



Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.

Neuigkeiten Mai 2021



Liebe Mitglieder, Freunde und Interessierte,

Seelische Gesundheit: Was meiner Seele gut tut!

Im letzten Jahr und Anfang dieses Jahres lag der Focus von außen (Psychiatern, Therapeuten und Angehörigen) auf meine psychischen ERKRANKUNGEN! Diagnosen wurden gestellt, Psychopharmaka ausprobiert und mir immer wieder aufs Neue vermittelt, wie krank ich bin. Um aus diesem Teufelskreis auszusteigen und auch um die Drehtür der Psychiatrie zu verlassen, setze ich meinen Schwerpunkt auf den Blickwinkel meiner seelischen und körperlichen Gesundheit.

Ich habe in einer meiner Klinikaufenthalte versucht zu visualisieren, dass es ganz viele Bausteine gibt, die für mich und eine seelische Gesundheit wichtig sind. Das Bild das dabei entstand haben wir angehängt. Heute möchte ich versuchen über diese nicht gefüllten Gedankenblasen zu schreiben. Das fällt mir aktuell etwas schwerer als sonst, weil ich mich in einer depressiven Phase befinde. Umso mehr habe ich die Hoffnung, dass es mir hilft sich auf etwas Positives zu konzentrieren und dass vielleicht Anregungen für Euch mit dabei sind. Gerne lese ich auch von Euren Ansätzen und würde mich über Zuschriften per Mail oder Post zum Thema „Meine Schritte zur Seelischen Gesundheit“ sehr freuen.

Gerade wenn alles doch eher düster um einen herum ist, ist es eine gute Frage, was kann denn wirklich JETZT etwas Licht und Helligkeit in mein Leben bringen? Okay, die Sonne scheint- Glück gehabt- so kann schon mal das Wetter nicht schuld sein, an meiner Stimmung. Wäre sonst eine einfache Erklärung gewesen, aber doch auch eine Ausrede. Ich habe das Gefühl, ich muss eher in mir selbst suchen. Die Dinge von außen verändern meinen Zustand gerade nicht- verschlechtern ihn aber auch nicht. Was aber ist in mir zu finden, außer diese unsagbare Leere und Einsamkeit gepaart mit dunkelgrauen bis schwarzen Wolken, die mir die Sicht versperren. Jetzt bin ich froh, dass ich so ein doch eher farbenfrohes Bild mir für meine Seelische Gesundheit gemalt habe. Ich schaue mir weitere Bilder an, die ich in meiner Manie gemalt habe. Alle farbenfroh und strahlen so viel Leichtigkeit aus. Diese Leichtigkeit vermisse ich gerade. Alles fühlt sich schwer, kraftlos und leidvoll an. Ich bleibe mit meinen Augen an dem Bild mit den gelben und lila Farbkleckschen erneut hängen. Es fühlt sich gut an, sich diese Kleckse anzuschauen. Und doch sehe ich die dunklen Schatten, die immer wieder auch im Bild auftauchen. Genau so ist die Realität!

Es gibt diese Schattenseiten, die versuchen, die Macht über mich zu übernehmen. Doch was passiert, wenn ich diese Schatten einfach akzeptiere und meine Gedanken umlenke und schaue, wann fühle ich mich wohl. Genau zu

schauen, was sind täglich die kleinen Dinge, die mir Freude bereiten und mich stärken. Was fördert meine seelische und damit automatisch meine körperliche Gesundheit? Oder sollte ich heute lieber bei der körperlichen Gesundheit anfangen um damit meiner Seele ein Sprungbrett zu geben? Ich starte meinen trüben Tag mit einer Körperreise. Ohne Musik, wirklich nur in Gedanken durch den ganzen Körper reisen um zu spüren, wo zwickt es, wo ist er verspannt und wo fühlt es sich gut an. Am Anfang fällt es mir schwer dabei zu bleiben. Ständig gehen meine Gedanken auf Wanderschaft und suchen förmlich nach destruktiven Ideen.

Mit der Zeit wird es aber leichter beim Körper zu bleiben. Und es gibt tatsächlich Regionen die sich gut anfühlen. Bei diesen verweile ich länger. Ich merke, wie das tatsächlich auch meiner Seele gut tut. Sie kann zumindest etwas Leichtigkeit verspüren, es ist nicht alles verkrampft und hoffnungslos! Nach meiner Körperreise habe ich das Bedürfnis zu duschen. Vor allem meine verkrampfte Schultermuskulatur wird sich über warmes Wasser freuen. Früher habe ich immer beim Duschen eine Achtsamkeitsübung gemacht. Warum nicht? Es hat mir gut getan und mich aus meinen Anspannungsphasen „rausgewaschen“. Auch wenn ich mich gerade eher schlapp fühle kann eine Achtsamkeitsübung ja nicht schaden und ich hole mir eines meiner Lieblingsduschgels mit einem sonnigen und fruchtigen Geruch. 10-15 Minuten stehe ich unter der warmen Dusche, konzentriere mich auf das warme, nasse Wasser und den Duft des Duschgels der immer wieder in meine Nase steigt. Ich merke, dass war eine gute Entscheidung. Es fühlt sich zwar nicht alles leicht und beschwingt an, aber einen kleinen Sonnenstrahl konnte ich entdecken. Jetzt schnell fertig machen und zum Termin bei der Ergotherapie- vielleicht hat die Therapeutin sich auch noch etwas Schönes für mich einfallen lassen was mich auf meinem Weg unterstützt- ich bin in Vorfreude, was der Tag mir noch bringen wird- ein kleiner Schmetterling ist im Bauch zu spüren- es sind noch nicht die, die den Sommer ankündigen und sagen, die Depression ist vorbei- aber ein Anfang ist gemacht und ich werde weiter meinen Weg gehen, denn ich weiß: auch eine Depression ist nur eine Phase, sie wird wieder vorbei gehen und je mehr ich für mich selbst tue umso leichter und schneller werde ich MEINEN Weg daraus finden.
Fortsetzung folgt ...

