

Schreibwerkstatt: über Vertrauen **Urvertrauen**

Mein Urvertrauen ist nicht zerstört. Ich habe Vertrauen in mich und die Menschen, wenn ich sie betrachte.

Mir vertraut ein Mensch. Ich trage Verantwortung. Dieses Vertrauen könnte ich niemals enttäuschen. Ich mache mir ein Bild des Vertrauens und enttäusche es nicht:

Ich möchte wie der fruchtbare Boden sein, den man aushebt, um ein Fundament zu bauen. Ich möchte wie das Fundament sein, auf dem man Mauern errichten kann. Ich möchte die Mauer sein, die das Dach trägt und das Dach, das das Haus beschützt.

Ich bin da, wenn ich gebraucht werde. Mit Nähe oder auch mit Warten. Ich habe Zeit. Ich gebe mir Mühe,

das passende Wort zu finden, was mir nicht immer gelingt.

Ich warte und bin geduldig, fordere nicht, stelle keine Erwartungen und mich nicht in den Vordergrund. Ich bin einfach da und glücklich in der Nähe dieses Menschen, der mir vertraut. (T.M)



Entdecken..(L.K.)

Vertrauen v. Gil

Vertrautes, Vertrauen, Trauen, abgesehen, Misstrauen, Abschauen

Wem oder was kann man heute noch vertrauen? Die Antwort ist nicht leicht. Für mich hat das auch was mit Lebenserfahrung zu tun. Mit dem „trail and error“ Prinzip, geht oder geht nicht. Im Politischen ist nach meiner Meinung nach ein gesundes Misstrauen angesagt. Man muss nicht alles glauben, was in der Zeitung steht, habe ich früher mal gehört. Durch Erfahrung und politisches Interesse habe ich gemerkt: Da ist was dran. Aber gesundes Misstrauen scheint eine allgemein gültige Redewendung zu sein. Gibt es auch ein gesundes Vertrauen? Wenn mein Vertrauen missbraucht worden ist, würde ich mich als naiv bezeichnen. Andererseits verliert eine



..Erkunden..(L.K.)

Personen, eine Organisation oder Institution, die nicht als vertrauenswürdig gilt, an Reputation. Ein vertrauliches Gespräch stellt somit so eine Art Vertrag dar. Man sollte aber vorher klarstellen, was vertraulich ist. Zum Beispiel durch die Frage „Kann ich dir was anvertrauen“? Wenn der andere das bejaht, ist eine Abmachung beschlossen worden. (G.T.)

Vertrauen v. Andreas

Vertrauenswürdig, vertraut, du kannst mir vertrauen, mir wird vertraut, Vertrauen = Verantwortung, Vertrauensmissbrauch, Vertrauensbruch, die Erwartung des Vertrauens, Misstrauen, Selbstvertrauen.

Bin ich vertrauenswürdig? Personen die mir vertrauen, denken sicherlich, ja. Ich kann mich selbst nicht einschätzen, oder doch? Was mir im Vertrauen zugetragen wird, kann ich schon für mich behalten. Auch Dienstleistungen oder Arbeiten, die mir aufgetragen werden, führe ich nach bestem Wissen und Gewissen aus. Dabei spielt es keine Rolle, ob ich diese mag oder nicht. Vertrauen ist auch Verantwortung. Man erwartet von mir, dass ich diese oder jenes gut ausführe. Mir wird also vertraut. Vermutlich aufgrund vertrauenswürdiger Merkmale, die man in mir erkennt.

Es gibt Gruppen, die wegen banaler Äußerlichkeiten Vertrauen erwecken oder aufbauen wollen. Ich meine die Finanzdienstleistungsbranche. Sie sind immer adrett gekleidet und gut frisiert. Man vertraut ihnen sein Geld an. Ob Finanzskandal oder Pleiten, noch immer wird dieser Branche

blind vertraut. Hier sehe ich einen großen Vertrauensmissbrauch, aber Misstrauen entsteht nicht. Jedenfalls nicht deutlich erkennbar. Warum ist das so? „Du kannst mir vertrauen“ ist ein Satz, an dieser Stelle gesagt, der mit einer Vertragsunterschrift bestätigt wird, und doch zu einen späteren Zeitpunkt Unbehagen in mir auslöst. Es nagt an meinen Selbstvertrauen, sollte aber im Vorfeld ein gesundes Misstrauen gegenüber der Dienstleistung sein.

