



Seit Sommer 2018 hab jedem – sicher auch dir, wenn wir in der Zeit miteinander zu tun hatten – und all meinen Freunden und meiner Family von meiner Auszeit erzählt, die ich machen will, bevor bei meiner Arbeitsstelle einige Änderungen anstehen.

Die Änderungen, die ich meine, waren jetzt sowieso schon lange überfällig:

- Arbeiten von wo auch immer
- Zeitliche Flexibilität
- Zusätzlich: Neues Herzens-Projekt
- ... und nebenbei ENDLICH ganz viel Freiheit zum FLIEGEN!

THAT WAS THE PLAN!

Und davor eben nochmal PAUSE.

Ich hab sowieso immer viel gearbeitet, deshalb hat auch gar keiner hinterfragt, dass ich mir diese Auszeit gönnen will.

Wohin es geht... hab ich keinem verraten.

Was ich genau mache... hab ich auch keinem verraten.

Und den tatsächlichen Grund... auch das hab ich keinem verraten.

Warum ich nichts gesagt hab? – Weil ich nicht wollte, dass sich irgendwas verändert. Ich hatte kein Bock drauf, anders behandelt zu werden. Ich hatte kein Bock drauf, dass plötzlich anders über mich gedacht wird, obwohl ich noch der gleiche Mensch bin.

Wenn ich – JETZT (davor) – was gesagt hätte, dann wäre ich anders behandelt worden, das wusste ich – aus Erfahrung... ich hab vor ein paar Jahren schon mal drüber geredet, dass ich Bulimie habe. Ich habe insgesamt drei Personen davon erzählt und alle drei Beziehungen sind dadurch erstmal kaputt gegangen, was es für mich nur noch schwieriger gemacht hat...

Und dazu wusste ich: Mir kann sowieso keiner helfen. **Wenn etwas hilft, dann Therapie.** Therapie bei einem sehr guten Therapeuten, der mir die richtigen Fragen stellen und ein paar Ansätze mitgeben kann. Und sonst muss aber ich bei MIR was ändern – und eben niemand anders als ICH selbst.

Nun ja... nachdem ich jetzt jahrelang schon immer wieder Anlauf genommen habe, Therapeuten aufzusuchen, habe ich letzten Sommer erneut einen Anlauf genommen. Eigentlich ging es darum, einen guten Bekannten dabei zu unterstützen einen Therapieplatz zu bekommen – diese Situation hab ich dann aber auch direkt **für mich als Gelegenheit genutzt**, mich auch nochmal um einen eigenen Therapieplatz zu bemühen...

Nach vielen Telefonaten bin ich dann beim **Therapienetz Essstörung** gelandet, wo ich im Juli 2018 dann auch den ersten Termin dort hatte – bei meiner SUPER LIEBEN Betreuerin, die mir sehr weitergeholfen hat!! Eigentlich wollte ich ja bloß ein bisschen Hilfe, um einen guten Therapeuten vor Ort zu finden, der mit mir 'ein bisschen' Therapie macht, damit endlich wieder alles gut wird. Dann fängt die gute Frau dort aber damit an, dass sie mir empfiehlt die Therapie **stationär in einer Klinik** zu machen. Ich habe sie erstmal mit großen Augen angeschaut und grinsend den Kopf geschüttelt. Also Therapie OK, aber ich hatte jetzt sicher **nicht geplant** wegen meiner Krankheit wochenlang in der Arbeit aus zu fallen und in einer Klinik zu verbringen... Vor allem, weil es mir doch eigentlich ganz gut geht... hat zumindest jeder gedacht und habe ich mir ja auch immer ganz großzügig eingeredet – und vor allem immer dann, wenn es darum ging sich wieder um einen Therapieplatz zu bemühen.

Warum ich sowieso **nie über Klinik nachgedacht** hatte, war, dass mir extrem wichtig war, meine Leute bei der Arbeit nicht hängen lassen. Und sowieso: Zwei Monate unterzutauchen, dass muss man erstmal den Freunden und Family erklären und eben auch in seinem eigenen Kopf klarkriegen.

