

30.10.2024 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christoph Schäfer,

Katholischer Religionslehrer, Rüsselsheim

Helfer gegen das Chaos

Heute ist ein besonderer Aktionstag: Vor allem in Amerika wird der „Tag der Checkliste“ gefeiert. Als ich das erfahren hab, hat mich das erst mal bloß amüsiert. Ich hab aber recherchiert – und gemerkt: Der Tag hat einen ernsten Hintergrund: Heute vor fast 90 Jahren ist es in den USA zu einem Flugzeugunglück gekommen. Und man hat festgestellt: Der Unfall wäre vermeidbar gewesen. Wenn man die Maschine vor dem Start systematisch überprüft hätte. Seitdem hat man Cockpit-Checklisten eingeführt. Schritt für Schritt. Und praktisch weltweit.

Diese Listen haben einen Ehrentag verdient

Natürlich haken nicht nur Piloten Checklisten ab. To-do-Listen und ähnliche Gedächtnishelfer gibt es ja überall. Sie sind meist keine heldenhaften Lebensretter. Sondern sorgen einfach dafür, dass der Alltag rund läuft. Meine To-do-Liste bahnt mir oft eine Schneise durch den Pflichten-Dschungel. Weil ich ohne sie Wichtiges vergessen würde. Daher denk ich heute mit einem Augenzwinkern, aber durchaus dankbar: Checklisten haben einen Ehrentag verdient.

Dann geht leider jede Spontanität verloren

Aber ich hab auch das Gefühl: Ein „Tag der Checkliste“ ist eine Chance, um mal über meinen Umgang mit den Listen nachzudenken. Ich hab nämlich gemerkt: Diese Listen helfen nur, wenn ich nicht übertreibe. Ich schreibe zum Beispiel leider oft zu viel auf meine To-do-Liste. Weil ich keine Prioritäten setze. Oder ich lasse mich von meiner Liste zu sehr stressen. Indem ich meinen Tag völlig dem Abhaken von Dingen unterordne. Dann geht jede Spontanität verloren. Denn so sinnvoll es ist, endlich den Keller aufzuräumen: Wenn ich permanent Dinge abhaken muss, um mich gut zu

fühlen – dann läuft was schief.

Sie ist nicht mein Chef

Am „Tag der Checkliste“nehm ich mir vor: Ich möchte natürlich weiter solche Listen führen. Aber auch im Blick behalten: Die Liste ist nicht mein Chef. Sondern mein Werkzeug. Ich kann mit ihm Prioritäten setzen. Und muss die Liste nicht sklavisch abarbeiten. Sondern darf auch einfach mal was Unerledigtes und letztlich ziemlich Unwichtiges von der Liste streichen. Ich bin sicher: So hilft mir meine To-do-Liste noch besser gegen Alltagschaos. Und sorgt für mehr Zufriedenheit.