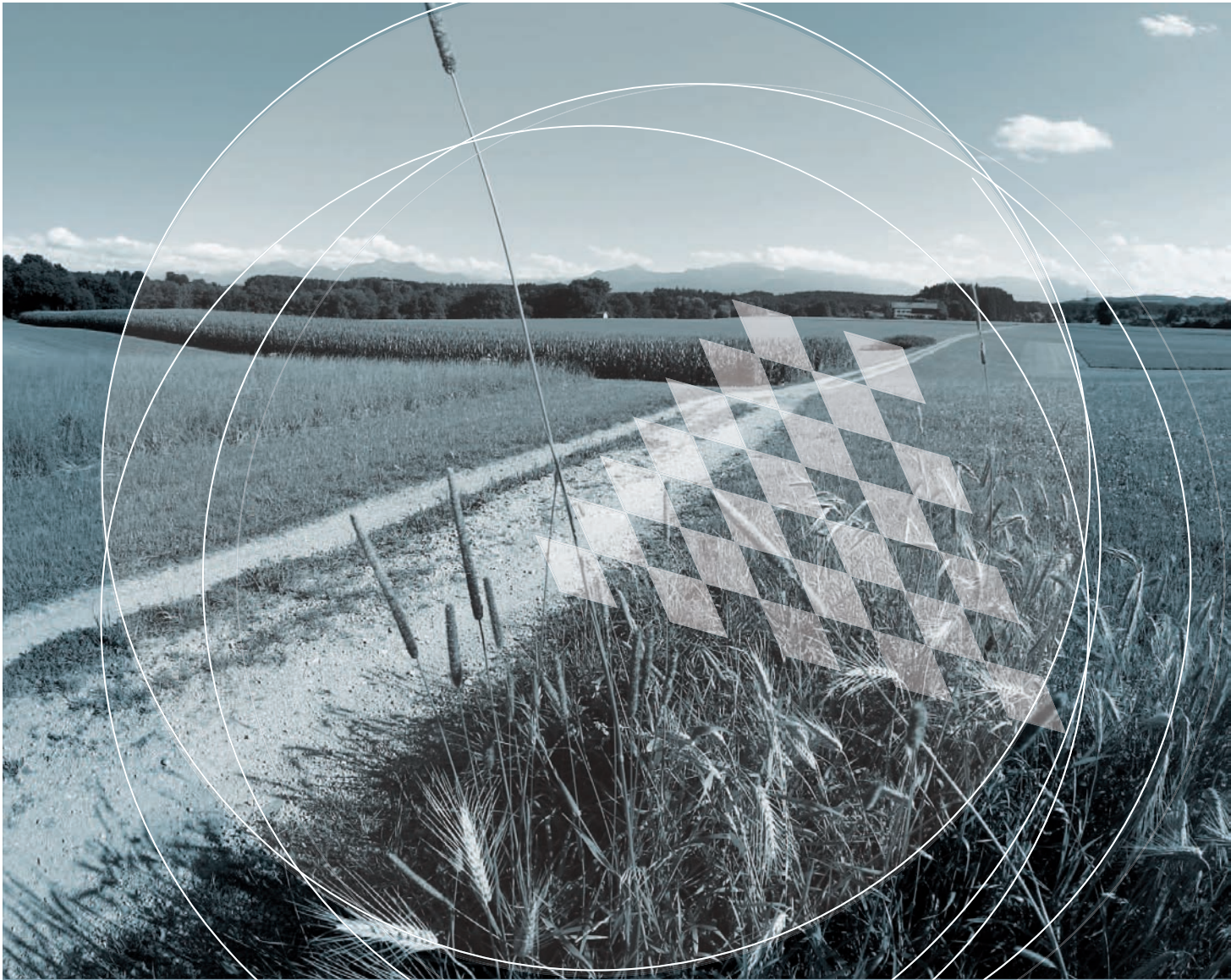


PSYCHOSOZIALER

# WEGWEISER

für Angehörige psychisch kranker  
Menschen in Oberbayern





Dieser Wegweiser berücksichtigt ausdrücklich die Perspektive und den Informationsbedarf von Angehörigen psychisch kranker Menschen. Die aufgeführten Hinweise zur psychiatrischen Versorgung betreffen den vielfältigen Hilfebedarf psychisch erkrankter Menschen. Der Wegweiser vermittelt auch spezielle Unterstützungsangebote für Angehörige.

## Inhalt:

Einleitung		Seite 4
Aufbau des Wegweisers		Seite 6
Anregung und Kritik		Seite 6
Da stimmt doch etwas nicht	Phase A	Seite 7
Zunehmende Gewissheit – ich brauche wohl Hilfe	Phase B	Seite 9
Erkenntnis – mit der Krankheit leben	Phase C	Seite 13
Annehmen – das Leben verändert sich	Phase D	Seite 16
Übersicht Hilfsangebote		Seite 18
1. Allgemeine Beratung und Information		Seite 20
2. Ambulante und stationäre Hilfen		Seite 23
3. Hilfe in Krisen und Notfällen		Seite 28
4. Psychotherapeutische Angebote		Seite 30
5. Psychische Erkrankung und Lebensalter		Seite 31
6. Pflege		Seite 33
7. Gesetzliche Betreuung		Seite 34
8. Finanzielle Versorgung		Seite 36
9. Hilfen zum Wohnen		Seite 37
10. Unterstützungsmöglichkeiten für Arbeit, berufliche Bildung und Alltagsgestaltung		Seite 42
11. Selbsthilfe		Seite 47
12. Anlaufstellen bei Beschwerden		Seite 49
13. Rechtsberatung		Seite 51
14. Adressen: Notruf, Krisendienst Psychiatrie München, Kliniken, Selbsthilfe		Seite 52
Nachwort		Seite 56
Impressum		Seite 57
Sponsoren, Quellen		Seite 58



## EINLEITUNG

### **Wegweiser durch das psychosoziale Versorgungssystem**

Diese Broschüre – „Wegweiser“ genannt – bietet eine erste Orientierung für Menschen, die Erklärung für ihnen nicht verständliche Änderungen des Verhaltens, des Reagierens und der Lebensführung ihnen nahestehender Menschen suchen. Gründe, die hierfür ausschlaggebend sein können, kann es in größerer Zahl geben. Es kann sich um körperliche Erkrankungen handeln, Lebenskrisen, Beziehungsänderungen u. a. m.

Auch kann es sich um psychische Erkrankungen handeln. Psychische Erkrankungen oder anhaltende psychische Leiden bedürfen jedoch der Abhilfe, der Hilfe und möglicherweise auch der ärztlichen Behandlung.

Das Allgemeinwissen über psychische Erkrankungen ist gering. Über sie wird wenig, und wenn, dann zumeist nicht frei, gesprochen. Psychische Erkrankungen gehören – ganz zu Unrecht – zu einem größeren Themenkreis, über den man nicht gerne offen spricht.

Psychische Leiden und Erkrankungen auszugrenzen bedeutet, sie übersehen zu wollen oder sie auch ohne Absicht zu übersehen, weil zu wenig über sie gewusst wird. Es bedeutet aber auch, dass Menschen des persönlichen Umfeldes die Hilfe, Förderung oder Behandlung nicht zukommt, die sie brauchen.

Dieser Wegweiser wurde deshalb von Angehörigen von Menschen mit psychischen Belastungen – das sind Eltern, Geschwister, Partner oder Kinder, aber auch Freunde – zusammengestellt. Ihre Erfahrungen, ihr Wissen, die Kenntnis von den Schwierigkeiten im Umgang mit psychisch belasteten Menschen, ebenso wie die gesellschaftlichen Hürden, die einem ungezwungen geradlinigen Umgang mit ihnen im Wege stehen, machen Angehörige von Menschen mit psychischen Belastungen, psychischen Erkrankungen oder auch anhaltenden psychischen Behinderungen zu den berufenen Fachleuten, um erste Orientierungshilfen zu den Auffälligkeiten bzw. Äußerungsformen psychischer Erkrankungen zu geben. Angehörige kennen auch die Wege in das sehr umfangreiche und detaillierte Hilfs- bzw. Versorgungssystem, das zur Unterstützung für von psychischen Leiden und Erkrankungen betroffene Menschen bereitsteht.

In diesem Wegweiser sind die wichtigsten medizinischen und psychosozialen Beratungs- und Hilfseinrichtungen sowie Berufsgruppen und Behörden im Bezirk Oberbayern genannt und mit ihren Leistungsangeboten kurz beschrieben.

Herausgeber dieser Broschüre ist die Oberbayerische Initiative der Angehörigen psychisch Kranker, eine Initiative von Selbsthilfegruppen und Vereinen von Angehörigen psychisch Kranker. Ziel dieser Initiative ist es, die Angehörigen-Selbsthilfe in Oberbayern zu stärken und den Angehörigen psychisch Kranker zu helfen.

Die OI – Oberbayerische Initiative der Angehörigen psychisch Kranker bringt diesen Wegweiser für die im Bezirk Oberbayern lebenden Menschen heraus. Sie dankt allen, die ihr bei diesem Vorhaben durch Hinweise und Beiträge geholfen haben oder durch finanzielle Unterstützung den Druck ermöglichten.

## **Wegweiser für Angehörige psychisch kranker Menschen**

Dieser Wegweiser berücksichtigt ausdrücklich die Wahrnehmungen sowie Perspektiven und den Informationsbedarf von Angehörigen psychisch kranker Menschen. Die aufgeführten Hinweise zu den vorhandenen Hilfen (bis hin zur psychiatrischen Versorgung) betreffen den vielfältigen Hilfebedarf psychisch belasteter oder erkrankter Menschen.

Der Wegweiser vermittelt aber auch spezielle Unterstützungsangebote für Angehörige.

Erfahrungsgemäß sind es Eltern, Geschwister, Partner und auch Freunde, die ihren kranken Angehörigen zur Seite stehen. In der Regel sind sie es, die den Betroffenen in vielen wichtigen Dingen des Lebens beraten und die notwendigen professionellen Hilfen organisieren. Die meisten in diesem Wegweiser aufgeführten Hinweise können jedoch auch von psychisch kranken Menschen selbst genutzt werden.

## **Informierte Angehörige sind gestärkte Angehörige**

Für jeden, der mit psychischen Erkrankungen konfrontiert ist, ist es wichtig, selbst über Hilfe-Anbieter und deren Angebote sowie über die Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten Bescheid zu wissen. Krankheitskenntnisse sowie Informationen über Behandlungs- und Betreuungsmöglichkeiten sind Voraussetzungen zur Selbsthilfe und befähigen zur Mitsprache.

Je aufgeklärter man als Angehöriger ist, desto effektiver kann man dies für sich nutzen. Informierte Angehörige sind gestärkte Angehörige, die kompetent mit der Erkrankung des Familienmitgliedes oder des Freundes umgehen. Sie sind in der Lage, ihre und die Rechte der Betroffenen einzufordern.

Nutzen Sie deshalb diesen Wegweiser für sich. Informieren Sie sich darüber, wo Sie welche Hilfen erhalten!



## **Aufbau des Wegweisers**

Der Wegweiser geht von typisierten und voneinander unterscheidbaren Situationen aus, in denen sich Angehörige befinden können. Andere Begriffe hierfür sind etwa Phasen – also unterschiedliche Phasen im Verlauf von registrierbaren Veränderungen im Verhalten bzw. Reagieren eines nahestehenden Menschen. Auffälligkeiten also! Diese Phasen oder Situationen werden beschrieben. Unterschieden werden vier derartige Situationen.

Den jeweiligen Situationen zugeordnet, werden nachfolgend Informationen gegeben, die dem Leser die Orientierung erlauben sollen, die richtigen Kontakte zur Bereitstellung von Hilfe zu finden. Diese Informationen sind unter dem Schlagwort „Hilfsangebote“ gesammelt und dargestellt. Allerdings finden sich nicht an allen Orten im Bezirk Oberbayern alle jeweils benannten Organisationen und Einrichtungen, die die gewünschte Hilfe auch anbieten können.

Zusätzlich finden Sie im Anhang, der sich am Ende des Wegweisers befindet, Adressen der Selbsthilfegruppen, der Fachkliniken in Ihrer Nähe sowie Notrufnummern und die Nummer der Landesärztekammer, die Ihnen Psychiater und Psychotherapeuten in Ihrer Nähe benennen können. Für Informationen über weitere Maßnahmen, wie z. B. besondere Therapieformen (Beschäftigung, Kunst), Arbeit und Wohnen, sowie weitere Rehabilitationseinrichtungen rufen Sie bitte die Oberbayerische Initiative (OI) an.

Die Adressen der Einrichtungen in Ihrer Region erhalten Sie in der Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

Telefon: 089/509178

E-Mail: [info@oberbayerische-initiative.de](mailto:info@oberbayerische-initiative.de)

Sprechzeiten sind montags 13.00–18.00 Uhr, dienstags,

mittwochs und donnerstags

jeweils von 9.00 bis 12.00 Uhr.

Aufgrund der stetigen Weiterentwicklung des Versorgungssystems ergeben sich u. U. Lücken in diesem Wegweiser. Die OI als Herausgeber dieses Wegweisers ist dankbar für diesbezügliche Hinweise.

Informationen über erkannte Defizite leitet die OI an die für die Versorgung zuständigen Stellen (Krankenkassen, Träger von Versorgungseinrichtungen, Bezirk Oberbayern usw.) weiter.

Denn nur, wenn die Bedürfnisse und Ansprüche der Angehörigen an den richtigen Stellen gebündelt und konstruktiv vorgebracht werden, kann das Versorgungssystem kontinuierlich verbessert werden. Das ist eine der selbstgestellten Aufgaben der Angehörigen-Selbsthilfe-Organisationen auf Orts- und Bezirksebene.

Oberbayerische Initiative der Angehörigen psychisch Kranker

## Da stimmt doch etwas nicht (Phase A)

Eines Tages halten Sie plötzlich inne: Es sind nicht Launen oder Befindlichkeiten oder das Ergebnis eines Ärgers, den es immer und überall gibt – nein: etwas ist anders; etwas stimmt nicht. Mein Angehöriger verhält sich anders als sonst: er ist unruhig, deprimiert und passiv, reagiert verzögert oder gar nicht oder ausweichend.

### Es fallen Ihnen Einzelheiten im Verhalten Ihres Angehörigen auf:

Ihr Angehöriger schläft anders. Der Nacht-Tag-Rhythmus hat sich möglicherweise verändert. Entweder macht sich Schlaflosigkeit breit, Herumirren im Haus oder umgekehrt: der Betreffende kann schwer aufstehen, möchte am liebsten den Tag im Bett verbringen, wirkt übermüdet und ohne Initiative.