Eure Michaela

Wieviel Geld kann man aus dem Leid kranker Menschen erwirtschaften?

Ist euch schon mal aufgefallen, dass fast alle Kliniken, Krankenhäuser und diverse Einrichtungen GmbH's sind?

Und was machen GmbH's? Sie verdienen Geld, erzielen Umsätze mit ihrer Arbeit. Und mit wem arbeiten sie? Mit Patienten, kranken Menschen und aus dem Leid dieser kranken Menschen wird profitiert. Deswegen ist es auch gut für so viele GmbH's, wenn die Menschen krank werden. Sie können Umsätze erzielen und Gewinn machen. Hier ein kleiner Ausschnitt aus einer Bilanz der Vitos GmbH (Standort: Gießen-Marburg).

Die Vitos Gießen-Marburg gemeinnützige GmbH erzielte im Geschäftsjahr 2019 Gesamterträge in Höhe von 71 Millionen Euro. Der Anteil der Umsatzerlöse betrug 71 Millionen Euro, davon entfallen auf das Klinikum 60 Millionen Euro, auf den ambulanten Bereich entfallen ca. 6 Millionen Euro, ca. 3 Millionen Euro beträgt der Anteil der Begleitenden psychiatrischen Dienst ca. 9 Millionen Euro der Erlös aus Wahlleistungen und Nutzungsentgelten und entfallen 2 Millionen Euro auf die jugendforensische Psychiatrie. Die Gesamtaufwendungen belaufen sich auf 68 Millionen Euro. Es ergibt sich damit der Jahresüberschuss in Höhe von ca. 3 Millionen Euro. Auch die Pharmaindustrie spielt hier eine wichtige Rolle. Denn mit Medikamenten wird auch Umsatz erzielt. Die meisten Pharmafirmen sind Aktiengesellschaften. Es gibt zertifizierte Software, die nur von Praxen genutzt werden dürfen. Diese Praxen bekommen dann durch diese Software Medikamente von bestimmten Herstellern empfohlen, auch mit Werbebannern. Die Software gelangt durch einen Vertreter der Pharmaindustrie in die Praxen. Das ist allerdings illegal, aber so geht die Pharmaindustrie vor. Die EMA (European Medicines Agency) wird von diesen Pharmafirmen finanziert und hat ihre Daseinsberechtigung durch Pharmafirmen. Die EMA ist eine Zulassungsbehörde für Medikamente, die ihre Beiträge von Pharmafirmen bekommt. Und jetzt stellt man sich da doch die Frage, ob die Zulassungsbehörde einem Unternehmen, dass sie selbst zahlt oder von dem sie gezahlt wird bei einer Zulassung eines Medikamentes versagen würde? Ähnlich geht das Prinzip bei der Vitos GmbH. Denn auch dort werden die Gelder hin und hergeschoben, wie es einem passt. Kennt man ja aber schon von den Ärzten dort, wie sie ihre Diagnosen vergeben. Ähnliches Prinzip, wird auch hin- und hergeschoben und leider verteilen sich die Diagnosen nur auf den Patienten und die Gelder nur auf die Firmen. Ist euch schon mal aufgefallen, dass Selbsthilfegruppe die tatsächlich bessere Variante für Betroffene sind, um sich zu helfen und dass diese ehrenamtlich tätig sind und keine Gelder aus irgendwelchen Erlösen erzielen. Denn dort steht noch der Mensch im Vordergrund und nicht die Machtgier nach Geld.

Hier noch ein Auszug vom deutschen Ärzteblatt (September 2002): (PDF im Anhang)

Der Wettbewerb zwingt zur Erschließung neuer Märkte. Das Ziel muss die Umwandlung aller Gesunden in Kranke sein, also in Menschen, die sich möglichst lebenslang sowohl chemisch-physikalisch als auch psychisch für von Experten therapeutisch, rehabilitativ und präventiv manipulierungsbedürftig halten, um "gesund leben" zu können. Das gelingt im Bereich der körperlichen Erkrankungen schon recht gut, im Bereich der psychischen Störungen aber noch besser, zumal es keinen Mangel an Theorien gibt, nach denen fast alle Menschen nicht gesund sind. Fragwürdig ist die analoge Übertragung des

Krankheitsbegriffs vom Körperlichen auf das Psychische.

