

Rundbrief Netzwerk Stimmenhören e.V.

6. Jahrgang

Heft 1

März 2002

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), Undine Knaack,
Ch. u. A. Müller

Erscheinungsweise

vierteljährlich, zum Ende des Quartals

Redaktionsschluss

für Heft 2/2002, 17. Mai 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

Wir hoffen sie alle hatten erholsame und angenehme Osterfeiertage. Auch der Euro hat uns nun schon fest in den Griff genommen, denn Geld ist recht wenig in der Geldbörse geblieben. Aber wir sollten alle versuchen, unsere besten Wünsche und alles Gute in die neue Währung zu legen.

In diesem Heft beschäftigen wir uns noch einmal mit dem Kongress vom November vorigen Jahres. Das Vorbereitungsteam hat sich am 25. Januar 2002 getroffen, um beste Voraussetzungen schon wieder für den nächsten Kongress zu schaffen. Zuallererst bedankt es sich für die rege Teilnahme und das selbstbewusste Auftreten der Kongressteilnehmer, denn ohne euch wäre eine solche Veranstaltung nicht möglich gewesen. Es wurden auch zahlreiche Gedanken geäußert, was wir beim nächsten Mal noch besser machen können. Da kam zum Beispiel der Vorschlag, einen Monat im Jahre 2003 zu suchen, in dem das Tageslicht länger währt, demzufolge auch das Wohlbefinden von uns Stimmen hörenden Menschen besser ist. Weiterhin wollen wir überlegen, den neuen Kongress an drei Tagen durchzuführen, denn dann fiel das Gedrängteisen weg. Das sind aber alles Überlegungen, wo alle Mitglieder ein Wort mitzureden haben. Wenn im Beitrag von Hannelore Klafki (in diesem Heft) geschrieben steht, dass zum Beispiel eine Kongressdokumentation erarbeitet werden soll, dann bitten wir euch zu überlegen, noch einmal die recht interessanten Vorträge, Beiträge und Interviews nachzuzeichnen und vielleicht auch nachzuarbeiten. Das war noch zum vergangenen Kongress angemerkt.

Das nächste Stimmenhörerjournal soll sich mit dem Thema "Stimmenhören und Spiritualität" befassen. Ich persönlich kann meine Unsicherheit in den Fragen der Spiritualität kaum verbergen. Wir bitten Sie, zu diesem Thema Beiträge zu formulieren - es können auch ganz kurze sein -, damit das nächste Journal wieder inhaltsreich werden kann und für uns alle lesenswert bleibt.

Erinnern möchten wir auch, dass gerade zu diesen Themenkreisen grundsätzlich an jedem ersten Mittwoch des Monats von 14 bis 16 Uhr sowie am ersten Donnerstag von 10 bis 12 Uhr telefonisch beraten wird, und für die Berliner natürlich auch das direkte Gespräch im Bahnhof Schöneberg stattfinden kann.

Wir haben auch einen neuen Beratungsanschluss in Mannheim. Dort

wird ab sofort an jedem Dienstag von 10 bis 12 Uhr telefonisch direkt beraten. Die Telefonnummer lautet: 0621-8752559.

In diesem Heft finden Sie auch die Ankündigung der Fortbildungen über das Stimmenhören bei zwei unterschiedlichen Trägern. Bei Interesse bitten wir, sich recht schnell bei den entsprechenden Trägerorganisationen anzumelden, denn die Plätze sind erfahrungsgemäß sehr begehrt. Außerdem freuen wir uns mitteilen zu können, dass das Netzwerk erstmalig am 30. August 2002 ein eigenständiges Seminar anbietet, welches im nächsten Heft genauer angekündigt wird.

Unsere nächste öffentliche Redaktionssitzung wird am 24. Mai 2002 um 17.00 in den Räumen des Netzwerkes im S-Bahnhof Schöneberg stattfinden. Alle sind herzlich eingeladen zu kommen oder auch einen Brief zu schicken.

Wir wünschen nun allen unseren Leserinnen und Lesern einen wunderschönen Frühling und viel Freude an der Lektüre.

*Herzliche Grüße.
Für die Redaktion
Andreas Gehrke*



Inhalt

Der Kongress „Leben und Arbeiten mit Stimmen“

- Wir sind auf dem richtigen Weg Seite 6
- Ein Bericht Seite 9
- Hilfreiche Informationen Seite 18
- Interviews Seite 19
- Dann ging alles ganz schnell... Seite 23

Gedicht

Für Euch Seite 15

Leserbrief Seite 25

Anzeigen Seite 24

Seminare Seite 26

Literaturhinweise Seite 28

Bundesweite Kontaktpersonen/Gruppen Seite 29

Mitglied werden im NeSt Seite 30

Beitrittserklärung Seite 31

Wir sind auf dem richtigen Weg

von Hannelore Klafki

Plötzlich ist er da, der 23. November. Nach einem Jahr Vorbereitungszeit und zunehmend mehr Hektik und Stress in den letzten Tagen und Wochen davor stehe ich nun am Mikrofon und begrüße die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum 3. Kongress des NeSt. Vergessen ist die Panik, als nach und nach drei (!) Referentinnen absagen mussten, vergessen sind auch die vielen kleinen Pannen am Rande und die ganze Arbeit, sie wieder auszubügeln.

Vergessen! Denn alles ist geritzt und jetzt ist einfach nur Freude angesagt, weil wieder so viele - zirka 160 Leute - auf der Matte stehen und sich mit unserem diesmaligen Thema *“Leben und arbeiten mit Stimmen”* auseinandersetzen wollen.

