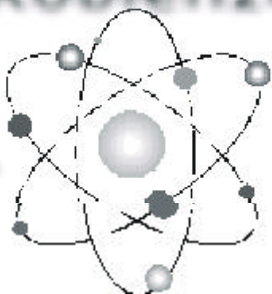


# Koblenzer

# Psychose-

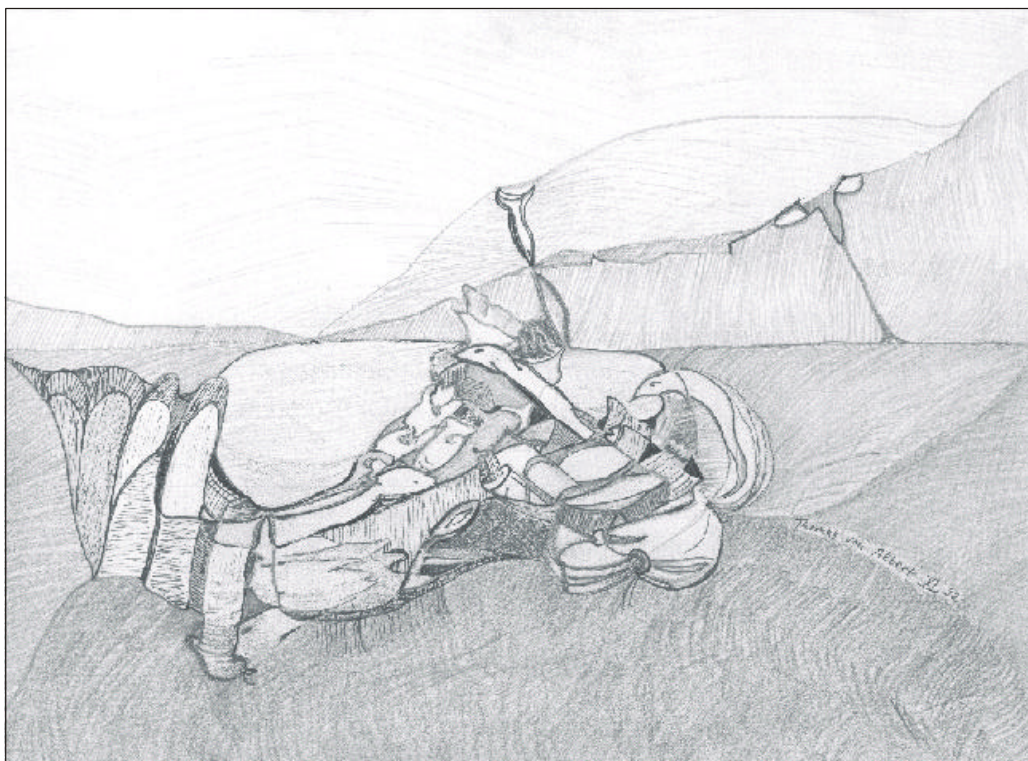


# Seminar

*einander zuhören*

*miteinander sprechen*

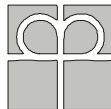
*voneinander lernen*



Eindrücke und Erfahrungen vom Koblenzer Psychose-Seminar

Kontakt- und Informationsstelle (KIS), Koblenz  
Haus an der Christuskirche, Koblenz

Stiftung  
**Bethesda-**  
**St. Martin**





# Psychose-



# Seminar

**Das Koblenzer Psychose-Seminar ist eine gemeinsame Veranstaltung von:**

Verband der Psychiatrieerfahrenen, Landesverband Rheinland-Pfalz  
Verband der Angehörigen Psychisch Kranker, Landesverband Rheinland-Pfalz  
Angehörigengruppe Koblenz  
Kontakt- und Informationsstelle für den Psychosozialen Bereich (KIS) Koblenz  
Haus an der Christuskirche, Koblenz

**Herausgeber dieser Broschüre:**



Stiftung Bethesda-St. Martin  
Kontakt- und Informationsstelle für den Psychosozialen Bereich (KIS)  
Koblenzer Str. 116, 56073 Koblenz  
Tel. (0261) 4 70 09, Fax (0261) 4 86 13

Stiftung Bethesda-St. Martin  
Haus an der Christuskirche  
Hohenzollernstr. 2, 56068 Koblenz  
Tel. (0261) 30 33 9-0, Fax (0261) 30 33 9-20

Bezug bei den beiden genannten Adressen.

Spendenkonto Stiftung Bethesda-St. Martin:  
Volksbank Boppard, BLZ 570 915 00, Konto 100 006 373  
Sparkasse Rhein-Hunsrück, BLZ 560 517 90, Konto 111 000 6

Die in dieser Broschüre abgedruckten Zeichnungen wurden freundlicherweise von Viola Schmidtke und Thomas von Albert zur Verfügung gestellt.

