

Pressemitteilung

Die Angehörigengruppe der kbo-Lech-Mangfall-Klinik Garmisch-Partenkirchen in Kooperation mit dem Sozialpsychiatrischen Dienst der Herzogsägmühle zieht nach einem Jahr positive Bilanz

„Durch die Gespräche in der Gruppe weiß ich, dass ich mit meinen Ängsten und Sorgen nicht allein bin und dass es andere manchmal noch härter trifft als mich“, erklärt eine Teilnehmerin der Angehörigengruppe der kbo-Lech-Mangfall-Klinik Garmisch-Partenkirchen und des Sozialpsychiatrischen Dienstes der Herzogsägmühle.

Eine andere sagt: „Als Angehöriger eines psychisch erkrankten Familienmitglied ist man gleichzeitig auch Betroffener. Das heißt, dass man ebenso Hilfe benötigt.“

Jeden letzten Dienstag im Monat treffen sich Angehörige von psychisch erkrankten Menschen in dieser offenen Gesprächsgruppe. Sie tauschen Erfahrungen aus, berichten von ihren persönlichen Krisen, aber auch von ihren kleinen Freuden. Es geht in der Gruppe um Themen wie Abgrenzung, Selbstfürsorge oder den alltäglichen Umgang mit ihren erkrankten Verwandten oder Freunden. Die Unsicherheit ist oft groß, die Bedürftigkeit auch – nicht nur von Seiten der Patienten.

„Es ist sehr berührend, wenn die Menschen von ihren Ängsten und Sorgen berichten und von den persönlichen Geschichten hinter der Erkrankung“, erklärt Mechtild Warnstorff vom Sozialpsychiatrischen Dienst der Herzogsägmühle in Garmisch-Partenkirchen, die gemeinsam mit Martina Fritz, Sozialpädagogin in der kbo-Lech-Mangfall-Klinik Garmisch-Partenkirchen, die Gruppe seit einem Jahr leitet.

Im Durchschnitt besuchen 16 Teilnehmer die Angehörigengruppe, davon sind etwa zehn regelmäßige Besucher, die anderen kommen spontan dazu. „Wir haben unser Konzept geändert und bieten nun eine offene Gesprächsrunde an“, erklärt Fitz. Damit sei die Hemmschwelle niedriger und die Gruppe habe sich seither deutlich erweitert. Nicht zuletzt wegen der hohen Nachfrage und der regen Gesprächsbeteiligung habe man die Dauer um eine halbe auf jetzt zwei Stunden erweitert. „Das Rede- und Mittelbedürfnis ist hoch“, sagt Warnstorff.

Die Angehörigen sind überaus dankbar für die Begleitung und die fachliche Unterstützung durch die beiden Leiterinnen, unter deren kompetenter und einfühlsamer Moderation sie sich aussprechen können und in ihrer Not aufgefangen und verstanden werden. Dadurch, dass auch heute noch psychische Erkrankungen einer Stigmatisierung unterworfen sind, sind Gesprächs- und Austauschmöglichkeiten wie diese besonders wichtig.

„Schon das Schildern der eigenen Situation hilft einem oft, etwas aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten“, erzählt eine Teilnehmerin. Und eine andere sagt: „Man bekommt einen anderen Blick für sich und darauf, was man für sich tun kann.“

Von Seiten der Sozialpädagoginnen habe man stets Themen in der Schublade, über die man diskutieren oder über die man referieren könne, aber in der Regel sei die Gesprächs- und Mitteilungsbereitschaft der Anwesenden so hoch, dass man dazu gar nicht käme.

