

04.06.2021 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Patricia Nell,

Katholische Pastoralreferentin und Religionslehrerin, Frankfurt

Du bist gut so

Sport in der siebten Klasse. Es ist Ewigkeiten her! Aber ich kann mich noch genau daran erinnern: Handball ist angesagt. Zwei von uns dürfen die Mannschaften bilden. Und rufen abwechselnd Namen auf. Die beiden Spielergruppen werden immer größer. Und die Gruppe der Nichtgewählten immer kleiner. Auch ich gehöre zu ihnen. Und würde endlich gerne auch aufgerufen werden. Obwohl ich weiß: Handball gehört nicht zu meinen Stärken. Trotzdem: das Nicht-Genommen-Werden tut weh. Irgendwann stehe ich am Ende doch in einer der Mannschaften. Das Spiel beginnt. Wir kämpfen Seite an Seite. Und alles andere spielt keine Rolle mehr. -

Wenn Selbstzweifel an mir nagen

Bin ich gut genug? Werde ich angenommen und akzeptiert? Das sind Fragen, die lebenslang bleiben. Und sie haben auch ihr Gutes: Mich jedenfalls haben sie immer auch dazu motiviert, mich anzustrengen und etwas zu erreichen. Der Gedanke: „Du kannst noch besser werden“, und das Gefühl, etwas leisten und schaffen zu können, haben mich im Laufe der Jahre gestärkt. Es gab aber immer wieder auch diese andere Erfahrung: dass alle Anstrengung und Mühe vielleicht doch vergeblich gewesen sind, es gab Selbstzweifel und das Gefühl, nicht akzeptiert zu werden. Bei Absagen auf Bewerbungen zum Beispiel. Oder wenn mir etwas besonders gelungen ist und Menschen, Kollegen zum Beispiel, mich dann - warum auch immer, bewusst oder unbewusst, ignorieren. Das tut weh. Und kann am Selbstwertgefühl nagen. Dagegen macht mich jede Zusage froh, und jedes gute Wort versüßt mir manchen oft mühsamen Tag. Weil ich dann spüre: Ich bin gut, so wie ich bin. Trotz meiner Schwächen. Trotz meiner Ecken und Kanten.

Die Liebe sortiert nicht nach Starken und Schwachen

Sätze wie: Du gehörst zu uns, du bist gut, so wie du bist. Ich mag dich. Oder: Du darfst sein. Das sind Sätze, die lebenswichtig für uns sind. Weil sie Kräfte in uns freisetzen. Weil das Gefühl, geachtet und geschätzt zu werden, einen anderen Menschen aus uns macht. So wie die Liebe. Sie sortiert nicht die Starken aus und lässt die Schwachen zurück. Sie fragt nicht nach Leistungsfähigkeit. Und auch nicht nach Nutzen. Sie sieht die Einmaligkeit des anderen. Sie sucht das Gute im Menschen. Und findet es. Und: sie hat Freude am Kleinen und Unscheinbaren.

Du machst deine Sache gut

Als ich vor knapp sechs Jahren meine ersten Gehversuche als Relilehrerin in der Berufsschule gemacht habe, hatte ich erst mal ganz schön zu kämpfen. Und so manche Panne hat mir gezeigt: Ich bin hier ein ganz kleines Licht. Und muss noch viel dazu lernen! Irgendwann in einer Pause, ich biss gerade in mein Brot, kam eine ältere Kollegin in`s Lehrerzimmer. Sie klopfte mir auf die Schulter und sagte: „Lass es dir schmecken. Haste dir verdient. Machst deine Sache gut.“ Diesen Moment habe ich bis heute nicht vergessen. Dieses unerwartete Lob der Kollegin war für mich damals sehr wertvoll. In einem entscheidenden Moment hat sie mich spüren lassen: Du bist gut so. Du gehörst zu uns. Wir spielen hier in einer Mannschaft. Seite an Seite. Und alles andere spielt keine Rolle.