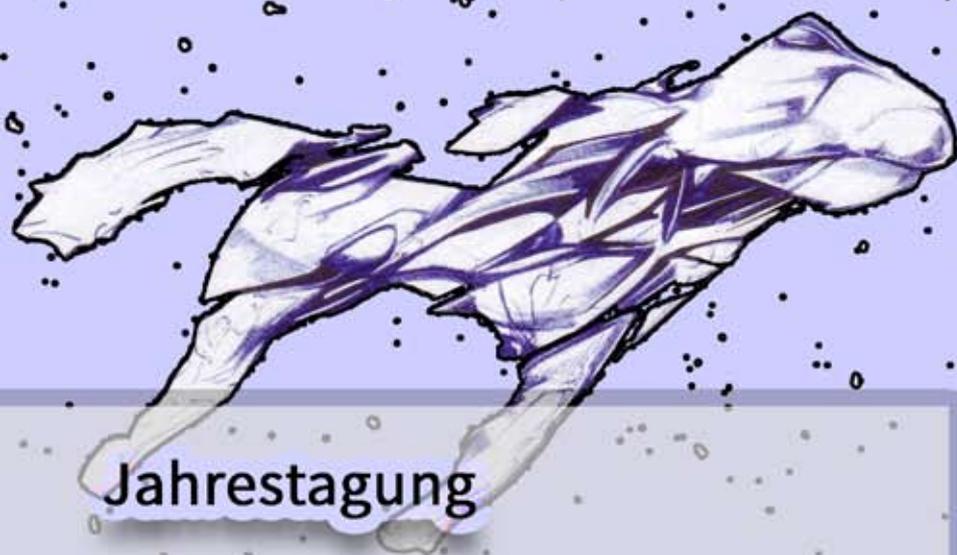


Psychiatriekritisch und unabhängig von der Psychopharmaka-Industrie

Zeitung für Psychiatrie-Erfahrene in Deutschland

LAUT BRIEF RUND SPRECHER



Jahrestagung

Interview mit Martin Zinkler

Spiel zum herausnehmen



Bp@

Heft 5

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

Ehrenvorsitzende : Dorothea Buck † 2019
Ruth Fricke † 2021

Inhalt - LautBriefRundSprecher

Impressum	2
Vorstand	2
Editorial	3
Interview Martin Zinkler	4- 5
Leserbrief	5
AG´s Jahrestagung	6- 9
Protokoll Jahrestagung	10- 12
Nachruf Ruth	13- 14
Spiel zum Herausnehmen	15- 18
Flugblatt DGSP	19
Interview Nachgefragt	20- 21
PatVerfü	21
Selbsthilfe	22- 23
Stellenausschreibung	23
Nachruf Reinhard Wojke	24- 25
Landesverbände	26- 27
Info & Beratung NRW	28
Aktuelles BPE	29
Beratung	30
Vereinsnachrichten	31
BPE AG´s	32

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, gajjssa, Jan Michaelis (jami, v.i.s.d.P.)

Titelbild und Rückseite: gajjssa

Fotos, Bilder: S. 3 + 26 r. Juli, , S.4 privat, S. 7 Sonja Lauff, S. 8 + 11 + 15 + 18 jami, S. 9 privat, S. 12 gajjssa, S. 14 Günther Pfeil, S. 20 privat, S. 21 + 26 r.u. die BPE e.V., S. 22 privat, S. 26. l. Silvia Hoffmann, S. 27 Bettina, S. 29 T. Rieser

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: 1.02.2022

Erscheinungsweise: viermal im Jahr

Auflage: 1500 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

jurand.daszkowski@bpe-online.de

• Felix Freiherr von Kirchbach

Tel: 0234/6405102 Mi 11-14 Uhr
(EX-IT-Beratung)

felix.vonKirchbach@bpe-online.de

• Karla Keiner

c/o Spättreff-Wohnzimmer
Sandgasse 7, 35578 Wetzlar
Tel. 0157/54142596

karla.keiner@bpe-online.de

• Sabine Wieg

c/o BPE e.V.

Hernerstr. 406 44807 Bochum
sabine.wieg@bpe-online.de

• Matthias Seibt

c/o BPE e.V.

Hernerstr. 406 44807 Bochum
matthias.seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

• Sandy Drögehorn

LPE NRW e.V.

Anlaufstelle Rheinland

Graf-Adolf-Str. 77 51065 Köln

sandydroegehorn@bpe-online.de

• Silvia Hoffmann

silviahoffmann@bpe-online.de

Erweiterter Vorstand

• **Bayern: N.N.** Geschäftsstelle
BayPE eV Glückstr. 2, 86153 Augsburg

E-Mail: kontakt@baype.info

• **Berlin: N.N.** c/o BOP&P e.V. Nau-
mannstr. 48 10829 Berlin

• **Brandenburg: Christine Pür-
schel**

Hans-Eisler-Str. 54 in 10409 Berlin

E-Mail: tine.puerschel@berlin.de

• **Bremen: Detlef Tintelott**
Carl-Severing-Str. 63 28329 Bre-
men

Tel.: 0421/40 98 93 47 (Büro)

detlef.tintelott.bremen@gmail.com

• Hamburg: Hinrich Niebuhr

c/o LPE e.V. Hamburg

Wichmannstr. 4 Haus 2 22607
Hamburg

Tel. 040/85502674 (Büro)

hinrich.niebuhr@lpe-hamburg.de

• Hessen: Eva Martin

info@lvpeh.de (den Betreff

bitte beginnen mit „Eva/...“

oder „Erw. Vorstand/...“)

• Mecklenburg- Vorpommern:

Astrid Braune (nur beratend)

Am Krullgraben 5 19294

Grebs OT Menkendorf,

Tel: 0151/633333937

• Niedersachsen: Isabela Ohde

• Nordrhein-Westfalen: N.N.

LPE NRW e.V. Hernerstr.

406 44807 Bochum

• Rheinland-Pfalz: N.N.

• Saarland: N.N.

• Sachsen-Anhalt: N.N.

• Sachsen: Karla Kundisch

Altlaubegast 10 01279 Dresden

Tel: 0351/30956043 dienstlich:

0351/49769829

E-Mail: selbsthilfedrei@yahoo.de

• Schleswig-Holstein: N.N.

• Thüringen: Rainer Stötter

Friedrich-Erbert-Str. 31 04600 Al-
tenburg

Tel: 03447/317074

stoetter@gmx.net

• STÄNDIGER GAST FÜR DEN BE- REICH FORENSIK: Doris Steenken

Forensik-AG c/o BPE e.V. Herner-
str. 406 44807 Bochum

infoforensikarbeitskreisbpe@gmx.de

Stand:22.11

Editorial

Liebe BPE-Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

die Berliner Jahrestagung war die erste von uns Psychiatrie-Erfahrenen selbst organisierte Jahrestagung in Präsenz. Einen herzlichen Dank an den Dachverband Gemeindepsychiatrie, der uns bis 2019 in Heidelberg die Tagungen organisierte!

In Berlin wurde ein neuer 7-köpfiger Vorstand gewählt, der schon in den Monaten zuvor effektiv und harmonisch zusammen arbeitete. Kurzfristig noch wichtiger war die Genehmigung der Jahresabschlüsse 2019 und 2020. Diese wird für die Förderer und das Finanzamt benötigt.

Das inhaltlich wichtigste in den nächsten Monaten könnte die zusammen mit der Bremer Gesundheitssenatorin Claudia Bernhard (Die Linke) angestrebte Tagung „Gewaltfreie Psychiatrie!“ werden. Hier soll nur das Wie der gewaltfreien Psychiatrie diskutiert werden, nicht das Ob. Und schon gar nicht die seit Jahrzehnten als Feigenblatt für immer neue Gewalt benutzte Gewaltverringerung.

Der Unterbau des BPE, die Landesorganisationen sind an vielen Stellen in keinem guten Zustand. Hier steht der neue Vorstand als Ansprechpartner für Mitglieder aus den Ländern, die das ändern möchten, zur Verfügung.

Die verschiedenen Kanäle des BPE auf Telegram verzeichnen eine lebhafte und inhaltlich gehaltvolle Diskussion. Schaut mal rein!

Einen herzlichen Gruß
Matthias Seibt für den geschäftsführenden Vorstand des BPE e.V.



Interview mit Herrn Dr. Zinkler

Hallo Herr Dr. Zinkler, vielen Dank dass Sie sich Zeit für das Laut-BriefRundSprecher-Interview nehmen.



1. Sie haben im Juni 2021 als Chefarzt vom Klinikum Heidenheim in Baden-Württemberg ins Klinikum Bremen-Ost gewechselt. Wie geht es Ihnen mit dem Wechsel und haben Sie schon einen Lieblingsort in Bremen?

Danke, die erste Zeit war recht anstrengend; kaum hatte ich angefangen, gab es schon eine Reihe von Entscheidungen zu treffen. Ich hatte also alle Hände voll zu tun, mich mit den Teams an den verschiedenen Standorten unserer Dienste vertraut zu machen. Wir haben uns schon recht gut eingelebt in Bremen, die ersten kulturellen highlights waren die Blau-meier-Ausstellung im Güterbahnhof und das Mittenmang-Festival. Unser Lieblingsort ist zur Zeit das Schauburg-Kino und -Cafe. Endlich wieder Kino!

2. Was sind ihre Wünsche und Pläne, was wollen sie in Bremen erreichen? Welche Hindernisse gilt es dabei zu überwinden?

Meine Ziele, und die teile ich mit den Verantwortlichen in der Krankenhausdirektion, der Genogeschäftsführung und in der senatorischen Behörde, sind eine

optimale regionalisierte Versorgung in Bremen, mit weniger Betten, aufsuchender Behandlung, Hometreatment überall in Bremen und eine drastische Verringerung von Zwangsmaßnahmen im psychiatrischen Hilfesystem: Unterbringungen, Fixierungen und Zwangsbehandlungen schaden den Betroffenen und zerstören das Vertrauen in die Dienste.

3. Forderungen der UN-Behindertenrechtskonvention, ein Bürgerschaftsbeschluss, der das Vorantreiben der stagnierten Psychiatriereform in Bremen fordert, eine linke Gesundheits-senatorin, die (Vor)-Arbeit des Arbeitskreises „Neue Psychiatrie im Bremer Westen“, der mit einem Gesundheitszentrum, Klinikbetten abbauen und Home-Treatment etablieren will,..., und nun Sie als Chefarzt in Bremen-Ost, - provokant gefragt, wie lange braucht es, bis in Bremen eine ausschließlich unterstützende Psychiatrie, die die Menschenrechte wahrt, etabliert ist?

Das ist genau die breite Front die wir zur Unterstützung brauchen und deshalb sind wir auf einem guten Weg. Wie lange wir bis zum Ziel brauchen, kann ich zu diesem Zeitpunkt nicht genau einschätzen, aber ich bin optimistisch, dass uns die Umsetzung gelingen wird. Dabei müssen wir ja nicht nur die Verfechter dieses Kurses mitnehmen, sondern bestehende Regelungen wie das Betreuungsrecht, das Zwangsunterbringungen über lange Zeiträume ermöglicht, und das PsychKG im Auge behalten und auch die Bevölkerung ernst nehmen, die erwartet, vor gefährlichen Menschen geschützt zu werden.

4. Bremen verfügt über eine hohe Psychiatrie-Bettenanzahl und statistisch gesehen, wird viel Zwang angewendet, trotzdem eilt Bremen oft der Ruf „sozial-psychiatrisch“ und fortschrittlich zu sein voraus. Stolz wird auf die Ambulanti-

sierung, im Zuge der Auflösung des Klosters Blankenburg verwiesen. Eine Vielzahl von Hilfe- und Betreuungsangeboten, wurde dadurch geschaffen. Peter Lehmann sprach hierbei mal von einer Doppelung des psychiatrischen Systems. Gerade unter dem Aspekt einer kapitalistischen Verwertungslogik, besteht ein Interesse, mit Hilfeleistungen Geld zu verdienen und nicht unbedingt Menschen aus Maßnahmen zu entlassen. Was halten Sie von dieser Aussage?

Bremen verfügt tatsächlich über eine gut ausgebaute sozialpsychiatrische Versorgung. Die Ansprüche sind hoch, individuelle Hilfepläne sollen erstellt und umgesetzt werden. Trotzdem gibt es in der Klinik Menschen, die viele Monate dort gegen ihren Willen sind, sogenannte „Nichtbehandlungsfälle“, die es eigentlich gar nicht geben dürfte. Es gibt sie aber, weil die Klinik eine Entlassung ohne gute ambulante Versorgung nicht verantworten möchte, oder weil die rechtlichen Betreuer lange Unterbringungsbeschlüsse erwirken, oder weil wir gemeinsam mit den Diensten in der Stadt eine geeignete Hilfeleistung außerhalb der Klinik bisher nicht in ausreichendem Maße geschaffen haben. Ich glaube, dass das in Bremen weniger mit einer kapitalistischen Verwertungslogik zu tun hat, sondern mit den konkurrierenden Ansprüchen bzw. Bedingungen in der Gemeindepsychiatrie: Wünsche und Präferenzen der Betroffenen versus Toleranz der Menschen in der Nachbarschaft versus Verelendung in Obdachlosigkeit und Kriminalität.

5. Ich habe selbst in Bremen gelebt und mich mit der Kritik der Bremer Psychiatrienlandschaft beschäftigt, erschrocken dabei hat mich, wie offensichtlich Psychiatrie, Justiz und Senat ineinander wirken. Was denken Sie, sind Möglichkeiten, um diese Verflechtungen aufzulösen?

Das Ineinanderwirken von Psychiatrie, Senat und Justiz in Bremen kann ich noch nicht beurteilen. Die Schnittstellen sind aber definiert: es gibt beim Senat und der Bürgerschaft ein hohes Interesse an einer Reform der Psychiatrie, mit den oben genannten Zielen. Gleichzeitig haben wir die Aufgaben im Betreuungsrecht und im PsychKG festgelegt. Es wird sowieso nur im Miteinander gehen. Die gemeindepsychiatrischen Verbände sehe ich dabei als die entscheidenden Foren. Wir werden uns dort mehr um einzelne Menschen kümmern als bisher. An der Hilfestellung für einzelne Personen, die sich an Wünschen und Präferenzen der Betroffenen orientieren, wird sich zeigen, ob uns die Reform gelingt.

6. Sie sind in der Mitgliederliste des Kartells gegen § 63 StGB zu finden. Was sehen Sie als mögliche Schritte, um die Lage im Maßregelvollzug zu verbessern? Und werden auch die Insass*innen der Forensik Bremen-Ost von zukünftigen Veränderungen der Bremer Allgemeinpsychiatrie profitieren?

Der Maßregelvollzug in Deutschland muss sich mit einer ganzen Reihe von Problemen befassen: immer mehr Betten, längere stationäre Aufenthalte, mehr Bürokratie, steigende Kosten, Personalmangel, diskriminierende rechtliche Rahmenbedingungen. Die Reformen, so wie sie in Italien umgesetzt werden, lassen auf sich warten. Ein erster Schritt wäre die Abschaffung des §64 StGB, also die Zwangsbehandlung für Süchtige in der forensischen Psychiatrie. Eigentlich ist doch längst klar, dass Suchtbehandlung nur dann wirkt, wenn die Menschen das wollen. Jedenfalls sehen wir uns in der Allgemeinpsychiatrie in einer großen Verantwortung: Unsere Aufgabe ist es, ein Hilfesystem zu bieten, das das Vertrauen der Betroffenen gewinnt und damit ein Abgleiten in Kriminalität und Marginalisierung verhindert. Dafür brauchen wir regionale Verantwortung bei den Diensten, einen Krisendienst rund um die Uhr, Krisenrückzugsräume als Alternativen zur Klinik, offene psychiatrische Stationen und eine drastische Reduzierung von Zwangsmaßnahmen bzw. deren Abschaffung.

7. Der BPE e.V. veranstaltet jedes Jahr am 2.Oktober den Gedenktag der Psychiatrie-Toten, eine politische Forderung dabei ist, das Statistiken veröffentlicht werden, wie viele Menschen in deutschen Psychiatrien und Heimen sterben. Seit 2001 gibt es dazu keine öffentlichen Erhebungen mehr. Würden Sie in Bremen die Forderung unterstützen, diese Zahlen wieder transparent zu machen?

