

Nadine Bull | Christine Poppe (Hg.)

Zuhören, informieren, einbeziehen

Leitfaden für die Arbeit mit Angehörigen
in der Psychiatrie

Psychosoziale Arbeitshilfen 31

Inklusive Downloadmaterial



Nadine Bull, Christine Poppe (Hg.)
Zuhören, informieren, einbeziehen
Leitfaden für die Arbeit mit
Angehörigen in der Psychiatrie

Psychiatrie
Verlag 



Dr. Nadine Bull ist Klinische Psychologin am Sanatorium Kilchberg und arbeitet therapeutisch mit psychisch Erkrankten und ihrem sozialen Umfeld. Bis 2004 war sie am Forschungsprojekt »Belastungsbezogene Interventionen für Partner psychisch kranker Menschen« an der Universität Leipzig beteiligt. Später hat sie mit Kollegen ein Gruppenprogramm für die emotions- und stigmafokussierte Angehörigenarbeit bei psychotischen Störungen entwickelt.



Dr. med. Christine Poppe ist als Chefarztin für den Bereich Psychotherapie-Stationen/Spezialangebote am Sanatorium Kilchberg tätig. Ihre klinischen Schwerpunkte liegen auf der psychiatrisch-psychotherapeutischen Behandlung von Angst- und Zwangsstörungen, Depressionen und Essstörungen sowie auf der achtsamkeitsbasierten Psychotherapie. Seit 2002 ist sie Vorstandsmitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Zwangsstörungen (SGZ).

Nadine Bull, Christine Poppe (Hg.)

Zuhören, informieren, einbeziehen

Leitfaden für die Arbeit mit
Angehörigen in der Psychiatrie
Arbeitshilfe 31

Psychiatrie
Verlag 

Nadine Bull, Christine Poppe (Hg.)

Zuhören, informieren, einbeziehen

Leitfaden für die Arbeit mit Angehörigen in der Psychiatrie

Psychosoziale Arbeitshilfe 31

1. Auflage 2015

ISBN-Print 978-3-88414-594-4

ISBN-PDF: 978-3-88414-862-4

Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Weitere Arbeitshilfen unter www.psychiatrie-verlag.de

© Psychiatrie Verlag GmbH, Köln 2015

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf ohne Zustimmung
des Verlags vervielfältigt, digitalisiert oder verbreitet werden.

Lektorat: Katrin Klünter, Köln

Umschlagkonzeption und Typografiekonzeption: Iga Bielejec, Nierstein

Satz: Psychiatrie Verlag GmbH, Köln

Druck und Bindung: Himmer AG, Augsburg

Zum Schutz von Umwelt und Ressourcen wurde für dieses Buch

FSC®-zertifiziertes Papier verwendet.



Vorwort der Herausgeberinnen **11**

Geleitwort I **13**

Geleitwort II **14**

Teil I WARUM UND WIE MAN ANGEHÖRIGE IN DIE BEHANDLUNG EINBEZIEHEN KANN

Einführung **16**

Christine Poppe

Angehörige als Ressource **16** | Angehörige und psychische Erkrankung **17** | Belastungen der Angehörigen **18** | Einbeziehung von Angehörigen in die Behandlung **20** | Unterstützung der Angehörigen **25** | Fachliteratur und weitere Nachschlagewerke **27** | Literatur- und Internetempfehlungen für Angehörige und Betroffene **28**

Planung und Durchführung von Angehörigengesprächen **29**

Christine Poppe

Vorbereitung **30** | Durchführung **32** | Nachbereitung **33** |
Therapeutische Grundhaltung **33**

Gespräche im Paar- und Familiensetting **36**

Nadine Bull

Ausgangslage **37** | Analyse der persönlichen Situation **40** | Leitideen und praktische Hilfen für die verschiedenen Gesprächsphasen **42** | Praktische Hilfen und Interventionen **47** | Fachliteratur und weitere Nachschlagewerke **48** | Literaturempfehlungen für Angehörige und Betroffene **49**

