

Gebt mir WURZELN und FLÜGEL

Brief eines Kindes an seine Eltern

Gerlinde Rohregger-Tretter

So wie ein Baum Wurzeln hat, die sich Stück für Stück, Tag für Tag ausbreiten, sich weiter und tiefer graben, wünsche ich mir, dass wir uns Schritt für Schritt kennenlernen, in unseren Begegnungen und in unserer Beziehung miteinander wachsen können.

So wie ein Baum einen Stamm besitzt, der stetig wächst, manchmal schneller, manchmal langsamer, wünsche ich mir, dass ihr mich annehmt, so wie ich bin, damit ich mich Stück für Stück weiterentwickeln kann – in meinem Selbstwert, meiner Eigenaktivität, in meinem ganzen Sein. Jedes Menschenkind, jeder Mensch ist einmalig, einzigartig und wir tragen das gesamte Potenzial unserer Entwicklung von Geburt an in uns.

Ich spüre am besten, was ich gerade brauche und wann ich welche Schritte gehen kann.

Begleitet mich, damit ich meinem inneren Entwicklungs- und Bauplan folgen und mich selbstbestimmt entfalten kann.

Ihr als Erwachsene könnt euch schnell einen Überblick verschaffen und entscheiden. Ich lerne das erst, und zwar mit jeder eigenen Entscheidung, die ich treffen kann. Hier gibt es vieles für mich zu entdecken. Lasst mich bitte selbst erforschen, entdecken und entscheiden, was ich machen will.

So wie einem Baum Äste und Zweige wachsen, die sich nach allen Himmelsrichtungen strecken, wünsche ich mir, dass ihr mit eurem Herzen, eurer Seele, eurem Geist und all euren Sinnen offen seid für mein Tun, meine Ideen und Gedanken, mir mit Achtsamkeit und Feinfühligkeit begegnet und mich begleitet, meine Bedürfnisse wahrnehmen und erkennen könnt.

Manchmal passiert es, dass ein Ast oder ein Zweig an ein Hindernis stößt und sich einen neuen Weg sucht.

Durch Ausprobieren, Wiederholen und Fehlermachen lerne ich am nachhaltigsten. Ich trage viele Potenziale in mir, lasst mich die Welt selbst entdecken und verstehen, damit ich meine eigenen Lösungsstrategien entwickeln kann.

Im Wechsel der Jahreszeiten

So wie sich ein Baum im Wandel und Wechsel der Jahreszeiten ständig verändert, wünsche ich mir Buntheit, Lebendigkeit, Fröhlichkeit und Vielfalt auf unserem gemeinsamen Weg.

Jeder Baum erlebt über die Jahre hinweg Sonne, Regen, Wind, Sturm, Gewitter, Hagel, Trockenheit, Kälte oder Hitze.

*Hier gibt es vieles
für mich zu entdecken*

Ich wünsche mir, dass wir in schwierigen, herausfordernden Zeiten, wenn es zu Überforderung, Stress oder unangenehmen Situationen kommt, einen Weg finden, wieder zu einem gleichwürdigen Dialog zu finden, Strategien entwickeln und daran wachsen zu können.

Ich wünsche mir, dass wir in all den wundervollen, schönen, glücklichen, besonderen Augenblicken und Momenten im Leben Kraft sammeln, auftanken und uns gemeinsam daran erfreuen können.

So wie ein Baum Nahrung, Wasser und Licht benötigt, wünsche ich mir, dass ihr Futter für meinen Körper, meinen Geist, meine Seele, meine Gefühle, meine Sinne, mein Herz bereithaltet. Damit ich mich in dieser vorbereiteten Umgebung, in der ich mich ohne Gefahren, mit Neugier und Forschergeist, geborgen, frei von Bewertung und frei von Zeit- und Leistungsdruck mit überschaubaren Herausforderungen bewegen kann. Denn ihr wisst ja: Wir Kinder sind Welteroberer, Entdeckerinnen, Forscher, Baumeisterinnen, Konstrukteure...



So wie ein Baum Luft zum Atmen braucht, wünsche ich mir, dass ihr mir Raum gebt, dort, wo ich ihn brauche.

Das was ich kann, lasst mich bitte selbst machen. Auch wenn ich länger brauche oder es mehrmals probieren muss, bis ich es schaffe oder es gelingt. Schaut mir zu und ihr werdet staunen, was ich schon alles kann! Wenn ich etwas nicht schaffe, begleitet mich und helft mir, es selbst zu tun!

Geschützt im Baum

So wie ein Vogelpärchen im Schutze eines Baumes sein Nest baut, wünsche ich mir, dass ich bei euch Schutz und Rückzug finde, dort, wo ich ihn brauche.

Es ist wichtig für mich, dass ich mich auf euch verlassen kann. Ihr gebt mir Sicherheit, weil ihr da seid. Das brauche ich, um mich auf die Umgebung, die Materialien und auf die anderen Menschen einlassen zu können. Seid einfach da! Gebt mir Schutz und Sicherheit, wenn ich es brauche. Lasst mich gehen – wenn ich es brauche.

So wie Vogeleltern ihre Eier wärmen, beschützen und später ihre Jungvögel umsorgen, wünsche ich mir in einer Umgebung aufwachsen zu dürfen, die geprägt ist von Achtsamkeit, Wertschätzung, Feinfühligkeit, Empathie, Wärme, Offenheit, Geborgenheit, Annahme, echter Begegnung und Liebe.



