

LAUTSPRECHER

Psychiatriekritisch und unabhängig von der Psychopharmaka-Industrie

Heft 61 Juli 2019

Wir sind Niemand



- **have pride:
mad pride**
- **Selbsthilfe
gegen Suizid**
- **SeelenLaute**
Selbsthilfeseiten
von Saar und Mosel

Werde Mitglied!

Die Mitgliedschaft im LPE NRW e.V. kostet 40 € jährlich, bei ALGII 20 €. Beitrittsformulare gibt es unter 0234/917 907 31, kontakt-info@bpe-online.de oder unter www.bpe-online.de.

Liebe Leserinnen und Leser,
in den Anlaufstellen Köln und Bochum haben sich die neuen Mitarbeiterinnen gut eingewöhnt.

Die Bochumer Computergruppe findet nicht weiter statt. Gabor und Sabine beraten aber weiterhin zu PC, Email und Internet.

Die Interviews der Bewohner/innen der Bochumer Krisenzimmer sind abgeschlossen. Nun finden Auswertung und Dokumentation in den verbleibenden zwölf Monaten Projektlaufzeit statt.

Der Bundestag hat das Fixierungsgesetz mit den Stimmen von CDU und SPD gegen die Stimmen von AFD, FDP, Grünen und Linken befürwortet. Die Kritik der Sachverständigen wurde ignoriert, die der Psychiatrie-Erfahrenen sowieso. Außer der Schaffung scheinlegaler Abläufe ändert sich also nichts.

Die Brutalität der Psychiatrie wurde vom Team Wallraff am Beispiel Frankfurt-Hoechst gut dokumentiert. In Hamburg-Eppendorf fühlt sich die Psychiatrie vor Strafverfolgung dermaßen sicher, dass neulich ein Patient im Außenbereich vor entsetzten Zeug/inn/en zu Tode geprügelt wurde.

Ich hoffe, viele von Euch auf dem Bochumer Selbsthilfetag am Samstag, dem 31. August zu sehen.

Im Übrigen bin ich der Meinung, dass der LPE NRW mehr Mitglieder braucht. Bitte werbt welche!

Mit den besten Grüßen aus dem Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW
Matthias Seibt

LAUTSPRECHER

ISSN 1864-6255

Herausgeber: LPE NRW e.V. im BPE e.V.

Redaktion: Emma Bauer, gabor, Martin Lindheimer, Reinhild Böhme (ribo), Jan Michaelis (jami, v.i.S.d.P.), Anne Murnau. **Layout:** ribo;

Fotos: Beate S. 10,11: Emma; S. 6, 8, 9, 12, 24, 25; Gabor S. 6; Martin Lindheimer Titelbild „Demo UN-BRK“, S. 21.

Beiträge, Artikel und Leserbriefe:

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Auf Wunsch werden Beiträge ohne oder mit falschem Namen veröffentlicht. Die Redaktion behält sich vor, eingereichte Beiträge redaktionell zu bearbeiten.

Postanschrift der Redaktion:

Lautsprecher c/o LPE NRW e.V., Herner Straße 406, 44 807 Bochum.
Fax: 0234/6405103 oder E-Mail an lautsprecher@psychiatrie-erfahrene-nrw.de.
Gegen Voreinsendung von 2 € je Heft sind Hefte nachzubestellen - soweit noch vorhanden. Größere Stückzahl telefonisch anfordern unter Tel. 0234/917 907 31.

Auflage: 1000 Stück; **Erscheinungsweise:** dreimal im Jahr

Redaktionsschluss für Heft 62/2019: 15.9.2019

Jahresabonnement kostenlos für Mitglieder des LPE-NRW e.V.,
12 € für Nicht-Mitglieder (ermäßigt 8 € z.B. für ALG-II-Bezieher),
16 € für Institutionen.

Bankverbindung des LPE NRW e.V.: Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE98370205000008374900; BIC: BFSWDE33XXX.

Inhalt Heft 61

Aktuelles

Betreuungsgerichtstag 6

10 Jahre UN-BRK 7

Stellungnahme zu ‚Festbinden von

Psychiatrie-Insassen‘ 19

offener Brief Hamburg 20

Zensurpolitik 23

Selbsthilfe

Ausbildung zum Psychisch Kranken 3

Wir sind ‚Niemand‘

Patverfü verfassen! 6

Mit Suizidgedanken leben 10

Interkulturelle Öffnung 11

Seminar Stimmenhören 12

Mad pride 18

Tapering Stripes 21

Betroffene berichten 24

Kultur/Unterhaltung

Gedicht 17

Cartoon 17

Bücher + Filme 22-23

Serviceteil

Nachruf 26

Veranstaltungen 26-28

Beratungsangebote 26-27

offene Cafés 26-27

SeelenLaute

Selbsthilfeseiten

von Saar und Mosel 13-16

Hinweis:

Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Haftung übernommen, ebenso nicht für Inhalte von externen Internet-Links.

Wir freuen uns über jeden Leserbrief, können jedoch nicht alle Zuschriften abdrucken.

Nachdruck mit Quellenangabe erwünscht. Die Redaktion bittet um ein Belegexemplar.

Alle Rechte vorbehalten.

Sie sind noch nicht so weit!

Die Botschaft „Sie sind noch nicht so weit!“ vernehmen viele Psychiatrie-Erfahrene, die sich nach einer Krise auf einer psychiatrischen Station befinden. Viele Wochen oder Monate nach Beendigung einer Krise ziehen sich oft die stationären Aufenthalte hin, ohne dass es einen richtigen Grund dafür zu geben scheint.

Es wird nicht mit dem Patienten besprochen, wie er künftige Krisen besser erkennt. Es wird keine Rücksicht darauf genommen, ob eventuell Arbeitsplatz, Ausbildung oder Familie auf den sich nicht mehr in der Krise Befindenden warten.

Häufig sind von dieser Vorgehensweise Psychiatrie-Erfahrene betroffen, die im nicht krisenhaften Zustand besonders umgänglich sind. Der Freundliche bleibt meistens länger auf Station als das Ekelpaket.

Warum wird das so gemacht? Der Gründe sind mehrere:

- 1) Gesunde sind einfacher zu behandeln als Kranke. Den Tagessatz gibt es immer. Egal ob sich jemand in schwerer Niedergeschlagenheit, völliger Verrücktheit oder 100%-igem Normalzustand auf der Station aufhält. In der Körpermedizin gibt es wegen dieses Effektes schon lange die Fallpauschalen.
- 2) Um sich auf Dauer Patienten zu schaffen, muss die Selbsteinschätzung der Patienten möglichst schlecht sein. Eine Möglichkeit zur Zerstörung einer guten Selbsteinschätzung ist das Festhalten des Patienten in gesundem Zustand. „Irgendetwas muss mit mir falsch sein - ich sehe mich als genesen, doch der Arzt widerspricht. Und da der Arzt immer recht hat, liege ich falsch.“
- 3) Auch die Zerstörung vorhandener sozialer Bindungen ist im Interesse des psychiatrischen Systems. Wer Arbeitsplatz, Familie und Freunde verliert, der ist irgendwann dankbarer Abnehmer von Angeboten wie Tagesstätte, Behindertenwerkstatt, betreutem Wohnen, beruflicher Rehabilitation usw.
- 4) Damit man sich auch wirklich krank fühlt, werden Akutdosierungen von Neuroleptika und anderen Psychopharmaka lange nach Abklingen der Krise weiter gegeben. Statt mit einer Verrücktheit darf man sich dann mit einer Niedergeschlagenheit auseinandersetzen.
- 5) Selbst verantworteter Umgang mit Psychopharmaka wird systematisch durch Gabe aberwitziger Cocktails von drei oder mehr Psychopharmaka verunmöglicht. So ist es für Arzt und Patient unmöglich zu sagen, wie



welche Substanz wirkt. Aber das ist nur logisch, weil dauerhafte Krankheit das Ziel ist.

Jeder in der Psychiatrie verbrachte Tag entfernt den Patienten weiter vom eigenen Alltag. Statt eines ein- oder zweimaligen Nervenzusammenbruchs wird er langsam aber sicher zum chronischen Psychotiker. Statt mit Gefühlen oder Problemen beschäftigt er sich mit Diagnosen. Eine normale Gefühlsschwankung wird nach und nach genau so dramatisch wie eine schwere Lebenskrise, beherrschbar nur durch Einnahme zusätzlicher Psychopharmaka.

Die Enteignung des Bewusstseins schreitet fort. Während andere gutes Geld an der Krankheit des Betroffenen verdienen, rutscht er immer weiter weg von der Welt der Normalen.

Thomas Szasz brachte es auf den Punkt: Der Psychiatrie-Patient macht eine Ausbildung zum psychisch Kranken. Wie andere einen Handwerks- oder einen kaufmännischen Beruf erlernen, erlernt der psychisch Kranke, wie er sich im System nicht endender „Hilfen“ bewegen soll.

Irgendwann verlangt er selbst, dass Andere sein Leben steuern und seine Probleme lösen. Er hat die psychiatrische Ideologie verinnerlicht. Er ist so weit. *Matthias Seibt*

Martin Lindheimer **WIR SIND NIEMAND!**

Demonstration in Köln anlässlich des Europäischen Protesttags zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung



Über 100 Menschen demonstrierten am 8. Mai 2019 lautstark in der Kölner Innenstadt für die Verwirklichung ihres Rechtes auf Selbstbestimmung. „WIR SIND NIEMAND“ als Anspielung auf Artikel 3 des Grundgesetzes „Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden“. Bedeutet also: Wir werden benachteiligt. Zehn Jahre UN-Behindertenrechtskonvention - was hat es gebracht?

Der Demonstrationzug wurde veranstaltet im Rahmen des Europäischen Protesttags zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung am 7. Mai 2019. „Selbstbestimmtes Leben“ Behinderter Köln e.V. – mit seinen Projekten ZsL Köln, KSL Köln und EUTB - gab den Menschen mit Behinderung eine Stimme und die Möglichkeit, ihrem Ärger durch Protest Luft zu machen.

Bei der Abschlusskundgebung auf dem Rudolfplatz sprachen verschiedene Menschen. Überraschungsgast war Natalie Dedreux, die vergangenes Jahr Kanzlerin Merkel traf und viel mediale Aufmerksamkeit erhielt. Natalie lehnt ab, dass die Krankenkassen den Pränataltest auf Downsyndrom bezahlen. Sie sagte, niemand brauche Angst vor Menschen mit Behinderung zu haben.

Ich, Martin Lindheimer, durfte danach für die Psychiatrie-Erfahrenen sprechen: Menschen werden tagtäglich aufgrund ihrer Behinderung in die Psychiatrie eingesperrt und





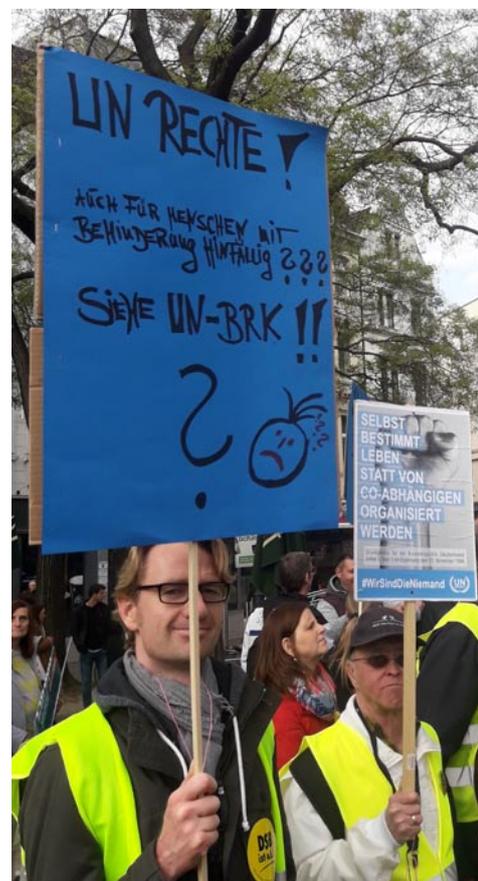
es gibt unvermindert die ersetzende Bevormundung im Betreuungssystem. Artikel 12 und Artikel 14 verbieten das Einsperren von Menschen aufgrund ihrer Behinderung und die Bevormundung durch die Betreuer. Außerdem haben sich Menschen mit Behinderung in den letzten zehn Jahren aktiv an Aktionsplänen beteiligt, aber eigentlich nichts davon wurde umgesetzt. Es erinnert an den Trialog mit der Psychiatrie, der eigentlich ein Trialüg ist. Nichts als leere Worte! Der Staatenbericht der Vereinten Nationen über Deutschland 2015 sagt eindeutig:

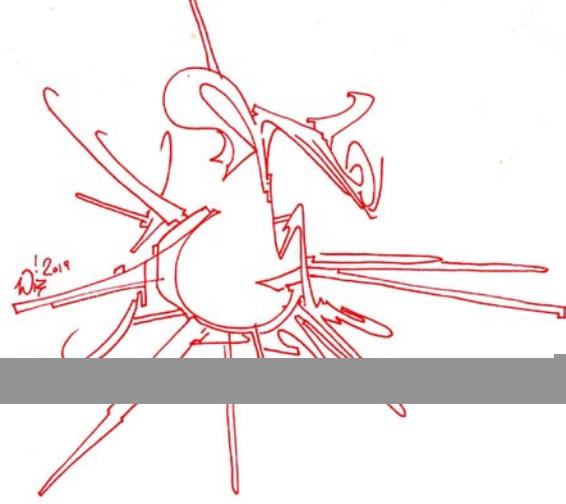
- Zwangsbehandlungen sind als Folterhandlungen anzuerkennen.
- Fesselungen und Zwangsbehandlungen sind gesetzlich zu verbieten.
- Opfer der staatlich angeordneten Zwangsbehandlungen müssen entschädigt werden.



Von der Verwirklichung des Rechtes behinderter Menschen auf Selbstbestimmung sind wir noch weit entfernt! Solange bis das erreicht ist, sind wir NIEMAND!

Unser Dank gilt an dieser Stelle Horst, Christoph, Ellen, Babsi, Jenny und den vielen Mitstreitern, die sich um die großen und vielen kleinen Dinge für die Demo gekümmert haben und all den Menschen, die mitgelaufen sind!
Foto: Martin Lindheimer; Christina Knaub





Betreuungsgerichtstag 2019

Am 12.03.2019 fand wieder der Betreuungsgerechtstag statt - in diesem Jahr in Bochum. Das Schwerpunktthema war das Fixierungsurteil vom Bundesverfassungsgerichtes von Juni 2018. Ich berichtete davon.

Herr Georg Dodegge, Richter am Amtsgericht Essen, hielt den Vortrag. Der Vortrag hatte einen gewissen ironischen Unterton. Er berichtete von einem Zuhälter, der unter Drogeneinfluss in die Psychiatrie eingewiesen wurde und von 7 Männer gebändigt werden musste. Was aber völlig unterging ist, dass es sich meistens nicht um solche Leute handelt. Da auf diesem Kongress meistens nur Betreuer anwesend waren, stimmten sie den Ausführungen des Richters zu. Viele Betreuer beklagten, dass sie bei einer Fixierung zustimmen

müssen und deshalb auch oft in der Freizeit angerufen werden.

