Psychiatriekritisch und unabhängig von der Psychopharmaka-Industrie

LAUT BRIEF RUND SPRECHER

Zeitung für Psychiatrie-Erfahrene in Deutschland

Jahrestagung
Bundestagswahl
Aktionstag 02.10.

ISSN (Print) 2702-7511
ISSN (Online) 2702-752X

BpD HEFT 4 September 2021

Ehrenvorsitzende: Dorothea Buck † 2019

Inhalt - LautBriefRundSprecher

Impressum	2
Vorstand	2
Editorial	3
Jahrestagung	4 - 5
Geschäftsstellenbericht	6
Seminar	6
Tätigkeitsbericht BPE	7
Gewaltfreie Psychiatrie	8
Anna im Interview	9
Wahlprüfsteine	10 - 13
Nachgefragt	14 - 15
Jugendpsychiater	15
Selbsthilfe	16 - 17 u. 20 - 21
Rezension	18
Poesie	19
Forensik	21
Landesverbände	22 - 23
Info & Beratung NRW	24
Aktuelles BPE	25
Aufruf 2.10	25
Beratung	26
Vereinsnachrichten	27

Impressum:

Herausgeber: Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener (BPE) e. V.
Geschäftsstelle: Herner Straße 406, 44807 Bochum
im Internet unter: www.bpe-online.de
Redaktion dieses Heftes: Anne Murnau, Reinhild Böhme, Juli, Tobias Thulke, gajjjssa, Jan Michaelis (jami, v.i.S.d.P.)
Fotos, Bilder: S. 4 privat, S. 5 privat, S. 9 privat, S. 10 + S. 12 + S. 22 jami, S. 13 privat, S. 14 privat, S. 17 Mirko, S. 18 balance-Verlag, S. 19 Juli, S. 21 Anna Kunze, S. 25 gajjjssa, S. 27 Ingeborg Jung
Titelbild und Rückseite: gajjjssa
Layout: Reinhild und Juli
Kontakt zur Redaktion: BPE-LautBriefRundSprecher-Redaktion, c/o BPE-Geschäftsstelle, Herner Straße 406, 44807 Bochum;
Tel.: 0234 68 70 55 52; (Mo.+Do. 10 – 13 Uhr),
E-Mail: lautbriefrundsprecher@bpe-online.de
Redaktionsschluss: nächstes Heft: 1.11.2021
Erscheinungsweise: viermal im Jahr
Auflage: 1700 Stück

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.

Geschäftsführender Vorstand

vorstand@bpe-online.de
• **Jurand Daszkowski**
Carl- Petersen Str. 24a,
20535 Hamburg
Tel: 040-822 96 133
E-Mail: jurand.daszkowski@web.de
• **Ruth Fricke**
Mozartstr. 20b, 32049 Herford
Tel/Fax: 05221-86 41 0
• **Felix von Kirchbach**
Berlin, E-Mail:
felix.vonKirchbach@bpe-online.de
• **Karla Keiner**
c/o Spättreff-Wohnzimmer
Sandgasse 7, 35578 Wetzlar
Tel. 0157 54 1425 96; E-Mail:
spaettreffwohnzimmer@web.de
Sabine Wieg
Castrop-Rauxel
Email: swieg@web.de

Erweiterter Vorstand

• **N.N.** Geschäftsstelle BayPE eV
Glückstr. 2, 86153 Augsburg
E-Mail: kontakt@baype.info
• **N.N. (BW)**
• **Christine Pürschel (BB)**
Hanns-Eisler-Str. 54 in 10409 Berlin
E-Mail: tine.puerschel@berlin.de
• **Ingrid E. Johnson (BE)**
E-Mail:ingrid@ingridejohnson.com
• **Detlef Tintelott (HB)**
Tel.: 0421 40 98 93 47 (Büro)
E-Mail:
detlef.tintelott.bremen@gmail.com
• **Hinrich Niebuhr (HH)**
Tel. 040 85502674 (Büro)
E-Mail:
hinrich.niebuhr@lpe-hamburg.de
• **N.N. (H)**
• **Isabela Ohlde (NI)**
Noldestraße 6, 49134 Wallenhorst
E-Mail: norbert_arndt@web.de
• **Matthias Seibt (NRW)**
Handy: 0175 12 12 304
E-Mail: Matthias.Seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de
• **N.N. (RP)**
• **N.N (S)**
• **Karla Kundisch (SAX)**
E-Mail: selbsthilfedrei@yahoo.de
• **N.N. (S-ANH)**
• **N.N. (SH)**
• **Rainer Stötter (TH)**
Wettinerstraße 32,
04600 Altenburg
E-Mail: stoetter@gmx.net

Stand:25.05.2021

Editorial

Liebe BPE-Mitglieder,

die vierte Nummer unseres LautBriefRundSprechers liegt Euch vor. Viele Inhalte unserer Zeitschrift sind diesmal mit der BPE-Jahrestagung im Oktober 2021 in Berlin und insbesondere auch mit der diesjährigen Mitgliederversammlung unseres Verbandes verknüpft.

Die Jahrestagung und die Mitgliederversammlung haben in diesem Jahr aus mehreren Gründen eine besondere Bedeutung:
Nach der schwierigen und kontroversen letzten Mitgliederversammlung 2019 in Heidelberg gab es mehrere Rücktritte im geschäftsführenden Vorstand und außerdem ist ein Vorstandsmitglied schwer erkrankt. Dadurch hat sich die Arbeit im geschäftsführenden Vorstand nur auf einige wenige Personen verteilt.
Die Coronapandemie seit März 2020 und die damit verbundenen Einschränkungen haben die Arbeit des geschäftsführenden Vorstands, unseres Geschäftsführers und der hauptamtlichen BPE - Mitarbeiter/innen auch zusätzlich wesentlich erschwert.
Da es aus technischen Gründen keine Mitgliederversammlung in 2020 gab, ist der gesch. Vorstand ein Jahr länger als sonst im Amt geblieben.
Wir hoffen und werden alles dafür tun, dass in diesem Jahr die Jahrestagung und die Mitgliederversammlung trotz weiterhin geltender Pandemie Einschränkungen möglichst konstruktiv und geprägt von gegenseitigem Respekt und Toleranz verlaufen werden und dass sich auch trotz einer eher überschaubaren Zahl an Bewerbungen für den geschäftsführenden Vorstand genug aktive Mitglieder finden, die bereit wären für unseren gesch. Vorstand zu kandidieren und, falls sie gewählt werden, aktiv und kontinuierlich mitzuarbeiten.

Als gutes Beispiel kann hier die Redaktion vom neuen LBRS dienen, in der sich die Arbeit auf mehrere Personen verteilt, was sich bei der Vielfalt und bei der Qualität der Beiträge positiv widerspiegelt.

In dem Heft 4 gibt es beispielsweise Interviews mit BPE-Mitgliedern, einen Gastbeitrag vom Werner-Fuß Zentrum zum Thema gewaltfreie Psychiatrie, Antworten einiger politischer Parteien auf für den BPE relevante Fragen (Wahlprüfsteine) und Tipps im Umgang mit bipolaren Störungen und für mehr gute Laune und Ausgeglichenheit.

Wir wünschen allen Lesern eine spannende und interessante Lektüre und freuen uns auf die Rückmeldungen und eigene Beiträge für die nächste Ausgabe des LBRS.
Wir freuen uns sehr, möglichst viele von Euch bei der Jahrestagung 2021 in Berlin wiederzusehen!

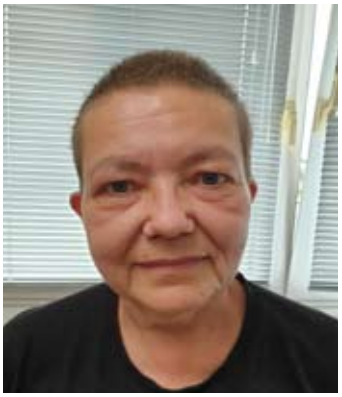
Herzliche Grüße
Jurand Daszkowski für den gesch. Vorstand des BPE e.V.

Bpe-Jahrestagung 2021
8./9./10.10.2021 in Berlin
Jugendherberge Ostkreuz
Marktstrasse 9-12
10317 Berlin

Wer bewirbt sich bei der Vorstandswahl ?

Hier stellen sich einige Mitglieder vor, die sich bei der MV in Berlin zur Wahl/Wiederwahl in den Vorstand des BPE e.V. stellen wollen. Selbstverständlich ist es auch noch auf der MV selbst möglich, sich um einen Posten im Vorstand zu bewerben!

Bewerbung Sabine Wieg



Ich bin 57 Jahre alt, lebe allein (mit zwei Katzen) und seit April 2019 im BPE.

Seit 1991 habe ich Erfahrungen mit der Psychiatrie, da ich zunächst glaubte, man könne mir dort helfen. Zwischen 2001 und 2007 war ich zusammengerechnet 2 Jahre weggesperrt mittels PsychKG (Suizidversuche), ich war nie gewalttätig gegen andere!! Danach habe ich zu gesehen, mich möglichst unauffällig zu verhalten um nicht wieder dort zu landen. 2013 recherchierte ich im Internet und stieß auf Bücher von Peter Lehmann und setzte in Folge dessen in einem Zeitraum von 3 Jahren sämtliche Psychopharmaka nacheinander ab. Seit 2016 bin ich psychopharmakafrei. Ich leide an einer generalisierten Angststörung und Depressionen, die die Psychiatrie nicht erfolgreich behandeln konnte. Durch mein eigenes Konzept des Angsttrainings konnte ich sie dann erfolgreich abmildern.
Ich bin immer Einzelkämpferin gewesen, möchte mich aber sehr gerne für den BPE einsetzen, da dieses Konzept 1000mal besser ist als das der Psychiatrie! Ich habe mich auch mit den fatalen Folgen des langjährigen Psychopharmaka Konsums auseinandersetzen müssen und möchte verhindern, dass das andere schädigt.
Mein Motto: „so wenig wie möglich, soviel wie nötig.“ *Sabine Wieg*

Bewerbung Matthias Seibt

Ich bin Matthias Seibt aus Bochum, 61 Jahre alt und seit 1991 in der Selbsthilfe aktiv. Ich kandidiere für eine den BPE-Vorstand, weil ich noch Kraft habe und mir die Arbeit Spaß macht.

Ich hatte 3 stationäre Psychiatrie-Aufenthalte zu 10, 2 und einer halben Woche und habe 7 Jahre lang durchgängig Psychopharmaka, vor allem Neuroleptika, genommen. Seit 30 Jahren nehme ich gelegentlich (0 bis 4-mal jährlich) von dem Neuroleptikum, das ich seinerzeit durchgängig nahm.

Meine Spezialgebiete sind Psychopharmaka und Rechte-Psychiatrie-Erfahrener. In alten Lautsprechern kann man auf www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de nachlesen, was ich so gemacht habe und wofür ich stehe. Viele von Euch werden mich kennen.
Ich freue mich Euch bald zahlreich zu sehen. *Matthias Seibt*

Bewerbung Sandy Drögehorn

Liebe BPE-Mitglieder, lieber Vorstand, liebe Wegbegleiter, hiermit möchte ich mich als Mitglied des geschäftsführenden BPE-Vorstandes bewerben. Ich hospitiere bereits seit einigen Monaten im oben benannten Vorstand und würde mich gerne aktiv auch dort für die Belange Betroffener einsetzen, sowie dem Vorstand mit meinen Fähigkeiten zur Seite stehen.
Mein Name ist Sandy Drögehorn, ich bin 46 Jahre jung, Mutter von zwei tollen Kindern und seit 2009 aktiv in der Selbsthilfe tätig. Seit 2019/2020 leite ich die Anlaufstelle Rheinland in Köln des LPE NRW e.V..
Politisch bin ich sehr aktiv, außerdem engagiere ich mich ehrenamtlich für soziale Projekte.
Seit 2017 lebe ich ohne Medikamente, obwohl mir von Seiten der Schulmedizin klar gesagt wurde, dass ich nie wieder ohne leben kann, nie wieder arbeiten können werde und mich mit Rente und Freizeitbeschäftigungen auseinandersetzen soll. Ich zeige täglich, dass es auch anders geht und möchte somit auch so vielen Menschen wie möglich auf ihrem eigenen Weg unterstützen.
Sandy Drögehorn

Bewerbung Jurand Daszkowski

Liebe BPE Mitglieder,
ich bewerbe mich wieder als Mitglied des geschäftsführenden Vorstandes.

Ich stamme ursprünglich aus Polen, bin 64 Jahre alt und seit über 20 Jahren in der Selbsthilfe aktiv. Trotz meiner gesundheitlichen Einschränkungen fühle ich mich noch in der Lage, im künftigen geschäftsführenden Vorstand aktiv mitzuarbeiten und mich für die Rechte und Interessen unserer Mitglieder einzusetzen.

Mir ist bewusst, dass die aktuelle Situation des BPE´s nach der schwierigen Mitgliederversammlung 2019 in Heidelberg, darauf folgenden Rücktritten einiger Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes und jahrelangen Einschränkungen, bedingt durch die Corona-Pandemie, alles andere als einfach ist.

Ich will deshalb auch aufgrund meiner jahrelangen Erfahrungen in der Selbsthilfe-Arbeit, beitragen, dass die Situation unseres Verbandes noch stabiler wird und mehr neue und jüngere Mitglieder sich im BPE aktiv einbringen und engagieren können.

Inhaltlich werde mich weiterhin für eine humane, zwangs- und gewaltfreie Psychiatrie, für mehr Selbst- und Mitbestimmung Psychiatrie-Erfahrener im Sinne der Umsetzung der UN- Behindertenrechtskonvention und für Abbau der Barrieren und Verbesserung des Zugangs zu psycho-sozialen Hilfsangeboten einsetzen. *Jurand Daszkowski*

Anträge an die MV

Anträge an die MV zu Satzungsänderungen müssen den Mitgliedern vier Wochen vor der Mitgliederversammlung vorliegen. Weder beim Vorstand des BPE e.V. noch bei der Redaktion des Lautbriefrundsprechers sind rechtzeitig zur Veröffentlichung entsprechende Anträge eingegangen.
Sonstige Anträge an die MV können noch am Tag der Versammlung selbst beim Vorstand eingereicht werden. Bisher liegt folgender Antrag an die MV vor:

Anträge von Georg Bischoff:

1. Der geschäftsführende Vorstand des Bundesverbandes Psychiatrie Erfahrener gibt eine ausführliche Erklärung ab wie man den einst Mitgliederstärksten Betroffenverband mit einigem Einfluss, so an die Wand fahren konnte.
Danach stellt sich der Geschäftsführende geschäftsführende Vorstand des Bundesverbandes Psychiatrie Erfahrene zu diesem Thema den Fragen der Mitglieder.
2. In der Mitgliederversammlung wird diese Erklärung
https://lagpe-rlp.de/files/Artikel-fuer-den-Rundbrief-Mai-2021_FINAL.pdf
verlesen.
Der geschäftsführende Vorstand des Bundesverbandes Psychiatrie Erfahrener gibt dazu eine ausführliche Erklärung ab.
Danach stellt sich der Geschäftsführende geschäftsführende Vorstand des Bundesverbandes Psychiatrie Erfahrene zu diesem Thema den Fragen der Mitglieder
3. Ich beantrage, dass meine Anträge vor der der Wahl zum Vorstand abgearbeitet werden,
4. Ich beantrage dazu Rederecht von ca. einer halben Stunde.
Weitere Anträge behalte ich mir vor.

Gruß Johannes Georg Bischoff.
Kirrweiler.

