

VASK

Nachrichten Nr. 8

mit Jahresbericht



VASK Zürich

VASK Schweiz

www.vaskzuerich.ch

Ausgabe März 2012

Inhalt:

- 1 Editorial
- 3 Jahresberichte
- 15 Ganz herzlichen Dank
- 16 Jahresrechnung
- 17 Bilanz
- 19 Statistik
- 22 Erwachsenwerden in der Beziehung
mit einer psychisch kranken Mutter
- 24 Medikamente in der Psychiatrie
- 27 Das quälende Gefühl der Ohnmacht
- 30 Buchtipp
- 31 Eine Information für Angehörige
- 34 10 Tipps im Umgang mit psychotischen Menschen
- 35 Unsere Stellungnahme zur Abschaffung
des Lehrstuhls für Sozialpsychiatrie
- 36 Warum ich mich bei der VASK engagiere

Impressum

VASK Nachrichten Ausgabe Nr. 8

Gesponsert durch ASTRA Zeneca

Illustrationen: Esther Emmel†

März 2012

Redaktion: VASK Zürich

Druck: Arbeitszentrum am See, Wädenswil

Auflage: 1'200

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser



Die Nummer acht unseres Vereinsorgans enthält wie jeden Frühling ein Abbild unserer letztjährigen, mannigfaltigen Tätigkeiten und Angebote mit einer eindrücklichen Statistik, mit der Jahresrechnung und den obligaten verschiedenen Jahresberichten der Ressortleiterinnen und -leitern sowie des Präsidiums. Transparent und offen publizieren wir hier abermals unser «Innenleben», was, denke ich, ein Zeichen von seriöser Arbeit und ernsthaftem Engagement ist.

2006 verfassten wir ein erstes Merkblatt für Angehörige, welches viel Zustimmung erhielt und allen VASKEN der Schweiz zur Verfügung gestellt wurde. Ein zweites, etwas spezifischeres Informationsblatt über das Prozedere bei einer Zwangseinweisung, finden Sie in dieser Nummer. Sie können das Blatt auch einzeln bei der VASK Zürich bestellen. Anhand eines Interviews mit einem Arzt und einem Pfleger der Klinik Kilchberg haben wir dieses Infoblatt erstellt. Vielen Dank an die Klinik. Es kann sein, dass gewisse Punkte sich mit dem ersten Merkblatt überschneiden und die Hausordnungen anderer Kliniken leicht abweichen.

Den Autor unseres Buchtipps, Paul Hoff, Professor an der Universitätsklinik PUK in Zürich, kennen wir bereits als «VASK-Referenten». Er unterstützt seit Jahren unsere Angehörigenarbeit und wird auch anlässlich unserer nächsten Mitgliederversammlung im April über sein Buch sprechen. In diesem will Professor Hoff den Werdegang der Psychiatrie darstellen und diese Fachrichtung in ihrer ganzen spannungsreichen Vielfalt vorstellen.

Die Regierung und die Universität des Kantons Zürich planen den Lehrstuhl für Sozialpsychiatrie nach der Emeritierung von Prof. Wulf Rössler nicht mehr neu zu besetzen. Die VASK hat interveniert und die solidarischen Unterschriften von Pro Mente Sana und der Psychiatriekommission eingeholt.

Neu finden Sie in unserem Organ Fallbeispiele aus unserer Beratertätigkeit. Diese authentischen Geschichten mit Lösungsansätzen könnten Ihnen eventuell eine Hilfestellung in Ihrer persönlichen Betroffenheit geben.

Wie in der letzten Nummer versprochen, erweitere ich in dieser Nummer die kleine Pharmakologie mit Begriffen und Indikationen der Psychopharmaka.

Ruth Dual

G **Beziehung ist...**
Geborgenheit

L **Beziehung ist...**
Lachen und Freude

Jahresberichte 2011

Ruth Dual, Präsidentin

Kaum ist der letzte Jahresrückblick publiziert und für die Nachwelt archiviert, ist schon der neue fällig, der seinerseits bereits wiederum Geschichte abbildet.

Eine der diversen Aufgaben einer Vereinspräsidentin besteht darin, das vergangene Jahr zu kommentieren, Rechenschaft über die Tätigkeiten der Organisation zu geben, zu berichten wie sich der Verein entwickelt hat und welche Schwerpunkte gesetzt wurden.

Dies ist mein letzter Jahresbericht in der Funktion als Präsidentin der VASK Zürich.

Weltweit war 2011 ein Jahr der Finanz- und Währungskrisen, der Nuklear- und anderen Katastrophen, der Revolutionen in der nordafrikanischen und arabischen Welt, der Königshochzeiten etc. Diese Geschehnisse tangierten unseren Verein zum Glück kaum bis gar nicht. Das VASK-Jahr 2011 war ein Jubiläumsjahr – 25 Jahre VASK Zürich. Es war geprägt von einer intensiven Beratertätigkeit, einem neuen, erweiterten Vorstand, neuen freiwilligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie von der Vorbereitung für einen Wechsel im Präsidium. Insofern können wir mit Zuversicht und Vertrauen einem gesicherten und erfolgreichen Weiterbestehen des Vereins entgegensehen. Fortgeführt wurden im letzten Jahr zudem sämtliche Angebote der VASK. Von den Seminaren beziehungsweise den Pro-Familie-Kursen über die Selbsthilfetreffpunkte, die Telefonberatungen und die Schulungen bis zu den persönlichen, professionellen Beratungen. Letztere konnten ausgebaut werden: Ihre Zahl hat sich gegenüber dem Vorjahr verdoppelt.

Die Jubiläums-Mitgliederversammlung bereicherten wir mit einem Referat der Polizeipsychologin Jasmin Ackermann, welche über den Alltag, die Sorgen und Nöte von Polizeibeamten (auch diese haben welche!) berichtete.

Einer der Höhepunkte an unserer Jubiläums-GV war der Auftritt der bekannten Pantomimin Irene Orda, welche Situationen unseres Lebens phänomenal darzustellen wusste. Für das begeisterte Publikum war dies eine würdige Jubiläumsüberraschung. Die Migrosgenossenschaft Zürich sponserte uns zum Fest eine Riesentorte mit Gratulationsschriftzug. Vielen Dank! (Das Protokoll der Mitgliederversammlung wird an der nächsten GV aufgelegt.)

Im Mai wagten wir eine weitere, für uns neue Form von öffentlicher Veranstaltung. Wir organisierten mit namhaften Fachleuten ein Podiumsgespräch über die forensische Psychiatrie. Dabei konnten unsere Mitglieder den designierten Präsidenten Ralf Eschweiler als Moderator in seiner künftigen Rolle erleben. (Siehe Heft Nr. 7)

Anlässlich einer nationalen Fachtagung in der PUK am 17. Juni 2011, mit dem Thema ambulante psychiatrische Pflege, wurden wir mit der Leitung eines Workshops zu eben diesem Thema betraut, was bei einem solchen Grossanlass ein besonderes Vertrauen in die VASK bedeutet. Die gute Vernetzung, der regelmässige Austausch mit Organisationen im Gesundheitswesen, die jährlichen Präsentationen unserer Arbeit in den diversen psychiatrischen Kliniken machen wohl solche Einladungen möglich und auch wichtig. Die Beschreibung all dieser Kontakte würde den Rahmen dieses Berichts sprengen.

Die Plakatausstellung am Paradeplatz in Zürich zum Tag der Angehörigen vom 11.10. ist bei uns bereits zur Tradition geworden. Um den Bekanntheitsgrad der VASK zu erweitern, haben wir diesmal den Passanten anstelle der bisherigen Zopftauben einen Apfel mit unserem aufgeklebten Logo geschenkt. Auf diese Weise leerten wir drei Harasse dieses gesunden Obstes. Nichtsdestotrotz gab es Leute, welche den Apfel unbedingt mit einem «Batzen» begleichen wollten und uns so etwas in die Kasse spendierten. Ziel war an diesem Tag

natürlich gleichwohl, Passanten zu einem Gespräch über unser Thema zu «verführen». Es scheint, dass dieses Unterfangen jedes Jahr etwas schwieriger wird, die Hektik und Zeitnot der Leute ist uns diesmal besonders aufgefallen.

Eine besondere Ehre für unser Jubiläumsjahr und die VASK Schweiz war es, den Europäischen Kongress der EUFAMI in Basel durchführen zu dürfen. Aus 21 Ländern kamen die Delegierten angereist. Sogar Vertreter von Angehörigen aus Afrika und Amerika waren anwesend. Das Thema dieses internationalen Zusammenschlusses von Angehörigen psychisch Kranker war «Fluch oder Segen der gemeindenahen Psychiatrie».



Ein Artikel zum EUFAMI-Kongress erschien in der Basler Zeitung. Sie finden den Artikel in dieser Ausgabe.

