

12 | 2025
34. Jahrgang Nr. 57



Schwalbe

Zeitschrift des Landesverbandes Thüringen
der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V.

HOFFNUNG FEIERN

**35 Jahre
Landesverband**

**der Angehörigen
in Thüringen**



ApkM THÜRINGEN



Foto: Susanne auf Pixabay

INHALTSVERZEICHNIS

Editorial	3
Titelthemen	50 Jahre Psychiatrie-Enquete.....4
	40 Jahre BApK.....5
	35 Jahre ApkM.....6
	Thematische Einführung in das Jubiläum.....8
	Ehrung verdienstvoller Mitglieder.....11
	Aktuelle Situation der Angehörigensebsthilfe in Thüringen und neue Herausforderungen.....12
	Begleitete Medikamentenreduktion bei Menschen mit Psychoseerfahrung.....16
	Morgen ist leider auch noch ein Tag.....21
Buchempfehlung	Für mehr Offenheit im Umgang mit psychischer Erkrankung.....22
Titelthemen25
WeihnachtsRätsel	Zum Verrücktwerden – Wie ein Festival die Psychiatrie revolutioniert.....26
Titelthemen	Hoffnung.....29
Gedicht	Gemeinsam für mehr Sicherheit in der Versorgung.....30
Titelthemen	Kreativtag in Greiz.....32
Neues aus dem LV	MUT-TOUR in Jena.....33
	Bericht vom Gesundheitswochenende.....34
	Rückblick auf die Klausurtagung.....35
	„Drück dich aus“ – erfolgreiche Wiederholung.....36
	Workshopberichte von der Fachtagung.....38
Film	Abtauchen.....40
Rezept	Gemüsecremesuppe mit Krustenbrot.....41
Ausblick	Bilanz 2025 und Ausblick auf das kommende Jahr.....42
Kontakte43
Impressum43
Gedicht	Über Brücken gehen.....44

Gefördert vom:



Weitere Förderer:



EDITORIAL

„Hoffnung feiern“

Liebe Leserinnen und Leser,

bei der Betrachtung unserer Titelseite haben Sie sich vielleicht gefragt, ob und wie man Hoffnung feiern kann. Angesichts der Adventszeit und des bevorstehenden Weihnachtsfestes mag dies einleuchten. Wir gewinnen Zuversicht, dass immer wieder Neues entsteht, wir schöpfen Hoffnung für das friedliche Zusammenleben aller Menschen oder wir stärken unseren Glauben. Aber wie kann ein Landesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen Hoffnung feiern?

Mit dem Rückblick auf 35 Jahre Verbandsarbeit bzw. auf unsere Aktivitäten im aktuellen Jahr können wir dies nur bestätigen. Hoffnung ist für uns Angehörige eines der wichtigsten Lebenselixiere. Teils über viele Jahre und Jahrzehnte erleben wir psychische Krisen und Krankheitsphasen von uns nahestehenden Menschen mit. Wir wissen oft nicht, ob und wie es weitergehen wird, ob wir gemeinsam passende Unterstützung und Hilfen finden. Mitunter werden wir selbst so in Anspruch genommen und belastet, dass wir um uns selbst fürchten. Jedoch werden wir auch für die Alltagsorganisation der Erkrankten und deren Genesung gebraucht. Es ist mehr als verständlich, wenn dann manchen von uns, zumindest zeitweise, Zuversicht, Selbst- und Fremdvertrauen und Mut abhanden kommen. Können wir jedoch Hoffnung schöpfen, sehen wir vielleicht ein Licht am Ende des Tunnels und damit eine neue Perspektive. Wir schöpfen neue Kraft und können uns auf unsere Bedürfnisse und die der erkrankten Person einstellen, finden vielleicht hilfreiche Wegzeichen, die uns voranbringen und schöpfen neuen Lebensmut.