Ja, diese Forderung unterstütze ich uneingeschränkt. Herzlichen Dank für die spannenden Interviewfragen!

Ich wünsche Ihnen viel Kraft und alles Gute auf ihrem Weg in Bremen. Vielen Dank für das Interview!

Juli aus der LautBriefRundSprecher-Redaktion

Wer mehr über Martin Zinklers Arbeit und sein Engament für eine Psychiatrie ohne Zwang und Gewalt erfahren will, kann die Oktobersendung vom VielFalter- Magazin für Polyphonie nachhören. Hier interviewte Mirko Ološtiak-Brahms Martin Zinkler. Das Gespräch ist hier nachzuhören:

<https://vielfalter.podspot.de/post/live-gesprach-mit-martin-zinkler-auszug-aus-der-sendung-vom-4102021/>

Leserbrief zu „Praktische Tipps für bessere Laune und stärkere Nerven“ (Heft 4, S.20)

Liebe/r E. Dolphy!

Am Ende Ihres Artikels „ Praktische Tipps für bessere Laune und gute Nerven „ schrieben Sie, Sie würden sich für weitere Tipps interessieren. Für mich ist Gott immer eine gute Adresse, an die ich Gebete sende. In ein Gebet passt scheinbar unendlich viel hinein, vom persönlichen Wunsch, Bitten für andere als auch für politische Umstände, um nur eine Vorstellung der Dimensionsmöglichkeiten zu geben. Dazu gehört das Innehalten; denn am Ende des Gebetes verändert sich unser Zustand, oder es zeigt sich, man möchte „ nachlegen „. Die Gottes Beziehung ist dynamisch wie alle Beziehungen. Ich pflege sie von Herzen gern, seit ich zwischen drei und vier Jahren alt war, meine Urgroßmutter mir die Kinderbibel mitbrachte, aus ihr vorlas und meine Fragen gegebenenfalls fünfmal beantwortete. Sie ging der Frage, ob meine Eltern auf Gott oder etwa doch umgekehrt hören müssten, nach, fragte genau bei ihrer Enkelin (meiner Mutter, die

richtig frech zu ihr wurde!) nach. Sie vermittelte mir die Sicherheit, dass Gott den kleinen Jesus eben auch wegen meines Lebens hierher geschickt hätte, ihn zu einem Mann werden ließ, der nach allem Erlittenen jedem an die Seite gestellt ist, auch mir, egal, wie klein ich bin oder groß ich würde. In etlichen Jahren, die mit meinen Eltern hoch belastend waren (Ich dachte zeitweise an Suizid.), dann wegen des Schwiegervaters, was schließlich die Ehe gekostet hatte, und immer wieder diverses Mobbing an Arbeitsplätzen hatte ich Gott, Jesus und die Wirkung des Heiligen Geistes als Stütze von innen erlebt. Meine liebsten Gebete sind Dankgebete.- Inzwischen gibt es auch nützliche, pragmatische Psycho - soziale Bücher von christlichen Autoren, die keine sog. Moralapostel sind, wo man kein (Bibel -)Experte sein muss, um sie zu verstehen. Hier finde ich Glauben alles andere als steril gelebt, sondern mitten im Leben, im Alltag.

Liebe Grüße, Silvia Jäger

aus den AG's auf der Jahrestagung

AG 1: Arbeit in politischen Gremien: gestern, heute, morgen.

Referent: Jurand Daszkowski (Hamburg)

An der AG haben insgesamt 8 Personen teilgenommen - einige waren nicht die ganze Zeit anwesend.

Nach der Vorstellungsrunde und Frage nach den bisherigen Erfahrungen in Gremienarbeit habe ich anhand dreier Beispiele die Gremienarbeit (Gemeinsamer Bundesausschuss (G-BA,) Landesbeirat zur Teilhabe Menschen mit Behinderungen in Hamburg und Partizipationsförderungsbeirat beim Bundesministerium für Arbeit und Soziales) vorgestellt.

In diesem Zusammenhang habe ich auch aufgrund meiner langjährigen Erfahrungen, insbesondere als Patientenvertreter im G-BA, erläutert welche Veränderungen es im Laufe der Zeit für Patientenvertreter/innen dort gab, wie die jetzige Arbeit dort aussieht und welche Erwartungen die beteiligten Patientenvertreter/innen für die Zukunft haben.

Im zweiten Teil der AG, konnte eine Teilnehmerin, die nicht nur Patientenvertreterin in verschiedenen AG im G-BA, sondern auch Mitglied im Koordinierungsausschuss der Patientenvertretung dort war, noch wertvolle Ergänzungen dazu einbringen.

Auch das Thema: Veränderungen und Umstellung auf digitale Videokonferenzen im Zuge der Corona Pandemie wurde dabei angesprochen.

Es gab auch in der AG einen umfassenden Austausch und viele Fragen über die Modalitäten der Akkreditierung und Benennung der Patientenvertreter/innen im G-BA und seine komplizierte Struktur.

In der restlichen Zeit habe ich die Arbeit in den 2 anderen Gremien und unsere Erwartungen für die Zukunft vorgestellt.

Insgesamt war es deutlich, dass trotz gewisser positiven Veränderungen noch nicht genügend auf die Bedürfnisse von mitarbeitenden Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen und /oder anderen Behinderungen in diesen Gremien eingegangen wird, was die Möglichkeiten der Arbeit und des Austausches auf gleicher Augenhöhe zumindest sehr erschwert und eigentlich mit der von der UN-BRK geforderten gleichberechtigten Partizipation am öffentlichen und politischen Leben nicht kompatibel ist.

AG 2: Ver-rücktheiten Steuern

Referent: Matthias Seibt (Bochum)

Die AG wurde von jeweils 8 Teilnehmer/innen morgens und nachmittags besucht. Im harmonischer Atmosphäre wurden verschiedene Aspekte der Ver-rücktheit und des Konsums von Psychopharmaka diskutiert. Wieder einmal lernte ich einen Menschen kennen, der mit dem Langzeitkonsum von ausschließlich Lithium sehr gute Erfahrungen gemacht hat. Einen Kontrapunkt zu diesem positiven Bericht bildete

eine Teilnehmerin, die nach Jahrzehnten der Gabe von Psychopharmaka sehr unzufrieden war.

AG 3: Ernährung und seelische Gesundheit, Schwerpunkt: Mikronährstoffe statt Medikamente?

Referent: Matthias Latteyer (Hamburg)

Wir waren eine gemischte Gruppe von 15 Teilnehmern, die aus der ganzen Bundesrepublik gekommen waren. Zunächst gab es eine Vorstellungsrunde. Einige waren bereits in den Vorjahren bei der Gruppe dabei und konnten so über ihre Erfahrungen zum Thema Ernährung und seelische Gesundheit berichten, auch weil durch Neuroleptika wie Zyprexa oder Risperidon eine sehr bedenkliche Gewichtszunahme erfolgte, die abzuwenden ist. Diese Gruppe versteht sich übrigens als Selbsthilfe und ersetzt nicht die professionelle Ernährungsberatung, die i.d.R. auch kein Arzt macht.

„Gesunder Darm macht Doktor arm oder gesunder Darm, gesunde Psyche“

Berichtet wurde von einigen Teilnehmer über den positiven Säuren/Basen Ausgleich, der über den Harn ansatzweise ermittelt werden kann.

Gemüse, Kräuter und Obst sind überwiegend basisch, während Zucker, Milchprodukte, Fleisch und Getreide (besonders Weizen!) den Organismus übersäuert. Es geht dabei um die Wirkung im Organismus, so dass etwa die Zitrone zwar sauer schmeckt, doch basisch wirkt.

Der hohe Anteil von Omega 3 im z.B. kaltgepressten Rapsöl ist für die Synapsen essentiell.

„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“

Es ist die bewusste Ernährung mit frisch zubereiteten Speisen gemeint. Mikronährstoffe, das sind neben Vitaminen, Mineralien und Spurenelemente auch Enzyme, Aminosäuren, Fettsäuren und Flavonoide. Sie alle sind unerlässlich für die Gesundheit. Zudem stärken Mikronährstoffe das allgemeine Immunsystem.

Wir haben in der AG einzelne Speisen und Getränke beispielhaft als Empfehlung herausgesucht:

- 1) Pellkartoffel mit Kräuterquark und Leinöl
- 2) Hirse zum Frühstück mit Obst, wie Banane, Äpfeln, sowie Nüssen usw.
- 3) Kräutertee aus frischen Kräutern

Quintessenz der AG: „Speiseplan statt Medikationsplan“

Erstaunlich ist, dass alle Teilnehmer - dank achtsamer Ernährung - ihre Medikation reduzieren bzw. absetzen konnten. Bei einer Anamnese, also vor einer Diagnose, sollte auch das Blutbild sowie der Harn auf mögliche Mangelerscheinungen von Mikronährstoffe hin

untersucht werden.

Insgesamt war es eine lebhaft und sehr interessante Arbeitsgruppe mit vielen guten Beiträgen, wie den Rezepten von Sandra aus Bonn. Mehr Rezepte von Sandra findet Ihr auf www.bonnfood.wordpress.com Als Tipp empfehle ich das Buch von Konrad Thome „Nährstoffe zum Über-Leben - und ihre Bedeutung für Körper, Seele und Geist“ und als weiterführende Literatur das Buch Mikronährstoffe - Meilensteine der Gesundheitsmedizin von Prof. Wienecke, erschienen 2021.

AG 4: Konflikte in der Selbsthilfe – Wie können wir sie möglichst konstruktiv lösen?

Referent: Matthias Wiegmann (Osnabrück)

Zunächst wurden grundsätzliche Strukturen und Abläufe bei Konfliktsituationen dargestellt. Es gibt dabei die Sachebene und die Gefühlsebene. Für einen konstruktiven Umgang mit Konflikten ist die Konfliktfähigkeit der Beteiligten ein entscheidender Faktor. Das bedeutet: Ärger wahrnehmen, diese Empfindung ernst nehmen und dies dann vorwurfsfrei ansprechen. Ein wertschätzendes Konfliktgespräch ist eine Chance für ein besseres gegenseitiges Verständnis.

Es kann allerdings auch zu Wechselwirkungen zwischen Konflikten und seelischen Krisen kommen. Eskalierende Konflikte im Selbsthilfebereich können Teilnehmer*innen abschrecken. Wir haben über einige konkrete Konfliktsituationen gesprochen und gemeinsam überlegt, welche Ursachen und Auslöser es dafür gab und wie ein deeskalierender Umgang damit aussehen könnte. Gruppenregeln können in dem Zusammenhang hilfreich sein.

Bei Konfliktgesprächen sollten Pauschalvorwürfe und Du-Botschaften grundsätzlich vermieden werden. Stattdessen sollten die eigene Betroffenheit anhand von konkreten problematischen Verhaltensweisen und wünschenswerte Veränderungen dargestellt werden. Besser „Ich war gerade dabei etwas Wichtiges zu erzählen und habe dann einen wesentlichen Gedanken vergessen und deshalb hat es mich geärgert, dass Du vorhin so laut und verspätet zu unserem Treffen gekommen bist. Bitte versuche zukünftig pünktlicher zu kommen und verhalte Dich ruhiger, wenn du dich verspätest.“ statt „Du störst immer den Gruppenablauf.“

Zum Abschluss der AG haben wir über die Idee gesprochen, beim BPE eine Schlichtungsstelle für verbandsinterne Konflikte einzurichten. Grundsätzlich wurde so eine Stelle von den AG-Teilnehmerinnen und -Teilnehmern als sinnvoll angesehen. Wir haben dann darüber diskutiert, welche Qualifikationen und Kompetenzen die Schlichter*innen haben sollten und ob es Fördermöglichkeiten für die Teilnahme an Kursen in gewaltfreier Kommunikation geben könnte. Insgesamt haben wir bei dieser AG verschiedene Facetten von Konflikten und Konfliktlösungsstrategien

angesprochen und lebhaft und unter Einbeziehung von Beispielen aus dem Selbsthilfeleben darüber diskutiert.

AG 6: Psychismuskritisch Denken und Solidarisieren

Referentin: Sonja Lauff (Oldenburg)

Unsere Arbeit basierte darauf, unsere Erfahrungen mit Psychiatrie und Gesellschaft als Diskriminierung zu verstehen, als Psychismus. Das bedeutet, dass Menschen danach unterschieden werden, ob sie Normvorstellungen zu „Psyche“, also z.B. zu Wahrnehmen, Denken, Fühlen und Verhalten, entsprechen oder nicht. Menschen, die den Normen nicht entsprechen, werden abgewertet, benachteiligt, ausgegrenzt oder in der Menge unsichtbar gemacht. Z.B. werden in der „normalen“ Gesellschaft besondere Bedürfnisse nicht berücksichtigt oder Menschen wird die Teilhabe an der „normalen“ Gesellschaft verwehrt, weil sie zu besonders seien. Gerade durch diese Widersprüche funktioniert Diskriminierung. Und das macht es so schwer, dagegen vorzugehen.



Wir haben mit einem Modell von Mai-Anh Boger gearbeitet, mit dem wir verstehen können, welche unterschiedlichen Strategien gegen Diskriminierung angewendet werden können. Wir haben uns über unsere größten Probleme ausgetauscht (rote Karten auf dem Foto). Und wir haben darüber gesprochen, was wir dagegen tun (grüne Karten auf dem Foto). Vor allem versuchen wir, in Gruppen, in denen keine „Normalos“ sind, uns gegenseitig zu stärken. Aber wir versuchen auch, an der Normalität teilzuhaben, indem wir über unsere Psychiatrie-Erfahrung schweigen. Viele von uns möchten zeigen, dass die Vorstellungen von „Psychischer Krankheit“ falsch sind. Je nach Situation und Ziel sind verschiedene Strategien nötig. Z.B. kann es hilfreich sein, bei manchen Treffen nur unter uns Psychiatrie-Erfahrenen zu bleiben. In anderen Situationen halten es manche für sinnvoll, mit psychiatrisch Tätigen zu kommunizieren. Das Modell kann uns helfen zu erkennen, wann welche Strategie geeigneter ist. Es kann uns auch helfen, uns gegenseitig in unserer Arbeit gegen Psychismus besser zu verstehen und dadurch solidarisch miteinander umzugehen.

AG 7: Sich selbst (wieder) ermächtigen

Referentin: Momo Buenavista (Dortmund)

Wandel, Bruch, Sprung, Störung, Zerschlagen?
Sich selbst wieder ermächtigen – sexy visionslos versus die Fäden halten versus stille Entrechtung stoppen? Eine AG mit vielen Reflexionen!

Selbstermächtigung ist das deutsche Wort für Empowerment. Daraus ergibt sich eine aktive Aneignung von Macht, Kraft, Gestaltungsvermögen durch die von Machtlosigkeit und Ohnmacht Betroffenen selbst. In unserem Workshop ging es darum trotz Psychiatrie-Erfahrung unsere Gefühle wahrzunehmen und ihnen auch Vertrauen zu schenken. „Die Selbsthilfe und progressive professionell Tätige fordern, dass die (Selbst-)Ermächtigung der Betroffenen zu einem zentralen Charakteristikum der Psychiatrie werden müsse.“ (Quelle: E. Prestin, Kerbe 4, 2020)

Jede Workshopteilnehmende war aufgerufen, zu wecken, wo eigene Potentiale „mächtiger“ zu werden, liegen, und welche Fähigkeiten (z.B.) Mut, Unzufrieden sein, Freiheitslust oder welche Blockaden (z.B. Abhängigkeiten, Respektlosigkeiten, Ziellosigkeit) noch herabgesetzt werden könnten. Als Psychiatrie-Überlebende als Erfahrene oder Nutzende ist „sich selbst zu ermächtigen“ auch gleichzeitig eine (innere) Protesteinstellung, die in letzter Konsequenz bedeutet eigene freie Formen der Organisation ohne vorgegebene Ordnungen oder Hierarchien zu begründen ohne Angst vor Mobbing oder vorgefertigte Argumentationsmuster.

