

## Exposé zur Herbsttagung der GLE-D 2022 am 12.11.2022

### Das Neue noch nicht und das Alte nicht mehr

#### Übergänge als existenzielle Herausforderung

Es gibt zahlreiche Übergänge im Leben eines jeden Menschen, die es zu vollziehen gilt. Ob es um gesetzte Übergänge geht oder um selbst gewählte: Übergangsphasen gehen oft mit einer Ungewissheit und Verunsicherung einher – und werden manchmal erst im Nachhinein als solche erkannt.

Übergänge lassen sich laut Bridges in drei Phasen einteilen: Der Abschied, die Zwischenzeit und das Neue (vgl. Bridges, 2003). Jede Phase hat ihre eigenen Spezifika und Herausforderungen. Der Abschied will betrauert, die Zwischenzeit ausgehalten und das Neue integriert und gestaltet werden. In jeder Phase brauchen Klient:innen, Kinder, Organisationen vom Beratenden oder Therapierenden etwas anderes in der Übergangsbegleitung.

Im existenzanalytischen Verständnis des Menschseins steht der Mensch im Wertbezug in der Spannung zwischen dem Sein und dem Sollen, also zwischen dem was ist und zu dem er sich hingezogen fühlt. Diese Spannung ist ursächlich für eine Grundbewegung in unserem Leben und ermöglicht Wachstum und Reifung. Aus Sicht der Existenzanalyse sind Übergangsprozesse Teil der menschlichen Seinsbewegung.

Viele Übergänge lassen sich biographisch als Reifungsprozesse verstehen (z.B. vom Kindergarten in die Schule, von der Ausbildung in den Beruf, Einstieg ins Rentenalter). Auch jede andere Lebensveränderung (z.B. der Wohnort-, der Berufs- oder der Partnerwechsel) birgt einen Übergang, der umso schwerer zu gestalten ist, je fremdbestimmter er initiiert wurde.

Das Erleben und Gelingen von Übergangsprozessen hängen auch davon ab, wie frühere Übergänge erfahren worden sind und welche Ressourcen dem Menschen/der Organisation zur Verfügung stehen.

Die Existenzanalyse mit ihrem phänomenologischen Zugang nimmt das Erleben in den Blick und ermöglicht, dass sich der Mensch oder die Organisation im Übergang nicht übergeht. In unserer schnelllebigen, veränderungsaffinen Zeit bietet die existenzanalytische Perspektive auf die Daseinsthemen (Grundmotivationen) einen Ankerpunkt, der das Wesentliche in den Fokus rücken lässt und ein Verständnis davon schafft, was dieser Mensch, diese Organisation braucht, um den Übergangsprozess gelungen zu vollziehen.

Diese verschiedenen Aspekte der Übergangsbegleitung werden im Rahmen der Fachtagung reflektiert und vertieft. Der beraterische-therapeutische Umgang mit Klient:innen und Organisationen in Übergängen wird anhand praktischer Beispiele aufgezeigt. Im Dialog mit anderen Schulen werden die aktuellen Ansätze im Psychodrama zur Übergangsbegleitung betrachtet.