



Unbeachtete Fundamente unserer Gesellschaft



Durch die beiden Kräfte Plus und Minus ist unsere Gesellschaft immer wieder verunsichert.

Spaltungen und Zerwürfnisse bis hinein in die Familie lassen Menschen nur wenig zur Ruhe kommen, weil viele schon uneins in sich selbst sind. Diese Sendung beleuchtet jene oftmals unbeachteten Fundamente, die eine Grundlage für persönliche Handlungen zum Wohle aller darstellen können.

1. Verstand UND Herz

„Wenn wir allein mit unserem Verstand etwas einordnen wollen und das Herz weiß aber, dass es eine Lüge ist, schaffen wir ein großes Durcheinander.“ (Autor unbekannt)

Die langjährigen Erfahrungen einer Therapeutin zeigen, dass Gefühl und Emotion untrennbar miteinander verbunden sind. Sie sind eine Triebfeder mit Sitz im Herzen – wir haben sie einfach von Anfang an, noch bevor wir das erste Wort gesprochen haben. Durch Wort und Sprache kommt mit der Zeit der Verstand hinzu, worauf das Dilemma beginnt: das Hin-und-her-gerissen-Sein zwischen Emotion/Gefühl und Verstand/Logik. Die Erziehung macht dann z.B. den Kopfmensch, der mit dem Herzmensch seine Probleme hat und umgekehrt.

Heute ist es modern, „professionell“ (also „kopflastig“) mit den Mitmenschen umzugehen. Dabei lernt man in teuren Kursen, die eigenen inneren Bewegungen, die nach außen drängen, zurückzuhalten und die Gesichtszüge dabei nicht entgleisen zu lassen. Das Ergebnis: Innen staut sich emotionale Hitze auf und außen sind wir Menschen mit Cool-sein-Müssen beschäftigt.

Das Fazit der Therapeutin: Wird über lange Zeit durch solches Theaterspielen die innere Spaltung immer größer, ist z.B. die Schilddrüse in ihrer Funktion bedroht. Aber auch unsere Gesellschaft ist dadurch in Gefahr! Denn Herz, gepaart mit gesundem Menschenverstand – das braucht die Welt.

2. Soziale Bindung im frühen Kleinkindalter

Wie sieht dies nun z.B. in der kindlichen Entwicklung aus?

Prof. Karin Grossmann, von der Uni Regensburg, schildert in ihrem Vortrag die Beobachtungen und psychologischen Zusammenhänge über die Bedeutung der sozialen Bindung im frühen Kleinkindalter. Nur im Rahmen einer sozialen Sicherheit, der engen Bindung an eine Bezugsperson in der Familie, kann ein Kleinkind am besten lernen, sich seiner Gefühle und Emotionen bewusst zu werden und damit umzugehen. Forschungen zeigen, dass Kinder, die nicht in den ersten drei Lebensjahren liebevolle Geborgenheit, Verständnis, vertrauensbildende Aufmerksamkeit und tröstenden Umgang mit Frustrationen erfahren, später Schwierigkeiten haben, mit den sie überfordernden Gefühlen umzugehen.

Sie leiden unter Angst, Wut, Leistungsdruck, innerem Stress, Aggression, Sehnsucht nach Liebe und finden keinen Ausweg.

Hingegen, wenn vor allem Eltern ihren Kindern in allen Lebenssituationen ein aufmerksamer, einführender Begleiter sind, stärkt dies auch ihre psychische Sicherheit. So können sie sich zu ausgeglichenen, offenen, selbständigen und liebevollen Menschen entwickeln und zu stabilen Säulen einer funktionierenden Gesellschaft werden. Oder ist dies vonseiten der Politik gar nicht mehr erwünscht?

3. Von der Einsamkeit zum All-eins sein können

Einsamkeit ist ein Thema unserer Gesellschaft. In bedeutenden Studien wurde nämlich festgestellt, dass die Digitalisierung insbesondere an Schulen, Tablet oder Smartphone schon ab frühester Kindheit, Home Office aber auch die Altenbetreuung in Heimen diese chronische Einsamkeit begünstigen. Nüchtern betrachtet ist erkennbar, dass trotz zahlreicher Experten-Warnungen derzeit nahezu alles staatlich gefördert wird, was die Einsamkeit begünstigt.

