



© 2004 parrotz GmbH

## Jeder ist ein Genie!

„Aber wenn sich der Fisch danach beurteilt, ob er auf den Baum klettern kann, wird er sein ganzes Leben glauben, dass er dumm ist.“

In einer Zeit des technischen Fortschritts und des wirtschaftlichen Risikos entschlossen sich viele Eltern in der Tierwelt, ihren Kindern unmissverständlich das nötige Wissen und die erforderlichen Fertigkeiten geben zu müssen, die sie vor dem sicher geglaubten Untergang bewahren würden. Alle Kinder sollten die gleichen Fertigkeiten, wie Rennen, Klettern, Schwimmen und Fliegen, besitzen, nur so könnten Sie gegenüber den Herausforderungen der Zukunft bestehen. Die Eltern wollten eben nur das Beste für ihre Kinder, und sie würden später schon verstehen, dass sie aus Liebe so streng waren. *Die wohlmeinenden Einpeitscher.*

Die Ente ist hervorragend im Schwimmen. Allerdings zeigte sie nur eben befriedigende Leistungen in Fliegen und war sehr schwach in Rennen. Da sie nur sehr langsam rennen konnte, musste sie das Rennen immer wieder üben. Dies wurde so lange von ihren Eltern verlangt, bis ihre Schwimfüße ziemlich zerschlissen waren und sie damit nur noch mäßig schwimmen konnte. Durchschnittliche Leistungen wurden aber durchaus akzeptiert, so dass sich darüber niemand aufregte, nur die Ente selbst – und hatte im Erwachsenenendasein viele Entzündungen.

Das Kaninchen war zunächst Bester in Rennen, bekam aber bald einen Nervenzusammenbruch wegen des vielen Nachhilfeunterrichts in Schwimmen. Und das Fliegen wollte gar nicht klappen - und so wurde es von seinen Eltern verständnislos in die Psychiatrie gebracht.

Das Eichhörnchen war herausragend im Klettern, wurde aber beim Fliegen schnell demotiviert, da die Eltern verlangten, vom Boden zu starten und nicht vom Baumwipfel. Durch Überanstrengung bekam es schließlich Rückenschmerzen und erreichte im Klettern nur noch die Note befriedigend und in Rennen ausreichend - und die Eltern fühlten sich mit diesem Kind bestraft.

Der Adler war ein Problemkind und musste ernsthaft ermahnt und auch bestraft werden. Im Klettern bis zum Baumwipfel war er der Schnellste, ließ sich aber nicht davon abbringen, es so zu machen, wie er es wollte. Ein wahrer Querulant und Rebell, dem man mit aller Härte seinen Willen brechen musste. Jetzt pickte er Körner am Boden und hatte jede Menge Allergien und Nahrungsunverträglichkeiten.

Am Ende waren sie alle nur noch Durchschnitt und sehr krank.  
(*Fundamentals of Neuropsychologie*)

Ein positives Selbstwertgefühl stellt einen zentralen Indikator der psychischen und körperlichen Gesundheit dar. Doch familiäre Dauerkrisen, fehlende Unterstützung, häufige Kritik oder gar emotionales Überengagement und die damit verbundenen Emotionen von Furcht, Bedrohung und Hilflosigkeit führen zwangsläufig zu erschöpfenden Erregungsmustern mit unendlichen Gedankenkreisen und entsprechenden Stresshormonen.

„Sich ständig Sorgen machen müssen“ ist ein schmerzlicher Nährboden für Erkrankungen von A wie Adipositas bis Z wie Zöliakie. In Folge dessen überfordern kreisende Erregungszustände unser Stressverarbeitungssystem. Doch in Punkto Stressbelastung sollte eins klar verstanden werden: *Nicht* unsere äußeren Lebensumstände sind Ursache für unseren Stress, sondern unsere subjektive Bewertung der Lebensumstände und den damit verbundenen Gefühlen...

- bestimmte Situationen nicht unter Kontrolle zu haben (Kontrollverlust)
- sich selbst nicht unter Kontrolle zu haben (mangelnde Selbstkontrolle)
- sich nicht entwickeln zu können
- auf sich selbst gestellt zu sein und keine Hilfe erwarten zu können

2

stresst uns. Stress ist damit eine *bio-psycho-soziale Belastungsreaktion*, die eintritt, wenn wir einen *inneren, emotionalen Reiz* wahrnehmen, dass uns existenzielle Konsequenzen gefährden könnten. Dabei wird die Verdrängung von Emotionen als „*der Risikofaktor*“ für viele Erkrankungen angesehen, von banalen Erkältungen bis zu schwerwiegenden Krebserkrankungen. Umgekehrt gilt die Überwindung emotionaler Reiz-Reaktion-Reflexe als „*der entscheidende Schritt*“ auf dem Weg zur körperlichen Gesundheit und positivem Selbstwertgefühl.

### Online **Telefon|Skype-Mentoring**

Eine gute Möglichkeit, mit wenig Zeit und finanziellen Aufwand, professionelle Hilfe zu bekommen. Nach Vereinbarung | Grundgebühr 120 € inklusive 1 Stunde Beratung, jede weitere Minute 2 €

### Gesund mit **INUS-Vitalstoffen**

Stehen Sie Ihrem Körper mit einer Extraportion lebensnotwendiger Vitalstoffen bei. Er dankt es Ihnen mit Gesundheit und Wohlbefinden!

### Kostenfreie **Live Webinare** zu Gesundheitsthemen

Zu wissen, was man selbst tun kann, ist wohl die wichtigste Voraussetzung für Heilung aus eigener Kraft.

### **Bücher** Anleitung zum Gesundsein

Konflikte, Krisen und Krankheiten besser verstehen und dauerhaft bessern oder ganz lösen.

Termine und Informationen unter [www.simplepower.de](http://www.simplepower.de) oder rufen Sie mich an!