

## Das eigene Lebensleitmotiv finden: Coaching nach dem Genius-Ansatz

*Der Genius gibt in seiner dichten Formulierung (2-3 Worte) innere Klarheit und Orientierung für Ihre berufliche Ausrichtung ebenso wie für eine zu Ihnen passende Gestaltung Ihres Privatlebens. Wer sein Lebensleitmotiv kennt, kann sich danach ausrichten – in allen Bereichen des Lebens.*

### Mein Zugang zum Thema

Im Zuge meiner Arbeit mit Menschen, die sich in beruflichen Fragen an mich wenden, habe ich mich mit einer Reihe von Methoden, Ansätzen und Testungen auseinandergesetzt. Was hilft in komplexen Orientierungsfragen, welcher Ansatz bringt rasch mehr Klarheit für meine Klienten/innen? Wie kann ich Menschen noch zielgerichteter dabei unterstützen, Ihre Berufung zu finden? So lauteten meine Fragen.

Dabei stellte sich heraus, dass es immer mehr Menschen gibt, die Berufs- und Karriereberatung nicht nur auf einer rein praktischen Ebene suchen, sondern sich um **ein tieferes Verständnis ihrer persönlichen Aufgabe** in der Welt schlechthin bemühen. Das hat mich ermutigt, mich von einer eher wissenschaftlich ausgerichteten Sichtweise und der scheinbaren Objektivität von Testungen hin zu einem ganzheitlicheren Ansatz zu bewegen.

Vielen Menschen fällt das Benennen der eigenen Stärken schwer - Frauen wie Männern und quer durch die unterschiedlichsten Berufe. Das ist meine Erfahrung nach dreizehn Jahren Arbeit mit Menschen in unterschiedlichsten Kontexten. Es fehlt oft schlicht der Blick für die eigene Besonderheit, was angesichts unserer wenig auf Stärken orientierten Kultur nicht verwunderlich ist. Man kann unserer Bildungssystem vom Kindergarten bis zum Abschluss der Universität ohne weiteres durchlaufen, ohne ein Gefühl für die eigenen Stärken, Talente und Besonderheiten zu entwickeln.

Auch wenn mir die Besonderheit, jene einmalige Mischung an Fähigkeiten eines Menschen als Coach oder Therapeutin bald ins Auge sticht, ist es oft schwer, sie der Person zu vermitteln oder glaubhaft zu machen. Richard Nelson Bolles, Autor des Berufsfindungs-Longsellers *What Colour is your Parachute* meinte in diesem

Zusammenhang, dass wir unsere Stärken nicht einmal dann erkennen würden, wenn sie auf uns zukämen und uns die Hand schüttelten. Auch die Idee, dass wir uns vor unserer eigenen Größe oft mehr fürchten als vor unseren Schwächen erscheint mir in diesem Zusammenhang sehr stimmig.

Wie aber in einer komplexen (Berufs-)Welt navigieren, wenn das wichtigste Steuerungsinstrument, nämlich das **Bewusstsein über die eigene Einzigartigkeit**, das Spüren in Herz, Kopf und Bauch, fehlt?

Ich möchte Menschen dabei unterstützen, sich diesen Leitstern, den sie in sich tragen, zu entdecken und produktiv zu nutzen. Er hilft in komplexen Orientierungsfragen im Leben, ist aber auch für die ganz praktisch ausgerichtete Berufs- und Karriereplanung unersetzlich.

### **Das Lebensleitmotiv – eine uralte Idee**

Durch meine Arbeit mit Menschen und das Privileg, berufsbedingt über längere Zeiträume Zeugin verschiedener, inspirierender Lebenswege sein zu dürfen, bin ich immer mehr von Viktor Frankls Aussage überzeugt, dass es **für jeden Menschen etwas Wesentliches gibt, das von ihm getan werden muss.**

Frankl hat dabei eine Idee neu und auf die ihm ganz eigene Art formuliert, die es an sich schon immer gab. Bei genauem Hinsehen findet sie sich bei vielen Dichtern und Denkern über die Jahrhunderte bis zurück in die Antike verstreut. Schon die alten Römer glaubten, dass es einen gleichzeitig mit dem Menschen geborenen Geist gibt, der ihn dann durch sein ganzes Leben begleitet. Seine Aufgabe war es, diesen Menschen zu schützen und zu unterstützen. Er galt aber auch als Wegweiser, der nicht ganz innerhalb und auch nicht ganz außerhalb des Menschen lebt (Richards). Auch die griechische Mythologie kennt ein ähnliches Wesen, das als *Daimon* bezeichnet wurde.