Dann gab es ein Vortrag zum Bundesteilhabegesetz, den Vortrag hielt Dr. Andreas Jürgens Richter im Ruhestand. Er saß im Rollstuhl. Ich war erstaunt, wieviele Rechte Behinderte durch dieses Gesetz bekamen, der Vermögensfreibetrag wurde angehoben, die Entscheidung im Heim oder allein zu Wohnen ist einfacher. Bei Betreuungsangelegenheiten kann der Betroffene sowohl Angehörige als auch Freunde mit einbeziehen. Was meiner Meinung nach zu kurz kam, war der Schutz davor, falsch eingeschätzt zu werden. Das ist ja oft der Fall, vor allem weil viele Profis redogewandter sind als die Betroffenen. Herr D. Jürgens stimmte mir da aus eigener Erfah-

rung zu. Auf meine Frage, ob der Staat darauf achtet, dass die EUTB- Stellen wirklich unabhängig sind, konnte er keine Angaben machen und enthielt sich jeden Kommentars.

Ich war dann noch in der Arbeitsgruppe 5 „Wege zur Balance zwischen gerichtlichem Bürokratismus und strukturierender Betreuungsarbeit“. Diese Arbeitsgruppe ist auch für viele Betroffene sehr interessant. Betreuer und Rechtspfleger haben es auch oft schwer miteinander. Vor allem wenn Betreuer in Rechtsfragen nicht Bescheid wissen, die Abrechnung zu spät abgeben und ihnen dann mit einem Ordnungsgeld gedroht wird. Dieser Umstand kann uns Betroffenen oft helfen und sollte uns motivieren in solchen Sachen gut Bescheid zu wissen. *Thomas Eissele*

Matthias Seibt Patientenverfügung für die Psychiatrie

Bei vielen Psychiatrie-Erfahrenen herrscht große Unsicherheit, wie man eine Patientenverfügung für die Psychiatrie macht und ob diese funktioniert. Dem soll dieses Papier abhelfen.

Grundlagen

Jede ärztliche Behandlung ohne informierte Zustimmung ist Körperverletzung. Von diesem Satz gibt es zwei Ausnahmen. Im Notfall (Unfall, Herzinfarkt, Insulinkoma usw.) ist der Patient z.B. wegen Bewusstlosigkeit nicht ansprechbar. Hier darf der Arzt handeln, weil die Rechtsprechung einen mutmaßlichen Willen des Notfallopfers unterstellt.

Die zweite Ausnahme kann bestehen, wenn die Person durch eine psychiatrische Diagnose diffamiert ist. Hier wird trotz deutlicher Ablehnung einer Behandlung unterstellt, dass die Person keinen „freien Willen“ habe. Sie habe

nur noch einen „natürlichen Willen“ vergleichbar z.B. einem Wellensittich, der aus dem Käfig in eine ihm lebensfeindliche Freiheit flieht. Zwar ist das nur ein unverschämter Trick¹, bestimmte Menschen ihrer Rechte zu berauben, doch trauriger Weise zur Zeit Gesetz.

Erfreulicher Weise kann man sich trotz dieser Gesetzeslage² immer vor psychiatrischer Zwangsbehandlung und fast immer vor Zwangsunterbringung in der Psychiatrie schützen. Dazu ist es nötig im „Zustand der nichtangezweiften Normalität“ seinen Willen in einer sogenannten „Patientenverfügung“ fest zu legen für die Zeit, wo der freie Wille abgesprochen wird.

Woraus besteht eine psychiatrische Patientenverfügung?

Zwei Bereiche muss die psychiatrische Patientenverfügung abdecken; Erstens:

Was will ich und was will ich nicht. und zweitens: Wen bevollmächtige ich, an meiner Stelle zu sprechen, wenn man meine Worten nicht mehr als Willensäußerungen sondern nur noch als sinnloses Gebrabbel hirnkranke Fleisches³ ansieht. Beide Teile der psychiatrischen Patientenverfügung sind wichtig. Teil 1 bindet Ärzte, eventuelle Betreuer, Bevollmächtigte. Teil 2 sorgt dafür, dass, wenn man nur noch hirnkranke Fleisch ist, eine Person da ist, die das Recht hat, verbindliche Anweisungen an die Ärzte zu geben. Die Stellung des/der Bevollmächtigten ist genau so stark wie die eines gesetzlichen Betreuers. Sie endet aber sofort, wenn die psychiatrische Diffamierung als willensunfähig endet. Ebenso kann ich den/die Bevollmächtigte jederzeit entlassen. Hauptfunktion des Bevollmächtigten ist, Arzt und Richter auf das Vorliegen der Patientenverfügung

hinzuweisen. Ein Arzt, der trotz Patientenverfügung zwangsbehandelt, begeht Körperverletzung. Ein Richter, der Zwangsbehandlung oder Zwangsunterbringung trotz Patientenverfügung genehmigt, macht sich der Rechtsbeugung, der Freiheitsberaubung und der Beihilfe zur Körperverletzung strafbar. Dies muss der Bevollmächtigte Arzt und Richter freundlich aber bestimmt mitteilen.

Was für Vordrucke gibt es?

Im wesentlichen sind zwei Vordrucke wichtig: Die *Patientenverfügung*⁴ (kurz PatVerfü) und die Bochumer Willenserklärung (kurz BoWill). Welcher dieser Vordrucke sich eignet,

hängt davon ab, was man will. Lehnt man jede Art von psychiatrischer Behandlung und Diagnose ab, dann ist nur die PatVerfü geeignet. Will man nur bestimmte Behandlungen verbieten, dann ist die BoWill geeignet. Hier ein Beispiel: Wenn ich ausraste, bringt mich ein bestimmtes Psychopharmakon schnell und zuverlässig wieder „runter“. Andere Psychopharmaka sind aber nicht hilfreich. Ich bin aber nicht in der Lage, selber für die Einnahme zu sorgen und will auch in der Situation gar keine Psychopharmaka mehr nehmen. Prinzipiell finde ich es aber gut, wenn meine Verrücktheit auch mit ärztlicher Gewalt rasch wieder

beendet wird. Ein klarer Fall für die BoWill. Zweites Beispiel: Ich vertrage das Psychopharmakon Xyz nicht. Prinzipiell bin ich aber für Psychopharmaka offen. Auch eine BoWill machen.

Fußnoten

¹ Siehe: www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de, Juristisches, Der Trick mit dem freien Willen

² maßgeblich sind die §§ 1896-1908 BGB und die Unterbringungsgesetze bzw. Psychisch-Kranken-Gesetze der Bundesländer

³ auch wenn es Psychiatrie-Profis nie so ausdrücken würden, - sie behandeln uns so

⁴ ein blöder Name, denn der Gattungsbegriff lautet auch so

10 Jahre UN - Behindertenrechtskonvention

Am 2.4.2019 fand an der Uni Bochum ein Kongress statt zum Thema „10 Jahre Behindertenrechtskonvention - Selbstbestimmung - Partizipation und Inklusion revisited“. Nach mehreren Grußworten von Professoren und Selbstbeweihräucherungen kamen aber auch kritische und aufmunternde Worte.

Erste Rednerin war Frau Prof Dr. Th. Degener von der Evangelischen Fachhochschule (EFH) in Bochum. In der EFH fand auch der Betreuungsgerichtstag statt, der alles andere als betroffenenfreundlich war. Siehe Bericht. Frau Dr. Degener fand aber durchaus kritische Worte zum Betreuungsrecht in Deutschland und erwähnte das Land Peru, in dem es keine Betreuung wegen einer psychischen Behinderung mehr gibt. Frau Dr. Degener ist ein Opfer des Contergan-skandals in den 60er Jahren. Sie hat keine Arme. Sie brachte die Sicht der Betroffenen gut in die Veranstaltung ein.

Dann kam Dr. Adolf Ratzka vom Independent Living Institut Stockholm. Dr. Ratzka hatte in den 60er Jahren eine Atemwegserkrankung und saß im Rollstuhl. Er berichtete, wie er in Deutschland damals keine gute Lebensperspektive fand und dann in die USA auswanderte, nachdem er in Deutschland überbehütet und unterschätzt wurde von seinen Angehörigen. In den USA wurde er dann Arbeitgeber von seinen Pflegern, studierte und gründete sogar eine Familie. Er meinte, wenn er nicht selber sein Leben in die Hand genommen hätte, wäre er in einem Wohnheim wahrscheinlich früh gestorben.

Jürgen Dusel, er ist sehbehindert und Beauftragter der Bundesregierung. Er lobte das Wahlrecht für Menschen, die unter einer gesetzlichen Betreuung stehen. Er stellte es fast als Sensation dar. In den Diskussionen bemerkte ich an, dass Betroffene noch viel zu wenig Eigenvertretung für sich in Anspruch nehmen und oft wissenschaftlicher Begründung der Fachleuten be-

herrscht werden. Gerade die falsche Einschätzung von Fachleuten verursachen hohe Kosten und tragen oft wenig zur Genesung bei.

Ich war in der Arbeitsgruppe „Behinderte in der Wissenschaft“. Sie wurde geleitet von Dr. Anja Gerlmaier, die durch einen Autounfall erblindete. Sie berichte von ihrem Einstieg in das Arbeitsleben nach ihrem Unfall. Sie wird akzeptiert, muss aber doch beweisen, dass sie es kann. Es ging auch um das Thema, wie sich Behinderte in gewisse Stellen einklagen können, wenn sie die Arbeitsstelle aufgrund ihrer Behinderung nicht bekämen, aber doch qualifiziert sind. *Th. Eissele*

Quellen:

<http://www.avg.com/email-signature?utm_medium=email&utm_source=link&utm_campaign=sig-email&utm_content=emailclient>
<http://www.avg.com/email-signature?utm_medium=email&utm_source=link&utm_campaign=sig-email&utm_content=emailclient>



Mit Suizidgedanken leben:

Ein BPE-Projekt zu Suizidalität und Selbsthilfe

Wer sind wir?

Saskia hat sich schon früh mit Suizidgedanken auseinandergesetzt und kam dadurch in intensiven Kontakt mit Psychiatrie, Heimbereich und ambulanten Diensten, ist deshalb auf der Suche nach eigenen Wegen, mit Lebensuntiefen umzugehen. *Themen:* Machtstrukturen und Wut, Auswirkungen von Langzeitpsychiatriisierung, Entfremdung und Rückzug, Gender Trouble.

Kontakt:

saskia@suizidgedanken.net

Leilani ist seit Jahren in der Selbsthilfe unterwegs. Nach etlichen suizidalen Krisen und den damit verbundenen Konfrontationen mit Gesellschaftsstrukturen und Psychiatrien ist es ihr ein großes Anliegen, Alternativen zu schaffen und anderen Betroffenen zu helfen.

Themen: innere Zerissenheit, Borderline, PTBS, Depressionen, Dissoziationen, sex. Missbrauch, & Mobbing.

Kontakt:

leilani@suizidgedanken.net

Kristina fand nach vier Jahren als Patientin zur Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe. Durch die Erfahrung, suizidale Krisen ohne Psychiatrie zu durchleben, ist ihr der Aufbau eigener Strukturen und Netzwerke ein besonderes Anliegen. *Themen:* Depression und inneres Sterben, Suizidalität im Jugendalter, Selbsthilfegründergründung

Kontakt:

Kristina@suizidgedanken.net

Die Idee

Das Projekt „Mit Suizidgedanken leben? – Suizidalität und Selbsthilfe“ des Bundesverbandes Psychiatrie-Erfahrener e.V. möchte Menschen zusammenbringen, um über Suizid und Suizidgedanken zu reden. Es möchte Räume schaffen, in denen dies möglich ist, ohne pathologisiert, stigmatisiert oder ausgegrenzt zu werden. Das Projekt richtet sich

- an Menschen, die Suizidalität aus eigener Erfahrung kennen
- an Psychiatrie-Erfahrene
- an Selbsthilfe-Aktive

Wir gehen davon aus, dass mehrere Millionen Menschen in Deutschland Erfahrung mit Suizidalität haben. Unser Ziel ist es, als Menschen mit ähnlicher Erfahrung zusammenzufinden. Selbsthilfe unter Gleichbetroffenen sollte bei Suizidalität ebenso selbstverständlich sein wie bei anderen seelischen Problemen auch.

Was wir bislang gelernt haben

Das Projekt ist im Juli 2018 gestartet. Seither haben vier Workshops und viele weitere Gespräche stattgefunden. Wir erleben, dass ein riesiger Erfahrungsschatz bei jedem* jeder* Einzelnen von uns und in den Selbsthilfegruppen liegt. Dieses Wissen zu sammeln und zu bündeln ist unser Ziel. Die bisherigen Ergebnisse des Projekts werden in unserem Tagungsband im Sommer 2019 veröffentlicht, der via Webseite vorbestellt werden kann.

Unser Angebot

Workshops

Im Zentrum unserer zweitägigen Workshops stehen der Austausch und die Nutzbarmachung unserer / eurer

Erfahrung. Ziel ist es, gemeinsam Strategien zu erarbeiten, wie in der Selbsthilfe gut mit Suizidalität umgegangen werden kann. Ihr bekommt die Möglichkeit, auszuprobieren und abzuwägen, welche Formen des Umgangs für euch persönlich bzw. euch als Gruppe passen und umsetzbar sind. Aktuelle Workshoptermine findet ihr auf der Projektwebseite.

Tagung am 13. April

Die Abschlusstagung zum Projekt war mit ca. 80 Teilnehmenden, darunter viele Betroffene, ein voller Erfolg. Die meisten der Tagungsbeiträge wurden auf Video aufgenommen und können auf der BPE-Facebookseite oder der Projektwebseite angesehen werden. Darüber hinaus wird im Juni 2019 ein Tagungsband erscheinen.

Folgeprojekt

Wir sind in Verhandlungen mit der Barmer. Wir möchten den Aufbau von Selbsthilfegruppen für suizidale Menschen in Deutschland fördern. Dafür soll eine Fortbildung mit Sera Davidow und Caroline Mazel-Carlton stattfinden für Betroffene, die bei sich vor Ort eine Gruppe aufbauen wollen.

Telefonberatung

Wir haben eine Telefonsprechzeit freitags von 21 bis 24 Uhr eingerichtet. In dieser Zeit könnt ihr uns erreichen, wenn ihr

- in einer ausweglosen Situation steckt
- nicht wisst, wie ihr euren seelischen Schmerz noch lindern könnt
- erfahren möchtet, wie andere Betroffene mit ihren Suizidgedanken umgehen
- einfach mal jemanden zum Reden braucht
- Rat wollt, wie ihr einen anderen



Menschen in einer suizidalen Krise gut begleiten könnt

- das Thema Suizidalität in eurer Selbsthilfegruppe ansprechen möchtet
- eine eigene Selbsthilfegruppe gründen möchtet.

Bei uns beraten ausschließlich Betroffene!

