



Leseprobe aus Juul, Das Kind in mir ist immer da, ISBN 978-3-407-86515-1

© 2018 Beltz Verlag, Weinheim Basel

[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?
isbn=978-3-407-86515-1](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-86515-1)

SPRECHENDES SCHWEIGEN

Meinen Eltern kann ich, wenn man bedenkt, in welcher Zeit sie uns Kinder großgezogen haben, gar nichts vorwerfen. Damals führte man keine Dialoge mit Kindern. Eltern besprachen mit ihren Kindern nur das Notwendigste, und auch Mann und Frau unterhielten sich so wenig wie möglich.

Mein Vater hat in all den Jahren meiner Kindheit und Jugend kaum mit uns gesprochen, und wenn er mal etwas sagte, dann kurz und bündig. Meine Mutter hingegen redete die ganze Zeit, aber sie wusste nicht, wie man ein Gespräch führt. Sie wusste immer, was man in der einen oder anderen Situation zu sagen hat, so, wie es von einem erwartet wird. Sie hatte also Phrasen für den Todesfall, für Glückwünsche, für Unfälle oder Krankheiten parat, aber sie hat es nie zu ihrer eigenen Sprache gebracht. Sie sprach eine Sprache, die ich nie lernen konnte und lernen wollte, sodass ich bis zum heutigen Tag nicht weiß, was *man* sagt. Statt zu sprechen, schwieg auch ich lange Zeit, aus dem einfachen Grund, weil mir eine persönliche Sprache fehlte. In diesem familiären Kontext war es mir unmöglich, meine persönliche Sprache zu entwickeln. Die elementare Sprache, mit der Kinder geboren werden, bedurfte aus Sicht der Erwachsenen einer unnachgiebigen Korrektur, und so wurde damals das direkte »Ich will!« oder »Ich will nicht!« schnellstmöglich ausgemerzt, in der Schule sowieso. Kein Satz durfte mit »Ich« anfangen.

AN DER PERIPHERIE

Meine Eltern blieben also zusammen – aber von dem Tag an, als mein Vater den Wunsch nach einer Trennung ausgesprochen hatte, waren beide unglücklich. Meine Mutter übernahm jetzt die komplette Kontrolle über ihren Mann, und mein Vater verschwand im Schatten seiner Frau, bis wir schließlich einen Fernseher bekamen, hinter dem er sich von sechs bis zehn Uhr abends verstecken konnte.

Intuitiv spürte ich schon damals, dass meine Eltern mir nichts Bedeutendes geben konnten – außer Essen, Kleidung und einer Schlafstätte. Das Elternhaus zu verlassen war aber noch nicht möglich: Ich war zu klein. Also fand ich meinen Platz in der Peripherie meiner Familie – eine gute Lage, um zu lernen, wie man mit sehr wenig überleben kann, aber auch, um ein guter Beobachter zu werden.

FEUER

Von dem Tag an, als ich dreieinhalb Jahre alt war und sich mein Vater von meiner Mutter scheiden lassen wollte, gab es in der Familie eine anhaltende Krise, sodass zu Hause eine un-gute Atmosphäre herrschte. Wie alle Kinder habe ich auf diese



Ich, zweieinhalb Jahre alt.

Krise reagiert und wurde ein »schwieriges« Kind. Das veranlasste mich, eines Tages ein großes Feuer in unserem Keller anzufachen, aber ich hätte ebenso gut auch anfangen können zu stehlen oder etwas anders anstellen können.

Der Versuch, unser Haus abzufackeln, scheiterte jedoch, und so zündete ich als Nächstes den Kindergarten an. Nach diesem erneuten »Vorfall« hatte ich großes Glück: Eine Schulpsychologin wurde konsultiert und sprach mit mir und mit meinen Eltern. Und sie kam zu dem Schluss, dass ich gute Gründe für das hatte, was ich tat. Aber anstatt meine Eltern mit ihrer Einschätzung zu konfrontieren, was damals, in den 1950er-Jahren, unmöglich war, fand sie eine gute Ausrede: Sie sagte, dass ich mich einfach langweile, ich sei einfach zu intelligent, um noch den Kindergarten zu besuchen. Stattdessen riet sie meinen Eltern, mich so rasch wie möglich in die Schule zu schicken. Und so bin ich mit sechs in die Schule gekommen. Und ich glaube, dass es mir sehr geholfen hat. Aber genau kann ich mich an diese Zeit meiner frühen Kindheit nicht erinnern. Kinder, die eine schwierige Kindheit hatten, können sich oft nicht erinnern. Einige können es vielleicht, ich nicht. Das meiste ist aus meinem Gedächtnis herausgelöscht.

