

(Nick-)Name:

Sea

Alter:

Knapp unter 18

Aktuell ausgeübter Beruf:

Schülerin

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

Alleinstehend

Aktuelle Diagnosen:

Bei Persönlichkeitsstörungen sind Mehrfachdiagnosen eher die Regel als die Ausnahme. Für den Leser ist es hilfreich zu wissen, welche Diagnosen Sie haben.

- Schizoide Persönlichkeitsstörung
- Mittelgradig depressive Episoden

(Eine Zeit lang auch „Pathologisches Medienverhalten“, wurde aber mittlerweile verworfen)

Frühe Kindheit:

Meine Kindheit war größtenteils von einem instabilen Umfeld geprägt. Häufige Umzüge und wechselnde Bezugspersonen wegen direkter Trennung der Eltern und geteiltem Sorgerecht. Ich kann mich nicht daran erinnern, zu einem meiner Elternteile eine tiefere Bindung gehabt zu haben, wirklich negative Erinnerungen habe ich aber auch nicht. Eine ganze Weile hatte ich wohl hauptsächlich Kontakt zu Erwachsenen, andere Kinder waren selten und meine Eltern beschrieben mich wohl als 'kühl und zurückhaltend'.

Schulzeit:

Besonders die ersten beiden Jahre meiner Grundschulzeit waren wohl problematisch. Ich hatte große Probleme mit dem Klassenlehrer, der auch dafür gesorgt hat, dass ich von der restlichen Klasse abgespalten wurde. Dennoch hatte ich, außerhalb der Schule, für zwei Jahre eine Freundin. Mitte der zweiten Klasse zog ich allerdings wieder um und wechselte, auf meine eigene, dringende Forderung (mit 7 oder 8 Jahren) die Grundschule. Mein damaliges Zeugnis war katastrophal und ich galt als Problemfall. Mein zweiter Grundschullehrer war ein Glücksgriff und schaffte es zum einen, mich mehr oder weniger in die Klassengemeinschaft zu integrieren, und zum anderen verbesserte sich mein Zeugnis innerhalb von zwei Jahren stark.

Mit Wechsel auf ein Mädchengymnasium wurde wohl auch offensichtlicher, dass ich mich in gewissen Belangen von anderen Kindern unterschied. Sehr schnell stand meine Rolle als Außenseiterin fest und etwas wie 'eine beste Freundin' oder überhaupt wirkliche Freunde hatte ich nicht. Durch Auflösung des Klassensystems in der Oberstufe verbesserte sich die Situation ein wenig, auch weil ich mittlerweile eine wesentlich bessere Schauspielerin geworden war. Im echten Leben hatte und habe ich dennoch nie wirklich gute Freunde gehabt und wenn doch, dann hielt das nicht wirklich lang.

Ausbildung/ Studium:

Noch nicht erlebt.

Aktuelle und frühere Wohnsituationen:

Im Laufe meines Lebens habe ich schon eine Menge Wohnsituationen erlebt. Das Leben auf dem Dorf, in der Stadt in einer WG und in mehreren Mehrfamilienhäusern, das Leben in einem Wohnwagen. 'Dank' getrennter Eltern gern auch verschiedenes gleichzeitig.

Am liebsten ist es mir aber, in einer Stadt zu wohnen, da hier das Interesse an Nachbarn eher gering ist und unnötige soziale Aktivitäten nicht wirklich erwartet werden.

Die Wohnung an sich hat eine eher geringe Bedeutung für mich. Nur mein Zimmer ist mir wichtig, da mein Schreibtisch der einzige Platz ist, an dem ich mich 'wohl' fühle. In gewisser Weise ist mein Zimmer mein Rückzugsort und ich verbringe dort den größten Teil meiner Zeit.

Ich hatte immer mein eigenes Zimmer und auch wenn ich nur mit einem Elternteil (und manchmal auch mit einem Halbbruder) zusammen gelebt habe, war und ist das ganze für mich eigentlich nur eine Wohngemeinschaft in der man sich höchstens zum Essen sieht und gelegentliche notwendige Unterhaltungen möglichst kurz führt.

Berufsleben:

Bei Ferienjobs oder Praktiken stört mich besonders die Nähe zu anderen Menschen und die mangelnde Möglichkeit, mich diesem Stress zu entziehen. Viele Erfahrungen kann ich aber noch nicht beisteuern.

