

(Nick-)Name:

Felix

Alter:

23

Aktuell ausgeübter Beruf:

Philosophiestudent

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

Single

Aktuelle Diagnosen:

Schizoide Persönlichkeitsstörungen(selbst diagnostiziert), ADS, Hochsensibilität

Frühe Kindheit:

Meine Mutter behandelte mich zwar mit liebe, dies führte jedoch nicht dazu, dass sie mein Bedürfnis nach Nähe und Zärtlichkeit erfüllen konnte. Über meinen Vater kann ich kaum etwas sagen, weil sich meine Eltern im alter von ca. 4 Jahren trennten. Durch einen Schlaganfall hat sich meine Mutter mein Leben lang ständig Sorgen um mich gemacht und meine Probleme oft für mich aus dem Weg geräumt. Ich bekam immer alles was ich brauchte, ohne dafür kämpfen zu müssen. Ansonsten hatte ich eine sehr glückliche Kindheit, mit viel Spiel und Spaß.

Schulzeit:

In der Grundschule hatte ich ein Paar sehr gute Freunde, mit denen ich extrem viel Zeit verbrachte. Im Klassengefüge viel ich jedoch sehr regelmäßig störend auf. Vermutlich konnte ich mich nicht so lange konzentrieren und/oder ich war unterfordert. In der dritten Klasse durften mir dann in einem Sitzkreis alle Kinder eine Sache sagen, die sie an mir mochten oder nicht mochten. Nur mein bester Freund sagte etwas positives.

Nachdem ich dann die Schule zur Orientierungsstufe wechselte, verlor ich den Kontakt zu meinen Freunden und fand keinen neuen Anschluss an das Klassengefüge. Bis ich von einem allgemeinbindenden Gymnasium auf ein Technisches wechselte, wodurch ich eine Klassenstufe zum dritten Mal absolvieren durfte, hatte ich keine oder die falschen Freunde und kapselte mich sogar über Jahre vollständig ab. In dieser Phase war ich depressiv, aber es war ein schleichender Prozess der mir nicht bewusst wurde. Nur in den Sportvereinen, die ich durchgängig besuchte, wurde ich wegen sehr guter Leistungen immer akzeptiert, jedoch auch nicht freundschaftlich in das soziale Gefüge aufgenommen.

Auf dem technischen Gymnasium begann ich mich langsam für Menschen wieder leicht zu öffnen. Ich fand dort zwei oder drei Freunde. Ich hatte immer das Gefühl, dass mit mir etwas nicht stimmte, aber da ich es nicht weiter spezifizieren konnte, habe ich durchgängig versucht, selbst etwas für meine Probleme zu tun und mich ihnen zu stellen, um mich weiter zu entwickeln.

Ausbildung/ Studium:

Bevor mein erstes Studium begann, fand ich zur Persönlichkeitsentwicklung und später zur Spiritualität. Ich verschlang Unmengen an Bücher und viele Blogs und verbesserte Schritt für Schritt über die folgenden Jahre **bewusst** meinen Umgang mit dem Leben. Mein erstes Studium erfüllte mich durch die neu gewonnene Lebenserfahrung nicht mehr, weil ich glücklich sein wollte. Ich begann das Philosophiestudium.

Aktuelle und frühere Wohnsituationen:

Ich habe bereits in zwei Wohngemeinschaften gelebt, aber das ist nur so lange positiv gewesen, wie ich den Mitbewohner vertraut habe und/oder wir befreundet waren. In einer eigenen Wohnung fühle ich mich sehr wohl.

Alltagsbewältigung und Freizeitgestaltung:

Ich lasse mich von meinen Gefühlen und meiner Intuition leiten. Dinge, die getan werden müssen, mache ich sofort, wenn sie dann am besten zu tun sind. Ansonsten schiebe ich sie so weit vor mir her, bis es so wichtig wird, sie zu erledigen, dass ich es tun muss.

Partnerschaft/ Beziehungen:

Bis ich ca. 18 Jahre alt war hatte ich kein Interesse an Frauen und danach ist es wegen meiner eingeschränkten Kommunikationsfähigkeit und dem gesteigerten Druck beim Gespräch mit dem anderen Geschlecht nie dazu gekommen, dass ich eine Freundin fand.

Sexualität:

Aus den Gründen, die ich bei der Rubrik „Beziehungen“ aufgeführt habe, kam es nur einmal dazu.

Kinder:

Ich habe mittlerweile einen sehr großen Wunsch nach Kindern, jedoch möchte ich dem erst nach gehen, wenn ich den Kindern meine volle Aufmerksamkeit schenken kann, die Sie verdient haben.

