

## Quintessenz von 40 Jahren Schizophrenie

Ich habe 5 Jahre lang Gesprächstherapie gemacht, wobei mein Arzt mir alle psychoanalytischen Schulen beigebracht hat. Ich bin also psychoanalytischer Laie mit Erfahrung. Ich bin JUNGIANER.

Ich höre innere Stimmen, 4 Prozent der Bevölkerung sind von Stimmenhören betroffen. Davon haben etwa 20 Prozent hin und wieder ernsthafte Krisen, die Ärzte Psychosen nennen. Das Gehirn redet mit mir Meine Ärzte sagen, dass macht nichts. Meine Ärzte sagten klar und deutlich, dass die Strategie mancher Ärzte, Stimmen um jeden Preis wegmachen zu wollen mit hohen Dosen Neuroleptika, falsch ist. Das sei falscher und sinnloser Ehrgeiz von Ärzten.

Ich habe gute Gespräche mit meinem Nervenarzt. Wir sind uns darüber einig, dass das Problem nicht ist Stimmen zu hören, sondern Stimmen nur dann zum Problem werden, wenn man glaubt, was sie sagen. Wer lernt, Stimmen systematisch zu entwerten, kommt mit wenig oder gar keinen Medikamenten klar.

Ich komme mit wenig Medikamenten und ohne Klinik klar, weil ich regelmäßig entwerte.

**Psychosen** sind Wachträume. Sie kommen aus dem Unbewussten. Traumparallele. D. Buck **Stimmenhören** ist Kommunikation mit dem Unbewussten. Das Unbewusste beinhaltet nach meiner Erfahrung individuelles, transpersonales, transkulturelles und kollektives Material.

**Medikamente** helfen nur begrenzt, weil das Unbewusste seine Rechte und seine Ziele mit seiner immensen Macht durchsetzen kann. **Die Medikamente sind falsch konzipiert, weil sie auf die Behandlung einer Stoffwechselstörung abzielen, die es gar nicht gibt.**

DIALOG IST DER SCHLÜSSEL ZUR HEILUNG DER PSYCHISCH KRANKEN.

Wir alle brauchen Gespräche, um unsere Krisenerfahrungen und Gipfelerfahrungen zu verstehen, unsere Erfahrungen zu verarbeiten und eine dauerhafte brauchbare Realität zu konstruieren. Es wäre sehr hilfreich, wenn wir in der Klinik und ambulant mit geeigneten Leuten über unsere Theorien und Weltbilder und unsere subjektive Erfahrung reden könnten. Das können auch Angehörige sein. Man muss begreifen, was man erlebt.

Die Stimmenhörener Netzwerke zeichnen sich durch Theorienvielfalt aus.

Ich denke, das Gehirn produziert Gedanken, Stimmen, Impulse und Bilder und das nennen Ärzte dann PSYCHOSE oder Schizophrenie. Wir alle haben Angst vor den Medikamenten, der Klinik, Fixierungen, Elektroschocks, Heimunterbringung, den Ärzten und unseren eigenen Angehörigen. Wann dürfen wir endlich krank sein, ohne bestraft zu werden oder einem wahnwitzigen isolationistischen Rehaterror in Sondereinrichtungen ausgesetzt zu werden?

Wie gesagt, entwerten reicht. Mehr als die Hälfte der Patienten kann ohne Medikamente klar kommen, wenn sie entwerten. Dazu eine Rente und ein gutes Freizeitprogramm, und wir wären ohne Terror rundum zufrieden.

Was Schizophrene und Depressive wirklich brauchen, ist Rente, Reizabschirmung, Ruhe, Gespräche und soziale Kontakte mit gesunden Menschen.

Die Ghettoisierung in Einrichtungen ist ein KUNSTFEHLER !!!!

Wir wollen Soteria, Inklusion und die Umsetzung der Menschenrechte für uns alle.

Wie Dorothea Buck sagt; wer es für wahr hält, ist krank, wer es für einen Traum hält, der aus dem Unbewussten kommt, ist gesund.

**Hans Jürgen Claußen, BPE-Mitglied**