



# «Darüber reden hilft!»

Individuelle Angehörigenberatung als umfassende  
Hilfestellung für das ganze Umfeld

Edith Scherer, Psychiatrie St. Gallen Nord



# Agenda

1998 → 1. Beratungsstelle  
Belastungen von Angehörigen

Darüber reden ...

... hilft ??

Nebeneinander oder «sowohl als auch»

## Belastungen von Angehörigen psychisch Kranker

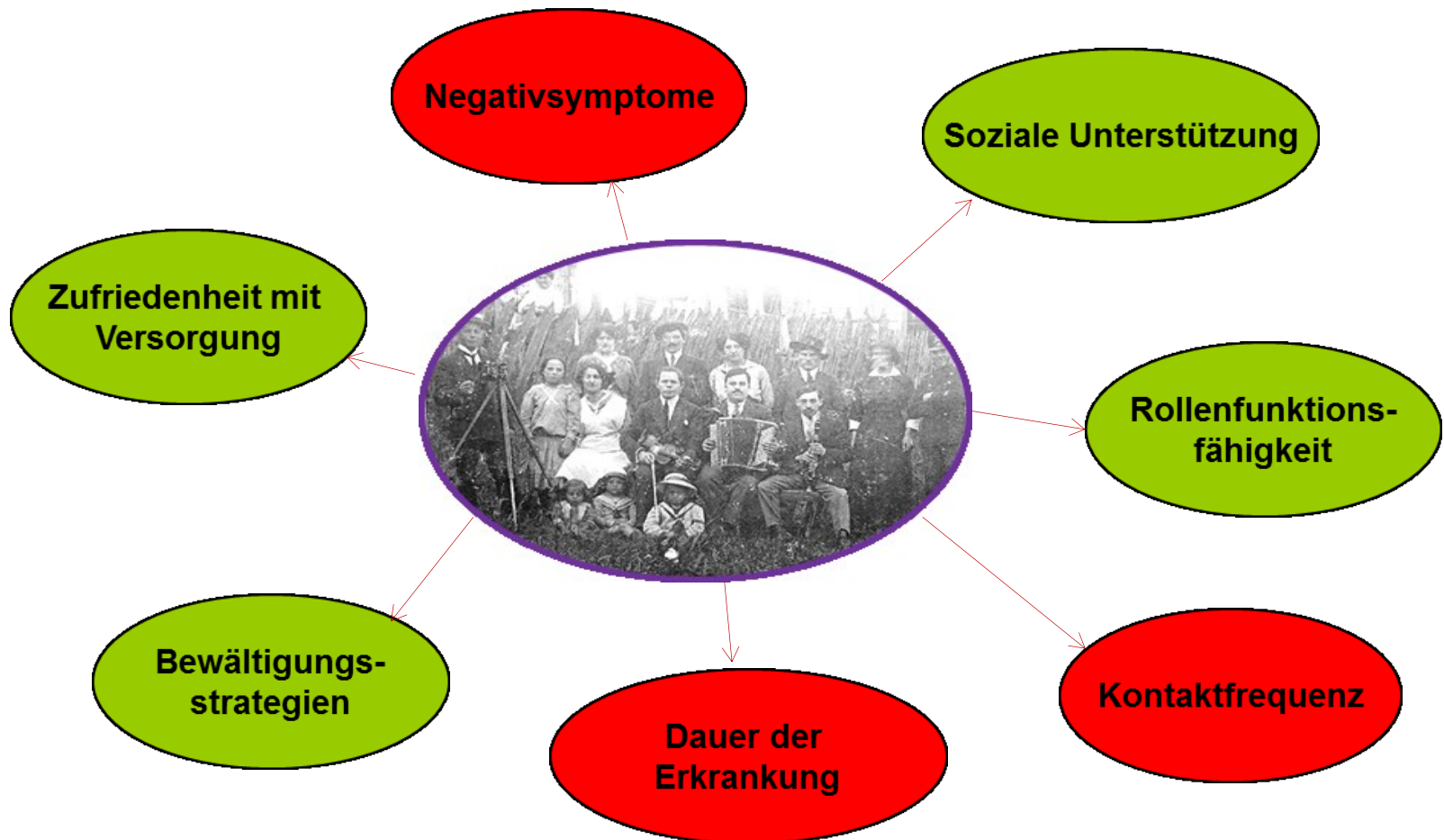
Zahlreiche Forschungsarbeiten der letzten 25 Jahre ergeben

- erhebliche Einschränkungen und Probleme
- Wohlbefinden unmittelbar gekoppelt mit Krankheitsverlauf
- Soziale Schicht hat kaum einen Einfluss
- Weibliche Angehörige erleben höhere (andere?) Belastungen
- Professionelle Angebote bewirken eine signifikante Entlastung
- wahrgenommene Bedrohung durch Symptome und Verhalten ↓
- Selbstwirksamkeitserwartung ↓
- Unterscheidung objektive und subjektive Belastungen war hilfreich
- Kürzere Aufenthaltszeiten kommen erschwerend dazu

Lazarus, Folkman; The Concept of Coping/ Stress, appraisal and coping. 1989  
Psychiatrische Praxis, Georg Thieme Verlag.