Als Vertreterin des Dachverbandes VASK Schweiz konnte ich in einem regionalen Fernsehkanal über Sinn und Zweck unserer Vereinigung berichten. Mehr solche Öffentlichkeitsarbeit wäre wünschenswert, um unsere Anliegen breiter deponieren zu können.

Den Jahresabschluss unserer öffentlichen Veranstaltungen besiegelt jeweils im November der Adventsgottesdienst. Dieser fand wiederum in der Kirche Oberstrass statt, dieses Mal zum Thema «Läbesglück». Für die wunderschöne Umrahmung dieser Feier sorgten Constantine Bobst mit der Violine, die Sängerin Sandra Nickel sowie Hans Egli an der Orgel.

Abschied vom Präsidium

Wie anfangs erwähnt, schreibe ich hiermit meinen letzten Jahresbericht. Während nun sieben Jahren habe ich aktiv bei der VASK mitgearbeitet, davon 6 Jahre als Präsidentin und viele Jahre davor als Mitglied.

Dankbar für alles, was ich erleben durfte, nehme ich als Präsidentin Abschied. Ich nahm damals die Herausforderung gerne und mit Freude an. Mit viel Hoffnung und ein paar neuen Projekten im Kopf begann ich meine Ziele zu verfolgen. Mein grösster Wunsch war, für die VASK ein eigenes Mitgliederorgan zu schaffen. Ich schätze mich glücklich, diesen Wunsch in die Tat umgesetzt zu haben. Alle die Neuerungen und die Verwirklichung von Ideen hätte ich nicht realisieren können, wenn ich mich nicht immer vom Vorstand, den Freiwilligen und überhaupt von allen Mitgliedern getragen gefühlt hätte. Die wohlwollende Unterstützung, die Solidarität und das Vertrauen gegenüber meiner Person haben mich tief berührt. Ausserordentlich geschätzt habe ich auch immer das liebevolle «Miteinander» und ich bewundere das grosse Engagement jedes Einzelnen.

Für diese Wertschätzung und für alles, was ich erleben durfte, bedanke ich mich bei allen ganz, ganz herzlich.

Ein spezieller Dank geht an unsere Sekretärin der Geschäftsstelle, Frau Marlis Cueni. Mit Marlis konnte ich all diese Jahre wunderbar und konstruktiv zusammenarbeiten. Ohne Frau Cueni würden z.B. die «VASK Nachrichten» kaum in dieser doch anspruchsvollen Art erscheinen können. Mit viel Wissen, Sorgfalt und Liebe bereitet sie jeweils diese Broschüre technisch vor.

Dem im April 2012 zu wählenden designierten Präsidenten Ralf Eschweiler wünsche ich viel Erfolg und Befriedigung in seinem Amt.

Selbstverständlich werde ich der VASK in irgendeiner Form treu bleiben. Als Freiwillige werde ich punktuell Aufgaben übernehmen. Auch werde ich die VASK Nachrichten so lange begleiten, bis das Überleben der Schrift gesichert ist und in andere Hände gelegt werden kann.

Beratungs- und Kontakttelefon

Rosmarie Hug

Im Zuge der personellen Veränderungen im VASK-Mitarbeiter-team habe ich vor einem Jahr die Ressortleitung des Kontakt- und Beratungstelefon übernommen. Ich habe schon vorher vier Jahre im Team meiner Vorgängerin Alice Egloff mitgearbeitet. Als pensionierte Praxisassistentin, die immer gerne den Telefondienst in der Arztpraxis übernahm, liebe ich den Kontakt mit den Ratsuchenden am Draht sehr.

Es ist mir immer ein grosses Anliegen bei einer Beratung zu spüren, wo der Angehörige in seinem Prozess steht. Ist er neu mit einer psychischen Krankheit konfrontiert und braucht er Erstinformationen oder geht ihm bei einer schon länger dauernden Belastung die Energie aus und benötigt er Unterstützung und Würdigung seines Engagements? Braucht er in einer schwierigen Situation die Bestätigung, dass er Grenzen setzen darf und sich nicht mehr verantwortlich für die Situation fühlen muss? Oder kann man ihm ganz einfach mit einer Adresse wie: Freizeitangebote für den Betroffenen, Vermittlungsstelle für betreutes Wohnen, für eine Tagesstruktur oder unsere VASK-internen Beratungsangebote weiterhelfen?

Unterstützt werde ich von drei kompetenten Telefonberaterinnen, die einerseits durch ihren eigenen Hintergrund und

andererseits auch durch ihren beruflichen Werdegang sehr viel Erfahrung und ein gutes Gespür für die Gespräche mit den Angehörigen mitbringen. Glücklicherweise bin ich auch, dass eine meiner Kolleginnen bereit ist das Notfalltelefon zeitweise zu übernehmen. Seit bald zwei Jahren bieten wir für dringende Fälle oder wenn die normalen Telefonzeiten nicht passen, diese Möglichkeit an. Sie wurde 2011 gegen 30 Mal genutzt.

Für uns Telefonberaterinnen ist es auch eine grosse Entlastung, dass wir unsere professionellen Beraterinnen empfehlen können, wenn wir merken, dass beim Ratsuchenden eine grosse Not herrscht und er keine Perspektive mehr sieht. So können wir Telefonberaterinnen oft auch die Verantwortung etwas abgeben, hören wir doch viele traurige Geschichten und Schicksale. Oft entstehen aber auch wunderbare, lebendige, philosophische Gespräche mit älteren besorgten Müttern, oft auch Vätern oder jungen PartnerInnen und Geschwistern, die in der Beziehungsgestaltung verunsichert sind.

Für mich und meine Kolleginnen ist das Beratungstelefon eine sinnvolle und bereichernde Arbeit, die uns eine grosse Befriedigung bringt.

Treffpunkte

Rosmarie Hug

Für neu betroffene Angehörige sind unsere Selbsthilfe-Treffpunkte sehr wertvoll. Sie werden von erfahrenen Angehörigen, teilweise auch von Fachpersonen geleitet.

Für folgende Gruppen können wir Treffpunkte anbieten:

- Eltern, Verwandte und Freunde
- Partnerinnen und Partner
- erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern
- Angehörige von Borderline-Kranken

Immer wieder erleben wir, dass Angehörige mit Schuldgefühlen und Vorwürfen belastet im Treffpunkt Rat und Unterstützung suchen. Viele sind erschöpft von der ständigen Anspannung, Sorge und Angst. Die Passivität der Betroffenen drängt die Angehörigen oft geradezu in eine überaktive und überfürsorgliche Rolle hinein.

Nebst Informationen über die Störungen unserer Betroffenen, versuchen wir zum Beispiel im Gruppenaustausch herauszufinden, wie wir Veränderungen in Gang bringen können, da der Patient ja in seiner Festgefahrenheit die geringste Möglichkeit hat etwas zu ändern.

Durch gegenseitige Unterstützung und neue Sichtweisen lernen die Teilnehmenden wieder vermehrt, sich eigene Wünsche und Sehnsüchte zu gestatten und sich so auch wieder mehr Luft und Freiraum zu schaffen. So kann in der Familie oder der Partnerschaft wieder neue Lebensqualität entstehen und Schuld- und Schamgefühle können abgebaut werden.

Schulungen

Urs Alter

Auch im Jahr 2011 konnten wir in den beiden Ausbildungsstätten für Pflegeberufe mit zukünftigen Pflegenden die Anliegen der VASK thematisieren und bearbeiten. Wir waren je zweimal tätig in Winterthur, im Zentrum für Ausbildung im Gesundheitswesen des Kantons Zürich ZAG, und in Zürich, im Careum Bildungszentrum. Die Zielsetzung für die Durchführungen unserer Schulungen blieb die gleiche: Wir wollen die zukünftigen Pflegenden für die Erwartungen und Bedürfnisse der Angehörigen sensibilisieren. Wir stellten dabei fest, dass die VASK in diesen Ausbildungsinstitutionen willkommen ist und dass das angehende Pflegepersonal sehr interessiert an den Anliegen der VASK ist. Vor allem wird immer wieder geschätzt, wie wir als

Betroffene auf die konkreten Fragen eingehen. Da wir es mit Klassengrößen von bis zu 50 Auszubildenden zu tun haben, sind wir an diesen Kursen immer zu dritt oder zu viert anwesend. Dies erlaubt uns, auch in kleineren Gruppen zu arbeiten und so direkte Gespräche mit den jungen Auszubildenden zu führen.

Der Verantwortliche für die Organisation dieser Schulungen möchte in diesem Jahr diese Tätigkeit abgeben. Ein Nachfolger oder eine Nachfolgerin ist noch nicht gefunden. Wer Interesse daran hat, soll sich doch mit Urs Alter (Tel. 044 363 11 52) in Verbindung setzen. Die Aufgabe macht Freude, es finden sich auch immer genügend VASK-Mitglieder, welche bei solchen Veranstaltungen mit dabei sind. Man ist also als Verantwortlicher nicht allein.

