Kirche im hr

04.11.2022 um 17:45 Uhr
hr4 ÜBRIGENS

Ein Beitrag von
Judith Vonderau,
Katholische Autorin bei "kirche im hr", Bad Orb

Das Ziel fest im Blick

Wenn kleine Kinder laufen lernen, dann ist das für sie eine große Sache. Jedes Kind lernt das Laufen auf seine eigene Art und in seiner eigenen Geschwindigkeit. Und doch haben kleine Kinder etwas gemeinsam: Sie freuen sich unbändig an der Bewegung. Jede neu gelernte Bewegung ist ein Grund zu Freude und Begeisterung. Und dabei ist es völlig egal, wenn etwas noch nicht so klappt, wie sie es gerne hätten. Unzählige Male fallen Kinder beim Laufenlernen hin; doch das Fallen ist noch lange kein Grund für sie aufzugeben oder die Freude zu verlieren. Sie stehen einfach wieder auf und weiter geht es.

Zweifel

Wie anders verhalten sich dagegen oft Erwachsene: Häufig trauen sich Erwachsene eine Aufgabe erst gar nicht zu und zweifeln an sich und ihren Fähigkeiten. Und wenn es bei den ersten Versuchen nicht gelingt, dann ist das für sie ein Grund ganz aufzugeben. Denn es hat sich ja scheinbar bestätigt, dass sie diese Sache, die sie sich vorgenommen haben, nicht können.

Es ist spannend, wie unterschiedlich Kinder und Erwachsene eine Herausforderung wahrnehmen. Ich glaube, der Unterschied liegt darin, worauf sie ihren Fokus legen. Wenn ich zu sehr auf meine Ängste und Zweifel schaue, dann konzentriere ich mich zu stark auf sie. Ich habe den Kopf dann nicht mehr

frei, um auf mein eigentliches Ziel zu schauen. Wenn ich aber fest das Ziel im Blick habe und alles andere ausblende, wird es leichter. Alle Kraft ist gebündelt und fokussiert. Und dann fällt das vermeintliche Scheitern auch gar nicht mehr so sehr ins Gewicht. Es ist vielleicht noch da und darf auch da sein, aber es wird zur Nebensache. Denn ich mache einfach weiter und schaue dabei nur nach vorn.

Auf das schauen, was gelingt

Die Haltung, mit der kleine Kinder eine Tätigkeit angehen, inspiriert mich. So möchte ich auch gerne öfter eine Sache angehen: mich einlassen, am Tun freuen und nur auf das schauen, was gelingt. Dabei immer das Ziel fest im Blick.

Und Sie? Welches Ziel haben Sie fest im Blick?