

Experienced - Involvement

14. September 2007
Bremen

Erfahrene verändern die
Psychiatrie

-

EX - IN Perspektiven

Uwe Bening - Oldenburg

Es gibt sicher viele Perspektiven, eine subjektive präsentiere ich Ihnen jetzt:

- Lebens - Erfahrung im Mittelpunkt
 - Psychotische Erfahrung führt gegenwärtig dazu, dass der Mensch an den Rand gestellt wird, Bedeutung und Wertschätzung verliert
- Bedeutung von Erfahrung
- Entwicklung von Verständnis
- Erfahrung von Bedeutung und Wertschätzung
 - meine Perspektive ist nicht, von der Psychiatrischen Versorgung nützlich gemacht zu werden, damit diese zu ihren Nutzern sagen kann: „schau mal Du verrückter Mensch, hier ist ein anderer Verrückter, der hat es irgendwie geschafft, der kann Dir Mut machen und bekommt sogar 1€ pro Stunde dafür. Ist das nicht eine tolle Perspektive? Und übrigens, keine Sorge, wenn es mit Euch durchgeht, sperren wir euch beide wieder ein.“

Versuch einer anderen Definition von Gesundheit

Gesundheit, oder vielleicht besser

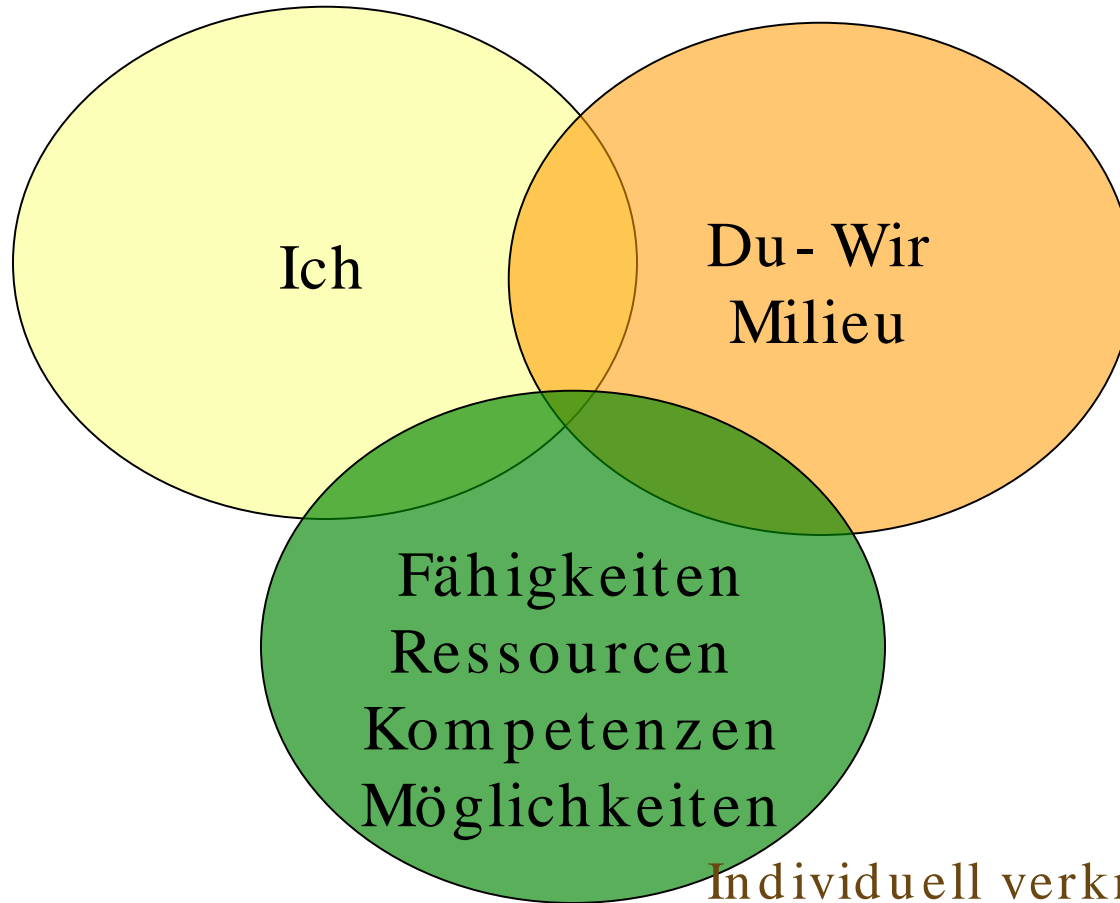
- **gesunde Lebendigkeit** ist kein Zustand, sondern eine Fähigkeit:
- die Fähigkeit, die individuellen Möglichkeiten sinnvoll und optimal zu nutzen, um ein hohes Maß an zufriedener Lebensfreude zu erreichen/ entwickeln.

