

ZUR WIEDERKEHR DES ELEKTROSCHOCKS – THERAPIE ODER SCHÄDIGUNG ?

Gesundheitsvortrag mit Diskussion

Dr. phil. h.c. Peter Lehmann (Berlin)

Dipl.-Pädagoge und Medizinjournalist



Dienstag, 10. März 2020 – 18.00 Uhr

SEKIS-Seminarraum, Gartenfeldstraße 22, 54295 TRIER

- Mit Literatur- und Infotisch Selbsthilfe SeelenWorte RLP / Vorstellung Selbsthilfezeitung SeelenLaute / Büchertisch des Berliner Antipsychiatrieverlags

EINTRITT FREI, Spende an den Veranstalter am Abend erbeten. Zugang barrierefrei, Platzreservierung möglich über sh_seelenworterlp@email.de oder Tel. 0178/2831417 (Gangolf Peitz, BKS Saar)

Eine öffentliche Veranstaltung von SELBSTHILFE SEELENWORTE RLP, im BPE e.V. – Aktiv für seelische Gesundheit in Rheinland-Pfalz. Freundlich unterstützt von AOK und Knappschaft

TERMINE 2020

SeelenLaute + SeelenWorte, vgl. bpe-online.de
und BPE-befundete regionale Selbsthilfen für seelische Gesundheit

Saarburg, 2. Donnerstag im Monat. 14.30-16.00 Uhr: Zentrales Monatstreffen von Selbsthilfe SeelenWorte RLP. MGH-Café Urban, Staden 130. Treffen nach Vereinbarung auch in Trier

Saarbrücken, 3. Donnerstag im Monat. 17.30-19.00 Uhr: Zentrales Monatstreffen von Selbsthilfe SeelenLaute Saar. Café Jederman, Johannisstraße 2. **Merzig/Losheim:** Zweimonatlich Treffen von Selbsthilfe SeelenLaute Merzig-Wadern, n. V.

Vorbehaltlich aktueller Änderungen! Neuinteressierte und unregelmäßig Teilnehmende bitte tags zuvor kurz mailen oder anrufen (Tel. 0178 2831417)

Die allgemeinen Selbsthilfefinfos von SH SeelenLaute Saar und SH SeelenWorte RLP sind in deren Flyern (öfters dieser Zeitung beiliegend) beschrieben, sowie im Netz unter bpe-online.de und art-transmitter.de. Unser Gesundheits- und Sozialengagement wird partnerschaftlich gefördert von Gesetzlicher Krankenversicherung, ministeriellen Stellen sowie Landkreis- und Kommunalverwaltungen. Dank gilt auch Privatpersonen, Praxen, Einrichtungen und fremden Selbsthilfen für Unterstützungen unserer umfangreichen Arbeit, sowie uns verbundenen beruflichen Fachkräften für „man power“- und Sachhilfen.

❖ **Unser Spendenkonto für die Selbsthilfearbeit: SH SeelenLaute, IBAN DE 56 5935 0110 1370 2137 44. HERZLICHEN DANK für Unterstützung!**

SeelenLaute. Selbsthilfezeitung für seelische Gesundheit. Erscheint sechsmal jährlich als Informationsorgan der Selbsthilfen SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP. Freundlich unterstützt von der GKV-Selbsthilfe-Gemeinschaftsförderung Saarland, vom Landkreis Merzig-Wadern und aus Rheinland-Pfalz als Öffentlichkeitsarbeit-Sonderprojekt gefördert im Verbund von Betriebskrankenkassen.