Christian Döhler -

Der Koordinator der Jahrestagung 2021

Weiterhin steht Christian Döhler als Organisator der Jahrestagung 2021 in Berlin telefonisch oder per Mail für Fragen rund um die Jahrestagung zur Verfügung:

Erreichbarkeit:
Montag - Freitag von 9.00 - 12 Uhr.
Tel. 0234 - 5162 1974
fax 0234 - 640 5103
mail bpe-jahrestagung-2021@gmx.de

Geschäftsstellenbericht 2021

Zu meinen Aufgabengebieten gehören die Unterstützung des geschäftsführenden Vorstandes, Mitgliederverwaltung, Post und Öffentlichkeitsarbeit. Ich nehme seit dem 27. Januar 2020 an den Telefonkonferenzen des geschäftsführenden Vorstands in teil.

Über die Geschäftsstelle läuft der gesamte BPE-Schriftverkehr und dieser wird entweder sofort bearbeitet oder an die Vorstandsmitglieder verteilt. Einzelne Arbeiten des Vorstandes werden an die Geschäftsstelle delegiert. Es werden Neuanträge, Austritte, Adressänderungen bearbeitet und alle Fragen bezüglich der Mitgliedschaft und der Verbandsarbeit beantwortet. Die Mitgliederdatenbank wird auf dem neusten Stand gehalten. Ich bin für die Berechnungen der Beitragsrückführungen zuständig. Die Geschäftsstelle stellt auch Informationen ins Internet, lädt Protokolle und andere Inhalte in die Cloud hoch und beantwortet Presseanfragen, bewirbt Veranstaltungen des BPE und kümmert sich mit um eine wirksame Außendarstellung des Verbandes. Die Etiketten für den Lautbriefrundsprecher werden von mir erstellt und die Zeitung wird auch per Email versendet. Außerdem versende ich Infomaterial. Die Selbsthilfegruppenliste wird von mir gepflegt und die Daten von empfehlenswerten Anwälten und Psychiatern werden von mir gesammelt. Für die Buchhaltung bin ich nur noch als Ersatzfrau zuständig. Die Bankgeschäfte im Zusammenhang mit den Mitgliedbeiträgen lege weiterhin ich an. Wöchentlich werden jetzt noch mehrere hundert Emails und etwa 30 Briefe bearbeitet.

Die Mitgliedsbeiträge per Lastschriften wurden in diesem Jahr Anfang März eingezogen. Im Juli wurden über 165 Zahlungserinnerungen per Brief oder per Email wegen der ausstehenden Mitgliedsbeiträge verschickt. Noch immer haben 80 Mitglieder den Jahresbeitrag für dieses Jahr nicht überwiesen, obwohl der Betrag bereits im Januar fällig war. Das Mahnungswesen verursacht unnötige Ausgaben und kostet viel Zeit.

Seit Anfang Juli bin ich wieder, wie vor Beginn der Corona-Pandemie, an zwei Tagen im Geschäftsstellenbüro und die restliche Zeit der Halbtagsstelle arbeite ich im Homeoffice. Ferner arbeite ich noch ehrenamtlich in der Redaktion des Lautbriefrundsprechers mit.
Es grüßt Euch herzlich
Anne Murnau

Projektförderung und Projektmanagement in der Selbsthilfe

Projekte schaffen Neues in der Selbsthilfe, probieren aus und schließen Lücken. Manchmal sind sie so erfolgreich, dass sie im üblichen Betrieb weiter laufen. Die „EX-IT Beratung“ zum beenden psychiatrischer Abhängigkeiten, dass ich 2017 als Projekt startete ist heute ein Regelangebot des BPE. Das Seminar richtet sich vor allem an Aktive in der Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrener, die sich im Landes- und Bundesverband engagieren werden oder schon aktiv sind und Ideen mitbringen.

- Grundlagenwissen Projekte
- Projektförderung in der Selbsthilfe
- Brainstorming: Projektideen
- rechtliche Hintergründe
- Was braucht es für eine erfolg reiche Antragstellung?
- Projekte klassisch managen
- PUMA Analyse
- Meilensteine
- Projekthandbuch
- Abrechnung und Ergebnissiche rung

Es ist ein ONLINE SEMINAR über ZOOM am

25. November 2021
von 16 bis 22 Uhr.

Alle Teilnehmenden müssen mit den Bedingungen von Zoom leben. Es werden Bildschirmpausen eingelegt. Die Teilnehmenden melden sich bitte vorab mit ihrer E-Mailadresse an, um sich vorbereiten zu können. Einige Unterlagen werden vorab zugeschickt. Anmeldungen unter martin.lindheimer@psychiatrie-erfahrene-nrw.de oder 0175 / 120 19 44 (AB) unter Angabe der vollständigen Emailadresse, an die auch der Zoom Link geschickt wird bis 18.11.2021 (Anmeldeschluss). Die Mailadressen werden zum Versand der Unterlagen elektronisch gespeichert und verarbeitet und nach Seminarabschluss gelöscht.

Referent: Martin Lindheimer, seit 2002 in der Selbsthilfe aktiv und mit diversen Projekte erfolgreich: Anlaufstelle Rheinland in Köln, EX-IT Beratung, EUTB Beratung.

Tätigkeitsbericht des BPE für 2020

- Es fanden alle 14 Tage am Montagmorgen Telefonkonferenzen des Vorstands und drei Vorstandssitzungen statt. Der Gesamtvorstand tagte 1x in Kassel und 1x per Videokonferenz.
- In Bochum hat der BPE gemeinsame Büroräume mit dem LPE NRW und der Weglaufhaus Initiative Ruhrgebiet. Die gemeinsame Bürofläche beträgt 203 qm.
- Der BPE betreibt eine Geschäftsstelle in Bochum.
- Der BPE hatte eine hauptamtliche Angestellte in Teilzeit (50%) zur Leitung, Organisation und Vertretung der Geschäftsstelle, zur Unterstützung des geschäftsführenden Vorstandes sowie zur Mitgliederverwaltung, Post und Öffentlichkeitsarbeit. Eine Minijobberin bearbeitete den Bereich Buchhaltung und Abrechnung der Projekte. Sie führt die Verbandskasse (gesamte Buchhaltung und Jahresabschluss), verwaltet (Beantragung, Abrechnung und Budgetkontrolle) die Pauschal- und Projektförderung . Weitere Bürotätigkeiten sind die Steuerung der externen Lohnbuchhaltung, U1-Abwesenheitsmeldungen, BGW-Korrespondenz.
- Etwa 200 ehrenamtliche Mitarbeiter/innen machten im wesentlichen Selbsthilfegruppen über das Bundesgebiet verstreut. Einige der Ehrenamtler/innen beschäftigten sich auch mit inhaltlichen Themen.
- Im Rahmen des Erstkontaktes zum BPE wurden jeweils am Montag und Donnerstag von 10 bis 13 Uhr telefonische Beratung mit Betroffenen, Interessenten und Angehörigen von PE durchgeführt. Zusätzlich fand Emailberatung statt. Es wurden Beratungsanfragen schriftlich bearbeitet, die Sprachbox regelmäßig abgehört und zurückgerufen,
- sowie auf Anfrage eine Vielzahl von Informationsmaterial versendet.
- Dienstag 10-13 und 14-17 Uhr fand die Psychopharmaka-Beratung aus Betroffenensicht statt
- Mittwoch von 11-14 Uhr fand die Beratung der Pauschalförderung die Beratung „Ex-It Beenden psychiatrischer Abhängigkeiten“ statt
- Die Redaktion des Rundbriefs wechselte nach über 10 Jahren. Dieser wird jetzt durch ein 8-köpfiges Team aus NRW erstellt. Die 3-monatige Erscheinungsweise wurde beibehalten. Der Rundbrief erfreut sich großer Beliebtheit und wird auch als pdf-Dokument an zahlreiche Leser/innen kostenlos verschickt. Die gedruckte Auflage beträgt ca. 1400 Exemplare. Der Rundbrief erscheint seit Verbandsgründung im Oktober 1992.
- Im Oktober fand wie jedes Jahr eine Tagung, dieses Mal allerdings per Videokonferenz, statt, an der sowohl Mitglieder als auch interessierte Bürger teilnahmen. Die Teilnehmerzahl betrug 100 Personen. Thema war „“.
- Wir veranstalteten in 2020 keine Seminare. In 2021 und 2022 sollen statt dessen sechs statt der üblichen vier Seminare statt finden.
- Das im Juli 2018 gestartete, von der BarmerGEK geförderte Projekt „Mit Suizidgedanken leben: Suizidalität und Selbsthilfe“ stieß weiterhin auf große Nachfrage. Die Telefonzeiten finden Freitagabend und Sonntagnachmittag statt. Zur Jahresmitte wurde das Projekt in die Pauschalförderung aufgenommen.
- Die im August 2018 begonnene Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (2 Vollzeitstellen) erlebte eine stetig wachsende Anzahl von Beratungsanfragen. Die Vernetzung am Standort Bochum und in der Region NRW mit anderen Beratungsstellen der Behinderten-Selbsthilfe wurde fortgesetzt.
- Alle Beratungen und die Jahrestagung waren öffentlich. Alle Angebote waren für Psychiatrie-Erfahrene und alle Anderen kostenlos
- Auch in 2020 haben wir weiter für unser wichtigstes politisches Ziel gekämpft: Das dauerhafte Verbot der Zwangsbehandlung.
- Wir kämpfen seit einigen Jahren dafür, dass es eine Todesfallstatistik gibt, wie viele Menschen bei ihrem Psychiatrieaufenthalt zu Tode kommen und wie viele bis zu zwölf. Monate nach der Entlassung.
- Zum Gedenktag der Psychiatrie-Toten am 2. Oktober fanden in Bremen, Bochum und Tübingen Aktionen statt.
- Unsere Selbsthilfepapiere und Flyer haben wir im großen Umfang verteilt.
- Es wurden intensiv in verschiedenen politischen, organisatorischen und fachspezifischen Organen, Organisationen und Ausschüssen (z.B.: Besuchskommission, DGSP, Psychosoziale Arbeitsgemeinschaften, DGPPN, Dachverband Gemeindepsychiatrie, Aktion Psychisch Kranke e.V., Überörtliche Arbeitsgemeinschaft für das Betreuungswesen (ÜAG), Beschwerderat der PSAG, die Sichtweisen und Erfahrungen des BPE eingebracht und diskutiert.
- Wir besuchten Fortbildungen.
- Es fand ein Informations- und Erfahrungsaustausch mit den Landesverbänden statt.
- Forensik: Julia Benz, unsere Frau für die Forensik arbeitete unermüdlich um Betroffene zu beraten, sie über ihre Rechte aufzuklären und sich für sie bei den jeweiligen Kliniken einzusetzen. Zur Jahresmitte musste sie aus privaten Gründen diese Arbeit beenden.
- Doris Steenken, Mitglied im Forensikausschuss der DGSP, engagiert sich hier ebenfalls, allerdings vorwiegend politisch, indem sie Gespräche mit Politikern führt und viele Fachtagungen besucht und dort die Position des BPE e.V. vertritt.

Für den Vorstand des BPE
Bochum, den 15. Juni 2021 *(Matthias Seibt)*

Gewaltfreie Psychiatrie!

Gastbeitrag des Werner-Fuss-Zentrums Berlin

Zur aktuellen Situation:

Wir wollen die Zwangspsychiatrie abschaffen. Das wollen wir, weil wir die psychiatrische Gewalt als Terror und menschenverachtend erachten, und nur eine vorab (aus Beweisgründen schriftlich) verfasste positive Vorausverfügung für Zwangsmaßnahmen als willentliche Ausnahme legitim und legal erachten. Genauso, wie gewöhnlich als Folter erachtete Sexualpraktiken vorab willentlich positiv zugestimmt worden sein muss und nicht umgekehrt, man sich mit einer schriftlichen Erklärungen vor dem Erdulden solcher Misshandlungen schützen muss. Der Schutz muss selbstverständlich sein, es darf nie gesetzlich geregelt Foltermaßnahmen geben, wie es die Sondergesetze zur Zwangsbehandlung sind.

Darum geht es uns:

Dass dabei der Glaube an die Existenz von „psychischer Krankheit“ radikal in Frage gestellt werden dürfte, ist unerheblich, da es nur eine ideologische Frage ist.
In unserem politischen Kampf zur Abschaffung der Zwangspsychiatrie ist es aber zu einem Patt gekommen.
Weder können wir die Abschaffung der Sondergesetze der Zwangspsychiatrie durchsetzen, noch können die Befürworter der Zwangspsychiatrie die PatVerfü beseitigen oder einschränken. Staat und Politik erzwingen zwar nicht psychiatrische Gewalt, aber unter dem Vorwand der sog. „Therapiefreiheit“ soll es der Ärzteschaft vorbehalten bleiben zu entscheiden, ob psychiatrisierte Menschen Zwang und Gewalt erdulden müssen. Als Sonderrecht bleiben sie zugelassen und nur eine geeignete Patientenverfügung kann jeweils individuell davor schützen. Ohne einen Anlauf zu einer neuen, politischen Initiative gegen die Zwangspsychiatrie wird sich dieses Patt sehr lange stabil halten können.

Die Tatsache eines gesellschaftlich mehrheitlichen Glaubens an die Existenz „psychischer Krankheit“ ist offensichtlich und kann (leider) nicht ignoriert werden. Resultat ist, dass die herrschende Politik im Patt wohlgefällig ausharren kann, denn die Situation ist auch deshalb stabil, weil leider alle mit dem Patt zufrieden sein können:

- alle die gegen die Zwangseinweisung usw. sind, können sie jeweils für sich mit der PatVerfü unterbinden
- alle die, u.U. die Zwangseinweisung usw. für sich zulassen wollen, bekommen sie
- die Richter behalten die Macht, in allen nicht PatVerfü geschützten Fällen entscheiden zu können
- die Ärzte sind zufrieden, denn es bleibt in ihrer “therapeutischen” Entscheidung, ob sie in ihrer Psychiatrie Zwang und Gewalt praktizieren
- die Politiker sind zufrieden, denn sie zwingen die Ärzte nicht zur Gewaltausübung, also waschen sie ihre Hände in Unschuld
- die Betreuer sind sowieso zufrieden, denn sie werden bald noch mehr verdienen und sich als “Beruf” in Kammern organisieren und “ausgebildet” sein.

Wenn wir menschenrechtlich und für unsere Befreiung noch etwas gewinnen wollen, so dass auch bei einer ersten Psychiatrisierung niemand mehr “kalt” erwischt werden kann, müssen wir wieder zu einer neuen Offensive kommen, die berücksichtigt, dass eine gesellschaftliche Mehrheit glaubt, es gäbe “psychische Krankheit” (zumindest solange sie nur Andere bekommen).
Wenn die Situation aber so wie beschrieben ist, dann können wir nur auf die Verbreiterung der inneren Widersprüche in der Mehrheit der Psychiater-Gilde setzen. Durch unsere Noncompliance, beständiges Drängeln, Murren und Klagen und die Verwendung der PatVerfü, müssen sie sich (insbesondere auch moralisch) als TäterInnen so unter Druck gesetzt fühlen, dass sie offen/öffentlich in gewaltfreier Psychiatrie die Zuflucht suchen. Dafür steht der frei im Internet verfügbare Artikel Ohne Zwang – ein Konzept für eine ausschließlich unterstützende Psychiatrie von Martin Zinkler und Sebastian von Peter Maßstab, wie er in der Recht & Psychiatrie 4/2019 veröffentlicht ist: https://tinyurl.com/martinzinkler. Aus dieser gewaltfreien Praxis muss eine “Schule” werden, die insbesondere für junge PsychiaterInnen in der Ausbildung anschlussfähig ist und attraktiv wirkt, weil sie menschenrechskonform ist und ein gewaltfreier Umgang die Probleme der Täterschaft vermeidet, z.B. das Gewissen nicht mehr belastet.
Eine solche Entwicklung sollten wir mit unseren Mitteln beschleunigen, indem wir auf kommunaler wie Länderebene fordern, nur noch Personal aus dieser Schule neu einzustellen.

