

## **Stärkung der Interessenvertretung durch Selbsthilfeorganisationen im psychiatrischen Bereich**

Aus Sicht der Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe möchte ich darstellen, wie die Interessenvertretung von Psychiatriebetroffenen gestärkt werden kann und dabei auch einige Schwierigkeiten, die es bei der Interessenvertretung durch Selbsthilfeorganisationen gibt, ansprechen. Außerdem werde ich einige Fragen aufwerfen. Deren Diskussion wird hoffentlich zu Handlungsempfehlungen führen.

Als Grundvoraussetzung für erfolgreiche Interessenvertretung im psychiatrischen Bereich sehe ich die *persönliche Selbsthilfe* (individuelle Selbsthilfe) an. Sie kann leider nicht in jedem Fall Krisen verhindern. Aber sie kann eine wesentliche Unterstützung bei der Erlangung einer „seelischen Grundstabilität“ sein. Und ohne ein gewisses Maß an seelischer Stabilität ist es schwierig, als zuverlässige Vertreter/innen der Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe ernst genommen zu werden. Mit Stetigkeit und Verlässlichkeit gelingt es besser, die Interessen der Psychiatrie-Erfahrenen durchzusetzen. Deshalb sollten sich meines Erachtens Menschen, die sich im Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfebereich engagieren immer wieder vergewissern, ob ihre eigene „seelische Grundstabilität“ vorhanden ist. Wenn sie verloren geht, kann man seine Belange nicht mehr oder zumindest nicht mehr adäquat vertreten und landet im ungünstigsten Fall dort wo man gar nicht hinmöchte. Es geht hier also um die Frage „Was ist gut für mich?“.

Als zweite Voraussetzung für gelingende Interessenvertretung betrachte ich die *Selbsthilfe in der Selbsthilfegruppe* (oder auch in der Landes- oder Bundesorganisation). „Gemeinsam sind wir stark“ lautet ein Motto im Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfebereich. Zunächst mal ist es erleichternd zu merken, dass man mit Problemen und oft negativen Erfahrungen nicht allein da steht. Man kann in der Selbsthilfegruppe Einsamkeit überwinden und manchmal sogar Freundschaften knüpfen. Wir können uns in der Gruppe zudem gegenseitig Tipps geben, uns wertvolle Rückmeldungen zu unseren Einstellungen und Handlungen geben und Erfahrungen über Behandlungsmethoden und anderes austauschen. Dadurch können sich die einzelnen Gruppenteilnehmerinnen und -teilnehmer weiterentwickeln. Und mit einer Gruppe oder einer überregionalen Selbsthilfeorganisation im Rücken gelingt auch Interessenvertretung wesentlich besser. Die Gruppenteilnehmer/innen können sich über aktuelle Entwicklungen und Missstände austauschen und dabei Ideen und Strategien entwickeln, wie etwas verbessert werden kann. Die Arbeiten können in einer gut laufenden Selbsthilfegruppe aufgeteilt werden. Man kann sich im Verhinderungsfall bei externen Terminen vertreten. Neue Aktive können von „alten Hasen“ lernen und gleichzeitig neue Anregungen beisteuern.

Bei der Interessenvertretung bekommt man ein größeres Gewicht, wenn man eine Gruppe vertritt als wenn man sich als Einzelkämpfer/in engagiert. Deshalb halte ich die Gewinnung neuer Mitglieder in der Selbsthilfe und die Stärkung des Gruppenzusammenhalts für bedeutende Aufgaben. Hier geht es somit um die Frage „Was stärkt und fördert unsere Selbsthilfegruppe und ihre Teilnehmer/innen?“.

Erfolgreiche *politische Selbsthilfearbeit im Sinne der Interessenvertretung* ist ein weiteres Ziel der Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfebewegung. Denn mit vielen Behandlungsmethoden, rechtlichen Rahmenbedingungen und anderen Strukturen im Psychiatriebereich sind wir unzufrieden. Deshalb wünschen wir uns Veränderungen. Die müssen wir uns selbst erkämpfen, da andere dies bestimmt nicht für uns übernehmen werden. Außerdem wissen wir aufgrund unserer Erfahrungswerte am besten, was uns in Krisenzeiten guttut und was uns eher zusätzlich belastet. Dieses Erfahrungswissen möchten wir einbringen, damit wir selbst und andere zukünftig davon profitieren können. So ist ja auch der Ansatz der UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK). Es gilt das Motto „Selbstbestimmung statt Fremdbestimmung“. Dies ist also der dritte Bereich der Selbsthilfearbeit, bei dem es um die Frage geht „Wie erreichen wir Verbesserungen für Betroffene bei Gesetzen, Behandlungsmethoden und Strukturen im psychiatrischen und komplementären Bereich?“.

Nach diesem Überblick möchte ich zu den genannten Bereichen einige Schulungsansätze, Schwierigkeiten und Fragen aufführen und anschließend den Bereich der Interessenvertretung etwas detaillierter beleuchten.