Psychiatriepolitische Betroffenenorganisationen sind in einer digitalen Welt dafür nicht das einzige „Testgelände“, eine Vielzahl von Blogs, Podcasts, Social Media Kanäle, bringen neue Würde, Power und „Stimme haben“ zusammen und zielen darauf ab Situationen des Mangels offensiv zu werden (Beispiel vgl. www.entsolidieren.de, <https://maschinenstuermerdistro.noblogs.org/post/2020/08/23/dem-wahnsinn-verfallen-ein-anarchistisch-nihilistisches-tagebuch-der-anti-psychiatrie/>, <https://psychiatrienogo.wordpress.com/>, <https://www.thisisjanewayne.com/news/2018/07/11/interview-mit-kirsten-becken-seeing-her-ghosts-ueber-seelische-verletzungen-in-familien-unausgesprochenes-verdraengung/>, <https://unserewege.blogspot.com/2013/03/nachwachhaus.html>).

Wenn das eigene Leben durch Psychiatisierung oder durch ausbleibende „sorgende“ Netzwerke zufallssteuert und ohne positiven Ereignishorizont dahinplätschert, kann das (begleitete?) Lernen von Selbstermächtigung die Erfahrung eines neuen Fokus („Ich bin wichtig!“, „Ich kann das!“, „Ich darf um Hilfe bitten, Ich schaue auf mich! Ich pass mich mal nicht an!“) vermitteln bis hin zur Realisierung psychiatriekritischer Projekte, während Anti-Psychiatrie eine neue Qualität zu entwickeln hätte, damit sie im bunten Durcheinander der psychiatriekritischen und Betroffenen-orientierten Initiativen noch Aufklärung bietet und vor lauter Theorien nicht müde macht Nein zu rufen. Nein zur Alternativlosigkeit.

Mit „Psychiatrischem VerRücken zu verlernen“ befas-

sen sich auch die „Mad Studies“ auf dem Feld der Wissenschaft. Sie sind Teildisziplin der Disability Studies, die sich kritisch mit diesen Konstruktionen und Pathologisierungsprozessen auseinandersetzt. Mit diesem Workshop sollte ein Lobby beworben werden, die wir jeden Tag selbst ausüben: (soziales) Gewicht, durch das aufgehoben werden kann, was wir nicht sind. Zunächst war es ein Forum die eigene Heimatlosigkeit radikal zu eröffnen, wo sonst keine ständige Möglichkeit eines Treffpunkts existiert.

AG 8: Bist du #nichtgesellschaftsfähig? Einer der Autoren klärt auf

Referent: Jan Michaelis (Düsseldorf)



1) Teilnehmerzahl: Vier Teilnehmer, davon drei Männer und eine Frau

2) Inhalt kurz zusammengefasst: Ein Hashtag hilft im Internet einen Begriff wiederzufinden. Der Hashtag #ngf ist ein Social Media Projekt des Verlages Glücklicher Montag in Leipzig mit Sandra Strauß als Herausgeberin und Schwarwel als Illustrator. Dem Aufruf auf Facebook und Instagram und einer Plattform für Finanzierung durch kleine Spenden (Crowdfunding) unter diesem Hashtag sind viele Menschen gefolgt, die alle offen mit ihrer Erfahrung umgehen. Dabei ist ein zwei fingerdickes Buch entstanden, üppig bebildert und sehr ansprechend. Einen Beitrag lieferte auch Autor Jan Michaelis. Er stellte das Buch vor und die Kampagne, die eine Anti-Stigma-Aktion ist, aber mit vielen überraschenden Teilnehmern aus einer Szene, die etwa mit Kabarett und Comics zu tun hat. Das Medienecho war gut, denn viele Zeitungen, Radio und Fernsehen berichteten über #nichtgesellschaftsfähig. Das Buch imponiert als „Bibel“, weil es fast zwei Kilo schwer ist und begeistert, weil es durch die Optik leicht zugänglich ist. In der Arbeitsgruppe sprachen wir auch über die Erfahrung mit Stigmatisierung und mit dem Sich-Outen als Erfahrener.

3) Wie haben sich die Teilnehmer eingebracht? Es gab Gespräche über die Erfahrungen mit Stigma, etwa der Begrenzung des Freundeskreises auf Erfahrene, die Ausgrenzung aufgrund der Psychiatrieerfahrung bei Ämtern und Arbeitgebern. Hier gab es eine angelegte Diskussion, ob nicht eine Selbststigmatisierung stattfindet. Insgesamt war es schwer für die Teilnehmer, die anderen Teilnehmer mit einer abweichenden Wahrnehmung so stehen zu lassen. Es gab Teilneh-

mer, die nicht wollten, dass sie ein Label mit der Diagnose erhalten, weil sie Nachteile erwarteten.

4) Was war das Fazit der AG? Die Teilnehmer waren teils begeistert über das Buch als Ergebnis der Hashtag nichtgesellschaftsfähig Kampagne und teils aber auch nicht weiter interessiert. Das Buch begeisterte aber auch weitere Psychiatrieerfahrene der Jahrestagung und kam gut an. Hashtag nichtgesellschaftsfähig ist eine Anti-Stigma-Kampagne ohne die üblichen Verdächtigen und zeigt, dass unsere Thematik breit in der Gesellschaft vertreten ist.

Buch: „Nicht Gesellschaftsfähig Alltag mit psychischen Belastungen“ Sandra Strauß und Schwarwel (Hrsg.) ISBN 978-3-948518-06-6 Euro 29,90 Seiten 610 Verlag Glücklicher Montag AGM Leipzig 2020.

Im Internet findet man die Kampagne unter dem Hashtag #nichtgesellschaftsfähig oder #ngf

AG 10: Wohnformen

Referent: Andreas Gers-Barlag (Osnabrück)

Ein großes Thema waren die Wohngruppen. Es gibt zwei Wohnprojekte in Osnabrück:

Einmal die Wohngruppe am Hesselkamp, wo ca. 50 Bewohner in einem Haus wohnen:

- Das Haus ist unterteilt in 6 Wohnungen wo 3 Wohnungen für Bewohner mit Suchtverhalten sind (Drogen).
- Wo jedes Zimmer ein eigenes Bad und kostenlosen W-LAN Anschluss hat.
- Der Altersdurchschnitt ist von 25-40 Jahren.
- Die Betreuung ist sehr intensiv, es arbeiten Ärzte, Psychologen, Sozialarbeiter und Pflegepersonal im Haus.
- Das wohnen ist zeitlich begrenzt auf ein Jahr.
- Die Kosten übernimmt die Deutsche Rentenversicherung oder die Krankenkasse.

Das andere Projekt ist das Wirquartier. Da wohnen 52 Bewohner, davon sind 28 Bewohner mit Handicap, 3 Rollstuhlfahrer und 24 Bewohner sind Studenten, die Soziale Arbeit und Psychologie studieren:

- Jeder Bewohner hat ein Einzelzimmer mit eigenem Bad und Küchenzeile und Balkon oder Terrasse. Man hat im Haus kostenloses W-LAN.
- Es wird sehr viel Selbstständigkeit verlangt.
- Im Haus gibt es eine EUTB Beratungsstelle wo man sich Hilfe holen kann im Umgang mit Behörden.
- Jeder Bewohner mit Handicap hat eine ambulante Assistent. Die Bewohner halten das Apartment selbst sauber.

Kulturprogramm: Spuren hinterlassen Unterhaltsam-Nachdenkliches für Ohren, Auge und Herz

von und mit Christiane Rudert

Zur diesjährigen Jahrestagung des BPE Anfang Oktober in Berlin durfte ich am Freitagabend das Kulturprogramm gestalten.

Ich bin relativ kurzfristig angefragt worden und habe ohne lange zu zögern zugesagt, weil es mir am Herzen liegt, die Dinge, die mich beschäftigen und die mir geholfen haben weiterzugeben. Inhaltlich und in der Wahl der Ausdrucksformen hatte ich freie Hand, so habe ich Improvisationen am Klavier, Bildpräsentationen und Texte verwendet.

Mitglied im BPE
bin ich erst seit April 2021.

Viele werden mich daher noch nicht kennen, deshalb möchte ich mich kurz vorstellen:

Mein Name ist Christiane Rudert, ich bin 54 Jahre alt, komme aus Greiz in Ostthüringen und habe eine erwachsene Tochter.

Meinen Familienstand beschreibe ich etwas humorvoll als „geschieden mit Katze“.

Meinen „Einstand“ in die Psychiatrie erlebte ich mit 20 Jahren. Das war eine sehr spannende Geschichte...

Diese und einige andere aus meinem Leben habe ich an diesem Abend erzählt. Ich kann sie hier natürlich nicht alle wiedergeben, in meinem Blog habe ich aber in den letzten Wochen fast alle Texte und Foto-Serien von diesem Abend veröffentlicht: www.spu-renhinterlassen.blog

Ich habe 27 Jahre meines Lebens Neuroleptika eingenommen und auch keine Chance gesehen, da rauszukommen. Dieses Jahr hat mein Psychiater gewechselt und dem habe ich gesagt, dass ich meine bisherige Diagnose nicht glaube. So bin ich „das Zeug“ dieses Jahr losgeworden – etwas zu schnell, wie ich jetzt weiß.

In diesem Zusammenhang habe ich mich mit dem Thema „Neuroleptika absetzen“ beschäftigt und bin über Bücher von Peter Lehmann auf den BPE aufmerksam geworden. Ich schätze hier vor allem die Unabhängigkeit von der Pharmaindustrie und habe zur Tagung in der Berlin einige Unterstützer auf meinem Weg persönlich kennenlernen können. Das war für mich sehr wertvoll.

Ebenso wertvoll war für mich das total wertschätzende und ermutigende Feedback auf den Abend. Auch wenn ein Teil des Publikums im Laufe des Programms gehen musste, weil das Bett rief, fand ich das nicht schlimm. Ihr anderen, die ihr dabei wart, seid super mitgegangen und das braucht ja ein Künstler.

Dankeschön, dass ich diese Möglichkeit hatte, mich auszuprobieren. Es war mein erster Auftritt in dieser Form, sicher nicht der letzte.

Vielen Dank an Silvia Hoffmann, die den Kontakt hergestellt hat und an Sabine Wieg, die mich engagiert hat, ohne mich zu kennen. Und nicht zuletzt an Felix v. Kirchbach für die Moderation und technische Unterstützung. Er hat auch die Ruhe behalten, als ich für mein E-Piano das falsche Kabel eingepackt hatte und wir ganz schnell umdisponieren mussten. Das haben die meisten sicher gar nicht mitbekommen, aber jetzt wisst ihr's.



Mitgliederversammlung des BPE e.V.

Protokoll der MV vom 9.10.2021 in Berlin

Die Mitgliederversammlung beginnt um 17:27 Uhr in der Aula der Jugendherberge Ostkreuz in Berlin. Es wurde ordnungsgemäß und fristgerecht zur Mitgliederversammlung eingeladen. Die Versammlung ist mit 55 anwesenden stimmberechtigten Mitgliedern beschlussfähig.

TOP 1: Begrüßung

Matthias Seibt begrüßt die Mitglieder zur 30. Mitgliederversammlung. Er verliest die Namen der Mitglieder, die seit der letzten Mitgliederversammlung in Heidelberg 2019 verstorben sind. Die Anwesenden legen eine Schweigeminute ein.

TOP 2: Wahl der Versammlungsleitung und der Protokollanten

Der geschäftsführende Vorstand schlägt Doris Steeken und Jan Michaelis als Versammlungsleitung vor. Sie werden bei 4 Nein-Stimmen und 4 Enthaltungen gewählt. Sie nehmen die Wahl an. Sandra und Annette stellen sich zur Wahl als Protokollanten. Sie werden einstimmig gewählt. Sie nehmen die Wahl an.

TOP 3: Regularien (Genehmigung der Tagesordnung und der Geschäftsordnung, Wahl der Zählkommission)

Jan Michaelis verliest den Antrag des geschäftsführenden Vorstands zu TOP 3 Regularien, Geschäftsordnung für die BPE-Mitgliederversammlung (Seite 1 der Tagungsunterlagen). Der Antrag wird bei 2 Enthaltungen einstimmig angenommen. Es wird beantragt, folgende Punkte in die Tagesordnung mit aufzunehmen:

3a Posthume Ernennung von Ruth Fricke als Ehrenvorsitzende des BPE,

3b Abstimmung über die abgewiesene Mitgliedschaft von Claus Wefing.

Der Antrag von Robert Jacobs soll trotz später Einreichung unter 15b behandelt werden (Brief von Robert Jacobs an den LPE). Robert Jacobs möchte, dass sein Antrag vorgezogen wird, von 15b nach 8a.

Johannes Georg Bischoff zieht seine beiden Anträge zurück (unter 15a).

Jan Michaelis stellt den Antrag, die Punkte 3a, 3b, Antrag Robert Jacobs 15b in die Tagesordnung aufzunehmen. Dieser Antrag wird mit 15 Ja-Stimmen, 19 Nein-Stimmen und 11 Enthaltungen abgelehnt. Matthias Seibt und Robert Jacobs stellen den Antrag, die Punkte 3a, 3b, Antrag Robert Jacobs 8a in die Tagesordnung aufzunehmen. Dieser Antrag wird mit 36 Ja-Stimmen, 8 Nein-Stimmen und 5 Enthaltungen angenommen.

Robert Jacobs möchte einen Antrag zur Tagesordnung stellen. Er möchte wissen, warum der Eintrag im Vereinsregister nicht geändert worden sei. Allerdings sei dieser Antrag zu spät gestellt. Robert Jacobs könne dazu noch unter dem TOP 17 Verschiedenes berichten. Robert Jacobs stellt einen Antrag

zur Tagesordnung, unter TOP 8b die Frage nach der Existenz eines Geschäftsführers des BPE aufzunehmen. Dieser Antrag wird mit 27 Ja-Stimmen, 4 Nein-Stimmen und 14 Enthaltungen angenommen.

Jan Michaelis stellt einen Antrag auf Genehmigung der Tagesordnung. Dieser Antrag wird mit 43 Ja-Stimmen, 1 Nein-Stimme und 5 Enthaltungen angenommen.

Klaus Effinghausen und Matthias Wiegmann stellen sich zur Wahl der Zählkommission. Sie werden bei 1 Enthaltung einstimmig gewählt. Sie nehmen die Wahl an.

TOP 3a: Posthume Ernennung von Ruth Fricke als Ehrenvorsitzende des BPE

Nach einer kurzen Diskussion stellt Jan Michaelis den Antrag auf posthume Ernennung von Ruth Fricke als Ehrenvorsitzende des BPE. Dieser Antrag wird bei 1 Nein-Stimme und 11 Enthaltungen mit großer Mehrheit angenommen.

TOP 3b: Abstimmung über die abgewiesene Mitgliedschaft von Claus Wefing

Claus Wefing hatte einen Antrag auf (Wieder-)Aufnahme in den BPE gestellt. Dieser wurde vom Vorstand abgelehnt, woraufhin Claus Wefing dagegen Widerspruch eingelegt hat. Felix von Kirchbach und Jurand Daszkowski äußern sich im Namen des Vorstands dazu. Es gebe Wertschätzung für die Tätigkeiten von Claus Wefing bis 2019, aber danach hätte er mit seinem Handeln sehr destruktive Resultate erzielt. Claus Wefing ist anwesend und verteidigt sich. Es wird rege diskutiert. Ole Arnold Schneider stellt einen Antrag zur Geschäftsordnung auf Beendigung der Debatte. Dieser Antrag wird nach erfolgter Gegenrede mit 28 Ja-Stimmen, 17 Nein-Stimmen und 8 Enthaltungen angenommen.

Jan Michaelis stellt den Antrag auf Wiederaufnahme von Claus Wefing in den BPE. Dieser Antrag wird mit 19 Ja-Stimmen, 18 Nein-Stimmen und 18 Enthaltungen angenommen. Claus Wefing ist somit wieder Mitglied des BPE.

Von 18:42 Uhr bis 19:47 Uhr wird eine Pause für das Abendessen eingelegt.

TOP 4: Bericht des Vorstands

Jurand Daszkowski berichtet. Der Tätigkeitsbericht für 2020 stünde in den Tagungsunterlagen. Nach der Mitgliederversammlung 2019 in Heidelberg habe es mehrere Rücktritte aus dem Vorstand gegeben. Die Verbandszeitungen „Rundbrief“ und „Lautsprecher“ hätten fusioniert. Wegen der Corona-Pandemie habe es in 2020 keine Mitgliederversammlung gegeben, sondern nur eine online-Jahrestagung. Sabine Wieg mache zuverlässig die Kasse. Ein neuer Vorstand müsse gewählt werden.

