



Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.
Januar 2025



Liebe Mitglieder, Freunde und Interessierte!

Die im Newsletter geäußerten Ansichten und Meinungen sind allein jene der Verfasser und spiegeln nicht unbedingt den Standpunkt des Lvpeh e.V. wider.

Die Jahresbroschüre 2024 kann als [PDF \(41MB\) heruntergeladen](#) werden.
Es gibt eine Version (Qualitätsverlust der Bilder und Grafiken) mit [5MB zum herunterladen](#).

Jahresanfang

ich hoffe Ihr seit alle gut ins neue Jahr gekommen und ich wünsche Euch von ganzem Herzen ein gesundes neues Jahr 2025!

Ich bin ganz gemütlich mit Raclette essen ins neue Jahr gestartet und um Mitternacht habe ich mich am Feuerwerk über Taunusstein erfreut. Ich bin zwar immer zwiegespalten, ist Feuerwerk doch schlecht für die Umwelt, macht den Tieren Angst und ist eigentlich nur Geldverschwendung. Aber auf der anderen Seite liebe ich das Funkeln am Himmel und erinnert mich immer an meine Kindheit, an die ich sehr gerne zurückdenke.

Ich knalle nicht selbst, davor habe ich viel zu viel Angst und kann gar nicht nachvollziehen, dass manche Menschen sogar eigene Böller bauen und das Risiko von starken Verletzungen eingehen. Mir würde es ausreichen, wenn nur noch von offizieller Seite geknallt werden dürfte und dies im Fernsehen übertragen würde. Wäre vielleicht ein Kompromiss.

Nach Silvester hatten wir Schnee und ich konnte endlich im Schnee spazieren gehen. Ich mag es, wenn der Schnee unter den Schuhen knirscht und die Luft nach Schnee riecht. Besonders liebe ich die weiß gepuderten Bäume, ich bin oft im Wald stehen geblieben und musste einfach Bilder machen, um diese Schönheit für mich festzuhalten.

Nach ausgiebigen Spaziergängen haben wir dann gemütlich bei einer Tasse Tee neue Gesellschaftsspiele gespielt (habe zwei zu Weihnachten geschenkt bekommen). Ich spiele sehr gerne. Egal ob es einfach Kartenspiele oder kompliziertere Brettspiele sind. Bei den neuen Spielen musste ich sogar erstmal online mir die Spielregeln erklären lassen. Mittlerweile können wir sie gut spielen und müssen nur selten im Regelwerk nachlesen.

Wenn ich spiele bin ich in einer anderen Welt. Ich vergesse alle Sorgen und lebe in diesem Moment. Somit ist spielen eine wunderbare Achtsamkeitsübung für mich. Ich fühle mich danach leichter und erholt. Spielt Ihr auch?

Wir als Newsletter-Team würden uns sehr freuen, wenn Ihr uns auch dieses Jahr wieder Beiträge zum Veröffentlichen zusendet. Wir veröffentlichen auch anonym, wenn gewünscht.

Ich wünsche Euch eine gute Zeit und würde mich freuen, wenn wir uns beim Hessentreffen am 8. Februar in Frankfurt in der alten Backstube sehen würden!

Herzliche Grüße

Michaela

Fachtagung Psychiatrie

im Hessischen Sozialministerium

Ich kam etwas verspätet am 4.12.2024 zur Fachtagung Psychiatrie ins [Hessischen Sozialministerium](#).

Ich besuchte diese Fachkonferenz als Vertreterin der Betroffenen für den LVPEH.

Es gab zur Anreise zunächst Probleme bei der Bahnfahrt und dann weitere Probleme in Wiesbaden. Es war für mich nicht leicht, den Ort des Treffens zu finden.

Zum Glück bekam ich 1:1 telefonische Wegbegleitung und kam dann mit einer Punktlandung (organisatorischen Vorlauf und Grußworte hatte ich verpasst) direkt zur inhaltlichen Präsentation und anschließenden Diskussion.

Ich wusste nicht, wer die Teilnehmer im Einzelnen waren. Ich schätze, es waren ca. 30 Männer und Frauen anwesend.