Es gibt im Werner-Fuß-Zentrum auch davon abweichende Meinungen.

Werner-Fuß-Zentrum gegen Zwangspsychiatrie
Vorbergstr. 9a, 10823 Berlin, werner-fuss@berlin.de
www.psychiatrie-erfahrene.de

Anna im Interview

Stelle Dich und Deinen Blog „weltkehrt“ doch bitte kurz vor!
Ich bin Anna Kunze, 25 Jahre alt und lebe in Dresden. Meinen Blog „weltkehrt“ habe ich 2015 erstellt, ursprünglich erst für Bekannte und Verwandte. Das wurde jedoch zum Selbstläufer, durch meinen Blog habe ich Publikationen in Zeitungsartikeln und Filmaufnahmen erhalten.
Mit der Psychiatrie konfrontiert wurde ich schon jung. Mit vierzehn Jahren war ich nach einem Suizidversuch in der Jugendpsychiatrie und habe später, mit achtzehn Jahren, die Diagnose paranoide Schizophrenie und rezidivierende Depressionen bekommen. Seitdem war ich knapp vierzehnmal in der Psychiatrie und hatte zwei Suizidversuche.

Welche Rolle spielt die Kunst in Deinem Leben?
Eine sehr Wichtige. Seit meinem ersten Klinikaufenthalt mit vierzehn Jahren zeichne ich, um meine Gefühle auszudrücken. Ich durfte bereits zwei eigene Ausstellungen veranstalten und werde zunehmend gefragt, ob ich Bilder verkaufe. Meine Bilder bekommen zunehmend Aufmerksamkeit. Weiterhin nutze ich das Zeichnen als Fertigkeit, mit Gefühlen und Gedanken umzugehen. Meistens zeichne ich Porträts und Darstellungen von Menschen, ab und an auch Tiere. Abstrakte Malerei hingegen mache ich selten bis nie. Ich habe meinen Stil im semi-realistischen bis expressionistischen gefunden.

Wie hat die Doku „Anna und die Stimmen im Kopf“ Dein Leben verändert?
Zum einen habe ich viele Zuschriften bekommen von Angehörigen, Betroffenen und Interessierten. Auch konnte ich einige in der Doku gezeigte Bilder verkaufen. Sogar Freunde habe ich durch die Dokumentation gefunden. Weiterhin viel Zulauf für meinen Blog und meine Galerie-Seite. Ich habe viel Feedback bekommen, nette E-Mails und aufmunternde Briefe. Ich habe in der Doku die Möglichkeit gefunden, meine Erkrankung darzustellen und aufzuklären. Das ist für mich der wichtigste Punkt. Schizophrenie wird in den Medien ja sonst sehr negativ dargestellt – mit Amokläufern, Mördern und Psychopathen. Dass die wenigsten Menschen mit Schizophrenie gewalttätig sind, interessiert die Medien im meisten Fall nicht.

Inwiefern hast Du durch die Öffentlichkeit Deiner Person neue Freunde und Mitstreiter gefunden?
Wie bereits im vorherigen Punkt erwähnt habe ich durchaus Freunde gefunden. Auch Mitstreiter, welche selbst betroffen sind und die sich mit mir austauschen, auch über die Kunst. Zuschriften von anderen Betroffenen oder Angehörigen ermutigen mich, weiter zu machen mit meiner Aufklärungsarbeit. Auch über meine Qualifizierung zum Genesungsbegleiter habe ich Mitstreiter gefunden, welche wie ich an einer toleranten Gesellschaft arbeiten.

Wie stehst Du zu Psychopharmaka und psychiatrischen Diagnosen?
Für mich ist es ein notwendiges Übel, Medikamente zu nehmen. Ich lehne die Medizin nicht ab, auch wenn es mein Ziel ist, irgendwann ohne Psychopharmaka zu leben. Diagnosen sind ja in der Sache dazu da, dass man die Behandlung abrechnen kann. Deswegen stehe ich dem kritisch gegenüber.

Wie möchtest Du anderen Betroffenen in Zukunft helfen?
Durch meine Qualifizierung zum EX IN Genesungsbegleiter möchte ich zukünftig Betroffene unterstützen und ihnen helfen. Aktuell arbeite ich im Projekt des psychosozialen Trägervereins Sachsen e.V. zum Thema „Stadt mit Aussicht“, wo es um Entstigmatisierung und Empowerment geht.
Auch durch Informationen und Hilfen auf meinem Blog möchte ich Betroffene erreichen und mein Erfahrungswissen teilen.

Was möchtest Du in Deinem Leben noch machen bzw. erreichen?
Erst einmal möchte ich meine Ausbildung zum Genesungsbegleiter abschließen. Außerdem ist es mein Ziel, eine Autobiografie zu schreiben und zu veröffentlichen. Persönlich möchte ich meinen Partner heiraten und ein Haus kaufen, in dem ich dann viel Platz für meine Hobbys habe. Auch die Unabhängigkeit von der Psychiatrie möchte ich erreichen. Aktuell gehe ich wöchentlich zur Psychotherapie und nehme mehrere Medikamente. Eigentlich möchte ich frei von Psychopharmaka sein und auch meine psychotischen Schübe allein und ohne Klinikaufenthalte bestreiten.

Ich danke Dir für das Interview!
Tobias Thulke

Bundestagswahl 2021

- Was wählen Psychiatrie-Erfahrene?

Auf die Initiative von Martin Lindheimer hin hat der BPE die demokratischen Parteien angeschrieben und gefragt, wie sie sich zur Selbsthilfe, Zwang und Betreuungen positionieren. Dazu bekamen alle Abgeordneten eine Anfrage von Martin und es wurden die Antworten bis zur Sommerpause erwartet. Privatpersonen, die ihre Abgeordneten anschreiben wollten, fanden dazu beim BPE die Möglichkeit einer Unterstützung in der Telefonzeit und mit einer kleinen Anleitung, die in der zweiten Nummer des LautBriefRundSprecher auf Seite 5 veröffentlicht wurde.
Es folgen hier die Antworten von Bündnis90/DIE Grünen, DIE Linke, der CDU und der SPD
Eure Redaktion

1. Setzen Sie sich für eine bedingungslos folter- und gewaltfreie Psychiatrie ein?

BÜNDNIS 90/ Die GRÜNEN:
Der Schutz von Menschenrechten ist ein zentraler Bestandteil unserer Politik. Folter und Gewalt dürfen keinesfalls als Mittel zur Durchsetzung von politischen und staatlichen Interessen eingesetzt werden. Wir treten für Behandlungsformen ein, die auf Freiwilligkeit und nicht auf Zwang beruhen. Die psychiatrischen Krankenhäuser müssen dazu verpflichten werden, ihren Patient*innen mit wiederkehrenden Behandlungsverläufen eine verbindliche Behandlungsvereinbarung für Situationen einer Nichteinwilligungsfähigkeit zu unterbreiten, wenn die Patient*innen das wollen.

DIE LINKE:
Ja, DIE LINKE setzt sich für eine gewaltfreie und humane Psychiatrie ein. Dazu wollen wir das Selbstbestimmungsrecht der Menschen mit Kontakt zur Psychiatrie stärken. Behandlungsvereinbarungen und die Erstellung einer verbindlich einzuhaltenden Patientenverfügung müssen zur Normalität werden. Wir wollen mehr Personal, auch da gerade Behandlungen, die Zwang vermeiden, zuwendungsorientiert und personalintensiv sind. Neuere Konzepte wie die „Offenen Türen“ sollten valide erprobt und bei positiver Bewertung flächendeckend zur Anwendung gebracht werden. Medizinische Behandlungen sind grundsätzlich nur zum Vorteil der Patient*innen erlaubt, auch psychiatrische. Wir wollen mehr Forschung, welche Behandlungen den Betroffenen tatsächlich mehr psychische Gesundheit bringen, denn häufig fehlen solche Nachweise bei den gängigen Behandlungen.

CDU:
In Artikel 1 Absatz 1 des Grundgesetzes heißt es: „Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.“ Dementsprechend gilt das Verbot von Folter und unverhältnismäßiger Gewaltanwendung auch für die Psychiatrie.

SPD:
Wir setzen uns für gewaltfreie Psychiatrien ein und wollen die Rahmenbedingungen schaffen, die qualitativ hochwertige psychiatrische Therapien ermöglichen. Dafür wollen wir mehr Personal, mehr Zusammenarbeit unterschiedlicher Berufsfelder in der Versorgung, eine bessere Grundfinanzierung der Kliniken und Anstalten sowie höhere Versorgungspauschalen, die eine würdige Unterbringung verwirklichen. Diejenigen, die die psychiatrische Hilfe benötigen, haben das Recht auf eine zeitgemäße, gewaltfreie Behandlung statt Fixierung und Gewalt. Keine Behandlung - auch eine psychiatrische Behandlung - darf auf Zwang basieren.

2. Setzen Sie sich für eine Abschaffung aller psychiatrischen Sondergesetze ein, wie es die Behindertenrechtskonvention fordert?

BÜNDNIS 90/ Die GRÜNEN:
Nach der UN-Behindertenrechtskonvention haben Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung bzw. Psychiatrieerfahrung die gleichen Rechte auf Selbstbestimmung, psychosoziale und medizinische Hilfen wie somatisch Erkrankte. Besonders im Bereich der psychiatrischen Versorgung muss die Einhaltung von Menschenrechten ein zentrales Anliegen sein. Wie die Urteile des Bundesverfassungsgerichts und des Bundesgerichtshofs zur ärztlichen Zwangsbehandlung auch gezeigt haben, gewährleisten Gesetze, dass jede und jeder seine Rechte unabhängig von Herkunft, Alter, Geschlecht und gesundheitlicher Verfassung einklagen und durchsetzen kann. Wir treten deshalb primär für eine stetige Weiterentwicklung von Gesetzen und insbesondere dem Recht auf Selbstbestimmung ein. Die rechtlichen Grundlagen werden in den jeweiligen Psychisch-Kranken-Gesetzen (PsychKG) der einzelnen Bundesländer geregelt. Durch die Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention und die Entscheidungen der höchsten Bundesgerichte wurden einige Gesetze in den letzten Jahren auf Landesebene bereits überarbeitet. Die Gesetze müssen aber auch weiterhin stets evaluiert und bei Bedarf angepasst werden, damit sie das Recht auf Selbstbestimmung und die Wahrung der Persönlichkeitsrechte tatsächlich gewährleisten.

DIE LINKE:
Ja, DIE LINKE fordert die Abschaffung von Sondergesetzen für psychisch Kranke und hat das auch so in ihrem Wahlprogramm formuliert.

CDU:
Diskriminierende „Sondergesetze“ lehnen CDU und CSU ab. Die Bundesrepublik Deutschland hat die UN-Behindertenrechtskonvention und deren Zusatzprotokoll ratifiziert und sich damit zur Einhaltung der Rechte von Menschen mit Behinderungen verpflichtet.

SPD:
Infolge der Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention und der Entscheidungen der höchsten Bundesgerichte wurden die Psychisch-Kranke-Gesetze (PsychKG) der einzelnen Bundesländer in den letzten Jahren überarbeitet. Wir sind der Meinung, dass die Überarbeitung dahingehend fortgesetzt werden muss, dass die Zwangsunterbringung in der Psychiatrie nur in sehr seltenen, extremen Fällen und nur kurzfristig zur Abwehr einer akuten Gefahr für das eigene Leben oder der Gesundheit und des Lebens anderer gerichtlich angeordnet werden darf. Die Herstellung der Eigenverantwortlichkeit, Heilung, Besserung, Linderung oder Verhütung der Verschlimmerung der psychischen Krankheit oder seelischen Behinderung genauso wie die Abwehr einer möglichen Selbstschädigung sind keine legitimen Gründe für eine zeitlich unbestimmte Zwangsunterbringung in der Psychiatrie und stellen einen unverhältnismäßigen Eingriff in das Persönlichkeitsrecht der Erkrankten dar.

3. Verhindern Sie jeden Versuch, rechtliche Betreuung zu einem Ausbildungsberuf zu machen, weil Qualität nur durch Abschaffung der Zwangsbetreuung gesichert werden kann?

BÜNDNIS 90/ Die GRÜNEN:
Wir unterstützen eine gesetzliche Mindestqualifikation für rechtliche Betreuer*innen. So müssen gesetzliche Betreuer*innen bspw. die Grundrechte der Betroffenen kennen. Ebenso müssen sie über Wissen verfügen, wie durch Beratung und Unterstützung ein Eingriff in die Grundrechte der Betroffenen vermieden werden kann. Gerade die Weiterentwicklung der Betreuung zur rechtlichen Assistenz macht eine geregelte Ausbildung notwendig. Wir möchten darauf hinweisen, dass längst nicht jede Betreuung gegen den Willen der betreuten Person angeordnet wird.

DIE LINKE:
Jein. Das deutsche Modell der rechtlichen Betreuung sehen wir sehr kritisch. Denn die Bestimmungen sehen nur volle Selbst- oder volle Fremdbestimmung vor. Das Ziel der Betreuung muss es sein, den Betroffenen ein Höchstmaß an Selbstbestimmung zu ermöglichen. Statt die Entscheidungen abzunehmen, muss die bestmögliche Befähigung im Zentrum stehen, Entscheidungen im eigenen Interesse treffen zu können. So wäre es etwa bei Menschen mit einer Demenzerkrankung notwendig, je nach Erkrankungsstadium wenig oder später mehr Betreuung mit dem jeweils höchstmöglichen Maß an Selbstbestimmung zu gewährleisten. Dieses Bemühen fehlt uns aber ebenso wie eine sachgerechte unabhängige Überprüfung, ob tatsächlich im Interesse der betreuten Personen gehandelt wird. Das betrifft sowohl berufliche als auch die ehrenamtliche Betreuung. Insgesamt wird der ethischen und rechtlichen Sensibilität einer Entmündigung, die mit einer Betreuung einhergeht, nicht ausreichend Rechnung getragen.

CDU:
Mit der Reform des Vormundschafts- und Betreuungsrechts haben wir mehr Selbstbestimmung für die Betroffenen auf den Weg gebracht. Die rechtliche Betreuung hat künftig primär zum Ziel, die Betroffenen zu ertüchtigen, ihre eigenen Angelegenheiten selbstwahrnehmen zu können.

SPD:
Wir unterstützen die Idee, rechtliche Betreuung zu einem Ausbildungsberuf zu entwickeln, um die Qualität und den Umfang der Betreuung zu sichern, den Willen der Betreuten besser durchsetzen, oder die Betreuung in ihrem Sinne und zu ihrem Schutz zu führen. Zugleich wollen wir aber nicht den besonders eng verbundenen Angehörigen der Betroffenen, für die eine Betreuung bestellt werden soll, die Möglichkeit zu nehmen, als Betreuer*innen bestellt zu werden.

Denn sie als besonders eng verbundene Angehörigen kennen die Betroffenen am besten und können am effektivsten die Geschäfte in ihrem Sinne und nach ihren Wünsche führen. Eine Bestellung als Betreuer in einem Untergebenen-Verhältnis, inkl. der Bestellung einer*s Ärzt*innen oder einer Pflegekraft - insbesondre bei einer angeordneten Unterbringung - lehnen wir ab.

