

Rundbrief Netzwerk Stimmenhören e.V.

5. Jahrgang

Heft 4

Dezember 2001

1,50 Euro



**Unser kleines
Stimmenhörer
journal**

Impressum

UNSER KLEINES STIMMENHÖRERJOURNAL
Rundbrief des Netzwerks Stimmenhören e.V. (NeSt)

Herausgeber

Netzwerk Stimmenhören e.V. c/o Pinel
Ebersstraße 67, 10827 Berlin
Tel/Fax: 030-78718068 (mi: 14 bis 17Uhr, do: 10 bis 12 Uhr)
e-mail: stimmenhoeren@gmx.de
Internet-Homepage: www.Stimmenhoeren.de

Redaktion

-akoe-, Monika Bessert, Andreas Gehrke (Koordination), Hannelore Klafki,
Ch. u. A. Müller

Erscheinungsweise

vierteljährlich, zum Ende des Quartals

Redaktionsschluss

für Heft 1/2002, 15. Februar 2002

Bezugspreis

Jahresabo incl. Zustellung 10 Euro
Förderabo 20 Euro
Einzelheft 1,50 Euro (plus Porto)
Für NeSt-Mitglieder ist Unser kleines Stimmenhörerjournal
im Mitgliedsbeitrag enthalten

Bankverbindung

Postbank Berlin BLZ 10010010 Kto-Nr. 809101-103

Titelbild

Fluke & Black Elephant Grafix

Druck und Layout

Alpha Comp

Sämtliche persönlich gekennzeichneten Beiträge entsprechen nicht unbedingt der Meinung des Vorstandes oder der Redaktion

Das Stimmenhörerjournal wird ins Internet gestellt. Autoren werden
in der Internet-Ausgabe mit Vornamen bzw. Initialen
und nur auf ausdrücklichen Wunsch mit vollem Namen genannt.

Die Redaktion behält sich vor, Beiträge zu kürzen.



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Die Tage werden länger und das vermehrte Licht möge uns allen wieder guttun. Wir hoffen, dass Sie ein schönes Weihnachtsfest feiern konnten und die Geschenke Ihnen Freude bereitet haben.

Der Kongress "Leben und arbeiten mit Stimmen" hat unsere Erwartungen erfüllt, so glauben wir feststellen zu dürfen. Die Vorbereitungsgruppe des Kongresses bedankt sich ausdrücklich bei allen TeilnehmerInnen. Besonders beeindruckend war die Selbstverständlichkeit, mit der viele unserer StimmenhörerInnen aufgetreten sind und die Diskussion geführt haben. Gleichermäßen möchten wir auch, allen denen in Ihrem Namen danken, die diesen Höhepunkt für unser Netzwerk vorbereitet haben, an welcher Stelle auch immer sie zum Gelingen beigetragen haben. Eine erste Stellungnahme lobte den lieben Verkäufer der Literatur, unseren Eberhard, und die freundlichen Buffetleute besonders.

Wir glauben, dass Sie, wenn Sie am Kongress teilgenommen haben, Ihre Eindrücke schildern sollten und uns auch auf weniger Gelungenes hinweisen könnten. Unser Märzheft wird sich vorwiegend mit Arbeitsergebnissen, Eindrücken und Schlussfolgerungen vom Kongress befassen. Bitte schreiben Sie uns! Gefragt sind auch die Eindrücke der Angehörigen und der in der Psychiatrie Tätigen. Wir, der Vorstand, die Vorbereitungsgruppe und auch die Redaktion, wollen eine Kongressdokumentation vorbereiten und damit jeder/m Interessierten die gehaltenen Vorträge und weiteren Informationen nahebringen.

Im vorliegenden Journal finden Sie einige Ansätze, das Stimmenhören zu erklären. Anhand der abgedruckten drei Beiträge ist schon ersichtlich, dass die Betrachtungsweisen sehr unterschiedlich sind. Und das zeichnet auch die Atmosphäre in unserem Netzwerk aus: jeder Erklärungsversuch ist besser als keiner, und alle stehen gleichberechtigt nebeneinander. Das zeigt aber: keiner von uns weiß es ganz genau. Trotzdem ist es wichtig zu diskutieren und die Meinungen auszutauschen.

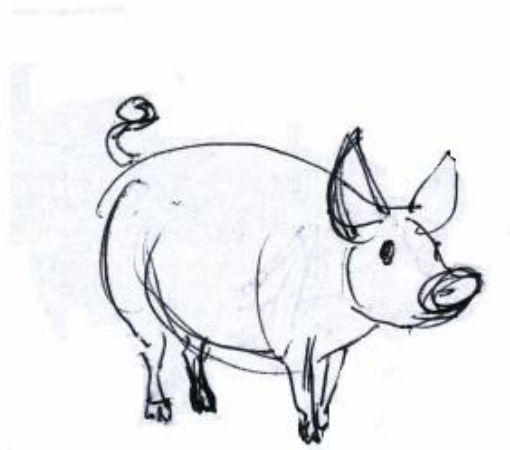
Der Vorstand plant, die telefonische Beratung zu erweitern und zu dezentralisieren. In Vorbereitung sind telefonische Anschlüsse in Mannheim und in Frankfurt am Main. Damit, so denken wir, kommen wir dem Ziel ein Stückchen näher, an allen Wochentagen mit der Beratung präsent zu sein.

Außerdem, und das gilt ab Januar 2002, können auf dem bekannten Berliner Anschluss Beratungen zum Thema "Stimmenhören und Spiritualität" jeden ersten Mittwoch des Monats von 14 bis 16 Uhr sowie jeden ersten Donnerstag in der Zeit von 10 bis 12 Uhr in Anspruch genommen werden. Natürlich wird für die Berliner auch in diesen Zeiten die persönliche Beratung zu diesem Themenkreis möglich gemacht.

Aufmerksam machen möchte die Redaktion auf den Brief und die Richtlinien von Intervoice zu Beiträgen für ein Buch über wichtige Aspekte des Stimmenhörens. Bitte beachten Sie den Einsendeschluss. Es ist der 31. Januar 2002. Die persönlichen Beiträge sollten nicht länger als etwa vier Schreibmaschinenseiten sein.

Unsere nächste öffentliche Redaktionssitzung wird am 22. Februar 2002 um 17.00 in den Räumen des Netzwerkes im S-Bahnhof Schöneberg stattfinden. Alle sind herzlich eingeladen zu kommen oder einen Brief zu schicken.

Nun wünschen wir unseren Lesern einen guten Start in das neue Jahr. Alles Gute, Gesundheit und viel Kraft!



