

## IMPULSLETTER 26

Nach meinem Dienst in der Telefonseelsorge klingt aus dem letzten Gespräch noch ein Thema nach....

### Mit Ohnmacht umgehen



Bildquelle: [www.photocase.com](http://www.photocase.com) Thomas K.

Wir nehmen die Ängste unserer Kinder oft nicht wahr, trotzdem bewältigen sie diese und wachsen daran.

„Wenn ich durch mein Fernglas verkehrt herum hineinschaue, wird alles ganz klein. Manchmal möchte ich, dass die Welt so bleibt, weil ich dann die großen Leute nicht mehr fürchten muss. Ich fühle mich sicher und habe alles im Blick.“

„Ich habe Angst im Dunkeln. Manchmal hilft alles nichts und ich muss durch einen dunklen Raum gehen. Dann singe ich immer laut, weil jemanden der singt, den wird doch niemand umbringen. Wenn ich so im Dunkeln singe, fühle ich mich sicher - wenn ich laut singe, besonders sicher.“

Viele unserer AnruferInnen haben besondere Strategien entwickelt, wie sie mit Ohnmacht zurecht kommen. Die zwei genannten Beispiele aus meiner Jugend, wie Kinder mit ihrer Ohnmacht umgehen, sind noch sehr präsent für mich. Phantastisch wie kreativ wir in Ausnahmesituationen sein können.

...bleiben Sie kreativ(?), Ihr I. M. Puls

[AbmeldeLink]