Versuch einer anderen Definition von Krankheit

Krankheit ist kein Zustand oder Defekt,
sondern lebendige Fähigkeit:

- die Fähigkeit des lebendigen Organismus mit den unerwarteten Herausforderungen des Lebens in Auseinandersetzung zu gehen und weiter diese Herausforderung möglichst erfolgreich zu bewältigen.
- So betrachtet ist Krankheit Energie des Innehaltens und der Wandlung.

Gestaltung von Lebendigkeit Entfaltung von Potential



Individuell verknüpfte Muster
aus den mit unserer Leiblichkeit
gegebenen Fähigkeiten
wahrnehmen - fühlen - denken

Herausforderungen des Lebens

- In ökonomischen, gesellschaftlichen Strukturen funktionieren lernen. (aus gegenwärtiger Perspektive ist die bewegende Kraft menschlichen Zusammenlebens die Ökonomie und damit das Geld)

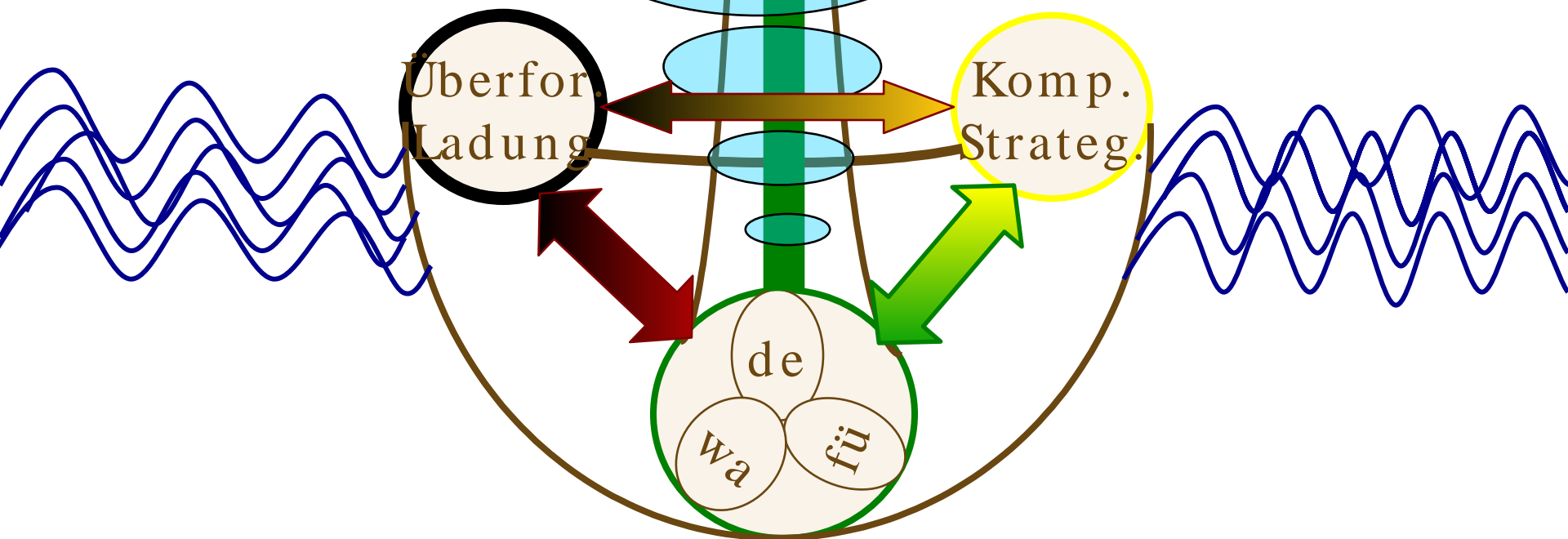
und / oder

- Im Kontakt zur bewegenden Kraft des Lebendigen lernen, die eigene Lebendigkeit, das eigene Leben in dieser Verbundenheit zu gestalten.

