

(Nick-)Name:

schizo_vivus

Alter:

weibl., Mitte 30

Aktuell ausgeübter Beruf:

arbeite im Bereich Grafik

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

Single

Aktuelle Diagnosen:

Depression. Nach wenigen therapeutischen Sitzungen: Verdacht auf schizoide Persönlichkeitsstörung. Ich fühle mich aber nach den Beschreibungen dieser Homepage mit dieser Diagnose sehr gut beschrieben.

Frühe Kindheit:

Keine besonderen Erinnerungen vorhanden, vielleicht könnten das jedoch ein nennenswerte Hinweise sein: Die Eltern erzählten, das ich mich problemlos alleine beschäftigen konnte. Ich spielte nicht mit Puppen (Menschen?), sondern eher mit Stoff- und echten Tieren. Ich wuchs in einer eher „berührungslosen“ Familie ohne Körperkontakt auf. Meine Eltern haben viel gestritten, ließen sich während meiner Grundschulzeit scheiden.

Schulzeit:

Besonderheiten im Erleben und Verhalten...

Nunja, wenn ich zurückdenke, merke ich, das ich schon immer anders war: ich brauchte/wollte keine (und wenn, dann nur wenige) Menschen um mich herum. Nahm diese schon immer als eher „störend“ wahr. Ich habe mich nie wohl gefühlt, wenn mehr als 3 Personen zusammen waren. Ich wollte keinen Besuch zu Hause, keine Übernachtungsgäste und keine Partys, so wie es für gleichaltrige völlig normal schien. Klassenfahrten erlebte ich als interessante Ortswechsel, nicht als Gemeinschaftserlebnis oder Austausch mit Menschen. Ich mochte schon immer keinen Kontakt im Sinne von Berührungen oder auch nur von „zu dicht neben mir stehen“.

Ausbildung/ Studium:

Siehe Schulzeit. Die Empfindung des „keine körperliche Annäherung zulassen wollens“ wurde in dieser Zeit deutlich präsenter.

Berufsleben:

Es war mir immer bewusst, das ich keinen Beruf ergreifen wollte, bei dem ich engen Kontakt zu Menschen haben würde. Berufe mit Hautkontakt wären niemals in die engere Auswahl gekommen. Mein derzeitiges Arbeitsfeld gestattet mir ausreichend großen Freiraum im Umgang (bzw. Nicht-Umgang) mit Menschen.

Alltagsbewältigung und Freizeitgestaltung:

Da ich mich ungern mit Menschen umgebe, ist die Pflege von Freundschaften wie ich sie bei anderen Menschen beobachte, für mich nicht erstrebenswert.

Ich frage mich oft, welchen Nutzen die „normalen“ Menschen um mich herum „mit all den Menschen“ und dem - für mich sinnlosen- „Aktivismus“ im Sinne von Partys, Feiern,... haben.

Ich empfinde es als lästig und sinnlos Smalltalk zu halten, bei Gesellschaften herumzustehen und Menschen zu beobachten oder mit ihnen zu kommunizieren.

Deshalb bin ich lieber alleine unterwegs oder mit ausgewählten Personen, mit denen ich mich über Themen unterhalten kann, die mir sinnvoll erscheinen. Am angenehmsten ist mir dabei, wenn ich aus den Gesprächen etwas lernen kann. Sobald dieser „Lerneffekt“ wegbriecht, werden Personen uninteressant.

Ich umgebe mich gerne mit Tieren. Ich habe den Eindruck, das es nur in Verbindung mit Tieren möglich ist, meine positiven Gefühle (oftmals überschwänglich) im gemeinsamen Spiel „herauszulassen“. Das Wohlbefinden meiner Tiere stelle ich über das Befinden von den meisten der mich umgebenden Menschen.

Wenn ich ein Bild über mich malen müsste wäre es wohl folgendes: die „einsame Wölfin“, die mit einem Hund zusammen durch Feld, Wald und Flur streicht und gemeinsam glücklich den Mond anheult (ich gehe gern in Dunkelheit spazieren).

Partnerschaft/ Beziehungen:

Beziehungen habe ich immer etwas besonderes erlebt.

Es gab dann einen Menschen, auf den ich mich einlassen konnte, der mir wichtig war und dem ich Vertrauen konnte.

