

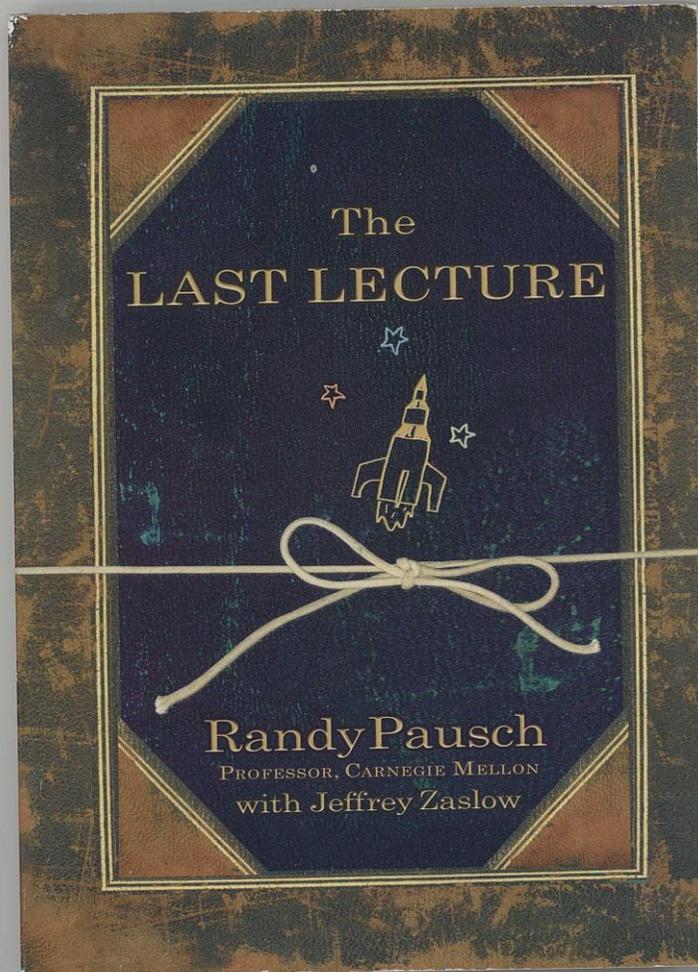
# The Last Lecture

# Die Lehren meines Lebens

SKAP

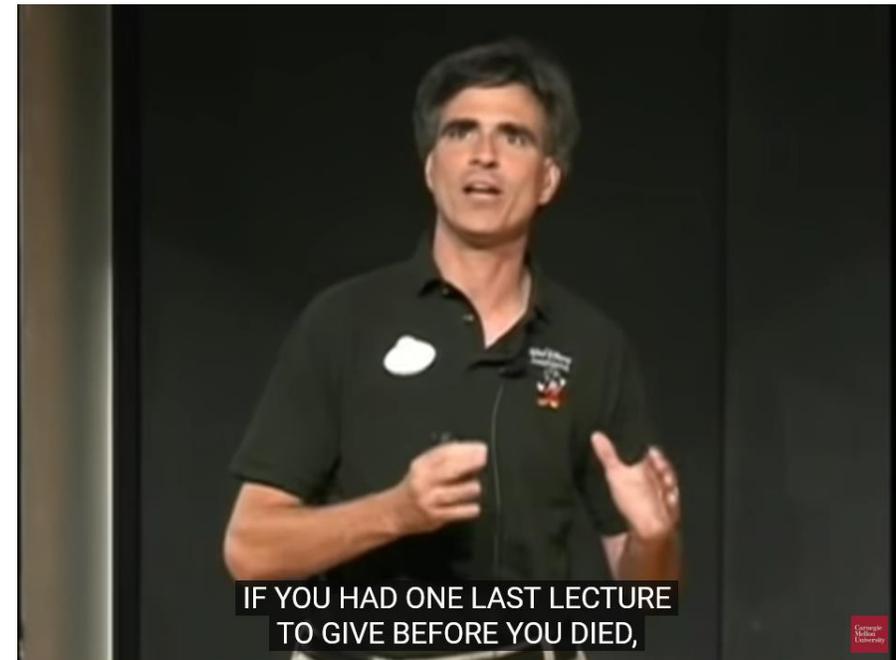
04. September 2022

## The Last Lecture



Randy Pausch  
„Achieving your childhood dreams“

Universität Carnegie Mellon, September 2007



Randy Pausch Last Lecture: Achieving Your Childhood Dreams

20.819.554 Aufrufe · 20.12.2007

👍 132.592 🗨️ MAG ICH NICHT ➦ TEILEN 📌 SPEICHERN ...

