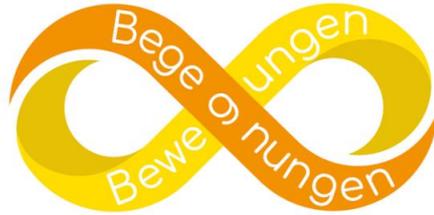


Katrin Firmthaler-Ködel
OT Uichteritz
Markröhlitzer Straße 10
06667 Weißenfels
Mobil: 0152 / 052 353 82



Diana Aust
Ludwigshafenstraße 6
06258 Schkopau

Mobil: 0176 / 343 491 67

Mail: kontakt@begegnungen-bewegungen.de

September 2023 Monatspost Begegnung ↔ Bewegung zum Thema

„*Verantwortung – meine und die der Anderen*“

„Warum soll ich immer schuld sein? Es ist doch viel Schöner, wenn mal Jemand anders Schuld ist“.¹

In herausfordernden Situationen ist es dann leicht, wenn herausgefunden werden kann, wer schuld ist am Dilemma. Zum Beispiel am vergessenen Schlüssel, am Autounfall, am verlegten Dokument, am verbrannten Essen, Häufig wird, genau wie in den beschriebenen Situationen, auch im Zwischenmenschlichen danach gesucht, wer für den Streit oder die Missstimmung die Verantwortung übernehmen sollte. Kinder haben den Bonus, dass sie die Konsequenzen ihres Handelns noch nicht überschauen können. Deshalb liegt die Verantwortung bei den Erwachsenen. Verantwortung zu übernehmen ist fester Bestandteil des Erwachsen-Seins. Verantwortung beinhaltet das Wort Antwort. Verantwortung übernehmen heißt also auch Antworten zu geben. Antwort gegenüber sich selbst und den anderen.

In Krisen haben Erwachsene drei Möglichkeiten: sich im Selbstmitleid zu baden, die Verantwortung den Umständen oder anderen Personen zuschreiben oder sich selbst mit den eigenen Begrenzungen annehmen und erwachsen die Verantwortung zu übernehmen. Natürlich ist auch wichtig, mitfühlend mit sich selbst zu sein. Das ermöglicht gleichzeitig auch das Einräumen, fehlbar und begrenzt zu sein. FEHLER und HELFER sind exakt die gleichen Buchstaben, die Kombination macht den Unterschied. Die Verantwortung anzunehmen und sich zu freuen, dass einem ein Helfer passiert ist, mittels dem man lernen und sich entwickeln kann, ist eine andere Haltung, als die Umstände und die Begrenzungen der Anderen zu beklagen.

Natürlich bietet auch die Rolle des unschuldigen Opfers Vorteile. Es ist bequem, anderen das Antworten zu überlassen. Zugleich gebe ich damit auch Mitbestimmung und Selbstwirksamkeit ab. Mögliche Entwicklungsimpulse lasse ich dadurch ungenutzt an mir vorüber ziehen. Glücklich kann es durchaus machen, Antworten geben zu können.

Schuld wiegt schwer, fast so sehr, dass wir sie manchmal nicht zu tragen vermögen. Gerade in Beziehungen teilt sich die Verantwortung auf alle Beteiligten auf. Im Miteinander gibt es nicht die oder den Schuldigen und die oder den Unschuldigen. Ein Richten über oder das (Be-)Werten einer Person ist wenig hilfreich, wenn gewollt ist, dass Ver-Antwort-ung in Beziehungen, in (Arbeits-)Teams, in Freundschaften, in Partnerschaft, in Familie, übernommen wird.

- ☞ Wofür haben Sie in den letzten Wochen die Verantwortung übernommen?
- ☞ Von welcher eigenen Begrenzung haben Sie dadurch erfahren?
- ☞ Wofür war der Helfer für Sie hilfreich?
- ☞ Was ist anders gelaufen, nachdem Sie die Verantwortung übernommen haben?



Wir wünschen Ihnen Lust darauf, Verantwortung für sich zu übernehmen und gleichzeitig die Weisheit zu erkennen, wann ein Ereignis nicht in Ihre Verantwortung fällt.

Katrin Firmthaler-Ködel und Diana Aust

<https://begegnungen-bewegungen.de>

¹ Quelle: AutorIn des Zitats ist bekannt, möchte jedoch aus ganz persönlichen Gründen unerkannt bleiben.
Quelle des Fotos: Henning Jaquet