

Greifst du richtig?

Was gute Entscheidungen
ausmacht und wie wir sie
finden

Schönstatt-Frauenbewegung
(Hrsg.)

Autorinnenteam:

Deutschland: M. Nurit Stosiek

Österreich/Ungarn: M. Gertraud Evanzin

Schweiz: Ursula-Maria Bitterli

Schönstattbewegung

Frauen und Mütter

Berg Schönstatt 8

56179 Vallendar

Fon: 0261/6506 - 2202

Fax: 0261/6506 - 82202

Mail: info@sbfum.de

www.sbfum.de

INHALT

Einladung ins HAUS DER ENTSCHEIDUNGEN

4

Foyer: Der Alltag als Benutzeroberfläche

7

Der erste Raum: Esoterik als Lebenshilfe?

10

Der zweite Raum: Zeit für Klärungen

17

Filmraum: Einladung zu einer „Fahrt ins Blaue“

26

Terrasse: Was wir vom Baseballspieler lernen können

32

Der vierte Raum: Kleine Entscheidungskunde

38

Der Weg durch den Spiegelflur in den Innenhof

44

Der fünfte Raum: Das Experiment

50

Einladung in ein reales HAUS DER ENTSCHEIDUNGEN

64

Einladung ins HAUS DER ENTSCHEIDUNGEN

Zwei Freunde aus den wärmeren Staaten der USA treffen sich. Sagt der eine zum anderen: „Was ist denn mit dir, du wirkst niedergeschlagen. Bist du noch arbeitslos?“ – Sagt der andere: „Nein, es liegt an meinem neuen Job, den ich seit letzter Woche habe.“ – „Was machst du?“, will der Freund wissen. – „Ich arbeite auf einer Orangenplantage, sitze im Schatten unter einem Baum, und die Pflücker bringen mir die Orangen. Ich lege die ganz großen in einen Korb, die ganz kleinen in einen anderen Korb, und die mittelgroßen in einen dritten Korb.“ – Der Freund antwortet, das sei doch ein ganz bequemer Job: „Was kann einen da denn bedrücken?“ – „Dieses ständige Entscheidemüssen“, gibt der andere zur Antwort.

Dieses bewusst karikierende Beispiel bringen die Soziologen Peter Ludwig Berger und Anton Zijderveld in ihrer Studie *Lob des Zweifels*. Sie kommentieren: „Im Deutschen gibt es für das, was der Orangensortierer empfindet, die treffende Formulierung von der ‚Qual der Wahl‘.“

Die Qual der Wahl

Jede von uns kann ein Lied davon singen: Was ziehe ich heute an? – Kaufe ich das Billigprodukt oder bleibe ich bei fair trade? – Wie verhalte ich mich in der Beziehungskrise? – Nehme ich die pflegebedürftigen Eltern ins Haus oder wähle ich eine andere Lösung?

Unser Leben besteht aus einer Kette von Entscheidungen, manche winzig klein, manche von großer Tragweite. Experten schätzen, bis zu 100.000 Entscheidungen wären am Tag fällig, die meisten laufen unbewusst, wie der Griff ins Regal des Supermarktes, um aus den unübersichtlich vielen Varianten das passende Duschgel oder die richtige Marmelade zu fischen.

Schwieriger wird es bei Entscheidungen, die unser Leben verändern. Auch da haben wir die Qual der Wahl, selbst wenn es unter dem Titel der Freiheit läuft: Da sind die verschiedenen Formen des Zusammenlebens, da ist der Anspruch, sich selbst optimal zu entfalten, da ist die Frage, wie gestaltest du dein Leben? So sind die Einzelnen dauerhaft mit der Frage konfrontiert: Wer bin ich eigentlich und wer möchte ich sein? Da es in unserer Gesellschaft keine allgemein akzeptierten Formen des Umgangs miteinander mehr gibt, müssen wir auch hier ständig neu entscheiden, wie wir uns richtig verhalten. Berger/Zijderveld nennen eine Alltagssituation: „Über lange Zeit war es in der europäischen Kultur üblich, dass der Mann eine Frau als erste durch die Tür gehen lässt: Ladies first. Mittlerweile muss ein Mann in einer solchen Situation „die betreffende Frau jeweils einschätzen und dann *entscheiden*, wie er sich verhalten sollte: ihr die Tür aufhalten (und vielleicht ein Kompliment für seine Höflichkeit bekommen – oder aber verärgert angeraunt werden: ‚Danke, aber ich bin nicht behindert!‘) oder in entschieden egalitärer Manier als erster durch die Tür gehen (mit genauso unabsehbaren Folgen).“ So gibt es jeden Tag eine Vielzahl von Situationen, die wir blitzschnell einschätzen und dann entscheiden müssen. Dadurch geraten wir in einen Zustand der „Dauerreflexion“ (Berger/Zijderveld). Die beiden Wissenschaftler kommentieren: „Kein Wunder, dass so viele Menschen heute ständig nervös und mit den Nerven am Ende sind.“

Die drängende Frage: Greife ich richtig?

Der amerikanische Psychologe Barry Schwartz weist darauf hin: Zu viele Wahlmöglichkeiten können lähmen. „Es wird immer schwieriger, eine Entscheidung zu fällen, schlimmstenfalls wird

man entscheidungsunfähig. Und das ist genauso schlimm, als ob man überhaupt keine Entscheidungsfreiheit hätte.“

Dementsprechend boomt ein riesiger Markt von Lebensstilen und Identitätshilfen. Zu allem gibt es irgendwelche „professionellen“ Helfer oder Selbsthilfegruppen, wobei sich mit dem Titel „professionell“ nicht immer Kompetenz verbindet, sondern einfach, dass die Hilfe gegen Geld gegeben wird.

Die Reaktionen auf diese Herausforderung sind verschieden. „Vermutlich die große Mehrheit der Menschen wird mit der Last der Entscheidungen auf die gleiche Weise umgehen, wie sie mit der Unvermeidlichkeit des Sterben-Müssens umgeht: Die Menschen stürzen sich in die Geschäftigkeit des Lebens, treffen die unvermeidlichen Entscheidungen mit so wenig Reflexion wie möglich und wursteln sich durch, so gut sie können“ (*Berger/Zijderveld*). Andere bemühen sich, die Unübersichtlichkeit der Wahlmöglichkeiten in den Griff zu bekommen. Der Preis ist nicht selten eine dauernde seelische Anspannung.

Dringlich bleibt die Frage „Greife ich richtig?“ in jedem Fall, und jede von uns ist davon betroffen. Denn nicht jede Möglichkeit, die gut aussieht, ist gut für uns, und es gibt Entscheidungen, die nicht ohne weiteres rückgängig zu machen sind.

Wir laden Sie in diesem Heft ein, mit uns ein virtuelles HAUS DER ENTSCHEIDUNGEN zu besuchen. Der Besuch dieses „Hauses“ kann helfen, unser Leben – das eigene und das unserer Familien, unserer Freunde – klarer wahrzunehmen und es durch nachhaltig gute Entscheidungen zu einem glücklichen Leben werden zu lassen. Machen wir uns also geistiger Weise auf, dieses HAUS DER ENTSCHEIDUNGEN zu besuchen.