

***Helfen Vertrauen,
vergessen und
verzeihen die
Spaltung in mir und
in meinem Umkreis
zu heilen?***

**Andreas Rivoir,
Facharzt für Neurologie,
AnthroMed Öschelbronn**

**Vortrag Öschelbronner Gespräche
am 09.11.2022**





Guariento

Entstanden: 1. Hälfte 17. Jh.

Holz, 80 X 57 cm

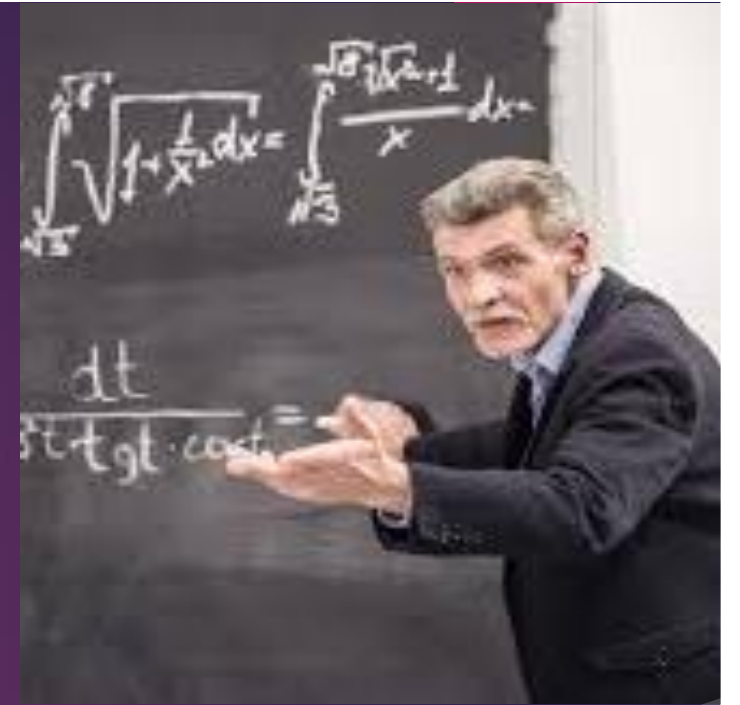
Gemälde „Gerichtsenkel wiegt eine Seele“



Engel & Bengel



WIR LEBEN



Wir leben und werden geprägt....

Spaltung kommt zustande wenn...

Abwertung stattfindet...von oben herab

Missachtung, Du interessierst mich nicht

Deine Meinung ist falsch, dämlich, verrückt

Übergangen werden, man wird zu Luft

Schweigen, Rückzug, sich beleidigt verhalten

Aufbrausend reagieren, Schreien, Gewalt...

Druck aufbauen, wenn...dann, Ultimaten stellen

Moralischer Zeigefinger

Für Kinder eine Bewältigungsstrategie..

Vertrauen

Vergessen

Verzeihen

Empathie – Theory of mind emotional - kognitiv

Fühlen was der andere fühlt –
Spiegelneurone



Sich eine Landkarte vom Geist
des anderen machen



Emotionale Empathie

- ▶ Wir können uns in den Anderen hinein versetzen, empfinden den Schmerz, die Freude, lassen uns „anstecken“.
- ▶ Wir entwickeln Mitgefühl, anatomisches Korrelat, das uns dies ermöglicht: Spiegelneuronsystem
- ▶ Wir zeigen dem Anderen unsere innere Anteilnahme (affektive Resonanz, diese wird reduziert wenn wir Botox gespritzt bekommen haben)



Kognitive Empathie

Den Geist lesen – mind mapping



- ▶ Den Geist lesen – mind mapping
- ▶ Den Geist verbergen – sich maskieren – mind masking
- ▶ Lügen – in den anderen ein falsches Bild einpflanzen –
- ▶ Manipulieren, Verdrehen – mind twisting, gas lightning

Was ist ein “erwachsener Umgang” mit...

