

Auf zu neuen Ufern!

Wer sich aus Angst übermässig anpasst, lebt gefährlich, findet der Autor. Er empfiehlt, vermehrt auf die innere Stimme zu hören

VON CHRISTOF BIERI

WENN ICH in der heutigen Zeit Menschen zur Neuorientierung auffordere, mag das manchen als fahrlässig erscheinen. Doch ich glaube, man kann sich in jeder Situation neu orientieren. Ich meine damit nicht, man müsse eine sichere Stelle aufs Spiel setzen. Neuorientierung heisst nicht, irgendwo den Stecker herausziehen und ihn an einem ganz anderen Ort wieder einstecken.

Es geht mir viel eher um Fragen wie: Wo bin ich? Was will und kann ich verändern in meinem Umfeld? Wie kann ich meine Interessen einbringen? Das muss nicht zwingend zu einem Bruch führen. Es geht eher darum, sich die Freiheit der steten innerlichen Neuorientierung zu bewahren.

Christof Bieri, Biologe und Coach aus Langnau i. E., hilft Menschen, den Zugang zu ihren (Berufs-)Träumen zu finden (Tel. 034-402 52 63).

Viele Menschen fürchten sich vor jeglicher Veränderung und passen sich lieber an. Sie bezahlen dafür oft einen hohen Preis. Gerade bei Männern besteht die Gefahr, dass sie sich in eine Berufslaufbahn drängen lassen, die nichts mit ihren Wünschen und Interessen zu tun hat.

Ganz am Anfang haben sie klare Vorstellungen von ihren Zielen, dann machen sie erste Abstriche, weil die Umstände sie scheinbar dazu zwingen, und irgendwann haben sie so viel abgeschnitten, dass nichts mehr übrig bleibt von ihrer Persönlichkeit. Wenn man nicht frühzeitig in sich eine Kultur der Infragestellung entwickelt, stirbt man einen Tod in Raten, verliert allmählich die innere Stimme und die eigene Meinung, bis man ganz zur Manipuliermasse wird.

Männer reagieren auf eine solche Entwicklung oft mit der Flucht in Konsumrausch, in extreme sportli-

che Leistungen oder Alkoholmissbrauch; Frauen neigen eher zur Depression. Bei Menschen, die ihre Empfindungen ausblenden müssen, kehrt sich die unterdrückte Aggression schliesslich gegen die eigene Person.

Dass vor allem Männer zur Überangepasstheit neigen, hängt damit zusammen, dass die Männerwelt nach wie vor stark von den Begrif-

deren Weg geht, wird zur Bedrohung, zum Störfaktor. Durch diese Konstellation werden Knaben konditioniert: Sie wissen genau, dass sie Liebe nur für Leistung im Rahmen des Erwarteten erhalten. Viele Talente werden so schon in der Jugendzeit subtil abgewürgt.

Zwar ist in den letzten Jahren die Sensibilität etwas grösser geworden, doch leider wird das erwähnte Muster von Generation

zu Generation weitergegeben, es ist eine ewige Wiederholung des Gleichen, ein Teufelskreis mit fatalen Folgen.

Das kann so weit gehen, dass jemand sich dem Anpassungsdruck derart beugt, dass er schliesslich zu fast jeder Schandtat bereit ist auch dazu, über die eigene Leiche zu gehen. Solche Mitarbeiter akzeptieren alles, sie haben weder die Kraft noch

den Mut, sich zur Wehr zu setzen, wenn die Entwicklung der Firma in die falsche Richtung geht.

Ein solches Verhalten ist natürlich gerade in Zeiten hoher Arbeitslosigkeit ein Risiko, aber wer keine Risiken mehr eingeht, bewegt sich auf einem sehr schmalen Pfad. Ich habe oft den Eindruck, dass wir in einer Gesellschaft leben, die sich im Halbschlaf befindet. Wie sonst wäre es



Die Natur schafft Zugang zum persönlichen Empfinden.

fen Leistung und Erfolg geprägt ist. Das hat mit der Sozialisierung zu tun. Knaben müssen noch immer in den meisten Fällen stark sein, sie dürfen keine Anzeichen von Schwäche oder Hilflosigkeit zeigen. Wollen sie die Zuwendung ihres Vaters gewinnen, müssen sie Leistungen im Rahmen eines vorgegebenen Schemas erbringen. Wer dies nicht tut, vielleicht gar eigenwillig einen an-

! " #
\$ % & ' () #
* %%
(# +)
, -
& %% *

*
+ , / #
0 (/ #
1 #

2 /
& %%)
+ (#
* 3 / #
4 / # *
3 #
& 5 #
% % #
, %
(# 3 678 '9 (
%
#5 ')
+ #:; %

%
<7 = +

3 (4 %
& '9 +
> %
'9 % ?:
% ?:

3 8 - % #
% %#9 : %
#@9+ - - % : #
9 - - % /
#: @ 9; : 9 % #:
+ / -
" # -
% #9 : #9 - - :
9; % / #: