

Suizidale Gedanken

Leider ist dieses Thema in unserer Gesellschaft sehr stark tabuisiert. Ein neutraler Diskurs darüber ist somit kaum möglich.

Asperger-Autisten neigen aber aufgrund von Stress, Angst und Frustrationen ... zu Depressionen und auch zu suizidalen Gedanken.

Wer suizidale Gedanken hat – der sollte ein Umfeld haben, mit dem er darüber reden kann – offen. Und nicht nur Aspies.

An den Tiefpunkten in meinem Leben, von denen es nicht wenige gab, haben mir zwei Überlegungen geholfen:

- ich darf leben, muss aber nicht
- freedom is just another word for nothing left to lose (Janis Joplin)

An dem Punkt absoluter Finsternis herrscht auch absolute Freiheit!

Warum aus dem Leben gehen, wenn mir auf einmal das ganze Leben offen steht, ich nichts mehr zu verlieren habe?

Akut behandlungsbedürftig sind dagegen Suizidgedanken aufgrund einer schweren Depression!