

## **Empfehlungen für Psychotiker<sup>1</sup>**

---

<sup>1</sup> nicht der offizielle Begriff, da schwer zu erlassen

**Psychosen**<sup>2</sup> sind in erster Linie Verarbeitungszustände (Träume die üblich sind<sup>3</sup>) aufgrund von Ereignissen (Informationen) die in ihren Kanon besondere Aufmerksamkeit erfordern. Das ganze Thema ist auch schwer zu erfassen und zu beschreiben, da der Geist verborgen ist und viele Rechtssachen auf Überlappungen im Geist verweisen (wissenschaftliche und künstlerische Freiheit → Grundrechte<sup>4</sup>). Wenn sie den Wikipedia-Artikel lesen, sehen sie, dass diese Zustände komplex sind und nur bestimmte Bereiche für die weltanschauungsfreie Psychiatrie von Interesse sind. Da liest sich auch so heraus, dass die eine „sorgfältige Diagnose“ erforderlich ist und abhängig vom Wesen. Dies äußert sich zum Beispiel im Bezug auf Soziotherapie. Also für Wesen, die es mit dem Gesetz nicht so haben. Für gewöhnlich sind die meisten Personen eher positiv und wenn sie sich nur nach natürlichem Gesetz handeln oder Regeln. Für diese ist dieser Artikel geschrieben. Sie haben auch alle irgendwie Traumzustände<sup>5</sup>. Wenn sie zum Beispiel was von starken Verspannungen hören, haben sie auch einen Traumzustand (sie wollen so etwas loshaben und ärgern sich). Oder das Mutterbett. Normaler Stressreaktion auf ein hartes Ereignis. Warum sie da in die Psychiatrie gehen sollen mit all den Nazis<sup>6</sup> ist unklar. Sie sind kein Teil derer Therapie, die bei diesen auf den Gewaltkanal basiert. Sie haben Holiday, roter Teppich, also eine positive Umgebung<sup>7</sup>

### Nun die Empfehlungen

1. Seien sie sich bewusst, das dies ihre Gedanken sind. Das sind keine Dämonen oder andere Wesen, die ihnen was einreden. Sie haben da irgendwie über ihre Sensoriken (z. B. Nasen, Augen, Haut) Daten aufgenommen, die jetzt verarbeitet werden müssen (wir reden auch in der Metapher „dass das Maß jetzt voll ist“). Das ist mit das primäre Ziel. Dann ziehen sich die Gedanken aufgrund der entstandenen Entfremdung wieder zurück<sup>8</sup>.
2. Sie sind ein freier Mensch. Was sie tun, ist ihre Sache, nur das Gesetz ist relevant.
3. Polizei und Ärzte und alle anderen haben primär nichts zu melden. Es hat sich gezeigt, die haben das Thema für sich auf dieser Linie nicht verinnerlicht (kein Gruppenbezug) und kennen das Gesetz nicht, selbst Richter. Prüfen sie sich auf Extraversion oder Introversion (Duden Allgemeinbildung Psychologie-Teil<sup>9</sup>). Falls Krankschreibung eher Hausarzt oder sowas. Sie dürfen diese auch vermöbeln bis letal treffen. Vergehen sind als Kriegsverbrechen eingestuft. Sie gehen, wenn sie gehen.
4. Denken sie über einen Umgebungswechsel nach. Kurzurlaub muss nicht mal ins Ausland sein (rechtlich eh kritisch).
5. Üben sie ihre Konzentration (z. B. Cognito-App<sup>10</sup>, spazieren, lesen, Videospiele), besonders wenn sie introvertiert sind (Verarbeitung primär nach innen).
6. Bildung ist alles. Lesen sie Gesetze und sinnen sie darüber nach.
7. Auch ihre Moral sollte nach dem aktuellen Sittengesetz ausgerichtet sein (Wertekompass).
8. Tabletten<sup>11</sup> sind nicht hilfreich, da das Gehirn nur Ausgabeorgan ist und der Rest Psyche, also Kopf, also innerlichen sie sich diese Dinge hier.
9. Omega 3<sup>12</sup> ist Energieträger, also gut für ihre Organe (hilft aber nicht beim Zustand selbst, aber ihr Körper ist zwangsläufig mit betroffen). Falls sie mal einen Tag nichts essen, dann über solche Dinge,
10. Weniger Kaffee<sup>13</sup>, eher Tee, da ihre Sensorik (Nervensystem) angeregt ist. Denken sie auch daran das Kaffee aufgrund seiner Eigenschaften sie eher wach hält.

<sup>2</sup> <https://de.wikipedia.org/wiki/Psychose>, abgerufen am 26.11.2024

<sup>3</sup> dies wird auch immer wieder mal im Alltag fast belanglos vermittelt und der Detektiv hatte in der Eingangssequenz schon etwas gruselige Träume, aber wenigstens endlich einen Rucksack, zuletzt gesehen in dem Video Spiel „The Sinking City“ (<https://thesinkingcity-game.com/de>, SWITCH-Version, abgerufen am 31.12.2024)

<sup>4</sup> <https://www.gesetze-im-internet.de/gg/BJNR000010949.html>, abgerufen am 26.11.2024

<sup>5</sup> ihre Psyche ist hochgradig einmalig und divers, daher kann dies nur so formuliert werden.

