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 | 17.03.2023 floatend Uhr | Sebastian Richter

Aus Zweifeln Hoffnung machen

"Ich habe keine Lust zur Arbeit zu gehen, irgendwie gefällt mir meine Wohnung nicht mehr und ob meine Beziehung noch so das Richtige ist, weiß ich auch nicht. Ich bin unzufrieden, mir fehlt jede Zuversicht – und ich zweifle an allem.“ Sagt Maja. Ok… das nennt man wohl frustriert. "Aber Zweifeln ist doch etwas großartiges“, antworte ich ihr. Sie schaut mich entsetzt an: "Bitte was soll daran großartig sein?“

"Naja - wenn Du die Dinge um Dich herum in Frage stellst, bedeutet das erstmal, dass Du darüber nachdenken möchtest und musst. Etwas in Dir sagt: Check mal, ob Du so weiterleben möchtest. Vielleicht bist Du nicht glücklich, so wie es jetzt ist – darüber nachzudenken kann wertvoll und befreiend sein. Wir überlegen zusammen, was sie in ihrer Wohnung verändern könnte: Eine Wand im Wohnzimmer streichen, das alte Sofa entsorgen - kleine Sachen, die sie sie sofort in Angriff nehmen will.

Nach ein paar Wochen treffe ich Maja wieder. Sie erzählt mir, dass sie ihre Zweifel nutzen konnte. Das mit der Wohnung war recht schnell erledigt und mit ihrem Chef hat sie ein paar neue Aufgabenbereiche abgesprochen, die ihr Spaß machen. Zwei echte Fortschritte. Das mit ihrer Beziehung ist noch offen. "Ey, ich hatte noch keine Kraft, das anzusprechen.“ sagt sie. Aber sie findet inzwischen auch, dass das Zweifeln wichtig sein kann. Es hat ihr geholfen, erstmal mit etwas anzufangen. Wenn dann die ersten Veränderungen zu sehen und zu spüren sind, fallen weitere Schritte leichter.

Und so kann aus Zweifeln sogar Hoffnung werden.

Hoffentlich!

Sprecherin: Lisa Kielbassa

Redaktion: Daniel Schneider