Kommentar zu NACHGEDACHT 160 Wenn wir mal wieder genervt sind

Description

Kommentar zu NACHGEDACHT 160 Wenn wir mal wieder genervt sind, Originalartikel verfasst von Christina Leinweber, veröffentlicht am 31.01.16 von Osthessennews

> Das Leben ist doch schön, aber… da kommt doch wirklich manchmal der blöde Alltag dazwischen, da läuft es doch mal wieder so, wie nicht gewünscht:*

Gehört der Alltag nicht genauso zum Leben wie der Rest des Lebens? Bedeutet Alltag automatisch, dass etwas so läuft, *wie nicht gewünscht?* Sind wir dem Alltag ausgeliefert, haben wir keine Möglichkeit, unseren Alltag so zugestalten, dass wir ihn als genauso wertvollen Teil unseres insgesamt unvorstellbar einmaligen und einzigartigen Lebens annehmen können?

> Wir kriegen unnötige Kritik, wir ärgern uns über einen blöden Spruch, wir kriegen etwas zugeschoben, was wir nicht wollen.*

Wenn wir Kritik als unnötig empfinden, dann ist es doch naheliegend, sich mit dieser Kritik auseinanderzusetzen und sachlich zu begründen, *warum* wir die Kritik als unnötig empfinden. Selbst wenn sich eine Kritik tatsächlich als objektiv unnötig bzw. unangebracht herausstellen sollte, gibt es trotzdem immer einen *Grund,* wenn uns jemand kritisiert – was noch nichts darüber aussagt, ob dieser Grund eine Kritik auch wirklich rechtfertigt.

> […] Hilft womöglich rumschreien, heulen, boxen, treten und fluchen?

Jedem Menschen ist es selbst überlassen, wie er mit Kritik umgeht. Wenn wir mit Zorn auf Kritik reagieren, dann ist es sinnvoll, mal genauer zu erforschen, welches *Gefühl* die Kritik bei uns hervorgerufen hat, das uns so wütend macht.

Das können verschiedenste Gefühle sein: Vielleicht sind wir wütend, weil wir uns ungerecht behandelt fühlen. Oder wir sind traurig und fühlen uns verletzt, weil wir insgeheim wissen, dass die Kritik eigentlich doch nicht ganz unberechtigt ist, wir aber nicht wahrhaben wollen, dass die Kritik eine Folge

unseres eigenen Handels ist, was uns vielleicht gar nicht bewusst war.

Wenn ich zum Beispiel behaupte, dass das Fliegende Spaghettimonster in Wirklichkeit alles erschaffen hat und für unsere Sünden gekocht wurde, dann muss ich mich darauf einstellen, dass jemand diese Aussage kritisiert – egal, wie fest ich selbst daran glaube.

> […] Prinzipiell muss das Problem dann wahrscheinlich nicht nur am Schopf gegriffen werden, sondern in seiner Substanz zerstört werden.

„Prinzipiell“ – „wahrscheinlich“? Zum Glück muss man nicht alles gleich „in seiner Substanz“ *zerstören*, was einem nicht passt. Besonders oft findet sich Intoleranz gegenüber anderen Meinungen und Kritik im Zusammenhang mit Religionen, die bekanntermaßen meist sehr allergisch auf Kritik reagieren. Und so gibt es leider auch heute noch **Menschen**, die das mit dem „in seiner Substanz zerstören“ sehr wörtlich nehmen und dazu Hammer, Sprengstoff, Messer und Gewehre verwenden.

Oft reicht es schon, sich sachlich, offen und möglichst objektiv mit seiner realen Umwelt auseinanderzusetzen, um mit ihr und auch mit sich selbst ins Gleichgewicht zu kommen – ohne irgendetwas *in seiner Substanz zerstören* zu müssen. Und wenn zum Beispiel eine Kritik tatsächlich objektiv gerechtfertigt ist, dann ändert sich auch nichts daran, wenn sie jemand „zerstört“ – der Wahrheit ist es egal, ob sie jemand „zerstört“ oder nicht.

> […] Ich weiß zwar, dass der Troll wieder kommen wird, aber wenn er das nächste Mal geflogen kommt, darf er wirklich nur ganz kurz bei mir bleiben.

Natürlich ist es vollkommen legitim, seine Sorgen und Probleme als „Trolle“ zu bezeichnen und sie zu ignorieren (oder sie abends in einen imaginären Rucksack zu stecken).

Besonders Menschen, die in einer mit angeblich realen Fiktionen erweiterten Wirklichkeit aufwachsen mussten, bringen ja oft schon eine entsprechende Affinität zu nicht real existenten Wesen mit.

Ob das auf Dauer glücklich macht oder ob es doch sinnvoller wäre, sich mit seinen Problemen statt destruktiv oder gar nicht vielleicht besser konstruktiv und lösungsorientiert auseinanderzusetzen, ist ebenfalls eine Frage, die jeder für sich selbst beantworten darf.

***Unter der Rubrik „NACHGEDACHT“ fordert Osthessennews jede Woche zum Nachdenken auf. Die als Zitat gekennzeichneten Abschnitte stammen aus dem eingangs genannten und verlinkten Original-Artikel von Christina Leinweber.**

(function(d, s, id) { var js, fjs = d.getElementsByTagName(s)[0]; if (d.getElementById(id)) return; js = d.createElement(s); js.id = id; js.src = „//connect.facebook.net/de_DE/sdk.js#xfbml=1&version=v2.3“; fjs.parentNode.insertBefore(js, fjs);}(document, ’script‘, ‚facebook-jssdk‘));

Posted by AWQ.DE on Sonntag, 31. Januar 2016

Category

1. NACHGEDACHT 2016

Tags

1. kritikfähigkeit

Date Created
31.01.2016

#wenigerglauben