Die Leistungen in Schule oder Beruf sind gesunken, und er kommt auch mit seinem Umfeld, Mitschülern/Kollegen und Verwandten, nicht mehr gut zurecht. Er streitet öfter mit Ihnen oder zieht sich ganz zurück. Meist hält er sich nur noch in seinem Zimmer auf.

Sie sind ratlos und wissen nicht, wie mit dem veränderten Verhalten umzugehen ist. Sie vermuten, eine körperliche Erkrankung könnte vorliegen, gar etwas Bösartiges.

Die Vermutung, es könne sich auch um ein psychisches Problem handeln, das die Ursache dieser Veränderungen sein könnte, ist Ihnen fremd. Aber das könnte der Fall sein; es ist sogar recht häufig so.

Depressionen treffen sehr viele Menschen; je nach Schweregrad zwischen 3 % und 20 % der Bevölkerung. Auch psychotische<sup>1</sup> Erkrankungen sind häufiger, als man meinen könnte, insbesondere in der Kombination mit Suchtmittel-Abhängigkeit. Dies vor allem ist ein Problem junger Menschen.

Wenn es nun so weit gekommen ist, dass Ihre Beobachtungen einhergehen mit großen Sorgen oder gar Ängsten um die Gesundheit und Zukunft Ihres Angehörigen, dann ist es gut für Sie, Informationen zu erhalten, die Ihnen mehr Sicherheit geben. Es hilft Ihnen, Ihren aufkommenden Sorgen um Ihren Angehörigen durch Wissen und Informationen eine Richtung zu geben.

### Was können Sie tun?

1. Sie können zum Sozialpsychiatrischen Dienst oder zu einer Krisenberatung gehen, wenn es eine solche in Ihrem Umfeld gibt.
2. Wenden Sie sich an eine Angehörigen-Selbsthilfe-Organisation für psychische Erkrankungen (siehe Adressen).
3. Suchen Sie erst einmal im Internet unter passenden Stichwörtern nach Hinweisen. Stichwörter können sein: Gesundheit, Psychiatrie, psychische Erkrankungen, Angehörigen-Selbsthilfe.
4. Gehen Sie zu Ihrem Hausarzt – der vielleicht auch Ihren Angehörigen kennt – und sprechen Sie Ihre Beobachtungen an. Fragen Sie auch, ob vielleicht ein Psychiater oder Neurologe weiterhelfen kann.
5. Finden Sie sich im Internet nicht zurecht, nehmen Sie – auch zusätzlich zum Internet – ein allgemeinverständliches Buch über psychische Krankheiten und ihre Symptome zur Hand.

<sup>1</sup> Psychotisch:

Schwere Störung der Wahrnehmung von realen Gegebenheiten oder Vorgängen, eines realitätsorientierten Handelns und der Realitätskontrolle. Der Begriff wird sowohl auf das Verhalten eines Individuums in einem bestimmten Zeitpunkt angewendet als auch zur Beschreibung einer psychischen Störung verwandt.

## Zu den psychischen Erkrankungen gehören insbesondere:

- Entwicklungs- bzw. **Persönlichkeitsstörungen** und Verhaltensstörungen (übersteigerte Ich-Wahrnehmung, Autismus etc.)
- neurotische Verhaltensauffälligkeiten (zum Beispiel Ängste oder Wiederholungszwänge bei der Körperpflege, Überprüfungen, ob die Türe verschlossen ist oder das Licht gelöscht wurde usw. (**Zwangsstörungen**))
- depressive Phasen, Niedergeschlagenheit, Antriebslosigkeit (dabei kann es sich um affektive Störungen handeln, zum Beispiel **Depressionen**)
- Depression im Wechsel mit übertriebener Euphorie (Manie) (dabei kann es sich um eine **bipolare Erkrankung** handeln)
- Wahrnehmungsstörungen: der Betreffende bezieht Äußerungen, Werbetexte, Nachrichten, Fernsehen etc. auf sich. Er meint Stimmen zu hören (dabei kann es sich um eine Form von **Schizophrenie** handeln)

## Auf folgenden Seiten finden Sie entsprechende Informationen, die Ihnen in dieser Phase weiterhelfen:

<b>1 Allgemeine Beratung und Information</b>	Seite 20
1.1 Landratsamt/Kreisverwaltung, Stadtverwaltung	Seite 20
1.1.1 Gesundheitsamt	Seite 20
1.2 Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)	Seite 21
<b>2 Ambulante und stationäre Hilfen</b>	Seite 23
2.1 Psychiater	Seite 23
<b>5 Psychische Erkrankung und Lebensalter</b>	Seite 31
5.1 Einrichtungen für Kinder und Jugendliche mit psychischen Störungen	Seite 31
5.1.1 Erziehungsberatungsstelle	Seite 31
5.2.1 Gerontopsychiatrischer Dienst (GpDi)	Seite 32
<b>11 Selbsthilfe</b>	Seite 47





## Zunehmende Gewissheit – ich brauche wohl Hilfe (Phase B)

Der Zustand Ihres Ihnen Sorge machenden, betroffenen Angehörigen ist schwer mit Worten zu beschreiben: Auffälligkeit, unerklärbare Verhaltensänderung, Passivität und Entschlusslosigkeit, Teilnahmslosigkeit und gelegentliche Aggressivität zeichnen sein Verhalten aus. Der Ihnen nahestehende Mensch wirkt zunehmend fremd auf Sie.

### Wie zeigt sich das?

Der Zustand Ihres erkrankten, betroffenen Angehörigen ist belastender geworden, für Sie und vor allem für den betroffenen Angehörigen selbst. Es kann sein, dass er kaum noch regelmäßig Mahlzeiten zu sich nimmt oder zum Beispiel aus Angst vor Vergiftung die Nahrung verweigert. Die Körperpflege wird vernachlässigt, und der Tag-Nacht-Rhythmus ist extrem gestört. Tagsüber schläft er, und nachts wandert er von Unruhe und Ängsten geplagt durch die Wohnung. Oder er berichtet ständig von seinen Ideen, die Ihnen seltsam vorkommen. Er fühlt sich zusehends beobachtet von z. B. Kollegen, der Polizei oder Fremden.

### Oder

Sie beobachten eine anhaltend bedrückte Stimmung Ihres Angehörigen. Sein Antrieb ist extrem gestört, Apathie und Lustlosigkeit beherrschen den Tagesverlauf. Stimmungsschwankungen von Rastlosigkeit und Erschöpfung lösen sich ab. Ihr Angehöriger wird getragen von einer grundlos heiteren, unbesorgten, zur Leichtfertigkeit tendierenden Stimmung, unpassend zur Situation, in der er sich befindet. Er stürzt sich in viele Aktionen, beginnt unzählige Dinge, redet ununterbrochen über seine Ideen, und sein sprunghaftes Denken ist kaum nachzuvollziehen. Er tätigt unsinnige Einkäufe und schläft kaum noch. Es kann auch sein, dass sehr lange oder mehrfach täglich wiederholt geduscht wird oder die Hände permanent gewaschen werden.

### Oder

Ihr Angehöriger kehrt mehrfach zur Haustür zurück, um zu überprüfen, ob sie wirklich verschlossen wurde. Außerdem überprüft er wiederholte Male, ob das Licht gelöscht oder die Herdplatte ausgeschaltet wurde.

Ihr Angehöriger ist labil, gereizt, leidet unter großen Stimmungsschwankungen und reagiert überaus empfindlich auf Kritik. Sein Selbstbild ist instabil. Sie wissen kaum noch, wie Sie ihn ansprechen sollen, damit er sich erträglich verhält.

### Jetzt sollten Sie unbedingt handeln

Niemand sagt Ihnen, wann es so weit ist, dass Sie die Initiative ergreifen und für ärztliche Hilfe sorgen müssen. Aber es ist dann der richtige Moment, wenn Sie erfahren und verstanden haben, dass Sie die Situation im häuslichen Umfeld nicht mehr beherrschen können. Das gilt für Ihren Angehörigen und schließlich auch für Sie selbst. Sie wissen nicht mehr, wie Sie sich verhalten sollen, müssen und werden. Sie beginnen die Kontrolle über die Situation zu verlieren.

### Woran erkennen Sie dies?

Ihr betroffener Angehöriger leidet an optischen und akustischen Halluzinationen, er spricht mit den Stimmen, die er wahrnimmt, oder ist ganz in sich versunken. Er leidet an Wahnvorstellungen, seine Ängste sind ins Unerträgliche gestiegen. Er fühlt sich verfolgt. Es kann sein, dass der Erkrankte aus Angst sich selbst oder Dritte gefährdet und sein Verhalten somit außer Kontrolle gerät.

Ein geregelter Alltag existiert nicht mehr. Der Betroffene weicht allem aus, vor allem jeder Verpflichtung, ob in Schule oder Fortbildungseinrichtung, ob im Beruf oder im häuslichen Umfeld. Es kann zu bedrohlichen Situationen kommen,

oder Ihr Angehöriger sperrt sich tagelang ein, verkehrt, wenn überhaupt, nur per Zettelmitteilung mit Ihnen. Oder es findet keine Körperpflege mehr statt, die Reinlichkeit lässt rapide nach, der Wohnraum „vermüllt“.

### Oder

Ihr Angehöriger hat jegliche Lebenslust verloren, empfindet Schmerzen, äußert Schuldgefühle, hat stark abgenommen. Morgens ist seine Stimmung am schlechtesten; möglicherweise äußert er Selbstmordabsichten. Der Erkrankte schadet sich durch sein Verhalten, erscheint nicht mehr zur Schule oder am Arbeitsplatz. Er belügt Sie über diese Situationen; Sie erfahren dies von Dritten. Die Kommunikation mit Ihrem Angehörigen reduziert sich drastisch.

Die beschriebenen Symptome sind nur die augenfälligsten: Immer gibt es individuelle Erscheinungsformen, in denen nur wenige der oben genannten Symptome oder auch mehrere in Erscheinung treten. Eine Diagnose anhand der genannten Symptome kann Ihnen nur der Fachmann (Arzt, Psychiater) mitteilen. Sie sollten sich hüten, als Laie selbst eine Diagnose stellen zu wollen.

Wichtig für Ihre Entscheidung ist es jetzt, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Es ist Ihnen klar geworden: Sie erreichen Ihren Angehörigen nicht mehr. Sie verstehen nicht mehr, wie sich solche Situationen ergeben konnten, Sie sind verunsichert und haben Angst: um Ihren Angehörigen, die anderen Familienmitglieder, und Sie selbst haben auch Angst.

Auch das gehört zur Situation:

Sie beginnen an sich zu zweifeln. Sind Sie es vielleicht selbst, der etwas falsch macht, der Ihren Angehörigen vor den Kopf stößt? Sie sind verunsichert, Sie beginnen über Auswege nachzudenken?

### Einige davon beschreiben wir nachstehend:

#### Notfälle:

Wenn plötzlich die Situation eskaliert oder wenn Sie das Gefühl haben, nicht mehr sicher zu sein, wenn Sie fürchten, Ihr Angehöriger könne aus dem Fenster springen, oder wenn Sie ihn nicht mehr erreichen, gleich was sie sagen oder tun, wenn Sie meinen, etwas werde passieren, gleich oder in nächster Zukunft – dann rufen Sie den Notarzt oder in München den Münchner Krisendienst an.

Im Falle einer Bedrohungssituation: Der Angehörige spricht aus, dass er sich jetzt umbringen wolle, oder er trifft Vorbereitungen hierzu, oder wenn er mit Anzeichen der Gewalt sich Ihnen gegenüberstellt – dann können und müssen Sie die Polizei rufen!



**Auf folgenden Seiten finden Sie entsprechende Informationen, die Ihnen in dieser Phase weiterhelfen:**

<b>1 Allgemeine Beratung und Information</b>	Seite 20
1.1 Landratsamt/Kreisverwaltung, Stadtverwaltung	Seite 20
1.1.1 Gesundheitsamt	Seite 20
1.2 Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)	Seite 21
1.3 Seelsorge	Seite 22
<b>2 Ambulante und stationäre Hilfen</b>	Seite 23
2.1 Psychiater	Seite 23
2.3.1 Psychiatrische Kliniken	Seite 25
2.3.2 Psychosomatische Klinik	Seite 26
<b>3 Hilfe in Krisen und Notfällen</b>	Seite 28
Ärztlicher Notdienst/Polizei	Seite 28
Krisendienst Psychiatrie München	Seite 29
<b>4 Psychotherapeutische Angebote</b>	Seite 30
4.1 Psychotherapie	Seite 30
<b>5 Psychische Erkrankung und Lebensalter</b>	Seite 31
5.1 Einrichtungen für Kinder und Jugendliche mit psychischen Störungen	Seite 31
5.1.1 Erziehungsberatungsstelle	Seite 31
5.1.2 Facharzt für Kinder- und Jugendpsychotherapie	Seite 31
5.1.3 Kinder- und Jugendpsychotherapeut	Seite 32
5.2 Einrichtungen für ältere Menschen mit psychischen Störungen	Seite 32
5.2.1 Gerontopsychiatrischer Dienst (GpDi)	Seite 32
<b>11 Selbsthilfe</b>	Seite 47
<b>12 Anlaufstellen bei Beschwerden</b>	Seite 49
12.1 Unabhängige Beschwerdestelle	Seite 49
12.2 Beschwerdemanagement im Krankenhaus	Seite 49
12.3 Patientenfürsprecher	Seite 50

## Erkenntnis – mit der Krankheit leben (Phase C)

Die Situation ist verändert: Ihr betroffener Angehöriger befindet sich in Behandlung. Doch nun tauchen neue Fragen auf: Wie geht es weiter?

Wer kümmert sich um Ihren Angehörigen, wenn Sie nicht anwesend sind oder arbeiten müssen? Am Wochenende, während der Ferienzeit? Was machen Sie, wenn der Patient die Medikamenten-Einnahme abbricht, nicht mehr zur Behandlung geht? Wird der Angehörige wieder gesund genug werden können, um Schule oder Arbeit wieder aufzunehmen? Wo kann er bis dahin bleiben, wird Ihr betroffener Angehöriger es schaffen, alleine zu leben? Wird er vielleicht ganz gesund werden, denn auch das ist noch möglich? 20 % der Betroffenen erleben nur eine einmalige Episode einer psychischen Erkrankung und sind danach gesund.

Sie stellen sich viele Fragen und suchen nach einer Lösung, die auf Ihren Angehörigen zugeschnitten ist und die auch für Sie eine Entlastung sein soll.

Die Art der Fragen ist aber eine andere; auch Sie sind nicht mehr der gleiche Mensch. Die Krankheit eines nahen Angehörigen verändert die mitbetroffenen Angehörigen, deren Leben und das Umfeld müssen neu eingerichtet werden. Organisatorische Fragen, solche der Lebensplanung, der langfristigen Hilfen, der Schaffung von Verantwortlichkeiten für den erkrankten Angehörigen und v. a. m. treten auf.