Felix von Kirchbach berichtet. Die Redaktion des Lautbriefrundsprechers sei ausgeschrieben worden.

Über Anne Murnau könnten die Mitglieder Zugang zu den Protokollen der Vorstandssitzungen erhalten. Transparenz sei wichtig. Die Online-Selbsthilfegruppen fänden über einen eigenen Server statt. Die Telefonkonferenzen seien nach Anmeldung für alle Mitglieder offen. Felix sehe seine Arbeit auch kritisch, räume Fehler ein.



TOP 5: Bericht der Geschäftsstelle / EUTB-Beratungsstelle

Martin Lindheimer berichtet von der EUTB-Beratungsstelle. Durch das Ministerium sei eine kritische Prüfung erfolgt. Martin hätte eine Vollzeitstelle. Daneben gebe es zwei Teilzeitstellen. Für 2023 werde ein Schnitt gemacht und die Mittel würden neu beantragt. Es seien Veränderungen erforderlich (Einrichtung einer offenen Sprechstunde, Einbau eines Treppenlifts). Für 2023 - 2029 sei eine Regelfinanzierung möglich. Es sei dann somit kein Projekt mehr, sondern Dauerfinanzierung.

Matthias Seibt berichtet aus der Geschäftsstelle. Anne Murnau sei für die Verwaltung zuständig, Sabine Wieg für die Kasse. Matthias Seibt sei intern Geschäftsführer. Er habe Christian Döhler in die Organisation der Jahrestagung eingearbeitet.

TOP 6: Kassenberichte 2019 und 2020

Sabine Wieg berichtet. Der Bericht für 2019 gehe nicht auf sie zurück, da sie erst seit November 2019 die Kasse führe.

TOP 7: Bericht der Kassenprüfer

Günther Pfeil berichtet von der Kassenprüfung.

TOP 8: Aussprache zu den Berichten

Es werden Fragen zum Rücktritt von Thomas Eissele vom BPE-Vorstand, zum Suizidgedanken-Projekt, zur Gemeinnützigkeit des Verbandes und zur Verbandszeitung gestellt. Robert Jacobs stellt einen Antrag zur Geschäftsordnung.

TOP 8a: Antrag Robert Jacobs

Robert Jacobs erläutert seinen Antrag (Brief an den LPE). Nach einer Diskussion zieht er seinen Antrag zurück und verlässt die Mitgliederversammlung. Durch den Rückzug von Robert Jacobs entfällt TOP 8b zunächst. Matthias Wiegmann stellt einen Antrag zur Geschäftsordnung, der genehmigt wird. Er kann den TOP 8b aufrecht erhalten.

TOP 8b: Geschäftsführer des BPE

Matthias Seibt berichtet. Er habe seine EUTB-Vollzeitstelle an zwei Personen abgegeben, die nun jeweils eine halbe Stelle hätten. Auch den Minijob habe er abgegeben, sei nun ehrenamtlich tätig. Aber er sei intern als Geschäftsführer tätig, damit das Büro laufe. Er beantworte aber keine Anfragen von außen. Es wird diskutiert. Ole Arnold Schneider stellt einen Antrag zur Geschäftsordnung auf Weiterführung der Diskussion als sachliche Debatte, ansonsten Schluss der Debatte. Die Debatte wird beendet. Jurand Daszkowski zufolge sei es zeitweise notwendig, dass Matthias Seibt diese Aufgabe erfülle. Man solle aber mittelfristig über eine bezahlte Geschäftsführung, etwa als halbe Stelle, zur Entlastung des Vorstands nachdenken.

TOP 9: Genehmigung der Kassenberichte und Entlastung des Vorstands

Günther Pfeil stellt einen Antrag auf Entlastung des Vorstands. Dieser wird mit 31 Ja-Stimmen einstimmig angenommen. Der Vorstand ist somit entlastet. Matthias Seibt stellt einen Antrag zur Geschäftsordnung, auch noch die beiden Kassenberichte zu genehmigen. Diesem Antrag wird stattgegeben. Jan Michaelis stellt einen Antrag auf Genehmigung der Kassenberichte 2019 und 2020. Dieser Antrag wird mit 32 Ja-Stimmen und 2 Enthaltungen einstimmig angenommen.

TOP 10: Wahl des geschäftsführenden Vorstands

Karin Haehn stellt einen Antrag auf einzelne Abstimmung und auf eine geheime Wahl. Dieser Antrag wird genehmigt. Jedes Mitglied hat 7 Stimmen. Felix von Kirchbach stellt einen Antrag zur Geschäftsordnung. Die Personen, die sich noch spontan zur Wahl stellen möchten, bitte er, sich zu melden. Der Antrag wird genehmigt. Die Kandidatinnen und Kandidaten stellen sich vor. Sie beantworten Fragen der Mitglieder zu ihrer Person.

Die Ergebnisse der Wahl:

Karla Keiner	32 Stimmen
Sandy Drögehorn	39 Stimmen
Jurand Daszkowski	34 Stimmen
Uwe Pankow	14 Stimmen
Isabela O.	9 Stimmen
Sabine Wieg	40 Stimmen
Silvia Hoffmann	35 Stimmen
Felix von Kirchbach	32 Stimmen
Matthias Seibt	34 Stimmen

Im neuen Vorstand sind somit Karla Keiner, Sandy Drögehorn, Jurand Daszkowski, Sabine Wieg, Silvia Hoffmann, Felix von Kirchbach und Matthias Seibt. Sie nehmen einzeln die Wahl an.

TOP 11: Wahl von Mitgliedern des erweiterten Vorstands aus Ländern ohne Landesorganisation oder aus Ländern mit mehreren Bewerbern

In den erweiterten Vorstand werden folgende Personen aufgenommen. Sie sind vom jeweiligen Landesverband entsandt und müssen daher nicht gewählt werden:

Hinrich Niebuhr: Hamburg
Christine Pürschel: Brandenburg
Isabela O.: Niedersachsen
Astrid B. ist nur beratend für Mecklenburg-Vorpommern dabei.

TOP 12: Beschlussfassung über den Haushaltsplan 2022

Der Haushaltsplan wird mit 31 Ja-Stimmen und 1 Enthaltung einstimmig angenommen.

TOP 13: Wahl von 2 Revisoren (Kassenprüfern)

Zur Wahl stellen sich Günther Pfeil, Thomas Eissele und Annette. Sie werden im Block mit 33 Ja-Stimmen einstimmig gewählt. Sie nehmen die Wahl an. Es werden 3 Kassenprüfer gewählt. So hat man im Krankheitsfall noch eine Vertretung.

TOP 14: Wahl der Redaktion des Lautbriefredsprechers

Jan Michaelis stellt die Redaktion des Lautbriefredsprechers vor. Es sind: Tobias aus Köln, Reinhild Böhme, Anne Murnau, Jan Michaelis, Juli Benz. (Gabor helfe gelegentlich mit.) Hierbei handele es sich um einen Redaktionsgrundstock, der aber offen für Zusammenarbeit von außen sei.

Günther Pfeil stellt einen Antrag auf Blockwahl. Der Antrag wird genehmigt. Die Redaktion wird mit 32 Ja-Stimmen einstimmig gewählt. Jan Michaelis nimmt als einziger Anwesender die Wahl an.

TOP 15: Antragsberatung

TOP 15a: Anträge Johannes Georg Bischoff

Dieser Punkt entfällt, da Johannes Georg Bischoff seine Anträge zurück gezogen hat (siehe TOP 3).

TOP 15b: sonstige Anträge

Doris Steenken liest einen Antrag von Doris Steenken, Matthias Wiegmann und Andreas Gers-Barlag vor. Es solle eine Schlichtungsstelle eingerichtet werden, damit Konflikte nicht in die Mitgliederversammlung reingetragen würden.

Sandra stellt einen Antrag zur Geschäftsordnung. Es könne nur ein Antrag gestellt werden, ob eine Schlichtungsstelle überhaupt eingerichtet werde, die Details könnten in der aktuellen Mitgliederversammlung nicht geklärt werden. Es erfolgt eine Diskussion

über die Anträge. Die Schlichtungsstelle solle eher eine Arbeitsgruppe sein. Eine neutrale Person von außen sei gefordert. Es wird ein Antrag zur Gründung einer Arbeitsgruppe Streitschlichtung gestellt. An den Vorstand werde adressiert, dass es eine Streitschlichtungsstelle geben solle. Es solle Rücksprache mit den Antragstellern gehalten werden. Die Interessenten für diese AG sollten konkrete Vorschläge ausarbeiten und diese bei der nächsten Mitgliederversammlung zur Abstimmung präsentieren. Der Antrag wird mit 27 Ja-Stimmen und 1 Enthaltung einstimmig angenommen.

TOP 16: künftige Arbeitsschwerpunkte

Als künftige Arbeitsschwerpunkte werden Arbeit und Berufstätigkeit, das Bundesteilhabegesetz, Verbesserungen in Werkstätten, das Verfassen von Stellungnahmen, Gestaltung von mehr Mitarbeitsmöglichkeiten für Mitglieder etwas über das Internet genannt.

TOP 16a: weitere Anlaufstellen , z.B. für Hessen in Frankfurt

Matthias Seibt zufolge seien bereits Anlaufstellen vorhanden. Für den Landesverband Hessen sei in Frankfurt eine Anlaufstelle möglich. Aber man brauche Leute, die sich darum kümmern. Geld sei nicht das Problem.

TOP 16b: weitere Krisenzimmer, z.B. für Norddeutschland in Bremerhaven

Matthias Seibt zufolge gebe es zu wenig Krisenzimmer. Es fange immer damit an, dass Leute sich zusammen täten und sagten, sie hätten gerne ein Krisenzimmer vor Ort. Ein Seminar zum Thema Krisenzimmer finde im November mit Matthias Seibt und Günther Pfeil in Oldenburg statt.

TOP 17: Verschiedenes

Es könnte eine Selbsthilfe-Messe organisiert werden. Menschen, die den Verband unterstützen möchten, könnte die Teilnahme an Kursen, Lehrgängen ermöglicht werden, wenn sie dies bräuchten. Es solle Forschung von Betroffenen für Betroffene betrieben werden. Psychiatrie-Erfahrene sollten mehr in die Öffentlichkeit gehen und sich an die Medien und die Politiker wenden

Die Mitgliederversammlung endet um 22:42 Uhr.

gez. Sandra
gez. Annette
gez. Doris Steenken
gez. Jan Michaelis



Texte zum Tod von Ruth Fricke

von Elisabeth Scheunemann

Zu ihrer Tätigkeit unter dem Stichwort "Besuchskommission" Jurand hat mich auf der diesjährigen Tagung der Aktion Psychisch Kranke, als Ruths Tod bekannt wurde, darauf aufmerksam gemacht, dass 1999 aufgrund eines Landtagsbeschlusses Betroffene und Angehörige Mitglieder der Besuchskommission wurden. Es sei wesentlich auch Ruths Verdienst, dass eine gesetzliche Regelung im NRW-Landtag zustande kam. Ich war Ruths Nachfolgerin als Koordinatorin der PE Mitglieder der Besuchskommission. Wir haben Stellungnahmen geschrieben, u.a. zur Änderung des PsychKG NRW 2016. Ich kann deshalb ein bisschen ermes- sen, wie stetig und zäh Einflussnahme auf politische Entscheider ist.

Ruth hat mich darüber aufgeklärt, warum sie immer von der "Staatlichen Besuchskommission nach §23 PsychKG NRW" schrieb. In NRW ist die Staatliche Besuchskommission Teil der Psychiatrieaufsicht, die bei den Bezirksregierungen liegt. Deshalb haben wir eine Bestallungsurkunde und werden verpflichtet, weil Besuchskommissionen (auch) die Verpflichtung haben, die ordnungsrechtliche Funktion - jede Art von Freiheitsentzug und Zwang - und das staatliche Gewaltmonopol kritisch und regelmäßig - einmal in 12 Monaten - im Blick zu haben. Das PsychKG NRW ist von 1969, schon vor der Psychiatriereform. Die 12- Monatsregel ist seitdem unverändert. Offensichtlich hat es seit mehr als 40 Jahren (politisch) Verantwortliche gegeben, die an den Stellen, wo im Versorgungssystem Rechte eingeschränkt werden, die Voraussetzungen für stetige kritische Kontrollen installiert haben. Es gibt in NRW das "Gewohnheitsrecht", dass Betroffene und Angehörige Beiblätter schreiben können, wenn sie die Darlegungen des/der Fachärztlichen



Protokollant:in ergänzungsbedürftig finden. Ruth hat mir erzählt, dass sie das erste Protokoll, dass sie unterschreiben sollte, nicht so stehen lassen wollte und das erste Beiblatt geschrieben hat.

Ich erinnere mich aus dem, was Ruth darüber geschrieben hat, an ihr Engagement für die T4-Gedenkstätte in Berlin, den Ort, von dem aus die Aktionen, auch Tötungsaktionen gegen Menschen mit Behinderung von politisch und fachlich Verantwortlichen vor und im 2. Weltkrieg ausgingen. Ich wünsche mir, dass der BPE eine Ihrer Reden oder einen Text nachdruckt. Es würde nicht nur Ruths Engagement ehren, sondern auch vielen jüngeren Betroffenen und BPE/LPE- Mitgliedern die Geschichte der rassistischen Verfolgung von Behinderten und Psychiatriepatient:Innen seit den 20er Jahren des vorigen Jahrhunderts nahebringen.

von Sabine und Annette

Beerdigung Ruth Fricke

Manchmal kann ein Senioren- oder Altenheim ein Ort sein, von dem aus es wieder nach Hause gehen kann. Doch oft ist es auch ein Ort, an dem Menschen versterben. Und so sind wir am 7. Oktober 2021 vom LPE NRW zu dritt aus dem Ruhrgebiet und dem Münsterland nach Herford gefahren, um an dem Gottesdienst und der Urnenbeisetzung von Ruth Fricke auf dem Erika-Friedhof teilzunehmen. Vor der Kirche konnten wir uns bekannte Menschen in Trauer wiedersehen, und andere die uns unbekannt waren. Es war schade, dass mancher nicht mit hinzukommen konnte, denn der 7. Oktober 2021 gehörte auch zu dem Wochenende, an dem die Jahrestagung des BPE in Berlin stattfand, und es war nicht möglich, an beiden Orten zu gleicher Zeit zu sein.

In der kleinen Kirche und auch auf dem Weg zur Beisetzung der Urne hatte der Pfarrer den Weg

bis dorthin mit Gedanken aus dem evangelischen Glauben festlich begleitet. Etwas später sind wir eingeladen worden, mit in ein Restaurant zu gehen, um etwas Brot oder Kuchen zu essen und eine Tasse Kaffee zu trinken.

Hoffentlich hat Ruth noch etwas von den guten Wünschen und Gedanken mitbekommen, dachte ich, und sich im Geist zu uns gesetzt, denn es war schön als viele der gut noch verbliebenen 30 Teilnehmenden noch einmal von der Kaffeetafel aufstehen mochten, um etwas aus Ruths Leben zu erzählen und ihre Leistungen für die Bewegung der Psychiatrie-Erfahrenen zu würdigen. Es hätte ihr bestimmt gut gefallen.

Ruth verstarb im September 2021 nach einer Krebserkrankung.

von Christoph

Trauerfeier am 7.12.2021

Martina eröffnete nach dem Kaffeetrinken die Gedächtnisansprache.

Danach haben sich viele Trauernde über die Lebensleistung, ihre Erlebnisse und Begegnungen mit Ruth ausgesprochen.

Claus Wefing hielt auch einen Rückblick auf die überregionale Wirkungszeit von Ruth.

Eine Gruppe aus der SPD meldete sich zu Wort und berichtete über gemeinsame Aktivitäten in der aktiven politischen Zeit.

Ein Sprecher berichtete, wie Genossin Ruth als Ratsfrau mit der SPD Fraktion verschiedene Planspiele in der Politischen Szene durchgespielt haben. Diese waren durchaus auch radikal.

Auch eine Frauengruppe war anwesend und meldet sich ebenfalls zu Wort. In Herford gab es nur bei der SPD eine Frauengruppe. Aus dieser Gruppe heraus wurde ein erstes Frauenhaus in Herford gegründet, eben auch durch Ruths wirken. Die Umstände in der Gründungsphase waren dabei sehr schwierig wegen dem Wohnraum und dergleichen. Christoph Donath sprach über die Besonderheit der Namensgebung der Selbsthilfegruppe.