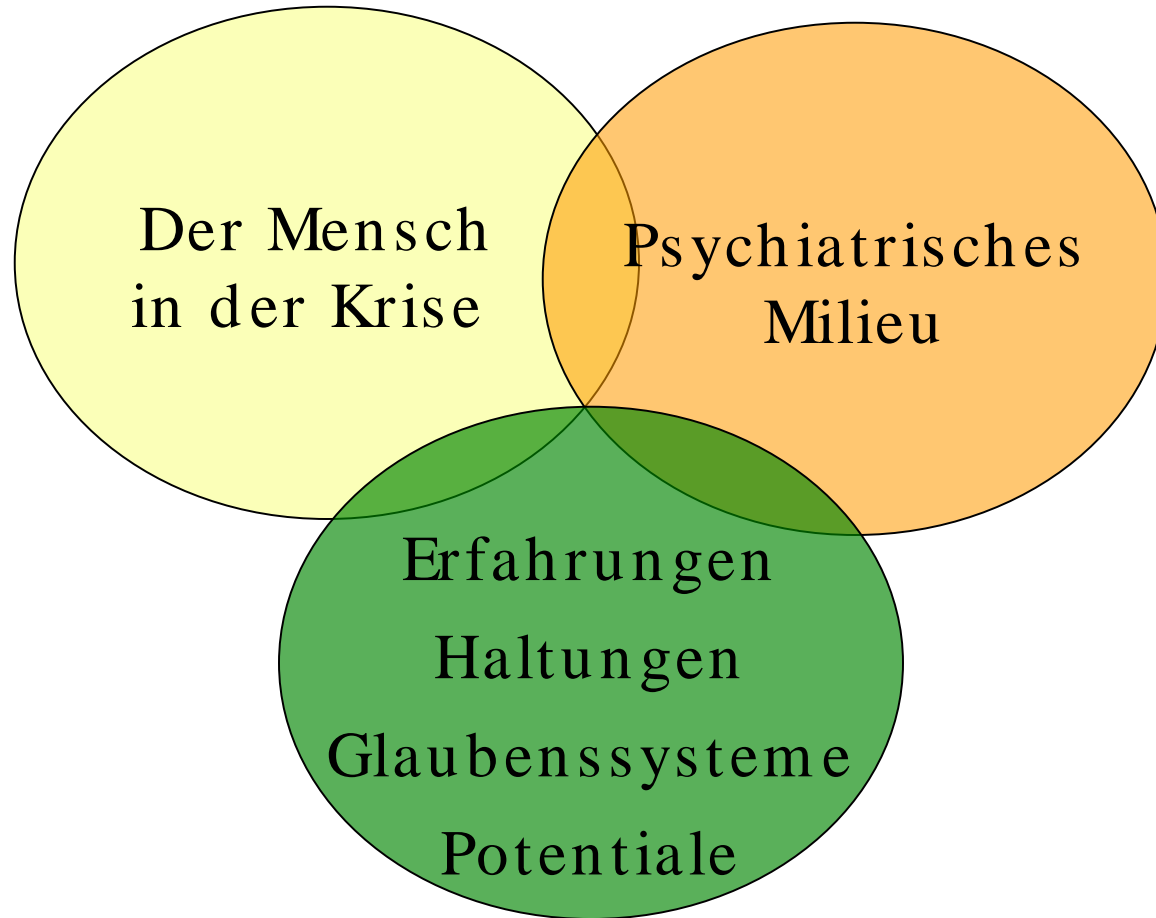
Entwicklung -

„Lebensschiff“

Entwicklungsbild: elterlicher Heimathafen -
schwere Ladung in dieser Zeit an Bord bekommen,
gleichzeitig gilt es zu lernen sein eigener Kapitän zu werden -
lebensbehindernde Ladung aus früherer Zeit, auch Glaubenssysteme
auf der hohen See des Lebens wahrnehmen, erkennen
und verwandeln



Gestaltung von Lebendigkeit? Entfaltung von Potential?



Punkt der Entscheidung

Medizinische Wissenschaft (Psychiatrie) hat in der Begegnung mit psychotischen Erleben eine Entscheidung getroffen, die besagt:

- Diesem Erleben liegt ein schwerer hirnorganischer Defekt zugrunde. Psychiatrie wird diesen Defekt eliminieren, seine genaue Ursache und Lokalisation dabei finden.
 - Das gesamte Versorgungsangebot für Menschen mit psychotischen Erfahrungen gründet sich auf diese Entscheidung.
- Das ist ein schwerwiegender Irrtum, wir kennen und sehen seine Folgen.
 - Dem betroffenen Menschen wird Lebendigkeit - lebendige Beweglichkeit genommen.

Alternative Entscheidung

- Psychotisches Erleben ist eine Möglichkeit menschlichen Lebens.
- Psychose ist das relativ unwahrscheinliche Produkt aus der Summe festgehaltener und/oder erstarrter Energie bisheriger Lebenserfahrungen. Es ist ein Zustand höchster Instabilität.