## **Persönliche Selbsthilfe (individuelle Selbsthilfe)**

### *Schulungsansätze:*

Zu diesem Themenfeld wurden im Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e. V. (BPE) einige Texte erarbeitet, zum Beispiel

- Tipps und Tricks Verrücktheiten zu steuern,
- Wege zur Selbststabilisierung,
- Basiswissen Psychopharmaka,
- Basiswissen Psychiatrierecht.

Im Rahmen der EX-IN-Ausbildung<sup>1</sup> gibt es einige Module aus diesem Bereich: Salutogenese, Empowerment, Recovery und andere.

### Schwierigkeiten:

- eigene Krisen
- andere Prioritäten (z. B. Beruf, Familie, Hobbys) bei eher fitten Selbsthilfeaktivisten

### *Frage zur Diskussion:*

Was kann dazu beitragen, dass sich Menschen möglichst dauerhaft im Selbsthilfebereich engagieren?

## **Selbsthilfe in der Selbsthilfegruppe**

### *Schulungsansätze:*

Zu diesem Themenfeld wurde im Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e. V. das Heft „Selbsthilfe erfolgreich gestalten“ erstellt. Diese Publikation kann in Selbsthilfegruppen verteilt werden. Die dort angesprochenen Punkte bieten eine gute Basis für eine Schulung in diesem Themenfeld. Vom Bundesverband werden Tagesseminare zum Thema „Krisenbegleitung in der Selbsthilfe“ angeboten. Auch hierzu wurde ein Leitfaden erarbeitet. Außerdem gibt es das Papier „Wie ich mich in der Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe engagieren kann“. Im Rahmen der EX-IN-Ausbildung wird das Thema „Moderation“ unterrichtet. Wenn EX-IN-ler in der Gruppe sind, können sie ihr diesbezügliches Wissen weitergeben.

### *Schwierigkeiten / Belastungssituationen:*

- Konflikte zwischen Gruppenteilnehmer/innen
- Krisen und Todesfälle anderer Gruppenteilnehmer/innen

### *Frage zur Diskussion:*

Wie kann eine Selbsthilfegruppe Konflikte und Krisen möglichst konstruktiv bewältigen?

## **Interessenvertretung (politische Selbsthilfe)**

### *Schulungsansätze:*

In Nordrhein-Westfalen treffen sich gelegentlich Psychiatrie-Erfahrene, die in Besuchskommissionen mitarbeiten, zum Erfahrungsaustausch. Die Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen könnte ein Treffen für Psychiatrie-Erfahrene, die Interessenvertretung in sozialpsychiatrischen Verbänden betreiben oder in diesem Bereich aktiv werden möchten, organisieren, damit hier ein Erfahrungsaustausch erfolgen kann. Grundsätzlich bieten Selbsthilfeveranstaltungen auf Landes- und Bundesebene (LPEN, BPE u. a.) gute Möglichkeiten von anderen Aktiven aus der Selbsthilfe beziehungsweise von anderen Regionen zu lernen. Vom BPE wurden zu einigen Themen Stellungnahmen veröffentlicht, zum Beispiel das Positionspapier zu § 63 StGB. Es ist möglich dadurch Argumentationshilfen und Anregungen für eigene Stellungnahmen zu bekommen.

### *Voraussetzungen:*

- finanzielle Förderung solcher überregionalen Vernetzung
- Bereitschaft der einzelnen Selbsthilfevertreter/innen sich stärker mit der Psychiatrie auseinanderzusetzen

### *Schwierigkeiten:*

In vielen Bereichen haben Psychiatrie-Erfahrene bislang keinen (relevanten) Einfluss. Zum Beispiel im Landesfachbeirat wird über die Weiterentwicklung der Psychiatrie in Niedersachsen debattiert. Es wurden viele Profis, aber nur

