

**Nr. 85**  
März  
2026



# unbeirrbar

MITGLIEDERMAGAZIN APK BAYERN

**Das neue ApK Bayern Seminarprogramm 2026 ist da**  
**Trauer um die verlorene Beziehung**

**Assistierter Suizid: Rechtslage, Freiverantwortlichkeit**  
**und besondere Herausforderungen bei Menschen mit**  
**psychischer Erkrankung**



## Impressum

unbeirrbar – Mitgliedermagazin ApK Bayern  
März 2026/ Nr. 85

### 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](mailto:info@lapk-bayern.de)  
[www.lapk-bayern.de](http://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.

Die meisten 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

SozialBank AG  
IBAN DE56 3702 0500 0007 8181 00  
BIC BFSWDE33XXX



## Liebe Mitglieder, liebe Freunde und Förderer!

Die psychische Erkrankung eines nahen Menschen bringt Angehörige an ihre Grenzen. Sie erleben, wie sich der geliebte Mensch immer mehr verändert. In vielen Fällen wird aus dem erkrankten Menschen scheinbar ein völlig „anderer Mensch“, der sich anders als vorher und gegenüber den Angehörigen abweisend oder womöglich sogar aggressiv und feindlich verhält. Er ist zu einem fremden Menschen geworden, zu welchem man keinen emotionalen Zugang mehr findet, dessen Verhalten man nicht versteht und welcher offenbar nicht mehr imstande ist, die frühere gute und liebevolle Beziehung aufrechtzuerhalten. Die Angehörigen stehen dieser Situation hilflos gegenüber und trauern um den Verlust eines geliebten Menschen, wie sie ihn von früher gekannt haben. Mit dieser Trauer um die verlorene Beziehung befasst sich ein Artikel in der vorliegenden Ausgabe.

Wir haben auch in diesem Jahr wieder ein umfangreiches Seminarangebot. Und wir sind natürlich nicht allein mit Unterstützungsangeboten. Daher finden

Sie auch Hinweise auf andere Fachverbände, wo Sie sich Hilfe holen können.

Wir werden täglich mit Werbung überschüttet. Potentiell gefährlich kann Werbung werden, wenn sie Gesundheit verspricht. Das gilt für manche Nahrungsergänzungsmittel wie auch für bestimmte rezeptfreie Medikamente. Wir dürfen nicht vergessen, dass für einen erheblichen Teil der in der BRD (teilweise auch in Apotheken und Drogerien) vertriebenen medizinischen oder medizinähnlichen Produkte kein Wirkungsnachweis erforderlich ist und, dass potentielle Neben- und Wechselwirkungen in der Werbung oft geflissentlich verschwiegen werden. Hier muss man manchmal froh sein, wenn das angebotene Produkt nur wirkungslos ist und nicht auch noch womöglich eine Gesundheitsgefährdung verursacht. Vor einschlägigen Versprechungen und dubiosen Anbietern im Internet kann nur dringend gewarnt werden. Seien Sie also vorsichtig und lassen Sie sich im Zweifelsfall immer erst vom Arzt Ihres Vertrauens beraten.

Einen schönen Frühling wünscht Ihnen

Ihr

Karl Heinz Möhrmann  
Mitglied des Vorstands

## Inhalt

Editorial .....	3	Fachverbände für psychische Erkrankungen: Gezielt informieren, besser begleiten .....	10–11
Wir sind überwältigt von Ihrer Unterstützung und sagen Danke! .....	4	Interview mit einer jungen Angehörigen .....	12–13
ApK Bayern zu Gast im Podcast der Oberbayerischen Initiative und ApK München .....	4	Trauer um die verlorene Beziehung .....	14–17
ApK Bayern Mitgliederbefragung 2025: Ergebnisse jetzt im Jahresbericht nachzulesen .....	5	Zwischen Hoffnung und Unsicherheit: KI-Chatbots bei Depressionen .....	18
Wir haben gewonnen! „WISO Mein Verein des Jahres 2025“ in der Kategorie „Digitalisierung“ .....	5	„Angehörige machen Geschichte(n)“: Was ist denn eigentlich normal Mama? .....	19
Online-Seminare für Angehörige 2026 .....	6	„Safewards ist ein evidenzbasiertes, multiprofessionelles Konzept zur Gewalt- und Konfliktprävention in psychiatrischen Einrichtungen“ – Thomas Auerbach im Interview .	20–21
Präsenz-Seminare für Angehörige 2026 .....	7	„Als ich aus der Zeit fiel“ von Jens Jüttner .....	22
Assistierter Suizid: Rechtslage, Freiverantwortlichkeit und besondere Herausforderungen bei Menschen mit psychischer Erkrankung .....	8–9	Neue Selbsthilfegruppe für Eltern in Weiden .....	22