

Sinngebung:

Wo in unserem Leben finden wir Sinn?

Das Leben während eigener Erwerbstätigkeit genauso wie den Alltag in unserer Rolle: als Eltern kleiner Kinder oder als Kinder älterer Eltern, als Schüler, Berufstätige/r, Arbeitssuchende/r, und in vielen Situationen mehr... als sinnvoll zu erfahren ist ein wichtiges Thema, das wir alle kennen.

Wie findet man Sinn im Beruf und im Alltag?

Oder geht es darum, einen Beruf zu finden, der es erlaubt, sich selbst Sinn zu geben?

Welchen Sinn hat ein Alltag, der immer wieder gleich oder ähnlich gestrickt ist, und in dem ich viel zu oft das Gefühl habe, nur zu „funktionieren“?

Wo finde ich in meinen täglichen Pflichten Sinn?

Finde ich Sinn durch das Zusammensein mit meinen Mitmenschen? Oder gibt mir mein Hobby einen Sinn?

Welchen tieferen Sinn, welche Bestimmung habe ich in meinem Leben?

Findet mich der Sinn, oder finde ich ihn? Wenn ich mich aktiv auf die Suche mache, wo suche ich ihn, wo werde ich ihn finden?

Auch von Führungskräften und Lehrenden wird heute erwartet, ihren Mitarbeiter:innen und Schüler:innen Sinn zu geben; sie stehen vor derselben Frage.

Sinnfindung:

Eine Tätigkeit finden, die man leidenschaftlich begeistert ausübt, einen Menschen, den man liebt, und alles andere ergibt sich von alleine... das mag für ein paar Ausnahmebegabte dieser Welt sofort stimmen.

Doch die meisten von uns können sich zwischen ihren Begabungen nicht entscheiden und verbringen ihre Lebensphasen mit dem „Suchen nach“ oder mit dem „Versuchen, ob“... und so manche Entscheidungen fallen schwer.

Manchmal empfinden wir auch etwas, was uns gerade noch als sinnvoll erschien, plötzlich weniger sinnstiftend.

Oder wir empfinden Leidenschaft für unsere Tätigkeit, können aber nicht davon leben.

Selbst wenn wir von außen betrachtet Erfolg haben, ist es noch nicht gesagt, dass wir uns innerlich auch erfüllt und getragen fühlen.

Mein Entwicklungsansatz zur Sinnfindung stützt sich auf die wesentlichen Pfeiler:

- Ihre individuellen Voraussetzungen werden berücksichtigt: jeder Menschen beherrscht etwas richtig gut.
- Sie erkennen Möglichkeiten, aus Ihren persönlichen Erfahrungen und Ihrem (Ver-) Suchen zu lernen und so ans Ziel zu kommen.
- Unser Ansatz führt von der „Suche nach Vorbestimmtem“ zu Selbstgestaltung und Eigenverantwortung
- Auch Menschen, die mit ihrer Ausbildung nicht zufrieden sind, können darüber nachdenken, was sie davon verwenden können und vor allem, was abseits der ausgetretenen Wege ausbaufähig sein kann.
- Zufriedenheit durch Talente und Interessen gelten genauso im Privatleben: in der Beziehungsgestaltung wie für das Füllen persönlicher Momente.
- Wir halten inne und erhalten von innen unsere eigenen Antworten, Orientierung und Halt.
- Bei diesem Prozess können uns verschiedene Techniken und Methoden zur Entspannung, zur Sensibilisierung, zu Selbstachtung und der Fokus auf uns selbst sehr hilfreich sein.