



Bis der Hass sich gegen mich wendete

Exor - 18.1.2005 um 22:33

Hallo Leute....

Ich muss jetzt erstmal schauen wo ich anfangen soll.

Meine Wenigkeit erblickte eines Tages in einem Krankenhaus nahe der Niederländischen Grenze das Licht der Welt. Als ich dann vom Kleinkind zum Kind heranwuchs merkten Zwei Personen das ich "anders war" als die anderen Kinder. Ich war wild, rebellisch und "ungezogen". Mag sein das viele Kinder zu dieser Zeit häufig diese Verhaltensmerkmale aufweisen aber ich übertrieb es. Ich kam nicht mit den anderen Kindern zurecht und machte dauernd Unfug. Diese zwei Personen fragten sich warum den dies ist wie es ist. Wer weiß wie gemein doch kleine Kinder untereinander sein können der versteht folgendes: Ich war anfänglich ein recht ruhiges Kind. Doch schnell begann die Kinder ihre Außenseiter zu küren die sie dann auch dem entsprechend behandelten. Mobbing war an der Tagesordnung. Leider wurde dies nicht erkannt und so nahm die Geschichte ihren Lauf. Als Kind setzte ich mich gegen diese Attacken zu wehr und "zog den Kürzeren". Ich wurde daher bestraft. Damals begriff ich nicht warum ich bestraft wurde. Den ich setze mich doch lediglich nicht grundlos zur Wehr. Dies all passierte im Kindergarten. Schlieslich kam ich in die Grundschule. Ziemlich Verstört von der Kindergartenzeit versuchte ich doch unbewusst einen Neuanfang. Doch alles lief weiter wie gewohnt. Nur schlimmer. Um mal kurz anzumerken: Freunde hatte ich zu dieser Zeit. Auch wenn es wenige waren. Sie unterstützten mich und hielten zu mir. Auch heute noch. Zurück zum Thema. Anfang der zweiten Klasse beschlossen zwei Personen mich in Psychologische/Psychotherapeutische Behandlung zu geben.

Es war eine Tortur gar eine Demütigung für mich. Den sie ging über Jahre und führte für mich zu keinem Ergebniss. Im Laufe der Zeit würde die Diagnose "ADS" gemacht. Man verabreichte mir Medikamente die angeblich Besserung versprachen. Doch auch hier konnte ich keinster weise eine besserung verspüren! Von der Grundschule kam ich ihn eine Weiterführende Schule. Um genauer zu sein, auf eine Gesamtschule. Diese Versprach jeden Schüler auf den Gebieten zu fördern auf denen er gut war (was sich letztendlich als leere Versprechung heraus stellte). Ich schwor mir damals alles komplett anders zu machen. Mich zu verändern. Doch was war. Es ging so weiter wie immer. Das Mobbing wurde extremer. Ich entwickelte immer mehr Hass gegen die Mitschüler. Ich wurde immer aggressiver. Dies führte damals zu massiven Problemen. Nicht nur in der Schule. Sondern auch zu hause. Mehrere Verwahrungen und eine Klassenkonferenz später veränderte ich mich. Schwarz stand auf der Tagesordnung. Diese Farbe zog mich damals an und ich lief manchmal nur in Schwarz durch die gegend. Ich veränderte mich auch in meinem Verhalten. Ich wurde verschlossener, stiller. Ich wurde genau zu dem gegenteil was ich einmal war. Dies alles zu meiner Vorgeschichte.

Ich lernte neue Leute kennen, die, wie sich nacher herausstellte auch so ihre Probleme hatten. Ich wurde (zumindestens gegenüber diesen Leuten) offener. Man begann über seine Probleme zu sprechen. Eine wahre freundschaft wuchs heran. Diese neuen Freunde gaben mit Kraft. Kraft weiter zu machen, weiterzuleben. Ich wendete mich der "Gothic-Szene" zu die mich schon seit langem faszinierte.