Das Projekt wird im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20 h Sozialgesetzbuch V finanziert durch die BARMER. Gewährleistungs- oder Leistungsansprüche gegenüber der Krankenkasse können daraus nicht erwachsen. Für die Inhalte und

Gestaltung ist der BPE e.V. verantwortlich.

Telefonberatung

freitags 21-24 Uhr
Tel. 0234/7089 05 10
Die Sprechzeiten sollen in Zukunft ausgebaut werden.

E-mail

suizidgedanken@bpe-online.de

Webseite

<http://suizidgedanken.net>

Wir sind ein Mitmachprojekt!

Das heißt: Jede Betroffenenstimme ist wichtig. Alle, die Suizidalität erfahren haben, haben etwas Wichtiges beizutragen.

Wie du dich beteiligen kannst:

- Teile deine Erfahrung mit anderen, z.B. auf unserer Webseite oder im BPE-Rundbrief, indem du uns deinen Text per Email zukommen lässt.
- Sende uns einen Link zu deinem Video, Blog, Buch, Interview,...
- Wenn du interessiert bist, bei unseren Workshops mitzuwirken, solltest du mindestens einmal selbst teilgenommen haben.
- Wenn du Erfahrung in Selbsthilfe und Beratung hast und in der Telefonberatung mitwirken möchtest, möchten wir dich vorher persönlich besser kennenlernen. Melde dich bei Interesse per Telefon oder Mail.

Suizidalität und Selbsthilfe

Ein Teilnehmer - Thomas Eissele - berichtet vom Workshop in Bochum

Ende April 2019 fand in der Anlaufstelle Bochum ein zweitägiges Selbsthilfeseminar zum Thema Suizid und Selbsthilfe mit Kristina Dernbach und Prinzessin Saskia (Karl-Heinz) aus Freiburg statt. Ziel dieses Seminars war es, einen besonders geschützten Raum zu schaffen, in dem sich Betroffene austauschen und auch Sachen sagen durften, die sonst oft eine Klinik-Einweisung zur Folge haben.

Wir tauschten uns über die Krisen aus, die zu einem Suizidversuch führten, z.B. bei Stimmen-Hören, Partnerverlust, innerer Leere, besonders tiefem seelischem Schmerz. Oft ist das Thema Suizid auch ein Hilfeschrei oder ein Ventil, das „den Druck im Kessel senkt“. Viele Profis deuten solche Symptome oft falsch. Alle Teilnehmer waren sich einig, dass die Psychiatrie die Krise meistens nur verschlimmert. Wir sprachen aber auch gesellschaftliche Probleme an, wie die soziale Kälte allgemein, in den Familien, in den Betrieben und in der Gesellschaft.

Wir dachten aber auch darüber nach, wie wir diese Schmerzen lindern können: Gespräche mit Freunden, Spazieren gehen, Psychotherapien usw.. Es wurden auch Methoden besprochen, die von der Psychiatrie schon als krankhaft empfunden werden, wie zum Beispiel das Ritzen.

Dann ging es darum, in Rollenspielen das richtige Gespür zu finden, wenn wir auf Personen treffen, die Suizidabsichten haben. Mir selber kam der Gedanke bei Ivonne Metzger, die sich unter den Zug warf. Ich erzählte ihr von meinem Schulkameraden, dem die Bahn beide Beine abfuhr. War es für Ivonne eine Anleitung, ihren Suizid richtig zu planen? In den Rollenspielen ging es darum, den Kontakt zu dem Hilfe-suchenden herzustellen, auch hier ging es darum, die richtigen Worte zu finden. Es wurde aber auch klar, wie unterschiedlich Menschen sind. Was der eine als wohltuend empfindet, kann von anderen als schädigend empfunden werden.

Oft wollen sich Betroffene nicht mitteilen aus Scham oder Angst, dass der Hilferuf falsch verstanden wird, jemand die Polizei holt und das dann eine Zwangseinweisung zur Folge hat. Es wurde auch von einem Betroffenen berichtet, der sich nach einem Psychiatrie-Aufenthalt umbrachte.

Helfer haben Ängste davor, falsche Entscheidungen zu treffen. Es wurde die Frage nach der Rechtslage gestellt, wenn ein Helfer in der Selbsthilfe versagt und der Betroffene sich trotz aller Bemühungen das Leben nimmt: Der Helfer kann dann nicht zur Rechenschaft gezogen werden, da der Betroffene selbst den Suizid ausführt.

Mir hat das Seminar wieder einmal gezeigt, dass die Selbsthilfe sehr viel wirksamer ist als die allgemeine Psychiatrie. Eine Teilnehmerin wollte bei der Telefonberatung mit einsteigen, andere wollten Selbsthilfegruppen gründen oder ein Theaterstück aufführen.

Unabhängige Beschwerdestelle in Detmold

Kreis Lippe. Wer schwer seelisch erkrankt, fühlt sich oft ausgeliefert: Menschen mit Erfahrung in der Psychiatrie wissen sich oft nicht zu helfen, fühlen sich mitunter falsch behandelt und ohnmächtig. Hier setzt die Unabhängige Beschwerdestelle Lippe (UBL) an, die jetzt von engagierten Betroffenen, Angehörigen und Profis aus der Taufe gehoben wird.

„Wir wollen nicht Ankläger sein, sondern Mittler“, sagt Claus Wefing. Der Barntruper ist Mitglied im Landesverband Psychiatrieerfahrener NRW und Teil einer Selbsthilfegruppe in Bad Salzuflen. Und gerade, weil er es am eigenen Leibe erlebt hat, kann er nachvollziehen, was die Beschwerdeführer manchmal umtreibt: „Manche Menschen werden ja unter Zwang in die Psychiatrie eingewiesen, und sie müssen erleben, dass andere über sie bestimmen.“ Ärzte hätten mitunter das Gefühl, sie müssten die Patienten zu ihrem Glück zwingen.

Die Reglementierung des Alltags, der Verlust der Selbstbestimmung, das könne zu Konflikten führen. „Und hier wollen wir helfen.“ Mit dabei ist seine Stellvertreterin Daniela Sudaiski, die sich überdies auch als Genesungsbegleiterin engagiert. Auch sie hat bereits das Gefühl erlebt, als Patientin in einer Psychiatrischen Klinik nicht recht verstanden und falsch behandelt zu werden.

Als Beigeordnete fungieren Uwe Holle, der sich bereits ehrenamtlich bei der Gemeinschaft der Angehörigen Psychisch Kranker engagiert, und Sozialpädagogin Andreas Schwier, der beim Dach e.V. arbeitet. „Angehörige werden oft nicht ausreichend informiert“, weiß Holle aus Erfahrung. „Das kann zu Konflikten führen.“

Ganz wichtig ist dem Quartett die Unabhängigkeit: „Natürlich haben auch die Einrichtungen eigene Patientenführer, aber die sind ja mit ihnen verwoben. Genau das sind wir hier nicht.“

Damit das funktioniert, versucht die Beschwerdestelle, Kooperationen mit sämtlichen Kliniken, Institutionen und Einrichtungen abzuschließen, die zum Psychiatrischen Versorgungssystem in Lippe

gehören. Konflikte können sich auch mit Betreuern ergeben - auch das würde die Beschwerdestelle aufgreifen. Noch haben nicht alle Institutionen im Kreisgebiet unterschrieben, aber die Initiatoren geben sich zuversichtlich: „Wir sind im Gespräch, und einige sind dankbar, dass es uns gibt, weil es auch einen gewissen Druck nimmt.“

„Damit das ganz klar ist: Wir können keinerlei juristische Beratung leisten“, betont Claus Wefing. „Uns geht es darum, erst mal zuzuhören, die Beschwerde aufzunehmen und mit den Beteiligten das Gespräch zu suchen.“ Selbstverständlich unter Berücksichtigung des Datenschutzes. Im Einzelfall müsste der Betroffene auch seinen Arzt oder die Einrichtung von der Schweigepflicht gegenüber der Unabhängigen Beschwerdestelle entbinden.

„Manchmal reicht es auch schon, dass der Beschwerdeführer einfach mal darüber reden konnte“, weiß Claus Wefing, oder es gelinge, Verständnis für den betreffenden Vorgang zu wecken. „Und im Idealfall ist es so, dass die Institutionen bei uns anrufen, damit wir in einem Fall vermitteln.“

Dass all das möglich wird, haben die Initiatoren auch dem Paritätischen Wohlfahrtsverband zu verdanken, der kostenlos die Räume zur Verfügung stellt. Die Anschubfinanzierung im ersten Jahr übernimmt der Landesverband Psychiatrieerfahrener, eine dauerhafte Finanzierung steht noch aus. Jasmin Sasse von der Selbsthilfekontaktstelle unterstützt das gern. „Niemand soll ungehört bleiben“, findet sie.

Die Unabhängige Beschwerdestelle ist mittwochs von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr in der Selbsthilfekontaktstelle, Bismarkstraße 6 in Detmold zu erreichen. Ansprechpartner sind ausschließlich die Initiatoren, die selbst Psychiatrieerfahrung haben. Der Erstkontakt läuft meist telefonisch über Tel. (05263)4069994 ab, aber Betroffene können auch direkt vorbeischauen oder sich unter ubl@psychiatrie-erfahrene-nrw.de melden.

Quelle: Lippische Landeszeitung mit freundlicher Genehmigung der Redakteurin Marianne Schwarzer



Interkulturelle Öffnung

der Anlaufstelle Rheinland des LPE NRW e.V. sowie der Anlaufstelle der Psychiatrie Patinnen und Paten e.V. in Aachen – Ziele, Stand und Ausblick

Im März diesen Jahres ist für uns in der Anlaufstelle Rheinland in Köln und der Anlaufstelle der Psychiatrie Patinnen und Paten e.V. in Aachen das Projekt „Interkulturelle Öffnung“ angelaufen, mit einer Förderdauer bis 2020.

Ziele des Projektes

Ziel des Projektes ist es, die Angebote der psychiatrie-kritischen Peer-Beratung besonders für Migranten und zugezogenen Menschen mit seelischen Leiden zugänglich zu machen, die Menschen in unsere Selbsthilfegemeinschaft zu integrieren und einen Raum für Eigenorganisation und selbstbestimmtes Handeln zu schaffen. Hierzu sollen sprachliche und kulturelle Barrieren verstanden und reduziert werden, einerseits durch kultursensible Beratung unter Einsatz von Dolmetscher/n(Sprachmittlern) und andererseits durch interkulturelle Fortbildungen und engagiertes Netzwerken mit Migrantenorganisationen und Beratungsstellen wie das Sozialpsychiatrische Kompetenzzentrum Migration (SP-KoM).

Stand:

Womit haben wir gestartet?

Wir haben die Informationstexte „Tipps und Tricks Ver-rücktheiten zu steuern“ (Matthias Seibt) sowie „Wege zur Selbststabilisierung“ (Cornelius Kunst) auf vier Sprachen (Türkisch, Französisch, Russisch und Arabisch) übersetzen lassen. Ein internationaler Flyer ist in Arbeit, der Information auf Deutsch und in den vier Sprachen beinhalten soll, um Menschen aus den entsprechen-

den Kulturkreisen auf unsere Angebote (offene Cafés, mehrsprachige Beratung, Selbsthilfegruppen, interkulturelle Projekte) aufmerksam zu machen. Um die fremdsprachlichen Informationen auch auf der Homepage der Anlaufstelle Rheinland zugänglich zu machen, werden diese in entsprechende Reiter eingefügt und die Homepage erhält in diesem Rahmen außerdem eine neue, kultursensiblere Aufmachung.

Ausblick:

Was sind die nächsten Schritte für das Projektjahr 2019?

Für die Anlaufstelle der Psychiatrie Patinnen und Paten e.V. soll ebenfalls ein mehrsprachiger Flyer erstellt werden. Die interkulturelle Peer-Beratung für beide Anlaufstellen (unter Einsatz von Dolmetschern/Sprachmittlern) soll zentral aus der Anlaufstelle Rheinland aufgebaut und koordiniert werden. Zur kultursensiblen Ausrichtung unserer Beratung sollen Fortbildungen für alle ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter der beiden Anlaufstellen durchgeführt werden. Eine grundlegende Frage ist dabei für uns, welche Nöte und Bedürfnisse Menschen mit Migrationshintergrund sowie zugezogene Menschen in seelischen Krisen wirklich haben und wo wir mit unseren bestehenden Angeboten und neuen Vorhaben (eine interkulturelle Kochgruppe in der Anlaufstelle Rheinland ist z.B. bereits in Planung) am wirkungsvollsten ansetzen können.

Wir sind offen für Ihre/Eure Fragen und Anregungen!

Ganz konkret sind wir derzeit auf der Suche nach:

1. Menschen für Übersetzungs- und Korrekturarbeiten auf Honorarbasis für die Sprachen Türkisch, Französisch, Russisch, Arabisch und Englisch
2. Einen an einer ehrenamtlichen Tätigkeit interessierten Menschen im Rahmen der Peer-Beratung und interkulturellen Öffnung der Anlaufstelle Rheinland (gegen eine Aufwandsentschädigung).



Foto: privat

Kontakt: Christina Knaub,
Projektkoordinatorin
„interkulturelle Öffnung“

Tel: 0152 / 279 177 17
christina.knaub@psychiatrie-
erfahrene-nrw.de

Seminar für Stimmenhörende

In der Anlaufstelle Bochum fand im November 2018 das erste Stimmenhör-Seminar statt. Anje Wilfer aus Berlin, die aktiv an der Gründung des Netzwerkes Stimmenhören beteiligt war, leitete das Seminar.

Anje Wilfer selber ist ein Beispiel dafür, dass psychische Krankheiten heilbar sind. Als sie die ersten Schübe bekam, wurde ihr gesagt, dass sie nur noch in einer Behindertenwerkstatt würde arbeiten können, Heute gestaltet sie sehr gute Seminare zum Thema Stimmenhören und hat dadurch einen guten Beitrag zur Selbsthilfe von Psychiatrie-Erfahrenen für Psychiatrie-Erfahrene geleistet.

Aber auch das Netzwerk Stimmenhören selbst ist eine vorbildliche Organisation, die von Betroffenen gegründet wurde. Dr. Marius Romme, er ist Psychiater, hat auch mit in diesem Werk gearbeitet, ebenso wie Hannelore Klafki, die leider schon verstorben ist.

Unter den Teilnehmern war auch eine Frau, die durch Facebook zur Stimmenhörerin wurde. Sie fühlte sich von einem Geheimdienst verfolgt. Wir sprachen aber auch über unterschiedliche Meinungen zum Thema Stimmenhören, viele denken an Strahlen, die von Geheimdiensten von Antennen geschickt werden, es gibt aber auch den religiösen Aspekte, wenn sich Leute für einen Propheten halten. Anja Wilfer machte einen interessante Beobachtung: wenn sie in Bayern oder Österreich Vorträge hält, ist der religiöse Aspekt größer, in den neuen Bundesländern ist der Glaube an einen Geheimdienst größer.