<sup>6</sup> diese haben auch ihre Zustände, aber die hassen das Gesetz und die Natürlichkeit und wollen diese umgestalten und ebenso in diversen Formen

<sup>7</sup> in Leipzig erwartet(e) sie, Hassformen, Unbildung, Freiheitsentzug, Beobachtung, Richter ohne eine Straftat nicht bis zum Abend (sie sind freiwillig rein, also eigentlich nur offen). Eigentumseingriffe, Namensverwechslung, ne Frau die ähnlich wie ihre war und sie in Abstinenz, wie nicht privat. Ein Arzt der auf ihren Bett sass (nicht der Übliche auch nicht zu den Konsultationszeiten, Geruch Weiber etc. pp, also falls wir mal welche in den Graben legen, wir wissen bescheid), gelernte Empathie, Langeweile, Zwangsbehandlung mit Trupp (obwohl sie nur umherwanderten), nur Körperuntersuchung, Tabletten, keine konkreten Ansagen, Arzt der als Rechtsinstanz auftrat und erzählte das Tabletten ihre Gedanken strukturiert, da Weile habe sie das getan. Kaum Konzentrationsmöglichkeiten für Introversion. Also völlig Geistesgestörte. Da fahren bestimmt auch (also nicht alle) in das Irrenhaus mit der selben Straßenbahn... wenn wir drinne sitzen.

<sup>8</sup> sie sehen diese Ansätze auch in dem Videospiel Senua's Saga: Hellblade II (2024 Ninja Theory), <https://www.youtube.com/watch?v=MBcNq5ZGbF4> (abgerufen am 08.01.2025), ab ca. 5:50:53 auf ihrer Reise (Wanderung) Alterskennzeichnung des Spieles ab 18 Jahre

<sup>9</sup> 978-3411056286, [https://www.amazon.de/Das-gro%C3%9F-Buch-der-Allgemeinbildung/dp/3411056282/ref=sr\\_1\\_5?nsdOptOutParam=true&sr=8-5](https://www.amazon.de/Das-gro%C3%9F-Buch-der-Allgemeinbildung/dp/3411056282/ref=sr_1_5?nsdOptOutParam=true&sr=8-5), abgerufen am 26.11.2024

<sup>10</sup> <https://clinical-neuropsychology.de/cogito/>, abgerufen am 26.11.2024

<sup>11</sup> hier immer abfälligen Ton lesen

<sup>12</sup> <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/nahrungsergaenzungsmittel/omega3fettsaeurekapseln-sinnvolle-nahrungsergaenzung-8585>, abgerufen am 26.11.2024 hochdosiert sind nicht die Kapsel, die nur ausgepressten Fisch beinhalten. Autor nimmt die auch nicht täglich. Wenn sie mal öligen Fisch zur Hand hatten.

<sup>13</sup> <https://www.geo.de/wissen/gesundheit/koffein--was-passiert-im-koerper--wenn-ich-kaffee-trinke---33425096.html>, abgerufen am 26.11.2024

11. Sie dürfen nachts ihre Träume ausleben, aber sie müssen auch mal schlafen<sup>14</sup>, ich nehme dazu Baldrian<sup>15</sup>
12. Sie können sich ihre Erlebnisse aufschreiben und anders realisieren (Kunstformen).
13. Horror<sup>16</sup> eventuell eher vermeiden bzw.
14. Hörigkeit abbauen (Befehle ihrer Stimmen, falls überhaupt vorhanden, erhören sie einfach nicht), für gewöhnlich Wesensfrage, also eher die Tyrannentypen,
15. In diesen Zustand lernen sie ihren Geist kennen.
16. Sie haben Träume, dann haben sie, ein erfülltest Leben.
17. Ihre Angehörigen und Nebenmenschen haben keine Geheimsitzungen über sie abzuhalten. Sie sind mündige und freie Menschen. Einzig was die wissen müssen. Sie sind wie immer, nur übererregt. Ihnen ist diese Sache nun bewusster als vorher, sie müssen in Ruhe gelassen werden. Es gibt kaum Standards im Alltag (Stereotypen sind abzubauen). Wie sie sich kleiden, verhalten etc. ist ihre Sache. Nur dumme Nazis prägen da Dinge.
18. Denken sie an ihre Verantwortungen und Verpflichtungen (zum Beispiel über Notizen die darauf hinweisen, Alarme, Miete, Verträge, Familie)
19. Sie dürfen auch mal vergessen.
20. Sie können diesen Zustand in ihre Glückseligkeit einbauen und irgendwie pflegen (nicht Träume und Intuitives ablehnen). Es ist Teil von ihnen und keine Krankheit.
21. wenn sie keine offizielle Diagnose haben, haben sie keine, dann sind sie grundsätzlich nicht negativ.
22. Ihre eigenen Ansichten dürfen sich auch noch hinschreiben sie sind ein Einzelwesen. Ihre darauffolgende Identität ist ihre Sache.
23. Denken sie an den Realcheck!
24. Es ist ihre Zeit und dies braucht auch ihre Zeit, bis sie sich an ihren neuen Traumzustand gewöhnt haben (wir reden hier immer so in 10 Jahres Zyklen)
25. Ihr Umfeld gewöhnt sich mit der Zeit auch daran. Ängste schüren ist unangemessen. Zeigt nur, dass eine Hassform vorliegt.
26. Signale von außen sind ebenso hilfreich. Also Musik über Kopfhörer bei harte Ausgabe eher nicht, sondern Lautsprecher.
27. Denken sie auch ihre Umgebung. Also graues Winterwetter schlägt normal aufs Gemüt<sup>17</sup>. Die übliche Angaben, wie Schokolade essen, warmes Licht einschalten, Unterhaltung (wie Musik, Videospiele) auch etwas Vitamine<sup>18</sup> können sie anwenden. Unter 6 Monate Drama reagiert eh niemand. Selbstfindungsphasen<sup>19</sup> etc. pp spielen ebenso rein.