Was bin ich heute? Ich bin "mittelstark" Depressiv, quäle mich mit Selbstverletzendem Verhalten(bei mir ist es "nur" ritzen") rum da ich meine aggressionen gegen mich lenke....bin extrem schüchtern (was nebenbei dazu führt das ich noch nie eine feste Freundin hatte und wahrscheinlich nie haben werde) und verschlossen... und noch viel mehr...

Um meine momentanen gedanken in einen Satz zu fassen: Ich habe mich aufgegeben!

Der Text ist ein wenig unstrukturiert und beinhaltet eine menge Rechtschreibfehler....bitte nicht drauf achten.... Euch fallen mit Sicherheit noch mehr dinge auf. Viele davon gewollt...

An dieser Stelle ein herzliches "Hallo" an die Unity Gemeinschaft.

grüße Exor

quaid - 18.1.2005 um 23:07

sich selbst aufgeben.. diese worte halte ich für zu vielbedeutend um sie einfach so verstehen zu können. demnach könnte man sich selbst auch nicht so bezeichnen.

ich glaube, würde ich mich selbst aufgeben, dann wäre ich zu motivationslos um irgendetwas zu tun.

aber dieses ritzen.. hmm. ich habs oft gelesen, aber konnte es nie nachvollziehen. warum sollte ich mich selbst verletzen? ist es das adrenalin? der realitätsschub? der schock?

ich würde noch eher in ein kissen boxen, gegen eine wand oder gegen einen neu gekauften boxesack. und geistige auslastung kann man sich *hier* wunderbar verschaffen.

sich einer "gilde" anzuschließen, dass muss ein uralter 'brauch' sein. es gibt kraft, und die benötigte geborgenheit. bringt leider auch nachteile mit sich, denn jene, die einen aufnehmen, sind oft selbst verachtet von irgendwelchen anderen. da schließt sich der kreis der logik.

und so hat man immer seine gegner. die leute, die man verachtet. die man beneidet.

aber um mal auf die "mittelstarken" depressionen zurückzukommen..

ist es so, dass dich jedes kleine detail runterziehen kann? der tag ist dann versaut so schnell kommt man nicht wieder hoch. man lässt sich gehen, man treibt einfach so dahin. es ist fast so wie in diesem neuen lied.. sweetest poison.

wenn es so ist, verstehe ich dich.

Exor - 19.1.2005 um 00:11

Danke für deine Antwort. ☐

Zitat

sich selbst aufgeben.. diese worte halte ich für zu vielbedeutend um sie einfach so verstehen zu können. demnach könnte man sich selbst auch nicht so bezeichnen.

ich glaube, würde ich mich selbst aufgeben, dann wäre ich zu motivationslos um irgendetwas zu tun.

Gerade weil diese Worte so vielbedeutend sind, können sie ganz unterschiedlichst interpretiert werden...

Ich bin extrem Unmotiviert, Lustlos etc. manchmal liege ich stunden mit offen augen im Bett ohne irgendetwas zu machen... Ich hätte beispielsweise schon vor über einem Jahr mich um eine Lehrstelle bewerben müssen... hab es nicht gemacht... keine lust... ich hätte sonst was für einen schulabschluss bekommen können... dies war nicht der fall... warum? dauernde unmotiviertheit....

Ich definiere diese Worte so: Sich selbst aufgeben - in seinem leben keinen sinn mehr zu sehn, in seiner zukunft keinen sinn mehr zu sehn - danher einfach so in den tag hinein zu leben - ohne eine perspektive -

Zitat

aber dieses ritzen.. hmm. ich habs oft gelesen, aber konnte es nie nachvollziehen. warum sollte ich mich selbst verletzen? ist es das adrenalin? der realitätsschub? der schock?

ich würde noch eher in ein kissen boxen, gegen eine wand oder gegen einen neu gekauften boxesack. und geistige auslastung kann man sich *hier* wunderbar verschaffen.