Gespräche mit Kindern und Jugendlichen **50**

Nadine Bull

Ausgangs- und Bedürfnislage **51** | Analyse der persönlichen Situation **53** | Leitideen für Gespräche und praktische Hilfen **55** | Fachliteratur und weitere Nachschlagewerke **59** | Literatur- und Internetempfehlungen für Angehörige und Betroffene **60**

Schwierige Situationen und Herausforderungen

63

Giovanni Bitonti

Die Betroffenen wünschen keine Zusammenarbeit mit ihren Angehörigen **64** | Die Angehörigen wünschen keine Zusammenarbeit **65** | Die Angehörigen sind unzufrieden mit der Behandlung **65** | Die Angehörigen sind unzufrieden mit der pflegerischen Behandlung **66** | Die Angehörigen sind selbst überfordert oder zeigen Schwierigkeiten, die Erkrankung anzunehmen **67**

Teil II ERKRANKUNGSSPEZIFISCHE THEMEN FÜR DIE ANGEHÖRIGENARBEIT

Demenz

70

Nadine Bull und Ursula Storz

Die Erkrankung **70** | Belastungen der Angehörigen **74** | Bedürfnisse der Angehörigen **77** | Ansatzpunkte und mögliche Interventionen **79** | Fachliteratur und weitere Nachschlagewerke **84** | Literatur- und Internetempfehlungen für Angehörige und Betroffene **84**

Alkoholabhängigkeit

86

Bigna Degen

Die Erkrankung **87** | Belastungen der Angehörigen und co-abhängiges Verhalten **90** | Ansatzpunkte und mögliche Interventionen **91** | Fachliteratur und weitere Nachschlagewerke **98** | Literatur- und Internetempfehlungen für Angehörige und Betroffene **99**

Schizophrenie

101

Nadine Bull

Die Erkrankung **102** | Belastungen der Angehörigen **104** | Ansatzpunkte und mögliche Interventionen **107** | Fachliteratur und weitere Nachschlagewerke **110** | Literatur- und Internetempfehlungen für Angehörige und Betroffene **111**

Bipolare Störung **112**

Nadine Bull

Die Erkrankung **112** | Belastungen der Angehörigen **115** |
Ansatzpunkte und mögliche Interventionen **116** | Fachliteratur und
weitere Nachschlagewerke **118** | Literatur- und Internetempfehlungen
für Angehörige und Betroffene **119**

Depression **120**

Nadine Bull

Die Erkrankung **120** | Belastungen der Angehörigen **122** |
Ansatzpunkte und mögliche Interventionen **124** | Fachliteratur und
weitere Nachschlagewerke **128** | Literatur- und Internetempfehlungen
für Betroffene und Angehörige **128**

Angststörungen **130**

Armita Tschitsaz

Panikstörung und Agoraphobie **130** | Soziale Phobie **140** |
Fachliteratur und weitere Nachschlagewerke **146** | Literatur- und
Internetempfehlungen für Betroffene und Angehörige **147**

Zwangsstörung **149**

Christine Poppe

Die Erkrankung **150** | Belastungen der Angehörigen **152** |
Ansatzpunkte und mögliche Interventionen **155** | Literatur und
weitere Nachschlagewerke **160** | Literaturempfehlungen für Betroffene
und Angehörige **161**

Essstörungen **162**

Alice Bansky

Die Erkrankung **163** | Belastungen der Angehörigen **165** |
Ansatzpunkte und mögliche Interventionen **169** | Fachliteratur und
weitere Nachschlagewerke **174** | Literatur- und Internetempfehlungen für
Betroffene und Angehörige **175**

Borderline-Persönlichkeitsstörung 177

Andrea Siffert

Die Erkrankung 178 | Belastungen der Angehörigen 179 |
Ansatzpunkte und mögliche Interventionen 182 | Fachliteratur und
weitere Nachschlagewerke 184 | Literatur- und Internetempfehlungen
für Betroffene und Angehörige 184

