

Erst hat sie die Wahl gequält, dann hat sie die Qual gewählt...

Haben Sie eigentlich sich schon einmal klar gemacht, dass Sie jeden Morgen alle Begleitumstände Ihres kommenden Tages selbst **wählen**? Wohin Sie gehen? Mit wem? Welchen Beruf Sie heute ausüben wollen? Und wie Sie das heute tun? Und warum Sie das tun? Mit wem Sie streiten? Mit wem Sie sich vertragen? Mit wem Sie lachen? Wen Sie anschweigen? Welche Fähigkeiten Sie heute nicht zeigen? Welche dagegen im Überfluss? Was Sie über Ihren Kollegen und sich heute denken? Wann und wohin und mit wem Sie zurückkehren? Und wozu? Und was in der Zwischenzeit mit und in Ihnen passiert?

Nicht immer ist Ihre Wahl bewusst getroffen. Doch was ändert das schon? Auch wer wiederkehrenden Streß oder unwiderstehlich charmante Glückssituationen unbewusst produziert, produziert sie. Vom Ergebnis her gesehen, ist es gleichgültig, ob Sie bewusst oder unbewusst wählen. **Fakten schaffen Sie so oder so.**

Und noch etwas ist in beiden Fällen sicher:

Ihre Wahl ist in jedem Fall aktiv.

Handeln und Unterlassen, Verursachen und Dulden, Bewegung und Starre sind zwei Seiten derselben Medaille. Beides sind jeweils gewählte, vorher von Ihnen entschiedene Aktionen.

Sie wählen beispielsweise, Ihren ehemaligen Sozius Gerd nach 10 Jahren gemeinschaftlichen Schweigens auch heute wieder nicht anzurufen und auch heute Abend wieder Ihren Gatten anzuschweigen. Sie wählen natürlich auch, in ein Büro zu gehen, dessen Geruch Ihnen nicht behagt und mittags mit Ihrer Kollegin Frau Dr. Berger zu streiten, deren schrille Stimme Sie seit Jahren terrorisiert. Sie begeben sich auch heute wieder freiwillig in die Gerichts-Kantine, obwohl Sie Kartoffeln "eigentlich" hassen.

Wer außer Ihnen entscheidet, daß Sie Ihrer Tochter auch heute wieder den flippigen Freund innerlich übel nehmen und im Fitness-Studio weiter trainieren, obwohl andere Sie - und nicht Sie sich selbst - für fett halten? Und wer außer Ihnen sorgt eigentlich dafür, daß Sie großlos-griesgrämig morgens im Büro erscheinen und die Akte des Mandanten Meier auch an diesem Tag wieder auf dem "Nordfriedhof" belassen (auf dem Südfriedhof lagern die einfacheren, unbearbeiteten Fälle)?



Und haben Sie sich schon einmal klar gemacht, daß Sie jedes Detail Ihrer Umgebung, die ganze Umgebung selbst und alle Ihre üblichen Gedanken und liebgewonnenen Verhaltensweisen täglich ebensogut "abwählen" und ersetzen könnten? Denn:

"Es gibt nur ein einziges Leben vor dem Tod. Und das steuerst du selbst." (Rudi Dutschke)

Einwände? Natürlich. Wir wählen Kleider aus, Möbel, Anzahl unserer Kinder, Menüs aus der Karte, Reiseziele, Ehepartner, Formulierungen beim Vortrag, Sekretärinnen und Autos. Doch was ist

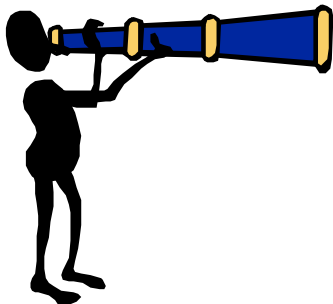
eigentlich mit Schwierigkeiten? Mit den Dingen, die uns übel mitspielen? Die wir als "Sachzwänge" katalogisieren? Die wir für "unabänderlich" halten? "Böse Mächte" halten uns unnachgiebig im Griff. Schlechte Konjunktur, graues Wetter, "die Personalsituation", eingestürzte WorldTradeCenters, männliche Kollegen, hoch ritualisierte Familienfeiern und andere Katastrophen fordern alles.