- Es braucht die Zufuhr einer ordnenden Energie (liebevolles, verstehendes Hilfeangebot), damit dem betroffenen Menschen in der Begegnung und Auseinandersetzung mit dieser Erfahrung ein für ihn notwendiger Entwicklungs-, Wachstums-, Reifungsschritt ermöglicht wird.

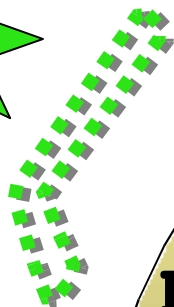
Erkenntnissuche

- Dieses Verständnis und ein entsprechendes Hilfeangebot gilt es aufzubauen.
 - Wichtig ist zu lernen, die individuelle lebendige Beweglichkeit zu entfalten und Vertrauen in die dynamische Stabilisierung zu gewinnen.
 - Notwendig ist es, das psychotische (Produkt) Erleben zu analysieren, die einzelnen damit verbundenen Lebenserfahrungen zu differenzieren und die gewonnenen Erkenntnisse zu integrieren. So entsteht neues Vertrauen in die eigene Lebendigkeit und es wächst die Selbsterkenntnis.

Weiterführende Fragestellungen

- Wie und woraus schöpfe ich meinen eigenen Lebensschwung?
- In der Begegnung mit dem Anderen - was bewirkt mein eigenes Gefühlserleben, meine Resonanz, die gemeinsame Interferenz?
- Nachdenken über Angst und Macht - bin ich dem Anderen hilfreich?
- Wichtig zu erkennen: die Resonanz des Eigenen mit dem des Fremden und die gemeinsame Interferenz.
- Wie kann ich dem Anderen so betrachtet hilfreich sein?

