

Name:

Ambivalenz

Alter:

Anfang 50

Aktuell ausgeübter Beruf:

Kaufm. Bereich

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

Single

Aktuelle Diagnosen:

abhängige Persönlichkeit, Angststörung, Schizoide PS

Frühe Kindheit:

Zwiespältig. Gutes Verhältnis zum Vater-weniger gutes zur Mutter. Schwerer Unfall. Emotionale Vernachlässigung mütterlicherseits.

Schulzeit:

Musste mich nie anstrengen und war auch bei meinen Mitschülern beliebt. Mein Vater war immer stolz auf mich. Habe mir in jeder Lebenssituation eine Ersatzmutter gesucht, für die ich dann besonders gut sein wollte. Leistungserbringung für die betreffende Person.

Ausbildung/ Studium:

Ökonom

Aktuelle und frühere Wohnsituationen:

Meine Wohnung ist mir heilig. Lebe schon immer allein und würde das auch niemals ändern wollen.

Berufsleben:

Mein Vater hat sich mit mir um meine Ausbildung gekümmert, die ursprünglich in die Kunstrichtung gehen sollte. Hat aus objektiven Gründen nicht geklappt. Die Lehre habe ich wegen Unterforderung vorzeitig beendet. Danach bin ich sofort aufgestiegen und habe nebenher studiert. Später habe ich in den unterschiedlichsten Bereichen gearbeitet und das sehr erfolgreich. Hatte immer was zu sagen und habe mich nie als Untertan gefühlt.

Ich wurde immer sehr gefördert und gefordert. Habe quasi nie selbst über meinen Berufsweg entschieden sondern das gemacht, was mir zu Füßen gelegt bzw. angeboten wurde. Und dabei ging es mir immer sehr gut, weil ich auch die Leistungen problemlos erbracht habe.

Alltagsbewältigung und Freizeitgestaltung:

In jungen Jahren habe ich mich immer an meine nähere Umgebung gehalten und mich freizeitmäßig angepasst. Ich selbst interessiere mich für Alles und Nichts. Die Arbeit war immer mein Leben.

Partnerschaft/ Beziehungen:

Ich führe seit langem keine Partnerschaft. Hatte immer nur Fernbeziehungen, was mir sehr entgegen kam. Länger als zwei Tage halte ich es ohne Konflikte nicht mit einer Person zusammen aus. Habe auch schon eine gleichgeschlechtliche Beziehung in gleicher Weise gelebt. Am liebsten bin ich verliebt und meistens in Personen, die ich nicht haben kann und ganz anders sind als ich. Das lässt mich über mich hinaus wachsen. Dann habe ich eine Bezugsperson, für die ich quasi lebe und einen Sinn sehe. Für mich selbst fehlt er mir. Meine Vorstellungen und Träume sind mir wahrscheinlich lieber als das reale Leben.

Sexualität:

Mich stört es nicht, dass ich seit vielen Jahren keinen Sex habe. Mein Bedürfnis hält sich in sehr engen Grenzen- es sei denn, ich bin in eine unerreichbare Person verliebt. Dann habe ich zumindest theoretisch ein exzessives Verlangen danach. Ich glaube, die platonische Liebe ist die meine. Bemerkenswert ist, dass ich mir meiner Sexualität noch immer nicht sicher bin. Seelisch liebe ich Frauen, körperlich kann ich mit beiden Geschlechtern. Aber ich bevorzuge die seelische Komponente, denke ich.

Kinder:

Ich wollte nie Kinder und habe auch keine. Da ich emotional selbst noch ein Kind bin, war und ist das für mich die richtige Entscheidung. Mit Kindern umzugehen, versuche ich zu vermeiden. Ist schwierig für mich.

Freunde/Freundschaft:

Ich führe keine engen Freundschaften. Im Berufsleben hatte ich immer mehrere Bekannte - jetzt, wo ich zu Hause bin, lebe ich fast völlig isoliert. Im Grunde will ich es nicht anders, aber manchmal fühle ich mich schrecklich einsam. Dabei bin ich sehr beliebt und werde oft eingeladen, aber irgendwie scheue ich mich davor, dem nachzugeben. Es ist wahrscheinlich die Angst, zuviel von mir preiszugeben und einvernahmt zu werden. Nein sagen fällt mir schwer und deshalb vermeide ich alles, was mich in so eine Situation bringen könnte.

