
Mensch sein heißt Sinn finden

oder

Vom Perspektivenwechsel in Zeiten der digitalen Transformation

Tamara Dietl

1 Der Einfluss der digitalen Revolution

Dass ich Coach geworden bin, verdanke ich der digitalen Revolution. Mein erster Beruf war (und ist) Journalistin. Über 15 Jahre lang habe ich mit großer Leidenschaft in diesem Beruf gearbeitet. Allerdings nicht, weil ich gerne geschrieben hätte oder unbedingt zum Fernsehen wollte – nein. Ich bin Journalistin geworden, weil ich eine unbändige Neugier auf die Welt und das Leben habe, weil mich das *Geheimnis Mensch* unendlich interessiert und fasziniert. Zuerst war ich Gerichtsreporterin bei einer Tageszeitung, dann Autorin bei SPIEGEL TV, dem Fernsehformat des Nachrichtenmagazins DER SPIEGEL.

Im Jahr 2003 kam meine Tochter zur Welt. Ich war knapp vierzig und beschloss, Pause zu machen mit dem Arbeiten, bis sie in den Kindergarten kommen würde. So intensiv, wie ich für meinen Beruf gelebt hatte, so intensiv wollte ich jetzt mit meiner Tochter zusammen sein und mein spätes Mutterglück in vollen Zügen genießen.

In den Jahren, in denen ich mich nun sehr zufrieden in mein kleines häusliches Glück zurückzog, veränderte sich die Welt da draußen auf rasante und grundlegende Weise. Der Fall der Berliner Mauer, den ich 1989 als Journalistin miterleben durfte, war der Beginn einer Entwicklung, die in den darauf folgenden 15 Jahren den eisernen Vorhang zerriss. Die alte politische Weltordnung gab es nicht mehr. Die Globalisierung war auf einem unaufhaltsamen Vormarsch und eine technologische Entwicklung hinzugekommen, die unser Leben bis heute in einer nie da gewesenen Radikalität verändert. Diese technologische Entwicklung heißt *Digitalisierung* und hat uns in schwindelerregender Höchstgeschwindigkeit ins *World Wide Web* katapultiert. Damit hat die *Komplexität* unseres Lebens eine neue Dimension erreicht.

T. Dietl (✉)
c/o Literary Agency Anoukh Foerg
Herzogstr. 73, 80796 München, Deutschland

Als ich meine journalistische Ausbildung begann, hatte ich mein Handwerk noch auf einer mechanischen Schreibmaschine gelernt, meiner guten alten *Gabriele*. Als irgendwann Mitte der 1980er-Jahre die ersten elektrischen Schreibmaschinen Einzug in die Redaktionen hielten, kam dies einer technischen Revolution gleich. Und ich kann mich noch gut an die ungläubigen Gesichter meiner Kollegen erinnern, als wir den ersten Computer der Marke *Schneider* in die Redaktion bekamen. Ein für heutige Verhältnisse monströser Apparat mit körnigem, schwarzem Bildschirm, auf dem man in grüner Schrift und im Schnecken tempo seine Artikel schreiben konnte. Damals eine unfassbare Sensation.

Diese Entwicklung betrachtete ich nun genauer, als meine Tochter in den Kindergarten kam und ich meinen Horizont erweitern wollte, um wieder eine berufliche Perspektive zu bekommen. Zum Glück hatte ich es zumindest aus ökonomischen Gründen nicht eilig, wieder in die Arbeitswelt zurückzukehren. Das empfinde ich auch heute noch als großes Privileg. Und so ließ ich mir Zeit bei meiner Suche und hinterfragte meinen Wunsch zurückzukehren in meine alte Welt, in die Welt der Medien, sehr kritisch. Es gibt ein ausgesprochen kluges Zitat von Pablo Picasso, das das, was ich damals empfand, aufs trefflichste beschreibt:

Ich suche nicht – ich finde. Suchen, das ist das Ausgehen von alten Beständen und das Finden-Wollen von bereits Bekanntem. Finden, das ist das völlig Neue. Alle Wege sind offen, und was gefunden wird, ist unbekannt. Es ist ein Wagnis, ein heiliges Abenteuer. Die Ungewissheit solcher Wagnisse können eigentlich nur jene auf sich nehmen, die im Ungewissen sich geborgen wissen, die in der Ungewissheit, der Führerlosigkeit geführt werden, die sich vom Ziel ziehen lassen und nicht selbst das Ziel bestimmen.