Schulungen von Polizeiaspirantinnen und Polizeiaspiranten Eugen Gomringer

Auch im vergangenen Jahr durften wir im Rahmen der Grundausbildung an acht Ausbildungstagen alle Schulklassen der Stadt- und Kantonspolizei sowie der Polizeischule Amriswil besuchen. Die Polizeischule Amriswil bildet für elf Kantone der Ostschweiz Polizisten aus.

Wir Angehörigen von psychisch kranken Menschen sammeln im langjährigen Umgang mit diesen Menschen Erfahrungen, welche wir an den Workshops den Auszubildenden weitergeben können. Mit den Lektionen erreichen wir bei den zukünftigen Polizisten eine Sensibilisierung für die besonderen Bedürfnisse der Angehörigen, aber auch einen Einblick in die spezielle innere Welt von psychisch Kranken. Das hilft beim Abbau von Ängsten und Vorurteilen und verbessert den Umgang mit psychisch Kranken, insbesondere bei der schwierigen Umsetzung eines Fürsorgerischen Freiheitsentzuges.

Besonders gefreut hat uns, dass ein Stadtpolizist für die «Eidgenössische Höhere Fachprüfung» als Diplomarbeit das Thema Umgang mit psychisch Kranken gewählt hat. Wir konnten ihm dabei als Interviewpartner behilflich sein und gratulieren ihm zum erfolgreichen Abschluss der Prüfung sowie zu der sehr gut verfassten Diplomarbeit.

Ab nächstem Jahr wird die Grundausbildung für Stadt- und Kantonspolizei zusammengelegt. Wir danken den Verantwortlichen, dass unsere Workshops auch weiterhin im Lehrplan einen festen Platz haben.

Beratungsstelle VASK

Constantine Bobst

Die Vernetzung mit der Telefonberatung und die gute Zusammenarbeit mit den Telefonberaterinnen haben im vergangenen Jahr Früchte getragen, was sich in der Verdoppelung der Beratungen zeigt.

Das Beratungsteam setzte sich aus insgesamt vier Fachpersonen (Constantine Bobst, Verena Kündig, Monika Staub, Elke Ziegler) und einer Praktikantin (Martina Uttinger) zusammen. Verena Kündig zog sich aus der aktiven Beratungstätigkeit zurück, steht der VASK aber weiterhin bei Engpässen zur Verfügung.

Martina Uttinger schloss im Herbst mit der Lizentiatsprüfung ihr Studium in Psychologie an der Universität Zürich ab. Sie wird nun auch selbstständig Beratungen übernehmen. Frau Uttinger ist weiterhin verantwortlich für die Entwicklung und Erfassung statistischer Daten – ein wichtiges Instrument zur Erhebung und Verbesserung unserer Dienstleistungen.

Monika Staub gab die Leitung des Ressorts Beratungsstelle an der Generalversammlung an Constantine Bobst weiter. Monika

Staub hat die Beratungsstelle vor 7 Jahren aufgebaut und auch die Verantwortung für das Ressort übernommen. An dieser Stelle möchten wir ihr ganz herzlich danken für ihre erfolgreiche Arbeit.

Die Aufgaben des Beratungsteams sind in vier Sitzungen angegangen worden. Im ersten Teil werden jeweils die anfallenden Aufgaben besprochen und verteilt. Die zweite Hälfte dient der Intervention, das heisst, der gemeinsamen Auseinandersetzung mit schwierigen Beratungssituationen.

Um die bestmögliche Qualität der Beratungen zu garantieren, nahmen die Beraterinnen zudem zwei Supervisionen in Anspruch. Hier erhalten sie die Möglichkeit, ihre Tätigkeit mit einer externen Fachperson zu reflektieren und Schwierigkeiten zu klären.

Mit den Therapeutinnen des Kinderprojekts der VASK wurde neu vereinbart, sich zum Austausch nur noch einmal jährlich zu treffen. Die Mitarbeiterinnen der VASK-Beratungsstelle sind, ausser einer Person, alle berufstätig. Die freiwillige, unbezahlte Arbeitskraft soll nicht mit Sitzungen aufgebraucht werden, sondern in erster Linie für die Beratung Angehöriger von psychisch kranken Menschen zur Verfügung stehen.

W *Beziehung ist...*
andlung

W *Beziehung ist...*
ichtig

Fundraising

Hansruedi Winter

2011 war ein weiteres schwieriges Spendenjahr, in welchem diverse Firmen die Spendenbudgets reduzierten. Wie immer fanden wir trotz der wirtschaftlich schlechten Situation einige neue Sponsoren. Dank diesen und einigen treuen Spendern aus früheren Jahren war es uns möglich, in unserer Jahresrechnung ein nur leicht negatives Ergebnis zu erzielen.

Die Einnahmen fielen um ca. 10'000 Franken geringer aus. Dadurch, sowie aufgrund der gestiegenen Kosten, entstand ein Verlust von ca. 15'000 Franken.

Für 2012 sehe ich keine grosse Verbesserung des Spendenklimas. Daher wiederhole ich meinen alljährlichen Appell an alle VASK-Mitglieder, mich bei der Geldsuche zu unterstützen: Bitte überlegt, ob Ihr eine Privatperson, einen Verein, eine Firma oder eine Stiftung kennt, welche bereit wäre, die VASK finanziell zu unterstützen.

Bitte meldet mir Eure Ideen per Post oder E-Mail:

Hansruedi Winter, Erlenstrasse 25, 8810 Horgen

E-Mail: hwinter@bacada.com

Bankverbindung VASK Zürich:

Zürcher Kantonalbank, 8010 Zürich

z.G. VASK Zürich, Konto Nr. 1100-6668.013

Besten Dank

A *Beziehung ist...*
Austausch

Kinderangebot

Lydia Bosshard

Das Kinderprojekt «Begleitung von Kindern und Jugendlichen mit einem psychisch kranken Elternteil» ist im Jahr 2011 gewachsen. Der neue Flyer des Therapeutinnenteams und die Präsenz im Internet optimieren das Anmeldeverfahren für betroffene Familien und interessierte Institutionen. Die Kinder werden seit einem Jahr an drei Orten – Zürich, Uster und Feldmeilen – von vier Therapeutinnen begleitet, in ihren Bedürfnissen wahrgenommen und gefördert. Diese kreative Tätigkeit mit präventiver Wirkung wird vollumfänglich durch Spenden von Einzelpersonen und Institutionen finanziert.

Es ist uns ein besonderes Anliegen, unseren herzlichen Dank an alle Spender und Spenderinnen zu richten. Seit Beginn des Kinderprojekts hat uns die Oertli Instrumente AG, Berneck, jährlich unterstützt. Der Kiwanis Club Uster hat anlässlich seines 25-Jahre-Jubiläums unser Projekt für seine grosse Jubiläumsspende ausgewählt. Berührt hat uns bei einer privaten Vergabe der persönliche Hinweis, wie nötig die Kinderbegleitung schon vor siebzig Jahren gewesen wäre – und wie gut es sei, dass es dieses Projekt heute gebe!

Wir bieten Räume an, wo die betroffenen Kinder – in Gesprächen, mit Malen, Theaterspielen, Musikmachen, Tanz und Bewegung – ihre Situation und ihre Bedürfnisse wahrnehmen und zum Ausdruck bringen können. Wir erleben immer wieder, wie die Kinder Wege finden, um mit ihren schwierigen Lebensbedingungen umzugehen. Das stärkt ihr Selbstbewusstsein und macht sie handlungsfähig. Damit dies gelingt, braucht es Prävention. Das professionelle Kinderprojekt dient der Früherkennung von Verhaltensauffälligkeiten. Darum richtet sich das Projekt schon an Kinder ab vier Jahren. So werden für das Kind und für die Familie Wege aus der Isolation erarbeitet und ihre Lebensqualität wird verbessert.

Ganz herzlichen Dank

unseren Spendern, die uns immer wieder in grosszügiger Weise unterstützen.