Schlussredaktion/V.i.S.d.P.: G. Peitz. Publizistische Assistenz (Konzeption, Produktion, Satz, Gestaltung, Korrektorat, Recherche, Archiv): Medienstelle Europ. Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. (Dortmund) **Druck:** Printcenter Saarlouis + BKS Saar (Nachdrucke). **Printauflage/Verteilung** pro Ausgabe 250-300 Ex. **Heftabgabe an Einzelleser gratis** (bei Versand 2€ bar/Briefmarken vorab) bzw. **Spendebasis.** Verteilung/Versand über SH SeelenLaute + SeelenWorte RLP und über o.g. Medienstelle/Großverteiler. Regional feste Auslagestellen (u.a. in **Rathäusern/Bibliotheken/Sozial-/Gesundheits-/Beratungsstellen.** In Saarbrücken z.B. Rathaus, KISS, TZ Försterstraße, Café Jederman, Nauwieser Kulturzentrum; **Merzig TRIAS; Losheim** Praxishaus Doenges; **Homburg** TZ Café Goethe; **Trier** Haus der Gesundheit, Alte Schmiede/Caritas, Schammatdorf; **Saarburg** MGH; **Mainz** KISS; **Kaiserslautern** Verein Mein Seelenröpfchen; **Lahr** Das Atelier; u.a.m.) sowie auf **Infoständen, Veranstaltungen, Treffen, Tagungsbeteiligungen** unserer Selbsthilfen, über/regional. **6 Ex.-Paket** p. Ausgabe für **Einrichtungen, Praxen, Selbsthilfen** auf **20€-Spendebasis:** Bestellung dazu schriftlich (auch per mail) + Überweisung aufs o.g. Konto. **Online-Ausgabe** gratis auf bpe-online.de. **AutorInnen/Mitarbeitende** dieser Ausgabe: A. Hahn, C. Wefing, L. Schuler-Lauer, M. Muth, K. Schlagmann, W. Hille, A. Pangerl, G. Peitz + Red.Teams. **Bildnachweis** Fotos/Abb.: G. Peitz S.11i, S.2, S.3 / A. Hahn S.1re / A. Pangerl S.2 / M. Merle, C. Wefing S.3 / P. Lehmann S.4. Vereinbarte Nachrichtenquellen: art-transmitter.de, BKS Saar. **Nachdruck/Weiterveröffentlichung** nur zuvor genehmigt, benannt + mit Beleg. © beachten! Vorbehaltlich Auswahl, Kürzung und übl. Bearbeitung erhaltener Beiträge (mit Einsendung gilt Einverständnis). **Redaktionskontakt:** sh_seelenlaute-saar@email.de. Post an: SeelenLaute, c/o Büro BKS Saar, Lindenstr. 21, D-66359 Bous

Erscheinen, Verteilung und Bewerbung dieser Selbsthilfezeitung in 2020 für Rheinland-Pfalz mit den ersten beiden Ausgaben dank freundlicher Unterstützung durch **BKK Pfalz, BKK ZF & Partner, BKK VBU und Debeka BKK**

● SeelenLaute /41

Selbsthilfezeitung für seelische Gesundheit für Saar – Mosel – Rhein und weiter.. Kritisch, anders, frei!
Projekt-Schwerpunktthema 2020: Seelische Gesundheit braucht aktive Selbsthilfe – DO IT!
Erscheint 6 x im Jahr

SeelenLaute Nr. 41 / FEBRUAR 2020

Editorial, Lyrik, Berichte

Ganzhabe? Auf Wunsch vieler Leser*innen und Vereinbarung der Partner-Herausgeber Selbsthilfe Seelen Laute und SeelenWorte RLP im BPE e.V. auf der gemeinsamen Jahresversammlung 2019 der diesbezüglichen Landesarbeitsgemeinschaften der Bundesländer Saarland und Rheinland-Pfalz im Bundesverband BPE e.V., erscheint die SeelenLaute-Selbsthilfezeitung ab dieser Ausgabe durchgängig mit 6 Ausgaben im Jahr einheitlich und ohne Supplement-Modus in diesem Format. Wir freuen uns, wachsende Leserschaft nicht nur im Südwesten bis nach Luxemburg, Lothringen und Ostbelgien zu haben, sondern auch in Hessen, NRW oder Niedersachsen. Bei auch wachsenden Produktionskosten musste das Finanzierungsbudget entsprechend angepasst werden. Im Verbund mehrerer Betriebskrankenkassen konnten für 2020 ff. entsprechend den Regularien eines größeren Öffentlichkeitsarbeitsprojekts bisherige und neue Förderer für die betroffenenkompetente, trialogisch nachgefragte, vernetzende Publikation SeelenLaute partnerschaftlich gewonnen werden. Dank gilt auch der Bezuschussung aus GKV-Selbsthilfemitteln im Saarland und vom Landkreis Merzig-Wadern.