Allein ist das jedoch selten getan. In unseren Selbsthilfegruppen finden Angehörige Menschen mit ähnlichen Erfahrungen in schwierigen wie auch in hoffnungsvollen Phasen. Im gemeinsamen Austausch und dem Ringen um Erkenntnis, Verständnis und Handlungsmöglichkeiten werden Gruppenmitglieder in die Lage versetzt, nicht aufzugeben, immer wieder auf Hilfe und Besserung zu vertrauen. In mittlerweile 35 Jahren konnten bereits viele Angehörige in unseren SHG ihre Hoffnung stärken. Der Landesverband unterstützt diese regelmäßig mit Beratung, Informationsmaterial, Fachveranstaltungen und gesundheitsfördernden Angeboten. Damit wurde und wird nicht nur bei den

Angehörigen selbst Hoffnung geweckt, die auf die Zukunft gerichtet ist, sondern auch für die Selbsthilfearbeit unseres Verbandes. Dank unserer Erfahrungen sind wir zuversichtlich, und rechnen damit, auch zukünftig Mittel und Wege zu finden, unsere Ziele zu erreichen. Diese Hoffnung haben wir bereits am 09. November im festlichem Rahmen gefeiert. Ebenso feierlich begangen wurden die Jubiläen der Psychiatrie-Enquete und des Bundesverbandes der Angehörigen. Daran möchten wir Sie teilhaben lassen. Einige unserer Beiträge vermitteln Einblicke in die fachlichen Beiträge unserer diesjährigen Fachtagung, die Angehörigen und Betroffenen Perspektiven und Möglichkeitsräume im Zusammenhang mit Medikamentenreduktion aufzeigten. Wir blicken zudem zurück auf unsere vielfältigen anderen Veranstaltungen für Angehörige in- und außerhalb unseres Verbandes, für Erwachsene aber auch Kinder und Jugendliche. Weitere Beiträge befassen sich mit hoffnungsstiftenden Projekten gegen Stigmatisierung und dem Aktionsbündnis Patientensicherheit und wir empfehlen Bücher und Film zum Thema.

Damit wird aufgezeigt, wie und woraus Angehörige immer wieder Hoffnung schöpfen können und welcher Gewinn damit verbunden sein kann, den Weg zu unserem Selbsthilfverband zu finden und sich aktiv einzubringen.

In diesem Sinne freuen wir uns, wenn die Lektüre Sie als Leser*in inspiriert und aktiviert und Sie dieses gute Gefühl mit anderen teilen mögen!

Mit herzlichen Grüßen

Dr. Heike Stecklum

50 Jahre Psychiatrie-Enquete



Foto: Open Arms Initiative auf Pixabay

Unter dem Motto „Geschichte erinnern, Gegenwart und Zukunft gemeinsam gestalten“ fand **vom 02. bis 03. Juni 2025** im Neuen Rathaus Leipzig eine dialogische Fachveranstaltung zur Würdigung der 1975 angestoßenen Psychiatriereform statt. Veranstalter waren das Kontaktgespräch Psychiatrie, ein Zusammenschluss verschiedener Betroffenen-, Angehörigen- und Sozialverbände sowie die Stadt Leipzig.

Ein vielfältiges Programm aus Podiumsdiskussionen, Vorträgen, Workshops und Ausstellungen nahm die Fortschritte in der Versorgung und Behandlung psychisch erkrankter Menschen und in der Beteiligung

der Angehörigen in den Blick. Vor 50 Jahren herrschten noch menschenunwürdige Zustände in psychiatrischen Kliniken der Bundesrepublik.

In der DDR war die Situation ähnlich. Hier wurde durch die sogenannten „Rodewischer Thesen“ schon 1963 versucht, eine gemeindenahe Versorgung anzustoßen. Erst nach der Wiedervereinigung ließ sich dies jedoch in allen deutschen Regionen umsetzen.

Wie die Rückblicke der Tagung zeigten, wurde seitdem Vieles erreicht. Menschen mit psychischen Erkrankungen leben heute nicht mehr in geschlossenen Anstalten. Es besteht

eine breite Versorgungslandschaft von ambulanten, gemeindenahen bis stationären Einrichtungen, ergänzt durch zahlreiche Dienste und Projekte. Im Lauf der Jahre entwickelte sich die Selbsthilfebewegung der Betroffenen und Angehörigen, zu der auch unser Bundesverband und der Landesverband Thüringen gehören. Betroffene und Angehörige wurden zunehmend als Erfahrungsexpert*innen anerkannt. Sie partizipieren in vielen Angelegenheiten und auf sehr unterschiedlichen Ebenen.

Trotzdem bestehen kontinuierlich Herausforderungen, z. B. hinsichtlich der Stigmatisierung, der Barrieren der Teilhabe und Partizipation und der nur ansatzweise erreichten Lebensweltnähe. Daher ist es wünschenswert, dass die vielen konstruktiven Rede- und Diskussionsbeiträge in die Weiterentwicklung der Versorgungslandschaft einfließen.