In den Diskussionen nach den einzelnen Vorträgen merken wir, dass wir mit unserem Thema richtig liegen, denn die Wortmeldungen sind präzise und konstruktiv. Viele Betroffene melden sich selbstbewusst zu Wort und ergänzen mit ihren Beiträgen die Tagung um wichtige Details. In angenehmer, herzlicher Atmosphäre ist der offizielle Teil des Freitags blitzschnell vorbei und der Abend klingt stimmungsvoll aus. Das *“Fingerfood-Bufferet”* des Saftladens (köstlich) ist im Nu eingeatmet - nur Krümel lassen noch ahnen, wie lecker alles war. Die *“Terra Combo”* lässt die einen tanzen und die anderen im *Rixdorfsalon* verschwinden. Der *“Trägerchor”* (so getauft, weil hier Betreuer für Betroffene singen, anstatt wie sonst umgekehrt) schmettert richtig gut einstudierte Lieder und zum Abschluss trägt uns *“Miss Molly Mops”* (unser Robert), begleitet von Georges am Klavier, Chansons von Claire Waldoff und Zarah Leander vor. Es sind Lieder, auch später von Marlene Dietrich gesungen, die von beiden Diven (Waldoff und Leander) viel Engagement gefordert haben. Viele schwärmen noch am nächsten Morgen von dem gelungenen Abend.

Der Samstag ist geprägt von unserem *“Star”* Professor Marius Romme, der Trommelgruppe des KommRum und den Arbeitsgruppen. Viel zu schnell ist alles vorbei und schon stehe ich wieder am Mikrofon, um alle zu verabschieden. Dass es nicht nur mir viel zu schnell geht, beweist die Tatsache, dass alle nach den letzten Worten einfach sitzen bleiben und mit dem Wort *“Feierabend”* richtig *“rausgeschmissen”* werden müssen.

Zwei Wochen später treffen wir uns zu einem Nachbereitungstreffen und ziehen Bilanz. Wir sind zwar ziemlich erschöpft, aber stolz darauf, dass alles geklappt hat. Die Auswertung der Anmeldungen zeigt uns, dass 50 Prozent der Anwesenden Betroffene, 40 Prozent in der Psychiatrie Berufstätige und 10 Prozent Angehörige waren.

Neu war unsere Multimedia-Ecke, wo Interessierte sich unter anderem unsere Homepage www.stimmenhoeren.de im Internet oder den Videofilm "Hören Sie Stimmen?" ansehen konnten. Neu war auch, dass zwei Frauen während der ganzen Veranstaltung die TeilnehmerInnen befragten, welche Meinung sie zu der Tagung haben. So können wir auf ein ziemlich gutes Feedback zurückgreifen. Erfreut stellen wir fest, dass allen die herzliche Grundstimmung gut gefallen hat. Auch die Ausstellung der Selbsthilfegruppe agp "*außergewöhnliche Wahrnehmungen*" wurde lobend erwähnt. Die wertvollen Tipps, Anregungen und Verbesserungsvorschläge für den nächsten Kongress werden uns helfen, 2003 wieder eine gute Veranstaltung zu organisieren.

Wir beschließen, eine Kongressdokumentation zu erstellen, in der wir diese Interviews mit abdrucken werden. Natürlich werden auch die Vorträge, die Arbeitsgruppenpräsentationen und viele Diskussionsbeiträge abgedruckt werden. Für die Leute, die nicht beim Kongress sein konnten, hier noch einmal unsere Themen:

- Einführungsreferate des Experten durch Erfahrung, der Angehörigen und des Experten durch Beruf
- Forschungsergebnisse aus Holland zum Stimmenhören bei Kindern (Sandra Escher)
- Stimmenhören und Arbeit - Braucht ein Mensch Arbeit? Wie beeinflussen Arbeitsprozesse oder auch Arbeitslosigkeit das Stimmenhören und umgekehrt? (Dr. Monika Hoffmann)
- Geschlechtsspezifische Unterschiede beim Stimmenhören (Dr. Monika Hoffmann)
- Making Sense of Voices - Stimmen verstehen, einen Sinn geben (Prof. Marius Romme)
- Diskussionsbeiträge/Kurzinterviews

Arbeitsgruppenpräsentationen:

- Stimmenhören als Quelle spiritueller Erkenntnis - Chancen und Gefahren
- Stimmenhören und Selbsthilfe - Erfahrungsaustausch bereits bestehender bundesweiter (Selbsthilfe-) Gruppen
- Neue Wege der dialogischen Zusammenarbeit - Wunsch - Ziel - Verwirklichung
- Stimmenhören und Krisenarbeit - Alternativen zur herkömmlichen Psychiatrie
- Mein Kind hört Stimmen
- Wie verstehen wir in der Psychiatrie Tätigen Stimmen

Zusätzlich wollen wir eine Kassette erstellen, auf der wir die Highlights der Veranstaltung hörbar machen möchten. Die Dokumentation kann beim NeSt gegen einen Unkostenbeitrag bestellt werden. Wir bitten um Verständnis, dass wir noch einige Zeit dafür benötigen.

Fazit: Das NeSt hat hier im Kleinen vorgemacht, wie der Dialog funktionieren kann, wenn die Augenhöhe stimmt. Vor allem die Ausführungen von Marius Romme und Monika Hoffmann haben uns Mut gemacht, zu unseren Stimmen zu stehen. Wir brauchen mehr solche ExpertInnen aus Beruf, die Betroffene unterstützen, das Stimmenhören ins Leben zu integrieren. Aber, wie sagte Monika Hoffmann? "Kochbuchrezepte gibt es nicht." Und wir brauchen mehr ExpertInnen aus Erfahrung, die anderen Betroffenen vermitteln, wie sie gelernt haben, mit den Stimmen zu leben. Das NeSt gibt es erst seit 1998. Trotzdem glauben wir, dass wir schon eine Menge bewegt haben. Aber auch im dritten Jahrtausend gibt es immer noch verknöcherte Psychiatrien, die das Stimmenhören rein pathologisch betrachten und nur mit Medikamenten beantworten. Wir dürfen also nicht ausruhen, sondern müssen weiter am Ball bleiben. Auf solchen Veranstaltungen wie dem letzten Kongress können wir trotz aller Anstrengungen Kraft tanken. Wieder einmal wurde uns bestätigt, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Deshalb wird es auch 2003 wieder einen Kongress geben.

