

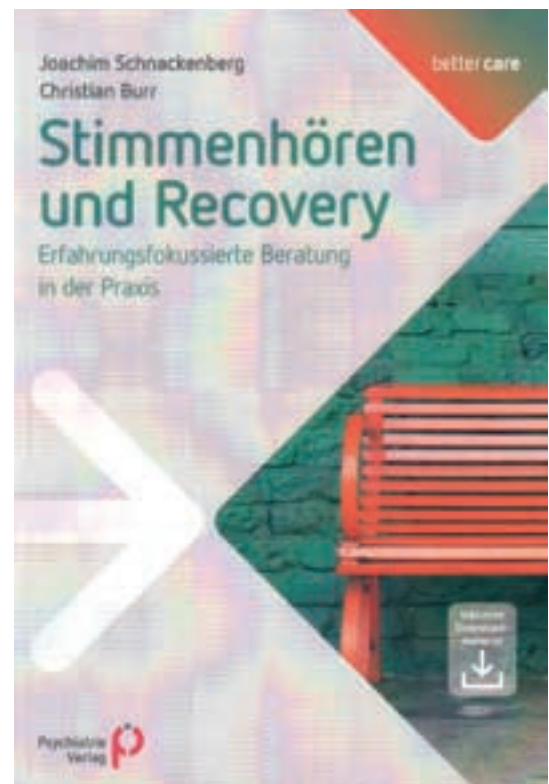
Rezension

Joachim Schnackenberg / Christian Burr:**Stimmenhören und Recovery – Erfahrungsfokussierte Beratung in der Praxis**

Das Buch handelt von den einzelnen Schritten des erfahrungsfokussierten Beratungsprozesses für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der stationären, teilstationären und ambulanten Betreuung stimmenhörender Menschen. Diese Herangehensweise soll einen völlig neuen Zugang ermöglichen zu bisher in der Psychiatrie als nicht verstehbar eingestuftem Erleben und zu einem respektvollen, effektiven und psychopharmakafreien Umgang mit psychiatrischen Ausnahmesituationen im ambulanten, Akut- und Langzeitsetting – »noch besser als zuvor«, natürlich personenzentriert und unter Berücksichtigung der Perspektive und Erfahrung der Betroffenen. Geschrieben ist das Buch meist umgangssprachlich, was angenehm zu lesen ist, allerdings sprechen die Autoren recht selbstgefällig von psychiatrisch Tätigen als »Fachpersonen«, weisen ihnen damit von vornherein eine fachliche Kompetenz zu, was für Nichtfachpersonen, die Betroffenen, nur noch den Laienstatus übrig lässt. Die Kapitel des Buches behandeln die Bedeutung des Stimmenhörens, Hilfsmittel der erfahrungsfokussierten Beratung (das Maastrichter Interview, ein konstruktives Gespräch über die Erfahrung des Stimmenhörens; den Maastrichter Bericht, eine geordnete Zusammenfassung eines Interviews durch die »Fachperson«; das Maastrichter Konstrukt, die inhaltliche Interpretation durch die »Fachperson«). Allerdings findet alles in Absprache mit den Betroffenen statt, das Ziel soll eine gemeinsame Sichtweise sein. Weiter geht das Buch mit dem Begleitprozess der verschiedenen Phasen der erfahrungsfokussierten Beratung: der Informationssammlung, den Instrumenten der Einschätzung (Skalen, Fragebögen), dem gemeinsamen Festsetzen von Zielen des Begleitprozesses, der Haltung der »Fachperson«, dem Anbieten von Bewältigungsstrategien, der Entwicklung langfristiger Strategien der Kontrolle der Stimmen und dem Prozess der gemeinsamen Stimmenarbeit anhand von Beispielen von Begleitern sowie von Betroffenen. Obwohl deren Namen anonymisiert sind, erhalten sie in traditionell infantilisierender Weise nur Vornamen, bei »Fachpersonen« wird dagegen hier auch ein Nachname genannt. Zuletzt folgen noch die Artikel »Stimmenhören bei Kindern und Jugendlichen« sowie »Stimmen und Antipsychotika«: erfahrungsfokussierte Beratung führe oft zur Reduzierung dieser Substanzen, gelegentlich gar zum Absetzen. Die Entscheidung von Betroffenen, ihre Psychopharmaka abzusetzen, solle respektiert werden, sie sollten beim Absetzprozess unterstützt werden – eine sympathische Haltung, offenbar Folge des Symposiums »Psychopharmaka absetzen: Warum, wann und wie« von Asmus Finzen und Peter Lehmann bei der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie e.V. 2014 (nachzulesen in: Soziale Psychiatrie, 2/2015 – www.antipsychiatrieverlag.de/artikel/gesundheit/pdf/absetzen-bremen.pdf). Hoffen wir, dass das Verständnis stimmenhörender Menschen und eine daraus folgende humanistisch orientierte Behandlung, wie sie Christian Burr und Joachim Schnackenberg befürworten, irgendwann nicht nur Stimmenhörern widerfährt, sondern auch Bildersehern und Gedankenhabern.

Kartiert, 172 Seiten, 4 Abbildungen, Geleitwort von Sandra Escher und Marius Romme, Vorwort von Gianfranco Zuaboni, ISBN 978-3-88414-656-9. Köln: Psychiatrieverlag 2017. € 25.–

Peter Lehmann



Rezension

William Pullen: Run for your Life. Achtsamkeit und Bewegung für ein glückliches und gesundes Leben

Laut Klappentext hat der britische Psychologe William Pullen das Laufen revolutioniert. Joggte man früher aus Fitnessgründen und um sich wohl zu fühlen, praktiziert man jetzt die Methode des Dynamischen Laufens: Man läuft nicht nur einfach, sondern kombiniert das Laufen mit Achtsamkeitsübungen. Bevor man loslegt, findet das Grounding statt. Man sammelt sich, macht den Body-Scan, dann den Umgebungs-Scan, dann den Gefühl-Scan, dann die Achtsamkeitsmeditation, dann denkt man sich ein Mantra aus. Dann erst läuft man los. Dann kommt der Flow, die Hormone strömen, das kann man mit der Lauf-App. messen. Macht man alles achtsam, stellt sich der Prozess ein, und hinterer sind viele Probleme gelöst und der Weg in ein glückliches und gesundes Leben ist frei. So einfach geht das?

Kartiert, 256 Seiten, ISBN 978-3-608-11023-4. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag 2018. € 14.95

Peter Lehmann