Es gab wenige Beziehungen, die aber lange dauerten und mir sehr wichtig waren.

Trennungen empfand ich als starken Vertrauensbruch.

Innerhalb einer Beziehung war es jeweils schwierig, die Familie und Freunde des Partners zu akzeptieren und „normalen“ Umgang zu pflegen. Schließlich wollte ich mit IHM zusammen sein, nicht mir seiner Familie... Diese Problematik führte oft zu Schwierigkeiten, was mir lange Zeit unverständlich blieb.

Sexualität:

Meine sexuellen Erfahrungen fanden immer in den jeweiligen festen und länger andauernden Beziehungen statt. Ich könnte mich bei einer unbekanntenen Person nicht öffnen. Bis ich Berührungen zulasse, dauert es sicherlich länger als bei mir bekannten „normalen“ Vergleichspersonen. Wenn ich es zulasse, das mir ein Partner „nahe kommt“, kann ich Sexualität in „gesicherter“ Umgebung genießen.

Freunde/Freundschaft:

Wenn ich jemanden als Freund bezeichne, dass ist dieser Mensch für mich etwas ganz besonderes. Ich würde alles für diesen Menschen tun.

Dafür muss er aber „meine Regeln“ akzeptieren: ich kontaktiere ihn, wenn ICH Lust dazu habe (auch wenn es nur einmal im Jahr ist). Ich treffe ihn eher außerhalb meines und seines Wohnbereichs. Er „belästigt“ mich nicht mit Kontaktversuchen, darf aber gerne Nachrichten hinterlassen, wenn er meine Hilfe benötigt (die er dann auch bekommt). Der freundschaftlicher Kontakt erweitert sich in der Regel nicht um weitere Personen (Treffen auf Partys o.ä.).

Freundschaftliche Kontakte habe ich zu derzeit 3 außerfamiliären Personen.

Freundschaften nach diesen Regeln empfinde ich als Bereicherung. Alle anderen Kontakte empfinde ich als Belastung und sie sind nur für kurze Zeit „erträglich“.

Leidensdruck/ Psychische Folgen:

Ein Leidensdruck entsteht für mich derzeit durch das Fehlen eines Partners. Also quasi aus dem Fehlen einer lebensbegleitenden Einzelperson. Hört sich merkwürdig an, wenn ich das schreibe, beschreibt es aber ganz genau. Ich hätte gerne EINE Person, mit der ich mein Leben teilen kann.

Besondere psychische Belastungen waren Trennungen für mich, die für mich den Glauben an das Vertrauen und die Ehrlichkeit von anderen Menschen stark negativ beeinflussten.

Aus Angst, wieder/weiter verletzt zu werden, ziehe ich mich -durchaus bewusst- immer mehr zurück und werde „härter“ im Umgang und in der Auswahl von Menschen. Diese erscheint mir als ebenso einfache wie logische Konsequenz meiner Erfahrungen.

Diagnosekriterien nach ICD 10:

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

Das erste was mir zu dem Satz einfällt ist: „Ich mache lieber wenige Sachen. Aber die mach ich gerne, gut und mit ehrlicher Freude.“

Es erscheint mir unlogisch und nicht nachvollziehbar, an „allem und jedem“ Freude zu haben oder Dinge ohne eine gewisse Perfektion zu tun, und an diesen unperfekten Dingen „auch noch Spaß zu haben“.

Ich empfinde es als komisch, das dieses jedoch weit verbreitet zu sein scheint.

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

Emotionale Kühle...

... es wird mir von außen bestätigt, dass das so ist. Ohne das ich es so empfinde. Ich kann mich überschwänglich freuen, Spaß haben und gute Laune pflegen. Auch negative Emotionen kann ich durchaus ausleben (auch zum Leidwesen meiner Kollegen).

Distanziertheit...

... ja, ich habe im Vergleich sowohl mehr körperliche als auch geistige Distanz zu Menschen.

Abgeflachter Affekt...

... würde ich nicht gestätigen. Manchmal ist mein Affekt vielleicht ein wenig verschoben?!