Wie gesagt, ich habe bis zum Alter von sechs, sieben Jahren große Gedächtnislücken. Und wenn ich später versucht hätte, meine Mutter irgendetwas zu fragen, hätte sie sofort in ihren durch und durch narzisstischen Modus geschaltet und jede Frage als Angriff auf sich gesehen: »Warum bist du immer so unzufrieden? Warum kritisierst du mich ständig?« Mehr hätte sie nicht gesagt. Ich hätte kein Stück mehr an Informationen aus ihr herausgeholt. Und aus meinem Vater ebenso wenig. Er war in dieser Hinsicht ebenfalls unfähig, zu sprechen.

Es stellte sich heraus, dass ich sehr gern in die Schule ging. Ich lernte gut, sodass die Sorgen meiner Eltern nicht mehr mir, sondern wieder ihrer Ehe galten. Mein Vater arbeitete als Verkäufer in einem großen Laden. Er war dafür verantwortlich, Kunden in deren Gardinen- und Teppichwahl zu beraten. Dies war für ihn eine tägliche Frustration, da seine Leidenschaft seit dem Alter von 14, 15 Jahren eigentlich der Malerei galt. Er hatte bereits viele Skizzen, Zeichnungen und Bilder angefertigt und wäre sehr gern auf eine Kunstakademie gegangen. Sein eigener Vater, von Beruf Maler und Anstreicher, wollte davon aber nichts wissen und forderte von ihm, einen bodenständigen Beruf zu ergreifen. Er finanzierte meinem Vater eine Lehre als Schaufensterdekorateur. Dem machte es Freude, Menschen in Sachen Farben und Materialien zu beraten – er war darin auch geschickt. Aber innerlich litt er. Kein Künstler, und der hätte mein Vater durchaus werden können, ist glücklich, wenn er statt Kunst Dekoration fabriziert.

IM EXIL

Bereits als ich ungefähr vier Jahre alt war, habe ich gespürt, dass mir meine Eltern nicht das geben können, was ich brauche. Ich war klein und musste selbstverständlich bei ihnen bleiben, aber mental habe ich im Exil gelebt. Keiner hat sich dafür interessiert, wer ich war. So war ich de facto allein. Und weil es für mich immer schon so gewesen war, ging ich davon aus, dass sich *jeder* allein fühle. Heute fühlen sich immer weniger Kin-

der einsam. In dieser Hinsicht haben sich Eltern in den letzten 20 Jahren wirklich verbessert.

Damals jedoch war niemand daran interessiert, wer du bist, gleichgültig ob als Erwachsener oder als Kind. Da gab es keinen Unterschied. Und deswegen waren so viele Menschen einsam. Und so habe ich gedacht, dass alle Kinder in derselben Lage seien wie ich. Natürlich gab es damals einige Menschen, die verheiratet waren und das besser machten als meine Eltern. Die einen respekt- oder sogar liebevollen Umgang miteinander hatten und die existenziell sinnvolle Gespräche miteinander führten, aber das war sicherlich absolut die Ausnahme. Ich kannte es jedenfalls nicht. Und so habe ich mir eine eigene Welt zurechtfantasiert und habe mich in ihr auch wohlfühlt! Den meisten Menschen macht die Einsamkeit zu schaffen, ich aber kenne gar keinen anderen Zustand. Aus mir konnte gar kein soziales Tier werden, ich habe nicht mal aus Versehen versucht, mich mit Menschen zu umgeben, nur um nicht allein zu sein, auch später als Therapeut nicht. Zum anderen bin ich äußerst befähigt, für mich selbst zu sorgen. Ich brauche niemanden, der sich um mich kümmert, was manchmal schwierig ist, denn wie soll man sich auf jemanden beziehen, der so unabhängig ist? Als Kind nahm ich an, dass alle Menschen so existieren.