Alltagsbewältigung und Freizeitgestaltung:

Da ich den größten Teil meiner Freizeit vor dem Computer verbringe, gibt es nicht sonderlich viel Freizeit, die ich gestalten müsste. Außer gelegentlichen Treffen mit Online-Bekanntschäften, was aber höchstens zwei- bis dreimal pro Jahr vorkommt, vermeide ich abgesehen davon Treffen mit irgendwelchen Menschen. Bis auf manche Messen vermeide ich alles, was sich bei 'sozialen Events' einsortieren lässt.

Da ich aber gut darin bin, zu funktionieren, bin ich durchaus fähig, alle notwendigen Dinge abzuarbeiten, bei denen Fehlen zu unnötigen Fragen führen würde, wie Geburtstage von Verwandten. Problematisch ist vor allem meine Abneigung gegen Körperkontakt, da ich Umarmungen eigentlich generell verabscheue und auch Händeschütteln zu vermeiden versuche.

Partnerschaft/ Beziehungen:

In meinem Leben gab es bisher eine andere Person, deren Beziehung zu mir sich prinzipiell als 'Partnerschaft' einsortieren ließe. Körperlichkeiten gab es keine und mittlerweile hege ich die Vermutung, dass es sich bei dieser Beziehung von meiner Seite eher um Freundschaft handelte. Da ich mit so etwas vorher aber auch keine Erfahrung hatte, akzeptierte ich ein Liebesgeständnis der anderen Partei mit einem etwas überforderten Schulterzucken. Die Besonderheit dieser Beziehung war für mich hauptsächlich, dass ich es ertragen habe, einen Menschen ohne Zwang sehr regelmäßig zu sehen, ohne das der Gedanke daran mit negativen Gedanken verknüpft war.

Gut bekommen ist mir die Sache allerdings nicht, was daran liegen dürfte, dass es sich bei der anderen Partei um jemanden mit Borderline-Persönlichkeit gehandelt hat.

Großes Interesse an einer Beziehung im herkömmlichen Sinne hatte und habe ich nicht im geringsten, auch weil mir der Sinn einer solchen Sache immer noch völlig fremd ist.

Sexualität:

Ist und war absolut kein Thema. Da mich schon Umarmungen fast immer andwidern, hege ich nicht das geringste Interesse an irgendetwas, das darüber hinausgeht. Das das bei anderen Menschen teilweise auf Unglauben stößt, bestärkt mich eher noch in dieser Überzeugung, da mir die Behauptung, es würde nicht mehr lange dauern, bis der Austausch von Körperflüssigkeiten mir Freude bereitet, mir eher sauer aufstößt.

Kinder:

Ich habe nie den geringsten Kinderwunsch gehegt und möchte daran auch nichts ändern. Sieht man von meiner Abneigung gegenüber Körperlichkeit ab, kann ich Kinder nur eine begrenzte Zeit über ertragen, bevor ihre Anwesenheit mich belastet.

Außerdem bin ich der Überzeugung, dass Kinder Eltern verdienen, die sich für sie interessieren und fähig sind, ihnen zu geben was auch immer sie brauchen mögen. Dazu bin ich nicht in der Lage und ich sehe deswegen nicht den geringsten Grund, ein Kind damit zu strafen, mich als Elternteil aushalten zu müssen. Besonders da ich es mit anderen Leuten auch nicht lange aushalte und ich als alleinerziehende Mutter sicher nicht fähig wäre, den emotionalen Teil der ganzen Angelegenheit zu erledigen. Und auch die andere Möglichkeit, das Kind dem Vater zu überlassen, halte ich für ein wenig sinnlos. Dann sollte der das Kind auch mit einer Mutter bekommen, die fähig ist, ihr Kind dauerhaft zu ertragen.

Ich weiß nicht, ob ich, wie viele Leute sagen, mein Kind trotz allem direkt lieben würde, wenn ich es erst einmal hätte. Es besteht aber die Chance, dass dem nicht so ist und dieses Risiko empfinde ich als zu groß, denn das ich dann fähig wäre, meinem Kind eine liebevollere Kindheit zu geben als ich sie hatte, wage ich mehr als zu bezweifeln

Freunde/Freundschaft:

Im 'echten Leben' habe und hatte ich nie wirklich enge Freundschaften. Es gab einen oder zwei Ausreißer, da eine solche Freundschaft aber nie länger als ein halbes Jahr hielt und nur negative Folgen für mich hatte, zähle ich das nicht wirklich.

Lockere Freundschaften, hauptsächlich schulisch, sind mittlerweile vorhanden, aber privat sehe ich diese Menschen nur selten und meistens reicht mir das auch völlig, da ich nach einem Nachmittag meist genug habe.

