

Heute nun, möchte ich gern etwas über das Thema Ablehnung schreiben. Es lehnt sich auch an das an, was ich schon vor längerer Zeit über Mobbing geschrieben habe. Mobbing ist nur ein Teil aus dem Gebiet Ablehnung. Ich finde sie überall dort, wo es eine Beziehungsebene mit Menschen gibt. In der sachlichen Ebene ist die Ablehnung eher nicht zu finden. Ein Stuhl wird mich nicht verletzen. Ja, Sie haben richtig gelesen. Es ist eine Verletzung. Ein hergehend mit inneren Schmerzen, Wunden und Verzweiflungsattacken. Die Gefühle kommen durcheinander, der Selbstwert rutscht in den Keller und bald finden sich auch Psychosomatische Störungen ein.

Der Mensch braucht in seinem Leben Annahme und Bestätigung, Gemeinschaft und Freude. Erst dann kann er sich voll entfalten und sein angelegtes Potential voll entwickeln. Ich setzte meine Betonung auf voll entwickeln. Viktor Frank hat zwar die These vertreten, das sich ein Leben auch im Leiden bewährt was ich nicht abstreiten möchte aber man konnte auch erkennen, das viele Menschen starben, weil sie keine Freude und Hoffnung mehr hatten. Ihre Lebensumstände waren nicht anders als vorher . Sie haben einfach nur aufgegeben.

Wer abgelehnt wird entwickelt Skepsis und kann nicht glauben, das es jemand gut mit ihm meint. Vielleicht begann alles schon in der Kindheit, meine Mutter hatte mich schon im Mutterleib abgelehnt und später waren immer meine Brüder die Angenommenen. Ich selbst als drittes Kind war immer nur das 5. Rad am Wagen, haben einige erfahren. Ob es wirklich so war oder ob es meine eigene Einstellung war ist noch offen. Für mich zählt , wie ich mich entscheide dem zu glauben was rüber kommt .Ich kann in zwei Ebenen denken, entweder negativ oder positiv. Was mache ich aus der Situation? Sehe ich alles negativ oder kann ich glauben, das ich gar nicht gemeint bin. Der ist wohl heute mit dem falschen Bein aufgestanden! Das betrifft nicht mich. Faß Dich an deine eigene Nase !

Was ist nun zu tun, wenn ich merke das Andere mich auf dem Kieker haben, das ich immer wieder Ablehnung erfahre und auch entsprechend reagiere?

Wie sieht es denn mit meinem eigenen Selbstvertrauen aus ? Bin ich etwas wert oder habe ich mich selbst in eine Schublade einsortiert, die heißt: Niemand will mich, Niemand kann ich es recht machen, ständig werde nur ich kritisiert. und so weiter.

Sollte ich so über mich selbst denken, dann habe ich mich bereits selbst abgelehnt und halb aufgegeben. Ich möchte angenommen sein. Aber nicht jeder wird mich annehmen. Kann ich denn damit leben? Sollte ich bestrebt sein es allen recht zu machen, dann werde ich zwangsläufig Einbußen erleben. Ein altes Sprichwort sagt :Allen recht getan ist eine Kunst die niemand kann.

Wie sieht es denn mit meinem eigenen Wert aus? Dort liegt für viele das Problem.

Wenn wir auch von Menschen abgelehnt werden, so wird uns Gott immer annehmen. Er spricht davon, das wir wertvoll und für ihn kostbar sind. Ja sogar kostbar wie sein eigener Augapfel. In seine Hände hat er uns gezeichnet, so sehr liebt er mich und dich.

Was kann mir der Mensch denn tun, wenn der Gott des Universums, der Jesus Christus heißt, mich bestätigt? Er kann all die Wunden heilen, wenn ich mich auf ihm einlassen kann.

Mein Wert wird nicht von Menschen festgelegt und es gibt bei Gott keine wertlosen Menschen. Wir sind alle Originale und geliebt!

Peter Hahne hat recht wenn er schreibt das unsere Werte verloren gehen. Karriere und Reichtum drücken unserer Spaßgesellschaft den Stempel auf. Scheitern ist nicht einmal kalkuliert( Aus dem Buch: Schluß mit lustig).

Machen sie nicht mit, es gibt keine wertlosen Menschen. Begegnen Sie jedem mit Würde und Respekt auch in der Ablehnung. Vielleicht haben sie ja jemanden vor sich der seines Selbstwertgefühles auch nicht sicher ist und es durch bestimmte Taktiken gut verstecken kann.

**Ihre Monika Glaschick** [WWW.Monika-Glaschick.de](http://WWW.Monika-Glaschick.de)