Weil ich die Namensschilder nicht lesen konnte und somit auch die entsendenden Organisationen nicht sah, steht im folgenden Text neutral, z.B. "sie" oder "jemand" oder "man". Alle Beiträge kamen also von Einzelpersonen und von Profiseite bzw. vom Ministerium, falls das nicht anders im Text beschrieben ist.

Moderiert wurde von Seiten des Ministeriums.

Außer Profis (Psychiatrie, Sozialpsychiatrie und einigen Amtspersonen) waren dort vertreten: Kassenärztliche Vereinigung, ExIn Beratung, LVPEH und noch eine relativ neutrale Beratungs-Organisation, vielleicht EUTB (Das habe ich mir leider nicht genau merken können).

Man zeigte zunächst Diagramme an der Wand und zwei Statistik-Experten erklärten die Inhalte.

Es gibt unterschiedlich aufgebaute Diagramme dazu, die Statistiken sind zusätzlich im Wortlaut im Bericht des Sozialministeriums erläutert. (Dieser liegt im Büro des LVPEH vollständig, z.B. auch als PDF, vor.)

Die gezeigten Daten der vorgelegten Statistiken waren von 2021 und 2022, neuere gab es nicht. Die Auswertung ist statistisch gesehen korrekt aber die tatsächliche Bedeutung der statistischen Erhebung steht auf wackeligem Grund. Als Grundlage der Statistik diente der Rücklauf von Daten nach Befragungen aller Kliniken in Hessen.

Aber nicht alle Kliniken antworteten, sondern nur wenige. Die Daten, besonders die Fallzahlen sind also nicht aussagekräftig.

1. Aufnahmestationen

Zwangsmaßnahmen- Statistik

Nacheinander sortiert, erwachsene Männer und Frauen, dabei gleichzeitig nach Altersgruppen aufgeteilt.

Auffällig war die Geschlechterverteilung. Je jünger um so mehr Zwangsmaßnahmen bei Männern. Deutlich mehr, ca. 50% mehr Männer wie Frauen bei der Summe beider Altersgruppen unter 30!

Die Frage nach Gründen kommt auf. Es seien häufig die Diagnosen Schizophrenie Alkohol, Drogen (keine Rangordnung und keine nähere Spezifikation dazu) bei jungen Männern. Weiter wurde bei der Suche nach Gründen nicht gegangen, weder in die Breite noch in die Tiefe.

Im Mittelfeld der Altersgruppen, ab 40 bis ca. 55 J. gleichen sich die Geschlechter an. Im Alter ab 50 beginnt ein leichter Frauen-Überhang der dann auch mit dem Alter zunimmt. Ab hohem Alter liegen kaum Daten vor. Die alten Menschen sind meistens in anderen Einrichtungen untergebracht, deshalb tauchen sie in der Statistik kaum auf.

2. Kinder und Jugendliche

Allgemeine Aufnahmedaten.

Sortiert nach Alterskohorten.

Die Zunahme bei Kindern und Jugendlichen war im Bezug auf die Vorjahre frappierend.

Nicht nur statistisch leicht erhöht, sondern frappierend.

Wiederholt wird zum Abschluss von den Referenten darauf hingewiesen, dass die gezeigte statistische Auswertung aufgrund des geringen Datenrücklaufs keine wirklich gültigen Rückschlüsse zulässt.

Aus diesem Grund gebe ich hier auch nur die wichtigsten, sozusagen nicht bestreitbaren Fakten wieder, so wie sie uns Teilnehmenden auch vorgestellt und erklärt wurden.

Ich bemerkte in der Runde, dass ich geschockt bin, wie viele Zwangsbehandlungen es gab und dass niemand darüber entsetzt ist. Dass Zwangsbehandlungen so alternativlos angewendet werden und man hier so nüchtern berichte, ob es denn keine Forschung gäbe, wie man anders als mit Zwangsbehandlung in der Psychiatrie reagieren kann. Man gab mir recht, es gäbe da zu wenig, allerdings hätte diese Statistik auch nur diese Frage behandelt und keine anderen...

Damit war das Thema Datenerhebung zur Situation in der [hessischen Psychiatrie](#) abgeschlossen.

