



Alexianer

Die Dachgesellschaft der  
Alexianer-Einrichtungen

## #MITWIRKEN

### Empowerment

Die Kraft zu haben, für sich einzustehen und ein selbstbestimmtes Leben zu führen, das bedeutet *Empowerment*. Dieser englische Begriff kommt aus der Psychologie und heißt übersetzt *Bemächtigung*. Um *Empowerment* leben zu können müssen allerdings gewisse Rahmenbedingungen geschaffen werden. Im beruflichen Kontext bedeutet das beispielsweise, dass Menschen in ihrer Selbstwirksamkeit und Eigenverantwortung gestärkt werden. Dazu gehört unter anderem das Mitsprache- bzw. Mitbestimmungsrecht. Menschen, die ihr Leben und ihre Arbeitswelt mitgestalten dürfen sind, laut einer Studie, deutlich zufriedener. Das Gegenteil von *Empowerment* führt nämlich im schlimmsten Fall zum Gefühl der Hilflosigkeit und des Kontrollverlusts. Die Möglichkeit mitwirken zu können und in Entscheidungen einbezogen zu werden hingegen kann deutlich zur Stärkung des Selbstbewusstseins und somit zur seelischen Gesundheit beitragen.

# Horizonte



Klaus Bergenthal

Julia Rickert | Christliche Ethik / Leitbild / Spiritualität

ALEXIANER GMBH | Alexianerweg 9 | 48163 Münster

T (02501) 966-55151 | F (02501) 966-55109 | julia.rickert@alexianer.de

www.stiftung-alexianerbrueder.de | www.alexianerkloster.de | www.alexianer.de