



Abwehrer und Sensibilisierer

Franz Sedlak

Die einen zeichnen sich durch ihr Vermögen aus, Unliebsames „weg zu stecken“. Sie machen aus Elefanten Mücken. Anders die Sensibilisierer: Sie „sterben“ tausend Tode, weil sie eine lebhaftere Fantasie haben und sich alle möglichen katastrophalen Folgen ausmalen. Die Abwehrer haben den Vorteil einer „dicken Haut“, Katastrophen treffen sie daher meist unvorbereitet. Die Sensibilisierer haben den Vorteil, dass sie die Katastrophen schon oft in ihren Gedanken durchlebt haben und sie daher eine tatsächliche Ausnahmesituation nicht so leicht umwirft. Die Abwehrer leben dafür ohne Schreckgespenster.

Was ist besser? Man kann es sich nicht aussuchen, es handelt sich um Persönlichkeitseigenschaften, die meist in Anlagefaktoren begründet sind. Man kann aber einige Schritte zum Gegenpol versuchen.

Das heißt für die Sensibilisierer: Etwas mehr Gelassenheit zu entwickeln, nicht immer auf Gefahren zu lauern.

Das heißt für die Abwehrer: Etwas mehr Problembewusstsein zu entwickeln und mögliche Gefahren nicht zu ignorieren.