

Mit Mühe und durch die Unterstützung meiner Eltern widersetzte ich mich dem Empfehlungsdruck meiner Umwelt, und ich durfte mit elf Jahren in die Realschule gehen. Ein zusätzliches Argument war die Tatsache, dass ich ja nach der Mittleren Reife auf ein weiterführendes Gymnasium wechseln konnte. Und obwohl ich zu dieser Zeit einen hervorragenden allgemeinen Gesundheitszustand besaß, litt ich häufig unter Stress und Belastungssituationen an migräneartigen Kopfschmerzen. Aus diesem Grund versprach ich mir von der Realschule in Verbindung mit den sportlichen Möglichkeiten auch ein geringeres Überlastungsrisiko.

Doch meine große Freude und die Hoffnung auf eine weitere „entspannte“ Schulzeit wurden sehr schnell von der bitteren Realität meines immer stärker werdenden „inneren Identitätskampfes“ eingeholt: Die Zeit der Pubertät war für mich eine äußerst niederschmetternde Phase. Meine Kumpels schlossen mich schon im Verlauf des ersten Jahres in der Realschule aus der „Jungs-Clique“ aus, weil ich nicht mehr zu ihnen passte und ich mich natürlich entgegengesetzt entwickelte. Freundinnen fand ich kaum, weil ich mich in ihren Kreisen absolut unwohl und nicht zugehörig fühlte. So kam es, dass ich mich immer mehr abkapselte und mich in meine „fremde“ Welt zurückzog. Einen letzten sozialen Halt bekam ich lediglich durch eine sehr gute Freundin, die zu mir hielt und mich vor allem auch dann akzeptierte, als sie bemerkte, dass ich nicht dem typischen Mädchenbild entsprach und immer wieder der „Junge“ bei mir durchschimmerte.

Ansonsten wurde meine eigene Pubertät zum Ausgangspunkt meiner schweren Erkrankung, die mich über Jahrzehnte hinweg nicht nur bis ans absolute Limit trieb, mir meine ganze Jugend und noch viele weitere Jahre zerstörte, sondern mehrmals fast mein Leben kosten sollte. Die Basis dafür bildete im Jahr 1989 mit zwölf Jahren eigentlich nur ein einziger Tag, an dem ich meine erste Periode bekam und der ein absolutes Schockerlebnis für mich war. Mein Selbstbild wurde mit einem Schlag komplett zerschmettert. Wie konnte ich weiterleben, wenn ich mich zu einer Frau entwickeln müsste? Dieser Körper musste verhindert werden, egal wie. Und meine Seele wütete in mir und schrie mich an: „Tu was, rette mich vor dem falschen Körper!“

Doch anstatt meine Seele, mein wahres Ich, zu retten, begann ich unaufhaltsam mit eisernem Willen, ihr „Zuhause“, meinen Körper auszuhungern. Mein Schritt in die Anorexie, Magersucht (ohne Bulimie), war meine Flucht davor, eine Frau zu werden. Indem ich versuchte, meinen Körper auf ein „neutrales Niveau“ auszuzehren, behielt ich die Kontrolle über ihn. Und die „weichen“ Formen wichen immer mehr einer stählernen Härte, die nicht nur die Fassade meiner verzweiferten Psyche bildete, sondern tief in mir das Gitter formte, in das ich meine Seele sperrte. Der Hass gegenüber meinem Körper wurde zu einem Selbsthass, der meine eigene Identität vollends begrub. Mein Schweigen mir selbst gegenüber war dabei der Fluchtmechanismus meiner Angst und Scham, der durch meine Anorexie noch verstärkt wurde. Denn umso stärker ich meinen Körper aushungerte, desto mehr verhungerte dabei auch meine Seele in mir.

Und noch bevor ich meine Kindheit richtig verabschieden konnte, verhinderte ich den

Übergang in eine „normale“ Jugend. Meine Seele erstarnte irgendwo dazwischen. Ihre Wünsche verhalten an den Wänden des Käfigs, der sie in den Tiefen gefangen hielt und lediglich einen verzweifelten Blick in eine unendlich ferne, noch dunkle Zukunft freigab.

## So wie ich bin

Ich träume davon,  
dass jemand mich annähme,  
einfach so wie ich bin,  
mit meinen ungereimten Wünschen,  
unfertigem Charakter  
und alten Ängsten.

Ich träume davon, dass  
jemand mich gelten lässt,  
ohne mich zu erziehen, mit  
mir übereinstimmt, ohne  
sich anzustrengen.

Ich träume davon,  
dass ich mich nicht  
verteidigen muss, nicht  
erklären und kämpfen muss,  
dass einer mich liebt.

(Otti Pfeiffer)

# Meine Jugendzeit – Die Jahre von 1990 bis 2000

## Momente

Über mir  
ein dichtes Dach aus rauschenden Blättern,  
bunte Farben verströmen Wärme und  
trennen mich vor der Kühle des Morgens.  
Nur Sonnenstrahlen durchbrechen  
das schwingende Leben,  
dringen hell und strahlend  
durch laue Lüfte,  
um sich in glitzernden Pfützen  
wiederzufinden.  
Eine Sehnsucht nach ewiger Ruhe erwacht;  
sie besiegt  
das schleichende Gefühl von Einsamkeit,  
von Bedeutungslosigkeit  
inmitten überwältigender Natur,  
deren zarte Kräfte die Momente bestimmen;  
ich möchte bleiben,  
doch es ist mein Weg zur Schule.