Freunde/Freundschaft:

Zu Beginn des Philosophie Studiums habe ich mich das erste Mal im Mittelpunkt der gesellschaftlichen Aufmerksamkeit befunden. Jedoch kannte ich die Verantwortung und die Erwartungen noch nicht, die mit dieser Position einher gehen. Da dadurch einiges schief lief wurde ich sehr starkem Stress ausgesetzt, weil ich es wieder gerade biegen wollte, was dann zu noch mehr Problemen geführt hat. Ich lerne jedoch schnell, da ich die Verbindung zu meinen Gefühlen und meiner Empathiefähigkeit wiedergefunden habe und an der Reaktion meiner Mitmenschen merke, dass ich etwas falsch gemacht habe.

Internetnutzung/ Mediennutzung:

Ich habe gemerkt, dass es mir mindestens genau soviel Spaß macht, etwas informatives zu lesen, wie mich nur zu unterhalten. Deshalb nutze ich Bücher und das Internet fast täglich, um mich weiter zu bilden. Facebook nutze ich nur zu Kommunikation. Filme und Serien schaue ich, um mich zu entspannen.

Leidensdruck/ Psychische Folgen:

Mein Leidensdruck war in den jüngeren Jahren sehr groß, ich habe diesen jedoch nicht bewusst wahrgenommen. Mittlerweile habe ich viele Probleme lösen können oder habe Fähigkeiten entwickelt, durch die ich die Probleme meist sogar besser löse, als andere Menschen. Dadurch leide ich nicht mehr unter der Krankheit.

Diagnosekriterien nach ICD 10:

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

Heute probiere ich alles aus, was meinen Lebensweg kreuzt. Ich habe mittlerweile vieles gefunden, was mir Freude bereitet.

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

Absolut wahr, bis ich mit 19 Jahren durch eine spirituelle Erfahrung die Verbindung zu meinen Gefühlen und meiner Empathiefähigkeit wieder gefunden habe. Seitdem lerne ich Schritt für Schritt, meine Gefühle und meine emphatische Wahrnehmung zu interpretieren. Mit dem Körperkontakt habe ich immer noch große Probleme.

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

Ich habe niemals Gefühle nur vorgetäuscht. Dementsprechend wirke ich sehr kalt auf Menschen, wenn ich mich nicht von meinen Gefühlen leiten lassen kann. Da ich Zärtlichkeit in meiner Kindheit nicht kennengelernt habe, bin ich dabei fast vollständig blockiert. Ich probieren es jedoch und mache erste Erfahrungen. Da ich den Grund für Probleme immer bei mir selber zuerst suche, habe ich so gut wie nie Ärger oder Hass in mir.

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

Ich weiß was ich kann und was nicht. Über ehrliche Kritik freue ich mich jedoch, um daraus zu lernen.

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

Es besteht Interesse, aber es ist nicht so groß, dass es mich antreiben würde, nur deshalb etwas zu unternehmen. Ich suche nach dem Gefühl der Liebe.

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

Mit Menschen, denen ich vertraue, verbringe ich sehr gerne Zeit. Ansonsten bin ich lieber allein.

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

Die meiste Zeit meines Lebens habe ich so viel wie möglich im Jetzt gelebt, ich war jedoch immer sehr introvertiert. Ich denke absolut rational, nicht phantasievoll.

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

Ich möchte nur Freunde, denen ich absolut vertrauen kann und die selbstständig denken können. Ich bin jedoch genau so gern allein und brauche das auch.

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

Absolut wahr, jedoch habe ich mir die meisten soziale Normen und Konventionen selbst beigebracht. Nun kann ich Sie bewusst ausführen. Smalltalk kann ich nicht und ich sehe keinen Sinn darin.

• **Therapie-/Psychiatrieerfahrungen:**

Mit 18 Jahren war ich in einer ambulanten Therapie und es wurde ADS diagnostiziert. Ich bekam ca. ein halbes Jahr lang Ritalin. Jedoch hat dies und die Therapie nicht übermäßig gut geholfen.

• **Ihre Gedanken über Ihre Zukunft**

Ich möchte glücklich sein, die Welt verstehen und meine Erkenntnisse teilen.

Sonstiges

Ich habe gerade ein Buch gefunden, von dem Ich glaube, dass es erklärt, wie es unter anderem zum Entstehen der schizoide Persönlichkeitsstörung in der Kindheit kommt. Es befasst sich zwar ausschließlich mit einer weiteren Entwicklung, die durch den Umgang mit der Krankheit durch Gewalt geprägt ist, aber ich konnte sehr viel auf meine eigene Situation übertragen:

Arno Gruen - Der fremde in uns

Für den einstieg in die Spiritualität empfehle ich folgendes Buch:

Eckhart Tolle - Jetzt! - Die Kraft der Gegenwart

Wenn sich jemand auch mit seiner Persönlichkeitsentwicklung beschäftigen möchte, ist folgender Blog ein guter Einstieg:

<http://www.stevpavlina.com/blog/>

Er wurde auch teilweise übersetzt:

<http://stevpavlina.de/>