

Gedanken zu Weihnachten

Wir alle wollen friedlich mit anderen zusammenleben. Es erschüttert jeden - zum Teil bis in die Grundfesten -, wenn in der Partnerschaft, in der Familie, unter Freunden, bei der Arbeit schlechte Stimmung oder offener Streit aufkommen. Jeder ohne Ausnahme hätte am liebsten, dass man sich versteht und aufeinander eingehen kann. Jeder freut sich und wird auch nach einer Auseinandersetzung mild, wenn der Nachbar mit einer Kleinigkeit zum Ausdruck bringt, dass er an einen denkt, oder wenn der Partner die Grösse besitzt, nach Missverständnissen und schweigendem Vorwurf auf einen zuzukommen, wenn die Arbeitskollegin registriert, was man für sie erledigt hat, wenn das Kind dankbar ist für das Engagement der Eltern, und wenn der Freund aufhört zu streiten oder beleidigt zu sein und sich entschuldigt.

Warum aber gibt es immer wieder Streit, obwohl es niemand will?

Normalerweise versteht man die Schwächen, Empfindlichkeiten und unbewussten Gefühle und Vorstellungen von sich und seinen Mitmenschen zu wenig. Man fühlt sich falsch verstanden, zurückgesetzt, unbeachtet, übergangen, meint sich wehren oder zurückziehen zu müssen, versteht eine andere Meinung als Gegnerschaft, bekommt schnell Angst oder wird stur und übergeht den anderen.

Wir sind darauf angelegt, zwischenmenschliche Anerkennung, Wertschätzung, Zuwendung und Zuneigung finden und geben zu wollen, was die neurobiologische und psychologische Forschung klar belegt. „Wir Menschen wollen von Natur aus kooperieren“ stellt Frau Koukkou-Lehmann, Professorin für Hirnforschung an der Universität Zürich, fest. Die individuelle Entwicklung kann nur aus einer gelungenen Kooperation mit den Erziehungspersonen sinnvoll vor sich gehen. Der Mensch als lernendes Wesen ist nicht davor gefeit, während der ersten Lebensjahre in seinem Gefühl auch untaugliche Anteile für das Zusammenleben zu entwickeln. Um jene irrtümlichen Gefühlshaltungen zu ändern, muss jeder bei sich verstehen lernen, wie diese im Gemüt entstanden sind. Wenn man von mindestens einem anderen Menschen in seiner seelischen Verfassung

verstanden wird, kann man seine untauglichen Anteile genauer und in Ruhe anschauen und davon Abstand nehmen. Bereits mit kleinen Kindern kann man z.B. sehr gut über ihre Angst reden, keine Freunde zu haben und eifersüchtig zu sein (<http://www.tageszentrum-meilen.ch/vortrage--berichte.html>). Niemand schreit gerne seinen Partner an oder lässt ihn abblitzen, ebenso wenig seine Eltern, Kinder oder Freunde. Streit entsteht aus einer Notlage heraus. Wenn man seine Kindheitsbrille absetzen kann und dadurch die Notlage des anderen erkennen lernt, stellt sich die Streitsituation anders dar, man geht wohlwollender auf den anderen zu und empfindet Freude aneinander.

Einladung zum Weihnachtsessen am 24. Dezember um 17 Uhr, Dorfstr. 140. Bitte melden Sie sich vorher an: info@tageszentrum-meilen.ch, 043 84 09 61