So wie Vogeleltern darauf vertrauen, dass die Jungvögel ihre Flügel ausbreiten, die ersten Flugversuche wagen und es oft mehrere Flugversuche benötigt, wünsche ich mir, dass ich mein eigenes Tempo bestimmen kann.

Eure Erwachsenenwelt ist meist so wahnsinnig schnell – viel zu schnell für mich. Lasst mir Zeit beim Zuschauen und Beobachten, lasst mir Zeit beim Arbeiten. Manches möchte ich ganz oft wiederholen, bis ich es wirklich verstanden und be-griffen habe.

So wie Vögel ihre Umgebung beobachten und wahrnehmen, wünsche ich mir, dass ihr mir Zeit lasst beim Zusehen, Beobachten, Spielen und Arbeiten. Nehmt euch Zeit, mich zu beobachten, damit ihr meine Themen erkennen könnt, mich wahrnehmen könnt. Es tut gut, wenn ich merke, ihr seid mit eurer ganzen Aufmerksamkeit bei mir und nehmt mich wahr.

Fehler gehören dazu

So wie Vögel manchmal untereinander zeteren, lebt mir vor, wie wir Konflikte auf gewaltfreie Art und Weise lösen können, führt mich in die Welt der achtsamen Kommunikation ein.

Manchmal wird es nicht so gelingen, wie ihr es euch vorstellt, oder ihr werdet das Gefühl haben, es nicht richtig gemacht zu haben. Bleibt mitfühlend und gelassen mit euch, redet mit mir und besprecht es mit mir – es ist eine Chance, um gemeinsam zu wachsen, zu lernen und in Beziehung zu treten.

Bleibt nicht in Selbstzweifel oder Selbstvorwürfen stecken – ihr könnt

*So wie ein Vogel im Wind
sich manchmal treiben lässt,
lasst euch leiten und
vertraut auf eure Gefühle
und Gedanken*



nicht alles richtig machen... Fehler gehören dazu und auch ihr dürft aus Fehlern lernen.

Antoine de Saint-Exupery schrieb einmal: „Bewahre mich vor dem naiven Glauben, es müsse im Leben alles glattgehen. Schenke mir die nüchterne Erkenntnis, dass Schwierigkeiten, Niederlagen, Misserfolge, Rückschläge eine selbstverständliche Zugabe zum Leben sind, durch die wir wachsen und reifen.“

Ich muss erst lernen, mit meinen Gefühlen umzugehen. Helft mir, unangenehme Gefühle zu bewältigen. Wenn ihr mir emotionale Herausforderungen zutraut, werde ich dadurch selbstsicherer und ich lerne von euch: Wir achten deine Gefühle, nehmen sie an und wahr, halten sie aus und vertrauen darauf, dass du es schaffst!

So kann ich lernen, dass ich und meine Gefühle richtig sind und ihr mich annehmt, so wie ich bin.

Ich wünsche mir, dass ich euch all meine Ängste, Sorgen, Wünsche, Gefühle anvertrauen kann, dass ich euch all jenes erzählen kann, was mir auf dem Herzen liegt.

So wie ein Vogel im Wind sich manchmal treiben lässt, lasst euch leiten und vertraut auf eure Gefühle und Gedanken. Ich wünsche mir, dass ihr gut für euch selbst sorgt, denn so kann ich diese Haltung euch selbst gegenüber lernen: Ich bin es wert, dass ich auf mich achte und dafür Sorge trage, dass es mir gut geht.

Diese Selbstfürsorge beinhaltet, dass ihr einen liebevollen Umgang mit euch selbst lebt, wenn es um eure Bedürfnisse, Gefühle, Fähigkeiten und Kräfte geht.

So wie ein Vogel im Wind, der sich manches Mal gegen den Wind stemmt, wünsche ich mir, dass ihr die Kraft habt, euch gegen Vorurteile und Glaubenssätze zu stellen, dass ihr euren Weg geht, auch wenn es vielleicht Menschen in eurer Umgebung gibt, die ihn nicht verstehen oder anders gehen würden. Bleibt stark und standhaft, vertraut auf euch und euer Gespür!

Es gibt Situationen, in denen andere Kinder oder Erwachsene etwas von mir wünschen oder verlangen, was für mich nicht stimmig ist und was sich bei mir nicht gut anfühlt.

Wenn ich etwas nicht will, will ich Nein sagen dürfen – bitte helft mir dabei. Sagt ein anderer Nein zu mir, kann das nicht leicht für mich sein. Helft mir dabei zu lernen, es zu akzeptieren.

Ich werde Euch Eure und meine Lebens- und Entwicklungsthemen aufzeigen. Nehmen wir sie an, denn wir lernen, wachsen und entwickeln uns ein Leben lang.

Ich habe mir meinen Platz genau bei euch und mit euch ausgesucht, weil ich weiß, dass wir uns gemeinsam auf den Weg machen werden und meine Wünsche wahr werden können.

Denn ich weiß: Ihr gebt mir Wurzeln und Flügel.

GERLINDE ROHREGGER-TRETTNER

Gerlinde Rohregger-Tretter leitet die Naturwerkstatt Schlierbach, einen Kindergarten für naturnahes Aufwachsen und selbstbestimmtes Lernen.