VASK
Vereinigung der Angehörigen von
Schizophrenie- und Psychisch-Kranken

Merkblatt für Angehörige

Zum Jubiläum 20 Jahre VASK Zürich 1986 - 2006

Wir Angehörige kennen alle Gefühle von Scham, Schuld und Ohnmacht. Oft ziehen wir uns deswegen ins "Schneckenhaus" zurück.
Oft resignieren wir vor den Institutionen, Behörden und dem Pflegepersonal, weil uns die notwendigen Informationen zu Recht oder Unrecht vorenthalten werden.

Die VASK Zürich möchte Sie mit diesem Merkblatt unterstützen, damit Sie als Angehörige mit der Situation eines psychisch Kranken heilsamer umgehen können. Sie möchte Ihnen Tipps für besonders schwierige Situationen geben, möchte Ihnen Mut machen und Sie besser befähigen, Ihr Leben trotzdem zu leben, Sie aber auch bestärken, Ihre Rechte als Angehörige durchzusetzen.

Zwischen Verantwortung und unterlassener Hilfeleistung

Uneinsichtige Kranke, welche Hilfe bräuchten, aber keine annehmen, stellen ihre Angehörigen stets vor dieses Dilemma: Muss ich für den Kranken handeln? Soll ich die Verantwortung übernehmen? Darf ich ihm wider seinen Willen Hilfe angedeihen lassen?
Gerade diese brennenden, belastenden Fragen von Angehörigen können pauschal nicht schlüssig beantwortet werden.

Dennoch:

- Beantworten Sie die Fragen nicht im Alleingang. Suchen Sie Hilfe, in Selbsthilfegruppen, bei Psychologen oder bei einer sonstigen Vertrauensperson
- Sprechen Sie offen über Ihre Nöte, Ihre Ängste und über Ihre Schwierigkeiten im Umgang mit dem Kranken
- Versuchen Sie, sich zu entlasten, indem Sie Drittpersonen, z.B. Behörden, gewisse Verantwortung übergeben
- Machen Sie sich klug über die verschiedenen Krankheitsbilder. Informieren Sie sich regelmässig über den Stand der Wissenschaft
- Nehmen Sie das Schicksal an, aber lassen Sie sich nicht von ihm beherrschen
- Versuchen Sie, sich abzugrenzen und die Geschehnisse nicht als persönliche Niederlage anzusehen
- Versuchen Sie, sich von Scham und Schuldgefühlen zu lösen. Es ist niemand schuld!

Insbesondere nach Jahren der chronischen Erkrankung:

- Messen Sie das Verhalten des Erkrankten nicht an demjenigen von Gesunden
- Akzeptieren Sie die veränderte Lebenssituation
- Hängen Sie nicht weiter einem Idealbild nach
- Lösen Sie sich vom Anspruch, ein “guter” Angehöriger zu sein, das heisst, von übertriebener Selbstverpflichtung
- Lösen Sie sich von der Erwartung, der Kranke würde nach Genesung wieder so sein, wie er einst war
- Lösen Sie sich von der Vorstellung, man könne mit Druck und immer neuen Therapievorschlägen die Heilung beschleunigen
- Leben Sie Ihr Leben

Wenn es zur zwangsweisen Internierung in eine Klinik kommt, zum Fürsorgerischen Freiheitsentzug (FFE)

Der FFE ist eine besonders belastende Situation für Angehörige und Patienten

Sie sollten wissen, dass

- die geschlossene Abteilung nur für den Betroffenen geschlossen ist
- Sie der geschlossenen Abteilung einen Besuch abstatten, respektive mit der kranken Person persönlich sprechen können
- Sie den Patienten am Telefon verlangen können
- Sie sich immer beim Pflegepersonal nach dem allgemeinen Befinden erkundigen können
- der Patient das Recht hat, beim zuständigen Bezirksgericht Rekurs einzulegen
- die Behandlung des Rekurses 6 bis 10 Tage dauert
- der Patient den Rekurs jederzeit zurückziehen kann
- Sie als Angehörige darauf bestehen sollten, mit dem externen Gutachter ein Gespräch führen zu können
- wenn es zur Verhandlung kommt, Sie sich bemühen sollten, daran teilzunehmen

Bedenken Sie jedoch immer:

- Haben Sie keine unrealistischen Vorstellungen von einem Klinikaufenthalt
- Haben Sie Geduld und verlangen Sie nicht nach kurzer Zeit schon eine eindeutige Diagnose. Oft ist die Diagnose ungewiss, und man muss den Kranken erst einmal beobachten und zur Ruhe kommen lassen
- Akzeptieren Sie die Situation, wenn Sie vom Patienten weder am Telefon noch als Besucher erwünscht sind

Der volljährige Patient allein entscheidet, wer, was, wann von ihm erfahren darf. (Eine Vollmachtserklärung ist dem Merkblatt angeheftet)

Dennoch:

- Erfragen Sie von der Klinik die Namen und die Telefonnummern des zuständigen Arztes und der Bezugsperson
- Verlangen Sie allenfalls einen Gesprächstermin mit dem zuständigen Arzt, mit dem zuständigen Pflegepersonal
- Falls der Arzt sich hinter dem Berufsgeheimnis versteckt, fordern sie ihn auf, den Patienten betreffend Auskunft ausdrücklich zu befragen. Viele Patienten wären damit einverstanden, wenn man sie nur fragen würde
- Fragen Sie den Betroffenen selber, welche Auskunft der Arzt Ihnen geben darf
- Akzeptieren Sie erst dann die Verweigerung der Information des Betroffenen an Sie
- Trotz dieser Verweigerung haben Sie das Recht, mit dem Arzt ein Gespräch zu führen
- Versuchen Sie, sich höflich und bestimmt durchzusetzen
- Sprechen sie mit dem Arzt über Ihre Sorgen und Nöte. Machen Sie ihm klar, dass Sie die Bezugsperson des Kranken sind. Erzählen Sie Ihre Beobachtungen, Ihre Geschichte mit dem Kranken
- Ihre allgemeinen Fragen müssen von den Professionellen beantwortet werden
- Versuchen Sie, ein trialogisches Gespräch zu organisieren (Betroffener, Angehöriger, Professioneller), wenn es um die Entlassung, die Nachsorge, um spätere flankierende Massnahmen für den Betroffenen geht
- Schalten Sie sich besonders dann ein, wenn Sie einen Teil der Betreuung übernehmen

Für weitere Fragen und Unterstützung steht Ihnen die VASK Zürich mit ihren Angeboten zur Seite

Zürich, 30. September 2006 RD
(rev 06/2007)

VASK Zürich
Langstrasse 149 8004 Zürich
Tel. 044 240 38 76 Fax 044 240 38 77
info@vaskzuerich.zh
www.vaskzuerich.ch
ZKB 8010 Zürich – Konto 1100-6668.013

Beratungs- und Kontakttelefon für Angehörige
Dienstag und Donnerstag 14 - 18 Uhr Tel. 044 240 48 68