Die Jahresversammlung 2020 o.g. LAG-en fand am 25. Januar in Trier im Multikulturellen Zentrum in der Balduinstraße statt. Termine wurden koordiniert, Aktivitäten und Veranstaltungen vorgestellt, Arbeit vorverteilt und die neuen SprecherInnen für die Vertretung im BPE-Gesamtvorstand bis 2022 gewählt. Herzlicher Dank wurde Liane Schuler-Lauer (jetzt Trier) ausgesprochen, die die letzten Jahre Rheinland-Pfalz in diesem Gremium vertreten hat und aus familiären Gründen nicht mehr zur Wahl stand. Neu gewählt wurde Robert Jacobs (stellvertretend Cordula Hatzig, beide Ingelheim), die sich v.a. in Gremienarbeit engagieren wollen. Für das Saarland vertritt weiterhin Gangolf Peitz (Bous) die Selbsthilfe auf BPE-Bundesebene, trotz großer Überlastung im Ehrenamt und umfangreicher beruflicher Arbeit. NachrückerIn gesucht..

SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP bieten in ihrem intensiven Engagement für (mehr) seelische Gesundheit und normale Teilhabe (oder Ganzhabe) auch in diesem Jahr vielfältige, wichtige öffentliche Veranstaltungen an: Vorträge, Lesungen, Tagungsteilnahmen, Stadttagpräsenzen, Selbsthilfetage, Workshops, einen Wettbewerb u.a.m. So jedenfalls die Planung, Zeitungsherausgabe inklusive. Stets sind die Interessierten herzlich zu Teilnahme, Mitarbeit und zur Lektüre eingeladen. Viele Grüße! Red.

Namaste. Yoga-Kurs von Selbsthilfe SeelenWorte RLP in Trier kam an



sw/bks. „Namaste“. So begrüßten und verabschiedeten sich die Yoga-Workshop-TeilnehmerInnen am Samstag, 14. Dezember 2019 im Seminarraum der Selbsthilfe-Kontakt- und Informationsstelle (SEKIS) Trier in der Gartenfeldstraße. „Yoga für die Seele – Einführung und einfache Übungen zur Selbsthilfe“ war das Thema bei Yoga-Lehrerin Ilma Sutter-Tymstra (Rehlingen-Siersburg, unser Foto).

Die Referentin erläuterte in einem aufschlussreichen Überblick Geschichte, weltweite Entwicklung und Verbreitung des Yoga, verschiedene Ausrichtungen sowie die gesunde(nde) Wirkung auf Körper, Geist und insbesondere Psyche.

Die Kleingruppe - leider gab es Teilnehmersausfälle aufgrund Grippeerkrankung und Unwetter am Tag - machte begeistert mit. Selbst aus Kaiserslautern war man für den Kurs angereist. Fragen wurden diskutiert und im einstündigen praktischen Teil mehrere Übungen einstudiert. Den Abschluss bildete eine entspannende Meditation. Die beim Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer (BYV) zertifizierte Dozentin empfahl „zum Mitnehmen“ schließlich noch ausgewählte Übungen für Zuhause.

