

# Rat des Psychologen

Psychiater und Psychologe Michael Lehofer über die Orientierung an sich selbst.

*"Nicht wenige Menschen, die gemeinhin als erfolgreich bezeichnet werden, scheinen trotz ihres Erfolges weiter dem Erfolg nachzuhetzen. Wie kann man jedoch andauernd einem Ziel nachhetzen, das man im Grunde schon erreicht hat? Qualtinger drückte es unnachahmlich treffend aus: "Ich weiß zwar nicht, wohin ich will, aber dafür bin ich umso schneller dort."*

**Was ist wirklich?** Viele von uns neigen tatsächlich dazu, sich nicht darum zu kümmern, was wirklich im eigenen Sinne ist. Selbstverantwortlich handeln heißt, sich selbst gleichsam am Polarstern des eigenen Herzens zu orientieren und - wenn nötig - mutig den Kurs zu korrigieren.

**Motivation vs. Motiv.** Die Abspaltung der Motivation vom Motiv ist Wesensmerkmal von Sucht. Der Alkoholiker trinkt auch dann noch, wenn ihm der Alkohol nichts mehr bringt, nur schadet. Motivation, die sich verselbstständigt hat, ist Ausdruck einer süchtigen Gesellschaft.

Kleine Zeitung 06.04.2007