

Gesund und doch mitten drin – die Rolle der Angehörigen bei psychisch Kranken Menschen



Cornelia Christen

Lic. phil. Sozialarbeiterin/

Verhaltenstherapeutin

Psychische Erkrankung – die Familienkatastrophe ?

□ 1. Die grosse Kränkung

Die Familie reagiert mit Verleugnung, Zorn, Angst und Hilflosigkeit. Sie versucht, die Krankheit zu vertuschen.

□ 2. Die Bedrohung des Familienzusammenhalts

Familienmitglieder gelangen zu unterschiedlichen Auffassungen über “das Problem” und mögliche Lösungsansätze.

□ 3. Der Verlust der Selbstverständlichkeit

Nichts ist wie es war, was bleibt ist die Unsicherheit.

(vgl. Finzen 2000, S. 105 – 116)

Psychische Erkrankung – die Familienkatastrophe ?

□ 4. Die Ungewissheit des Ausgangs und des Verlaufs

Die Ungewissheit des Ausgangs und des Verlaufs der Krankheit ist allgegenwärtig.

□ 5. Die Veränderung der eigenen Biographie

Vor allem die Biographie von Eltern wird durch die psychische Erkrankung eines Kindes nachhaltig beeinflusst.

□ 6. Was wird nach dem eigenen Tod ?

Die Frage, was nach dem eigenen Tod aus dem kranken Angehörigen wird, ist wiederum gerade für Eltern oft eine grosse Sorge.

(vgl. Finzen 2000, S. 105 – 116)

Die vier Formen der Bedrohung

- Bedrohung durch das Gefühl von Verlust
- Bedrohung der Selbstsicherheit und des Selbstwertgefühls
- Bedrohung der Sicherheit
- Bedrohung von Einheit und Optimismus

vgl. Agnes Hatfield (S. 10 ff.)

Die grosse Belastung von Angehörigen

- Der überwiegende Teil psychisch Erkrankter lebt allein und ist auf die Betreuung und **Hilfe der Kernfamilie** angewiesen, welche oftmals die Hauptlast der Versorgung tragen..
- Einige Netzwerkforscher weisen erstens darauf hin, dass die Primärgruppe **Familie die grösste psychosoziale Unterstützung** bietet und zweitens, dass **die Netzwerke** von psychisch Erkrankten dazu tendieren, viel **kleiner** zu sein als diejenigen nichtpsychiatrischer PatientInnen (vgl. Anderson et al. 1986).

Die grosse Belastung von Angehörigen

- Die Angehörigen sind noch stärker gefordert und gelegentlich auch überfordert, wenn das kranke Familienmitglied **nach Hause zurückkommt**. Unsicherheiten und Ängste entstehen im Umgang mit dem erkrankten Familienmitglied.
- **Gesellschaftliche Vorurteile und Schuldzuweisungen** belasten die Angehörigen zusätzlich, wecken Scham- und Schuldgefühle und drängen die Familie nicht selten in eine Aussenposition.

Belastung und Bewältigung

- Objektive und subjektive Belastung sind nicht immer identisch; insbesondere **die subjektiv erlebte Belastung** hat starke Auswirkungen auf das **psychische Wohlbefinden** der Angehörigen.

Thompson & Doll, 1982 / Noh & Turner, 1987

Objektive Faktoren: Belastende Verhaltensweisen beim Erkrankten

- Inaktivität und Apathie oder übermässige Aktivität des Kranken
- Vernachlässigung des Äusseren und der Wohnung
- Störung der familiären Alltagsroutine
- Gestörter Tag - / Nachtrhythmus
- Ungewöhnliche Ernährung
- Unverständliches Kontaktverhalten
- Bizarre und ungewöhnliche Verhaltensweisen
- Aggressivität
- Selbstverletzende und suizidale Verhaltensweisen
- Krankheits- und Behandlungsuneinsichtigkeit

Subjektive Faktoren: hohe emotionale Abhängigkeit bei den Angehörigen

- Erleben von Schuldgefühlen bei Unternehmungen ohne den/die Kranke/n
- Verleugnen oder Zurückstellen eigener Bedürfnisse
- Unfähigkeit zur Annahme von Hilfe
- Subjektiv erlebte Unentbehrlichkeit in der Betreuung/Pflege des Erkrankten
- enge Verknüpfung des eigenen Wohlbefindens mit dem des/der Kranken
- immer wiederkehrendes Verleugnen oder unrealistische Interpretationen von Krankheitssymptomen
- Fehlen eigener Perspektiven ausserhalb der Betreuung/Pflege



Hilfreich beim Umgang mit der Erkrankung

Akzeptieren

- Wissen um die Realität der Krankheit und die Möglichkeit eines chronischen Verlaufs
- Realistische Erwartungen gegenüber sich selbst, wie auch gegenüber dem Erkrankten entwickeln lernen
- Schmerz, Wut und Trauer eingestehen und zulassen
- Wissen, alles was der/die Erkrankte tut, sie/er tut es so gut es im Moment geht
- Wissen, dass ich nicht die Einzige bin, der so etwas widerfahren ist

