

Erschütterung

Erschütterung können wir verstehen als eine spezielle Form der Unterbrechung, die uns ja im November beschäftigt hat. Zunächst haftet dem Begriff eine negative Bewertung an, z.B. Erdbeben, Erschrockenheit, Bestürzung, Grauen, Schreck usw.

Wenn wir uns von der Anhaftung der negativen Bewertung befreien und den Begriff eher beschreibend auffassen, dann können wir darunter Ergriffenheit, Rührung, Verwirrung, Betroffenheit verstehen. Wir könnten uns eine neue Fähigkeit vorstellen, die Erschütterungsfähigkeit - wie die Unsicherheitsfähigkeit. Sie steht der landläufigen Unerschütterlichkeit gegenüber, der Fähigkeit Unsicherheit zu vermeiden oder zu überspielen.

Also Erschütterungsfähigkeit als Resilienz, als die Kompetenz damit umzugehen, dass man aus der Bahn geworfen worden ist (oder werden könnte) und die Chance im Unglück wahrnehmen kann.

Impulse zur Selbsterforschung:

Was verbindest du mit diesem Begriff?

Welche Bilder, Erlebnisse und Erinnerungen kommen dir in den Sinn?

Wann und wie ist sie dir widerfahren?

Wann und wie hast du sie bei einem anderen Menschen ausgelöst?

Zwischen Krankheit/Kränkung und Gesundheit: was kam am Ende dabei raus?

Identität und Lebenszyklus: Impuls für Februar 2018