

**(Nick-)Name:**

Jean

**Alter:**

Ende 20

**Aktuell ausgeübter Beruf:**

selbstständig

**Familienstand/ Beziehungsstatus (z. B. verheiratet, Single):**

ledig

**Aktuelle Diagnosen:**

Verdacht auf schizotypische Persönlichkeitsstörung- hypersensitiv

**Frühe Kindheit:**

Ich bin als drittes Kind einer fünfköpfigen Familie aufgewachsen. Schon immer sehr wissbegierig, beobachtete ich gern. Das lies mich ohne Üben zu müssen, z.B. Fahrradfahren und Schwimmen. Meine Eltern waren berufstätig, kümmerten sich so gut sie konnten; wenig körperliche Nähe war ich gewöhnt, schnell beschäftigte ich mich allein. Zwar hatte ich häufig einen besten Freund über längere Zeit, doch ging es mir meistens nur darum beschäftigt zu sein.

Wenn ich mich draußen irgendwo zu den Nachbarskindern gesellte, fühlte ich mich als Außenseiter. Ich nahm es lang hin bis ich feststellte, dass ich ihre Namen kannte, sie aber nicht meinen. Dann beobachtete ich lieber von Weiten. allein. Gleichaltrige wurden für mich immer uninteressanter. Bis auf meine Geschwister.

**Schulzeit:**

Meine Eltern ließen mich, gegen die Beurteilung meiner Grundschullehrer auf eine Schule für Hochintelligentenförderung, auf die auch meine Schwestern gingen. Die Klasse akzeptierte mich schnell, durch Humor und sportlicher Leistung im Besonderen. Meine Zensuren waren grottenschlecht. Nichtsdestotrotz fand ich wieder eine beste Freundin. Ich war beliebt, hatte vor Allem Interesse an Jungs. Wobei ich nie mehr als kleine Körperlichkeiten zu lies.

Bei meiner älteren Schwester wurde Schizophrenie festgestellt. Meine Mutter kümmerte sich sehr um sie. Mein Vater hingegen verfiel in Depressionen und wurde arbeitslos. Jetzt schon war ich nicht mehr so gern zu Hause. Die Ganztagschule und AGs ließen mich erst spät nach hause kommen. Essen tat ich oft allein, nur am Wochenende saßen wir als Familie zusammen. Immer häufig stritten sich meine Eltern, bis sie sich scheiden ließen. Ich ging lieber in die Schule als zuhause zu sein. Klassenlehrer zeigten großes Verständnis. Ich sprach von Liebe und Ersatzeltern. Von meiner älteren Schwester nahm ich immer mehr Abstand. Ich vermutete, dass sie es so wollte um mich zu schützen. Ich entdeckte meine Musikalität.

Kurz vor meinem Abitur verließ ich die Schule. Alle rieten mir davon ab. Nur meine Mutter unterstützte meine Entscheidung. Der Kontakt zu meinen Mitschüler von damals brach sofort ab. Doch zog es mich immer wieder auf das Schulgelände um die Lehrer zu sehen, die mir ans Herz gewachsen waren. Später erkrankte meine zweite Schwester an Hebephrener Schizophrenie.

**Ausbildung/ Studium:**

Mit 18 fand ich einen Ausbildungsplatz im Medienbereich. Mir wurde ein hohes kreatives Talent zugesprochen. Trotzdem wurde ich von der Schulleiterin schikaniert, musste nachsitzen und Flure wischen. Die Ausbildung brach ich kurz vor der Prüfung ab. Außerschulische Interessen wurden stärker. Ich entdeckte meine Musikalität neu, hatte kleinere Auftritte.