*Herzliche Grüße
Für die Redaktion
Andreas Gehrke*

Zeichnung: Marta Hoffmann

Inhalt

<u>Erklärungsansätze für das Stimmenhören</u>	
▪ Über glückliche und unglückliche Versuche	Seite 6
▪ Welche Wirkung der Astralkörper hat	Seite 11
▪ Eine etwas andere Sicht auf das Gehirn	Seite 13
<u>Gedichte</u>	
Ich hasse SIE. Dafür, dass SIE ihn mir entziehen.	Seite 9
Wunder	Seite 20
<u>In eigener Sache</u>	Seite 16
<u>Zur Diskussion gestellt</u>	Seite 17
<u>Arbeitsgruppen des Netzwerkes</u>	
Für die Öffentlichkeitsarbeit	Seite 18
Für die Befragung von ÄrztInnen, TherapeutInnen, HeilpraktikerInnen	Seite 19
<u>Leserbriefe</u>	Seite 21
<u>Anzeigen</u>	Seite 23
<u>Internationales</u>	
Intervoice bittet um Ihre Mitarbeit	Seite 26
<u>Literaturhinweise</u>	Seite 28
<u>Bundesweite Kontaktpersonen/Gruppen</u>	Seite 29
<u>Mitglied werden im NeSt</u>	Seite 30
<u>Beitrittserklärung</u>	Seite 31

Über glückliche und unglückliche Erklärungsversuche

Vor 13 Jahren, am Schreibtisch sitzend und an einem real existierendem, mathematischen Problem verzweifelnd, vernahm ich laut und deutlich links hinter mir: "Die ist einfach zu dämlich!". Ich glaubte an keinen (personifizierten) Gott, hatte die Märchen-Parallelwelt offiziell hinter mir gelassen, war naturwissenschaftlich interessiert und hielt mich möglichst an einer dinglichen, d.h. logisch und begrifflich erklärbaren, Welt fest. Ich war 17, allein zu Hause und hinter mir stand niemand.

Nachdem ich vorübergehend den Geistern Verstorbener eine Existenzberechtigung eingeräumt hatte, war mir die Herangehensweise, diese Stimme wäre das erste deutliche Zeichen einer nahenden Verrücktheit, jedoch greifbarer. In wenigen Tagen wurde aus einer einzelnen Stimme in einem einzigen Moment - ein Trio in Dauerbeschallung. Mein Leben entwickelte sich zu einem Schlachtfeld. Der ständige, geheime Kampf gegen den Lärm und die Beschimpfungen zehrte an meiner Kraft und an meinem Mut.

3 Jahre später war ich Patientin in der Psychiatrie. Ich traf auf eine freundliche junge Ärztin, die mir erklärte: "Das ist eine Schizophrenie, da können wir Ihnen helfen. Wissen Sie, Ihr Dopamin-Stoffwechsel..., aber da gibt es Medikamente." Das war beruhigend. Die Erklärung war fassbar und machte mir wieder Mut, so in der Art: Sie haben eine bakterielle Infektion. Das kann jedem passieren. Es ist nicht weiter tragisch, denn es gibt ja Antibiotika. So beruhigend und verständlich diese Erklärung vorerst war, umso hinderlicher wurde sie in den darauffolgenden Jahren. 9 Jahre lang wurden immer wieder andere "Antibiotika" ausprobiert und auch Elektroschocks bekam ich. Immer wieder hoffte ich, doch die mich infizierten Bakterien waren widerspenstig und irgendwann gab ich einfach auf. Wiederholt versuchte ich mir das Leben zu nehmen. Die Medikamente konnten die Stimmen nicht beseitigen und ich konnte nicht mit den Stimmen leben.

Dann lernte ich das "Netzwerk Stimmenhören" (NeSt) kennen. Ich traf Menschen, die trotz (oder besser: mit) Stimmen lebten. Und so unterschiedlich wie diese Menschen waren auch die Erklärungen, welche sie für ihre Stimmen hatten. Ich begann auch selbst zu lesen und mich aus unterschiedlichsten Perspektiven mit dem Phänomen Stimmenhören auseinanderzusetzen.

Dabei fielen mir zwei Dinge besonders auf:

1. Trotz unterschiedlichster Ansätze der Erklärungen und der daraus folgenden Bewältigungsstrategien, schien allen eine gemeinsame, tiefere Wahrheit zugrunde zu liegen. Unterschiede manifestierten sich eher in den verwendeten Begriffen bzw. durch den gesamten theoretischen Überbau.

Zum Beispiel:

- o *Aus einem spirituellen Bezugsrahmen heraus, wird von einem Riss (Öffnung) in der Persönlichkeit gesprochen, welcher Geistern und fremden Mächten Eintritt gewähren kann. Ziel ist es, zu lernen diesen bei Bedarf zu verschließen.*
 - o *Aus psychologischer Sicht spricht man von einer hohen persönlichen Vulnerabilität (Verletzlichkeit). Das heißt die Aufnahme von Reizen aus der Aussenwelt und die Reaktion darauf ist besonders hoch. Indem man lernt, sich in bestimmten Situationen besser abzugrenzen, hat man eine Chance damit umzugehen.*
 - o *Mein Metapher: Ich wohne in einem Haus, dessen Eingangstür ständig geöffnet ist und muß nun herausfinden, wie ich sie im Falle schlechten Wetters, Straßenlärms oder ungebetener Gäste schließen kann.*
2. Ob nun aus spiritueller, psychologischer, esoterischer, parapsychologischer oder metaphysischer Sicht betrachtet, eines ist all diesen Ansätzen gemeinsam: Sie bieten der Erfahrung des Stimmenhörens einen komplexen Bezugsrahmen, in den sowohl die Persönlichkeit des Einzelnen als auch die Außenwelt in ihrer Vielfältigkeit integriert werden können. Oftmals stellen die verschiedenen Erklärungsansätze auch erst eine Sprache zur Verfügung, die es ermöglicht das Erlebte mitzuteilen und so zu normalisieren.

10 Jahre hatte ich mich mit der Erklärung, diese Stimmen wären Halluzinationen und diese wiederum ein Symptom einer schwerwiegenden psychiatrischen Erkrankung, zufriedenstellen lassen und verharrete in Erwartung eines wirksamen Medikamentes. Doch welchen Raum gab diese Erklärung meinen Gefühlen und Emotionen? Diese "objektive" Erklärung änderte ja nichts an meinem subjektiven Erleben. Selbst wenn mir bewußt ist, dass andere in dem selben Raum-Zeit-Gefüge die Stimmen nicht wahrnehmen (=Halluzination), ändert diese Tatsache nichts

an den für mich vorhandenen Inhalten bzw. der Lautstärke, und diese wiederum haben natürlich Auswirkungen auf mein Innenleben! Welchen persönlichen Handlungsspielraum hatte ich außer dem Warten auf das "allheilende Antibiotika"?

Zunächst begann ich, inspiriert durch die Teilnahme an den Gruppen im NeSt, mit den Stimmen zu arbeiten. Das berühmte "*Wer spricht wann was?*" ließ mich sehr schnell erkennen, dass "meine Geister" in unmittelbarem Zusammenhang zu meiner eigenen Persönlichkeit stehen. Heute empfinde ich sie als verschlüsselte Botschaften an mein Bewußtsein, vergleichbar mit Träumen.

Ist mir bewußt, dass ich etwas wahrnehme z.B. mit meinen Ohren, glaube ich, dies geschieht völlig losgelöst von mir. Doch selbst die Wahrnehmung ist ja schon ein Teil meiner Innenwelt. Anhand von Erinnerungen und entsprechenden Metaphern wird der akustische Reiz in meinen ganz persönlichen Bezugsrahmen eingebettet und so erst bewußt. Bewußt in dem Sinne, dass ich mir des Hier und Jetzt bewußt bin. Läßt dieses Bewußtsein von Raum und Zeit nach, bildet doch meine Innenwelt, d.h. Gefühle und Erinnerungen, die Ausgangsbasis meiner Wahrnehmung z.B. während eines Traumes. Ich denke, es ist möglich, dass bei sehr sensiblen Menschen diese innere emotionale Welt bedeutsamer werden kann, als die äußere Welt im Hier und Jetzt. Offenbar ist Wahrnehmung für bestimmte Menschen auch wirklich vielfältiger, sei es durch ungenügende "Filterung" äußerer Reize oder auch durch die Fähigkeit, Sinneseindrücken, über die üblichen 5 Sinne hinaus, gewahr zu werden.

Die Erklärung für meine Stimmen war in zweierlei Hinsicht wichtig. Zuerst bekamen die unfassbaren Gegner eine offizielle Existenz. Das machte sie angreifbar und nahm mir Angst. Da die Erklärungssuche u.a. zu Problemen in meiner eigenen Persönlichkeit führte, hatte ich ganz konkrete Ansatzpunkte zu handeln. Außerdem machten mich die vielfältigen Begegnungen mit unterschiedlichsten Denkansätzen und Informationen zu diesem Thema und den Menschen wieder neugierig auf das Leben.

Im *Netzwerk Stimmenhören* lernte ich vorallem, dass jede Erklärung wichtig ist, wenn sie hilft die Erfahrung des Stimmenhörens in das Leben in all seiner Komplexität zu integrieren.

Anna

Ich hasse SIE. Dafür, dass SIE ihn mir entziehen.
Ich rufe ihn bei seinem Namen. Eins, zwei, drei-
viermal! Keine Reaktion. Fragezeichen an
Stelle seiner Augen sind die Antwort.
Ich versteh es nicht, würde es gerne und bin
doch froh nicht zu wissen, wie es ist.
Wie es ist, SIE zu hören.
Immer. Ständig. Ätzend.
Er schüttelt dann manchmal leicht mit dem Kopf,
wenn SIE nerven.
Doch so einfach fallen SIE nicht weg.
Oder er fährt mit nervösen Händen durch
sein braunes, dichtes Haar.
Tja, Pech gehabt! SIE lassen sich nicht schnappen.
Verzweiflung, Angst, Wut.
Meinerseits.
Nicht, nichts kann ich machen!
Starre nur dumm zurück in traurige Augen.
Eingeschlagene Fenster zu einer gebeutelten Seele.
Ich kann nicht mehr.
Manchmal ist viermal einmal zuviel.
Tränen helfen da auch nicht!
Trotzdem kullern sie heiß und heftig.
„Was ist denn?“ fragt er plötzlich halb erschrocken.
Er umarmt mich, küßt mein Ohr und ich
höre ein: „Ich hab´Dich lieb!“
We can do it!

Elisabeth
(Freundin eines Stimmenhörers)



Anzeigen

Interviewpartner gesucht

Für das Magazin "Thüringen privat" im MDR wollen wir einen oder mehrere Stimmen hörende Menschen interviewen. Die geplante Sendung soll Verständnis für das Stimmenhören wecken und Stimmenhörende porträtieren. Bei Interesse melden Sie sich bitte unter folgender Telefonnummer: 0172 / 3020015

Nichtpsychiatrisches Einzelfallhilfeprojekt im Aufbau

Sucht engagierte psychiatriebetroffene MitarbeiterInnen, SozialarbeiterInnen und SozialpädagogInnen oder vergleichbare Berufsfelder. Angestrebte Festanstellung, Stundenkontingent gestaltbar. Bewerbungen an:

Verein zum Schutz vor psychiatrischer Gewalt e.V.
Postfach 280427
13444 Berlin

Welche Wirkung der Astralkörper hat

Ich heiße Andreas, bin 45 Jahre alt und seit zirka sechs Jahren Stimmen hörend. Begonnen hat es damit, dass ich des Nachts ein indianisches Heilkräuterritual vollzog, was sich reinigend auf Körper und Geist auswirken sollte und im Abbrennen dreier verschiedener Kräuterarten in einer kleinen Schüssel bestand. Außer dass das Zimmer stark veräuchert war und längere Zeit gelüftet werden musste, merkte ich nichts und hatte auch nichts erwartet. Doch nach zwei Tagen passierte das Unfassbare.

Des Nachts und in der Etage über mir hörte ich ein heftiges Poltern und Geschrei. Vier bis sechs Männer sprachen laut über mich und drohten, herunter zu kommen, die Türen einzutreten und mich kalt zu machen. Nun kam noch hinzu, dass in der Appartementanlage ein halbes Jahr zuvor ein Mann unter seltsamen Umständen ums Leben gekommen war. Mein Horror war perfekt. Ich wusste nicht, was ich machen sollte. Ich hielt noch zirka zwei Wochen dort aus, kam dann bei einem Freund unter und besorgte mir von dort aus eine neue Wohnung. Ein viertel Jahr später ging es auch dort zur Sache. Ich magerte stark ab und die meine Freundin schleppte mich zum Psychiater - Diagnose Schizophrenie. Diese kannte ich bis dato überhaupt nicht, was mich doppelt fertig machte. Natürlich gab es Medikamente, die anfangs auch halfen.

Nun ging es ständig auf und ab. Zwischendurch ging ich arbeiten (Taxifahren). Ein Drahtseilakt, weil durch die verschiedenen Kunden mein Emotionalleben noch mehr durcheinander kam. Des Weiteren kamen Beziehungsprobleme dazu. Aber ich lernte auch inzwischen, mit den Stimmen besser umzugehen. Gerade beim Taxifahren erlebte ich besondere Dinge.

Die Frage nun zum Thema, ob die Stimmen von realen Menschen, von Geistern oder vom eigenen Gehirn kommen, würde ich in allen drei Fällen mit Ja beantworten. Meines Erachtens (Buchwissen und langsam auch Verstand) besteht der physische Körper des Menschen aus zwei Teilen, nämlich dem dichten physischen Körper und dem feinen Astralkörper. Mit ihm ist man im erweckten Zustand mit allen Menschen (und solchen, die es werden wollen) im feinstofflichen Zustand verbunden.

Der Astralkörper wird auch Träger des Bewusstseins genannt. Nun denkt jeder durchschnittliche Mensch, er wäre bewusst, aber meistens lebt er

sein Leben im Rahmen gelernter Konventionen - Kindergarten, Familie, Sitten, Traditionen, Glaube und so weiter. Spezialisten von Weisheitslehren mögen spezielle Wege des Bewusstwerdens kennen, aber zum größten Teil sind wir es, die Stimmenhörer, die an ihr Bewusstsein (ihren Astralkörper) kommen wie die Kuh zum Fliegen. Nämlich zum Beispiel durch Beten, religiöse Wahrheitssuche, besondere Erlebnisse, Erschütterungen etc. (oder in meinem Fall durch Räucherungen). Dieser eigene Astralkörper wird durch solche Dinge geweckt, und er muss sich nun in der Astralwelt mit anderen Wesen herumschlagen, die auch den Weg des Bewusstwerdens bevölkern. In meinem Fall war es besonders hart (meine ich jedenfalls), weil ich auch grobe Züge an mir hatte. Und auf der Astralebene zieht das Grobe nun mal das Grobe an, genau so, wie es auch feiner entwickelte Wesen gibt, die sich aber natürlich gern zu Ihresgleichen hingezogen fühlen.

Nun möchte ich noch einmal auf den Erklärungsversuch zurückkommen. Was hatte diese Kräuterräucherung, die für mich angeblich - aber in Wahrheit - eine echte, kraftvolle indianische Rezeptur war, bewirkt? Ich glaube, sie hat den Astralkörper - bei den Indianern hieß er der Doppelkörper - wachgeklingelt. Mein Pech (oder auch nicht) und seine Folgen war, dass ich nicht wirklich wusste, was ich tat. Bei den Indianern und besonders bei den Schamanen gehörten Rituale dieser und anderer Art dazu, sich in der Geisterwelt zurecht zu finden, um mögliche Feinde und ihre Stimmung kognitiv (vorausschauend) zu erfassen. Des Weiteren konnte der Schamane Ungleichheiten, Disharmonien, Verhexungen in der Astralebene seines Patienten aufspüren und so seine Heilung einleiten.

So viel und im Abriss zum Erklärungsversuch und zu diesem Thema.

Andreas



Zeichnung: Marta Hoffmann

Eine etwas andere Sicht auf das Gehirn

Die Frage nach der Herkunft der Stimmen ist wohl die spannendste beim Stimmenhören überhaupt. Ich selbst habe sie mehrmals unterschiedlich beantworten müssen und immer mit neuen Inhalten und Aspekten versehen. Jetzt, nachdem die Stimmen aufhörten, mich zu nerven, habe ich eine andere Erklärung gefunden.

Unser Gehirn teile ich in zwei große Abteilungen. Es gibt dort ein Oberstübchen, das Gedanken und Gefühle sortiert. Dort wird sinnbildlich geputzt und nach Wertigkeit eingeordnet. Das, was nicht mehr gebraucht wird oder bewusst weggedrückt werden soll, wird aussortiert. Diese Abteilung nenne ich Bewusstsein. Die aussortierten Gedanken, Eindrücke, Erlebnisse und Gefühle übernimmt dann die zweite Abteilung. Es fällt dort auch das Systematisieren weg, wahrscheinlich erfolgt nur eine Traumverarbeitung. Es ist das Unbewusste, das ich mir wie einen fast dunklen Sack vorstellen kann, in den alles Mögliche gestopft wird. Gerade dann, wenn Traumata unverarbeitet dort einfließen, wenn Probleme und unangenehme Gefühle dorthin gelangen, entsteht sinnbildlich ein Überdruck.

Natürlich sieht unser Gehirn im naturwissenschaftlichen Sinne ganz anders aus.

Wenn der Überdruck den Sack an einer Stelle zum Platzen bringt - das geschieht nach meiner Meinung zuerst bei sensiblen Menschen -, werden verschiedene unverarbeitete Probleme, Gefühle und Gedanken vermittels von Stimmen wieder in das Bewusste gespült.

Da wir oft unangenehme und unverarbeitete Dinge wegdrücken, ergeben sich zumeist fürchterlich negative Aussagen, die zudem noch die Stimme von lebenden oder schon verstorbenen Bezugspersonen haben können. Durch die fehlende Verarbeitung von uns selbst erscheint oft der Eindruck, dass die Stimmen Unsinn reden oder gar nichts mit uns zu tun haben. Sie werden als Feinde angesehen, mindestens aber als Störenfriede und Fremdkörper.

Über zehn Jahre hatte ich nichts anderes zu tun, als mich gegen die Stimmen zu stemmen, sie bildlich gesehen wieder in den Sack zurückzustopfen. Natürlich ist mir das nicht gelungen. An der Intensität der Stimmen änderte sich nichts, aber die Inhalte des Gesagten behandelten ein Thema nach dem anderen. Ich begann zu staunen.

Ja, ich hatte Probleme mit der Anschauung von der Welt und der Natur. Ja, ich hatte Probleme im Umgang mit anderen Menschen. Ja, ich hatte Probleme mit dem Selbstwertgefühl. Ja, ich hatte Probleme mit der Sexualität. Ja, ich hatte Probleme in der Ansicht über Leben und Tod. Ja, ich hasste... Ja, ich hatte sehr viele Ängste. Ja, ich war abgestumpft und lebte insgesamt ein trostloses Leben.

Ja.

Mit einer furchtbaren Gemeinsamkeit hatten die Stimmen all das mit wahren Katastrophen aufgedeckt, was ich bewusst vermeiden hatte, zu fühlen und zu denken. Wie viele Menschen hatte ich beleidigt, nicht wahrgenommen oder vor den Kopf gestoßen? So viele Fragen und plötzlich auch die Antwort: ich bin die Schlüsselfigur, nur mir gilt das Stimmenhören!

Während des Stimmenhörens ging ich schon unbewusst an die Lösung von aufgeworfenen Problemen. Nachdem ich erkannte, dass die Stimmen viel Richtiges sagten, begann ich, diesen Stimmen bewusster, kollegialer und entspannter entgegenzutreten. Lass den Stimmen die Macht, mich aufzuklären, was in das Oberstübchen zurückzukehren hatte, dachte ich. Ich ging selbstbewusst und gar nicht mehr ängstlich an die Aufarbeitung der verdrängten Themenvielfalt. Frieden und Freundlichkeit brachte ich wieder in mein Denken und Fühlen zurück. Nach einer längeren Zeit der Aufarbeitung verschwand der besagte Überdruck und damit auch prinzipiell das Stimmenhören.



Zeichnung: Juri Tscherepanow

Ulrich



Zeichnung: Svato Zapletak

In eigener Sache

Die Kommission "Zukunftspläne und Visionen" als auch die Vorbereitungsgruppe des kürzlich stattgefundenen Kongresses haben zwei Aufrufe zur Mitarbeit an überregionalen Arbeitsgruppen für alle Interessierte herausgegeben.

Zum ersten handelt es sich um die Erarbeitung überregionaler Empfehlungslisten von psychiatrischem Fachpersonal, das Stimmen hörenden Menschen bei Behandlungsmethoden entgegenkommt. Erster Schritt dieser Arbeitsgruppe wird es sein, als Grundlage entsprechende Fragebögen zu erarbeiten.

Die zweite überregionale Arbeitsgruppe soll sich mit der Öffentlichkeitsarbeit für unser Netzwerk befassen. Dabei sollen Gedanken in die Tat umgesetzt werden, sowohl Stimmen hörenden Menschen und ihren Angehörigen zu helfen als auch in der Psychiatrie und in der gesamten Gesellschaft aufklärend zu wirken.

Jede/r Interessierte ist herzlich eingeladen, in einer der beiden Arbeitsgruppen - oder auch in beiden - mitzuarbeiten. Bitte schreiben Sie uns, wir leiten die Post dann weiter.

