



suicide is an option

Benway - 11.10.2005 um 22:53

Ich möchte mal eure Meinung zu einem im Mainstream IMO doch bemerkenswert übergangenen Thema hören: Selbsttötung als Ausweg. Dabei hoffe ich eigentlich schon, dass eure Meinung zumindest ein bisschen vom Gesellschaftskonsens abweichen könnte.

Was mich echt bodenlos ankotzt, ist die Flachheit mit der dieses Thema scheinbar "objektiv" von Mainstream-people und in der Mainstream-Welt diskutiert wird...richtig schizophren (gemessen an den Normen und Werten, die von der Gesellschaft bei anderen Themen angewandt werden) finde ich es, alle Selbstmörder pauschal als "Feiglinge" zu beschimpfen. Für mich (der ich mich rein emotional genau wie wir alle hier offensichtlich nicht zu dieser Entscheidung entschließen konnte) hat die Selbsttötung nun überhaupt nichts Feiges an sich.

Wer Suizid begeht, zeigt zunächst mal Aktivität. Er reagiert auf die Umstände und zeigt gleichzeitig, dass er bis zum Letzten zu gehen bereit ist. Nicht nur "tapfer" sondern sogar "mutig" ist die Handlung aber, wenn man bedenkt, dass durch den Selbstmord kaum etwas zu gewinnen ist. Der Selbstmörder tauscht seinen (unangenehmen) aber sicheren Zustand gegen die große Unsicherheit, allein das muss man erst mal "wagen". "Feige" im Sinne von leicht und selbstlaufend ist es IMO dagegen, sich schon im Voraus zu verpflichten, dem Drang zur Selbsterhaltung alles Lebendigen immer und unter allen Umständen nachgeben zu wollen....insofern finde ich die Vorstellungen der Öffentlichkeit vom "feigen" Selbstmord vor allem schizophren.

Wirklich dämlich finde ich es auch, den Selbstmord "unvernünftig" zu nennen. Von mir aus ist es "vernünftig" und "sinnvoll" am Leben zu bleiben und den Stoffwechsel seines Körpers möglichst lange am Laufen zu halten, ich kann es aber nicht weniger vernünftig nennen, wenn jemand beschließt, dass er das endgültige Ende seiner materiellen Grundlage schon früher herbeiführen will. In diesem Fall denke ich, spricht aus den Suizid-Gegner doch eher der Instinkt als die "Vernunft".

IMO der Gipfel der Dämlichkeit ist es, dass Selbstmord-Tabu aus Vernunftgründen auch noch mit Kant zu begründen..."wie kann jemand so blöd sein und eine Handlung begehen, die so überhaupt nicht dazu taugt, darauf eine Gesellschaftsordnung aufzubauen, in der alle so handeln?"...selbst wer dem kategorischen Imperativ treu bleibt und tatsächlich bei jeder seiner Handlungen immer 1 000 andere Leute im Hinterkopf hat, die gerade genau das Selbe tun: was bitteschön soll schlecht daran sein, dass ich in meiner Idealgesellschaft jedem das Recht zugestehe, frei über sein eigenes Leben oder dessen Beendigung zu entscheiden?

Ich persönlich wäre sogar gar nicht mal abgeneigt, den Selbstmord auch als "kulturelle Leistung" aufzufassen...so blödsinnig das jetzt klingt...kein Säugetier außer dem Menschen wird (egal wie untolerierbar die Äußeren Bedingungen auch werden) jemals seinem Dasein selbst ein Ende setzen. Es scheint also ganz natürlich zu sein, unter allen Umständen und egal mit welchen Chancen "mutig" bis zum Ende für die Selbsterhaltung zu kämpfen. Allein der Mensch hat seit vielleicht ein paar Jahrtausenden offensichtlich noch eine andere Verhaltensoption. Und die zu nutzen kann ihm niemand verbieten.

Gut, wie aus dem bisher Geschriebenen hervorgehen sollte, kann ich mich meinetwegen durchaus als Verfechter des "Rechts auf Suizid" sehen...nicht dass man das langfristig überhaupt irgendjemandem vorenthalten könnte. Trotzdem würde eine gesellschaftliche Auseinandersetzung mit dem Thema mich vielleicht davon überzeugen können, dass wir wirklich in einem "aufgeklärten" Europa leben, das fähig ist, andere Meinungen zum Leben und andere Auslegungen der Vernunft bis ganz Zuletzt zu akzeptieren. Und um nichts anderes handelt es sich IMO beim Suizid.

Es sit mir schon klar, dass ich nicht unbedingt einen "objektiven" point of view vertrete...die subjektive Anschauung ist bei der Beurteilung des Suizids IMO aber sowieso die einzig mögliche. "Aufhören" ist für mich genau wie "Weiterleben" eine völlig emotionale Entscheidung, die die meisten wahrscheinlich ganz instinktiv treffen, ohne darüber nachdenken zu müssen, ob sie jetzt objektiv Gründe dafür hätten. Deshalb will ich eigentlich auch nur emotionale Meinungen hören von euch, ob und wenn ja wie ihr diesen Konflikt vielleicht schon mal selbst erlebt habt, wie ihr euch jetzt beim Gedanken an Suizid fühlt und ob das schon mal anders warund überhaupt wie das Thema emotional besetzt ist...

Cuts,
Benway

quaid - 11.10.2005 um 23:36

ich benutze das wort "man" mal repräsentativ für den mainstream..

Zitat

richtig schizophran (gemessen an den Normen und Werten, die von der Gesellschaft bei anderen Themen angewandt werden) finde ich es, alle Selbstmörder pauschal als "Feiglinge" zu beschimpfen.

schizophran nicht, aber extrem oberflächlich und vorurteilend.

man sieht das leben als herausforderung, vor der sich selbstmörder drücken wollen. das ist natürlich unsinn, da uns ein leben ohne optionen vorgeworfen wird. darüber hinaus erzählen uns immer wieder alte, konservative säcke wie es zu ihrer zeit war und wie es heute noch sein sollte. jene sollten ihre unmodernen gedanken endlich unter die erde schaffen, wie ich finde.

wir müssen allerdings auch die menschen betrachten, und nicht nur deren behauptungen. wer noch nie mit echten und auch permanenten downs zu tun hatte, kann es nicht wirklich nachvollziehen. von so einem dann zu erwarten, ein urteil über das ritual der selbsttötung zu fällen das man in der tat ernst nehmen kann, wäre absurd.

ich persönlich sehe selbstmord als einen letzten hilfeschrei an. man erwartet keine hilfe noch antwort mehr, aber man schreit so laut das jeder es mitbekommt, der es mitbekommen sollte. es erfordert wohl sehr viel mut und entschlossenheit. "wer es wirklich will, tut es einfach". ich glaube nicht daran, dass es einfach ist. ein akt der so grundsätzlich gegen einen grundinstinkt des menschen verstößt, kann nicht einfach sein. er schafft es nur auf komplexe art und weise, zu funktionieren; und das so das tatsächlich menschen diesem nachgehen.

in einer futurama-folge sah der zeitreisenden fry eine selbstmord-zelle. als logisches produkt des überbevölkerungsproblems der zukunft klingt das für "freiwillige" gar nicht mal so unplausibel, wie ich finde. dem wäre natürlich vorauszusetzen das eine überwachung statt findet, wo leichte, behandelbare fälle ausgesondert werden.

ich selbst habe mal geglaubt, schwer betroffen zu sein. ich glaube, mich selbst geheilt zu haben. und ich denke immer noch, das ich in diesem leben auf irgendetwas warte. es wäre wirklich zu schade wenn die individuen dieser welt, die für eine existenz wie diese, die die gedanken des selbstmordes überhaupt erst zulassen, verantwortlich sind, einen in den tot getrieben haben noch bevor man seine bestimmung erkannt hätte; sollte man denn eine haben. der gedanke widert mich dermaßen an das ich lieber godmode aktivieren und amok laufen würde um mal etwas kontrolle reinzubringen, alsdass ich mich unterbuttern lasse.

aber wer leidet, dem sollte es freigestellt sein. meine meinung.

man hat sich leider heutzutage nur viel zu pingelig, was wir zweifellos dem gottesglauben zu verdanken haben, der sich bis heute durchgezogen hat. die menschen brauchen etwas, an das sie glauben, und tragen richtlinien die sich ein einzelnes gehirn irgendwann mal dachte, noch heute durch die generationen. sterbehilfe ist nicht erlaubt: "recht auf leben". sinn hätte das eigentlich nur gemacht, wenn ich vor meiner geburt einen "yes" knopf gedrückt hätte, der signalisiert das ich tatsächlich bock auf diese welt habe.

im übrigen denke ich schon das man relativ objektiv an sowas rangehen kann. subjektivität und emotionalität spielen sicher immer eine mindestens 60%ige rolle.

aber die objektive seite bringt gedanken hervor wie "die und die faktoren sorgen nunmal dafür das du dich scheisse fühlst und das wird sich so schnell auch nicht mehr ändern". man fühlt sich eingengt und verstärkt negative emotionen. aus sonem teufelskreis muss man erstmal rauskommen.

überlebensinstinkt soll ja wichtig sein.

christen und sonstige gläubige verurteilen selbstmordgedanken.

dann stellt euch mal nen christlich erzogenen jungen neben einem vor, der in der übelsten gegend aufgewachsen und regelmäßig verprügelt worden ist. wer ist von beiden abgehärteter? der christjunge glaubt noch eher daran das gott ihm schon helfen wird. fuck them. und fuck merkel und stoiber, wo wir schonmal dabei sind. einfach weil das scheisse ist wofür sie eintreten. das sind zombies die die gedanken ihrer erzieher weitertragen. aber das heisst nicht zwangsläufig, dass deren opposition besser ist..

hopeless - 12.10.2005 um 00:16

entschuldigt.. aber dazu will ich IMO nur eins loswerden:

oh man.

MAUS - 12.10.2005 um 00:57

hallo erst mal Doc Benway!

puh schwieriges thema, wollte gerade den pc ausmachen und habs dann doch noch kurz gelesen. tja und danach konnt ich mich dann nicht mehr so recht auf mein buch konzentrieren, also bin ich wieder hier.

Also erstmal: meine ersten gedanken an selbstmord hatte ich mit 6 jahren. in dem alter is mir nix besseres, als aus dem fenster zu springen eingefallen. da ich aber panische angst vor den schmerzen beim aufprall hatte, hab ichs eben nie getan. *g* ich war also sozusagen "zu feige zum sterben". mit 15 hab ichs dann wirklich versucht, weil meine kraftreserven völlig verbraucht waren. tja wie man merkt hats nicht funktioniert *g*. ein dummer zufall eigentlich, alles war schön friedlich, ich hätte einfach nur in ruhe einschlafen können, aber nein, ich mußte pinkeln. tja und aufstehen hat dann zum tablettencocktail-auskotzen geführt.

danach hat sich was grundlegendes für mich geändert. der gedanke an die thematik (also nicht zwangsläufig mein eigener) selbstmord, ist bis heute ein fester bestandteil von mir geblieben. es vergeht eigentlich kaum ein tag, an dem ich nicht mindestens einmal darüber nachdenke, aber ich fühl mich nicht mehr schuldig deswegen und vor allem ist er zu einer möglichen option geworden, die auch sicherheit vermittelt. die kontrolle über das eigene leben zu haben und damit auch über den eigenen tod.

Zitat von Doc Benway: "Von mir aus ist es "vernünftig" und "sinnvoll" am Leben zu bleiben und den Stoffwechsel seines Körpers möglichst lange am Laufen zu halten, ich kann es aber nicht weniger vernünftig nennen, wenn jemand beschließt, dass er das endgültige Ende seiner materiellen Grundlage schon früher herbeiführen will."

also ich möchte jedenfalls nicht irgendwann in nem altersheim verrotten, weswegen ich dir nur zustimmen kann. ein weiterer wichtiger aspekt des weiterlebens damals war, daß ich schlichtweg trotz entwickelte.

Zitat von q: "...es wäre wirklich zu schade wenn die individuen dieser welt, die für eine existenz wie diese, die die gedanken des selbstmordes überhaupt erst zulassen, verantwortlich sind, einen in den tot getrieben haben ..."

g sehr schön gesagt. eben, diese genugtuung kann man denen einfach nicht gönnen. ich hab mir immer wieder vor augen gehalten, wer sich alles über meinen tod freuen könnte, unglaublich, was man daraus für eine lebensenergie gewinnen kann. aber es sollte auch nicht unerwähnt bleiben, daß ich danach auch einfach das glück hatte ne clique, in der ich endlich einfach ich sein konnte, zu finden und jaaa natürlich punkrock (beides wohl ne wesentlich positivere energie, als reiner trotz, aber hilfreich ist der TROTZdem *g*). ich glaub ich kann gar nicht mehr zählen, wie oft mir in ner akuten schlechten phase die musik weitergeholfen hat. ich kann da ja ea80 empfehlen, das war ne echte offenbahrung für mich, die haben meine gefühle einfach widerspiegelt mit ihrer musik und ihren texten. jaaa endlich packte das jemand in worte, was ich so nicht ausdrücken konnte. war das ne erleichterung, man war nicht mehr isoliert. da gabs noch andere. immer noch meine allerliebste düsterdeutschpunkband *g*. ich kann mich auch bestimmt nicht mehr lange dagegen wehren, mal nen text von ihnen zu posten.