DAS KIND UND DIE LIEBE

Als ich neun Jahre alt war, verlor mein Vater seinen Job, und wir mussten in die Geburtsstadt meiner Mutter, nach Ebeltoft, ziehen. Einer der Brüder meiner Mutter war ein erfolgreicher Geschäftsmann und besaß einen Möbelladen. Mein Vater war gezwungen, eine Arbeit in diesem Laden anzunehmen – das bedeutete für ihn die endgültige Erniedrigung. Er bekam fürchterliche Kopfschmerzen und ein blutendes Magengeschwür. Nach der Arbeit musste er sich immer ausruhen. Deshalb legte er sich tagtäglich auf ein Bett, das sich in unserem Wohnzimmer befand. Zudem schluckte er Unmengen an Schmerztabletten. Wir sahen ihn nur selten – meist nur morgens, wenn er aufstand. Stets wurden wir angehalten, uns ruhig zu verhalten. Nicht allzu lange danach erkrankte meine Mutter an Tuberkulose und kam für ein Jahr in ein Rehabilitationszentrum für Lungenkranke. In dieser Zeit sorgten drei oder vier junge Mädchen für meinen Bruder und mich. Wenn eines ging, kam das nächste.

Meine Kindheit war also von den Krankheiten meiner Eltern überschattet. Die gesundheitlichen Probleme meines Vaters waren aus heutiger Sicht eindeutig psychosomatisch. Er lebte in einer schrecklichen Ehe und kam da nicht heraus. Er hatte nicht den Mut, meine Mutter zu verlassen. Es war für ihn wie in einem Gefängnis. Nur dass er den Schlüssel gehabt hätte. Er besaß jedoch nicht den Mut, für sich selbst einzustehen. Er hatte diesen Mut nicht gegenüber seinem eigenen Vater und

auch nicht gegenüber seiner Frau. So war das! Man könnte einwenden, zu diesen Zeiten sei das eben nicht so einfach gewesen. Aber was soll das? Es ist nie einfach!

Wenn sich Leute heute scheiden lassen, ist es ja auch nicht einfach für sie. Für mich gibt es da keine Entschuldigungen. Für meinen Vater nicht, für mich selbst nicht, für niemanden. Wenn du mit deinem Leben nicht zufrieden bist, dann verändere es. Denn wenn du es nicht machst, wirst du deine eigene Familie damit kontaminieren. Dafür kann ich kein Verständnis aufbringen und auch keine Geduld.

Klienten sagen oft: »Das ist aber schwer!« Und ich sage: »Ja, das ist es. Aber hat dir jemals einer versprochen, dass es einfach werden würde? Weißt du, das Leben ist schwierig!« Oder wie es ein amerikanischer Professor ausgedrückt hat: »Das Leben ist hart und dann stirbst du.« Erwarte kein Glück.

Ich glaube aber, dass wir viel erreichen, wenn es uns gelingt, uns zu verändern, so wie ich es im Nachwort zu meinem Buch *Liebende bleiben. Familie braucht Eltern, die mehr an sich denken* geschrieben habe. Wenn wir unsere Vorstellung hinsichtlich der Ehe oder wie wir als Paar leben möchten, ändern. Weil wir noch immer so tun, als lebten wir wie vor 40 oder 50 Jahren. Dabei ist doch offensichtlich geworden, dass es so nicht funktioniert. Mein Vorschlag ist, dass wir für auf Liebe basierenden Beziehungen zwischen zwei Erwachsenen einen anderen, sinnvolleren Weg finden. Und ich bin überzeugt, dass viele öffentliche Institutionen bald Kurse und Seminare beginnen werden, die mit Eltern und Paaren zusammen erarbeiten, dass Liebesbeziehungen heute anders zu gestalten sind als früher. Die von mir gegründeten, international tätigen Familienwerkstätten »familylab« haben bereits damit angefangen.