Bezüglich Kosten und zu allgemeinen Fragen ging es vor allem um die prekäre Personalsituation: Fachkräftemangel ohne Aussicht auf Änderung in naher Zukunft. Interessant war, dass der Vorschlag kam, Klinische Pharmazeuten einzustellen, um den Personalmangel in den Kliniken auszugleichen.

Sie meinten dazu, es wäre nicht schwer, diese als Personal zu bekommen, es gibt hier keinen Fachkräftemangel. Klinische Pharmazeuten könnten einige Probleme durch Personalmangel abfangen. Auch könnten sie Gespräche mit Patienten übernehmen. Soweit ich mich erinnere, ist im Raum Darmstadt ein klinischer Pharmazeut mit Erfolg ins Stationsteam integriert worden. Daher kam auch die Anregung.

Fragen zu den [Unabhängigen Beschwerdestellen UBSt](#) kamen auf. Insbesondere zur Situation in Frankfurt wurde nachgehakt. Dass diese Versorgungslücke mitten im Rhein-Main Gebiet bekannt und in Fachkreisen kritisch gesehen wird, fand ich erfreulich. Zum Glück hatte das jemand eingebracht.

Das Gesundheitsamt, genauer der [psychosoziale Dienst Frankfurt](#) habe sich der Aufgabe des Beschwerdewesens angenommen, soweit möglich. Das wird so lange als Notlösung angesehen, bis dass sich an dem Zustand was verändert. Es seien zwei Hauptprobleme, warum es nicht zur Einrichtung einer UBSt in der Stadt Frankfurt gekommen sei:

Die große Einwohnerzahl wirke abschreckend und es mangle an Freiwilligen, die sich diese Mammutaufgabe zutrauen.

Es wurde dazu nichts weiter besprochen.

Im ländlichen Raum habe eine UBSt wegen mangelnder Nachfrage die Arbeit eingestellt. Man habe Werbung gemacht, alles bereitgestellt aber niemand sei gekommen. Es gab anscheinend keine Beschwerdefälle.
Ansonsten ist in Sachen UBSt in Hessen alles beim alten Stand. UBSt im städtischen Raum sind sehr stark ausgelastet, die Mitarbeiter*innen an der Grenze dessen, was sie leisten können.

Probleme mit gesetzlichen Betreuungen wurden im Zusammenhang mit Beschwerden auch angesprochen:

<https://ex-in.de/>

Das Amtsgericht hat die Betreuungsbehörde als Beschwerdestelle.

Probleme bezüglich gesetzlicher Betreuungen liegen also nicht im Zuständigkeitsbereich der UBSt. Eine wichtige Information!

[Besuchskommissionen in den Kliniken](#) und auf den Stationen werden erwähnt.

Man hätte gerne angemeldete Besuche, drei Tage Vorlauf wäre ja angemessen und üblich, weil man sich ganz allgemein für einen Besuch gerne vorbereitet. Das Gesetz PsychKG versagt nun aber eine zwingende Vorab-Information. Man bedauert dies, weil man lieber vorbereitet wäre, wenn plötzlich 10 Leute auf Station kommen. Schließlich verunsichere das die Patienten und man hätte dann eine Menge Unruhe auf den Stationen.

Man nimmt das Gesetz zwar zähneknirschend hin, freut sich aber auch, wenn eine Besuchskommission sich trotzdem höflicherweise anmeldet.

Deutlich vernehmbar war das Lob für die Mitarbeiter*innen in den ExIn Beratungen. Medizinisches Personal und Patienten sind sehr gut auf die ExIn Berater*innen zu sprechen und zeigen große Wertschätzung. Man sieht ExIn Beratung als hilfreich und unterstützend an, - man konnte es fast raushören, - als unverzichtbar für einen runden Klinikablauf aus Sicht von Ärzten, Pflegepersonal und Patienten.

Aus eigenen Reihen, - die Vorsitzende der [ExIn Beratungsstellen](#) war anwesend, - wurde in einer Wortmeldung bestätigt, dass im Verhältnis zur hohen Anerkennung viel zu wenige ExIn Berater*innen eingesetzt werden.