Neben den Fragen, die Sie zur Lebenssituation Ihres Angehörigen bedrängen, nehmen Sie sich selbst zunehmend wahr: als anders, bedrängter oder gehetzter. Sie verspüren längst Unsicherheit, auch Angst darüber, was vorgeht und was Sie nicht einordnen können. Sie verlieren die Fähigkeit, ruhig zu schlafen, Freude zu empfinden und planen zu können.



Dann ist es Zeit, auch über sich selbst nachzudenken und Verbindungslinien zu ziehen von den Sorgen um Ihren betroffenen Angehörigen zu sich selbst.

Andere – vor Ihnen – haben diese Beobachtungen auch gemacht. Sie müssen sich entlasten. Neben Ihren freundschaftlichen Beziehungen bietet Ihnen die organisierte Selbsthilfe Orientierung und Entlastung. Sie treffen dort auf Menschen, die Sie beraten können, die Ihnen zuhören und die wissen, wovon Sie sprechen und was Sie belastet.



**Örtliche Organisationen – so nahe bei Ihrer Haustür wie möglich – finden Sie auf Seite 54 im Anhang.**

Sie treffen bei den Selbsthilfegruppen und -vereinen aber auch auf Menschen, die Sie mit Informationen versehen können: neben den sachlichen Informationen – die wir in diesem Wegweiser für Sie zusammenstellen – auch dazu, was Sie von professionell in der Psychiatrie Tätigen im Umgang mit Angehörigen erwarten können.

Bitte lesen Sie auch die Erklärung der ApK München und des Isar-Amper-Klinikums (vormals BKH Haar) auf der Website:  
[www.apk-muenchen.de/ApKKooperationen/erklaerung.html](http://www.apk-muenchen.de/ApKKooperationen/erklaerung.html)

Zunächst: Wenn es um die vielen Fragen und Unsicherheiten im täglichen Umgang mit psychisch Kranken geht, ist das „Expertentum“ anderer Angehöriger eine unersetzliche Hilfs- und Informationsquelle. Erkundigen Sie sich, wo in Ihrer Nähe eine Gruppe besteht. Wenn es eine gut funktionierende und lebendige Gruppe ist, kann das eine große Stütze in Ihrer schwierigen Situation sein und Ihnen helfen, für sich den richtigen Weg zu finden.

Auskunft erteilt die Oberbayerische Initiative (OI).



**Auf folgenden Seiten finden Sie entsprechende Informationen, die Ihnen in dieser Phase weiterhelfen:**

<b>1 Allgemeine Beratung und Information</b>	Seite 20
1.2 Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)	Seite 21
1.3 Seelsorge	Seite 22
<b>2 Ambulante und stationäre Hilfen</b>	Seite 23
2.1 Psychiater	Seite 23
2.2 Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)	Seite 24
2.3 Kliniken	Seite 25
2.3.1 Psychiatrische Kliniken	Seite 25
2.3.2 Psychosomatische Klinik	Seite 26
2.3.3 Medizinisch-berufliche Rehabilitation (RPK)	Seite 26
2.3.4 Tagkliniken	Seite 27
<b>3 Hilfe in Krisen und Notfällen</b>	Seite 28
Ärztlicher Notdienst/Polizei	Seite 28
Krisendienst Psychiatrie München	Seite 29
<b>4 Psychotherapeutische Angebote</b>	Seite 30
4.1 Psychotherapie	Seite 30
<b>5 Psychische Erkrankung und Lebensalter</b>	Seite 31
5.1.2 Facharzt für Kinder- und Jugendpsychotherapie	Seite 31
5.1.3 Kinder- und Jugendpsychotherapeut	Seite 32
5.2 Einrichtungen für ältere Menschen mit psychischen Störungen	Seite 32
5.2.1 Gerontopsychiatrischer Dienst (GpDi)	Seite 32
<b>6 Pflege</b>	Seite 33
6.1 Ambulante häusliche psychiatrische Krankenpflege	Seite 33
<b>7 Gesetzliche Betreuung</b>	Seite 34
7.1.1 Betreuungsverein	Seite 35
7.1.2 Betreuungsstelle	Seite 35
<b>8 Finanzielle Versorgung</b>	Seite 36
8.1 Agentur für Arbeit	Seite 36
8.2 Örtlicher Sozialhilfeträger	Seite 36
8.3 Schuldner- und Insolvenzberatung	Seite 36
<b>9 Hilfen zum Wohnen</b>	Seite 37
9.1 Wohnungsamt	Seite 37
9.2 Betreute Wohnformen	Seite 37
9.2.1 Übergangseinrichtung	Seite 38
9.2.2 Betreutes Wohnen	Seite 38
9.2.3 Betreutes Einzelwohnen (BEW)	Seite 39
9.2.4 Therapeutische Wohngemeinschaft (TWG)	Seite 39
9.2.5 Intensiv betreute Wohngemeinschaft	Seite 40
9.2.6 Wohnheim	Seite 40
9.2.7 Gastfamilien für psychisch Kranke	Seite 41
<b>11 Selbsthilfe</b>	Seite 47
<b>12 Anlaufstellen bei Beschwerden</b>	Seite 49
12.1 Unabhängige Beschwerdestelle	Seite 49
12.2 Beschwerdemanagement im Krankenhaus	Seite 49
12.3 Patientenfürsprecher	Seite 50

## Annehmen – das Leben verändert sich (Phase D)

Eines Tages sehen Sie alles anders. Es ist, als würden Sie aus einem anderen Blickwinkel das alles sehen, was Ihr Leben gekennzeichnet hat. Dann erleben Sie – mit Herz und Verstand –, dass eine psychische Erkrankung tief in das Leben sowohl der Betroffenen als auch der Angehörigen eingreift. Nichts ist mehr, wie es vor der Erkrankung Ihres Angehörigen war. Sie begreifen gerade, dass sie viele, auch gemeinsame Pläne nicht verwirklichen können, weil die gewohnten Strukturen in Familienleben und Partnerschaft nicht mehr die gleichen sein können. Und das, was Sie erleben, ist die neue Wirklichkeit, ist kein böser Traum, sondern einfach: die neuen Bedingungen des Lebens für Ihren betroffenen Angehörigen und für Sie. Etwas existiert nicht mehr: Die alte „Heimat“ ist verschwunden.

Nach einer Besserung ging es wieder schlechter, dann wieder besser, eine Zeit lang ist Ihr Angehöriger gesundheitlich fast stabil gewesen, und Sie hegten die Hoffnung, dass es so wird wie vor der Erkrankung, dass er weiter zur Schule/Arbeit gehen kann. Sie mussten erleben, dass es so nicht mehr funktionierte, der Betroffene konnte keine Anforderungen und keinen Stress ertragen, sein psychischer Zustand verschlechterte sich wieder. Schule, Studium oder Arbeit wurden abgebrochen. Sie mussten feststellen, dass Ihr Angehöriger dauerhaft mit gesundheitlichen Schwankungen beeinträchtigt ist. Es folgte ein schmerzhafter Lernprozess für alle Beteiligten, für Familie, Partner, Verwandte und Freunde.

### **Sie müssen sich auf die neue Wirklichkeit einstellen.**

Zum ersten Mal im Leben Ihres zuvor selbständigen Angehörigen müssen Sie sich jetzt zum Beispiel damit auseinandersetzen, wie es überhaupt und in allen Lebensbereichen weitergehen kann, nicht nur heute und morgen, sondern vermutlich für das ganze restliche Leben Ihres betroffenen Angehörigen. Sie müssen eine andere Zukunft planen, neue Bedingungen und neue Strukturen akzeptieren und in neuen Optionen Sinn suchen. Sie müssen klären, wie Sie die Versorgung Ihres betroffenen Angehörigen gewährleisten können und ob nicht sogar ein Schwerbehindertenstatus vorliegt.

Sie haben festgestellt, dass Sie eine gesetzliche Betreuung für Ihren Angehörigen brauchen, weil Sie sich aus verschiedenen Gründen nicht genügend um ihn kümmern können.



**Auf folgenden Seiten finden Sie entsprechende Informationen, die Ihnen in dieser Phase weiterhelfen:**

<b>2 Ambulante und stationäre Hilfen</b>	Seite 23
2.3.4 Tagkliniken	Seite 27
<b>4 Psychotherapeutische Angebote</b>	Seite 30
4.1 Psychotherapie	Seite 30
<b>6 Pflege</b>	Seite 33
6.1 Ambulante häusliche psychiatrische Krankenpflege	Seite 33
<b>7 Gesetzliche Betreuung</b>	Seite 34
7.1.1 Betreuungsverein	Seite 35
7.1.2 Betreuungsstelle	Seite 35
<b>8 Finanzielle Versorgung</b>	Seite 36
8.1 Agentur für Arbeit	Seite 36
<b>9 Hilfen zum Wohnen</b>	Seite 37
9.1 Wohnungsamt	Seite 37
9.2 Betreute Wohnformen	Seite 37
9.2.1 Übergangseinrichtung	Seite 38
9.2.2 Betreutes Wohnen	Seite 38
9.2.3 Betreutes Einzelwohnen (BEW)	Seite 39
9.2.4 Therapeutische Wohngemeinschaft (TWG)	Seite 39
9.2.5 Intensiv betreute Wohngemeinschaft	Seite 40
9.2.6 Wohnheim	Seite 40
9.2.7 Gastfamilien für psychisch Kranke	Seite 41
<b>10 Unterstützungsmöglichkeiten für Arbeit, berufliche Bildung und Alltagsgestaltung</b>	Seite 42
10.1 Agentur für Arbeit	Seite 42
10.2 Integrationsamt	Seite 42
10.3 Integrationsfachdienst	Seite 43
10.4 Berufliche Rehabilitationseinrichtungen	Seite 43
10.5 Berufsbildungswerk (BBW)	Seite 44
10.6 Berufsförderungswerk (BFW)	Seite 44
10.7 Integrationsunternehmen	Seite 44
10.8 Zuverdienstfirma	Seite 45
10.9 Werkstatt für Menschen mit Behinderungen	Seite 45
10.10 Tagesstätte	Seite 46
<b>11 Selbsthilfe</b>	Seite 47
<b>12 Anlaufstellen bei Beschwerden</b>	Seite 49
12.1 Unabhängige Beschwerdestelle	Seite 49
12.2 Beschwerdemanagement im Krankenhaus	Seite 49
12.3 Patientenfürsprecher	Seite 50
<b>13 Rechtsberatung</b>	Seite 51



## Gesamtübersicht über unsere Hilfsangebote:

<b>1 Allgemeine Beratung und Information</b>	Seite 20
1.1 Landratsamt/Kreisverwaltung, Stadtverwaltung	Seite 20
1.1.1 Gesundheitsamt	Seite 20
1.2 Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)	Seite 21
1.3 Seelsorge	Seite 22
<b>2 Ambulante und stationäre Hilfen</b>	Seite 23
2.1 Psychiater	Seite 23
2.2 Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)	Seite 24
2.3 Kliniken	Seite 25
2.3.1 Psychiatrische Kliniken	Seite 25
2.3.2 Psychosomatische Klinik	Seite 26
2.3.3 Medizinisch-berufliche Rehabilitation (RPK)	Seite 26
2.3.4 Tagkliniken	Seite 27
<b>3 Hilfe in Krisen und Notfällen</b>	Seite 28
Ärztlicher Notdienst/Polizei	Seite 28
Krisendienst Psychiatrie München	Seite 29
<b>4 Psychotherapeutische Angebote</b>	Seite 30
4.1 Psychotherapie	Seite 30
<b>5 Psychische Erkrankung und Lebensalter</b>	Seite 31
5.1 Einrichtungen für Kinder und Jugendliche mit psychischen Störungen	Seite 31
5.1.1 Erziehungsberatungsstelle	Seite 31
5.1.2 Facharzt für Kinder- und Jugendpsychotherapie	Seite 31
5.1.3 Kinder- und Jugendpsychotherapeut	Seite 32
5.2 Einrichtungen für ältere Menschen mit psychischen Störungen	Seite 32
5.2.1 Gerontopsychiatrischer Dienst (GpDi)	Seite 32
<b>6 Pflege</b>	Seite 33
6.1 Ambulante häusliche psychiatrische Krankenpflege	Seite 33
<b>7 Gesetzliche Betreuung</b>	Seite 34
7.1.1 Betreuungsverein	Seite 35
7.1.2 Betreuungsstelle	Seite 35

<b>8 Finanzielle Versorgung</b>	Seite 36
8.1 Agentur für Arbeit	Seite 36
8.2 Örtlicher Sozialhilfeträger	Seite 36
8.3 Schuldner- und Insolvenzberatung	Seite 36
<b>9 Hilfen zum Wohnen</b>	Seite 37
9.1 Wohnungsamt	Seite 37
9.2 Betreute Wohnformen	Seite 37
9.2.1 Übergangseinrichtung	Seite 38
9.2.2 Betreutes Wohnen	Seite 38
9.2.3 Betreutes Einzelwohnen (BEW)	Seite 39
9.2.4 Therapeutische Wohngemeinschaft (TWG)	Seite 39
9.2.5 Intensiv betreute Wohngemeinschaft	Seite 40
9.2.6 Wohnheim	Seite 40
9.2.7 Gastfamilien für psychisch Kranke	Seite 41
<b>10 Unterstützungsmöglichkeiten für Arbeit, berufliche Bildung und Alltagsgestaltung</b>	Seite 42
10.1 Agentur für Arbeit	Seite 42
10.2 Integrationsamt	Seite 42
10.3 Integrationsfachdienst	Seite 43
10.4 Berufliche Rehabilitationseinrichtungen	Seite 43
10.5 Berufsbildungswerk (BBW)	Seite 44
10.6 Berufsförderungswerk (BFW)	Seite 44
10.7 Integrationsunternehmen	Seite 44
10.8 Zuverdienstfirma	Seite 45
10.9 Werkstatt für Menschen mit Behinderungen	Seite 45
10.10 Tagesstätte	Seite 46
<b>11 Selbsthilfe</b>	Seite 47
<b>12 Anlaufstellen bei Beschwerden</b>	Seite 49
12.1 Unabhängige Beschwerdestelle	Seite 49
12.2 Beschwerdemanagement im Krankenhaus	Seite 49
12.3 Patientenfürsprecher	Seite 50
<b>13 Rechtsberatung</b>	Seite 51
<b>14 Adressen</b>	Seite 52

## 1

## Allgemeine Beratung und Information

In diesem ersten Kapitel erfahren Sie, welche Stellen Sie kontaktieren können, um in allgemeinen Orientierungsfragen rund um das Thema psychischer Erkrankungen beraten und informiert zu werden.