Zitat von q: ""recht auf leben". sinn hätte das eigentlich nur gemacht, wenn ich vor meiner geburt einen "yes" knopf gedrückt hätte, der signalisiert das ich tatsächlich bock auf diese welt habe."

lol, eine herrliche idee, das wär mal ne erfindung wert. ach ja galgenhumor ist auch nie verkehrt *g*

Zitat von q: "wer noch nie mit echten und auch permanenten downs zu tun hatte, kann es nicht wirklich nachvollziehen. von so einem dann zu erwarten, ein urteil über das ritual der selbsttötung zu fällen das man in der tat ernst nehmen kann, wäre absurd."

ja das seh ich auch so, sonst würde man sich in der situation ja auch nicht so allein und unverstanden fühlen. so, das wars dann aber auch mal, obwohl ich bestimmt noch dinge vergessen habe.

die MAUS

... - 12.10.2005 um 04:59

Ich habe die Duiskussion vor kurzem in einem anderen Forum erlebt und will erstmal kurz den Ausgangspunkt erzählen, da es ja auch die eigene Betroffenheit wedegeben soll.

Ausgangspunkt war, daß eie Userin bemerkte, daß jemand, als sie i ener Straßenban vorbei fuhr, versuchte vn eier Rheinbrücke zu springen. Sie hat whl den Fahrer informiert, der weigerte sich aber, die Straßenbahn anzuhalten. Okay, wäre auch unsinnig in jedem Falle gewesen, weil der zu diese zeitpunkt ja auch schon längst gesprunnen gewesen wäre. Während die Spießer sich sofort über die Gleichgültigkeit der Menschen drum herum erregten, meldete sich jemand mit einer schweren schizophrenen Psychose zu Wort und sagte, daß er unter keinen Umständen, den Suizidwilligen

abgehalten hätte.

das war dann erstmal der Ausgangspunkt für eine Diskussion, da ging es gar nicht mehr darum, ob man selber Selbstmord begehen darf, sondern eben, wie man sich verhalten soll, wenn man jemanden sieht, der dies machen will. Ich habe mich später der Meinung des Psychos angeschlossen und auch gesagt, wenn wir Leben zu nehmen verbieten wollen und dies als unmoralisch betrachten, dann ist es auch unmoralisch, jemanden davon abzuhalten, sich das Leben zu nehmen. Dies halte ich auch nach wie vor für einen guten Grundsatz.

Für mich selber ist das uninteressant. Ich habe so viele Erkrankungen schon gehabt, daß ich schon öfters hätte über den Jordan gehen können. Aus irgendwelchen Gründen sträubt sich aber gerade dann, wenn es kritisch um mich steht, mein Körper sich wohl mit aller Kraft. Also gehe ich mal davon aus, daß in dem Moment, wo ich keinen Bock mehr habe, ich bei meiner gesunden Verfassung auch von selber verschwinde. Und ich finde es höchst interessant, dann mal was wirklich neues zu erleben".

dian - 12.10.2005 um 12:09

Meine Meinung zum Thema Selbstmord... hmm, da muss ich jetzt erst mal ein bisschen weiter ausholen:

Ungefähr seit ich in die Pubertät kam, ging es los damit, dass ich alles scheisse fand und auch nicht mehr so wirklich zufrieden mit meinem Leben war, wie ich es noch als naives, unbekümmertes Kind gewesen bin.

Dennoch kam mir der Gedanke an Selbsttötung lange Zeit überhaupt nicht in den Sinn... vielleicht auch deshalb, weil ich damals vor Tod und solchen Dingen tierischen Schiss hatte. (Noch mehr als vor dem Leben.)

Den ersten Kontakt zu dem Thema hatte ich, als sich einer meiner damaligen Mitschüler vor den Zug geworfen hat.

Nicht, dass ich darüber irgendwie schockiert gewesen wäre, wie die meisten anderen... ich hatte schon damals ne ziemliche Scheissegal-Einstellung... und als der Lehrer kam und der Klasse mit zitternder Stimme vom Tod des Mitschülers berichtet hatte, war einer meiner ersten Gedanken: "Cool - mit etwas Glück dürfen wir heute etwas früher nach hause." :D

Naja, was soll ich sagen, ich war eh nie wirklich Teil der Klassengemeinschaft, und von dem Typen wusste ich auch nicht besonders viel.

Was mir aber noch gut im Gedächtnis geblieben ist, ist seine Beerdigung.

Ich musste von meinen lieben Mitschülern erst massiv überredet werden, dort überhaupt aufzutauchen. Keine Ahnung, wieso, aber irgendwie legten einige Wert auf meine Anwesenheit.

Ich fand dieses Spektakel allerdings nur widerlich.

Ich meine, da bringt sich ein (überdurchschnittlich intelligenter) Mensch um, vermutlich auch, weil er seine Ruhe haben wollte und sich in seinem Umfeld nie so recht verstanden gefühlt hat. Doch anstatt dass sie diesen Wunsch nach Ruhe respektieren, veranstalten sie ein grosses Happening, wo das halbe Dorf zusammenkommt, um Abschied zu nehmen. (Hat nur noch das Fernsehen gefehlt...)

"Es geht euch doch gar nicht um IHN!", dachte ich damals angewidert. "Ihr veranstaltet das alles nur für euch selbst! Reinigt eure Seelen in seiner Asche, damit ihr morgen dann wieder unbeschwert Fussballspielen und Lachen könnt..."

Ich springe jetzt mal ein paar Jahre weiter:

Nach etlichen enttäuschenden Freundschaften und meist vergeblichen Versuchen, die Liebe meines Lebens zu finden, war mir der Gedanke an Selbstmord wesentlich vertrauter geworden. Ich spielte immer öfters mit der Idee, und es befriedigte mich in gewisser Weise, wenn ich daran dachte, wie wunderbar man seine Mitmenschen mit soetwas schocken konnte.

Dann geschah das, was mich für Wochen völlig aus der Bahn geworfen hat. Ich traf diesen einen Typen (ihr wisst schon... den Geheimnisvollen, Rätselhaften, der mich letztlich zu meinem ersten Roman inspiriert hat) Ich fühlte eine unglaublich starke Bindung zu ihm, doch irgendwie habe ich mich dämlich angestellt oder er war verrückt, keine Ahnung. Jedenfalls kam es soweit, dass wir uns trotz einer gewissen gegenseitigen Sympathie immer mehr voneinander weg entwickelten... und dann verschwand er aus meinem Leben für immer.

Das war der absolute Tiefpunkt.

Ich bin damals besoffen ins Auto gestiegen, sinnlos durch die Gegend gefahren auf der Suche nach Gott, hab angefangen, mich nachts irgendwo im Wald rumzutreiben und weiter zu saufen und zu kiffen, etc.

Der Gedanke an Selbstmord war ungeheuer präsent. Und vielleicht hätte ich es früher oder später getan... wenn ich nicht auf die Idee gekommen wäre, etwas zu tun, was ich davor noch nie getan habe: Nämlich einen Schreibblock zur Hand zu nehmen und eine Geschichte zu schreiben, in der ich mit allem abrechnete, was mich an meinem Leben störte. In der Geschichte wurden der Typ und ich die besten Freunde, und haben zusammen ein ordentliches Massaker an den miesen Schweinen dieser Welt veranstaltet. (ähm ja, wer's noch nicht kennt und mehr darüber wissen will: Unity 1 - Heroic Bloodshed, auf www.dianthesaint.de . Kann man sich auch heute noch gut durchlesen, wie ich finde...)

Vergleichen wir es mal mit einer Gameshow:

"Welches Tor willst du?", fragte der Moderator den Selbstmord-Kandidaten.

"Tor 1 - Den sicheren Tod ... oder lieber Tor 2 - Ein normales Leben, als ob nichts geschehen wäre....? "

"Was ist mit Tor 3? ", wollte ich wissen.

"Tor 3 ist das Überraschungstor. Wenn du da durch gehst, wird sich dein Leben für immer verändern, und niemand weiss, wohin es führt.."

Also entschied ich mich für Tor 3. Und es ist wirklich krass, was dieses Tor aus mir gemacht hat. Aus einer Geschichte wurden viele, aus einigen billigen Zeilen über das, was mich an der Welt ankotzt, entwickelte sich eine ganze Philosophie. Ich wurde quasi neu geboren, und nannte mich von nun an Dian...

Was ich damit sagen will:

Ich glaube, es gibt so gut wie immer mehr Möglichkeiten als nur die beiden, entweder sein normales Leben wie bisher weiterzuführen, oder sich das Leben zu nehmen.

Wenn man soweit ist, sich das Leben nehmen zu wollen, ist man auch bereit dafür, sich zu verwandeln, vielleicht auch etwas völlig Verrücktes zu wagen.

Wie Tyler Durden sagt: ""Erst, wenn wir alles verloren haben, haben wir die Freiheit, alles zu tun."

Und nein... ich finde es nicht feige, wenn man sich umbringt. Das muss jeder für sich selbst entscheiden.

Aber ich halte es für eine ungeheure Verschwendung an Potential.

Natürlich gibt es auch viele Hohlköpfe, die sich umbringen. Die nur ans Ficken denken und plötzlich drei geschiedene Frauen haben und bis zum Hals in Schulden stecken. Dann manipulieren sie die Gasleitung ihres Hauses und sprengen sich in die Luft.

Solche Idioten meine ich natürlich nicht. Bei denen ist wohl eh alles zu spät.

Aber die vielen, die sich das Leben nehmen, weil sie vor dieser Welt Angst haben, oder weil sie diese Welt satt haben, in der sie weder geliebt noch wertgeschätzt werden... all die Verlorenen, die sich fehl am Platz fühlen in diesem Leben... das sind genau die Menschen, die unsere kalte Gesellschaft am nötigsten bräuchte.

Deshalb würde ich immer erst versuchen, einen potentiellen Selbstmörder von seinem Vorhaben abzubringen und ihm aufzeigen, was er alles erreichen könnte, wenn er sich nur trauen würde, auf seine Träume zu hören.

Nichts desto trotz ist Selbstmord natürlich auch für mich eine Option. Aber erst, wenn ich wirklich das Gefühl habe, dass meine Aufgabe nun beendet ist und mir das Leben in Zukunft deutlich mehr Qualen als Freude bereiten würde.

Ich habe mir auch schon eine schöne Brücke ausgesucht (oder nen hohen Felsen auf der Schwäbischen Alb. Bin mir noch nicht ganz sicher)... denn der Gedanke daran, sturzbetrunken im freien Fall mein Leben auszuhauchen, ist mir tausendmal angenehmer, als mir vorzustellen, an irgendwelche Schläuche angestöpselt in einem Krankenhaus dahinzusiechen.

Soulmirror - 12.10.2005 um 15:27

@dian

naja das mit dem potential verschwenden... die ganzen alten mesnschn die z.B. aus einsamkeit etc selbstmord begehen werden sicher net mehr viel machen können in ihrem leben und wohin soll sich ein mädchen, dass von ihrem vater vergewaltigt wird und von einer psychose in die nächste soße rutscht wandeln ?

ich denke, die dimensionen der "verzweiflung" sind doch recht groß und man kann da schwer über alle etwas gleiches sagen finde ich.

@thema

option immer, im moment weniger

dead_virus - 12.10.2005 um 15:49

hm... ein sehr schweres Thema!

Ich kann nicht mehr zählen wie oft ich oben auf der Eisenbahnbrücke stand und in Gedanken schon gesprungen bin. Den Mut, es wirklich zu machen, habe ich allerdings nie aufgebracht (sonst wär ich jetzt ja auch nicht mehr hier ^^).

Andererseits denke ich mir, dass ich es denen die mit Schuld an meiner Situation sind, nicht so einfach machen darf. Wenn ich mich umbringe, dann will ich keinem meiner Peiniger damit auch noch einen Gefallen machen. Außerdem habe ich immer noch die Hoffnung das ich einen anderen Ausweg finde.

Ich bin da Dians Meinung, das es eigentlich immer noch eine andere Möglichkeit gibt, außer das normale Leben weiterzuleben oder sich umzubringen.

Ich finde es aber trotzdem nicht feige sich umzubringen (eigentlich eher im Gegenteil, da ich weiß das es verdammt viel Mut und Überwindung kostet es wirklich durchzuziehn). Niemand wurde vor der Geburt gefragt, ob er leben will; also

warum überlässt man es dann nicht jedem einzelnen zu entscheiden das eigene Leben zu beenden, wenn derjenige merkt, das er nicht in dieser Welt leben will?

Ich habe sowieso den Verdacht das die meisten Menschen so abwertend über Selbstmord reden, weil sie sich so keine Gedanken darüber machen müssen, [I]warum[I] manche Menschen freiwillig in den Tod gehen. Es ist leichter zu sagen, das ein Selbstmörder sich vor seiner Verantwortung drückt und nicht weiter darüber nachzudenken, als sich zu fragen, was den Menschen dazu gebracht hat, sich in unserer ach so tollen Gesellschaft nicht mehr im Stande zu sehen weiterleben zu können.

Ina - 12.10.2005 um 16:05

Tja, Selbstmord ist sicher ein Ausweg, aber nicht besonders einfach.

Das geht ja nicht von heute auf morgen und wenn man sich so weit bringen lässt, kann es passieren, dass man in einer Sackgasse landet und weder leben noch sterben kann.