Vermutlich habe ich die meisten Freundschaften übers Internet. Hier freunde ich mich mit Leuten an, mit denen ich mich gut unterhalten kann und die emotionalen Bekundungen fallen mir wesentlich leichter, wenn ich sie nur schreiben muss.

Zu erwähnen ist hier wohl, dass ich manche dieser Freundschaften auch durchaus gelegentlich mal für einen Tag treffe. Wirklich eng befreundet bin ich selten länger als ein halbes- bis dreivierteljahr, daher bleibt es meist bei einem Treffen. Mittlerweile habe ich das Gefühl, durch eine gewisse Erfahrung auch länger 'durchzuhalten' und mittlerweile auf ungefähr 1 Jahr komme, bevor der Kontakt erlahmt.

Interessant ist vielleicht, dass eigentlich alle meine Freunde auch an irgendwelchen psychischen Problemen zu beißen hatten. Die meisten haben sogar ebenfalls eine Persönlichkeitsstörung.

Emotional gesehen sind diese Freundschaften aber selten tief. Manchmal habe ich eine Weile ein Interesse an meinem Gegenüber, das aber häufig schnell erlischt.

Außerdem lösen sich meine Freundschaften in gewisser Weise ab. Das heißt, ich habe immer nur zu einer Person engen Kontakt und wenn eine neue auftaucht, bricht der Kontakt zur vorherigen Freundschaft eigentlich sofort ab, da alles andere mich überfordert.

Sowohl reale als auch virtuelle Freundschaften sind aber von einem ziemlichen Desinteresse den Gefühlen des anderen geprägt. Ich versuche zwar manchmal, bei schlechter Stimmung zu helfen, weil man sich bei guter Laune besser unterhalten kann, emotional berührt bin ich in dieser Hinsicht aber selten bis nie.

Internetnutzung/ Mediennutzung:

Das Internet nimmt in meinem Leben die größte Rolle ein. Wie bereits angemerkt, pflege ich hier hauptsächlich Sozialkontakte, und meine Interessen sind auch in diesem Bereich anzusiedeln. Ich wurde von anderen Leuten durchaus schon als süchtig bezeichnet, auch als Diagnose stand diese Vermutung eine Weile. Ich selbst sehe das allerdings eher so, dass ich mich online eben wohler fühle als 'draußen in der echten Welt'. Wenn man mir eine geeignete Alternative zur Verfügung stellte, hätte ich auch kein Problem damit, meine Zeit am Computer zu verringern und wenn es nötig ist, tue ich das ja auch. Sonst sehe ich dazu aber nicht den geringsten Grund.

Außer dem Computer nutze ich eigentlich kaum etwas. Ich sehe nie fern und höre auch kein Radio. Das erledige ich alles am Computer.

Erwähnenswert ist vielleicht, dass ich soziale Netzwerke wie Facebook nicht nutze, da ich nur mit wenigen Leuten reden möchte und mein Leben nicht mit unnötig vielen teilen will.

Leidensdruck/ Psychische Folgen:

Meine Persönlichkeitsstörung ist mit geringem Leidensdruck verbunden. Es stört mich manchmal, dass ich die Gefühle anderer Menschen oder ihr Verhalten nicht nachvollziehen kann und deswegen in manchen Belangen ziemlich unbeholfen bin.

Ich habe zwar eine Weile an Depressionen gelitten, verbinde das aber nur sekundär mit meiner 'Problematik', da mein sozialer Rückzug meine Antriebslosigkeit zwar unterstützt, aber nicht verursacht hat.

Diagnosekriterien nach ICD 10:

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

Völlig zutreffend. Wirklich Freude bereitet mir eigentlich nichts. Ich interessiere mich für ein paar Dinge, aber Freude ist nicht das Wort, das ich verwenden würde, um meine Gefühle bei der Ausübung zu beschreiben. Ich bin eben beschäftigt.

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

Größtenteils zutreffend. Prinzipiell bin ich wohl distanziert, kühl und mein Affekt ist abgeflacht, ich versuche aber meistens, das so gut es geht zu verbergen, um Irritation oder den Versuch 'meine Schale zu knacken' zu verhindern. Letzteres wäre wohl ohnehin nur von Enttäuschung belohnt.

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

Völlig zutreffend. Selbst wenn ich Ärger oder irgendetwas 'warmes' empfinde, bin ich selten fähig das auch auszudrücken und die Forderung danach, sorgt für eine extreme Anspannung, da ich, selbst wenn ich es wollte, schwer fähig bin, irgendwelche Empfindungen in Worte zu fassen.