Hilfe für verletzte Seelen. Ruth hat den Menschen nach seinem dafürhalten, nicht nur als Psychatrie-erfahrene gesehen sondern bewusst den ganzen Menschen mit Seele mit seinen möglichen Ängsten angesprochen.

Einmal kam er mit Ruth von einem Einsatz zurück und fuhren zu ihrer Wohnung, die auf einer Anhöhe liegt. Dabei erzählte sie ihm eine Redensart, dass eine Nonne eine Erscheinung auf dem Berg sah und später wurde dort eine Stifts Kirche gebaut. In der heutigen Zeit wäre es eher kritisch eine Erscheinung zu halben bzw. darüber zu berichten.

Bei Ruth hat es aber durch ihre Lebensgeschichte auch zu einer Stiftung geführt.

Von der Stiftsberg Kirche kam auch der Pfarrer mit der Trauerandacht.

(siehe auch [www.stiftberg-herford](http://www.stiftberg-herford.de))

Auch Herr Stille früher Psychiatriekoordinator hat auf die Gründung des behinderten Beirates durch Ruth in Herford hingewiesen.

Weiterhin kamen Trauernde die mit dem Kunstnetzwerk Gemeinsamkeiten hatten, der Selbsthilfegruppe und der Besuchskommission.



Soteria-Tagung am 19. und 20. November in Berlin

Nach 2 Jahren Corona fand endlich wieder eine Soteria- Fachtagung statt. Es waren überwiegend die Vertreter der einzelnen Einrichtungen vor Ort. Aber es waren auch Interessenten der Soteria - Bewegung dabei.

Was mich sehr beeindruckte, war die Motivation der Mitarbeiter. Die Genesung der Klienten stand echt im Mittelpunkt. Jeder Patient hatte eine Bezugsperson. Auch die Kunst-Therapie war sehr intensiv. Die Therapeuten malten mit den Klienten ein Zusatzbild, um den Genesungsprozess zu fördern.

Auch die Frage, ob Diagnosen berechtigt sind, wurde in dieser Bewegung diskutiert. Leider braucht es Diagnosen für die Abrechnung mit den Krankenkassen.

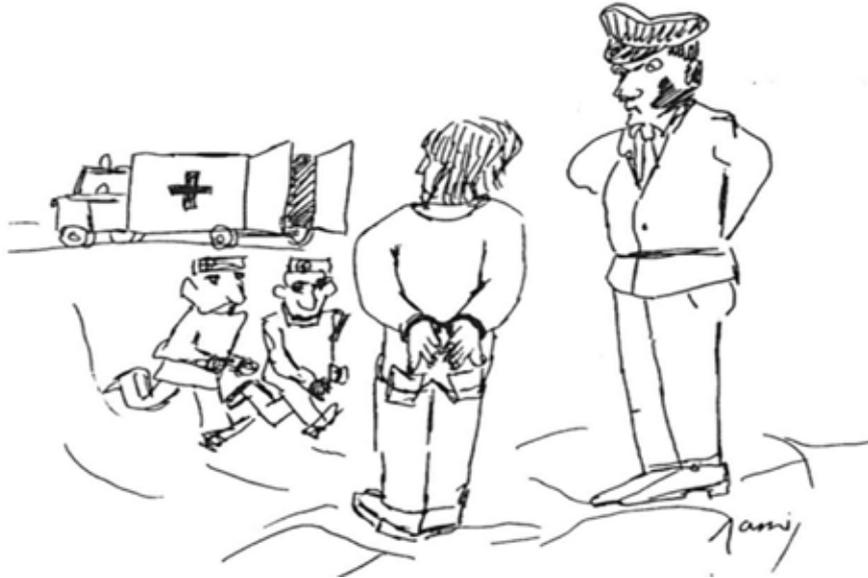
Was sehr gut war, dass der Arztbericht zusammen mit den Klienten geschrieben worden ist. Es gibt auch Soteria-Selbsthilfegruppen, in denen Außenstehende teilnehmen können. Die Genesungsstatistik liegt bei 30%.

Auch die Angehören-Arbeit wird in der Soteria-Arbeit stark gefördert. Das sehe ich für manche Betroffenen als Gefahr. Vor allem, wenn der Betroffene das schwarze Schaf in der Familie ist. Das die Angehörigen ohne die Betroffenen über die Krankheit aufgeklärt werden, ist für mich sehr bedenklich. Wenn ich unter Gewalt in der Familie leide, würde ich in keine Soteria-Einrichtung gehen. Es sei denn, meine Angehörigen wissen nicht, dass ich bei denen in Behandlung bin.

T.Eissele

Das System

Halb so schlau, voll genau!



Ausgeschrieben auf Seite 22 in der dritten Ausgabe! Ein Spiel zum Herausnehmen.

Spieleranzahl: 2
Spieleralter: 10 +
Spieldauer: 10 Minuten
Spielmaterial: 1 Spielfeld, 1 sechsseitiger Standardwürfel, 4 Spielfiguren (1 x blau, 1 x schwarz, 1 x gelb und 1 x rot), 19 kleine Gegenstände (z.B. kleine Münzen)

Spielidee:

Vier Menschen bewegen sich im psychiatrischen System. Diese werden abwechselnd von einem Betroffenenspieler und einem Psychiatrierspieler gespielt. Die Spieler erhalten also nicht, wie gewohnt, eine Farbe zugeteilt, sondern spielen beide alle vier Spielfiguren, also Farben. Pro Spielzug wird aber nur eine Spielfigur, also Farbe gespielt.

Kann einer der vier Menschen aus dem psychiatrischen System aussteigen oder akzeptieren alle vier Menschen für sich den Stempel „psychisch krank“?

Spielmaterial:

- Die Farben der Spielfiguren stimmen mit den Farben der Zahlen im psychiatrischen System überein. Wenn Du die notwendigen Farben als Spielfiguren nicht hast, nimmst Du Dinge, die Du den Farben blau, schwarz, gelb und rot zuordnen kannst.

- Von jeder der vier Farben gibt es im psychiatrischen System die Zahlen von „1“ bis „6“ jeweils einmal. Es gibt im psychiatrischen System also 24 Zahlen.

- Die Laufleiste beginnt mit dem „START“-Feld und führt aufsteigend bis zum „EXIT“-Feld (Feld 15) bzw. „KRANK“-Feld (Feld 16 bis 21).

Spielvorbereitung:

Das Spielfeld wird aus der Zeitung herausgeholt und in die Mitte gelegt. Die vier Spielfiguren werden auf das „START“-Feld der Laufleiste gestellt. Der Würfel und die 19 Münzen werden bereit gelegt. Es wird festgelegt, wer Betroffenenspieler und wer Psychiatrierspieler ist.

Spielablauf:

Ein beliebiger der beiden Spieler beginnt mit einem Spielzug:

- Der Spieler würfelt einmal mit dem sechsseitigen Würfel.

- Er legt eine Münze auf eine Zahl entsprechend der gewürfelten Augenzahl im psychiatrischen System. Diese Zahl hat eine Farbe (blau, schwarz, gelb oder rot).

- Er trägt die Felder mit der Spielfigur **dieser Farbe** auf der Laufleiste, um das Spielfeld herum, ab.

- Hat er z.B. eine „3“ gewürfelt und legt eine Münze auf die rote „3“ macht er drei Schritte mit der roten Spielfigur. Würde er z.B. die Münze stattdessen auf die schwarze „3“ legen, würde er drei Schritte mit der schwarzen Spielfigur machen.

- Der andere Spieler ist an der Reihe und der Spielablauf wiederholt sich mit dem nächsten Spielzug.

Siegbedingungen:

- Der Betroffenenspieler gewinnt sofort, wenn **eine** Spielfigur genau auf das „EXIT“-Feld kommt. Das sind genau 15 Schritte mit derselben Spielfigur, also Farbe.

START

1

KRANK

Psychiatrie

Offene Station

1 3 4

Geschlossene

5 3

Tagesklinik

3 1

Rehabilita

6 4

Betreutes Wohnen

2 1 5

Gesetzliche

6

14

13

12

2

3

4

ches System

ene Station

Maßregelvollzug

2

5 4

5

itation

SPZ

2

6 2 3

6.

e Betreuung

Wohnheim

6

4 1 5

8

11

10

9

- Der Psychiatriespieler gewinnt sofort, wenn **alle vier** Spielfiguren auf das „KRANK“-Feld kommen. Eine Spielfigur kommt auf das „KRANK“-Feld, wenn sie mehr als 15 Schritte macht. Ganz schön schwierig!

- Der Psychiatriespieler hat aber eine zusätzliche Möglichkeit zu gewinnen. Er gewinnt sofort, wenn vier der neun Wolken komplett (alle Zahlen: zwei oder drei) mit Münzen belegt sind.

Welcher der beiden Spieler durch einen Spielzug eine Siegbedingung erfüllt, ist für den Ausgang des Spiels egal!

Gewinnen beide Spieler gleichzeitig, endet das Spiel unentschieden.

Ergänzende Regeln:

- Auf jeder der 24 Zahlen hat nur eine Münze platz. Beispiel: Auf die blaue „4“ darf nur eine Münze gelegt werden.

- Wenn von der gewürfelten Augenzahl noch zwei, drei oder vier Zahlen im psychiatrischen System frei sind, **muss eine beliebige** davon mit einer Münze belegt werden.

- Wenn von der gewürfelten Augenzahl nur noch eine Zahl im psychiatrischen System frei ist, **muss** diese ebenfalls mit einer Münze belegt werden.

- Ist von der gewürfelten Augenzahl im psychiatrischen System keine Zahl mehr frei, macht dieser Spieler nichts und der andere Spieler ist an der Reihe. Es wird weiter abwechselnd gespielt.

- Wenn eine Spielfigur das „KRANK“-Feld erreicht hat, können im psychiatrischen System freie Zahlen dieser Farbe noch mit Münzen belegt werden.

- Die vier Spielfiguren können ohne Konsequenzen auf dem selben Feld der Laufleiste stehen.

Einordnung des Spiels:

- Von eins (abstrakt) bis zehn (thematisch) ordne ich es bei fünf ein, weil es zwar ein klares Thema hat, das Spielgefühl aber eher abstrakt ist. Den Zahlen im psychiatrischen System gebe ich keine thematische Bedeutung und ordne sie so an, wie ich meine, es spielerisch interessant ist.

- Von eins (leichte Kost) bis zehn (Kennerspiel) ordne ich es bei vier ein, weil es etwas zu knobeln gibt, wenn man möchte.

- Von eins (Glück) bis zehn (Können) ordne ich es ebenfalls bei vier ein, weil es ein paar Kniffs hat, die es herauszufinden gilt. Die Entscheidungsfreiheit sinkt aber mit zunehmenden Spielverlauf.

- Von eins (schneller Spieleinstieg) bis zehn (hohe Einstiegshürde) ordne ich es bei fünf ein, weil es ein paar ungewöhnliche Spielregeln gibt und sie etwas umfangreicher sind.

Anmerkungen zur Spielanleitung:

- Habe des einfachen Schreibens wegen in der männlichen, dritten Person geschrieben, spreche aber natürlich genauso Frauen an.

- Wer Verständnisprobleme hat, kann sich direkt an mich wenden:

- E-Mail: Tobias.T.PE@gmx.de

- Telefon von Tobias: 0163 5433517

- Der Untertitel „Halb so schlau, voll genau!“ bezieht sich auf die Arbeitsweise der Psychiatrie.

Spieleautor: Tobias Thulke

Design Spielfeld (Prototyp): Tobias Thulke

Illustrationen: Jan Michaelis

Diverse Testpersonen



Flugblatt: Kritik der Jahrestagung der DGSP 2021:

DGSP auf dem Holzweg!

„Natürlich machen wir weiter“ Zitat Ilse Eichenbrenner in „Soziale Psychiatrie“ 3/2000 *

Wer Menschenrechte relativiert, versucht deren Misachtung zu rationalisieren, „unteilbare Menschenrechte zu zerschnibbeln, gewibbelt punktuell zu halten“, charakterisiert Wolf-Dieter Narr 2005 das in seiner Laudatio auf Thomas Saschenbrecker.** Zur Veranschaulichung: Z.B. sind ein Apartheidsregime, Sklaverei und Folter Menschenrechts-Verbrechen. Genauso ist die Zwangspsychiatrie inzwischen von verschiedenen Gremien der Vereinten Nationen, insbesondere dem Fachausschuss der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen und dem Sonderberichterstatter über Folter als unvereinbar mit den Menschenrechten erkannt worden. Wer nun immer noch von einer „Reduzierung psychiatrischer Zwangsmaßnahmen“ faselt, redet wie von einer „Reduzierung der Sklaverei“, einer „Minderung der Apartheid“, fordert nach dem Motto: „Folter muss sein, wir versuchen sie zu minimieren“. So wird nur geheuchelt, Menschenrechte beachten zu wollen, um damit reineren Gewissens weiter misshandeln zu können. Die DGSP folgt der WPA bzw. dem, was der Präsident deren Ethikkomitees, Prof. Paul Appelbaum im WPA-Journal Febr. 2019 vorgegeben hat: „Die UN-Behindertenrechtskonvention zu ignorieren, neu zu interpretieren oder zu ändern“, und auch, dass die psychiatrischen Fachgesellschaften die Regierungen dazu bewegen sollten, „das Übereinkommen zu ignorieren“***. Die DGSP macht sich damit zum Komplizen derer, die so weiter machen wollen, denn sie wollen nur unterstützen, dass „Sklaverei“ zwar „gemindert“, aber weiter gehe, dass die Apartheid „reduziert“ fortgesetzt wird, also gerade nicht als Menschenrechts-Verbrechen erkannt werden, die sie sind. Das kann nur der Versuch einer Rationalisierung und Beschönigung der eigenen Gewaltherrschaft und Unterdrückung sein, um damit Legitimität vorzutäuschen. Entsprechend fällt das Programm dieser DGSP Jahrestagung 2021 aus:

• **Menschenrechte – »Öl« im Getriebe der Psychiatrie-entwicklung**“. Sabine Bernot, vertreten durch Dr. Jana Offergeld vom Deutschen Institut für Menschenrechte spricht also von „Öl im Getriebe der Apartheid“. Die treibende Kraft der Psychiatrie ist der Zwang oder die Drohung mit Zwang und dafür kann es kein Öl geben, sondern nur dessen Abschaffung - aber das Institut begnügt sich mit dessen Protokollierung, hat sich für seinen Finanzier zu einem Deutschen Institut für Regierungsgefälligkeiten gebeugt.

• **Situativ: Auf dem Weg zu einer gewaltfreien Psychiatrie** Tatsächlich zeigt der Referent Stephan Debus mit seinem „Modellprojekt“ www.srzp.de das Musterbeispiel, wie Täter versuchen, sich selber zum Opfer zu stilisieren, um nicht nur ihre Schuld zu negieren, sondern auch um erhebliche Summen von Forschungsgeldern zu mobilisieren, weil angeblich die „armen“ Pflegenden leider Gewalt ausüben MÜSSTEN. Dabei ist es ein Macht- und Gewaltverhältnis: Die Gefangenen können sich nicht wehren, das psychiatrische Personal setzt so oder so die ‚Maßnahmen‘ durch.

• **Psychiatrie ohne Gewalt – geht das?** Der Klassiker: Baumwollplantagen ohne Sklaven – geht das? So fragt nur jemand, der weiter Plantagen mit Sklaven betreiben will und wird.

• **Safewards – Weg zur Gewaltreduzierung.** Also Gewalt reduzieren, statt die Gefangenschaft zu beenden

• **Wie lassen sich S3 Leitlinien in der Praxis umsetzen?**

Auch bei den S3 Leitlinien geht es mitnichten um die Abschaffung von Zwang und Gewalt, sondern nur um deren Reduzierung. Wohldosierte Menschenrechtsverletzung!

• **Wie geht die Psychiatriereform in Bremen weiter und was ist dafür auf die Bundesperspektive übertragbar?** Der Psychiatriereferent von Bremen, Jörg Utschakowski, fragt was von Bremen auf die Bundesebene übertragbar sei. Dabei müsste aber Bremen zuerst eine tatsächliche Reform der Psychiatrie bewerkstelligen, indem das Land Bremen mit seiner Gesetzgebungs-Kompetenz den Zwang in der Psychiatrie abschafft, z.B. indem im PsychKG UN-BRK-konform alle Zwangs- und Gewaltelemente gestrichen werden. Das Land Bremen ist mit 235 Zwangseinweisungen nach PsychKG pro 100.000 Einwohner pro Jahr sogar einsamer Spitzenreiter unter allen Bundesländern. Vergleichszahlen aus anderen Bundesländern z.B. Brandenburg 42, oder Berlin 77!