Wir als Landesverband der Angehörigen in Thüringen setzen uns in unserer Region aktiv für die Weitergestaltung von Strukturen und Versorgungsmodellen ein, z. B. für den flächendeckenden 24/7 Krisendienst (24 Stunden an 7 Tagen in der Woche).

Dr. Heike Stecklum

Jubiläum: 40 Jahre BApK

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen (BApK e. V.) feierte am 23. Mai 2025 sein vierzigjähriges Bestehen. Ohne die sozialen Strömungen der 68er-Bewegung und ohne die Psychiatrie-Enquete wäre die Gründung eines Verbandes, der bundesweit die Interessen der Angehörigen vertritt, nicht denkbar gewesen. Seit seiner Gründung setzt er sich auf allen politischen und gesellschaftlichen Ebenen für die Verbesserung der Situation psychisch erkrankter Menschen, ihrer Angehörigen und Nahestehenden ein. Für die im Laufe der Jahrzehnte gegründeten Landesverbände ist der BApK der bundesweite Dachverband, so auch für unseren. Daher war es uns als Landesverband ein Bedürfnis, das Jubiläum gemeinsam zu begehen.

Unter dem Thema **Wenn es uns nicht gäbe – Die Rolle der Angehörigen im Hilfesystem** fand eine Tagung mit Fachvortrag unter dem Titel **„Psychiatrie in Bewegung – Angehörige zwischen Selbsthilfe, Systemkritik und Zukunftsvision“** statt, um auf die Bedeutung der Angehörigen, ihr Erfahrungswissen, ihre Kompetenzen, ihr Engagement aber auch ihre Belastungen aufmerksam zu machen. In der anschließenden Podiumsdiskussion, moderiert von Gudrun Weißenborn (APK Berlin), tauschten sich anschließend Angehörige, Psychiatrieerfahrene und Fachkräfte zu den besonderen Erfahrungen Angehöriger und ihrer Rolle im Hilfesystem aus. Im Anschluss gab es Gelegenheit für den persönlichen Austausch und zum Feiern.

Heike Stecklum

Meine Eindrücke vom 40. Jubiläum des Bundesverbandes (BApK)

Am 23. Mai fuhr ich gemeinsam mit Dr. Heike Stecklum nach Berlin. Nach einer unterhaltsamen (fast schon lebhaften) Fahrt mit dem ICE und der S-Bahn, kamen wir 15 Uhr am Hauptbahnhof erleichtert an. Es war für mich noch eine Stunde zum Akklimatisieren Zeit. Zum Festakt des 40. Jubiläums kamen viele Selbsthilfeorganisationen. Begonnen hat Heike Petereit-Zipfel, die kommissarische Vorsitzende des BApK, die Feier mit einem Grußwort und Fachvortrag. Im Anschluss wurde ein Podium gestellt, an dem verschiedene Einrichtungen teilnahmen.

Mir hat gefallen, dass sich alle persönlich vorstellten. Frau Dr. Heike Stecklum erzählte von ihrer Arbeit beim Landesverband Thüringen. Im Laufe der Diskussion konnten Zuschauer Platz im Podium nehmen, ihre Fragen stellen und sich an der Diskussion beteiligen. So erfuhr ich auch über die Arbeit der anderen Landesverbände. Zum Abschluss des Tages lud der Berliner Landesverband zu Imbiss und Unterhaltungen ein. Leider habe ich von Berlin nicht viel mitbekommen, aber meine Neugierde auf unser eigenes Jubiläum wurde geweckt.

Ulrike Pütz

Vorstandwechsel beim BApK

Am 24. Mai trafen sich die Vertreter*innen der Landesverbände in Erkner zur Mitglieder- und Wahlversammlung. Der neue Vorstand wird gebildet durch den Vorsitzenden Karl-Heinz Möhrmann, den Stellvertreter Kaveh Tarbiat, den Schatzmeister Siegfried Haller und die Schriftführerin Sonja Haase. Als Beisitzer*innen wurden Rose Maria Konang, Hartmut Krausser, Svenja Landsberger, Dr. Friedrich Leidinger, Christoph Scharfenberger und Wiebke Schubert gewählt.



Podiumsdiskussion mit Heike Stecklum und Gudrun Weißenborn;
Foto: BApK