„Viele lernen hier auch, sich ihren erkrankten Angehörigen gegenüber abzugrenzen. Wenn ihnen das dann erstmalig gelingt, ist das für sie ein großer Erfolg, der auch uns berührt und

freut“, berichtet Fritz weiter. Die Teilnehmer lernen in der Gruppe auch, Situationen auszuhalten und zu akzeptieren. „Zuweilen kann man nicht gleich oder überhaupt nichts ändern und dann heißt es, nichts erzwingen zu wollen, sondern sich zu fügen“, erklärt Warnstorff einen der wichtigen Lernprozesse. „Manchmal ist es wichtig, dass der Betroffene selbst an seine Grenzen stößt und die Folgen einer Verweigerung am eigenen Leib zu spüren bekommt, damit er sich freiwillig ändert“, sagt die Fachfrau weiter.

Jeder psychisch kranke Mensch müsse lernen, mit seiner Erkrankung umzugehen und zurechtzukommen, zuweilen sei es insofern sogar besser, ihn nicht zu sehr zu unterstützen. Für die beiden Expertinnen ist es immer wieder erstaunlich und auch berührend, wie offen die Teilnehmer in der Gruppe Gefühle wie Verzweiflung, Enttäuschungen, Kränkungen oder auch Hoffnung und Freude kundtun und mit den anderen Gruppenmitgliedern teilen. „Alles darf sein, nichts wird belächelt und jeder wird ernst genommen.“

Das Fazit der beiden ist rundum positiv: „Unsere Gruppe wird sehr gut angenommen und die Nachfrage und Beteiligung steigt von Monat zu Monat.“

Wie eine Teilnehmerin sagt: „Ich bin froh, dass sich die Gruppe seit einem Jahr etabliert hat, bietet sie doch die Möglichkeit gegenseitiger, emotionaler Unterstützung, um den Herausforderungen im täglichen Umgang mit dem Erkrankten besser standhalten zu können.“

Barbara Falkenberg

Die Gruppe trifft sich jeden letzten Dienstag im Monat (außer in den Ferien), der nächste Termin: Dienstag, 29.10., 18:00 – 20:00 Uhr.

Ort:

Sozialpsychiatrischer Dienst von Herzogsägmühle Garmisch-Partenkirchen

rückwärtiger Eingang, 2. Stock
Am Kurpark 3
82467 Garmisch-Partenkirchen

nähere Informationen bei:

Martina Fritz Tel.: 08821 - 77 6662

Dipl.-Sozialpädagogin FH
kbo-Lech-Mangfall-Klinik Garmisch-Partenkirchen

Mechthild Warnstorff Tel.: 08821 - 765 14

Dipl.-Sozialpädagogin FH
Sozialpsychiatrischer Dienst

Kasten:

Situation allgemein

Jeder dritte Bundesbürger wird im Laufe seines Lebens mindestens einmal psychiatrisch behandlungsbedürftig. Viele davon haben Angehörige, die mit ihnen leiden, bangen und hoffen.

Situation von Angehörigen

Über 50 Prozent der Menschen mit einer psychischen Krankheit werden von Angehörigen betreut. Eine Aufgabe (besonders bei Rückfällen und chronischen Verläufen), die die Familie und Freunde schnell an ihre eigenen Belastungsgrenzen bringt und immer mit Schuld, Scham und Ausgrenzung konfrontiert. Angehörige schwanken einerseits zwischen Verständnis und Mitleid, wollen den Betroffenen schützen; andererseits zwischen Ohnmacht, Frustration und der Schwierigkeit, die Krankheit anzunehmen. Selbstfürsorge steht im Fokus,

denn Angehörige befinden sich im Dauerstress und es besteht die Gefahr, selbst zu erkranken. So leistet die Angehörigengruppe auch einen wichtigen Beitrag zur Prävention

kbo-Lech-Mangfall-Kliniken gemeinnützige GmbH
Öffentlichkeitsarbeit
Barbara Falkenberg
Auenstr. 6
82467 Garmisch-Partenkirchen
Telefon | 08821 77-6013
Fax: | 08821 77-526010
E-Mail: | oeffentlickeitsarbeit@psychiatrie-gap.de