

Let op: psych-drugs afbouwen ZONDER de nodige therapieën in te voeren, en omdat psychose niet is genezen, is de terugkeer naar psychiatrie gegarandeerd. - **Het doel moet de genezing van psychose zijn** door een combinatie van adequate **voedings-, psycho- en socio-therapieën**. Het afbouwen is dan een integraal onderdeel van deze therapieën en wordt mogelijk zonder terugval.

GENEZEN van zogenaamde geestelijke ziekten zonder psychodugs (medicaties)

Niet-uitputtende bibliografie van publicaties in het Nederlands, door [Luc De Bry, PhD](#).

De titels in hemelsblauw bevatten de hyperlinks die u met één klik naar de internetsites brengen.









Namen in hemelsblauw leiden tot CV's, biografieën en mogelijke lijsten van academische publicaties.

1. Documentaires van DANIEL MACKLER , psycholoog en filmmaker uit New York. - Zijn films, vertaald in 24 talen, zijn meerdere keren te zien, omdat we elke keer nieuwe dingen leren : http://wildtruth.net/films-dutch/	
	a) Film : « Vliegen met gebroken vleugels » - Met o.a. Joanne Greenberg en Catherine Penney , twee voormalige schizofrenen genazen van hun jeugdtrauma's, en verschillende psychologen en psychiaters, allemaal humanistisch, holistisch en bekwaam in het genezen van psychose. Genezing eist tijd, 5 jaar voor Catherine, maar het is mogelijk. - Deze film genereert HOOP!
	b) Film : « Open Dialoog » - Met het team van West-Lapland, Noord-Finland, waar ze met succes schizofrenie hebben uitgeroeid, dankzij hun innovatie, de "Open Dialogue Therapy". Om patiënten te helpen de nodige WOORDEN te vinden om hun TRAUMAS te beschrijven en zo de wonden van hun ziel te helen, hebben ze een open DIALOOG nodig. - Dit is de THEORIE!
	c) Film : « Een Helende Thuis » - <i>Het beste medicijn is liefde !!!</i> - Geïnspireerd door de organisaties van de Middeleeuwen van Geel en Lierneux, in België, waar psychose, schizofrenie vóór 1808, vóór de psychiatrie, genezen kon worden, richtte CARINA HAKANSSON de " Stichting GezinsZorg met de <i>Healing Homes</i> " op van Zweden. Zo draagt een netwerk van gezinnen, vaak agrarisch, via hun "dialoog" bij aan de genezing van lijdenden: het is de PRAKTIJK!
	d) Film : « Stoppen met psychofarmaca: Gelijkgestemde Zielen ontmoeten elkaar » - Een twintigtal gediagnosticeerde psychotischen kwamen bijeen om te bespreken over het afbouwen van psychodugs. De helft was succesvol, vooral dankzij de steun van hun entourage. De andere helft, minder goed ondersteund, is nog steeds onder psychodugs. - Het is meer PRAKTIJK!
2. Succesverhalen van ex-gediagnosticeerde geestelijke zieken...	
	Boek van ARNHILD LAUVENG , « En morgen was ik een Leeuw : hoe ik mijn schizofrenie overwon ». Ex-diagnosticeerd schizofreen, na haar genezing, realiseerde ze haar droom: psycholoog te worden. Vandaag werkt ze in het Universitair Ziekenhuis in Oslo, Noorwegen. * TE STUDEREN: Haar thesis is niet om te lezen: het is om te studeren, zittend aan een tafel, en notas nemen. Arnhild is onze Docent! Ze leert ons bijvoorbeeld dat patiënten hallucinaties 'creëren', wat een absoluut noodzakelijke stap naar genezing is. Open Dialoog-therapeuten spreken van "metaforen". - Om te genezen, moest ze gaan door 3 episodes van vallen en opstaan om haar ondersteuningsnetwerk op te bouwen. De derde keer was de goede en nooit meer een terugval. * Haar boek is buiten print. Soms kan men een 2de hand vinden op bol punt com. U kunt ook de scan van een psychiatrisch ziekenhuis naast Nijmegen downloaden vanuit DropBox .
	Boek van ISABEL PLASMEIJER , « De Wolf in Schaapskleren: Speciaal voor Ouders en andere Bondgenoten ». - Dit werkboek staat vol met citaten en tips van coaches, psychologen, onderzoekers, ervaringsdeskundigen, maar bovenal van lotgenoten, die hun eetstoornissen 100% overwonnen hebben. - Op haar website, Isa-Power , kunt haar andere nuttige boeken en hulp vinden. Toen ze van anorexia leed, werd Isabel door PEGGY CLAUDE-PIERRE genezen (zie 4de deel).
	Vidéo, Ted-Talk ELEANOR LONGDEN , « De Stemmen in mijn Hoofd », overwon haar diagnose van schizofrenie om haar <i>Master in Psychology and then her PhD</i> te verdienen en te demonstreren dat de stemmen in haar hoofd ' een verstandige reactie op krankzinnige omstandigheden ' waren. - In haar TED-Talk, zei ze duidelijk, minuut 02:49 : "Naar medische attentie, d.w.z. een psychiater, te gaan, was mijn fout nummer 2." - Vandaag is ze genezen, en Docent- Onderzoeker aan de « The Psychosis Research Unit », van de Faculteit voor Psychologie, Universiteit van Manchester, UK.
	Boek door BRENDA FROYEN , « Kortsluiting in mijn Hoofd ». Brenda is pas bevallen van haar derde zontje als ze een postpartumpsychose krijgt. Ze heeft hallucinaties waarbij de grens tussen realiteit en waan vervaagt. Haar psychose haalt haar hele leven en dat van haar familie en omgeving overhoop. Haar zoektocht door de bestaande, onmenselijke en incompetent psychiatrie, naar adequate hulp en succesvol genezing is een verhaal van hoop.
	Boek door RON COLEMAN , « Herstel, kan dat wel? ». In 'herstel kan dat wel' beschrijft Ron Coleman de factoren die bij hem leidden tot het horen van stemmen. Daarnaast geeft hij een trefzekere analyse van de manier waarop de biologisch georiënteerde psychiatrie de weg naar een persoonlijk herstel van cliënten belemmert . Tot slot geeft de auteur een duidelijke handleiding waarmee cliënten en behandelaars de weg naar herstel kunnen inzetten.
	Gids door WILL HALL , « Psychofarmaca afbouwen: De Harm Reduction Methode ». In de jaren negentig werd hij gediagnosticeerd met schizofrenie en begon hij aan een ziekenhuisopname (onder dwang), en vervolgens aan de verdediging van de rechten van patiënten in de psychiatrie. Eens genezen, werd hij schrijver, therapeut en leraar. Zijn gids is zeer nuttig.