*Stimmen sind oft ein Signal existentieller Problemen -
es ist die Kunst dieses Signal zu verstehen.*

Prof. Marius Romme

Über den 3.Kongress "Leben und arbeiten mit Stimmen"

Ein Bericht von Ingrid Peters, Waiblingen

Bereits zum drittenmal trafen sich etwa 160 Stimmenhörende, Angehörige, Professionelle und Interessierte für zwei Tage in Berlin zum gemeinsamen Austausch und zur Weiterentwicklung des Phänomens Stimmenhören. Ein rundum gelungener Kongress, für den die Veranstalter, das Netzwerk Stimmenhören e.V. mit Vorstand, Mitgliedern und deren Helfer hohes Lob verdienen. Der gesamte Selbsthilfecharakter ohne finanzielles Gewinnstreben, vor allem auch bei der vorzüglichen Verköstigung durch das Team "Der Saftladen" Neukölln, ist besonders hervorzuheben und als nachahmenswert zu empfehlen. JournalistInnen, auch solche, die wissenschaftliche Journale mit Beiträgen versorgen, fragten viel und bekamen viele Antworten, sowohl von gestressten StimmenhörerInnen, die nicht mehr als endlich ihre Ruhe wollen, als auch von zufriedenen und glücklichen StimmenhörerInnen, die diese Unterstützung nicht mehr missen wollen. Denn die Vorteile vom Stimmenhören, wenn es erst auf die richtige Weise genutzt werden kann, sind eine äußerst positive und lehrreiche Kommunikation. Es ist eine natürliche Gabe, die jeder Mensch ursprünglich hat oder haben kann, wenn es erarbeitet wird.

Das Wissen um die Natürlichkeit des Stimmenhörens verbreitet sich schnell, erstaunlicherweise ist davon jetzt auch schon mehr und mehr in manchen Psychiatrien zu spüren. Seit Stimmenhören als eine gewisse Normalität und sogar als besondere Fähigkeit gilt, bekennen sich immer mehr der Psychiatrie-Erfahrenen ebenfalls zu den schon mal irgendwann Stimmenhörenden. Trotzdem gibt es auch immer noch warnende Hinweise von Erfahrenen, die raten, mit manchen Profis nicht über die Stimmen zu reden, denn deren gelernte Ängste lassen massive Medikamentierung befürchten. Wie alle Fähigkeiten hat Stimmenhören etwas mit den Sinnen zu tun, wobei einzelne der Stimmenhörenden weitere sinnliche Fähigkeiten haben, zum Beispiel innere Wahrnehmungen von Energie und logischer Kommunikation mit dieser, nicht nur über Hören, sondern auch über Sehen, Fühlen und weitere Sinne.

Die Stimmen hätten mit ihm, nicht so sehr er mit den Stimmen gearbeitet, berichtete Andreas G., Stimmenhörender aus Berlin. Das ist logisch, haben wir doch als Kinder gelernt, dass nicht wir etwas sagen, sondern uns etwas gesagt und angeordnet wird. Auch wenn das, was die Stimmen zum Ausdruck bringen, nicht nur schön und lehrreich, sondern oft auch sehr hässlich und gemein sein kann: es muss geklärt werden, um zur eigenen Freiheit zu kommen. Und dass die Stimmen erst "erzogen" werden müssen, ist inzwischen weltweit bekannt. Dazu bedarf es fester eigener Ziele, die jeder bei sich selbst festlegen und durchsetzen sollte. Das bedeutet: Herr oder Frau im eigenen Körperhaus zu werden. Erkannt wurde, dass Medikamente die Stimmen manchmal sehr schnell unterdrücken, dass danach aber oft heftige Depressionen mit großer Müdigkeit folgen können, oder die Stimmen nach einiger Zeit wieder da sind. Bemerkenswert jedenfalls ist zu erkennen, dass bei nur medikamentöser Behandlung und dem Sprechen nur über Dopamine die wichtigen Gespräche über die Lebenssituation der Betroffenen verloren gehen und auch die negativen körperlichen Auswirkungen der Medikamentierung. Gesundheit kann so nicht gewonnen werden - das ist es aber, was wir einzufordern haben: heilsame Gespräche und deshalb nachfolgende Gesundheit ist der richtige Weg.

Mitzuarbeiten an der Überwindung der patriarchalen Sicht- und Verhaltensweisen mit ihrer bevormundenden und kränkenden Haltung sollte ein wichtiges Anliegen für jeden bewussten helfenden Menschen sein. Wir müssen wegkommen von den gängigen psychiatrischen Festlegungen, deren Ohnmacht erkennen und unsere und der anderen Selbstbefähigung fördern. Doch Vorsicht: nie die Realität aus den Augen verlieren. Denn nichts geht den Sinnen so schnell abhanden wie die Realität, die aus den Augen verloren oder die nicht mehr richtig gehört oder wahrgenommen wird, ohne dass es selbst bemerkt wird. Damit gemeint sind nicht nur die "Gekränkten", sondern jeder Mensch.

Auslöser psychotischen Geschehens sind meist nachvollziehbare schwierige Situationen, problematische Verlustereignisse, Verlassenheitstraumen, Gewalterfahrungen, vor allem auch Bedrohungen. Das hat nichts mit Pathologie, sondern mit verletzten Gefühlen zu tun, sagt auch Professor Marius Romme aus den Niederlanden und Präsident von Intervoice (Internationales Netzwerk Stimmenhören). Wir müssen das Wurzelproblem anerkennen. Wir brauchen mehr therapeutisch orientierte Professionelle, die diese Verletzungen helfen aufzuarbeiten,

denn Blockierungen brauchen neues Bewusstsein. Auch Selbsterfahrungsgruppen können oft sehr hilfreich sein. Das Allerwichtigste jedoch: selbst erkennen, dass es normal ist, verschieden zu sein. Wir sind so, wie wir sind, genau richtig. Und wir dürfen uns das, was wir noch für unsere Entwicklung brauchen, nach eigenem Ermessen aneignen. Dazu gehört auch, die Stimmen nach unserem Bedarf umzuerziehen. Lösungen sind möglich, ohne nutzlose Schuldfragen zu stellen, die gekränkten Gefühle sind zu suchen und ihnen ist zur Freiheit zu verhelfen.

