

Aussagen zum Thema

„Was trägt dich in deinem Leben“

Wir haben Menschen gefragt, was ihnen Halt im Leben gibt!

Christian Lohr - Nationalrat



Was trägt Sie in ihrem Leben? Sich von Gott in meiner besonderen Lebenssituation getragen, unterstützt, gefördert, geliebt zu fühlen, das gibt mir viel innere Stärke. Meine Familie, meine Freunde und Kollegen lassen mich Offenheit und Herzlichkeit spüren.

Wer oder was gibt ihnen Halt? Den Sinn im Leben zu kennen, um mein tägliches Engagement danach auszurichten, ist für mich wie ein Kompass. Aktiv zu sein, das bedeutet auch regelmässig sich mit sich selber auseinanderzusetzen. Ich bestreite viele Wege und mache dabei immer wieder wertvolle Erfahrungen.

Was ist ihnen wichtig? Mich immer selber zu bleiben, d.h. im täglichen privaten wie politischen Leben authentisch zu sein, das strebe ich an. Ich liebe Menschen und setze mich deshalb auch entschlossen für ein würdiges Miteinander ein.

Aus dieser Werthaltung heraus habe ich ein differenziertes Denken in vielen Punkten.

Lea - 16 Jahre

Wenn ich das Gefühl habe, den Boden unter den Füßen verloren zu haben, besuche ich oft das Grab meines Grossvaters auf dem Friedhof. Manchmal sitze ich einfach nur da und hänge meinen Gedanken nach. Ich mag die Ruhe und die Atmosphäre auf dem Friedhof. Ich tanze jedoch auch oft und höre viel Musik. Diese Dinge helfen mir, meine Gedanken zu ordnen und mich wieder „orientieren“ zu können.

Je nach Situation treffe ich mich auch mit Freunden, um mich abzulenken und nicht zu viel nachzudenken.

Pascal - 14 Jahre

Also mir macht s musiziere neui Hoffnige.

Oder wenn i chan use und eifach nümme dra mues denke.

Aber am meiste trägt mich denn de Sport. Ohni Sport gad nüt!



BOOTSCHAFT

Die Ausstellung
zu Arche Noah

Sandra - 24 Jahre

Mein Exfreund und ich wohnten zusammen und haben Schluss gemacht.

Um das aufzulösen, brauchte ich viele Nerven und ich hatte sehr viel das Gefühl vom Alleinsein.

Geholfen hat mir einerseits Dart, mein Hobby. Damit konnte ich mich ablenken, da ich von meinen Kollegen umgeben war und einfach mal wieder lachen konnte.

Wenn ich im Gottesdienst bin, habe ich auch öfters das Gefühl, „genau so geht’s mir im Moment“ und kann daraus auch etwas lernen oder es hilft mir dann im Alltag, weil mir gerade ein Satz oder ein Lied durch den Kopf geht.

Nico - 14 Jahre

In schwierigen Situationen fangen mich meine Kollegen, Familie und der Sport auf.

Marcel - 20 Jahre

Bei mir ist wichtig, welche Themen mich belasten.

Über fast alles (Politik, Beruf, Freunde, Ausgang ...) kann ich mit meinen Grosseltern reden. Auch wenn sie nicht wirklich verstehen, was ich in meinem Beruf als Informatiker mache, tut es gut, mit ihnen darüber zu reden und evtl. etwas beizubringen.

Für alles Weitere (Beziehung ...) suche ich Kontakte in Chat-Foren. Es ist mir hierbei Angenehmer, mein Gegenüber nicht zu kennen, aber auch zu wissen, dass dies auch umgekehrt der Fall ist.

Selina - 15 Jahre

Im Winter 2012 bekam ich die Diagnose Diabetes Typ 1. Als ich das Wort Diabetes hörte, wusste ich gar nicht, was das für mich heisst und bedeutet. Erst später, als mir das erklärt wurde, kam in mir Angst auf; Ich könnte mir selber gar keine Spritze machen oder sechs mal am Tag den Blutzucker messen. Zwei Wochen lang im Kispri St.Gallen zu liegen, das Ganze einzustellen und zu verstehen, was in meinem Körper vor sich geht, brauchte sehr viel Geduld und Kraft.

Ich nahm die ganze Kraft aus der Familie, freute mich immer riesig, wenn sie mich besuchten, um Spiele zu machen. Ich freute mich auch, wenn ich Post von meinen Freunden bekam und sie mich besuchten. Ich war auch sehr erleichtert als ich erfuhr, dass ich trotz der Diagnose weiter Sport machen kann! Das bedeutet mir sehr viel.

Heute, im Alltag, habe ich mich sehr gut mit dem Diabetes eingelebt. Manchmal kommt es vor, dass die Blutzuckerwerte nicht stimmen. Dann könnte ich den Diabetes zum Mond schiessen. Wenn so eine Situation eintritt, freue ich mich einfach auf bessere Zeiten :).