2 Der Weg

Ich ließ mich ein auf dieses Wagnis, dieses heilige Abenteuer – denn jetzt, mit dem Abstand von ein paar Jahren Pause, kam mir meine alte Berufswelt plötzlich und nahezu buchstäblich wie eine „alte Welt“ vor, denn die Medien schienen den Strukturwandel, den wir gerade erlebten, nicht wahrzunehmen. Einen Strukturwandel, der uns seither unaufhaltsam in eine „neue Welt“ treibt und der so fundamental ist wie beispielsweise der Übergang von der Agrargesellschaft in die Industriekultur.

Auch damals lösten technische Entwicklungen diese Veränderungen aus. Die Menschen verließen das Land, zogen in die Städte und ihr Alltag wurde nicht mehr von der Landwirtschaft bestimmt, sondern von Maschinen und Fabriken. Der Übergang von der Agrar- in die Industriegesellschaft vollzog sich allerdings vergleichsweise langsam, erstreckte sich über viele Generationen.

Der Wandel, den wir jetzt erleben und den der Managementvordenker Professor Fredmund Malik als „die große Transformation 21“ bezeichnet (Malik 2015) und der Trendforscher Professor Peter Wippermann (2015) als den „Übertritt von der Industriegesellschaft

in die Netzwerkökonomie“, dieser Wandel vollzieht sich in nur einer einzigen Generation. Und zwar in meiner.

Machte es da wirklich Sinn, wieder in die Medienwelt zurückzukehren? Ich war jetzt 42 Jahre alt, hatte also noch 23 Jahre vor mir bis zu meiner Rente mit 65. Wie bitte? Noch 23 Jahre? Und vielleicht noch mehr, denn es wurde gerade wieder einmal viel diskutiert über die Rente mit 67. Und überhaupt – welche Rente eigentlich? Wenn ich die Lage genauer betrachtete, und das tat ich damals, dann war meine Rente aller blumigen politischen Versprechungen zum Trotz ja gar nicht sicher.

Ich bin Jahrgang 1964, der geburtenstärkste Jahrgang überhaupt in Deutschland. Wer bitte soll unsere Rente denn bezahlen, so wie sich die demografische Entwicklung gerade vollzieht? Jetzt, da nicht *mehr* Kinder geboren werden, die wir dringend bräuchten, um diese vielen Renten zu bezahlen, sondern immer *weniger*.

Und wer sagt eigentlich, ob ich überhaupt Lust haben werde, mit 65 in Rente zu gehen? Ob ich das dann überhaupt will? Wieso sollte ich das eigentlich wollen? Ich liebe es zu arbeiten und das, worauf sich die Rentner früherer Generationen so sehr gefreut hatten, nämlich endlich die Welt kennenzulernen, das hatte ich schon in der ersten Hälfte meines Lebens genossen.

Ich begriff, dass die Rente mit 65 aus einer Zeit stammt, als die Arbeitswelt noch ganz anders aussah. Als Menschen noch *körperlich* hart gearbeitet haben für den wohlverdienten Ruhestand. Aber ich arbeite mit dem *Kopf*. So wie immer mehr Menschen auf dieser Welt. Und wenn der Kopf gesund bleibt, möchte ich womöglich viel länger arbeiten, zumal wir ja auch immer älter werden als die Generationen vor uns. Je länger ich über all das nachdachte, desto mehr dämmerte mir, dass ich ein biografisches Modell infrage stellen musste, mit dem ich Zeit meines Lebens sozialisiert worden war.

Wenn ich wirklich eine neue Perspektive gewinnen wollte, wenn mein Horizont in Zukunft wirklich über den Tellerrand hinausgehen sollte, dann hieß es Abschied nehmen.

Abschied von dem alten Modell, das ganz offenbar mit dem großen Strukturwandel langsam aber sicher verschwinden wird. Das Modell heißt: Kindheit – Jugend/Schule – Ausbildung/Studium – Job – Rente – und Schluss. Als ich das begriffen hatte, fasste ich einen weitreichenden Entschluss und sagte diesem Modell und der Medienwelt Adieu. Ich fing nochmal von vorne an. Ich nahm meine Ersparnisse, die ich ursprünglich einmal für eine Eigentumswohnung angelegt hatte, um damit für mein Alter vorzusorgen, von der Bank. Entschied mich, dieses Geld in mich selbst zu investieren, weil mir diese Investition die höchste Rendite zu versprechen schien.