Redaktion: Maria Thomas, Dorothee Schlitz  
Satz und Layout: Ralf Schulze

Der Druck dieser Broschüre wurde freundlicherweise ermöglicht und ausgeführt durch:  
DVF Druckerei + Verlag Dietmar Fölbach, Schützenstr. 44, 56068 Koblenz, Tel. (0261) 1 86 19



Liebe Leserinnen, liebe Leser !

Diese Broschüre ist eine Zusammenstellung von Erfahrungsberichten der Teilnehmer/innen des Koblenzer Psychose-Seminars. Die Beiträge geben die persönlichen Eindrücke der Verfasser/innen wieder.

Ein Psychose-Seminar ist ein Angebot zum Erfahrungsaustausch von Psychoseerfahrenen, deren Angehörigen und MitarbeiterInnen psychiatrischer Institutionen. Es gibt inzwischen über 80 dieser Psychoseseminare in Deutschland und im benachbarten Ausland. Ziel ist, dass die drei beteiligten Gruppen auf einer gleichberechtigten Ebene miteinander ins Gespräch kommen, ihr Bild von Psychosen vervollständigen und größeres Verständnis füreinander entwickeln. Es ist dazu wichtig, Psychosen nicht als fest umrissene psychische Krankheiten, sondern als Ausdruck einer sensiblen Persönlichkeit und einer komplexen Lebenserfahrung zu verstehen und die subjektiven Erfahrungen der Betroffenen wieder stärker zu berücksichtigen.

Die bisherige Erfahrung auch mit dem Koblenzer Psychose-Seminar hat gezeigt, dass Psychose-Seminare dazu einen wichtigen Beitrag leisten können, weil sich hier Psychoseerfahrenere, Angehörige und professionell Tätige auf einer gleichberechtigten Ebene und unabhängig von therapeutischen und familiären Verpflichtungen austauschen können.

Das erste Treffen des Koblenzer Psychose-Seminars stieß auf eine überraschend große Resonanz: mehr als 60 Teilnehmer fanden nur mit Mühe und nach langem Tische- und Stühlerücken Platz in den Räumlichkeiten der Koblenzer Kontakt- und Informationsstelle. Die Vorbereitungsgruppe - bestehend aus Mitarbeiter/innen der Stiftung Bethesda, Vertreter/innen des Landesverbandes der Psychiatrieerfahrenen und des Landesverbandes der Angehörigen psychisch Kranker - hatte selbst bei optimistischen Schätzungen nicht mit einem so großen Interesse gerechnet. Beim ersten Treffen wurde über Ziele und Inhalte des Koblenzer Psychose-Seminars gesprochen und gemeinsam Themenvorschläge erarbeitet, die die Diskussionen in den folgenden Sitzungen prägen:

- ◆ Was ist eine Psychose?
- ◆ Wie erleben die Betroffenen, die Angehörigen und die professionell Tätigen die Psychose?
- ◆ Was ist hilfreich in einer Psychose? Wie kann eine Begleitung während der Psychose aussehen?
- ◆ Umgang mit Suizidgedanken
- ◆ Stigmatisierung und Diskriminierung psychisch kranker Menschen
- ◆ Sammlung von Ideen und Vorschlägen, wie Vorurteile gegenüber psychisch kranken Menschen abgebaut werden könnten
- ◆ Erfahrungen mit stationärer Behandlung in psychiatrischen Kliniken, insbesondere mit Zwangsfixierungen
- ◆ Möglichkeiten, Krisen frühzeitig zu erkennen und gegenzusteuern



Die für mich beeindruckendste Erfahrung des Koblenzer Psychose-Seminars war die große Offenheit und Eindringlichkeit, mit der verschiedene Teilnehmer über ihre Psychose-Erfahrungen berichteten und mir somit neue Zugangswege zum Verständnis des Psychoseerlebens eröffneten. Sehr wichtig war auch die Schilderung von Angst- und Ohnmachtsgefühlen bei allen Beteiligten, sowie der Austausch mit Psychoseerfahrenen über die Frage, welche Formen der Unterstützung durch Professionelle in akuten Krisensituationen als hilfreich erlebt wurden.

Die Teilnahme am Psychose-Seminar war für mich eine wichtige Erfahrung, die meine berufliche Arbeit bereichert hat, weil sich durch den gleichberechtigten Erfahrungsaustausch unabhängig von therapeutischen Verpflichtungen neue Blickwinkel auf die Situation aller drei beteiligten Gruppen eröffneten.

