

Stiftung „Selbstwertgefühl“

Zum Wesen der menschlichen Persönlichkeit gehört es, stets eine Stimmung in sich zu tragen. Sie bildet die Daseinssubstanz, von der das elementare Lebensgefühl geprägt wird. Die positive Grundstimmung in unserem Menschsein, die uns den Zugang zu uns selbst ermöglicht, heißt „Selbstwertgefühl“. Damit ist das tief in der Persönlichkeit verankerte Grundgefühl gemeint, von dem die wirkliche emotionale Bindung zu sich selbst und zum Leben abhängt. Ja, das Selbstwertgefühl entscheidet in bedeutendem Maße über die Persönlichkeitsentwicklung des Einzelnen. Mit der bereits vorgeburtlichen Entstehung des Selbstwertgefühles beginnt auch die Liebesfähigkeit zu sich selbst. Die Selbstliebe oder Eigenliebe führt schließlich zur Selbstakzeptanz.

Die Selbstbejahung ermöglicht es dem Heranwachsenden, sein eigenes Leben grundsätzlich gutzuheißen und ihn in dieser Selbstbewertung durch das Leben zu tragen. Dabei wird der junge Mensch von einer Erfahrungswelt unterstützt, die ihm Zuwendung und Vertrauen schenkt. In diesem emotionalen Elementarerlebnis reift das seelische Wachstum allmählich heran. Es vermittelt ihm das Grundgefühl, geliebt zu sein, liebenswert zu sein. Davon hängt im späteren Leben z. B. in der Kommunikation das Überzeugtsein von der eigenen Wertigkeit ab. Denn die Souveränität im Auftreten gibt sich auch dadurch zu erkennen, dass ein Mensch offen für Gefühle ist.

Das Selbstwertgefühl bildet also das emotionale Fundament für eine konstruktive Lebensgestaltung. Wer Zuwendung erhalten hat, kann sie auch anderen Menschen geben. Mit „Zuwendung“ ist hier die bewusste Beschäftigung mit dem menschlichen Du gemeint. Ein solcher Mensch kann tatsächlich „die Welt als Du“ (Balthasar Staehelin) empfinden. Wirkliches Zuwenden ist auch stets ein partielles Loslassen eigener Wünsche und Absichten. Eine solche Haltung ist daher alterozentriert und nicht egozentriert. In diesem gebenden Geschehen zeigt sich, dass der mit Selbstwertgefühl ausgestattete Mensch sich selbst verlassen kann, ohne ein belastendes Gefühl der inneren Leere zu verspüren. Er kann sich vielmehr auf seinen Innenwert verlassen, weil er von ihm getragen wird.

Der Zuwendung Gebende belebt somit die positive Grundstimmung seines Mitmenschen. Er tut dies, indem er ihm mit Geduld, Warmherzigkeit und Toleranz begegnet. Die Freude, die in solchen Begegnungen aufkeimt, ist der wirkliche Dank an eine ehrliche und ungezwungene Zuneigung, die ihren Ursprung in einem stabilen Selbstwertgefühl findet.



Prof. Dr. phil. Baldur Kirchner, geboren 1939 in Komotau, ist seit 1972 freier Dozent für Persönlichkeitsbildung. An seinen Seminaren und Kolloquien für Führende haben inzwischen über 35.000 Menschen teilgenommen. Nach dem Studium der Philosophie, Katholischen Theologie und Klassischen Philologie in Ost-Berlin und Tübingen promovierte er 1968 an der Universität Tübingen zum Dr. phil.

Danach beschäftigte er sich intensiv mit Tiefenpsychologie und Persönlichkeitsanalyse. Entscheidende Impulse erhielt er von Prof. Balthasar Staehelin, Psychiater und Psychoanalytiker in Zürich.

Seit 1983 hält er seine Seminare im eigenen Seminarhaus Ettenbeuren, Landkreis Günzburg. Neben der Seminartätigkeit schreibt er Bücher und hält Vorträge im deutschen Sprachraum. Er ist seit einigen Jahren außerdem Dozent und Honorarprofessor an der Hochschule Neu-Ulm zum Thema Unternehmensethik.

Baldur Kirchner ist seit 1968 mit Heidemarie Kirchner verheiratet, er hat drei Söhne.