Aber dieses politische Projekt traut sich die Gesundheitsssenatorin Claudia Bernhard mit ihrem Psychiatriereferenten offenbar nicht anzupacken. Auf den Brief mit dem Angebot von dem BPE und die-BPE gemeinsam mit ihr eine Tagung **Gewaltfreie Psychiatrie!** zu planen und zu organisieren wurde seit dem 18. September trotz Erinnerung nicht geantwortet. Martin Zinkler als neuen Chefarzt der Psychiatrie ins Zentralkrankenhaus Bremen Ost zu holen, kann dann nur noch so verstanden werden, dass er nach Bremen geholt wurde, um ihn als ein Feigenblatt vorzuzeigen, aber gleichzeitig dessen wegweisendes Konzept einer gewaltfreien Psychiatrie zu ignorieren. Zum Nachlesen haben wir es hier angeheftet. Dabei hatte die Partei DIE LINKE in den drei vergangenen Bundestagswahlprogrammen 2013, 2017, 2021 folgendes versprochen: „Rechtliche Diskriminierung, insbesondere über psychiatrische Sondergesetze und ärztliche oder betreuungsrechtliche Zwangsbefugnisse, ist aufzuheben.“ Alles doch nur Heuchelei? Das müsste man sich merken.

Übrigens, Prof. Peter Kruckenberg der Bremer DGSP-Influencer, der seit dem Urteil des Foucault Tribunal 1998 (www.foucault.de) darüber informiert ist, dass die Menschenrechte in der Psychiatrie nur durch die Abschaffung der Zwangspsychiatrie und durch eine **Gewaltfreie Psychiatrie!** verwirklicht werden können, hält offenbar auch weiter an Zwang und Gewalt in der Psychiatrie fest.

* Flugblatt 2000: www.antipsychiatrie.de/io_10/wir_machen_wie.html

** www.irren-offensive.de/jubi/narr.htm

*** <https://tinyurl.com/2hfzcc8>

So wird keine Psychiatrie je gewaltfrei.
Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener und
Bundesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener

Nachgefragt!

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

Das vierte Interview führt uns nach Ingolstadt in Bayern:

Stelle Dich doch bitte kurz vor!



Meine Name ist Gerhard Lombardino, bin 79 Jahre alt, verheiratet seit 1965, habe zwei Söhne und hatte vor 29 Jahren eine schwere Depression:

- Als eine der Ursachen für meine Depression sehe ich eine bestimmte genetische Veranlagung, die öfters in meiner Familie aufgetreten ist.

- Weiter belastend war außerdem die körperliche Behinderung unseres jüngeren Sohnes (Muskeldystrophie). Er verstarb im Alter von 18 Jahren. Der Auslöser für meine Krankheit war das Ableben unseres Sohnes.

- Parallel hatte ich einen, zum großen Teil selbst verursachten, Leistungsdruck, der zunächst zum Burn-Out und dann zur depressiven Erkrankung führte. Hier wäre „weniger mehr gewesen“.

Wie kam es zu Deiner ersten psychiatrischen Behandlung?

Um meinen schlechten Zustand zu ändern, war ich zwei Jahre in fachärztlicher Behandlung. Sie erfolgte medikamentös und in Form einer Gesprächstherapie. Mein Zustand besserte sich, aber nicht so, wie erwartet. Am Ende dieser zwei Jahre hatte die Ärztin nach eigener Aussage „keine Zeit mehr für mich“, weil ich angeblich nicht kooperativ

genug war. Den Auslöser für meine Krankheit hatte sie übrigens nicht erkannt.

Wesentlich mehr geholfen hat mir anschließend die Zusammenarbeit mit einem Psychologen.

Was ist Deine Kritik am psychiatrischen System?

Eine Kritik an unserem psychiatrischen System generell halte ich nicht für angebracht. Hier fehlt mir aber – Gott sei Dank – die Erfahrung eines stationären Aufenthaltes in einer Klinik.

Natürlich wünscht man sich im Falle einer schweren Depression eine Verbesserung, denn in der akuten Erkrankung kann von Lebensqualität wohl kaum die Rede sein.

Allerdings hat sich eben infolge der Erkrankung meine Vorstellung in Bezug auf Werte und Sinn meines Lebens erheblich geändert, sodass ich hier sehr wohl von einer Verbesserung sprechen kann.

Was waren und sind Deine Selbsthilfemöglichkeiten vor Ort?

Meinen Verbrauch an Psychopharmaka habe ich schrittweise in einem längeren Zeitraum auf Null reduziert. Eine wichtige Hilfe war mir in dieser Zeit eine größere Anzahl von Büchern, hauptsächlich zum Thema Psychologie. Auch in der Selbsthilfe und in SH-Gruppen war ich längere Zeit aktiv. Die Erfahrungen dort waren nicht immer ermutigend, teilweise auch destruktiv für mich zur damaligen Zeit.

Außerdem beschäftige ich mich seit über 40 Jahren mit Autogenem Training, das mir oft, aber nicht immer geholfen hat.

Seit längerer Zeit schreibe ich auch kleinere Aufsätze, die sich mit dem Thema seelische Gesundheit in engerem und weiteren Sinn beschäftigen. Damit kann ich zunächst die eigenen Vorstellungen überprüfen: was war tatsächlich, was habe ich mir nur eingebildet und was kann ich für die Zukunft verbessern. Es

wäre schön, damit auch Anderen zu helfen.

Meine Aufsätze wurden in München von MüPE und auch von einer Selbsthilfestelle in Pfaffenhofen teilweise veröffentlicht. Leider habe ich hierzu keinerlei Reaktion erlebt aus dem Personenkreis, den ich ansprechen wollte, also den Betroffenen. (Rückmeldungen direkt an Gerhard Lombardino: lombi42@gmx.de)

Vielleicht gelingt dies mit Hilfe eines Verlages, mit dem ich derzeit in Verbindung bin. Auch bei Psychoseminaren in Ingolstadt und Eichstätt konnte ich meine Ideen vorstellen.

Sollte es am Ende gelingen, bei Betroffenen Hoffnung zu erwecken oder aufrecht zu halten, dann hätte sich der Aufwand gelohnt.

Wie stehst Du zum Bundesverband Psychiatrie-Erfarener e.V. und Deinem Landesverband?

Meine Erfahrungen in der Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Psychiatrie-Erfarener sowie meinem Landesverband, den Münchner Psychiatrie-Erfarenen, sind durchweg positiv. Bei MüPE bin ich seit längerer Zeit Mitglied. Befremdend finde ich allerdings die derzeitigen Streitereien beim Bundesverband, von denen ich gehört habe.

Nachgefragt: Du blickst auf ein langes Leben zurück. Wie können Betroffene eine schwere Depression überwinden?

Nach 27 Jahren kann ich rückblickend sagen:

Auch eine schwere Depression ist kein unüberwindbares Schicksal; dafür bin ich ein kleines Beispiel. Ärzte und Therapeuten haben Mittel und Wege gefunden, Betroffene auch von (scheinbar) aussichtslosen Vorstellungen zu befreien. Natürlich ist auch viel Eigenarbeit notwendig, die uns aber zu voll-

kommen neuen Erkenntnissen führen kann. Deshalb sehe ich heute jede Krise auch als Chance auf einen Neubeginn.

Die Natur gibt uns dafür eine große Anzahl von Möglichkeiten, die wir sinnvoll nutzen können; vor allem diverse Entspannungsverfahren.

Wenn wir aus der UR-ANGST ein UR-VERTRAUEN machen können, so bringt uns das mehr als die bekannten Sechs Richtige im Lotto.

**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 einfach an lautbriefrundsprecher@bpe-online.de oder ruft Tobias an unter Tel. 0163 54 33 517.

Die Patientenverfügung ist sehr wichtig

Die Patientenverfügung (PV) ist für jede/n einzelne/n Psychiatrie-Erfahrene/n sehr wichtig, denn sie schützt zuverlässig vor psychiatrischer Gewalt. Sie ist aber auch für die organisierte Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrener sehr wichtig, denn sie kann der Hebel sein, mit dem wir psychiatrische Gewalt generell abschaffen.

Wer wissen möchte, wie sie funktioniert und wie man sie macht, die/ den verweise ich auf diese Links:

- <https://bpe-online.de/patientenverfuegung-fuer-die-psychiatrie/>
- http://psychiatrie-erfahrene-nrw.de/juristisches/patientenverfuegung_pychiatrie.html
- <https://www.patverfue.de/>

Psychiatrie-Aufenthalte mit Patientenverfügung verlaufen wesentlich glimpflicher als solche ohne Patientenverfügung (PV). Oft findet kein Psychiatrieaufenthalt statt, wenn das Personal weiß, dass die mögliche Neuaufnahme nicht völlig rechtlos da steht. Wenn ein Psychiatrieaufenthalt statt findet, ist keine Zwangsbehandlung möglich. Richter und Arzt riskieren bei Mißachtung der PV Strafverfahren wegen Körperverletzung. Auch ein Schmerzensgeld im Zivilprozess wird dann theoretisch möglich. Praktisch konnte das bislang nicht durchgesetzt werden. In Berlin läuft deswegen gerade eine Klage.

Eine häufige Ausrede, warum die 15 Minuten für ein Ausfüllen der PV nicht investiert werden, ist: „Das funktioniert ja sowieso nicht.“ Es ist aber wie mit einer Privathaftpflichtversicherung. Wenn ich eine habe, versucht die Versicherung

möglicherweise, sich im Schadensfall zu drücken. Habe ich keine solche Privathaftpflicht, bleibe ich ganz sicher ohne Unterstützung. Genau so ist es mit der PV für die Psychiatrie. Sie kann versagen (wie übrigens alles Andere auch), im Regelfall funktioniert sie.

Hier ein Beispiel: Regina, die lange Jahre im Vorstand des LPE NRW war, lebte die letzten Jahre ihres Lebens in Bochum im selben Hochhaus wie unsere Anlaufstelle. Eine Zeit lang ging sie mit Schuhen, Jacke und Windel bekleidet in die Stadt. Natürlich rief immer jemand die Polizei. Beim ersten Mal wurde sie noch in die Psychiatrie gefahren. Dort hieß es: „Die nehmen wir nicht, die hat eine Patientenverfügung.“ So konnte Regina mit ihren harmlosen Boshaftigkeiten ihre Mitmenschen foppen.

Auch in ernsteren Situationen bei „wirklichen“ Ver-rücktheiten funktioniert die PV. Ich darf andere Menschen nicht gefährden und erst recht nicht schädigen. Es gibt aber kein Gesetz, dass ich „normal“ sein muss.

Aber auch beim Kampf für unsere Rechte ist die PV ein äußerst wichtiges Instrument. Wie oben ausgeführt, schützt sie auf jeden Fall vor einer Zwangsbehandlung. Wenn es aber Menschen gibt, die trotz seelischer Extremzustände nicht behandelt werden können, weil sie sich davor per PV geschützt haben, entsteht die Frage, ob diese Zwangsbehandlung derart notwendig ist, dass ein einfaches Nein missachtet werden darf.

Die Argumentation, es gehe um Leben und Tod wird als Lüge entlarvt, wenn erst mal viele Menschen trotz „fehlender“ Zwangsbehandlung fröhlich weiter leben. Es ist überhaupt nicht zu vermitteln, warum die einen schutzlos psychiatrischer Gewalt ausgesetzt sind, während von den Anderen vielen sogar die Unterbringung (siehe Regina) erspart bleibt.

Hauptürde bei der weiteren Verbreitung der PV ist, dass viele Menschen niemand haben, den/die sie als Bevollmächtigte eintragen können. Hier ist die Selbsthilfe gefragt, Möglichkeiten an zu bieten und Betroffene so zu schulen, dass sie sich zutrauen als Bevollmächtigte für Andere zu sein.

Ich mache gelegentlich Telefonschulungen zum Thema „Rechte Psychiatrie-Erfahrener“. Bei Interesse schreibt einfach eine Mail an Matthias.Seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

Matthias Seibt



Selbsthilfe heißt sich SELBST zu helfen!!!

Ein Erfahrungsbericht von Sabine Wieg. - Teil 1



Als ich im Jahr 1990 das erste Mal mit Ängsten zu tun bekam, wusste ich noch nicht, dass meine damalige Ärztgläubigkeit mir mein gesamtes weiteres Leben ruinieren sollte. Ich war erfolgreiche Studentin der Physik im dritten Semester, als sich langsam aber sicher eine Angststörung in mir manifestierte. Es fing eigentlich ganz harmlos an: Ich saß im Hörsaal und bekam auf einmal Luftnot und Schweißausbrüche. Also verließ ich schnellstmöglich diesen Ort. Ich entwickelte Strategien, um meine Anwesenheit im Hörsaal dennoch hinzubekommen. Am Rand einer Sitzreihe zu sitzen war das Erste, was ich ausprobierte. Dies klappte sogar eine Zeit lang ganz gut, hatte ich doch die Sicherheit, jederzeit ohne Barrieren den Saal verlassen zu können. Da diese Hörsäle ja meist ohne Fenster sind, schob ich das auf eine Art Klaustrophobie, die ich aber bis dahin noch nie gehabt hatte.

Von meinen Kommilitonen bekam das zunächst keiner mit, da ich es von klein an gewöhnt war, alles mit mir selbst auszumachen. Leider steigerte ich mich aber in diese Angst dermaßen hinein, sodass ich irgendwann den Hörsaal komplett mied. Immer hatte ich eine Ausrede, warum ich ausgerechnet heute nicht mit in die Vorlesung kann. Ich ließ mir die von meinen Kommilitonen ausgearbeiteten Vorlesungsskripte geben, die ich kopierte und zu Hause dann durcharbeitete. Noch konnte ich in die Übungsgruppen in Mathe und Physik, in denen Anwesenheitspflicht war, da man in Mathe zum Beispiel pro Semester dreimal vorne vorrechnen musste. In Physik wurde nur abgehakt, ob man anwesend war. Die Räume waren groß, hell und besaßen viele Fenster. Allerdings bekam ich Probleme, die Wege zur Uni zu schaffen und auch der Weg zurück war nicht einfacher. Immer hatte ich den Eindruck, als hätte ich sehr niedrigen Blutdruck und drohte deshalb umzukippen und ohnmächtig zu werden. Einen Kontrollverlust empfand ich schlimmer als zum Beispiel den Tod.

Da es immer schlimmer wurde, ging ich schließlich zu meinem Hausarzt, ich wollte ein Studium schließlich fortführen. Dort wurden natürlich alle möglichen körperlichen Ursachen gesucht und außer der Tatsache, dass mein Blutdruck wirklich sehr niedrig war, konnte mein Hausarzt aber nichts finden, was meinen Zustand erklären könnte. Natürlich probierte ich es erstmal mit gängigen blutdrucksteigernden Mitteln, den Blutdruck wieder normal zu bekommen. Aber es brachte nichts, meine Panikattacken wurden immer schlimmer und nach einem Vorfall in dem Bus nach Hause konnte ich auch nicht mehr mit den öffentlichen Verkehrsmitteln fahren. Ich saß im Bus, als direkt vor mir ein Jugendlicher umkippte und krampfte. Natürlich wurde sich sofort um ihn gekümmert, aber für mich war das das Signal, dass so etwas auch mir jederzeit passieren könnte. Ich erklärte dies meinen Kommilitonen, zu denen ich engeren Kontakt hatte und sie brachten mir also sämtliche Unterlagen, die ich für mein Studium brauchte, direkt nach Hause. Mein Hausarzt verschrieb mir für den Notfall Diazepam, welches ich nur für die erforderlichen Übungsgruppen und Klausurterminen nahm. Immerhin war ich unter dem Einfluss des Benzos relativ normal und konnte so diese Außentermine erfolgreich wahrnehmen.

