



Allein

Seneca - 15.1.2006 um 03:03

Wollte mit euch mal über eine Situation reden, die mir in letzter Zeit schon ziemlich oft vorgekommen ist und mit der ich ein gewisses Problem habe. Es geht um folgendes:

Immer wenn ich in guter Gesellschaft bin, zum Beispiel mit Freunden etwas längeres unternehme (Aktivität über mindestens 1 Tag+Nacht) oder allgemein in netter, guter und freundschaftlicher Gesellschaft bin, überfällt mich die Einsamkeit. Ich kann mir nicht erklären wieso, aber wenn ich im Urlaub abends mit guten Freunden zusammensitze fühle ich mich dennoch alleine. Dabei ist mir natürlich vollkommen bewusst, dass ich lauter Leute um mich herum habe, die mich mögen und in deren Gesellschaft ich bin. Aber dennoch fühle ich mich einsamer wie wenn ich alleine an einem ruhigen Ort sitze und über mich selbst und alles andere nachdenke. eben dies tu ich dann auch meistens, ich setze mich etwas von der Gruppe ab und mach nen kleinen Spaziergang und denke über alles nach. Und dann habe ich letztendlich das Gefühl, dass ich zwar gerne in Gesellschaft meiner Freunde bin und auch Angst davor habe diese verlassen zu müssen. Aber dennoch fühle ich mich immer einsam, egal mit welchen Leuten ich meine Zeit verbringe. Es ist sogar noch kurioser: Je besser ich mich mit den Leuten verstehe mit denen ich zusammen bin, desto einsamer fühle ich mich und ich weiß einfach nicht wieso. Oftmals gehe ich dann ne Runde raus, lauf auf irgendeine Anhöhe und lass mir den Wind um die Ohren pfeifen und wünsche mir einfach nur den Rest meiner Zeit hier verbringe zu dürfen. Da steh ich dann meistens 1-2 Stunden an der selben Stelle und schau den Blättern beim rumwippen zu, bis ich mich letztendlich wieder zurückgeselle zu den anderen. ich kann mir das ganze eben nicht erklären. Wieso bin ich einsam, obwohl ich die besten Menschen um mich herum habe? Wieso gehe ich in die Einsamkeit um dem Einsamkeitsgefühl auszuweichen?

Habt ihr ne Idee oder vielleicht ähnliche Erfahrungen?

... - 15.1.2006 um 05:27

Mal 'ne Frage zur konkreten Situation, @Seneca?

Wann passiert Dir das genau?

Ich kenne das Gefühl von früher auch und ichabe festgestellt, dß es gar nicht das Gefühl von Einsamkeit ist, was mch manchmal nervt, sondern oftmals nur die Sprache.

Es ist so zielic doof, in einer Gruppe zu sein, wo eben alles nur über Sprache gergelt wird, da muß man selber laut sein oder so, um sch durchzustezen, das ist mir schon oftmals zu viel Streß.

Da reiße ich zwar nicht aus, ich habe mich daran gewöhnt, auch al nur konsomeren zu können, aber wenn cih z.B. mit meinen geistig behinderten Bewohnern zusammen war, habe ich mich nie einsam gefühlt, die reden aber auch oftmals nicht so viel.

Kann daran liegen. Wir machen viel mit verbaler Kommunikation kaputt, was nicht sein uß.

Ina - 15.1.2006 um 11:50

Mein Erklärungsversuch:

Wenn du mit anderen zusammen bist, musst du auf die eingehen und je besser du dich mit diesen Menschen verstehst, desto unwillkürlicher geschieht dies und desto mehr wirst du ein Teil der Gesellschaft und verlierst irgendwie das unmittelbare Gefühl für dich selber - so geht es mir jedenfalls immer. Und dann fühlst du dich einsam, weil du von dir selbst verlassen wurdest und musst raus, damit du deine Seele wiederfindest.

nachdenki - 15.1.2006 um 11:54

Mir kommt das irgendwie bekannt vor, geht mir ganz ähnlich irgendwie, wenn ich denn überhaupt mal das "Vergügen" habe in einer Gesellschaft zu sein. Nur sinds bei mir keine Freunde sondern nur "irgendwelche" Leute, die mich meist jedoch mögen.

Hab mir selber nie so große Gedanken gemacht warum das so ist bis jetzt, außer vielleicht, dass die Leute irgendwie zwar ganz ok sind, aber nicht die richtigen für mich.

Der Ansatz von Arne gefällt mir jedoch. Denn bei mir ists meist so, dass ich eher der Mitläufer bin, aber halt nur den anderen zuhøre (was mir gelegentlich sogar "spaß" macht) und selber wenig sage. Meine Vorstellung von einer

Gesellschaft in der ich - wenn überhaupt - gerne wäre, ist aber eine andere.

Ich kann sie für meinen Teil jedoch nicht genau definieren im Moment. Viele Leute sind mir aber auf jedenfall zu egozentrisch und oberflächlich wenn man da "Gespräche" führen will, irgendwie immer das Gleiche (mal davon abgesehen das meine Interessen andere sind als die der Meisten). Halt irgendwie doch nicht ganz die Richtung von Mensch mit der ich mich gerne Umgebe.