Es wäre so wundervoll, wenn andere als wir zuständig wären für unsere Umgebung. Es wäre alles so einfach, wenn wir unsere Partner verantwortlich machen könnten für unsere Stimmungen und Aktionen. Es wäre unübertroffen grandios, wenn das Wetter unsere Depressionen und unfähige Sekretärinnen unser Missmanagement herbeiführen würden. Es würde uns grenzenlos erleichtern, wenn Krankenstand und Fluktuation im Büro mit uns als Chefinnen nicht zu tun hätten und wenn Mandanten über unsere Zeiteinteilung beim Mandantengespräch verfügen würden.

Wir dürften uns wie Marionetten fühlen, in der Ecke abhängen, bis die Vorstellung wieder beginnt und uns einer vom Haken nimmt. Marionetten sind von ihrem Benutzer abhängig und funktionieren nur dann gut, wenn ihr Benutzer die Puppenspielerei gelernt hat. Als Marionetten könnten wir uns bequem zurücklehnen und wissen:

Ich kann ja nichts dafür!!

Doch das ist eine Idee aus der Zeit, "als das Wünschen noch half" (Peter Handke). Die gern benutzte Vorstellung, wir hätten "keine Wahl", widerlegt sich zwanglos durch sich selbst. Sie ist ihrerseits bereits eine Auswahl aus einem breiten Spektrum von Verhaltens- und Denkmöglichkeiten. Sie signalisiert der Umgebung: ich bin macht- und ziellos, ich unterwerfe mich den Umständen und begeben mich in die Rolle des willigen Opfers. Mal sehen, was die anderen tun. Schauen wir mal, was noch alles passiert.



Sie üben also Ihre Wahl längst aus. Heute, gestern und ganz sicher auch morgen. Mit dieser Erkenntnis hat das willige Opfer in Ihnen ausgedient, auch wenn es inzwischen ein wohlfeiler Freund und simplifizierender Begleiter geworden ist. Zerrieben zwischen gehen und bleiben? Zwischen hier und dort? Zwischen Frank und Peter? Zwischen Karriere und Kind?

Es gibt nicht den Zwang zu bleiben. Es gibt nicht den Zwang zu gehen. Es gibt wohl abgewogene, zu Ihnen und Ihren Werten, Ihren Erfahrungen und Wünschen passende Entscheidungen. Sie haben die Wahl. Und Sie tragen die Verantwortung für alle Konsequenzen, die daraus folgen.

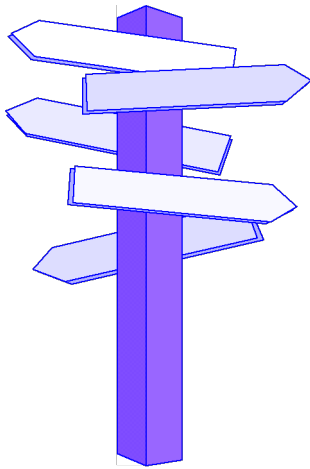
"Freiheit bedeutet Verantwortlichkeit.

Das ist der Grund, warum so viele Menschen sie so sehr fürchten" (G.B. Shaw)

Haben Sie schon mal daran gedacht, wie es wäre, wenn Sie sich in Ihrem "Lebens-Bus" ans Steuer setzten - und nicht mehr von Mitte hinten oder vom Schleudersitz aus betrachten, wohin andere mit Ihnen fahren ?

Wie es wäre, wenn Sie selbst entscheiden würden: Welches Tempo, welchen Motor, welche Beschleunigung, welche Haltestellen anfahren, welche auslassen, welche dazu einrichten? Was Sie unterwegs lesen? Worüber Sie mit wem sprechen? Welche Gäste Sie mitnehmen, welche Sie nicht einsteigen lassen, wessen Fahrpreis Sie erhöhen und mit welchen Schwarzfahrern Sie wie umgehen? Schließlich: Welche Route Sie zu welcher Zeit fahren? Und wer die mit Ihnen austüftelt ? Schon mal

überlegt, wie es wäre, wenn nur Sie allein Ihren Weg wählten? (Unter uns: Sie tun es längst - und ganz allein!!)



Juchhu! Wieder ein Sachzwang !