Dies sind **Mitglieder, Gönner, Freunde und Bekannte** mit einem Betrag von **9'850.00**

Kirchgemeinden

Evang.-reform. Kirchgemeinde Wallisellen	175.30
Kirchgemeinde Aussersihl, Zürich	132.55
Röm. Kath. Kirchgem. Bruder Klaus, Zürich	200.00
Reformierte Kirchgemeinde Egg	446.15
Evangelische Kirchgemeinde Arbon	500.00
Evangelisch.-reformierte Kirchgemeinde Oberrieden	500.00
Reformierte Kirchgemeinde Küsnacht	1'000.00

Stiftungen, Institutionen und Firmen

Salomon Franco, Wangen	200.00
Stiftung Sigfried Giedion	200.00
Bayside Services S.A.	200.00
MIGROS-KULTURPROZENT, Zürich	300.00
Potesta AG, Wallisellen	400.00
Zürcher Stiftung für psych. Kranke	500.00
Anna Maria und Karl Kramer Stiftung	500.00
Zürcher Kantonalbank, Zürich	1'000.00
EKZ, Elektrizitätswerke des Kantons Zürich	2'000.00
ASTRA Zeneca AG (für VASK Nachrichten)	3'000.00
Adele Koller-Knüsli Stiftung	5'000.00
Gesundheitsdirektion des Kantons Zürich	10'000.00
Total Spenden	36'104.00

Spenden für unser Kinderangebot

Oertli Instrumente AG	2'000.00
Kiwanis Club Uster	10'000.00
Ochsner Gertrud	5'000.00
Total Spenden für Kinderangebot	17'000.00

Jahresrechnung 2011

Einnahmen	2011	2010
Mitgliederbeiträge	29'598.00	27'830.00
Spenden	26'104.00	55'721.70
Spenden Kinderangebot	17'000.00	0.00
Kantonsbeitrag Gesundheitsdirektion	10'000.00	10'000.00
Seminar-Kurse	3'803.00	7'566.00
Kontakttelefon, Unterlagen, Treffpunkte	115.00	719.00
Honorare für Beratungsstelle	5'405.00	2'000.00
Weiterbildung Kliniken, Schulen	4'540.00	3'660.00
Anlässe	932.40	1'820.20
Kinderangebot Einnahmen	915.00	13'520.00
VASK Schweiz Leistungsvereinbarungen	14'033.60	0.00
Zinsertrag	1'627.34	1'559.98
Total Einnahmen	114'073.34	124'396.88
Ausgaben		
Löhne Sekretariat	29'822.00	29'822.00
Sozialleistungen Sekretariat	5'598.05	5'637.66
Entschädigung MitarbeiterInnen	13'445.00	12'000.00
Supervision/Weiterbildung	593.60	400.00
Sonstiger Personalaufwand	2'054.95	6'001.85
Miete, inkl. Unkosten	16'238.64	17'115.70
Bank- und Postspesen	392.75	340.35
Unterhalt, Reparaturen EDV	3'046.30	4'015.40
Büromaterial	3'443.70	1'948.10
Porto, Telefon, Website, Versand	4'840.90	4'956.80
Fachliteratur, Zeitschriften	60.55	0.00
Institutionsbeiträge	145.00	753.00
VASK Schweiz Mitgliederbeitrag	14'647.60	0.00
Werbung, Inserate	7'288.75	7'228.10
Auflösung Rückstellung Werbung	0.00	0.00
Treffpunkte, Seminare	3'748.60	9'534.00
Anlässe	5'194.70	2'902.90
Beratungsstelle, Auslagen	391.05	261.40
Kinderangebot Auslagen	8'209.50	4'173.25
Rückstellung Infrastruktur (EDV)	0.00	5'000.00
Rückstellung Werbung	0.00	5'000.00
Rückstellung Kinderangebot	9'752.25	9'300.00
Total Ausgaben	128'913.89	126'390.51
Jahresgewinn/-verlust	-14'840.55	-1'993.63

Bilanz 2011

Aktiven	31.12.2011	31.12.2010
Kasse	299.50	1'006.30
PC 80-35634-1, Versand	3'702.51	4'115.61
Kontokorrent ZKB 6668.013	48'628.27	56'380.63
Sparkonto ZKB 372416.5	52'533.85	52'362.05
Sparkonto ZKB 3.068681.0 - Fonds	18'209.35	18'149.80
Depositenkonto ABZ D513267	61'533.35	60'988.30
Mietzinskaution UBS 811440	4'310.35	4'296.05
WS-Konto ZKB 141070	30'435.00	30'738.00
Debitoren	0.00	482.90
Verrechnungssteuer-Guthaben	386.85	527.10
Transitorische Aktiven	928.10	802.10
Büroeinrichtungen	1.00	1.00
EDV	1.00	1.00
Jahresgewinn/-verlust	-14'840.55	-1'993.63
Total Aktiven	235'809.68	231'844.47
Passiven		
Kreditoren	2'899.90	8'539.11
Transitorische Passiven	3'329.50	1'483.70
Rückstellung für Infrastruktur (EDV, Sekretariat und Kurse)	15'000.00	15'000.00
Rückstellung Werbung	5'000.00	5'000.00
Rückstellung Kinderangebot	22'752.25	13'000.00
Eigenkapital	171'404.68	173'398.31
Fonds Supervision/Weiterbildung	15'423.35	15'423.35
Jahresgewinn/-verlust	0.00	0.00
Total Passiven	235'809.68	231'844.47

Bericht der Revisoren

Ueli Bader, Verena Schenker

Als Revisoren der VASK Zürich haben wir die auf den 31. Dezember 2011 abgeschlossene Jahresrechnung kontrolliert und stichprobenweise geprüft.

Die Rechnung schliesst mit einem Verlust von Fr. 14'840.55 ab.

Gemäss unserer Beurteilung entsprechen die Buchführung und die Jahresrechnung Gesetz und Statuten. Die Buchhaltung ist sauber und sorgfältig geführt.

Wir empfehlen deshalb, die vorliegende Jahresrechnung zu genehmigen.

Zürich, 9. Februar 2012

A *Beziehung ist...*
Aushalten können

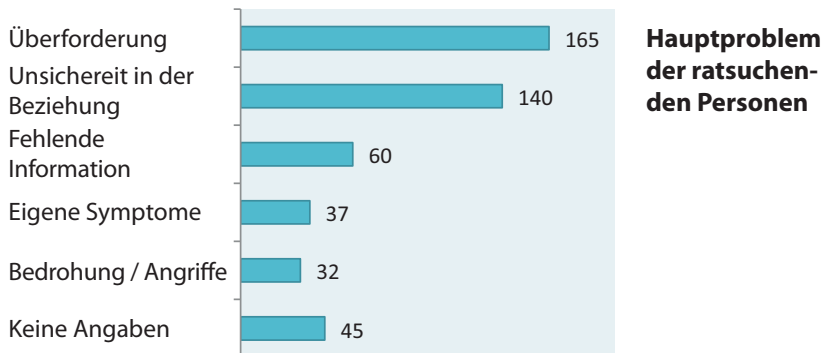
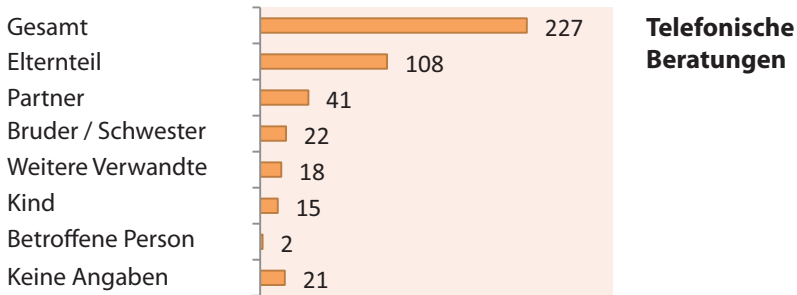
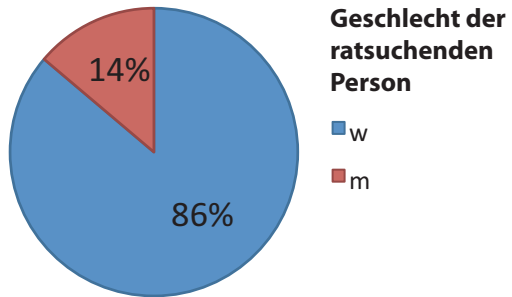
V *Beziehung ist...*
Verbindlichkeit

VASK Statistik 2011 – Telefonische Beratungen

Martina Uttinger

Die telefonischen Beratungen haben sich im Jahr 2011 leicht gesteigert. Nach den Daten der letzten drei Jahre scheint dieser Bedarf ungefähr stabil zu bleiben. Die folgenden beiden Grafiken zeigen die Art der Angehörigkeit und das Geschlecht der Personen an, die sich telefonisch an die VASK wandten.

Die Angehörigen suchten vor allem Hilfe, weil sie sich mit ihrer Situation überfordert fühlten. Viele waren unsicher in der Gestaltung der Beziehung zum psychisch erkrankten Familienmitglied. Einigen fehlten auch Informationen bezüglich Behandlungsmöglichkeiten und Art der psychischen Erkrankungen. Oft zeigten Angehörige selber Symptome psychischer Erkrankungen.