Doch dieses ständige Zuhause - sein zerzte an meinen Nerven. Ich kam nur noch zu Fuß zum Beispiel zum Einkaufen, längere Strecken gingen so natürlich nicht. Ich wurde langsam aber sicher depressiv. Da kam der folgenschwere Rat meines Hausarztes, mich doch an einen Psychiater zu wenden. Damit hatte ich meinen Untergang besiegelt. Beim Psychiater, den ich wegen der Nähe zu meiner Wohnung wählte, da ich ja nur zu Fuß dahin kam, bekam ich nach einem ca. 5 minütigen Gespräch ein Antidepressivum und ein Neuroleptikum verordnet. Und ich habe dummerweise dann diese Tabletten eingenommen, ohne da irgendetwas zu hinterfragen. Meine Depressionen wurden stärker und es entwickelten sich suizidale Ideen. Dies teilte ich natürlich dem Arzt mit, der mich sogleich in eine Klinik einwies. Dort wurde ich auf der sogenannten Intensivstation der Psychiatrie eingesperrt und kam mit sehr vielen Krankheitsbildern zusammen. Die meisten machten mir höllische Angst und ich sah zu, dort schnellstmöglich wieder raus zu kommen. Mein Studium konnte ich da schon gar nicht mehr konzentriert weiter führen, blieb aber eingeschrieben. Immerhin schaffte ich mit sehr vielen Benzos noch mein Vordiplom zu Beginn des 5. Semesters. Aber danach war einfach keine Kraft und Zuversicht mehr da. Es folgten mehrere Aufenthalte in der Psychiatrie auf offenen Stationen, in denen Gesprächstherapie angeboten wurde. Dennoch musste man auch da begleitend Medikamente nehmen. Die Nebenwirkungen dieser Medikamente waren enorm und verschlimmerten meine eigentliche Angststörung extrem. Viele der niederpotenten Neu-

roleptika lassen den Blutdruck tatsächlich sinken und so wurde natürlich meine Angststörung immer wieder sehr stark.

Die Gesprächstherapien und sämtliche anderen Therapien halfen mir auch nicht weiter, aber noch war ich der Ansicht, ich müsse nur brav alle Anordnungen befolgen und die Medikamente nur lange genug nehmen und dann würde ich wieder leistungsfähig und gesund. Bei einem der Aufenthalte bekam ich dann eine gesetzliche Betreuerin und das ambulant betreute Wohnen vorgesetzt, da meine Situation immer wieder brenzlich war. Das ambulant betreute Wohnen fuhr mich wenigstens zu den Ärzten und zum Einkaufen, denn im Auto fühlte ich mich komischerweise sicher.

Bis ca. 2001 durchlitt ich diese Qualen der Angst, der damit zusammenhängenden Unselbstständigkeit und den daraus resultierenden Depressionen. Dann brach ich völlig zusammen und wollte nur noch eins: diesem elenden Leben ein Ende set-

zen. So kam es, dass ich zwischen 2001 und 2007 insgesamt ca. zwei Jahre zusammengerechnet auf geschlossenen Stationen zubringen musste. Ich wurde nämlich, obwohl ich diese Suizidversuche immer zum Wochenende durchführte, immer wieder „gerettet“ und dann natürlich weggesperrt. Es entwickelte sich fast zur Sucht, kaum war ich wieder auf freiem Fuß, plante ich schon den nächsten Suizid. Ich bekam immer mehr Medikamente, zum Teil hochpotente Neuroleptika, sogenannte Antipsychotika. Da ich mittlerweile nicht mehr bereit war, diese Medikamente einzunehmen, wurde Zwang ausgeübt. Fixierungen wurden zur Gewohnheit und wenn ich dann mal ein paar Wochen zu Hause war, kam sogar ein Pflegedienst, der mich beim Einnehmen der Medikamente überwachte. Schließlich bekam ich das Antipsychotikum als Depot gespritzt, damit die auch ganz sicher sein konnten, dass ich diese nahm. Auf der sogenannten Intensivstation, der Akutstation, machten mir dennoch diese vielen Menschen mit zum Teil furchteinflößenden Gebärden und Handlungen mehr als nur furchtbare Angst.

2 Stellenausschreibungen



Der Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. (BPE) ist eine gemeinnützige Selbsthilfe-organisation jetziger und ehemaliger Psychiatriepatientinnen und -patienten. Wir erhalten Förderung durch die Öffentliche Hand und erbringen einen Großteil unserer Arbeit ehrenamtlich.

Im Rahmen des Förderprogramms des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (BMAS) „Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) nach dem Bundesteilhabegesetz (BTHG)“ suchen wir für die Anlaufstelle in

Bochum ab Januar 2022

- **Stellenumfang 50% - 19,5 Stunden / Woche eine/n**

Beraterin (m/w/d)

und

- **Stellenumfang 100% - 39 Stunden / Woche eine/n**

Beraterin (m/w/d).

In unserer EUTB beraten wir alle Menschen mit Behinderung und schwerpunktmäßig Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung, sowie Menschen, die von der Psychiatrie bedroht sind sowie

deren Angehörige. Wir beraten unabhängig von Trägern und ergänzend zur Beratung anderer Stellen. Wir sind parteiisch auf Seiten der Ratsuchenden.

Anforderungen an die Bewerbenden:

Erfahrung in der Selbsthilfearbeit, eigen motivierte Arbeitsweise, Freundlichkeit und Geduld. Ein gutes Verständnis der sozialen Dimension von psychischen Problemen. Die Aufgaben und die Schwachpunkte von Psychiatrie, Zwangsbehandlung, Diagnostik und Menschenrechten sind geläufig, die gesellschaftliche Stigmatisierung und Diskriminierung sind in diesem Zusammenhang ebenfalls bekannt. Kenntnisse über das Sozial- und Teilhaberecht sind erforderlich. Ein couragierter und zielstrebigere Umgang mit Behörden, Einrichtungen und Ratsuchenden ist erforderlich. Sicherer Umgang mit MS Office, E-Mails und dem Telefon ist absolut unabdingbar. Die Beratungen werden dokumentiert.

Bewerbende sollten möglichst selbst Erfahrungen mit der Psychiatrie gemacht haben.

Angebote der Arbeitsstelle:

Es erfolgt eine Einarbeitung während der Tätigkeit. Es gibt einen festen Ansprechpartner. Vergütung nach dem TVÖD-Bund Tarifrunde 2017/18 gemäß der Qualifikation, höchstens E12. Ein anspruchsvolles und abwechslungsreiches Aufgabengebiet mit flexiblen Arbeitszeiten mit psychisch barrierefreiem Arbeitsplatz, gezielten Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten, ein gutes bestehendes Berater-Team. Das Arbeitsfeld ist nicht abschließend geregelt und bietet daher neue Herausforderungen. Schwerbehinderte Bewerberinnen und Bewerber werden bei gleicher Eignung bevorzugt berücksichtigt. Bewerbungen nach Möglichkeit per Email als PDF. Kontakt: Vorstand BPE, vorstand@bpe-online.de, oder Sabine Wieg, Tel. 0172/8389636

Nachruf auf Reinhard Wojke



Reinhard Wojke hat sich Ende Oktober 2021 im Alter von 64 Jahren das Leben genommen. Er hat vieles erlebt: Er war anerkannter Kriegsdienstverweigerer, ehemaliger »erster Schüler« des Shiatsu-Lehrers Kishi Sensei, dessen Lehrerin Gingo Sensei im damals Anfang 20jährigen Reinhard einen alten Shintomeister erkannte. Der Name dessen Seele war Tai Kenzo, entsprechend wählte Reinhard »tai-kenzo@online.de« als seine Emailadresse. 2004 war er in Berlin Gründer der Musikgruppe Pinjuckel. Beruflich ausgebildet war Reinhard als Bäcker, als Physiotherapeut und Motopädagoge. Seit 1993 war er Frührentner, er lebte von Grundsicherung. Als Frührentner lebte er von Grundsicherung. Er hinterlässt zwei Söhne und zwei Enkel. Sein (einziger) Bruder ist vor ein paar Monaten gestorben. Und er hinterlässt einen großen Kreis von Mitstreiterinnen und -streitern sowie verschiedene ihn wertschätzende Gruppen.

Reinhard's wohl letztes Lebenszeichen stammt vom 26. Oktober 2021. An diesem Tag speicherte er eine Datei ab, die er für mich bearbeitet und mir geschickt hat. Reinhard war nicht nur mein Computerberater, den ich immer um Rat fragen konnte. Wenn Not am Mann war, kam er sofort zu mir hergeradelt, um das Problem zu lösen – meist mit leckeren Schoko-Croissants im Gepäck. Besonders wertvoll für meine Arbeit als Buchverleger waren seine Kenntnisse, wie man PDF-Dateien für Buchcover herstellt, so dass ich den komplizierten Anforderungen von Druckereien genügen konnte. Wegen Corona und seiner Fußverletzung, die ihm das Treppensteigen erschwerte, hatten

unsere Treffen in letzter Zeit abgenommen. Bei den vielen Arbeitstreffen sprachen wir natürlich auch über Persönliches. So bekam ich vor ein paar Jahren mit, wie er sich immer mehr in seine Selbsthilfe-Aktivitäten hineinsteigerte, nicht mehr schlafen konnte und wegen eines neuen »Höhenflugs« in der Psychiatrie bruchlandete. Es war am Heiligen Abend Anfang der 2010er-Jahre, als ich ihn in der psychiatrischen Friedrich von Bodelschwingh-Klinik in Berlin-Wilmersdorf besuchte, in der er kurz zuvor eingeliefert worden war. Ich fand ihn vollgepumpt mit Neuroleptika, aber doch so klar, dass er seinen Wunsch nach Unterstützung äußern konnte. Glücklicherweise hatte ich noch Kontakt zur Rechtsanwältin Helga Wullweber. Obwohl schon schwerkrank, half sie ihm, wieder freizukommen und seinen zwangsverordneten »Betreuer« schnellstmöglich wieder loszuwerden. Diese Erfahrung verband uns auf Dauer.

Kennengelernt hatte ich Reinhard 2004 in Kassel bei der Jahrestagung des Bundesverbands Psychiatrie-Erfahrener (BPE). Ab diesem Jahr machte er hingebungsvoll den BPE-Rundbrief. Als dessen Redakteur sprach er sich oft mit mir ab, da ich seit 2000 BPE-Webmaster war. Da er oft unter spärlich ankommenden Beiträgen des BPE-Vorstands litt, war er dankbar für meine Angebote, längere Artikel beizusteuern, und wenn er noch Seitenfüller brauchte, konnte ich auf die Schnelle mit Buchrezensionen in gewünschter Länge aushelfen. Seine Tätigkeit für den BPE beschränkte sich nicht auf den Rundbrief. Bei DGPPN-Kongressen vertrat er den BPE an Infoständen, und beim Weltkongress »Psychiatrische Zwangsbehandlung – Ein Überblick« des psychiatrischen Weltverbands 2007 in Dresden dokumentierte er für Psychiatriebetroffene wichtige Beiträge mit Photoapparat und Videokamera. Er hatte Dorothea Bucks Rede vorher in Hamburg aufgezeichnet, da sie nicht sicher war, 2007 noch zu leben, so dass ihr beeindruckender Hauptvortrag »70 Jahre Zwang in deutschen Psychiatrien – erlebt und miterlebt« in Dresden gezeigt werden konnte und bis heute als Videodokument im Internet verfügbar ist.

2005 waren wir beide Gründungsmitglieder der Berliner Organisation Psychiatrie-Erfahrener und Psychiatrie-Betroffener (BOP&P). Die Gründung eines seriösen, ohne Gebrüll und Beleidigungen argumentierenden und für Betroffene repräsentativen Vereins war nötig geworden, um die Interessen Psychiatriebetroffener in den verschiedenen Berliner Gremien vertreten zu können. Reinhard war mit seinem klaren und ruhigen Auftreten für diese Aufgabe prädestiniert.

Parallel zum BPE-Rundbrief layoutete Reinhard noch die beiden Ausgaben der Berliner Selbsthilfezeitung »WELTENwandel« sowie zehn Ausgaben des »Leuchtfeuer« (Journal des Landesverbands Psychiatrie-Erfahrene Rheinland-Pfalz bzw. der NetzG-RLP e.V. – Netzwerk Selbsthilfe seelische Gesundheit in Rheinland-Pfalz, wie es sich nach seinem kollektiven

Austritt aus dem BPE umbenannt hat). Er layoutete auch die industrieunabhängigen »Aufklärungsbögen Antidepressiva« und »Aufklärungsbögen Antipsychotika«, die die NetzG-RLP in Zusammenarbeit mit verschiedenen psychiatrischen Kliniken in Rheinland-Pfalz und Psychiatriekritikern 2017-2018 erstellt hat. Und es war wiederum Reinhard, der seit 2016 die Dokumentationen unserer jährlichen Expertentagungen »Psychexit – Auf dem Weg zum Curriculum »Kompetente Hilfe beim Absetzen von Antidepressiva und Neuroleptika« layoutete. Aber er war nicht nur Layouter der Dokumentation; von Anfang an war er Mitglied der Psychexit-AG, plante inhaltlich und organisatorisch die Tagungen mit, war als BOP&P-Vorstandsmitglied zusammen mit Martina Gauder und Andreas Liebke für die Antragstellung beim Paritätischen Wohlfahrtsverband Berlin, für die Organisation der Tagungen und für ihre Abrechnung verantwortlich.

Irgendwann wurde den dreien, die sich vielfältig im Selbsthilfebereich betätigten, ihre BOP&P-Vorstandstätigkeit zuviel, so dass sie Ende 2018 zwar noch beim Paritätischen Wohlfahrtsverband den Finanzierungsantrag für die für das nächste Jahr anstehende Psychexit5-Veranstaltung einreichten, Anfang 2019 aber zur Vorstandswahl nicht mehr antraten. Ein neuer Vorstand wurde gewählt, der jedoch die Annahme der bewilligten Gelder monatelang hinauszögerte, bis die Psychexit-Tagung 2019 wegen zu kurzer Vorbereitungszeit zu scheitern drohte. Als BOP&P-Schirmherr machte ich dies öffentlich und legte diese Funktion nieder. Reinhard druckte meine Erklärung im Herbst 2019 im BPE-Rundbrief ab. Fortan sah er sich Anfeindungen im BPE-Vorstand gegenüber, dem auch Mitglieder des BOP&P-Vorstands angehörten. Er durfte nicht mehr – wie die Jahre zuvor – an Videokonferenzen des BPE-Vorstands teilnehmen.

Dieser entzog ihm dann im Frühjahr 2020 die Aufgabe als Rundbrief-Redakteur. Am 29. April 2021 teilte mir Reinhard mit, dass er nicht mehr Mitglied des BPE sei. Am 6. August 2021 ließ ihn dann ein BOP&P-Vorstandsmitglied in einer E-Mail wissen, dass er den Verein geschädigt habe und aus ihm verstoßen worden sei:

»Lieber Reinhard, ich teile dir hiermit mit, dass wir dich bei unserer gestrigen Mitgliederversammlung wegen mehrfachem vereinschädigendem Verhalten aus dem Verein ausgeschlossen haben. Du bist daher ab sofort kein BOP&P-Mitglied mehr. Mit freundlichen Grüßen...«

Er hatte Anfragen des BOP&P-Vorstands zu seiner ehemaligen Vorstandstätigkeit im gleichen Schne-

ckentempo beantwortet wie zuvor der neue BOP&P-Vorstand Anliegen der Psychexit-AG. Reinhard konnte nun nicht mehr die Anliegen Psychiatriebetroffener in Beiräten unterstützen, in denen er den Verein vertreten hatte.

»Um hier zu überleben, brauche ich Ziele; z.B.: Eine Zeitung machen«, schrieb er 2004 in Der Bunte Spleen, der Selbsthilfezeitung der Berliner Pinel-Gesellschaft. »Ein Sprachrohr sein für viele« wollte er: »Nun gibt es schon wieder viel Arbeit, aber ich freue mich drauf, weiter zu wachsen und in Frieden zu leben. Dabei ist es nicht von Nöten, alles stillschweigend zu betrachten, nein, es ist gut, sich einzubringen und damit was zu verändern.«

Überlebenswichtige Ziele seien innere Harmonie und innerer Humor.