### 1.1. Landratsamt/ Kreisverwaltung, Stadtverwaltung

#### Leistungsangebote:

Das Landratsamt oder die Stadtverwaltung informieren sowohl von einer psychischen Erkrankung betroffene Menschen als auch deren Angehörige darüber, wo man Hilfe und Unterstützung erhalten kann, wer Hilfe anbietet und welche Hilfsmöglichkeiten es gibt. Das Landratsamt und die Kreisverwaltung bestehen oftmals aus jeweils verschiedenen Abteilungen mit unterschiedlichen Aufgaben und/oder sind je nach Größenordnung in mehrere Ämter gegliedert. Es finden sich die nachstehenden Verwaltungseinheiten, die für Ihre Fragen bzw. Hilfesuche zuständig sein können:

- **Gesundheitsamt**
- **Jugendamt**
- **Betreuungsstelle**
- **Wohnungsamt**
- **Grundsicherungsamt**
- **Sozialamt**

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Die verfügbaren Angebote richten sich an Erwachsene, Jugendliche, Senioren. Menschen, die von psychischen Krankheiten betroffen sind, erhalten ebenso Auskünfte über verfügbare Hilfen wie deren Angehörige. Wenn der Nachweis einer rechtlich begründeten Vertretungsvollmacht erforderlich ist, werden Auskunftssuchende hiervon in Kenntnis gesetzt.

#### Bedeutung für Angehörige:

Für Angehörige sind Auskünfte der Ämter deshalb von besonderer Bedeutung, weil das Zusammenleben mit Menschen mit psychischen Störungen erhebliche Rückwirkung auf das Leben der Angehörigen selbst besitzt: in finanzieller Hinsicht, für die jeweiligen Lebensgemeinschaften, für die zeitlichen Möglichkeiten, letztlich für alle Bereiche des Lebens der Angehörigen selber.

#### Kosten:

Beratung und Information sind kostenlos.

#### 1.1.1 Gesundheitsamt

##### Leistungsangebote:

Die Mitarbeiter des Gesundheitsamtes informieren und beraten über Einrichtungen und Stellen, die gesundheitliche Hilfe gewähren können, und über Selbsthilfeorganisationen. Man erhält hier zudem Informationen über gesetzliche und finanzielle Hilfen, Bildungs- und Freizeitangebote. Bei Bedarf erfolgt eine Vermittlung an entsprechende Sozialdienste.

Das Gesundheitsamt erstellt durch eigene oder beauftragte Fachkräfte bei Bedarf medizinische Gutachten für Fragen der gesetzlichen Unterbringung und auch im Zusammenhang mit der Einrichtung, Verlängerung bzw. Aufhebung einer gesetzlichen Betreuung (siehe auch Kapitel 7: Gesetzliche Betreuung, Seite 34). Auch mit der Gesundheitsförderung – Prävention (z. B. Suchtprävention) und Aufklärung – ist das Gesundheitsamt beauftragt.

Die Mitarbeiter des Gesundheitsamtes sind im Regelfall fachlich für ihre Aufgabe ausgebildet und verfügen über Erfahrung. Sie sind überwiegend ausgebildete Sozialpädagogen, Sozialarbeiter oder Krankenpfleger.

## 1.2 Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)

### Leistungsangebote:

Das Angebot der Sozialpsychiatrischen Dienste umfasst einerseits Information und Beratung rund um psychische Erkrankungen und die damit verbundenen Fragestellungen. Die Mitarbeiter des SpDi bieten Einzel- oder Familiengespräche an und machen – teilweise – auch Hausbesuche. Sie geben andererseits Unterstützung in der Alltagsbewältigung für Menschen mit psychischen Erkrankungen, sie begleiten und betreuen vor und nach Entlassung aus einer psychiatrischen Klinik, sie organisieren Gesprächsgruppen für Psychiatrie-Erfahrene und Angehörige, unterstützen Selbsthilfeinitiativen, und sie vermitteln zu anderen Diensten, Einrichtungen und Freizeit- und Kontaktangeboten.

In der Regel verfügt der SpDi über eine gerontopsychiatrische Abteilung, oder es bestehen – in München – selbständige gerontopsychiatrische Dienste.

Aufgabe des SpDi ist es, Beratungen und Hilfen ohne bürokratische Hürden (niederschwellig) zu geben. Ziel des SpDi ist es, durch stabilisierende Hilfen Menschen mit psychischen Erkrankungen ein selbständiges Leben zu ermöglichen. Er bietet diesen Service auch dann an, wenn seelisch erkrankte Menschen sich zeitweilig in einer Klinik aufhalten mussten. Der Dienst ergänzt als gemeinde- nahes, ambulantes Angebot die fachärztliche Behandlung, macht diese jedoch nicht zur Bedingung.

### Bedeutung für Angehörige:

Die Sozialpsychiatrischen Dienste sind die erste Anlaufstelle für Angehörige von psychisch kranken Menschen. Manche SpDi bieten Angehörigengruppen an. Angehörige können die Hilfen ohne lange Wartezeiten und ohne sozialrechtliche Formalitäten nutzen. Wenn der von einer psychischen Krankheit betroffene Angehörige nicht das Haus verlassen kann, kommen SpDi-Mitarbeiter in Einzelfällen auch ins Haus.

### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

keine.

### Kosten:

Die Angebote des Sozialpsychiatrischen Dienstes sind unentgeltlich.

### Wo:

In allen Mittel- und Großstädten, Kreisstädten und mit Außenstellen auch in Kleinstädten. Der für Sie zuständige Sozialpsychiatrische Dienst ist abhängig vom Wohnort. In der Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative erhalten Sie die Adresse in Oberbayern des für Sie zuständigen Dienstes. Sie können auch den für Sie zuständigen Sozialpsychiatrischen Dienst über das Internet finden.





### 1.3 Seelsorge

#### Leistungsangebote:

Die Seelsorge leistet im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen von Angehörigen vor allem Entlastung von Sorgen, mit denen Betroffene und Angehörige umgehen müssen.

Eine verständnisvolle Seelsorge kann wichtige Hilfe leisten, durch das Angebot von Gesprächen, durch Zuhören und Zuwendung. Oftmals kann von Seelsorgern entscheidender Trost vermittelt werden.

Die **Telefonseelsorge** richtet sich nach folgenden Leitlinien:

#### **24 Stunden**

Die Telefonseelsorge ist rund um die Uhr, Tag und Nacht, auch an Wochenenden und Feiertagen erreichbar.

#### **Anonymität**

Jeder Anrufende bzw. Ratsuchende kann anonym bleiben. Niemand wird nach seinem Namen gefragt. Auch die Mitarbeiter der Telefonseelsorge bleiben anonym.

#### **Vertraulich**

Alle Mitarbeiter der Telefonseelsorge unterliegen der Schweigepflicht. Sie verpflichten sich zur Verschwiegenheit über die Anrufenden und Inhalte der Telefongespräche.

#### **Gebührenfrei**

Der Anruf bei der Telefonseelsorge ist für Ratsuchende kostenfrei. Das Telefonat erscheint auf keiner Telefonrechnung.

Hilfe besteht darin, dass die Anrufer über ihre Sorgen und Ängste offen und anonym sprechen können. Es gibt keine Identifizierung der Anrufer, und es werden keine Informationen an andere Einrichtungen weitergegeben, es sei denn, die Anrufenden äußern diesen Wunsch selbst.

#### **Kosten:**

Die Inanspruchnahme des seelsorgerischen Angebotes ist kostenlos.

#### **Wo:**

Seelsorge wird von kirchlichen Einrichtungen angeboten.

# 2

## Ambulante und stationäre Hilfen

Die psychiatrische medizinische Versorgung psychisch kranker Menschen wird über niedergelassene Fachärzte, psychiatrische Institutsambulanzen und Kliniken sichergestellt.

Bei der Suche nach geeigneten Fachärzten sind Ihnen Ihre Hausärzte, die Kassenärztliche Vereinigung Bayern (KVB) und die Servicestellen der Krankenkassen behilflich.

### 2.1 Psychiater

Psychiater sind Ärzte mit der Facharztausbildung Psychiatrie (mitunter liegt auch eine ergänzende psychotherapeutische Ausbildung vor), die sich auf die Behandlung psychischer Störungen und Erkrankungen spezialisiert haben. Psychiater sind entweder in einer eigenen Praxis oder Praxismgemeinschaft, in einer Klinik oder aber in einer an eine psychiatrische Klinik angeschlossenen Institutsambulanz oder Tagklinik beschäftigt.

In Deutschland sind im Bereich Psychiatrie neben dem eigentlichen Facharzt des Psychiaters Spezialisierungen entweder auf unterschiedliche Patienten- oder Diagnosegruppen entstanden, z. B. Kinder- und Jugendpsychiater, Gerontopsychiater (für Senioren mit psychischen Krankheiten), für Suchterkrankungen, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, für Psychosomatik, für forensische Psychiatrie usw.

Die Neurologie beschäftigt sich mit dem Aufbau, der Funktion und den organischen Erkrankungen des Nervensystems. Ein Neurologe ist daher ein Facharzt, der auf die Erkennung und Behandlung von Fehlfunktionen oder Funktionsausfällen des Gehirns, des Rückenmarks, der Sinnesorgane, der peripheren Nerven und der Muskulatur spezialisiert ist. Ein weiteres Gebiet sind die nicht-organisch, d. h. psychisch bedingten Lähmungen, Gefühlsstörungen und Schmerzen.

Vor jeder – insbesondere – psychiatrischen Behandlung veranlasst der behandelnde Arzt beim ersten Auftreten eines psychischen Krankheitsbefundes zunächst eine gründliche körperliche Untersuchung. Es muss immer ausgeschlossen sein, dass somatische Befunde Ursache psychischer Komplikationen sind. (Das ist zum Beispiel sehr häufig bei Gehirntumoren der Fall.)

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Überweisung durch Hausärzte.

Aufklärung mit Diagnosestellung/Behandlung.

#### Bedeutung für Angehörige:

#### Schweigepflicht

Psychiater und Neurologen, wie alle anderen Ärzte auch, stehen unter Schweigepflicht. Nach einer Schweigepflichtentbindung des Patienten gegenüber dem behandelnden Arzt ist es aber durchaus möglich, dass auch die Angehörigen in die Behandlung mit einbezogen und über Diagnosestellung und Therapieform informiert und beraten werden. Wissen über die jeweilige Erkrankung fördert die Krankheitseinsicht der Angehörigen und das Verständnis mit dem Erkrankten.

Psychisch erkrankte Menschen sind mehr als körperlich Kranke an der Einhaltung der Schweigepflicht interessiert. Daraus können Probleme für die seelisch kranken Menschen erwachsen, weil Menschen mit psychischen Erkrankungen phasenweise stark hilfebedürftig sind, eigene Entscheidungen schwer treffen, realistische Lageeinschätzungen nur erschwert vorneh-

men können und deswegen Menschen zu ihrer Unterstützung brauchen, die sie, ihr soziales Umfeld, ihre Ausbildung, ihre persönlichen, beruflichen sowie finanziellen Bedingungen kennen.

Es ist hilfreich für Angehörige, wenn ihre psychisch erkrankten Angehörigen von diesbezüglich aufgeklärten und verständigen Ärzten begleitet werden.

Eine Behandlung gegen den erklärten Willen des Patienten ist grundsätzlich nur in ausgesprochenen Notsituationen (s. Hilfen in Krisen und Notfällen S. 28) möglich. Die Voraussetzungen hierfür hängen davon ab, dass bestimmte rechtliche Gegebenheiten vorliegen. In der Regel ist dies nicht der Fall, sondern erfolgt auf richterlichen Beschluss.

**Kosten:** Die Kosten übernehmen die Krankenkassen in gleicher Weise wie in anderen Fällen fachärztlicher Behandlung.

**Wo:** Über niedergelassene Psychiater und Neurologen informieren die Kassenärztliche Vereinigung Bayern (s. Seite 52) und die Servicestellen der Krankenkassen.

## 2.2 Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)

### Leistungsangebote:

Das Behandlungsangebot der Psychiatrischen Institutsambulanz (PIA) richtet sich an Patienten, die nach einer stationären Behandlung wegen der Art, Schwere oder Dauer ihrer Erkrankung eines solchen besonderen, krankenhausnahen Angebotes bedürfen. Dies gilt besonders für Patienten, bei denen einerseits in der Regel eine langfristige, kontinuierliche Behandlung medizinisch notwendig ist und andererseits mangelnde Krankheitseinsicht oder mangelnde Kontrolle der Wahrnehmung dieser kontinuierlichen Behandlung entgegenstehen.

Ebenso richtet sich das Angebot an Patienten, die nach eigener Einschätzung eine psychiatrische Notfallbehandlung benötigen. Darüber hinaus will die Psychiatrische Institutsambulanz Rückfallaufenthalte in Krankenhäusern vermeiden und Krankenhausbehandlungszeiten verkürzen sowie die soziale Integration fördern. Die PIA kann ebenfalls in Anspruch genommen werden von Patienten mit Ersterkrankung, die den Besuch bei einem niedergelassenen Arzt konsequent ablehnen.

### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Die Vermittlung an die PIA erfolgt überwiegend durch den behandelnden Arzt einer Klinik, in der der Patient zuvor stationär untergebracht war, oder durch den behandelnden niedergelassenen Haus- oder Facharzt.

### Bedeutung für Angehörige:

Die PIA bietet ein sog. Komplexleistungsangebot, d. h. zum Behandlungsteam gehören auch Psychologen, Pflegekräfte, Sozialpädagogen und Ergotherapeuten (und andere Therapeuten, wie Physio-/Musik-Therapeuten u. a.), die sich je nach Erfordernis um die anderen ergänzenden Hilfestellungen kümmern können.

Die Mitarbeiter der PIA stehen unter Schweigepflicht. Es ist aber durchaus möglich, dass im Falle einer Schweigepflichtentbindung auch die Angehörigen in die Behandlung mit einbezogen und über Diagnosestellung und Therapieform informiert und beraten werden. Außerdem ist ein Erfahrungsaustausch zwischen den Angehörigen und den Behandelnden für alle Beteiligten hilfreich.

**Kosten:** Die Kosten übernimmt die Krankenkasse. In die Behandlung der Psychiatrischen Institutsambulanz darf zu Lasten der gesetzlichen Krankenversicherung nicht aufgenommen werden, wenn der Patient gleichzeitig von einem niedergelassenen Psychiater/Neurologen behandelt wird.

**Wo:** Psychiatrische Institutsambulanzen sind an psychiatrische Fachkliniken angegliedert.

## 2.3 Kliniken

Wie auf jedem anderen medizinischen Gebiet gibt es auch für psychisch kranke Menschen Fachkrankenhäuser – die psychiatrischen Kliniken. Es gibt Spezialkliniken (spezielle Universitätskliniken, Versorgungskrankenhäuser) oder psychiatrische Abteilungen an Allgemeinkrankenhäusern. Außerdem stehen Privatkliniken zur Verfügung, die sich häufig auf ein bestimmtes Krankheitsbild oder eine bestimmte Patientengruppe spezialisiert haben. In der Regel sind auch Behandlungen in diesen Häusern krankenkassenfinanziert.