Einige Beispiele:

a) Das Sinnesorgan Angst, zuständig für die Signalisierung unklarer Bedrohungen, ist zwar unangenehm, jedoch vital notwendig und daher kerngesund; nur am falschen Umgang mit Angst (zum Beispiel Abwehr, Verdrängung) kann man erkranken. In den 70er- und 80er-Jahren jedoch hat man die Angst als Marktnische erkannt und etliche neue, selbstständige Krankheitseinheiten konstruiert.
Teena

Interna

Die Website des Lvpeh hat eine neue Suchfunktion

<https://lvpeh.de/suche.html>

Besuchskommissionen in Hessen

HMSI-Besuchskommissionen

<https://soziales.hessen.de/gesundheit/gesundheitsversorgung/psychiatrische-versorgung/besuchskommissionen>

Die ehrenamtliche Genesungsbegleiterin Julia Kistner arbeitet in der unabhängigen Beschwerdestelle Gießen. Sie hat selbst Psychiatrieerfahrung und möchte andere Betroffene, die in einer schweren Krise sind, bestmöglich unterstützen und für ihre Rechte eintreten.

<https://soziales.hessen.de/video/julia-kistner-genesungsbegleiterin>

Martin von Hagen ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Er möchte sich als berufenes Mitglied der Besuchskommission dafür einsetzen, dass die Stigmatisierung von psychisch Kranken verhindert wird und ihre Rechte gewahrt bleiben.

<https://soziales.hessen.de/video/martin-von-hagen-facharzt-fuer-psychiatrie-und-psychotherapie>

Zusammenfassender Bericht der Besuchskommission nach § 5c Maßregelvollzugsgesetz (Wiesbaden, 22.04.2021)

https://lvpeh.de/pdf/Bericht_BesuchskommissionnachMaßregelvollzugsgesetz.pdf

Interessante Links

37. Frankfurter Selbsthilfemarkt trifft Frankfurter SelbsthilfeZeitung

<https://selbsthilfe-frankfurt.net/zeitung>

LWV Hessen - Das persönliche Budget

<https://www.lwv-hessen.de/leben-wohnen/persoeliches-budget/>

SeelenArbeit im Sozialismus

Psychologie, Psychiatrie & Psychotherapie in der DDR

<http://www.seelenarbeit-sozialismus.de/seelenarbeit-sozialismus/start.html>

DGPPN-Preise 2021: für mehr Verständnis und Akzeptanz von psychischen Erkrankungen

<https://www.dgppn.de/presse/pressemitteilungen/pressemitteilungen-2021/preise-2021.html>

Psychiatrische und psychosomatische Versorgung optimieren

Interessenten können sich unverbindlich bis zum 13.05.2021 unter eppik@uni-ulm.de für die Teilnahme an der Veranstaltung anmelden.

<https://idw-online.de/de/news768628>

Seelische Corona-Schäden Kinderärzte warnen Eltern vor Abschottung

<https://www.hessenschau.de/gesellschaft/kinderaerzte-warnen-eltern-vor-abschottung,kinderaerzte-corona-impfungen-100.html>

Rechtsberatungsstelle des Frankfurter Anwaltsvereins

<https://www.frankfurter-anwaltsverein.de/buergerservice/rechtsberatung/>

Total am Ende : Was die Pandemie für Menschen mit Behinderung bedeutet

https://www.wz.de/ratgeber/familie-und-jugend/was-die-pandemie-fuer-menschen-mit-behinderung-bedeutet_aid-57783909

Personalwechsel

Dr. Henrike Krause-Hünerjäger (51) wird ab 3. Mai die neue Chefarztin am Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie (ZPP) am Klinikum Werra-Meißner. Sie tritt damit die Nachfolgerin des Ärztlichen Leiters Martin von Hagen an.

<https://www.klinikum-werra-meissner.de/klinikum/unternehmen-verantwortung/presse/pressemitteilungen/NeueChefaerztin.php>

Links

[Landesverband Psychiatrie-Erfarene Hessen e.V.](#)

[Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.](#)

[Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen](#)

[Landesverband Hessen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.](#)

[Liste der unabhängigen Beschwerdestellen in Hessen mit Website](#)

[Das offene Ohr des Lvpeh e.V.](#)

Mitglied werden/mitmachen

[Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.](#)

[Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.](#)

Bezüglich Haftung für die Inhalte und Links bzw. Urheberrecht und Datenschutz wird auf die allgemein gültigen Regularien bzw. die Angaben entsprechend dem Haftungsausschluss wie in [lvpeh.de](#) hingewiesen.

Diese E-Mail wurde an {{ contact.EMAIL }} versandt.
Sie haben diese E-Mail erhalten, weil Sie sich auf Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V. angemeldet haben.

[Abmelden](#)



© 2021 Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.

Lvpeh e.V. • Scheidertalstraße 52 • 65232 Taunusstein

info@lvpeh • www.lvpeh.de

Vorstand: Karla Keiner, Regina Kucharski, Sonja Lietzau
Amtsgericht Wiesbaden, VR 3316