

## Buchtipp



### **«Nimm Dein Schicksal in die eigene Hand! Kleine Psychologie für ein besseres (Selbst-)Management»**

Eine neue Publikation von Friedjung Jüttner.

Zum Anlass der Sommerserenade 2012 und zum 75-jährigen Jubiläum «Schicksalsanalyse» fasste Alois Altenweger das neue Buch von Dr. Friedjung Jüttner wie folgt zusammen:

«Dem Autor ist es gelungen, die schicksalsanalytische Lehre in einem Leitfaden zur Selbsterkenntnis für jedermann verständlich zu machen. «Pädagogisch gelungen» ohne pädagogisch aufdringlich zu sein.

Wie führt das Buch den Leser? Es liegt eine Dreiteilung vor:

Erstens die Texte zur «Kleinen Psychologie im Überblick» – so der Untertitel.

Die Texte gliedern sich in fünf Kapitel und behandeln die Wirkkräfte unseres Daseins, zeigen die Dynamik der psychischen Vorgänge auf, verknüpfen es immer mit Beispielen und geben dem Leser treffliche Anstöße – der Autor stösst zur Mühsal des Mitdenkens und Selbstbetrachtens an.

Mit der Reduktion der in den ursprünglichen Texten von Leopold Szondi nicht immer einfach formulierten schicksalsanalytischen Thesen, Prämissen und Schlussfolgerungen auf umgangssprachliche Art und Weise, macht der Autor die Schicksalsanalyse vermittelbar.

Zweitens ergänzt der Autor seinen Text mit einer «Kleine Psychologie von A bis Z». Sehr wertvoll, gibt Aufschlüsse und vertieft knappe Hinweise im Text. Dieser alphabetisch gegliederte Teil ist nicht einfach Wikipedia im Kleinen, sondern es sind Aufklärungstexte des Autors.

Drittens findet sich am Schluss der Abschnitt «Zum Tun und Lassen», der sechs mit persönlichem Gewinn zu verarbeitende Aufgaben umfasst.

Die einzelnen Kapitel erarbeiten systematisch die Essentials von Leopold Szondis Lehre: Was ist Schicksal? Am Beispiel von Nicolas Hayek wird Schicksal und die Tatsache des spezifisch persönlichen Schicksals gestaltet, das Erringen von Freiraum für die eigene Wahl des Schicksals, ausgehend vom familiär dominierenden Hintergrund, überzeugend

dargestellt. Mit dem Autor gehen wir einig: Von Hayek hätten wir gerne noch mehr Biografisches gewusst, um psychologische Schlussfolgerungen noch besser zu fundieren. Welche innerpsychischen Kräfte treiben uns an? Ein anspruchsvolles Kapitel über die Bedürfnislehre der Schicksalsanalyse. Die Darstellung des Autors nötigt Respekt ab, denn er schuf eine moderne Darstellung der Bedürfnislehre, die auch gestandenen Schicksalspsychologen das eine oder andere «Aha!» entlocken wird. Aus der Wirrnis der Gefühle und dem Widerstreit des Wollens und Könnens hat Jüttner die wesentlichen psychischen Beweggründe des Daseins herausgearbeitet.

Schliesslich die Familie und ihre Dimension der Vergangenheit. Die Verwobenheit des Einzelnen mit dem Familienverbund und dessen Vielfalt vererbbarer Eigenschaften, Methoden zur Lebensbewältigung, konstitutiver Stärken und Schwächen, mentaler und psychischer Besonderheiten sowie beruflicher Neigungen prägen das Zwangsschicksal – Ahnenzwang! – des Einzelnen. Dabei kommt auch die Wirkfähigkeit Genetik und der Epigenetik zur Sprache. Dies darzustellen und zugleich die Instrumente der schicksalsanalytischen Therapie wie Genogramm und Stammbaumanalyse zu skizzieren, begleitet von Beispielen aus der therapeutischen Praxis, ist dem Autor gut gelungen.

Schliesslich die Frage nach dem Umsetzen der gewonnenen Erkenntnisse. Wie managen Sie sich selbst? Da beschäftigt sich der Autor intensiv mit dem ICH, dem Lenkungsorgan der wachen Psyche. Nun ist das ICH keine einfache Sache, sondern ein Komplex verschiedener Aufgaben und Funktionen. Das ICH wählt, arrangiert, organisiert, verhindert, vernetzt und stellt die «Software» zur Verteilung der psychischen Kräfte von Werden und Wollen. Dieses Kapitel ist eine besondere Leistung des Autors, hier war offensichtlich dessen ICH an einer klaren und schlüssigen Darstellung der schicksalsanalytischen ICH-Psychologie interessiert. Das Kapitel kann mit Gewinn zweimal gelesen werden.

Und was den professionellen Leser noch besonders freut, ist die Krönung des Werkes durch ein Stichwortverzeichnis.»

Das Szondi-Institut dankt dem Autor für seine überzeugende Arbeit und dem Versus-Verlag für die professionelle Betreuung des Werkes. Des weitern danken wir, dass in überzeugender Art und Weise die Schicksalsanalyse für interessierte Laien, neugierige Psychologen und last but not least für Führungskräfte in der Wirtschaft durch den Autor praktikabel gemacht worden ist. Das Buch «Nimm Dein Schicksal in die eigene Hand!» dürfte zu einer publizistischen Bereicherung der Buchreihe «VERSUS kompakt» des Versus-Verlags werden.

Falls Sie Lust bekommen haben, sich mit diesem Buch anzufreunden, können Sie es über das Institut ([info@szondi.ch](mailto:info@szondi.ch)) oder in jeder Buchhandlung zum Preis von Fr. 30.– erwerben.