### 2.3.1 Psychiatrische Kliniken

#### Leistungsangebote:

In psychiatrischen Krankenhäusern werden zumeist mehrere unterschiedliche Krankheitsbilder behandelt, häufig in getrennten Abteilungen, die nach den unterschiedlichen Formen psychischer Erkrankungen organisiert sind. Spezialkliniken gibt es auch z. B. für Kinder und Jugendliche, für besondere psychosomatische Erkrankungen und häufig auch für Suchterkrankungen.

Die meisten Kliniken verfügen auch über geschlossene Abteilungen. Es kann geboten sein, dass für Menschen mit psychischen Erkrankungen zeitweilig eine sog. geschlossene Unterbringung erforderlich ist. Darüber entscheidet der Facharzt im Einvernehmen mit dem Patienten bzw. dessen Betreuer oder gegebenenfalls unter Einschaltung des Betreuungsgerichts. Aufenthalte auf geschlossenen Stationen sind überwiegend kurzfristig und vorübergehender Natur. Ziel der Krankenhausbehandlung ist die Akutbehandlung.

#### Psychisch kranke Straftäter

Für Straftäter, die psychisch erkrankt sind, sind anders als für sonstige erkrankte Straftäter nicht die Krankenhausabteilungen der Justizvollzugsanstalten zuständig, sondern es sind spezielle psychiatrische Großkliniken, die auch Abteilungen unterhalten, die nach den Prinzipien einer Justizvollzugsanstalt organisiert und gesichert sind. Man spricht dann von der Forensik.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Menschen mit akuten psychischen Störungen.

Überweisung/Attest eines niedergelassenen Arztes, Zwangseinweisung.

Universitätskliniken – oftmals forschungsorientiert und mit komplexen Krankheitsfällen befasst – sind, wie im somatischen Bereich auch, keine Versorgungskliniken. Versorgungskrankenhäuser sind regional organisiert und für alle Arten psychischer Erkrankungen zuständig. In Bayern sind die Bezirke direkt oder mittelbar Träger dieser Kliniken. Daneben behandeln auch psychiatrische Abteilungen an Allgemeinkrankenhäusern psychische Erkrankungen.

Ein psychisch kranker Mensch kann seiner Einweisung ins Krankenhaus widersprechen. Um sie durchzuführen, muss Konsens vorliegen.

Dies trifft nicht zu auf den Fall der Zwangseinweisung. Dann kann ein Patient auch gegen seinen Willen in einer Klinik, dann zumeist in einer geschlossenen Abteilung, untergebracht werden.

Die Zwangseinweisung wird vom Gericht bestimmt – bis zu 24 Stunden kann sie auch ohne gerichtliche Zustimmung durch die Polizei oder einen verantwortlichen Arzt vorgenommen werden.

#### Bedeutung für Angehörige:

Manche psychiatrische Kliniken bieten Angehörigensprechstunden, Angehörigengruppen oder Informationsabende für Angehörige an. Vereinzelt finden Einbeziehungen Angehöriger in die Vorbereitung der Klinikentlassung statt. Die wissenschaftliche Akzeptanz dieser Verhaltensweise steigt; die praktische Akzeptanz ist noch gering. Für die Einbeziehung der Angehörigen in die



Entlassungsgespräche ist die Zustimmung des Patienten notwendig. Orientierung bietet Ihnen die gemeinsame Erklärung des Isar-Amper-Klinikums, Haar, und der ApK München: [www.iak-kmo.de](http://www.iak-kmo.de), zu finden unter dem Menüpunkt „Angehörige“, bzw. [www.apk-muenchen.de](http://www.apk-muenchen.de).

Dies gilt auch für allgemeine Themen der Diagnose und Therapie. Auch hierfür ist die Zustimmung des Patienten erforderlich. Sie zu erhalten liegt im Interesse auch der Betroffenen und der Ärzte. Es empfiehlt sich, regelmäßigen Kontakt zum zuständigen Pflorgeteam und dem behandelnden Psychiater zu halten.

**Wo:** Die Adressen der psychiatrischen Kliniken in Oberbayern finden Sie im Anhang (s. Seite 52).

### 2.3.2 Psychosomatische Kliniken

<sup>1</sup> Psychosomatisch: Mit der Bezeichnung psychosomatisch werden in der Medizin Krankheitserscheinungen charakterisiert, bei denen Wechselwirkungen zwischen körperlichen und psychischen Vorgängen angenommen werden.

<sup>2</sup> Somatisch: Körperliche Erkrankung/ Störung.

#### Leistungsangebote:

Psychosomatische Kliniken bieten stationäre therapeutische Unterstützung bei psychosomatischen<sup>1</sup> und psychischen Störungen. Überwiegend wird nach tiefenpsychologisch fundierten oder verhaltenstherapeutischen Therapiekonzepten behandelt. Im Gegensatz zu psychiatrischen Kliniken werden keine Notfälle (z. B. akute Suizidgefahr, akute Schizophrenie, akute Pflegebedürftigkeit) behandelt.

Einige Kliniken haben ein eigenes Profil mit einem „ganzheitlich-integrativen“ Ansatz im Rahmen einer therapeutischen Gemeinschaft. Hier werden teilweise auch Suchterkrankungen nach erfolgter Entgiftung mitbehandelt.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Patienten mit somatischen<sup>2</sup> und leichteren psychischen Störungen. Überweisung/Attest eines niedergelassenen Arztes.

**Kosten:** Die Kosten übernimmt in vielen Fällen die Krankenkasse. Eine vorherige Klärung der Kostenübernahme mit der zuständigen Krankenkasse ist zu empfehlen.

**Wo:** Die Adressen der psychosomatischen Kliniken erhalten Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

### 2.3.3 Medizinisch-berufliche Rehabilitation (RPK)

#### Leistungsangebote:

Das Angebot der RPK-Einrichtungen in stationärer oder ambulanter Form umfasst eine medizinische Rehabilitation mit dem Ziel der Verantwortungsübernahme des Patienten für seine Gesundheit und einen beruflichen Teil, der zum Ziel hat, die Rekonvaleszenten schrittweise so zu trainieren, dass sie Ausbildung oder Arbeit wieder aufnehmen können.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Menschen mit psychischen Störungen, die das akute Krankheitsstadium hinter sich haben und den Wunsch und die Fähigkeit haben, in sozialen und beruflichen Bereichen wieder Fuß zu fassen.

Überweisung/Attest eines niedergelassenen Facharztes oder einer psychiatrischen Klinik nach vorausgegangener Kostenklärung.

#### Bedeutung für Angehörige:

Der größte Wunsch von Angehörigen ist es, dass der ihnen nahestehende psychisch Kranke zu einem selbständigen Leben als gleichberechtigtes Mitglied in der Gesellschaft findet. Mit einer stationären oder ambulanten medizinischen und beruflichen Rehabilitation steigen die Chancen dafür erheblich.

Nach einer Schweigepflichtentbindung ist es durchaus möglich, dass auch die Angehörigen in die Behandlung mit einbezogen und über Diagnosestellung und Therapieform informiert und beraten werden.

<b>Kosten:</b>	Die Kosten für die RPK übernehmen Rentenversicherer, Krankenkassen, Sozialhilfeträger und die Bundesagentur für Arbeit.
<b>Wo:</b>	Die Adressen der Rehabilitationskliniken erhalten Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

### 2.3.4 Tagkliniken

#### Leistungsangebote:

Eine Tagklinik ist eine Einrichtung der teilstationären Patientenbetreuung. Im Bereich der Psychiatrie sind Tagkliniken sozial- und teilweise auch psychotherapeutisch ausgerichtete Einrichtungen von Krankenhäusern oder anderen Trägern, in denen Patienten eine Zeit lang tagsüber betreut und gegebenenfalls beschäftigt werden. Voraussetzung ist die Fähigkeit, in der übrigen Zeit in der eigenen Wohnung oder in der Familie zurechtzukommen.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Menschen mit psychischen Störungen, die keine vollstationäre Versorgung benötigen.

#### Bedeutung für Angehörige:

Tagkliniken bieten ein der Stabilisierung dienendes Angebot, psychisch kranken Patienten mit noch großem Unterstützungsbedarf den Übergang von der Krankenhausbehandlung zur ambulanten Behandlung zu erleichtern. Die Patienten werden einerseits eng medizinisch betreut und beobachtet, andererseits aber an ein selbständiges Leben herangeführt. Die Tagklinik bietet Patienten eine Übergangsphase an, die gerade bei den heute vorliegenden kurzen stationären Aufenthalten eine Option auf die Realisierung des Behandlungserfolges bietet.

Für Angehörige sind Tagkliniken bedeutsam, insbesondere dann, wenn die betroffenen Patienten bei ihnen wohnen. Tagkliniken sorgen für die Entlastung der Angehörigen und für eine Struktur im Tagesablauf des Patienten.

**Kosten:** Die Kosten übernimmt die Krankenkasse.

**Wo:** Tagkliniken sind häufig an psychiatrische und psychosomatische Kliniken angebunden oder werden von Kliniken wie Außenstationen betrieben.

## 3

## Hilfe in Krisen und Notfällen

Psychische Krisenfälle oder Notfälle unterscheiden sich von denen bei körperlichen Erkrankungen in einem Punkt nicht: Die Angehörigen sind davon überzeugt: Sofortige Hilfe ist erforderlich!

Dann muss man den Notarzt rufen. Das gilt immer, auch und gerade zu Nachtzeiten und an Sonn- und Feiertagen, wenn andere ärztliche Versorgungsmöglichkeiten nicht oder nur sehr erschwert zugänglich sind.

Oder man wendet sich – siehe Kasten – in Fällen von Gefahr auch an die Polizei.

### Psychische Notfallsituationen

Diese sind – für den Betroffenen häufig nicht selbst zu erkennen – insbesondere dann gegeben, wenn Menschen nicht mehr ansprechbar sind, alle Vorschläge, ihnen zu helfen, ablehnen, nicht mehr vernünftig und sachlich reagieren können, einen hilflosen oder verzweifelten Eindruck machen und sich völlig zurückziehen auf sich selbst. Dies kann auch einhergehen mit ungewohnten und unkontrollierten Handlungsweisen oder einer Aufgabe jeder Fürsorge für sich selbst.

Eine besonders kritische Notsituation ist gegeben, wenn jemand durch Worte oder entsprechendes Handeln zu erkennen gibt, nicht mehr leben zu wollen oder zu können.

In anderen Fällen kommt eine Notsituation dadurch klar zum Ausdruck, dass ein psychisch erkrankter Mensch aggressiv gegen sein Umfeld wird, seine Handlungen nicht mehr kontrolliert sind und die Sorge besteht, es könnte Gefahr von ihm ausgehen, oder diese Gefahr tatsächlich schon gegeben ist.

### Leistungsangebote:

#### Ärztlicher Notfalldienst:

Der Notfalldienst muss kommen – auch in psychiatrischen Notsituationen –, wenn Sie die psychische Notsituation klar ansprechen und schwere Angst- oder Erregungszustände beschreiben, die ein weiteres Zuwarten ohne eine Notversorgung ausschließen lassen. Bei Anforderung müssen Sie immer den aktuellen Notbedarf – der keinen Aufschub bei der Hilfe erlaubt – beschreiben.

Ein Notdienst verrichtender Allgemeinarzt kann auch einen Psychiater anfordern. Darauf kann und muss ein Notarzt gegebenenfalls vor Ort hingewiesen werden. Voraussetzung ist aber, dass der Notarzt „vor Ort“ darauf angesprochen wird.

#### Polizei:

Bei Gefahr für das Leben des psychisch Erkrankten oder bei offenkundiger Aggressivität gegenüber Dritten und einer Gefährdung derselben rufen Sie die Polizei – unter Umständen unter gleichzeitigem Hinweis auf die Erforderlichkeit eines Notarzteeinsatzes.

**Bedeutung für Angehörige:****Sondersituation München:**

Hier gibt es einen Psychiatrischen Krisendienst. Der Vorteil dieser Einrichtung ist deren Spezialisierung auf psychische Not-situationen und psychische Erkrankungen.

Dieser Dienst verfügt über geschulte und erfahrene Spezialkräfte und ärztliche Fachkompetenz im Umgang mit Krisen und Notsituationen.

In München ist der Kontakt dorthin einem allgemeinen Notfalldienst vorzuziehen. Die Situation, in der die Polizei hinzuzuziehen ist, bleibt davon unberührt. Aber auch da kann der Krisendienst Hilfe bieten.

Der Krisendienst nimmt Hinweise von Erkrankten, besonders auch von Angehörigen entgegen.

Ärztlicher Notdienst, Telefon: 112

Polizei, Telefon: 110

Krisendienst Psychiatrie München, Telefon: 089/7295960

**Kosten:**

Die Inanspruchnahme des Krisendienstes ist kostenlos bzw. wird über die Krankenkasse abgerechnet.

Angehörigen ist zu raten, sich bereits vor einer akuten Krise zu informieren, wer und was in einer Krisensituation hilft.



## 4

## Psychotherapeutische Angebote

Neben den medizinischen stehen psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten ergänzend zur Verfügung. Sie stellen fallabhängig hilfreiche und geeignete Methoden für die Bewältigung von psychischen Störungen dar.

Die Kassenärztliche Vereinigung Bayern (KVB) gibt bei der Suche nach geeigneten Psychotherapeuten Auskunft. Siehe Adressen, Seite 52.

Ein „Wegweiser Psychotherapie“ (Ratgeber für Hilfesuchende in Bayern) mit den wichtigsten Informationen ist beim Landesverband der Angehörigen psychisch Kranker e. V. erhältlich.

### 4.1 Psychotherapie

#### Leistungsangebote:

Unter Psychotherapie versteht man die Behandlung von psychischen Erkrankungen oder seelisch bedingten körperlichen Erkrankungen auf der Grundlage eines offenen und vertrauensvollen Gespräches. Ihr Ziel ist die Linderung oder Beseitigung der Symptome und die Förderung des Heilungsprozesses. Die Psychotherapie kann dabei in Einzel- oder in Gruppentherapien stattfinden. Es gibt eine Vielfalt von Behandlungsarten. In vielen Fällen ist eine Kombination aus medikamentöser und psychotherapeutischer Behandlung anzutreffen.

#### Diese Psychotherapeuten stehen Ihnen zur Verfügung:

Der *Psychologische Psychotherapeut* ist ein Diplompsychologe mit psychotherapeutischer Zusatzausbildung. Der Psychologische Psychotherapeut verwendet keine Medikamente.

Der *Ärztliche Psychotherapeut* ist Mediziner mit psychotherapeutischer Zusatzausbildung. Beide dürfen Kinder, Jugendliche und Erwachsene psychotherapeutisch behandeln.

