



Ursula Suhre

Coaching & Organisationsentwicklung

Dein Leben ist ein Fiasko

Ein richtiges Fiasko.
Ein sinnloses, unangenehmes, ekliges Fiasko.
Ein armseliges Fiasko.

Du fühlst dich hilflos.
Als Opfer.
Es ist ja deine Schuld.

Gut - hier und da.
Ab und zu,
nur ganz selten,
hast du vielleicht
ein kleines bisschen,
aber wirklich nur
ein kleines bisschen
damit zu tun, dass dein Leben ein solches

FIASKO
Ist.

Auf der anderen Seite
Könnte es aber auch sein
- Möglich,
ja sogar wahrscheinlich,
und überhaupt kein Zufall -,
dass du
ziemlich viel damit zu tun hast,
dass dein Leben
ein solches

FIASKO
Ist.

Was wäre, wenn du beschließen würdest,
dass du für dein Leben verantwortlich bist?

Was wäre, wenn du
Nur du



Ursula Suhre

Coaching & Organisationsentwicklung

Ganz allein
Und ohne große Hilfe
Von anderen
Dein Leben
Zu einem solchen Fiasko gemacht hättest -

TROTZ aller guten Vorsätze?

Angenommen, du hättest dieses Fiasko selbst gemacht.

Du wärst nicht der einzige. Viele Menschen fällt es leicht,
ihr Leben zu verpfuschen.

Das kannst du sogar tun, ohne es selbst zu bemerken.
Wenn du dich
Schlecht fühlen willst,

dann

gibt es dafür
viele, viele Möglichkeiten:

Du kannst dafür sorgen, dass du dich:

- Ängstlich
- Deprimiert
- Verletzt
- Schuldig

- Gelangweilt
- Empört
- Beschämt
- Wütend
- Fühlst.

Du kannst

- Dich sorgen
- Leiden
- Krank werden
- Dich zurückziehen.

Wenn du also das Gefühl hast, dass dein Leben ein Fiasko ist,
aber gleichzeitig siehst, dass du dich selbst auch noch dafür bestrafst,



Ursula Suhre

Coaching & Organisationsentwicklung

dann
bist du nicht hilflos,

sondern dafür
VERANTWORTLICH,
dass du dich selbst
bestrafst.

Die meisten Leute, die sich selbst bestrafen,
merken es nicht einmal.