Die Redaktion des *Kleinen Stimmenhörerjournals* möchte diese Prozesse unterstützen. Wir werden sehr gern Arbeitsergebnisse einzelner Mitglieder, Selbsthilfe-, therapeutisch begleiteter - und Dialoggruppen vorstellen und auch diskutieren; natürlich auch der beiden vorgenannten Arbeitsgruppen. Wir hoffen, dass die Diskussion mit Angehörigen und in der Psychiatrie Tätigen weiterhin nutzbringend sein wird. Wir wollen - soweit das möglich wird - dazu eine Rubrik "Zur Diskussion gestellt" in unserem Stimmenhörerjournal eröffnen, die Forum für alle interessanten Ideen, Vorschläge und Informationen sein soll.

Die Redaktion



Zur Diskussion gestellt

Hallo, liebe MitstreiterInnen, heute bekam ich das wie immer sehr interessante Stimmenhörerjournal. Da ich selbst sehr intensiv damit beschäftigt bin, würde mich für ein zukünftiges Stimmenhörerjournal ein ganz bestimmtes Thema interessieren, und zwar "Psychische Selbstverteidigung von StimmenhörerInnen". Ich selber mache zur Zeit gerade sehr interessante und für mich auch zukunftsweisende Erfahrungen mit diesem Thema und fände es gut zu lesen, was andere für Selbstverteidigungsmöglichkeiten bei negativen Stimmen haben.

Es geht mir einmal um beleidigende und anklagende Stimmen, zum anderen auch um Stimmen, die zum Suizid auffordern und, falls damit Erfahrungen vorliegen, auch um Selbstverteidigung gegenüber Stimmen, die zu Taten auffordern. Letzteres ist ein sehr sensibles Thema, zu dem mir persönlich nicht viel mehr einfallen würde, als mich einzuweisen, um Schlimmstes zu verhindern. Vielleicht gibt es aber auch Menschen, die damit klarkommen, ohne Taten zu begehen, und gerne mitteilen möchten, wie sie es schaffen. Genauso mag es eine ganze Reihe Menschen geben, die auch mit Stimmen, die zum Suizid auffordern, umgehen können, ohne sich einzuweisen. Vielleicht können andere von deren Erfahrungen profitieren.

Es ist ja jederzeit möglich, unter Pseudonym zu schreiben, und ich hoffe, dass StimmenhörerInnen unter anderem diese Möglichkeit nutzen, die genügend Schutz bietet, falls jemand eine Stellungnahme zu diesem Thema abgeben will, ohne identifiziert werden zu können.

*Mit herzlichen Grüßen
Ann*



Wir machen von uns REDEN!

Für die Arbeitsgruppe
"Öffentlichkeitsarbeit",
die ihre Arbeit im Januar 2002
aufnimmt,
suchen wir Leute wie Dich-
mit Ideen, Engagement und Biss !!!

Anliegen ist es, unsere Aktivitäten in den
Bereichen Werbung, Sponsoring, Aktionen (Tag
der offenen Tür o.ä.), Messen & Ausstellungen
sowie Internet zu verstärken.

Für unser Netzwerk wollen wir damit

- eine höhere Aufmerksamkeit erzielen
- die Akzeptanz verbessern und
- den Bekanntheitsgrad vergrößern

Wir brauchen Dich !

Die Vorbereitungsgruppe

Bei Interesse bitte
das Netzwerk kontaktieren.

Danke.

Du bist gefragt !

Für die Arbeitsgruppe
"Befragung von
ÄrztInnen, TherapeutInnen,
HeilpraktikerInnen",
die ihre Arbeit im Januar 2002
aufnimmt,
suchen wir DICH !

Ziel ist es, Spezialisierungen und
Behandlungsmethoden zu erfassen, übersichtlich
darzustellen und für alle stimmehörenden Menschen
vergleichbar und verfügbar zu machen.

Als Instrument entwickeln wir einen Fragebogen,
führen die Befragung durch, werten die
Befragungsergebnisse aus und aktualisieren diese
Übersicht fortlaufend.

Du möchtest gerne mitarbeiten ?

Bei Interesse bitte
das Netzwerk kontaktieren.

Danke.

Die Vorbereitungsgruppe

Wunder

Eins, Zwei, Drei, Vier, Fünf, Sechs, Sieben...
Wo ist deine alte Welt geblieben
Im Nu war sie weg
Vom Fleck
Du hast sie einfach ausgetauscht in eine Welt
Die dir gefällt
Du weißt nicht mehr genau wie´s ging?
Da gab es einen Trick...
Irgendwie hast du dich hochgehoben
Und dabei deine Realität verschoben
Nun bist du verrückt
Gott sei Dank es ist geglückt
Die alte Welt ist weg
Vom Fleck

Margarete-Maria Schuster



Leserbriefe

Antwort auf Dietmars Brief im Stimmenhörerjournal Nr. 3/2001, Seite 17

Lieber Dietmar,

Was ist die Norm? Was ist normal? Ich glaube, große Definitionen helfen da wenig. Jeder "Betreuer", der etwas Bestimmtes erreichen will (Heilung, Behandlung, Verdienst, Forschung, Normierung,...), wird "normal" anders definieren, jeder Normalbürger erst recht. Wir sind nicht mehr ungewöhnlich, es scheint schon sehr viele von uns zu geben, es geben es nur nicht alle zu.

Krank oder nicht, das ist hier die Frage. Wer mit dieser körperlichen und seelischen Belastung fertig werden kann, und das Tag für Tag, Nacht für Nacht, und immer wieder, wer trotzdem sein Leben selbst regeln und organisieren kann, der ist nicht psychisch krank. Wer in der Belastung scheitert, an der Interpretation, an dem Beobachtet-Werden, an der eigenen halbverarbeiteten Vergangenheit, an den gegenwärtigen Charaktermängeln (Menschen sind keine Engel!), und wer dann in der einen oder anderen Weise ausrastet, der ist krank. Viele sind es wohl für eine gewisse Zeit oder länger - aber nicht alle.

Ich bilde mir ein, selbst für meine Psychohygiene sorgen zu können. Dir/Ihnen wünsche ich das auch.

*Freundlichst grüßt
Wiltrud*

Hallo!

Hier schreibt Dörthe (Stimmenhörerin). Wir hatten schon Kontakt. Erinnern Sie sich? Wie sieht's bei Ihnen aus? Ich würde gern über Ihren Umgang mit den Stimmen mehr erfahren. Ich habe sehr viele Stimmen, die ich keiner bekannten Person zuordnen kann. Seit Februar 2001 höre ich auch Stimmen von kürzlich Verstorbenen. Das hat mich am Anfang sehr erschreckt. Ich kann mich mit meinen Stimmen unterhalten, mit ihnen diskutieren, ihnen zuhören, sie zurechtweisen und auch mit ihnen lachen. Sie trösten mich, wenn ich traurig bin, und helfen mir bei Entscheidungen.

