

Peter Lehmann

# Alternativen zur Psychiatrie

Vortrag bei

*Der Runde Tisch*

für Psychiatrie- und Psychose-Erfahrene, Angehörige,  
HelferInnen und Interessierte im Kreis Böblingen

16. Mai 2012



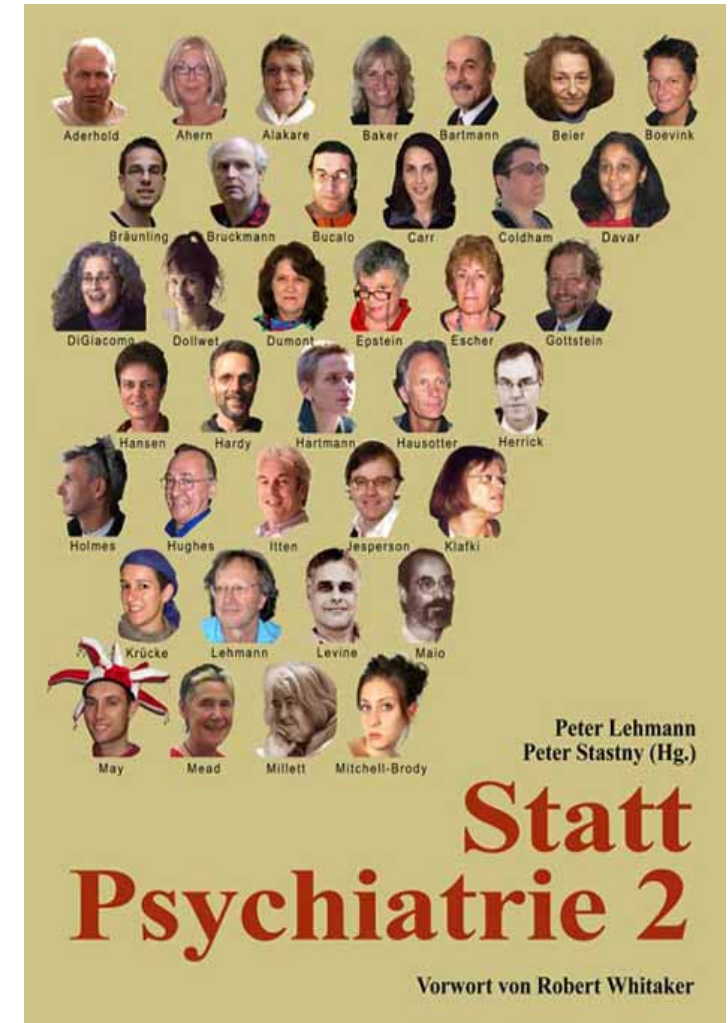
[www.peter-lehmann.de/boeblingen](http://www.peter-lehmann.de/boeblingen)

# Alternativen zur Psychiatrie

## a) Alternative Modelle institutionalisierter Unterstützung

### Beispiele

- Soteria
- Offener Dialog
- Krisenherberge



# Soteria

Psychose: Bewältigungsmechanismus  
und Antwort auf Jahre traumatischer  
Ereignisse, die die Betroffenen  
veranlasst haben, sich aus der  
konventionellen Realität zurückzuziehen

Keine psychopathologische Verbildung

Keine Gewalt

Möglichst keine Neuroleptika

Nil noscere / Dabeisein



Loren R. Moshier (1933-2004)  
Klinischer Professor für  
Psychiatrie, University of  
California, San Diego

# Soteria

- ➔ Gebrauch von Psychopharmaka auch noch nach zwei Jahren sehr gering
- ➔ Größeres Ausmaß an persönlicher Entwicklung
  - regelmäßige Arbeit über einen gewissen Zeitraum
  - erfolgreicher Schulbesuch bzw. -abschluss
  - Verlassen des Elternhauses, selbstständiges Wohnen
  - befriedigende sexuelle Beziehung
- ➔ Niedrigere Quote von Wiedereinweisungen
- ➔ Die Kosten pro Person ungefähr gleich hoch

Volkmar Aderhold / Peter Stastny / Peter Lehmann:  
„Soteria – Eine alternative psychosoziale Reformbewegung“

