



Grenzverhalten

Dieser Teil in uns ist zuständig für unsere Grenze. Er sorgt dafür, dass wir einen Platz haben, ein „Revier“. Einen Platz in der Familie, in der Beziehung, an der Arbeitsstelle, in der Gesellschaft. Dieser Teil ist zuständig für jedes klare JA und jedes klare NEIN. Es ist auch dieser Teil, welcher klar unsere irdischen Bedürfnisse wahrnimmt: Hunger, Durst, Schlafen, Bewegung.

In Urzeiten waren es die Männer, welche dafür sorgten, dass die Sippe eine Höhle hatte. Sie rodeten Wald und beseitigten den Säbelzahn tiger. Sie sorgten für die Sicherung der Existenz.

Dieser Teil von uns entwickelt sich in der Kindheit durch klare Grenzen und Geborgenheit. Klare Grenzen, in Liebe gesetzt, vermitteln Sicherheit. Innerhalb klarer Grenzen können wir uns entwickeln, ausprobieren, entdecken. Dadurch geschieht Wachstum.

Wenn dieser Teil in unserem inneren Team vorherrscht, in Dominanz ist, lassen wir niemanden an uns heran, die Grenze ist geschlossen. Das Team leidet unter starren Grenzen: Flexibilität, Anpassungsfähigkeit haben's schwer, zum Herzen fehlt der Zugang, die Möglichkeiten werden eingeschränkt.

Wenn es an der Qualität von klaren Grenzen mangelt, dann übergehen wir uns oft. Und wir werden übergangen. Wenn unser Gegenüber unsere Grenze nicht spüren kann, weil wir nicht in der Lage sind, sie kundzutun, dann wird es gezwungenermassen entweder weit weg bleiben oder zu nahe kommen. Unklar definierte Grenzen erschweren die Beziehung zu unseren Mitmenschen. „Man weiss nicht, woran man ist“.

Genährt wird dieser Teil durch die Daseins-Berechtigung aus dem Herz-Raum.

Gefüllt wird dieser Teil durch unser Eigenes, unsere Einzigartigkeit.

Ich bin hier an meinem Platz. Ich begrenze meine Zuständigkeit.

Klare Grenzen und Geborgenheit bilden die Grundlage für Vertrauen.

Das ganze innere Team muss sich auf die klaren Grenzen verlassen können.

Gespiesen wird dieser Raum durch das Vertrauen, die Präsenz.