Ich finanzierte damit eine teure, aber exzellente Ausbildung zur Businesstrainerin und zum Businesscoach – in der Hoffnung, dass sie mir die Augen öffnen würde für das, was da draußen vor sich ging. Ich wollte diese neue Welt begreifen, von der wir nicht wissen, wie sie einmal aussehen wird, die wir aber dennoch täglich gestalten müssen. *Wege entstehen, indem man sie geht* . . . Ich weiß nicht mehr, woher ich dieses Zitat habe, und ich weiß auch nicht mehr, ob ich es damals schon kannte, als ich für ein paar Jahre wieder die Schulbank drückte. Aber es beschreibt so schön meinen damaligen Zustand.

Einem Heißhunger gleich verschlang ich das neue Wissen. Konnte gar nicht genug kriegen von dem Lernen – obwohl ich schon viele Jahre selbst gelehrt hatte. Und dabei spürte ich, dass man einfach losgehen muss, um seinen Weg finden, um eine Antwort zu finden auf die zentrale Frage unserer Zeit: *Wie wollen wir leben?*

3 Wer wir sind und was wir wollen

Wie wollen wir leben in dieser neuen Welt des 21. Jahrhunderts, in der das Internet zur Infrastruktur unserer Existenz geworden ist? In der wir kleine Geräte in Hosentaschenformat mit uns herumtragen, die uns überall und zu jeder Zeit mit der ganzen Welt verbinden? Was bedeutet es für unser Leben, wenn sich in diesen winzigen Wunderwerken der Zugang in ein fast grenzenloses Sammelsurium von Wissen, Dienstleistungen und Gegenständen auftut, das sich wie von Geisterhand öffnet, wenn wir es nur zart genug mit dem Finger berühren.

Ein sentimentaler Blick auf das Display meines Miniaturcomputers, das ich in völliger Ignoranz gegenüber seiner schier grenzenlosen Potenz immer noch ziemlich banal *I-Phone* nenne, lässt mich ungläubig staunen darüber, was sich hinter diesen so harmlos scheinenden, kleinen, hübschen und bunten Applikationen verbirgt. *I-Phone* ... ja natürlich, telefonieren kann ich *auch* damit ... sowie mit den Telefonapparaten meiner Jugend, die an der langen Schnur, mit Wählscheibe und knochenartigem Hörer, die, die es nur in drei Farben gab, in lindgrün, zartbeige oder orange.

In meinem I-Phone ist aber auch die Telefonzelle versteckt, die es mir möglich machte von unterwegs aus zu telefonieren, und der Anrufbeantworter und der Postkasten und alle meine Zeitungen, das Radio, der Fernseher, die Bibliotheken dieser Welt, mein Buchladen, meine Schreibmaschine, das Tonbandgerät, das mit Band schon ein gefühltes Jahrhundert nichts mehr zu tun hat. Und natürlich auch mein Adressbuch, mein Kalender, die Uhr und der Wecker, der Fotoapparat, die Kamera für bewegte Bilder, mein Wiedergabegerät inklusive Verstärker, das ich in längst vergangenen Zeiten einmal meinen Plattenspieler mit Verstärker genannt habe. Und natürlich auch die gesamte Musikbibliothek, die meine CDs überflüssig machen, die, als sie damals auf den Markt kamen, das ultimative und unzerstörbare Ende in der Entwicklung der Tonträger markierten ... Ach ja, und dann ist da noch das Reisebüro und der Check-in-Schalter an jedem Flughafen dieser Welt und eine Möglichkeit, mit jemandem zu sprechen und ihn dabei gleichzeitig zu sehen, – das konnte ich in meiner Kindheit nur aus Science-Fiction-Filmen einer imaginären, Lichtjahre entfernten Zukunft.

Alle Spiele, die es gibt, kann mir mein I-Phone bieten, und auch die, die es bisher noch nicht gegeben hat, medizinische Messgeräte, der Kompass, das Navigationsgerät, alle Landkarten dieser Erde und, was es sonst noch alles geben könnte, auf meinem Tablet in den Maßen 13,5 cm Länge, 6,5 cm Breite, 0,7 cm Höhe – selbstverständlich gemessen in Zentimetern und noch selbstverständlicher designt in California und natürlich made in China ... *Brave new world* ...

