

Wienberg | Walther | Berg

PEGASUS

Psychoedukative Gruppenarbeit
mit schizophren und schizoaffektiv
erkrankten Menschen

6., erweiterte Neuauflage



Psychosoziale Arbeitshilfen 30

Inklusive CD + Downloadmaterial



Günther Wienberg, Christoph Walther, Michaela Berg

PEGASUS

Psychoedukative Gruppenarbeit
mit schizophrenen und schizoaffektiv
erkrankten Menschen

Psychiatrie
Verlag 



Prof. Dr. Günther Wienberg
ist Dipl.-Psychologe und
Mitglied im Vorstand der
v. Bodelschwingschen
Stiftungen Bethel.



Prof. Dr. Christoph Walther
ist Dipl.-Sozialpädagoge
und Professor für Soziale
Arbeit an der Technischen
Hochschule Nürnberg,
Fakultät Sozialwissen-
schaften.



Dr. Michaela Berg
ist Abteilungsleitende
Ärztin in der Klinik
für Psychiatrie und
Psychotherapie Bethel des
Evangelischen Kranken-
hauses Bielefeld.

Günther Wienberg, Christoph Walther, Michaela Berg

PEGASUS

Psychoedukative Gruppenarbeit
mit schizophren und schizoaffektiv
erkrankten Menschen

Psychosoziale Arbeitshilfen 30

Günther Wienberg, Christoph Walther, Michaela Berg
PEGASUS
Psychoedukative Gruppenarbeit
mit schizophrenen und schizoauffektiv erkrankten Menschen
6., erweiterte Neuausgabe 2013
ISBN-Print: 978-3-88414-562-3
ISBN-PDF: 978-3-88414-805-1

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 Informationen zu psychischen Störungen und ihrer Behandlung
im Internet unter: www.psychiatrie-verlag.de

Die Handelsnamen sind nicht gesondert gekennzeichnet. Aus dem Fehlen
dieser Kennzeichnung darf aber nicht auf die freie Verwendbarkeit eines
Medikamentennamens geschlossen werden, es kann sich um gesetzlich
geschützte Warenzeichen handeln, die nicht ohne weiteres benutzt
werden dürfen.

Bei allen Angaben zur medikamentösen und psychotherapeutischen Therapie
haben sich die Autoren um äußerste Sorgfalt bemüht.
Verlag und Autoren können aber für diese Angaben keine Gewähr übernehmen.
Vom jeweiligen Anwender müssen diese Angaben im Einzelfall
auf ihre Richtigkeit hin überprüft werden.

↓ Alle Arbeitsblätter und -materialien können Sie im Internet herunterladen auf
<http://www.psychiatrie-verlag.de/buecher/detail/book-detail/pegasus.html>
unter der Rubrik Zusatzmaterial. Das Passwort lautet Bellerophon6821

© Psychiatrie Verlag GmbH, Köln 2013
Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf ohne Zustimmung
des Verlags vervielfältigt, digitalisiert oder verbreitet werden.
Umschlagkonzeption: GRAFIKSCHMITZ, Köln
Umschlaglayout, Umschlagzeichnung, Typografie und Satz: Iga Bielejec, Nierstein
Druck und Bindung: Drukkerij Wilco, Amersfort, Niederlande

Vorwort	10
Einführung	16
Theoretische Grundlagen des PEGASUS-Konzepts	16
Ziele des PEGASUS-Konzepts	21
Psychoedukation als eine Form der Erwachsenenbildung	24
Aufbau des Manuals	27
Praktische Durchführung	29
Gliederung der einzelnen Stunden	37
Handhabung des Manuals	44
1. Stunde	
Kennenlernen, Ziele und Inhalte, Gruppenregeln, Vorwissen der Teilnehmenden	46

TEIL I Erarbeitung eines Störungsmodells**2. Stunde**

**Schizophrenie-Begriff, Krankheitszeichen, Verletzlichkeitskonzept,
Drei-Phasen-Modell der Schizophrenien** 58

3. Stunde

Mögliche Bedingungsfaktoren der Verletzlichkeit für Schizophrenien 74

4. Stunde

Die Entwicklung akuter schizophrener Psychosen 90

5. Stunde

Das Erleben der akuten Psychose 104

6. Stunde

Stress, Belastbarkeit, Überforderung 116

7. Stunde

Verlauf und Ausgang schizophrener Psychosen 130

TEIL II Die wichtigsten Behandlungsansätze**8. Stunde****Antipsychotika und ihre Wirkungen 148****9. Stunde****Nebenwirkungen und Umgang damit, Risiko von Spätschäden 168****10. Stunde****Patienten-Mitverantwortung, Zusammenarbeit mit dem Arzt 184****11. Stunde****Psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten 200**