Da die von der Vorbereitungsgruppe zunächst geplanten sechs Treffen des Koblenzer Psychose-Seminars auf so großes Interesse stießen, wurde das Psychose-Seminar Anfang 99 mit sechs weiteren Sitzungen fortgesetzt und ist zu einem wichtigen Forum des Erfahrungsaustauschs von Psychoseerfahrenen, Angehörigen und MitarbeiterInnen psychiatrischer Institutionen geworden.

Die nächsten sechs Treffen des Koblenzer Psychose-Seminars werden ab Oktober 1999 an folgenden Terminen stattfinden:

**06.10.1999 - 10.11.1999 - 01.12.1999 - 05.01.1999 - 09.02.2000 - 01.03.2000**  
**- jeweils mittwochs von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr -**

**Gemeindesaal der evangelischen Christuskirche  
Hohenzollernstr. 2, 56068 Koblenz  
(Eingang Von-Werth-Str., Kevag-Haltestelle Christuskirche)**

Die Gesprächsthemen sollen beim ersten Treffen gemeinsam festgelegt werden, Themenvorschläge, die sich aus den bisherigen Psychoseseminaren ergeben haben, sind u. a.:

- ◆ Psychiatrieerfahrene im Arbeitsleben
- ◆ Depression und Manie
- ◆ Beziehungen zwischen Psychiatrieerfahrenen und professionellen Mitarbeiter/innen
- ◆ Was kommt nach der Klinik ?
- ◆ Psychose, Macht und Ohnmacht
- ◆ Psychoedukative Therapieprogramme für Menschen mit Psychosen

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Maria Thomas, Stiftung Bethesda-St. Martin



## ... ganz anders, als ich mir vorgestellt habe

von Anne Ihmig

Als ich vor etwa drei Jahren zum ersten Mal von einem Psychose-Seminar hörte, wurde ich ganz aufgeregt. Das ist es, dachte ich, das ist das, was ich schon lange gesucht hatte, ohne es benennen zu können. So etwas müssten wir doch auch in Koblenz zustande bringen.

Als dann der Plan konkrete Formen annahm, wurde ich einmal gefragt, was ich von einem Psychose-Seminar erwartete und ich kann mich erinnern, dass ich gesagt habe, ich hoffe ganz viel von anderen Psychiatrie-Erfahrenen und ihren Psychose-Erfahrungen zu hören, über Psychose-Inhalte zu sprechen, welche Wege sie gegangen sind, um aus ihrer Erkrankung zu lernen, und vor allem zu lernen, nicht wieder krank zu werden.

Es war nicht so. Die Psychiatrie-Erfahrenen waren erst einmal sehr stumm. Wir Psychiatrie-Erfahrenen haben es verlernt, von uns zu sprechen, sind nicht daran gewöhnt, dass uns jemand zuhören will, dass es wirklich von Interesse ist, was wir zu sagen haben. Dass es vielmehr gefährlich sein kann, etwas von uns preiszugeben. Wir sind daran gewöhnt, dass die Anderen über uns und von uns sprechen, im besten Fall für uns, aber eigentlich nie mit uns.

Die Angehörigen, vor allem die, die in ihren Selbsthilfegruppen das Reden schon gelernt hatten, sprachen auch nicht über sich, sondern über seelische Erkrankung im allgemeinen. Gefragt wurde, wo denn hier die Fachleute seien, die Ärzte, die mal was erklären könnten, was es mit der Krankheit auf sich habe.

Und die anwesenden Profis wollten – so schien es mir jedenfalls – voller Interesse und Eifer eine schnelle Gebrauchsanweisung von den Psychiatrie-Erfahrenen für den Ernstfall: „Was tut man, wenn jemand ...“

So war der Anfang. Inzwischen haben wir ein wenig besser gelernt, miteinander zu reden, uns zuzuhören, uns in unserem Anderssein zu respektieren, vielleicht sogar anzunehmen und vor allem immer wieder zu uns selbst zurückzufinden, von den eigenen Gedanken, den eigenen Erlebnissen, den eigenen Gefühlen, insbesondere den eigenen Ängsten zu sprechen. Oder auch zu fragen: „Was war für sie hilfreich als sie ...?“, oder auch „Was war das Schlimmste, was hat sie am meisten gestört als sie...?“.

Vielleicht denken sie jetzt, ich sei von den Psychose-Seminaren enttäuscht? Ja, stimmt. Sie laufen so ganz anders, als ich mir vorgestellt hatte. Aber ich bin jeden Abend voller Spannung und Erwartung hingegangen und immer war es interessant und lebendig. Keinen einzigen Abend möchte ich missen.