# Die Belastungen Angehöriger

**Einfluss auf die Belastungen** Gavois, Paullson, Fridlund 2006



## das heisst:

Eine Vielzahl von Faktoren bestimmen das Belastungsgefühl der Angehörigen

Soziale und personale Ressourcen gelten als «schützende» Faktoren

Wissen hilft !

Anleitung zum «Umgang» mit psychiatrischen Symptomen machen Angehörige handlungsfähig

Methodologisch ist die Forschung von Belastungen Angehöriger nicht ganz einfach. Ob Angehörige eine Situation als belastend erleben hängt auch von deren psychosozialen Ressourcen ab.

## Darüber reden ...

Ex-Mann, Vater seit vielen Jahren krank  
Aktuell geht es sehr schlecht  
Will keine Hilfe von Fachpersonen

Ex-Frau & Tochter



Wie geht es weiter?  
Was können wir tun?  
Reicht es für einen FU?  
Was passiert dann in der Klinik?

Bin ich rechtlich verantwortlich?  
Kann er nicht oder will er nicht?

Bin ich eine schlechte Tochter?  
Habe ich als Ehefrau etwas falsch gemacht?  
Hätte ich früher gehen sollen mit den Kindern?

Meine ältere Schwester will nichts mehr wissen!  
Manchmal wünsche ich mir eine «normale» Familie!  
Manchmal bin ich wütend auf meinen Vater!

Habe ich diese Krankheit auch?  
Alles ist sehr traurig!

## ... hilft ?

- Rechtliche Informationen... weiterleiten, zB PMS
- Alltag in der Psychiatrie erklären
- Gespräche über gesund/ krank..
- Familiendynamik aufzeigen, gegenseitige Akzeptanz fördern
- Wünsche & Gefühle ernst nehmen

## Darüber reden ...

Ehefrau in der PSGN  
Aktuell geht es sehr schlecht  
Will dringend nach Hause

Ehemann



Sohn

Wieso geht es meiner Ehefrau trotz Klinik schlechter?

Was tun Sie hier eigentlich?

Wieso hat meine Frau kein Einzelzimmer?

Was ist überhaupt eine Depression?

Muss ich meine Frau nach Hause nehmen?

Was sage ich meinem Sohn?

Darf ich trotzdem mit den Jahrgänger wandern?

Soll ich das Wohnmobil wieder verkaufen?

Kommt das je wieder gut?

Meine Frau sieht alles so negativ, was soll ich da sagen?

Muss ich jeden Tag auf Besuch kommen?

Meine Pensionierung habe ich mir anders vorgestellt!



## ... hilft ?

- Allgemeine Informationen zu psychischen Erkrankungen
- Psychiatrie erklären – was kann sie – was kann sie nicht?
- Eigene Bedürfnisse wahrnehmen
- Gesunde Familienmitglieder stärken
- Verminderung der sozialen Isolation
- Wo gibt es Handlungsspielraum?
- Wo gibt es weitere Unterstützung?

## Was macht die Angehörigenberatung in der PSGN?

Psychiatrie erklären

Psychoedukation

«eine Auslegeordnung» - «darüber reden»