Und auch sonst gibt es da viele Einwände dagegen, Instinkte, Familie, etc.

Wers trotzdem schafft: Respekt. Drum würde ich auch niemanden abhalten. Da hat man sich durchgerungen, würde jetzt endlich mal schaffen, was man sonst vielleicht die nächsten paar Wochen nimmer schafft und dann kommt jemand und hält einen ab.

Wäre die Welt einfach würde ich sagen: naja, das Leben ist sinnlos und sterben ist sinnlos, also wenn man kein Bock hat auf leben, soll man es lassen - aber die Welt ist ja nicht einfach und es gibt unendlich viele Konzepte, nach denen man am Leben bleiben sollte und einen ziemlich starken Instinkt dazu und wenn man nun alle diese Konzepte ausprobiert, stirbt man sowieso vorher an Altersschwäche, egal, als wie dumm man sie letztlich befunden hat - Hoffnung gibt es ja immer und um angemessen desillusioniert zu werden, sind wir wohl einfach nicht langlebig genug.

Persönlich: ich leb zur Zeit zu oberflächlich, um ernsthaft an Selbstmord zu denken, früher bin ich mal dran gescheitert, dass ich panische Angst hatte, meine Mutter entdeckt den Abschiedsbrief, bevor ich an der 5km entfernten Brücke bin und kommt mit Polizeiaufgebot und ohne Abschiedsbrief sucht man mich drei Wochen, was ich ihr auch nicht antun wollte - ach scheiße, das meine ich halt mit Überlebensinstinkt, der sich dann an solchen Unsinn klammert.

Zur schlechten Meinung der Gesellschaft über Selbstmord: Das ist eine Anklage, wenn das jemand macht und auch sonst verursacht es unangenehme Gedanken, man denkt an den Tod, man denkt an schlimme Verzweiflung und man will das nicht haben, wie sich von jemandem abwendet, der eine schlimme Krankheit hat und an der er scheinbar schuld ist durch "unmoralisches Verhalten", wie man schuld ist am eigenen Tod, wenn man sich umbringt.

hopeless - 12.10.2005 um 16:57

nagut.. ich glaube, dass es nicht so sehr sinnvoll ist, sich über anderer leute selbstmordgedanken den kopf zu zerbrechen. wer sich selbst umbringt, muss sich eigentlich von rationalen gedanken schon reichlich entfernt haben.. ich glaube in der situation geht es nurnoch um das, was man gefühlswelt nennt. ob das ein aufgeben oder ein mutiger sieg ist, hängt für mich nur vom betrachter ab. ansonsten tu ich mich schwer damit, den suizid als hervorragendes ergebnis von selbstbestimmung zu sehen, weil ich zu sehr im kausalen denken festhänge. determinismus und so. bei aller achtung und respekt vor anderer leute überheblichkeit und intoleranz - letztendlich weiß man doch von anderen genausowenig wie von sich selbst. ich weiß nicht ob das ein bisschen verständlich ist.. wenn man zum pissen aufsteht, während man sterben will, dann ist das so (mancher würde das sogar sich selbst verleugnen nennen). schritt vor oder zurück, leben oder sterben. was solls, wen interessiert.

MAUS - 12.10.2005 um 18:36

@hopeless

Zitat

Original von hopeless

nagut.. ich glaube, dass es nicht so sehr sinnvoll ist, sich über anderer leute selbstmordgedanken den kopf zu zerbrechen...

... wenn man zum pissen aufsteht, während man sterben will, dann ist das so (mancher würde das sogar sich selbst verleugnen nennen). schritt vor oder zurück, leben oder sterben. was solls, wen interessiert.

hey, wenn du es nicht sinnvoll findest, dann laß es doch einfach. und was meine persönliche geschichte angeht, hatte ich doc benway schon so verstanden, daß er auch an sowas interessiert ist, mag ein interpretationsfehler sein.

jedenfalls hab ich höchstens mit unverständnis von leuten, die es halt nie erlebt haben gerechnet, und vielleicht missversteh ich dich ja auch gerade, aber im moment zeugt für mich dein text :
"bei aller achtung und respekt vor anderer leute überheblichkeit und intoleranz - letztendlich weiß man doch von anderen genauso wenig wie von sich selbst."
ehrlich gesagt von unglaublicher überheblichkeit. und ich dachte eigentlich, daß man hier vor sowas keine "angst" haben brauch, wenn man was persönliches preisgibt. scheint ein denkfehler gewesen zu sein. na ein glück, daß ich mich noch nicht offiziell vorgestellt habe, wer weiß, was ich dann damit auslösen würde...

hopeless - 12.10.2005 um 19:09

nein! tschuldigung ich hab nur versucht so relativiert wie möglich zu schreiben. mit bisschen provokation natürlich. ich meine nur, dass einem das verständnis an der stelle verlorenght, an der es um das ende der eigenen oder anderen existenz geht. und mit dem aufstehen meinte ich, dass dann wohl ganz klar der tod nicht das momentan wichtigste war. ich und überheblich.. hilfe ich mach was falsch.

bespuckt mich ☹

MAUS - 12.10.2005 um 20:56

Zitat

Original von hopeless

"nein! tschuldigung ich hab nur versucht so relativiert wie möglich zu schreiben. mit bisschen provokation natürlich."
"

ja ok, dann hab ich es in den falschen hals gekriegt. aber vielleicht solltest du dann lieber nicht unbedingt persönliche erlebnisse für ne provokation wählen, sondern lieber etwas allgemeinere aussagen, die ja durchaus auch gemacht wurden.

Zitat

Original von hopeless

"ich meine nur, dass einem das verständnis an der stelle verlorenght, an der es um das ende der eigenen oder anderen existenz geht. und mit dem aufstehen meinte ich, dass dann wohl ganz klar der tod nicht das momentan wichtigste war."

ja, sag ich ja, mußt du auch nicht verstehen, bzw sei froh, daß du es nicht verstehst. und was das aufstehen betrifft...
g ich dachte eigentlich das der text insgesamt selbstironisch genug war, da mach ich wohl auch was falsch :13:

Lillei - 12.10.2005 um 21:00

@hopeless.. Hiermit darfst du dich als offiziell von mir angespuckt betrachten, wenn dir das irgendwie weiter hilft :D :D

Kleiner Einwurf:

Dieses Jahr als ich in Japan war bzw. wieder auf dem Weg zum Flughafen um Nachhause zu fliegen, haben wir den Zug genommen um zu beben dieser Destination zu gelangen und na ja wir tuckern grad schön so vor uns hin , essen den letzten ausgezeichneten Bento und auf einmal ,genau über meinem Sitz muss dazu gesagt werden, macht es einen riesen Knall und dann noch mehrere kleinere. Die Decke über mir hatte eine Eindellung und kurz darauf kam der Zug zum stehen...Alle Passagiere mussten aussteigen und Freunde haben mir dann die Durchsage erklärt die der Zugfahrer alsdann machte...jedenfalls ist ein Japaner genau auf mich (na ja zum Glück war der Zug dazwischen) draufgesprungen um sich umzubringen...was ich dann schon ziemlich krass fand...Ich weiß auch das das dort gang und gebe ist trotzdem würde ich mich Fragen warum sich dort so viele umbringen und in unseren Breitengraden Verhältnis mäßig wenige....Harakiri (was eigentlich eine politisch unkorrekter Ausdruck ist- ich bitte euch mich zu entschuldigen aber der andere fällt mir grad bei Gott nicht ein... ihr könnt mich aber auch bespucken ☹:D) und Kultur hin oder her aber dazu muss es doch noch andere Gründe geben....

Über den Rest muss ich mir noch Gedanken machen bzw. sie gliedern und nochmals bedenken und post ihn morgen oder so...

Soulmirror - 12.10.2005 um 21:41

@lillei

ach bespucken würdsch dich net eher was anneres :D

@japan

naja ich denke das sind so 2 faktoren die da ne rolle spielen. erstmal natürlich diese krasse leistungsgesellschaft und der druck der da schon von klein auf einem lastet. weiß ja jeder denk ich was ich mein.

naja zum andern, hat so weit ich weiß japan sowas wie ne selbstmord kultur. gibt da ja den rituellen selbstmord etc. und der kommt ja auch immer wieder in der geschichte vor (samurai z.B.). ich denke die japaner haben da ne andere einstellung zu als wir westeuropäer.

@hopeless

ist man nicht immer in seiner "gedankenwelt" ? ich mein irgendwo versuchen objektiv zu denken etc. und rational zu bleiben naja hin oder her im endeffekt siegt doch eh der menschliche geist oder verliert.

hopeless - 12.10.2005 um 23:14

ach ich weiß nicht. wahrscheinlich versuche ich einfach nur jedem (nicht nur mir, maus) abzusprechen, dass er die zusammenhänge und bedingungen für einen selbstmord komplett verstehen kann. egal ob der eigene oder ein fremder. keine ahnung ob das gut als argument passt, aber es bringt sich doch keiner (?) um, der von sich selbst denkt, dass er sich und seine umgebung begreift.

achso. lillei, du bist eklig :]

dian - 13.10.2005 um 00:00

Kleiner Film-Tipp für alle, die sich für das Thema "Japan und Selbstmorde" interessieren:

"Suicide Club" (hat glaub in Deutschland nen anderen Namen bekommen)

Inhalt: Eine Reihe von spektakulären Massenselbstmorden erschüttert Japan. Ein Polizist findet heraus, dass die Taten auf einer Internetseite angekündigt werden. Dann spielt auch noch eine unglaublich schlechte J-Pop-Band eine Rolle, deren Texte ihre Fans in eine Art Hypnose versetzen, und irgendwelche schwul geschminkte Sadisten töten aus Spass Tiere und kleine Kinder.

Also ich hab den Sinn des Films überhaupt nicht kapiert. Man hat immer ein wenig den Eindruck, dass das Drehbuch entweder unter massivem Drogeneinfluss entstanden ist... oder, dass das alles sehr wohl Sinn macht, und man nur einfach zu blöd (oder zu westlich) ist, um ihn erkennen zu können.

Die Mischung aus kryptischer Handlung und düsterem Horror a la "Ring" hat aber irgendwas kultiges an sich und könnte morbiden Fans von filmischen Absonderheiten durchaus Freude bereiten.

Aber Lillei hat von lebensmüden Japanern wahrscheinlich für's erste genug. □

... - 13.10.2005 um 03:05

@Maus:

Obwohl @hopeless Recht hat. Daß war mir gar nicht aufgefallen, aber auf Toilette gehen ist wirklich nicht mehr sinnvoll, wenn man eh´sterben will. Man pinkelt und schießt sich sowieso ein, wenn man über den Jordan geht. Sinnvoller ist es ´ne Pampers anzuziehen, damit die Nachwelt nicht so´n Dreck hat, den sie wegmachen muß.

Und @Lilei:

Die Typen kann ich sowieso gut ab, die sich vor Züge schmeißen müssen, da hab´ich dann genauso wenig verständnis für wie für Selbstmordattentäter. Das sind alles so Formen von Suizid, die auch noch andere behindern. Das find´ich nun wiederum blödsinnig, wenn man schon sterben will, dann kann die Nachwelt doch ihre eigenen Wege gehen lassen.

MAUS - 13.10.2005 um 10:45

Zitat

Original von Arne Kroger

@Maus:

Obwohl @hopeless Recht hat. Daß war mir gar nicht aufgefallen, aber auf Toilette gehen ist wirklich nicht mehr sinnvoll, wenn man eh'sterben will. Man pinkelt und scheißt sich sowieso ein, wenn man über den Jordan geht. Sinnvoller ist es 'ne Pampers anzuziehen, damit die Nachwelt nicht so'n Dreck hat, den sie wegmachen muß.

lol, also mit 15 war mir das durchaus nicht bewußt, ich war schließlich ein wohlerzogener teenie und der pinkelt sich nicht in die hose *g* ne mal im ernst... das war damals keine direkte kurzschlußreaktion, sondern eine durchdachte (*g* wenn auch mit logikfehlern) abschiedszeremonie für mich selbst. punkt ist aber, daß so eine Mischung aus Tabletten und Bier natürlich auch mächtig knallt. *g* und da hat dann vielleicht eben wirklich unterbewußt der sogenannte Überlebenstrieb gegriffen, weil mein bewußtes Denken schon etwas angeschlagen war. ist ja auch gut so, sonst hätte ich die Erkenntnis, daß ich nicht falsch bin ja nie verwerten können und auch nie gelernt, zu mir selbst zu stehen (ohne den gescheiterten Versuch allerdings auch nicht, *g* da greift dann wieder Fight Club). jedenfalls hat dieser Harndrang in dem Moment einfach meinen für mich geplanten friedlichen Abgang gestört, weshalb ich eben was dagegen unternehmen wollte, damit ich danach endlich Ruhe hab zum Einschlafen. ich glaub meine Wandlung, die ich dadurch erlebt habe ist wohl auch nicht so wirklich übergekommen. ist halt schwer ne Komplexe, seit 19 Jahren andauernde Selbstreflexion in nen kurzen Forumtext zu packen.