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

Völlig zutreffend. Zum einen ist es mir eher fremd, echte Freude oder Ärger zu zeigen, zum anderen ist es viel zu riskant, sich durch eine andere Reaktion als Gleichgültigkeit zu öffnen. Da ich sehr misstrauisch bin, käme ich also auch nie auf die Idee, eine vielleicht empfundene Emotion zu äußern.

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

Absolut zutreffend, da nicht das geringste Interesse besteht. Ob sich das im Laufe der Jahre ändern wird, kann ich nicht sagen. Ich wage es aber zu bezweifeln.

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

Im 'reellen' Leben ausschließlich. Online sind Aktivitäten, die andere mit einbeziehen durchaus erträglich. Aber sonst empfinde ich es nur als störend, wenn irgendein anderer Mensch bei einer Aktivität dabei ist.

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

Auch zutreffend. Ich hatte wohl schon immer eine blühende Fantasie und ich beschäftige mich am liebsten mit mir selbst. Wenn es irgendetwas emotionales 'zu klären' gibt, erledige ich das meist in Gedichtform oder mache es andersweitig mit mir selbst aus.

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

Teilweise zutreffend. Manchmal gibt es durchaus den Wunsch nach einer vertrauensvollen Beziehung/Freundschaft. Entweder er wird unterdrückt, weil das Risiko zu groß ist, oder er äußert sich darin, dass ich mich mit einer Online-Bekannntschaft immer besser verstehe, bis das Bedürfnis nachlässt. Höchstens eine ist also wohl am zutreffensten.

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

Nicht mehr wirklich zutreffend, da ich mir die sozialen Normen antrainiert habe. Innerlich hege ich zwar gegen manche eine Abneigung, ich bin aber der Anpassung wegen fähig, mich angemessen zu verhalten. Nur mit Smalltalk habe ich so meine Probleme, aber hier verstehe ich den tieferen Sinn ohnehin nicht wirklich...

Therapie-/Psychiatrieerfahrungen:

Wegen Depressionen habe ich mich irgendwann, ohne Wissen meiner Eltern, in Behandlung begeben. Meine erste Therapeutin hat meine Mutter dann informiert, aber sehr schnell festgestellt, dass es bei mir wohl noch mehr zu regeln gibt, als nur eine depressive Episode. Danach hatte ich mit kurzem Abstand zwei weitere Therapeuten, die beide mäßig hilfreich waren. Der dritte hat es geschafft, kurzzeitig Vertrauen zu gewinnen, das aber seehr schnell wieder verspielt.

Danach folgte ein viermonatiger Klinikaufenthalt, der in einiger Hinsicht problematisch war. Meine Bezugstherapeutin war sehr gut und nach einem knappen Monat konnte ich mich mit ihr soweit unterhalten, dass sie sogar fähig war, mir gewisse, nützliche Hilfen zu geben. Gegen Ende meines Aufenthalts kündigte diese Therapeutin allerdings, was mich sehr gestört hat, sich aber nicht ändern ließ. Allerdings ging es mir zu diesem Zeitpunkt ohnehin schon besser. Zur nächsten Therapeutin konnte ich kein Vertrauen aufbauen, da ich sie schlichtweg für inkompetent hielt. Glücklicherweise mussten wir uns nicht lange gegenseitig ertragen und sie hat die Diagnose meiner vorherigen Therapeutin unterstützt.

Problematisch war während meines Aufenthalts hauptsächlich die Nähe zu Mitpatienten und Personal. Erstere hatten allerdings viel Verständnis und dank meiner Therapeutin bekam ich einen Rückzugsort, zu dem ich gehen konnte, wenn mir die Menschen zu viel wurden.

Der Pflege- und Erziehungsdienst war leider weniger verständnisvoll. Mein Verhalten wurde als unhöflich gedeutet und es kam häufiger zu Problemen. Auch meine Ängste gegenüber Berührungen oder Geschrei, mit dem ich wegen der emotional aufgeladenen Stimmung einfach nicht umgehen kann, wurde völlig ignoriert und als ich darauf hin mit noch verstärkter Verschlussenheit reagierte, wurde ich deswegen noch mehr bedrängt.

Ich empfinde diese Zeit dennoch als lehr- und hilfreich und kann nicht leugnen, dass es einen gewissen Nutzen für mich gab.

Mittlerweile bin ich wieder in ambulanter Therapie, da ich Interesse daran habe, meine Sozialkompetenz zu verbessern, um im Berufsleben keine Probleme zu bekommen.