(geschrieben von Martina Steinert im Jahr 1996)

Durch meine Anorexie veränderte ich mich sehr. Nicht nur körperlich, indem ich immer dünner wurde. Auch mein Denken und Verhalten wurde von meinen Schulkameraden immer weniger verstanden. Ich zog mich komplett zurück, mied wenn möglich sämtliche Treffen und konzentrierte mich darauf, meine Leistungen erbringen zu können. Dieser enorme Fleiß, den ich mir aneignete, zusammen mit meinen sehr guten Noten in allen Fächern, wurde zu einem Dorn in den Augen meiner Klassenkameraden. Gerade die Jungs in meiner Klasse reagierten mit einem enormen „Mobbing“-Verhalten, das mich häufig bis an meine Belastungsgrenze trieb. Ich wurde noch stärker ausgegrenzt, vielfach beschimpft, niedergemacht, gehänselt („Was bist du eigentlich?!“), und manchmal wurden mir sogar noch meine Arbeiten vor der Benotung gestohlen. Mein einziger Ausweg, alles zu ertragen, war das sehr gute Verhältnis zu meinen Lehrern und Lehrerinnen, das ich mir erarbeitete. Doch dadurch wurde meine Stellung in der Klasse zu einem regelrechten Minenfeld für mich. Aber ich lernte immer mehr,

über alles hinwegzusehen, weil ich den Blick fast nur noch auf mein akribisches Lernen gelenkt hatte. Fast, denn es gab ja noch meinen Sport.

Aufgrund meiner zunächst noch vorhandenen Kraft und guten körperlichen Konstitution (46 kg bei 1,57 m) entschied ich mich noch im Jahr 1988 beim Wechsel auf die Realschule für die Leichtathletik. Denn Ballsportarten wurden nicht so intensiv als AG mit Wettkampfziel gefördert. Obwohl ich schon Tennis und Tischtennis ausprobiert hatte, war mein Ziel, mich jetzt innerhalb der Leichtathletik auf Wurfdisziplinen zu konzentrieren. Noch im ersten Realschuljahr vor dem Beginn meiner Anorexie spezialisierte ich mich auf Schlagball-Weitwurf, der dann schnell von Speerwurf und Kugelstoßen abgelöst wurde. Ich trainierte voller Freude und Motivation als zunächst noch wichtigem Gegenpol zu meinem schulischen „Leistungskampf“. Vor allem im Speerwurf erzielte ich durch eine solide Technik schnell gute Leistungen. In der Sportgruppe ging ich voll auf und fand dort nette Kameraden/-innen, die mich auch ohne Neid akzeptierten. Für sie war ich zwar ein Mädchen, aber für mich selbst erschien beim Sport immer mein inneres Selbstbild als Junge vor meinen Augen. Nur in dieser Gruppe gönnte ich mir diesen Gedanken, eine andere Person zu sein. Denn bloß der Sport schenkte mir dazu zunächst noch die nötige Sicherheit, Freiheit und etwas mehr Selbstvertrauen.

Doch mit Beginn meiner Anorexie im Jahr 1989 änderte sich alles schlagartig. Auch meine Beziehung zum Sport. Dies bemerkte ich vor allem im Jahr 1990, nachdem ich mich auf „nur“ noch 40 kg innerhalb eines halben Jahres heruntergehungert hatte. Meine Kräfte, vor allem für den Speerwurf, schwanden von Tag zu Tag. Natürlich bemerkten auch meine Sportkameraden/-innen und mein Trainer, dass etwas nicht mit mir stimmen konnte. Sie schlugen Alarm, redeten auf mich ein. Ich wehrte ab, es sei nur eine Phase. Aber ich erkannte, in welchem schrecklichem Dilemma ich steckte, da ich doch eigentlich meinen Sport so liebte, aber immer weniger Leistung erbringen konnte.

Doch die Magersucht hatte mich schon voll im Griff. Sie übernahm das Kommando über mein Handeln. Und ihre Signale waren eindeutig: Umso mehr ich an Gewicht abnehmen würde, desto weniger müsste ich eine Frau werden. Und nichts auf der Welt war mir wichtiger, als das zu verhindern! Meine Sucht wurde zum Mittel, meinem einzigen Ausweg, meine falsche Identität zu erdrücken, meinen Körper immer weiter aufzuzehren, die absolute Kontrolle über ihn zu bewahren. Ich hasste ihn, und er musste leiden, weil er mein Selbstbild immer weiter zerstören würde, wenn er sich frei entwickeln dürfte.

Fataler Weise konnte ich genau zu dem Zeitpunkt im Jahr 1990 im Speerwurf kaum noch gute Ergebnisse erbringen, als ich mit der Schulmannschaft bei „Jugend trainiert für Olympia“ in der Leichtathletik das Landesfinale gewann und wir nach Berlin zum Bundesfinale reisen durften! Doch mein Trainer wusste, was es für mich bedeuten würde, wenn auch „nur“ für meine Psyche. Und ich durfte mit. Allerdings bedeutete dieser Wettkampf und die Reise nach Berlin den absoluten Bruch für mich in dieser Disziplin.