## The Last Lecture



### Vergänglichkeit

Wir sind aufgefordert,  
zu unserer eigenen  
Endlichkeit, unserer  
Vergänglichkeit  
Stellung zu nehmen.

## The Last Lecture



**Menschen brauchen es,  
sich mit ihren Fähigkeiten  
einbringen zu können und  
ihren Beitrag zu leisten.  
Dann blühen sie auf.**

## Beitragen

als Ausdruck von  
Gemeinschaftsgefühl

## The Last Lecture

*Everyone has his own specific vocation or mission in life; everyone must carry out a concrete assignment that demands fulfillment. Therein he cannot be replaced, nor can his life be repeated. Thus, everyone's task is unique as is his specific opportunity to implement it.*

Viktor E. Frankl, Man's Search for Meaning

## The Last Lecture

*„Wir erfinden unseren Auftrag in dieser Welt nicht, sondern wir ent-decken ihn. Er liegt in uns und wartet darauf, verwirklicht zu werden. Jede/r hat eine persönliche Berufung oder Mission im Leben; jede/r muss einer bestimmten Aufgabe nachkommen, die auf Erfüllung drängt. Der Auftrag jedes Menschen ist genauso einzigartig wie die Chance, ihn zu erfüllen.“*

Viktor E. Frankl

## The Last Lecture



## The Last Lecture

Die Lehren  
meines  
bisherigen  
(Berufs-)lebens

## The Last Lecture

### Happy Birthday, Alfred Adler!

Der Begründer der Individualpsychologie wurde von 150 Jahren ge

Sehr geehrte Kollegen, liebe Freunde, liebe Psychologie-Interessierte,

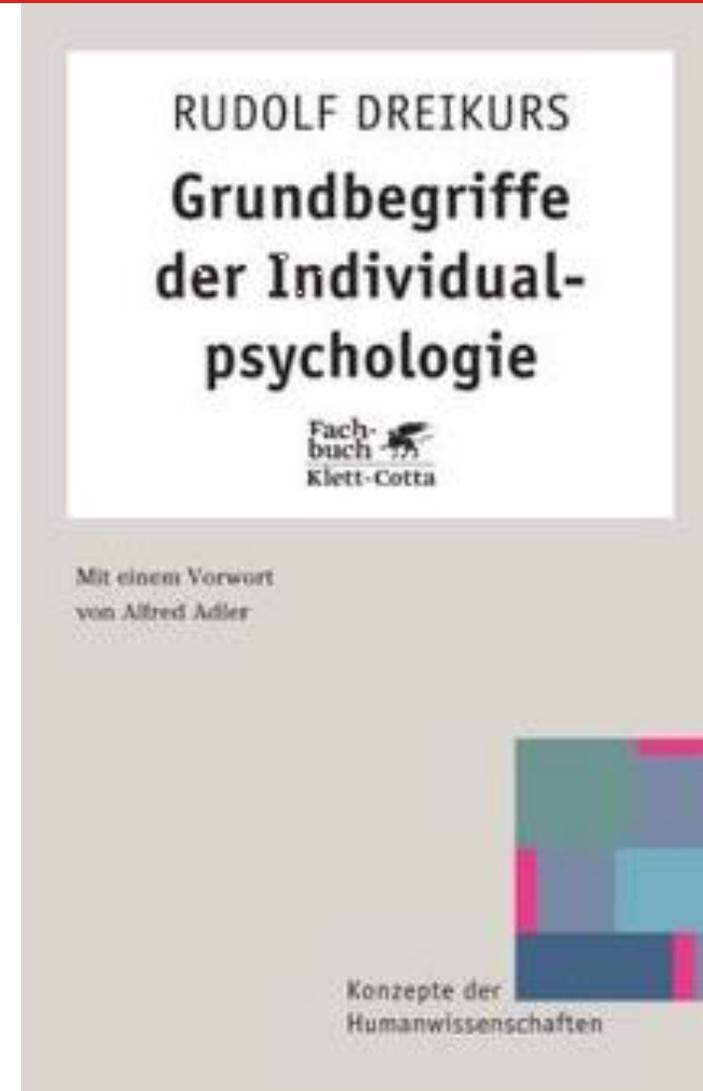
Am 7. Februar 1870 wurde Alfred Adler geboren, der Begründer der Individualpsychologie. Er entwickelte die Theorie, dass alle Probleme dadurch entstehen, dass wir stets versuchen, dieses **Minderwertigkeitsgefühl** zu kompensieren. Je nach Ausprägung Zugehörigkeit und Notwendigkeit zum Beitrag zum großen Ganzen, tun wir dies auf eine verträgliche Weise für uns selbst. Sich der eigenen **privaten Logik** und der **Kompensation** gestalten.