Zitat
Original von Arne Kroger
Und @Lilei:

Die Typen kann ich sowieso gut ab, die sich vor Züge schmeißen müssen, da hab'ich dann genauso wenig Verständnis für wie für Selbstmordattentäter. Das sind alles so Formen von Suizid, die auch noch andere behindern.

also Selbstmord ist für mich so ne private Sache, daß ich nie auf die Idee kommen würde, da noch zig andere Leute mit reinzuziehen (klar irgendwer findet einen natürlich immer und irgendwen läßt man immer zurück). allein die armen Leute, die das dann wieder aufsammeln müssen. ich denke, das Problem ist halt, daß viele Selbstmorde wohl einfach auch Kurzschlußreaktionen sind, und da macht man sich nur noch über sein eigenes Leiden Gedanken und scheißt auf die Leute, die einem das Leben vorher zur Hölle gemacht haben (sind natürlich nicht genau die, die dann in dem Zug oder Auto sitzen). wenn ich heute von meiner Option des Selbstmordes spreche, dann heißt das, daß ich akute depressive Phasen bekämpfe und mir anschließend Gedanken mache, ob das nun was mit Hormonen, Medikamentennebenwirkungen, tatsächlichem grundsätzlich nicht mehr können, dem Wetter oder was auch immer zu tun hat. und sollte ich dabei eines Tages entdecken, daß tatsächlich einfach kein Lebenswille, um weiter zu kämpfen mehr vorhanden ist, mich wirklich gar nichts mehr interessiert (*g*frühestens wenn Musik keine Gefühle mehr in mir auslöst), dann werde ich anfangen gezielt Vorbereitungen zu treffen. (*g* also Gedanken, wem ich in so einem Fall welche Platte hinterlasse mache ich mir schon länger. lol aber aus der Liste sind mittlerweile echt ne Menge Leute schon wieder rausgeflogen)

dian - 13.10.2005 um 11:03

@ Arne:

Zitat
Die Typen kann ich sowieso gut ab, die sich vor Züge schmeißen müssen, da hab'ich dann genauso wenig Verständnis für wie für Selbstmordattentäter. Das sind alles so Formen von Suizid, die auch noch andere behindern. Das find'ich nun wiederum blödsinnig, wenn man schon sterben will, dann kann die Nachwelt doch ihre eigenen Wege gehen lassen.

Das sehe ich etwas anders.
Sein ganzes Leben lang wird man von anderen behindert. Sie zwingen einen dazu, nach ihrer Pfeife zu tanzen... die Eltern schreiben einem Kind unzählige Dinge vor, später übernehmen diese Aufgabe dann die Lehrer oder die Chefs... und wenn man sich aus Frust volllaufen lässt und irgendwo in den Park legt, kommt garantiert ein Polizist vorbei und erteilt einem nen Platzverweis.
Es gibt so viele Menschen da draussen, die mit einem interagieren.. ob man diese Interaktion nun will oder nicht, wird oft nicht gefragt. Und da soll man selber so "anständig" sein, sich heimlich, still und leise aus der ungeliebten Welt zu verabschieden, um ja keinen in seinem Alltagstrott zu stören?
Muss man denn selbst bei seinem Freitod noch ein ordentlicher, gesetzestreuer Spiesser sein?
Ich könnte es jedenfalls gut verstehen, wenn jemand sagt, dass sich die Nachwelt verdammt noch mal durch seine

Gedärme wühlen soll, und dass er möglichst vielen dieser ach so toll ins System integrierten, glücklichen Menschen fiese Alpträume bescheren will.

So bringt man wenigstens noch ein paar zum Nachdenken über den Tod... vielleicht tut man sogar ein gutes Werk damit, in dem man ihnen hilft, ihren beschränkten Horizont um ein paar unerfreuliche Gedanken zu erweitern.

Soulmirror - 13.10.2005 um 14:58

[QUOTE]aber es bringt sich doch keiner (?) um, der von sich selbst denkt, dass er sich und seine umgebung begreift.
[/QUOTE]

wieso nicht ? was ändert denn dieses begreifen oder nicht begreifen an der lebenssituation... z.B. wenn dein kind gestorben ist oder so (als mutter jetzt) dann kann man da nachdenken und verstehen und begreifen wie man will, das bringt einem sein kind auch net wieder.

@dian,arne

naja ich seh das schon fast eher wie arne ☐ wie heißts so schön: es trifft immer die falschen. und wenn ich mich auf nem npd parteitag in die luft spreng wird bestimmt die mutter mit kind die zufällig vorbeigeht oder so sterben und net die naziseuche. oder der japaner fliegt der lillei aufs dach und net dem pädophilen schwein, dass 3 reihen weiter sitzt, etc. etc.

lieber in ruhe irgendwo abtreten und vielleicht noch am stück erhalten bleiben.

quaid - 14.10.2005 um 00:15

ich komme grad von der spätschicht nach hause.

ich las heute von einem gewissen dominik in der zeitung, jugendliches alter, der sich kürzlich umgebracht hatte. er starb an einer überdosis an medikamenten.

ein jahr zuvor hatte er mit seiner freundin einen autounfall. sie verlor die kontrolle über den wagen. dominik erfuhr erst eine woche später, nach seinem koma, vom tod von franziska.

seiner tätigkeit (auszubildender als metzger) konnte er wegen einer hüftverletzung nicht mehr nachgehen. er versuchte sich als webdesigner. zum ersten todestag seiner freundin, also ein jahr nach dem unfall, sagte er zu seiner mutter, er würde schonmal vor fahren (zum friedhof) und möchte etwas allein sein. die mutter fand ihn später nur noch auf dem zurückgestellten beifahrersitz seines autos.

tja, was soll man dazu noch sagen. ob er es alleine nicht mehr ausgehalten hat, oder ob er inzwischen schon dachte das er danach wieder mit ihr vereint sein würde, sei dahingestellt. de facto war seine ausbildung futsch und seine freundin tot. reichlich schlechte bedingungen für ein gerade erst begonnenes leben.

ich kam eben vom bahnhof und dachte mir, da es heute schon spät ist fahr ich mal schneller. mit 130 über die landstraße, mit 100 durch den ort. auf der landstraße kam eine derart dichte nebelwolke (sicht unter einem meter) das ich automatisch abgebremst habe. in dem moment war mir absolut klar, dass meine umwelt schuld ist an jedem zustand der mich in verbindung mit selbstmordgedanken gebracht hat und immer noch bringt. instinktiv will ich überleben. und was auch immer ich mit selbstmord zu tun hätte, würde diesen instinkt nicht überwältigen können.

allenfalls; sollte dominik jetzt ein in irgendeiner weise besseres dasein haben, beglückwünsche ich ihn dazu. vielleicht auch zu der tatsache, dass das schicksal gnädig genug war, ihm diesen weg zu ebnen; so hart das auch klingen mag.

... - 14.10.2005 um 02:56

Also, @Dian:

Ich habe Verständnis für Leute, die sich vor einen Zug werfen, die vielleicht wegen dauernder Unpünktlichkeit der Bahn ihre Stellung und damit ihren Lebensinhalt verloren haben. Da ist die Bahn dran schuld, und da soll sie auch die Konsequenzen spüren. Was aber der einzelne Fahrgast, der vielleicht nur einfach die Umwelt schonen will und lieber den ÖPNV nimmt, mit den Gründen zu tun ha, liegt mir nicht auf der Hand.

Ich finde es auch ´ne Frechheit, daß in Israel die meisten Selbstmordattentate gemacht werden, um andere umzubringen anstatt um sich selbst aus einer unbequemen Situation zu verziehen. Das ist alles okay, aber hat keinerlei moralische Grundlage mehr, wenn ich andere da miteinbeziehe.

Wenn ich zuviel Rücksicht auf andere genommen habe bislang in meinem Leben, ist das auch alleine meine Schuld. Und wenn mich jemand irgendwie in den Selbstmord getrieben hat, dann kann ich den immer noch vorher beseitigen und ggf. entweder die Konsequenzen tragen, oder mich danach auch immer noch selber umbringen. Mit ´nem Flugzeug in irgendwelche Machtzentren, die meine Mitmenschen zerstören, okay. Das ist noch nachvollziehbar. Aber dann auch bitte mit ´nem Frachtflugzeug, wo keine Passagiere drinsitzen. Obwohl zugegebenermaßen das Fliegen eh ´ne unsinnige Fortbewegungsart ist.

Und @q:
Es gibt hundertausende von jungen Menschen, die weder Ausbildungsplatz noch Freundin haben, ich sehe da keine Zusammenhänge zu dem Freitod, den Du beschrieben hast. Eher in dem Unfall und den Konsequenzen daraus. Sieht für mich eher so aus, als das er dabei was erlebt hätte, was er nicht verkraftet hat. Aber ist ja auch egal. Es war seine Entscheidung, und damit ist sie zu respektieren. Ich finde es da auch müßig, irgendwelche Motive immer suchen zu wollen.

Dir bleibt nur, glücklich zu sein, daß der nicht seinen Freitod suchte, in dem er mit einem 30-Tonner auf der falschen Straßenseite durch Nebelbänke raste!

Gast - 14.10.2005 um 18:23

Selbstmord ist natürlich feige in dem Sinn, dass es der Weg des geringsten Widerstandes ist. Sowas tut man ja nicht zum Spaß oder zur Bereicherung, sondern um Nachteile zu vermeiden, nüchtern ausgedrückt. Es ist ein Problemen-Ausweichen; feige.

Feigheit ist aber nicht schlecht oder gar blöd, Feigheit ist im Gegenteil sogar sehr klug. Ein feiges Vorgehen verschafft strategische Vorteile, wenn es nicht zu zaghaft angegangen wird, ist es doch der Versuch, mit möglichst wenig Verlust das beste Ziel zu erreichen.

hopeless - 14.10.2005 um 18:38

Zitat
Original von Arne Kroger

Ich finde es auch ´ne Frechheit, daß in Israel die meisten Selbstmordattentate gemacht werden, um andere umzubringen anstatt um sich selbst aus einer unbequemen Situation zu verziehen.

vielleicht haben wir auch einfach scheiß quellen..

Ina - 14.10.2005 um 22:15

Zitat
Selbstmord ist natürlich feige in dem Sinn, dass es der Weg des geringsten Widerstandes ist.

Alle Instinke verneinen ist der Weg des geringsten Widerstands, aha.
Na das wag ich mal zu bezweifeln.
Da wär die Selbstmordrate wohl noch höher, wenn bei jeder Schwierigkeit das Handtuch zu werfen so simpel wäre, denn Schwierigkeiten kriegen wir alle.
Der Weg des geringsten Widerstands scheint mir eher, sich zuzusaufen und irgendwie weiterzuwurschteln, sorry.

Feigheit ist mir jetzt erstmal egal, das ist bloß eine gesellschaftliche Wertung, die interessiert niemanden mehr, der tot ist.

quaid - 15.10.2005 um 01:44

wenn es der weg des geringsten widerstands wäre, würde das bedeuten das selbstmord die einfachste lösung wäre. ist es aber nicht, und darum leben auch noch soviele menschen, die sich mit solchen gedanken rumplagen.

... - 15.10.2005 um 03:19

Vorsichtig!

Es ist z.B. noch nicht ganz geklärt, wo Depressionen und auch schwere psychotische Depressionen herkommen. Da ist auch schon im Menschen irgendwo noch ein Instinkt zum Sterben und zum Ableben aus eigenem Willen, der ist aber wohl sehr verschüttet worden in unserer Kultur. Ich halte das sehr niedrige Ansehen, daß wir in Mitteleuropa zum Selbstmord haben, eher für ein Ergebnis der christlichen Kultur, genau wie die Angst vor Schwulen u.ä.

blub - 15.10.2005 um 09:48

Ich war der Gast.

Manchmal kommt jemand in eine Situation, wo Selbstmord der Weg des geringsten Widerstandes ist. Oft ist dem nicht so. Ich hoffe, damit das Mißverständnis geklärt zu haben.

Ina - 15.10.2005 um 10:24

Hmm, vielleicht wenn man gerade böse gefoltet wird und aufgrund dummer Aufseher die Möglichkeit hat, die Fesseln loszukriegen und in eine sich zufällig vor einem auftuende 100m tiefe Schlucht zu fallen oder so, dann ist Selbstmord der Weg des geringsten Widerstands :D

Naja, was ich halt meine: man kann sich noch so viel auf seine Vernunft und Planungsfähigkeit einbilden, im Grunde leben wir doch nur von einem Moment auf den nächsten. Und die nächsten fünf Minuten zu leben ist so gut wie immer leichter, als sich in den nächsten fünf Minuten umzubringen.

Was diesen "Todestrieb" angeht, den @Arne anspricht, nun, da der in der Regel nicht "rein" vorkommen wird, bringt er es eben "nur" zu Depressionen oder zum "nicht leben und nicht sterben können".

Aber meinetwegen kann man von meinem Text oben das "alle" vor den Instinkten wegnehmen, das wäre richtiger, ja.

Man kann natürlich so einen Todestrieb begünstigen, früher konnte man sich todesmutig in die Schlacht werfen und als Held sterben, heute geht etwas ähnliches noch als Selbstmordattentäter - solche Heldenaussichten plus entsprechende Vor- und Feindbilder machen die Sache freilich einfacher. Aber wir haben da eigentlich alles gegen uns, Gesellschaft, Erziehung, Gewissen, man macht seiner Familie Schande und alle unglücklich, denen noch etwas an einem gelegen ist usw. usw., so dass man eher anfängt, sich durch Alkohol, Drogen, ungesunde Beziehungen, Essstörungen und anderes dummes Verhalten selbst zu zerstören - was letztenendes dann viel mehr Leid verursacht, als wenn man sich gleich umgebracht hätte.