Ich habe eine Menge über mich selbst gelernt. Beim Zuhören, aber auch beim selbst Reden. Und vieles habe ich neu überdacht und hier und da – vielleicht – auch meine Meinung geändert.

Jedenfalls freue ich mich schon auf den 6. Oktober, wenn es weitergeht und hoffe, dass ganz viele Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige und Profis kommen. Neben den „alten“ und auch eine Menge „neue“. Es lohnt sich!



## ... nichts und niemand abqualifiziert

*von Karin Klein*

**A**ls Dr. Thomas Bock, Leiter der sozialpsychiatrischen Ambulanz der Uni-Klinik Eppendorf, 1996 in Boppard auf dem Symposium unter dem Thema "Psychose erleben, Psychose verstehen" seine Werkstattberichte aus Seminaren für Psychose-Erfahrene vorstellte, aus denen sich dann der Trialog, ein Erfahrungsaustausch zwischen Psychose-Erfahrenen, Angehörigen und Profis entwickelte, dachte ich: Schade, daß es diese Psychose-Seminare bei uns nicht gibt.

Um so mehr war ich überrascht und erfreut, als dann eine Vorbereitungsgruppe im September 1998 ein solches Seminar in Koblenz anbot, an dem ich dann mit einigen Bewohnern unserer Außenwohngruppe teilnahm.

Obwohl ich ebenfalls an den Themen, die behandelt wurden, stark interessiert war, bestand meine Aufgabe in erster Linie darin, unsere Psychose-Erfahrenen zu begleiten



und mit ihnen, wenn notwendig, später das, was sie sehr berührt hatte und sie noch nicht so schnell verarbeiten konnten, in Gesprächen aufzuarbeiten. Denn das, was sie zum Beispiel über gesellschaftliche Diskriminierung und über unwürdige Behandlung in Psychiatrischen Anstalten hörten oder selbst erinnerten, rief bei ihnen Angst und Wut hervor, was dann in den folgenden Tagen noch oft Inhalt von Diskussionen war.

Auf der anderen Seite konnten sie im Psychose-Seminar aber auch die positive Erfahrung machen, nämlich daß sie hier nicht - wie sonst üblich - mundtot gemacht wurden, sondern das, was sie äußerten, ernst genommen wurde.

Und das war das Erstaunlichste überhaupt, ja einfach kaum glaublich, daß in einer Runde von oftmals mehr als 50 Personen jeder geduldig angehört wurde, er ohne unterbrochen zu werden ausreden konnte, nichts bewertet, nichts bagatellisiert und nichts und niemand abqualifiziert wurde.

Das Psychose-Seminar war eine gute Sache für alle Beteiligten, finde ich, und wir freuen uns schon auf die Fortsetzung im Herbst.



## ... die berufliche Routine überdenken

*von Johannes Krames*

**A**ls Teilnehmer des Psychose-Seminars profitierte ich besonders davon, die sehr eindrücklichen Erfahrungsberichte Psychiatrieerfahrener und deren Angehöriger zu hören, ohne dazu gezwungen zu sein, in der Rolle des „Experten“ diagnostische oder therapeutische Ratschläge geben zu müssen. Dies hat mir sehr dabei geholfen, viele Aspekte meiner alltäglichen beruflichen Routine zu überdenken.

Über eine Fortsetzung der Psychose-Seminare würde ich mich sehr freuen.



# Die Bedeutung des Psychose-Seminars für Angehörige

*von Wolfgang Gottschling*

Psychose-Seminare dienen der Verständigung zwischen Professionellen, Betroffenen und ihren Angehörigen, so läßt sich kurz der Zweck dieser Zusammenkünfte beschreiben.

Hauptthema ist natürlich die Psychose. Wie wird sie erlebt, was hilft in einer Psychose, was brauchen Angehörige, wer trägt die Verantwortung für die Krankheit, wer ist Schuld, wann sind Profis überfordert, welche Hilfen gibt es? Das sind die hauptsächlichsten Fragen, die dort gestellt werden.

Wen wundert's, wenn die Gegensätze zwischen Angehörigen und Psychose-Erfahrenen aufeinander prallen. Da hören Angehörige von den Betroffenen, wie schlecht es ihnen in einer Psychose gegangen ist. Da müssen auch Psychose-Erfahrene zur Kenntnis nehmen, wie die Angehörigen darunter leiden.

Auch Professionelle werden von beiden Seiten mit der Feststellung konfrontiert, wie bitter es sein kann, wenn man ihnen nicht Gehör schenkt und meint, mit Medikamenten sei alles getan. Aber auch Professionelle leiden oft darunter, wenn sie mit Psychosen in Berührung kommen.

Kurzum alle drei Gruppen können voneinander lernen. Die Erkenntnis bleibt, daß Kranksein und seelische Krisen zum menschlichen Dasein gehören. Sie sollten jedoch von uns verstanden und angenommen werden, um einen menschlicheren Umgang damit zu erreichen. Dabei helfen Psychose-Seminare.

Sie sind der Ort, wo eine gemeinsame Sprache gefunden werden, wo Erfahrene, Angehörige und Professionelle Verständigung und Abgrenzung entwickeln, wo einseitige Zuweisung und Schuld abgebaut werden können.

Der bisherige Verlauf des Psychose-Seminars in Koblenz hat gezeigt, wie wichtig ein Dialog zwischen Erfahrenen, Angehörigen und Professionellen ist. Der enorme Zulauf hat dies bestätigt.

Während sich Mitarbeiter verschiedener Einrichtungen rege daran beteiligen, sucht man vergebens Vertreter der Fachmedizin. Schade, denn gerade sie könnten aus den Gesprächen lernen und so manches in ihrer Praxis verwenden.

Während die Angehörigen in einer Selbsthilfegruppe sich gegenseitig stützen und Mut machen, können sie im Psychose-Seminar erfahren, wie Psychiatrie-Erfahrene und Profis



die Krankheit erleben. So manches Vorurteil wird dadurch abgebaut. Man lernt die Krankheit besser zu verstehen und womöglich sein Schicksal zu ertragen.



## ... im Psychose-Seminar dürfen wir reden

*von Dr. Evelyn Pischner*

Im Herbst 1998 und im Frühjahr 1999 nahm ich in Koblenz an zwei Psychose-Seminaren teil. Meine wichtigste Erfahrung in diesen Seminaren war, dass ich offen und frei über meine Psychiatrie-Erfahrung reden konnte. Ich konnte über meinen Schrecken, das Grauen, die Gewalt und die Zwangsbehandlungen sprechen, ohne dass man mir mit Unglauben begegnete oder meine Ausführungen in Zweifel zog. Ich mußte mich für meine Psychiatrie-Erfahrung nicht rechtfertigen, Schuldgefühle kamen nicht auf, denn es waren eine Reihe Psychiatrie-Erfahrene unter den Teilnehmern, die ebenso schreckliche Erfahrungen aus der Psychiatrie berichten konnten.

Auch das Thema Angst spielte eine große Rolle. Ein nicht unerheblicher Teil der Psychiatrie-Erfahrenen hat Angst vor Klinikeinweisungen, weil sie schlechte Erfahrungen gemacht haben. Die Psychiatrie arbeitet auch heute, fast 25 Jahre nach Erscheinen der Psychiatrie-Enquête und daraus abgeleiteter Reformen, vorwiegend an einer Symptomunterdrückung mittels Neuroleptika und anderer Medikamente. Sie läßt sich noch immer nicht auf die Lebensgeschichte und Lebenszusammenhänge der Patienten ein,



mit denen ja zum Beispiel Wahnvorstellungen oder andere Symptome zusammenhängen. Sie betrachtet den Menschen nicht als ganzheitliche Person mit einer individuellen Geschichte auf einem bestimmten gesellschaftlichen Hintergrund, sondern immer noch zu sehr als Medikamentenmangelsyndrom. Die Psychiatrie verurteilt uns Erfahrene oft noch zum Schweigen, im Psychose-Seminar dürfen wir reden, ebenso wie die Angehörigen und die Teilnehmer aus helfenden Berufen.

Ich hoffe, dass alle Beteiligten durch den Dialog dem ein Stück näher kommen, was Psychosen ausmacht. In diesem Sinne werde ich auch weiterhin an Psychose-Seminaren teilnehmen.



## Einige Gedanken zum Koblenzer Psychose - Seminar

*von Christoph Jung*

**A**ls ich vor einigen Jahren das Buch "Stimmenreich" gelesen hatte, habe ich mich anschließend mit meinem damaligen Dienstvorgesetzten, dem Leiter einer psychiatrischen Einrichtung, darüber unterhalten.. Als ich ihn fragte, ob er es denn nicht für sinnvoll hielt, wenn auch unser Koblenz sein eigenes Psychose-Seminar hätte, antwortete er mir: "Sowas brauchen wir hier nicht !"

Ich war damals bereits anderer Meinung und von daher sehr erfreut, als die Stiftung Bethesda-St. Martin im letzten Jahr mit zunächst 6 Sitzungen ein „Koblenzer Psychose-Seminar“ begann. Am ersten Abend platzte die Kontakt- und Informationsstelle aus allen Nähten und lieferte somit den Gegenbeweis zur Äußerung meines ehemaligen Vorgesetzten.

Eine größere Lokalität wurde gesucht und auch gefunden, damit auch jeder, der wollte, teilnehmen konnte. Trotzdem verringerte sich die Teilnehmerzahl leicht, da sicher einige



abgeschreckt waren durch die drangvolle Enge der ersten Sitzung. In der Folge hielt sich die Teilnehmerzahl konstant, und als die 6 veranschlagten Sitzungen vorbei waren, kam der Wunsch nach einer Fortsetzung.

Beim ersten von 6 weiteren Treffen gab es das gleiche Bild: die Kontaktstelle bis hinaus auf die Straße überfüllt, aber größtenteils mit völlig anderen Teilnehmern als bei der ersten Staffel! Es gab also immer noch großen Bedarf, schon wieder mußte in eine größere Örtlichkeit umgezogen werden. Auch hier blieben die Teilnehmerzahlen durchgehend konstant.

Ich rechne jetzt schon mit einer völlig überfüllten KIS bei der ersten Sitzung der dritten Staffel, wahrscheinlich wieder mit vielen neuen Gesichtern. Koblenz braucht also „sowas“ doch!!!

**PS:** Ich möchte allen Teilnehmern des Psychose-Seminars danken für die in jeder Hinsicht interessanten und bereichernden Stunden, die ich verbringen durfte. Mein Dank geht aber auch an das hervorragende Moderatoren-Team für sein Engagement und seine Kompetenz



## ... einiges über mich selbst erfahren

*von Ingrid Geißler*

Im Frühling 1999 war ich als Studentin der Sozialarbeit, 2. Semester der FH Koblenz, Praktikantin in der KIS und bekam die Gelegenheit, am Psychose-Seminar, sowie dessen Vorbereitung teilzunehmen.

Wer in der Psychiatrie arbeiten will, und vielleicht wird dies mein Berufsziel sein, muß sich mit dem auseinandersetzen, was dort unter krank oder abweichend verstanden wird. Im Bereich der psychischen Erkrankungen ist man aber davon abgekommen, nur den Menschen als Krankheitsträger zu sehen, sondern man berücksichtigt den Aspekt



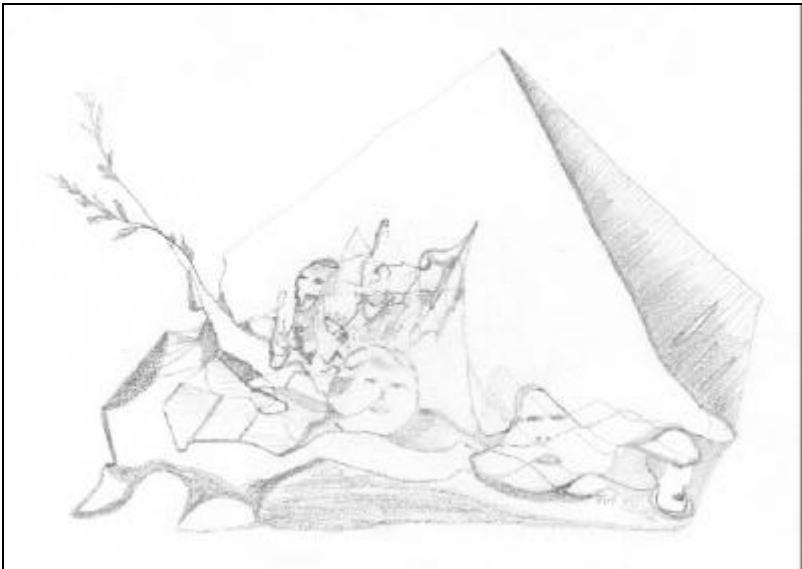
der Beziehung, der Bedingungen, die ein evtl. gestörtes Handeln bedingen.

Im Rahmen einer öffentlichen Diskussion, wie ich sie im Psychose-Seminar als Austausch zwischen Psychiatrie-Erfahrenen, in der Psychiatrie Tätigen und Familienangehörigen erleben durfte, ist es nun möglich, sich dies Beziehungsgeflecht und die Bedingungen näher anzusehen.

In einer bemerkenswert offenen Atmosphäre fand ein Austausch statt, um beide Seiten besser verstehen zu lernen, um die durch den Anderen ausgelösten Gefühle besser zu verstehen und dem Gegenüber auch Rückmeldung dieser Gefühle zu geben, so daß er auch etwas damit anfangen kann. Jeder konnte den Anderen mitteilen, was ihn momentan beschäftigt, mit der Absicht, daß beide Seiten sich besser verstehen lernen und dieses Wissen in zukünftiges Handeln einbezogen werden kann.