Unser Potential - die Gefühle - ermöglichen lebendige Beweglichkeit im Kraftfeld der Liebe



Freude Lust

verbindend - öffnend

Dankbarkeit

ego

**Scham
annähernd**

**Wut
abstoßend**

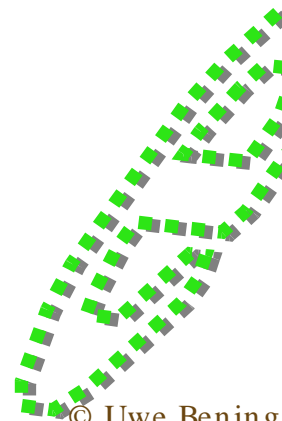
Schuld

Ekel

Demut

trennend - innehaltend

Trauer Angst



In der Psychose lehrt das Leben uns etwas über uns und sich



- Die Liebe ist die bewegende und ordnende Kraft des Lebens.
- Die Liebe ist kein Gefühl, was wir haben, sondern eine Kraft, die uns bewegt, aufrichtet und erfüllt, wahrnehmbar wenn wir Verbundenheit spüren.
- Die Liebe ist die Kraft, die das Lebendige hervorbringt.
- Mit unseren Gefühlen bewegen wir uns im Kraftfeld (des Lebendigen) der Liebe.

Kraftfeld des Lebens

- Die Liebe ist immer und überall präsent. Sie ist die zentrale lebensgestaltende Kraft.
- Im Gewährsein der Verbundenheit (mit dem anderen Menschen – mit der Natur – mit dem Leben – mit uns selbst) können wir wahrnehmen, wie uns die Liebe bewegt, aufrichtet, erfüllt und sie ihr Geborgenheit schenkendes, heilendes, schöpferisches, kreatives Potential entfaltet.
- Wir können die Liebe nicht greifen, festhalten oder besitzen, sondern uns ihr nur in lebendiger Verbundenheit öffnen.

Ego Potential: Lebendige Beweglichkeit und dynamische

Stabilität

Freude Lust

verbindend - öffnend

Dankbarkeit

Ego

Scham
annähernd

Wut
abstoßend

Schuld

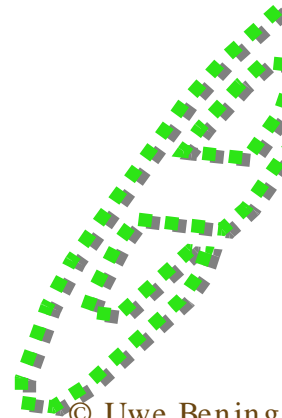
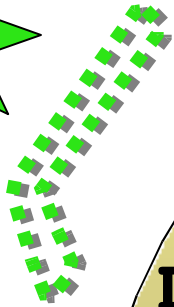
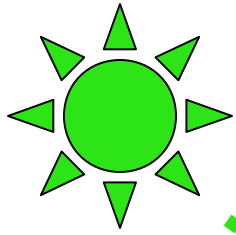
Ekel

Demüt

trennend - innehmend

Trauer Angst

Liebe



Lebendige Beweglichkeit – Dynamische Stabilität

- Je mehr sich der Mensch verbunden fühlt, umso mehr spürt er, dass die Liebe ihn bewegt, aufrichtet und erfüllt.
- Dynamische Stabilität wird „gefüttert“ mit Energie aus dem Kraftfeld der Liebe und der Energie, die sich in unserem Inneren angereichert hat.
- In Zentrum bewegt uns nicht das Ego, sondern die Liebe, die sich im Laufe der Zeit in der inneren Mitte anreichert.
 - Wenn wir diese Mitte verlieren, reichern sich mit relativer Wahrscheinlichkeit ein oder mehrere Gefühl an, z.B. Wut, Angst oder Trauer. Das beeinträchtigt die lebendige Beweglichkeit und führt zum Verlust der Stabilität.
- Dieses Model weist eine große Parallelität zu den uns vertrauten Rhythmen und Zyklen des Lebens, zu bestimmten Gesetzmäßigkeiten des Lebens auf.