Die nächsten Jahre werden geprägt sein von einem großen Wandel vor allem in der Psychiatrie. Alte Festlegungen sind durch Forschung und Wissenschaft längst ins Wanken geraten. Nicht nur die Gehirnforschung hat das erkannt. Konstrukte sind eigene Festlegungen. So galt das Stimmenhören eine lange Zeit als besonderes Kennzeichen für Wahn und Schizophrenie. Lassen wir uns von weiteren Aufklärungen überraschen.





WB 1995, *Aus Katalog Innenwelten der Ausstellung: Werke psychisch kranker Künstlerinnen und Künstler - Berlin 2000*

Über größere und kleinere Probleme mit der Psychiatrie

Ich habe mich gefreut, auf unserem Kongress über das Stimmenhören so viele bekannte und bisher unbekannte StimmenhörerInnen näher kennen gelernt zu haben. Zur Erinnerung, ich war der, der den allerersten Vortrag halten durfte. Das hatte den Vorteil, dass ich den Verlauf des Kongresses relativ entspannt erlebt habe. Natürlich war der Kongress und seine Vorbereitung auch anstrengend und nach diesem Ereignis hatte ich - wie manche von uns auch - mit einer heftigen Krise zu kämpfen. Die Stimmen haben nach vier Jahren Ruhe wieder kompakt angegriffen; jedoch diesmal sehr viel Konstruktives gesagt, das mich in meiner Entwicklung sicher nach vorn gebracht hat. Deshalb bin ich erleichtert festzustellen, dass alle Aussagen aus meinem Vortrag sich immer noch decken mit meinen Erfahrungen.

Etwas anderes bereitet mir aber zunehmend Sorge, und das ist die Behandlung von uns StimmenhörerInnen in den Nervenkliniken. Gute Freunde waren erschrocken über meine heftigen Reaktionen und haben mir vorsorglich einen Platz in der zuständigen Nervenklinik organisiert. Dort, in der Nervenklinik, wurde ich sofort mit Psychopharmaka zugeschüttet, so dass ich gar nicht richtig denken konnte, große Unruhe und Müdigkeit verspürte und Probleme mit verschiedenen Muskelgruppen bekam. Nach einer gewissen Zeit verlangte ich, dass die große Dosis von einem Neuroleptikum auf ein Normalmaß zurückgeführt werden solle. Als ich das Beispiel nannte, mit dem mich mein Nervenarzt sonst immer behandelt hat, wurden wir schlichtweg ausgelacht. Mit einer furchtbaren Arroganz beharrten die Psychiater auf ihrer einmal festgelegten Dosierung, wobei ich zu hören bekam, dass sie schon "verantwortungsbewusst reduziert" hätten.

Mein mich behandelnder Nervenarzt geht von der Prämisse aus, dass jedem Menschen das Recht zustehe, ziemlich gleichberechtigt am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen, ohne besondere Berücksichtigung der Behinderung. Aus diesem Grunde verordnet er zum Beispiel bei mir nur eine Mindestmenge an Psychopharmaka. Er bemerkte einmal dazu: "Lass dem Mann seine Freude, lass ihn nach seinen Fähigkeiten im Netzwerk mitarbeiten, lass ihm den Spaß am Leben." So stelle ich mir den verantwortungsbewussten Umgang mit uns Stimmen hörenden Menschen vor.

Nachdem sich die Klinikärzte zwischen Weihnachten und Silvester 2001

gar nicht um uns Patienten kümmern, habe ich mich kurzerhand auf eigene Verantwortung entlassen lassen. Dies war den Ärzten nun wiederum gar nicht recht, weil damit das Bett für eine Zeit unbesetzt blieb. Ich finde es traurig, wenn durch das pekuniäre System der Krankenversorgung wir Patienten schon auf die andere Seite der Barrikade getrieben werden. Das Maß des gerade noch Erträglichen machte die Vertretungsärztin voll, die beim Abschied den Wunsch äußerte, dass ich mich in diesem Krankenhaus am besten gar nicht mehr blicken lassen solle. Beim gegenwärtigen Gesundheitssystem würde das bedeuten, dass mir der Zutritt zu einer Nervenklinik zukünftig versagt bliebe, es sei denn, ich zöge in einen anderen Zuständigkeitsbereich um. Welche Anhäufung von Dummheiten.

Ich glaube, wir sollten darauf achten, dass nicht noch die Auslegung vom Eid des Hippokrates beschädigt wird, von welcher Seite auch immer. Übrigens, nach meiner Erinnerung war es wohl Hippokrates, der die Bedeutung einer wirklich effizienten Dosierung von Heilmitteln und Medikamenten hervorhob und selbst streng darauf achtete.

Andreas Gehrke



Öffentliche Mitgliederversammlung

Zur besseren Planung gibt der Vorstand des Netzwerkes Stimmenhören e.V. bekannt, dass die diesjährige öffentliche Mitgliederversammlung des Netzwerkes am Samstag, dem 5. Oktober 2002 in Berlin stattfinden wird. Der genaue Versammlungsort, Uhrzeit und die Tagesordnung werden im nächsten Stimmenhörerjournal noch bekannt gegeben. Außerdem sollen an diesem Tag noch einige Workshops stattfinden.

*Mit freundlichen Grüßen
Der Vorstand*

FÜR EUCH

Ein Text ohne Gedichtanspruch...

