

09.08.2023 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Vertrauen lernen

Neulich habe ich mit einer Mutter gesprochen, die wegen ihres Sohnes zu mir gekommen ist. „Er geht nicht mehr zur Schule“, hat sie gesagt. „Und ich verstehe nicht, warum. Je mehr ich versuche, ihm zu erklären, dass das wichtig ist, umso mehr macht er dicht.“ Ähnliche Dinge höre ich in meiner therapeutischen Praxis im Moment sehr oft. Nach dem Lockdown wegen Corona finden viele Kinder und Jugendliche nicht mehr zurück in die Schule. Sie stellen sich selbst und vieles um sie herum infrage.

„Und was, wenn nicht?“

Ich habe dann auch mit dem Sohn gesprochen. Und ich hatte das Gefühl, dass es stimmt, wenn er sagt: „Ich brauche einfach ein bisschen Zeit, um klar zu kommen.“

Also habe ich die Mutter bestärkt und ihr gesagt: bleiben sie in Kontakt mit ihrem Sohn. Geben sie ihm kein schlechtes Gefühl. Haben sie Vertrauen.“

Ja, hat sie gesagt: Ich habe manchmal Vertrauen, und dann ist alles gut. Aber dann taucht in meinem Hinterkopf so ein Teufelchen auf, und das sagt: „Und was, wenn nicht? Was, wenn er später sagt: Warum hast du mich nicht gezwungen? Was, wenn er nie wieder Fuß fasst? Wenn er nie wieder seinen Rhythmus findet. Dann bist du schuld.“

Der Machtlosigkeit ins Auge sehen

Auch ich kenne solche Situationen, in denen ich so rausfalle aus dem Vertrauen.

Dann merke ich: Man kann nicht auf Knopfdruck vertrauen. Man kann es nicht erzwingen. Niemand kann das.

Ich rate der Mutter: „Sehen Sie Ihrer Machtlosigkeit und Ihrer Angst ins Auge. Wir kennen die Zukunft tatsächlich nicht. Wir wissen nicht, wie es ausgehen wird.“

Aber gemeinsam können wir schauen: Was spricht alles dafür, dass es gut wird? Welche positiven Kräfte können wir stärken?“

Sein Name ist eingeschrieben

Und dann kann sie sich Gott anvertrauen. Er hat dieses Kind so lange behütet und begleitet. Sein Name ist eingeschrieben in Gottes Hand von Anbeginn der Zeit. Darauf kann ich immer vertrauen.