Vertrauen

vergessen

Verzeihen-
vergeben

Vertrauen



Vergessen



Verzeihen

Eltern, Lehrer,
Pfarrer, Trainer,
Vorgesetzte,
Kollegen,
Partner

Nicht verzeihen können zeigt, dass
noch nicht alles erkannt, durchlitten
und gewürdigt wurde

sagen z.B.

Kannst Du nicht endlich mal
verzeihen,...

Kann ich die Situation in Ruhe besprechen und anschauen ohne dass
das Geschehene weggewischt und entschuldigt wird...

man muss auch irgendwann mal vergeben
können...

Sieht der, der um Verzeihung/Vergebung bittet
das was wirklich war...

Jetzt gib dir doch einen Ruck
und lass los...

Wie gehe ich
damit um...

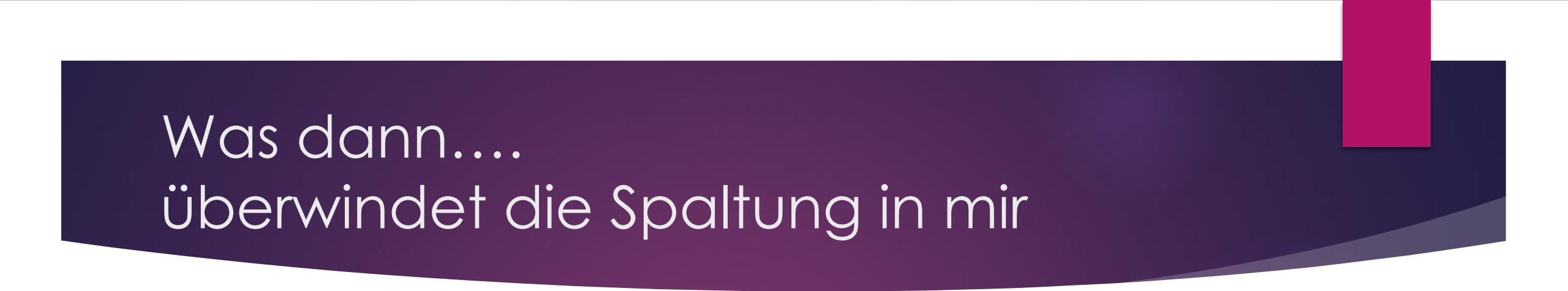
Was ist ein “erwachsener Umgang”...

Den Heilungsschmerz
spüren und durchleben

Beantwortung der Vortragsfrage....

***Helfen Vertrauen, vergessen und verzeihen
Spaltungen in mir und in meinem Umkreis
zu heilen?***

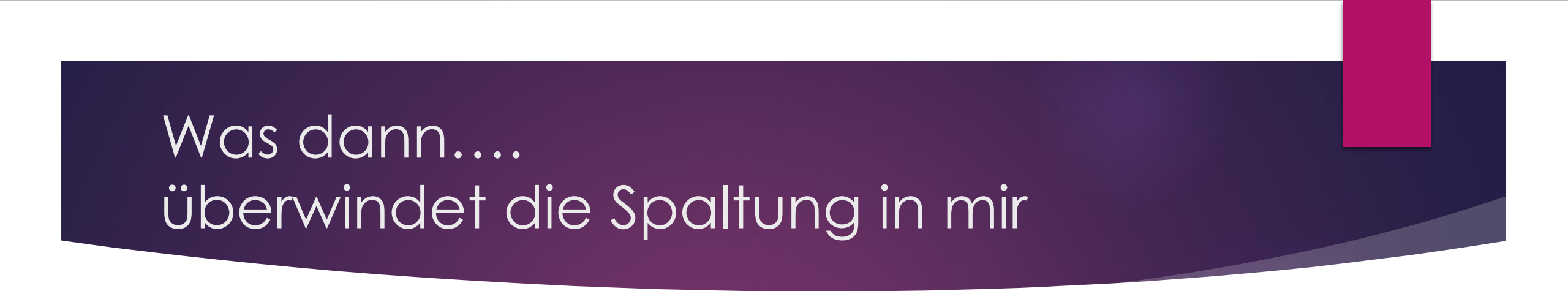
***Nein, weder das übliche sich oder einem
anderen blind zu vertrauen, noch ein
einfaches vergessen, noch ein noch so
bemühtes verzeihen oder vergeben können
tiefgehende Heilung bewirken.***



Was dann....