So interessant fanden wir euch
Mann mit funkelnden Steinen
und die, die wir (?) Cassandra taufte.
Eine äußere Stimme, die da stolz den eigenen Sinn proklamier-
te,
eine Erhabene (Göttin?)
und der Mensch, der die Zeitung verkaufte,
die Veteranen.

Auch wenn wir verloren waren
im wogenden Meer der Geräusche
so fühlten wir uns doch auch geborgen (mitgetragen?)
in manchen Dingen.

Mussten nicht kämpfen,
durften schweigen,
akzeptieren, ohne alles richtig zu finden,
ohne anpassend zu sein
und für die Welt ein fröhliches Gesicht aufzusetzen.

Liebevolles Sein
doch auch Streit - punktuell
sinnvoll und wichtig. Kämpferisch.
Nicht die übliche Aggression der Massen
(um sich selbst darzustellen
und selber bestehen zu bleiben).

Unsere Stimmen
Ein Gewisper, ein Geflüster,
Monotonie... bestimmter Worte,
Prophezeiung - Schutz liegt darin, gemeinsam zuzuhören.
Manchmal laut. Unsinn? - Eigen-Sinn!

Unser Sich-zerteilen
in verschiedene Richtungen
führte lange Zeit zu Erstarrung.
Kampf darum, neutral zu wirken für die verschiedenen Welten,
dadurch erst recht aufzufallen...

Zerteilen auf dem Kongress:

Da wird gemalt.
Da steht eine auf.
Mir wird warm...
Bestimmt wird sie rot. Die ist immer so heftig.
Hoffentlich nicht, denk' ich
sieht lustig aus, sagt ein Kind.

Kein Hyperventilieren
wohlig, mollig...

Und - eine Berührung von einer Helferin.
Nicht sexuell.
Doch Symbolik der Macht
gnädig herablassend
zu einem Geist oder Kind.
Rückzug in diesen Körper, die Höhle,
wo es mollig warm und dunkel ist.
Keine kann regieren - es wird nicht gespürt.

Hingabe und Erspüren.
Wir hatten eine Berührung von einer,
das war auch nicht richtig für die Grenze
aber anders.
Eine Freundin - und wir sagten ihr hinterher, wie wir es wollen.
Eigensinnig wie wir, aber manchmal ganz anders.
Von ihr war es pure Liebe,
keine Macht.

Wir mussten weg.
Musik durchdrang unseren Kopf, Glieder.
Weg, raus!

Auch wenn da wieder verschiedene Meinungen sind.-
Danke für den Kongress,
das Mollig - Wohlige.

Es war schön, das zu erleben, Euch erleben
wenn auch nur kurz.

Wieder ein Stück mehr von Selbst-Respekt
für Eigen-Sinn.

DANKE

Und Ihr seid begrüßt von einem Mädchen, kleiner Frau.
Sie ist spirituell
und wird kaum verstanden in der täglichen Welt.

Wir wollten nur sagen,
dass wir stolz sind auf sie,
denn sie hat sich weiterentwickelt.

Nicht mehr nur das Programm,
das Männer an der Macht
und ihre Mittäterinnen dort installierten.

(Anonym zugesandt)



Hilfreiche Informationen

Ich arbeite seit eineinhalb Jahren bei einem Träger, der betreutes Einzelwohnen für psychisch Kranke anbietet. Hier betreue ich vier Klienten, von denen drei Stimmen hören, ziemlich intensiv. Der eine redet auch sehr viel darüber, was die Stimmen zu ihm sagen, und ich muss ja irgendwie herausfinden, wie ich ihn da unterstützen kann.

Deswegen fand ich es ganz toll, dass der Kongress vom Netzwerk Stimmenhören stattgefunden hat. Er hat mir sehr viel gebracht, weil ich zum Teil merkte, dass meine Vorstellungen, die ich hatte, nicht stimmten. Zum Beispiel, dass die Stimmen nur ausgedacht sind oder dass es tatsächlich eine Schizophrenie ist. Durch das Lesen offizieller Fachbücher habe ich keine Hilfestellung bekommen. Ich habe dann im Umgang mit meinen Klienten gelernt, dass bestimmte Ideen, die ich dazu hatte, auf Unwillen stießen oder offensichtlich nicht hilfreich waren. Bei dem Kongress bekam ich wichtige Informationen, was die Betroffenen selbst als hilfreich empfinden. Für mich war auch wichtig zu hören, wie man darauf reagieren kann, wenn die Stimmen zum Beispiel immer vom Tod reden. Man muss dann nicht sich selbst oder andere umbringen, sondern oft ist damit eine Veränderung im Leben gemeint. Das heißt also, dass die Aussagen der Stimmen oft symbolischen Charakter haben, dass man sie also nicht wörtlich nehmen darf. Das war für mich neu.

Ich war mit einer meiner Klientinnen da. Ich glaube, es hat ihr unglaublich gut getan, mit anderen Leuten zu sprechen, die auch Stimmen hören. Dadurch merkte sie, dass sie damit nicht allein ist. Ich war erstaunt, wie genau sie zuhörte - das hätte ich gar nicht erwartet. Auch, dass sie sich die ganzen Zettel durchgelesen hatte, das kannte ich gar nicht von ihr. Sie blieb auch die ganze Zeit da, was sie sonst auch nicht macht. Normalerweise machen wir Sachen, die zwei oder drei Stunden dauern, aber dann ist es auch zu Ende. Beim Kongress ist sie den ganzen Samstag dageblieben und wollte auch gar nicht gehen. Das sind Zeichen, an denen ich merke, dass ihr das sehr viel gebracht hat. Danach ist sie dann auch mit mir zur Netzwerk-Beratung und sogar in die Selbsthilfegruppe gegangen, was ich super finde.

Silke Knäuf

Interviews

Interviewpartnerin: Frau, ca. 30 bis 40 Jahre alt, Betroffene

Wie haben Sie vom Kongress erfahren?

Ich habe die Einladung zugesandt bekommen, da ich auch auf dem letzten Kongress war und auf der Verteilerliste stehe.