Seit ein paar Monaten nehme ich keine Medikamente mehr gegen meine Psychose. Ich bin in den vergangenen sieben Jahren oft in der Klinik

gewesen (Psychiatrie, Psychosomatik, Epilepsiezentrum und Tagesklinik in verschiedenen Orten). Ich habe einiges an Medikamenten bekommen, ohne rechten Erfolg. Ich hatte trotz der Medikation immer Stimmen. Manchmal haben sie mir sogar den Selbstmord befohlen mit genauen Anweisungen. Ich war schon früh der Ansicht, dass ich Geister höre. Seit November 2000 wohne ich in einem Wohnheim für psychisch Kranke. Hier habe ich schon einiges gelernt: selbständig Einkaufen, Radfahren, Bus- und Bahnfahren - trotz meiner "psychogenen Anfälle", die allerdings nichts mit meiner Psychose zu tun haben. Die psychogenen Anfälle sind eine Angsterkrankung, wogegen ich auch ein Medikament bekomme (Seroquel)

(Zusatz aus dem 2. Brief)

Ich habe mich noch einmal über meine Medikamente informiert und festgestellt, dass ich doch ein Medikament gegen die Psychose nehme, und zwar ein atypisches Neuroleptikum (Seroquel) sowie seit einiger Zeit zusätzlich zur Nacht Neurocil (wegen Durchschlafproblemen). Außerdem nehme ich gleich nach dem Aufstehen einen Betablocker für mein Herz. Etwa zweimal im Jahr durchlebe ich einen psychotischen Schub und brauche dann ein Medikament, das die Stimmen für kurze Zeit (ein paar Tage) vollständig unterdrückt. Leider hat das auch erhebliche Nebenwirkungen - starke Müdigkeit, Unruhe in den Beinen und Steifigkeit in den Muskeln. Was ich geschrieben habe über meine Medikamente ist mir erst nach meiner letzten Krise Anfang Oktober bewusst geworden.

*In der Hoffnung, von Ihnen zu hören
Ihre Dörthe*

Über Online erreichte uns folgender Leserbrief:

Ich möchte dringend alle Stimmenhörergruppen bitten, sich mit den Menschen hinter den Stimmen auseinanderzusetzen. Es hat sich ergeben, dass Stimmen sowohl von Sektengurus wie deren Mitarbeitern, wie von einigen Psychiatern, wie von manchen Sozialarbeitern und auch von manchen Geistlichen gemacht werden. Geistheiler sind bis jetzt die einzige Berufsgruppe, die diese Menschen ausmachen können und sie anhalten können, von ihren Opfern, den psychotischen Menschen, abzulassen. Dieses gelingt auch nicht immer.

Vielleicht macht es manch einem Angst, sich damit auseinandersetzen zu müssen, dass hinter seiner Stimme oder seinen Stimmen mindestens ein Mensch steht. Dieser Mensch kann sich verstecken hinter anderen Menschen und so tun, als sei es ganz jemand anderes. Er kann über Vogelstimmen gehen oder auch über metallische Geräusche und vieles mehr. Ich bitte sehr um Veröffentlichung dieses Briefes und hoffe, es werden mir einige Menschen schreiben.

Danke.

lexiz@t-online.de

Im April diesen Jahres landete ich in der Psychiatrie in der LKN Hirsau! Ich konnte eineinhalb Jahre die Schübe immer wieder abfangen. Die Stimmen haben mich dann doch geschafft und mich total in die Irre getrieben und ich habe dadurch viele meiner Bekannten und vor allem den Rest meiner Familie durch meine Worte sehr verletzt! Und ich möchte mich hierdurch bei den Ärzten und dem Personal bedanken für ihre Umsorge. Dazu kam, dass mir in jeder Richtung geholfen wurde, so dass ich im Anschluss in eine andere Klinik gehen konnte. Ich war so hochgradig manisch, dass der Absturz in die Depression kommen musste.

Durch die Manie hatte ich einige Entschuldigungen durchzuführen! Und dass es soweit nicht mehr kommt, habe ich allen mir nahestehenden Bekannten und den Sportvereinen den Auftrag gegeben, bei auffälligem Verhalten für mich einen Arzt zu holen.

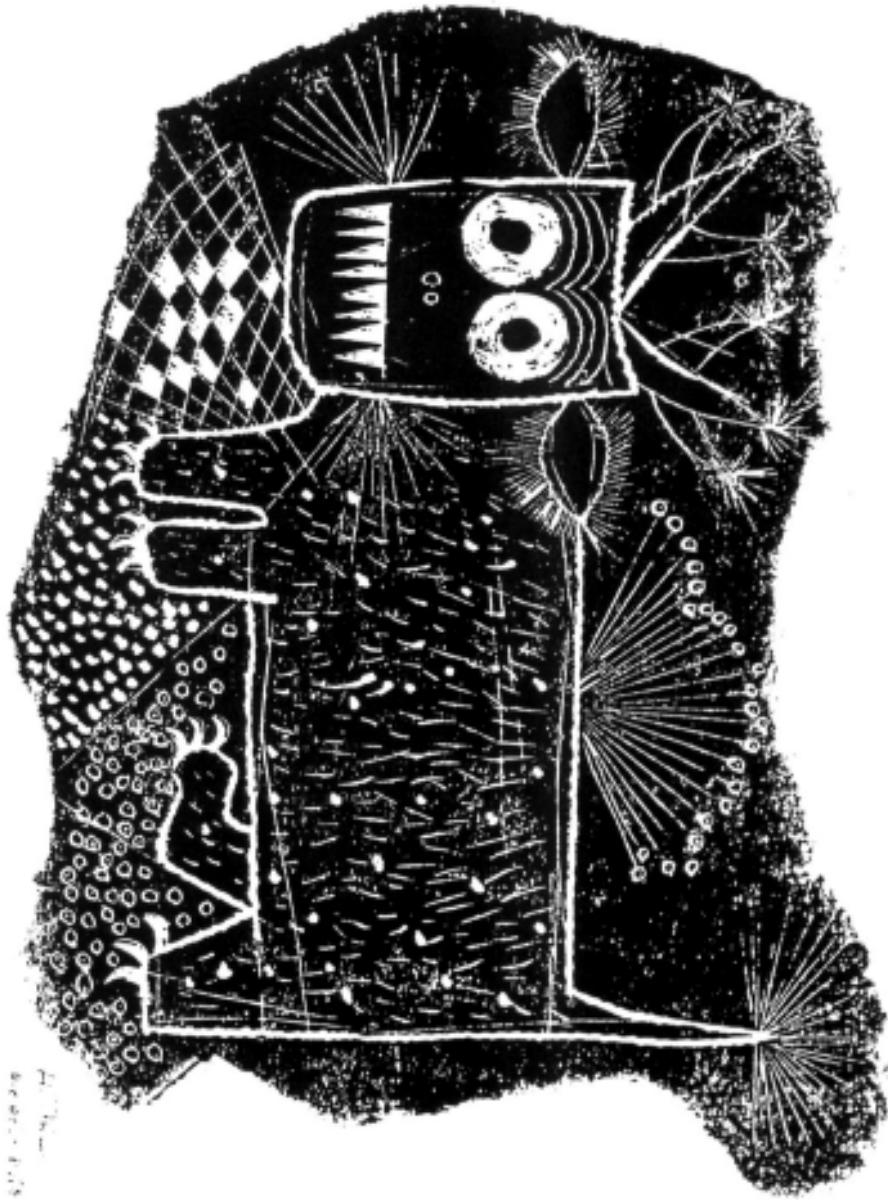
Ich mache das jetzt seit 21 Jahren mit und möchte mich bei all denen bedanken, die mir in dieser Zeit geholfen haben.