Einen kleinen Infostand mit Literatur und Beratung zu seelischer Gesundheit und Selbsthilfe konnte für die erkrankte Beratungskraft Frau Schuler-Lauer kurzfristig Gangolf Peitz vom Büro für Kultur- und Sozialarbeit Saar vertretungsweise



Warten

Auf dem Stuhl sitzen
inmitten vieler
oder einsam daheim
egal das Warten bekommt
eine Selbständigkeit
Eine Stunde wird zum Tag
die Uhr an der Wand zum Dauerblickfang
warum gehst du nicht schneller
verdammtes Ding
Zeit wird wiedermal spürbar.

(Für meinen Freund „D“)

Armin Andreas Pangerl

Infotreff Seelische Gesundheit in Losheim und Merzig

sl-mw: Einen Infotreff Seelische Gesundheit veranstaltete Selbsthilfe SeelenLaute Merzig-Wadern am 7. Dezember 2019 im Foyer des Praxishaus Dr. Doenges in der Trierer Straße in Losheim am See. Hier gab es neben weiteren Literaturlausagen die aktuelle Selbsthilfezeitung SeelenLaute 40, in der auch die Merziger Gruppe ‚Kompass‘ vorgestellt ist. Da Anmeldungen aus Merzig vorlagen, wurde der Treff spontan gesplittet dort fortgesetzt, bei einem Selbsthilfemitglied und im Stadt-Café Jobst. Die Selbsthilfepresenz bot hier zusätzlich Infomaterial vom Bundesverband BPE e.V. Die Informationsaktivitäten wurden vom LK Merzig-Wadern unterstützt.

„Es ist normal verschieden zu sein“ am 3. Mai in Kippenheim Ausstellung Offenes Atelier Lahr – Vernissage mit Gast SeelenLaute/Art-Transmitter

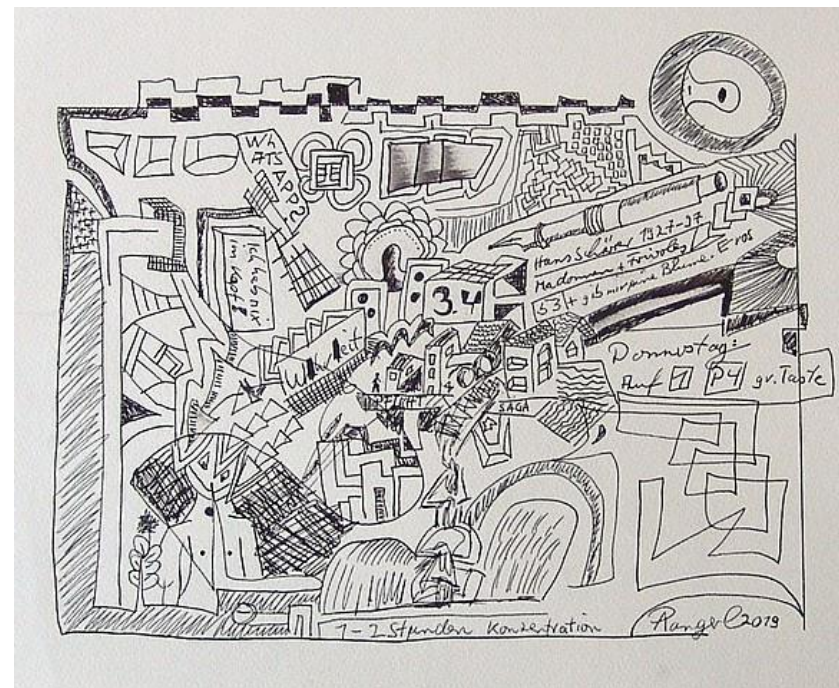
sl/bks. Am 3. Mai heißt es um 11.00 Uhr im Kulturzentrum Ehemalige Synagoge Kippenheim: „Es ist normal verschieden zu sein“. Dann ist Vernissage der Gruppenausstellung des Offenen Ateliers Lahr. Dieses ist ein regionales Selbsthilfeprojekt, das vom Sozialpsychiatrischen Dienst Lahr und dem lokalen Verein „Die Brücke. Hilfgemeinschaft für Menschen in psychischer Not“ unterstützt und gefördert wird. Der Termin ersetzt die Fortsetzung des Outsider Art-Flohmarkts vom Vorjahr in Lahr, der aus organisatorischen Gründen erst 2021 wieder durchgeführt werden kann.