Die Grundprinzipien der Individualpsychologie sind:

- **Holismus:**  
Der Mensch ist eine unteilbare Einheit. Alles, was wir tun, und was in uns vorgelagert ist, muss mit den unbewussten Trieben herausreden.
- **Zielgerichtetheit von Verhalten:**  
Warum wir etwas tun, ist gar nicht so wichtig. Entscheidend ist: **Wozu?** Was wollen wir mit dem ganz privaten Logik.
- **Der Mensch als soziales Wesen:**  
Der Mensch kann nur in Gemeinschaft überleben. Jeder hängt von allen anderen ab und kann nur in seinem sozialen Kontext verstanden werden.

Wieder zu Alfred Adler und der Individualpsychologie werden Sie in diesem Jubiläumssymposium anlässlich der Jubiläumsveranstaltungen.

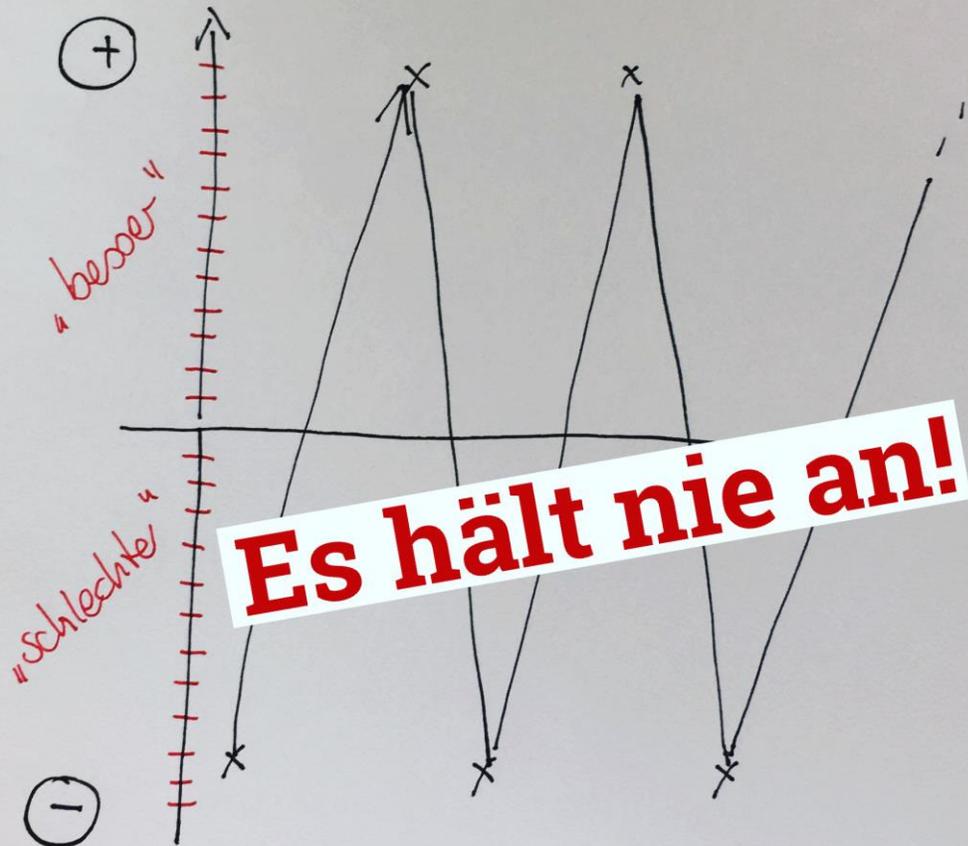
Die Anwendung und positive Wirkung dürfen Sie selbst erleben in den **Beratungen und Workshops**. Ich hoffe, wir sehen uns!