Aber hier sagt man halt "tu's nicht" und sagt einem aber trotzdem nicht, was man statt dessen tun soll, bzw. kommt einem mit Rezeptchen, als hätte man nicht dran gedacht, das man lernen soll, sich "an den kleinen Dingen zu freuen" oder ähnliches.

Klar, irgendein Konzept braucht man und es gibt halt viele, das habe ich ja schon gesagt. Vielleicht stößt man auch selbst auf eins, das einem zusagt und einen lange tragen kann. Bloß auf ewig klappt das in der Regel nicht, obs jetzt 10 Jahre oder 2 Wochen braucht, bis man findet, dass man sich verarscht - wenn man geistig beweglich bleibt, passiert das einfach früher oder später.

So muss man halt irgendwie lernen, auf gar nichts zu stehen - bloß, ob es da möglich ist, nicht labil zu sein, bezweifle ich. Oder man packt sich ein Konzept, das genau diese geistige Weiterbewegung verhindert - das Christentum war diesbezüglich genial: der Zweifel als Sünde und die Hölle als ewige Strafe dafür, dazu Unterdrückung natürlicher Triebe, mit deren Bekämpfung sich man ausgiebig beschäftigen konnte, so wurde es einem nie langweilig, noch dazu Himmel und Hölle usw. - ja, das war genial. Bloß diese Christentum-Weichspülerversion von heute mit dem lieben Gott und den lieben Nächsten und der Hölle, die man sich nur selber macht, taugt dazu nimmer und wir fressen ja nicht mal das mehr, weil wir sind ja so aufgeklärt usw. *löl* - verzeiht die Abschweifung.

blub - 15.10.2005 um 13:44

Zitat

Original von Maria

Hmm, vielleicht wenn man gerade böse gefoltet wird und aufgrund dummer Aufseher die Möglichkeit hat, die Fesseln loszukriegen und in eine sich zufällig vor einem auftuende 100m tiefe Schlucht zu fallen oder so, dann ist Selbstmord der Weg des geringsten Widerstands :D

Zum Beispiel.

Ich dachte aber eher an arme Schweine, denen das Leben durch ihre eigenen Gedanken und ihr eigenes, zur

Gewohnheit gewordenen Verhalten zur Qual wird. Das ist vielleicht noch schlimmer als Beispiel, denn diesen Folterknechten kannst du nicht entkommen, und ihre Fesseln lösen sich nicht so leicht. Klar gibt es dazu einen Weg. Aber wenn das arme Schwein wirklich extrem unter seiner eigenproduzierten Folter leidet, und davon ausgeht, dass ein Weg zur Heilung ein Jahrelanges Therapieren erfordert, was ihm zudem höchst unerfreulich vorkommt, und wonach er keinesfalls geheilt, sondern nur auf einen Zustand des erträglichen Leidens befördert wäre, dann halte ich es durchaus für einen leichter begehbaren Weg, dem ein Ende zu setzen.

Es zählt in solchen Fällen auch weniger, was wirklich ist oder möglich ist, sondern das Empfinden des Betroffenen.

Von derartigen oder ähnlichen Situationen ging ich aus, als ich meinen pauschalen Kommentar zu Selbstmord abgab, der in dieser Form natürlich zu allgemein war. Ich war der Ansicht, dass dieses Szenario typisch wäre für Selbstmörder.. der Weg dahin, die Auslöser und die Gründe, warum es immer weiter in die Richtung ging variieren bestimmt stark - am Ende steht aber meine ich fast immer ein hilfloser Geist, der von seiner eigenen Gedankenwelt ohne Unterlass gemartert wird, und der aus dieser Qual keinen gangbaren Ausweg sieht.

Jack - 15.10.2005 um 19:12

Ich bin der Meinung jeder kann über sein Leben voll und ganz alleine entscheiden. Wenn man wirklich sterben will, dann kann man eh niemanden an dem Vorhaben auf Dauer hindern.

Dennoch finde ich Selbstmord unlogisch:

1. Es gibt keinen Beweis, dass das auf den Tod folgende besser ist.
3. Der Grund für Selbstmord ist so gut wie nie, dass man nicht leben möchte, sondern, dass man so wie man lebt nicht leben will und keinen anderen Ausweg sieht.

Daraus folgt für mich:

1. ich werde keinen Selbstmord begehen, wenn ich mich nicht absolut bewusst dazu entschieden habe
2. Wenn ich auf jemanden treffe (der sowas vorhat) werde ich den Selbstmord nicht unterstützen, aber auch nicht kategorisch dagegen stehen.

Vor allem werde ich obige zwei Punkte erwähnen und fragen inwiefern dem Kandidaten diese bewusst sind. Besonders den 2. Punkt finde ich äusserst wichtig, vor allem da ich glaube, dass es IMMER einen anderen Ausweg gibt so dass man leben kann wie man möchte. Vor allem wenn es sich "nur" um psychische und keine körperlichen Umstände handelt.

Ich werde folglich alles in meiner Macht stehende tun um einen (oder eben seinen) Ausweg gemeinsam zu erarbeiten und die Freude am Leben zu zeigen.

Wer jedoch dennoch Selbstmord machen möchte soll dies tun. Ich sehe es dennoch meist als eine unlogische Tat an und traure hier erst recht keine Träne nach, sondern hoffe einfach dass derjenige glücklich wird damit.

Mir freundlichen Grüßen
Jack

blub - 15.10.2005 um 20:00

Gut gesprochen ☐

Manche Menschen habens aber nicht so mit Logik, und Stress (psychischer durch Depression) wirkt zudem noch Nachteilig aufs Denkvermögen..

Wie gesagt, um Selbstmord zu verstehen, ist eine objektive Betrachtungsweise eher der falsche Ansatz.. wie der Suizidler die Dinge sieht, ist ausschlaggebend. Klar lässt sich das beeinflussen..

quaid - 15.10.2005 um 23:46

selbstmord erscheint als lösung, weil man nicht leidet wenn man nicht existiert.

... - 16.10.2005 um 15:56

Ob das letztere stimmt, @q, wissen wir ja nicht einmal. Wir wissen ja mal wieder gar nix, nixht mal, ob wir dann nicht doch noch eine Existenz haben und wie @Jack schon richtig sagt, ob das, was dann kommt, sei es Existenz oder irgendetwas anderes, kann auch schlechter sein als das, was wir jetzt haben.

Und @Maria, das stimmt. Das Christentum ist ´ne herrliche Sache in dieser Beziehung. Das praktischste daran ist, daß wenn man einmal solche einfache Lösungen in seiner Kindheit auf irgendeine Art und Weise aufgesogen hat, kann man den ganzen Quatsch auch in Frage stellen, sich rational mit allen erdenklichen Mitteln klar machen, daß das höchstwahrscheinlich ales Blödsinn ist, aber man kann die einmal akzeptierten Prämissen sowieso nicht mehr verlassen und bleibt auch bei allen rationalen Argumenten dagegen, immer von der Grundhaltung überzeugt und hat irgendwo einen festen Halt, auch wenn man selber weiß, daß dieser völlig mystisch und unbegründet ist, aus rationaler Sicht.

blub - 16.10.2005 um 17:11

Ich finde, q hat das herrlich prägnant auf den Punkt gebracht. Ob dies oder jenes stimmt, ob sich A oder B belegen lassen - irrelevant!

Niemand bringt sich um, weil es ein wissenschaftlich belegbar logischer Entschluss, gefasst durch kühles rationales Nachdenken war. Da geht es um Gefühle. Daher hilft dieser ganze "Es ist aber so und so, und man kann sich doch nicht sicher sein usw." Kram da wenig weiter, ich gehe davon aus, dass die Situation und die Hintergründe des Selbstmordentschlusses verstanden werden sollen.

Der Gedanke, dass nach dem Tod (wie auch immer) das Leiden aufhört, kann in Situationen wie von mir oben beschrieben der einzige Hoffnungsschimmer sein.

Und mal ehrlich - soo abwegig ist der Gedanke ja auch nicht, dass nach dem Tod einfach Schluss ist ☐

Ich schätze das Risiko, dass nach dem Tod noch was (leidvolles) kommt wesentlich geringer ein als das Risiko, beim Weiterleben mit dem Versuch, mein Leiden lebendig zu verringern zu scheitern.

Madmous - 16.10.2005 um 17:43

Ilch finde suicide ist eine eigene Entscheidung.

Selbstmord ost eine entscheidung die man selbst trifft.Man setzt sich ja nicht einfach so mit seiner Familie und allen bekannten zusammen und sagt:"Morgen,werde ich mich umbringen.Wer will mein Zimmer?" :D

Ja und das mit dem fetten,schmierigen Grinsen eines Aktienhais.

Selbstmord macht man allein für sich!

Und die Menschen die sowas machen find ich wirklich mutig.Sie stellen sich der Angst vor dem Tod.Der Angst was "dannach" kommt.

Sie stellen sich diesen vielen Ängsten.

Und deshalb bewundere ich solche Menschen.Nicht die Menschen wo sich umbringen(obwohl dennen eigentlich auch) sondern denen die sich ihren Größten Ängsten stellen! :13:

... - 17.10.2005 um 02:38

Ja, immer mit der Ruhe, @madmaus! Du bist auch noch jung!

Wenn Du ma ein paar Erkrankungen hinter Dir hast und ein paar mal schon dicht vor dem Jordan warst, dann ändert sich da auch die Angst ganz gewaltig. Ich weiß auch nicht, warum, aber irgendwann war mal meine Angst vor dem Tod in Neugierde umgewandelt. Das heißt aber noch lange nicht, daß ich deshalb den Selbstmord machen würde, ich mach ´zwar ´ne Patientenverfügung, daß sie mir auch bei sowieso nicht mehr zu erwartender Genesung mir soviel Morphium spritzen können, daß es auch den Tod als Nebenwirkung haben kann, aber mehr mach´ich auch nicht. . Und auf das Morphium freue ich mich jetzt schon!!!

scyme - 17.10.2005 um 14:49

Während meines Zivildienstes in einer Krankenhausapotheke wurde ich gleich zweimal mit der Thematik konfrontiert. Zum Ersten kursierte die "Geschichte" eines 18 Jährigen, der sich aufgrund einer unglücklichen Beziehung eine Pistole besorgt hat und seinem Leben per Kopfschuss ein Ende machen wollte. Ich fand es damals schon unglaublich traurig wie Jemand in so jungen Jahren wegen einer Frau seinem Leben ein Ende setzen wollte - da ich persönlich nicht an "die große Liebe" glaube fand ich es umso irrsinniger. Aber das Schlimmste an der ganzen Sache war, dass der Junge den Kopfschuß überlebt hatte und nun schwerstbehindert ist. Versteht mich hier nicht falsch, ich wünschte, er könnte sein Leben ohne jegliche Behinderung weiterleben, aber mit 18 im Rollstuhl zu sitzen und geistig behindert zu sein empfinde ich nicht als lebenswert, da wäre es wahrscheinlich besser für ihn gewesen er hätte nicht überlebt.

Einige Monate später nahm sich eine Mitarbeiterin und Mutter eines Sohnes, mit der ich selber auch manchmal

zusammen gearbeitet hatte, das Leben, indem sie Nachts vor einen Zug sprang. Groß waren natürlich die Worte infolgedessen: "Die war doch immer sooo glücklich und zufrieden" etc - nein, anscheinend war sie nicht glücklich, anscheinend war ihr Lächeln und ihre Lebensfreude auf der Arbeit nur aufgesetzt (das erinnert an den Thread "schizophrene Gesellschaft", glaube ich). Zwei Tage später hieß es dann wieder "back to business" und es wurde wieder heiß über die Europameisterschaft geredet...

Dies hat mich allerdings mehr denn je zum Nachdenken angeregt - jeder Mensch dem man begegnet und der vielleicht lächelnd das scheinbar schöne Leben preist könnte sich noch in derselben Nacht umbringen weil er im Grunde seines Herzens zutiefst unglücklich und traurig ist.

Ich kann nicht sagen, dass ich Selbstmord gut finde, aber auf der anderen Seite sollte es dem Menschen selbst überlassen sein, ob er sein Leben beenden will. Wenn ich mir meine Ur Oma ansehe, die im Bett vor sich hinvegetiert und geistig völlig vernebelt ist, quasi nur noch ein Stück Fleisch das gefüttert werden muss und dem man die Windeln wechseln muss, dem man kiloweise Tabletten reinstopft um ein nicht mehr lebenswertes Leben weiterhin aufrecht zu erhalten, dann denke ich mir, dass ich lieber im Vollbesitz meiner geistigen Kräfte von der Brücke springe, bevor ich nicht mehr in der Lage bin selber aufs Klo zu gehen.

quaid - 17.10.2005 um 18:09

auf die angst, nicht mehr beenden zu können was man momentan als schlecht betrachtet an seinem leben, sind wir noch gar nicht weiter eingegangen, glaube ich.

leider kann man so ziemlich alle arten des selbstmordes überleben und anschließend sehr jämmerlich enden.

ich las von menschen die tabletten-cocktails einnahmen die eine über 90%ige wahrscheinlichkeit hatten, zum tode zu führen. sie überlebten weil sie zur seite kippten anstatt einfach nur dazusitzen, und sich sodurch übergaben.

dann der junge, von dem du gesprochen hast, scyme. man sollte meinen, ein kopfschuss ist soetwas wie die letzte bastion. etwas endgültiges, das auf jeden fall ein ende bringt.

leider hat die tat selbst damit reichlich wenig zu tun. man kann auch vor die straße gehen, einfach nur auf dem weg zur arbeit, und wird von einem raser überfahren und endet als schwerbehinderter.

das schlimmste, was ich mir vorstellen könnte, wäre eine existenz in der ich nichts machen kann, ausser sehen. zum großteil gelähmt, nur teilweise seine umwelt wahrnehmend. man möchte, aber man kann nichts machen. nichtmal sich selbst mitteilen. sehr beängstigend, wie gut man diesen gedanken manchmal ignorieren kann, wenn man mal vorschnell und unbedacht ist.