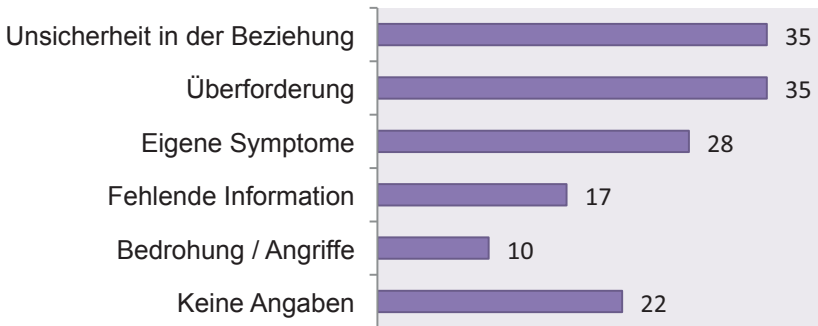
VASK Statistik 2011 – Persönliche Beratungen

Martina Uttinger

Im Jahr 2011 wurden in der VASK im Rahmen von 82 Beratungen 92 Personen beraten. Die Anzahl der Beratungen hat sich im Vergleich zum Vorjahr verdoppelt.

Die folgende Grafik zeigt, welche Anliegen bei den ratsuchenden Personen im Vordergrund standen.

Hauptproblem der ratsuchenden Personen



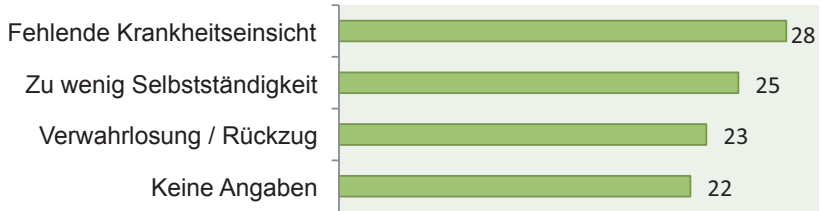
Die Beratungsstelle wurde vor allem wegen Unsicherheit im Umgang mit betroffenen Familienmitgliedern sowie Überforderung mit der Situation aufgesucht.

Ebenfalls steigerte sich der Anteil der Angehörigen, welche selber Symptome psychischer Erschöpfung zeigten. Die Anzahl von Angriffen bedrohter Angehöriger ist gering, aber konstant geblieben.

***L** Beziehung ist...
Lebensenergie*

Das Hauptproblem der betroffenen Personen aus Sicht der bei der VASK beratenen Angehörigen wird aus folgender Abbildung ersichtlich.

Hauptproblem der betroffenen Personen



Im Vergleich zum Vorjahr wird deutlich häufiger Verwahrlosung und Rückzug des Betroffenen angegeben.

Etwas mehr als die Hälfte der beratenen Personen nahmen Sachinformationen mit, 16% liessen sich Adressen von Stellen geben, bei denen die Möglichkeit besteht, weitere Hilfe und Informationen zu erhalten.

Die grosse Mehrheit der von der VASK beratenen Personen profitierte von den Beratungen und konnte die eigene Situation verbessern.

Einige von ihnen nahmen mehrere Beratungen in Anspruch. Viele Weitere liessen die Möglichkeit offen, sich bei Bedarf erneut bei der VASK zu melden und beraten zu lassen.

Erwachsenwerden in der Beziehung mit einer psychisch kranken Mutter

Constantine Bobst

Fallbeispiel: Eine Mitarbeiterin des Beratungstelefons der VASK meldet die 19-jährige Caroline (Name geändert) für die persönliche Beratung auf unserer Beratungsstelle an. Ihre Mutter hatte nach einem Beziehungsabbruch mit dem Freund einen Nervenzusammenbruch erlitten und war nach einer stationären psychiatrischen Behandlung sehr verändert und kaum ansprechbar. Der Vater hatte sich das Leben genommen, als Caroline noch sehr klein war und nun hatte sie grosse Angst, ihre Mutter könnte sie auch verlassen.

In der Vergangenheit war Caroline für ihre Mutter Stütze und Freundin gewesen. Vor wenigen Wochen waren die beiden in eine neue Wohnung eingezogen.

Am Anfang der Beratung war es sehr schwierig mit Caroline ins Gespräch zu kommen. Sie wirkte verstört und verunsichert und die Kommunikation ertrank in ihren Tränen. Langsam entstand aber ein Bild von einer Mutter-Tochter-Beziehung, das geprägt war von sehr hohen Erwartungen und Vorschriften der Mutter an die Tochter, welche diese nicht zu erfüllen vermochte. Depression, Rückzug und das Einbrechen der Schulleistungen waren bei der jungen Frau die Folgen. Sie verlor sich zunehmend in ihrer Trauer.

Knapp vier Monate vor der Lehrabschlussprüfung meldete sich Carolines Lehrmeister. Sie sei eine der besten Lehrtöchter gewesen, er mache sich nun aber Sorgen um den Lehrabschluss. Caroline habe offensichtlich Probleme und die Leistungen würden dadurch beeinträchtigt. Er bat mit ausdrücklicher Erlaubnis von Caroline um regelmässige Beratungen und Begleitung der jungen Frau durch die VASK. Da Caroline Vertrauen in die Beraterin gefasst habe, sei der Lehrbetrieb bereit, die Beratungen mitzufinanzieren.

Im nächsten Beratungsgespräch zeigte sich, dass die Beziehung zwischen Mutter und Tochter sehr belastend und unhaltbar geworden war. Caroline entschied sich dazu, vorübergehend bei einer Freundin zu wohnen und setzte dies schon am folgenden Wochenende um. Die telefonische Einladung zu einer Standortbestimmung aller Beteiligten im Lehrbetrieb wollte die Mutter daraufhin nicht annehmen. Dem schriftlichen Aufgebot folgte sie dann widerwillig. Im gemeinsamen Gespräch agierte die Mutter ihre Wut und Kränkung wegen des Wegzugs voll gegen die Tochter aus. Dabei wurde sehr deutlich, dass sie Caroline wenig Eigenverantwortung zutraute und sie nicht weggehen lassen wollte. Der Wohnortwechsel war aber dringend notwendig, damit sich Caroline auf die Lehrabschlussprüfung konzentrieren konnte und nicht völlig von den Problemen der Mutter aufgegeben wurde. Mit Hilfe des Lehrmeisters wurde eine provisorische Unterkunft für Caroline gefunden und durchgesetzt.

In den darauffolgenden Beratungen wurden Carolines Ressourcen und Fähigkeiten erforscht, entwickelt und gestärkt. Sie lernte, sich von den Vorwürfen der Mutter abzugrenzen ohne die Beziehung zur Mutter abzubrechen, um sich aufs Arbeiten für die Abschlussprüfung konzentrieren zu können. Die Gespräche halfen ihr auch, die Schwierigkeiten ihrer alleinerziehenden Mutter einzuordnen. Nach nur wenigen Wochen war erfreulicherweise auch die Mutter in der Lage, Caroline in einem Brief zuzugestehen, dass auch sie Verständnis aufbringen könne für die Situation ihrer Tochter.

Caroline schaffte den Lehrabschluss mit Bravour. Sie ist ganz von zu Hause ausgezogen und im Lehrbetrieb wurde ihr eine Festanstellung angeboten. Die Kommunikation mit der Mutter hat sich normalisiert und die Besuche zu Hause empfindet Caroline als nicht mehr so anstrengend. Sie ist selbstsicherer geworden und kann sich an ihrem Leben wieder freuen. Während 9 Monaten mit insgesamt 10 Sitzungen hat Caroline grosse Schritte in der Ablösung von der Mutter hin zum Erwachsenenleben vollzogen, und weitere Beratungen waren nicht mehr notwendig.

Medikamente in der Psychiatrie

Ruth Dual

Die ersten Psychopharmaka kamen in den frühen 50er Jahren auf den Markt. Eines der ersten, ein Neuroleptikum, war das Medikament Largactil. Der Einsatz von Psychopharmaka hat die Versorgung der Kranken, die Psychiatrie im Ganzen nachhaltig verändert. Die Dauer der stationären Behandlung wurde verkürzt und die Kliniken konnten geöffnet werden. Trotzdem, nicht alle Patienten können davon profitieren, unerwünschte Wirkungen sind häufig und zum Teil gravierend. Insofern sind die Wünsche an ein solches Medikament bis heute weitgehend unerfüllt geblieben.

Stand der Forschung

Die Ursachen der meisten psychischen Erkrankungen kennt man nach wie vor nicht. Die moderne Hirnforschung ist im Moment hoch aktiv. Mit bildgebenden Verfahren ist es heute möglich, dem Gehirn bei der Arbeit quasi zuzusehen wie die Signalübertragung und Verarbeitung in der Nervenzelle vor sich geht. Deshalb besteht die Hoffnung, dass weitere Fortschritte in der medikamentösen Behandlung psychischer Krankheiten gemacht werden können.

Die Unterscheidung von Psychopharmaka

Neuroleptika

Diese Medikamente wirken antipsychotisch, werden also gegen Halluzinationen, Wahnideen, Unruhe, Erregungszustände und schwere Schlaflosigkeit eingesetzt. Solche Zustände können im Rahmen von schizoaffektiven oder hirnorganischen Störungen, Manien, somatischen Erkrankungen, Depressionen und schweren Angstzuständen auftreten.