*Mit freundlichen Grüßen
Dieter Frangenheim*

Berichtigung:

Irrtümlich war im letzten Stimmenhörerjournal die Buchvorstellung über „Die Visionen von Celestine“ (Seite 25) unter dem Namen „Ulrich“ veröffentlicht worden. Richtig ist aber die Unterschrift mit dem Namen „Andreas“.

Die Redaktion bittet um Entschuldigung.



Die Fahrt nach Berlin

Ich hatte mich auf die Reise gefreut. Es war die erste meiner Berlin-Reisen und ich fuhr mit einem nigelnagelneuen ICE, Spitzentempo 250 km/h. Anfangs ging es gut voran, doch dann dehnte sich die Zeit wie Kaugummi. Die Fahrt schien endlos, und ich fragte mich, wann würde ich endlich ankommen, denn der Superzug wurde immer langsamer. Erst war es noch eine zweigleisige Strecke, dann ging es nur noch eingleisig voran, und immer wieder wurde die Fahrt durch ein rotes Signal unterbrochen. Der Zug hielt an einem verlassenem Dorfbahnhof, und ich stieg als einziger aus.

Ich schaute mich um, doch der Bahnhof lag öde und schläfrig in der Mittagssonne. Ich ging die Dorfstraße entlang, doch es kam mir in diesem Kaff keine Person entgegen. Die Straße war holprig und verengte sich immer mehr. Ich verließ das Dorf und ging in den nahen Wald, und dort endlich begegnete ich dem Zauberer. Er sprach: "Ich habe dich hierhergeführt, damit du siehst, wie grausam endlose Einsamkeit ist. Versetz dich in eine schöne Stimmung und du wirst sehen, wie gern du lebst und wie angenehm die Gesellschaft anderer Menschen für dich sein kann, wenn du zu dir stehst und das Träumen nicht vergisst."

Seine Stimme verklang. Ich gehorchte und schloss die Augen. Als ich die Augen öffnete, war ich in Berlin.

Dieter Radtke

(Erstveröffentlichung in der "Klinke" Nr. 26, Jan.2001)



Karikatur: Marta Hoffmann

Intervoice bittet um Ihre Mitarbeit

Meine Lieben,

Intervoice möchte Sie um Ihre Mitarbeit bei der Erstellung eines Buches bitten. Es soll 50 Geschichten von Menschen enthalten, die Stimmen hören oder hörten und aus der Herangehensweise, die Stimmen zu akzeptieren und sich mit ihnen auseinanderzusetzen (kurz: "Stimmenhören akzeptieren"), Nutzen ziehen konnten (können).

Es ist gut möglich, dass Sie uns bereits kennen, denn die meisten unter Ihnen, die wir um Mitarbeit bitten, kennen wir persönlich. Für diejenigen, denen wir noch unbekannt sind, möchten wir Intervoice kurz vorstellen.

Intervoice ist eine gemeinnützige Organisation, die Begegnungsmöglichkeiten, wie Konferenzen, eine Internetseite und eine Sprachbox, für Stimmen Hörende und Professionelle, die mit StimmenhörerInnen arbeiten möchten, bietet. Intervoice unterstützt das Akzeptieren der Stimmen und die Auseinandersetzung mit ihnen. Dabei ist das Ziel, die Beziehung zu den Stimmen zu ändern, um das Leben wieder in die eigenen Hände nehmen zu können. Um dieser Methode noch einen weiteren Vorschub zu leisten, möchten wir ein Buch mit 50 persönlichen Geschichten Stimmen hörender Menschen veröffentlichen, die von dieser Verfahrensweise "Stimmen zu akzeptieren" profitierten. Anhand nachweislicher Erfahrungen soll das Buch anderen StimmenhörerInnen und Professionellen Motive liefern, ihr Zögern, es einmal auf diesem Wege zu probieren, zu überwinden.

Die Idee ist, dass Sie Ihre Geschichte selber schreiben und wir Ihnen zusammen mit diesem Brief einen Leitfaden geben. Der Leitfaden soll Ihnen die Arbeit erleichtern und uns dabei helfen, gut organisierte Informationen zu sammeln. Desweiteren haben sich Mitglieder von Intervoice bereit erklärt, Ihnen zu helfen, wenn Sie es wünschen. Die Namen und Adressen für Ihr Land finden Sie im Anhang. Natürlich können Sie auch einen guten Freund oder den Professionellen, der Ihnen half, sich mit den Stimmen auseinanderzusetzen, um Hilfe bitten...

Es ist nicht notwendig, dem Leitfaden oder dem Beispiel wortgetreu zu folgen, denn jede/r StimmenhörerIn ist anders, und auch das Buch wäre dann wenig abwechslungsreich. Wenn Sie bestimmte Informationen,

nach denen wir fragen, nicht preisgeben möchten, weil sie zu intim oder zu privat sind, fühlen Sie sich frei, lassen Sie diesen Teil aus, aber bitte fahren Sie fort.

Wir hoffen auf Ihre Mitarbeit und wir hoffen, dass es Ihnen gefällt, über Ihre Erfahrungen zu berichten.

Mit herzlichen Grüßen

Marius Romme

Anmerkung der Redaktion: Gern schicken wir Ihnen auf Anforderung den Leitfaden zum Schreiben einer Anthologie über das Stimmenhören zu. Die Mitglieder des NeSt erhalten den Leitfaden als Anlage zu diesem Journal. Allerdings, und das gilt für alle, ist der Einsendeschluss schon am 31. Januar 2002! Sie können Ihren Beitrag an uns senden, wir werden ihn dann weiterleiten.



Karikatur: Marta Hoffmann



Literaturhinweise

“Die innere Stimme”

von P. Baker bei: Netzwerk Stimmenhören
(2,50 Euro, für Betroffene 1 Euro)

“Stimmenhören akzeptieren”

Romme, M. / Escher, S.
Psychiatrie Verlag ISBN 3-88414-209-7

*“Stimmen hören -
Botschaften aus der inneren Welt”*

Stratenwerth, I./ Bock, Th.
Piper Taschenbuchverlag ISBN 3-4922-991-3

“Die Bettelkönigin”

Stratenwerth, I./ Bock, Th.
Ein Buch für Menschen ab 8 Jahre
Kore-Edition (Göre bei Kore) ISBN 3-933056-01-2

“Stimmenhören verstehen und bewältigen”

Coleman, R. / Smith, M.
Psychiatrie-Verlag (Psychosoziale Arbeitshilfen, 14)
ISBN 3-88414-247-X

“Der Ursprung des Bewußtseins”

Jaynes, J., Rowohlt Taschenbuch Verlag
ISBN 3-499-19529-1

z.Z. vergriffen

Video

Zu Lehrzwecken kann das Video *“Hören Sie Stimmen?
Neue Erkundungen über ein uraltes Phänomen”*,
Autorin Irene Stratenwerth, Mitarbeit Thomas Bock,
produziert durch NDR 3, entliehen werden.