4. Setzen Sie sich für eine Todesfallstatistik aller psychiatrisch Behandelten ein?

BÜNDNIS 90/ Die GRÜNEN:
Wir unterstützen eine Todesfallstatistik für Menschen, die in der Psychiatrie behandelt wurden. Eine allgemeine Todesfallstatistik gibt es bereits seit langem. Die Umsetzung müsste aber deutlich verbessert werden. Dazu zählt u.a. eine einheitliche Ausstellung des Leichenschauscheins in allen sechzehn Bundesländern. Grundsätzlich ist uns mehr Transparenz beim Behandlungsgeschehen wichtig.

DIE LINKE:
Ja, DIE LINKE setzt sich seit langem für mehr Transparenz im Leistungsgeschehen der Psychiatrie ein. Zwangsbehandlungen sind die wohl schwersten Grundrechtseingriffe, die legal in Deutschland durchgeführt werden. Es ist ein Skandal, dass wir nicht wissen, welche und wie viele Zwangsbehandlungen durchgeführt werden und welche Folgen sie für die Behandelten haben. Immerhin gibt es Daten über die Zwangsunterbringung aus den Ländern. Hier wird deutlich, dass die Häufigkeit je nach Region sehr stark schwankt. Es ist anzunehmen, dass das bei den Zwangsbehandlungen ebenso ist. Das Unwissen darüber, ist nicht hinnehmbar, sodass DIE LINKE nicht nur eine Todesfallstatistik, sondern eine umfassende Meldeverpflichtung von Zwangsmaßnahmen jeder Art und die anonymisierte Zusammenführung der Daten zur Veröffentlichung fordern.

CDU:
Behandlungsmaßnahmen der untergebrachten Personen und besondere Sicherungsmaßnahmen müssen einer Dokumentationspflicht unterliegen. Um ein umfassendes Bild der 3 Unterbringungen psychisch kranker Menschen zu erlangen, werden wir uns für eine Weiterentwicklung der systematischen Berichterstattung einsetzen.

SPD:
Wir unterstützen die Idee der zentralen Erfassung der Grundrechtseingriffe und Todesfälle in der Psychiatrie, die als ein Teil der jährlichen Berichte über die psychische Gesundheit der Nation veröffentlicht werden sollen. Nur so können nachhaltig die Qualität der Versorgung und die Arbeitsbedingungen verbessert, Fehlentwicklungen gestoppt und Vorbehalte gegen die Psychiatrie reduziert werden.

5. Setzen Sie sich für mehr Geld für die Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrener ein?

BÜNDNIS 90/ Die GRÜNEN:
Wir treten schon seit vielen Jahren dafür ein, dass die Selbsthilfeorganisationen Psychiatrieerfahrener vergleichbar mit anderen Verbänden in der Gesundheitspolitik institutionell gefördert werden.

DIE LINKE:
Ja, DIE LINKE fordert, dass die Selbsthilfe erheblich mehr finanzielle Mittel erhält. Ihre Arbeit ist für viele Patient*innen unschätzbar und nicht zuletzt sind die Selbsthilfeorganisationen wichtige Stimmen in der Selbstverwaltung und in der Politik. Diese Rolle wollen wir weiter stärken, etwa mit einer deutlichen Aufwertung und Professionalisierung der Patientenvertretung im Gemeinsamen Bundesausschuss und anderen Gremien und darauf aufbauend mit einem vollen Stimmrecht. Bei der Finanzierung der Selbsthilfe ist uns besonders wichtig, dass die institutionelle, dauerhafte Förderung durch Steuergelder

im Vordergrund steht und die Projektförderung nicht die Regel sein darf. Das ist entscheidend für die Unabhängigkeit der Selbsthilfegruppen von politischer Einflussnahme. Aber auch die Unabhängigkeit von Wirtschaftsinteressen etwa der pharmazeutischen Industrie ist uns ein wichtiges Anliegen.

CDU:
Rund 3,5 Millionen Menschen engagieren sich in Deutschland in der Selbsthilfe. Für uns ist die gesundheitliche Selbsthilfe fester Bestandteil des deutschen Gesundheitswesens. Nach Verabschiedung des Terminservice- und Versorgungsgesetzes werden von den der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) zur Verfügung stehenden Gesamtmitteln seit 2020 jährlich mindestens 70 Prozent als kassenartenübergreifende Pauschalförderung zur Basisfinanzierung der gesundheitlichen Selbsthilfe zur Verfügung gestellt. Die übrigen maximalen 30 Prozent der Gelder fließen in die krankenkassenindividuelle Projektförderung. Auch das Bundesministerium für Gesundheit unterstützt die Selbsthilfe. Diese Praxis setzen wir fort.

SPD: Die Selbsthilfegruppen, die sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten, Krankheitsfolgen und/oder psychischen Problemen richten und mit dazu beitragen, die persönliche Lebensqualität zu verbessern, können von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden. Zudem stehen ihnen auch Mittel aus den Landes- und Bundesprogrammen zu. Diese Förderung wollen wir unbedingt fortsetzen, insbesondere für die Selbsthilfegruppen, die sich mit der Bewältigung der Folgen einer psychiatrischen Unterbringung beschäftigen,.

6. Setzen Sie sich dafür ein, dass Vertreter des BPE e. V. als ältester und größter Betroffenenverband zu Anhörungen eingeladen wird?

BÜNDNIS 90/ Die GRÜNEN:
Soweit es bei den Anhörungen jeweils einen Sachbezug zu den Zielen des BPE e.V. gibt oder die Anliegen des BPE e.V. berührt sind, sprechen wir uns für die Einladung des Verbandes aus.

DIE LINKE:
Ja, DIE LINKE setzt sich immer dafür ein, dass Vertreterinnen der betroffenen Patientinnen in den Anhörungen des Gesundheitsausschusses vertreten sind. Leider können wir uns nicht immer gegen die anderen Fraktionen durchsetzen.

CDU:
Unser politisches System kennt zahlreiche Möglichkeiten der Mitsprache und Interessenvertretung. Sowohl über Anhörungen im Rahmen von Gesetzgebungsverfahren wie auch über die parlamentarischen Vertreter der im Deutschen Bundestag vertretenen Parteien so wie allen anderen Parlamenten auf kommunaler, regionaler und Landesebene besteht die Möglichkeit, Positionen vorzubringen und auf Besonderheiten hinzuweisen. Parlament und Regierung sind auf diesen Kontakt angewiesen, nicht nur um Probleme zu erkennen, sondern auch um gemeinsam mit der Bevölkerung sachgerechte Lösungen zu entwickeln. Deshalb setzen wir uns stets für eine breite Beteiligung der Sachverständigen ein.

SPD:
Wir arbeiten bei der Erarbeitung unserer Positionen mit allen Verbänden zusammen und laden die thematisch zuständigen Verbände zu Anhörungen im Deutschen Bundestag und in den Landtagen ein. Es besteht kein Grund, warum für die Vertreter des BPE e. V. etwas Anderes gelten sollte. Zudem wollen wir das Gesundheitswesen sektoren- und fachübergreifend gestalten und den Verbänden und Patient*innen mehr Rechte bei der Planung dieser Versorgung einräumen. Wir sind davon überzeugt, dass die starke Einbindung der Fachverbände und der Öffentlichkeit in die politischen Entscheidungen auf der Bundes-, Landes- und kommunalen Ebene mehr Akzeptanz für die Entscheidungen erzeugt.

Bundesverfassungsgericht stärkt PatVerfue

Der folgende Beitrag ist eine Kurzfassung des Beschlusses seitens des Bundesverfassungsgerichts vom 30. Juli 2021.

Gute Nachrichten für die Rechte Psychiatrie Erfahrener: das Bundesverfassungsgericht hat entschieden, dass die Patienten-Verfügung “Patverfue” für die Psychiatrie (auch bei im Maßregel Vollzug untergebrachten Menschen) wirksam ist. Allerdings ist die Wirksamkeit der Patientenverfügung in einem zweistufigen Verfahren zu prüfen, wobei keine überhöhten Anforderungen oder medizinischen Kenntnissen des Verfügenden gefordert werden könnten. Der in Karlsruhe ansässige Rechtsanwalt David Schneider-Addae-Mensah, der den im Bezirkskrankenhaus Straubing untergebrachten Beschwerde Führer vertritt begrüßt diese Entscheidung. Dieser hatte dagegen geklagt, dass er während seiner Zwangs-Unterbringung mit Neuroleptika zwangsbehandelt wurde, obwohl er eine gültige Patientenverfügung vorgelegt hatte.
Die vollständige Pressemitteilung könnt ihr unter folgendem Link nachlesen:

https://www.bundesverfassungsgericht.de/SharedDocs/Pressemitteilungen/DE/2021/bvg21-066.html
Weitere Informationen zur Patverfue erhaltet ihr hier:
patverfue.de
Felix

Nachgefragt!

Wir nehmen uns Zeit für Psychiatrie-Erfahrene an der Basis. Vereinsmitglied oder auch noch nicht. Eine Interviewreihe kreuz und quer durch Deutschland.

Das dritte Interview führt uns nach Baden-Württemberg:

Stelle Dich doch bitte kurz vor!

Mein Name ist Holger Scheerer, ich lebe im Landkreis Heidenheim, wo ich im Jahr 1974 in der Stadt Heidenheim auch geboren wurde. Nach Abbruch meines Studiums der Philosophie und Neueren Deutschen Literatur an der Uni Tübingen volontierte ich bei einer Regionalzeitung und bin seitdem tätig als Journalist. Seit 2009 bin ich aufgrund der Depression frühberentet. Um dennoch das Leben fristen zu können, arbeite ich weiter, wenn auch zeitlich eingeschränkt, in meinem alten Beruf; hauptsächlich bin ich fester freier Mitarbeiter einer Tageszeitung im Bereich der Kultur.

Wie kam es zu Deinem ersten Aufenthalt in einer Psychiatrie?

Das war im Jahr 2002. Zuvor war ich vier Jahre lang unter dem allseits bekannten und beliebten Motto „Ich schaffe es auch ohne Medikamente“ unterwegs gewesen. Irgend wann konnte ich mir allerdings nichts mehr in die Tasche lügen; es schlug die Stunde der Wahrheit. Scheinbares Glück im Unglück hatte ich zunächst damit, dass mein Psychiater mich nicht in die nächstbeste Hütte einweisen wollte, sondern mich einer international bekannten Kapazität zuführen wollte. So geschah es, ich landete bei Prof. Gerd Laux im Bezirksklinikum Gabersee, dem heutigen Inn-Salzach-Klinikum in Wasserburg. Insgesamt betrachtet, ging der Schuss jedoch nach hinten los; denn hier bekam ich das Label „schizophren“ verpasst, genauer gesagt die Diagnose „Schizophrenia simplex“. Es nahm etwa weitere vier Jahre in Anspruch, diese Fehldiagnose wieder loszuwerden.

Was ist Deine Kritik am psychiatrischen System?

Vorausbemerken möchte ich, dass das psychiatrische System kein Begriff ist, mit dem die Psychiater etwas verbinden können. Die meisten würden das Vorhandensein von so etwas wie einem psychiatrischen System rundweg leugnen. Man muss also immer aufpassen, wenn man es mit Psychiatern zu tun hat, ob man nicht im Begriff steht, sich mit Windmühlen anzulegen.

Meine Kritik am psychiatrischen System ist im wesentlichen eine genau umgekehrte, wie sie von der Antipsychiatriebewegung – oder auch von Vertretern dieses Verbandes gelegentlich – geäußert wird. Ich sage also: mehr Psychiatrie, mehr Psychiater, mehr Therapeuten, mehr Medikamente, mehr Forschung im Bereich der Medikamente, mehr alternative, aber evidenzbasierte Therapien, mehr Experimente mit Medikamenten und Dosierungen, mehr off-label Use, mehr TDM (Therapeutisches Drug Monitoring), mehr Augmentation generell, und vor allem – und dies ist der wichtigste Punkt – eine bessere Ausbildung von Ärzten und Therapeuten; denn haarsträubende Fehldiagnosen sollten im klinischen Setting die Ausnahme werden und nicht die Regel bleiben.

Meine Kritik am psychiatrischen System schlug sich bislang in erster Linie literarisch nieder, im Rahmen von zwei Theaterstücken, die jeweils in Kliniken spielen und unter den Titeln „Die Überlebenden“ und „Psycho-Maschine“ im Selbstverlag, bzw. im Theaterverlag Cantus erschienen sind.

Mein wichtigster Lehr- und Erfahrungssatz aus 20 Jahren in der „Psycho-Branche“ ist: Gegen das System, geht nur mit dem System – ohne Psychiater, geht nur mit Psychiater.

Was sind Deine Selbsthilfemöglichkeiten vor Ort?

Im Prinzip soll es im Rahmen der AOK eine Selbsthilfegruppe Depression geben. Im Rahmen der anthroposophischen Bewegung, die in Heidenheim sehr stark ist, soll es sogar eine Selbsthilfegruppe zum Thema ADHS bei Erwachsenen geben.

Im Rahmen der Heidenheimer Psychiatrie gibt es einmal im Monat einen Stammtisch mit Psychiatrieerfahrenen und Professionellen. Es gibt auch noch ein wöchentliches Tanzprojekt. Über die Qualität der Angebote kann ich nichts sagen, da ich außer ein paar Mal an diesem Stammtisch noch nirgends teilgenommen habe. Den Stammtisch habe ich damals verlassen, weil er sehr stark auf die Heidenheimer Klinik zugeschnitten war.

Als Psychiatrieerfahrener aus anderen Kliniken, fühlte man sich als Exot; dies könnte heute durchaus anders sein.

Wie stehst Du zum Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. und Deinem Landesverband?
Vom BPE habe ich zum ersten Mal bei einem Klinikaufenthalt im Jahr 2006 gehört und mich sogleich spontan entschieden, dort Mitglied zu werden. Erst jetzt, im Jahr 2021, war es endlich so weit. Bis dahin hatte ich immer mal wieder eine „Ausrede" gefunden, nicht einzutreten, einmal war mir der Mitgliedsbeitrag zu hoch, dann erschien mir der Eintritt mit einem sozialen Stigma verbunden, dann wiederum erschien mir der Verein mit seinen rund 1.000 Mitgliedern angesichts von 1.000.000 Patienten in der Psychiatrie im Jahr, als zu marginal, um je etwas bewirken zu können, schließlich habe ich den Verein auch einige Male als Teil der Antipsychiatriebewegung wahrgenommen – eine Bewegung, für die ich gewisse Sympathien hege, mit der ich mich aber auf keinen Fall identifizieren wollte. Übrigens mehr aus technischen Gründen, als aus subjektivem Empfinden. Wer am psychiatrischen System wirklich etwas ändern will, kann dies nicht tun, in dem er das Vorhandensein des Systems generell abschaffen will. Ich bin mir sicher, dass der ein oder andere der genannten Gründe auch andere davon abhielt oder -hält, in den BPE einzutreten.

Mein Landesverband Baden-Württemberg existiert aktuell nicht, wenn ich das richtig begriffen habe, weshalb ich zu diesem Punkt auch nichts sagen kann .

Nachgefragt: Warum war es für Dich so wichtig, diese Fehldiagnose wieder loszuwerden? Haben die vier Jahre Einsatz sich gelohnt?

