



# Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR  
Wallrafplatz 7  
50667 Köln  
Tel. 0221 / 91 29 781  
Fax 0221 / 27 84 74 06  
[www.kirche-im-wdr.de](http://www.kirche-im-wdr.de)  
e-mail: [info@katholisches-rundfunkreferat.de](mailto:info@katholisches-rundfunkreferat.de)

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

katholisch: Kirche in 1Live | 13.07.2017 | 05:11 Uhr | Florian Sobetzko

## Große Emotionen

Von Berufswegen her schreibe ich eigentlich keine Radioandachten, sondern bin ich Seelsorger. Was manchmal ziemlich schwer sein kann, weil ich ein eher rührseliger Typ bin, dem leicht die Tränen kommen. Was ziemlich unpraktisch ist, denn manchmal muss man da ja doch klarer sehen als die Anderen, und dann geht das nicht so gut mit Suppe in den Augen.

Für solche Fälle habe ich irgendwann im Netz einen Trick gefunden, der mir hilft, nicht gleich loszuflennen, auch wenn mich Sachen extrem berühren, z.B. bei Hochzeiten oder Beerdigungen.

Ist ein ganz einfacher Satz, den man sich dann durch den Kopf gehen lassen soll, folgendermaßen:

1. Da sind jetzt große Emotionen im Spiel.
2. Die kommen und gehen.
3. Interessant!

Funktioniert bei mir ziemlich gut – statt Rührung gibt's auf einmal nüchternes, wissenschaftliches Interesse an der Dynamik des menschlich-Emotionalen. Ist natürlich irgendwie beknackt, sich seine Gefühle so wegzudrücken. Aber kann sehr helfen. Wäre ja irgendwie komisch, wenn der Pastor ständig von den Hinterbliebenen getröstet werden müsste oder die Chefärztin dauern am Krankenbett rumheult.

Ziemlich brauchbar, oder? Also nochmal zum Mitschreiben:

Da sind jetzt große Emotionen im Spiel.  
Die kommen und gehen.  
Interessant!

Florian Sobetzko, Aachen