Es gibt natürlich auch Ausnahmen.

Jetzt wollte ich vorhin noch einen eigenen Ansatz einbringen, ist mir aber entfallen. Wenn er mir einfällt füge ihn später noch hinzu.

Ah, jetzt wo ich das Posting von Maria lese... ich glaub sowas ähnliches wollte ich auch sagen.

In Kombination mit dem von Arne könnte das zumindest bei mir eine recht gute Erklärung sein.

....

Ah ja, ich wollte sagen... wenn man jetzt in einer Gesellschaft ist, passt man sich vielleicht irgendwie an diese etwas an. Man kann zumindest nicht ganz so sein, wie man es möchte, man ist irgendwie etwas beschränkter und eben anders. Für mich ist das oft recht anstrengend, was mein Drang vergrößert "auszubrechen", so wie du sagtest, wo es nur die Natur und ein selber gibt, und ruhe.

Seneca - 15.1.2006 um 13:02

Zur konkreten Situtation: Ich unternehme mit Freunden etwas was länger dauert als nur einen Abend (skifahren, Urlaub etc) und sitze abends gemütlich mit ihnen zusammen. Man trinkt gemütlich was, also keine laute Party, sondern ein nettes Beisammensein und unterhält sich gepflegt. Alles nette Leute um mich herum, die ich mag und die mich mögen und deren Gesellschaft ich generell richtig genieße. Und dann kommt es eben dieses Einsamkeitsgefühl. Ich sitze da, verspüre Einsamkeit, werde immer schweigsamer und irgendwann verabschied ich mich für nen kurzen Spaziergang und geh raus. Und draußen zwischen Wind, Nacht, Stille und Natur fühle ich mich dann wieder wohl und kein bisschen einsam mehr. Dann stehe ich da solange herum bis ich fast erfroren bin (zumindest im Winter) und geselle mich dann zu den andere zurück.

Ich bin generell nicht gerne alleine, wenn ich mehr als einen Tag alleine daheim verbringen muss fällt mir die Decke auf den Kopf, weil ich Leute brauche zum reden. Wenn ich diese Leute dann aber länger als einen Abend um mich herum habe fühle ich mich einsam und verlasse die Gesellschaft. und das obwohl ich die Menschen wirklich mag, die da um mich herum sind.

Irgendwie sehr seltsam.

Mit der Sprache könnte das durchaus etwas zu tun haben, denn wenn man weniger redet und sich dann zwischendrin ewig anschweigt um die Worte zu verarbeiten fühle ich mich deutlich wohler. Vllt lässt sich dadurch auch die Flucht in die Natur erklären: Die Natur spricht auch nicht, hat aber dennoch einen gewissen Ausdruck und man weiß, dass sie um einen herum ist, obwohl sie nicht redet.

quaid - 16.1.2006 um 01:55

ich muss versuchen, da hinein zu interpretieren.

also die einsamkeit an sich - sprich, wenn du alleine zuhause bist z.b. - zeichnet dein leben ab. es ist eine art wohlgefühl, denn nichts kann schief gehen da die situation von dir allein abhängt.

in gesellschaft besteht immer die möglichkeit, mißverstanden zu werden. man hat nicht die möglichkeit, "nichts" zu tun. nicht, solange die personen nicht dazu passen.

ich kann zwar nicht nachvollziehen, wie das tatsächliche gefühl der einsamkeit einem in gesellschaft überkommt. aber das kann eigentlich nur eines bedeuten:

die leute, mit denen du unterwegs bist, sind nicht die richtigen.

Jan - 16.1.2006 um 06:10

Zitat

Original von Q

die leute, mit denen du unterwegs bist, sind nicht die richtigen.

Meinst du? Daran hätte ich nun zuletzt gedacht.. Ich bin bereits seit Erstellung des Threads am überlegen, was ich dazu sagen soll.. Solch eine Situation hab ich sicherlich schonmal erlebt, doch gefielen mir die Leute dort auch nicht und ich fühlte mich unwohl. Bei dir ist es ja das Gegenteil: Ansich magst du die Leute, die in dem Falle um dich rum sind und mit denen du Zeit verbringst..

Momentan steh ich da noch n bisschen in Zwiespältigkeit.. Ich mach mir da heute nochmal Gedanken drüber.

... - 16.1.2006 um 06:10

Naja, soweit würde ich jetzt nicht gehen, @q.

Es ist ja nur ein partielles Gefühl, wenn ich @Seneca da richtig verstanden habe. Das auch wieder verschwindet, wenn man sozusagen "Luft holen" konnte.

Hattest Du eigentlich schon mal 'ne Freundin oder 'n Freund, @Seneca, mit dem u auch in irgendeiner Weise körperlich kommunizieren konntest, entweder beim Sport oder beim Sex?