Nun, es blieb ja nicht die einzige Fehldiagnose. Und genauso leicht es war, die Fehldiagnosen zu bekommen, war es schwer, sie wieder loszuwerden. Ende des Jahres 2006 folgte dann mit ADHS die erste Diagnose, die sich als richtig herausstellte und die erste, die auch auf Medikamente ansprach. Dennoch blieb es noch ein steiniger Weg, und ein Ende ist noch nicht in Sicht. Ich stellte in der Folge immer wieder fest, dass sich hinter diversen Fehldiagnosen bei mir und anderen immer wieder eine unerkannte ADHS und/oder eine Störung aus dem autistischen Spektrum verbarg.

Ich danke Dir für das Interview!
Tobias Thulke

Interview-Teilnehmer gesucht!
Wir freuen uns über Psychiatrie-Erfahrene, die an einem Interview in dieser Reihe interessiert sind. Nachname und Foto müssen nicht veröffentlicht werden! Schreibt uns einfach an: lautbriefrundsprecher@bpe-online.de oder ruft mich direkt unter der Tel. 0163 54 33 517 an.

Jugendpsychiater Michael Winterhoff entthront

Ein Kommentar von Juli

Seit Wochen wandert massive Kritik am Bonner Kinder- und Jugendpsychiater durch die Öffentlichkeit. DasErste veröffentlicht am 9.8.21 die Doku „Warum Kinder keine Tyrannen sind" (zu finden in der ARD Mediathek). Der Titel, eine Anspielung auf sein 2008 veröffentlichtes Bestseller-Buch: „Warum Unsere Kinder Tyrannen werden".
Mit dem Erfolg des Buches wurde er beliebter Talkshow-Gast und füllte neben seinem Bankkonto auch ganze Messehallen bei Vorträgen für Laien- sowie „Fachpersonal" der Medizin und Pädagogik. Heime und Jugendämter kooperierten mit ihm, so dass über viele Jahre viele Kinder Opfer seiner Ansichten und Behandlungen wurden. Seine Diagnosen: „Eltern-Kind Symbiose" und „frühkindlicher Narzissmus". Seine Behandlung: Pipamperon- langjährige und hochdosierte Psychopharmaka-Behandlungen für Kinder und Jugendliche.
Mittlerweile gibt es erste Strafanzeigen von Betroffenen gegen Winterhoff. „Anfangsverdacht der schweren Körperverletzung, sowie des Abrechnungsbetruges" und „möglicher weiterer Straftatbestände". Winterhoff sagte geplanten Vortrag ab und erste Jugendämter beenden die Kooperation mit ihm.

Zu begrüßen ist das Ende seiner Karriere. Einer Karriere, die auf Machtmissbrauch basierte. Darauf Gehorsam zu predigen, anstatt die Eltern-Kind Beziehung zu fördern, und Kindern und Jugendlichen mit Psychopharmaka schwer zu schaden.
Es sagt aber auch viel über die Gesellschaft, „Fachkreise", Jugendämter, Kinder- und Jugendpsychiatrie etc. aus, Winterhoff erst 13 Jahre als Psychiater-Guru zu feiern und ihn nun, völlig zu Recht, zu entthronen. Mich nervt in der Berichterstattung mal wieder, die so oft angewendete Figur des Einzeltäters/Einzelphänomens, vom „System Winterhoff" ist die Rede. Als sei die Kinder- und Jugendpsychiatrie an sich kein gefährliches System und Psychopharmaka-Verabreichungen in ihm nicht völlig normal. Als sei das Gesicht der Gesellschaft nicht eh oft kinderfeindlich.

Quellen:
- Doku: DasErste: „Warum Kinder keine Tyrannen sind"
- Süddeutsche Zeitung: „Strafanzeige gegen Kinderpsychiater Winterhoff", 11.8.21, Nicole Rosenbach und Rainer Stadler
- TAZ: „Schwarze Pädagogik 2.0", 23.8.21, Reinhard Kahl

Eigenverantwortung und Selbsthilfe bei bipolaren Störungen

Allgemeines zur Manie:
Euphorisches Glücksgefühl verbunden mit Größenwahn, permanenter Unruhe, Getriebenheit (Raserei), Schlaflosigkeit mit endlosem Rededrang, hoher Risikobereitschaft bei wichtigen Entscheidungen und Vertragsabschlüssen, sowie spontaner Kaufrausch um nur die wesentlichen Merkmale zu benennen.

Eigene Erfahrungen mit der Manie:
Bei mir waren alle genannten Symptome vorhanden und akut, sodass leider nur noch Hilfe durch „psychiatrische Mittel" (Zwangseinweisung, Zwangsmedikation, Fixierung und EKT's) zu meiner Gesundung beigetragen haben.
Diese extremen Phasen müssen nicht bei anderen bipolaren Betroffenen so stark ausgeprägt sein! Es sind oft leichtere Anzeichen vorhanden, die aber schon mahnen müssen. (Unruhe, Ideenflüchte, Spielsucht, Betriebsamkeit, Unkonzentriertheit, spontane Reisen und Interessen und zu wenig Schlaf.)
Das Tückische dieser Störung ist, dass man es selbst nicht merkt. Im Gegenteil empfindet man eine Art Glücksgefühl und ist wie auf Droge, die ich selbst noch nie genommen habe.
Das persönliche Umfeld, Familie, Freundinnen, Kolleginnen, Lehrerinnen, Trainerinnen und andere sollten sehr sensibel auf den/die Betreffenden reagieren, wenn es hoffentlich noch nicht zu spät ist. Es ist zu spät, wenn bipolare Menschen alle gutgemeinten und realistischen Hilfsmaßnahmen ablehnen. Die Betroffenen sind dann nicht mehr mental erreichbar und beeinflussbar, sodass der unvermeidbare, letzte Schritt in die Richtung geht, die man unbedingt vermeiden wollte.

Eigenverantwortung bei Manie:
Eigenverantwortlichkeit kann somit leider oft erst nach Durchleben bzw. Erleben dieses Prozesses stattfinden. Erst jetzt weiß ich, wie ich auf Zeichen meiner Gefühle, Reaktionen meines Körpers, Gedanken und meiner Glaubenssätze reagiere und wie ich sie bewusst steuern kann. Alles zuvor war „Seelenvergewaltigung"! Jetzt erst ist man bereit nach dem „Warum?", „Weshalb?" oder „Wieso ich?" zu fragen, oder auch nicht!
Ich habe früher kaum gelesen, aber seit den 90er Jahren führe ich wieder ein normales Leben, weil ich die passende Lektüre gefunden habe, die alle meine Fragen beantwortete. Es waren Themen wie Partnerschaftsprobleme, Selbstvertrauen, Selbstwertgefühle, Seelenleben mit biochemischen und psychischen Zusammenhängen, bis zu Fachliteratur über bipolare Störungen. Ich fand mich in diesen Büchern wieder, in dem was ich las, was ich erlebt habe und vor allem wie ich fühle. Jeder muss sein eigenes Gefühl dafür entwickeln, was für ihn hilfreich oder schädlich ist!

Allgemeines zu Depressionen:
Hierbei handelt es sich um den entgegengesetzten Part zur Manie. In der Manie ist man zu lebendig, aber in der Depression fühlt man sich physisch und psychisch beinahe tot. Man hat mit der Außenwelt abgeschlossen, es lebt sich wie unter einem Schalldämpfer. Es treffen kaum noch Impulse in der Schaltzentrale Gehirn ein. Es ist wie ein Vakuum. Man ist wie innerlich erstarrt mit den letzten negativen Gedanken im Flow, die sich wie ein Karussell nur noch um quälende Gefühle, von nicht angemessener Selbstkritik, Versagensängsten, Schuldgefühlen bis hin zu Suizidgedanken drehen.

Eigene Erfahrungen mit Depressionen:
Meine Freundin war damals schwanger, dies stürzte mich in eine tiefe Depression. Da ich meine bipolare Störung schon akzeptiert hatte und auch deswegen keine Kinder wollte, traf es mich sehr hart. Ich sah mich einfach nicht in der Lage, Verantwortung für eine Familie zu tragen. Ich war der Situation einfach nicht gewachsen. Ich habe egoistisch „gehandelt" ohne Rücksicht auf die Gefühle meiner Freundin für unsere Tochter. Wahrscheinlich war das der entscheidende Grund, für meinen ersten und letzten fehlgeschlagenen Suizidversuch. Auch in Gedanken an meinen Vater, der sich das Leben nahm (34), als ich 6 Jahre alt war. Die Depression war stärker als die Liebe zu meiner Partnerin.
Ich starrte also fast stundenlang nur auf einen Fleck und hatte dabei starke Zuckungen im rechten Bein. Reaktionen von außen kamen bei mir absolut nicht mehr an. Man ist willenlos und so weit mit dem Leben auf Distanz.
Wie bei meinen manischen Phasen folgte die „Einlieferung" durch zwei Verwandte von mir, in gleicher Reihenfolge wie damals. Ich weiß noch, dass ich in einem engen Zimmer auf Station 2 (geschlossene), mit einem mir unbekannten Arzt (Dr. Gebhardt) saß. Da ich auf keinen Wortwechsel reagierte, dauerte es nicht lang und zwei Pfleger in Weiß taten ihre Pflicht.
Auf diese Ausprägung der „PEST", wie eine Betroffene die Depression bezeichnete, war ich machtlos. Nicht jede Depression muss bei bipolaren Menschen so stark entwickelt sein wie bei mir! Geringe Anzeichen können sich aber schnell potenzieren.

Eigenverantwortung bei Depressionen:
Als „Vorsorgeempfehlung" ist es auch hier wichtig, sein Frühwarnsystem zu aktivieren und deutlich in sich reinzuhören, wenn man dies noch kann.
Jeder hat mal schlechte Laune, ist schlecht drauf oder hat depressive Verstimmungen – ganz normal. Wenn man aber seelischen Druck verspürt, sei es wegen Zukunftsängsten, Liebeskummer oder Mobbing, sollte man mit Menschen des Vertrauens unbedingt darüber reden. Dieses gilt auch für Ängste und Panikattacken aller Art, einer Aufgabe nicht gewach-

sen zu sein oder wenn das Leben zu entgleisen droht.
Man darf sich nicht gehen lassen! Das Gefühl es ist alles egal und sinnlos, ist ganz gefährlich!
Auch wenn es schwer fällt, muss man versuchen, seine Tagesstruktur unbedingt beizubehalten. Es ist besser etwas kürzer zu treten, kleine Schritte als Erfolge in wichtigen Sachen zu sehen. Vor allem soll man sich persönlich Gutes tun: Treffen mit Freunden, Sport, Sauna, Kino, Café, Kneipe, Gartenarbeit, also alles was der Seele gut tut. All diese Vorschläge sind nicht neu doch ratsam, aber auch ich weis, dass sie einen in einer starken Depression gar nicht mehr erreichen. Man will nur noch im Bett bleiben und in Ruhe gelassen werden. Und in genau dieser Ruhe fühlt man sich noch schlimmer. Es ist ein Teufelskreis, ein ambivalenter Zustand.

Schlusssatz:
Ich habe viel von dem selbst durchgemacht und viel gelitten. Aber ich habe instinktiv scheinbar immer an das Gute geglaubt oder es mir ersehnt.
Gebt Euch nicht auf! Die Hoffnung lebt in jedem Menschen! Das Leben ist so schön.
Thomas G.

Erfüllung

Dem großen Konfuzius wird die Aussage zugeschrieben, der Weg sei das Ziel. Ein Österreicher (wer sonst ?) ergänzt diesen Spruch und behauptet, der Weg sei das Ziel nur für den, der nicht weiß, wohin er will. Wer liegt richtig ?

Das große Geheimnis zu ergründen, wünscht sich der Mensch schon immer. Es wird behauptet, dass die ersten Menschen genau deswegen aus dem Paradies vertrieben wurden. Wir müssen es also notgedrungen eine Nummer kleiner versuchen. Der Eine wünscht sich Glück (was immer darunter zu verstehen ist) oder zumindest Zufriedenheit. Der Andere hofft auf ein gelingendes (oder erfülltes) Leben. Gleich welcher Meinung wir uns anschließen, es bleibt uns nicht erspart, Wollen und Können unter einen Hut zu bringen.

Dafür gibt es vom Grundsatz her zwei Möglichkeiten: Entweder wir beschränken uns auf das Machbare, was nicht immer befriedigend ist. Oder das Leben lehrt uns, dass unser Anspruchsdenken zu groß war, was (wie wir alle wissen) recht schmerzhaft sein kann. Es geht also für jeden von uns darum, den passenden Mittelweg zu finden.

Wie aber finde ich diesen Weg ? Ganz ohne Theorie wird man dabei wohl nicht auskommen. Von Werten und Tugenden (penibel unterteilt nach primär und sekundär) hören wir zwar, eine ernsthafte Auseinandersetzung damit dürfte aber eher selten sein. Im Altertum und frühchristlicher Zeit wurde von Tugenden gesprochen, heute eher von Werten. Ganz sicher geht es dabei nicht nur um Geldwert, sondern Begriffe, wie Freiheit und Gerechtigkeit sind von zentraler Bedeutung. Vor allem aber geht es um die Bestimmung meiner eigenen Wertigkeit. Ohne ein gewisses Maß an Eigenliebe werde ich dabei nicht auskommen (nicht zu verwechseln mit Narzissmus). Bücher und Schriften zu den Tugenden gibt es zahlreich, aber auch zum Gegenteil, den Lastern. Auch sie entbehren nicht eines gewissen Reizes und sind für den Einen oder Anderen recht unterhaltsam zu lesen. Selbst die Unterscheidung nach Gut und Böse wird nicht weiterhelfen. Denn beides ist in uns angelegt.

In welche Richtung hin wollen wir uns also orientieren? Für mich selbst sind Begriffe wie Eigen- oder Fremdbestimmung von großer Bedeutung. Natürlich strebt jeder von uns nach einem hohen Maß an Selbstbestimmung, doch in unserer arbeitsteiligen Welt wird die Fremdbestimmung immer dominanter. Der Preis für Freiheit und Selbstbestimmung ist also hoch. Entweder wir zahlen diesen Preis und bewahren uns damit eine gewisse Unabhängigkeit oder wir zahlen nicht und geraten immer mehr in Abhängigkeit. Es könnte sich also lohnen, auf Bequemlichkeit oder vermeintliche Sicherheit zu verzichten.

Jeder hat die Möglichkeit, den einen oder anderen Weg zu wählen. Haben wir uns aber für den geeigneten Weg entschieden, dann sollten wir ihn gehen mit Ausdauer, Geduld und Disziplin.