Kies het juiste doel: het heeft geen zin om psych-drugs af te bouwen zonder eerst adequate voedings-, psycho- en socio-therapieën in te stellen. Psych-drugs moeten worden vervangen door psychotherapie en dan later psychotherapie afbouwen. Zoals Jean de la Fontaine in zijn fabel, "De Haas en het Schildpad" schreef: "Hard lopen geeft u niets, vertrekt ge niet op tijd."

Updated, de 23 maart 2020.

Let op: psych-drugs afbouwen ZONDER de nodige therapieën in te voeren, en omdat psychose niet is genezen, is de terugkeer naar psychiatrie gegarandeerd. - **Het doel moet de genezing van psychose zijn** door een combinatie van adequate **voedings-, psycho- en socio-therapieën**. Het afbouwen is dan een integraal onderdeel van deze therapieën en wordt mogelijk zonder terugval.

3. Sjamanen, voorouders van artsen, psychologen, apothekers en filosofen	
	Film door de antropoloog PHIL BORGES , « CRAZYWISE », die reflecteert over het lijden op de grens van spiritualiteit. Hij plaatst in parallel de twee benaderingen van psychose in de wereld: die van de traditionele en inheemse cultuur, beoefend door de Sjamanen, of 'Genezers', inclusief de Dalai Lama, en die van de moderne Westerse cultuur beoefend door psychiaters en psychologen.
	Hoofdstukfragment door Dr. MALIDOMA PATRICE SOME , waar hij beschrijft « Wat een Sjamaan ziet in een psychiatrisch ziekenhuis ». Dr. Some is lid van de Dagara-stam, West-Afrika, en heeft in Europa en de VS gestudeerd en 3 Masters en 2 PhD's verdiend. Dit hoofdstukfragment is overgenomen uit het boek door STEPHANIE MAROHN , « The Natural Medicine Guide to Schizophrenia », en vertaald in het Nederlands.
	Door psycholoog en medische antropoloog ALBERTO VILLOLDO , « Healing volgens de Sjamanen ». Gedurende 25 jaar leefde hij in Zuid-Amerika om de Inca's bestuderen, en met name de geneeswijzen zoals gepraktiseerd door de Inca-sjamanen. Daarover is nog weinig bekend, deels omdat de oude Indiaanse cultuur geen geschreven documenten kent. Kennis en wijsheid zijn eeuwenlang mondeling van generatie op generatie overgedragen. Sjamanistische geneeskunst wordt nog heden ten dage in Indiaanse gemeenschappen uitgeoefend, en vaak met verbluffende resultaten, zoals Villoldo aan den lijve ondervond.
4. Door westerse professionelen, voedingstherapie en psychotherapie	
	Boek TE STUDEREN , vertaald in 24 talen, door PEGGY CLAUDE-PIERRE , Zwitsers-Canadese psycholoog, « De geheime Taal van Eetstoornissen ». In de overtuiging dat ze het goed deed, maakte Peggy een fout in haar leven: ze heeft aanvaard om deel te nemen aan het tv-programma van OPRAH WINFREY . Realiserend dat ze de patiënten van anorexia en zelfs schizofrenie genas zonder psychodugs, in haar Montreux Kliniek , viel de lobby van big-pharma haar virulent aan. Het gevecht was erg moeilijk. - Haar ontdekkingen van "bevestigde negatieve geest" en "5 stadia van genezing", de "welzijnsgraadmeter", zijn hyper-belangrijk. Degenen die ze heeft genezen, zijn erg dankbaar.
	* PDFs van de 2016 presentaties in Beernem door Prof. Dr. JAAKKO SEIKKULA , « OPEN DIALOGUE in het nieuwe tijdperk van GGZ », en « Relationele belichaming in het nu ». Opmerkelijk succes van West-Lapland, hun innovatie, de "Open Dialogue Therapy", heeft na 25 jaar inspanning schizofrenie uitgeroeid. Binnen 5 jaar na de crisis is 84% van de patiënten "vrij van psychofarmaca" en studeren ze of werken ze in een voltijdsbaan. * Filmpje door Zorgnet Icuero na de 2017 congres in Oostkamp van Verbindendspreken met Psychose .
