

Kommentar zu NACHGEDACHT 94: Distanz zu uns selbst

26. Oktober 2014 | AWQ

Kommentar zu NACHGEDACHT 94: Distanz zu uns selbst , Originalartikel verfasst von Christina Leinweber, veröffentlicht am 26.10.2014 von osthessen-news.de

[...] Wenn man erst einmal sein Problem strukturiert hat, es auf Papier gebracht und es in ein Schaubild gezwängt hat, dann erscheint es auch nicht mehr so groß. Verzeihen Sie mir am heutigen Sonntag diese analytische, sachliche Idee. Aber ich möchte Ihnen mitgeben, dass wir nicht immer ohnmächtig vor einem Problem davon laufen müssen. Wir können es bezwingen, wir können es sogar selbst bändigen. Und zu guter Letzt – denken Sie immer daran: Distanz ist zumeist die Voraussetzung jeder Wahrnehmung.*

Diese sachliche Herangehensweise zur Lösung von Problemen ist sicher sinnvoll und hat große Aussicht auf Erfolg. Schwierig wird es nur, wenn man etwas, was einem Probleme bereitet, nicht als solches erkennt. Ein solcher Faktor kann zum Beispiel eine religiöse Indoktrination sein. Als indoktriniertes Mensch nimmt man dabei die widersprüchlichen, weltfremden Dogmen, Mythen und Märchen als real wahr und ist sich nicht bewusst, wie schädlich und schädigend sie das eigene Denken und damit auch das Handeln beeinträchtigen.

Eine Lösung dieses Problems ist erst möglich, wenn man es zunächst mal als solches erkannt hat. Dann kann es tatsächlich hilfreich sein, erstmal genau zu analysieren, wie genau die eigene Persönlichkeit und das selbständige Denken unter den oft wahnhaften Gedanken und Fiktionen leidet.

Eine Supervision (egal, ob selbst oder von „außen“ durchgeführt) ist nur dann erfolgreich, wenn sie von den *tatsächlich real existierenden Rahmenbedingungen* ausgeht und nicht von Phantasien, Fiktionen und Wunschbildern der Beteiligten. Fehlt diese Objektivität, zum Beispiel aufgrund von Bewusstseinsstörungen, Denkfehlern oder Wahrnehmungsstörungen, ist der Erfolg einer Supervision fraglich.

Wenn es gelungen ist, so viel Distanz zu sich selbst aufgebaut zu haben, dass er oder sie sich selbst weitestgehend objektiv und sachlich einschätzen kann, fallen solche Störungen rasch auf und können im nächsten Schritt mit der von der Autorin beschriebenen Methode visualisiert und behoben werden. Viel Erfolg!

***Das Online-Portal Osthessennews fordert jede Woche unter der Rubrik „NACHGEDACHT“ mit „liberal-theologischen“ Gedanken zum Nachdenken auf. Alle Zitate stammen aus dem eingangs genannten und verlinkten Original-Artikel von Christina Leinweber.**

Quelle: <https://www.awq.de/2014/10/kommentar-zu-nachgedacht-94-distanz-zu-uns-selbst/>