EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 15.11.2021 floatend Uhr | Lisa Kielbassa

Der Resilienz Koffer

"Guck mal, gecancelt.“ "Wie gecancelt?“ Es ist 3 Uhr morgens. Sarah und ich stehen am Flughafen in Italien und starren auf einen Bildschirm. Der zeigt an, dass unser Flug gecancelt wurde und fast alle anderen auch: Die Fluglotsen streiken. Ich lass ich mich auf eine Bank fallen. Wie kommen wir jetzt nach Hause? Und vor allem: Wie soll ich morgen an dem Bewerbungsgespräch teilnehmen, von dem ich schon so lange geträumt habe?
Sarah setzt sich zu mir und meint: Okay, wir haben zwei Möglichkeiten. Entweder wir verzweifeln oder wir sehen die Situation als Chance, unseren Resilienz Koffer zu erweitern. Ich muss grinsen. Resilienz Koffer! Sowas sagen echt nur Sozialarbeiter:innen. Gemeint ist damit die Fähigkeit, Stress bewältigen zu können, in dem man auf persönliche Ressourcen zurückgreift wie Freunde oder Familie. Auch der Glaube an Gott kann so eine Ressource sein. Vielleicht sollten wir die echt nutzen- wen erreicht man sonst morgens um drei? Letztendlich haben wir genau das gemacht: Wir haben gebetet. Für den Resilienz Koffer und für unsere Heimreise. Die hat trotzdem 45 Stunden gedauert und ich konnte nicht an dem Bewerbungsgespräch teilnehmen. Aber ich konnte es verschieben und blicke jetzt ziemlich entspannt darauf. Denn der Resilienz Koffer, der hat sich auf jeden Fall erweitert.

Sprecherin: Lisa Kielbassa

Redaktion: Daniel Schneider