Auch konkrete Vorstellungen von Vertrauen, Verantwortung und vor allem von Glaubwürdigkeit sollten uns helfen, diesen Weg zu gehen, denn sie betreffen jeden Einzelnen als auch die Gesellschaft insgesamt.
Gerhard. Lombardino

Rezensionen zu Kinderbüchern über „Psychiatrisches“

Gerne möchte ich eine kleine Reihe von Kinderbüchern rezensieren. Selbst als Mutter interessiert es mich noch mehr als schon vorher, wie `psycho-soziale` Kontexte in Kinderbüchern dargestellt werden. Mir graut´s dabei vor über-pädagogisierten Büchern mit erhobenen moralischen Zeigefingern und vor psychiatrischen Erklärmodellen für Kinder.
Auf der anderen Seite finde ich, dass ein Buch eine gute Möglichkeit ist, um mit einem Kind über ein Thema zu kommunizieren.
Psychische Krisen und Elternschaft als Thema zusammenzubringen ist für mich mit viel Angst verbunden, z.B. der Angst vor der Zuschreibungen, einer Elternrrolle nicht gerecht zu werden und einer riesigen Angst vor dem Jugendamt.
Ich möchte mich zu diesem Thema auf Spurensuche begeben. Wie viele dieser Bücher sind eigentlich von Menschen geschrieben, die erlebt haben, wovon die Bücher handeln? Ich würde mich sehr freuen, wenn auch andere Menschen Lust hätten Kinderbuchrezensionen über Bücher zu schreiben, die mit ihren Lebensmomenten und Lebensgeschichten zu tun haben. Meldet euch hierfür bei der LautBriefRund-Sprecher-Redaktion.
Und nun zum ersten Buch:

Molly und das große NICHTS

von Anna Sophia Backhaus (Autorin)
und Rosa Linke (Illustratorin)
„Kids in BALANCE“
Erscheinungsjahr 2018
ISBN-Print: 978-3-86739-126-9
44 Seiten
Altersempfehlung ab 8 Jahren

Dieses Kinderbuch erzählt in wunderschönen Zeichnungen mit wenig Text die Geschichte von Molly, einem jungen Mädchen.
In der Ich-Perspektive lässt sie ihre Vergangenheit Revue passieren und erzählt von einer unbeschwerten Kindheit mit ihrer Familie und ihrem Garten. Dann verliert Molly mehr und mehr ihre Gefühle. Das Buch wird hierbei immer grauer und krakeliger. Molly fühlt sich erstarrt, wie ein Stein. Sie bekommt Angst vor dem Gefühl des Nichts. Vor diesem Gefühl will sie fliehen. Sie wird gefunden und erwacht im Krankenhaus, neben Kindern, die Mandel- und Blinddarmoperationen hatten. Im Krankenhaus traf sie auf den Kinderpsychologen. Mit den Wochen und Monaten zu Hause kommen Farben und Gefühle zurück in Molly´s Leben. Und noch länger dauerte es, bis das Kind in ihr zurückkommt.

Ich finde, dass das Buch geeignet ist, um mit Kindern über negative bzw. leblose Gefühle zu reden. Und das es nicht immer einen Grund haben muss, warum sich etwas traurig und schlimm anfühlt. Die Zeichnungen sind wirklich wunderschön und mir gefällt das Hintergrundthema des Gartens im Buch. So hilft es Molly durch ihre schwere Zeit hindurch, sich um ein Gemüsebeet zu kümmern und der Apfelbaum im Garten spielt eine wichtige Rolle im Buch.

Was mich hingegen an dem Buch irritiert ist, dass Molly zwischen Kindern scheinbar im somatischen Krankenhaus aufwacht und ein sich ergebendes Thema wie Kinder-und Jugendpsychiatrie und Medikamente damit ausgespart bleiben.
Die Autorin, machte laut Buch selbst als Jugendliche Erfahrungen mit Depressionen.
Im Nachgang zur Geschichte, gibt es noch eine Informationsseite mit Kontaktadressen, zu Telefonberatungen und weiterführender Literatur.
Ganz problematisch finde ich, dass auf der Informationsseite dazu geraten wird, wenn sich dir eine Person anvertraut, suizidale Gedanken zu haben, sich an Eltern, Lehrer und Beratungsstellen zu wenden. Hingegen dazu ermuntert, über Suizidalität zu sprechen, finde ich es absolut kontraproduktiv, Menschen dazu zu raten, andere zu verraten. Genau dies verstärkt, warum es so schwer ist, über Suizidales reden zu können. Die Angst vor der Unmöglichkeit, sich wem anvertrauen zu können.

Nicht mehr reden wollen

„Guten Tag Psychiatrie“-
Guten Tag wünsche ich der geschlossenen Station für Frauen
Und danke Mama, für diese auferlegten unendlichen Strapazen
Für Körper und Seele über Monate (Gehässig, voller Ressentiment)
Sie reden dort nicht mit mir,
nicht über die veränderte Situation im Vergleich zum Leben draußen
nicht darüber, dass es der schwerste Menschenrechtseingriff ist,
ja, nicht einmal über die Krankheit reden sie
Unbewusst befindet man sich in einem bestimmten Set aus ungeschriebenen Regeln
Dort, in der Geschlossenen, und auch an diese muss man sich anpassen,
oft traumatisiert vom Eingriff in das eigenständige Leben
Sie glauben nur, was Mama ihnen über die 30-Jährige erzählt
Ich habe vorher schon gelebt, habe ein bewegtes, intellektuelles Vorleben
Doch die Krankheit hat mir den Verstand geraubt
„Wahnstörung“ hieß es, und irgendwann „chronisch“ und „Schizophrenie“
Als ich die Arztberichte später nach der Entlassung einmal durchlas
So ich überhaupt dazu kam, das war nicht selbstverständlich
Ein grausiger Aufenthalt in einer isolierten Psychiatrie reicht schon,
und man hat genug davon für den Rest seines Lebens
Wird dort die Grausamkeit für normal gehalten?
Bis zum Zusammenbruch haben sie mich dorthin verschleppt,
mit Polizei, Rettung, Amtsarzt.
Jede Meinung war wichtiger als meine Meinung
Nämlich dass ich gar nicht dorthin gehöre, wo sie mir sowieso nicht helfen
Mit ihrer Isolation, dem repressiven Schweigen,
den drei täglichen Mahlzeiten und dem Bett zum Schlafen
Karg, Zuwendung und Liebe konnten sie nicht geben
Und den Respektsabstand dort gab ich mir selber,
indem ich mich zurückzog
Und eines Tages dachte ich mir „Ich will nicht mehr reden“,
so wirkten sie auf mich spiegelbildlich
Doch bei mir war es ja nicht Strategie, sondern innere Not
„Mutistisch“ die Diagnose
Wieder nur einer dieser weißen Zettel mit einer Meinung darauf
Doch mich fragte niemand
Mit mir sprach niemand.
Eva Renner-Martin

(Mutismus: Verstummung. Der totale Mutismus kann durch Schockerlebnisse ausgelöst werden. Ist oft mit Sozialangst, Rückzug oder Widerstand verbunden.)

Pillendreh

Die weißen Pillen und die gelben,
die können es nicht wissen.
Du hast nichts mehr zu melden,
man wird dich nicht vermissen.

Auch die grünen und die blauen
geben keinen Gott.
Es sind die Nächte, die lauen,
die führen zum Schafott.

Auch die orangenen und die roten
führen nicht hinaus,
senden keine Boten,
das schöne Spiel ist aus.

Praktische Tipps für bessere Laune und stärkere Nerven

1. Ohrstöpsel aus Schaumgummi, evtl. auch Schallschutz-Kopfhörer

Der absolute Nervenschoner sind Ohrstöpsel. Im Straßenverkehr und beim Bedienen von Maschinen vielleicht lieber nicht, aber bei Baulärm und Nervensägen absolut zu empfehlen.

2. Ernährung und geistige Nahrung

2.1 Darmgesundheit
Durch Schlaf oder zumindestens Ruhe und Ernährung kann ein gereizter Darm wieder gesund werden. Alles, was dem Darm schadet, am besten weglassen.

2.2 Glutenfreie Ernährung
Gluten ist ein Neurotransmitter und kann zu Entzündungen im Darm führen. Am besten gar keine weizen- oder glutenhaltigen Lebensmittel mehr essen. Oder selbst herausfinden, was eher gut tut und was eher schadet.

2.3 Ernährung ohne Zucker und synthetische Süßstoffe
Rohrzucker am besten ganz weglassen und durch Reissirup oder pürierte Datteln ersetzen. Die meisten Schulmediziner sehen keinen Zusammenhang zwischen Stimmungstiefs und Rohrzuckerkonsum. Zwei asiatische Ärzte, einer aus Südchina und einer aus Tibet, rieten mir aber schon vor Jahren von Rohrzucker ab. Und die Stimmungsschwankungen besserten sich wirklich bei mir.
Synthetische Süßstoffe auch lieber komplett weglassen. Vorzugsweise kein Aspartam und kein Acesulfam essen, auch kein Phenylalanin.
Stevia vertragen viele gut, Xylitol aber nur in geringen Dosen.

2.4 Milchprodukte
Möglichst wenig Milchprodukte konsumieren. Dadurch kann sich die Stimmung auch erheblich verbessern.

2.5 Trinkwasser
Trinkwasser so gut wie möglich filtern oder aufarbeiten. Oder vorübergehend Quellwasser aus Glasflaschen trinken.

2.6 Fluorid
Am besten eine fluoridfreie Zahnpasta verwenden. Oder selber herstellen. Sehr viele Autoren berichten darüber, dass sich Fluorid schädlich auf die Zirbeldrüse im Gehirn auswirkt. In den Mainstream-Veröffentlichungen heißt es meistens, dass Fluorid gesund sei. Selbst ausprobieren und schauen, was besser ist.

2.7 Bio vs. Pestizide und Düngemittel
In vielen Supermärkten und auch auf Bauernmärkten gibt es ökologische Nahrungsmittel die nicht komplett überteuert sind. Oft gibt es auch leicht verschrumpeltes Bio-Gemüse, das dann herabgesetzt ist. Mir ist das meistens lieber als frisches, pestizidbelastetes Gemüse und Obst.

2.8 Geistige Nahrung
Katastrophenprognosen machen krank, vor allem wenn es um Dinge geht, auf die man keinen Einfluss zu haben glaubt. Oder wenn man passiv belastende Nachrichten aufnimmt, ohne dann etwas aktiv zu tun. Und wenn es um Dinge geht, die man ändern oder verbessern möchte, vorzugsweise etwas, was sich auch wirklich verbessern lässt, sei es auch über einen längeren Zeitraum hinweg.
Am besten ist es, nur pragmatisch nützliche Infos aufzunehmen und jegliche Art von negativem, nutzlosen Informations-Junk zu meiden.
Stattdessen lieber erbaulichen Input zu sich nehmen: schöne Bilder, schöne Musik und Literatur.

3. Bewegung

Selbst wenn man extrem deprimiert sein müsste, weil die Lage miserabel ist, kein Geld da ist, vieles kaputt gegangen oder zerstört worden ist, muss man sich deshalb trotzdem nicht so miserabel fühlen, wie man es eigentlich objektiv gesehen müsste.
Wenn man extrem erschöpft ist, kann man immer noch langsam im Freien spazieren gehen, am besten mindestens eine halbe Stunde täglich. Und wenn man etwas mehr Energie hat, entspannt Joggen gehen. Oder vielleicht irgendwann 20 Minuten ein anstrengenderes Workout machen.
Danach kann es einem langfristig gar nicht so schlecht gehen, allmählich verbessert sich die Laune und Energie.

4. Die Umgebung

Zu all denen, die einen ständig fertig machen, braucht man einen Ausgleich, sonst leidet das Selbstwertgefühl und die Stimmung.
Besser man umgibt sich regelmäßig mit Menschen, die einen halbwegs mögen und respektieren. Je mehr man sich mit freundlich gesinnten und respektvollen Menschen umgibt, desto besser fühlt man sich im Laufe der Zeit. Vorzugsweise umgibt man sich mit Gleichgesinnten.
Wenn man sie nicht in unmittelbarer Nähe um sich hat, dann kann man wenigstens an sie denken, ihnen schreiben, sie anrufen oder ihnen gute Gedanken schicken.

Ich finde, dass Tiere auch zu unserer sozialen Umgebung gehören und die Laune verbessern können. Haustiere, seien es Hunde, Katzen, Pferde oder auch weidende Tiere auf dem Land wirken auf mich immer beruhigend. Man streitet sich nicht, es gibt keinen Kleinkrieg, keine Schikane. Tiere sind einfach gestrickt und noch naturverbundener als Menschen.

5. Spiritueller Schutz

5.1 Konfliktlösungen
Oft sind es ungelöste Konflikte, die daran schuld sind, dass es einem schlecht geht. Räumlich ist man vielleicht inzwischen weit voneinander entfernt, aber auf mentaler Ebene möglicherweise nicht. Vieles lässt sich nicht sofort lösen. Es ist allerdings sicher nicht verkehrt, dass man sich grundsätzlich so verhält, dass man nicht zu viel Hass und negative Gefühle auf sich lenkt. Und sich bemüht, Konfliktsituationen so gut und so konstruktiv wie möglich zu lösen.

5.2 Spiritualität
Gebete, Meditationen und spirituelle Texte verschiedener Konfessionen fand ich bis jetzt immer sehr hilfreich. Vor allem Schutzmeditationen und Erzengelmeditationen.
Dazu können verschiedene Blütenessenzen, die Pflanzen selbst oder auch nur die Thematik verschiedene emotionale Blockaden lösen, die Stimmung verbessern oder festgefahrene Muster lösen. Homöopathisches Gold, in der Potenz C200, kann helfen, mehr gedankliche Klarheit und Unabhängigkeit zu erreichen. Die, die nicht an Homöopathie glauben, können es für unter 10 Euro ausprobieren, oder es auch bleiben lassen.

6. Erfolgserlebnisse

Kleine Erfolgserlebnisse verbessern die Laune immer. Aber sie müssen als solche definiert werden. Zuerst als Überwindung, die sich aber gut meistern lässt. Und hinterher als Erfolg, der auch von einem selbst anerkannt wird, ohne dass man sich selbst wieder wie gewohnt abwertet.

7. Eine Sammlung von lustigen Bildern oder Objekten

In meiner Sammlung an komischen Dingen befindet sich eine ausgerissene Seite aus einem Katzenbuch, eine Art Fotostory einer Katze, bevor und nachdem sie geduscht wurde. Diese Bilder haben mich schon so oft zum Lachen gebracht, sodass ich mich ernsthaft fragte, wie oft man denn über denselben Witz noch lachen kann. Aber es funktioniert wirklich jedes Mal.

Bestimmt ist das ein oder andere ganz nützlich oder bekannt, an pragmatischen Tipps eurerseits bin ich ebenfalls interessiert.
RIP E. Dolphy

SWR2-Wissen-Beitrag über den Maßregelvollzug

“Psychiatrie hinter Gittern – Wirken Therapien für Straftäter?”

Dieser Audio- Beitrag von Julia Beissinger ist bei SWR2-Wissen unter: ***https://www.swr.de/swr2/wissen/psychiatrie-hinter-gittern-wirken-therapien-fuer-straftaeter-102.html*** nachzuhören. Der 28-minütige Beitrag beschäftigt sich neben dem Vermitteln eines allgmemeinen Einblickes in den Kosmos der forensischen Psychiatrie vor allem mit zu langen Unterbringungszeiten. *Juli*

Meldungen aus den Landesverbänden

Baden-Württemberg
+++ Infos liegen nicht vor.

Bayern
+++ Der Bayerische Landesverband Psychiatrie-Erfahrene e.V. (BayPE e.V.) stemmt zwei Fachtagungen:
a) Im September eine Tagung mit der Mitgliederversammlung. Dieses Format ist letztes Jahr an den Start gegangen.
b) Anfang November dann die gewohnte Fachtagung mit dem 25-jährigen Jubiläum des BayPE e.V.

Berlin
+++ Die Berliner Organisation Psychiatrie-Erfahrener und Psychiatrie-Betroffener (BOP&P) e.V. bietet einen modernen Internetauftritt und eine den Bildern nach stimmungsvolle Anlaufstelle.
+++ BOP&P Vorstandsmitglied Iris Hölling sprach am 11.05.2021 das Eingangs-Statement für eine moderierte Diskussion, warum es so wenige Rechte-basierte, Betroffenen-kontrollierte Unterstützungsmöglichkeiten in Deutschland gibt. Das Video ist noch verfügbar: https://bopp-ev.de/betroffenen-kontrollierte-unterstuetzung/

Brandenburg
+++ Infos liegen nicht vor.