In der hinduistischen Religion wird von *Dharma* als der zentrale Eigenschaft eines Menschen gesprochen. Deepak Chopra beschreibt in seinem Buch *Die sieben geistigen Gesetze* das siebte Gesetz als das „Gesetz des Dharma“. Es besagt, dass jede und jeder von uns ein einmaliges Talent und dafür eine einmalige Ausdrucksform hat. Eine Möglichkeit, die der Autor auf der Suche nach mehr Bewusstheit über das eigene Dharma

nahelegt, ist die Auseinandersetzung mit der **Frage, wie wir der Menschheit am besten dienen können.**

Es gibt mehrere Erklärungsmodelle, das Konzept des Lebensleitmotivs zu verstehen. Man kann den Genius als **Urvorgang** sehen – unseren ganz eigenen Weg, die von der Welt angebotenen Informationen zu verarbeiten, um unser Ziel zu erreichen. Oder als **natürliche Kraft**, eine Fähigkeit, die uns von Natur aus gegeben ist, und die uns besonders liegt. Oder auch als **Energie der Seele**: eine positive, zielgerichtete Kraft im Zentrum unseres Seins.

### **Auf der Suche nach dem persönlichen Lebensleitmotiv, Ihrem Genius**

Das Schwierige, aber auch Spannende an diesem Prozess ist, dass sich unsere Lebensaufgabe nicht **erfinden** lässt. Sie ist vielmehr etwas, **was wir in den Ereignissen unseres Lebens finden und aufspüren müssen** (Richards). „Wir alle haben einen spirituellen Daseinssinn, eine Aufgabe, um die wir uns bereits bemühen, ohne uns dessen schon ganz bewusst zu sein. Und sobald wir uns diese Aufgabe wirklich bewusst machen, kann es wirklich losgehen mit unserem Leben“ (James Redfield).

Beim Finden Ihres ureigenen Genius geht es letztendlich darum, zu entdecken, welches einmalige Geschenk Sie sich selbst und der Welt machen.

Den Genius zu finden, ist manchmal leicht, oft aber auch nicht. Er ist eine Strömung, die unter der Oberfläche des Lebens dahinfließt. Auch lässt sich die Suche nach ihm nicht in beliebig kurzer Zeit vollenden – es ist ein Prozess, der länger oder kürzer dauern kann.

Das Finden des eigenen Lebensmotivs hat nichts mit Therapie zu tun. Es geht nicht darum, Ihre Vergangenheit zu analysieren. Sehr wohl aber kann die Erinnerung an bestimmte Ereignisse in früheren Zeiten hilfreich beim Finden Ihres Genius hilfreich sein, vor allem Dinge, die Ihnen als Kind Freude bereitet haben.

#### Beispiele für den Genius, den andere bereits für sich gefunden haben:

Perlen polieren - die Seele berühren – Ordnung/Klarheit/Voraussetzungen schaffen – den Dingen auf den Grund gehen – tief empfinden – für Sicherheit sorgen – den Weg bereiten

...

Sie haben einen Genius, eine positive Kraft, die Sie schon Ihr ganzes Leben begleitet. Sie ist ein Geschenk, das Sie sich selbst und anderen machen. Der Name für Ihren Genius kann wörtlich oder metaphorisch sein, sollte aber nur ein Verb und ein Substantiv enthalten. Ihr Genius ist nicht, was Sie sich wünschen, sondern er ist, was er ist.

Weiterführende Literatur:

Dick Richards: Weil ich einzigartig bin. Dem inneren Genius folgen – der eigenen Stärke Raum geben

Deepak Chopra: Die sieben geistigen Gesetze der Erfolge

Viktor Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk

© Sonja Rieder, September 2012