Weiterführende Adressen vermitteln

Fragen zum «Umgang» besprechen

Angehörige ermutigen, auf sich selber zu achten

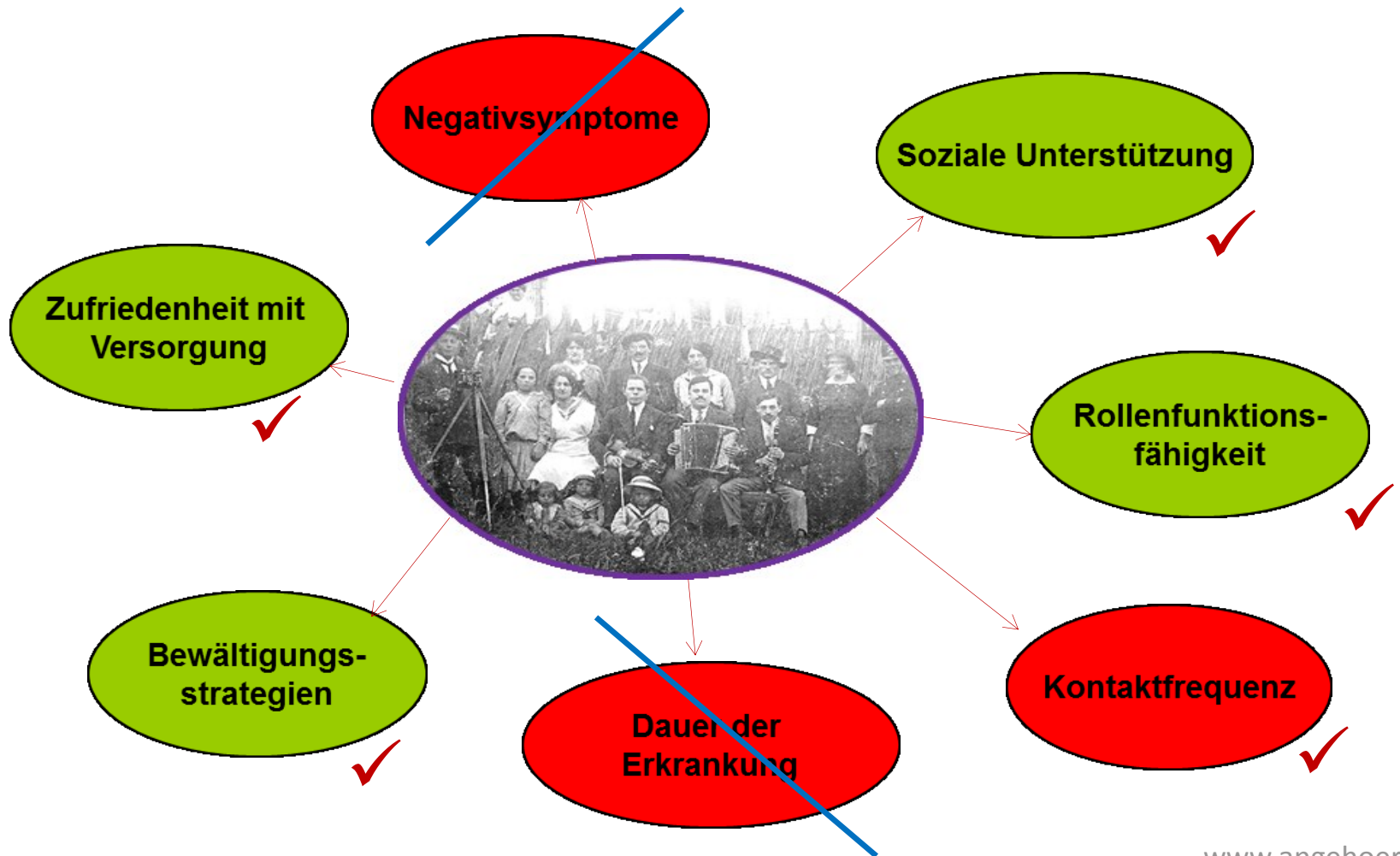
Sensibilisierung innerhalb der Institution, Öffentlichkeitsarbeit



**3 Standardfragen: Erklärung? Batterien? was könnte helfen?**



# Nutzen?



## Nutzen?

Beratungen (auch Beratungsstellen) haben massiv zugenommen  
Beschwerden haben abgenommen

Das Interesse der Psychiatrie an den Angehörigen hat sich verändert ↑

Sich um Angehörige kümmern ist gut für das Image der Psychiatrie

Angehörige .. fühlen sich ernst genommen  
.. brauchen die Bestätigung von Fachpersonen

# Nutzen?

»Psychische Erkrankung – die Familien-Katastrophe« (Finzen 2001)

Die grosse Kränkung



## Die Bedrohung des Familienzusammenhalts

Erhöhte Aufmerksamkeit auf den «Kranken», unterschiedliche Auffassungen, Schuldzuweisungen, «Gesunde» ziehen aus...

Der Verlust der Selbstverständlichkeit

Ungewissheit

Eigene Biographie

Was wir nachher?

## Nebeneinander & «sowohl als auch»

Einbezug in die Behandlung + individuelle Beratung gehen sehr gut nebeneinander:

Gegenseitige Wertschätzung und Respekt

Kein Informationsaustausch

Sehr wichtig für Angehörige ohne Schweigepflichtsentbindung

**Ohne Angehörige geht gar nichts!**

**Danke.**

**Fragen?**

**Anmerkungen**

**Erfahrungen**



Edith Scherer, Psychiatrie St. Gallen Nord