Ich selber habe oft aufgrund meiner Körperbehinderung das Gefühl gehabt, dass die Stimmen, die ich für einen Dämonen halte, meine Behinderung mit verursachen.

Wir sprachen auch über unterschiedliche Arten von Stimmenhören, viele hören mehrere Stimmen, andere nur eine. Manche Stimmen beraten, andere beleidigen, geben Befehle, drängen ihre Meinung so stark auf, dass die Person nicht mehr ihre eigenen Gedanken von denen der Stimmen unterscheiden kann.

Es ging dann auch über Strategien, wie man mit Stimmen umgeht. Anja legte zum Beispiel Redezeiten fest, wo die Stimmen zu Wort kommen können z.B 17 bis 18 Uhr, andere geben den Stimmen geschickte Antworten zurück, die die Stimmen dann in Verlegenheit bringen. Wieder andere sind so Stark, das sie die Stimmen einfach ignorieren. Was Stimmen aber gar nicht mögen, ist, wenn man sich über sie unterhält. Ich selber war schon oft auf dem großen Stimmenhörerkongress, der alle zwei Jahre in Berlin im Rathaus Neuköln statt findet. Meine Stimmen mochten das überhaupt nicht. Diese Jahr 2019 ist wieder im Oktober ein Kongress, es lohnt sich auf jeden Fall hinzugehen.

Schreibt mir doch mal eure Erfahrungen mit dem Stimmenhören, es ist immer gut, Verbündete gegen die Stimmen zuhaben. Ihr könnt mich unter Eisselebahnclub@web.de anmailen. *T.Eissele*

Was so auffällt

Anfang Januar schlich ich mich in die Selbsthilfegruppe für Angehörige von Dr. Hans Peter Maier. Er ist ein Doktor der Psychiatrie im Ruhestand, so um die 70 Jahre geschätzt. Ich wurde von meinem Freund Herbert Gruber aus Göppingen begleitet.

Außer mir und ihm war noch ein Mann da, der sich von seiner Frau trennen wollte, für ihn war die Gruppe eine große Hilfe über das sogenannte Krankheitsbild Bescheid zu wissen, vor allen später vor Gericht.

Die Kassiererin hatte eine Tochter, die in Wien lebt. Bei ihr fiel mir besonders auf, dass sie voll auf das Krankheitsbild von Dr. Maier abfuhr. Aus meiner Erfahrung als Körperbehinderter habe ich damit sehr schlechte Erfahrungen. Gerade wenn Betroffene in einem Familiensystem, das krank ist, das schwarze Schaf sind, ist eine Genesung fast unmöglich.

Herr Dr. Maier hielt den Vortrag als Betroffener, er zeigte sogar ein Bild von sich in einem manischen Zustand. Er gab den Angehörigen aber auch Tipps wie man die Betroffenen mit Hilfe von Behandlungsvereinbarungen dazu zwingen kann, sich psychiatrisch behandeln zu lassen. In welcher Situation der Betroffene in einem kranken Familiensystem ist, war Herr Dr. Maier egal.

Das schlimmste war aber, dass Herr Dr. Maier den Bipolaren vorwarf, sie könnten zum Vergewaltiger werden, was also so etwas von absurd ist.

Herr Dr. Hans Peter Maier organisierte immer wieder Flugreisen von Stuttgart nach Hamburg, wo die Krankenkassen die Veranstaltungen sponsern. Während viele Betroffene an Armut leiden die eine Genesung noch unmöglicher machen. Er hat aber auch Selbsthilfegruppen von

● SeelenLaute /37

Selbsthilfezeitung für seelische Gesundheit für Saar - Lor - Lux - RLP. Kritisch, unabhängig, anders!

Projektschwerpunktthema 2019: *Barrierefreiheit für die Seele. Aufklärung und Alternativen*

Erscheint 6 x im Jahr

SeelenLaute Nr. 37 / JUNI 2019

Editorial, News & Lyrics

Engagiert unterwegs. Gedichte und Kurzprosa aus der Leser- und Mitgliederschaft beeindrucken in dieser Ausgabe der SeelenLaute. Die neue Broschüre 'Best of SeelenLaute!2' erfährt bereits gute Akzeptanz und unsere Workshops in den Selbsthilfenachmittagen in Saarbrücken und Kaiserslautern im Mai und Juni waren schnell mit Teilnehmer*innen besetzt. Jetzt bereiten wir uns auf die intensive zweitägige Informationsarbeit im Selbsthilfe-Infozelt 5 auf dem großen Rheinland-Pfalz-Tag am letzten Juni-Wochenende in Annweiler vor. Dank an dieser Stelle an Kollegin Liane für tüchtige Mitarbeit dort. Im Sommer wird unsere Zeitung weiterführend im Rahmen eines Vernetzungs-Meetings in Nord-Luxemburg bzw. Ostbelgien vorgestellt und grenzübergreifende Fragen der seelischen Gesundheit werden in ausgewählter Fachrunde erörtert.

Beste Grüße! Die Redaktion



Foto (Ausschnitt): Angela Hahn

EUTB, EX:IT und Projekt zu Suizidalität Jetzt auch Freitagnacht Beratungsangebot

sl/bks. Wir weisen auf drei kostenlose, betroffenenkompetente Beratungsangebote des Bundesverbandes hin:

In der Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) berät telefonisch dienstags von 10 bis 13 und 14 bis 17 Uhr Matthias Seibt (seibt@eutb-bpe.de) bzw. freitags von 9 bis 15 Uhr Martin Lindheimer (lindheimer@eutb-bpe.de). Offene persönliche Sprechstunde ist montags von 12 bis 17 Uhr in der Herner Straße 406 in Bochum (ÖPNV: Haltestelle Rensingstraße der U 35). Außerhalb dieser Zeiten sind individuelle Termine (auch abends oder am Wochenende) nach Vereinbarung möglich. Beide Berater sind langjährig in der direkten Selbsthilfearbeit erfahren, aus Landes- und Bundesebene. Telefon-Hotline ist die 0234/70 890 520.

Die Beratung EX:IT zeigt Wege auf, wie das psychiatrische System verlassen werden kann. Zudem wird geschaut, wie sich im Voraus der Gang in die Psychiatrie vermeiden lässt. Welche Vorkehrungen sind zu treffen? Welche Hindernisse zu beachten? Wen kann ich einbeziehen? Um wen mache ich lieber einen Bogen, wenn 'Verrücktheit' naht? Beratung jeden Mittwoch (außer feiertags) von 11 bis 14 Uhr, Tel. 0234/6405102

Neu ist eine geänderte Beratungszeit beim Jahresprojekt „Mit Suizidgedanken leben? Suizidalität und Selbsthilfe“ des Bundesverbandes BPE e.V. Diese wurde von bisher Mittwoch (11 bis 14 Uhr) auf Freitag, 21 bis 24 Uhr verschoben. Damit wird dem Bedürfnis vieler Betroffener nachgekommen, zu einer typischen Krisenzeit erreichbar zu sein. Auch hier beraten ausschließlich kompetente Psychiatrie-Erfahrene. Tel.: 0234/7089 051. Netzpräsenz: <http://suizidgedanken.net>

seufzer tränen wasser grenzenlos

seufzer tränen wasser grenzenlos
alles zerbrechlich blass der himmel
zweige die geister geister
leer tot bodenlos

ich sitze auf der treppe
friere friere
zu leben nach ausschwitz was wie wo

die nacht weint still und leise vor sich hin
die dunkelheit das wasser kalt
die nacht der tod der tiefe schlaf die nackten träume
nasses gras

die schwarzen ufer flüstern nackt die ufer ufer
nirgendwo zu leben ist unmöglichkeit

still die riesenhaften bäume
still die vögel gräser wolken still
all die nackten toten in der U-Bahn alle nackt
ich unter ihnen in all ihrer verlassenheit

Wolfgang Hille

Bpo - NEWSLETTER
Seelische Gesundheit durch Selbsthilfe
Zu Psychiatrie, Sozialem & Teilhabe

Monatlich Nachrichten, Termine, Infos
Kritisch – Unabhängig – Kompetent
Kostenlos für alle Interessierten!

Anmelden bei: bpe_newsletter_master@online.ms
(Abmeldung jederzeit über den Button im Newsletter)

Der Tag, der alles veränderte

Wolfgang Loskant

Kurt Möllermann ist, wie fast immer, als Erster morgens in seiner Praxis. Er schaltet das Licht an. Alles moderne LED-Leuchten und dort, wo es in den therapeutischen Bereich übergeht, helle Punktstrahler. Seine Praxis ist lichtdurchflutet, keine dunklen Ecken gibt es hier. Aber die Erkheimer hat mal wieder verpennt, sie müsste bereits seit zehn Minuten an ihrem Arbeitsplatz sein. Er ist wie jeder niedergelassene Arzt auf seine Sprechstundenhilfe angewiesen. Sie schirmt ihn vor zu aufdringlichen Patienten ab. Alle Räume sind mit marineblauem Teppichboden ausgelegt, beruhigend soll dies wirken. An den Wänden ungegenständliche Bilder, Kleckse und Striche, sehr rational angeordnet, schwer zu interpretieren, teuer. Er wollte es so. Die Praxis ist sein Stolz, genau wie sein Professoren- und Dokortitel für Psychiatrie. Ein hochqualifizierter, ein gebildeter und vornehmer Mann in Anzug und Krawatte. Möllermann streift jetzt seinen weißen Arztkittel über. Jeder in der Praxis soll sofort wissen, wer hier der Arzt, wer der Therapeut ist. Er arbeitet gern. Er will seinen Patienten schließlich helfen. Allerdings sollen die, bis die Praxis offiziell aufmacht, noch vor der Tür warten. Er nimmt schwungvoll in seinem Sprechzimmer hinter seinem eleganten Schreibtisch Platz. Frau Erkheimer ist mittlerweile eingetrudelt. Gönnerrhaft verzichtet er auf einen Rüffel. Frau Erkheimer entriegelt die Eingangstür, das Wartezimmer füllt sich. Das wird ein langer Praxistag, er spürt es im Magen.

Die ersten fünf Patienten sind durchlaufende Posten: „Wie geht’s, brauchen Sie ein Rezept?“ Dann kommt Herr Engstler an die Reihe, ihn muss man aus der Reserve locken. „Wie geht es uns denn heute so?“ Möllermann will locker wirken. Herr Engstler drückt vor sich hin und rutscht nervös auf dem abgesehenen Ledersessel herum, hat anscheinend was auf dem Herzen. Möllermann schaut Engstler durchdringend an. Keine Frage, er behandelt alle seine Patienten gewissenhaft. Aber seit ein paar Wochen überkommen ihn Zweifel, ob er ihnen wirklich so, wie er das für sich in Anspruch nimmt, helfen kann. Jetzt bricht es aus Herrn Engstler heraus. „Herr Professor, Sie haben mir meine Freundin ausgespannt, kein feiner Zug von Ihnen!“

Möllermann horcht auf. Engstler hat ganz offensichtlich Wahnideen, aber wie kommt er auf so etwas? Der Professor hat eine Erklärung: Neid auf ihn als Arzt und Minderwertigkeitsgefühle. Die muss er Engstler austreiben. Aber wie? Wieder dieses flaue Gefühl in seinem Magen. Er muss an Engstler auch emotional rankommen. Aber dazu sollte er sich vielleicht über seine eigenen Gefühle klarer werden. Immerhin, seine Ehefrau hat sich vor drei Monaten von Kurt Möllermann getrennt. Das ist ihm, dem gestandenen Professor, passiert. Sie hat ihm Blasiertheit vorgeworfen. Diese

Worte haben ihn getroffen. Er fühlt in sich eine innere Leere, wie er sie oft auch bei seinen Patienten in der Praxis spürt. Das geht natürlich niemand etwas an. Also, was soll er Herrn Engstler sagen? Das mit der Freundin ausspannen sind Wahnideen, wir müssen die Medikation erhöhen.. Oder soll er sich einfach mehr in die Lage seines Gegenübers versetzen. Damit tut er sich schwer, bei Herrn Engstler und überhaupt. Aber Stopp.

Jetzt spürt er bei seinem Patienten einen sehnsüchtigen Blick, den er professionell als Wunsch nach zwischenmenschlicher und sozialer Anerkennung deutet. Er wird seinen Therapiestil ändern, sofort und ganz konkret bei Herrn Engstler. „Lieber Herr Engstler, ich kenne Ihre Freundin überhaupt nicht, wusste gar nicht, dass Sie eine haben. Aber Schluss machen mit einem Partner tut dem anderen immer weh. Wissen Sie, das kann jedem passieren. Ich will ihnen Rückhalt schenken, ich will, dass es Ihnen gut geht. Nur Mut, Sie schaffen das.“ Engstler reagiert erstaunt. „Wirklich, dann kann ich ja hoffen. Und ich verzeihe Ihnen auch, dass sie mir meine Freundin ausgespannt haben.“ Kurt Möllermann schluckt kräftig und erkennt: So verrückt meine Patienten auch sein mögen, ab sofort begegne ich ihnen auf Augenhöhe. Das ist besser für alle Beteiligten. Die innere Leere war fürs Erste bei ihm verschwunden.

Grenzland-Meeting Seelische Gesundheit in Ettelbrück

sl/bks. Zu Erfahrungsaustausch und Vernetzung trafen sich am 26./27. April 2019 Vertreter aus Selbsthilfe-Bewegung, Angehörigenkreisen, Sozialarbeit und Künstlerateliers aus Luxemburg, Saarland und Rheinland-Pfalz privat in der Cafeteria der CHdN-Klinik (Freitag) und im Café Grimmel (Samstag) im luxemburgischen Ettelbrück. Es gab Prospekt- und Literaturauslagen sowie Kurzreferate. Vertreter der initiiierenden Selbsthilfe SeelenLaute Saar im BPE e.V. und der Europäischen Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. (Dortmund) steuerten zentrale Programmakzente bei. Die Europäische Gesellschaft stellte einen Fachbeitrag „Outsider Art als Genesung und Teilhabe“ zur Verfügung, Gangolf Peitz (Saarbrücken) war für SeelenLaute Saar mit dem Beitrag „Medien der PE-Selbsthilfe in unserer Region“ präsent. Die Partizipation der saarländischen Selbsthilfe für seelische Gesundheit im länderübergreifenden Austausch fördert Aufklärung, Wissenserweiterung, Vorurteilsabbau, Inklusion und die Stärkung von Gesundheit(sbewusstsein). Knapp ein Dutzend ausgewählte Teilnehmer*innen diskutierten im Großherzogtum engagiert. Besonders begrüßt wurde die Herausgabe und Verteilung der regionalen Selbsthilfezeitung ‚SeelenLaute‘ print, die die Nutzung von Angeboten und die Darstellung von Alternativen aus der Selbsthilfearbeit kontinuierlich unterstützt. Die abschließende Projektevaluation ergab ein positives Fazit, sodass die Selbsthilfeaktivitäten weitere Grenzlandtreffen mit Themen-Schwerpunkten im Auge haben. Das Treffen 2019 in Ettelbrück konnte dank Förderung der Siemens BKK realisiert werden.