Ein Zitat was ich mal irgendwo im Internet las: "Ich fühle mich Tot. Nur durch den Schmerz spüre ich, das ich noch lebe." Über dieses Zitat und seine Richtigkeit wurde auch heftigst diskutiert. Nur wer so etwas schon mal durchgemacht hat kann es am besten beurteilen. Falls du mehr Informationen zum Thema SVV haben möchtest:

<http://www.svv-community.net/index.php?id=249&type=1>

Dies ist ein sehr interessanter Link. Dort erfährt man so einiges über dieses Thema.

Zitat

sich einer "gilde" anzuschließen, dass muss ein uralter 'brauch' sein. es gibt kraft, und die benötigte geborgenheit. bringt leider auch nachteile mit sich, denn jene, die einen aufnehmen, sind oft selbst verachtet von irgendwelchen anderen. da schließt sich der kreis der logik.

und so hat man immer seine gegner. die leute, die man verachtet. die man beneidet.

Ja dies ist vollkommen korrekt. Und es wird auch immer so sein. Aber vorallem die Nachteile sind meist unumgänglich. Doch man sollte dies abwägen. die vorteile - die nachteile. Wobei die Vorteile meiner meinung nach gewichtiger sind und die nachteile in den schatten stellen.

Zitat

aber um mal auf die "mittelstarken" depressionen zurückzukommen..

ist es so, dass dich jedes kleine detail runterziehen kann? der tag ist dann versaut so schnell kommt man nicht wieder hoch. man lässt sich gehen, man treibt einfach so dahin. es ist fast so wie in diesem neuen lied.. sweetest poison. wenn es so ist, verstehe ich dich.

Ja genau das. Wobei dies oft vorkommt. Aber nicht immer, Es gibt Tage an denen bin ich "stark", da wirft mich nichts so schnell aus der bahn. Aber meistens. Eine kleinigkeit kann so belastend, so erdrückent werden.... Ein "Teufelskreis"...man meint... die Trauer.. der kummer... und die angst würden einen Verschlingen....

lliebe Grüße

Exor

dian - 19.1.2005 um 01:25

Hi Exor!

Sei willkommen in unserem kleinen Zirkel. (nach allem, was du schreibst, passt du ja prima hier her. ☺)

Zitat

Ich definiere diese Worte so: Sich selbst aufgeben - in seinem leben keinen sinn mehr zu sehn, in seiner zukunft keinen sinn mehr zu sehn - danher einfach so in den tag hinein zu leben - ohne eine perspektive -

Ich finde, es ist ein Unterschied, ob man sich selbst aufgibt, oder ob man nur das aufgibt, was man in dieser einen Welt, in der wir nunmal alle leben müssen, darstellt.

Sich selbst aufgegeben haben meiner Meinung nach eher die Leute, die den ganzen Tag nur tun, was man von ihnen verlangt, und die bloß noch dafür leben, dass sie samstags abend in die Disco und einmal im Jahr nach Mallorca fahren können... So gesehen würde ich sagen, hast du dich noch nicht aufgegeben. Du hast doch noch Träume, Wünsche und sich nicht erfüllende Hoffnungen... und so lange bist du auch du selbst. Zumindest irgendwie. Und irgendwie auch wieder nicht...

naja, ich mein ja nur, noch bist du ein eigenständig denkendes Individuum. Einer, der nicht in die gesellschaftliche Tretmühle passt bzw. passen will. Sei doch ein bisschen mehr stolz darauf! (was aber nicht heißt, dass man sich hängen lassen sollte...)

Das, was du über deine Kindergartenzeit geschrieben hast, ist denke ich typisch für unsere Gesellschaft. Oft bekommen halt nicht diejenigen Recht, die auch tatsächlich im Recht sind, sondern jene, die sich besser verkaufen können bzw. die besser der Kindergartentante oder sonstwem in den Arsch kriechen können.