	Artikel door Prof. Dr. STIJN VANHEULE , « Omgaan met Psychose: over de Opendialogoobenedering van Jaakko Seikkula », gepubliceerd in <i>Psyche</i> , Jaargang 28 (2), in juni 2016, blz 8-10.
	* Video door de Nederlandse psychiater Dr. DIRK CORSTENS , « Open dialogue: succesvolle Finse methode om psychose te behandelen ». De Finse psychotherapeut Jaakko Seikkula gebruikt een behandelmethode bij psychose die verbluffende resultaten oplevert. Hij publiceert er al over sinds het einde van de jaren 1980, maar pas nu ontstaat er serieuze aandacht voor. * Dirk is ook bezig met de ontwikkeling van lokale Peer-supported open dialogue (POD) .
	Boek door Dr. BESSEL VAN DER KOLK , Amerikaanse psychiater van Nederlandse oorsprong, « Traumasporen : het herstel van lichaam, brein en geest na overweldigende ervaringen ». Traumas horen bij het leven. Het lichaam houdt een herinnering bij die onze emoties doordringt. Met verhalen geleefd door zijn patiënten, toont hij ons buitengewone vermogen om te lijden, en om te genezen.
Artikelen	Ontwikkeld door Dr. ABRAM HOFFER , Canadese biochemicus en psychiater, « Orthomoleculaire psychiatrie ». Het werd dan geadopteerd door LINUS PAULING . Meer recent is het de domein van integrale geneeskunde geworden. - Aan de ene kant zijn voedingstekorten vaak een deel van de oorzaken van psychose, en aan de andere kant beschadigen psycho-medicijnen de darmflora en veroorzaken ze ook ernstige voedingstekorten ... Compenseren deze tekortkomingen draagt dus bij aan de genezing van psychose: het is genezen door vitaminen .
	Boek door MARIUS ROMME, SANDRA ESCHER, JAQUI DILLON, DIRK CORSTENS en MERVIN MORRIS (editors), « Leven met Stemmen ». "Leven met stemmen" is de Nederlandstalige uitgave van "Living with voices", een boek waarin de ervaringen worden verteld van stemmenhoorders die hun problemen met hun stemmen hebben overwonnen en die ook met de achterliggende problemen een manier van omgang vonden. - Het zijn verhalen van 50 stemmenhoorders die weer hun eigen leven leiden en niet meer dat van hun stemmen, kortom stemmenhoorders die herstelden. De meesten raakten daarbij hun stemmen niet kwijt, maar veranderden hun relatie ermee. Het zijn heel indringend persoonlijke verhalen, van mensen die hard gewerkt hebben aan hun genezing.
	Boek door Dr. EDWARD M. PODVOLL , psychiater en psychanalist : « De verlokkingen van de waanzin: nieuwe inzichten over psychose ». Boek waarin een andere benadering van psychotische mensen wordt beschreven, n.l. behandeling gericht op genezing thuis in plaats van behandeling in een psychiatrische inrichting, met zo min mogelijk, zo niet beter, geen afhankelijkheid van psychodugs.

* Website in opbouw : <http://opendialoguebenelux.eu/>

* FaceBook Groepen :

- 1) Voor beide Families en Professionelen, een ontmoetingsplatform: *Open Dialogue for the Benelux*.
- 2) Alleen maar voor Familieleden (niet professionelen): *Gezinnen die met Psychose en/of Schizofrenie leven*.

Kies het juiste doel: het heeft geen zin om psych-drugs af te bouwen zonder **eerst adequate voedings-, psycho- en socio-therapieën in te stellen**. Psych-drugs moeten worden vervangen door psychotherapie en dan later psychotherapie afbouwen. Zoals Jean de la Fontaine in zijn fabel, "De Haas en het Schildpad" schreef: "**Hard lopen geeft u niets, vertrekt ge niet op tijd.**"

Updated, de 23 maart 2020.