

## **Aufbruch statt Zusammenbruch**

Es gibt viele Gründe, unzufrieden zu sein – weil die Dinge nicht so sind, wie wir wollen. Weil sich eine Geschichte nicht so entwickelt, wie geplant. Weil ein Versprechen nicht eingelöst wird oder wir ein gegebenes Wort nicht halten können. Weil Unvorhergesehenes passiert, weil ein Virus alles verändert und uns durch die Sicherheitsmaßnahmen unsere Tröstungen abhandenkommen. Weil shoppen und Essen gehen und Cocktails trinken nicht mehr unbeschwert möglich sind, und das Sonnenbaden an fremdem Meeresstrand keinen Ausgleich mehr schafft gegenüber den Zumutungen des Alltags.

Wir können uns darüber beklagen, dass wir Abstandsregeln übertrieben finden, aber zumindest haben wir noch die Wahl. Wanderarbeiter und Erntehelfer haben oft keine Wahl, Abstandhalten ist ihnen verwehrt. Wir können darunter leiden, dass Urlaub dieses Jahr nicht so sein wird wie im letzten Jahr, aber wenigsten haben wir ein Zuhause, in dem wir bleiben können.

Plötzlich werden andere Werte wichtig: die Freiheit, jederzeit dorthin gehen zu können, wohin wir wollen, Freunde und Verwandte zu besuchen, geliebte Menschen einfach zu umarmen. Die Erkenntnis, wie selbstverständlich uns unsere Freiheiten und Sicherheiten geworden sind.

Es ist eine Binsenweisheit, dass (existenzielle) Krisen uns bewusstmachen, wie kostbar das Leben ist und dass wir alle sterblich sind. Was wirklich zählt und wichtig ist, realisieren wir oft erst dann, wenn es in Gefahr ist.

Welche Dinge und Personen geben uns aktuell ein Gefühl von Sicherheit und Lebensfreude? Wie sind Ihre Erfahrungen und Erkenntnisse?

Ziehen Sie Ihre eigenen Schlüsse und positionieren Sie sich neu, falls nötig. Sie haben die Wahl.

Gerne unterstütze ich Sie in einer Phase der Neuorientierung. Nehmen Sie unverbindlich mit mir Kontakt auf. Ein Coaching kann Ihnen helfen, Ihren ganz eigenen Weg zu finden.

Wie genau ein Coaching funktioniert, das können Sie auf meiner Website erfahren. Besuchen Sie mich auf [www.pfitzer-coach.de](http://www.pfitzer-coach.de) oder schreiben Sie mir eine E-Mail an [pfitzer-coach@online.de](mailto:pfitzer-coach@online.de).

Bleiben Sie optimistisch, Petra Pfitzer, OrientierungsCoach