Hören Sie selbst Stimmen?

Ja.

Gibt es etwas, was Sie besonders berührt hat auf diesem Kongress, was Ihnen nahegegangen ist oder was neu für Sie war?

Eben den ersten Vortrag fand ich sehr schön, weil der so warmherzig war ... und weil er auch praktische Tipps gegeben hat wie, dass man die Stimmen auch einmal wegschicken kann in den Raum und sich so abgrenzen kann. Dass die Stimmen sehr unterschiedlich, so bildhaft, sprechen - das ist, glaube ich, auch interessant. Dass man oft den Fehler macht, sich am Wortinhalt festzuklammern, dass es verschiedene Interpretationsweisen gibt - das ist ja wichtig für den Umgang mit den Stimmen. Das war für mich sehr spannend.

Gibt es etwas, was Sie sich wünschen für den nächsten Kongress, welche Arbeitsgruppen könnten angeboten werden oder haben Sie sonst eine Idee?

Ja, der Zusammenhang zwischen Sucht und Stimmenhören - wenn es da Zusammenhänge gibt, zum Beispiel mit Alkohol - würde mich interessieren. Ich wünsche mir, dass darauf mehr eingegangen wird, dass es dafür eine Arbeitsgruppe gibt.

Interviewpartner: Professor Marius Romme

Der Titel Ihres Vortrages hieß: "Den Stimmen einen Sinn geben" und Sie haben ganz stark diese Mission vertreten, das Verständnis für die Stimmen zu fördern. Wie machen Sie das sowohl bei Mitarbeitern als auch bei Kongressen oder Veranstaltungen, wo Sie Kollegen treffen? Wie beackern Sie dieses weite Feld gerade bei denen, die Stimmen automatisch als Symptom ersten Ranges für die Schizophrenie ansehen?

Beackern, ja, das ist ein schönes Wort. Aber wir beackern es mehr mit Betroffenen als mit denen, die in der Psychiatrie arbeiten. Wir haben auch gute Untersuchungen angestellt und wir haben auch in Zeitungen und in der Fachpresse publiziert. Aber die meiste Zeit befinde ich mich auf Kongressen, jetzt hier, letzten Monat in Dänemark, dann auch in Norwegen, Schweden, Finnland. Hier kommt mehr das Beackern zum Ausdruck, das Verbreiten. Ich glaube nicht, dass die Psychiatrie einfach zu ändern ist. Den Betroffenen kann man besser diese Gedanken nahebringen, weil sie mehr damit anfangen können. Die Psychiatrie hat sich zu sehr auf traditionelle Ideen festgelegt. Es erfordert viel Energie, um sie umzustimmen. Die Früchte sind nicht so zahlreich wie bei den Betroffenen.

Lieber den Betroffenen Mut machen, selbstbewusster aufzutreten?

Ja.

Inwieweit hat die Sozialpsychiatrie, die eine andere Linie verfolgt, eine Chance gegen die klassische Psychiatrie?

Gegenwärtig nicht viel. Wir sollten wieder anknüpfen an die 60er Jahre, da hatte die Sozialpsychiatrie mehr Ansehen. In der Psychiatrie geht es immer auf und nieder mit der Mode. Es ist schrecklich, dass ein wissenschaftliches Fachgebiet so mit der Mode mitgeht. Es wird immer wieder verändert und es schwankt zwischen den Seiten. Das fördert den Ruf der Wissenschaftlichkeit nicht.

Nun zu diesem Kongress. Wie ist Ihr Eindruck? Was kann man den Organisatoren für den nächsten Kongress mit auf den Weg geben?

Ich denke, dass sie es ganz gut machen. Sie könnten das Programm etwas klarer formulieren. Wenn man ein Programm zugeschickt bekommt, sollte man besser wissen, was auf dem Kongress geschehen soll. Es würden sich noch mehr Leute einschreiben, wenn sie genauer Bescheid wüssten. Das zweite ist das Marketing. Deutschland ist groß. Sie leben noch zu viel im kleinen Berlin. Berlin ist zwar nicht klein, aber es ist eine kleinere Welt. Deutschland ist viel größer, dass es wahrscheinlich doch möglich ist, mehr Werbung zu machen. Dann hat die Arbeit eine größere Wirkung. Das Programm an sich ist gut, die Werbung sollte besser werden.

Was haben Sie persönlich vom Kongress erwartet?

Es war schön, dass ich inzwischen neue Gespräche hatte. Ich habe auch mit Monika Hoffmann darüber gesprochen. Es ist immer wieder stimulierend zu sehen, dass neue Leute dazukommen, und dann kommen auch neue Gedanken dazu. Und es ist erfreulich, wenn man durch die anderen inspiriert wird. Das ist es auch, was ich mit Betroffenen mehr gemeinsam habe als mit Psychiatern. Sie inspirieren mich, weil sie nicht immer auf die alten Sachen zurückfallen; hier hört man neue Sachen. Man sieht, wie neue Ideen sich ausbreiten, dass auch viele wehrhafte Menschen mehr Wissen haben. In den ersten Jahren waren es viel mehr Leute, die wenig Selbstbewusstsein hatten, und jetzt sieht man viel mehr Leute mit Selbstbewusstsein. Das ist schön zu sehen, weil man zusammen mehr Selbstbewusstsein entwickelt. Wir sind nicht abhängig von der Psychiatrie. Wir haben ein eigenes Leben und Denken.

Haben Sie ganz herzlichen Dank!

Interviewpartner: Mann ca. 40 Jahre, Betroffener

Gibt es etwas, was Sie von diesem Kongress speziell mitnehmen, hat Sie etwas berührt?