Best of SeelenLaute! 2

Ein poetisches Selbsthilfe-Leseheft,

.. auch zum Verschenken



23 spannende Gedichte & Geschichten,

erschienen in der Selbsthilfezeitung ‚SeelenLaute‘, geschrieben von **Autorinnen und Autoren mit besonderer Lebenserfahrung**. Eine literarisch-gesundheitsbezogene Anthologie aus der Welt der Seele, ihren Tiefen, Höhen, Problemen und Lösungswegen, ..mit Betroffenenblick!

DIN5-Sonderbroschüre, 24 S., mit farbigem Outsider Art-Cover

- Herausgegeben von Selbsthilfe SeelenWorte RLP im BPE e.V., im Frühjahr 2019, mit freundlicher Unterstützung der HEIMAT BKK

Erhältlich bei unseren Meetings, Veranstaltungen und Standpräsenzen, für 2 Euro Schutzgebühr

- ❖ **Versandbezug:** 2 Hefte gibt's (nur per Vorkasse) inkl. Versandaufwand für 5 € bar im Brief an Red. SeelenLaute, Lindenstr. 21, D 66359 Bous oder per Vorüberweisung aufs Selbsthilfekonto von SeelenWorte RLP, IBAN DE88 1007 7777 0240 6361 01
- ❖ **Lesung:** Eine *Best of SeelenLaute!*-Lesung kann bei konkretem Interesse angefragt werden.

EUTB aus Kaiserslautern

Schwerpunkt psychisch-soziale Problemlagen

sw. Der Kaiserslauterer Verein Mein Seelentröpfchen e.V. in der Mainzer Straße 54 betreibt mit Peer-BeraterInnen in Rheinland-Pfalz eine Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung. Susanne Baude, Stephan Riedl, Friedhelm Meck und Silvia Meck stehen Ratsuchenden persönlich, telefonisch und per E-Mail vertraulich und auf Augenhöhe zur Verfügung. Die Beratungen sind kostenfrei. Kontakt über Tel. 0631 / 36139439 und eutb@mein-seelentroepfchen.de

Sammlung Prinzhorn (Heidelberg) entsprechende Darstellungen in der so genannten Außenseiterkunst. Weitere Infos / Flyer u.a. über www.sammlung-prinzhorn.de

Laufende Bilder mit Happy End,
unterlegt mit süßer Musik.

Das Leben zeigt knallharte Bilder,
unterlegt mit Dissonanzen.

Was ist spannender?

Gewächse der Seele

Fünf-Orte-Kulturprojekt im Südwesten

at.de. Das Kooperationsprojekt „Gewächse der Seele – Pflanzenfantasien zwischen Symbolismus und Outsider Art“ ist Ende März in Rheinland-Pfalz gestartet. Im interdisziplinären Fokus steht die Bedeutung der Pflanze als künstlerische Ausdrucksform seelischer Zustände. Mit Ausstellungen, Installationen, Performance-, Tanz- und Theaterdarbietungen beleuchten das Wilhelm-Hack-Museum (Ludwigshafen), zeitraumexit (Mannheim), Galerie Alte Turnhalle (Lebenshilfe, Bad Dürkheim), Museum Haus Cajeth (Heidelberg) und die

Farbcode #FF0040

Amors Pfeil entfacht das Feuer der Liebe.
Die rosarote Brille der Verliebten macht blind.

Wilde Leidenschaft.

Die Muleta lockt.

Warnende Stimmen: Stopp!

Die Glut ist erloschen.

Schamesröte.

Rot vor Wut, gleißend vor Zorn.

Blut fließt.

Ernüchterung im Morgenrot.

Gertrud Esch

SeelenWorte RLP am 29./30. Juni auf dem Rheinland-Pfalz-Tag

Im Pavillon Nr. 5 in der Selbsthilfemeile: Infopoint Seelische Gesundheit & Outsider Art

sw: Selbsthilfe SeelenWorte ist am 29. und 30. Juni auf dem Rheinland-Pfalz-Tag 2019 in Annweiler am Trifels in der „Selbsthilfemeile“ (Am Osterbächel, 10 Fußmin. vom Bf.). Alle Infos und das Gesamtprogramm unter www.rlp-tag.de. Wir sind Samstag von 11-20 Uhr und Sonntag 11-18 Uhr am Stand Nr. 5 - das Infzelt teilen wir mit Mein Seelentröpfchen e.V. aus Kaiserslautern - für Sie und Euch da. Herzlich willkommen! Der RLP-Tag vom 28.-30.06.2019 mit Informations-, Aktions- und Livemusikflächen erstreckt sich in der Innenstadt von Schwimmbad bis Stadion sowie vom Bahnhof bis Markwardanlage. Eintritt frei! Wir bieten den Gästen: Beratung und Prospekte zu Angeboten und Selbsthilfearbeit von SH SeelenWorte RLP, Partner-Saar-Selbsthilfe und Bundesverband BPE e.V. / Bücher, CDs, Publikationen aus Selbsthilfe & Outsider Art / Vorstellung Selbsthilfezeitung SeelenLaute / Original Outsider Art-Präsentation, in Zusammenarbeit mit dem europ. Kunstprojekt Art-Transmitter e.V. Die Präsenz der rheinland-pfälzischen Selbsthilfe für seelische Gesundheit SeelenWorte wird unterstützt durch die BKK Pfaff.



Keine WdSG mehr durch SEKIS Trier

Neue Reihe „Seelische Gesundheit im Blick“

sw/bks. Ohne weitere Ankündigung - unsere Zeitung erfuhr auf Rückfrage davon - hat die Selbsthilfe-Kontakt- und Informationsstelle in der Region Trier die von dort vor zwei Jahren mit Erfolg gestarteten Wochen der Seelischen Gesundheit (WdSG) mit 2018 in der Durchführung schon wieder beendet. Bundesweit finden die Wochen in vielen Städten, Landkreisen und Regionen gezielt im Umfeld des Welttages der Seelischen Gesundheit (10. Oktober) statt. Damit entfallen im SEKIS-Einzugsgebiet die gebündelten Veranstaltungen, die effizient gedruckte WdSG-Broschüre, die öffentliche Eröffnungsveranstaltung (mit dort begonnenen Standpräsenzen originärer Selbsthilfen) usw.

Aus Trier hieß es, man biete jetzt ganzjährig die Reihe „Seelische Gesundheit im Blick“ an, um umfangreicher und weitflächiger Termine anbieten zu können. Tatsächlich besteht das neue Programm (Stand Mai 2019, vgl. Flyer im Netz) stark geschrumpft aus bisher lediglich acht Terminen, mit Veranstaltern/Referenten aus dem therapeutischen Profi- und Leistungserbringensektor sowie der SEKIS selbst. Kontakt/Anmeldung: Tel. 0651/141180, kontakt@sekis-trier.de bzw. über www.sekis-trier.de
In mails an unsere Redaktion bedeuten Selbsthilfevertreter (u.a. von Selbsthilfe SeelenWorte RLP und LAG PE Rheinland-Pfalz) diese SEKIS-Entscheidung, nachdem der Anfang 2017/18 vielversprechend und im Sinne der Selbsthilfe ausbaufähig gewesen sei. Das neue Konzept erscheint den erwähnten öffentlich aktiven Selbsthilfen weniger attraktiv, weniger zielführend.

TERMINE 2019

SeelenLaute + SeelenWorte, vgl. bpe-online.de und BPE-befreundete regionale Selbsthilfen für seelische Gesundheit

15. Juni, Saarbrücken. 13.00-17.00 Uhr Selbsthilfenachmittag „Meditation & Malen für die Seele“. Infoflyer gibt's bei sh_seelenlaute-saar@email.de

2. Donnerstag im Monat, Saarburg. 14.30-16.00 Uhr: Zentrales Monatstreffen von Selbsthilfe SeelenWorte RLP im BPE e.V. Wo? MGH Kulturgießerei, Café Urban, Staden 130

3. Donnerstag im Monat, Saarbrücken. 17.30-19.00 Uhr: Zentrales Monatstreffen von Selbsthilfe SeelenLaute Saar im BPE e.V. Café Jederman, Johannisstr. 2 – **Merzig/Losheim:** Zweimtl. Treff SeelenLauteMerzig-Wadern im BPE e.V. (n.V.)

Vorbehaltlich aktueller Änderungen. / Neuinteressierte / unregelmäßig Teilnehmende mögen vor Treffen gerne anrufen (Tel. 0178 2831417)

Homburg: Dienstags (ungerade KW), 14.30-16 Uhr Treff SHG Bipolar Saarpfalz, 16.15-16.45 Progress. Muskelentspannung. Im TZ Café Goethe (06841/174231), Kaiserstraße 62 Mit Max

Trier: SHG Seelenleben (unabh.) mit Meetings in der Caritas-Tagesstätte ‚Alte Schmiede‘, Petrusstraße 22. Neue Frauengruppe ‚emma‘ (Susanne, Tel. 0176/24731073). Allgem. SHG-Kontakt + Infos: Hans-Peter, Tel. 0175/4986144

Kaiserslautern: Freitags, 15.00 – 17.00 Uhr Offener Treff im Zentrum Seele, Mein Seelentröpfchen e. V., Mainzer Str. 54. Für Betroffene, Angehörige, Freunde, Eltern, Förderer und Vereinsmitgliedern. Für Erfahrungsaustausch und Kontakte

Die allgemeinen Selbsthilfefinfos von SH SeelenLaute Saar und SH SeelenWorte RLP sind in deren Flyern (öfters dieser Zeitung beiliegend) beschrieben, sowie im Netz unter bpe-online.de und art-transmitter.de. Unser Gesundheits- und Sozialengagement wird partnerschaftlich gefördert von Gesetzlicher Krankenversicherung, ministeriellen Stellen, Landkreis- und Kommunalverwaltungen, DRV und humanitären Stiftungen. Dank gilt auch Privatpersonen, Praxen und Einrichtungen für Unterstützungen unserer umfangreichen Arbeit, sowie uns verbundenen beruflichen Fachkräften für „man power“-Hilfe.

❖ Unser Spendenkonto für die Selbsthilfearbeit: SH SeelenLaute, IBAN DE 56 5935 0110 1370 2137 44. Wir sagen DANKE für jede Unterstützung!

SeelenLaute. *Selbsthilfezeitung für seelische Gesundheit. Erscheint sechsmal jährlich als Informationsorgan der Selbsthilfen SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP* Freundlich unterstützt von der GKV-Selbsthilfe-Gemeinschaftsförderung Saarland, in Rheinland-Pfalz projektbezogen von Betriebskrankenkassen

Schlussredaktion und V.i.S.d.P.: G. Peitz. Publizistische Assistenz (Konzeption, Produktion, Satz, Gestaltung, Korrekturen, Recherche, Archiv): c/o Medienstelle Europ. Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. (Dortmund) Druck: LS, o.g. Medienstelle, PrCenter SLS + BKS Saar (ggfs. Nachdrucke). **Printauflage/Verteilung** (mit ‚Lautsprecher‘-Ausgaben 2019) gesamt im Jahr ca. 4.000 Ex. **Heftabgabe an Einzelleser gratis** (Versand gegen Kostenbeitrag 2 € bar/in Briefmarken vorab) bzw. auf **Spendenbasis**. Verteilung/Versand über SH SeelenLaute und SeelenWorte RLP und über o.g. Medienstelle/Großverteiler. Regional an festen Auslagestellen (u.a. in **Rathäusern/Bibliotheken/Sozial-/Gesundheits-Beratungsstellen**; in Saarbrücken z.B. Rathaus, KISS, TZ Försterstraße, Cafe Jederman, Nauwieser Kulturzentrum; **Merzig TRIAS**; **Losheim am See** Praxishaus Doenges; **Homburg** TZ Café Goethe; **Trier** Haus der Gesundheit, Alte Schmiede/Caritas; **Saarburg** MGH; **Mainz** KISS; **Kaiserslautern** Verein Mein Seelentröpfchen; u.v.a.m.) sowie auf **Infoständen, Veranstaltungen, Treffen und Tagungsbeteiligungen** unserer Selbsthilfen, auch länderübergreifend. **Abo** im 8 Ex.-Paket p. Ausgabe für **Einrichtungen, Praxen, Selbsthilfen** auf **20€-Spendebasis**. **Bestellungen** schriftlich (auch per mail) + Überweisung aufs o.g. Konto. **Online-Ausgabe** gratis auf bpe-online.de © **AutorInnen**/Mitarbeitende dieser Ausgabe: G. Esch, A. Hahn, K. Kunze, W. Hille, W. Loskant, G. Peitz und Red.Teams. **Bildnachweis** Fotos/Abb.: A. Hahn, Logo BPE e.V. S.1 / Cover SW S.3 / Logo Staatskanzlei RLP S. 4. Vereinbarte Nachrichtenquellen: art-transmitter.de, BKS Saar. **Nachdruck + Weiterveröffentlichung nur zuvor genehmigt und mit Belegzusendung!** Vorbehaltlich Auswahl, Kürzung und üblicher red. Bearbeitung erhaltener Beiträge, wozu Einsender mit Zusendung ihr Einverständnis gegeben haben. **Redaktionskontakt:** sh_seelenlaute-saar@email.de. Postanschrift: SeelenLaute, c/o Büro BKS Saar, Lindenstr. 21, D 66359 Bous

Erscheinen, Verteilung und Bewerbung dieser Selbsthilfezeitung 2019 für Rheinland-Pfalz im Projektthema dank freundlicher Unterstützung durch **BKK Diakonie, BKK ZF & Partner, BKK 24, Daimler BKK, Novitas BKK und Siemens BKK**



*I am so happy that there are fewer insects left
(Cartoon: Jami)*

Inklusion

Ich ging aufs Klo. Das ist an sich nichts Außergewöhnliches. Doch es war eine Behindertentoilette. Die sind außerordentlich und viel geräumiger. Ich saß da nun also und machte, was man so macht, da bewegte sich der Türgriff. Ich war ruhig, denn ich hatte nicht vergessen abzuschließen. Der Griff bewegte sich wieder, schon ungeduldig. Dann wurde gegen die Tür gepocht, etwas heftig für meine Begriffe. Schließlich rief eine Stimme: „Hallo, Sie da drin! Ich muss mal!“ Inzwischen fühlte ich mich bedrängt. Ich beendete mein Geschäft vorzeitig, unter Bedauern zwar, aber so konnte ich auch nicht mehr. Ich öffnete die Tür. Davor stand eine ältere Dame mit einem Gehwägelchen. Sie blaffte mich an: „Junger Mann, das ist ein Behindertenklo!“ Ich antwortete: „Gute Frau, ich bin behindert.“ „Ja ja, wo sind Sie denn behindert? Sie spinnen ja!“ Natürlich blieb ich ruhig. Ich zeigte ihr meinen Behindertenausweis. Immerhin 60 %. Sie warf einen kurzen Blick drauf. „Ach, erzählen Sie mir nichts! Sie haben doch Beine, aber bestimmt ein Rad ab! Und dieser Wisch ist bestimmt gefälscht.“ Sie schien nicht mehr so dringend zu müssen, jetzt, wo sie schimpfen konnte. Ich hatte große Lust, ihr die Tür vor der Nase zuzuknallen und mich wieder hinzusetzen. Aber ich bin ein höflicher Mensch, also bat ich sie herein. „Und Sie?“ meckerte sie, „wollen Sie zugucken?“ „Ich dachte, ich kann Ihnen vielleicht helfen. Sie sind ja behindert.“ „Reden Sie keinen Quatsch! Ich kann mir sehr gut alleine helfen. Und jetzt raus hier! Toiletenschnorrer!“

