

Menschenbild und Beratungs-Philosophie

Jeder Mensch ist einzigartig und wertvoll

Alle Menschen sind grundsätzlich in Ordnung so, wie sie sind, und gleichwertig. Jeder ist einmalig – letztlich ein einzigartiges Geheimnis. Manchmal vergessen wir das im Alltagsstress, etwa wenn wir Konflikte, Schmerz, Angst, Enttäuschungen oder Kränkungen erleben. Dann verlieren wir leicht das Vertrauen in andere oder in uns selbst, sind voller Wut oder Angst, fühlen uns frustriert, abgewertet oder ohnmächtig.

Ich unterstütze Sie dabei, Ihren eigenen Wert zu erkennen, Ihre Grenzen zu erweitern, Grundvertrauen und Mut aufzubauen, Zuversicht und Gelassenheit zu entwickeln.

Wir alle sind frei und abhängig zugleich

Als bio-psychische Einheit von Körper, Emotionen, Geist und Seele erleben wir uns als eine abgeschlossene Ganzheit. Zum Überleben brauchen wir materielle Sicherheit (Nahrung, Geld etc.), ein soziales Netz (Familie, Beziehungen, Freundschaften) und einen geistig-seelischen Halt (Werte, Normen, Spiritualität). Jeder Mensch ist Ganzes und Teil zugleich; wir sind als Individuen autonom, aber im Kontext des gesamten Lebens abhängig. Überschätzen wir unsere Autonomie, holen wir uns Beulen – setzen wir unsere Abhängigkeit absolut, versinken wir in Ohnmacht und Resignation.

Ich unterstütze Sie dabei, mutig Ihre Autonomie zu leben und zu entwickeln – im Bewusstsein ihrer Grenzen.

Wir bewegen uns in Systemen, machtlos und mächtig

Wo Menschen zusammen leben, arbeiten oder ihre Freizeit verbringen, entstehen Gruppen oder Gemeinschaften, die mehr sind als die Summe ihrer Mitglieder. Wir bewegen uns in einer Vielzahl solcher Systeme: Sie prägen uns; wir prägen sie. Störungen sind nicht individuelles Versagen, sondern zeigen, wie dieses System funktioniert. Unsere Freiheit besteht weniger darin, das Verhalten von andern zu verändern, sondern darin, durch eine Veränderung des eige-

nen Verhaltens das ganze System zu beeinflussen. Wir sind ohnmächtig und mächtig zugleich: ohnmächtig, weil das System unseren Platz bestimmt, mächtig, weil wir durch unser Verhalten das ganze System mitbestimmen.

Ich unterstütze Sie dabei, Ihre eigene Macht und die damit verbundene Verantwortung zu erkennen und sich bewusst in den Systemen zu bewegen, zu denen Sie gehören.

Wir verfügen über die Ressourcen für lebenslanges Lernen und selbst bestimmte Entwicklung

Dasein bedeutet Veränderung. Die Aufgaben, die uns das Leben stellt – beruflich und privat –, können wir mit unsern Ressourcen lösen, wenn wir mit den Veränderungen mitgehen und diese gleichzeitig modellieren. Das ist nicht immer leicht, denn Überzeugungen, Glaubenssätze und innere Antrieberstimmen hindern und daran, und wir neigen dazu, an dem festzuhalten, was wir kennen: Das unbefriedigende Bekannte ist weniger bedrohlich als das unbekannte Neue. Versuchen wir Probleme der Gegenwart mit Methoden der Vergangenheit zu lösen, bleiben wir oft stecken, geraten aus dem Gleichgewicht und in Krisen.

Ich arbeite mit Ihnen darauf hin, dass Sie neue Sicht- und Handlungsweisen erkennen, eine ausgewogene Lebens-Balance finden, Ihre eigenen Ressourcen erschliessen und damit den Weg zu neuen Horizonten ebnen.

Konflikte und Krisen als Lernchance

Wir handeln immer so gut, wie wir können. Da wir Menschen uns in unsern Interessen und Zielen, im Handeln, Denken, Fühlen und Reden jedoch unterscheiden, entstehen Konflikte; diese gehören – auch als innere Konflikte – untrennbar zum Leben und sind ein Motor von Veränderung. Ähnlich verhält es sich mit Krisen, die sich dort zeigen, wo sich unsere Bedürfnisse und Wünsche an den Rahmenbedingungen des Lebens und unserer realen Lebenssituation reiben. Wollen wir Konflikte und Krisen nicht wahrhaben, tauchen sie in den ‚Untergrund‘ und rauben uns von dort her Energie und Lebensfreude.

Ich stärke Ihre Fähigkeit, Konflikte und Krisen zu akzeptieren, anzupacken und so mit ihnen umzugehen, dass sich die Blockierungen lösen, die Energie wieder in Fluss kommt und Neues möglich wird.

Wir spielen Rollen – je bewusster wir sie spielen, desto sicherer bewegen wir uns auf der Lebensbühne

Dichter haben vom „grossen Welttheater“ gesprochen, wo wir Verstand, Gefühl, Intuition und Körperkraft je nach Rolle verschieden einsetzen. Wir glauben das Spiel zu kennen, aber immer wieder fallen wir aus der Rolle – oft ohne es zu merken – oder wir verwechseln das Stück, in dem wir gerade auftreten. Und wir sind irritiert, wenn andere Menschen uns deswegen missverstehen, ablehnen oder rügen.

Im Beratungsprozess werden Ihnen Ihre Rollen und deren Grenzen bewusst, was Ihnen zu Sicherheit und Erfolg bei der Rollengestaltung auf den verschiedenen Bühnen des Lebens verhilft.

Die Urfrage "Wer bin ich?" begleitet uns ein Leben lang

Werden wir geboren, überschreiten wir den „Strom des Vergessens“, den die Griechen „Lethe“ nannten. Wir vergessen einerseits buchstäblich unser wahres Wesen und wissen nicht mehr, wer wir wirklich sind, woher wir kommen oder was wir wollen. Das setzt uns andererseits in Freiheit, uns im irdischen Dasein selbst zu bestimmen, bürdet uns gleichzeitig Verantwortung auf für das, was wir tun. Bewegen wir uns von unserem wahren Wesen weg, weil wir auf fremde Autoritäten und Stimmen hören, leben wir eine fremde Identität. So entstehen ausweglose Situationen.

Ich unterstütze Sie dabei, bei sich selbst, bei Ihrer autonomen Persönlichkeitsentwicklung und bei der Entfaltung Ihrer persönlichen Vision zu bleiben.

Alles vollzieht und entwickelt sich innerhalb eines grösseren Zusammenhangs

Zum „Grossen Rahmen“ gehört, dass ich meine Beratungs-Arbeit verstehe als Teil eines gleichzeitig individuellen und kollektiven Evolutionsprozesses innerhalb eines alles umfassenden Kontextes, für den Wörter wie „Geist“, „Gott“ oder „universale Schaffenskraft“ nur Annäherungen sind. Wir berühren hier einen Bereich, der sich schon jenseits der Sprache befindet.