



Linda Loreen Loose

Als soziale Innovatorin, regenerative Nomadin und Meta-Entrepreneurin bin ich täglich dabei, systemisch-neu zu vernetzen, zu reframe und Co-Creation anzustupsen. Freude bereitet mir die Neuentfaltung diverser gesellschaftlicher Subsysteme, derweil vor allem im Bereich Educational Design (mit dem Berufungsprogramm FUTUR ME+ für junge Menschen sowie mit der Mitgründung einer Universität der Zukunft), NeoBusiness und Creative Degrowth. 🧑🏻‍🎓 📖 🧠 (28 und immer noch Schülerin des Universums)

<https://www.instagram.com/loreenloves/>

1. In welcher Situation und wem gegenüber hast Du dich das letzte Mal verletzlich gezeigt?

Gegenüber einem ökonomisch-spirituellen Freund und Co-Kreator, mit dem ich nun seit fast einem Jahr in einem Lebendigkeitstendem bin. So erinnern wir uns gegenseitig an kollektive und individuelle Kulturwachstumsfelder z.B. transparent-authentische Kommunikation. In diesem Fall habe ich mit ihm offen über meine persönlichen Finanzen gesprochen, was für mich auf kollegialer Arbeitsebene ein tabuisiertes Novum darstellt. Welch befreiendes Glück der Einladung in die Verbindung mit sich zu folgen und damit Mut in die Welt zu geben

2. Was bedeutet "Verletzlichkeit" ("Vulnerabilität") für Dich?

Beschreiben würde ich eine gesunde emotionale Empfänglichkeit gern mit einem Fluidum, als werthafter Bestandteil einer transformativen Arbeitskultur. Sozusagen die innere Vorstellung unseres Emotionalkörpers als eine Form von einem liquiden Körper, welcher sich in Kohärenz mit allem Angrenzenden bringen kann und Gefühlsbewegungen durch sich hindurchlaufen lässt. Die Voraussetzung für eine gelungene Funktion ist lediglich das Bewusstsein über die Existenz und die Erhaltung der Viskosität. Zu schlaff sorgt es für eine zu starke Identifizierung mit der emotionalen Lage des Anderen, zu geladen oder zu fest kann keine Emotion und damit Berührung als Verbindungsbasis hinein.

3. Welche Voraussetzungen (in Dir, von Anderen, von außen, welche Art von Prozess) brauchst Du, damit Du dich in einer Gruppe / sozialen Situation (z.B. in einem Team) mit deiner Verletzlichkeit zeigen kannst?

Erdung und klare Geister. Für mich gehört zur emotionalen Erkenntnis mehr als nur die Identifikation und das Erleben der Emotionen. Es braucht auch eine Kontextualisierung - eine geistige und/oder materielle Einordnung jeglicher und teils multiperspektivischer Form. Sich und den eigenen Emotionalkörper in Relation mit Zeitlinien (z.B. die eigene Vergangenheit) und andere Intersektionen (z.B. soziale Kontexte) bringen ist essenziell, reflexionsanregend und sehr lehrreich.

4. Was schenkt bzw. ermöglicht es Dir, wenn Du in einer Gruppe / sozialen Situation mit deiner Verletzlichkeit da sein kannst?

Bewusste Kommunikation und achtsame Nichtkommunikation in der Balance lassen zu, dass sich Inspirations- und Expirations-, sowie Integrationszyklen ganz natürlich entfalten dürfen. Zudem hilft mir zu imaginieren, wie die bestmögliche Wendung einer Situation sein könnte, um sich innerlich wieder an der Potentialaktivierung auszurichten. Gerade als holistisch agierenden Unternehmen bin ich mehr als die Strukturen, Prozesse und Einzelteile - ich bin ein fühlendes Wesen mit Intersektionalität zu anderen organischen Organisationen.

5. Welche Ansätze, Methoden und Übungen kennst Du, die Räume für Verletzlichkeit in sozialen Kontexten eröffnen und halten können? Worauf ist besonders zu achten?

Von einer meiner ehemaligen Mentorinnen Hildegard Kurt habe ich eine wunderbare Übung gelernt, die die kollektiven Möglichkeiten ganz unmittelbar erfahrbar macht. Gemeinsames Atmen und in das Spüren der körperlichen Bedürfnisse zu kommen ist in unserer informationsüberlasteten Welt ein echter Gruppensegen. Selbstmitgefühl an Anderen zu beobachten kann ein sehr instinktives Modelllernen hervorbringen und Freude bereiten! Sich berühren lassen, von Menschen, die Grenzen wahren ist außerdem ein heilsamer Prozess, den mein augmentiertes Ich wieder lernen darf

6. Welche Potentiale & Risiken siehst Du darin, Räume für Verletzlichkeit z.B. in Unternehmen oder am Arbeitsplatz zu schaffen?

Alte Strukturen zu rekonsumieren (wie zum Beispiel die emotionale Stabilität unbedingt messbar machen zu wollen oder implizit alte Paradigmen das Neue überlagern zu lassen) könnte eine Herausforderung sein. Sich aus gewohnten Denkmustern zu lösen ist ein Prozess und darf mit entsprechender Geduld behandelt werden.

Ein Unternehmen ist ein Hochkomplexgefüge. Unter dieser Sichtweise ist es von Vorteil sich immer wieder vor Augen zu führen, dass Mikroveränderungen ihre systemischen Einflüsse haben und sich Schmetterlingseffekte einstellen können, auch und insbesondere in Trauma-behafteten Feldern, wie dem Herauswachsen aus einer emotionalen Mangelkultur hin zu mehr Herzensunternehmung.

7. Welche Menschen/Autoren/Werke waren/sind für Dich inspirierend, was den Umgang mit Verletzlichkeit angeht? An wen sollten wir diese Fragen auch noch stellen? (gerne Kontaktdaten nennen).

Meine Mutter und ewige Encompassing-Meisterin hat mich viel über bedingungslose Liebe gelehrt und ihren Weg des Universumsservices ist immer wieder co-inspirativ. Ich kann ein Gespräch mit ihr als emotional Hochintelligente sehr empfehlen!