

Nr. 76
Oktober
2022



unbeirrbar

MITGLIEDERMAGAZIN APK BAYERN

Nachbericht zum Symposium: „Was geschieht mit Menschen, die von einer psychotischen Erkrankung betroffen sind, aber keinerlei Krankheitseinsicht besitzen?“

Reform des Betreuungsrechts: Neues Gesetz tritt zum 01.01.2023 in Kraft

Angehörig sein: Gratwanderung zwischen Sorge und Hoffnung



Impressum

unbeirrbar – Mitgliedermagazin ApK Bayern
Oktober 2022 / Nr. 76

Herausgeber

Landesverband Bayern der Angehörigen
psychisch erkrankter Menschen e.V.
Pappenheimstraße 7
80335 München
Tel.: 089/51086325
Fax: 089/51086328
E-Mail: info@lapk-bayern.de
www.lapk-bayern.de

Redaktion

Alexandra Chuonyo
Cordula Falk

Druck und Layout

PROJEKT PRINT
Druck-Satz-Kopie
Admiralbogen 47
80939 München

Die namentlich gekennzeichneten Artikel geben die Meinung des jeweiligen Verfassers wieder.

Alle Texte sind bewusst nicht gegendert. Die männliche Form wurde gewählt um einen optimalen Lesefluss zu gewährleisten. Es ist nicht die Absicht des Herausgebers, einzelne Personen direkt anzusprechen oder andere auszuschließen.

Geschäftszeiten

Di – Fr: 10 bis 14 Uhr

Persönliche Beratung für Mitglieder

nach telefonischer Terminvereinbarung

Bankverbindung

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE07 7002 0500 0007 8181 00
BIC: BFSWDE33MUE



Liebe Mitglieder, liebe Freunde und Förderer!

Menschen können, mit dem was sie sagen, manchmal sehr verletzen und merken es nicht einmal! Warum schreibe ich das? Nehmen wir an, einer meiner nahen Angehörigen sei beispielsweise an Krebs erkrankt. Wenn ich das bei Verwandten oder Bekannten erwähne, erzählen mir diese häufig, dass man auch jemand kenne oder in der Familie (gehabt) habe mit einer ähnlichen Erkrankung – und die Randbedingungen und Folgen bis zum eventuellen Sterben des oder der Betroffenen werden einem im Detail geschildert. Natürlich meinen das die Leute nicht böse, sondern sie wollen damit zeigen, dass sie die Problematik auch kennen und sie glauben, damit wohl ihr Mitgefühl auszudrücken. Dass mir das jedoch nicht hilft, sondern höchstens wehtut, bemerken sie nicht. Ein derartiges Verhalten verletzt mich, wenngleich dies sicher nicht beabsichtigt ist. Ich bin dann so frei, darauf hinzuweisen, dass ich das nicht hören will und es mir nicht weiterhilft. Ich brauche keine Negativbeispiele (da kenne ich selbst genügend), sondern Ermutigung, die Situation gemeinsam mit dem erkrankten Angehörigen durchzustehen, so weit und so lange das irgend möglich ist.

Ähnliches Verhalten Dritter zeigt sich auch im Umgang mit anderen Tabuthemen wie dem Tod. In meinem Alter erlebe ich immer häufiger, dass liebgewordene Verwandte und Bekannte versterben – aber ich brauche dann keine Äußerungen des Mitgefühls von Dritten in der Form, dass mir andere kürzliche Todesfälle und

die Ursachen im Detail geschildert werden. Dadurch wird der Tote nicht wieder lebendig und für mich ist es kein Trost.

In der Angehörigen-Selbsthilfe ist das manchmal ähnlich. Ich höre immer wieder von Angehörigen, dass sie nicht an einer Selbsthilfegruppe teilnehmen können oder wollen, weil sie das ständige Gejammere anderer Teilnehmer nur noch weiter herunterzieht, wo es ihnen doch schon selbst schlecht genug geht. Eine Selbsthilfegruppe soll kein Ort des dauernden „Jammerns“ sein – es ist doch sowieso klar, dass es den meisten Anwesenden nicht gut geht, sonst wären sie ja nicht in die Gruppe gekommen. Wichtig ist dagegen, dass die Teilnehmer sich gegenseitig ermutigen, mit der Situation bestmöglich umzugehen und sich trotz aller Probleme eine halbwegs gute Lebensqualität erhalten. Es gibt immer wieder Licht am Ende des Tunnels, auch wenn man zwischendurch Pech hat, wenn sich dieses Licht als ein entgegenkommender Zug entpuppt.

Bitte denken Sie daher im Gespräch mit anderen Menschen in Not daran, diese nicht durch die detaillierte Schilderung weiterer negativer Beispiele noch weiter zu belasten, sondern sprechen Sie ihnen Mut zu – das Leben geht weiter. Dass wir alle krank werden können und langfristig tot sein werden ist eine Tatsache, welche gegenüber Dritten nicht ständig mit Beispielen belegt werden muss.

Bleiben Sie gesund! Alles Gute wünscht Ihnen

Ihr

Karl Heinz Möhrmann

1. Vorsitzender

Inhalt

Editorial	3	Psychotherapie: Wartezeiten überbrücken durch Psychotherapeutische Sprechstunde und Akutbehandlung	14–15
„Was geschieht mit Menschen, die von einer psychotischen Erkrankung betroffen sind, aber keine Krankheitseinsicht besitzen?“	4–8	Reform des Betreuungsrechts: Neues Gesetz tritt zum 01.01.2023 in Kraft	16–18
Neue Mitarbeiterin Veronika Haferkamp stellt sich vor	9	Depressionen vorbeugen: Essen Sie mehr Obst!	18
Der Förderverein des ApK Bayern e.V. hat sich aufgelöst	9	Selbsthypnose-Methode: 5-4-3-2-1 Übung, und mir geht es wieder besser!	19
Neues Versorgungsprogramm seit 1. Oktober 2022: Psychiatrische Komplexversorgung	10	Nach der neuen Polizeiphilosophie sollen Beamte im Einsatz kommunikativ und deeskalierend agieren. Aber gilt das auch in Gefahrensituation mit psychisch erkrankten Menschen?	20–21
BKH Lohr: Erneute Zertifizierung als Selbsthilfefreundliches Krankenhaus	11	Ist eine Patientenverfügung bei bestehender Betreuung hilfreich oder notwendig?	21
Gartenarbeit fördert das psychische Wohlbefinden	11	Abgedreht – Meine Frau, unsere Liebe und die Psychose	22
Angehörig sein: Gratwanderung zwischen Sorge und Hoffnung	12–13	Termine	22
ADHS oder Autismus-Spektrum-Störung? Neues Diagnostikverfahren schafft Klarheit	13		