**Aktuelle und frühere Wohnsituationen:**

Nach glücklicher WG-Zeit innerhalb der Ausbildung, zog ich von Klein- in nächstgelegene Großstadt. Die Anonymität der Masse empfand ich als vollkommene Erleichterung. Immer wieder zog ich um, von Mitwohngelegenheiten bis bei flüchtigen Bekanntschaften „auf der Couch pennen“. Heute wohne ich glücklich allein. Mir fällt es schwer jemanden in meine Wohnung zu lassen. In den schlimmsten Zeiten, umging ich das Türöffnen und ließ das Paket lieber bei der Post abgeben, damit ich es abholen kann. Zu persönlich finde ich meine Einrichtung, wenn nicht sogar zu minderwertig. Spontanes Vorbeikommen ist bei mir absolut nicht möglich. Ich wünschte es wäre anders. Ein gemeinschaftliches Wohnen kommt für mich im Moment nicht in Frage, ich kenne niemanden der in Frage kommen würde. Ich überlege oft ob es andere Wohnkonzepte gäbe.

Wenn ich jemanden in meine Wohnung lasse ist es absolut nicht möglich bei mir über Nacht zu bleiben. Mein Schlafzimmer ist für andere absolut tabu. Nur meine Mutter und meine Geschwister dürfen das. Mein Vater darf es nicht. Wenn jemand über Nacht bleibt, bin ich nervös und schlafe selber nicht. Zu sehr bin ich damit beschäftigt mich um das Wohl der anderen zu sorgen.

**Berufsleben:**

Im angestellten Verhältnis kam ich gut zurecht. Ich war immer gern gesehen. Obwohl man mir Kälte und Träumerei (Kollegiales Desinteresse) nachsagte. Ich persönlich fühlte mich nie ganz integriert. Leistungen nie anerkannt. Heute bin ich selbstständig und habe zunehmend berufliche Probleme. Geschäftskontakte aufrecht zu erhalten ist nicht möglich, außer sie erinnern sich selbst an mich. Wenn ich Aufträge habe, lasse ich mich unterbezahlen. Heutzutage suche ich nach Umorientierung, ziehe ein weiteres Studium in Betracht. Nur bin ich nicht in der Lage meinen Platz in der Gesellschaft zu finden, welches Aufschluss geben könnte was mein Beruf sein sollte

**Alltagsbewältigung und Freizeitgestaltung:**

Durch die berufliche Selbstständigkeit kann ich meinen Alltag frei gestalten. Ich unternehme gern etwas allein oder beschäftige mich zu hause. Musik und andere Kreativitäten gehören zur Tagesordnung. Ich zähle zurzeit niemanden zu meinen engen Freunden. Sechs Personen treffe ich regelmäßig wenn sehr selten. Diese geben auch Persönlichkeitsstörungen an.

**Partnerschaft/ Beziehungen:**

Emotionen kann ich schnell stark nachfühlen. Wenn jemand den Raum betritt glaube ich deren emotionale Verfassung zu spüren. Dies zu separieren, meine Gefühle, deine Gefühle fällt mir sehr schwer. Es lässt die Skepsis wachsen manipuliert zu werden.

Durch meine äußere Erscheinung und das große Mitgefühl ergeben sich schnell Bekanntschaften. Mir fällt es schwer zu sagen, dass ich keine Freundschaft will. Schon oft habe ich gehört, dass meine Körpersprache etwas anderes sagt.

So befinde ich mich immer wieder in Beziehungen, die ich zu beenden versuche. Die Angst Menschen „vorn Kopf zu stoßen“ lässt mich schädlich selbstlos handeln. Mir fehlt das Interesse an Körperlichkeit mit anderen Menschen, weil ich kein wahres Interesse an meiner Person erkenne. Es scheint sich als immer wiederkehrendes Muster zu wiederholen: Ich lerne jemanden kennen, man trifft sich. Er verliebt sich, will körperlich werden. Ich lehne ab, sage dass ich, wenn überhaupt nur eine Freundschaft will. Er gibt auf und geht. Frauen spreche ich an, treffe sie, schwärme für sie, träume von einer Beziehung, sag es, lass mich ablehnen und gehe dann für immer.

Mein Telefon klingelt nie oder 30mal am Tag. Auch habe ich es mit Stalker ähnlichem Aufdrängen zu tun. Wenn ich das nicht ignorieren kann reagiere ich panisch wenn nicht suizidal. Ich fühle in der Abhängigkeit Bestätigung.