überwindet die Spaltung in mir

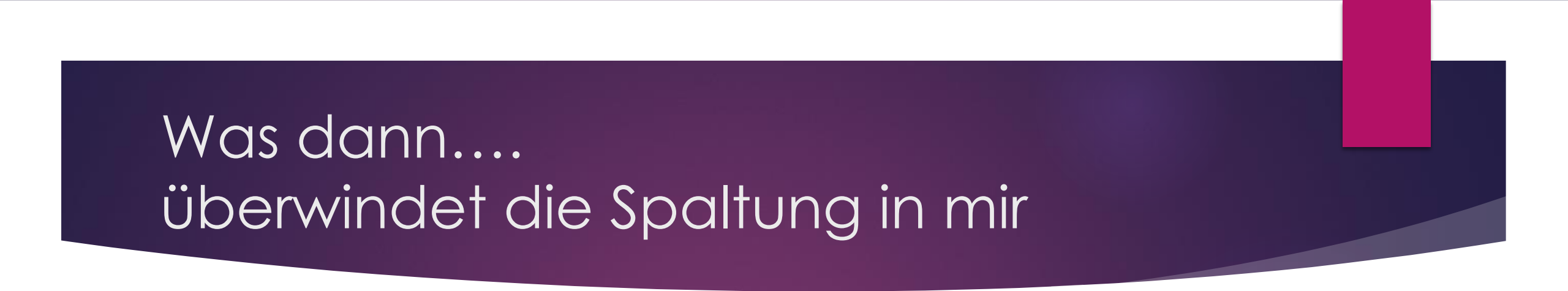
**Vertrauen ,welches durch Hinschauen und
Verantwortungsübernahme entsteht....**



Was dann....
überwindet die Spaltung in mir

Vertrauen ,welches durch Hinschauen und Verantwortungsübernahme entsteht....

Vergessen können, weil es bearbeitet ist...



Was dann....
überwindet die Spaltung in mir

Vertrauen ,welches durch Hinschauen und Verantwortungsübernahme entsteht....

Vergessen können, weil es bearbeitet ist...

**Vergeben und verzeihen werden nach
tiefgehender Bearbeitung nicht mehr benötigt,
es entsteht im Inneren der Verzicht auf
Schuldanerkenntnis und der Verzicht auf Rache**

Heilung für die Spaltung im Umkreis...

► **Ins Gespräch kommen, wo immer es möglich ist.**

1. **Versuchen Sie den anderen wirklich zu verstehen/Gegenposition unvoreingenommen anhören und prüfen**
2. **Bleiben Sie ausschließlich beim Thema**
3. **Stellen Sie so viele offene Fragen wie möglich**
4. **Finden Sie Gemeinsamkeiten**
5. **Belehren Sie ihr Gegenüber nicht**
6. **Begründen Sie Ihren Standpunkt mit 3 belegbaren Argumenten**
7. **Interpretieren Sie wohlwollend**
8. **Üben Sie sachliche Kritik**
9. **Deeskalieren Sie**
10. **Wechseln Sie die Perspektive**

Wenn deutlich wird, dass ein Gespräch jedesmal im Desaster endet: in der Realität ankommen.

Sich Ent-täuschen lassen, die Realität sehen



Lorenzetti, Ambrogio;
"Der Erzengel Michael
im Kampf mit dem
Drachen", um 1330.
Tempera auf Holz



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit