

Frauke Klinge, Margret Loeser und Barbara Meskemper

## **Expertinnen und Experten in eigener Sache. Psychose-Seminare und Selbsthilfe**

### **Ein Montagabend im Oktober ...**

Im großen Saal einer Kirchengemeinde in der Innenstadt von Göttingen sind acht Tische für je sechs Personen gestellt. Getränke stehen bereit. Auf den Stühlen an jedem Tisch liegen verschiedenfarbige Pappkärtchen. Die zwei roten Karten tragen die Aufschrift ‚Angehörige‘, die beiden grünen sind für ‚Professionelle‘ und die blauen Karten für ‚Psychose-Erfahrene‘. Die Teilnehmenden suchen sich je nach ihrer Rolle einen Platz. Dann begrüßt die Moderatorin alle Anwesenden zur Diskussion über das heutige Thema: „Psychose und Stigma“.

### **Alle sind Expertinnen und Experten**

Die geschilderte Szene gibt einen ersten Eindruck vom Göttinger Psychose-Seminar. Die Veranstaltungsreihe wird in der südniedersächsischen Universitätsstadt im Herbst 2009 zum zehnten Mal stattfinden. Vier bis sechs Treffen in wöchentlichem Abstand machen den Tabubereich Psychiatrie und psychische Erkrankungen zum Thema – und das mit einem ganz besonderen Ansatz. Ein Psychose-Seminar will alle, die mit Psychose-Erkrankungen zu tun haben, zu Gesprächen und Veranstaltungen zusammenbringen: Das sind zunächst diejenigen, die unmittelbare Erfahrung mit einer schweren psychischen Erkrankung und damit oft auch mit der Institution Psychiatrie haben (‚Psychose – Erfahrene‘). Hinzu kommt die große Gruppe der Angehörigen psychose-erfahrener Menschen. Schließlich werden diejenigen angesprochen, die von Berufs wegen mit dem Thema Psychosen zu tun haben, wie Ärztinnen und Ärzte, Pflegekräfte, Sozialarbeiterinnen und Psychologen. Darüber hinaus haben auch andere Interessierte Zugang zum Psychose-Seminar.

Ein Psychose-Seminar ist keine psychiatrische Fallkonferenz oder Fachtagung und auch keine Patienten-Informationsveranstaltung oder Psychoedukation. Denn *alle* beteiligten Personen, nicht nur die professionellen Helferinnen und Helfer, sind hier Expertinnen und Experten beim Thema Psychosen. Das Ziel des Seminars ist ein Erfahrungsaustausch im Rahmen einer gleichberechtigten Begegnung (vgl. Zaumseil 1998, Kalms/Striegnitz 2006). Ein Psychose-Seminar möchte dabei die Positionen der Psychose-Erfahrenen und der Angehörigen stärken und ihr Selbstbewusstsein fördern. Das ist deshalb besonders wichtig, weil die psychiatrische Versorgung immer noch durch ärztliche Dominanz, eine Mentalität des Verwahrens und der Ausübung von Zwang und eine hohe gesellschaftliche Stigmatisierung der Patientinnen und Patienten geprägt ist.

## Wechselseitiges Lernen im Trialog

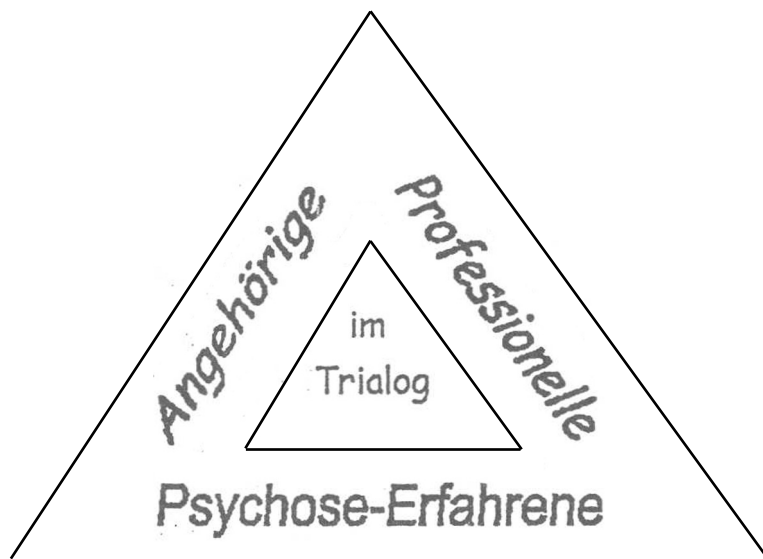
In einem Psychose-Seminar ist das Sprechen aus der ‚ersten Person Singular‘ erwünscht; die subjektive, ja auch die ‚ver-rückte‘ Perspektive ist erlaubt. Das Seminar soll dabei ein Ort des gemeinsamen Erzählens, des wechselseitigen Lernens und auch der offenen Auseinandersetzung der drei beteiligten Gruppen sein. Wenn das gelingt, gibt es einen echten ‚Trialog‘, wie das Gespräch der drei Expertengruppen in Weiterentwicklung des Wortes Dialog auch genannt wird. Vor 20 Jahren, im Wintersemester 1989 / 90, entstand das erste Psychose-Seminar aus einem sozialpsychiatrischen Hochschulseminar an der Universität Hamburg. Initiatoren waren der Hamburger Sozialpsychiater Thomas Bock und die Psychose-Erfahrene Dorothea Buck. Sie wollten etwas gegen die ‚Sprachlosigkeit‘ der Psychiatrie gegenüber ihren Patientinnen und Patienten unternehmen. Der verkürzten biologischen Deutung psychotischen Erlebens als bloße ‚Hirnstoffwechselstörung‘ setzen die Initiatoren der Psychose-Seminare ein ganzheitlich-anthropologisches Konzept von Psychose entgegen: Psychose als Versuch einer eigensinnigen Bewältigung einer Krise und als Ausdruck von Sensibilität und einer komplexen Lebenserfahrung. (vgl. Bock / Buck / Esterer 2000, Bock / Buck / Esterer 2007)

Inzwischen kann man von einer Psychoseseminar-Bewegung sprechen. In der Bundesrepublik und im deutschsprachigen Ausland sind inzwischen rund 150 Psychose-Seminare mit sehr individuellen Veranstaltungsformen aktiv. In Abkehr von dem als ‚medizinisch-akademisch‘ empfundenen Begriff ‚Psychose-Seminar‘ heißen sie in einigen Städten auch ‚Psychiatrie-Forum‘ oder ‚Trialoggruppe‘.

## Das Göttinger Psychose-Seminar: Entstehung, Struktur, Themen

In Göttingen entstand das Psychose-Seminar auf Initiative der Göttinger Angehörigengruppe psychisch Kranker, einer seit 1988 bestehenden Selbsthilfegruppe. Eine der dort Aktiven hatte bereits 1999 mit dem Psychoseseminar-Initiator Thomas Bock Kontakt aufgenommen. Mitglieder der Gruppe bereiteten sich mit einem Manual vor (vgl. Bock / Buck / Esterer 2000) und besuchten zwei Psychose-Seminare im niedersächsischen Raum, um sich Anregungen für die Gestaltung der Gesprächsabende zu holen. Im Januar 2001 fand schließlich ein erstes Planungstreffen statt. Die Angehörigengruppe hatte dafür im Sinn des Trialogs auch Professionelle und Psychose-Erfahrene gewinnen können. Die Initiatorin des Braunschweiger Psychose-Seminars berichtete auf diesem Treffen von ihren Erfahrungen und machte Mut zur Seminargründung in Göttingen. Aus der großen Runde entwickelte sich schließlich eine achtköpfige, trialogisch strukturierte Initiativgruppe, die nach intensiver Planung im November 2001 das erste Seminar mit sechs Abenden gestaltete. Das Göttinger Psychose-Seminar findet an einem eindeutig ‚nicht-psychiatrischen‘, neutralen Ort statt, im Saal einer Kirchengemeinde, der zentral und gut erreichbar in der Göttinger Innenstadt liegt. Als Initiativgruppe haben wir uns entschieden, das Seminar als jährlichen ‚Event‘ im Herbst zu veranstalten.

Viele andere Psychose-Seminare gehen einen anderen Weg und bieten ihr Seminar als festen monatlichen Termin oder gekoppelt an ein Volkshochschulsemester an. Wir fürchteten uns etwas vor einem Gewöhnungseffekt – der in Göttingen bisher nicht eingetreten ist. Die mit 30 bis 70 Personen immer noch hohen Besuchszahlen unseres Seminars zeigen, dass unser Konzept weiterhin ankommt. Das jährliche ‚Ereignis Psychose-Seminar‘ ist zudem eine gute Möglichkeit, mit dem Thema ‚psychische Erkrankungen‘ immer wieder aufs Neue an die Göttinger Öffentlichkeit zu gehen.



Dialog im Dreieck: Das Logo des Göttinger Psychose-Seminars

An der Grundkonzeption unseres Seminars – der Diskussion in den dialogisch besetzten ‚Tischgruppen‘ – hat sich bis heute nichts geändert. Jede Seminarreihe hat vorher bekannte Themen. Eine Moderatorin leitet durch die jeweils 90 Minuten dauernden Gesprächsabende. Nach einer persönlichen Begrüßung der Teilnehmenden und einer zeitlichen und inhaltlichen Vorausschau auf den Ablauf des Abends wird das festgelegte Thema an allen Tischgruppen ungefähr eine Stunde lang diskutiert. Um die Kommunikation in den Gruppen anzuregen, gestalten die Mitglieder der Initiativgruppe vor Beginn der Tischgruppenrunde einen kleinen Input z. B. in Form eines Rollenspiels oder eines kreativen Sketches. Eine Teilnehmerin von jeder Tischgruppe erklärt sich bereit, ein Kurzprotokoll der Gruppendiskussion anzufertigen. Im Anschluss an das Gruppengespräch stellen die Protokollanten die wichtigsten Gesprächspunkte ihrer Tischgruppe kurz im Plenum den anderen Teilnehmenden vor, damit alle ein umfassendes Bild der Diskussionen bekommen.

Zum Ende des Seminarabends können sich die Seminarteilnehmenden an einem umfangreichen Informations- und Büchertisch mit aktuellen Broschüren

und Handzetteln, einer speziellen Seminar-Literaturliste und mit Veranstaltungshinweisen versorgen. Hier besteht auch die Möglichkeit, in Einzelgesprächen die eine oder andere wichtige Frage zu klären, die auf den Nägeln brennt. In den letzten Jahren haben wir die ‚reine‘ Gesprächsform der Tischgruppen durch andere Veranstaltungsformen ergänzt. Zur Auflockerung gestalten wir nun den Anfang oder das Ende der Seminarreihe mit einer Podiumsdiskussion oder einem Vortrag, mit einer Lesung oder einem Kabarett. Die Themen der einzelnen Gesprächsabende sind nicht aufeinander aufbauend und so offen formuliert, dass sie sich für eine Diskussion aus dialogischer Perspektive eignen. Zentral sind neben vielen interessanten Einzelthemen die – wiederkehrenden – Fragen danach, was eine Psychose eigentlich ausmacht, welche Psychodynamiken sich für die drei beteiligten Gruppen durch eine psychische Erkrankung ergeben (Themen wie: Macht / Ohnmacht / Schuld / Kränkung / Einsicht ) sowie Themen, die das (Selbst)-Bild von psychisch Erkrankten betreffen (Image / Stigma / Outing).

### **Eigen-sinnige Nutzung: Psychose-Erfahrene im Seminar**

Von seinem Grundkonzept her ist ein Psychose-Seminar eine frei zugängliche, öffentliche Veranstaltung. Allein schon deshalb hat es keinen Selbsthilfe- und auch keinen therapeutischen Charakter. Aber das Sprechen im Psychose-Seminar geschieht jenseits einer hierarchischen Kliniksituation und auch nicht im vielleicht belasteten familiären Umfeld, sondern auf ‚neutralem Boden‘. Gerade der freie, sachliche und nicht-edukative Rahmen des Seminars kann aber – in einer paradoxen Umkehrung – zu sehr persönlichen Äußerungen und zu einer veränderten Selbstwahrnehmung, zu einer „Therapie ohne Absicht“ (Bock 2004, S. 33) beitragen. Im Göttinger Psychose-Seminar erleben wir das in den Tischgruppen-Runden immer wieder. Auch die bloße Tatsache, als psychose-erfahrener Mensch wirklich ernst genommen und von anderen als Expertin oder Experte anerkannt zu werden, kann für Betroffene schon einen positiven Effekt haben. Das Seminar ist nicht starr, sondern erlaubt eigen-sinnige Nutzungsmöglichkeiten durch seine psychose-erfahrenen Teilnehmerinnen und Teilnehmer: Für manche Psychose-Erfahrene ist es beispielsweise eine besondere Herausforderung und eine Art ‚Trainingsmöglichkeit‘, das Tischgruppenprotokoll zu führen und es gegen Ende des Seminars im Plenum zu präsentieren oder nach einem Vortrag eine Frage zu stellen. Andere ziehen Gewinn auch einfach aus dem stillen Da-sein und Zuhören im Seminar.

Wir beobachten, dass in jeder jährlichen Seminarreihe immer wieder neue Psychose-Erfahrene auftauchen und andere wegbleiben. Der offene Charakter des Seminars ermöglicht es, dass man sich seine Lieblingsthemen und Veranstaltungsformen aussuchen kann. Manche psychose-erfahrene Teilnehmende nutzen das Seminar für eine innere Klärung, die dann nach einigen Seminarabenden oder -reihen abgeschlossen ist. Allerdings kommt es auch vor, dass das Seminar akut Erkrankte überfordert oder Menschen, die auf einen Psychiater-Fachvortrag gehofft haben, enttäuscht.

## Themen der Göttinger Psychose-Seminare 2001 – 2008

<p><b>November 2001</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Was ist eine Psychose?</li> <li>– Haben Psychosen einen Sinn?</li> <li>– Was wünschen sich Psychose-Erfahrene, Angehörige und Professionelle voneinander?</li> <li>– Psychose und Biografie</li> <li>– Alternative zu Medikamenten – was hilft außer Medikamenten?</li> <li>– Schuld</li> </ul>	<p><b>April /Mai 2002</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Was ist für mich eine Psychose?</li> <li>– Macht und Ohnmacht – wer hat die Macht?</li> <li>– Psychose und Aggression</li> <li>– Braucht es ‚Krankheitseinsicht‘?</li> </ul>	<p><b>Herbst 2002</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Zukunft: Psychose</li> <li>– Liebe – Manipulation – Abgrenzung</li> <li>– Ver-rücktes Wohnen</li> <li>– Akzeptanz statt Diskriminierung</li> </ul>
<p><b>September/November 2003</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ‚Verrückt? – Na und!‘ Vortrag von Manuela Richter-Werling, Verein „Irrsinnig menschlich“, Leipzig zum Anti-Stigma-Schulprojekt</li> <li>– Psychotische Krise und Rettungsdienst. Podiumsdiskussion mit VertreterInnen von Feuerwehr, Sozialpsychiatrischem Dienst, Notarzt</li> <li>– Notfallhilfe in psychotischen Krisen</li> <li>– Psychose und Familie / Partnerschaft</li> <li>– Psychose und Ansehen / Image</li> <li>– Psychose-Seminar – was folgt?</li> </ul>	<p><b>September/Oktober 2004</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Lesung mit Sibylle Prins, Bielefeld: ‚Vom Glück – Wege aus seelischen Krisen‘. Diskussion mit der psychiatriee erfahrenen Autorin</li> <li>– Eigensinn und „Einsicht“</li> <li>– ‚Ich sehe was, was du nicht siehst.‘ Offenheit für unterschiedliche Wahrnehmungen</li> <li>– ‚Was wir Euch immer schon mal sagen wollten!‘</li> <li>– Einsicht nehmen und verhandeln</li> </ul>	<p><b>September 2005</b></p> <p>Lesung mit Sibylle Prins, Bielefeld: ‚Jetzt endlich lebe ich richtig.‘</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ‚Warum ich – ich habe immer gedacht, es trifft mich nicht.‘</li> <li>– Scham und Courage oder Umgang mit Kränkung</li> <li>– Eltern mit Psychose – wie geht es dann den Kindern?</li> </ul>
<p><b>Oktober 2006</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Psychose &amp; Partnerschaft. Mut zur lebendigen Partnerschaft auch in der Krise</li> <li>– Spielraum für die Krankheit.</li> <li>– Gespräch und Diskussion mit Waltraud und Johannes Ziehms, Bad Hersfeld</li> <li>– Outing – wer darf von der Psychose wissen?</li> <li>– Psychose – was gibt es da zu lachen?</li> <li>– Ohnmacht – Macht – selbst gemacht?</li> </ul>	<p><b>September 2007</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Alkohol als Selbstmedikation. Psychose, Depression und Sucht.</li> <li>– Vortrag und Diskussion mit Klaus Laupichler (Psychose-Erfahrener)</li> <li>– Was mir gut tut ... - Wege zur seelischen Gesundheit</li> <li>– Was in der Zeitung steht ... – psychische Erkrankungen in der regionalen Presse</li> <li>– ‚Die Diplompolychose‘ Psychiatriekabarett von und mit Annette Wilhelm</li> </ul>	<p><b>Oktober 2008</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ‚Es ist zum Verrücktwerden!‘ Frühwarnzeichen von Psychosen. Trialogischer Vortrag mit Diskussion</li> <li>– Vitamine für die Seele – was gut tut</li> <li>– Lust auf Kreativität – oder: ‚Es gibt nichts Gutes, außer: Man tut es!‘ Mini-Workshops</li> <li>– STIMMENREICH. Texte über den Wahnsinn. Lesung mit der SchauspielerIn Susa Hansen, Göttingen</li> </ul>

Unser Fazit: Das Psychose-Seminar ist ein offenes Informations- und Gesprächsangebot, das auch von Psychose-Erfahrenen kreativ genutzt wird, die mit klassischer, fest strukturierter Selbsthilfgruppenarbeit eher schwer zu erreichen sind.

## **Psychose-Selbsthilfgruppe und Psychose-Seminar**

Das gerade Gesagte steht nicht im Gegensatz zu den engen Verbindungen, die das Göttinger Psychose-Seminar von Beginn an zum psychiatrischen Selbsthilfebereich in der Region pflegte. Beim ersten Seminar 2001 nutzte ein Mitglied der vorbereitenden Initiativgruppe die Gelegenheit, auf dem Seminar für die Gründung einer Selbsthilfgruppe für Psychose-Erfahrene zu werben, da es zu diesem Zeitpunkt keine aktive Selbsthilfgruppe mit Schwerpunkt ‚psychotische Erkrankungen‘ in Göttingen gab. Wenige Tage nach dem Ende des ersten Seminars fand das Einstiegstreffen der Selbsthilfgruppe in der Göttinger Selbsthilfekontaktstelle statt. Der Start glückte und die Gruppe besteht bis heute. Teilnehmerinnen und Teilnehmer der „Göttinger Selbsthilfgruppe für Psychose-Erfahrene“ sind wie viele andere Menschen Nutzerinnen und Mitgestalter der Psychose-Seminare.

Darüber hinaus sind der Selbsthilfebereich und das Psychose-Seminar noch über einen anderen, sehr praktischen Punkt verbunden: Die Arbeit der dialogischen Initiativgruppe geschieht ehrenamtlich. Um die anfallenden Kosten für Raummiete und Lesungen zu bestreiten, wird jährlich ein Projektförderantrag bei einer örtlichen Krankenkasse gestellt. Dieser Antrag geht von der Angehörigen- oder der Psychose-Erfahrenen-Gruppe aus. Das Psychose-Seminar firmiert also offiziell als ein ‚Projekt‘ der Selbsthilfgruppen.

## **Enttäuschte Erwartungen: Angehörige im Psychose-Seminar**

Das Göttinger Psychose-Seminar wurde durch die Angehörigengruppe psychisch Kranker angestoßen und in den ersten Jahren seines Bestehens engagierten sich auch viele aktive Angehörige im Psychose-Seminar. Zuerst kamen manche Angehörige ins Seminar mit der Erwartung, sie würden dort erfahren, wie sie besser mit ihren erkrankten Söhnen oder Ehefrauen umgehen könnten. Sie erhofften sich Ratschläge und eigenen Erkenntnisgewinn aus den Beiträgen der Professionellen und der Psychose-Erfahrenen. Nach einiger Zeit der Mitarbeit änderte sich diese passive Haltung und viele Angehörige waren nun eher daran interessiert, Professionellen und Erfahrenen die Sichtweise von Angehörigen nahe zu bringen.

In den letzten zwei Jahren meiden viele Angehörige der Angehörigengruppe zunehmend das Göttinger Psychose-Seminar. Zum einen sind es nach unserer Einschätzung oftmals sehr belastete Angehörige, die in ihrer momentanen Situation ganz andere Unterstützungsformen benötigen, zum anderen sind Frustrationstendenzen zu erkennen. Die Teilnahme am Seminar „bringt mir nichts Konkretes für meine eigene Lebenslage“, es habe sich „doch nichts verändert“ – das sind typische Statements dazu. Wir wären sehr glücklich, wenn

wir diese Angehörigen wieder gewinnen könnten und sie sich offen mit ihren konkreten Bedürfnissen und Anliegen in die Seminardiskussionen und in die Seminarvorbereitung einbringen würden.

## **Selbsthilfekontaktstelle und Psychose-Seminar**

Die Göttinger Kontaktstelle im Selbsthilfebereich begleitet und berät das Göttinger Psychose-Seminar und seine Planungsgruppe seit den ersten Anfängen vor bald zehn Jahren. Die Grundanliegen sind ähnlich: Wie in der Selbsthilfeunterstützung liegt der Idee des Psychose-Seminars ein umfassendes Menschenbild zu Grunde, das eine vollständige Wahrnehmung des Menschen, mehr Respekt für subjektive Prozesse und eine größere Fähigkeit zum Dialog als notwendig empfindet, um langfristig tragfähige, heilsame therapeutische Strukturen zur Unterstützung und Begleitung von betroffenen Menschen zu entwickeln. Die ressourcenorientierte Haltung der Psychose-Seminare unterstützt die Selbsthilfepotentiale der Seminarbesucherinnen und –besucher. Das Konzept der Psychose-Seminare trägt im Sinne einer aktiven Krankheitsbewältigung wesentlich zur Entwicklung von Eigenverantwortung, Selbstbestimmung und Selbstwertgefühl und zur Verbesserung der sozialen Beziehungen der betroffenen Menschen bei.

In den Anfängen des Göttinger Psychose-Seminars übernahm die Mitarbeiterin der Kontaktstelle im Selbsthilfebereich die Moderation der einzelnen Gesprächsabende. Inzwischen ist sie festes Mitglied der Initiativgruppe. Die Vorbereitung, Durchführung und Moderation der einzelnen Psychose-Seminare wird in ‚gelebter‘ trialogischer Zusammenarbeit abwechselnd von Psychose-Erfahrenen, von Angehörigen oder von professionellen Mitstreiterinnen gestaltet.

## **Acht Jahre Dialog in Göttingen**

In den acht Jahren der Arbeit im Göttinger Psychose-Seminar haben wir viele Erfahrungen gesammelt. In der Öffentlichkeit bekommen wir eine positive Resonanz auf unsere Angebote – von den Seminarteilnehmenden, aber auch von verschiedenen Institutionen, Organisationen und Einzelpersonen aus der psychiatrischen und psychosozialen Versorgung in der Göttinger Region. Die kontinuierliche gemeinsame Arbeit hat auf jeden Fall über den Kreis des eigentlichen Seminars hinaus zu einer engeren trialogischen Vernetzung von Psychose-Erfahrenen, Angehörigen und Professionellen beigetragen. Zunehmend werden betroffene Menschen gezielter und individueller in Kooperation mit allen Unterstützerinnen und Unterstützern begleitet.

So gut der ‚informelle Dialog‘ bei uns bereits funktioniert: Wir sind in Göttingen noch lange nicht so weit, trialogische Strukturen fest in psychiatrischen Institutionen und Kontexten zu etablieren, wie das anderswo mit Behandlungsvereinbarungen in Kliniken, trialogisch geführten Psychiatrie-Beschwerdestellen oder Nutzer-kontrollierten psychiatrischen Einrichtungen schon der Fall ist. (vgl. Bock / Buck / Esterer 2007, S. 261-274; Lehmann / Stastny 2007)

Ein Problem nicht nur des Göttinger Psychose-Seminars ist die vergleichsweise kleine Zahl von Teilnehmenden aus dem professionellen Bereich. Besonders Ärztinnen und Ärzte lassen sich nur schwer zu den dialogischen Gesprächen motivieren – obwohl das Göttinger Psychose-Seminar seit einigen Jahren sogar als Fortbildungsveranstaltung der Niedersächsischen Ärztekammer anerkannt ist. Mit Psychose-Erfahrenen und Angehörigen ‚auf gleicher Augenhöhe‘ und über subjektive Erlebnisse, z. B. auch eigene Ängste, zu sprechen, scheint einige Professionelle augenscheinlich noch zu überfordern. (vgl. Becher / Zaumseil 2004)

## **„Psychiatrie zum Thema machen“: Psychose-Seminar und Öffentlichkeitsarbeit**

Die jährlichen Psychose-Seminare haben sich als Motor für weitere Veranstaltungen und innovative Projekte zum Schwerpunkt „Seelische Gesundheit“ in Göttingen entwickelt. Die Kontaktstelle im Selbsthilfebereich versucht, die in den Seminaren geäußerten Ideen und Wünsche aufzugreifen, Mitstreiterinnen für die Weiterentwicklung zu finden und die nötigen Rahmenbedingungen für die Umsetzung zu schaffen.

Drei Beispiele für Projekte:

**1. Regionale Psychiatrie-Broschüre:** Auf Anregung von Teilnehmenden des Psychose-Seminars wurde im September 2007 der Wegweiser „Psychisch krank – und nun?“ als Orientierungshilfe für psychisch Erkrankte, deren Angehörige und im sozialpsychiatrischen Bereich Tätige herausgebracht. Die 160-seitige Broschüre verzeichnet eine Vielzahl von regionalen Behandlungs-, Unterstützungs- und Beratungsangeboten. Zugleich informiert sie umfassend über psychische Erkrankungen, Selbsthilfekonzepte, Rehabilitations- und Rechtsfragen. Der ‚Wegweiser‘ wurde, anders als bisher bei solchen Broschüren üblich, von Mitgliedern der Initiative Göttinger Psychose-Seminar in einer durchgehend dialogischen Perspektive erstellt. (Arbeitsgemeinschaft 2007)

**2. Filmfestival Ausnahme/Zustand:** Seit dem Psychose-Seminar 2004 besteht eine Kooperation zwischen dem kommunalen Göttinger Kino Lumière und der Initiative Göttinger Psychose-Seminar. Was als begleitender „Film zum Psychose-Seminar“ mit dem Schizophrenie-Drama „Das weiße Rauschen“ begann, hat sich inzwischen zu einem eigenständigen Bereich der sozialpsychiatrischen Öffentlichkeitsarbeit in Göttingen entwickelt. Im November 2006 und im Februar 2009 haben wir das bundesweite Psychiatrie-Filmfestival „Ausnahme/Zustand“ ins Kino Lumière geholt ([www.ausnahmezustand-filmfest.de](http://www.ausnahmezustand-filmfest.de)). Spiel- und Dokumentarfilme sind unserer Erfahrung nach, flankiert durch einen Infotisch im Foyer des Kinos und Expertinnengespräche im Anschluss an die Aufführungen, ein ausgezeichnetes Mittel ‚Psychiatrie zum Thema‘ zu machen. Wir erreichen mit diesem ‚niederschweligen‘ Angebot zudem Personen, für die der Besuch eines Psychose-Seminars vielleicht (noch) zu angstbesetzt ist.

**3. Ausstellung „Glück und Krisen“:** Im November 2008 wurde erstmalig in Niedersachsen eine Ausstellung mit dem Titel „Glück und Krisen – Wege zur

seelischen Gesundheit“ präsentiert. Die in der Göttinger Stadtbibliothek gezeigte Plakatausstellung mit Themen wie „Vitamine für die Seele“ oder „Selbsthilfe – (m)eine Chance“ ist das Ergebnis trialogischer Zusammenarbeit in der Initiative Göttinger Psychose-Seminar.

### **Auf dem Weg zu einem trialogischen Netzwerk**

Die jahrelange gleichberechtigte Kommunikation zwischen Psychose-Erfahrenen, Angehörigen und Professionellen haben wir in unserer praktischen Zusammenarbeit vor Ort als sehr wertvoll erfahren. Sie ermöglicht allen Beteiligten ein wechselseitiges Lernen und führt zu einem ganzheitlichen Verständnis von psychischen Erkrankungen. Nur durch eine gezielte intensive Kooperation, Koordination und Kommunikation kann nach unserer Meinung ein auf die Bedürfnisse aller Beteiligten zugeschnittenes trialogisches sozialpsychiatrisches Netzwerk für eine Region weiterentwickelt werden. In Göttingen haben wir durch das Psychose-Seminar und die weiterführenden Projekten den Grundstein dafür gelegt.

### **Literatur**

- Arbeitsgemeinschaft der Göttinger Psychiatrie-Selbsthilfegruppen (Hg.): Psychisch krank – und nun? Handbuch und Wegweiser für psychisch Erkrankte, deren Angehörige und im sozialpsychiatrischen Bereich Tätige. Stadt und Landkreis Göttingen. Göttingen 2007 [im Selbstverlag]
- Becher, Andreas / Zaumseil, Manfred: Professionelle im Psychose-Seminar – Erste Forschungsergebnisse. In: Bombosch, Jürgen / Hansen, Hartwig / Blume, Jürgen. (Hg.): Dialog praktisch. Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige und Professionelle gemeinsam auf dem Weg zur demokratischen Psychiatrie. Neumünster 2004, S. 62-72
- Bock, Thomas / Buck, Dorothea / Esterer, Ingeborg (Hg.) „Es ist normal, verschieden zu sein.“ Psychose-Seminare – Hilfen zu Dialog, 2. aktual. Aufl. Bonn 2000
- Bock, Thomas: Wo wir stehen – die Landschaft der Psychoseseminare heute. In: Bombosch, Jürgen / Hansen, Hartwig / Blume, Jürgen. (Hg.): Dialog praktisch. Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige und Professionelle gemeinsam auf dem Weg zur demokratischen Psychiatrie. Neumünster 2004, S. 29-39
- Bock, Thomas / Buck, Dorothea / Esterer, Ingeborg (Hg.): Stimmenreich. Mitteilungen über den WahnSinn (veränderte Neuausgabe). Bonn 2007
- Kalms, Jana / Striegnitz, Torsten: Raum 4070. Psychosen verstehen. Ein Dokumentarfilm über das Psychose-Seminar Potsdam, mit Lehrfilm „Psychosen verstehen“. Bonn 2006 [2 DVD]
- Lehmann, Peter / Stastny, Peter (Hg.): Statt Psychiatrie 2, Berlin 2007.
- Zaumseil, Manfred: Psychoseseminare – ein Puzzle theoretischer Bausteine, in: Geislinger, Rosa (Hg.): Experten in eigener Sache. Psychiatrie, Selbsthilfe und Modelle der Teilhabe. München 1998, S. 191-203

Aktuelle Adressliste der Psychose-Seminare und Trialoggruppen über Jan Tattermusch, Psychose-Seminar Potsdam, e-Mail: [j.tattermusch@web.de](mailto:j.tattermusch@web.de)

Frauke Klinge ist Historikerin M. A., im Göttinger Selbsthilfebereich im Schwerpunkt Seelische Gesundheit aktiv und Gründungsmitglied der Initiative Göttinger Psychose-Seminar.

Margret Loeser ist Lehrerin i. R., im Göttinger Selbsthilfebereich im Schwerpunkt Seelische Gesundheit aktiv, Kontaktperson der Angehörigengruppe psychisch Kranker in Göttingen und Gründungsmitglied der Initiative Göttinger Psychose-Seminar.

Barbara Meskemper ist Dipl. Sozialpädagogin, Gestalt- und Tanztherapeutin und seit 18 Jahren Leiterin der Kontaktstelle im Selbsthilfebereich in Göttingen. Einer ihrer Arbeitsschwerpunkte ist die Förderung der Selbsthilfe sowie die Initiierung von zukunftsweisenden Projekten im Bereich Seelische Gesundheit.