#### **Sexualität:**

Sexuelle Beziehungen ergeben sich nur wenn ich gezwungen werde oder mich selbst zwinge. Um Erfahrungen zu sammeln tat ich es unter Drogeneinfluss, was mich traumatisierte. Männer finde ich attraktiv, erkenne aber keinen Grund mich ihnen zu unterzuordnen. Sex empfinde ich als Demütigung. Dennoch glaube ich an die Liebe, das suche ich, Geschlecht ist mir mittlerweile egal. Wahre Liebe spüre ich stark und sehne mich danach, in Regelmäßigkeit.

#### **Kinder:**

Zu Kindern habe ich einen guten Draht. Auch könnte ich mir vorstellen Mutter zu sein. Ohne Partnerschaften sehe ich es als vollkommen unrealistisch.

#### **Freunde/Freundschaft:**

Freundschaften verlaufen nur durch zweier Gespräche. Wenn mich jemand fasziniert lerne ich ihn gern näher kennen. Treffen kann ich kaum abwarten. Ich beginne zu schwärmen und deren Lebensart vollkommen verstehen zu wollen. Ich kopiere nicht selten. Menschen empfinden mich als inspirierend, wenn auch kompliziert. Meine Natur ist eine freundliche, offene. Wenn ich allerdings allein sein will, bin ich für Menschen kaum zu ertragen, ignorant sowie kaltherzig. Fühle ich mich ignoriert werde verhalte ich mich auffällig devot. Kommt mir jemand nahet, weiche ich aus. Kontrolle über mich und die Situation zu haben ist mir wichtig, macht mich entspannt.

#### **Internetnutzung/ Mediennutzung:**

Das Internet ist für mich wichtig, ich nutze es viel. Verwandten schreibe ich lieber Emails als mit ihnen zu telefonieren oder zu treffen.

#### **Leidensdruck/ Psychische Folgen:**

Durch meine Geschwister, die beide an Schizophrenie erkrankten, machte ich mir immer schon Sorgen um meine psychische Verfassung. Mit dem Verdacht auf schizoide Persönlichkeitsstörung ist in sofern schwer umzugehen, da ich mich isoliert und ausgeschlossen fühle. Die Zeit der Welt verrinnt ohne dass ich daran teilnehme, das macht mir Sorgen.

Menschen um mich herum wollen mit mir leben, ich lasse sie aber nicht daran teilhaben, das ist schmerzlich zu beobachten wie sehr manche darunter schweigsam leiden.

Ich entwickle zunehmend Phobien und Hypochondrie.

#### **Diagnosekriterien nach ICD 10:**

- **wenn überhaupt, dann bereiten nur wenige Tätigkeiten Freude;**

Mir bereitet vieles Freude. Bilde ich mir ein.

- **zeigt emotionale Kühle, Distanziertheit oder einen abgeflachten Affekt;**

Distanziertheit, Gleichgültigkeit, Verleugnung oder sogar Vergessen von Leuten, Freunden, Verwandten ist absolut an Tagesordnung. Emotionales Interesse gleich Null.

- **reduzierte Fähigkeit, warme, zärtliche Gefühle für andere, oder Ärger auszudrücken;**

Spontane körperliche Nähe löst Bedrängungsgefühle, panische Distanziertheit, Erstarren oder Schmerzempfinden aus.

• **erscheint gleichgültig gegenüber Lob oder Kritik von anderen;**

Kritik nehme ich an. Wenn ich allein bin allerdings beginne ich selbst-zerstörerisch zu grübeln, hangle mich wieder raus und versuche Kritik umzusetzen. Lob empfinde ich als Höflichkeitsform. Ich tue es als selbstverständlich ab. Es tut mir aber sehr gut.

• **wenig Interesse an sexuellen Erfahrungen mit anderen Menschen (unter Berücksichtigung des Alters);**

Interesse ist da. Ich schaffe es nur nicht mein Näheproblem in Griff zu kriegen. Interesse ist somit unrealistisch.