Eine ganze Menge. Zuerst die ganze Atmosphäre hier, das sagte ich gerade zu meiner Gesprächspartnerin. Ich nehme an sehr vielen Veranstaltungen dieser Art teil, auch an dialogischen Veranstaltungen, und selten ist die Atmosphäre so herzlich. Das nehme ich zuerst mal als rein emotionalen Eindruck mit. Lange bevor ich vom Netzwerk Stimmenhören hörte, ... habe ich eine Selbsthilfegruppe gegründet in Bremen, weil es sowas einfach nicht gab. Ich habe festgestellt, dass ich all die Prinzipien, die ich mir damals selbst erarbeitet habe und die ich versucht habe umzusetzen, im Netzwerk Stimmenhören wiedergefunden habe. Ich freue mich darüber, dass meine intuitiv ermittelte Gangart die gleiche ist. Das fängt bei Deutungsmustern an - also auch nicht das Ausgrenzen von Deutungsmustern - und endet dabei, dass diese pathologische Sicht heraus muss. Insofern war hier einiges für mich nicht sonderlich neu, aber die Perspektiven waren sehr interessant und auf was ich mich am meisten freue, sind die Arbeitsgruppen.

(Weitere interessante Interviews werden Sie in unserer Kongressdokumentation finden, die welche noch in Arbeit ist.)



Zeichnung: Svato Zapletak

Dann ging alles ganz schnell ...

So viele Eindrücke wie an diesem Wochenende habe ich schon lange nicht mehr gehabt. Es klappte bei mir alles wie am Schnürchen. Als ich von Mölln aus kommend in Berlin-Spandau ankam, bekam ich ganz andere Eindrücke, als sonst gewohnt. Alles hier war neu, und ich fand mich auch einigermaßen gut zurecht. Ich kaufte mir bei einer Service-stelle gleich die richtigen Fahrkarten und man hat mir auch gleich einen Fahrplan ausgedruckt. Dann konnte ich weiter zur Jugendherberge mit dem Bus fahren, wo ich für 35,- DM für eine Nacht unterkam. Und gleich nach dem Einchecken habe ich noch schnell mein Bett gemacht. Dann ging es nach Neukölln.

Dort habe ich viele Leute getroffen. Ich habe mich gefreut, als ich eine mir bekannte Person sah. Es war Hannelore Klafki, die ich vor eineinhalb Jahren auf einem Stimmenhörerseminar in Leipzig kennen gelernt hatte. Von ihr erfuhr ich dann auch, wer Andreas Gehrke ist, den ich dann gleich begrüßen konnte.

Über den Inhalt des Kongresses will ich jetzt nicht viel sagen. Mir fiel nur auf, dass alles gut vorbereitet war. Die einzelnen Vorträge waren sehr interessant und auch das Essen, oder besser das Menue, war auch gelungen. Bloß die dargestellte Musik war nicht nach meinem Geschmack. Aber man kann es nicht allen gleichzeitig recht machen.

Als die Zeit am Samstagnachmittag dem Ende zuging, bekam ich als Nichtberlinkenner etwas inneren Stress, da ich nicht genau wusste, ob ich meinen Zug in Spandau kriegen würde. Wir hatten nach dem Workshop etwas überzogen. Hannelore hat dann auch relativ schnell den Abschluss eingeleitet. Dann habe ich mich gleich zur U-Bahn auf den Weg gemacht.

In Berlin-Spandau hatte ich dann mehr Zeit, denn ich war zu früh! Schade, ich hätte mich ja noch von Andreas verabschieden können und Hannelore wollte ich noch drücken, denn sie hat die Hauptlast von der ganzen Arbeit gehabt. Um so einen Kongress mit allem, was dazugehört, auf die Beine zu kriegen, bedarf es einer ganzen Menge Aufwand. Damit alles klappte, musste vieles kordiniert und besprochen werden und es hat ja auch alles gut geklappt. Und was mir besonders an Hannelore auffiel, war ihre Gelassenheit und besonders ihre Bescheidenheit. Sie wirkte auch viel im Hintergrund.

Vielleicht werde ich erst wieder in zwei Jahren beim nächsten Kongress in Berlin sein, aber auch von Mölln aus kann ich mich über Telefon bei euch in Berlin kundtun.

*Ganz herzliche Grüße aus Mölln sendet
Reinhard Fokuhl*

Anzeigen

Ich suche dringend Menschen, die durch das Stimmenhören unter großem Leidensdruck stehen. Meine Hoffnung ist ein zwangloser Austausch von Erfahrungen, insbesondere im Umgang mit negativen, bedrohlichen Stimmen, um eigene Verhaltensmuster und Verarbeitungsstrategien entwickeln zu können.

***Post zu dieser Anzeige richten Sie bitte an die Redaktion.
Wir leiten sie dann weiter.***

Am Anfang war das Wort

Stimmenhörer Deutschlands, nennt eure Stimmen!

Welche Worte oder Sätze hören wir eigentlich?

Gute, böse, alte, junge, männliche, weibliche, mit Akzent oder ohne. Morddrohungen, Selbstmordaufrufe, Befehle, Prophezeiungen usw.

Deutschlandweit sammle ich die Originalsätze.

Ich bin der Meinung, dass wir uns nur so helfen können und alles abstellen.

Stimmenhören ist für mich Gehirnwäsche - Funktechnik.

Schickt mir Eure Sätze zu!

**Harald Barlow
Schulenburg 1
12101 Berlin**

Leserbriefe

Ann hatte im letzten Journal in der Rubrik "Zur Diskussion gestellt" die Frage aufgeworfen, ob und wie man gegenüber Stimmen die Selbstverteidigung organisiert.

Liebe Ann,

dein Schreiben im Rundbrief hat mich sehr angesprochen und ich möchte dir hierzu einige Zeilen schreiben, die dir vielleicht weiterhelfen können.

Ich hörte selbst vor 20 Jahren mal Stimmen und bekomme Medikamente, die die Stimmen unterdrücken. Die Stimmen, die ich damals hörte, waren mir positiv gegenüber eingestellt und ich litt nicht unter ihnen.