Ging mir selbst zuweilen auch so... wenn auch eher in der Schule als im Kindi. Wenn der Lehrer mich zurecht gewiesen hat, sagte ich nicht "Tut mir leid", sondern ich versuchte zu erklären, warum ich so gehandelt habe. Da ich mich aber damals nicht so gut ausdrücken konnte, wurde das dann natürlich nur falsch verstanden.

Tja, das ist eben eine der vielen Erfahrungen, die mich gelehrt haben, die Mehrheit der Menschen zu meiden und bevorzugt mit Gleich- und Ähnlichdenkenden rumzuhängen. Das erspart einem viele nutzlose Erklärungsversuche.

quaid - 19.1.2005 um 20:16

diese unmotiviertheit kenne ich sehr gut. trägheit, faulheit.. das wären in etwa synonyme dafür.

sowas zieht einen auch runter, irgendwie. aber es kann dich auch stark machen.

wenn du das erstmal durch hast, dann hast du die kraft bewiesen, sowas zu überstehen. du hast dir praktisch selbst was bewiesen.

Zitat

Ich definiere diese Worte so: Sich selbst aufgeben - in seinem leben keinen sinn mehr zu sehn, in seiner zukunft keinen sinn mehr zu sehn - danher einfach so in den tag hinein zu leben - ohne eine perspektive -

das trifft so exakt auf mich zu, bis auf eine ausnahme: die perspektive. ich könnte absolut nicht existieren, ohne eine perspektive zu haben. ich würde durchdrehen.
da ich es offenbar nicht einfach habe, muss ich mir etappenziele setzen. irgendwas kleines, worauf man sich freuen kann. und wenn es nur das wochenende ist, wo man sich ausruhen kann; oder ebend auch der nach einem harten arbeitstag so ersehnte abend.

Zitat

Ich fühle mich Tot. Nur durch den Schmerz spüre ich, das ich noch lebe.

mh, kenne ich irgendwoher. macht irgendwie auch sinn. aber ich kann es nicht nachvollziehen, da ich mich selbst nicht tot fühle. ich empfinde schmerz immer noch als etwas unangenehmes, und würde es nicht heraufbeschwören wollen.

mit der eigentlichen funktion des schmerzes, uns mitzuteilen das etwas nicht stimmt (und wo) hat es mutter natur oder wer auch immer sowieso etwas zu gut mit uns gemeint. schmerz, dass du denkst dir fliegt die seele raus, sowas ist unmenschlich. man könnte meinen, der "treshold" wo man ohnmächtig wird vor lauter schmerz sei zu spät gesetzt.

also ich nehme an, du bist bei mehrere solcher svv-& suizid-foren angemeldet, hm?

ich hab mich da vor langer zeit mal umgesehen. relativ viel interessanten lesestoff habe ich vorgefunden. vor allem zum beispiel, welche mischungen von medikamenten und sonstigen stoffen das am tödlichsten wirkende cocktail ergibt (und das soll ja so eine sache sein..fliegst du im sitzen zum beispiel zur seite, kotzt du alles wieder aus) aber letztendlich habe ich die erfahrung gemacht, dass die wenigsten da wirklich etwas realisieren. alleine das reden über das thema in einer (sozusehen) geschlossenen gruppe (im sinne von..sie sind unter sich) macht sie stark und sie fühlen sich nicht allein. von daher eine gute sache.

Taloraan - 19.1.2005 um 21:40

"sich selbst aufgeben"

Ich halte nicht sehr viel von dieser Vokabel, denn sie ist nur wenig Sinn ergebend(die neue Rechtschreibung übrigens auch, als kleine Exkurs zur Getrenntscheibung). Jeder spricht davon, aber jeder definiert es anders. So kann man sich einfach nicht ausdrücken. In meinen Augen eine Fassade für den Klartext, den die Gefühle schreiben bzw. schrieben.

Sonst habe ich wenig persönliches zu sagen.

