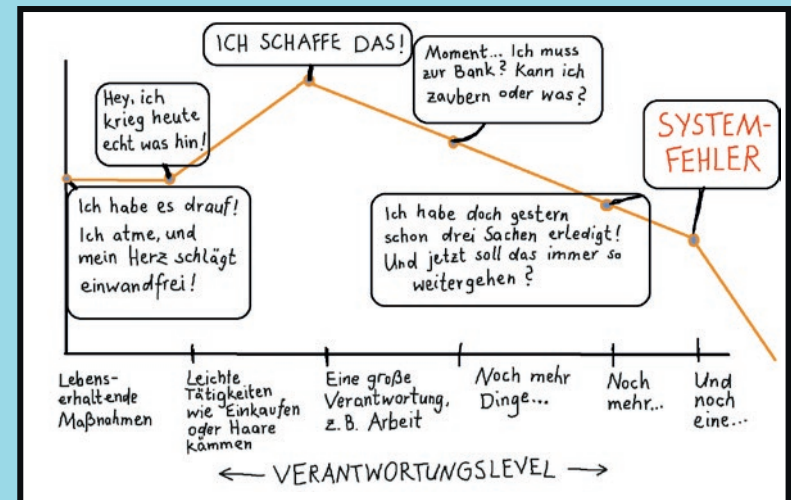


Warum ich nie erwachsen werde

Ich habe gelernt, dass ich meine Fähigkeit, verantwortlich zu handeln, nicht überstrapazieren darf. Diese Fähigkeit ist mit der Zeit zwar gewachsen, aber wenn ich den Bogen überspanne, ist das Resultat nach wie vor das Gleiche.

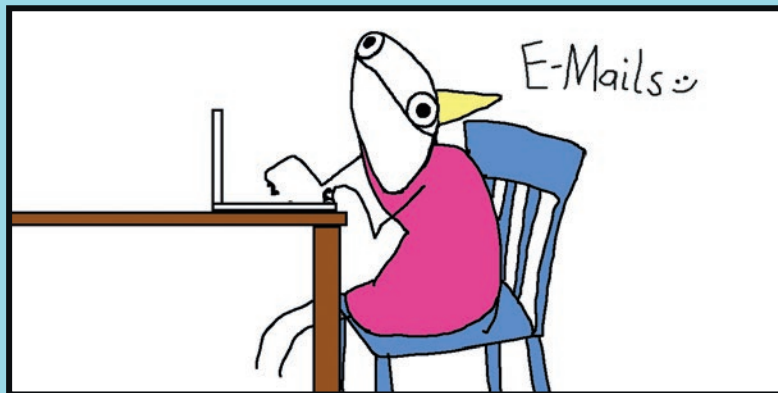
Üblicherweise entsteht bei mir Überforderung durch das Aufkommen einfacher, alltäglicher Aufgaben.



Aber ein paarmal im Jahr beschließe ich spontan, dass ich nun *wirklich* erwachsen werde. Ich weiß auch nicht, warum; es endet jedes Mal im Desaster. Trotzdem versuche ich es. Ich rede mir ernsthaft ein,

dass ich ab sofort täglich putzen und rechtzeitig meine Rechnungen begleichen werde und meine E-Mails beantworten will, bevor die Inbox explodiert. Ich mache Pläne. Besorge mir einen Kalender. Ich kaufe richtige Nahrungsmittel ein, weil ich außerdem Sterneköchin werden will, statt immer nur Nachos zum Abendessen zu futtern. Ich bereite mich auf mein neues Leben als Erwachsene vor wie andere auf den Weltuntergang.

Die ersten paar Tage laufen in der Regel ganz gut.



Eine Weile fühle ich mich tatsächlich erwachsen und verantwortungsvoll. Ich stolziere hoch erhobenen Hauptes herum, sehe all den anderen verantwortungsvollen Menschen in die Augen, und mein Blick sagt: *Ich weiß. Ich bin jetzt auch verantwortungsvoll. Seht nur meine Einkäufe an.*

Irgendwann werde ich selbstgefällig.



Und das ist fatal.

Ich fange an zu glauben, dass ich mein Ziel erreicht habe. Als könnte Erwachsensein wie ein Pokal durch einen einzigen monumentalen Kraftaufwand gewonnen werden.