Diese mobilen Zugänge ins grenzenlose Netz können uns das Leben enorm erleichtern. Sie können es uns aber auch bis an die Grenzen der Erschöpfung schwer machen. Und zwar dann, wenn sie anfangen uns zu beherrschen und wir die Fähigkeit zur Selbstbeherrschung verlieren.

4 Eine Krise im XXXL-Format

Wenn wir uns in den Strudel dieser rasanten Entwicklung reißen lassen, ohne sie zu reflektieren, dann kann es uns passieren, dass wir in diesem Strudel untergehen. Wir laufen aber auch dann Gefahr, darin unterzugehen, wenn wir uns mit aller Gewalt und störrischem Kulturpessimismus gegen diese Entwicklung stemmen, obwohl wir sie schon lange nicht mehr aufhalten können, weil wir Komplexität niemals beherrschen werden.

Wie wollen wir leben? Diese Frage begleitet mich jetzt seit über zehn Jahren, seit dem Beginn meiner Ausbildung zur Beraterin, meiner Ausbildung zum Businesscoach und zur Trainerin. Dort habe ich viele, sehr hilfreiche Antworten gefunden, weil ich mich mit den Komplexitäts- und Systemwissenschaften auseinandergesetzt und viel gelernt habe über Management, Führung, Selbstführung und Strategie und auch über die Gesetze der zwischenmenschlichen Kommunikation. Weil ich glaube verstanden zu haben, dass wir uns gerade in einer globalen Krise befinden, einer Krise im hochprozentigen XXXL-Format.

Rein definitorisch sprechen wir dann von einer Krise, wenn die bisher zur Verfügung stehenden Bewältigungsmechanismen in einer bedrohlichen oder problematischen Situation nicht mehr ausreichen, das Problem zu lösen. Eine Krise ist ein belastender, temporärer, in seinem Verlauf und seinen Folgen offener Veränderungsprozess, der gekennzeichnet ist durch die Unterbrechung der Kontinuität und nur durch ein Bündel notwendiger Ressourcen, die entweder noch nicht vorhanden sind oder aber über deren Existenz noch kein hinreichendes Bewusstsein besteht, gemeistert werden kann.

In der psychologischen Fachliteratur gibt es den Begriff der sogenannten „Dekompen-sationsgrenze“, deren Überschreitung zu einer Krise führt. Dann nämlich, wenn wir die Summe der Stressoren, die auf uns einwirken, nicht mehr zu kompensieren in der Lage sind. Der Begriff der „Dekompen-sationsgrenze“ gefällt mir im Zusammenhang mit der Krise, die wir gerade erleben, gut, weil unsere Krise aus meiner Sicht durch das Überschreiten dieser „Dekompen-sationsgrenze“ gekennzeichnet ist. Drei historische Entwicklungen der letzten 25 Jahre haben eine zentrale Schlüsselfunktion bei der Überschreitung dieser Grenze:

Erstens der Zusammenbruch der alten, politischen Weltordnung zwischen „Ost“ und „West“, symbolisiert durch den Fall der Mauer, zweitens die parallel dazu verlaufende technologische Entwicklung der Digitalisierung und drittens der Zusammenbruch der Finanzmärkte im Jahr 2008. Diese Entwicklungen, die nicht trotz, sondern gerade *wegen* ihrer Komplexität miteinander verbunden sind, haben zu einer massiven Veränderung der Existenzprobleme der Menschen geführt. Und in ihrer *Summe* haben sie zu einer Unterbrechung der Kontinuität in einem nie da gewesenen Ausmaß geführt – sie sind zu einer

Bedrohung geworden, die mit den *alten* Bewältigungsstrategien nicht mehr zu bewältigen ist.

Auch die drei typischen, spontanen Reaktionsmuster auf eine Krise kann man heute nahezu weltweit in unterschiedlichen Ausprägungen wiedererkennen: Erstens Freeze, also Starre – ein Ausdruck kompletter Ohnmacht und absoluter Hilflosigkeit, vergleichbar dem Käfer, der sich auf den Rücken legt und tot stellt, zweitens, mit sich permanent steigender Energie immer wieder dasselbe tun – nach dem Motto, wenn die Bewältigungsstrategie nicht mehr stimmt, bitte mehr davon, und drittens Flucht – also Augen zu und nix wie weg.

