



reden! statt schweigen: 11.11.2019, Kampnagel

Textbeiträge von jungen Menschen mit psychischer Erkrankung:

Anglerfisch

Autorin: M.T., 17 Jahre

Ich weiß ja nicht, was so die statistisch durchschnittliche Wartezeit ist, was das "wieder leben wollen" angeht, aber mir dauert das hier eindeutig zu lange.

Im Moment bin ich frustriert, weil ich immer noch, so ein bisschen trostlos, wie ein depressiver Anglerfisch, durch meine adoleszente Existenz dümpel und darauf warte, dass mein Überlebenswille irgendwann wieder aufleuchtet... Das enttäuscht mich.

Ich kämpfe täglich mit dem folgenden Dilemma:

Ist es grausamer von den Menschen um mich, mich zu zwingen hierzubleiben und zu leiden, oder wäre es grausamer von mir, sie zu verlassen, in dem ich mich umbringe? Weil es sich wirklich grausam anfühlt, mich zu zwingen hierzubleiben...

Ich bleibe, weil ich die Menschen um mich nicht verletzen will. Aber es fühlt sich falsch an, ein Anglerfisch ohne Lampe zu sein. Ich schaue mich um und habe das Gefühl, die Menschen um mich sehen da irgendetwas, dass ich nicht erkennen kann.

Ich schwimme da, zwischen ihnen und bin genauso wie sie... nur grau... Ich sehe irgendwie nicht das, was sie sehen. Bei mir ist es da dunkel. Es macht mich traurig, dass ich nicht sehen kann was die anderen sehen, weil sie das, was sie sehen antreibt zu LEBEN. Und ich will auch, dass mich etwas antreibt zu leben.

Und mir wird von allen gesagt "Warte nur dann siehst du es wieder!" und "Guck doch, siehst du das nicht?" und ich gucke hin und versuche zu sehen was sie sehen aber da ist nur dunkel. Und so gerne ich ihnen glauben möchte, dass meine Lampe irgendwann wieder angeht, habe ich trotzdem Angst. Ich habe Angst, dass ich weiter unter ihnen Leben muss und das Licht nicht angeht.

Ich will kein Leben im Dunkeln führen, nur um mich umzuschauen und die Menschen zu beobachten, die all die Lichter des Lebens sehen. Es ist anstrengend, in der Tiefsee zu schwimmen, wenn es so fürchterlich dunkel um einen herum ist.

Ich sitze in der Schule zwischen Gleichaltrigen und schaue sie an, wie sie all die Lichter sehen und sie etwas antreibt zu leben... und dann kämpfe ich wieder mit dem folgenden Dilemma: ist es grausamer von den Menschen die mich lieben, mich zu zwingen hierzubleiben, wenn ich so darunter leide, oder wäre es grausamer von mir sie zu verlassen?

Weil es sich wirklich grausam anfühlt mich in diesem Zustand hier zu behalten...



reden! statt schweigen: 11.11.2019, Kampnagel

Stolperfallen meiner Kindheit

Autorin: Frau B. 20 Jahre

Wie ich meinen Vater beschreibe, als ich Kind war, ziemlicher Tyrann.

Ich habe bis heute keine wirklich positiven Erinnerungen. Er hielt seine Versprechen so gut wie nie ein, das war immer wieder so enttäuschend. Meine Mutter und ich mussten oft vor ihm, aus der Wohnung, zu ihren Freundinnen fliehen.

Wenn er getrunken hatte, dann haben sich meine Eltern angeschrien und gestritten. Er bewarf meine Mutter mit Kartons voller Lehrbücher, schlug Auflaufformen gegen Wände und durchbrach Türen mit der bloßen Faust.

Ich war so traurig, dass ausgerechnet meine Eltern kein gutes Verhältnis hatten.

Mit meiner Mutter hatte ich eher eine „Freundinnen“ Beziehung, ich glaube das war kein Mutter-Kind-Verhältnis, ich hätte mir eine Mutter gewünscht, die sich um mich kümmert oder sich einfach nur für mich interessiert.

Ich hatte ihr vertraut und geglaubt, auch wenn sie mir einredete, dass mein Vater der Böse sei. Nachts stand er mal vor unserer Türe und wir mussten die Polizei rufen. Mich hat er nie angerührt.

Ich war sechs Jahre alt, meine Schwester wurde geboren und ich kam in die Schule, durch die ganzen Streitereien hatte ich sämtliches Vertrauen verloren. In der Schule wurde ich als Diebin beschimpft, dabei hatte ich nur vergessen einen Bleistift oder einen Radiergummi zurück zu geben.

Ich hatte dort wieder keine Freunde. Zu diesem Zeitpunkt lebte die Freundin meiner Mutter bei uns im Haus. Vielleicht war die Tochter der Freundin meiner Mutter so etwas wie eine Freundin für mich.

Ich hatte immer das Gefühl, dass ich vernachlässigt werde, meine Mutter hatte ja jetzt meine Schwester und mein Vater war meistens abwesend.

Meine Eltern trennten sich. Ab diesem Zeitpunkt pendelte ich immer zwischen den Beiden hin und her, ich musste mir ihre negativen Meinungen, gegenseitigen Schuldzuweisungen, oder Vorwürfe anhören, manchmal haben sie auch nur „rumgeheult“ wie schlecht die Welt ist.

Seit ich neun bin, würde ich sagen, habe ich keinen richtigen Kontakt zu meinem Vater, Heute glaube ich, dass er ein sehr ängstlicher und verunsicherter Mensch ist, besonders im Umgang mit mir.



reden! statt schweigen: 11.11.2019, Kampnagel

Wenn er im Alkoholrausch war oder ist, konnte ich gar nicht mit ihm umgehen, er wird dann so weinerlich und anhänglich. Mir tat das nicht gut, deshalb hatte ich auch kaum Kontakt zu ihm.

Meine Mutter war total überfordert und als wir dann zu dritt in eine andere Stadt zogen, wurde das Jugendamt eingeschaltet und wir bekamen diese Familienhilfe.

Mit acht oder neun Jahren kam ich in die Kinder- und Jugendpsychiatrie. Ich weiß gar nicht mehr so genau warum ausgerechnet ich dorthin sollte, man sagte mir, die Situation in der Familie sei schwierig gewesen, das fand ich zwar auch, aber warum ich deshalb dorthin sollte, war mir unklar.

Aus heutiger Sicht ist das auf der einen Seite alles schon sehr lang her, auf der anderen Seite ist es so, als ob ich noch mitten drin stecke, manchmal fühle ich mich erwachsen und habe Ideen was ich tun kann und manchmal fühle ich mich noch wie das Kind, das so enttäuscht und allein ist.

Ich bin heute Anfang 20 habe eine Therapie gemacht und konnte während der Zeit viel für mich erkennen und nutzen.

Die vergangene Zeit aber ist geschehen und ich kann sie nicht verändern, meine Geschichte ist nun mal so.