



Tunteista puhumisen vaikeus

Okkkej. En ikinä puhu tunteistani ääneen. En ikinä. Enkä tiedä miksi.

Ehkäpä siksi, että pelkään tulevani satutetuksi. Pelkään, että tunteitani vähätellään. Muutenkin on vaikea löytää sanoja, alkaa ahdistaa ja haluan päästä tilanteesta mahdollisimman pian pois mikäli alan puhumaan tunteistani.

Ok ei siinä, mun elämässä on kummiski kaikki hyvin. Ei ole mielenterveysongelmia tai muutenkaan mitään hirveän vakavaa. Joskus vain tulee hetkiä, jolloin haluaisi avautua jollekin, mutta kun ei osaa.

Mulla on kavereita ja henkilöitä joille voisın puhua, mutta en osaa. Välillä toivoisin, että joku oikein kyselisi diippejä kysymyksiä niin, että voisın avautua. Mutta silloinkin luultavasti vain purskahtaisin itkuun. Näin oli käydä taannoin, kun opettajani kysyi viihdynkö koulussa?

Koko edellisen lukuvuoden toivoin salaa, että joku kysyisi tuon kysymyksen, sillä ei en todellakaan viihtynyt. Kun vihdoın se kysyttiin, katsoin kauan pois ja mietin hetken mitähän hittoa vastaan. Kerronko totuuden vai valehtelenko.

No kerroin totuuden, tai no puolitotuuden, sillä en kertonut kaikkea. Olin kuitenkin iloinen, että joku vidoin kysyi. Ja nyt, kun lukuvuosi on alkanut uudellen ja koulua on käyty jo yli kuukausi, toivoisin, että joku kysyisi uudelleen. Sillä ei en vieläkkään viihdy hirveän hyvin, mutta pärjään, sillä tiedän, että kouluni vie minut lähemmäs unelma-ammattiani.

Mutta teitä muita haluan kannustaa, puhukaa. Puhukaa kaikesta, avatkaa sydämenne. Minäkin yritän, mutta pienin askelin. Sillä kun avaat suusi ja saat sanasi sanottua, on mielesi kepeämpi.

Ja niinku aiemmin sanoin, mulla on kyllä oikeesti asiat hyvin, joten tuntuu nyt vähän oudolta valittaa, mutta eikse niin mee, että kaikilla on oikeus omiin tunteisiin. (Asia jonka aina sanon kavereilleni, mutta itse vähättelen omia tunteita)

Source URL: <https://nuortenlinkki.fi/tarinat/lue-tarinoita/vuodelta/2018/tunteista-puhumisen-vaikeus>