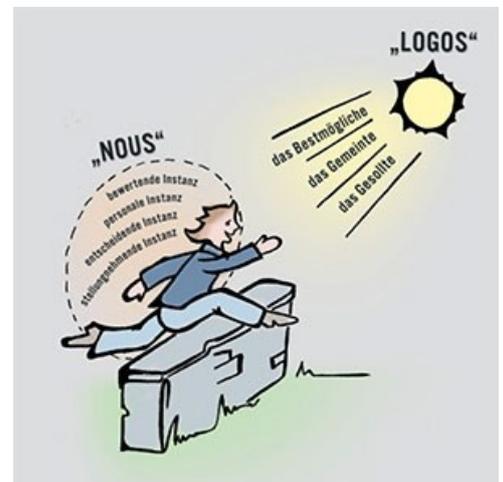
## Nous (geistige Dimension)

Die Geistbegabung des Menschen drückt sich aus in seiner Sehnsucht nach Sinn-Erfüllung

**Logos** (Sinn: wertvolle Möglichkeiten vorfindlich in der Welt)

Die einmalige und einzigartige Person will je Situation den einmaligen und einzigartigen Sinn erfüllen. Sie will jeweils die wertvollste Möglichkeit verwirklichen.

Bei Wahrnehmung eines entsprechenden Sinn-Anrufs vermag der Mensch über körperliche und psychische Barrieren zu „springen“ – weil es ihm wert ist, weil es in sich und an sich gut ist, weil es notwendig ist.



## Frankl unterscheidet drei Möglichkeiten der Sinnerfüllung:

1. Schöpferisch – „etwas (er)schaffen“: ein Werk schaffen, eine Tat setzen, ..
2. Erlebend: Schönehit der Natur, Güte, Liebe eines Menschen erleben
3. Leid bewältigen: unausweichliches Leid in Tapferkeit erdulden