



## Menschen wie Du und ich

**Mal ne Frage.... Was denkst Du über Menschen mit seelischen Problemen? Mit Depressionen, mit Schizophrenie, Ängsten, Süchten oder mit einer Persönlichkeitsstörung? Sind das Menschen wie Du? Können sie dasselbe machen wie Du? Oder sind das Menschen am Rande der Gesellschaft? Menschen die irgendwie anders sind, komisch sind? Ich weiss nicht was Du über seelisch Erkrankte denkst, aber ich möchte Dir mal erzählen was ich so darüber denke**

Für mich sind dies Menschen wie Du und ich. Ich denke niemand kann etwas für seine Erkrankung, grundsätzlich will doch jeder gesund und glücklich sein. Nun ist es manchmal so im Leben, dass man krank werden kann. Manche erkranken an Krebs, andere an Diabetes und wieder andere machen eine seelische Krise durch. Das sind doch alles Krankheiten, oder? Erkrankte Menschen, Menschen wie Du und ich. Mich macht es traurig zu sehen, was man über seelisch Erkrankte denkt. Psychische Erkrankungen sind schlecht, über diese spricht man nicht, man verheimlicht sie. Solche Menschen müssen grundsätzlich schon gegen ganz viele Vorurteile der Gesellschaft kämpfen. Sie werden oft in eine Schublade gesteckt und abgestempelt ohne, dass man den Menschen jemals kennenlernte. Manchmal müssen sie für Anerkennung kämpfen, manchmal werden sie für immer als «anders» behandelt. Ich denke mal, bei zum Beispiel Krebserkrankungen ist dies nicht so. Wenn man den Krebs besiegt wird man gefeiert und kann offen und ehrlich über diesen steinigen, harten Weg erzählen. Man er-

hält Anerkennung und wird nicht als eine Person behandelt, welche nicht in diese Gesellschaft gehört. Krebs und zum Beispiel Depressionen sind beides Krankheiten, an beiden Erkrankungen kann man sterben. Und doch denken viele anders darüber mit all den Vorurteilen. Das finde ich nicht richtig, das macht mich traurig. Ich denke, wären all diese Vorurteile bei seelischen Erkrankungen nicht so hart und fest in unserer Gesellschaft verankert, wäre es sicher für manchen Menschen einfacher zu seiner Erkrankung zu stehen, sich Hilfe zu suchen und sich auf den Weg zur Genesung zu machen. Niemand soll sich schämen für seine Erkrankung oder gar verstecken und Angst davor haben was die anderen denken und davon halten! Es sind Menschen wie Du und ich.

### **Ich**

Ich bin eine junge Frau, gerade zwanzig geworden, eine erfolgreich beendete Lehre, kann Autofahren, stehe auf eigenen Beinen und am Anfang von meinem Leben. Tönt doch total schön. Und doch, ist es nicht immer ganz so einfach für mich. Immer wieder werde ich auf meine Vergangenheit reduziert. Immer wieder muss ich verletzende Blicke und Kommentare ertragen. Ich gehöre in der Gesellschaft zu den abgestempelten, komischen Menschen. Blicke welche abschätzend sind, entsetzt, fragende, «gwundrige» Blicke. Kleine Kinder, die auf mich zeigen. Kommentare wie: Wie kann man mich in diesem Beruf arbeiten lassen? Ein Scheissgefühl, wenn man sich so oft versuchte umzubringen und nicht mal dies konnte. Ich habe kein Vertrauen in sie. Wieso wolltest du sterben? Ich werde ungefragt angefasst, die

Kleidung nach hinten gezogen, um das Ausmass meiner vermeintlichen, gescheiterten Selbstmordversuche zu bestaunen. Ja, ich gehöre zu den Menschen, die sich selber verletzen, die sich ritzen. Man sieht es mir leider an, dass es mal eine Zeit in meinem Leben gab, die schlimm und definitiv nicht schön war. Aber hey, dies ist nun meine Vergangenheit. Zeiten ändern sich und das Leben geht weiter. Was bleibt, sind Narben. Verheilte Wunden. Narben, die für immer verurteilt werden. Selbstverletzung = Borderline? Dieses Vorurteil finde ich mit eines der schlimmsten. Ja, ich habe damals die Diagnose der impulsiven Borderline-Persönlichkeitsstörung erhalten. Da diese Diagnose damals zu meinem Leben passte aber eben damals und nicht heute! Borderline ist viel mehr als «nur» Ritzen und nicht jede Person, die sich selber verletzt ist ein Borderliner oder wie Borderliner unter einander sagen, ein «Bordi». Vielleicht habe ich Merkmale in meiner Persönlichkeit, die zur Borderline-Persönlichkeit passen, aber das heisst noch lange nicht, dass ich einer bin! Dass ich mich immer wieder versuche umzubringen. Ich eine Gefahr für meine Mitmenschen bin, dass ich manipulativ bin und man mich nicht lieben kann, da ich es ja als Borderliner auch nicht kann. Dass ich vor Wut austicke, Teller und Gläser durch die Räume werfe. Ich bin ein Mensch wie Du! Ich will mein Leben leben, die Welt bereisen und viel wunderschöne Orte entdecken. Abenteuer erleben, eine eigene, kleine Familie gründen. Ich würde unglaublich gerne wieder schwimmen gehen, früher liebte ich es so sehr. Ich mag das Wasser immer noch, aber nun kann man an einer Hand abzäh-