Zur Thematisierung des autoaggressiven Verhaltens, was nicht nicht dem Prügeln in einen Sack gleicht, möchte ich sagen, dass es nichts schlimmeres gibt, als eine Überdosis Mitleid, die in Foren teils gegeben ist, als auch nur die kleinste Dosis einer chemischen Zusammensetzung. Medikamente töten den Körper, die Psyche. Aber das kann sich hier wohl jeder selbst erschließen. Ich hatte das große Vergnügen einst eine Kunsttherapeutin kennenzulernen. Es war nicht meine eigene Sitzung, aber es war so viel, dass ich nun ein schreckliches Bild von solchen Personen habe. (Angemerkt: Ich ritze nicht oder dergleichen, weder bin ich depressiv oder dachte je an Suizid.) Was ich hingegen genieße, das ist Regen, Sturm, Wind, Gewitter... man ist draußen, und spürt sich selbst, die Kälte, eine Erfüllung mit dem Gefühl des Lebens, jemand sagte mir einst, er empfände so, wenn er sich selbst verletzte.

Das Verhalten und das Umgehen mit anderen in sozialen Gruppen wie z.B. in der Schule... Eine erbärmliche Sache. Ab der neunten Klasse lehnte ich die "Entschuldigung" deshalb ab, weil ich der Meinung war und bin, dass, wenn ich für etwas die Schuld trage, sie nicht von mir legen kann, mit einem Wort, was welches ja nun denotativ von mir verlangt. Eher sagte ich soetwas wie "Es tut mir Leid.", was ich schlüssiger finde. Aber das verstand man nur zu oft ironisch, als dass man mich ernst nahm. Aber gut, so kommt man in einem modernen Gespräch nicht weiter. Als Beispiel für mein Leben und mein Missverstandenwerden.

... - 20.1.2005 um 02:25

@Exor:

Erszmal Hallo! Ich hab´da noch´n paar Fragen zum Verständnis:

Nimmst Du heute noch irgendwelche Anti-Depressiva? Oder hast Du noch irgendein Art der Therapie? Hast Du heute noch Autoaggressionen (SVV)? Bist Du zur Zeit denn stabil genug, daß keine Suizidalitätsgefahr besteht? Das ist nämlich immer das Problem bei Depressionen.

Ich weiß insofern, wovon ich spreche, weil ich sie vor kurzem selber noch hatte, allerdings mehr oder minder künstlich erzeugt, durch eine Hirnblutung. Insofern verstehe ich depressive Menschen schon ganz gut, wenn ich auch immer das

Glück hatte, weitestgehend ohne diese durch's Leben gehen zu können.
Gut, Du hast ´ne Gruppe gefunden, die Dich auffängt, das ist schon mal sehr wichtig. Du machst aber immer noch einen typischen Fehler für Depressive. Du beziehst das alles auf Dich. Es ist Blödsinn, zu denken, daß Depressionen aus dem eigenen Verhalten herrühren. Ich komme gerade aus einem anderen thread, wo jemand, der mit Werbung zu tun hat, eigentlich geschrieben hat, daß die Werbewirtschaft zu Steigerung unseres Konsums und zu unserer Verunsicherung uns am liebsten alle in Depressionen treiben möchte. Du mußt erstmal ganz klar sehen, daß Du ein recht hast auf ein Leben ohne Depressionen. Dafür werden irgendwelche Therapeuten bezahlt. Wenn Du immer nur an Therapeuten kommst, die Dir irgendwelche Medikamente verschreiben wollen, von denen Du glaubst, daß sie Dir nicht gut tun, wechsele den Therapeuten, so lange, bis daß Du einen vernünftigen gefunden hast. Es liegt nicht an Dir, wenn die zu doof sind, Dir zu helfen.
Aufzugeben, ein glückliches Leben führen zu wollen, kann nicht Dein Wunsch sein, den haben Dir andere eingepfht.

Exor - 20.1.2005 um 18:40

Ich werde zu allen vergangen Posts hier noch stellung Beziehn..
Aber erst heute Abend/Nacht...
Dann Editier ich diesen Post.

Exor