#### Zusatzanmerkung:

Also wenn über Tabletten<sup>20</sup> die Rede ist, dann sollte in diesen Bereich über ein Schlafmittel nachgedacht werden in Richtung Baldrian und ein Müh mehr an Wirkung. Also so ist eher die Tendenz. Auch die harte Verteufelung von Alkohol ist fehl am Platz. Ein leichteres Bier<sup>21</sup>. Süchte sind eh Kopfsachen, also Verantwortung. Ausbildung also in Form eine individuellen Zusatzmittelplanes anhand des Schlafbedürfnisses (denken sie dabei auch an ihre Angehörigen, zur Not die Matratze wo anders hin). Nicht harte Verschreibung.

Heiko Wolf, mail@heikowolf.info, FDL 1.3, Stand: 26.01.2025, heikowolf.info, OCRID: 0000-0003-3089-3076

<sup>14</sup> dies ist auch ein wesentliches Element. Wenn sie sich das Switch-Spiel „Call of Cthulhu“ (<https://www.nintendo.com/de-de/Spiele/Nintendo-Switch-Spiele/Call-of-Cthulhu-1637467.htm>, abgerufen am 14.01.2025, Alterskennzeichnung ab 16 Jahre, hier recht häufig diese Zusatzmittel) ansehen und da die Texte sind immer Medikamente Hypnotikum, also Schlafmittel, wie Natrium-Amobarbital (heute nicht mehr in Einsatz) und Alkohol (bei ruhigen Charakteren setzt eher Schlaf ein, Körperdisziplin) genannt, also statt Dauerformen wie die heutigen Tabletten (hier lesen sie wieder einen abfälligen Ton), eher ein leichtes Schlafmittel, Beruhigungstees, wenn sie Ruhephasen einbauen. Denken sie auch an Wechsel und Nebenwirkungen und gegenseitigen Abhängigkeiten. Hier auch, dass das Rätsel um Schlaf nicht so geklärt ist, so das Medikation nicht als die Lösung so anerkannt ist. Es sind immer nur Kurztherapien oder bis am Besten nicht nehmen.

<sup>15</sup> [https://www.amazon.de/Abtei-Nachtruhe-Baldrian-Schlaf-Dragees-](https://www.amazon.de/Abtei-Nachtruhe-Baldrian-Schlaf-Dragees-St%C3%BCck/dp/B07GQ4DZ2Z?ref=pd_bap_d_grid_rp_0_1_ec_npded_scp_pd_nav_hcs_rp_2_t)

[St%C3%BCck/dp/B07GQ4DZ2Z?ref=pd\\_bap\\_d\\_grid\\_rp\\_0\\_1\\_ec\\_npded\\_scp\\_pd\\_nav\\_hcs\\_rp\\_2\\_t](https://www.amazon.de/Abtei-Nachtruhe-Baldrian-Schlaf-Dragees-St%C3%BCck/dp/B07GQ4DZ2Z?ref=pd_bap_d_grid_rp_0_1_ec_npded_scp_pd_nav_hcs_rp_2_t), hier nehme ich auch mal zwei, es ist eh pflanzlich und angeblich eh nicht wirksam

<sup>16</sup> also Filme o.Ä. ab 18, Alltagshorror haben sie eh

<sup>17</sup> deswegen sind bestimmte Zustände auch lokalbezogen bzw. das spielt bei der Beurteilung mit rein

<sup>18</sup> nicht täglich, Indiz 72h

<sup>19</sup> Menschending für ihre Glückseligkeit

<sup>20</sup> hier immer abfälligen Ton lesen

<sup>21</sup> wir Geistlichen wissen ja was gut ist.