

WIR ANGEHÖRIGE

- Wir bieten Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen, ihren Freunden und Bekannten, sowie Personalverantwortlichen in Unternehmungen eine Plattform für Informationen, Dienstleistungen und Erfahrungsaustausch an.
- Wir suchen gemeinsam im Gespräch nach Lösungen und entwickeln neue Strategien im Umgang mit den Erkrankten.
- Wir fokussieren uns auf die eigenen Ressourcen und auf das Gelingende im Alltag.
- Im Zentrum steht die bestmögliche Lebensqualität für alle Beteiligten.
- Wir setzen uns für mehr Verständnis gegenüber psychisch erkrankten Menschen ein.
- Wir sind eine Non-Profit-Organisation.
- Wir sind konfessionell und politisch unabhängig.

VASK Aargau
Königsfelderstrasse 1 / W.23
5210 Windisch

www.vaskaargau.ch

info@vaskaargau.ch

056 222 50 15
Montag, 09.30 Uhr – 11.30 Uhr

Dachorganisation **www.stand-by-you.ch**

VASK  **Aargau**

Vereinigung der Angehörigen
von psychisch Kranken



Esther Emmel

WIR ANGEHÖRIGE

Not der Angehörigen

- Angehörige sind in erster Linie Mitbetroffene.
- Angehörige benötigen dringend Unterstützung, um selbst gesund zu bleiben.
- Angehörige brauchen sachliche Informationen von der Fachwelt.
- Angehörige könnten im Behandlungsprozess einbezogen werden, sofern der Patient/die Patientin damit einverstanden ist.
- Angehörige können aus sozialpsychologischen Gründen in die Folgebehandlung mit einbezogen werden.

Not der Geschwister

- Geschwister kommen zu kurz; alles dreht sich um den Erkrankten.
- Der/die Erkrankte nimmt sehr viel Raum ein und ist dadurch auch gedanklich omnipräsent; dies wirkt einengend für die Geschwister.
- Geschwister können möglichen späteren Leiden ausgesetzt sein.

Not der Eltern einer erkrankten Tochter / eines erkrankten Sohnes

- Sie wollen die Krankheit nicht wahrhaben und verbergen sie.
- Sie suchen nach Ursachen mit gegenseitiger Schuldzuweisungen.
- Sie glauben, das Problem selber lösen zu müssen.
- Sie sind verunsichert, resignieren und fühlen sich ausgeliefert.

Not des Partners / der Partnerin

- Er/sie empfindet ein beklemmendes Unbehagen, hat das Gefühl von Versagen, erleidet grossen Energieverlust.
- Er/sie leidet unter dem ständigen Ehestreit um Kleinigkeiten.
- Er/sie vermisst den aktiv handelnden Partner/die Partnerin bei der Bewältigung des Alltags.

Not des Kindes – Vater oder Mutter ist psychisch krank

- Es hat belastende Schuldgefühle, zieht sich zum Schutz zurück.
- Es übernimmt als junger Mensch stellvertretend für die Eltern zu viel und zu grosse Verantwortung.
- Es vernachlässigt sein Kind-sein-dürfen, ohne sich dessen bewusst zu sein.

Not der Betroffenen

- Er/sie ist antriebslos, kraftlos, traurig, müde, am Boden zerstört.
- Er/sie ist unruhig, lärmig, kämpferisch, verunsichert, blockiert.
- Er/sie hat Ängste, zieht sich zurück.
- Er/sie fühlt sich verfolgt, getrieben, hört Stimmen.
- Er/sie will sich mit Alkohol, Zigaretten oder Drogen selbst helfen.
- Er/sie ist krank und nicht charakterschwach.

Wenn in Ihrer Familie, in Ihrem Freundeskreis oder am Arbeitsplatz jemand psychisch krank ist, dann ist vielleicht schon viel, sehr viel passiert, bis Sie sich dazu entschliessen, Ihre Sorgen jemandem anzuvertrauen.

Jede psychische Krankheit zeigt sich anders und jede Familienkonstellation ist individuell. Doch die Hilflosigkeit und die Ohnmacht, der psychischen Krankheit ausgeliefert zu sein, kennen alle Angehörigen. Angst und Schuldgefühle beeinträchtigen die Lebensqualität. Nichts ist mehr so, wie es einmal war.

In einer solchen Situation ist eine Aussprache in einem geschützten Rahmen unterstützend und hilfreich. Ein Gespräch ermöglicht die eigene Lebenssituation wahrzunehmen, sie in Worte zu fassen und den Erfahrungen Raum zu geben. Angehörige stellen im Austausch fest, dass sie mit ihrer Not nicht alleine sind. Das Reden darüber öffnet kreative Wege und macht Mut, neue Schritte im Gehen mit der Krankheit zu wagen. Gemeinsam erarbeitete neue Perspektiven können den Weg zu mehr Lebensqualität für alle Beteiligten ermöglichen.

Die Mitarbeitenden am VASK Kontakttelefon hören Ihnen zu und können nachvollziehen, wovon Sie sprechen, denn sie kennen die Not der Angehörigen aus eigenen Erfahrungen.

Unsere Angebote

- VASK Kontakttelefon am Montag und nach Vereinbarung
- VASK geleitete Angehörigengruppe in Windisch
- VASK geleitete Angehörigengruppe in Wohlen
- VASK geleitete Angehörigengruppe in Wohlen - Als Kind bin ich mit einem psychisch beeinträchtigten Elternteil aufgewachsen

Wir freuen uns über eine persönliche Begegnung mit Ihnen.