Da dürfte doch dann, zumindest im konkreten Moment, das Gefühl nicht auftauchen, oder doch bei Dir?

quaid - 16.1.2006 um 13:33

körperlich kommunizieren, beim sport??

wenn ich mich in gesellschaft einsam fühle, dann bin ich normalerweise nicht bei der sache. die situation stimmt so nicht und man fühlt sich unwohl.

vielleicht ist es auch einfach nur der innere wunsch, eine ganz bestimmte person zu finden. die einen versteht und sozusagen das gegenstück bildet.

und wenn man in gesellschaft realisiert, das keiner der kollegen, die man eigentlich cool findet und mit denen man unterwegs ist, diese person sein könnte, dann kann man sich schonmal einsam fühlen.

Seneca - 16.1.2006 um 14:36

Was die Freundin angeht, so gabs da schon Ansätze, aber ne richtige Freundin hat ich noch nie. Mir is einfach noch nie so die richtige über den Weg gelaufen. Und wenn doch, dann hatte sie nen Freund daheim sitzen.

Das könnte natürlich was damit zu tun haben, aber in den konkreten Fällen war es bisher eigentlich immer etwas weit weg.

Und was dabei noch etwas seltsam ist, ist die Tatsache, dass ich nie irgend jemanden bestimmtes vermisst habe, wenn es zu diesem Einsamkeitsgefühl kam. Ich hatte eigentlich immer die Leute um mich herum mit denen ich auch gerne zusammen war. Da hat mir niemand konkretes gefehlt, aber irgendwie bin ich trotzdem allein gewesen und musste dann "Luft holen" wie das @Arne schon recht treffend fomuliert hat.

Vielleicht hat es auch was damit zu tun, dass ich, obwohl ich ein Mensch bin, der gerne mit anderen Leuten zusammen ist mich selbst gerne etwas als Einzelgänger sehe, von der Persönlichkeit her, nicht vom Umgang.

MAUS - 16.1.2006 um 16:02

also ich kenn dieses gemeinsam einsam gefühl zumeist aus situationen, bei denen ich mit vielen menschen zusammen bin, also z.b. auf konzerten oder partys. da kenn ich dann viele leute, die ich auch wirklich gern habe, und genieße es auch total, mich in gruppen von "gleichgesinnten" zu bewegen. und ganz plötzlich kommt dann der gedanke: alles lüge, bringt doch nix, eh nur selbstbetrug. weil halt gerade in köln auch super viele kontakte sehr oberflächlich bleiben. man lernt halt sehr einfach und schnell menschen kennen, auch wenn man selbst kein hoppla-hier-komm-ich-mensch ist. da ich aber bei meiner 1. clique wirkliche gemeinschaft kennengelernt habe, bin ich tatsächlich ständig auf der suche nach diesem verlorenen zusammengehörigkeitsgefühl. ich hab es aber seit dem nie wirklich wiedergefunden. da ich ohne aber nicht mehr richtig klarkomme (angefixt sozusagen *g*), red ich mir diverse kontakte schön und interpretiere häufig mehr rein, als da tatsächlich ist, und sowas funktioniert nun mal nie auf dauer. auch wenn es erst mal immer wieder ne zeitlang beim überleben hilft, früher oder später holt mich die wahrheit dann eben doch wieder ein.

Seneca - 16.1.2006 um 22:22

Wenn ich so drüber nachdenke könnt an dem Wahrheitsansatz was dran sein. Es sind zwar Leute immer um mich herum, die ich wirklich mag, aber bei genauerem darüber nachdenken weiß ich genau, dass ich nicht immer in solch guter Gesellschaft sein kann, sondern sich das auch wieder auflösen wird und ich keinesfalls Gewissheit habe, dass ich

wieder in eine solche Runde zurückkehren werde. Ich denke da ist steckt auch eine gewisse Sehnsucht dahinter. Einerseits geborgen zu sein und Angst davor zu haben diese Geborgenheit zu verlieren und andererseits frei sein ohne Zwänge. Schwer kombinierbare Wünsche.

Zelder - 17.1.2006 um 01:50

Mal ne Frage, wie gehen deine Freunde denn damit um, das du dich hin und wieder abkapselst und alleine sein willst?

Seneca - 18.1.2006 um 16:13

Da kriegen die nicht wirklich richtig viel mit von. Wenn ich zwischendrin mal "kurz " abhaue und dann erst nach über ner Stunde wiederkomm fragen se mich wo ich solange gewesen bin und dann antworte ich. "Frische Luft schnappen". Ich meld mich dann ja auch meistens ab und sag dass ich etwas frische Luft brauche. Das einzige was daran größer auffällig ist, ist die Tatsache, dass ich erst nach langer Zeit wiederkomm.

... - 19.1.2006 um 03:37

Belastet Dich das denn?

Ich finde eigentlich, daß ist in Ordnung so, wie Du damit umgehst!

Seneca - 19.1.2006 um 16:41

Belasten an sich nicht wirklich, aber ich habe mich halt gefragt woher es kommt. Naja, ich schätze mal so genau werd ich das wohl selbst nicht herausfinden, der Wahrheitsansatz ist aber denke ich nicht schlecht.