Auf der anderen Seite ging es mir eben doch richtig dreckig mit meiner Bulimie, sodass ich – nachdem ich mich mit dem Gedanken an einen Klinik-Aufenthalt gut angefreundet hab – den Aufenthalt kaum abwarten konnte.

Mein Antrag für den Klinik-Aufenthalt wurde für mich dann von meiner Betreuerin beschleunigt eingereicht und dadurch hat es auch ‚nur‘ ein paar Monate gedauert, bis ich im Oktober einen Platz in der Klinik bekommen habe. Den Platz im Oktober hab ich aus beruflichen Gründen dann erstmal abgesagt und die Klinik gebeten mir den nächsten freien Platz ab dem nächsten Jahr – also 2019 – zu geben..

Ich war sooo gespannt, was in der Klinik passieren würde und hab mich noch mehr gefreut auf die Zeit



danach, wo es **hoffentlich endlich vorbei ist, alles wieder leichter** wird und mein Doppelleben nach den ganzen Jahren dann wirklich **für allemal vorbei ist.**

Und am 31. Januar wars dann soweit - Klinik AHOI.

Ab nach Rosenheim in die SCHÖN KLINIK ROSENECK... #undhop

Das war's fürs erste...

Die nächste Zeit werden noch einige Beiträge kommen, was während meiner Klinik-Zeit alles passiert ist, was ich erlebt habe und was all das mit mir gemacht hat.

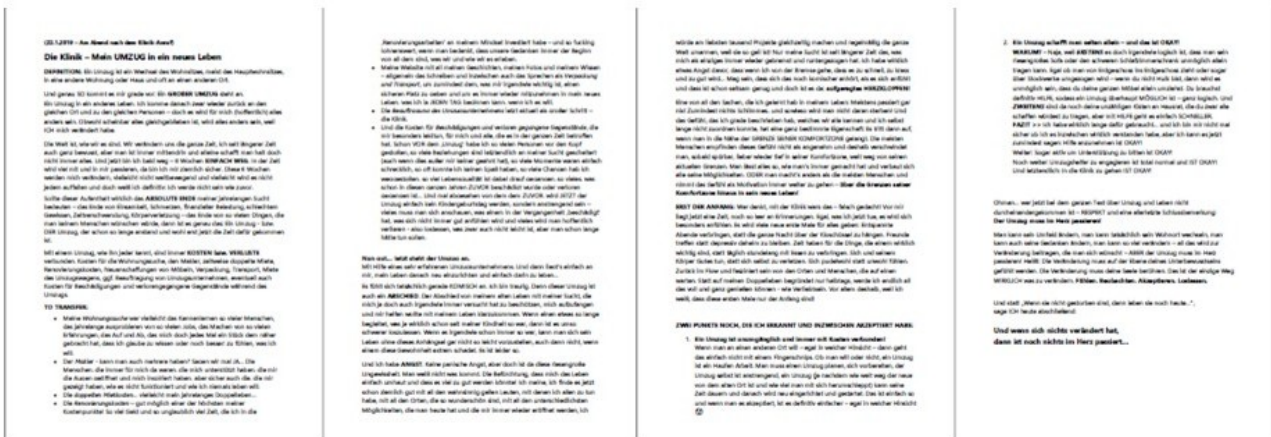
BIS DAHIN... #checkitout

Meine Zeit Leben 2007 bis 2019 vor der Klinik: HIER!

■ **Meine Zeit Leben 2007 bis 2019 vor der Klinik: HIER!**

■ **Die Klinik - Mein UMZUG in ein neues Leben**

(geschrieben am 22.1.2019 - Am Abend nach dem Klinik-Anruf)



Mein neuer Blog über mein Leben mit Sandra NACH der Klinik:

>>> www.makethechange.today

Ich wünsch euch alles Gute!

Mir geht's GUUUUT! ☐