Erkenntnissuche

- es gilt ein liebevolles, verständnisvolles Hilfeangebot aufzubauen und so neue Erkenntnisse zu gewinnen:
 - Wichtig ist zu lernen, die individuelle lebendige Beweglichkeit zu entfalten und Vertrauen in die dynamische Stabilisierung zu gewinnen.
 - Notwendig ist es, das psychotische (Produkt) Erleben zu analysieren, die einzelnen damit verbundenen Lebenserfahrungen zu differenzieren und die gewonnenen Erkenntnisse zu integrieren. So entsteht neues Vertrauen in die eigene Lebendigkeit und es wächst die Selbsterkenntnis.

EX - IN Perspektive

- Begegnung mit Erfahrung.
- Vertrauen in eigene lebendige Beweglichkeit gewinnen.
- Auseinandersetzung mit - Analyse von Erfahrung.
- Differenzierung von Lebenserfahrungen.
- Erkenntnisse integrieren.
- Neue Selbsterkenntnis gewinnen.
- Mit diesen Kompetenzen und Erkenntnissen im psychiatrischen Versorgungssystem Wandlung bewirken.
- Erfahrung von Wertschätzung ernten.

– Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

D ie K rone der Schöp fun g

**Du und ich ,er und sie,
ihr,w ir alle sind lebendige Geschöp fe.
Geschöp ft aus der Q uelle des Lebens.**

**A lles hier auf der Erde entspringt dieser Q uelle
und ist ein Teil in diesem Fluss des Lebens,
den w ir Evolution nennen .**

**Nun ist uns M enschen Bew usstsein geschenkt.
D ieses Geschenk birgt eine ungeheure Gefahr
und bietet eine riesige Chance.**

**D arin liegt eine gew altige Herausforderung
und eine große Verantw ortung.**

**W ir können uns selbst, das Leben erkennen,
aber auch der Verlockung der M acht unterliegen
und uns in der trägen M asse
m enschlicher Selbstüberschätzung
verlieren .**

Leben in der Hand

Ich bin .

Nichts - Eins .

Wir können die Dualität nicht aufheben:

Die Tasse wird nie als Tee!

Wir sind das Gefäß .

Das Leben schöpft sich selbst.

Der Tee formt seine Tasse!

Die Tasse verwahrt den Tee

für eine Weile!

Bewusstseinsentwicklung

Erfolg, Anerkennung, Geld, Ruhm, Macht,
Kontrolle, Recht
haben wollen.

Leben fürchten weinen schreien
lieben und lachen
geschenkt bekommen.

Die wunderschöne Fülle des Lebens
aufrichtig und achtsam
erkennen,
in Liebe
gelassen und weise
sein lassen.

A photograph of a sunset over a body of water. The sun is low on the horizon, casting a golden glow across the sky and water. In the background, there are silhouettes of mountains. In the middle ground, a small boat with a mast is visible on the water. The text is overlaid on the right side of the image.

Selbst bewusst Werden

**Ich bin
gegenwärtig
erfüllt
von Lebendigkeit
voller Freude
mit mir.**

**Ich bin
verbunden,
ich fühle:
fühle
wie die Liebe
Leben
Erfüllt.**

.

D as Leben

**Es liegt in m einen Händen
und ich liege in seinen Händen.
Ich bin nur ein w inziges Staubkorn
in seiner unergründ lichen V ielfalt.**

**Ich bin nur
ein unendlich kleiner Bruchteil
in seiner unvorstellbaren D auer.**

**Und doch bin ich w ie Du
einzigartig und w undervoll.
Eben w ie das Leben selbst
in seiner schöpferischen Fülle.**

**D arum ,M ensch ,
verschw ende es nicht,
sonst vergeuden
Du und ich
uns selbst.**