

Manifest der Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrene RLP e.V.

Wir sind Psychiatrie-Erfahrene.

Wir sprechen aus gelebter Erfahrung. Wir wissen, was es heißt, mit seelischen Krisen zu leben – und aus ihnen Kraft zu schöpfen.

Unsere Würde ist unantastbar.

Wir treten dafür ein, dass Grundrechte – wie körperliche und seelische Unversehrtheit, Selbstbestimmung und Beteiligung – auch in der Psychiatrie uneingeschränkt gelten.

Wir fordern Teilhabe – nicht Fürsorge.

Wir lassen uns nicht verwalten, sondern gestalten mit: in Beiräten, in Projekten, in Gremien. Auf Augenhöhe. Als Expert*innen in eigener Sache.

Wir stehen für Vielfalt der Wege.

Es gibt nicht *den* richtigen Weg. Genesung ist individuell. Ob Therapie, Psychopharmaka, Peer-Begleitung oder Rückzug: Wir respektieren jede Entscheidung – solange sie freiwillig getroffen wird.

Wir setzen auf Selbsthilfe.

Wir glauben an die Kraft der Begegnung und an den Wert des Austauschs unter Gleichen. Unsere Gruppen sind Schutzräume, in denen Vertrauen wachsen kann.

Wir stellen uns gegen Stigma.

Psychische Erkrankungen sind keine Schwäche. Gewalt, Diskriminierung und Entmündigung machen krank. Wir fordern: Aufklärung statt Angst, Dialog statt Kontrolle.

Wir gestalten eine menschlichere Psychiatrie.

Eine Psychiatrie, die nicht bestraft, sondern begleitet. Die nicht verwahrt, sondern ermutigt. Eine Psychiatrie, die sich verändern lässt – durch uns alle.

Nichts über uns – ohne uns.

Dieser Leitsatz ist für uns kein Slogan. Er ist Anspruch, Haltung und Versprechen.