Sogenannte Sachzwänge sind häufig besonders sorgfältig begründet, damit sie nicht schon beim Aussprechen von selbst in sich zusammenfallen. Ein kurzer Satz würde da nicht reichen. "Kanzleisitzungen führen bei uns zu nichts." Allzu einfach wäre ein solcher Satz auszuhebeln, und zwar schon vom Sprecher selbst. Der Sprecher würde sich selbst nicht glauben. Also legt er nach: "Wir haben alles versucht. Wir haben Rotationssysteme ausprobiert und die Moderatoren geschult. Wir haben die Hierarchiestufen getrennt. In den Partnersitzungen bleiben die echten Probleme trotzdem immer unter dem Tisch. Tagsüber schleichen wir Entscheider umeinander herum. Nicht einmal ein gemeinsames Wochenende in der Pfalz hat Klärung gebracht. Der Zug ist abgefahren. Kanzleisitzungen bringen da nichts mehr."

Wollen erkennt man am Tun (frei nach: Marie v. Ebner-Eschenbach)

Sachzwänge sind immer Menschenzwänge. "Ich konnte ja nicht" signalisiert der Umgebung immer die Bereitschaft, zum Opfer eigener Entscheidungen zu werden.

Von der flüchtigen Erotik des Sachzwangs zum lebenslangen Sex mit der Selbstbestimmung ist der Weg lang.

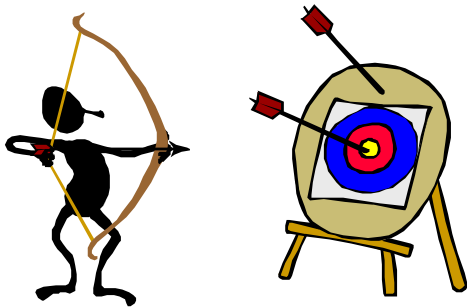
Zu verführerisch lugen die Fratze der Außenorientierung und die Maske des Verantwortungs-Hoppings um die Ecke und flüstern uns schräge Wahrheiten zu: Andere sind Schuld. Ich kann nicht. Die andren sind unfähig. Schlechtes Wetter macht Depressionen. Gegen meinen Kollegen kann ich nichts tun. Die Konjunktur läßt eine Expansion nicht zu. Kündigen in dieser Lage? Ich kann froh sein, diesen Arbeitsplatz zu haben!

Dabei ist der Weg gar nicht so weit **vom Zwang zur Entscheidung:**

Stellen Sie sich vor, Sie seien in einer für Sie schwierigen Situation. Stellen Sie sich weiter vor, Sie würden die Ihnen bekannten Möglichkeiten Ihres Verhaltens im Kopf hin- und herbewegen. Je nach Typ werden Sie

- ⇒ gar nichts tun. (Es wird sich schon wieder einrenken.“)
- ⇒ in blinden Aktionismus fallen. (Jetzt erst recht.“)
- ⇒ andere beschuldigen (Klar, daß es nicht klappt. Bei den Kollegen...“)
- ⇒ andere vorwurfsvoll anschweigen (...)
- ⇒ sich selbst beschuldigen (Jetzt habe ich schon wieder ... gemacht. Ich Idiot.“)
- ⇒ sich ablenken („ Jetzt brauch ich erstmal Urlaub.“)

Jede dieser Möglichkeiten ist mit Ihrem bisherigen Werte- und Denksystem verbunden und stützt es. Das ist bei allen Tätigkeiten so. Es gibt keine Verhaltensweise, die ohne Sinn wäre für den Besitzer. Jede dieser Aktionen erfüllt also ein inneres Ziel, das Sie antreibt.



Hier wäre ein Vorschlag, der es Ihnen erlaubt, Ihre bisher gewählten Reaktionen anders als bisher zu unterfüttern. Das muß die Aktionen selbst natürlich nicht verändern:

Love it.

Akzeptieren Sie, was um Sie herum ist. Sie haben es mit erschaffen. Stehen Sie dazu.

Lease it.

Verlassen Sie den jetzigen Zusammenhang. Lernen Sie aus ihm. Schaffen Sie Neues.

Change it.

Ändern Sie den jetzigen Zusammenhang. Lernen Sie aus dem, was ist. Bauen Sie darauf.