... - 18.10.2005 um 02:32

@scyme:

Ich hab´meinen Zivildienst bei geistig behinderten Menschen gemacht und kann Dir sagen, daß es die glücklichsten Menschen sind, die Du Dir vorstellen kannst. Genausowenig wie wir sagen können, daß Selbstmord etwas verwerfliches sei, können wir auch nicht sagen, daß geistig behindert zu sein, eine Qual ist. es sei denn, man war schon mal geistig behindert. das ist man zum Beispiel, wenn man besoffen ist und so schlimm kann ein Drogenrausch nicht sein, denn sonbst wäre die Alkindustrie schon lange Pleite.

Je weniger Du denken kannst, desto weniger Sorgen machst Du Dir auch.

Ich habe das dann zu meinem beruf gemacht und von diesen Menschen viel mehr gelernt als wie von allen anderen Menschen, einschließlich meiner Lehrer und Eltern, die ich hatte, überhaupt.

Deine Angst resultiert aus dem selben Verhältn, wie manche Menschen eben den Selbstmord grausig finden. es ist aber nicht ganz korrekt. Mit der Intelligenz sinken auch die Ansprüche und dann ist man eben viel eher zufrieden.

blub - 18.10.2005 um 13:58

Die Sache mit den geistig Behinderten ist richtig. Ausnahme bildet die kleine Gruppe von Unfallsbehinderten, die zwar "blöd" geworden sind, sich ihrer früheren Intelligenz und den damit verbundenen Möglichkeiten noch bewusst sind. Ich muss wohl leider dazu sagen, dass dieser Umstand auch kein notwendiger Weg in unüberwindbare Depression ist..

Ivan - 1.12.2005 um 07:47

Die Depression ist für mich die Grippe des Geistes.

Genau wie die Grippe jährlich über 10.000 Menschen in Deutschland umbringt, kann eine Depression Menschen beispielsweise durch Selbstmord, oder Sucht-Tod, umbringen.

Genau wie Grippe muß man die Depression auskurieren, sonst verschleppt man sie, und es wird schlimmer.

Bei einer verschleppten Grippe kann es fünf Jahre später passieren, daß die Erreger das Herz erreichen, und man daran stirbt. Das letzte prominente Opfer dieser Herzmuskel-Entzündung, welches ich kenne, war Horst Seehofer, unser jetziger Landwirtschaftsminister. (Interessant ist noch, daß ihn diese Nahtod-Erfahrung damals, wie ich finde, ziemlich verändert hat.)

Das Gleiche kann bei einer Depression passieren.

Eine verschleppte Depression, betäubt oder sonstwie übertüncht, wird noch lebensbedrohlicher. Oft, weil wieder etwas dazukommt, das sie verstärkt. Viele Menschen bringen sich um, oder landen in der Sucht. Meistens Alkohol, da die Droge Ethanol aktuell nicht unter Prohibition steht. Nicht umsonst haben wir in Deutschland über 40.000 Tote jedes Jahr, die durch Alkoholsucht sterben, oder an deren Folgen (Schrumpfung der Leber, Demenz).

Depressive Menschen versuchen trotzdem erstmal weiterzumachen mit ihrem Leben, und füllen die Leere beispielsweise mit dem lauten Getöse der Unterhaltungsindustrie und hohlen Idolen, oder überlagern den Schmerz mit anderen starken, künstlichen, durch äußere Einflüsse (Luxus, Drogen), erschaffenen Gefühlen.

Leere & Schmerz. Diese zwei, eben genannten, Ursachen für eine Depression kenne ich zumindest sicher, da ich sie am eigenen Leib habe erfahren müssen.

Das Positive am Bewältigen einer Depression ist dagegen, daß es für die geistige Entwicklung ein unglaublich großer Sprung nach vorne ist, herauszufinden, wodurch die Depression verursacht wird.

Deshalb ist eine Depression im Grunde genommen gut, durch die Chance, die sie bietet. Sie ist eine natürliche Abwehrreaktion der Psyche, ähnlich dem Immunsystem, das die Krankheitserreger im Körper eliminiert.

Der Gewinn für sich selbst aus einer ehrlich bewältigten Depression ist ein geistiger Sprung nach vorne, der intellektuell dem Lesen aller Bücher dieser Welt entspricht. Denn, hat man das einmal geschafft, schafft man es auch wieder. Das Wissen ist da, welches man dazu braucht. Das meine ich mit dem Vergleich.

Ich hatte bisher drei Depressionen in meinem Leben. Die erste begann noch in der Pubertät, und dauerte bis in's frühe Erwachsenenleben, trieb mich in eine langjährige Drogensucht, und wurde durch den Schmerz der (unverstandenen und unverarbeiteten) negativen Geschehnisse aus meiner Kindheit verursacht.

Während dieser ersten Depression lernte ich die Psychoanalyse kennen und schätzen, denn ich begab mich gezwungenermaßen (durch Staat, u. mich) in eine Drogen-Therapie. Am Anfang, in den Gruppensitzungen dort, verstand ich überhaupt nichts, nur Bahnhof. Ich kannte es gar nicht, sich selbst im Inneren zu betrachten, die eigenen Gefühle (und die Gründe dafür) differenziert wahrzunehmen, und seine Gedanken durch eine nochmals höhere Instanz zu betrachten. Das mußte ich erst mühsam erlernen. Doch es half mir, ich kam dahinter. Und die Psychoanalyse hilft mir immer noch.

Danach, einige Jahre später, war der Grund für eine einjährige Depression eine große, innere Leere, da ich nicht wußte, wie ich das, was ich fühle, was ich sehe, und was ich daraus folgernd will, in dieser Welt umsetzen kann.

Die dritte Depression, wieder ein paar Jahre später, dauerte etwa ein dreiviertel Jahr, der Grund war unverarbeiteter psychischer Schmerz, und Verlust. Die genauen Gründe sind mir aber zu privat für die Öffentlichkeit.

Ich brauche immer viel Zeit, um dahinter zu kommen, was es ist. Vor allem, da noch keine wirkliche Hilfe durch andere Menschen existiert heute. Psychologen zählen nur bedingt für mich. Sie haben zwar das richtige Werkzeug, aber oft die falsche Einstellung. Außerdem verdienen sie damit ihr Geld, das ist mir schon suspekt genug.

Jedes Mal in solch einer Zeit bin ich häufig kurz davor, Selbstmord zu begehen, weil es kein Licht mehr zu geben scheint in der Dunkelheit der Seele, in welcher man herumirrt. Und jedes Mal auf's Neue ist es meine Familie, und Freunde, die mich davon abhalten.

Damit meine ich für mich persönlich nicht die Liebe, welche man für Familienmitglieder und Freunde auf besondere Art empfindet, sondern den Schmerz, welcher den Familienmitgliedern mit einem Suizid zufügt wird. Und den Freunden.

Das ist für mich ein Egoismus, den ich nie kannte, und nie kennen will. Trotzdem überlege ich mir jedes Mal einen Ausweg daraus, wie „Es wird schon gehen für sie. Sie sind sowieso besser dran ohne mich.“, aber das klappt einfach nicht, wenn ich die Mitglieder meiner Familie vor meinem inneren Auge an meinem Grab stehen sehe, oder wie ihr

Leben verlaufen würde mit diesem Verlust, und dem großen Schmerz, daß ein Teil von ihnen fehlt. So viel ist mir mein Wohlergehen nicht wert.

Nicht, daß ich gar keinen (gesunden) Egoismus kenne. Das letzte Mal habe ich einen Job hingeschmissen, den ich schon 3 Jahre hatte, und der mir 1,5 Jahre lang, nachdem ich ihn nämlich als Freelancer ausübte, mehrere tausend Euro netto monatlich brachte, jeden Monat. Nette Kohle, hm ? Aber ich scheiß auf's Geld. Und ich scheiß auf die Firmen und die Menschen dort, die mich beruflich brauchen. Wenn es mir schlecht geht, ist das am Wichtigsten. Nichts sonst. Bin dafür fast an den Rand des privaten Bankrotts gekommen damals, denn Finanzamt und die Rechnungen nehmen keine Rücksicht auf meine geistige Gesundheit, und Entwicklung.

Der Familie diesen Schmerz nicht zuzufügen, ist natürlich nur mein individueller Grund gewesen, am Leben zu bleiben. Jeder, der es schafft, hat vielleicht andere. Die, die es nicht schaffen, haben keinen. Unsere Aufgabe ist es, ihnen einen zu geben.

Der Grund für eine Depression ist, daß wir Menschen inzwischen so weit entwickelt sind, daß wir uns psychologisch nicht mehr so leicht selbst reinlegen können.

Wir versuchen es ja, die ganze Zeit. Und das Werkzeug des Verdrängens macht auch Sinn in anderen Bereichen der Psyche. Aber nicht hier. Unsere Instinkte, unser Unterbewußtsein, lassen das nicht zu. Und langsam wird unser Denken, unser höheres Bewußtsein, von dem Verdrängten vergiftet.

Wie das Öl, welches aus einem leckgeschlagenen, im Meer versunkenen Öl-Tanker austritt, bis das gesamte Meer, so weit das Auge reicht, mit einem schwarzen Ölteppich belegt ist.

Das Meer ist in diesem Vergleich unser Unterbewußtsein, der versunkene Tanker der Grund für die Depression, und der Ölteppich die Depression selbst, welche die Oberfläche unseres Unterbewußtseins, und damit unser höheres Bewußtsein, unser Denken, irgendwann komplett bedeckt.

Bis wir nicht mehr wissen, und nicht mehr sehen können, was da unten passiert, im Meer.

In diese Brühe abzutauchen, ist lebensgefährlich.

Jeder kann beim Tauchen und Wühlen in dieser Brühe drauf gehen, oder sich darin verirren.

Vor allem, wenn man nicht wenigstens über ein bißchen Wissen bezüglich der Psychoanalyse verfügt. Ohne sich selbst wahrnehmen zu können, gibt es nichts zu verstehen

Damit diese, zugegebenermaßen gefährliche, Selbst-Analyse erfolgreich sein kann, ist Ehrlichkeit zu sich selbst am wichtigsten.

Beim Betrachten des Inneren, insbesondere der Erinnerungen und Gefühle, darf es keine Verschleierungsversuche, und Verschönerungsversuche geben. Keine Erklärungs-Suche.

Entschuldigungen werden nicht akzeptiert, für sich selbst oder andere.

Keine selbst-ergänzten Zusätze zu den Tatsachen und Erinnerungen, und keine dadurch entstandenen schönen Illusionen, die nicht so waren in Wahrheit.

Leichte und schnelle Lösungen werden nicht akzeptiert, nur weil z.B. schnell Glücksgefühle entstehen, oder Ruhe.

Ich versuche, das wiederzugeben im Detail, was wichtig ist. Ziemlich schwer, das auseinanderzufieseln, oder aufzuzählen.

Wie es anderen Betroffenen dabei geht, möchte ich gerne wissen.

Was ich aber sicher weiß ist, daß das unbedingte und unermüdliche Suchen nach dem Kern der Depression das Wichtigste ist. Und daß jeder dafür Zeit braucht.

Der Gedanke an Selbstmord während dieser Zeit, während einer Depression, entspringt dabei dem ursprünglich heilsamen Wunsch eines depressiven Menschen, mit dieser Depression, mit der aktuellen Misere im Leben, Schluß zu machen, etwas gegen diese Krankheit zu tun.

Für mich hat der Doc im Film „Gegen die Wand“ Recht, der zum Hauptdarsteller sagt: „Um Ihr Leben zu beenden, müssen Sie sich doch nicht umbringen“.

Es geht nicht darum, tot zu sein. Schließlich, wie Arne schon sagt, wissen wir gar nicht, was das bedeutet. Keiner kam bisher zurück. Nein, auch nicht Jesus. ☐

Es geht darum, herauszufinden, was die Ursache ist, um ein neues Leben weiterführen zu können. Und neu ist das Leben danach, da es befreit ist vom Ballast des „alten“ Lebens. Wie der Phoenix aus der Asche, der jedes Mal neu entsteht, nur in diesem Fall noch schöner, und prächtiger.

Was tun also ?

Sich dem stellen. Die Gefühle zu-, und sich selbst fallen, lassen. Sich den Gefühlen vollkommen ergeben. Weinen, Schreien, nach was einem auch immer ist. Sich selbst genau beobachten, die Gefühle, die auftreten, vor allem in alltäglichen Standard-Situationen.