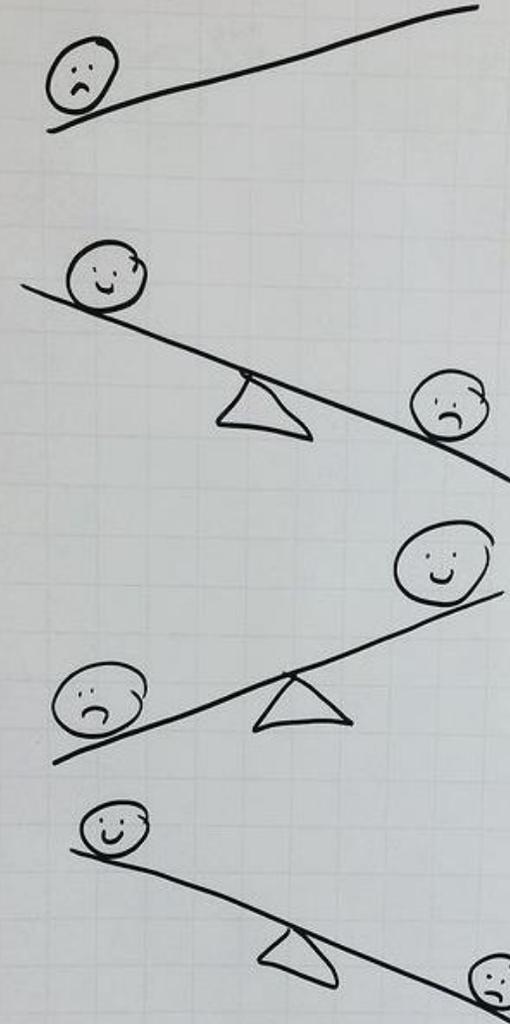
## The Last Lecture

### Selbstwertregulation

SW auf der vertikalen Achse



[www.andrea-hillenbrand.de](http://www.andrea-hillenbrand.de)



## The Last Lecture



**Listening attentively to a client**



**Thinking how they have tons  
going on and definitely need a  
therapist**



**Remembering I'M the therapist**

## The Last Lecture



Dem Menschen begegnen.

Schön, dass Du da bist.

## The Last Lecture



**Therapists know  
what not to say.**

## The Last Lecture



**Eintauchen in die  
Lebenswelt des  
Patienten**

Zusammen auf  
die Reise gehen

## The Last Lecture



**Sorg für Dich selbst, es  
macht sonst keiner**

Wie geht es Ihnen? –  
Gut -  
Wie haben Sie das  
gemacht?

## The Last Lecture



Wenn du  
**Schuldgefühle** hast,  
kauf Dir zur Belohnung  
ein Eis.

## The Last Lecture

### „Sliding doors“

Die Weggabelungen im Leben sind nicht so bedeutsam wie wir denken.  
Das Leben geht einfach weiter.



## The Last Lecture



### Die Dialektik des Lebens

Oder:  
Warum Liebe immer  
schlecht ausgeht

## The Last Lecture



**Nicht die Tatsachen an sich  
können wir beeinflussen,  
aber wie wir dazu Stellung nehmen.**

***Nichts ist gegeben, alles ist aufgegeben.***  
**Alfred Adler**

*„We cannot change the cards we are dealt,  
just how we play the hand.“*

Randy Pausch

## The Last Lecture



### Das Chinesische Zeichen für Krise

Krise weiji 危机

危机

wei 危 Gefahr

ji 机 Gelegenheit

weiji 危机

Bedrohung, aber auch ein Element der  
Wende zum Besseren

(Quelle: Süddeutsche Zeitung online)

## The Last Lecture



**Ihre  
persönliche  
Last Lecture**

## The Last Lecture



**Vielen Dank  
für Ihre  
Aufmerksamkeit**

[info@andrea-hillenbrand.de](mailto:info@andrea-hillenbrand.de)