Im Offenen Atelier sind - unter bewährter Leitung des örtlichen Künstlers Armin Andreas Pangerl (unser Bild) - künstlerisch tätige Menschen mit und ohne Psychiatrieerfahrung gemeinsam aktiv. Im Unterschied zu kunsttherapeutischen Angeboten handelt es sich um ein Modell, bei dem sich die Künstlerinnen und Künstler selbst organisieren, vernetzen, Kontakte pflegen und ohne Vorgaben arbeiten. Dort geschaffene Werke werden regelmäßig in Ausstellungen gezeigt und können auch erworben oder gemietet werden.

So auch in der im Mai beginnenden und voraussichtlich bis Juli in Kippenheim zu sehenden Ausstellung mit dem bedeutsamen Thema gesellschaftlicher Diversität, wenn die Ateliergemeinschaft interessante neue bildnerische Werke wie auch spannende Arbeiten aus dem Fundus zeigt.

Zur länderübergreifenden Freundschaftspflege hat man (nur) für den Eröffnungstag am 3. Mai als Gastaussteller die saarländische Kreativ-Selbsthilfe SeelenLaute (im BPE e.V.) eingeladen. Deren Koordinator Gangolf Peitz (Saarbrücken), selbst Kulturschaffender und Referent beim europäischen Inklusionsprojekt Art-Transmitter (Sitz Dortmund) informiert und berät an einem gemeinsamen SeelenLaute/Art-Transmitter-Stand rund ums Thema „Kreativität und seelische Gesundheit. Kunst als Genesung und Teilhabe“. Auch die grenzübergreifende Selbsthilfezeitung ‚SeelenLaute‘ und das deutsch-französische Literaturmagazin ‚Paraple‘ werden hier vorgestellt. Die Teilnahme der saarländischen Selbsthilfe wird von der GKV-Kasse SBK unterstützt.



Kugelschreiberzeichnung von Armin Andreas Pangerl (Papierarbeit 2019, 25x 31 cm). Der Künstler hat auf der Exposition in Kippenheim einen Stand und ist persönlich anwesend. (Bild + Foto: A.A. Pangerl)

Die Kunstausstellung „Es ist normal verschieden zu sein“ versammelt dem Besucher auf vielfältige Weise besondere Bildende Kunst und Outsider Art (Malerei, Zeichnung usw.) sowie alternative Literaturlausagen. Auch Drucke von Zeichnungen mit Motiven entstanden nach Israel-Reisen sind dabei. Die Interessierten von nah und fern sind am Sonntag, 3. Mai 2020 herzlich in die Ehemalige Synagoge Kippenheim (Poststraße 17), im Ortenaukreis bei Lahr im Nord-schwarzwald eingeladen. Der Eintritt ist frei. Kontakt zum Offenen Atelier Lahr über apangerl@yahoo.de, Informationen zum Veranstaltungsort (auch zur Anfahrt) auf der Website <http://www.ehemalige-synagoge-kippenheim.de/>



Die Graphitzzeichnung ‚Auf dem Tempelberg‘ des Trierer Architekten Alois Peitz wird am 3. Mai am SeelenLaute/Art-Transmitter-Stand gezeigt und ist auch in einem dort erhältlichen künstlerischen Skizzenblock abgedruckt. (Foto: G. Peitz, BKS Saar)

die toten kommen nachts zu mir

*sie flüstern flüstern leise laut
sie flüstern ohne unterlass
und ihre haut ist blass so blass*