Doch nun die gute Nachricht! Gegen das Phänomen der Vereinsamung gibt es nämlich laut dem Neurowissenschaftler und Psychiater Prof. Manfred Spitzer einfache Maßnahmen. Positive Effekte haben zum Beispiel gemeinsames Musizieren oder Mannschaftssportarten – vorzugsweise in der Natur. Aber auch, für unser aller Leben Verantwortung zu übernehmen und gesundheitsförderlich auf allen Ebenen zu handeln – das befreit ebenfalls von Einsamkeit: Für ein tägliches Miteinander sorgen, ein echtes Gegenüber bevorzugen und auch selber sein – so werden aus Bekanntschaften oftmals sogar Freundschaften.

Dorothea Amtmann, die Begründerin von Das Lebendig-Sein fördern, weiß: „Einsam sein ist das Gegenteil von allein sein. Denn ‚All-eins sein‘ können heißt: Ich fühle mich auch mit mir allein in guter Gesellschaft.“

Auch das ist ein Weg aus der Einsamkeit, wenn es manchmal an einem Gegenüber mangelt.

Diese drei genannten Aspekte bleiben seitens der Bildung, Erziehung aber auch in der Politik vielfach unbeachtet. Gerade in Phasen einer Krise, wie sie sich aktuell präsentiert, nimmt deren Bedeutung allerdings immer mehr zu. Daher: Jeder kann seinen Beitrag leisten, die Gesellschaft in ihrer Gesundheit zu unterstützen!

von doa., mak., ncm.

Quellen:

Erfahrungen einer Therapeutin mit 36 Jahren Praxis

Bindung in der kindlichen Entwicklung – Vortrag von Karin Grossmann

<https://www.youtube.com/watch?v=eJNjW2UBI2Y>

Focus-Elternportal: Warum wir unsere Kinder nicht in den Kindergarten schicken

https://www.focus.de/familie/eltern/ein-leben-ohne-wecken-hetzen-und-groll-generation-selbstbetreuung-warum-wir-unsere-kinder-nicht-in-den-kindergarten-schicken_id_9493095.html

Im Dialog: M. Krons mit Manfred Spitzer – Einsamkeit ist tödlich

<https://www.youtube.com/watch?v=-BaGcjwXWWY>

Manfred Spitzer: Einsamkeit – die unerkannte Krankheit, Droemer Verlag

Das könnte Sie auch interessieren:

#DigitaleBildung - www.kla.tv/DigitaleBildung

#Kindsentwicklung - www.kla.tv/Kindsentwicklung

#ManfredSpitzer - www.kla.tv/ManfredSpitzer

Kla.TV – Die anderen Nachrichten ... frei – unabhängig – unzensiert ...



- was die Medien nicht verschweigen sollten ...
- wenig Gehörtes vom Volk, für das Volk ...
- tägliche News ab 19:45 Uhr auf www.kla.tv

Dranbleiben lohnt sich!

Kostenloses Abonnement mit wöchentlichen News per E-Mail erhalten Sie unter: www.kla.tv/abo

Sicherheitshinweis:

Gegenstimmen werden leider immer weiter zensiert und unterdrückt. Solange wir nicht gemäß den Interessen und Ideologien der Systempresse berichten, müssen wir jederzeit damit rechnen, dass Vorwände gesucht werden, um Kla.TV zu sperren oder zu schaden.

Vernetzen Sie sich darum heute noch internetunabhängig!

Klicken Sie hier: www.kla.tv/vernetzung

Lizenz:  *Creative Commons-Lizenz mit Namensnennung*

Verbreitung und Wiederaufbereitung ist mit Namensnennung erwünscht! Das Material darf jedoch nicht aus dem Kontext gerissen präsentiert werden. Mit öffentlichen Geldern (GEZ, Serafe, GIS, ...) finanzierte Institutionen ist die Verwendung ohne Rückfrage untersagt. Verstöße können strafrechtlich verfolgt werden.