Beispiele von Handelsnamen: Risperdal, Solian, Zyprexa, Leponex, Haldol...

Antidepressiva

Sind sogenannte Stimmungsaufheller und können gegen Depressionen gegeben werden. Erst wenn wochen- oder monatelang anhaltende schwere Zustände von Niedergeschlagenheit, Verzweiflung und Antriebslosigkeit vorliegen, wird ein solches Medikament eingesetzt. Die Wirkung dieser Medikamente tritt in der Regel erst nach 1 - 2 Wochen ein.

Beispiele von Handelsnamen: Remergil, Seroxal, Citalopram...

Tranquilizer

Sind primär Medikamente zur Beruhigung und eignen sich nicht für eine Langzeitbehandlung, weil sie schnell abhängig machen. Die Wirkstoffe der meisten Beruhigungsmittel sind Benzodiazepine. Sie werden nach Möglichkeit nur während kürzerer Zeit verordnet und bei Angst, Unruhe und Spannungszuständen aller Art und verschiedenen Ursprungs eingesetzt.

Beispiele von Handelsnamen: Valium, Tavor, Librium, Seresta...

Stimulanzien

Sind anregende Medikamente, sogenannte Aufputschmittel (Doping beim Sport). Die Konzentration und Unternehmungslust wird gesteigert. Müdigkeit wird unterdrückt. Stimulanzien werden wegen der Gefahr des Missbrauchs eher selten eingesetzt, ab und zu in Kombination mit Antidepressiva.

Ausnahme: Kinder mit Konzentrationsstörungen werden oft mit Ritalin therapiert.

Beispiele von Handelsnamen: Amphetamin, Ritalin...

Nootropika und Antidemenz-Medikamente

Werden bei Aufmerksamkeits-, Gedächtnis- oder Wahrnehmungsstörungen eingesetzt, meist bei älteren Menschen, welche eine Störung ihrer kognitiven Leistungen haben beziehungsweise bei einer beginnenden oder fortgeschrittenen Demenz.

Beispiele von Handelsnamen: Donezepil, Pirazerall...

Schlafmittel

Werden bei Ein- und Durchschlafstörungen verordnet und sind mit den Substanzen der Tranquilizer eng verwandt. Sie haben ebenfalls ein Suchtpotenzial und die Wirkung nimmt bei häufigem Gebrauch oft ab.

Beispiele von Handelsnamen: Stilnox, Ximovan...

Medikament gegen Nebenwirkungen

Bei schweren Nebenwirkungen, insbesondere von Neuroleptika, kann ein Gegenmedikament verordnet werden, das diese sogenannten extrapyramidalen Störungen reduzieren kann.

Name: Akineton

W *Beziehung ist...*
underschön

E *Beziehung ist...*
in Gegenüber

S *Beziehung ist...*
Schritte zu geben

Das quälende Gefühl der Ohnmacht

Artikel aus der BaZ anlässlich des EUFAMI Congresses

Angehörige von psychisch Kranken leben mit Schuldgefühlen – und brauchen selbst Hilfe

Basel. In Basel-Stadt gibt es 12'000 Menschen, die an einer mittleren bis schweren Depression leiden. Jeder zweite Mensch wird im Laufe seines Lebens von einer psychischen Störung betroffen sein. Psychische Erkrankungen sind eine Volkskrankheit und beeinträchtigen das Leben der Betroffenen stark. Aber oftmals geht vergessen, dass auch die Angehörigen von psychisch Kranken genauso leiden. Und während die Patienten in einer Klinik oder von einem Psychotherapeuten betreut werden, bleiben Angehörige oft alleine, von Scham- und Schuldgefühlen geplagt, hilflos.

Diese Erfahrung hat auch Annemarie Müller* gemacht. Die 65-Jährige wohnt in der Region, ist Mutter von zwei Kindern, verheiratet. Sie erzählt der BaZ von ihrem Sohn Thomas*. Er war ein «gschpüriges» Kind, verletzlich, nahm das Leben ernster als andere Kinder. Er sei oft ausgegrenzt worden, erzählt die Mutter. Ein halbes Jahr vor der Matur litt er an einer starken Depression mit Suizidgedanken. «Er lernte nicht mehr, hat fast nicht mehr gesprochen», erzählt Müller. Zusammen mit dem Sohn entschied die Familie, dass etwas geschehen müsse. Eine gute psychologische und psychiatrische Behandlung in der Region zeigte Wirkung: Thomas bestand die Matur souverän und begann ein Studium an der ETH Zürich.

Visionen fürs Kind loslassen

Es folgten aber weitere Rückschläge. Thomas wechselte die Studienrichtung, «konnte irgendwie nichts festhalten», erzählt die Mutter. Hinzu kamen Suchtprobleme. «Oft hatten wir als Familie Angst, dass Thomas sich umbringen könnte und niemand in seiner näheren Umgebung in Zürich es merken

*Name geändert

würde». Sie getrauten sich aber auch nicht, allzu oft anzurufen, erzählt Müller, da sie ihn ja auch nicht kontrollieren wollten. Thomas ging es immer schlechter, «er fühlte sich nicht gesund», bis der damals 29-Jährige selber den Wunsch äusserte, in eine psychiatrische Klinik einzutreten. Dort diagnostizierten die Ärzte eine Borderline-Persönlichkeitsstörung.

Nach dem längeren Aufenthalt in der Klinik arbeitet Thomas nun schon seit einigen Jahren zu 100 Prozent im IT-Bereich, die Umschulung wurde ihm von der Invalidenversicherung ermöglicht. Er gehe weiterhin zu einem Psychotherapeuten in der Region und brauche nach wie vor unterstützende Medikamente, da er noch sehr stress- und frustrationsanfällig sei, wie die Mutter erzählt. Das soziale Leben bleibe weitgehend auf der Strecke. Aber: «Er arbeitet und sein Leben macht für ihn einen Sinn. Wir sind sehr stolz auf ihn», sagt Annemarie Müller. Trotzdem mache es auch traurig, die Visionen für ein Kind loszulassen.

Nicht nur für Thomas war und ist es eine schwere Zeit, auch für die Familie. «Als Angehörige kämpft man mit vielen Schuldgefühlen», sagt Müller. «Haben wir die Zeichen nicht erkannt? Hätten wir die Entwicklung der Störung verhindern können? Sind wir mit unserer Erziehung mitschuldig?» Das Gedankenkarussell beginne sich zu drehen um die Frage: «Was habe ich falsch gemacht?» schildert Müller. Durch diese Schuldgefühle gerate man in eine «Überverantwortlichkeit», die nicht hilfreich sei und einen an die Grenze von Stress, Burn-out und Depression bringe. «Man wird selber krank», sagt Müller. Das belaste auch die Beziehung zum Partner.

Vorwürfe kamen anfangs auch vom Sohn. Die Eltern und die Erziehung seien Schuld an der Krankheit. Annemarie Müller ist froh, dass ihre Tochter die Kritik ihres Bruders nicht teilte. Trotzdem sagt die Mutter: «Vielleicht war ich nicht die starke Mutterfigur, die mein Sohn gebraucht hätte», sagt Müller rückblickend und fragt: «Aber ob man da von Schuld sprechen kann?»

Wie eine persönliche Niederlage

Wenn man dem eigenen Kind nicht helfen könne, dann fühle man sich «ohnmächtig», sagt die Mutter. Es ziehe einem den Boden unter den Füßen weg. Es fühle sich an wie eine persönliche Niederlage, ein Versagen. Bis auf den Psychotherapeuten aus der Region fühlte sich Müller von den Ärzten alleingelassen. Jener Psychotherapeut aber habe «trialogisch» gearbeitet und die Angehörigen miteinbezogen.

«Das hat uns sehr geholfen», sagt Müller. Hilfreich waren auch die klare Diagnose, welche die Ärzte in der Klinik stellten, und der Austausch mit anderen bei Seminaren und Treffen der Vereinigung von Angehörigen von psychisch Kranken (VASK). Man merke, dass andere die gleichen Scham- und Schuldgefühle hätten. Mittlerweile ist Müller selber im Vorstand von VASK Zürich tätig und betreut das Beratungstelefon.

Die Familie wird als Partner einbezogen

In den letzten fünf Jahren hat in der Psychiatrie ein Umdenken stattgefunden. «Man begann, die Konzepte auch auf Angehörige auszurichten», sagt Roland Vauth. Er ist der ärztliche Leiter der sozial-psychiatrischen Ambulanzen der Psychiatrischen Universitätsklinik, die ein Teil der Universitären Psychiatrischen Kliniken (UPK) ist. «Angehörige von Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen sind häufig sehr belastet», sagt Vauth. «Andererseits sind sie für einen günstigen Erkrankungsverlauf hoch bedeutsam». Denn 80% der Patienten kehren zur Stabilisierung nach einem Klinikaufenthalt wieder in die Obhut der Familie zurück.