Mit anderen anschließend im beschreibenden Gespräch herausfinden, was der Grund ist für diese Gefühle. Am besten mit Menschen, denen man vertraut.

Ideal sind Menschen, die Depression kennen, und erfolgreich selbst gemeistert haben. Menschen, die sich mit der Psyche ausgiebig beschäftigt haben.

Doch jedes Öffnen ist wichtig, egal wie "qualifiziert" der Mensch ist, sobald man neue Erkenntnisse über den Grund der Depression hat. Grübeln alleine bringt nichts. Nur die Deduktion; die Schlußfolgerung; die aufeinander aufbauende Erkenntnis.

Das Bewältigen der Depression geht jedoch nicht mit Menschen, die einem nur eine vorgefertigte Erklärung, oder Behandlung reindrücken wollen

Warum es den Menschen schlecht geht, dafür gibt es genügend Gründe zu finden. Nur wenige schauen jedoch im Inneren danach.

Es gibt die psychologisch begründeten Standard-Erklärungen ("Sie sind depressiv, weil sie Angst haben vor Hunden. Sie verkörpern das Tier in Ihnen, das Es !!!!!1eins"), oder von falschen Werten getragene "Erklärungen", wie im Rassismus, der Sündenböcke braucht, damit es allen gut geht.

Oder die Befriedigung der Triebe in der Spaßgesellschaft, die sich freiwillig auf das Niveau einer Amöbe begibt.

Auch Schönheitsideale sind ein toller Weg ! Außen alles wegschnippeln, oder auffüllen, damit's einem gut geht. Die hohlen Idole, welche uns das vorleben, bestehen nur aus einer dünnen Schicht Form, die nichts mehr einschließt. Innen leer.

Oder religiöse Erklärungen ("Folge der Heilslehre / dem Gott Bamta, dann geht's dir wieder gut!"), und Sekten (wie jede neue Religion einst genannt wurde).

Alles, das die Menschen sich gut fühlen. Möglichst einfache Erklärungen. Mit bißchen/mehr Mystik ist gut ! Möglichst noch dazu Triebe befriedigen. Das funktioniert immer !

Das kann eine Weile helfen, weil es etwas überlagert, oder betäubt, aber nicht auf Dauer.

Wenig hilfreich ist auch das komplette Übernehmen der Person, indem man sie abhängig macht vom Helfer oder von Medikamenten. Der Extremfall ist der Versuch des Implantierens des eigenen Selbst (oder Teile davon) des „Helfers“, oder einer genehmen Wunschperson, in den kranken Menschen. Das klappt alles nicht.

Nur die Hilfe zur Selbsthilfe funktioniert.

Denn, so einzigartig jeder Mensch ist, so einzigartig sind oft die genauen Gründe für die Depression.

Meiner Erfahrung nach herrschen Grundgefühle wie Leere oder Schmerz vor, auch in der Kombination, oder wechselseitig begründet.

Die Gründe für diese Gefühle sind aber, wie gesagt, so mannigfaltig, wie es Menschen gibt.

Eine Depression zum größten Teil alleine mit sich selbst auszumachen, ist sicherlich der falsche, und der gefährlichere Weg. Mir blieb bisher leider immer nur diese Möglichkeit. Ich fand bisher keinen Menschen, welcher meiner obigen

Beschreibung entsprechen würde. Die Meisten sind einfach noch nicht soweit.

Wenn wir die Depression, und uns, irgendwann verstanden haben, werden wir uns auch gegenseitig helfen können, tagtäglich. Und das, bevor es so schlimm wird, das es bereits zu einer Krankheit der Psyche wird. Zur Krankheit wird es nur dadurch, daß die Gründe so lange ignoriert, betäubt, oder nicht verstanden, werden. Würde man sich dem Grund immer gleich stellen (können), und idealerweise noch Unterstützung von Gleichgesinnten haben, gäbe es keine "Depression".

--

ARGH, der Text ist echt lang geworden. Ich schreibe und schreibe, und denke gar nicht daran, das andere das noch lesen wollen. Wenn Ihr Vorschläge dafür habt, wie ich mich kürzer fassen kann, oder so was aufteilen, immer raus damit. Fühle mich jedes Mal unangenehm dabei, wenn's wieder so viel geworden ist, aber es hört nicht auf mit den Ergänzungen.

Wer es bis hierher geschafft hat, danke für die Mühe. Kann denn jemand etwas mit dem Zeug anfangen überhaupt ?

Soulmirror - 1.12.2005 um 11:55

hab jetzt so 3/4 deines textes gelesen und kann dem größtenteils eigtl nur zustimmen. ist auch meine erfahrung, dass eine besiegte depression einer der größten siege ist die man als mensch (für sich?) erreichehn kann und eben die unglaubliche bereicherung.

naja obwohl dein text lang ist, ists doch recht angenehm ihn zu lesen. hast ihn ja schön aufgegliedert und ihn sozusagen in kleine pakete aufgeteilt. also ich als langtextgegner eigtl. fand es recht angenehm zu lesen ☐

man merkt eben, dass du net nur redest sondern auch was zu sagen hast und solange das so ist, werden sich sicher genügend menschen finden die deine texte gerne lesen. ☐

Ivan - 1.12.2005 um 12:17

Danke, Soulmirror, deine Worte sind befreiend für mich ☐

Habe mir schon wieder Sorgen gemacht, was ich da schreibe, und wie viel ich da schreibe.

Das geht mir immer so, wenn es öffentlich ist.

Ich fühle mich einfach ziemlich verletztlich, wenn ich mich so öffne.

Das letzte Mal, als es daneben ging, hat's aber nur noch kurz wehgetan ☐

Naja, das Thema ist halt echt umfangreich, für mich, und wie Du schon sagst, man merkt, das ich's kenne ☐

Cool, echt. Danke nochmals für Deine Worte, Soulmirror !!!

P.S. edit:

bin immer noch am pfuschen. jedes mal beim durchlesen fällt mir noch was auf 8-)

oft nur kleinigkeiten, oder fehler. ich kann's nicht lassen !! aber es macht echt spaß, die sätze nochmals auszufeilen, oder die fehler zu killen ☐

p.p.s. edit:

werde mich trotzdem kürzer fassen in zukunft !! ist nur wegen diesem großen thema. kein künstliches aufblähen, falls jemand so empfindet, gleich melden ☐

dian - 1.12.2005 um 12:56

Zitat

Der Gewinn für sich selbst aus einer ehrlich bewältigten Depression ist ein geistiger Sprung nach vorne

Ja, das sehe ich ganz genauso. Deshalb bin ich auch nicht so der Fan von Kliniken und Psychopharmaka. (ausser in ganz schweren Fällen, wo alles andere nicht mehr hilft)
Ich glaube, Krankheiten wollen uns immer etwas mitteilen. (naja, mal abgesehen von dem Schnupfen, den ich letzte Woche hatte.... daraus hab ich nämlich irgendwie überhaupt keine neuen Erkenntnisse gewinnen können)
Wenn ich zum Beispiel einen zu hohen Cholesteringehalt habe, dann stimmt möglicherweise etwas mit meiner Ernährung nicht. Diese Ernährung umzustellen, dazu kann mir ein fähiger Arzt oder Fachmann sicher eine Anleitung geben...
Doch was ich dann mit diesen Ratschlägen anfangen, ob ich mich daran halte oder wieder in alte Gewohnheiten zurückfalle, sobald ich mich besser fühle, das liegt allein an mir.

Übertragen auf die Depression heisst das:

Ich muss mit mir selbst und an mir selbst arbeiten. Es genügt nicht, sich einfach zurückzulehnen und auf Hilfe von aussen vertrauen.

Leider hat sich in den letzten Jahren immer mehr die Ansicht durchgesetzt, dass Depressionen Krankheiten sind, die halt lästig sind, die man sich aber vom Arzt behandeln lassen kann und danach ist alles wieder gut.

Was mir da oft etwas zu kurz kommt, ist die gesellschaftliche Komponente.

Sagt ein Huhn in der Legebatterie zum anderen: "Du, ich fühl mich irgendwie voll dreckig.."

Erwidert das andere: "Du hast Depressionen. Lass dich behandeln."

Das Huhn kommt zurück und ist so high, dass es wieder eine zeitlang problemlos Eier legen kann.

Will sagen:

Vieles, was man heute als Depression ansieht, ist im Grunde nichts anderes als das Rebellieren unseres Gehirns gegen Lebensumstände, die uns alle als völlig normal verkaufen, die wir aber ganz tief in uns drin (völlig zu recht) als krank und entartet empfinden.

Sei es jetzt der finanzielle Druck, der tagtäglich auf uns ausgeübt wird, der Stress mit anderen zivilisationsgeschädigten Menschen, die unmenschliche Bürokratie oder einfach ein Job, der einen nicht glücklich macht.

Wir Menschen leben im Grunde längst nicht mehr artgerecht wie Beispielsweise Kühe auf einer Weide, sondern schon eher so wie die angesprochenen Hühner im engen Käfig. Da brauchen wir uns nicht wundern, wenn uns hin und wieder die Federn ausfallen.

Und das wird nicht besser werden in den nächsten Jahren. Wenn die Hühner erstmal alle Ausweise mit biometrischen Daten haben und in jedem ihrer Käfige eine Kamera aufgebaut ist, werden sie sich deshalb ganz sicher nicht natürlicher fühlen.

Und da wird kaum ein Arzt auf die Idee kommen, den Hühnern mal zu sagen: "Du bist krank geworden, weil sie dich nicht mehr wie ein Huhn behandeln, sondern wie einen Gegenstand!". Nein, der Arzt soll ja nicht zum Aufruhr anstiften, sondern er soll dafür sorgen, dass die Eier pünktlich geliefert werden.

So, jetzt aber genug der tierischen Vergleiche. Ich denke, ihr habt kapiert, worauf ich raus will.

Zitat

ARGH, der Text ist echt lang geworden. Ich schreibe und schreibe, und denke gar nicht daran, das andere das noch lesen wollen. Wenn Ihr Vorschläge dafür habt, wie ich mich kürzer fassen kann, oder so was aufteilen, immer raus damit.

Also ich find's geil.

Eine feine Doktorarbeit, und zwar eine der lesbaren und vor allem verständlichen Sorte...

Kannst gern öfters so was tippen, wenn dir der Zeitaufwand dafür nicht zu hoch erscheint. Lesen wird es auf jedenfall jemand.

Aber Tipps, wie du dich kürzer fassen kannst... hmmm..... ich würde jetzt mal ganz spontan analysieren, dass du ein ziemlicher Perfektionist bist und beim Schreiben immer darauf achtest, dass auch ja niemand deinen Text falsch verstehen könnte oder auch nur noch einmal nachfragen muss.

Du willst richtig verstanden werden, weil du kapiert hast, wie Kommunikation funktioniert (und wie sie leider häufig auch nicht funktioniert, weil die Menschen unterschiedlich ticken und daher ganz oft aneinander vorbeireden...)

Mir geht es ja oft ganz ähnlich, wenn ich was schreibe. Ich kann da nur empfehlen: Einfach mal Mut zur Lücke haben. Sich einfach mal ein bisschen knapper ausdrücken... oft ist man ganz überrascht, wie viele einen trotzdem verstehen.

Aber wie gesagt, das nur als Tipp falls du unter dem erhöhten Zeitaufwand leiden solltest. Mir persönlich erschien dein Text nicht zu lang. So lang die Sprache schön verständlich ist, ist das alles kein Problem.

... - 2.12.2005 um 03:14

Och, ich schwall auch gerne immer mit Riesentexten rum, das macht nix. Ich denk´mir immer, selbst wenn es keiner mehr lesen sollte, sind meine Gedanken dann zum thema meistens klarer geworden, darf man auch nicht unterschätzen. Mittlerweile schreib´ich aber auch manchmal weniger, weil man eben weiß, was die Leute verstehen und wenn da doch was neues drin ist, können die ja fragen.
Mach´Dirdiesbezüglich also keine Sorgen, @Ivan.

Topic bzw. zur Depression:

Ich selber hatte eben so einen Fall von depression, der ausgelöst wurde durch eine Hirnblutung. Ich habe jedoch dabei auch bemerkt, daß, wenn man ansonsten keinerlei Probleme mit Depress hat, dann in der Regel schon die richtigen Instrumente findet. Wobei natürlich immer zu berücksichtigen ist, was eine "Heilung" ist und was eine Kompensation ist. Ich selber behaupte mal, daß das Leben sowohl depressive wie auch manische Anteile hat und daß das bei jedem Menschen und insofern auch in jedem Leben so ist. Man ist nun eben manchmal traurig und manchmal glücklich, es wäre ja auch schauderhaft, wenn man immer nur das Gefühlsleben eines Steines hätte.

Depression wird eben dann behandlungsbedürftig, wenn man nicht mehr kompensieren kann, sprich: dann entweder in einer einzelnen depressiven Episode suizidgefährdet ist oder eben die depressive Phase so lange anhält, daß man gar nicht mehr aus ihr rauskommt, was dann wahrscheinlich auch irgendwann mal zu einer Suizidgefahr führt.

