

WOCHE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

Die Aktionswoche 2025 steht unter dem Motto „Lass Zuversicht wachsen – Psychisch stark in die Zukunft“ und findet vom 10. bis 20. Oktober in ganz Deutschland statt.

Damit unsere Gesellschaft „psychisch stark in die Zukunft“ gehen kann, braucht es nicht nur Zuversicht, Resilienz und Flexibilität, sondern vor allem eine breite Aufklärung sowie nachhaltige Maßnahmen zur Prävention psychischer Erkrankungen.

Die Woche der Seelischen Gesundheit 2025 legt den Fokus auf die zahlreichen präventiven und psychosozialen Hilfsangebote in ganz Deutschland und nimmt insbesondere die Bedürfnisse (psychisch erkrankter) junger Menschen in den Blick, damit wir gemeinsam mit optimistischem Blick Richtung Zukunft schauen können.

Das Zentrum für Psychosoziale Medizin am Universitätsklinikum Heidelberg vereint mit seinen drei Kliniken und zwei Instituten alle Bereiche der psychosozialen Versorgung.



Woche der
Seelischen Gesundheit



Aktionsbündnis
Seelische Gesundheit



www.klinikum.uni-heidelberg.de/zentrum-fuer-psycho-soziale-medizin-zpm/klinik-fuer-allgemeine-psi-chiatrie/

Universitätsklinikum Heidelberg, Zentrum für Psychosoziale Medizin, 2025



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

HOW DOES IT FEEL (TO BE SUCH A FREAK)?

**EIN BOB-DYLAN-ABEND MIT GESCHICHTEN
UND SONGS ZUM WAHNSINNI GWERDEN**

Eine Veranstaltung des Zentrums für
Psychosoziale Medizin im Rahmen der Woche der
Seelischen Gesundheit

**17. OKTOBER 2025 | BEGINN 18:00 UHR
ORT: SAMMLUNG PRINZHORN**

EINTRITT FREI



Im Anfang waren die Songs von Bob Dylan. Dann kamen Erfahrungen als psychiatrischer Patient, Pfleger und Genesungsbegleiter hinzu. Nun gestalten Benjamin Drechsel und Jörg Ullrich daraus einen künstlerischen Abend zur Woche der Seelischen Gesundheit. Benjamin Drechsel liest seine Texte aus 20 Jahren Psychiatrieerfahrung vor. Jörg Ullrich begleitet ihn mit seinen Interpretationen von Dylans Songs auf der Gitarre. In Wort und Musik geht es dabei immer um jene Frage, die auch im Zentrum von Dylans Werk steht: „How does it feel?“ Was bedeutet es ein Mensch zu sein? Wie kommen wir mit dem Wahnsinn des Lebens klar?

Bob Dylan plündert seit Jahrzehnten liebevoll die Kunstgeschichte, um sich und uns die Welt zu erklären. Dieser Abend ist unsere Liebeserklärung an den alten Meisterdieb, der schon so lange über seine psychischen Grenzerfahrungen singt: „I got a head full of ideas/That are drivin' me insane“. Wir möchten einerseits mit seiner Hilfe die Psychiatrie anders betrachten, andererseits unsere Erfahrungen mit der Psychiatrie dazu nutzen einen frischen Blick auf Dylans Werk zu werfen. Und irgendwie ist es auch ganz einfach eine Feier des Lebens, also: „Come gather 'round people, wherever you roam“!

Welcher Ort könnte besser hierfür in Frage kommen, als die Sammlung Prinzhorn? Umgeben vom kreativen Ausdruck psychischer Ausnahmeerfahrungen entsteht ein Abend in ganz besonderer Atmosphäre mit Liedern und Texten – irgendwo im weiten Reich zwischen Dylanologie, Poesie und Psychiatrie: „Nothing too very scientific“!

Hinweis: Die Dauerausstellung der Sammlung Prinzhorn kann im Rahmen der Veranstaltung kostenfrei besichtigt werden.

DR. BENJAMIN DRECHSEL

Benjamin Drechsel ist Patient, Forscher, Dozent, Angehöriger, Vater, Bob-Dylan-Fan, angstgestört, depressiv und vermutlich noch ein wenig mehr. Er sammelt seit zwei Jahrzehnten Psychiatrieerfahrung und zunehmend auch Krankheits-Einsichten, über die er immer lauter denkt, redet und schreibt. An der Klinik für Allgemeine Psychiatrie des Universitätsklinikums Heidelberg ist er EX-IN-Genesungsbegleiter und arbeitet außerdem als Erfahrungsexperte für das German Center for Mental Health (DZPG), Partner Site Mannheim/Heidelberg/Ulm.



JÖRG ULLRICH



Jörg Ullrich ist Gesundheits- und Krankenpfleger im Bereich Kinder- und Jugendpsychiatrie im ZPM Heidelberg.

Neben seinem Beruf ist er musikalisch aktiv und ist mit selbstverfassten Liedern im Rhein-Neckar-Delta und darüber hinaus aktiv. Zudem ist er Verfasser von Gedichten.

Bob Dylan stellt für ihn, wie es einst Leonard Cohen meinte, den „Picasso des Song-writings“ dar.