TEIL III Rückfallvorbeugung und Krisenbewältigung**12. Stunde****Individuelle Frühwarnsignale und Handlungsmöglichkeiten 218****13. Stunde****Stufenplan zur Krisenbewältigung 230****14. Stunde****Individueller Krisenplan und Gruppenabschluss 242****Literatur 250**

Vorwort

Inspiziert durch die bahnbrechenden Arbeiten des Schweizer Psychiaters Luc Ciompi machte sich im Jahre 1989 eine Gruppe von Mitarbeitenden der v. Bodelschwingschen Stiftungen Bethel daran, im Rahmen eines Praxisforschungsprojekts ein Konzept für eine psychoedukative Gruppentherapie mit schizophrenen und schizoaffektiv erkrankten Menschen zu entwickeln und zu erproben. Die ersten Erfahrungen in der praktischen Umsetzung dieses Konzepts waren höchst ermutigend. Das Ergebnis war ein erstes Psychoedukationsmanual, in dem Ziele, Inhalte und Methoden des Konzepts detailliert beschrieben wurden.

Von 1992 bis 1994 wurde dieses Manual dem Praxistest in der psychiatrischen Regelversorgung der Stadt Bielefeld unterzogen. In einer Reihe von Betheler und Bielefelder Einrichtungen und Diensten wurden PEGASUS-Gruppen durchgeführt. Parallel dazu trafen sich die Anwender regelmäßig, um ihre Erfahrungen auszutauschen und Verbesserungen des Manuals zu diskutieren. So entstand die 1. Auflage dieses Manuals, die 1995 veröffentlicht wurde. Schon 1996 war die zweite, verbesserte Auflage fällig. In den Jahren darauf konnten wir Kolleginnen und Kollegen aus anderen Regionen Ostwestfalens dafür gewinnen, das Manual in ihrer Praxis umzusetzen und an seiner Weiterentwicklung mitzuarbeiten. Diese Erfahrungen gingen in eine gründlich überarbeitete 3. Auflage ein, die 1999 erschien. In diese Auflage

flossen auch wichtige Hinweise aus einer umfangreichen Befragung von 115 Gruppenteilnehmenden und 25 Moderatoren ein, die anonym durchgeführt wurde (WIENBERG 1998).

Die wiederum im Detail verbesserte 4. Auflage erschien 2003, die 5. Auflage 2005.

Jetzt also – acht Jahre später – folgt eine 6. Ausgabe, die bisher gründlichste und weitestgehende Überarbeitung des Manuals. Schon die formalen Änderungen sind erheblich: Das Format liegt quer, um ein übersichtliches, zweiseitiges Layout realisieren zu können. Die Vorlagen für Medien und Materialien werden digital auf der mitgelieferten CD sowie zum Download zur Verfügung gestellt. Nach Stunden sortiert, können die Grafiken und Materialien mittels Bildschirm oder Beamer präsentiert bzw. ausgedruckt werden. Der Downloadbereich wird zudem laufend aktualisiert und gegebenenfalls ergänzt. Zugang und Passwort finden Sie im Impressum auf Seite 4.

Auch die inhaltlichen Änderungen sind tief greifend, dazu hier nur Stichworte:

- Der Störungsbegriff und die Abgrenzung zu anderen Störungen wurden der aktuellen Terminologie angepasst (2. Stunde).
- Die Bedingungsfaktoren der Verletzlichkeit wurden auf den aktuellen Stand der Forschung gebracht und in einer Stunde zusammengeführt (3. Stunde).
- Die Inhalte zur Pharmakotherapie wurden komplett überarbeitet und aktualisiert (8. bis 10. Stunde).

- Komplette neu ist die Stunde zu psychotherapeutischen Verfahren (11. Stunde), damit wird ein von Anfang an beklagtes Defizit behoben.
- Die Stunden 11 bis 14 (alt) wurden auf drei Stunden (12 bis 14) komprimiert.

Erhalten blieben die theoretischen Grundlagen: Das Verletzlichkeits-Stress-Bewältigungskonzept in der Variante des Drei-Phasen-Modells von Luc Ciompi, das bis heute nichts von seiner integrativen Kraft eingebüßt hat.