Wie nun umgehen mit den gravierenden Veränderungen unserer Zeit, wollen wir nicht den ohnmächtigen Käfer spielen, immer wieder vergeblich dieselben Fehler machen oder einfach abhauen, wohin auch immer ... *wie wollen wir leben?*

Auf der ständigen, nicht enden wollenden Suche nach einer Antwort auf diese Frage habe ich bisher am meisten gelernt von Viktor Frankl (Dietl 2016, S. 27). Frankl war ein österreichischer Psychiater und Neurologe. Für mich ist er aber weit mehr als „nur“ ein Arzt für die Seele. Für mich ist Frankl ein ganz großer Denker, ein Philosoph nach meiner Fassung. Und zwar deshalb, weil er das, was er *sagte*, nicht nur *meinte*, sondern weil er es auch *erlebt*, oder besser gesagt, weil er es auch *durchlitten* hatte. Zweieinhalb Jahre war er in insgesamt vier KZs der Nazis inhaftiert und verlor in den Vernichtungslagern seine gesamte Familie; sein Vater starb in Theresienstadt, seine Mutter wurde in den Gaskammern von Auschwitz ermordet ebenso wie sein Bruder und seine Schwägerin. Frankls erste Ehefrau kam in Bergen-Belsen ums Leben. Er selbst überlebte den Horror nur mit knapper Not.

5 Der Einfluss von Viktor Frankl

Je intensiver ich mich in das Leben und Werk Frankls einlas und die erstaunliche Aktualität seiner Gedanken erkannte, verblüffte es mich immer mehr, dass er heute relativ unbekannt ist – vor allem im deutschsprachigen Raum. International ist er weitaus bekannter als in den Ländern seiner Muttersprache. Insgesamt 27 Ehrendoktorwürden hat Viktor Frankl weltweit erhalten. Die amerikanische Ausgabe seines Buches (Klingenberg 2014, S. 16) *Trotzdem Ja zum Leben sagen – Ein Psychologe erlebt das KZ* wurde über zehn Millionen Mal verkauft; die Library of Congress erklärte das Buch 1991 zu einem der zehn einflussreichsten Bücher Amerikas; es wurde in fast dreißig Sprachen übersetzt, unter anderem ins Spanische, Französische und Afrikaans, ins Japanische, Chinesische, Russische, Koreanische, Hebräische und Persische; und der Philosoph Karl Jaspers nannte es „eines der großen Bücher der Menschheit“ (Klingenberg 2014, S. 16).

Auch wenn ich mir nicht anmaßen kann, über *die großen Bücher der Menschheit* zu urteilen, so stimme ich doch in diesem Fall Karl Jaspers vollkommen, wenn auch sehr subjektiv, zu. Das Buch, das Frankl über seine Erfahrungen in den Konzentrationslagern

der Nationalsozialisten schrieb, dieses Buch ist für mich eines der wichtigsten Bücher überhaupt.

Ich beschloss, eine Zusatzausbildung zum Sinn- und Wertecoach nach Frankl zu machen. Und zwar deshalb, weil ich mich in meiner Arbeit als Businesscoach für Vorstände, Geschäftsführer und Manager zunehmend mit Wertefragen konfrontiert sah. Was im Übrigen gar kein Wunder ist, denn im Zuge der transformatorischen Umwälzungen, die wir gerade erleben, vollzieht sich auch ein großer Wertewandel. Was ist richtig? Was ist falsch? Was ist gut? Und was ist schlecht?

Fragen, die früher leichter zu beantworten waren, damals, als die Welt zwar auch nicht in Ordnung war, aber wenigstens geordnet schien. Damals, als wir noch wussten, wohin wir gehören – nach West oder Ost, in den Kapitalismus oder den Sozialismus, zu den Mächtigen oder den Ohnmächtigen, zu den Weltverbesserern oder zu denen, die die Welt zerstören, zu denen, die die Welt erklären konnten, oder zu den Ignoranten, die sowieso von gar nichts eine Ahnung hatten . . .