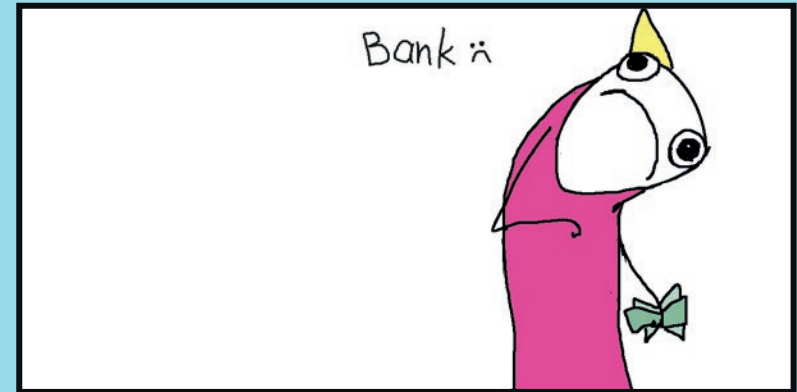
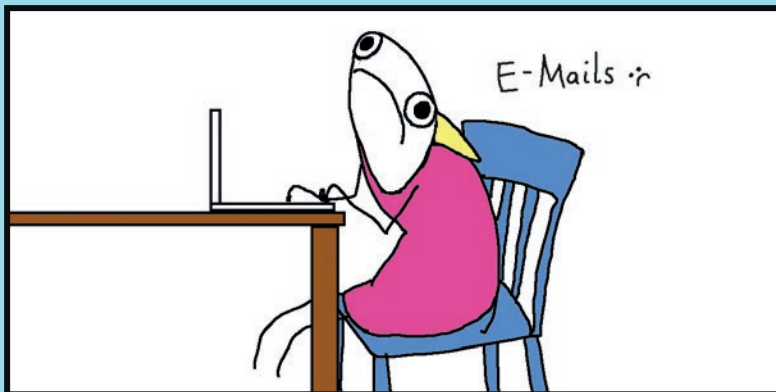
Was dann normalerweise passiert, ist, dass ich mich völlig verausgabe. Da ich mir einbilde, ich hätte alles erreicht, erlaube ich mir, es langsamer angehen zu lassen und mich auszuruhen. Und weil ich meine Fähigkeit, verantwortungsvoll zu handeln, derart überreizt habe, benötige ich mehr Zeit, um mich zu erholen. Das ist der Beginn eines Teufelskreises.

Je länger ich nicht zurückrufe und keine E-Mails beantworte, umso schuldiger fühle ich mich, und dieses Schuldgefühl führt dazu, dass ich diese Tätigkeiten weiter hinausschiebe, was zu noch mehr Schuldgefühl und weiterer Verdrängung führt. Irgendwann kann ich Leuten keine Mails mehr schicken, weil ich Angst habe, sie daran zu erinnern, dass sie mir mal eine E-Mail geschrieben haben und dass sie Grund haben, enttäuscht von mir zu sein.

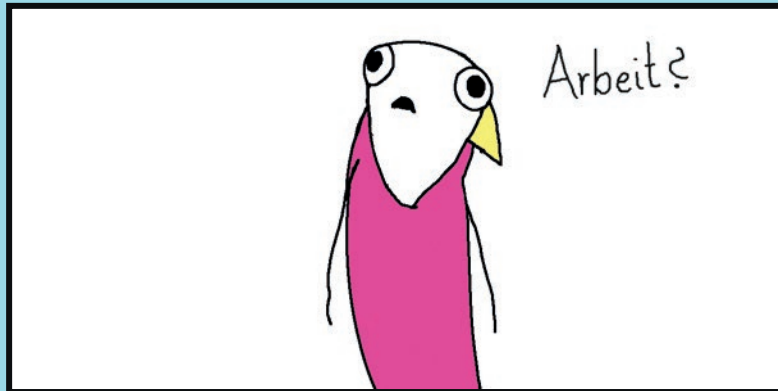
Schließlich wird die Schuld so groß, dass allein dieses Schuldgefühl mit mir herumzutragen sich wie eine übermächtige Verantwortung anfühlt. Sie nimmt den Großteil meiner Leistungsfähigkeit in Anspruch, und was bleibt, ist, Nachos zu essen und im Internet zu surfen wie ein aufmerksamkeitsdefizitäres Eichhörnchen auf Speed.



An diesem Punkt in meiner Abwärtsspirale muss ich all meine Energie darauf verwenden, mich aus dem Tief herauszuarbeiten, in das ich geraten bin. Das Problem ist nur, dass ich diese Runde des Erwachsenseins antrete, obwohl ich von der letzten Runde noch angeschlagen bin. Ich kann nicht anders als versagen.



Es endet immer gleich. Fix und fertig betrachte ich die nicht enden wollenden Aufgaben, die vor mir liegen.



Und dann begehre ich auf.