Warum aber eine komplette Neubearbeitung, acht Jahre nach der letzten Ausgabe? Lange hat der Erstautor gezögert und sich gefragt, ob sich der hohe Aufwand einer erneuten gründlichen Bearbeitung lohnen würde – 18 Jahre nach der Erstausgabe. Denn inzwischen gibt es ja in Deutschland eine beeindruckende Vielfalt von qualifizierten psychoedukativen Therapieprogrammen für schizophrene erkrankte Menschen (Übersichten bei WALTHER 2011, S. 69 und PITSCHL-WALZ et al. 2010, S. 174 ff.). Ausschlaggebend für den Neustart waren am Ende sechs Punkte:

- Die Analysen und Empfehlungen, die Christoph Walther im Rahmen seiner Dissertation aus der Perspektive der Erwachsenenbildung beigetragen hat (WALTHER 2011). Kurz gefasst: PEGASUS ist unter pädagogischer Perspektive nach wie vor in vielen Punkten beispielhaft, es gibt aber ganz praktische Verbesserungsmöglichkeiten. Als Christoph Walther dann auch noch einwilligte, an einer Neuausgabe mitzuwirken, war dies ein großer Schritt.

- Die Beharrlichkeit unseres Verlegers, York Bieger, der auch nach vielen Jahren immer noch vom Produkt PEGASUS überzeugt ist und der uns unermüdlich ermutigte und lockte, die Neuausgabe endlich in Angriff zu nehmen.
- Das stete Interesse und die Anerkennung, die PEGASUS bis heute in der Fachwelt findet und die immer wieder zu Anfragen beim Verlag führten, die lange abschlägig beschieden werden mussten.
- Die hohe Akzeptanz, die PEGASUS bei zahlreichen Menschen mit schizophrenen Störungen gefunden hat und bis heute findet (vgl. auch WIENBERG 1998).
- Die spontane Bereitschaft von Dr. Michaela Berg, mutig in die Lücke zu springen, die unser Kollege und PEGASUS-Pionier Dr. Bernhard Sibum hinterlassen hatte, als er sich gegen die Mitarbeit an einer Neuauflage entschied.
- Last but not least: Die besondere Ausrichtung von PEGASUS auf die Anwendung in der außerklinischen Versorgung an der Schnittstelle von Behandlung und Eingliederungshilfe. Hier und nicht im klinischen Bereich hat PEGASUS hauptsächlich seine Anwender gefunden – und das soll so bleiben.

Jetzt also, 18 Jahre nach der Erstausgabe, eine erweiterte und deutlich verbesserte Neuausgabe – wenn das kein nachhaltiger Entwicklungsprozess ist! Diese Ausgabe ist dann auch weit mehr als eine kosmetische Modernisierung, als alter Wein in neuen Schläuchen. Es ist ein in Form, Inhalten und Methoden konsequent aktualisiertes und modernisiertes Therapiekonzept,

das einen Vergleich mit anderen, jüngeren Konzepten nicht scheut.

Fast ein Vierteljahrhundert PEGASUS – das ist auch ein Anlass, all jenen herzlich zu danken, die an diesem Langzeitwerk bis heute mitgewirkt haben. Hier können nur diejenigen genannt werden, die unserer Bielefelder Arbeitsgruppe im Verlaufe der Jahre angehört haben und die ihren je eigenen Beitrag dazu geleistet haben, dass es PEGASUS (immer noch) gibt:

Sylke Albes-Reichel, Thorsten Buick, Dr. Veronika Christiansen, Michael Conty, Dr. Renate Heissler, Monika Holtermann, Marion Kastner-Wienberg, Marite Pleininger-Hoffmann, Renate Schernus, Dr. Sibylle Schünemann, Dr. Bernhard Sibus, Uwe Starck, Christian Zechert.

Ein besonderer Dank gilt unserem Verleger York Bieger und seinem Team vom Psychiatrie Verlag. Sie haben immer an PEGASUS geglaubt und auch diese Neuausgabe mit gutem Rat, großem Elan und strapazierfähiger Geduld möglich gemacht. Den größten Dank aber schulden wir den ungezählten Teilnehmerinnen und Teilnehmern von PEGASUS-Gruppen – dafür, dass sie sich auf diese anfangs ja ganz neue und für die Psychiatrie-Welt ungewohnte Form der Zusammenarbeit mit psychiatrischen Profis eingelassen haben; dafür, dass sie den vielen Moderatorinnen und Moderatoren ihr Vertrauen geschenkt haben und dafür, dass sie mit ihren Rückmeldungen einen unschätzbar großen Beitrag zur Weiterentwicklung dieses Therapiekonzepts geleistet haben. Ihnen, die sich über große Spannen ihrer Lebenszeit mit dieser besonderen Verletzlichkeit,