In dem Buch »Der Sinn meiner Psychose« findet sich Reinhard's Text »Der Weg des Herzens und wie meine Psychose mich dabei begleitet hat«. Hier beschreibt er, wie ihn als Jugendlicher sein Vater fast erwürgt hätte, wäre seine Mutter nicht dazwischengegangen, wie sich just in diesem Moment seine Wahrnehmung änderte, wie er die Erde von ganz weit oben sah, in den Kosmos hinausschoss, einen Tunnel und ein weißes Licht sah. Seine Nahtoderfahrung brachte ihm diese Gewissheit, so seine Worte:

»Sterben ist ganz einfach. Nur eine Sekunde, und du bist da im Kosmos, im weißen Licht, spürst Ewigkeit und Frieden (...). Im Nachhinein kann ich Vater nur dankbar sein, dass er mir damit die Angst vor dem Sterben genommen hat und der Tod für mich eine außersinnliche Erfahrung wurde.«

Tragisch, dass all seine Mitstreiterinnen und -streiter, die seinen Freundeskreis bildeten, ihn nicht wieder zum innerlichen Lachen bringen konnten, als ihm sein innerer Humor abhanden kam, und dass er von sich aus jene Todeserfahrung machen wollte, die uns doch alle früher oder später in der Regel von alleine aufsucht.

»I am tired, I am weary, I could sleep for a thousand years« (»Ich bin erschöpft, ich bin müde, ich könnte tausend Jahre lang schlafen«)

sang Lou Reed, Elektroschock-Überlebender, 1965 in seinem Lied »Venus in Furs« (»Venus im Pelz«). Dieses Lied hörte Reinhard innerlich, so sein Bericht von 2013, als er 1978 in einer Psychiatrie in Süddeutschland gelandet war, bevor man ihn fixierte und mit Haldol niederspritzte.

Jetzt, im Herbst 2021, war Reinhard todmüde geworden.

Peter Lehmann

P.S. Mehr zu Reinhard Wojke siehe <http://bit.do/re-wo>

Hinweis/ Richtigstellung der Redaktion

In der letzten Ausgabe (Heft 4) auf Seite 19 ist beim Gedicht „Pillendreh“ leider die letzte Zeile im Layout verloren gegangen, so dass der Autor nicht benannt wurde.

Das Gedicht Pillendreh ist von Holger Scheerer, aus: Gedichte, die die Welt nicht braucht, Gerhard Hess Verlag, ISBN 978-3-87336-566-7

Meldungen aus den Landesverbänden

aus Brandenburg:

Auf der Mitgliederversammlung hat sich Christine Pürschel wieder bereit erklärt Ansprechpartnerin/Teil des erweiterten Vorstandes, für Brandenburg, zu bleiben und wurde darin bestätigt. - tine.puerchel@berlin.de -

Silvia Hoffmann, SelbsthilfeAktivistin und Betreuerin des BPe-Kulturnetzwerkes, aus dem Landkreis Oder-Spree, wurde in den Geschäftsführenden Vorstand gewählt.

Somit hat Brandenburg jetzt 2 Vertreterinnen im Vorstand des BPe's. *JUBEL/Konfetti schmeiß*.

Wir wollen gemeinsam „mehr“ Lobbyarbeit in Brandenburg leisten und befinden uns derzeit in Gründung eines Landesverbandes!

!! Komm, mach mit!!

Silvia Hoffmann



aus Bremen:



Gedenktag Psychiatrie-Toter

In Bremen fand am 2. Oktober eine Protestveranstaltung zum Gedenktag Psychiatrie-Toter statt.

Vor dem Goethe theater, in zentraler und gut besuchter Lage versammelten sich ca. 15 Menschen mit Schildern, Transparenten und einer viel zu langen Liste, mit im Kontext von Psychiatrie, verstorbenen Menschen. Es wurden Flugblätter verteilt, Musik gespielt und Redebeiträge verlesen.

Protest zur DGSP Jahrestagung

Vom 11. bis 13 November fand in Bremen vor den Toren der DGSP-Jahrestagung eine Kundgebung von der/die BPE e.V. unter dem Motto: „DGSP auf dem Holzweg“ statt. Siehe Flugblatt Seite 19.



aus Hessen:

Selbsthilfegruppe

Lebbe gehd waider

Offenbach Talentschuppen -
Aktion Ausstellung & Vernissage

Es war „Ein sehr schöner Tag“ zu einem schwierigen Thema. Unter dem Titel „Tod - Schmerz - Trennung“ fand die Vernissage zur Ausstellung der Selbsthilfegruppe „Lebbe gehd waider“ statt. Der Ort der Ausstellung war die Offenbar in der Domstraße 57 im Offenbacher Nordend, wo wir uns in den letzten zwei Jahren zum Malen treffen konnten. Alle Talentschuppen Teilnehmer und Teilnehmerinnen luden Freunde und Förderer persönlich und über offizielle Wege ein, außerdem entwarfen wir ein Plakat mit dazu passendem Flyer, das wir mit Hilfe neuer Medien auch als PDF verteilen konnten. Es wurde ein richtiger Eyecatcher! Wir freuen uns, dass wir dann am großen Tag, am Freitag dem 27.8.2021, im Laufe des Nachmittags zahlreiche Gäste begrüßen durften. Ausgerüstet mit allem was für die momentane Zeit erforderlich ist, (Listen, Desinfektion und Hinweise aller Art) war uns auch wichtig darauf hinzuweisen, dass wir unsere Bilder zum Kauf anbieten. Den Arbeitstitel Tod - Schmerz - Trennung haben wir als Titel gewählt, denn die Idee der Ausstellung war schließlich, genau dieses Thema auf-zu-heben. Für das leibliche Wohl war gesorgt, es gab warme und kalte Getränke, Gebäck, Pizza und Trauben. Glücklicherweise kamen unsere Gäste nacheinander, so dass genug Zeit und Raum zur Verfügung stand um alle Bilder in Ruhe zu betrachten und die Atmosphäre auf sich wirken zu lassen.



Viele Gäste suchten das Gespräch, Gespräche die zum Teil recht tief gingen, durch den Hintergrund für die Ausstellung und die Bilder-Auswahl. Ein Todesfall innerhalb der Gruppe, hatte uns auf besondere Weise betroffen gemacht, denn ein Teilnehmer war im März sehr plötzlich verstorben. Seine Partnerin, die schon lange unsere Gruppe besucht stellte viele ihrer Bilder vor. Sie ist ursprünglich gelernte Grafikerin und fertigt Auftragsarbeiten an oder malt für sich. Im Talentschuppen hatten wir das Paar, und natürlich jeden für sich gern bei uns. Die leidvolle Geschichte des Verlusts des Partners ließ uns alle nicht kalt. Einige von uns hatten ähnliche Erfahrungen gemacht. So fanden Bilder zur Erinnerung und Bilder aus Leid-Erfahrungen in unserer Ausstellung einen guten Ort und darüber hinaus viel positiven Anklang. Jolande: „Ich war glücklich, dabei zu sein, ich hatte nach dem Tod meines Lebensgefährten die Möglichkeit, meiner Trauer Ausdruck zu geben

und alle anderen Beteiligten und Besucher haben ihre eigenen Geschichten zum Thema einbringen können.“ Tatsächlich öffneten sich die meisten Besucher und fragten nach oder erzählten von eigenen Erfahrungen und Verlusten. Der „Talentschuppen“, unsere Selbsthilfegruppe psychiatriee erfahrener Menschen motiviert monatlich zum Malen. Kunst zu machen ist für uns auch eine Art der Verarbeitung, Gespräche und das Zusammen sein in der Gruppe sind uns wichtig. Kira: „Ich bin froh, dass es sowas gibt in der Nähe, dass ich herlaufen kann, dass wir uns gegenseitig unterstützen, dabei zu sein.“ Kenneth: „Etwas zu schaffen, was man auch greifen kann, tut gut.“ Rania: „Alles was ich gern habe, male ich in ein Bild.“ Manche nehmen auch anstrengende oder längere Wege für dieses Angebot auf sich, weil es Vergleichbares nicht überall gibt. Rania: „Das klappt hier jedes Mal, ein Bild zu malen und dass es so viel Spaß macht! Es ist so schön, dass ich immer herkomme, - und traurig bin, wenn ich es nicht schaffe...“ Jolande fand die ihr und Peter gewidmete Ausstellung schön, die Präsentation und Auswahl der Bilder insgesamt gelungen. Wir alle, die meisten von uns waren ja auch dabei, freuten uns über die gute Atmosphäre an diesem Tag und auch über die vielen freundlichen Gespräche. Der gewählte schwierige Themenkomplex, - mancher mag lieber einen großen Bogen darum machen - war bei unserer Aktion gut zum Ausdruck gekommen und im wahren Sinne ansprechend verwandelt worden.

Bettina

Das offene Ohr

Das offene Ohr des Landesverbands Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V. hört euch zu. Unter 0176 / 43 281 713 Sonntags von 13 bis 17 Uhr, Dienstags 16 bis 18 Uhr und Donnerstags 16 bis 18 Uhr. Berater*innen sind Erfahrene, Betroffene und Angehörige, die aus ihren Erfahrungen sprechen.

Doku über den Maßregelvollzug

NDR: 22.11.21: „45 Min - Der Maßregelvollzug: Weggesperrt und vergessen?“

https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/45_min/Der-Massregelvollzug-Weggesperrt-und-vergessen,sendung1192096.html

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

☐ **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** ruht im Winterschlaf. Kontakt für Treffen nach Vereinbarung 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 Vereinbarung mit Gabor

☐ **Cafe Alice** jeden Freitag von 15-18 Uhr für junge Psychiatrie Erfahrene (18-35 Jahre) bei Jitsi, ein geschützter 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

Ab dem 22.11.21 benötigen auch Geimpfte und Genesene einen maximal 2 Tage alten Corona-Test, um die Anlaufstelle zu betreten

Online - Angebot

Online-Selbsthilfe für alle Mitglieder

Angebot zu finden auch unter dem Stuhlkreis oben rechts auf der Startseite des [bpe-online.de](https://www.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 angemie-

tet 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.

Aufgaben des Vorstandes

Jurand Daszkowski

- Vertretung des BPE in politischen Gremien

Karla Keiner

- Vertretung des BPE in politischen Gremien
- Personalverantwortung
- Öffentlichkeitsarbeit
- Mitgliederbetreuung

Felix Freiherr von Kirchbach

Sabine Wieg c/o BPE e.V.

- Pauschal- u. Projektmitteleinträge
- Finanzen
- Personalverantwortung
- Organisation Jahrestagung / Mitgliederversammlung

Matthias Seibt

- Pauschal- u. Projektmitteleinträge
- Presse
- Personalverantwortung
- Finanzen
- Organisation Jahrestagung / Mitgliederversammlung

Sandy Drögehorn

- Pauschal- u. Projektmitteleinträge
- Finanzen
- Organisation Jahrestagung / Mitgliederversammlung
- Vertretung des BPE in politischen Gremien

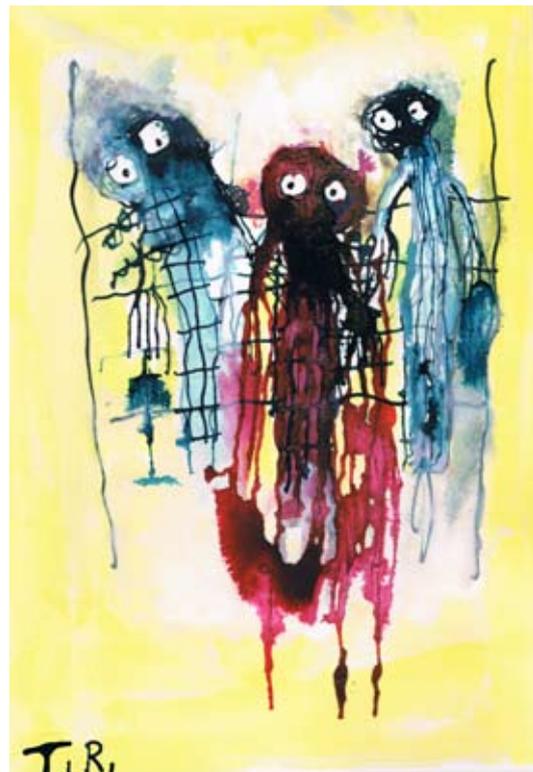
Silvia Hoffmann

- BPE- Kulturnetzwerk
- Ag's / Netzwerke / interne Gremien
- Ansprechpartnerin der Landesverbände

Ruth Fricke ist Ehrenvorsitzende des Bundesverbands Psychiatrie-Erfahrener

Um die großen Verdienste Ruth Frickes für den Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener in Erinnerung zu halten, beschloss die Mitgliederversammlung des BPE am 9. Oktober in Berlin Ruth posthum den Titel der Ehrenvorsitzenden zu verleihen. In ihren 23 Jahren im geschäftsführenden Vorstand prägte sie den Verband durch ihre unermüdliche Arbeit. Zu nennen ist hier in erster Linie, wie sie den Verband und seine Anliegen in allen möglichen Gremien auf Bundesebene bekannt machte und dort unsere Anliegen vertrat. Auch die Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrener in der Region Ostwestfalen-Lippe kam durch ihre unermüdliche Vortragstätigkeit auf ein gutes Niveau. Sie baute in NRW die Vertretung Psychiatrie-Erfahrener in der Besuchskommission, die jährlich alle Psychiatrien besucht, auf.

Für den geschäftsführenden Vorstand Matthias Seibt



Teilhaberberatung

Unsere bundesweite Teilhaberberatung (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

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.

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 Betroffenenensicht

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 Selbsthilfegruppen 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.

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 Teilhaberberatung. 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 Zwangsmaßnahmen 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

Nachrichten aus dem Vorstand

Silvia Hoffmann neu im geschäftsführenden Vorstand

Ich, Silvia Hoffmann, möchte mich für das entgegengebrachte Vertrauen bedanken.

Ich bin meinen weiten psychiatrischen Weg (3 Jahrzehnte) sehr allein gegangen und habe den BPE erst Anfang des Jahres gefunden. Ich bin erschrocken wie viele Probleme es auf den individuellen Wegen der Betroffenen gibt, mein Thema war stets „ich will teilhaben können“. Auf dieser Suche entwickelte ich mich zur SelbsthilfeAktivistin, gründete einen Verein und landete dann hier. Was mir von Anbeginn sympathisch ist, dass einem stetig ein großer Vertrauensvorschuss gegeben wird, das kennt man gesamtgesellschaftlich weniger. Das mag Probleme mit sich bringen,

weil man sich nicht zusammenlebt und guckt ob es passt, sondern Menschen einfach aufnimmt/mitnimmt, aber ich glaube das ist das richtige Signal, lasst uns so bleiben und die Probleme lösen die sich dadurch ergeben.

Zuhören, Einfühlen, Ehrlichkeit und Interesse am Anderen, erscheinen mir da als Gute Grundlagen. Eine eigene E-Mail-Adresse und Telefonnummer habe ich, wegen einer laufenden Umstellung, noch nicht, ich hoffe die kann ich Euch das nächste Mal nennen. So lange findet ihr mich in den üblichen Telegramgruppen, oder unter kulturnetzwerk@bpe-online.de

Sälige Grüße Silvia

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, Cluentalstraße 2, 28283 Verden / Aller

Kulturnetzwerk:

Wie suchen, bundesweit, regionale AnsprechpartnerInnen, EinzelaktivistenInnen, Gruppen, etc. zur besseren Vernetzung von Kunst u. Kultur der Psychiatrie-Erfahrenen.

Zurzeit sammeln wir uns bei Telegram: t.me/BPE-Kulturnetzwerk
kulturnetzwerk@bpe-online.de
Schreibt oder kommt vorbei!

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-psychiatrie.de/downloads.html>.

Kontakt: bundesnetzwerk@beschwerde-psychiatrie.de

AG BPE-Schlichtung

Bei der BPE-Mitgliederversammlung 2021 wurde der Antrag zur Einrichtung einer Schlichtungsstelle für BPE-interne Konflikte angenommen. Möchtet Ihr aktiv bei der in der Gründungsphase befindlichen Schlichtungsstelle mitarbeiten? Habt Ihr schon Kenntnisse in den Bereichen gewaltfreie Kommunikation, Mediation o. ä., die Ihr gerne einbringen möchtet? Gibt es einen Konflikt mit Bezug zum BPE e.V., bei dem Ihr Euch eine Schlichtung wünscht? Oder möchtet Ihr weitere Informationen über unsere AG bekommen? Dann könnt Ihr uns gerne unter der folgenden Mailadresse kontaktieren: schlichtung@bpe-online.de