

Selbsthilfe gegen Psychiatrie

Das Prinzip einer funktionierenden Selbsthilfegruppe wie der Irrenoffensive liegt darin begründet, daß die in der Psychiatrie erlittene Gewalt sich als gemeinsame Kraft wieder gegen diese richtet.

Erfolg haben Betroffene, die jegliche psychiatrische Behandlung abbrechen und nicht dabei in die Fangarme der Psychiatrie geraten. Der Entzug von Psychopharmaka ist umso schwieriger, je mehr diese Gifte geschluckt wurden.

Durch die Ablehnung von Diagnosen lernen Betroffene nach und nach, von Krankheit loszulassen. Dabei kommen sie an die Ursachen ihrer Probleme und können Verantwortung für ihr Leben übernehmen.

Wenn ein Mensch es geschafft hat, sich nicht mehr umbringen zu wollen, so hat er Selbsthilfe geleistet und verdient dafür Anerkennung.

Jeder Mensch braucht Menschen. Der erste Schritt ist sicherlich wichtig, Hilfe anzunehmen und sich an einen mit belegten Broten gedeckten Tisch zu setzen, um dann später sein Butterbrot selbst zu schmieren. Immer gingen die zugrunde, die alles alleine konnten und keine Menschen nötig hatten. Kommunikation ist der erste Schritt zur Selbsthilfe.

Es ist wichtig, die Erfahrung machen zu dürfen, daß alles, was mit einem Menschen geschehen kann, z.B. Angst, Verwirrung, zunächst mal ganz in Ordnung ist und zum Menschen gehört.

Jetzt zitiere ich aus dem Buch von Tina Stöckle: »Was bilden sich doch diese Psy-

chiatern eigentlich ein, wenn sie sich erdreisten, aus der Sicht von Betroffenen zu schreiben.«

Es ist nicht leicht, den richtigen Weg zu finden, er erfordert harte Arbeit. Es gibt viele Möglichkeiten, etwas zu tun auf dem Weg ins Leben. Sag nie, ich kann nicht, sag immer, ich kann!