

Im Zwiespalt der Gefühle

Hilfe und Unterstützung für Angehörige von Menschen mit einer psychischen Erkrankung

Wenn ein Mensch psychisch erkrankt, dann hat das in der Regel auch gravierende Auswirkungen auf das Familiensystem bzw. die nächsten Angehörigen. Häufig kümmern sich diese bereits längere Zeit, stützen den Betroffenen und halten das Familiensystem aufrecht, bevor es überhaupt zu einer offiziellen Diagnose kommt. Das kann mitunter sehr belastend für die Angehörigen sein. Die psychisch Erkrankten verändern sich in ihrer Persönlichkeit, sind sehr emotional und/oder zeigen Verhaltensweisen, die vom Umfeld nicht mehr nachvollziehbar sind. Ein Herankommen und Klärungen sind in dieser akuten Phase nicht möglich. Manchmal richten sich Wut und Aggression auch gegen die eigene Familie. Wie kann dann Hilfe aussehen? Ein Wechselbad der Gefühle in der Bewältigung von Leugnen und Verharmlosen bis hin zur Akzeptanz entsteht und zieht sich häufig über Jahre. Es stellt sich die Frage, wie kann die Beziehungsebene zu dem Betroffenen wiederhergestellt bzw. neugestaltet werden. Wohin mit all den Kränkungen und Schuldzuweisungen? Angehörige übernehmen damit eine schwere Rolle und suchen selbst häufig kaum oder erst sehr spät Hilfe und Unterstützung. In der Regel ist die Scham sehr groß, denn das Thema Psychische Erkrankung ist immer noch mit Tabus besetzt. Doch der Austausch mit anderen Angehörigen, die ähnliches erlebt und erfahren haben, kann durchaus entlastend und hilfreich bei der Bewältigung der eigenen Situation sein. Aus diesem Grund wird eine neue Selbsthilfegruppe für Angehörige bei Spix gegründet.

Bei Interesse an der neuen Selbsthilfegruppe wenden Sie sich bitte an die Selbsthilfe-Kontaktstelle unter 02841/900016 oder selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org