Der *Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut* ist Pädagoge oder Psychologe, der mit der psychotherapeutischen Zusatzausbildung für Kinder und Jugendliche ausgebildet ist.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Menschen, die in der Lage sind, komplexen Gedanken zu folgen und über sich, ihre Vergangenheit und ihre Probleme sprechen/berichten zu können.

Bei einigen psychotherapeutischen Behandlungsmethoden werden Angehörige – nach Schweigepflichtentbindung – in die Therapie mit einbezogen (z. B. Familientherapie, Partnertherapie). Auch Angehörigen, die durch das Miterleben der Erkrankung eines nahestehenden psychisch kranken Menschen gefühlsmäßig stark beansprucht sind und darunter leiden, kann psychotherapeutische Behandlung weiterhelfen.

Auch für Angehörige empfiehlt es sich bei Sinnkrisen, Schuld- und Schamgefühlen, Burn-out u. Ä., wenn der Erfahrungsaustausch mit gleich betroffenen Angehörigen nicht ausreicht, sich im Rahmen einer Psychotherapie behandeln zu lassen.

#### Kosten:

Psychotherapiekosten werden in der Regel von den Krankenkassen übernommen. Vorherige Klärung der Kostenübernahme ist erforderlich.

#### Bedeutung für Angehörige:





## 5

## Psychische Erkrankung und Lebensalter

Psychische Probleme, Störungen und Erkrankungen können in allen Lebensphasen, in der Kindheit, Jugend und im höheren Lebensalter, auftreten und machen für das junge und das hohe Alter spezialisierte Einrichtungen und Maßnahmen erforderlich.

### 5.1 Einrichtungen für Kinder und Jugendliche mit psychischen Störungen

#### 5.1.1 Erziehungsberatungsstelle

**Leistungsangebote:**

Eine Erziehungsberatungsstelle unterstützt bei der Klärung und Bewältigung individueller und familienbezogener Erziehungsprobleme, die durch psychische Erkrankung in der Familie entstehen. Auslöser hierfür können z. B. Trennung und Scheidung sein.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

Kinder, Jugendliche, Eltern und andere Erziehungsberechtigte mit individuellen und familienbezogenen Schwierigkeiten.

**Bedeutung für Angehörige:**

Diese Beratungsstelle ist Ansprechpartner für Eltern und andere Angehörige von verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen.

**Kosten:**

Die Beratung ist kostenlos.

**Wo:**

Die für Sie zuständige Erziehungsberatungsstelle erfahren Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

#### 5.1.2 Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie

**Leistungsangebote:**

Der Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie befasst sich mit der Diagnostik, Therapie und Prävention der psychischen, psychosomatischen und neurologischen Krankheiten bei Kindern, Jugendlichen und Heranwachsenden.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

psychisch auffällige Kinder und Jugendliche und deren Erziehungsberechtigte.

**Bedeutung für Angehörige:**

Die Erziehungsberechtigten müssen in die Behandlung des minderjährigen Kindes oder Jugendlichen mit einbezogen werden.

**Kosten:**

Die Kosten übernimmt die Krankenkasse.

**Wo:**

In auf Kinder- und Jugendpsychiatrie spezialisierten Kliniken, Institutsambulanzen, Tagkliniken oder in den Praxen der niedergelassenen Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie.

Die Kassenärztliche Vereinigung Bayern (s. Seite 52) ist Ihnen bei der Suche nach einem geeigneten Kinder- und Jugendpsychiater behilflich.

### 5.1.3 Kinder- und Jugendpsychotherapeut

#### Leistungsangebote:

Auch Kinder- und Jugendpsychotherapeuten diagnostizieren und behandeln bei Kindern und Jugendlichen psychische und psychosomatische Störungen mit Krankheitswert.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

psychisch auffällige Kinder und Jugendliche und deren Erziehungsberechtigte.

#### Bedeutung für Angehörige:

Die Therapie schließt häufig die Erziehungsberechtigten und andere Angehörige mit ein. In der Psychotherapie besprochene und eingeübte Verhaltensweisen können nur dann nachhaltig sein, wenn die Eltern sie im Alltag beachten und unterstützen.

#### Kosten:

Die Kosten übernimmt die Krankenkasse.

#### Wo:

Kinder- und Jugendpsychotherapeuten arbeiten überwiegend in eigenen Praxen. Auch in Beratungsstellen oder in Kliniken sind sie tätig.

## 5.2 Einrichtungen für ältere Menschen mit psychischen Störungen

### 5.2.1 Gerontopsychia- trischer Dienst (GpDi) (Gerontologie ist die Wissenschaft vom Altern.)

#### Leistungsangebote:

Ältere psychisch erkrankte Menschen sowie deren Angehörige und Bezugspersonen wenden sich am besten an einen ambulanten Gerontopsychiatrischen Dienst.

Der Gerontopsychiatrische Dienst ist in der Regel eine Spezialeinheit des SpDi. Wie dieser bietet er Einzelberatungen, Hausbesuche und betreutes Einzelwohnen an (siehe auch 9.2.3 Betreutes Einzelwohnen, Seite 39).

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Menschen ab 60 Jahren, die eine psychische Störung aufweisen oder die von einer psychischen Behinderung bedroht sind, und deren Angehörige. Für sie gilt die Altersgrenze nicht.

#### Bedeutung für Angehörige:

Der Gerontopsychiatrische Dienst berät und informiert auch die Angehörigen und gibt ihnen Tipps, wie man mit erst im Alter psychisch krank gewordenen oder seit vielen Jahren chronisch psychisch erkrankten Menschen umgeht. Zu den üblichen Herausforderungen beim Zusammenleben mit psychisch kranken Nahestehenden kommen hierbei noch die „normalen“ Veränderungen des Alters hinzu.

#### Kosten:

Die Beratung und Information sind kostenlos.

#### Wo:

Der für Sie zuständige Gerontopsychiatrische Dienst ist abhängig vom Wohnort. In der Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI) erhalten Sie die Adresse des für Sie zuständigen Dienstes.

## 6

## Pflege

Die ambulante psychiatrische Pflege wendet sich an erwachsene psychisch kranke Menschen, die aufsuchende Hilfe und Betreuung in ihrem häuslichen Rahmen benötigen und nicht in der Lage sind, bestehende Hilfsangebote selbständig aufzusuchen.

### 6.1 Ambulante häusliche psychiatrische Krankenpflege

#### Leistungsangebote:

Ambulante psychiatrische Pflege ist ein Hilfsangebot zur Versorgung chronisch psychisch kranker Menschen im eigenen Wohnbereich und besteht in ein- bis mehrmaligen wöchentlichen Hausbesuchen bei dem Kranken. Ambulante psychiatrische Pflege soll Rückfällen vorbeugen, sie überwinden oder ihre Folgen in Grenzen halten. Sie soll dazu beitragen, dass psychisch kranke Menschen ein würdiges, eigenständiges Leben in ihrem gewohnten Lebenszusammenhang führen können. Sie ist bemüht, die Stärken eines psychisch erkrankten Menschen zu fördern und zielt im Wesentlichen auf die Bewältigung von Alltagsproblemen und die ermutigende Auseinandersetzung mit der sozialen Umwelt. Dazu gehört auch die Arbeit mit den Angehörigen, die in die Pflege einbezogen und entlastet werden sollen. Ambulante Pflege kann zur Vermeidung und Verkürzung von Krankenhausaufenthalten und zur Sicherstellung der Behandlung durch die niedergelassenen Fachärzte für Psychiatrie, Psychotherapie und Neurologie verordnet werden.

Die ambulante psychiatrische Pflege wendet sich an erwachsene psychisch kranke Menschen, die aufsuchende Hilfe und Betreuung in ihrem häuslichen Rahmen benötigen und nicht in der Lage sind, bestehende Hilfsangebote selbständig aufzusuchen.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Die ambulante psychiatrische Pflege muss ärztlich verordnet werden. Die Dauer der Verordnung ist derzeit in der Regel auf bis zu 4 Monate begrenzt.

#### Bedeutung für Angehörige:

Für Angehörige, deren psychisch krankes Familienmitglied zu Hause wohnt, ist eine ins Haus kommende Pflege ihrer psychisch erkrankten Angehörigen durch Psychiatriepflegekräfte eine große Entlastung von der Verantwortung für die Einhaltung der Therapien. Angehörige werden auf Wunsch in die Behandlung mit einbezogen. Für Menschen, die an den psychischen Krankheiten leiden, die in den Behandlungsrichtlinien festgelegt sind, besteht ein gesetzlicher Anspruch auf diese Hilfe.

#### Kosten:

Die Finanzierung erfolgt über die Krankenkassen.

#### Wo:

Das Angebot der ambulanten psychiatrischen Pflege kann in Kliniken, bei ambulanten Pflegediensten oder bei Wohlfahrtsverbänden angefragt werden.



## 7

## Gesetzliche Betreuung

Manche psychisch erkrankte Menschen sind vorübergehend oder auf Dauer, teilweise oder zur Gänze daran gehindert, ihre Angelegenheiten selbst zu erledigen und zu verantworten. Dann kann eine gesetzliche Betreuung Hilfe bringen.

### 7.1 Gesetzliche Betreuung

#### Leistungsangebote:

Die gesetzliche Betreuung wird entweder für bestimmte Betreuungsbereiche festgelegt, während andere ausgenommen bleiben, oder als Komplettbetreuung festgelegt.

**Die Betreuungsbereiche sind:** Gesundheitsversorgung, Sicherung der Unterkunft, finanzielle Angelegenheiten, allgemeine Geschäftsfähigkeit und Wahrnehmung von Persönlichkeitsrechten (z. B. Unverletzlichkeit der Wohnung, Postgeheimnis).

Ist Betreuung festgelegt, tritt der Betreuer hinsichtlich der Abgabe von Willenserklärungen, gesetzlichen und bürokratischen Pflichten an die Stelle des Betreuten.

Die Betreuung wird vom Betreuungsgericht angeordnet, zumeist auf Vorschlag eines Arztes; aber auch Angehörige können die Betreuung beantragen. Der zu Betreuende ist anzuhören; er kann einen Betreuer seiner Wahl vorschlagen. Das Gericht ist nicht an einen Vorschlag gebunden; auch nicht an einen solchen eines Arztes.

Der Betreute kann auch einen bestellten Betreuer ablehnen und die Bestellung eines anderen verlangen. Hierbei ist das Gericht verpflichtet, einen solchen Wunsch zeitnah zu behandeln.

Eine gesetzliche Betreuung wird in der Regel nur auf Zeit und nur für bestimmte Betreuungsbereiche festgelegt, während andere ausgenommen bleiben.

So werden nur diejenigen Aufgabenkreise unter Betreuung gestellt, für die der Betreffende Unterstützung braucht. Was die Betreuten noch selbst tun können und wofür sie einen gesetzlichen Vertreter benötigen, wird in einem gerichtlichen Verfahren festgelegt. In Einzelfällen kann sie als Komplettbetreuung festgelegt werden.

**Gesetzliche Betreuer können sein:** ehrenamtliche Betreuer, die selbständig oder im Rahmen eines Betreuungsvereins tätig werden; im öffentlichen Auftrag tätige Betreuer, die für eine Betreuungsstelle tätig sind, oder freiberufliche Betreuer, Sozialpädagogen oder Anwälte.

Bei der Bestellung eines Betreuers können Angehörige auf Antrag einbezogen und angehört werden. Das Gericht muss einem solchen Antrag jedoch nicht entsprechen.

- Angehörige im Rechtssinne (Partner, Eltern, Geschwister etc.), aber auch sonstige Vertrauenspersonen des zu Betreuenden können auch die Betreuung übernehmen.

#### Das Betreuungsrecht und seine Grenzen

Zwang und Einschränkung stehen grundsätzlich immer auf dem Prüfstand, weil das deutsche Recht die Entmündigung nicht mehr kennt. Betreuungen sind ihrem Charakter nach auf Zeit angelegt. Niemand soll fürchten müssen, dauerhaft in seinen Rechten beschränkt zu werden. Ausnahmen verlangen also eine sehr stichhaltige Begründung.

Dies gilt verstärkt seit Einführung der Behindertenrechtskonvention der UN in deutsches Recht.

#### Bedeutung für Angehörige:

**7.1.1 Betreuungsverein** **Leistungsangebote:**

Für die Tätigkeit eines Betreuungsvereines ist es erforderlich, dass dieser von der Betreuungsbehörde anerkannt wurde. Ehrenamtliche Mitglieder des Vereins führen die Betreuungen durch und werden von hauptamtlichen Fachkräften bei schwierigen Einzelfragen unterstützt.

Der Betreuungsverein informiert und berät in allen Fragen zum Betreuungsrecht und führt selber rechtliche Betreuungen durch.

Auch zu Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen, Patientenverfügungen und Testamenten gibt er Auskunft.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

Menschen, die sich über die oben genannten Themen informieren und beraten lassen möchten.

**Bedeutung für Angehörige:**

Angehörige können (s. o.) – müssen nicht – die gesetzliche Betreuung für einen psychisch erkrankten Angehörigen selbst übernehmen.

Der Betreuungsverein berät Angehörige, die auf ehrenamtlicher Basis die gesetzliche Betreuung ihres kranken Familienmitgliedes oder Freundes übernehmen möchten, über deren Rechte und Pflichten.

**Kosten:**

Beratung und Information sind kostenlos.

**Wo:**

Die Adresse des Betreuungsvereins in Ihrer Nähe erfahren Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

**7.1.2 Betreuungsstelle** **Leistungsangebote:**

Die Betreuungsstelle berät und unterstützt selbständige und ehrenamtliche Betreuer bei ihrer Tätigkeit. Darüber hinaus ist sie bei dem Verfahren der Antragstellung zur gesetzlichen Betreuung beteiligt. Sie unterstützt das Vormundschaftsgericht bei der Sachverhaltsermittlung und nimmt zur gesundheitlichen, sozialen, rechtlichen und finanziellen Situation des Betroffenen Stellung. Außerdem hat sie dem Vormundschaftsgericht einen geeigneten Betreuer vorzuschlagen oder zur Eignung der als Betreuer vorgeschlagenen Person Stellung zu nehmen. Stehen ehrenamtliche Betreuer nicht zur Verfügung, werden von einem Mitarbeiter der Betreuungsstelle in Einzelfällen auch Behördenbetreuungen durchgeführt.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

keine.

**Bedeutung für Angehörige:**

Häufig sind es die Angehörigen, die eine gesetzliche Betreuung ihres kranken Familienmitgliedes oder Freundes übernehmen. Sie tragen damit eine große Verantwortung. Unter Umständen müssen sie auch für den Betreuten problematische Entscheidungen treffen. Bei angespannten Beziehungen zwischen Betroffenen und Angehörigen ist daher die Übernahme einer Betreuung durch Angehörige genau zu überlegen und häufig nicht anzuraten. Bei der Betreuungsstelle können Sie sich ausführlich informieren und beraten lassen.

