



Modul 2, Lektion 2.3

DER KOGNITIVEN BEREICH – GESELLSCHAFTLICH UND PERSÖNLICH

Wenn Denken zur Überlebensstrategie wird

In unserer Gesellschaft wird Denken stark belohnt. Wissen gilt als Kompetenz, Verstehen als Stärke, Kontrolle als Sicherheit. Schon früh lernen viele Menschen: Denk schneller. Versteh besser. Reiss dich zusammen.

Der kognitive Bereich muss dadurch eine Rolle und Reife übernehmen, zu der er gar nicht fähig ist. Er soll tragen und bewältigen, was eigentlich in das Zusammenspiel aller Bereiche gehört.

Frühes Funktionieren

Viele Menschen müssen früh funktionieren. Gefühle sind zu viel. Der Körper wird übergangen. Nur ausgewählte Schutzreaktionen sind erlaubt.

Dann wird Denken, Verstehen, Planen, Kontrollieren, Organisieren und Strukturieren zur Überlebensstrategie und somit Teil des schützenden Bereichs.

Nicht Dominanz, sondern Alleinsein

Das Problem ist nicht, dass der kognitive Bereich dominant ist. Das Problem ist, dass er allein gelassen wurde und Hochleistung bringen soll.

Bondality will den kognitiven Bereich nicht kleiner machen. Bondality würdigt und unterstützt, dass er in Beziehung zum Rest kommen kann.

Zurück ins Zusammenspiel

Wir laden ein, nicht mehr alles allein halten zu müssen, sondern das Zusammenspiel der Bereiche zu stärken. Wenn Gefühl wieder Raum bekommt. Wenn der Körper wieder gehört wird. Wenn Schutz nicht alles allein regeln muss.

Dann darf der kognitive Bereich zurück in seine eigentliche Qualität: Verstehen. Einordnen. Sinn bilden. Brücken bauen.

Nicht als Manager des inneren Systems, sondern als Teil eines lebendigen Ganzen.