Teil III WAS ANGEHÖRIGE NOCH BEWEGT

Umgang mit Suizidalität 188

Nadine Bull und Giovanni Bitonti

Informationen zur Suizidalität 189 | Modelle und Begriffe 189 |
Belastungen der Angehörigen 194 | Ansatzpunkte und mögliche
Interventionen 196 | Literatur und weitere Nachschlagewerke 197 |
Literaturempfehlungen für Angehörige und Betroffene 198

Rechtliche Aspekte 199

Schweiz *Nadine Bull und René Bridler* 199 | Deutschland *Bettina Wilms* 204 |
Literatur und weitere Nachschlagewerke 210 | Literaturempfehlungen für
Angehörige und Betroffene 211

Autorinnen und Autoren 212

Downloadmaterialien 


Informationen über Krankheitsbilder

Demenz – Basisinformationen für Angehörige |
Alkoholabhängigkeit – Basisinformationen für Angehörige |
Schizophrenie – Basisinformationen für Angehörige |
Bipolare Störung – Basisinformationen für Angehörige |
Depression – Basisinformationen für Angehörige |
Panikstörung und Agoraphobie – Basisinformationen für Angehörige |
Soziale Phobie – Basisinformationen für Angehörige |
Zwangsstörung – Basisinformationen für Angehörige |
Essstörungen – Basisinformationen für Angehörige |
Borderline-Persönlichkeitsstörung – Basisinformationen für Angehörige

Partnerschafts- und Familienthemensliste

Notfallplan

Wochenprotokoll oder Wochenplanung	
Stimmungsskala für affektive Erkrankungen	
Episodenkalender 1 – zum Verlauf der Erkrankung	
Episodenkalender 2 – zur aktuellen Selbstbeurteilung der erkrankten Person	
Tipps für eine erfolgreiche Kommunikation	
Instruktion für konstruktives Streiten	
Problemlöseplan	

 signalisiert die Downloadmöglichkeit von Materialien.
 Diese Downloadmaterialien finden sich wie alle Abbildungen des Buches
 unter: www.psychiatrie-verlag.de/buecher/detail/book-detail/zuhoeeren-informieren-einbeziehen.html

Verzeichnis der Abbildungen und Tabellen













Abbildung 1 Netzwerkkarte 	58
Abbildung 2 Sozialkognitives Rückfallmodell 	94
Abbildung 3 Auswirkungen verschiedener Faktoren auf die Belastung der Angehörigen 	106
Abbildung 4 Entwicklung von High-Expressed-Emotions im Verlauf der Erkrankung 	107
Abbildung 5 Vulnerabilitäts-Stress-Modell bei bipolaren Erkrankungen 	114
Abbildung 6 Auswirkungen von Depression auf die Kommunikation 	123
Abbildung 7 Allgemeines Erklärungsmodell für psychische Erkrankungen, insbesondere Depression 	125
Abbildung 8 Konstruktive Kommunikation zwischen depressiv erkrankter Person und Angehörigem 	126
Abbildung 9 Angst-Schwellenmodell 	135
Abbildung 10 Teufelskreis der Angst 	136
Abbildung 11 Teufelskreis der sozialen Phobie 	144
Abbildung 12 Modellvorstellung der Zwangsstörung 	156

Abbildung 13 Zwei-Faktoren-Modell zur Ätiologie von Essstörungen ↓	170
Abbildung 14 Entstehungsmodell der Borderline-Persönlichkeitsstörung ↓	179
Abbildung 15 Gegenüberstellung von Krisen- und Krankheitsmodell der Suizidalität ↓	191
Abbildung 16 Krisenablauf ↓	193
Tabelle 1 Ansatzpunkte für Kontakte mit erwachsenen Angehörigen	22
Tabelle 2 Demenz als Verlust (»4 K«)	73
Tabelle 3 Symptome der Demenz im zeitlichen Verlauf sowie hilfreiche Strategien für den Umgang mit der Erkrankung	80
Tabelle 4 Typen suizidaler Krisen	190