**Kosten:**

Das Angebot der Betreuungsstelle ist kostenlos.

**Wo:**

Die Adresse der für Sie zuständigen Betreuungsstelle erfahren Sie über die Oberbayerische Initiative (OI).



## 8

## Finanzielle Versorgung

Eine psychische Erkrankung kann die finanzielle Existenz bedrohen. Hierfür stehen im Notfall Leistungen des sozialen Sicherungssystems zur Verfügung. Arbeitnehmer zum Beispiel besitzen zu Beginn einer Erkrankung einen Anspruch auf Lohnfortzahlung im Krankheitsfall. Nach sechswöchiger Erkrankung besteht Anspruch auf Krankengeld durch die gesetzliche Krankenversicherung.

### 8.1 Agentur für Arbeit

Für Personen, die arbeitslos, aber arbeitsfähig sind, besteht die Möglichkeit, bei der Agentur für Arbeit Arbeitslosengeld zu beziehen. Arbeitssuchende im Alter von 15 bis 64 Jahren erhalten nach Ablauf des Anspruchs auf Arbeitslosengeld Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch, zweites Buch (SGB II). Hier werden Leistungen in Form des Arbeitslosengeldes II für erwerbsfähige und hilfebedürftige Personen (von 15 bis 65 Jahren) und deren Familien gewährt.

### 8.2 Örtlicher Sozialhilfeträger

Personen über 65 Jahre und dauerhaft erwerbsgeminderte Personen können über den örtlichen Sozialhilfeträger Leistungen nach dem SGB XII und Grundsicherungsleistungen beantragen.

### 8.3 Schuldner- und Insolvenzberatung

#### Leistungsangebote:

Häufig führen psychische Erkrankungen zu einer schwierigen finanziellen Situation des Betroffenen.

Gilt für jemanden eine Betreuung, dann sind ohne Zustimmung des Betreuers Rechtsgeschäfte – soweit sie unter die Betreuung fallen – nicht wirksam. Aber auch jemand, der keinen Betreuer hat, gleichwohl aufgrund seiner psychischen Verfassung jedoch nicht in der Lage ist, seine rechtsgeschäftlichen Entscheidungen zu überblicken, kann u. U. nicht verantwortlich gemacht werden, wenn ein Facharzt der Psychiatrie dies bestätigt. Angehörige sollen hierauf achten. Allerdings ist die (nachträgliche) Beweisführung häufig schwierig und kann die Einschaltung eines Rechtsanwalts erforderlich machen.

Sind Rechtsgeschäfte nicht nichtig oder rückwirkend abzuwickeln, steht in solchen Fällen die Schuldner- und Insolvenzberatung unterstützend zur Seite.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Menschen, die verschuldet sind.

#### Bedeutung für Angehörige:

Auch Angehörige erhalten bei der Schuldner- und Insolvenzberatung allgemeine Information und Beratung. Für eine Miteinbeziehung in die individuelle Beratung bedarf es einer Schweigepflichtentbindung oder der gemeinsamen Beratung. Da sich Angehörige häufig moralisch verpflichtet fühlen, für die Schulden ihrer kranken Familienmitglieder aufzukommen, ist es für sie ungeheuer wichtig, über die Entschuldungsvorschläge Kenntnis zu haben.

#### Kosten:

Das Angebot der Schuldner- und Insolvenzberatung ist kostenfrei.

#### Wo:

Adressen möglicher Schuldner- und Insolvenzberatungsstellen erfahren Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

## 9

## Hilfen zum Wohnen

Psychisch kranke Menschen benötigen häufig zur Wiedereingliederung in die Gesellschaft Hilfen im Bereich des Wohnens. Hierzu stehen Angebote unterschiedlichster Wohnformen zur Verfügung, die den notwendigen Umfang an Hilfen bieten. Ziel bei allen Unterstützungsleistungen zum Wohnen ist es, den Gesundheitszustand der Bewohnerinnen und Bewohner zu stabilisieren und die Fähigkeiten zur selbständigen Lebensführung zu stärken.

### Betreute Wohnformen

Die unterschiedlichen Formen des betreuten Wohnens sind heute z. B.

- das betreute Wohnen,
- das betreute Einzelwohnen (BEW), die
- intensiv betreute Wohngemeinschaft und
- therapeutische Wohngemeinschaften (TWG).

<sup>1</sup>Hier ist mit „Betreuung“ nicht die gesetzliche Betreuung gemeint, sondern die soziale Betreuung.

In diesen unterschiedlichen Angebotsformen gehen die Betreuer<sup>1</sup> auf die individuellen Bedürfnisse, Fähigkeiten und Probleme der Bewohner ein, um sie für eine Teilhabe am Leben in der Gesellschaft zu stärken und sie nach und nach zum selbständigen Leben zu geleiten. Verschiedene Trägervereine bieten betreute Wohnformen mit unterschiedlichen inhaltlichen und organisatorischen Schwerpunkten und unterschiedlicher Betreuungsintensität an.

### Die Zielgruppe

Das Angebot richtet sich an Menschen, die nicht ohne Hilfestellung leben können oder meinen, dies nicht oder noch nicht tun zu können.

Häufig stellen betreute Wohnformen den Übergang von einer Klinikbehandlung zum eigenständigen Leben dar. Betreute Wohneinrichtungen sind auch geeignet, Krankenhausbehandlungen zu vermeiden oder hinauszuschieben.

Die Wohnsituation der psychisch kranken Familienmitglieder, Partner oder Freunde bestimmt häufig die Lebensgestaltung der Angehörigen. Ist die Wohnform auf die Bedürfnisse des Betroffenen abgestimmt, wird sich der Betroffene darin wohlfühlen, und die Familien sind entlastet.

### Bedeutung für Angehörige:

#### 9.1 Wohnungsamt

##### Leistungsangebote:

Beim Wohnungsamt wird Ihnen bei Miet- und Wohnungsproblemen aller Art geholfen. Hierzu zählen insbesondere die Vermittlung einer Sozialwohnung, die Verhinderung und der Abbau von Obdachlosigkeit, allgemeine mietrechtliche Beratung und die Gewährung von Wohngeld.

##### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

keine.

### Bedeutung für Angehörige:

Auch Angehörige erhalten auf Wunsch Informationen über die Wohnsituation im sozialen Wohnungsbau in der jeweiligen Kommune.

### Kosten:

Beratung und Information sind kostenlos.

### Wo:

Wohnungsämter gibt es in allen Landkreisen und kreisfreien Städten. Manchmal werden sie auch anders bezeichnet; z. B. Amt für Wohnungswesen.

#### 9.2 Betreute Wohnformen

Im Folgenden haben wir die bedeutsamsten betreuten Wohnformen aufgeführt, die von Sozialpsychiatrischen Diensten, kirchlichen Organisationen, gemeinnützigen Vereinen, den Wohlfahrtsverbänden, Stiftungen u. a. angeboten werden. Bei den jeweiligen Anbietern erhalten Sie die entsprechenden Informationen und werden ausführlich beraten.

### 9.2.1 Übergangseinrichtung

#### Leistungsangebote:

Diese Einrichtung dient der Wiedereingliederung von Menschen, die aufgrund der Schwere oder Dauer ihrer psychischen Erkrankung noch nicht in der Lage sind, ein selbständiges Leben zu bewältigen, und es noch nicht schaffen, in einer therapeutischen Wohngemeinschaft zu leben.

Das Wohnen in einer Übergangseinrichtung ist zeitlich begrenzt. Die Aufenthaltsdauer dient der Klärung geeigneter Anschlussmaßnahmen.

Es richtet sich an psychisch kranke Menschen mit vorhergehendem Krankenhausaufenthalt, die auf das Leben in Gesellschaft vorbereitet werden sollen oder bei denen die Anschlussmaßnahme noch geklärt werden muss.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

vorhergehender Klinikaufenthalt und die noch fehlende Befähigung, in einer WG zu leben.

#### Bedeutung für Angehörige:

Es ist noch gar nicht so lange her, da dienten die Familien als Übergangsstation zwischen stationärer Behandlung und dem selbständigen Leben der Patienten. Die Umstellung von der Klinik, in der alles geregelt ist, ins Alltagsleben draußen ist sehr belastend und sollte daher gut begleitet werden. Das geschieht in den Übergangseinrichtungen. Angehörige sind häufig mit der Nachsorge überfordert und auf professionelle Rehabilitationseinrichtungen angewiesen, die den Übergang erleichtern. Die Angehörigen werden auf Wunsch des Betroffenen in die Beratung und Planung der Anschlussmaßnahmen mit einbezogen.

#### Kosten:

Die Kosten übernehmen in der Regel der überörtliche Sozialhilfeträger (Bezirk Oberbayern) und die Krankenkasse.

#### Wo:

Adressen erfahren Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

### 9.2.2 Betreutes Wohnen

#### Leistungsangebote:

Der psychisch kranke Erwachsene wohnt mit anderen psychisch Erkrankten in einer Wohngemeinschaft zusammen. Diese Wohngemeinschaften gibt es in verschiedenen „Größen“, auch bis zu zehn Bewohnern. Die Betreuung erfolgt von Montag bis Freitag von Sozialpädagogen zu den üblichen Arbeitszeiten. Es finden Einzel- und Gruppengespräche statt, und die Betreuer sind bei allen Alltagsfragen behilflich. Einige Wohngemeinschaften machen Ausflüge und kochen wöchentlich gemeinsam.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Das Angebot richtet sich an Menschen, die vorübergehend Hilfe und Unterstützung benötigen, um ein eigenständiges Leben führen zu können. Die Betroffenen sind infolge ihrer psychischen Behinderung in ihren Möglichkeiten zur selbständigen Lebensführung beeinträchtigt, benötigen aber nicht mehr oder noch nicht das betreuungsintensivere Angebot einer stationären Hilfe. Die Aufenthaltsdauer in einer betreuten Wohngemeinschaft beträgt in der Regel zwei Jahre, kann jedoch auf Antrag und in Ausnahmefällen verlängert werden.

#### Bedeutung für Angehörige:

Der Betroffene entwickelt einen individuell angemessenen Lebensalltag und Lebensrhythmus. Er erkundet sein Maß an Kontakt und Rückzug, an Aktivität und Passivität. Die Aufrechterhaltung eines weitgehend selbstbestimmten Alltags trägt zum Abklingen einer möglichen Krise und zum Wiederfinden des Gleichgewichts bei.

#### Kosten:

Je nach Höhe des Einkommens bzw. des Vermögens übernimmt der zuständige überörtliche Sozialhilfeträger (Bezirk Oberbayern) die Kosten für die Wohngemeinschaft. Unterhaltsverpflichtete Angehörige zahlen einen niedrigen Pauschalbetrag.

**Wo:** Zumeist bieten die Wohlfahrtsverbände, Sozialpsychiatrische Dienste, gemeinnützige Vereine und kirchliche Organisationen betreutes Wohnen an. Die genauen Adressen erfahren Sie bei der Oberbayerischen Initiative (OI).

### 9.2.3 Betreutes Einzelwohnen (BEW)

#### Leistungsangebote:

Beim betreuten Einzelwohnen leben die psychisch kranken Menschen in ihrer eigenen Wohnung, in einer WG oder in einer Pflegefamilie. Je nach Betreuungsvertrag werden die psychisch kranken Menschen einmal oder mehrmals wöchentlich von einer Fachkraft in ihrer gewohnten Umgebung unterstützt.

Dabei geht es nicht um Haushaltshilfe, sondern um die Planung der Tagesstruktur und Motivation, Aufgaben anzunehmen und zuverlässig zu erledigen.

Es richtet sich an psychisch kranke Menschen, die relativ selbständig in ihrer eigenen Wohnung leben können. Diese besondere Wohnform gibt es auch für psychisch kranke Paare und Mütter mit Kindern.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Der Antrag auf betreutes Einzelwohnen ist bei den jeweiligen Anbietern zu stellen.

#### Bedeutung für Angehörige:

Auch Angehörige werden auf Wunsch in die Betreuung und Beratung mit eingebunden. Sie lernen für ihre eigene Aufgabe der Unterstützung von den professionellen Helfern.

<sup>1</sup> Rekonvaleszenten: Genesenden.

Es fällt den Rekonvaleszenten<sup>1</sup> leichter, den Schritt in die Selbständigkeit zu gehen, wenn sie für mehr oder weniger lange Zeit von Fachkräften dabei begleitet werden. Für Angehörige von Kindern ist dieser oftmals erste Schritt ihres Kindes aus dem beschützten Familienleben hinaus in ein selbständiges Leben eine große Entlastung. Zusätzlich schwindet die Angst vor der Zeit, wenn sie nicht mehr für ihre Kinder sorgen können. Das Leben der Angehörigen kann wieder an Normalität gewinnen.

#### Kosten:

Je nach Höhe des Einkommens bzw. des Vermögens übernimmt der zuständige Sozialhilfeträger die Kosten für das betreute Einzelwohnen. Unterhaltsverpflichtete Angehörige müssen sich bei entsprechendem Einkommen an den Kosten beteiligen.

#### Wo:

Zumeist bieten die Wohlfahrtsverbände, Sozialpsychiatrische Dienste, gemeinnützige Vereine und kirchliche Organisationen betreutes Einzelwohnen an. Die genauen Adressen erfahren Sie bei der Oberbayerischen Initiative.

### 9.2.4 Therapeutische Wohngemeinschaft (TWG)

#### Leistungsangebote:

Eine weitere Form der Hilfen zum Wohnen stellt die therapeutische Wohngemeinschaft (TWG) dar. Die Betreuung findet im Rahmen des Gruppenwohnens statt. Sie bereitet psychisch kranken Menschen ein Zuhause auf Zeit, um im sozialen und beruflichen Leben wieder Fuß zu fassen.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Der Antrag auf einen Platz in einer therapeutischen Wohngemeinschaft ist bei den jeweiligen Anbietern zu stellen. Der Antragsteller muss in der Lage sein, den Tag mit Beschäftigungen zu gestalten, in eine Psychotherapie einwilligen und für die Wahrnehmung seines Therapieplans Verantwortung übernehmen.

#### Bedeutung für Angehörige:

Angehörige werden auf Wunsch des Betroffenen in die Betreuung mit einbezogen. Sie werden in einigen TWGs zu Angehörigentreffs, Kontaktgesprächen und gemeinsamen Feiern mit den Bewohnern eingeladen.

#### Kosten:

Je nach Höhe des Einkommens bzw. des Vermögens übernimmt der zuständige überörtliche Sozialhilfeträger (Bezirk Oberbayern) die Kosten für die thera-

peutische Wohngemeinschaft. Unterhaltsverpflichtete Angehörige zahlen einen niedrigen Pauschalbetrag.

