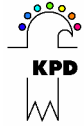


KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

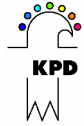
Seelische Erkrankungen – die Herausforderungen und Belastungen für die Angehörigen

Prof. Dr. Joachim Küchenhoff
Chefarzt KPK

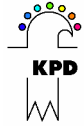


Die Familie ist unverzichtbar

- ➔ **Angehörige sind die wichtigsten Helfer und unverzichtbare Glieder der psychiatrischen Versorgungskette.**
- ➔ **Über die Hälfte der psychisch kranken und behinderten Menschen leben in ihren Familien.**
- ➔ **Eine gemeindenahe Psychiatrie fordert die Angehörigen in besonderer Weise.**
- ➔ **Es ist Aufgabe der Therapeuten, den Erkrankten dieses familiäre Hilfssystem möglichst zu erhalten.**

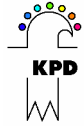


- ➔ **Klinische Erfahrungen und wissenschaftliche Forschungen lassen keinen Zweifel daran, dass die Angehörigen für die Krankheitsverarbeitung wichtig sind.**
- ➔ **Dass sie ihre Hilfe anbieten können und wollen, ist nicht selbstverständlich.**
- ➔ **Die Belastungen und Herausforderungen für die Angehörigen sind gross.**
- ➔ **Je besser es den Angehörigen gelingt, mit ihnen umzugehen, um so hilfreicher können sie wirken.**
- ➔ **Dazu können die Angehörigen Unterstützung beanspruchen.**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Die Herausforderungen und Belastungen

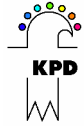


KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Kognitive Herausforderung

- ➔ **Verändertes Verhalten als Krankheit verstehen**
- ➔ **Nicht alles Verhalten als krankhaft einstufen**

- ➔ **Krankheitskonzepte entwickeln**
- ➔ **Krankheitskonzepte mit den kranken Angehörigen und den Behandlern teilen**

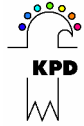


KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Emotionale Faktoren

- ➔ **Schuldgefühle**
- ➔ **Schamgefühle**
- ➔ **Aggressive Gefühle**

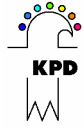
- ➔ **Der Kranke als (Projektions-)Ort regressiver Wünsche**
- ➔ **Der Kranke als Vorwand**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

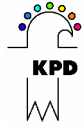
Soziale Einschränkungen

- ➔ **Mit gesellschaftlichen Vorurteile gegen psychisch Kranken umgehen**
- ➔ **Mit eigenen Vorurteilen kämpfen**
- ➔ **Soziale Einschränkungen verkraften**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

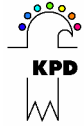
Formen der Bewältigung für die Angehörigen



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Der Umgang mit sich selbst

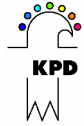
- ➔ **Trauerarbeit leisten**
- ➔ **Selbstreflexion statt Selbstvorwürfe**
- ➔ **Überprüfung eigenen Verhaltens**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Der Umgang mit dem kranken Angehörigen

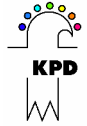
- **Containing**
- **Engagement ohne die Verleugnung der eigenen Grenzen**
- **Kein Über-Engagement**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

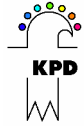
Der Umgang mit neuen sozialen Realitäten

- ➔ **Akzeptanz neuer sozialer Bezugspunkte**
- ➔ **Die Notwendigkeit, sich belehren lassen zu müssen**
- ➔ **Die neue „Expertenrolle“**
- ➔ **Die Notwendigkeit, Hilfe in Anspruch nehmen zu müssen**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

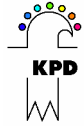
Hilfe und Selbstfürsorge



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Die Akzeptanz der eigenen Hilfsbedürftigkeit

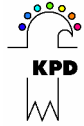
- ➔ **Kein Gesundheitsdruck auf Seiten der Angehörigen!**
- ➔ **Realistische Wahrnehmung der Belastungen**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Schritte der Selbstfürsorge

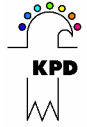
- ➔ **Die eigene Gesundheit berücksichtigen**
- ➔ **Sich Zeit für sich selbst nehmen**
- ➔ **Ein eigenes Leben aufrecht erhalten**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

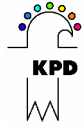
Information und Austausch

- ➔ **Information zur Krankheit**
- ➔ **Kontakt zum Behandlungsnetzwerk**
- ➔ **Behandlung als gemeinsames Anliegen**
- ➔ **Austausch mit anderen Angehörigen**
- ➔ **Familiengespräche**



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Schlussfolgerungen



KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE
KANTONALE PSYCHIATRISCHE KLINIK

Der „ausreichend gute“ Angehörige

→ Wenn es gelingt,

➤ **den Kranken äusserlich und innerlich nicht fallen zu lassen,
und**

➤ **sich selbst ebenso wenig,**

→ dann ist es dem Kranken besser möglich,

➤ **das Leiden zu ertragen**

➤ **sozial integriert zu bleiben**

➤ **an der eigenen Gesundheit zu arbeiten.**