Vorwort der Herausgeberinnen

Was tun, wenn ein Familienmitglied plötzlich erkrankt? Wie damit umgehen, wenn es immer deutlicher wird, dass es sich um ein psychisches Problem handelt? Wie soll man sich jetzt der Person gegenüber verhalten, die sich vielleicht verändert hat oder nicht mehr so erreichbar ist, wie man es kennt?

Solche und weitere Fragen beschäftigen wohl die meisten Angehörigen, wenn sie das erste Mal oder auch immer wieder damit konfrontiert sind, dass jemand in der Familie psychisch erkrankt ist. Meist gibt es für die Angehörigen mehr Fragen als Antworten, besteht mehr Unsicherheit und Hilflosigkeit als Unterstützung und Orientierung. Schon lange hat sich die Psychiatrie auf die Fahnen geschrieben, das gemeinsame Gespräch zu suchen, die Angehörigen in die Behandlung einzubeziehen, sie zu informieren und zu beraten, aufzuklären und auch familiäre Probleme aufzugreifen, um für Entlastung zu sorgen.

Ob und inwieweit dies zur Zufriedenheit von Angehörigen und Patientinnen und Patienten gelingt, wird von Studien und diversen Befragungen unterschiedlich beurteilt. Viele Standardwerke für psychiatrisch und therapeutisch Tätige widmen Kapitel der Frage, wie man auf die Angehörigen eingehen sollte und könnte. Viele Ratgeber geben den betroffenen Angehörigen wichtige Tipps, vermitteln Adressen von Anlaufstellen für Fragen und Rat.

In diesem Buch steht die Angehörigenarbeit selbst im Mittelpunkt. In Teil I werden Ideen entwickelt, wie man die Belastungen, aber auch die Ressourcen der Angehörigen in der Behandlung gezielt aufgreift. Konkrete Beispiele illustrieren, wie unterschiedlich und komplex eine familiäre Situation sein kann und welche Probleme häufig auftreten. Es wird dargestellt, wie ein Familien- oder Paargespräch gestaltet und aufgebaut werden kann und wie insbesondere die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen berücksichtigt werden können.

Ausgehend von Beispielen und Informationen über die häufigsten psychischen Erkrankungen und deren Symptome werden in Teil II die damit verbundenen Themen für die Angehörigenarbeit beschrieben.

Psychiatrisch Tätige können sich so nicht nur schnell einen Überblick verschaffen, wie man Angehörige über die jeweiligen Krankheitsbilder gut informiert und häufige Fragen beantwortet. Sie erhalten gleichzeitig auch Anregungen, in welche Behandlungsschritte man Angehörige wie einbeziehen kann.

Ergänzend wird in Teil III auf den Umgang mit Suizidalität und rechtliche Fragen eingegangen. Unter Berücksichtigung der aktuellen Rechtslage in der Schweiz und in Deutschland wird das heikle Thema Schweigepflicht besprochen und dargestellt, was es zu beachten gilt.

Wir danken den Kolleginnen und Kollegen, die mit ihrem Wissen und ihrer Erfahrung dazu beigetragen haben, dass dieses Buch entstanden ist. Wir wünschen uns, dass das Buch Mut macht, Sicherheit und Hilfe gibt, das Gespräch mit den Angehörigen zu suchen und zu gestalten.

Nadine Bull und Christine Poppe

Geleitwort I

Die zunehmende Verlagerung der psychiatrischen Behandlung in den ambulanten Bereich macht die Einbeziehung von Angehörigen unabdingbar. Der emotionale Rückhalt der Erkrankten durch ihre Angehörigen hat eine wichtige stabilisierende Funktion. Informierte, unterstützte, vernetzte und in den Behandlungsprozess involvierte Angehörige können einen wesentlichen Beitrag zur Rückfallprophylaxe leisten und kompetente Partner im Genesungsprozess sein.