6 Der Wille zum Sinn

„Mensch sein heißt Sinn finden“ (Dietl 2016, S. 229), sagt Frankl und begründete mit diesem „Willen zum Sinn“ die sogenannte Dritte Wiener Schule der Psychotherapie. Die erste dieser Schulen war Sigmund Freuds Psychoanalyse, in deren Zentrum der „Wille zur Lust“ und die Erforschung des Unterbewusstseins mit seinen sexuellen und aggressiven Kräften standen und die als *Tiefenpsychologie* in die Geschichte eingegangen ist.

Die zweite Wiener Schule begründete Alfred Adler mit seiner Individualpsychologie und dem „Willen zur Macht“, dem Streben, die eigenen Minderwertigkeitsgefühle in unseren Beziehungen zu anderen zu kompensieren. Frankl, der die Schriften von Freud und Adler als die Grundlage seiner Arbeit ansah, ging mit seiner Sinntheorie allerdings einen wesentlichen Schritt weiter – nicht zuletzt deshalb nannte er sie auch *Höhenpsychologie*.

Der Sinn, so Frankl, kann nur *außerhalb* des eigenen *Ichs* gefunden werden. Da, wo er über das Ego hinausweist: im Dienst an einer Aufgabe, an einem Werk oder für eine Person. Mit anderen Worten: Es geht nicht darum, dass es mir gut geht. Es geht darum, dass ich *für etwas gut* bin. Und wenn ich für etwas gut bin, dann geht es mir auch gut.

Frankl, der das Scheitern vieler Menschen auf der Suche nach Sinn als „die Massenneurose der modernen Zeit“ bezeichnete, nannte die Erfahrung der Sinnleere „das existentielle Vakuum“ (Frankl 2008/1945; Graf 2007). Wir scheitern deshalb an der Suche nach dem Sinn, weil wir ihn in der Lustbefriedigung suchen, im Kaufrausch, der längst zum entgleisten Konsumterror geworden ist, in unserer westlichen Welt, im Streben nach Macht, Erfolg und Ruhm und dem leeren Versprechen, dort unser Glück zu finden.

Das Streben nach Glück um seiner selbst willen, das Streben nach sogenannter Selbstverwirklichung – an diesem Streben wird man seelisch scheitern, meint Frankl: „Nur in dem Maße, in dem der Mensch Sinn erfüllt, in dem Maße verwirklicht er auch sich selbst:

Selbstverwirklichung stellt sich dann von selbst ein, als eine Wirkung der Sinnerfüllung, aber nicht als deren Zweck.“ (Schlieper-Damrich 2008)

Für mich kamen Frankls Erkenntnisse damals einer Offenbarung gleich. Nicht zuletzt deshalb, weil er sich mit seiner Theorie und der Logotherapie, die er in der Praxis daraus entwickelte, den noch immer vorherrschenden Wahrheiten der Psychologie entgegenstellte. Diese Wahrheiten, die keine Wahrheiten sind, sondern lediglich ein Menschenbild beschreiben, waren vor allem von Sigmund Freud geprägt, der damit das ganze 20. Jahrhundert bestimmte. Viktor Frankl, der Anfang des vorigen Jahrhunderts geboren wurde und an seinem Ende starb, ist mit seinem Menschenbild für mich deshalb eigentlich ein moderner Denker des 21. Jahrhunderts.

Er stellt sich gegen ein Bild des Menschen, mit dem ich groß geworden bin: gegen die deterministische Sicht auf die menschliche Natur, die den Menschen zum *Opfer* seiner selbst macht, zum Opfer seiner Triebe, seiner Psyche, seiner Erziehung und damit am Ende zum Opfer seines eigenen Lebens. Er stellt dem *Trieb*charakter den *Entscheidungs*charakter entgegen und der *Ohnmacht gegenüber den Umständen* die *Trotzmacht des Geistes*. Das Menschenbild des Viktor Frankl ist ein optimistisches und deshalb entspricht es mir so sehr.

Ich entschied mich aber noch aus einem anderen Grund für die Ausbildung zum Sinn- und Wertecoach nach der Sinntheorie von Viktor Frankl. Die Coachingszene ist, gerade in Deutschland, sehr undurchsichtig und wer heute eine Coachinausbildung anstrebt, möchte nicht selten zum Experten werden für grenzen- und oft gnadenlose *Selbstoptimierung*. Eine Selbstoptimierung, die gerade im 21. Jahrhundert dank der neuen digitalen Techniken und Technologien ihrerseits bis ins Unendliche optimiert werden kann:

Besser, schneller, höher, weiter, größer, schlanker, schöner, gesünder, leistungsfähiger und, was der moderne Mensch sonst noch alles werden kann, findet er nur den richtigen Coach – diese Liste ließe sich endlos fortschreiben, bis über die Grenzen des Perfektionismus hinaus, der das Gegenteil ist von Sinnfindung.

