

Ein Leben, mehr eine Reihe von Scheitern

Text & Fotos: Nadja Stadelmann



Ein fester Händedruck, ein wacher, klarer Blick und die Bereitschaft, ihre Geschichte zu erzählen. Die 34-jährige Michaela Campos hat sich in ihrem Leben immer wieder gefragt, wo ihr Platz in dieser Welt ist. Heute spricht sie offen darüber – reflektiert, ruhig und mit einer neuen Gewissheit.

Aufgewachsen ist sie in einem kleinen Dorf nahe Liestal. Die Eltern trennten sich früh. Weil ihre Mutter Vollzeit arbeitete, verbrachte Michaela den Grossteil ihrer Kindheit bei ihrer Tante und den deutlich älteren Cousins. Inmitten dieser familiären Konstellation fühlte sie sich weniger wie ein Teil einer lebhaften Kinderschar, sondern eher wie ein Einzelkind.

Unbeschwert war ihre Kindheit nicht. Früh spürte Michaela, dass sie anders funktionierte als Gleichaltrige. Bereits in der Primarschule wurde ihr bewusst, wie schwer es ihr fiel, Freundschaften zu knüpfen und zu halten. In der Schule galt sie als Aussenseiterin. Verabredungen mit Klassenkameradinnen und -kameraden und das gemeinsame Spielen erschloss sich ihrer logisch-rationalen Sicht auf die Welt nicht. So blieb sie oft für sich – nicht aus Trotz, sondern aus einem inneren Unverständnis heraus.

Nach der obligatorischen Schulzeit wechselte Michaela an die Fachmittelschule (FMS). Doch dort geriet sie zunehmend unter Druck. Ihre Leistungen verschlechterten sich, der innere Stress wuchs. Sie begann zu schwänzen und musste die Schule nach einem halben Jahr verlassen.

Michaela gab nicht auf: Sie absolvierte das zehnte Schuljahr und begann anschliessend eine kauf-



männische Lehre in einem Treuhandbüro – zunächst eher als pragmatische Lösung gedacht. Bald jedoch merkte sie, dass Zahlen ihr lagen. Sie waren klar, strukturiert, logisch – verlässlich in einer Welt, die ihr oft unverständlich erschien.

In dieser Zeit entstand auch eine Freundschaft, die bis heute Bestand hat. Interessanterweise fielen ihr romantische Beziehungen leichter als Freundschaften. Dort waren Anfang und Ende klar definiert, die Rollen verständlicher. Ihre erste Beziehung dauerte sechs Jahre – eine Konstante in einer Phase, die sonst von Unsicherheiten geprägt war.

Beruflich fand Michaela Schritt für Schritt ihren Weg. Michaela wusste immer, worin sie nicht gut war. Dies wurde ihr oft auch von der Schule gespiegelt. Jedoch nicht, worin sie gut war. Sie etablierte sich im kaufmännischen Bereich und schloss zusätzlich den Fachausweis im Sozialversicherungsrecht ab. Fakten und Zahlen lagen ihr –

zwischenmenschliche Dynamiken dagegen forderten sie stärker heraus. Heute arbeitet sie in einem verständnisvollen Team und erlebt ihre Tätigkeit als sinnstiftend. Gleichzeitig ist sie das einzige Teammitglied mit einer Diagnose – und die damit verbundene Aufklärungsarbeit kostet Kraft. Jedoch bis es zu dieser Diagnose kam, sollte es noch dauern.

Wenn Bewältigungsstrategien wegbrechen

Im Jahr 2021 geriet Michaela in eine tiefe emotionale Krise. Während der Corona-Pandemie brachen gewohnte Ablenkungsmanöver weg. Wie viele andere war sie gezwungen, sich selbst und ihrem Innenleben zu begegnen. Das Leben fühlte sich plötzlich wie Stillstand an.

In der Hoffnung auf einen Neuanfang zog sie für eine neue Stelle vom Baselbiet in die Zentralschweiz. Doch auch der Ortswechsel brachte keine innere Ruhe. Sie fand keinen langfristigen Anschluss, das Gefühl der Fremdheit blieb – und mündete im Juni 2023 in ihre bislang schwerste psychische Krise, welche auch Suizidgedanken mit sich brachte. Zum Glück erhielt sie relativ rasch einen Therapieplatz.

Die Diagnose als Wendepunkt

Eine beiläufige Bemerkung darüber, dass sie keinen Sarkasmus verstehe, brachte den Stein ins Rollen. Ihre Therapeutin regte eine Abklärung auf Autismus an. Der Prozess dauerte über ein Jahr. Im Mai 2025 stand die Diagnose fest: Autismus und ADHS.



Autismus hatte Michaela bereits vermutet – die ADHS-Diagnose überraschte sie jedoch. Und doch ergab plötzlich vieles Sinn. Die Diagnose wurde zum Wendepunkt in ihrem Leben. Bis dahin hatte sie sich oft als falsch oder schwierig empfunden. Ihr Leben erschien ihr wie eine Reihe von Scheitern. Nun erkannte sie: Ihr Gehirn arbeitet anders – nicht schlechter, sondern anders. Und dieses Anderssein durchzieht alle Lebensbereiche. Sich intensiv Wissen über Autismus und ADHS anzueignen, half ihr enorm – es entsprach ihrem Bedürfnis nach Logik und Verständnis.

**«Zu wissen, dass ich weder kaputt,
schwierig, unfähig noch empathielos bin,
sondern dass mein Hirn
anders verkabelt ist, half enorm.»**

Michaela Campos

Heute möchte Michaela sich für Aufklärung engagieren, unter anderem bei Sensibilisierungsworkshops von Procap Schweiz. Gleichzeitig weiss sie um ihre Grenzen: Sie arbeitet in einem Teilzeitpensum und plant auch ihre Freizeit mit Bedacht. Ihre Energiereserven sind begrenzt und schnell erschöpft. Austausch mit anderen Betroffenen kann hilfreich sein, Es brauche aber auch offene Gespräche mit neurotypischen Menschen, die gesellschaftliche Normen intuitiv verstehen. Eine Gesellschaft, die die Stärken aller erkennt und nutzt, kann nur gewinnen, so Michaela Campos.

Sie betrachtet ihre Diagnose nicht nur als Belastung. Viele ihrer Fähigkeiten – ihre analytische Stärke, ihre Genauigkeit, ihr strukturiertes Denken – sind wertvolle Ressourcen. Vielmehr empfindet sie die Welt als nicht auf Menschen wie sie zugeschnitten. Antidepressiva helfen ihr dabei, dass der tägliche Versuch, in dieser Welt zu funktionieren, nicht in einer Depression mündet.

Heute, mit 34 Jahren, beschreibt Michaela ihr Leben als schön. Schön ist für sie vor allem, dass sie sich selbst mögen darf. Dass es Menschen gibt, die sie genauso annehmen, wie sie ist. Dass sie in einer Wohnung lebt, in der sie sich wohlfühlt – und jeden Morgen neben ihrem besten Freund aufwacht.