Wenn im Jenseits Geister sind, die sich nicht einreihen lassen, kommt es oft vor, dass diese rumspuken. Wenn das nicht überhand nimmt und sie nicht allzu sehr stören, wird dieses von der Geistwelt Gottes geduldet. Wenn eine Stimme, die ja geistig ist, hier auf der Erde etwas bewirken will, braucht es immer Kraft, die von einem Medium ausgeht. Stimmen können nur so viel ausrichten, wie viel Kraft wir ihnen dafür geben.

Liebe Ann, es klingt vielleicht etwas fanatisch, aber ich habe immer wieder bestätigt bekommen, dass es eine geistige Welt gibt, und diese ist von Geistern belebt. Das Gute und das Böse kämpfen gegeneinander. Je niedriger ein Geist entwickelt ist, desto weniger Kraft hat er und normalerweise müssten wir Stimmenhörer sowas einfach wegpusten können.

Hier spreche ich mich selbst auch an: Wir sollten wissen, dass Stimmen keine Kraft haben. Sie sind darauf angewiesen, sich diese von anderen Wesen mit Kraft zu holen. Deshalb sind auch sämtliche Suizidaufrufe so weit wirksam, inwieweit wir diesen Aufmerksamkeit geben. Wichtig ist für uns, dass wir mehr Gottvertrauen haben und dass wir unser Leben in die Hände von Jesus Christus geben. Auch ist es sehr wichtig, wenn wir die Verbindung zu unserem Schutzgeist intensivieren, was uns als mediale Menschen nicht allzu schwer fallen sollte. Wenn wir uns danach richten, entsteht in unserer Aura ein Licht, das immer heller wird mit der Zeit. Und, was auch wichtig ist zu wissen, negative Wesen meiden das Licht. Es tut ihnen weh.

Liebe Ann, ich hoffe, dass ich dir mit diesem Schreiben etwas weiter geholfen habe.

*In geistiger Verbundenheit
Reinhard*

Seminar am 3. und 4. Mai 2002 in Magdeburg

Stimmen verstehen - Eine praktische Anleitung zum Umgang mit dem Stimmenhören

“Stimmenhören” ist (nicht nur) in der Psychiatrie ein weit verbreitetes Phänomen. Das deutsche Netzwerk Stimmenhören hat durch seine Aktivitäten, durch Kongresse, Fortbildungen und Veröffentlichungen dafür gesorgt, dass das Thema heute umfassender diskutiert wird, und es so auch Psychiatrie-MitarbeiterInnen ermöglicht, einen neuen Zugang zu finden. Das Seminar wird sich schwerpunktmäßig mit folgenden Fragen beschäftigen: Welche Bedeutung können die Stimmen haben? Was sagen die Stimmen? Wie gehe ich mit den Stimmen um? Wie kann Hilfe und Unterstützung durch Psychiatrie-MitarbeiterInnen und Angehörige aussehen?

Inhalt:

- Stimmenhören verstehen lernen
- Entwicklung von Bewältigungsstrategien
- Vorstellung des therapeutischen Interviews von M. Romme und S. Escher und der “Psychosozialen Arbeitshilfe 14: Stimmenhören verstehen und bewältigen” von R. Coleman und M. Smith (Bonn: Psychiatrie-Verlag 2000)
- Arbeit und Aufgaben des Netzwerkes Stimmenhören e.V.

Zielgruppe:

Alle in der Psychiatrie Tätigen, StimmenhörerInnen, Angehörige

Referentin:

Hannelore Klafki

Seminargebühr (incl. Verpflegung)

- DGSP-Mitglieder: 122,- Euro
- Nichtmitglieder: 167,- Euro
- Stimmenhörer: 62,- Euro
(Für mittellose Mitglieder kann ein Zuschuss zu den Unkosten beim NeSt beantragt werden.)

Anmeldung zum Seminar:

DGSP (Deutsche Gesellschaft für Soziale Psychiatrie)
Zeltinger Straße 9, 50969 Köln

Seminar am 1. Juli 2002 in der Wannsee-Akademie Berlin

Stimmenhören

Obwohl im Berufsalltag häufig mit der Betreuung Stimmen hörender Menschen befasst, werden in der Psychiatrie Tätige doch wenig bis gar nicht darauf vorbereitet. Galt doch Stimmenhören bisher als Symptom einer schweren psychiatrischen Krankheit, wie zum Beispiel der Schizophrenie. Viele in der Psychiatrie Tätige stehen diesem Phänomen ziemlich hilflos gegenüber. Strukturen des ambulanten und stationären Arbeitsfeldes und Zeitdruck im Arbeitsablauf verstärken zusätzlich das Unbehagen, nicht genug für Stimmen hörende Menschen zu tun bzw. etwas falsch zu machen. Deshalb soll der Schwerpunkt des Seminars auf dem praktischen Umgang mit dem Stimmenhören liegen. Bei den TeilnehmerInnen soll Verständnis geweckt und ein neuer Zugang zum Stimmenhören vermittelt werden.

Kursinhalt:

- Stimmenhören verstehen
- Umgang mit Stimmen hörenden Menschen
- Entwicklung von Bewältigungsstrategien
- Stimmenhören und Selbsthilfe

Dozentin:

Hannelore Klafki, selbst Stimmenhörerin und Mitglied im Vorstand des deutschen Netzwerkes Stimmenhören e.V.

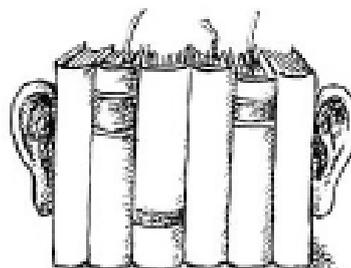
Kursgebühr:

55,- Euro

(Für mittellose Mitglieder kann ein Zuschuss zu den Unkosten beim NeSt beantragt werden.)

Information und Anmeldung:

Wannsee-Akademie
Zum Heckeshorn 36
14109 Berlin





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:.....