

06.11.2022 um 00:05 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Judith Vonderau,

Katholische Autorin bei "Kirche im hr", Bad Orb

Tatenmut

Ich habe ein neues Wort kennengelernt. Es heißt "Tatenmut". Dieses Wort gibt es offiziell gar nicht; es steht nicht im Duden und auch in sonst keinem Wörterbuch. Es ist ein erfundenes Wort. Ich finde aber, es gehört ganz dringend in jedes Wörterbuch, denn die Welt braucht das Wort Tatenmut.

Taten – die Früchte, die wir hervorbringen

Das Wort hat einfach Potenzial! Denn manchmal sagen wir: "Auf zu neuen Taten!", wenn wir etwas anpacken und erreichen wollen. Und dafür braucht es Mut, weil neue Taten oft auch mit einem Wagnis verbunden sind. Das Wort Tatenmut bringt das zum Ausdruck. Und es erinnert mich an einen Satz aus der Bibel. Im Matthäusevangelium heißt es: "An ihren Früchten sollt ihr sie erkennen." (Mt 7,20) Die Früchte sind die über die Zeit gewachsenen Ergebnisse. Die Taten, die dahinter stehen.

Nicht die Einstellung oder die gute Absicht ist es, worauf es ankommt, sondern das Ergebnis. Die Taten sprechen für das, was den Charakter eines Menschen ausmacht. Sie sind der Beweis für das, was er angekündigt zu tun hat. Sie sind die notwendige Konsequenz aller guten Absicht. Sie sind das, was zählt.

Tatenmut ist Motivation

Für mich ist Tatenmut ein Wort, das mir Kraft gibt. Es hilft mir, meine Pläne in die Tat umzusetzen. Denn es will mich motivieren, eine Sache anzupacken und darauf zu vertrauen, dass ich auch das

Zeug habe, sie umzusetzen.

Wenn mich der Tatenmut gepackt hat, kann es losgehen. Doch wie die Umsetzung meines Vorhabens am besten gelingt, – dazu gibt es ein paar psychologische Tipps. Einer dieser Tatenmut-Tipps lautet: Fangen Sie innerhalb von 72 Stunden an. Wenn ein Entschluss gefasst ist, ist die Wahrscheinlichkeit seiner Umsetzung umso höher, je schneller der erste Schritt getan ist.

Kleine Erfolge feiern

Ein zweiter Tipp zur Umsetzung von Tatenmut ist folgender: Feiern Sie kleine Erfolge und Schritte. Ein großer Berg an Arbeit und Anstrengung kann abschrecken. Unterteilt in viele kleine Schritte dagegen ist er überschaubar und deutlich leichter zu gehen.

Wofür brauchen Sie Tatenmut? An welcher Tat soll man Sie erkennen?