Distanzieren

- Von Verhaltensweisen des Erkrankten, die ich nicht ändern kann oder die nicht verändert werden sollten
- Verhaltensweisen tolerieren, die zwar bizarr und unverständlich sind, aber nicht gefährlich oder verletzend
- Keine Verantwortung übernehmen, wo es nicht unbedingt notwendig ist
- Die natürliche Entfaltung der anderen Familienmitglieder sollte nicht eingeschränkt werden
- Nur dort den Erkrankten einschränken/begrenzen, wo auch die Möglichkeit besteht, dass er die Grenzen einhalten kann

Grenzen setzen

- Mit Bestimmtheit zeigen, welche Verhaltensweisen nicht toleriert werden
- Mit Bestimmtheit zeigen, welche Verhaltensweisen geschätzt werden
- Zuerst die Grenzen des/der Betroffenen kennenlernen und nicht warten, bis er/sie überfordert ist
- Mit dem Verändern dieser Grenzen der Betroffenen leben
- Strukturen und Regeln gut und verständlich kommunizieren und die Einhaltung auch durch das erkrankte Familienmitglied einfordern
- Alle Familienmitglieder ermutigen, das zu tun, was ihnen gut tut



Was unterstützend sein kann ...

Mögliche Anlaufstellen

- VASK: Beratungstelefon
- VASK: Teilnahme an Stammtisch, Austausch mit anderen Angehörigen
- Geleitete Angehörigengruppen z.B. Pro Familie Kurse
- Öffentliche Vorträge, Referate, Tagungen für Angehörige
- Informationsmaterial für Angehörige über das Krankheitsbild (VASK, Ambulatorien, Klinikstationen fragen)
- Internetrecherche
- Filme, Sendungen im TV
- Gespräche auf Angehörigenberatungsstellen z.B. Bern, Emmental und Ostschweiz
- Psychoedukative Gespräche mit Fachpersonen

Wo erfahre ich von aktuelle Angeboten ?

- VASK Aargau, Personalhaus Büro 614,
Zürcherstr. 1202, 5210 Windisch
info@vaskaargau.ch
www.vaskaargau.ch
- Kontakttelefon, **Tel. 056 222 50 15**
Montag und Donnerstag
9.30 Uhr bis 11.30 Uhr



Verein
„Netzwerk Angehörigenarbeit
Psychiatrie“ NAP

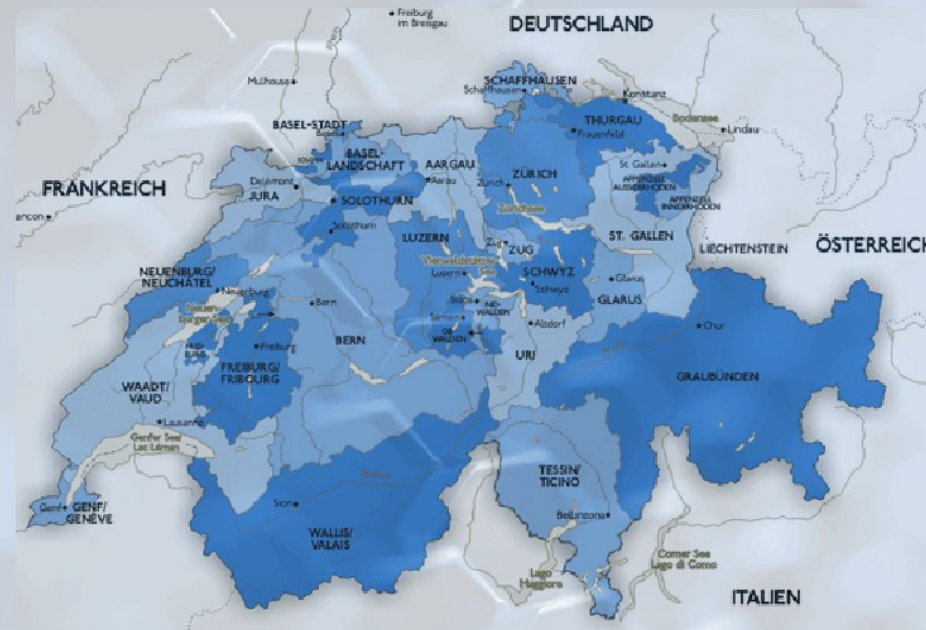
www.angehoerige.ch



Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie

wählen Sie bitte eine Region aus und klicken Sie drauf

- Startseite
- Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie
- Fragen
- Informationen für Fachleute
- Literaturempfehlung
- Links



© 2006 by Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie NAP - Alle Rechte vorbehalten

[Impressum](#) [Kontakt Webmaster](#)