# Offener Dialog

Systemisches Psychosenverständnis, orientiert an Beziehungsstörungen der Menschen (nicht auf Hirnstörungen)

Einbeziehung des sozialen Netzes, auch in die Entscheidungen

Übernahme von Verantwortung

Therapeutische Kontinuität

Team mit Mitgliedern aller Berufsgruppen

Sofortiges Reagieren vor Ort

Toleranz von Ungewissheit (inkl. Enthaltung von Psychopharmaka über Wochen hinweg)

# Offener Dialog

- ➔ Kürzere Klinikaufenthalte
- ➔ Wesentlich weniger Neuroleptika
- ➔ Bessere Erholung von der Krise
  - 24% Rückfallquote (Vergleichsgruppe: 71%)
  - 17% Patienten mit leichten Symptomen (Vergleichsgruppe: 50%)
  - 19% Erwerbsunfähigkeitsrente (Vergleichsgruppe: 57%)

Jaakko Seikkula / Birgitta Alakare: „Offene Dialoge“

# Krisenherberge

a) vorsorgliche Krisenplanung und Training zur Krisenbewältigung, Beratungsstelle

b) Unterkunft für psychiatrisch Gefährdete

Rückzugsort mit Möglichkeit zum Meditieren, zur Massage und zum Austoben

Einbeziehung von Betroffenen ins Team

zwangsfreies nichtmedizinische Modell

eigene Definition von Bedürfnissen

gegenseitige Unterstützung

# Krisenherberge

- ➔ Krisenhilfe zeitnaher und hilfreicher
- ➔ Stärkere Respektierung der Rechte der Betroffenen
- ➔ Stärkere Unterstützung bei Gesundung und Selbsthilfe
- ➔ Größere Fortschritte bei der Gesundung (Recovery) & Selbstermächtigung (Empowerment)
- ➔ Höhere Zufriedenheit
- ➔ Kürzere Anstaltsaufenthalte
- ➔ Geringere Ausfälle im Arbeitsleben
- ➔ Geringere Gesamtkosten

Jeanne Dumont / Kristine Jones: „Die Krisenherberge. Ergebnisse einer betroffenendefinierten Alternative zur stationären Psychiatrie“

[www.antipsychiatrieverlag.de/verlag/titel1/sp.htm](http://www.antipsychiatrieverlag.de/verlag/titel1/sp.htm)



# Diabasis

Modell veränderter Akutpsychiatriepraxis, Wohnprojekt für Menschen mit sogenannten akuten Psychosen, San Francisco, 1970er Jahre, John Perry

- quasiprofessionelle Helfer ohne Psychopathologie-Ausbildung
  - Keine Abwertung von Erfahrungen und Wesensarten durch Etikettierung,
  - keine Psychopharmaka, keine Gewalt
  - Anteilnahme, Ermutigung, Unterstützung und Zuneigung
- ➔ Rückkehr zu einem zusammenhängenden, rationalen Bewusstseinszustand in der Regel innerhalb von 1-5 Tagen  
<http://spiritualrecoveries.blogspot.de/2006/05/dr-john-weir-perry-diabasis.html>

# Weglaufhaus

Betroffenenkontrollierter Trägerverein

- Krise als Überforderung der eigenen Bewältigungsstrategien und des Umfeldes
- Hilfe bei der Lösung sozialer, juristischer, psychischer und körperlicher Probleme sowie beim Absetzen von Psychopharmaka
- Psychiatriebetroffene Mitarbeiter als mutmachende Beispiele



## b) Mit Psychotherapie durch die Krise

Peter Lehmann, Uta Wehde / Theodor Itten, Anna Emmanouelidou, Karin Roth, Martin Urban & Wilma Boevink

### Psychotherapie und helfende Beziehung statt Psychiatisierung – Alternative Wege bei schweren seelischen Krisen

Symposium beim DGVT-Kongress für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Beratung, Berlin 2010

S. 339-394



## c) Organisierte und individuelle Selbsthilfe

### Selbstorganisation

- Kampf für Menschenrechte
- kollektive Auseinandersetzung mit den Lebensbedingungen
- Befreiung vom psychiatrischen Einfluss
- Suche nach dem Sinn des Wahnsinns
- Autonomie und persönliche Entfaltung
- kritische Auseinandersetzung mit »Experten«
- Abbau der Machtverhältnisse innerhalb der Gruppe und Widerstand gegen Fremdkontrolle.