Wobei man im Sinne des Threads dann auch noch erlauben kann, dies zu akzeptieren, das halte ich aber während einer akuten depressiven Phase für nicht so sinnvoll, weil meine eigene Erfahrung ist, daß man dann schon reichlich durch den Wind ist (okay, kann man bei mir vielleicht nicht vergleichen. Ich hatte dann später als Folge der Hirnblutung noch ´ne Ventrikelerweiterung und wußte kaum noch, was ich gerade machte.).

Was wiederum interessant ist, ist, daß in der BRD zwar unheimlich viele Menschen wegen Depressionen behandelt werden, allerdings kaum welche an Manien. Dies ist im angelsächsischen Sprachraum ganz anders. Der Depressive ist eben außer lustlos auch noch kraftlos und das merkt man z.B. auf der Arbeit. Der Maniker hingegen ist immer voll da, gesellig und die Stimmungskanone schlechthin. Natürlich ist jemand, der dauerhaft auf Hochtouren ist, genau so daneben psychisch wie jemand, der dauerhaft traurig ist. Aber in Deutschland ist eben der Typus, der dauerhaft arbeitet und fast hyperaktiv ist, auf jeden Fall der normalere, weil gewünschtere Typus.

Wie bist Du eigentlich mit der totalen Antriebslosigkeit während der Depression umgegangen, @Ivan?

Also, das war für mich noch das nervigste, weil ich es ja sonst ganz anders gewohnt war bei mir.

Ivan - 5.12.2005 um 12:58

Zitat

Original von dian

Zitat

Leider hat sich in den letzten Jahren immer mehr die Ansicht durchgesetzt, dass Depressionen Krankheiten sind, die halt lästig sind, die man sich aber vom Arzt behandeln lassen kann und danach ist alles wieder gut.

Das spiegelt sich in der Erfolgsgeschichte der Anti-Depressiva wider, und zeigt, wie falsch diese Krankheit behandelt wird. Mit einer weiteren Sucht von vielen.

Zitat

Vieles, was man heute als Depression ansieht, ist im Grunde nichts anderes als das Rebellieren unseres Gehirns gegen Lebensumstände, die uns alle als völlig normal verkaufen, die wir aber ganz tief in uns drin (völlig zu recht) als krank und entartet empfinden.

Das sehe ich auch als konkrete Fortsetzung dieser Gedanken an. Die Art unser Leben heute zu leben, wie wir es leben, ist nicht so wie wir natürlich empfinden. Ich glaube beispielsweise nicht, daß in uns der Wunsch tobt, die Erde auszubluten und zu vernichten. Oder das Entfremdung und Einsamkeit auch unsere Wünsche sind.

Zitat

So, jetzt aber genug der tierischen Vergleiche. Ich denke, ihr habt kapiert, worauf ich raus will.

Dian, ich glaube du bist schon vegan-geschädigt ☐

Zitat

Eine feine Doktorarbeit, und zwar eine der lesbaren und vor allem verständlichen Sorte...

So ein Lob zaubert mir ein Lächeln auf die Lippen, und die Schamesröte in's Gesicht ☐

Jetzt hör' auf, Dian, so toll war's auch nicht. Nur eine Zusammenfassung einiger Sachen, die teilweise halt etwas zusammenhängen. Danke, der möglichst ausführliche und einfache Stil erfordert schon viel Arbeit, finde ich, und Zeit. Kann schon gut verstehen, daß du manchmal keinen Bock mehr auf's Schreiben hast. Wie Du sagst, ich will es möglichst schaffen eine Mitteilung zu machen ohne Mißverständnisse.

Trotzdem will ich mal sehen, wie ich auch Deiner Anregung nach etwas reduzieren kann in Zukunft. Das hört sich gut an ☐

Ivan - 5.12.2005 um 14:40

Zitat

Original von Arne Kroger

Ich denk' mir immer, selbst wenn es keiner mehr lesen sollte, sind meine Gedanken dann zum Thema meistens klarer geworden, darf man auch nicht unterschätzen.

Ich hab's daran gemerkt, daß ich das Geschriebene objektiver sehen und es dadurch während des Schreibens besser formulieren konnte.

Zitat

Mittlerweile schreib'ich aber auch manchmal weniger, weil man eben weiß, was die Leute verstehen und wenn da doch was neues drin ist, können die ja fragen. Mach'Dir diesbezüglich also keine Sorgen, Ivan.

Danke für das Mut machen, Arne. ☐

Etwas ähnliches meint Dian ja auch, hab' auch was dazu gesagt. Ich hoff' halt wirklich, daß ich das Gefühl dafür mit der Zeit bekomme ...

Zitat

Ich selber hatte eben so einen Fall von Depression, der ausgelöst wurde durch eine Hirnblutung.

Das tut mir leid. Wie geht es Dir denn heute ?

Zitat

Ich habe jedoch dabei auch bemerkt, daß, wenn man ansonsten keinerlei Probleme mit Depress hat, dann in der Regel schon die richtigen Instrumente findet. Wobei natürlich immer zu berücksichtigen ist, was eine "Heilung" ist und was eine Kompensation ist.

Stimmt, je mehr sich aufbaut, desto eher wird daraus ein Zusammenbruch. Mal sehen, ob ich das in meinem Text noch deutlicher betonen kann.

Eine Kompensation ist keinerlei Fortschritt, ich denke, da sind wir uns alle einig !

Zitat

Ich selber behaupte mal, daß das Leben sowohl depressive wie auch manische Anteile hat und daß das bei jedem Menschen und insofern auch in jedem Leben so ist. Man ist nun eben manchmal traurig und manchmal glücklich, es wäre ja auch schauderhaft, wenn man immer nur das Gefühlsleben eines Steines hätte.

Ich möchte das Leben nicht in allzu psychologischer Form sehen. Gründe zur Freude gibt es viele, und die meisten

davon sind positiv, nur wenige krankhaft oder entartet.

Hyperaktivität in der Triebgesellschaft ("Spaßgesellschaft") und Leistungsgesellschaft ist für eine Kompensation ideal. Das zählt auf jeden Fall zum Suchtgedanken, und Verdrängungsgedanken, dazu.

Würde Hilfsbereitschaft die gleichen Hormone wie Sex einsetzen, wären wir wohl schon viel weiter heute ☐

Wie viel mehr Menschen würden dann einem Bettler spenden oO

Zitat

Depression wird eben dann behandlungsbedürftig, wenn man nicht mehr kompensieren kann, sprich: dann entweder in einer einzelnen depressiven Episode suizidgefährdet ist oder eben die depressive Phase so lange anhält, daß man gar nicht mehr aus ihr rauskommt, was dann wahrscheinlich auch irgendwann mal zu einer Suizidgefahr führt.

Eine gute Beschreibung des Verlaufs einer Depression.

Die beste "Kompensation" wäre es natürlich, sich ehrlich mit sich selbst zu beschäftigen, sich fallenzulassen, einfach nur Mensch zu sein.

Anstatt Selbstmord, Süchte, Religionen. Zahlreicher und leichter sind die Hilfen, die nicht funktionieren wollen.

Zitat

Wobei man im Sinne des Threads dann auch noch erlauben kann, dies zu akzeptieren, das halte ich aber während einer akuten depressiven Phase für nicht so sinnvoll, weil meine eigene Erfahrung ist, daß man dann schon reichlich durch den Wind ist (okay, kann man bei mir vielleicht nicht vergleichen. Ich hatte dann später als Folge der Hirnblutung noch 'ne Ventrikelerweiterung und wußte kaum noch, was ich gerade machte.).

Die Gefahr kann, denke ich, nicht erlaubt werden, sie ist einfach da. Der Intellekt greift da nicht mehr, immerhin hat er ja auch bereits aufgegeben.

Ich sehe darin weiterhin den ursprünglich positiven Wunsch nach Veränderung, nach Heilung, der keinen Ausweg findet. Nur noch diesen einen, der sicher funktioniert, erstmal. Denn da kam noch keiner zurück. Allerdings auch der höchste Preis, den ein Mensch zahlen kann.

Ich weiß, daß das Leiden so schlimm werden kann, daß der Tod vorzuziehen ist. Insbesondere wenn keine Hoffnung auf Heilung besteht, und das Sterben nur noch eine Gnade ist. Aber das trifft ja bei einer Depression überhaupt nicht zu. Für mich ist das eher die Regung nach Leben, die da ist; bloß ohne Ausweg.

Ich denke, Depression ist immer heilbar. So lange keine wirkliche Geisteskrankheit daraus wird, wie Schizophrenie, oder Realitätsflucht.

Zitat

Was wiederum interessant ist, ist, daß in der BRD zwar unheimlich viele Menschen wegen Depressionen behandelt werden, allerdings kaum welche an Manien. [...] in Deutschland ist eben der Typus, der dauerhaft arbeitet und fast hyperaktiv ist, auf jeden Fall der normalere, weil gewünschtere Typus.

Stimmt, eine Manie zu erkennen ist sehr schwer in einer leistungsorientierten Trieb-Gesellschaft.

Ich finde es allerdings auch ziemlich schwierig, eine Manie zu definieren. Daß jemand die ganze Zeit rumflippt, Zeug kauft, oder die ganze Zeit arbeitet, oder in die Disko, zum Wellness-Weekend, nach Mallorca in den Urlaub geht usw., ohne einen Stop, und ohne einmal tief Luft zu holen, ist nicht negativ an sich. Das Leben ist dafür da, gelebt zu werden.

Wenn es einem wirklich gut geht dabei, und wir uns das tatsächlich leisten können, ok.

Für mich ist nicht entscheidend, daß es sich Menschen gut gehen lassen im Leben. Dafür ist es schließlich auch da. Für mich ist die Definition des "Gutgehens", das "Wie", entscheidend, und ob es wie hier in diesem Fall zur Verdrängung oder zum Auffüllen einer Leere benutzt wird.

Ich hoffe, ich habe Dich richtig verstanden beim Aufteilen ☐

Zitat

Wie bist Du eigentlich mit der totalen Antriebslosigkeit während der Depression umgegangen, Ivan?

Inzwischen kenne ich das ja, ist nichts mehr neues. Ganz schlimme Tage verschlafe ich oft ☐

Normalerweise reicht aber inzwischen der Wille schon noch dazu ein Magazin, Buch, oder das Internet zu lesen, oder am Rechner eine Strategiesimulation zu starten. Sobald das Gehirn beschäftigt ist, geht die Zeit vorbei, und ich komm' vor allem nicht auf dumme Gedanken, oder grübele.

Interessant war für mich, daß der Zeitraum entscheidend ist, wie lange ich etwas unterdrückt hab', bevor ich wieder ran darf. Echt übel, hab' mir vorgestellt, je länger man das verschüttet und unterdrückt, desto eher ist's vielleicht irgendwann wirklich so tief, das man kaum oder gar nicht mehr dran kommt. Wie eine Geisteskrankheit, oder Realitätsverlust.

... - 6.12.2005 um 02:42

@Ivan:

Ich bin nicht ganz so negativ gegen manche Anti- Depressiva eingestellt wie Du. Das kann daran liegen, daß man, wenn man die Depressionen aufgrund eben einer traumatischen Schädigung bekommt, das schon eine Sache ist, wo man relativ wenig mit Psychotherapien anfangen kann, da die Störung ja auch durch einen klar erkennbaren äußeren Einfluß zurückgeht. D.h., sie ist in diesem Sinne eben keine richtige Neurose, sondern sie wird dann auch Durchgangssyndrom genannt. Unter diesen Umständen finde ich diese Medikamente auch okay. Für jemanden, der wirklich lebenslang mit sowas zu kämpfen hat, werden sich wahrscheinlich Tabletten nicht als die beste Möglichkeit herauskristalisieren. Das ist vielleicht dann aber bei einer organisch bedingten Depression oder bei einer Psychose schon wieder anders.

Meine Hirnblutung ist außerdem, abgesehen davon, daß man eben diese Antidepressiva nicht sofort wieder von einem Tag auf den anderen absetzen kann und ich die Dinger jetzt noch zumindest (zwar gottseidank schon in verminderter Dosis) noch bis zum Frühjahr weiternehmen muß, weil es wohl auch gefährlich ist die im Winter abzusetzen. Und man hat eben Nebenwirkungen wie gesteigerten Appetit, und bei mir auch etwas verminderten Sexualtrieb. Das ist aber bei mir auch mal ganz gut so.

Ansonsten ist so 'ne Hirnblutung fast harmlos, man stirbt nur meistens dran, aber wenn sie erkannt und behandelt wird, gibt es wirklich schlimmere Sachen.

Zur Manie:

Was Manie wirklich bedeutet, merkst Du, wenn Du mal jemanden kennengelernt hast, der eine affektive Psychose hat und dann mal in eine manische Phase kommt. Die geben nun wirklich geld aus für Sachen, die sie nie brauchen, leben außerhalb jedweder Realität und sind ziemlich unerträglich.

Mein Freund hat 'ne manisch - depressive Psychose. Bei Depressionen kann er das selber erkennen, dann hat er nämlich Leidensdruck und geht von alleine in die Psychiatrie (da fühlt er sich auch meistens wohl), allerdings bei einer Manie würde der von alleine nie auf die Idee kommen. Denn die Maniker halten sich für völlig gesund und genial. Das sei Ihnen auch gegönnt, aber es ist unglaublich schwierig für jemanden aus dem Umfeld, das alles zu ertragen, weil die wirklich sehr viel Blödsinn reden.
