

2

Helen Kieffer

Nicht schon wieder – oder doch?

Sonntagabend, das Telefon läutet, „Eltern“ steht auf dem Display. «Nicht schon wieder», schießt mir durch den Kopf. «Was wird meine Mutter wohl heute zu klagen haben?» Ich nehme ab und meine düsteren Vorahnungen bestätigen sich: «Es ist eine Sauerei, die bestimmen einfach über meinen Kopf hinweg, ich will gar kein Fest machen!»

Die Vorgeschichte ist die: Meine Mutter wird 80 Jahre alt. Zwischen ihr, meinem Vater und meinem Bruder ist ein Disput entbrannt, wie das Geburtstagsfest zu gestalten sei. Meine Mutter hat in ihrem Leben immer wieder ihre Bedürfnisse zugunsten anderer zurückgestellt. In Bezug auf das Fest fällt es ihr schwer, für sich einzustehen.

Was ich höre, tut mir leid, und ich merke, dass ich gerne einen Beitrag zur Klärung leisten möchte. Ich will als erstes sicher sein, dass ich verstanden habe, worum es geht: «Meinst du das Fest zu deinem 80. Geburtstag? Verstehe ich richtig, dass Papi und Philipp ein Restaurant ausgewählt haben, das du nicht magst?» Die Antwort kommt wie aus der Pistole geschossen: «Ja, die wollen da in einen Schuppen weit hinten im Emmental, und überhaupt, wer interessiert sich eigentlich dafür, was ich will?» Ich bemerke, dass meine Mutter schon zum zweiten Mal ihre „ungehörten“ Wünsche anspricht. «Bist du frustriert und möchtest selber sagen können, was du willst?», starte ich meinen nächsten Versuch. Plötzlich liegt etwas Weiches in ihrer Stimme: «Ja, es ist doch mein Fest. Und weisst du, mir ist so ein riesen Tamtam einfach zu viel.» «Bist du müde und wünschst dir Entspannung und Frieden? Möchtest du im kleinen Kreis ein einfaches Fest feiern?», fahre ich fort. Sie hakt ein: «Ja schon, hm, da gäbe es ja den Italiener vor unserem Haus. Da ist es so gemütlich.» Wir geraten ins Pläneschmieden, und durch mein empathisches Nachfragen liegt am Schluss eine Lösung auf dem Tisch, zu der meine

Mutter von Herzen Ja sagen kann. Für sie ist es stimmig, wenn Papi und wir drei Kinder mit Anhang am Mittag zu besagtem Italiener gehen, danach einen Spaziergang machen und schliesslich bei mir zu Hause Kaffee und Kuchen von der Edel-Confiserie geniessen.

Ich bin von unserem Gespräch und dessen Entwicklung berührt. So konnte meine Mutter ihr Bedürfnis nach Selbstbestimmung umsetzen. Als ich ihr das sage, passiert etwas Unerwartetes: «Jetzt ist mir wohler. Und wie geht es dir mit deiner Arbeitssituation?» Ich bin ganz baff, meine Mutter hat sonst Mühe, ihre Gefühle in Worte zu fassen und empathisch beim Du zu sein. Vor lauter innerem Jubilieren, dass unser Kontakt so bereichernd verlaufen ist, bringe ich kaum ein Wort heraus.

Die wohlwollende Grundhaltung der GFK hat mir geholfen, dieses Gespräch so zu führen. Ich habe in meinem Umfeld dazu beigetragen, ein Bedürfnis zu erfüllen, und das ist für mich sinnstiftend. Auch bin ich glücklich, denn das Gespräch hat meinem Selbstwertgefühl gut getan.



Helen Kieffer

Wir feiern unseren 15. Geburtstag mit 15 Erfolgsgeschichten mit der GFK

Machen Sie mit und teilen Sie Ihre GFK-Erfolgsstory mit uns. Während 15 Monaten wird monatlich eine Geschichte veröffentlicht. Am Ende entsteht ein E-Book daraus.



Erfolgsgeschichten an:
office@tcco.ch