Ich jedenfalls bemühe mich, immer die in mir gesetzte Erwartung zu erfüllen. Kann ich das nicht oder interpretiere ich falsche Vorgehensweise aus dem Verlangten, so ist das vielleicht ein Kommunikationsproblem. Es kann ja nicht sein, dass ich alles falsch verstehe, soviel Selbstvertrauen habe ich ja. Es liegt wohl daran, dass mein Gegenüber das Gewollte nicht in gute, für mich verständliche Sprache ausdrückt oder zu oberflächlich spricht. Vertrauen hat auch was mit Verstehen zu tun. Immer währendes Nichtverstehen führt zu Misstrauen und Gleichgültigkeit. Die ursprüngliche Basis geht verloren. Nichtsdestrotrotz wird mir an anderer Stelle vertraut. Also bin ich vertrauenswürdig (A.R.)



..Erklettern..(L.K.)



..Besetzen..(L.K.)

Vertrauen v. Sonja

Wenn echtes Vertrauen in mich gesetzt wird, mit einer Erwartungshaltung, die weder zu hoch noch zu niedrig ist, tut mir das gut für mein Tun. Es stärkt mein Selbstvertrauen und motiviert mich, mich mit meinen Fähigkeiten und Begabungen, die sich noch ausbauen lassen, einzubringen und auch mal was Neues auszuprobieren, das ich gut finde und mir Freude macht. Durch Vertrauen, das andere in mich setzen, weil sie mich auch ein Stück weit kennen oder gut einschätzen können, werde ich ermutigt, aktiv zu sein und zu erleben: „Der Mensch wächst mit seinen Aufgaben.“ Wichtig finde ich dabei, dass nicht nur irgendwas auf mich abgewälzt wird, sondern mir auch was übertragen oder anvertraut wird, das zu mir passt. Da ist auch meine eigene Selbsteinschätzung und Erfahrung und mein Selbstvertrauen gefragt. Als wertvoll erlebe ich es, wenn mir das Vertrauen nicht gleich entzogen wird, wenn mal was nicht so gut klappt, mir ein Fehler unterläuft oder ich was nicht schaffe bzw. nicht gleich schaffe. Ja, entlastend ist es, das Gefühl haben zu dürfen, selbst ein Scheitern muss nicht gleich das Ende sein. Und dies gilt genauso, dass ich ein Stopp setzen darf, wenn ich merke, dass mich etwas überfordert bzw. wenn ich langsamer oder in mehreren Schritten eine Verantwortung übernehmen will. Mit so einer Basis an Vertrauen, hat mir meine Lebenserfahrung gezeigt, konnte ich am besten in Aufgaben hineinwachsen oder auch einfach persönlich über mich hinauswachsen.

Spannend wird es, wenn ich in einem Beziehungsgeflecht wirke, in dem



..Beherrschen. (L.K.)

verschiedene Personen Vertrauen in mich setzen und ich merke, dass ich nicht allen gleich gerecht werden kann, dass ich sogar auf Grund von Sachzwängen oder Ähnlichem mich gezwungen fühle, die Erwartungshaltung von der einen oder anderen Seite zu enttäuschen. Die Erwartungen von Kindern zu enttäuschen, die einem mit so einer Riesenportion an Vertrauen oft begegnen und einen mit ihren unschuldigen Augen um etwas bitten, finde ich am schwierigsten. Andererseits ist es wohl wichtiger, eine von Liebe und Vertrauen getragene Beziehung zu den Kindern zu halten, als dass es immer nach ihren Wünschen gehen müsste. So können auch Kinder besser mit der Enttäuschung umgehen, dass mal etwas nicht nach ihrem Willen möglich ist. Wenn Kinder merken, dass ihnen vertraut wird, motiviert sie dies auch, verantwortlich mit einer Aufgabe umzugehen, die ihnen übertragen wird und zugetraut wird. So können sie mit mehr Leichtigkeit in zunehmende Aufgaben hineinwachsen. (S.L.)