So stand ich jetzt vor der verschlossenen Klotür. Von drinnen erklang Grunzen und Stöhnen. Warten würde ich nicht. Das konnte länger dauern. Ich verließ das Gebäude und ging zum Parkhaus, wo mein Fahrrad stand. Auf dem Platz für behinderte Frauen. *Martin Stöffel*



Die Kinderstube meiner Träume

- für meine Schwester - von Thomas 2017

Die ganz groß gefühlte Welt
umschlungen von der Enge
einer unendlichen Weite
nie endender Möglichkeit
eines Jeder- und
Niemandmannes

Im Kleinen wird groß
aufgezogen
und erzogen frech
wird immer einer siegen
über die Leichtfüßigkeit
gesunder Ignoranz

Meine Tricks fallen mir leicht
so wie das ff

aus dem ich schöpfe
falle aus jedem Rahmen
etcetra pp
und schnell wieder weg

Mein Wechselrahmen
passt auf alle Bilder
Bilder die fliehen und stürmen
angeblasen, angesäuselt
wie in Trance

ein Bildersturm
und es regnet hundert Sonnen



Mad Pride 2019 in Köln

vom Einladungsflyer:



Barrieren auf den Schrottplatz! Schubladen in den Müll! Diagnosen zu Seifenblasen! Küsst den Wahnsinn wach, liebt Krumm-beine und Spasmen – rollt, humpelt, tastet euch vor!... Viele erleben uns als irritierend, wenn wir sind wie wir sind. Viele meinen unser Alltag wäre leidvoll. Doch das ist ihr Problem, nicht unseres. Wir erleben uns lustvoll und zugewandt, verlieben uns, haben Beziehungen und bekommen Kinder. Wir essen, schlafen, lernen, arbeiten, genießen, flanieren und bei der MADPRIDE feiern wir unser Leben. Deshalb: Trau dich zu fordern, was du brauchst! Zeige deine Sehnsüchte, dein Begehren, deine Freude, deine Lust!...

Bericht von der MADPRIDE 2019

Stolz, selbstbewusst, von Samba-Beats, Trompeten und inneren Ryhtmen angetrieben folgten zwischen 150 und 250 Menschen* am Pfingstmontag dem Aufruf der Kölner MADPRIDE, um zusammen vom Neptunplatz in Ehrenfeld zum Odoniengelände Vielfalt und Widerstand durch die Kölner Straßen zu tragen.

Bunte Farben, lächelnde Gesichter, bewegende Körper, Schilder mit vielseitigen Aussagen.

So war zu lesen: „Mut tut gut“, „Alle Menschen sind gleich. Grundgesetz Art. 3 – von wegen!“, „Diagnosen zu Seifenblasen“, „Sprachverbote über Suizidalität töten!“, „Ich will wohnen wie ich will! Barrierefrei, bezahlbar, mit der Hilfe die ich brauche!“ oder auch „dumme und ängstliche Gesellschaften stecken Menschen in Schubladen!“.

Nicht nur auf der Madpride, immer sollte uns das Gefühl, stolz zu sein wie wir sind, durch Straßen, Wälder und unsere Lebenslabyrinth tragen. Auf der MADPRIDE war dafür eine gute „Tankstelle“.

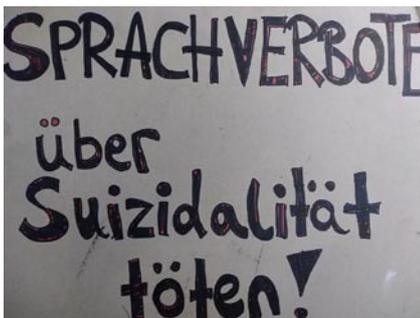
Juli

**Entschuldigt bitte die ungenaue Schätzung der Teilnehmer*innen-zahlen, offizielle Berichterstattungen in Zeitungen fanden sich leider nicht!*





Stellungnahme des LPE NRW zum Gesetz über das Festbinden von Psychiatrie-Insassen



Plakate und Schnappschüsse von der mad pride 2019

Das Bundesministerium für Justiz und Verbraucherschutz hat ein neues Gesetz entworfen. Es hat den Namen: „Gesetz zur Stärkung der Rechte von Betroffenen bei Fixierungen im Rahmen von Freiheitsentziehungen“. Es bezieht sich auf das Urteil 2 BvR 309/15, 2 BvR 502/16 des Bundesverfassungsgerichts vom 24.7.2018.

Der Landesverband der Psychiatrie-Erfahrenen NRW wurde leider nicht gefragt, wie er das Gesetz findet. Wir meinen, der Name des Gesetzes ist bewusst betrügerisch und irre führend gewählt. Die Rechte von Menschen in der Psychiatrie werden mit dem Gesetz missachtet. Das Gesetz muss anders genannt werden. Zum Beispiel „Gesetz zu weiteren Entrechtung und zum Festbinden von Psychiatrie-Insassen“. Das Bundesministerium für Justiz und Verbraucherschutz betrügt die Menschen um ihre Menschenrechte und liefert sie psychiatrischer Folter aus. Es wird so getan, als sei die Folter rechtsstaatlich, weil ein Richter dem zugestimmt hat.

Dabei macht der Richter nur das, was der Psychiater wünscht. Der Psychiater will einen bereits gefangenen Insassen jetzt auch noch festbinden und quälen. Dazu schreibt er einen Text und nennt das „Gutachten“. Damit ist der Richter zufrieden und fühlt sich legitimiert, das Fesseln zu genehmigen.

Die Hilflosigkeit, Inkompetenz und Ignoranz der Psychiater/innen und Pfleger/innen führt dazu, dass Menschenrechte gebrochen werden. Menschen, die in Krisen sind und eigentlich der Hilfe bedürfen, werden

stattdessen gefoltert durch Fesselungen ans Bett.

Die Menschen, die gefesselt werden, sind absolut ausgeliefert: „In einer identischen Situation befindet sich der Gefangene, der durch die Fixierung in eine absolute Ohnmachtsposition gebracht wird.“ (Goerdeler, in: Feest, Lesting, Lindemann, StVollzG, 2017, Teil II., § 78, Rn. 40).

Wer kontrolliert das Fehlverhalten der Psychiatrie?

Wie sollen sich Patienten gegen die Deutungshoheit der Anstalt wehren? Wer sorgt dafür, dass das Personal Situationen nicht absichtlich eskalieren lässt?

Wer schützt die Insassen vor Schikaniierungen und Provokationen durch das Anstaltspersonal?

Deutschland muss Fesselungen endlich als Folterhandlungen anerkennen. Fesselungen von Menschen müssen verboten werden.

Wir wollen, dass Psychiatrien für Fesselungen bestraft werden können. Opfer von Fesselungen müssen entschädigt und rehabilitiert werden. Wenn Deutschland weiterhin die Menschenrechte, präzisiert in der Behindertenrechtskonventionen (UN-BRK) ignorieren will, fordern wir dazu auf,

- 1.) sich international offen zu seinen Menschenrechtsverletzungen zu bekennen und
- 2.) nach Art. 48 UN-BRK das Abkommen aufzukündigen.

Der Vorstand des Landesverbands Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V.
Doris Thelen Sabine Wolfrum
Fritz Schuster Claus Wefing
Matthias Seibt
Martin Lindheimer (Autor)



Offener Brief an die Linksfraktion im Hamburger Senat

Wir nehmen zur Kenntnis, dass der Tod von Herrn Tonou-Mbobda im UKE Hamburg Anlass gibt, die Personaldebatte zu befeuern.

Wir fordern, dass Todesfälle in Folge psychiatrischer Gewalt nicht für Debatten um Personalausstattung instrumentalisiert werden. Der Kampf Psychiatrie-Betroffener um die Wahrung ihrer Menschenrechte und der Kampf des Psychiatrie-Personals um Entlastung müssen getrennt voneinander geführt werden. Sie gehören nicht zusammen.

Personalmangel tötet nicht, sondern psychiatrische Gewalt tötet. Gewalt ist integraler Bestandteil der Institution Psychiatrie. Sie kommt dadurch zustande, dass psychiatrische Professionelle

1. die Macht haben, andere zu definieren (als „krank“, „behandlungsbedürftig“, „uneinsichtig“),
 2. die Macht haben, Entscheidungen über sie zutreffen (sie einzusperren, festzubinden, zu „behandeln“),
 3. durch Gerichte legitimiert werden und
 4. ihre Entscheidungen mit Gewalt durchsetzen können, ohne Konsequenzen befürchten zu müssen.
- Dabei handelt es sich um ein menschenrechtliches Problem, das nicht durch personale Maßnahmen zu beheben ist.

Die Forderung Celiks *„Die Durchführung von Zwangsmaßnahmen sollten ausschließlich dem medizinischen Personal vorbehalten sein und entsprechend im Hamburgischen Gesetz über Hilfen und Schutzmaßnahmen bei psychischen Krankheiten geregelt werden.“* (1) ignoriert die Vorgaben der UN-Behindertenrechtskonvention (2),(3) sowie die Rügen des

Sonderberichterstatters über Folter der UN (4) und des UN-Komitees über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (5). Alle drei haben klargestellt, dass unsere psychiatrischen Sondergesetze menschenrechtlich unzulässig sind.

Anlaufstellen von und für Psychiatrie-Erfahrene in Deutschland und weltweit operieren teils seit Jahrzehnten mit wenigen materiellen und personellen Ressourcen. Bei unserem „Personal“ handelt es sich zumeist um Menschen, die zu irgendeinem Zeitpunkt ihres Lebens als „psychisch krank“, „fremdgefährdend“ oder „gesellschaftsunfähig“ etikettiert wurden. Uns ist jedoch kein einziger Fall bekannt, in dem wir uns gegenseitig umgebracht hätten. Dies erklärt sich dadurch, dass in unseren Selbsthilfestrukturen keine Machtungleichgewichte herrschen wie in Psychiatrien.

Seit über 15 Jahren wird im Statistischen Jahrbuch nicht mehr aufgeführt, wie viele Menschen jährlich in psychiatrischen Institutionen zu Tode kommen. Bis 2003 lag die Zahl der Toten jährlich zwischen 2.000 und 5.000. Dabei sind noch nicht diejenigen Verstorbenen einberechnet, die kurz vor ihrem Tod auf somatische Stationen verlegt oder rückwirkend entlassen wurden, ebenso wenig wie die vielen Menschen, die in der ambulanten „Nachsorge“ oder Dauerbetreuung unter Polypharmazie oft sehr jung versterben.

Wir fordern daher seit langem, dass diese Zahlen wieder offiziell zugänglich sind. Vielleicht wird dann dem letzten Politiker/der letzten Politikerin* klar, dass wir hier vom Recht auf Leben sprechen. Der Kampf um gute Arbeitsbedingungen ist ein anderer.

*Unterzeichner*innen:*

Kristina Dernbach, Mitglied im geschäftsf. Vorstand des BPE e.V. LPE NRW e. V.
 AK-Psychiatriegewalt stoppen
 Psychiatrie-kritische Gruppe Bremen
 Julia B. - Gabor K. - Sabine Wieg
 Miltglieder in WIR e. V.
 Heike O. (Bremen)
 Katrin Eissing
 Irene Nenof
 Lucy Meier, Rechtsanwaltskanzlei
 Stefan Minninger (Kiel)

Fußnoten:

- (1) <https://www.welt.de/regionales/hamburg/article193655219/Gefahrungsanzeigen-Todesfall-Zuhohe-Belastung-in-UKE-Psychiatrie.html?fbclid=IwAR3cK9K8mGTAfVjZK9hH8drh3y8v11Y5P968YJIwzB35JPztxbOzF2oQVf8>
- (2) <https://www.behindertenrechtskonvention.info/freiheit-und-sicherheit-der-person-3816/>
- (3) <https://www.behindertenrechtskonvention.info/koerperliche-unversehrtheit-3860/>
- (4) <https://www.institut-fuer-menschenrechte.de/monitoring-stelle-un-brk/meldung/article/un-sonderberichterstatter-absolute-verbot-von-jeglichen-zwangsbehandlungen-im-zusammenhang-der-psy/>
- (5) https://www.institut-fuer-menschenrechte.de/fileadmin/user_upload/PDF-Dateie/UN-Dokumente/CRPD_Abschliessende_Bemerkungen_ueber_den_ersten_Staatenbericht_Deutschlands.pdf

Absetzen mit Tapering Strips

Am 08.04.2019 war ich zusammen mit Martin Lindheimer bei einem Absetz-Seminar in Herford. Eingeladen hatte die Westfälische Gesellschaft für soziale Psychiatrie Herford in die örtliche Volkshochschule.

Der Vortrag wurde von einem Niederländer namens Peter Groot gehalten, der selbst Erfahrung mit dem Absetzen hatte. Als Zuhörer war auch Dr. Peter Ansari anwesend. Es ging darum, dass Patienten beim Absetzen eher verunsichert werden. Herr Groot regte an, die Beziehung zwischen Arzt und Patient zu verbessern. Dazu gehörte zuallererst einmal, den Patienten ernst zu nehmen, zuzuhören und akzeptieren, dass beim Absetzen Unsicherheit und Unwissen in großem Maße vorhanden sind. Es sollten auch Absprachen mit dem Arzt getroffen werden für den Fall einer Krise, wenn ein Rückfall eintritt. Es ging aber auch darum, das sehr viel Geld in die Erforschung von neuen Medikamenten gesteckt

wird, die Erforschung vom Absetzen der Medikamente aber eher ins Hintertreffen gerät.

Beim Absetzen reagiert jeder Mensch anders. Groot verglich die Forschung mit einem Auto, wo das Gasgeben erforscht wird aber nicht das Bremsen. Es gibt in den Niederlanden erst seit kurzem eine Richtlinie zum Absetzen, obwohl Psychopharmaka seit 70 Jahren verordnet werden. Bei Entzugserscheinungen sind viele Ärzte skeptisch und verunsichern die Patienten. Sie sind aber auch selber ratlos gegenüber Rückfällen und Entzugserscheinungen.

