

Brief einer 17 Jährigen an Jesper Juul auf seinen Artikel, in der norwegischen Tageszeitung „Dagbladet“

Ist es zu spät?

Ich habe deinen Artikel am 12. November im Tageblatt gelesen und denke darüber nach, ob es für meine Eltern zu spät ist diese Methode mir und meinen Brüdern gegenüber anzuwenden. Ich bin ein 17 jähriges Mädchen und habe zwei Brüder die 15 und 9 Jahre alt sind.

Ich habe das Gefühl, dass ich meinen Eltern gegenüber nicht ganz ich selbst sein kann; besonders in letzter Zeit; aus Angst als die Person die ich bin kritisiert und zurückgewiesen zu werden. Ich ziehe mich in mein Zimmer zurück und ziehe den Computer der Gesellschaft meiner Eltern vor. Besonders meinem Vater. Ich habe den Eindruck, dass alles was ich mache falsch ist; und selbst wenn wir aus Spaß toben (kämpfen), fürchte ich, etwas falsch zu machen oder zu sagen. Natürlich bedeuten sie mir viel; aber ich fühle, dass wir uns von einander entfernt haben. Ich habe Angst mich vor meinen Eltern zu öffnen, weil ich nicht möchte, dass sie mich missverstehen oder mich kritisieren. Ich möchte nur wissen ob sie mich lieben; aber ich weiß nicht ob es so ist. Ich weiß, dass sie mich gern haben und dass ich ihnen etwas bedeute; aber ich wünschte sie würden etwas mehr darüber nachdenken, wie ich empfinde und dass sie wenigstens mehr versuchen würden mich besser zu verstehen.

Ich bin einige Zeit gemobbt worden; das fing vor 10 Jahren in der Grundschule an und ich habe Probleme damit mich zu öffnen. Ich schaffe es nicht einer Person hundertprozentig zu vertrauen; nicht einmal meinen eigenen Eltern. Ich habe große Angst davor ein ewiger Einzelgänger zu werden und davor, dass ich niemals eine Person vom ganzen Herzen lieben kann und niemals jemanden vertrauen kann. Das will ich nicht.

Manchmal spreche ich offen mit meiner Mutter; aber ich fühle, dass es ihr nicht wichtig ist; dass sie ein Ideal im Kopf hat und möchte, dass ich so sein soll. Sie vergleicht mich immer mit sich selbst; aber ich bin nicht wie sie! Ich bin nicht genauso stark, smart, selbständig, sozial, nett und talentiert wie sie es ist. Ich will, dass sie alles an mir mag, sowohl meine positiven und negativen Seiten.

Ich möchte auch ein besseres Verhältnis zu meinem Vater; aber er arbeitet ständig; selbst in den Ferien hat er Telefonsitzungen. Wenn ich ernsthaft mit ihm rede, spielt er es herunter und nimmt mich nicht ernst. Die Stimmung ist immer besser, wenn er nicht da ist. Es ist als ob er immer weniger ein Teil der Familie ist, und er versteckt immer seine Gefühle. Es ist als hätte er nur drei Gesichter:

- Das Jobgesicht welches am Gewohntesten ist.
- Das Tobegesicht, welches ab und zu mal auftaucht, wenn er in Tobestimmung ist.
- Das zornige Gesicht welches jedes Mal auftaucht wenn er zornig ist - und das passiert öfter als ich es mir wünsche.

Ich möchte nicht, dass er seine Gefühle zurückhält, sondern lieber, dass er mit mir und meinen Brüdern redet wenn wir etwas falsch machen, statt uns anzuschreien. Ich wünschte er würde sich uns gegenüber öffnen und mehr Gefühle zeigen und nicht nur Wut, Gleichgültigkeit und Abwesenheit. Ich möchte meine Eltern besser kennen lernen, dass wir miteinander reden können, wirklich miteinander reden ohne Konflikte zu haben. Ich möchte, dass sie mich anhören und wirklich zuhören und nicht nur hören was an der Oberfläche sondern auch das was darunter verborgen ist. Ist es zu spät sich zu verändern? Glaubst du, dass sie mich jemals verstehen werden? Was kann ich bzw. sie tun um unsere Beziehung zu verbessern? Grüße von einer frustrierten Jugendlichen

Antwort von Jesper Juul:

Danke für deinen Brief und dein Vertrauen! Wie ich in der Einleitung geschrieben habe, dürfte dieses das Weihnachtsgeschenk des Jahres für deine Eltern sein, wenn du dich dazu entschließt es ihnen zu geben.