Für mich, als noch in Ausbildung befindliche Studentin, bedeutete dieser offene Umgang Austausch über Fragen wie z. B. „Was verstehe ich unter Hilfe?“, „Wie fühle ich mich, wenn mir geholfen wird?“, „Unter welchen Bedingungen mag ich Hilfe gern, unter welchen nicht?“, „Tut mir Hilfe immer gut?“ wichtige Orientierungshilfe.

Der erforderliche Austausch mit anderen hilft, Unterschiede und Gemeinsamkeiten festzustellen und lässt mich auch erfahren: Wie sehen andere mich? Ich habe daher im Psychose-Seminar nicht nur Wissen über andere erhalten, sondern auch einiges über mich selbst erfahren.





## Die Psychose-Seminare brachten uns einander näher

*von Jutta Gehring*

Das erste Psychose-Seminar mit Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften war in Koblenz ein großer Erfolg. Gegenseitige Kritik, Aussprachen und Stellungnahmen aus der Sicht eines jeden Einzelnen aus den drei Gruppen brachte uns näher und gegenseitiges Verständnis für einander. Die Akzeptanz wurde durch die vielen lebendigen und interessanten Abende gefördert.

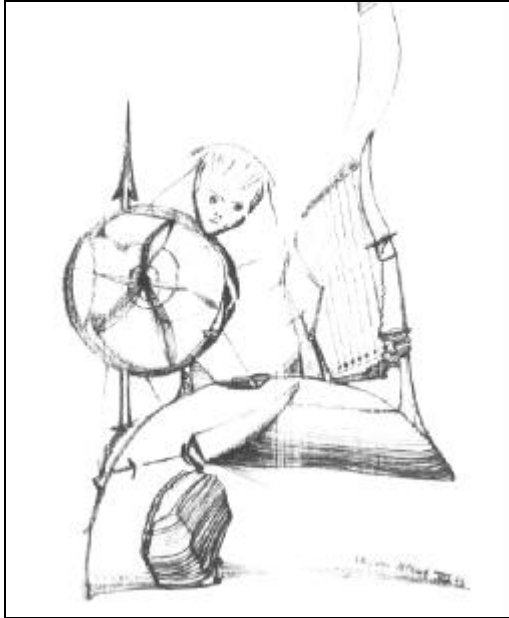
Es wurde von den Psychiatrie-Erfahrenen geschildert, wie sie selbst die akute Psychose empfinden und der Wunsch nach Nähe oder Abgrenzung von den Angehörigen wurde laut, bzw. das Verhalten, was in dieser Situation für jeden Einzelnen hilfreich ist. Uns Angehörigen wurde in den Aussprachen klar, dass wir in solchen Situationen oft hilflos sind. Es wurde über Angst, Hilflosigkeit und Abhängigkeit gerade in der Klinik gesprochen. Die Stigmatisierung der Angehörigen und der Psychiatrie-Erfahrenen gegenüber der oft nicht aufgeklärten Bevölkerung wurde von beiden Seiten als schmerzlich empfunden. Der Wunsch, Berührungsängste abzubauen und nach Aufklärung der Bevölkerung durch Öffentlichkeitsarbeit wurde laut. (Dazu dient vielleicht der Rheinland-Pfalz-Tag in Boppard vom 18. bis 20.06.1999 und die Tage der seelischen Gesundheit in Koblenz vom 01. bis 30.09.1999.)

Durch unsere gemeinsamen Aussprachen und auch Auseinandersetzungen kamen die Hauptpunkte: Ängste, Abhängigkeit in der Klinik (von beiden Seiten), Hilflosigkeit, Betreuungsrecht, der Wunsch nach Psychotherapie, Förderung zur Verbesserung des Lebensstandards, Förderung und Verbesserung der Trainingsmaßnahmen zum Ausdruck.

Die Psychose-Seminare brachten uns alle – Angehörige, Psychose-Erfahrene und Fachleute - einander näher. Wir als Angehörige müssen lernen, uns, wenn es auch schwer fällt, manchmal abzugrenzen, mit unserer Hilflosigkeit in manchen Fällen zu leben, die Psychiatrie-Erfahrenen mit ihrer Lebensweise zu akzeptieren und auch die Fachleute in ihrer Situation zu verstehen.

Wenn wir drei Gruppen uns gegenseitig auseinandersetzen mit dem dazugehörigen Fachwissen über die Psychose (wie beim Diabetiker), die Nöte und Ängste, aber auch die Wünsche des jeweiligen Einzelnen anhören und aufeinander zugehen – nur so können wir einander verstehen, miteinander umgehen lernen und jeweils den Anderen akzeptieren in seiner Lebensweise.

