

Zeit für mich -
Zeit für uns

moment
zum innehalten und aufatmen

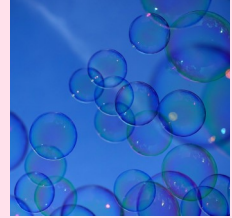
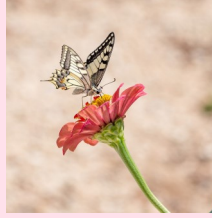
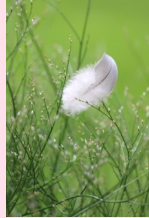
Suche nach Leichtigkeit -Sommersehnsucht-



©pixabay/Alexas_Fotos

„Ein Mittel gegen Stress
ist unsere Fähigkeit,
einen Gedanken einem anderen vorzuziehen.“

nach William James



Die Sommerferien stehen vor der Tür.
Das Kita-Jahr ist fast geschafft.
Die Vorschulkinder werden verabschiedet.
Neue Kinder kündigen sich an.

Der Gruppenraum wird aufgeräumt und ausgemistet.
Berichte werden geschrieben, Dinge werden abgeschlossen.

Es ist so viel zu tun.
Aber ich bin erschöpft.
Und müde von dem Jahr: soviel war los!

Ich bin so urlaubsreif!
Aber wie mache ich das?
Wie geht abschalten?
Wie geht auf Pause drücken?
Wie kann ich jetzt die Arbeit gut Arbeit sein lassen?

Vielleicht packe ich gedanklich eine Kiste, mit all den Sachen,
die mich belasten, die schwer waren im letzten Jahr,
mit denen ich noch nicht abgeschlossen habe.
Ich mache gedanklich eine schöne Schleife um die Kiste und
lasse sie in der Kita.

Denn im nächsten Kita-Jahr kann und werde ich mich wieder darum
kümmern. Aber bis dahin habe ich frei.



Teamimpuls „Federleichte Reflexion“:

Euer Alltag war voller aneinandergereihter Aufgaben und Pflichten. Störungen benötigten stets Vorrang. Ihr habt automatisch nach Lösungen gesucht, gerungen, diskutiert. Und Euer Herz, Euer Hirn und Eure Hände gaben erst Ruhe, wenn Lösungen in Sicht waren. Aber auch im Schweren gab es bestimmt Momente der Leichtigkeit, des Lachens.

Das Gelungene hat vielleicht nicht viel Beachtung gefunden, wurde als selbstverständlich wahrgenommen oder überschattet.

Deshalb geht es heute um Eure Erfolge, um das, was Euch geglückt ist, was gut war.



Nimm eine Feder in die Hand.
Schau sie Dir genau an.
Betaste sie ganz
vorsichtig.
Beobachte sie,
wie sie im Flug
immer wieder
geschmeidig ihre
Richtung ändert,
wie sie sich wendet
und sich dem Luftstrom anpasst.

© pixabay/Innvirtlerin

Was war dieses Jahr leicht? Was ist geglückt?

Was hat Leichtigkeit in das Team gebracht: im Alltäglichen, in der Pflicht und im Schweren.

Es müssen keine großen Sachen sein. Manchmal sind es Kleinigkeiten, die eine Wendung bringen und wertvoll sind.

Tauscht Euch aus und „badet“ in den guten Dingen, die Ihr zu berichten habt.

Gerne könnt Ihr am Schluss die Federn gemeinsam fliegen lassen.

Seht, wie leicht sie sich im Wind bewegen.

Diese Leichtigkeit wünschen wir Euch sehr für die nächste Zeit.

Federn so leicht und zart — ein Hauch nur—, doch trotzdem entwickeln sie miteinander Spannung und Kraft.

In der Bibel wird für uns GoTT beschrieben, wie einer, der uns auf Flügeln trägt:

„Gott geht mit Dir um, wie ein Adler, der seinen Jungen das fliegen lehrt. Er begleitet ihren Flug und wenn sie fallen, ist er da, er breitet seine Schwingen unter ihnen aus und fängt sie auf. ER hüllt dich ein, gibt auf dich acht und hütet dich, wie seinen Augenstern.“ (nach Dtn 32,10.11)



©pixabay/Anilsharma26

Und dies soll Dir zum Segen sein:

Wieder ist ein Kita-Jahr geschafft!

Wieder haben wir Unterstützung und Beistand in harten Zeiten erfahren.

Danke,
für so manch gelungenes Miteinander.

Danke,
für jedes befreiende Lachen
und den gemeinsamen Humor,
der uns manchmal federleicht
durch Untiefen trug.

Danke,
für die Fähigkeit weiterzumachen
und durchzuhalten.

Schenke uns in den kommenden Wochen
Momente der Leichtigkeit, so dass wir
Aufatmen und einfach sein dürfen.

Amen



©pixabay/pasja1000