Das 2006 in der Schweiz von Psychiatriefachpersonen gegründete Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie setzt sich für die Anliegen der Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen ein. Das Netzwerk Angehörigenarbeit hat einen erfahrungsbasierten Qualitätsstandard für die Angehörigenarbeit in der Psychiatrie formuliert, der Ausgangspunkt für die Entwicklung dieses Leitfadens war. Wir begrüßen sehr, dass mit der Leitlinie nun ein fundiertes und in der Praxis gut anwendbares Instrument für die Einbeziehung von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen vorliegt. Neben der Vermittlung von Informationen über die jeweilige Erkrankung liegt der Fokus des Buches auf der Planung, Durchführung und Gestaltung von Angehörigengesprächen. Es ist besonders dankenswert, dass ein Kapitel Gesprächen mit Kindern und Jugendlichen gewidmet ist.

Den Mitgliedern der Arbeitsgruppe danke ich für ihr Engagement und wünsche ihnen viel Erfolg für ihr Buch. Ich hoffe, dass die Leitlinie für viele Institutionen ein hilfreiches Instrument für die Begegnungen und Gespräche mit Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen sein wird und dass auch niedergelassene Ärztinnen und Psychotherapeuten von ihr Gebrauch machen werden.

Sibylle Glauser

Präsidentin Netzwerk Angehörigenarbeit Psychiatrie

www.angehoerige.ch

Geleitwort II

Wenn in einer Familie ein Mitglied ernsthaft erkrankt, hat das stets Auswirkungen auf alle Beteiligten und das Beziehungsgefüge. Das gilt umso mehr, wenn es sich dabei um psychische Störungen handelt, die das Erleben, die Gefühle und das Verhalten der Betroffenen oftmals dramatisch verändern. Eher selten wird man als »Angehöriger« geboren, und so tragen die allgemein vorhandenen Vorurteile und Stereotypen gegenüber psychischen Erkrankungen zur eigenen Verunsicherung und Ratlosigkeit bei, zumal diese oft vom sozialen Umfeld in der aktuellen Situation rückgespiegelt werden und Ängste, Schuldgefühle und Isolation verstärken.

Oft ist die Zeit der Unsicherheit auch heute noch unverhältnismäßig lang. Erste Kontakte mit dem psychiatrischen System sind dann im Rahmen einer krisenhaften Zuspitzung oft dramatisch, für den Betroffenen, aber auch für die Angehörigen. Diese benötigen dabei, wie auch in allen anderen Phasen der Behandlung, Informationen und Unterstützung, um den Betroffenen eine wirkliche Hilfe sein zu können, aber auch, um sich selbst helfen zu können. Angehörige erleben im Gegensatz dazu viel zu oft von den Behandelnden Ausgrenzung und fühlen sich nicht ernst genommen. Das ist auch viele Jahre nach der »Beerdigung« der schizophrenogenen Mutter noch der Fall.

Auch deshalb haben sich die Angehörigen psychisch erkrankter Menschen organisiert und 1985 den Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker e. V. gegründet. Als Selbsthilfeorganisation und Solidargemeinschaft vertritt er die Interessen der Familien.

Eine »gute«, also fachlich fundierte und einfühlsame Angehörigenarbeit gerade in der Klinik trägt nicht nur zum Wohlbefinden der Familien bei, sondern auch ganz entscheidend zum Behandlungserfolg. Dies erfordert Zeit und die Bereitschaft, sich mit manchmal auch »nervenden« Angehörigen auseinanderzusetzen. Zuhören, Informieren, Einbeziehen sind dabei die Bausteine einer auf Kooperation setzenden Beziehung.

Beate Lisofsky, Pressereferentin des Bundesverbandes der Angehörigen psychisch Kranker e. V.