Ich denke, dass ich froh sein kann, dass ich "nur" Diabetes habe, wenn ich Leute im Rollstuhl, Behinderte oder Menschen mit Krebs sehe.



BOOTSCHAFT

Die Ausstellung
zu Arche Noah

Joel - 20 Jahre

Als mein Grossvater gestorben ist, stützte mich meine Familie extrem. Aber auch meine Freunde hatten ein offenes Ohr für mich. Dank ihnen konnte ich locker durch diese schwere Zeit kommen.

Vanessa - 20 Jahre

Schon oft gab es Situationen in meinem Leben, die ich im ersten Moment einfach nicht verstehen konnte und die mir den Eindruck gaben, dass meine Welt gerade zusammenbricht. Ich fragte mich: Warum nur?! Ich konnte mir einfach nicht erklären, warum das passieren musste. Womit habe ich das verdient?

Ein schwieriges Ereignis vor ein paar Jahren habe ich im Nachhinein verstehen können. Und dort realisierte ich: Es war richtig so, es hatte damals so kommen müssen. Dieses Ereignis gab mir eine Erkenntnis, welche meinem Leben Halt und Boden gibt und ich habe also seit diesem Zeitpunkt meine Einstellung fürs Leben geändert: Es kommt alles, wie es kommen muss. Alles braucht seine Zeit, und wenn seine Zeit da ist, dann wirst du es verstehen.

Alles hat seinen Grund, auch wenn ich ihn im ersten Moment vielleicht nicht verstehe. Zu wissen, dass er später - wenn seine Zeit gekommen ist - für mich einleuchtend sein wird, gibt mir auch die Kraft, den Tiefpunkt dieses schwierigen Moments zu meistern! Mit diesem Motto habe ich gelernt, schwierige und schöne Zeiten meines Lebens zu akzeptieren und zu schätzen. Ich habe so auch gelernt, mich selbst mehr zu wertschätzen. Mich, mit meinen Fähigkeiten und meiner Persönlichkeit. Dies gibt mir auch die Power, meinen Alltag zu meistern und alles für meine Leidenschaft zu geben: beispielsweise für das Singen.

Michelle - 17 Jahre

Wenn beispielsweise alles schief läuft, was nur schief laufen kann, falle ich in ein tiefes Loch. Ich frage mich dann immer, wieso ich und wieso immer alles auf einmal.

Was mich in dieser Situation hält, sind meine Familie sowie meine Freunde. Es gibt aber auch Momente, an denen ich einfach keine Lust habe, mit jemandem zu sprechen und mir etliche gut gemeinte Ratschläge anzuhören. Dann nehme ich meine Kopfhörer, stelle die Musik auf 100 % und entspanne. Am liebsten nehme ich dazu noch ein heisses Bad, damit ich ein bisschen herunterkomme.



BOOTSCHAFT

Die Ausstellung
zu Arche Noah

Joel - 17 Jahre

Wenn ich in einer Situation den Boden unter den Füßen verliere, wie wenn ich zum Beispiel eine wichtige Prüfung verhauen habe oder ein lieber Mensch gestorben ist, ziehe ich mich zuerst einmal zurück.

Es hilft mir, alleine zu sein, mich zu sammeln und in Ruhe eine Lösung des Problems zu finden. Anschliessend wende ich mich an meine Familie, meine Mutter und meinen Vater.

Auch helfen mir meine Freunde in solchen Situationen, da sie die Probleme oft aus derselben Perspektive sehen und sie auch bereits einmal in einer solchen Situation waren. Ich versuche auch bei grösseren Problemen zurück, in den normalen Alltag zu finden.

Dabei sind mir die Schule und meine Hobbys sehr wichtig. Ich lenke mich ab mit lernen, Sport treiben oder anderen Aktivitäten im Verein, bei denen ich mit anderen Menschen zusammen sein kann. Meistens löst sich das Problem nach einer Weile von alleine oder es gibt eine Möglichkeit, eine Lösung mit einem Aussenstehenden zu finden.

Oft sind dies dabei die Eltern.

Erich - 17 Jahre

Ich war traurig, als mein Grossonkel (ich wohnte in derselben Wohnung und half ihm, wo ich konnte) starb. Ich wusste, dass ich ihn nicht mehr sehen werde und dass ich mit ihm nicht mehr über interessante Themen diskutieren kann. Das machte mir sehr zu schaffen.

Mir halfen dabei: Meine beste Kollegin, mein bester Kollege und meine Familie.

Sie halfen mir, indem sie einfach für mich da waren. Meine Eltern erklärten mir, dass man nicht nur immer sagen sollte, dies oder jenes nicht gemacht zu haben war schade, sondern dass ich eher an das denken sollte, was ich alles von ihm gelernt und was ich alles mit ihm erlebt habe.



Und du, was trägt dich in stürmischen Zeiten?



BOOTSCHAFT

Die Ausstellung
zu Arche Noah