Du fragst ob ich glaube ob sie dich jemals verstehen werden. Nein, das glaube ich eigentlich nicht – aber das ist eine mehr philosophische Antwort. Ich glaube, dass niemand von uns einen anderen Menschen ganz verstehen kann. Es wird immer eine Einsamkeit zurück bleiben, die wir, wenn wir es wählen, mit jemanden teilen können um für eine Zeit weniger allein zu sein. Aber ich habe einen großen Glauben daran, dass deine Eltern ihr Bestes geben werden um dir zuzuhören, dich ernst zu nehmen, dir zur Verfügung zu stehen, in dem Umfang wie du es brauchst. Das dänische Fernsehprogramm TV2 hat letztes Jahr ein interessantes Experiment durchgeführt, in dem große Kinder ihre Familie beschreiben sollten. Dies wurde in Form von gefilmten Interviews, Zeichnungen u.ä. gemacht, und das Ganze wurde im nüchternen Ton gehalten – keine Vorwürfe, keine Kritik, einfach eine Beschreibung. Alle Eltern waren im Schockzustand als sie den Film gesehen haben. Niemand von ihnen hatte eine Ahnung davon, dass ihre Kinder die Wirklichkeit so erleben. Die gute Nachricht ist, dass alle Eltern schon am nächsten Tag wichtige Bereiche im Leben ihrer Familie änderten und auch ihr eigenes Verhalten.

Wenn ich an dein Leben jetzt und in Zukunft denke, wird das mit dem Vertrauen anderen Menschen gegenüber das Wichtigste. Nach so vielen Jahren mit Mobbing, ist es verständlich, dass du dich versteckst und beschützt. Das hat weh getan und der Schmerz sitzt tief in der jungen Seele. – Aber, das tut der Wille zum Lieben, zum Glück auch.

Wenn man in die Situation gekommen ist, dass man eigentlich nicht jedem misstraut, sondern dass es einem nur schwer fällt zu vertrauen; ist es wichtig zu wissen: Vertrauen ist nicht etwas was man bekommt, sondern etwas was wir beschließen einem Menschen zu geben. – Der Andere kann mehr oder weniger vertrauenswürdig sein, aber letztendlich sind es du und ich die beschließen ob wir die Chance nehmen wollen und denen unser Vertrauen geben, weil das der einzige Weg aus der Einsamkeit ist.

Meiner Meinung nach wäre das mit deinen Eltern ein guter Anfang. Sie versuchen nicht dich aktiv zu kritisieren oder dir weh zu tun; sondern sind eher normal hilflos. Deinem Vater geht es mit seiner Rolle nicht gut, und deine Mutter hat - so wie viele Mütter - so viel damit zu tun dir das zu geben, was du ihrer Meinung nach brauchst, dass sie sich keine Zeit nimmt zu überlegen, dass sie selbst es vielleicht sein könnte, die etwas braucht.

Damit ähneln deine Eltern der Mehrheit, die damit beschäftigt ist, ihre eigenen Werte als Eltern zu finden und all das Wertvolle vergessen, was sie von und zusammen mit ihren Kindern bekommen. All das ist ein wichtiger Teil davon einen anderen Menschen zu lieben.

Dein Geschenk an deine Eltern ist so schön und so rein, dass es vielleicht das Einzige ist, das deren "mit sich selbst beschäftigt sein" schmelzen lässt und somit sowohl ihr eigenes Leben und das deiner Brüder bereichern kann. Schon jetzt, gibt es tausende norwegischer Eltern - die nachdem sie deinen Brief gelesen haben - mit einem Kloß im Hals sitzen und über ihre eigene Rolle als Eltern nachdenken. Eltern die morgen mit anderen Augen ihre Kinder und Jugendliche sehen und ihnen mit neuem Interesse entgegentreten.

Ich schlage vor, dass du deine Eltern um ein Gespräch bittest; deinen Vater darum sein Handy auszuschalten und beide darum still zu sein, bis du gesagt hast was dir auf dem Herzen liegt. Wahrscheinlich werden sie es mit der Angst zu tun bekommen, weil sie sich vorstellen, dass du ihnen etwas „Schreckliches“ erzählen willst – dass du schwanger bist, lesbisch, drogenabhängig oder etwas dergleichen; aber es wird ihnen helfen die Wärme zu spüren die von dir ausgeht.

Wenn du keinen Mut hast diesen direkten Weg zu gehen, kannst du jedem von ihnen einen Brief schreiben, den sie lesen dürfen, während ihr zusammen sitzt (gib beiden beide Briefe).

Wenn es wider meiner Erwartung nicht gelingen sollte zu deinen Eltern durchzudringen, glaube ich, dass du sie darum bitten solltest eine Reihe Gespräche bei einem Therapeuten oder Psychologen zu bezahlen.

Es ist so viel Schönes in dir, was raus möchte, so dass es ein Gegengewicht zu all dem Schlechten was du erlebt hast wird. Sonst riskierst du, dass die, die gemobbt haben, gewinnen und dich einsam und mit einem zerstörten Selbstbild hinterlassen. Du bist schon so erwachsen, dass du weißt, dass es in der Liebe darum geht zu geben. Dieses Gespräch mit deinen Eltern wird in vielen Bereichen eine "Reifeprüfung" sowohl für dich wie auch für deine Eltern. Traust du dich ihnen das zu geben was du hast und trauen sie sich es anzunehmen? Ich hoffe es!

Übersetzung: familylab-Trainerin Andrea Hansen-Noack

©Jesper Juul, www.familylab.de

familylab.de

f a m i l y l a b . d e
die familienwerkstatt
Mathias Voelchert GmbH
Amalienstrasse 71
D-80799 München

T 089 - 219 499 71
F 089 - 22 807 200
info@familylab.de
www.familylab.de