

Ratgeber zum Bestellen

Angehörige werden durch psychische Erkrankungen vor mitunter sehr verunsichernde und herausfordernde Aufgaben gestellt.

Die vom Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker e.V. herausgegebenen Ratgeber greifen viele Fragen und Sorgen von Angehörigen auf.

Sie bieten gleichzeitig sachliche Informationen und emotionale Unterstützung für Angehörige, um verständnisvolle Begleiter von erkrankten Menschen bleiben zu können.

**„DIE VERSTEHEN NUR WENIG,
DIE NUR VERSTEHEN,
WAS SICH ERKLÄREN LÄSST.“**

(Marie v. Ebner-Eschenbach)



„Besser miteinander zurechtkommen“

Dieser Ratgeber gibt einfühlsame und konkrete Antworten auf die Fragen von Angehörigen zum Umgang mit dem erkrankten Familienmitglied. Anhand von Beispielen werden die Themen „Grenzen setzen“ und „Kommunikation“ erklärt.



„Und wer fragt nach mir?“

In diesem Ratgeber wird ausgesprochen, was viele Angehörige als Begleitende und Unterstützende eines psychisch kranken Menschen bitter vermissen: dass jemand sich um sie kümmert und fragt, wie sie mit der veränderten Situation zurechtkommen. Das tut weh! Aber man kann viel für sich selbst tun, um gesund zu bleiben. Davon handelt diese Broschüre.



„Zwischen Sorge und Hoffnung“

Dieser Ratgeber soll Mut machen für den Kontakt mit der psychiatrischen Klinik. Beschrieben wird die Gefühlslage der Angehörigen zwischen Sorge, Schuldgefühl und Hoffnung. Angehörige finden auch Tipps für die Phasen der Aufnahme, des Aufenthalts und der Entlassung.



„Nur eine Krise“

Dieser Ratgeber will bei der Verarbeitung von negativen Gefühlen wie Schuld und Scham im Zusammenhang mit einer psychiatrischen Krise hilfreich sein und Mut machen, die Krise auch als möglichen Wendepunkt in einem Krankheitsverlauf zu sehen.



„Unser gutes Recht“

Der Rechtsratgeber für Angehörige psychisch kranker Menschen gibt gut verständliche Antworten auf häufige Fragen von Angehörigen über ihre Rechte und Pflichten in sozialrechtlichen Angelegenheiten.



„Das geht uns alle an“

Dieser Ratgeber enthält Beiträge zu Themen wie Schuldgefühle, Hilflosigkeit, Verantwortungsgefühl, Erwartungen, Lebensqualität und Liebe. Er inspiriert zu Schritten der Veränderung und macht Mut zur Selbsthilfe.

Alle Ratgeber können über die Geschäftsstelle des Landesverbandes kostenfrei bestellt werden.

ApK Bayern e. V.
Pappenheimstraße 7 | 80335 München

Telefon 089 - 51086325
Fax 089 - 51086328
E-Mail info@lapk-bayern.de
Internet www.lapk-bayern.de

Geschäftszeiten

Montag bis Freitag 10 - 14 Uhr

Auch online bestellbar unter



Wissen komprimiert.

für Angehörige und Fachkräfte



ApK Bayern
Landesverband Bayern der Angehörigen
psychisch Kranker e.V.

Wir sind Angehörige. Wir helfen einander.