Das wurde von allen Seiten bestätigt. Der Mangel an ExIn Berater*innen sollte durch Abbau von Hürden (erleichterte Finanzierung bzw. Verfahren zur Ausbildung zum ExIn-Berater bzw. Genesungsbegleiter*in) verbessert werden. Man will sich das für die nächste Zeit vornehmen.

Ich appelliere, dass man psychiatrieerfahrenen Menschen generell mehr zutrauen soll. Wir können viel und wenn es schon um Kosten geht, wir können relativ kostengünstig nach unseren Möglichkeiten mit unseren Erfahrungen und Fähigkeiten viel bewirken, was insgesamt zu positiven Veränderungen beiträgt. Man sollte uns viel mehr unterstützen indem man uns Freiräume gibt, uns zu entfalten und uns machen lässt. Das ist Prävention, wirkt entstigmatisierend; Selbsthilfe ist bedeutsam um miteinander gesund zu leben.

Man schenkte dem Gesagten Beachtung, bestätigte die Bedeutung von Prävention, den entstigmatisierenden Effekt der Einbindung Betroffener und würdigte das Potential der Selbsthilfe.

Die Atmosphäre in der Veranstaltung war durchgängig gut.

Mir persönlich fehlte eine Pause in den drei Stunden. Ich hatte leider keinen Tisch an meinem Platz und konnte keine Notizen machen. Dies ist ein Gedächtnisprotokoll.

Der Begleithund war kein Problem, alle waren wohlmeinend und rücksichtsvoll, auch das

Personal im Haus.

Ich habe keine Teilnehmerliste erhalten, aber eine unterschrieben.

Eine Fahrtkostenerstattung wurde uns zum Abschluss ermöglicht, ich brauchte sie aber nicht und bedankte mich stattdessen über die großartige Einrichtung des HessenMobil Tickets.

Anonym

Die Ambivalenz der Medikamenteneinnahme

Mein Vater S. Ist jetzt für 7 Monate nach Spanien gereist, er macht dort Winterurlaub. Kaum war er weg, wurde es für mich sehr schwer, denn es tat sich wieder ein seelischer Graben auf, das letzte Stellwerk meiner Hilfe quasi noch „abzuschaffen“: Die Medikamente. Aripiprazol, wer braucht das schon? Teena schrieb vom „inneren Schweinehund“, gilt das auch dafür, die Medikamente regelmäßig einzunehmen? Ich glaube, dann ist man relativ weit unten.

Die Ambivalenz der Medikamenteneinnahme, sie holt mich immer wieder ein. Aus verschiedenen Gründen werde ich weniger therapie- „treu“: Einmal reitet mich ein gewisser antipsychiatrischer Geist und Intus, andererseits „nerven“ mich die bekloppten und belastenden Nebenwirkungen der Medikamente.

Ich wünschte, ich könnte doch nur ein bisschen freier sein.

6 Tage habe ich dann tatsächlich mal ganz ohne durchgehalten, aber das schadet mir letzten Endes nur.

Was war die Folge? total instabil und brüchig, wieder keinen Antrieb und Schwierigkeiten, mich zu organisieren. Man sollte eigentlich keine Ambivalenz der Medikamenteneinnahme entwickeln, aber das kann hin und wieder passieren, denn die Nebenwirkungen sind stark, wie Müdigkeit, Impotenz, Abgeschlagenheit, abnorme Schläfrigkeit und Bettlägerigkeit. Mittlerweile reichen 10 mg Aripiprazol, was ich Jahre so einnahm, nicht mehr aus. Ich bin bei 15-20 mg. Aber selbst das ist nicht so hart, wie man annimmt. Aripiprazol ist noch ein relativ verträgliches und nicht so starkes Medikament. Wenn ich es nicht einnehme, dann wird der Zustand noch schlechter, aber wenn man nichts mehr Produktives unternehmen kann, nur noch ans Bett gefesselt ist, das kann doch nicht die Lösung sein?

Ich wünschte Drug Holiday wäre so einfach, ist es aber nicht. Die Gefahr der Absetzerei ist, dass sich die Psychose noch weiter verschlechtert.