## Bereiche der Interessenvertretung Psychiatrie-Erfahrener (PE)

Form des Engagements	Voraussetzung	Handlungsempfehlung
Öffentlichkeitsarbeit für Selbsthilfe	Bereitschaft von Betroffenen	Schulungen hierzu durch Selbsthilfekontaktstellen
Mitwirkung bei Dialog oder Psychoseseminar	Existenz solcher Austauschmöglichkeiten vor Ort	Förderung von Dialogen oder Psychoseseminaren durch die Städte und Landkreise
Schulungen von Krankenpflegern, Ergotherapeuten u. a.	Psychiatrie-Erfahrene werden zu Ausbildungen und Fortbildungen eingeladen	Berücksichtigung der Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe bei den Lehrplänen
Mitarbeit bei einer unabhängigen Beschwerdestelle	Existenz einer solchen Beschwerdestelle; soll es laut Landespsychiatrieplan flächendeckend geben	Aufbau und Förderung solcher Beschwerdestellen durch die Städte und Landkreise
Mitwirkung bei der Überarbeitung von Behandlungsleitlinien	Auseinandersetzung mit den Themenfeldern	ist über den BPE möglich; die Gewichtung innerhalb der entsprechenden Kommissionen sollte zugunsten der Psychiatrie-Erfahrenen verändert werden
Mitarbeit im Werkstattatrat	Wahl durch Kollegen	Schulungen für die hier Engagierten
Mitarbeit im Klinikbeirat	Gesprächsbereitschaft der Klinik	Kliniken sollten standardmäßig solche Beiräte etablieren
Patientenfürsprecher/in	Bereitschaft der Klinik einen PE als Patientenfürsprecher/in zu benennen	PEs sollten als Patientenfürsprecher/in bevorzugt berufen werden
Mitarbeit im Behindertenbeirat	Engagement von Betroffenen	Aufgreifen von Psychiatriethemen in solchen Beiräten; Vernetzung der Psychiatrie-Erfahrenen mit Vertreter/innen von Organisationen mit anderen Handicaps, deren Interessen teilweise ähnlich sind
Mitarbeit in Gremien zur Umsetzung der UN-BRK	Berufung in solche Gremien	Beachtung der Freiheits- und Selbstbestimmungsrechte
Mitwirkung im Sozialpsychiatrischen Verbund	Berufung in solche Gremien	Aktive aus der Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe sollten standardmäßig dort vertreten sein
Gespräche mit Politikern über Psychiatriethemen	Gesprächstermin vereinbaren	Verbesserungen der rechtlichen und sozialen Situation von Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung fordern
Demonstration	muss angemeldet und sollte bekannt gemacht werden	Anregungen hierzu beim BPE erhältlich

Mitarbeit in der Besuchskommission	Stärkung der Position der Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe im PsychKG	Berufung mehrerer PE-Selbsthilfe-Vertreter/innen, die von Psychiatrie-Erfahrenen selbst ausgewählt werden
Mitarbeit im Psychiatrieausschuss	Stärkung der Position der Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe im PsychKG	Berufung mehrerer PE-Selbsthilfe-Vertreter/innen, die von Psychiatrie-Erfahrenen selbst ausgewählt werden
Mitarbeit im Landesfachbeirat	Interesse der übrigen Mitglieder des LFB an stärkerer Einbeziehung von Betroffenen	Berufung mehrerer PE-Selbsthilfe-Vertreter/innen, die von Psychiatrie-Erfahrenen selbst ausgewählt werden
Einbeziehung bei Gesetzesänderungsverfahren	Einladungen zu Stellungnahmeverfahren und Expertenanhörungen	Selbsthilfeorganisationen sollten hierbei stets angehört werden und ihre Vorschläge sollten berücksichtigt werden

ein Psychiatrie-Erfahrener, der inzwischen verstorben ist, hierfür berufen. Meine eigenen Erfahrungen in der Besuchskommission Weser-Ems / Süd, wo ich eine Periode mitgearbeitet habe, waren desillusionierend, insofern ich feststellen musste, dass Behandlungsmängel nicht konsequent verfolgt wurden.

Erwähnenswert ist in diesem Zusammenhang das Stufenmodell der Partizipation mit den folgenden Stufen (nach Wright / Block / Unger 2007, S. 2):

- Stufe 1: Instrumentalisierung
- Stufe 2: Anweisung
- Stufe 3: Information
- Stufe 4: Anhörung
- Stufe 5: Einbeziehung
- Stufe 6: Mitbestimmung
- Stufe 7: teilweise Entscheidungskompetenz
- Stufe 8: Entscheidungsmacht
- Stufe 9: Selbstbestimmung

#### *Fragen zur Diskussion:*

Auf welcher Stufe der Partizipation stehen die Psychiatrie-Erfahrenen?

Wie kann erreicht werden, dass mehr Psychiatrie-Erfahrene einen ordentlichen Sitz in Gremien bekommen?

Welche Möglichkeiten gibt es, damit mehr unabhängige Beschwerdestellen, Trialoge und Psychoseminare entstehen, bei denen Psychiatrie-Erfahrene sich mit Entscheidungskompetenz einbringen können?

#### **Anmerkung**

1 Begriffserklärung: EX-IN ist die englische Abkürzung für Experienced Involvement – Expertin / Experte aus Erfahrung. Dahinter steckt die Idee, dass Psychiatrie-Erfahrene zu bezahlten Fachkräften im psychiatrischen System ausgebildet werden.

## **Literatur**

Wright, Michael / Block, Martina / von Unger, Hella: Stufen der Partizipation in der Gesundheitsförderung. In: Gesundheit Berlin (Hrsg.): Dokumentation 13. bundesweiter Kongress Armut und Gesundheit. Berlin 2007, S. 1-5

Einige Links für weitere Recherchen:

<http://www.bpe-online.de>

<http://lpen-online.de/index.php/forderungen>

<http://lpen-online.de/index.php/ratgeber-tipps>

<http://lpen-online.de/index.php/info>

<http://www.partizipative-qualitaetsentwicklung.de/partizipation/stufen-der-partizipation.html>

Grundlage dieses Beitrages ist der gleichlautende Vortrag auf der Veranstaltung „Der Mensch im Mittelpunkt – Selbsthilfe stärken“ am 20.10.2016 in Uelzen.

Matthias Wiegmann ist Mitglied im Sprecherkreis der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e. V.