

Die Kunst, unglücklich zu sein

OIFE-JUGEND-KOLUMNE VON STEPHANIE CLAEYS

Psychosoziale Themen sind Schwerpunkt der Sonderausgabe des OIFE-Magazins 2/2020. Stephanie Claeys (33), Jugendkoordinatorin der OIFE, schreibt* darin über den Druck, glücklich zu sein und seine gefährlichen Auswirkungen

Können wir unglücklich sein oder bleiben wir bei diesem Mythos vom „unbreakable spirit“, dem unzerbrechlichen Geist, den alle Menschen mit OI zu haben scheinen? Warum wollen wir so glücklich sein? Denken Sie eine Weile mit mir darüber nach!

Stellen Sie sich folgende Situation vor: Sie sind zwei Jahre alt und Ihre Mutter oder Ihr Vater bittet Sie, etwas Einfaches wie einen Baum auf ein Blatt Papier zu zeichnen. Richtig, Sie nehmen einen Bleistift und fangen an, mit dem Bleistift über das Papier zu fahren und Kratzer zu machen, während Sie Ihrer Mutter oder Ihrem Vater in die Augen schauen und auf ihre Bestätigung warten ...

Wie reagiert Ihre Mutter oder Ihr Vater? Natürlich sagt sie oder er dann in hoher Stimmlage einige Worte wie „Oh, was für ein schöner Baum, den du gerade gezeichnet hast! Das ist erstaunlich!“ Nichts auf dem Blatt hat auch nur annähernd die Form eines Baumes ... Aber so hat es sich doch abgespielt, oder?

Wir verhalten uns ständig so gegenüber Kleinkindern, weil es sie glücklich macht. Wir als Menschen wollen andere glücklich machen. Auch wenn das, was sie tun, nicht gut oder richtig ist.

Glück wird geprägt von dem Moment an, an dem wir miteinander zu kommunizieren anfangen. Seit wir geboren wurden: Kleines, nicht weinen, lach' doch!

”
Nach
Fraktur
Nr. 142
ist es
nicht
immer
nur ein
Segen,
OI zu
haben
“

Wir glauben, wenn wir glücklich sind, fühlen wir uns besser. Heutzutage stehen alle unter dem Druck, sehr glücklich zu sein. Wir alle sind in den sozialen Medien unterwegs und sehen, dass die anderen so glücklich sind.

Aber um ehrlich zu sein, wenn ich mich so umschaue, sehe ich viel vom Gegenteil. Besonders in der Altersgruppe zwischen 15 und 35 Jahren, also bei denjenigen, die ihre Jugend in den sozialen Medien verbracht haben. Viele Bekannte in meinem Alter und sogar jüngere sind alkohol- und drogenabhängig, leiden unter Depressionen und Burn-out. Und das beginnt heute viel eher als früher.

DEPRESSIONEN
UND BURN-OUT TRETEN
IMMER FRÜHER AUF

Wir wollen alle so viel. Wir wollen gute Noten in der Schule, gute Ergebnisse in der Sportmannschaft, und wünschen uns für die Partnerschaft nur die beliebteste und perfekteste Partie! Wenn wir unseren Abschluss haben und einen Job suchen, wollen wir den besten Job, den wir haben können. Mit all den Extraprämien wie Auto, Telefon und Laptop. Wir wollen flexible Arbeitszeiten, damit wir kommen und gehen können wann wir wollen. Und so geht es immer weiter. Um diesen Job zu bekommen, müssen wir lange suchen,



FOTO: PRIVAT

FOTO: PRIVAT

und ich sehe, dass junge Leute einfach zu Hause bleiben und darauf warten, dass dieser Job kommt. Anstatt etwas anderes zu tun, das nicht so perfekt ist, denn wir können nicht damit umgehen, dass wir mit diesem befristeten Job ein wenig unglücklich wären.

Vielleicht ist es für junge Menschen mit OI anders? Weil wir unsere relativ schwere Behinderung haben, können wir nicht erwarten, dass die Dinge so reibungslos ablaufen. Zum Beispiel die tollste Freundin, den attraktivsten Freund zu finden oder den besten Job, den wir bekommen können. Wir sind widerstandsfähig genug, um gegen Dinge anzukämpfen, die in unserem Leben nicht so gut laufen. Sind wir es wirklich?

2016 war ich in Orlando, Florida, und nahm an der nationalen amerikanischen OI-Konferenz teil. Ich war dort mit etwa 350 anderen Menschen mit OI. Den ersten Abend werde ich nie vergessen, als wir

einen „Spaziergang“ um den Hotelkomplex machten, in dem wir übernachteten (zwecks Fundraising und Öffentlichkeitsarbeit, Anm. d. Red.). Für mich war es sehr seltsam, rauszugehen und zu schreien, wie toll es sei, OI zu haben. Ich war ein bisschen schockiert wegen der enormen Anzahl anderer Menschen mit OI und der extrem positiven Einstellung zur OI.

Aber um ehrlich zu sein: Nachdem ich drei Tage dort war und all diese positiven Ideen über das Leben mit OI gehört hatte, fing ich an, es ein wenig zu glauben. Und ich verstand, dass es viel leichter zu bewältigen ist, wenn man die OI als eine Art Segen betrachten kann. Wie seltsam das auch klingen mag ...

Also ja, es ist möglich, dass wir nach einer negativen Lebenserfahrung leichter „wieder aufstehen“ können als Menschen ohne OI. Weil wir von klein auf gelernt haben, wie man das macht. Aber wenn man das im Laufe seines Lebens viele

Schaut in ihrem Umfeld genau hin und ermutigt, auch das Unglücklichsein zuzulassen:
Stephanie Claeys

Male machen muss, wird es manchmal zu viel. Und dann müssen wir uns dessen bewusst sein und es uns und anderen erlauben, unglücklich zu sein. Es ist nach Fraktur Nummer 142 oder so nicht immer nur ein Segen, OI zu haben. OI kann einem wirklich auf die Nerven gehen, oder sagen wir, auf die Knochen. Vielleicht müssen wir die Kunst lernen, unglücklich zu sein, um unsere eigenen Gefühle besser zu verstehen ...

* Aus dem Englischen übersetzt von www.DeepL.com/Translator (kostenlose Version), überarbeitet von Ute Wallentin und Andrea König-Plasberg