Für die Krankenkassen ist eine Dauermedikation meist billiger. Was meiner Meinung nach gar nicht stimmt. Eine Packung Seroquel mit 100 Tabletten kostet 700 Euro. Die Fabriken wollen keine kleineren Tabletten anbieten. Ich selber denke auch noch an den ambulanten sozialpsychiatrischen

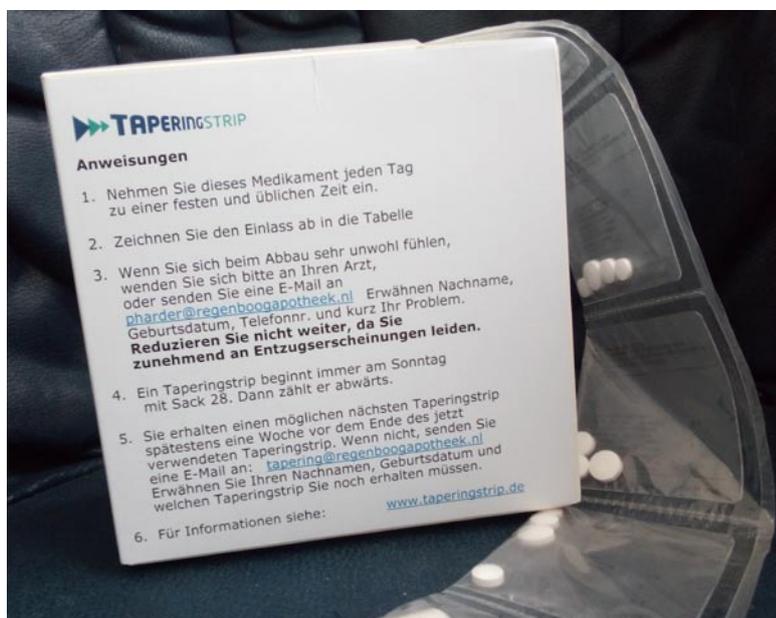
Dienst. Dort werden oft Fachkräfte eingesetzt, die mit dem Auto zu den Patienten in die Wohnung fahren, um die Medikamente zu verabreichen. Oft müssen das die Betroffenen selbst bezahlen.

Herr Groot stellte die Tapering Strips vor. Es ist ein ganz einfaches Prinzip. Es werden noch kleinere Mengen von Antidepressiva verabreicht und die Absetzschritte werden durch individuelle Mischung sehr kleinschrittig. Mit dem System werden die Absetzschritte so minimal, wie es nach bisherigen Methoden kaum erreichbar ist. So kann ein Absetzschritt z.B. von 10mg auf 8mg auf 28 Tage, 56 Tage, 112 Tage oder länger verteilt werden. Der Referent berichtete insbesondere von Venlafaxin (gegen Depression und Angststörungen), die Halbwertszeiten und das Verstoffwechselln. Die Idee finde ich gar nicht so dumm. Nur die Kosten der Herstellung dieser Strips belaufen sich für 28 Tage auf 77 Euro, die der Patient selber bezahlen muss. Außerdem braucht er trotzdem ein Rezept.

Martin Lindheimer merkte an, dass man auch heute schon mit einem entsprechenden Rezept Tabletten mit kleinen Mengen Wirkstoff in der Apotheke bestellen kann (Kapselanmischung).

Denn Vortrag fand ich ganz gut, aber es waren doch windige Geschäftemacher am Werk. Sie sind aber doch noch ehrenwerter als die Psychiatrie. Der Vortrag kostete 5 Euro. T. Eissele

Weitere Informationen unter
www.taperingstrip.org
p.c.groot@maastrichtuniversity.nl



Die Tapering-Box ist ein Karton mit Bedienungsanleitung, die 28 Tütchen mit den Medikamenten für den jeweiligen Tag in der gewünschten Dosierung enthalten

Van Gogh – An der Schwelle zur Ewigkeit

Filmbesprechung von Thomas Eissele

Zur Zeit läuft im Kino eine Biographie über Vincent Van Gogh (1853-1890). Er war ein Maler, der im 19. Jahrhundert die Kunst der Moderne einläutete.

Gerade für uns Psychiatrie-Erfahrene ist es ein wichtiges Zeitdokument, wie die Psychiatrie vor 130 Jahren aussah. Der Film zeigt viele schöne Landschaftsbilder, die mit klassischer Musik untermalt sind.

Beschrieben wird der Maler Vincent Van Gogh, der wie besessen malte, um seinen inneren Druck los zu werden. Er war ziemlich verarmt und konnte sich nicht mal ein Zimmer leisten. Sein Bruder Theo, zu dem er eine ganz intensive Freundschaft pflegte, überwies ihm 250 Gulden im Monat.

Von Gogh hielt sich oft in der Natur auf und malte Landschaften. In dem Film kommt eine Szene vor, wie er beim Malen in der Natur von einer Schulklasse entdeckt wurde, er war dabei Wurzeln zu malen. Die Schulklasse verspottete ihn und es kam zu einer Rauferei, schuldig war natürlich Van Gogh, obwohl die Schulklasse ihn aufsuchte, provozierte und nicht umgekehrt. Darauf wurde er in eine Klinik eingewiesen. In einer Szene wird gezeigt, wie die Psychiatrie-Erfahrenen damals in Badewannen mit kaltem und warmem Wasser begossen wurden. In dieser Szene lernt Van Gogh einen General kennen, der durch ein Kriegstrauma wahnsinnig wurde.

Dann lernte van Gogh den Maler Paul Gauguin kennen. Es beginnt eine intensive Freundschaft zwischen den beiden, durch diese Freundschaft entwickelte sich auch der Kunststil Van Goghs. Paul hatte aber mehr Erfolg als er, er trennte

sich von ihm. Durch den Verlust dieser Freundschaft und den großen Schmerz schnitt sich Van Gogh ein Ohr ab. Er kam wieder in die Klinik. In der Zwischenzeit wurde er als Maler berühmt, das half ihm aber nicht weiter, er blieb arm und verachtet. Er malte aber weiter. In einer weiteren Szene versucht Van Gogh eine junge Schäferin zu malen, die Schäferin verstand das aber falsch und es kam zu einem Streit. (Der Film lässt offen, was zwischen den beiden abging). Es könnte aber auch eine Vergewaltigung gewesen sein, was aber eher unwahrscheinlich war. Das Dorf, in dem die Schäferin wohnte, stellte eine Petition, wo van Gogh verboten wurde, das Dorf zu betreten.

Vincent kam in die Zwangspsychiatrie. In dem Film kommt eine Szene vor, in der er in einer Zwangsjacke Hofgang hatte. Es gibt übrigens auch ein Bild von ihm, wie er in der Anstalt war. Ein Priester, der von seiner Kunst nicht überzeugt war, verhalf ihm wieder zur Freiheit

Der Film endet mit einer Szene, in der Vincent wieder Landschaften malte und von zwei Passanten erschossen wurde. Seine Leichnam wurde aufgebahrt und viele nahmen Abschied von ihm. Erst dadurch wurden seine Bilder berühmt.

Auch heute gibt es viele Psychiatrie-Erfahrene, die gute Künstler sind. Es gibt aber auch unterschiedliche Vermarktungsformen. In Stuttgart macht es meisten die Bürgerhelferin Inge Schöck, die eher die Interessen der Profis vertritt. Es gibt aber auch Betroffene, die ihre Kunst selber vermarkten.

Thomas Eissele

Neuerscheinung

Gegendiagnose II

Beiträge zur radikalen Kritik an
Psychologie und Psychiatrie

Esto Mader, Cora Schmechel,
Kim Kawalska, Alex Steinweg (Hg.)

Broschur | 140x205mm

288 Seiten | 19,80 €

978-396042-063-7 | 2-973

*Buchbeschreibung
von der Verlagsseite:*

Bald vier Jahre ist es her, seitdem der erste „Gegendiagnose“-Band der Reihe Get Well Soon! zur kritischen Analyse von Psycho- und Gesundheitspolitik erschienen ist. Im zweiten Band liegt der Schwerpunkt auf den Momenten, in denen „wir“ uns pathologisieren und selbst regieren und welche Rolle dabei Begriffe wie psychische Gesundheit und Krankheit, Normalität und Eigenverantwortung spielen. Die ‚zweite Gegendiagnose‘ zeichnet sich durch eine große Vielfalt an expliziter und reflektierter Diversität der Perspektiven aus, ebenso durch eine Varianz der Beitragsformen. Von wissenschaftlicher abstrakter Theoriarbeit und Analyse über autoethnografische Zugänge bis hin zu sehr persönlichen Erfahrungsberichten und Prosa, von der Betroffenen- über die Angehörigen-Perspektive bis hin zu der Perspektive der ‚Professionellen‘ sind vertreten. Dieses Nebeneinander der Perspektiven ist als Kritik an der vorherrschenden Definitionsgewalt der Psy-Disziplinen und ihrer Institutionen zu verstehen. Die Beiträge analysieren Mechanismen und Auswirkungen des neoliberalen psychologischen-psychiatrischen Gesundheitssystems und fragen nach Widerstandsmöglichkeiten auf unterschiedlichen Ebenen.
<https://www.edition-assemblage.de/buecher/gegendiagnose-ii/>

Psychose als Selbstfindung

E. Demke & M. Olostiak-Brahms (Hg.)
Broschiert,
DINA4, 102 Seiten.
ISBN 978-3-9820780-0-7.

Zum 100. Geburtstag von Dorothea Buck am 5. April 2017 haben E. Demke und M. Olostiak-Brahms für den BPE e. V. eine Fest- und Feierschrift herausgegeben. Aufgerufen waren Psychiatrie-Erfahrene, eigene Erlebnisse auf maximal einer DinA4-Seite aufzuschreiben, die zum Thema „Psychose als Selbstfindung“ passen. Denn mit diesem Untertitel war Dorothea Bucks erstes Buch „Auf der Spur des Morgensterns“ 1990 erschienen und es ist ein Thema, das sie bis heute bewegt. Fast 100 (genau 83) Psychiatrie-Erfahrene folgten dem Aufruf und zeigen, wie unterschiedlich das Erlebte sein kann.



Das Buch ist erhältlich vom BPE-Büro in Bochum unter Voreinsendung von 7 Euro auf das BPE-Konto IBAN DE74 3702 0500 0007 0798 00 unter Angabe von Namen & Adresse

Hinter verschlossenen Türen

Das Walraff-Team berichtet undercover aus Psychiatrien und Jugendhilfe

Im März 2019 zeigte das Team Walraff mit ihrer Undercover-Doku einen düsteren Einblick in Deutschlands Psychiatrien und Jugendhilfeeinrichtungen.

Für die Doku wurde ein Jahr undercover in Einrichtungen recherchiert. Journalist*innen wurden zu Praktikant*innen und durch versteckte Kameras wurde sichtbar, was sonst hinter Datenschutz und Schweigepflicht meist verborgen bleibt. Überbelegungen, Falscheinweisungen, Disziplinarmaßnahmen, heimliche Medikamentenvergaben, Sekundenabfertigungen in Visiten, unmenschlicher Umgangston, subtile bis rohe Gewalt. Ein „Deeskalationsraum“ in einer Jugendhilfeeinrichtung, in denen Jugendliche unter anderem tagelang weggesperrt wurden, ein Eimer als Toilettensatz, etc..

In Klinikstellungsnahmen nach der Veröffentlichung wurde mit Schlagwörtern wie „Skandalisierung“, „Aufbauschung“ versucht, die Dokumentation abzuwerten bzw. wurden bestimmte, in der Dokumentation sichtbare Situationen als Einzelfälle bezeichnet oder z.B. der Eimer als Toilettensatz geleugnet, nach dem Motto, was nicht sein darf, gibt es auch nicht.

Schon vor Veröffentlichung der „undercover in psychiatrischer Steinzeit“-Folge, wie es Dr. med. Jan Schlimme in und der Spiegel über die Doku benannten, gab es 26 juristische Eingebungen/Abmahnungen, die versuchten, eine Veröffentlichung zu verhindern. Auf der RTL -Seite teilte Walraff selbst mit, dass noch nie so massiv versucht wurde, eine Ausstrahlung zu verhindern. Zum Glück motivierte dies das Walraff-Team anstatt sich einschüchtern zu lassen.

Kliniken sollten sich konstruktiv mit vorgetragener Kritik auseinandersetzen, Situationen in Kliniken verbessern anstatt wie häufig, Geld in Anwalt*innen investieren, die dann eine „Zensur- und Mundtot-Politik“ durchsetzen, damit die psychiatrischen Mühlen sich weiter drehen, wie sie es gewohnt sind.

Ak-Psychiatriegewalt stoppen

Zensurpolitik der Psychiatrien

Bremen liefert ein weiteres Beispiel für das Vorgehen gegen Medien. Auch hier gibt es eine Geschichte von drohenden Anwalt*innen im Auftrag von Kliniken gegen Medien, die meist im Verborgenen bleibt. Für das Klinikum Bremen-Ost arbeitet u.a. die gleiche Anwaltskanzlei Höcker und Co, eben wie wiederholt in Fällen gegen Walraff. Diese Kanzlei schaffte es z.B. im letzten Jahr eine Kürzung/Zensur bei dem renomierten ZDF-Format Frontal21 zu bewirken. Es ging um die Allgemeinpsychiatrie und Forensik in Bremen und vor allem um Ahmet Agir, der 2017 bei einer Absonderung in der forensischen Psychiatrie Bremen-Ost ins Koma fiel und drei Tage später verstarb. Eine weitere Berichterstattung zu diesem Todesfall wurde im GefangenInfo veröffentlicht. Auch hier wirkten die Höcker-Anwälte im Hintergrund. Das GefangenInfo wurde aufgefordert, den Artikel „Ende einer Therapie“ aus dem Internet zu löschen, um so einer Geldstrafe zu entkommen.

Die offizielle Variante besagt, wie in vielen Todesfällen nach Gewalteinwirkung, „Vorerkrankung“, „schicksalshafter Tod“, wer dem widerspricht, riskiert, verklagt zu werden. Das selbst Medien sich einschüchtern lassen und letztendlich gewinnt, wer das meiste Geld oder die meiste Macht hat, ist alles andere als etwas, was mit Demokratie zu tun hat. Im Falle von Ahmets Tod wurde nun nach zwei Jahren wiederholt versucht das Verfahren einzustellen bzw. keine Anklage zuzulassen. Angehörige und Aktivist*innen kämpfen weiter. (weitere Informationen z.B. GefangenInfo122)

AK-Psychiatriegewalt stoppen



20 Jahre Zentrum für Arbeit & Kommunikation

Vor 20 Jahren begann meine Laufbahn im Zentrum für Arbeit und Kommunikation in Eßlingen. Ich war damals wegen meiner Sektengeschichte in der Tagesklinik in Nürtingen, da wurde mir diese Tagesstätte empfohlen. Meine erster Eindruck war gar nicht so schlecht: Es gab eine Beschwerdestelle, so kam in mir die Hoffnung auf, dass es hier nicht ganz so zugeht wie bei den Körperbehinderten mit Lernbehinderung.

Ich war bald gut integriert und fühlte mich dort wohl. Mit den anderen Besuchern kam ich recht gut aus. Was aber von Anfang an nicht gut war, war der Sozialarbeiter Straub. Von ihm kamen sehr oft Bemerkungen wie: „Wir wollen nicht wahr haben, dass wir krank sind“. Herr Straub war auch für meine Betreuung in der Firma zuständig, wo er eher auf Seiten des Arbeitgebers stand. Herr Straub leitete zusammen mit Herrn Krug die Männergruppe.

