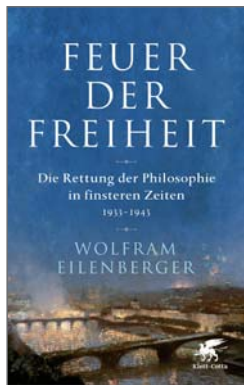


## KOPFSACHE



## Denken hilft

Totalitarismus, Genozid, Krieg – das Böse zieht herauf, um zu bleiben. Und vier junge Frauen, Philosophinnen, machen sich tiefe Gedanken um das freie Individuum und den Sinn der eigenen Existenz. Wolfram Eilenberger wirft in seinem Buch „Feuer der Freiheit“ einen Blick auf die dreißiger Jahre aus der Perspektive von Simone de Beauvoir, Simone Weil, Ayn Rand und Hannah Arendt. Strahlende Denkerinnen, noch keine dreißig Jahre alt, erleiden sie die Totalitarismen ihrer Zeit auf unterschiedliche Weise und bringen sich dagegen in Stellung – geistig

sowieso und auch mit ihrer Art zu leben.

Jede der vier erfährt sich „einfach grundlegend anders“ als der Rest der Welt. Und gemeinsam ist ihnen, zu ergründen, was mit dieser Welt nicht stimmt. Eilenberger folgt ihren Spuren von St. Petersburg über Paris, London bis New York und Hollywood, zeigt einfühlsam, was diese Frauen mental und emotional bewegte. Und was lernen wir? Unter anderem, wie sich mit sehr schwierigen, ja existenzbedrohenden Zeiten umgehen lässt. Nicht nur Fühlen hilft. Auch Denken. [Regine Rachow](#) ◀

► Wolfram Eilenberger: Feuer der Freiheit. Die Rettung der Philosophie in finsternen Zeiten. 1933–1943. Klett-Cotta 2020 | 25,00 €

## BAUCHSACHE

Bitte ~~nicht~~ stören: Schubladen-Denken

Die Klientin reißt mich in ihren Gedankenstrudel. Endlose Themen schneidet sie an – es fällt mir zunehmend schwer, ihr zu folgen. Langsam gehe ich aus dem Kontakt. Dann hebe ich meine Hand, um sie zu unterbrechen: „Ich möchte Ihnen kurz etwas zeigen. Kommen Sie doch mal mit an meinen Schrank. In unserem Kopf ist es wie mit diesem Schrank. Da ist viel drin, und manchmal denken wir auch in Schubladen.“ Ich ziehe eine heraus und fange langsam an, immer mehr Gegenstände hineinzupacken. „Manchmal passiert es, dass unsere Schubladen so voll von Eindrücken sind, dass wir sie kaum noch schließen können. Von Ordnung ist da gar keine Spur mehr.“ Die Klientin lacht. „Was halten Sie davon, wenn wir beide anfangen, in Ihre Gedankenschubladen etwas Ordnung zu bringen, vielleicht das eine oder andere zu sortieren oder auszuräumen?“ Dabei nehme ich langsam einzelne Gegenstände aus der Schublade, die sich dann ganz geschmeidig wieder öffnen und schließen lässt. „Klingt vernünftig“ meint die Klientin, „sollte ich zuhause auch mal wieder tun.“ Und wir starten mit dem Aufräumen.

► Horst Lempart

Horst Lempart nutzt hier als „Persönlichkeitsstörer“ eine sogenannte Impact-Technik. Er ist Coach, Trainer, Supervisor und Autor in Koblenz. 2019 erschien bei Junfermann sein Buch „52 agile Seminarmethoden“.

© Alea Horst



## WAS TUN ...



Coaching-Tipps  
von Karin Kiesele

... wenn Klienten von mir eine Handlungsanweisung erwarten?

„Sagen Sie mir, was ich machen soll!“ Der verbale Ball meines Gegenübers landet mit einem Plumps bei mir. In Gedanken drehe ich ihn hin und her. Dann werfe ich ihn zurück. „Ja, das wäre praktisch, wenn ich Ihnen das abnehmen würde.“ antworte ich. „Aber das hieße, ich steuerte dann Ihr Lebensauto und Sie wären bloß Beifahrer. Was, wenn Ihnen meine Route, mein Fahrstil und mein Ziel am Ende missfällt? Besser wir gucken gemeinsam, wie es für Sie am besten passt. Ok? Ich unterstütze Sie gern beim Prüfen und Abwägen der verschiedenen Möglichkeiten.“

Auf diese Weise kann unser Klient Selbstver-Antwortung übernehmen und eigene Antworten finden. Wie schön!

[www.karin-kiesele.de](http://www.karin-kiesele.de)