

Einleitung .....	8
Experten aus Erfahrung, Fachkräfte und Angehörige berichten	
Mit weniger Drogen ist es relaxter .....	12
Mein Hund ist mein kleiner Mann im Haus .....	30
Ich habe mir selber eine neue Gitarre gebaut und spiele mit einer Band .....	38
Kreative Arbeit hilft mir, meine Gefühle auszudrücken .....	48
Anfangs habe ich mir gar nichts zugetraut, jetzt geht es mir gut .....	58
Ich kann meine Angelegenheiten wieder alleine regeln .....	64
Auf einer integrativen Disco haben wir uns kennengelernt – es ist noch ein Übergang zwischen Flirt und Liebe.....	74
Wenn ich mich in einer Kaffeebude am Bahnhof unterhalte, merkt keiner, dass ich psychisch krank bin .....	84
Das Wichtigste in meinem Leben sind mein Hund und meine Freundin .....	94
Alles, was im Heim angeleitet wurde, mache ich jetzt selbstständig ....	102
Mit dem Dreirad kann ich alle Geschäfte erreichen, Schuhe und Kleidung selbst einkaufen .....	112
Ich muss unter Leuten sein, dann geht es besser .....	120
Früher habe ich nur Fernsehen geschaut und viel geschlafen .....	134
Bei mir im Kopf oben hat es klick gemacht .....	144
Ich habe hier einen Schonraum .....	152
So wie es jetzt aussieht, bin ich zufrieden, so soll es bleiben .....	160
Sie nehmen mich so, wie ich bin, das tut mir sehr gut .....	168

Durch die Medikamente ist es mir möglich, nach vielen Jahren des Leidens ein normales Leben zu führen .....	178
Selbstmordgedanken habe ich schon lange nicht mehr und die Ängste sind viel weniger geworden .....	188
Ich bin voll zufrieden und will erst mal zehn Jahre hierbleiben – aber man weiß ja nie, was das Leben noch so bringt .....	200
<b>Methoden der Zusammenarbeit mit Experten für Eigensinn</b>	
Funktionsebenen und Störungen des Ich .....	210
<i>Menschliches Bewusstsein, ein Zusammenspiel von Geist und Seele</i> .....	211
<i>Einsamkeit und Verunsicherung bei seelischer Erkrankung</i> .....	212
Eine empathische und wertschätzende Beziehung entwickeln .....	214
<i>Nonverbale Kommunikation:</i>	
<i>Emotionen wahrnehmen und Blickkontakt suchen</i> .....	214
<i>Verbale Kommunikation: Papageien, verstehendes Fragen und Humor</i> .....	217
Selbstachtsamkeit .....	220
<i>Bedarfs- und Auftragsklärung zuerst</i> .....	221
<i>Eigene Grenzen beachten</i> .....	222
<i>Wertschätzende Teamkultur</i> .....	223
Geduld und Zuversicht, die Basis der Rehabilitation .....	224
<i>Geduld</i> .....	225
<i>Zuversicht</i> .....	226
Biografiearbeit .....	228
Der Runde Tisch: Hilfeplanung und Clearingverfahren .....	230
<i>Einladung an Klient, Angehörige und zuständige Fachleute</i> .....	233
<i>Gesprächsmoderation: Dialog unterschiedlicher Sichtweisen</i> .....	234
<i>Klärung der Probleme und Lösungswege</i> .....	234
<i>Vereinbarungen</i> .....	235
Gründung eines Konsultationsverbunds .....	236
<i>Schritte zum Aufbau eines Konsultationsverbundes</i> .....	238