In dieser Zeit lernte ich auch das Netzwerk „Stimmenhören“ in Berlin kennen. Ich gründe eine Selbsthilfegruppe für Stimmenhörer. Die Leiterin der Tagesstätte, Frau Mening, war begeistert von dieser Idee und druckte Flyer mit der Aufschrift „Tobias Eissler gründet Selbsthilfegruppe für Stimmenhörer“, aber mit ihrer eigenen Telefonnummer. Am Anfang waren wir fünf Leute, Frau Mening fragte regelmäßig meine Besucher aus. Zwei Leute gingen und wir waren am Ende noch zu dritt. Kristian konnte dann dank dieser Gruppe wieder Autofahren.

Dann regte ich einmal an, in der Mittwochsgemeinschaft einen Abend über die Psychoanalyse zu machen. Lothar, ein Betroffener der Männergruppe, der früher Psychologie studiert hatte, hielt den Vortrag. Herr Krug setzte alles

daran, um diesen Vortrag zu zerreden, unsere Tagesstättensprecherin Dunja, eine Betroffene, stimmte Herrn Krug in allem zu.

Als ich einmal in der Klinik war, lernte ich die A-Gruppen kennen und ging in die A-Gruppen und in die Gruppe EKS (Erwachsene Kinder suchtkranker Eltern). Als Herr Straub und Frau Mening das mitbekamen, reizte mich Frau Mening bewusst bei einem Sommerfest und ich bekam vier Wochen Hausverbot. In dieser Zeit machten Herr Straub und Herr Krug einen Abend über die A-Gruppen, ohne mich. Frau Mening, die das Hausverbot aussprach, drängte mich doch zum SPDI zu kommen, was ich natürlich nicht tat. Ich wollte noch einen Freund mit in die EKS-Gruppe mitnehmen, der wahrscheinlich auch Probleme mit seiner Familie hatte. Er ging aber nicht mit. Der Freund kam ein halbes Jahr später auf ungeklärte Weise ums Leben. Er verschwand am Faschingsdienstag und wurde sechs Wochen später in einem Waldstück tot aufgefunden.

Was in der Tagesstätte gut war, ist das Mittagessen und die Arbeitslosen, die durch eine ABM-Maßnahme auch in der Werkstatt arbeiteten. So lernte man auch Leute außerhalb der Psychozene kennen. Es hingen aber immer Plakate an der Wand, dass man auffällige Personen der Tagesstättenleitung melden soll. Wir haben zwei Männer angestellt, der eine war früher Polizist, der andere in der Armee. Es hängen auch Plakate an der Wand, was man tun muss, wenn jemand ausrastet, in den letzten zwanzig Jahren sind gerade zwei Leute ausgerastet.

Dass die Tagesstättenleitung auch mit den Ärzten Kontakt hat, ist normal. Als Frau Mening mich reizte wegen den A-

Gruppen und ich ausrastete, informierte Frau Mening auch meinen Psychiater. Ich unterhielt mich mal mit einer Leiterin von einer Beschwerdestelle darüber, die fand das Verhalten von Frau Mening ok. Ich wurde auch von meiner Ärztin gedrängt, zum SPDI zu gehen. Als mir mein alter Arbeitgeber kündigte, wollte er auch eine Schweigepflichtsentbindung vom SPDI, damit er bei der Suche nach einer neuen Werkstatt behilflich sein konnte, es ging aber nur darum, die Abfindung zu sparen.

Nach meiner Kündigung schrieb ich einen Leserbrief über Stigmatisierung von Behinderten. Die Presse kam extra zu mir nach Hause und machte ein Bild von mir, das in die Zeitung kam. Als Frau Mening das mitbekam, lud sie sofort die Nachbarschaft von der Tagesstätte ein und klärte sie über die Tagesstätte zusammen mit unserer Tagesstättensprecherin Dunja auf.

Seitdem ich im BPE bin und nach Bochum fahre, machte Frau Mening ständig irgendwelche Workshops, um Anregungen zu sammeln. Sie meinte, ich soll mich doch auch beteiligen, was ich natürlich nicht tue. Aus Jux erzählte ich mal, dass ich eine EX-IN-Ausbildung mache. Schwuppdiwupp, war eine EX-IN-Gruppe im Angebot. Als ich ihr aber dann ein paar Wochen später sagte, dass das gar nicht stimmt, wurde das Projekt wieder eingestellt.

An diesem Beispiel kann man erkennen, wie wichtig es ist, eine unabhängige Selbsthilfe zu fördern. Wenn man das Verhalten von Frau Mening und ihren Kollegen sieht, tun sie alles, um eine unabhängige Selbsthilfe zu unterdrücken. Frau Mening machte jetzt auf einmal auf Antipsychiatrie, um mich mit einzubeziehen



Claudia Schmitz
01.02.1965 -
16.04.2019

„Möge Frieden auf Erden sein“

Das war ein zentraler Wunsch von Claudia. Im Alter von nur 54 Jahren ging sie von uns. Von Beginn an war sie lange Jahre die gute Seele der Anlaufstelle Rheinland in Köln. Sie hat die Räumlichkeiten vor der Eröffnung mit uns zusammen renoviert und aufgebaut. Sie war stets mit Herz, Hand und Kopf dabei: In den ersten Jahren eröffnete sie eines unserer ersten Cafés, das es bis heute gibt.

Sie begründete zudem verschiedene Gruppen. Unter anderem eine Nichtrauchergruppe, eine Emotions-Anonymus (EA) Gruppe, eine Frauengruppe und „Aktiv-für-den-Selbstwert“. Mehrmals organisierte sie einen Gedenktag der Psychiatrie-Toten in Leverkusen.

Ihre wohlwollende, gutmütige und humorvolle Art kam vielen Menschen entgegen. Sie begleitete weiter außerhalb unserer Anlaufstelle und hat sich häufig über alle Maßen eingesetzt. Sie gab Anderen Geborgenheit, Halt und Zuversicht. Auch in schweren Zeiten setzte sie sich für Menschen ein, die ihr sehr am Herzen lagen. Die letzten Lebensjahre konnte Claudia nicht mehr zu ihren gewohnten Kräften kommen, die sie sich doch so sehnlich gewünscht hat. Wir werden Claudia stets in guter Erinnerung behalten.

Im stillen Gedenken

Martin Lindheimer für den Vorstand des LPE NRW, das Team, die Ehrenamtler, Aktiven und Freunde der Anlaufstelle Rheinland des LPE NRW e.V. in Köln

Foto: Martin Lindheimer

Anlaufstelle Rheinland

des LPE NRW e.V.,
 51065 Köln, Graf-Adolf-Str. 77;
www.anlaufstelle-rheinland.de
 Tel. 0221-964 768 75.

- Selbsthilfberatung des LPE NRW e.V. Mo 14.30-17 Uhr, 19-21.30 Uhr unter Tel. 0212-53 641
- Offenes Café: Mo, Fr 16-19 Uhr. Mi 14-19 Uhr mit Beratung
- Selbsthilfegruppe „Lebenswert“ für Depressionen, Ängste und psycho-somatische Störungsbilder mit Sandy, jeden 1.+3. Do. 18-20 Uhr
- Genesungsbegleitung für die Seele mit Bärbel einmal pro Monat, Infos unter Tel. 0173 / 607 33 98.
- JPEK: Junge Psychiatrie-Erfahrene (18 bis 35 Jahre) jeden Di. 17.30-19.30 Uhr

Veranstaltungen

- **Sa 31.08.2019 in Bochum**
 Selbsthilfetag des LPE NRW e.V.
 11.00 - 17.30 Uhr
- **Mi 02.10.2019 in Bochum**
 Tag der Psychiatrietoten
 (Veranstaltungen in weiteren Orten in Planung)
- **Fr-So:11-13.10.2019 in Heidelberg**
 Jahrestagung des BPE e.V.

Berichtigung: Im Lautsprecher 59 wurde auf Seite 9 Mirko und Kristina das Video über den SHT 2018 in Bochum zugeschrieben. **Richtig ist:** Roland Gleich ist für Aufnahme und Schnitt verantwortlich. Wir bitten um Entschuldigung.

Organisation PSYCHIATRIE-ERFAHRENER

Anlaufstelle

Westfalen des LPE NRW e.V. + Weglaufhaus, 44807 Bochum, Herner Straße 406
www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de, Tel. 0234 / 640 5102
oder 0234 / 68 70 5552



Offene Cafés

Jeden Montag 15-17.30 Uhr &
jeden Freitag 14-17 Uhr.

**Selbsthilfegesprächsgruppe für
Psychiatrie-Erfahrene**
jeden Montag 17.30-19.30 Uhr

Kunsttreff

jeden Mittwoch 16-18 Uhr

Selbsthilfegruppe „Abtauchen“

Versenkung: Achtsamkeit,
jeden Donnerstag 17-18.30 Uhr

**Selbsthilfegruppe für junge
Psychiatrie-Erfahrene (18-35 J)**
jeden Dienstag 17.30-19.30 Uhr

Aktiventreffen

jeden ersten Mittwoch im Monat
ab 18 Uhr

Psychopharmaka Beratung
jeden Dienstag 10-13 & 14-17
Uhr unter Tel. 0234 / 640 5102

Selbsthilfeberatung des LPE NRW e.V.

jeden Montag
14.30-17 & 19-21 Uhr
unter Tel. 0212 / 53641

Gefördert durch die Stiftung
Wohlfahrtspflege NRW



LPE NRW e.V.

• **Cornelius Kunst:**
Beratungen des LPE NRW e.V.
Mo 14.30 -17 Uhr & 19-21.30 Uhr:
Tel. 0212-5 36 41
Mi 14-19 Uhr: Tel. 0221-96 47 68 75
cornelius.kunst@gmx.de

• **Claus Wefing:** Region Ostwestfalen-Lippe. Beratung zu (drohendem) PsychKG NRW, Seelischen Krisen, spirituellen Themen.
Tel. 05263-406 99 94 und Claus.wefing@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

• **Karin Roth:** Beratung und Unterstützung bei der Beantragung des Persönlichen Budgets.
Tel. 0231-16 77 98 19 und karin.roth@yael-elya.de.
Näheres bei www.yael-elya.de

• **KISS:** Beratung: Mo 11-14 Uhr unter Tel. 0221-9515- 4258 und persönlich in der KISS Köln, Marsilstein 4-6, 50464 Köln

• **Psychopharmaka-Beratung**
Di 10-13 Uhr und 14 -17 Uhr
Tel. 0234 - 640 51 02

• **Selbsthilfe bei Psychosen**
Di 14-17 Uhr Tel. 0234-9162 1974 oder unter selbsthilfebeipsychosen@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

• **Pressekontakt:** Anja Linz oder Anja.Linz@gmx.de

• **Kasse LPE NRW e.V.**
Jan Michaelis Jan.Michaelis@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

• **Lautsprecher online-Ausgabe**
auf psychiatrie-erfahrene-nrw.de.
E-mail-Ausgabe auf Anfrage bei der Redaktion

BPE e. V.

• **Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener**
Herner Straße 406, 44 807 Bochum.
www.bpe-online.de

• **Mitgliederverwaltung, Info-Material, Pressekontakt:** Tel. 0234-917 907 31
Do 10-13 Uhr Anne Murnau
E-Mail: kontakt-info@bpe-online.de

• **Erstkontakt und Beratung für Psychiatrie - Betroffene**
Tel.: 0234 / 68705552
Mo 10-13 Uhr: Milena Franke
Milena.Franke@psychiatrie-erfahrene-nrw.de
Do 10-13 Uhr: Mirko Olostiak-Brahms
olostiak@web.de

• **Psychopharmaka-Beratung, Rechte Psychiatrie-Erfahrener, Selbsthilfe bei Psychosen.** Tel. 0234-640 5102
(N. N.) Di 10-13 Uhr & Di 14-17 Uhr

• **Beratung; „Mit Suizidgedanken leben? Suizidalität und Selbsthilfe“**
Tel. 0234-7089 0510
Fr 21-24 Uhr Kristina Dernbach
Suizidgedanken@gmx.de

• **Beratung „Das psychiatrische System verlassen“.** Tel. 0234-640 5102
Mi 11-14 Uhr Felix Henneberg und Felix.Henneberg@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

• **EUTB:**
Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung. Tel. 0234-70 890 520
Di 10-13 & 14-17 Uhr - Matthias Seibt
Seibt@EUTB-BPE.de
Fr. 9-15Uhr - Martin Lindheimer
Lindheimer@EUTB-BPE.de

• **Kasse BPE e.V** Harald Knauer
harald.knauer@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

• **Der BPE-Newsletter** wird monatlich kostenfrei per e-mail versendet.

FREIHEIT DURCH SELBSTHILFE

Selbsthilfetag

Samstag, 31. August 2019

von 10.30 bis 16.45 Uhr

Im Ottilie-Schoenewald-Kolleg

Wittener Str. 61

7 Fußminuten vom Bochumer Hbf

**Eintritt, Kaffee und Kuchen frei!
Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!**



Programm:

Moderation: N.N.

10.30 Begrüßung, Grußwort, Organisatorisches

Vorträge mit Diskussion:

10.50 Christiane Rösler (Sörth) – Freiheit durch Selbsthilfe

11.40 Juli Benz (Bochum) – Radikale Selbsthilfe

12.30 Vorstellung der Arbeitsgruppen

12.50 Mittagspause (Mittagessen muss selbst organisiert werden)

13.45 – 15.30 Parallele Arbeitsgruppen:

1) Christiane Rösler (Sörth) – Freiheit durch Selbsthilfe

2) Juli Benz (Bochum) – Radikale Selbsthilfe

3) Martin Lindheimer (Wuppertal) – Die Patientenverfügung für die Psychiatrie

4) Luisa (Bochum) – Junge Psychiatrie-Erfahrene tauschen sich aus

5) Daniela Herrmann (Mobile Dortmund) – Das persönliche Budget

6) Nicola und Heidi Waldstädt (KLUW Dortmund) – Selbsthilfe vor Ort

7) Sabine Wieg, Matthias Seibt (Bochum) - Die Anlaufstelle Bochum stellt sich vor

15.30 Kaffeetrinken

16.15 Rückmeldung aus den Workshops

16.40 Schlusswort und Verabschiedung

Info: Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V.,

Anmeldung wäre nett bei Matthias.Seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de, 0234 / 640 51 02

hier Mitfahrgelegenheiten (Auto und Bahn); alternativ 0212 / 53 64 1.

Fahrtkostenerstattung für (Gruppen von) Bedürftige/n billigste Möglichkeit,

höchstens Quer durchs Land-Ticket der Bahn AG. Nur auf vorherigen Antrag möglich.

Anfahrt: Bochum Hbf, Hinterausgang links die Auffahrt hoch, wieder links, rechts die Wittener Straße.

Abfahrt: Um 16.47 RE16 Ri Hagen und Siegen, um 16.55 RE1 Ri Düsseldorf, Köln, Aachen, um 17.04 RB Ri Wanne-Eickel, dort Anschluss Ri Münster, um 17.03 RE1 Ri Hamm. In Hamm Anschluss Ri Bielefeld.