Die UPK seien sich der wichtigen Rolle der Angehörigen von psychisch Kranken bewusst, sagt Vauth. «Wir versuchen, sie als Partner in die Behandlung einzubeziehen». Nicht nur mit Informationen, sondern auch mit praktischen Lösungen für schwierige Familiensituationen. Als Folge dieser Bemühungen findet dieses Wochenende der 5. Europäische Eufami-Kongress in den UPK statt.

Eufami ist der Zusammenschluss europäischer Angehörigenverbände von psychisch Kranken. Die UPK haben sich zusammen mit VASK Schweiz um den Kongress beworben. Dort diskutieren Fachpersonen, Angehörige und Betroffene «moderne Konzepte zur gemeindenahen Versorgung psychisch Kranker und deren Angehörigen». Es ist das erste Mal, dass der Eufami-Kongress in einer Psychiatrischen Klinik stattfindet. www.eufami.org

E Beziehung ist... *x*istenziell

Buchtipp

PSYCHIATRIE: EIN BLICK VON INNEN

Paul Hoff / Geschichte, Theorien, Fälle

Aus dem Inhalt

Brennpunkte im Überblick / Nosologie:
Was ist eine psychische Krankheit? / Diagnose: Wie wird sie festgestellt? / Therapie: Wie wird sie behandelt? / Wahn: Der gordische Knoten der Psychiatrie / Krankheitseinsicht: Über die Deutungshoheit in der psychiatrischen Behandlung / Zwang: Ist eine Behandlung gegen den Willen der betroffenen Person erlaubt, geboten, verboten? / Missbrauch: Nähe als Risiko / Von der Compliance zum Empowerment: Neue Wege der psychiatrischen Arzt-Patienten-Beziehung / Menschenbild: Als wen oder als was sieht die Psychiatrie den Menschen? / Literatur
ISBN-103-7296-0834-7



Eine Information für Angehörige

Präambel:

- 1. Neubetroffene Angehörige, welche sich einer zwangsweisen Einweisung ihres Betroffenen in eine Klinik gegenüber sehen, dem sog. FFE (fürsorgerischer Freiheitsentzug) oder ab 2013 genannter FU (fürsorgerische Unterbringung) sind oft nicht nur wegen der selbstredend dramatischen Situation hoch verzweifelt und hilflos, sondern auch deshalb, weil Angehörige in der Regel keinerlei Kenntnis davon haben, wie der Ablauf einer solchen Massnahme vor sich geht und vor allem wie es in der Klinik im Detail weiter geht.*
- 2. Ein heikler Punkt für Angehörige ist oft die Entlassung des Patienten aus der Klinik. Solche problematischen Schnittstellen sind bei Angehörigen Anlass für die meisten Beschwerden.*

Um hier etwas Klarheit zu schaffen und um Angehörige besser zu informieren, haben wir nachstehend ein Informationsblatt verfasst:

Wissenswertes:

- Für eine der oben erwähnten Massnahmen braucht es den Tatbestand einer akuten Fremd- oder Selbstgefährdung.
- Der Umstand wie jemand per FFE in die Klinik gebracht wird, hängt stark vom Verhalten des Patienten ab (Taxi, Ambulanz, Polizei).
- Ein FFE kann auch vom Hausarzt angeordnet werden. Es braucht keinen Psychiater dazu. (Kt. Zürich)
- Per Telefon wird der Klinik die Einweisung gemeldet.
- Der Patient kann je nach Verhalten entweder von den Angehörigen, der Sanität oder der Polizei auf die Station gebracht werden.
- Je nach der Schilderung des einweisenden Arztes zur Situation wird vorher bestimmt, auf welcher Station der Patient aufgenommen wird (offen oder geschlossen).

- Patienten mit einem FFE können auch in einer offenen Station aufgenommen werden.
- Die Personalien des Patienten sind der Klinik vor der Einweisung bereits bekanntgegeben worden.
- Nach der Ankunft in der Klinik wird das Gepäck sichergestellt und später nach gefährlichen Gegenständen durchsucht. Auch die Taschen des Patienten werden nach gefährlichen Gegenständen inspiziert.
- Der Patient wird nun vom zuständigen Arzt beurteilt. Dieser muss ihm auch seine zustehenden Rechte erklären. Der Patient hat das Recht, einen Rekurs gegen seine Einweisung beim Bezirksgericht einzureichen. Es dauert ca. 5 Tage, bis der Rekurs vom Richter behandelt wird.
- Eine somatische Untersuchung wie Blut- und Urinprobe gehören zur ersten Beurteilung.
- Das Ziel ist immer, mit dem Patienten ein Gespräch führen zu können, um mit ihm den weiteren möglichen Ablauf zu besprechen. (Medikamente etc.)
- Ist ein Gespräch möglich, wird dem Patienten der Schrankschlüssel ausgehändigt und er kann selber seine Sachen einräumen und das Bett belegen.
- Gefährdet der Patient akut sich selbst (schlägt z.B. Kopf gegen die Wand) oder verhält sich gegenüber den Betreuern sehr aggressiv, greift sie tätlich an, so kann eine Zwangsmedikation erfolgen. In der Regel wird ihm die Möglichkeit zu einer oralen Einnahme gegeben. Notfalls muss ein Medikament injiziert werden.
- In besonderen Fällen besteht die Möglichkeit, den Patienten vorübergehend in ein Isolierzimmer zu verlegen.
- Bei einem FFE muss täglich bewertet werden, ob die Gefährdung noch vorhanden ist.
- Therapeutisch wird in einem Dialog mit dem Patienten besprochen, was in der Klinik erreicht werden soll, welche Therapie sinnvoll ist und welche Beschäftigungsangebote der Patient besuchen soll.

Für die Angehörigen wichtig:

- Angehörige können sich jederzeit telefonisch mit dem Patienten in Verbindung setzen (ausser er ist im Isolierzimmer).
- Angehörige können jederzeit den Patienten vor Ort, also in der Klinik besuchen.
- Angehörige können sich jederzeit beim Pflegepersonal oder dem Arzt über das Befinden des Patienten erkundigen.
- Falls der Patient im Moment keine Infos von sich geben will, kann sich das Pflegepersonal oder der Arzt trotzdem äussern, wie es ihm geht.
- Angehörige sollen dem Arzt oder Pflegepersonal in jedem Fall ihre Besorgnisse und Bedenken um den Patienten mitteilen. Auch die Vorgeschichte, die Verhaltensweise, die Besonderheiten des Patienten sollen sie schildern. Das hilft zur Diagnosestellung, zur Therapie, auch dann, wenn der Kranke keine Informationen geben will.
- Angehörige sollen ihre Bedürfnisse äussern, Betreuer müssen zuhören können.
- Angehörige sind in aller Regel Ressourcen für den Patienten und keine Feinde.

Der Austritt aus der Klinik:

- Vor dem Austritt muss sichergestellt werden wo der Patient wohnen wird, wie seine Tagesstruktur ist und wer involviert ist.
- Wer führt die Behandlung weiter? Die Nachsorge sollte vor dem Austritt organisiert werden. (Psychiater, Ambulatorium, Hausarzt)
- Nach einem Austrittsgespräch, der Schlüsselrückgabe und der Bezahlung des Telefons wird der Patient entlassen.
- Alle weiteren administrativen Angelegenheiten, wie die Abrechnung für die Krankenkasse etc., werden in der Regel von der Klinik erledigt.
- Der Patient kann, falls er in der Lage ist, alleine die Klinik verlassen. Er kann von seinen Angehörigen abgeholt werden.
- In Einzelfällen kann eine Begleitung von der Klinik gestellt werden.



10 Tipps im Umgang mit psychotischen Menschen

Dr. med. Hans Kurt

Kontakt: Behalte mit dem psychotischen Menschen Kontakt (Besuche, Telefone, Einladungen), auch wenn du verunsichert bist und eine Entfremdung spürst. Akzeptiere aber auch, wenn er manchmal alleine sein will.

Hilfe: Biete ihm Hilfe an, aber nur wenn er alleine voraussichtlich die Aufgabe nicht bewältigen kann. Vermeide, dass er die Rolle des Patienten oder des Opfers spielen kann.

Verrückt: Beachte normales Verhalten, übersehe verrückte Verhaltensweisen ohne sie zu kritisieren oder sie zu disqualifizieren. Setze Grenzen, wenn du dich überfordert fühlst.

Kommunikation: Sprich klar und eindeutig mit ihm. Halte dich an Abmachungen. Achte darauf, dass er mit Reizen und Stress nicht überhäuft wird.