*die toten kommen nachts zu mir
sie schenken mir von ihrer kühle
von ihrer sanftheit ihrer begehrllichkeit*

*zu schlafen nachts in ihrer not
sie atmen nachts in meinem schoß
der wald der wald er ist so nah
der mond der schlaf der traum
ja sie sie leben wir sind tot
die bäume rauschen grenzenlos*

Wolfgang Hille



Narzissmus – Was genau soll das eigentlich sein? Saarbrücker Psychologe befasst sich mit entgleister Diagnose

sl/bks/pg. „Narzissmus“: Dieser Fachbegriff, der hässliche Eigenschaften wie Selbstverliebtheit und Beziehungsunfähigkeit benennen soll, ist kaum wegzudenken aus Beziehungsratgebern, psychologischer Literatur, politischen und gesellschaftlichen Analysen. Wer eigentlich war Narziss? Ein Sechzehnjähriger, dessen geliebte Zwillingschwester stirbt, woraufhin er sein Spiegelbild im Wasser festzuhalten versucht. Dasselbe bei Vater und Mutter, deren Vergänglichkeit er nicht wahrhaben und am liebsten aufhalten möchte. Doch Narziss leidet nicht nur am Verlust geliebter Menschen, sondern auch an der grenzüberschreitenden Aufdringlichkeit fremder Menschen: Zwei Männer und die hohle Nymphe Echo drängen sich ihm auf. Als er sie selbstbewusst zurückweist, bekommt er deren tödliches Vergeltungspotenzial zu spüren. Ein genauer Blick auf die Geschichte des Begriffs „Narzissmus“ zeigt, wie Zug um Zug ein kleines Missverstehen zu immer größerem Unverständnis führt, das schließlich zur Wissenschaft erhoben wird.

Am Ende läuft es ab, wie bei des Kaisers neuen Kleidern: Der Hofstaat überbietet sich gegenseitig in Lobreden auf die herrlichen Stoffe.. So der Autor, der Saarbrücker Diplom-Psychologe Klaus Schlagmann in einer Selbstbeschreibung seines neuen Buches. Das solle aber nicht heißen, dass es die unterschiedlichsten - und durchaus problematischen - Verhaltensweisen, die alle unter dem Begriff „narzisstisch“ zusammengefasst werden, nicht gebe. Wer sich jedoch im Alltag oder in der Therapie mit solchen Verhaltensweisen auseinandersetzt, tue gut daran, sie im Einzelnen so konkret wie möglich zu benennen. „Nur wenn ein Verhalten möglichst klar beschrieben ist, können auch alle wissen, was eigentlich gemeint sein soll“ (K.S.). Schlagmann fordert, auf den tradierten Begriff „Narzissmus“ grundsätzlich zu verzichten. Das generalisierende Sammelkettchen berge die Gefahr, dass das eigentliche Opfer von Schicksal und Gewalt zum Täter gestempelt werde. Die Folgen der Anwendung des klassischen Narzissmus-Begriffs sieht er als bedenklich.

Damit sei der Neoliberalismus der Psychosomatik ausgerufen: An psychischen und psychosomatischen Problemen sind alle Betroffenen jeweils selber schuld! Gesundes Selbstbewusstsein, engagiertes Arbeiten (das zu Mobbing am Arbeitsplatz führen kann) oder auch das Leiden an einem Missbrauch in einer Therapie können als „Narzissmus“ der Betroffenen „diagnostiziert“ werden. Es komme damit zu einer systematischen Opferbeschuldigung. Die möglichen Folgen: psychosomatische Beschwerden, Kindesentzug, Suizid. Auf diesen „Kunstfehler“ in der Psychologie will der Autor unbedingt aufmerksam machen. Das neue Buch „Narzissmus – Was genau soll das eigentlich sein?“ will Licht in ein dunkles Kapitel der Psychologie bringen.