Bremen
+++ Der Landesverband Psychiatrie-Erfahrener Bremen e. V. steht für Psychiatriekritik. Sie fördern den Trialog und unterstützen den Einsatz von ehemaligen Patienten mit Zusatzausbildung (EX IN).
+++ Monatliche öffentliche Treffs in der Tagesstätte „Villa Wisch“. An jedem 1. Montag im Monat von 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr. Auch für Menschen, die nicht Mitglied sind.

Hamburg
+++ Der Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. Hamburg unterstützt ein vielseitiges Gruppenangebot. In Planung ist eine Selbsthilfegruppe für Stimmenhörer. Weitere Gruppen wie zum kreativen Schreiben sind neu dabei.
Internetauftritt:
https://info219304.wixsite.com/lpe-hamburg/kopie-von-verein

Hessen
+++ Für Menschen ohne Internetzugang wurde Ende 2020 eine Broschüre erstellt, die über Aktivitäten des Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V. berichtete. Freizeit, Politik, Verbandsangelegenheiten und auch Trauer um verstorbene Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung finden Raum.
+++ Im August 2020 wurde der offizielle Newsletter des Lvpeh gestartet. Hier könnt Ihr Euch eintragen: http://www.lvpeh.de/newsletter_eintragen.html
+++ Begleit-Telefon des Landesverbandes Psychiatrie-Erfahrener Hessen „das offene Ohr“, von den Erfahrenen, Betroffenen und Angehörigen: Sonja und Toni,
Dienstag 16.00 bis 18.00 Uhr und Sonntag 13.00 bis 15.00 Uhr Tel: 017643281713

Mecklenburg-Vorpommern
+++ Infos liegen nicht vor.

Niedersachsen
+++ Quelle: https:\\www.lpen-online.de\
+++ Quo Vadis LPEN? - 11. September 2021 - 12-17 Uhr, Hannover, FZH Vahrenwald. Der LPEN lädt ein zum Seminar zum Thema „Quo vadis LPEN?“. Nach zwei Jahre soll sozusagen Inventur gemacht werden. Anmeldung über die Homepage.
+++ Die Niedersachsen haben auch eine LPEN-Gruppe Seelische Gesundheit im Alter. Es gibt eine LPEN-Gruppe Seelische Gesundheit im Alter – Gerontopsychiatrie. Diese erstellte einen Rundbrief mit Informationen zur Seelischen Gesundheit im Alter, der noch Monate nach seiner Versendung nachhaltige Wirkung zur Aufrechterhaltung der Gruppenarbeit zeigte.

Nordrhein-Westfalen
+++ Der LPE NRW präsentiert sich unter: www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de/
+++ Am 28.8 fand ein Selbsthilfetag in Bochum unter dem Motto: SELBSTFÜRSORGE UND SELBSTBESTI MMUNG mit rund 65 Teilnehmer*innen statt.

Dort wurde auch ein neuer Landesvorstand gewählt.
+++ Bis November finden noch Seminare 2021 für Psychiatrie-Erfahrene statt, veranstaltet vom Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V. an verschiedenen Orten in Köln für Nordrhein und Bochum für Westfalen und zu verschiedenen Themen. Die genauen Daten und Seminarthemen sowie alle wichtigen Infos dazu findet man auf der Homepage unter aktuelles. Interessenten aus anderen Bundesländern sind herzlich willkommen.

Rheinland-Pfalz
+++ Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener RLP- https://lagpe-rlp.de
+++ Die Position der Landesvertreter für den BPE in Rheinland-Pfalz sind wieder nicht besetzt
Robert Jacobs und Cordula Hatzig haben zum 31.07.2021 ihr Amt als Landessprecher und stellvertr. Landessprecherin des BPE für Rheinland-Pfalz niedergelegt.
+++ Hilfesuchende erhalten Soforthilfe Psyche über das Netzwerk Flutopferhilfe Rheinland-Pfalz und NRW. Eine Gruppe von Fachleuten hat kurzfristig ein Netzwerk ins Leben gerufen, welche Hilfen zur Verfügung stellen möchte. Kontaktaufnahme über trauma@sofortaktiv.de

Saarland
+++ hier gibt es gleich zwei Organisationen
1.) LANDESVERBAND PSYCHIATRIE-ERFAHRENER SAAR eV – ... https://lvpesaar.de
+++ Der LVPE Saar macht unter Termine 2020 bekannt, dass aufgrund der aktuellen coronabedingten Einschränkungen die Mitgliederversammlung auf Anfang 2021 verschoben wird.
2.) Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrene RLP https://lagpe-rlp.de/saarland.html
+++ Dort hat man sich unter Aktuelles und dann unter Corona-Virus die Mühe gemacht, das für PEs relevante mit Links zu bündeln. Ein sehr guter Überblick und empfehlenswert bei Infobedarf zu Corona.
++++ Die Zeitschrift SeelenLaute wird von den Selbsthilfen SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP (beide im BPE e.V.) herausgegeben, print an Saar, Mosel, Rhein und bis nach Luxemburg, Frankreich und Ostbelgien verbreitet und von mehreren tausend Leser*innen eines trialogischen Publikums gelesen. Aktuell steht auf der Homepage die Nr. 47 bereit.

Sachsen
+++ Hier gibt es eigenen Strukturen seit 2019 mit Selbsthilfedrei e.V. ein eingetragener Verein. Sie sind als sächsische Landesorganisation Teil des Bundesverbandes Psychiatrie-Erfahrener (BPE) e.V. Der Hauptsitz des Selbsthilfedrei e.V. befindet sich in Dresden.
+++ In Sachsen wird Recovery und Ex In experienced involvement gefördert. Hier gibt es Angebote und eine Organisation, die Selbsthilfe versprechen: EX-IN-SelbsthilfeNetzWerk https:\\ex-in-sachsen.de\was-ist-ex-in\
+++ Im November 2019 startete die Ausbildung von Genesungsbegleiterinnen. Ob und wieviele erfolgreich ausgebildet wurden, wurde noch nicht bekannt gegeben.
+++ Achtung: Der Termin für den 2. Selbsthilfetag am 7.11.2020 in Döbeln musste leider auf 2021 verschoben werden,
+++ ein neuer Termin 2. Netzwerktreffen für Selbsthilfeinitiativen zum Thema “Selbsthilfe in Zeiten von Corona” veranstaltet vom EX-IN-SelbsthilfeNetz-Werk und Selbsthilfedrei e.V. wird auf der Homepage bekannt gegeben und erfordert eine Anmeldung.

Sachsen-Anhalt
Psychiatrie-Erfahrene – Landesverband Sachsen-Anhalt e ... https://lsa-apk.de/betroffene
+++ Das ist ein Angebot der Angehörigen, bietet aber auch Audio Dateien etwa von Katharina Pallas, die sehr interessante Gedanken zur Selbsthilfe formuliert.
+++ In Sachsen-Anhalt gibt es das Radio Depressione | Das Internetradio von Synapsensalat e.V. https:\\radiodepressione.de\ Thomas Rettig, Vorsitzender des entstehenden Vereins Synapsensalat e.V., moderiert eine Show für Menschen, denen ihr Leben zu schnell geworden ist.

Schleswig-Holstein
Landesverband Psychiatrie-Erfahrener Schleswig-Holstein e. V. ist zwar auffindbar, aber nicht mit eigener Homepage. Und das Angebot bleibt unklar. Hinzu kommt der Landesverband der unabhängigen Beschwerdestellen Psychiatrie in Schleswig-Holstein (lv-beschwerdestellen-sh.de) http:\\lv-beschwerdestellen-sh.de\ SH hat offensichtlich ein gut ausgebautes lokales Beschwerdewesen.

Thüringen
Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. https://www.tlpe.de
+++ Sie führen einen Fachtag am 1.9. durch zwischen 9 und 16 Uhr zum Thema: „Selbsthilfe wirkt – vor Ort – mobil – digital“Trägerwerk Soziale Dienste Teilhabezentrum Erfurt Südost Raum „Erfurt“ Tungerstrasse 9, 99099 Erfurt
+++ Die Selbsthilfezeitung ThuLPE Ausgabe 32 – Lebenszeit – Gedanken, Gedichte und Zitate erschienen im Mai 2021, Auflage 2500 Stück ,
Seitenzahl 76 Seiten, Heft ist noch verfügbar sowie auch weitere ältere Ausgaben.

Wir sind für Hinweise zur Arbeit der Landesorganisationen dankbar. Behalten uns aber redaktionelle Bearbeitung vor. Bearbeitet von Jan und Tobias

LANDESVERBAND PSYCHIATRIE-ERFAHRENER NRW e.V.

 Pressekontakt vorstand@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

 Kasse LPE *NRW e.V.*
Sandy Drögehorn
s.droegehorn@gmail.com

 Selbsthilfe bei Psychosen, Psychopharmakaberatung, Rechte Psychiatrie-Erfahrener Tel. 0234/ 640 5102
Di 10-13 Uhr N.N.
Di 14-17 Uhr Matthias Seibt
Matthias.Seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

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

Anlaufstelle Rheinland

des LPE NRW e.V., 51065 Köln, Graf-Adolf-Str. 77
Telefon: Mo, Mi, Fr 16 -19 Uhr unter 0221-964 768 75. www.anlaufstelle-rheinland.de

 Offenes Café:
Mo, Mi, Fr 16-19 Uhr mit Beratung und Sa u So 14-tägig 14-17 Uhr (wöchentlich wechselnd)

 Selbsthilfegruppe „Lebenswert“
1. & 3. Do im Monat 18-20 Uhr

 Selbsthilfegruppe „Seelische Gesundheit“
2. Do. im Monat 19 Uhr

 Selbsthilfegruppe „Telefonieren, damit es der Seele gut geht“.
Am 4. Do im Monat um 19 Uhr

 JPEK: Junge Psychiatrie-Erfahrene Köln (18 bis 35 Jahre):
jeden Di 18.15-20.30 Uhr

 Sozial- und Schuldnerberatung
jeden Freitag 16-18 Uhr

 PATverfü-Beratung
zu den Telefonzeiten der Anlaufstelle

 SHG-Gruppe „Stimmen hören“
jeden 1. & 3. Do. um 18-20 Uhr
 neu ab Juli: Internet für Alle“
mittwochs von 14-17 Uhr

Bei den folgenden Angeboten bitte mit Anmeldung in der Anlaufstelle Rheinland:

 Brettspielgruppe
jeden 1. Mi. im Monat 18 - 21 Uhr
 Handarbeitsgruppe
jeden 2. So. 14-17 Uhr,
 Schreibgruppe „Schreib’s Dir von der Seele“
jeden Fr. um 18 - 19.45 Uhr,
 Kochen international jeden 2. und 4. Mi. im Monat um 17 Uhr,
 Singen mit Regine jeden 1. Mo. im Monat um 17 -18.15 Uhr,
 SHG „Seele begegnet Farben“
jeden 1. & 3. Mi. im Monat um 14-16.15 Uhr (13 € Kostenbeitrag)

Anlaufstelle Westfalen

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

 Offene Cafés
jeden Montag 15 - 17.00 Uhr &
jeden Freitag 14 - 17 Uhr.

 Selbsthilfegesprächsgruppe Psychiatrie-Erfahrener
jeden Montag 17.15- 18.45Uhr

 Selbsthilfegruppe für junge Psychiatrie-Erfahrene (18-35 Jahre) jeden Dienstag 17.30 bis 19.00 Uhr **(weiter online, einmal im Monat als Präsenztreffen)**

 Gartengruppe/Cafe jeden Mittwoch 14 Uhr Treffpunkt Weglaufhaus-Ini/ab 15 Uhr im W.I.R. Garten (Kontakt für weitere Treffen im W.I.R.-Garten: wirselbsthilfegartenbochum@web.de , Tel: 015750612761**)**

 Abtauchen mit Gabor jeden Donnerstag 18.30- open end

 Internet für Alle jeden Freitag 14.00 - 17 Uhr und nach Verabredung mit Gabor

 Cafe Alice jeden Freitag von 15-18 Uhr für junge Psychiatrie Erfahrene (18-35 Jahre) bei Jitsi, ein geschützer Raum, in dem wir uns unverbindlich treffen können um in vertrauensvoller Atmosphäre Klönen zu können. Bei Interesse: luisa@psychiatrie-erfahrene-nrw.de oder unter 0160/996 433 76

 Aktiventreffen jeden ersten Mittwoch im Monat ab 18 Uhr

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

 Selbsthilfeberatung des LPE NRW e.V., jeden Montag 14.30 bis 17 Uhr & 19 - 21 Uhr
unter Tel. 0212 / 53641

Es gelten die 3-G Regeln, Getestete, Geimpfte und Genesene können die Anlaufstelle besuchen!

Online - Angebote

Online-Selbsthilfe für alle Mitglieder

Angebot zufinden auch unter dem Stuhlkreis oben rechts auf der Startseite des bpe-online.de.
Benötigt wird das leicht zu bedienende Videokonferenz-Programm Jitsi.meet, das wegen seiner hohen Datenschutzstandards gelobt wird. Der genutzte Server ist vom BPE nur für diese Zwecke angemietet worden. Daten werden weder aufgezeichnet noch weitergegeben. Hier ein Link zu einem 2 Minuten Erklärvideo: https://www.youtube.com/watch?v=VpFuiETqn0E
Die Zugangsdaten erhaltet Ihr unter kontakt-info@bpe-online.de. Im Betreff bitte "Zugang Online Selbsthilfe" angeben.

Selbsthilfegruppe des BPE - Mo 17.50 - 20 Uhr

in Corona-Zeiten:- virtuell und bundesweit - Interessierte können sich gerne mit mir in Verbindung setzen unter luisa@psychiatrie-erfahrene-nrw.de oder Tel. 0160/996 433 76
Alle weiteren Informationen gibt es dann in einem individuellen Vorgespräch. Ab sofort immer montags von 17.50 Uhr - 20.00 Uhr. Bitte leitet diese Infomation über eure Verteiler und sozialen Netzwerke (facebook, twitter und co) weiter. Bei Rückfragen bin ich unter obenen genannten Kontaktdaten zu erreichen. *Luisa*

BPE-Cafe Online

Es gibt das Angebot des BPE-Cafes jeden Freitag um 14 Uhr bis ca.16 Uhr oder länger.
Dies ist ein wiederkehrendes Café das über Zoom Online stattfindet. Voraussetzung ist ein Smartphone oder Computer mit eine Kamera. (möglicherweise muss man Zoom zuerst installieren ist aber kostenlos). Es ist ein bundesweites Projekt. Es wird vorausgesetzt, dass wir höflich zueinander sind und uns mit Respekt begegnen!
Der Sinn sollte sein, dass ein Austausch über Selbsthilfe, Psychiatrie, Erfahrungen und Hilfesuche in Krisen stattfindet! Ich versuche einen Raum zu schaffen, wo man trotz Corona-Auflagen die Möglichkeit hat, sich zu treffen.
Bei Interesse bitte an:
walther.sondermann@bpe-online.de
eine Email schreiben und ihr bekommt den Einladungslink!

In Baden-Württemberg

gibt es ab sofort an jedem 2. Donnerstag im Monat einen Austausch von Psychiatrie-Erfahrenen um 19.30 Uhr per Video-Konferenz. Wer teilnehmen will, lässt sich von Matthias.Seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de den Link mailen. Auch eine Teilnahme nur per Telefon ist möglich. Auskunft unter 0175 / 12 12 304.

Aufruf zum Aktionstag der Psychiatrie-Toten am 2.10.