Internetnutzung/ Mediennutzung:

Das Internet nutze ich vornehmlich zur Information und zum Einkaufen. Face Book und Co sind nichts für mich, da ich mich nicht im Netz ausbreiten will, zumal ich das noch nicht mal im direkten Kontakt tue. Selbst in einschlägigen Foren informiere ich mich nur interessenthalber. Selbst habe ich mich noch nie geäußert und habe das auch nicht vor. Dieses Interview ist schon ein großer Schritt für mich.

Leidensdruck/ Psychische Folgen:

Als ich mit fast fünfzig endlich wusste, wie gestört ich bin, war die Erkenntnis erst mal eine Erleichterung für mich. Denn wenn man selbst nicht weiß, was mit einem los ist, dann ist das selbst zerstörerischer als etwas an der Hand zu haben, was man einordnen kann. Aber gut geht es mir nicht. Ich habe vor allem Angst, was mich aus meiner selbst geschaffenen Struktur bringt. Mein Telefon ist fast immer auf stumm geschaltet, weil mich jedes Klingeln erschreckt. Ich rufe nur zurück, wenn ich will. Termine beim Amt bringen mich im Vorfeld in Panik, weil ich die nicht einordnen kann. Ich muss selbstbestimmt und geplant agieren können, sonst bin ich überfordert.

Diagnosekriterien nach ICD 10:

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

Ja, bzw. interessiere ich mich erst mal für alles, aber meist nur kurzfristig.

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

Stimmt, obwohl es auf Grund meines angeborenen Charmes nicht sehr offensichtlich ist. Am eindeutigsten ist der abgeflachte Affekt.

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

Stimmt ebenfalls.

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

Trifft allgemein zu. Bei geliebten Menschen ist das schon anders.

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

Absolut richtig, sofern ich nicht verliebt bin.

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

Ich denke, das kommt hin.

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

Total.

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

Ich will höchstens eine.

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

Konventionen interessieren mich wenig – zumal, wenn sie meine persönliche Freiheit einschränken.

Therapie-/Psychiatrieerfahrungen:

Ich war schon als Kind und Jugendliche in psychiatrischer Behandlung. Das war eher kontraproduktiv, denn ich habe zweimal versucht, mich umzubringen. Glücklicherweise über die Rettung war ich allerdings nicht. Habe in den Jahren starke Psychopharmaka zu mir genommen. In sehr viel späteren Jahren habe ich noch zwei Therapien gemacht. Erst die diesjährig beendete hat mir Erkenntnis gebracht. Zum Glück hatte ich mir nach meinen Kriterien eine Therapeutin ausgewählt, die mir entsprach. Genau das war auch zielführend. Allerdings wurde mir von ihr empfohlen, noch eine Psychoanalyse zu machen, will die tiefenpsychologische Therapie nicht ausreicht. Nur ging das nicht gleich im Anschluss.

Mein Verhältnis zu einer Therapie ist ambivalent (wie eigentlich alles bei mir). Die Selbsterkenntnis ist gut, das Empfinden schlecht. Ich habe Monate gebraucht, um wieder alleine klar zu kommen. Ob ich mir das noch mal antue, weiß ich nicht.

Ihre Gedanken über Ihre Zukunft:

Für die Zukunft habe ich keine Pläne. Eigentlich warte ich nur, dass mein Leben zu Ende geht – nach Möglichkeit in geregelten Bahnen. Da ich aber immer hin und her schwanke gibt es auch Tage, an denen ich gegen mich selbst kämpfe und mir sage, du musst etwas ändern. Aber irgendwie bin ich in mir gefangen.

Sonstiges:

Im Übrigen wollte ich noch ein Buch empfehlen. Es heißt: Grundformen der Angst, ist von Fritz Riemann und im Reinhardt-Verlag [\[Amazon-Link\]](#) erschienen. Ich finde mich da absolut wieder. Aus meiner Sicht eine klasse tiefenpsychologische Studie.