Es grüßt euch freundlich

Janos Pletka

Kinder psychisch kranker Eltern—
Zum Hessentreffen des Landesverbands
Psychiatrieerfahrener am Samstag

8. Februar 2025; 14:30 Uhr - 17:30 Uhr

Ort: Alte Backstube, Dominikanergasse 7, 60311 Frankfurt

„Zwei Dinge sollten Kinder von ihren Eltern bekommen: Wurzeln und Flügel“ (Johann Wolfgang von Goethe) – Motto der Stiftung „Starke Bande“

Viele Menschen mit psychiatrischer Betroffenheit sind Eltern. Die oftmals anstrengenden Erziehungsaufgaben wahrzunehmen, ist für sie schwieriger als für psychisch gesunde Menschen, die ein dickeres Fell haben. Dies kann und darf auch so sein. Doch brauchen Kinder stete Fürsorge und Zuwendung. Wo finden betroffene Eltern Hilfe, damit sie ihre Erziehungsaufgaben noch besser wahrnehmen können und zu einem erfüllenden Familienleben finden? Diesen und anderen Fragen wollen wir nachgehen. Dazu haben wir Helena Varvaroussis von der Stiftung „Starke Bande“ eingeladen und sie gebeten, mit uns über ihre Arbeit, ihre Erfahrungen und über mögliche Antworten zu reflektieren. Außerdem zeigt sie Möglichkeiten der Hilfe und der Unterstützung auf.

Das grundlegende Ziel der Stiftung ist: „Wir, die Stiftung Starke Bande, wollen diese Mütter, Väter und Kinder in und um Frankfurt herum darin unterstützen, zu einer Familie zusammenzuwachsen, in der Fürsorge, Rücksicht und Zusammenhalt das Miteinander prägen.“

Dafür bietet die Stiftung Aufsuchende Psychotherapie, Gruppenangebote, präventive Angebote bei formalen Diagnosen sowie Gewaltprävention an. Über ihre Projekte schreibt die Stiftung: „Unser Programm stützt sich auf vier Säulen, die sich ergänzen und in jeder Familie unabhängig voneinander flexibel eingesetzt werden können. Dabei ist die Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung das Hauptziel des Programms, das sich in allen Aktivitäten wiederfindet.“

Wer sich vorab informieren möchte, kann die Website der Stiftung besuchen:

<https://www.stiftung-starke-bande.de/>

Nach ihrem Vortrag begleitet Frau Varvaoussis die anschließende Diskussion, bei der psychiatrieerfahrene Erziehende sich auch über schwierige emotionale Erlebnisse austauschen können. Dabei geht es unter anderem darum, wie man mit Tabus, Angst, Trauer und Scham in der Familie umgeht.

Dr. Susanne Konrad

Selbsthilfe Veranstaltungen

Ihr könnt Veranstaltungen im Bereich Selbsthilfe über den [AOK Newsletter InKONTAKT](#) bekannter machen.

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

- Toni: Sonntag 13.00 bis 17 Uhr
- Sonja: Dienstag 16.00 bis 18.00 Uhr und Donnerstag 16.00 bis 18.00 Uhr

[Angebot Beratung Persönliches Budget](#)

Interessante Links

- [Lvpeh e.V. Jahresbroschüre 2024](#)
- [Hessentreffen am 08. Februar 2025 Psychisch erkrankte Eltern und ihre Kinder](#)
- [Schreibwerkstatt ab 2025](#)
- [LWV Hessen - Das persönliche Budget](#)
- [LWV Hessen - Budget für Arbeit](#)

Links

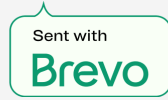
- [Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.](#)
- [Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.](#)
- [Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen](#)
- [Landesverband Hessen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.](#)
- [Liste der EUTB Beratungsstellen in Hessen](#)
- [Liste der unabhängigen Beschwerdestellen in Hessen](#)
- [Das offene Ohr des Lvpeh e.V.](#)

Mitglied werden/mitmachen

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

Sie sich auf Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V. angemeldet haben.

[Abmelden](#)



© 2024 Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.

Lvpeh e.V. • Rodergasse 7 • 65510 Idstein

info@lvpeh.de • www.lvpeh.de

06126 95 770 80

Vorstand: Karla Keiner, Regina Kucharski, Sonja Lietzau, Niels Brand und Frank
Garland

Amtsgericht Wiesbaden, VR 3316