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

Warme zärtliche Gefühle kann ich nur in einer Partnerschaft zeigen. Ärgerlichkeiten zu zeigen, fällt mir da schon leichter. Dies jedoch eher allgemeiner Natur, nicht personenbezogen. Meine Erziehung verbietet es mir, jemandem ins Gesicht zu sagen, was ich von ihm halte oder das ich ärgerlich bin. Ich werde in der Regel jedoch einen Weg finden, dieser Person meine Missstimmung auf anderem Wege zu zeigen.

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

Schon in meiner Kindheit konnte ich mit Lob nicht umgehen. Ich dachte und denke immer: „was ich kann, ist nichts besonderes, das könnte jeder andere auch“. Rational weiß ich, dass das nicht so ist. Das Gefühl ist jedoch sehr tief verwurzelt.

Negative Kritik verletzt mich meist, oder zumindest im ersten Moment. Sie spornt mich aber mehr als jedes Lob dazu an, an den kritisierten Dingen zu arbeiten.

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

Vor einem statistischen Hintergrund gesehen, würde dieser Punkt möglicherweise zutreffen. Ich empfinde die bisher gemachten Erfahrungen jedoch als qualitativ und quantitativ „normal“.

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

Ja!

Hierzu möchte ich vielleicht eine kleine Anekdote erzählen: mein Therapeut fragte mich: „...wenn Sie zu einer Veranstaltung gehen (Konzert o.ä.)... warum gehen Sie dort hin?“ Für mich gibt es darauf nur EINE Antwort: wegen des Veranstaltungsthemas, warum auch sonst. Der Therapeut fragte weiter: „Nicht auch wegen der Menschen, die ebenfalls dort sind?“ Und ich dachte mir: „Was hat der denn für komische Gedanken?“. Ich habe ihm erklärt, das ich die andern Menschen dort zwar toleriere, weil ich es muss, aber im Grunde wäre es mir lieber, die Veranstaltung alleine zu besuchen.

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

Phantasien? In meinem Kopf sind ständig Gedanken. An Vergangenes, aber auch an Kommendes. Gedankliche Ruhe gibt mir die Konzentration auf eine bestimmte Tätigkeit.

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

Diese Kriterium trifft (und traf auch schon immer) voll zu.

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

Diese Formulierung erscheint mir unlogisch...

Ich besitze ein gewöhnliches, normal ausgeprägtes Gespür für Normen und Konventionen.

Wenn jemand aber lt. o.g. Formulierung ein deutlich mangelndes Gespür für Normen besitzt und diese gleichzeitig unabsichtlich nicht befolgt... ... dann führt sich diese Formulierung für mein Verständnis ad absurdum.

Falls die Formulierung in dem Sinne zu verstehen ist, das eine Nichtbefolgung von Regeln gewöhnlich unabsichtlich erfolgt, kann ich diesem im allgemeinen für meinen Fall nur zustimmen. Ich finde Regeln und Vorschriften wichtig und gut und befolge diese problemlos. (Ausnahmen wie -nur in absoluten Notfällen- gelegentliches bewusstes Falschparken sind hier ausgenommen)

Sonstiges

Beim Schreiben der Antworten sind mir viele Dinge im Kopf herum gegangen. Und ich werde diese Gedanken -wie immer- auch noch ein wenig mit mir herumtragen.

Viele Dinge, die andere für „normal“ halten, empfinde ich als merkwürdig und unlogisch. Ich frage mich, warum es Menschen gibt, die unzählige Freunde bzw regelmäßig Kontakte zu anderen Menschen haben. Von denen man aber gleichzeitig erfährt, das sie sich über diese Menschen ärgern oder diese nicht verlässlich sind. So etwas würde ich nicht wollen.

Ich habe eine tiefe Sehnsucht nach Ehrlichkeit. Und die Welt kommt mir oft sehr unehrlich vor.

Bevor ich mich belügen lasse oder gegen mein eigenes Ich Dinge tue, die mir nicht gefallen, entscheide ich mich bewusst dazu, eine einsame Wölfin zu sein. Ich weis, das ich jederzeit die Chance hätte, an meiner Situation etwas zu ändern. Aber ich will es nicht. Nicht zu dem Preis, das ich dafür zahlen müsste: unwohlsein und Zweifel, ob man es ehrlich mit mir meint.