

Warum nimmt denn keiner Rücksicht auf mich?

## "Warum nimmt denn keiner Rücksicht auf mich?"

Diese Frage wird mir so - oder ähnlich - von hochsensiblen Menschen oft gestellt. Manchmal schwingt

## Verzweiflung mit, manchmal Wut und Frustration.

Realistisch betrachtet jedoch gibt es auf diese Frage keine Antwort - niemand weiß, was in anderen Köpfen vor sich geht.

## Der nachfolgende Dialog ist daher fiktiv,

hat so nie stattgefunden. Vergleichbare Gespräche jedoch führe ich immer wieder.

Warum nimmt denn keiner Rücksicht auf mich?

*Deva: Bitte geben Sie mir ein Beispiel.*

Meine Kollegin trägt jeden Tag so ein intensives Parfüm. Mir wird davon schlecht und ich kriege Kopfschmerzen.

*Deva: Wie hat Ihre Kollegin reagiert, als Sie sie darauf angesprochen haben?*

Hier wird es meistens still, Augenbrauen gehen nach oben, auch schon mal Mundwinkel nach unten.

Das sage ich ihr doch nicht.

*Deva: Warum nicht?*

Was soll ich denn sagen? Dass ich den Geruch unerträglich finde? Dass mir davon schlecht wird?

*Deva: Gute Idee. Formulieren Sie Ihre Empfindungen. Gleichzeitig ermutige ich Sie, Ihre Worte zugewandt und freundlich zu wählen.*

Warum sollte ich das tun?

*Deva: Weil Ihre Kollegin vermutlich keine Ahnung hat, wie sehr Sie unter dem Duft des Parfüms leiden.*

Der Duden schreibt zur Rücksicht / Auszug:

"Verhalten, das die besonderen Gefühle, Interessen, Bedürfnisse, die besondere Situation anderer berücksichtigt, feinfühlig beachtet."

Unserem

## Wunsch nach Rücksichtnahme

stehen oft unsere - meist unausgesprochenen - Erwartungen gegenüber

Wer jedoch nicht weiß, hat gar keine Möglichkeit, darüber nachzudenken, Rücksicht zu üben.  
Ich ermutige Sie daher zum liebevollen Austausch mit Ihren Mitmenschen.

## **"Reden hilft" - das ist meine Überzeugung.**

Weitere Infos Hochsensibilität

## **Sie haben Fragen zum Thema Hochsensibilität?**

Reden wir doch darüber im unverbindlichen, telefonischen,

## **kostenfreien Kennenlerngespräch.**

Online-Buchung Kennenlerngespräch

## **"Liebe ist die Antwort"**

Deva Dagmar Keßlau | Dortmund  
Heilpraktikerin | Mediale Mentorin

[mensch-individuell.de](https://mensch-individuell.de)

[Impressum](#)

[Datenschutzerklärung](#)

*Wichtiger Hinweis:*

*Alle meine Blogartikel dienen der Information, der Aufklärung, der Wissensvermittlung. Sie sind nicht geeignet um Selbstbehandlungen oder Selbstdiagnosen durchzuführen oder Behandlungen oder Diagnosen bei anderen Menschen vorzunehmen. Meine Blogbeiträge ersetzen auch nicht eine ärztliche, heilpraktische oder anderweitige therapeutische Beratung, Begleitung oder Behandlung.*