Bundesweite Kontaktpersonen/Gruppen

- **Aachen** (Selbsthilfegruppe)
Aachener Laienhelfer-Initiative e.V.(ALI), Südstr.6, 52064 Aachen
- **Berlin** (geschl. u. offene Selbsthilfegruppe, trialogische Gruppe)
c/o Pinel, Ebersstr. 67, 10827 Berlin
- **Bremen** (Selbsthilfegruppe)
T. Mährländer, Karl-Schurz-Str. 1a, 28209 Bremen
- **Chemnitz** (Kontaktperson)
B. Hommula, Heinersdorferstr. 50, 09114 Chemnitz
- **Cottbus** (Kontaktperson)
K. Ju-Nipkau, Calauer Str. 69, 03048 Cottbus
- **Frankfurt am Main** (Selbsthilfegruppe)
A. Born, Eschersheimer Landstr. 110, 60322 Frankfurt/M.
- **Göttingen** (Kontaktperson)
E. Valetopoulos, Rosmarinweg 29, 37081 Göttingen
- **Hagen** (Kontaktperson)
U. Bornhoff, Kipperstr. 45, 58135 Hagen
- **Halle/S.** (Kontaktperson)
Ch. Schubert, Telemannstr.19, 06124 Halle/S.
- **Hamburg** (Selbsthilfegruppe, therapeutisch begleitete Gruppe)
Th. Bock, UKE, SPA, Martinistr. 52, 20248 Hamburg
- **Kassel** (Kontaktperson)
A. Galli, Frankfurter Str. 141b, 35121 Kassel
- **Mainz** (Selbsthilfegruppe)
U. Ihrig, Freiligrathstr. 7, 65474 Bischofsheim
- **Mannheim** (Selbsthilfegruppe, teilweise therapeutisch begleitet)
Prof. Kick, Schwetzingen Str. 28, 68165 Mannheim
- **Mannheim** (Kontaktperson f. eine trialogische Gruppe)
K. Römer, Beim Johannkirchhof 16-18, 68219 Mannheim
- **Nürnberg** (Kontaktperson)
K. Sandner, Langfeldstr. 27, 91058 Erlangen
- **Oberhausen** (Kontaktperson)
W. Geilert, Ebereschenweg 95, 46147 Oberhausen
- **Schwerin** (Kontaktperson)
Ch. Broecker, Wischendammm 13, 19079 Banzkow
- **Stuttgart** (Selbsthilfegruppe)
I. Peters, Silcher Str. 49, 71332 Waiblingen

Weitere Kontaktwünsche u.a. in: Dresden, Hannover, Köln, Quedlinburg ...

Mitglied werden im Netzwerk Stimmenhören e.V.

Unsere Hauptziele sind, uns gegenseitig zu helfen und zu stützen und mehr Toleranz, Verständnis und Akzeptanz in der Gesellschaft für das Phänomen Stimmenhören zu erreichen.

Dabei setzen wir auf eine gleichberechtigte Zusammenarbeit und Partnerschaft von Stimmen hörenden Menschen, deren FreundInnen und Angehörigen und in psychiatrischer und psychotherapeutischer Praxis und Forschung Tätigen. Mitglied im NeSt kann jede/r werden, die/der unsere Ziele unterstützt und zur Verwirklichung beitragen möchte.

Das NeSt bietet:

Kommunikation

In Selbsthilfegruppen, trialogisch besetzten und therapeutisch begleiteten Gruppen besteht die Möglichkeit des Erfahrungsaustauschs und der aktiven Mitarbeit.

Unser kleines Stimmenhörerjournal

Mitgliederrundbrief des NeSt, informiert u.a. über Aktivitäten der Stimmenhörer-Bewegung im In- und Ausland, enthält Erfahrungsberichte, erscheint vierteljährlich und kann - unabhängig von der Mitgliedschaft - abonniert werden.

Fortbildungsseminare

Wir bieten zu unserem Thema ein- und zweitägige Seminare an, möglich ist aber auch der Besuch verschiedener Einrichtungen für eine zwei- bis dreistündige Kurzfortbildung. Damit möchten wir Verständnis wecken und einen neuen Zugang zum Stimmenhören vermitteln.

Koordination und Kooperation

Wir arbeiten mit anderen Verbänden zusammen, um die Diskussion zum Phänomen Stimmenhören auch dort voranzutreiben, indem wir u.a. auf ihren Veranstaltungen Vorträge halten und Arbeitsgruppen gestalten.

Veranstaltungen

Zu unserem Thema haben wir schon mehrere Tagungen durchgeführt und bieten diese auch weiter an.

Internet

Auf unserer Home-page im Internet finden Sie u.a. die bisher erschienenen Stimmenhörerjournale, sowie nationale und internationale Kontaktpersonen.

Beitrittserklärung

An das NeSt c/o Pinel Ebersstraße 67 10827 Berlin	Bankverbindung: Postbank Berlin Kto-Bezeichnung: Netzwerk Stimmenhören e.V. Bankleitzahl: 100 100 10 Kto-Nummer: 809 101-103
--	---

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Netzwerk Stimmenhören

Name: _____ Vorname: _____
Straße: _____ PLZ/Ort: _____
Bundesland: _____ Telefon: _____
Ich bin:
 Stimmenhörer/in
 in der Psychiatrie Tätige/r (zutreffendes bitte ankreuzen)
 Angehörige/r
 Interessent/in

Ich zahle einen Jahresbeitrag von Euro:.....
Heimbewohner/innen, die nur ein Taschengeld bekommen: 6,-; Sozialhilfeempfänger/
innen oder Bezieher/innen von Arbeitslosenhilfe bzw. entsprechender Rente: 15,-; sonst
mindestens:32,- und ab einem Einkommen von netto Euro 1000,-; 47,-. (Der Jahresbei-
trag wird bei Eintritt fällig und in den folgenden Jahren im März.)

Datum/Ort..... Unterschrift.....
Ich habe meinen Jahresbeitrag in Höhe vonEuro auf o.a. Konto überwiesen
Datum/Ort..... Unterschrift.....
Mit der Weitergabe meiner Anschrift an Vereinsmitglieder bin ich einverstanden Ja/Nein
Mit der Weitergabe meiner Telefonnummer bin ich einverstanden Ja/Nein.
Ich bin bereit, als regionale Kontaktperson für das Netzwerk tätig zu werden und ich bin
damit einverstanden, dass meine Anschrift mit/ohne Telefonnummer auch an Interes-
sierte weitergegeben wird Ja/Nein.
Ich verfüge über folgende Kenntnisse, Fähigkeiten oder Erfahrungen, die ich in eine
Mitarbeit beim Netzwerk Stimmenhören einbringen kann (bitte Rückseite benutzen):

Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich Sie widerruflich, den von mir zu entrichtenden Mitgliedsbeitrag
für das Netzwerk Stimmenhören e.V. jährlich in Höhe von Euro..... von meinem
Konto..... einzuziehen.
Konto-Nr.....BLZ.....
bei.....

Wenn das angegebene Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens
des kontoführenden Geldinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung.

Ort.....Datum.....
Name.....
Anschrift.....
Unterschrift des Kontoinhabers:.....