



Liebe Psychiatrie-Erfahrene,

gerne möchte ich heute die Gelegenheit nutzen, mich einmal bei Euch vorzustellen.

Mein Name ist Silke Plankl, ich bin 44 Jahre alt und komme aus Hofheim am Taunus. Im Jahre 2003 ging ich das erste Mal in eine psychiatrische Klinik auf eigenen Wunsch, da ich an Depressionen litt und bekam zum ersten Mal Anti-Depressiva. 2006 hatte ich meine erste Psychose und kenne Psychiatrien seitdem sehr gut von innen. Mit der Diagnose einer Schizophrenie habe ich zunächst noch einige Jahre gearbeitet bis ich mich berenten ließ und seitdem nur noch auf Minijob-Basis arbeiten kann. Seit Krankheitsbeginn bis heute hat mich die Hoffnung nicht verlassen, doch noch einmal gesund zu werden und so machte ich mich auf den Weg, las Bücher über die Genesung von Schizophrenie-Erkrankten und bin so auch zu Euch, dem LvPEH gestoßen. Dies war und ist für mich eine große Bereicherung, da ich viele Gleichgesinnte traf und so feststellen konnte, dass noch mehr Betroffene meine Hoffnung, aber auch meinen Schmerz teilen, konnte mich austauschen über Literatur, Gesetze, Medikamente, Kliniken/Soterien, Veranstaltungen und so weiter.

Meine ersten Erfahrungen mit anderen PE machte ich bereits im Rahmen einer Selbsthilfegruppe in Frankfurt im Jahre 2006 und wenig später bis zum heutigen Tag in der Selbsthilfegruppe in Kelkheim. 2017 besuchte ich zum ersten Mal die Mitgliederversammlung des LvPEH, kam dann zur „Anlaufstelle seelische Gesundheit“ und zur „AG Positive Psychiatrie“ hinzu und bin seit kurzem mit im Vorstand des Landesverbandes. Die gemeinsamen Treffen mit den Psychiatrie-Erfahrenen, der wertvolle Austausch untereinander, das Füreinander-Dasein, das Teilen von Erfahrungen, Hoffnungen und die Arbeit an gemeinsamen Zielen wie z.B. Projekten, von denen die Betroffenen profitieren sollen, machen mir große Freude und ich habe dadurch auch das Gefühl, mein Erlebtes sinnvoll und auf eine konstruktive Weise einbringen zu können.

Ich hatte meine letzte richtige Psychose im Jahre 2008 und habe gelernt mit der Erkrankung und mir gut umzugehen und sie zu hinterfragen. Ich habe viele Jahre Erfahrung in Psychiatrischen Einrichtungen hinter mir und 22 Jahre Therapie-Erfahrung in unterschiedlichen Verfahren, nehme auch privat an Veranstaltungen teil, um mich persönlich zu reflektieren und zu genesen. Ich habe sowohl Gutes als auch Schlechtes in Psychiatrien und auch in Therapien erlebt und möchte nun all mein bisheriges Wissen gerne zum Wohle aller Betroffenen einbringen, die noch leiden, anderen Mut machen, sie stark machen und helfen, wo ich kann. Gerne möchte ich mich dafür einsetzen, dass Psychiatrie-Erfahrene zu ihrem Recht kommen und eine Möglichkeit bekommen, ihre Fähigkeiten und Talente einzubringen, für die sie eines Tages auch entlohnt werden können. Auch liegt mir sehr am Herzen mich gegen Stigmatisierung einzusetzen. Im Übrigen bin ich eine absolute Teamplayerin mit Kämpferherz und Präferenz zur Harmonie. Und nun hoffe ich mit Euch gemeinsam etwas zu bewegen zum Wohle von uns allen.

Liebe Grüße,
Silke