Tina Stöckle, 1948-1992. Dipl.-Sozialpädagogin, Namensgeberin der »Villa Stöckle« (Weglaufhaus Berlin)



# Alternativen zur Psychiatrie

Rückzug an sichere Ort, beruhigende Mittel, sozialer Beistand, Ausleben, Dabeibleiben

»Wir hören zu, sprechen, hören wieder zu. Wir sagen unsere Wahrheit, von der wir wissen, dass es sie gibt, und wir hören sie. Und so öffnen wir den Zugang zur eigenen Tiefe und begegnen der Wärme des anderen. Das ist die gewöhnlichste Sache, die ich vom Leben erwarte.«

Zoran Solomun: „Was hilft mir, wenn ich verrückt werde?“

# Alternativen zur Psychiatrie

## d) Strukturelle Herangehensweisen

- Durchsetzung von Menschenrechten
- Vorausverfügungen
- Forschung aus Betroffenenperspektive
- Fortbildung
- Zusammenschluss von Alternativprojekten (INTAR)
- Vernetzung der Selbsthilfe
- Antidiskriminierungsmaßnahmen

[www.peter-lehmann-publishing.com/articles/enusp/empfehlungen.pdf](http://www.peter-lehmann-publishing.com/articles/enusp/empfehlungen.pdf)

[www.antipsychiatrieverlag.de/verlag/titel1/sp.htm](http://www.antipsychiatrieverlag.de/verlag/titel1/sp.htm)



# Psychiatrisches Testament

„Vorausverfügungen sind Rechtsmittel, die zum Schutz des Rechts einsichts- und urteilsfähiger Personen, medizinische Versorgung zu wählen oder abzulehnen, entwickelt wurden.

Patienten können spezifische Entscheidungen dokumentieren oder Vertreter benennen, die solche für sie treffen können. Durch derartige Vorausverfügungen können sie Kontrolle über ihre psychiatrische Behandlung auch dann behalten, wenn sie als nicht einsichts- und urteilsfähig eingestuft werden.“

Laura Ziegler: „Vorausverfügungen für den Fall der Psychiatrisierung – »Die Rechte eines Flohs«“

# Forschung und Fortbildung aus Betroffenenperspektive

„Durch psychiatriebetroffene Forscher geschaffenes Wissen basiert auf einem anderen Wertesystem als das von Experten. Wichtige Werte für betroffenenkontrollierte Forschung sind unter anderem die Orientierung an Veränderungen, auf persönlichen Erfahrungen basierende Kompetenz, das Bekämpfen von Stigma und Machtverhältnissen sowie das Streben nach Selbstmanagement und Recovery, um ein erfülltes Leben führen zu können.“

Jan Wallcraft: „Betroffenenkontrollierte Forschung zur Untermauerung alternativer Ansätze“



# Jenseits von Paradigmen

„... dass das medizinische Modell nur Teil eines grundlegenderen Problems ist: der Tendenz, menschliche Schwierigkeiten auf die eine oder andere Art als technische Probleme zu verstehen. ...

Die radikalste Folgerung der Recovery-Bewegung mit ihrer Umkehrung dessen, was erst- und zweitrangig ist, besteht in der Feststellung, dass es die Betroffenen sind, die das größte Wissen und die meisten Informationen über Werte, Bedeutungen und Beziehungen besitzen. Im Sinne der Recovery-Bewegung sind sie die wahren Experten.“

Pat Bracken: „Jenseits von Modellen und Paradigmen. Eine radikale Interpretation von Recovery“

# Kontakt

Peter Lehmann  
Zabel-Krüger-Damm 183  
13469 Berlin  
Tel. 030 / 85 96 37 06  
[mail@peter-lehmann.de](mailto:mail@peter-lehmann.de)  
[www.peter-lehmann.de](http://www.peter-lehmann.de)



[www.peter-lehmann.de/boeblingen](http://www.peter-lehmann.de/boeblingen)