Der 2. Oktober wurde vom Bundesverband der Psychiatrie-Erfahrenen zum Gedenktag der Psychiatrie-Toten benannt. Seit dem Jahr 2000 wird vor allem in Bochum, in den letzten Jahren aber auch z.B. in Wiesbaden, Braunschweig, Frankfurt, Freiburg und Bremen, den durch oder infolge psychiatrische(r) Behandlungen verstorbenen Menschen gedacht und gemahnt.
Es gibt wenig sichtbare und umso mehr unsichtbare Tote in und durch Allgemeinpsychiatrien, Forensiken, Heimen etc...
Hinter Schweigepflicht, Datenschutz und nicht veröffentlichten Statistiken, in bester Kooperation mit der Justiz, und im Zu- bzw. Wegschauen der Politik, werden Tode durch Psychopharmaka, medizinische Behandlungsfehler, unterlassene Hilfeleistungen, Gewalttaten und Suizide im und durch den institutionellen Rahmen versteckt und vertuscht.
Suizide werden selten im Zusammenhang mit Psychiatrie und Psychopharmaka verhandelt(...). Fakt ist, dass die Suizidrate nach Klinikaufenthalten und/oder Psychopharmaka-Einnahmen rapide ansteigt und Suizide ebenfalls in Kliniken stattfinden.
Giftige Medikamente wirken auf ihre Weise, mit heftigsten und tödlichen Nebenwirkungen.
Eine gewaltsame Einweisungs-, Absonderungs- und Fixierungspraxis fordert ebenfalls Tote.

Um den Verstorben zu gedenken und um das schädliche und tödliche Unrecht der Psychiatrie sichtbarer in die Öffentlichkeit zu tragen, möchten wir euch zum diesjährigen 2.Oktober (und darüber hinaus) ermuntern, bei euch vor Ort kleinere und größere Protestaktionen, Veranstaltungen, Kundgebungen, Demos, Gedenkminuten, Gedenkspaziergänge, Kreidemalerein... zu veranstalten.

Es gibt Flyer, Aufkleber, und Poster zum 2.10., die unter: psychiatrietoetet@yahoo.com bestellt werden können.
Hast du vor, etwas in deiner Stadt zu veranstalten, gib uns gerne unter genannter E-Mail-Adresse Bescheid.

Teilhabeberatung

Unsere bundesweite Teilhabe-beratung (EUTB) hat den Schwerpunkt Psychiatrie-Erfahrung. Beratungen machen Luisa Schallwig, Martin Lindheimer, Anna Ioannidis und Sabine Wieg.
Erreichbar sind wir am Telefon unter 0234 / 70 890 520, insbesondere am Dienstag 10-13 und 14-17 Uhr sowie freitags von 9-15 Uhr oder unter Kontakt@eutb-bpe.de
Außerhalb dieser Zeiten sind individuelle Termine möglich

Ex-it

Die Beratung „Ex-it" zeigt Wege auf, wie das psychiatrische System verlassen werden kann. Wir schauen gemeinsam, auf welchem Wege sich im Voraus der Gang in die Psychiatrie vermeiden lässt. Welche Vorkehrungen sind zu treffen, welche Hindernisse zu beachten? Wen kann ich mit einbeziehen? Um wen mache ich lieber einen Bogen, wenn Verrücktheit naht?
Erreichbar ist die Beratung mittwochs (bis auf Feiertage) 11-14 Uhr unter:
Tel. 0234 64051 02

Telefonberatung
Safe Haven: Offener Austausch über Suizidgedanken und andere Schattenseiten

Wir möchten einen Raum bieten in dem offen über Suizidgedanken und allem, was zu diesen geführt hat, gesprochen werden darf. Wir kennen Suizidalität von Innen und wünschen uns einen respektvollen Umgang miteinander. Im Vordergrund steht Ihr als Menschen mit Eurer Lebenssituation und Eurer Biografie, nicht vermeintliche Diagnosen.
Berater*Innen: Felix von Kirchbach und Leilani Engel.
Freitags 20-23 Uhr. Tel. 0234 58442693

Psychopharmakaberatung aus Betroffenensicht

Projekt ausgelaufen! !!!
Das Thema wird in anderem Rahmen bearbeitet.
Telefonzeiten unter 0234 / 640 510-2: Dienstag 10-13 Uhr und 14–17 Uhr und Mittwoch 11-14 Uhr, unter 0234 / 70 890 520: Freitag 9-15 Uhr

Wir, Matthias, Martin, Felix und Layla, stehen den Selbsthilfegrupen für Vorträge und Arbeitsgruppen zu Psychopharmaka, Selbsthilfe bei Psychosen und „Verücktheit steuern" gegen Fahrtkosten (Bahncard 50) zur Verfügung. Wir haben eine bundesweite Liste von Psychiater/inn/en bzw. Ärzt/inn/en, die (deutlich) zurückhaltender als der Durchschnitt beim Verschreiben von Psychopharmaka sind oder die sogar beim Absetzen unterstützen. Bitte teilt uns mit, wenn ihr bei Euch vor Ort so jemand kennt.

Wir organisieren bundesweite Seminare, auf denen sich Psychiatrie-Erfahrene zum Thema Psychopharmaka usw. weiterbilden. Interessent/inn/en, die so ein Seminar bei sich vor Ort wollen, bitte bei uns melden. Gern schulen wir Psychiatrie-Erfahrene, die selber im Rahmen ihrer Selbsthilfeaktivitäten zum Bereich Psychopharmaka beraten wollen. Da die Nachfrage hier sehr überschaubar ist, werden individuelle Wünsche genau beachtet.

Selbsthilfegruppen und Landesorganisationen beraten wir in allen organisatorischen Fragen.Weitere Informationen unter: 0234 / 640 5102 oder 0234 / 70 890 520 oder unter Matthias.Seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de oder Lindheimer@eutb-bpe.de oder unter Felix_PlanB@posteo.de oder unter Layla.Bach@gmx.de.

BUNDESVERBAND
Psychiatrie-Erfahrener, e.V.
Herner Straße 406, 44807 Bochum
www.bpe-online.de

Geschäftsstelle des BPE e.V.
Mitgliederverwaltung, Info-material, Pressekontakt: Anne Murnau
Sprechzeiten: Do 10-13 Uhr
Tel. 0234-917 907 31
Mail: kontakt-info@bpe-online.de

Kasse: Sabine Wieg
sabine.wieg@bpe-online.de
Tel. 023491790733
Bankverbindung:
Bank für Sozialwirtschaft, Köln,
IBAN: DE74370205000007079800

Erstkontakt und Beratung für Mitglieder, Tel.: 0234 / 68705552
Mo 10-13 Uhr: Milena Franke
Mail: Milena.Franke@psychiatrie-erfahrene-nrw.de und
Do 10-13 Uhr: Layla Bach, layla.bach@gmx.de

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

Beratung „EX - IT: Das psychiatrische System verlassen",
Tel. 0234-640 5102
Mi 11-14 Uhr. Felix von Kirchbach, felix.vonKirchbach@bpe-online.de

EUTB: Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung. Tel. 0234-70 890 520
Di 10-13 & 14-17 Uhr: Anna Ioannidis, ioannidis@eutb-bpe.de und Luisa Schallwig, schallwig@eutb-bpe.de
Fr. 9-15 Uhr
Martin Lindheimer & Sabine Wieg
Lindheimer@EUTB-BPE.de
swieg@web.de

Telefonberatung Safe Haven:
Freitags 20-23 Uhr. Tel: 023458442693
Berater*innen Leilani Engel und Felix von Kirchbach

„Mit SuizidGedanken leben? Suizidalität und Selbsthilfe"
So. 15-18 Uhr 0234-7089 0510, Saskia. suizidgedanken @bpe-online.de

Stand: August 2021

.... aus der Geschäftsstelle

Anwälte, Psychiater, Psychologen gesucht

In der Geschäftsstelle werden Daten von empfehlenswerten Anwälten, Psychiatern und Psychologen gesammelt. Damit die Listen aktuell bleiben und die Berater und die Geschäftsstelle Euch im Fall der Fälle weiterhelfen können, gebt die Daten von Rechtsanwälten, Psychiatern bzw. Psychologen, mit denen Ihr gute Erfahrungen gemacht habt bzw. die unseren Ansichten nahe stehen, an die Geschäftsstelle weiter.

LautBriefRundSprecher per Mail oder online

Der LautBriefRundSprecher ist statt per Post auch als PDF-Datei per Mail erhältlich. Bei Interesse in der Geschäftsstelle Bescheid geben. Der LautBriefRunSprecher ist auch online auf der BPE Seite zu finden.

Bei Umzug bitte melden

wenn Ihr privat umzieht oder Eure Selbsthilfegruppe einen anderen Tagungsort oder Tagungstermin wählt, teilt dies bitte der Geschäftsstelle des BPE e.V., Herner Straße 406, 44807 Bochum mit. Nur so können wir gewährleisten, dass Ihr regelmäßig Informationen des BPE bekommt und dass wir Hilfesuchende an die örtlichen Selbsthilfegruppen weiter vermitteln können.Telefon: 0234 917 907-31; Email: kontakt-info@bpe-online.de

Dorothea Buck

Die 90-seitige Festschrift „Psychose als Selbstfindung“ von Elena Demke und Mirko Olostiak-Brahms zum 100. Geburtstag von Dorothea Buck ist weiterhin erhältlich gegen Einzahlung von 7 € pro Heft auf das BPE - Konto IBAN DE74 3702 0500 0007 0798 00 unter Verwendungszweck: Dorothea-Buck und Lieferanschrift.

Rechtshilfefonds für Zwangspsychiatrisierte

Auf Grund der fortgesetzten und immer zahlreicher werdenden Verstöße psychiatrischer Täter/innen gegen die gültigen Gesetze hatten sich die Vorstände des Bundesverbands Psychiatrie-Erfahrener e.V. und des Landesverbands PE Nordrhein Westfalen e.V. im Jahr 2006 zur Einrichtung eines Rechtshilfefonds für zwangsweise psychiatrisierte Menschen entschlossen. Dieser Fonds soll dazu dienen, aussichtsreiche Klagen gegen illegale psychiatrische Zwangsmaßnahmen oder aussichtsreiche Klagen gegen gesetzwidrige Entscheidungen oder Verfahrensweisen der deutschen Justiz zu unterstützen.

Illegale psychiatrische Zwangsmaßnahme sind z.B. die ambulante Zwangsbehandlung oder die stationäre Zwangsbehandlung ohne richterlichen Beschluss. Eine rechtswidrige Verfahrensweise der Justiz liegt z.B. vor, wenn bei einer richterlich angeordneten Zwangsmaßnahme, der/die davon Betroffene nicht angehört wird.
Um es klar zu sagen: Die Chancen für den Rechtsweg sind nicht gut. Psychiatrie-Erfahrene haben, egal was passiert ist, oft unrecht. Daher brauchen wir eindeutige Fälle. Diese Fälle müssen aktuell sein. Um zu prüfen, ob es ein aussichtsreicher Fall ist, brauchen wir Kopien oder pdf-Scans der wichtigsten Unterlagen.
Wir werden pro Jahr nur ein, höchstens zwei Prozesse unterstützen. Fürs Erste haben wir 4.000,- € zur Verfügung gestellt. Wer meint, sein/ihr Fall eigne sich, wendet sich bitte an:

BPE e. V. und LPE NRW e.V.
Herner Straße 406,
44807 Bochum
vorstand@bpe-online.de
vorstand@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

Fragen werden von Matthias unter 0234 640 5102 oder 0175 12 12 304 beantwortet. Bitte googelt vorher die wichtigsten Eurer Fragen!

Die Vorstände von BPE und LPE NRW im Juli 2020

Soteria AG:

Auf der Jahrestagung 2006 haben wir diese AG gegründet. Wir wollen diese Behandlungsform allen Mitgliedern des BPE nahe bringen und in der Gremienarbeit auch die Angehörigen und Profis davon in Kenntnis setzen, dass wir uns diese Behandlungsform (mehr Gespräche - weniger Psychopharmaka) - vor allen in Krisen - wünschen. Gedanken - Erfahrungen nehmen wir auf dem Postweg entgegen. Eure Mitarbeit wird uns Ansporn sein, auf unserer Jahrestagung einen Arbeitsbericht vorzulegen. Kontaktadresse: Soteria AG c/o Bernd Thomaßen, Mühlenstr. 23, 45731 Waltrop

Arbeitskreis Forensik:

Jetzt gib es wieder das Angebot AG Forensik, das sollte sich rumsprechen! Menschen die in der Forensik waren oder noch sind, können sich gerne melden. Überwiegend in Einzelfallbetreuung ist Walther Sondermann der Ansprechpartner. Bei Fragen aller Art zum Thema Forensik und §63 beantwortet er gerne die Anfragen unter dem folgendem Kontakt: AG Forensik, Herner Straße 406, 44807 Bochum
arbeitskreisforensik@bpe-online.de
Tel. 0157 35 51 49 69.

AG Geronto:

Auf der BPE Jahrestagung 2018 leitete ich einen Workshop „AG-Geronto-Vorurteile“. Wir erarbeiteten dort Themen, die uns für ein selbstbestimmtes Alter wichtig sind.
1. Hinweise und Tipps zur Gestaltung des Lebens.
2. Vorurteile zwischen den Generationen.
3. Suche nach Ruhe und Weisheit.
4. Zukunftsplanung und Vorsorge
5. Von der Wichtigkeit positiver Vorbilder.

Daraus entwickelte sich mit einigen Mitgliedern ein Briefwechsel. Wir wollen die AG bundesweit fortführen. Alle Briefe werden beantwortet. Ich werde jährlich einen Bericht über unsere Arbeit auf der Jahrestagung machen.
Karin Haehn, Cluventalstraße 2, 28283 Verden / Aller

BPE-Kulturnetzwerk:

Im Herbst 2005 ist der erste Aufruf zur Bildung eines BPE-Kulturnetzwerkes erschienen. Inzwischen sind hier in den Rubriken: Malerei, Zeichnen, Fotografi, Collagen, plastisches Gestalten, Kunstgewerbe, Digitale Kunst, Dichtung, Prosa, Musik, Theater, Kabarett und Tanz ca. 60 Einzelpersonen und Gruppen registriert. Das Kulturnetzwerk wird mit Vorstandsbeschluss vom 10.5.2021 von Silvia Hoffmann aus Brandenburg betreut. Hier wird in Kürze ein Beitrag mit mehr Informationen von Ihr erscheinen. Falls Du Interesse hast mitzumachen schreib eine E-mail an: kulturnetzwerk@bpe-online.de

Antifolterkommission:

Die Antifolterkommission des Europarates führt in regelmäßigen Abständen Kontrollbesuche in den Staaten durch, die zum Europarat gehören. Im Vorfeld derartiger Besuche wird der BPE e.V: regelmäßig aufgefordert, Verstöße gegen die Antifolterkonvention des Europarates zu melden. Hier sind wir auf Eure Mithilfe angewiesen. Bitte meldet uns sofort Verstöße gegen die Antifolterkonvention des Europarates, wenn sie Euch persönlich widerfahren sind, damit wir Eure Erfahrungen in unseren Bericht einfließen lassen können. Bitte schickt Eure Erfahrungsberichte an: Mail: vorstand@bpe-online.de, Post: BPE Geschäftsstelle Hernerstr. 406, 44807 Bochum

Unabhängige Beschwerdestelle Psychiatrie:

Beratung beim Aufbau und zur praktischen Arbeit/ Umsetzung dieser Stellen, sowie eine Übersicht über bestehende Stellen findet Ihr beim Bundesnetzwerk unabhängige Beschwerdestellen im Internet unter:
http://www.beschwerde-psychiarie.de/downloads.html.
Kontakt: bundesnetzwerk@beschwerde-psychiatrie.de