len, wie oft ich mich seither traute. Da ich genau vor solchen Menschen und Vorurteilen Angst habe. Im Sommer unbeschwert im T-Shirt unterwegs zu sein, ohne eine dünne Jacke darüber anzuhaben. In Gemeinschaftsgardero-ben umzuziehen, ein Gemeinschafts-sport auszuüben. Ich weiss nicht, wann ich zuletzt ein T-Shirt kaufte. Für mich oft unüberwindbare Hindernisse. Es gibt Tage, da fällt es mir leichter, es sind ja nur Narben. Manchmal geht es einfach nicht und ich will ja leben und viele tolle Dinge erleben. Ich habe Angst vor all diesen verletzenden, verunsicherten Blicken und Kommentaren, die erneut fallen könnten. Angst, benachteiligt zu werden, Angst, verabscheut zu werden, Angst, mein Leben nicht leben zu können. Es ist hart, wenn einem immer wieder vor Augen gehalten wird, dass man scheinbar ja nicht leben will. Man muss sich ein dickes Fell zulegen, um all dies nicht zu sehr an sich heranzulassen. Weil doch noch so viele Menschen so denken, schauen und handeln. Bitte denk mal

nach. Ich bin auch ein Mensch mit einem Leben und Gefühlen wie Du. Mein Körper ist geziert von feinen, kleinen, grösseren Narben. Linien von meinem Leben, meinem Körper, meiner Geschichte. Meine Narben, meine Lebenslinien gehören zu mir, sie werden mich mein Leben lang begleiten. Sie zeigen mir, wie stark ich sein kann, dass sich das Kämpfen lohnt. Jeder Mensch ist gezeichnet von seinem Leben. Sei es eine dicke Narbe am Knie bei den ersten Versuchen Fahrrad zu fahren als Kind, Aknenarben aus der Jugend, die Dehnungsstreifen am Bauch einer werdenden Mama oder die kleinen süssen Lachfältchen, die im Alter die Augen umspielen. Alles Zeichnungen vom Leben. So ist es nun mal, man darf sehen, dass wir leben. Wir sind alles Menschen. Mit diesen Lebenslinien, die ich besitze, die nicht jeder hat, erfuhr und lernte ich so viel, lernte die verschiedensten, herzlichsten Menschen kennen. Meine Lebenslinien haben mich geprägt und machten mich zu dem Menschen der ich heute bin.

Ich bin dankbar, für all die tollen Menschen um mich herum, welche mich immer wieder aufbauen, für mich da sind und an mich glauben. Mich unterstützen, dass auch ich meine Ziele erreichen werde und es wirklich nur Narben sind, nach einem Kampf, den ich gewonnen habe. Ich bin sicher nicht die Einzige, ich denke, ich spreche für viele weitere ebenso. Wir arbeiten alle an uns, wir entwickeln uns alle weiter. Vergesst nie, Zeiten ändern sich und das Leben geht weiter. Was mal war, muss nicht immer hier und jetzt noch so sein. Wir sind alles Menschen. Menschen, wie Du und ich.

Dieser Text ist dem Reda-Team im Anschluss an die letzte Ausgabe zugestellt worden. Rückmeldungen an das Reda-Team werden gerne weitergeleitet.

Anzeige



Pollux Sport Meiringen  
033 971 43 18  
[www.pollux-sport.ch](http://www.pollux-sport.ch)



Der Schweizer Lauschuh On - antistatisch und gelenkschonend - ist der ideale Arbeitsschuh.

**Dank der Partnerschaft zwischen Pollux Sport und der Michel Gruppe AG profitieren Mitarbeitende von 20 % Reduktion auf Arbeitsschuhe (On und weitere Marken).**