Unterstützung: Zeige dem Betroffenen Unterstützung und Wärme. Zuneigung kann auch ohne Worte über den Körper ausgedrückt werden! Wage es auch Konflikte auszutragen, er ist nicht aus „Porzellan“.

Wahnideen: Unterlasse es, ihm seine Wahnideen und Halluzinationen auszureden und vermeide diese „anzuheizen“. Teile ihm vielmehr deine eigene Wahrnehmung mit, ohne seine Meinung zu korrigieren.

Warnzeichen: Achte auf Warnzeichen wie Rückzug, Reizbarkeit, Abwesenheiten, Arbeitsstörungen und teile dem Betroffenen dies direkt mit (ev. Bezugsperson). Umgekehrt sei tolerant und deute nicht zu rasch Verhaltensweisen als krankhaft.

Leistung: Er muss gefordert werden. Dabei handelt es sich um ein Gleichgewicht zwischen Über- und Unterforderung. Der Betroffene ist nicht 24 Stunden und 100% «verrückt», sprich die gesunden Anteile an.

Schuld: Halte dich mit Schuldzuweisungen wie etwa böse Eltern, dumme Lehrer oder die verrückte Gesellschaft zurück. Es geht nicht um ein Opfer-Täter-Spiel, sondern darum, gute Lösungen zu finden.

Fehler: Habe keine Angst, Fehler zu machen. Handle so wie du es verantworten kannst, und wie du dich sicher und wohl fühlst. Er ist auch nur ein Mensch wie du und ich.

Behandle den psychotisch betroffenen Menschen so wie du behandelt werden möchtest!

Herr RR Dr. Thomas Heiniger
Gesundheitsdirektion
Obstgartenstrasse 19
Postfach
8091 Zürich

Zürich, im Januar 2012

**Stellungnahme
Abschaffung des Lehrstuhls für Sozialpsychiatrie**

Sehr geehrter Herr Regierungsrat Dr. Heiniger

Mit grosser Betroffenheit haben wir davon Kenntnis genommen, dass der bisherige Lehrstuhl der Universität Zürich für Sozialpsychiatrie durch eine Assistenzprofessur für psychiatrische Forschung ersetzt werden soll. Wir bedauern dies ausserordentlich und sind als an der Basis arbeitende Organisationen besorgt über die zukünftige Entwicklung in der Psychiatrie.

Es ist für uns nicht nachvollziehbar, ja unverständlich, dass ausgerechnet in einer Zeit in der alle Richtungen in die ambulante Psychiatrie zeigen, ein solch wichtiger Lehrstuhl eliminiert werden soll. Die Zukunft liegt doch immer mehr in der Sozialpsychiatrie.

Die therapeutische Wirksamkeit, die Effizienz von sozial-psychiatrischen Massnahmen ist unbestritten und zeugt von einer zeitgemässen humanitären Haltung gegenüber Betroffenen und Angehörigen.

Es ist selbstredend, dass auch Forschung betrieben werden muss, wobei nach unserer Meinung dieser Zweig, insbesondere in Zürich genügend abgedeckt ist.

Es scheint, dass die biologische Forschung im Moment hohe Priorität genießt, dass dies jedoch auf dem Rücken und zu Ungunsten der betroffenen Patienten und ihren Angehörigen geschehen könnte, macht uns Sorgen.

Eine ausgebaute, starke Sozialpsychiatrie ist Voraussetzung um auch das Ziel der IV-Revisionen nur ansatzweise erfüllen zu können, in der tausende IV-Rentner wieder in eine Tätigkeit eingegliedert werden sollten.

Gerne erwarten wir Ihre geschätzte Stellungnahme.

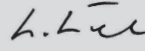
Mit freundlichen Grüssen

VASK Zürich
Präsidentin:



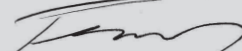
Ruth Dual

pro mente sana
Geschäftsführer



Guido Münzel

Im Namen der Psychiatriekommission
Zürich Oberland, der Präsident



Stefan Paris

Warum ich mich bei der VASK engagiere

Rosmarie Hug

Vorstandsmitglied, Ressortleiterin Treffpunkte und Beratungstelefon



Als unser Sohn nach jahrelangen psychischen Problemen für längere Zeit in einer Klinik weilte, suchten wir Hilfe und Unterstützung. Über die Pro Mente Sana gelangten wir an das Angehörigen-Seminar der VASK.

Das Seminar war sehr lehrreich. Nebst guten Informationen durch Fachpersonen über verschiedene psychische Krankheiten, Medikamente, Klinikaufenthalte und den Umgang mit den Betroffenen lernten wir mit unserer Angst, Ratlosigkeit, Trauer und unseren Schuldgefühlen umzugehen. Durch die gute Leitung und Betreuung entstand auch ein wertvolles Netz, wo man sich verstanden und wohl fühlte und es wurden Freundschaften geschlossen, die bis heute andauern.

Als ich nach ungefähr einem Jahr zufällig eine Seminarleiterin traf und sie mich fragte, ob ich nicht Lust hätte bei der VASK mitzuarbeiten, sagte ich spontan zu. Als Praxisassistentin, die gerade vor der Pensionierung stand und da ich den Kontakt mit den Menschen immer gerne hatte, kam mir das Angebot für diese sinnvolle Arbeit sehr gelegen. Dankbar, dass es unserem Sohn in der Zwischenzeit besser ging, war ich sehr motiviert, anderen Zuversicht, Hoffnung und Optimismus weitergeben zu können.

In den vergangenen 5 Jahren engagierte ich mich beim Beratungstelefon und beim Borderline-Angehörigen-Treffpunkt. Da ich die Leitung dieser beiden Ressorts übernommen habe, entschloss ich mich, im Vorstand mitzuarbeiten. Es ist mir ein

grosses Anliegen, diese beiden wichtigen Angebote der VASK im Vorstand kompetent zu vertreten. Durch eine gute Information und Aufklärung der Angehörigen verbessern sich auch die Genesungschancen der Betroffenen sehr.

In meiner Freizeit versuche ich bewusst einen Gegenpol zu meinem Engagement in der VASK zu setzen. Gerne bin ich mit meinem Mann in der Natur und lasse mich von seiner ornithologischen Begeisterung anstecken, reise sehr gerne, pflege Freundschaften und geniesse im Sommer unseren Garten.

V *Beziehung ist...*
Vertrauen

D *Beziehung ist...*
Der Schlüssel

A *Beziehung ist...*
Auf dem Weg sein

VASK Schweiz Suisse Svizzera Svizra

Schweizerischer Dachverband der kantonalen und regionalen VASK Vereinigungen der Angehörigen von Schizophrenie-/Psychisch-Kranken



VASK Schweiz

Dachverband
Engelgasse 84, 4052 Basel
Tel. 061 271 16 40
info@vask.ch
www.vask.ch



VASK Aargau

Personalhaus Büro 614
Zürcherstrasse 1202, 5210 Windisch
056 222 50 15 (Mo 9.30–11.30, Do 9.30–11.30)
info@vaskaargau.ch
www.vaskaargau.ch



VASK Ticino

C.P. 130, 6934 Bioggio
078 809 22 44
vaskticino@gmail.com
www.vaskticino.ch



VASK Bern

Post: Postfach 8704, 3001 Bern
Büro: Marktgasse 36, 3011 Bern
031 311 64 08 (Mi 9.00–11.00, Fr 13.00–15.00)
sekretariat@vaskbern.ch
www.vaskbern.ch



VASK Zentralschweiz

Postfach 534, 6210 Sursee
041 921 60 48 (Mo 14.00–16.00, Fr 14.00–16.00)
vaskluzern@bluewin.ch



VASK Graubünden

Postfach, 7208 Malans
081 353 71 01 (Mo 8.30–11.30, Do 14.00–17.45)
vask.graubuenden@bluemail.ch
www.vaskgr.ch



VASK Zürich

Langstrasse 149, 8004 Zürich
044 240 48 68 (Di 10.00–14.00, Do 15.00–18.00)
info@vaskzuerich.ch
www.vaskzuerich.ch



VASK Ostschweiz

Bahnhofplatz 5, Postfach 2238, 9001 St. Gallen
071 866 12 12 (werktags, ohne Gewähr)
info@vaskostschweiz.ch
www.vaskostschweiz.ch



Association Le Relais Genève

Rue des Savoises 15, 1205 Genève
Permanence téléphonique
022 781 65 20 (Mo+Fr 13.30–16.00)
info@lerelais.ch
www.lerelais.ch



VASK Schaffhausen

Webergasse 48, 8200 Schaffhausen
052 625 55 80 (werktags, ohne Gewähr)



L'îlot, Association Vaudoise

Avenue d'Echallens 131, 1004 Lausanne
021 626 57 74, info@lilot.org, www.lilot.org
L'îlot Association Vaudoise
(für deutsche Korrespondenz)
c/o Gerda Weber, Av. Jolimont 8, 1005 Lausanne