

## **Entdecke deinen Kampfgeist!**

Hallo und herzlich willkommen! Mein Name ist Folarin Omishade und ich freue mich, dass du wieder eingeschaltet hast!

In meinem letzten Video habe ich über die Entschlossenheit gesprochen, die wir alle in uns tragen. Wir wurden mit einem Kampfgeist geboren. Jeder von uns hat die Fähigkeit, kreativ zu sein; die Fähigkeit zu lieben, sich zu kümmern und neue Lösungen zu finden. Ich meine jeden von uns. Auch dich.

Warum können manche Menschen diese Fähigkeiten ganz einfach nutzen – und andere nicht?

Warum glauben sie so sehr an sich, dass wir sie manchmal arrogant nennen würden?

Warum sagen manche Menschen „Gib mir eine Gelegenheit und ich werde das Beste daraus machen“? Und: Sie meinen es so!

Und einige gehen sogar noch weiter und sagen „Wenn es gerade keine Chance zu geben scheint, dann werde ich mir eine erschaffen.“

Wahrscheinlich denkst du jetzt, dass du zu keiner dieser Gruppen gehörst. Aber doch – das tust du! Ich spreche über dich.

Lass uns zurückdenken:

Als Kind haben wir mit allen Mitteln, die uns zur Verfügung standen, die Aufmerksamkeit der Erwachsenen auf Dinge zu lenken, die uns störten oder die uns fehlten: Weinen, nicht schlafen wollen, uns auf den Boden schmeißen usw.

Heute als Erwachsene – was tun wir? Wir bleiben einfach leise... Wir bleiben im Bett und können oder wollen nicht aufstehen, wir sehen traurig aus oder vielleicht tun wir auch so als wären wir glücklich. Bei der Arbeit funktionieren wir nur, unglücklich. Und plötzlich hört man, dass eine Person sich ihr Leben genommen hat, weil sie das alles nicht mehr ertragen konnte.

Ich habe gesagt, ich werde dir Wege zeigen, Motivation und Kampfgeist zu nutzen...

Aber bevor wir dazu kommen, lass uns nochmal zurückblicken und nachvollziehen, wie wir bis hierher gekommen sind.

Als Kinder:

- Haben wir unseren Eltern (oder den Menschen, die für uns gesorgt haben) vertraut
- Wir haben uns auf sie verlassen, ihnen vertraut – egal, ob sie gut zu uns waren oder nicht

Als wir größer wurden, lernten wir nach und nach, Dinge selbst zu tun. Das hieß aber im Endeffekt, dass wir eine Rolle gespielt haben. Ohne dass es uns bewusst war, haben wir uns Vorbilder gesucht – in der Familie, in der Schule, in unserer Umgebung.

Wir haben versucht zu tun, was sie taten. Zum Beispiel:

- Wie sie Probleme gelöst haben oder vor Problemen weggelaufen sind
- Ob sie gekämpft oder aufgegeben haben
- Wie sie erfolgreich waren oder versagt haben
- Ob sie einen Weg fanden zu überleben oder dem Gewicht der Erwartungen an sie unterlagen.

Vergiss es nicht: Du hast dir nicht ausgesucht, wo du geboren wurdest oder deine Eltern...

An einigen Situationen, in denen wir uns heute befinden, tragen wir keine Schuld. Aber wir suchen teilweise krampfhaft nach Gründen, warum wir daran die Schuld tragen.

Wichtig ist aber: Wir sind **immer** in der Lage, die Verantwortung für unser Leben zu übernehmen und aus dem Falschen das Richtige zu machen.

NUN FRAG DICH SELBST:

1. WER WAR DEIN VORBILD?
2. Welche Information hast du dir Tag für Tag anhören dürfen?
3. Wurde dir gesagt, dass du etwas Besonderes bist oder warst du nur eine(r) von vielen?
4. In was für einer Familie bist du aufgewachsen?
5. Wurdest du misshandelt oder mit Respekt und Würde behandelt?
6. Hattest du überhaupt eine eigene Familie oder wurdest du von einer Pflegefamilie zur nächsten geschickt?
7. Wurdest du von deinen Eltern gelobt? Oder war in ihren Augen jeder besser als du?
8. Wurdest du behandelt wie ein Fehler?
9. Hast du immer gehört, dass das, was du tust, nicht (gut) genug war?

Wir alle sind das Ergebnis unserer Kindheit! Das bedeutet, dass die Dinge, die wir früher gehört haben, folgende Dinge beeinflussen:

- Unser heutiges Verhalten
- Unsere Art zu lieben
- Unser Einfühlungsvermögen
- Unsere Art zu leiten
- Art zu folgen
- Unser Vertrauen
- Unsere Art, die Dinge zu sehen
- Unsere Art zu reden

Nun lass uns all dies zusammenbringen. Es ist sehr wichtig für dich, Folgendes zu wissen:

- Du kannst deine Geschichte umschreiben.
- Du hast die Fähigkeit, den Dingen eine Wendung zu geben.
- Du wurdest mit einer außergewöhnlichen Entschlossenheit geboren. Du musst nur beginnen.
- Du wirst überrascht sein, wie gut es funktioniert.

ZU GUTER LETZT: DIESE SCHRITTE WERDEN DIR HELFEN, DEINEN KAMPFGEIST ZU ENTDECKEN UND ZU NUTZEN:

1. Analysiere deine Situation – oder finde jemanden, der dir dabei helfen kann. Mach nicht alles mit dir allein aus.
2. Hab den Willen und den Mut, das Unbekannte zu wagen.
3. Verlasse deine Komfortzone.
4. Beginne – oder lerne – die Dinge von der positiven Seite zu sehen.
5. Was gibt dir Kraft und Stärke? Investiere da hinein.
6. Suche dir Menschen, die dich inspirieren; Menschen, die das Leben positiv sehen. Es mag anfangs unbequem sein; doch umgib dich länger mit ihnen.

7. Entferne dich vorsichtig von Menschen, die negativ denken und reden. Sie werden deine Fortschritte nicht zu würdigen wissen.
8. Beginne, an dich selbst zu glauben.
9. Hab keine Angst davor, Fehler zu machen. Die Angst vor Fehlern lähmt unsere Fähigkeit zu denken und kreativ zu sein.

Ich werde hier stoppen mit einem Zitat von Albert Einstein:

„Jemand, der nie einen Fehler gemacht hat, hat nie etwas Neues versucht. Lerne aus gestern, lebe für heute und hoffe auf morgen.“

Sei stark, bleib gesund und glaub an dich.

Bis bald!