Seit 1993 ist Klaus Schlagmann (geb. 1960) in Saarbrücken als Verhaltenstherapeut in eigener Praxis tätig. Ausbildung auch in tiefenpsychologisch fundierter, kathym-imaginativer Psychotherapie, NLP und Hypnose. Mehrheitlich im Eigenverlag ‚Der Stammbaum und die 7 Zweige‘ seit 1996 Veröffentlichung diverser Schriften (so zur Geschichte der Psychoanalyse, z. B. 2012 Erstveröffentlichung der Briefe Sigmund Freuds an den Dichter Wilhelm Jensen, sowie Beiträge zu Therapie-Kritik, Opferbeschuldigung, Trauma und Mythen). Buchvorstellungen im Saarländischen Rundfunk. Im Januar 2020 hat der Verfasser zudem auf Facebook eine Gruppe gegründet, die u.a. Menschen ansprechen will, die sich durch die Diagnose "narzisstisch" belastet oder geschädigt fühlen: <https://www.facebook.com/groups/769100066931303/>

• Schlagmann, Klaus: „Narzissmus – Was genau soll das eigentlich sein?“. Verlag Der Stammbaum und die Sieben Zweige (Saarbrücken), Dez. 2019, 326 S., Hardcover. ISBN 978-3980527255, 24,90 €. Bezug unter <https://oedipus-online.de>, Autorenkontakt über KlausSchlagmann@t-online.de

Mutmachbuch

Unter dem Pseudonym Merle Muth will eine Betroffene mit einem neuen Buch Hilfestellung zum Umgang mit dem Stimmungsleiden Depression geben und beschreibt eigene Lösungswege.



• Muth, Merle: „Halten Sie durch – Es lohnt sich!“, TB 92 S., Verlag Saarliteratur 2019, ISBN 978-3945480311, 12,90 €. Bezug z.B. über thalia.de, amazon.de. Autorinkontakt: Merle.muth@web.de

Ruth Fricke geehrt

bks/cw/sw. Ob fast zwanzigjährige Arbeit im Vorstand des Bundesverbandes BPE e.V., Leitung einer Selbsthilfegruppe im Wohnort, Partizipation in Besuchs-kommissionen, zahlreiche Gremien- und Tagungs-präsenzen oder Vorträge in der ganzen Republik, Veröffentlichungen und Mitarbeit an vielen Stellungnahmen... Ruth Fricke (geb. 1948) blickt auf ein langes, kompetentes



Ruth Fricke in Herford

Foto (Ausschnitt): Claus Wefing / Veranstalter

Engagement für die PE-Selbsthilfe zurück. Hierfür wurde sie auf dem OWL-Selbsthilfetag in Herford am 23. November 2019 geehrt. Frau Fricke, so die Laudatoren Claus Wefing und Christoph Donath in der Tagesstätte ‚Klinke‘, habe mit ihrem Lebenswerk die positive Wirkung und Wichtigkeit dieser Arbeit bewiesen. „Wirklichkeit ist das was wirkt“, konstatierte Claus Wefing vom Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V. Dank der geehrten Person sind Psychiatrieerfahrene heute regulärer Teil der die Psychiatrien und Forensiken in NRW mitkontrollierenden Besuchskommissionen. Auch dank Ruth Fricke sei der Trialog heute verankert und die Bundes-regierung habe in ihr bei Psychose-Fragen eine nicht mehr wegzudenkende Ansprechpartnerin. Die persönlichen Erfahrungsberichte seien überzeugend, ihre Vernetzung ein Gewinn, - hieß es weiter. Viele Psychiatrie-Erfahrene bedankten sich persönlich bei Ruth. Lob und Anerkennung kam auch von anwesender politischer Seite, von Angela Lück (SPD, MdL), LWL und Heinz Entfellner (Grüne). Der NRW-weite Herforder Selbsthilfetag „Genesungsbegleitung in der Selbsthilfe“ war mit über 40 Teilnehmenden sehr stark besucht.