Der Optimierungswahn hat aber einen entscheidenden Schönheitsfehler: Er lässt das Nichtperfekte, das Hässliche und auch das Leiden nicht zu. All die sogenannten *negativen Seiten des Lebens*, denen man aber auch beim besten Willen und bei noch so großen Anstrengungen nicht entkommen kann, weil sie zum Leben dazugehören. Und dass am Ende der Sinn bei all dem Streben nach Vollkommenheit auf der Strecke bleibt, liegt in der Natur der Sache. Immer mehr Menschen beginnen das zu spüren, weil sie an dem „Sinnlosen Leben leiden“ (Frankl 2009, S. 11), wie Frankl es einmal so treffend formuliert hat.

Dabei geht es Frankl nie um *den Sinn des Lebens*, sondern immer um den Sinn, den uns das Leben in jeder Situation anbietet.

„Sinn“, sagt Frankl, „ist also jeweils der konkrete Sinn einer konkreten Situation. Es gibt keine Situation, in der das Leben aufhören würde, uns seine Sinnmöglichkeit anzubieten, und es gibt keine Person, für die das Leben nicht eine Aufgabe bereithielte. Er, der Sinn, ist jeweils die Forderung der Stunde. Sie, die Situation, aber ist jeweils an eine konkrete Person adressiert. Und genauso wie jede einzelne Situation etwas Einmaliges hat – genauso ist jede einzelne Person etwas Einmaliges ... Es gibt keine Situation, in

der das Leben aufhören würde, uns seine Sinnmöglichkeit anzubieten, und es gibt keine Person, für die das Leben nicht eine Aufgabe bereithielte.“

Und Frankl sagt auch: „Das Leben selbst ist es, das dem Menschen Fragen stellt. Er hat nicht zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben her Befragte, der dem Leben zu antworten – das Leben zu *ver-antworten* hat.“ (Schlieper-Damrich 2008, S. 106)

Als ich meine Coachingausbildung nach Frankl abgeschlossen hatte, machte meine neue Tätigkeit als Beraterin plötzlich noch mehr Sinn. Ich hatte einen Perspektivwechsel vollzogen und damit die Antwort auf die große Frage unserer Zeit gefunden – *Mensch sein heißt Sinn finden*. Oder, um es pathetisch zu formulieren: Mit dieser Verantwortung war aus meinem neuen Beruf eine Berufung geworden.

Literatur

Dietl T (2016) Die Kraft liegt in mir. Wie wir Krisen sinnvoll nutzen können. Random House GmbH, München 2015.

Graf H (2007) Die kollektiven Neurosen im Management. Linde Verlag, Wien, S 87

Klingberg H (2014) Victor und Elly Frankl. Facultas Verlags- und Buchhandels AG. Wien, S 16

Malik F (2015) Fredmund Malik im Gespräch mit der Autorin. PoV – Point of View 1, S 12

Schlieper-Damrich R (2008) Wertecoaching. managerSeminare. Bonn, S 106

Wippermann P (2015) Peter Wippermann im Gespräch mit der Autorin. PoV – Point of View 2, S 36



Dagmar Morath

Tamara Dietl ist Autorin und Beraterin im deutschen Executive-Management. Sie vereint praxisbezogene, systemische Managementtheorie mit journalistisch-intellektuellem Weitblick. Eine Kombination, die gerade in Zeiten fundamentaler gesellschaftspolitischer Umbrüche von großem Wert ist. Sie begann ihre journalistische Laufbahn bei der Hamburger Morgenpost, bevor sie 1988 zum SPIEGEL wechselte und dort zehn Jahre für das Fernsehformat SPIEGEL TV tätig war. Tamara Dietl ist eine gefragte Publizistin und Vortragsrednerin. Ihr Buch „Die Kraft liegt in mir – Wie wir Krisen sinnvoll nutzen können“ ist ein Bestseller.