



Zuhause und dazu- gehören	Leben	Arbeiten	Lernen	Beziehungen	Gesundheit	Spiritualität	Altern
---------------------------------	-------	----------	--------	-------------	------------	---------------	--------



LifeDesigning als Philosophie
Ziel der Reise
Start der Reise
Eigenverantwortung
Verlorensein
Herausforderung
Balance

Eigenverantwortung

Eigenverantwortung ist ein Reizwort. Erscheint heute in politischen, psychologischen und andern Credos. Oft als das Rezept gegen alle Übel unserer Zeit. Und gar nicht zu Unrecht, meine ich. Um so mehr, als es die andere Seite der von uns allen eingeforderten persönlichen Freiheit darstellt.

Jedoch: wenn ich mich dann mal für eine Zeit etwas näher selbst beobachte, wie ich es mit dieser Eigenverantwortung halte, merke ich, dass dieser Anspruch gar nicht so leicht zu erfüllen ist. Denn es ist ja viel leichter, andere oder die Umstände für eine Niederlage, für einen Fehler verantwortlich zu machen. Besonders in unserer Kultur, welche immer nach einem Schuldigen aus ist.

**Es giebt in der Welt einen
einzigem Weg, auf welchem
niemand gehen kann,
ausser dir:
wohin er führt?
Frage nicht, gehe ihn.**

Nietzsche

(Karte aus dem [Nietzsche-Haus Sils-Maria, Engadin](#))

Und in einer Schuldkultur zu seinen Handlungen, Haltungen und Seinsweisen zu stehen, ist ja auch nicht gerade ein Schleck.

Im untenstehenden "I want to change my life" tippt Dick Bolles einen Aspekt an, welcher die Grundfrage nach dem Mass der Eigenkontrolle, das ich über mein Leben zu haben glaube, anspricht. In der Umgangssprache reden wir vom **halb vollen** oder vom **halb leeren Glas**. Ohne hier zu diskutieren, was nun diese Grundeinstellung, genannt Kontrollüberzeugung, begründet, habe ich als Laufbahnberater sehr häufig die Erfahrung gemacht, wie Klienten - ermächtigt durch den [Parachute-Prozess](#) - herausgefunden haben, dass sehr viel mehr in ihrer Macht liegt, als ursprünglich angenommen. Techniken wie Life Review, Stille, Meditation, Coaching etc. können uns sehr im Prozess des Wachsens in der Übernahme von vermehrter Selbstverantwortung stärken. Auch wenn es nur zehn Prozent sind, die in unserer Kontrolle sind.

I want to change my life

"I have learned the most important question you can ask of someone, when they 'say' they want to change their life is, "Do you believe that you have had a lot to do with how your life has turned out thus far? Good and bad? Do you believe that with respect to any problem in your life, no matter how desperate, no matter how much power seems to lie in other's hands, you still have at least 10 percent that is in your control and power? And you can work on that 10 percent?" (Dick Bolles).