Der Wunsch nach Zusammenarbeit, Verständnis und gegenseitiger Gleichberechtigung möge Mißstände aufdecken und eine bessere Situation für alle Beteiligten schaffen: die Fortführung des Psychose-Seminars dient dazu.



## ...tief berührt von den Schilderungen

von Dorothee Schlitz

Als ich im Frühjahr 1998 anfang, in der Kontakt- und Informationsstelle für den psychosozialen Bereich (KIS) zu arbeiten und erfuhr, daß dort ein Psychose-Seminar geplant wurde, war ich sehr erfreut, vor allem aber sehr gespannt. Ich hatte einiges über Psychose-Seminare in anderen Städten gehört und gelesen. Die Idee des Dialogs, d.h. die gleichberechtigte Auseinandersetzung und der Austausch aller Beteiligten über ihre ganz persönlichen Erfahrungen mit Psychosen erschien und erscheint mir auch heute noch als eine gute Art, voneinander zu lernen.

In der Psychiatrie ist es ja eher üblich, das „Kranke“ und die Defizite des Menschen mit einer Psychose zu betrachten, während ich es in meiner Arbeit oft als hilfreicher und konstruktiver empfunden habe, gemeinsam mit den Menschen nach ihren Stärken und Fähigkeiten zu suchen und diese zu stärken.

Besonders gefallen hat mir im Psychose-Seminar die Offenheit, mit der vor allem die Psychose-Erfahrenen ihre Erlebnisse mit der Krankheit geschildert haben, und oft war ich noch über den Abend hinweg tief berührt von den Schilderungen der Menschen.

Ich habe die Erfahrung gemacht, daß viele Probleme durch Angst und Unsicherheit bei



allen Betroffenen noch verstärkt werden und es sehr hilfreich ist, sich darüber auszutauschen. In diesem Austausch liegt meines Erachtens eine große Chance, die Bedürfnisse aller Beteiligten besser zu erkennen und ihnen somit auch eher gerecht zu werden.

Für mich wurde auch noch einmal deutlich, wie hoch die Erwartungen sind, die an uns als sogenannte Profis gestellt werden, die wir aber auch oft an uns selbst haben. Mir hat es gut getan, die Bestätigung dafür zu bekommen, daß nicht ein einzelner Mensch oder eine Berufsgruppe die Verantwortung für die Entwicklung eines Menschen übernehmen kann oder sogar soll. Jeder, der mit der Krankheit Psychose konfrontiert wird, egal in welcher Rolle, wird mit ganz eigenen Problemen und Ängsten konfrontiert und der Austausch darüber bringt uns einer Lösung immer näher.

Erfreut, aber anfangs auch erschrocken war ich über die hohe Teilnehmer/innenzahl am Psychose-Seminar. Aber auch hier habe ich eine neue Erfahrung gemacht und gelernt, daß es auch in einer so großen Gruppe möglich war, sich auf der einen Seite offen am Gespräch zu beteiligen, sich andererseits aber auch zurückzunehmen und von den Beiträgen anderer zu profitieren.

So gehe ich auch dieses Mal wieder mit Freude und Spannung in die nächste "Runde" des Psychose-Seminars und hoffe wieder neue, bereichernde Erfahrungen zu machen.

---

## Literaturhinweise:

Bock / Deranders / Esterer:

**Stimmenreich – Mitteilungen über den Wahnsinn**  
Psychiatrie-Verlag, Bonn

Bock / Deranders / Esterer:

**Im Strom der Ideen**  
Psychiatrie-Verlag, Bonn

**Psychosen erleben – Psychosen verstehen**

Dokumentation zum Symposium aus Anlaß des 10-jährigen Bestehens des Wohnheimes „Haus Bethesda“, Boppard am 05.06.96 (Bezug: Stiftung Bethesda-St. Martin, St.-Martin-Str. 4, 56154 Boppard)

Bock / Buck / Esterer:

**Psychosoziale Arbeitshilfen Nr. 10**

„Es ist normal, verschieden zu sein“ Psychose-Seminare – Hilfen zum Dialog

Psychiatrie-Verlag, Bonn (Beim Verlag derzeit vergriffen. Die wesentlichsten Teile können jedoch im Internet heruntergeladen werden: [www.psychiatrie.de/bibliothek/archiv.htm](http://www.psychiatrie.de/bibliothek/archiv.htm))

Adressen von Psychoseminaren in anderen Städten sind zu finden im Internet unter: [www.psychiatrie.de/hilfe/adsemi.htm](http://www.psychiatrie.de/hilfe/adsemi.htm).

Das Internetangebot des Verbandes der Psychiatererfahrenen, des Angehörigendachverbandes und mehrerer beruflicher Fachverbände erreicht man unter: [www.psychiatrie.de](http://www.psychiatrie.de).