



- Zeit:** An jedem zweiten Montag eines Monats -
von 17.00 Uhr bis 18.30 Uhr
- Ort:** Perspektive Zehlendorf e.V.,
Standort Machnower Str. 27a, 14165 Berlin
Tel.: 8680 3793 190 / 8680 3793 103
- Moderation:** Irggard Lohbreier, Dipl. Sozialarbeiterin und
Gestalttherapeutin, seit über 30 Jahren in der Betreuung
psychisch kranker Menschen tätig
Vertretung: Holger Lange-Stede, Geschäftsführer
Perspektive Zehlendorf
- Gruppengröße:** max. 10 Personen
- Offene Gruppe:** d.h. ein Einstieg ist jederzeit möglich
- Kosten:** keine
- Anmeldung:** Irggard Lohbreier, Tel. 8680 3793103
Holger Lange-Stede, Tel. 8680 3793102
Bei Bedarf kann ein Vorgespräch geführt werden.

Angehörigengruppe

seelisch beeinträchtigter Menschen

Psychische Beeinträchtigungen sind nicht selten

Es gibt viele Menschen, die im Laufe ihres Lebens psychische Probleme haben, eine seelische Beeinträchtigung entwickeln oder gar eine länger andauernde psychische Krankheit.

Dann sind immer auch Angehörige und Freunde betroffen. Eltern, Verwandte und das soziale Umfeld haben häufig Fragen und Probleme oder brauchen Unterstützung.





Angehörige zwischen Verantwortung und Selbstbestimmung

Die Rolle der Angehörigen hat sich in den letzten Jahren gewandelt. Trotz erheblich verbesserter Therapieangebote gelingt es manchen Betroffenen nicht, wieder ein selbständiges Leben führen zu können.

Mehr als die Hälfte aller psychisch beeinträchtigten Menschen leben in der Familie. Und trotz moderner Medikamente und sozialpsychiatrischer Betreuung muss immer wieder mit Rückfällen gerechnet werden.

Die Abgrenzung zwischen Verantwortungspflicht und Verantwortungsabgabe macht Angehörigen gerade im Zusammenleben mit psychisch kranken Familienangehörigen oft schwer zu schaffen. Die Kräfte der Angehörigen sind aber nicht unerschöpflich. Um gesund zu bleiben, müssen sie erkennen, wo ihre Kraftressourcen liegen.

Bei ernsthaften psychischen Beeinträchtigungen ist in der Regel Hilfe von außen nötig – ob es nun um die Bewältigung von Krisen, um Therapie, Rehabilitation und soziale Sicherung für den Erkrankten oder um finanzielle und seelische Belastungen der Angehörigen geht.

Wir wollen Angehörige ermutigen, ihr Schicksal aktiv zu gestalten, ihre Rechte und die des Kranken zu wahren und die Hilfen zu finden, die sie brauchen.

Grundlage der Arbeit in der Gruppe ist die Aussprachemöglichkeit in einer offenen und vorurteilsfreien Atmosphäre.



Dabei kann es um verschiedene Themen und Fragen gehen wie:

- ◇ Entlastung
- ◇ Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen
- ◇ Information
- ◇ eigene Grenzen erkennen
- ◇ Alltag mit Betroffenen
- ◇ Anlaufstellen für Hilfe und Unterstützung
- ◇ Therapien
- ◇ das Versorgungssystem kennenlernen:
 - Verschiedene Betreuungsmöglichkeiten
 - Wohn- und Unterbringungsmöglichkeiten bei unterschiedlichen Betreuungsbedürfnissen
 - Arbeitsmöglichkeiten im geschützten Rahmen
- ◇ Krankheitsbilder
- ◇ Medikamente
- ◇ Hilfe zur Selbsthilfe
- ◇ Mut machen, Ressourcen entdecken
- ◇ nicht allein bleiben mit den Problemen
- ◇ sich frei machen von allzu hohen Erwartungen
- ◇ die Auswirkungen von sich ändernden gesetzlichen Vorschriften (z.B. Betreuungsrecht, SGB II + XII, PsychKG)

Bei Bedarf können zu verschiedenen Themen Experten eingeladen werden.