• **fast immer Bevorzugung von Aktivitäten, die alleine durchzuführen sind;**

Ja, allein ist gut. Ich frage erst gar nicht. Wenn ich doch jemand frage bin ich auf Ablehnung vorbereitet. Wenn andere mich fragen bin ich so gut wie bei allem dabei.

• **übermäßige Inanspruchnahme durch Phantasien und Introvertiertheit;**

Phantasien und Träumereien, Schwärmereien übermäßig ,ja. Mir machts Spaß. Ich finde durch die Realität immer zurück.

• **hat keine oder wünscht keine engen Freunde oder vertrauensvollen Beziehungen (oder höchstens eine);**

Habe keine dauerhaften engen Beziehungen. Freunde sind eher Bekannte. Partnerschaften sind Freundschaften.

• **deutlich mangelndes Gespür für geltende soziale Normen und Konventionen. Wenn sie nicht befolgt werden, geschieht das unabsichtlich.**

Doch hab ich.

**Therapie-/Psychiatrieerfahrungen:**

---

Durch einen erneut vergeblichen Versuch eine partnerschaftliche Beziehung zu führen, entschied ich mich eigenständig eine Therapiepraxis aufzusuchen. Dennoch musste ich mich überwinden weil ich Angst hatte abgelehnt zu werden. Dem Therapeuten erzählte ich von meinen schizophrenen Familienmitgliedern und der Sorge auch zu erkranken, sowie dem Problem zwischenmenschliche Probleme zu haben. Er sprach mich nach einer Sitzung schon mal von Schizophrenie frei. Er empfahl mir eine psychologische Tiefenanalyse. Ich entschied mich für dafür für ihn. Obwohl ich auch nichts gegen einen anderen gehabt hätte. Mir war egal wer es war, ich wollte Hilfe. Da ich mich als grenzwertig aber gesund hielt machte mir die Stundenanzahl 160, vier mal die Woche keine Angst. Im Verlauf jedoch bemerkte ich, dass ich mir mit der Therapie viel zugemutet hatte.

Mir war das Liegen ohne denjenigen zu sehen mit dem ich redete schon unangenehm. Ich gewöhnte mich aber schnell daran. Schneller, als zu verstehen wie ich mit dem Therapeuten zu kommunizieren hatte. Ich musste erst testen wie ich reden sollte oder was ich sagen sollte. Was war wichtig was nicht. Strebsam wartete ich auf Anweisungen, Regeln an die ich mich halten konnte, doch sie blieben aus. Dadurch wurde ich noch unsicherer in meinem bisherigen Verhalten und war noch misstrauischer gegenüber anderen. Ich bekam Haarausfall und rannte Tagelang mit Oropax durch die Gegend, weil mich das beruhigte. Es ging vorbei, machte mir aber Angst die Therapie könnte Schlimmeres anrichten.

Ich wartete immer auf die Diagnose über mein Problem. Aber er verschweigt es, mit Recht, wie ich jetzt finde. Es dauert aber auch sehr lang bis der Therapeut sich festlegen kann. Die schizotypische Persönlichkeitsstörung ist eben auch als vielschichtige Charaktereigenschaft zu tarnen. Ich verstand es auch abzulenken oder mit Dingen zu glänzen, die mich völlig normal aussehen ließen.

Wer wenn nicht ein Therapeut kann einem helfen, das sage ich mir immer wieder. Es ist sehr anstrengend und ich zieh mich noch mehr zurück als zuvor. Aber ich lerne immer mehr meine Gefühle zu verstehen und sie auszudrücken. Stimmungen zu erfassen und Menschen nahe sein zu wollen.

**Ihre Gedanken über Ihre Zukunft**

---

Da ich mich in Therapie befinde denke ich zunächst nur daran. Es fällt mir schwer Pläne zu machen, weil ich mich durch jede Sitzung verändere. Ich plane mich an Menschen zu halten die sehr herzlich sind, sehr empathisch. Versuche glücklich zu sein in dem ich mich pflege und nichts zu verleugnen versuche.

**Sonstiges**

---