**Wo:** Zumeist bieten die Wohlfahrtsverbände, gemeinnützige Vereine und kirchliche Organisationen Plätze in therapeutischen Wohngemeinschaften an. Die genauen Adressen erfahren Sie bei der Oberbayerischen Initiative (OI).

### 9.2.5 Intensiv betreute Wohngemeinschaft

#### Leistungsangebote:

Die intensiv betreute Wohngemeinschaft betreut v. a. chronisch psychisch kranke Menschen, die nach zum Teil langjährigem Klinik- oder Heimaufenthalt in ihrer lebenspraktischen Selbständigkeit stark beeinträchtigt sind und den Alltag – noch oder dauerhaft – nicht alleine bewältigen können. Abhängig vom Schweregrad der Beeinträchtigung sollen sie sich dann entweder auf Dauer in ihrer Wohngemeinschaft zu Hause fühlen können oder Schritt für Schritt an ein noch selbständigeres Leben in einer weniger betreuten Wohnform herangeführt werden. Die Betreuung erfolgt normalerweise an allen sieben Tagen der Woche rund um die Uhr.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Der Antrag auf einen Platz in einer intensiv betreuten Wohngemeinschaft ist bei den jeweiligen Anbietern zu stellen.

#### Bedeutung für Angehörige:

Angehörige werden auf Wunsch des Betroffenen in die Betreuung mit einbezogen. Sie werden in einigen TWGs zu Angehörigentreffs, Kontaktgesprächen und gemeinsamen Feiern mit den Bewohnern eingeladen.

#### Kosten:

Je nach Höhe des Einkommens bzw. des Vermögens übernimmt der zuständige überörtliche Sozialhilfeträger (Bezirk Oberbayern) die Kosten für die Wohngemeinschaft. Unterhaltsverpflichtete Angehörige zahlen einen niedrigen Pauschalbetrag.

#### Wo:

Zumeist bieten die Wohlfahrtsverbände, gemeinnützige Vereine und kirchliche Organisationen Plätze in therapeutischen Wohngemeinschaften an. Die Adressen erfahren Sie bei der Oberbayerischen Initiative (OI).

### 9.2.6 Wohnheim

#### Leistungsangebote:

Ein Wohnheim bietet psychisch kranken Menschen, für die ambulante Hilfsangebote nicht ausreichen, einen Lebensraum.

Die Bewohner erhalten alle lebenswichtigen Hilfen: Unterkunft, Verpflegung, Bekleidung, medizinische Betreuung sowie Beratung in rechtlichen, finanziellen und lebenspraktischen Dingen. Zusammen mit den Mitarbeitern in der Einrichtung werden regelmäßig Gespräche durchgeführt und dort die jeweils nötigen Therapien ermittelt und eingeleitet. Durch individuelle Hilfestellungen in Form von sinnvoller Beschäftigung und tagesstrukturierenden Maßnahmen in verschiedenen Bereichen und bei der Bewältigung des Lebensalltags erfahren die Bewohner eine psychische Stabilisierung und kontinuierliche Anregung, möglichst viele Dinge des täglichen Lebens wieder eigenverantwortlich zu übernehmen. Es werden Beschäftigungs- und Freizeitangebote gemacht.

Die Eingliederung in die Gemeinschaft wird unterstützt über den Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung zu einer festen Bezugsperson.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

psychisch kranke Menschen, denen das ambulante Angebot nicht ausreichend genug ist. Der Antrag auf einen Platz in einem Wohnheim ist bei den jeweiligen Anbietern zu stellen.



**Bedeutung für Angehörige:**

Die Angehörigen werden auf Wunsch des Betroffenen in die Betreuung mit einbezogen. Sie werden in einigen Heimen zu Angehörigentreffs, Kontaktgesprächen, Qualitätszirkeln und gemeinsamen Feiern mit den Bewohnern eingeladen.

**Kosten:**

In der Regel übernimmt der zuständige, überörtliche Sozialhilfeträger (Bezirk Oberbayern) die Kosten für den Platz in einem Wohnheim. Unterhaltsverpflichtete Angehörige zahlen einen niedrigen Pauschalbetrag, müssen sich jedoch bei hohem Einkommen an den Kosten beteiligen.

**Wo:**

Zumeist sind Wohlfahrtsverbände, gemeinnützige Vereine und kirchliche Organisationen Träger von Wohnheimen.

**9.2.7 Gastfamilien für psychisch Kranke****Leistungsangebote:**

Psychiatrische Familienpflege ist eine Form der ambulanten Betreuung psychisch kranker Menschen in Gastfamilien. Sorgfältig ausgewählte Gastfamilien oder auch Einzelpersonen, die für ihre Betreuungstätigkeit eine angemessene finanzielle Anerkennung erhalten, ermöglichen dem psychisch Kranken ein Leben außerhalb (sozial-)psychiatrischer Einrichtungen.

Der „Gast“ und die Gastfamilie werden eng und regelmäßig von Fachleuten betreut und unterstützt.

Die Familienmitglieder geben Anleitung bei der alltäglichen Lebensführung und der Krankheitsbewältigung. Sie helfen dem psychisch kranken Menschen beim Aufbau neuer und der Pflege vorhandener sozialer Beziehungen. Der psychisch kranke Familiengast erfährt Unterstützung bei der Tagesstrukturierung, der Freizeitgestaltung und unter Umständen auch bei der Integration ins Berufsleben.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

psychisch kranke Menschen, die in familienähnlichen Strukturen leben möchten und Hilfe im alltäglichen Leben benötigen, selber keine Familie haben oder den Kontakt zu ihr verloren haben. Der Antrag auf Pflege in der Gastfamilie für psychisch Kranke ist bei den jeweiligen Anbietern zu stellen.

**Bedeutung für Angehörige:**

Die Familie, allgemeiner ausgedrückt das engere soziale Umfeld, spielt eine wichtige Rolle für die Zukunftsaussichten des Kranken, sei es im positiven oder – was hin und wieder ebenfalls vorkommt – im negativen Sinn. Das enge Zusammenleben in der Familie (Elternhaus) ist weder für den Kranken noch für die betroffenen Angehörigen eine sinnvolle Dauerlösung.

Pflege in der Gastfamilie ist für betroffene Familien eine erfreuliche Alternative zum eigenen Familienleben, wenn das Zusammenleben nicht funktioniert, oder zum Leben im Heim.

**Kosten:**

Die Kosten für die Unterkunft können beim örtlichen Träger (Stadt oder Landratsamt) beantragt werden.

**Wo:**

Manche gemeinnützigen Vereine und kirchlichen Organisationen bieten psychiatrische Familienpflege an.

## 10

## Unterstützungsmöglichkeiten für Arbeit, berufliche Bildung und Alltagsgestaltung

Im Nachfolgenden werden die wichtigsten Einrichtungstypen, durch deren Angebote psychisch kranke Menschen zur Arbeit, Ausbildung und/oder aktiven Lebensgestaltung befähigt werden sollen, aufgeführt und kurz in ihren Leistungsprofilen umschrieben.

## 10.1 Agentur für Arbeit

**Leistungsangebote:**

Die Agentur für Arbeit ist bei der Eingliederung bzw. Wiedereingliederung in den Arbeitsbereich behilflich. Sie informiert und berät über mögliche Einrichtungen und Maßnahmen und beteiligt sich unter Umständen an den Kosten.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

psychisch kranke Menschen, die arbeitslos und begrenzt arbeitsfähig sind.

**Bedeutung für Angehörige:**

Die hohe Wichtigkeit aller Unterstützungsmaßnahmen im Bereich Arbeit erklärt sich durch die Bedeutung von Arbeit für die Entwicklung des psychisch kranken Menschen, für seine psychische Stabilität und seine Selbstständigkeit. Da die Angehörigen immer mitbetroffen sind von dem, was ihre kranken/psychiatrieerfahrenen Familienmitglieder betrifft, sind alle Hilfen auf dem Gebiet Arbeit/Beruf auch für sie heute und für die Zukunft nicht hoch genug einzuschätzen. Gelingt es dem Betroffenen, wieder einer Arbeit im ersten oder zweiten Arbeitsmarkt oder als Zuverdienstarbeit nachzugehen, sind die Angehörigen eine große Sorge los.

Die Agentur für Arbeit informiert und berät auch Angehörige psychisch kranker Menschen.

**Kosten:**

Information und Beratung der Agentur für Arbeit sind kostenlos.

**Wo:**

Die Adresse der für Sie zuständigen Agentur für Arbeit erhalten Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

## 10.2 Integrationsamt

**Leistungsangebote:**

Das Integrationsamt Bayern fördert die berufliche Eingliederung von schwerbehinderten Menschen in den allgemeinen Arbeitsmarkt. Das Integrationsamt bietet Beratung und Unterstützung zum Thema Arbeit. Schwerbehinderte Menschen und deren Arbeitgeber können finanzielle Hilfen erhalten. Das Integrationsamt ist für den besonderen Kündigungsschutz schwerbehinderter Menschen zuständig. Es entscheidet über Anträge von Arbeitgebern auf Zustimmung zur Kündigung.

Das Integrationsamt berät Arbeitgeber, Schwerbehinderten-Vertretungen sowie Betriebsräte und Personalräte zum Schwerbehindertenrecht im Arbeitsleben.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

unter anderem auch psychisch behinderte Menschen und ihre Arbeitgeber.

**Bedeutung für Angehörige:**

Das Integrationsamt berät und informiert auch die Angehörigen zum Thema Arbeit.

**Wo:**

Die Adresse des für Sie zuständigen Integrationsamtes erhalten Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

**Kosten:**

Information und Beratung des Integrationsamtes sind kostenlos.

### 10.3 Integrationsfachdienst

#### Leistungsangebote:

Integrationsfachdienste – kurz IFD – beraten und unterstützen sowohl Arbeitgeber, die behinderte und schwerbehinderte Menschen beschäftigen oder beschäftigen wollen, als auch schwerbehinderte Menschen im Arbeitsleben und leisten Hilfe bei der Suche nach beruflichen Alternativen.

Die Integrationsfachdienste arbeiten eng mit dem Integrationsamt, der Agentur für Arbeit, den kommunalen Trägern und den Rehabilitationsträgern zusammen. Sie haben so den Überblick über alle Unterstützungsmöglichkeiten, die schwerbehinderten Menschen im Arbeitsleben und ihren Arbeitgebern zur Verfügung stehen.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

psychisch behinderte Menschen, langzeitarbeitslose Menschen, die in der Lage sind, den Arbeitsbelastungen standzuhalten und einen besonderen Bedarf an arbeitsbegleitender Betreuung haben. Auch Arbeitgeber werden im Zuge des Arbeitsfindungsprozesses und der Arbeitsbegleitung informiert und beraten.

Ein Schwerbehinderungsausweis muss nicht zwangsweise vorliegen, ist aber für berufsbegleitende Maßnahmen eher günstig hinsichtlich z. B. des Kündigungsschutzes. Von Menschen, die von psychischer Schwerbehinderung bedroht sind, kann ein Antrag auf Gleichstellung von Schwerbehinderung gestellt werden.

Einen Schwerbehindertenausweis können Sie beim zuständigen Versorgungsamt bzw./ oder Landratsamt beantragen. Die jeweilige Adresse können Sie beim Bürgeramt der Stadt erfragen.

#### Bedeutung für Angehörige:

Die Bedeutung ergibt sich aus dem Wert von Arbeit für die Betroffenen und ihre Familien. Auch die Angehörigen werden beraten.

#### Kosten:

Die Kosten zur Durchführung bestimmter Maßnahmen übernehmen die Bundesagentur für Arbeit, der Rehabilitationsträger und die Integrationsämter.

#### Wo:

Die Adresse des für Sie zuständigen Integrationsfachdienstes erhalten Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

### 10.4 Berufliche Rehabilitations-einrichtungen

#### Leistungsangebote:

Eine berufliche Rehabilitationseinrichtung für Menschen mit psychischer Erkrankung erbringt Leistungen zur Arbeitserprobung, Belastungstraining und Eignungserprobung, Berufsfindung mit dem Ziel der Teilhabe am Arbeitsleben. Diese Bausteine sind nicht in einzelnen Phasen zeitlich voneinander abgesetzt, sondern wirken funktional zusammen.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Psychisch kranke Menschen, die eine gute Prognose haben und die wieder in das Arbeitsleben integriert werden wollen.

#### Bedeutung für Angehörige:

Ein selbständiges und selbstbestimmtes Leben ihrer von psychischer Krankheit betroffenen Familienmitglieder ist ein vordringliches Ziel aller Unterstützungsbemühungen von Angehörigen. Arbeit und Beschäftigung sind dafür die wichtigste Voraussetzung. Ohne vorbereitende Rehabilitation besteht für viele Rekonvaleszenten eine hohe Rückfallgefahr. Auch die Angehörigen werden nach Absprache unter allen Beteiligten in die Vorgehensweise mit eingebunden.

#### Kosten:

Die Kosten übernehmen zum Teil die Rentenversicherungsträger und die Bundesagentur für Arbeit.

#### Wo:

Die Adressen der Rehabilitationseinrichtungen erhalten Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI).

### 10.5 Berufsbildungswerk (BBW)

#### Leistungsangebote:

Das Berufsbildungswerk (BBW) dient der beruflichen Erstausbildung und Berufsvorbereitung körperlich und/oder psychisch beeinträchtigter und benachteiligter junger Menschen. Es bietet eine Vielzahl von berufsvorbereitenden Ausbildungsmaßnahmen sowie Ausbildungen zu vielen verschiedenen Berufen in Industrie, Handwerk, Dienstleistung und Verwaltung an.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Aufgenommen werden psychisch beeinträchtigte Menschen, die eine Ausbildung absolvieren möchten und sich dazu von ihrer Belastbarkeit her in der Lage sehen.

#### Bedeutung für Angehörige:

Angehörige werden nur mit einbezogen, wenn es sich um Minderjährige handelt, wenn sie die gesetzlichen Betreuer sind oder wenn der Schüler es möchte. Die Bedeutung für Angehörige liegt in der von ihnen wahrgenommenen Verantwortlichkeit für die Zukunft der jungen Menschen.

#### Kosten:

Unter bestimmten Voraussetzungen übernehmen die Kosten das Jugendamt und die Agentur für Arbeit.

#### Wo:

Die Adressen erhalten Sie über die Geschäftsstelle der Oberbayerischen Initiative (OI) oder unter [www.bagbbw.de](http://www.bagbbw.de).

### 10.6 Berufsförderungswerk (BFW)

Ein Berufsförderungswerk (BFW) ist eine auf Ausbildung und Weiterbildung spezialisierte Einrichtung zur beruflichen Rehabilitation von Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen. Die an einem BFW angebotenen Lehrgänge entsprechen den anerkannten Ausbildungsberufen und schließen in der Regel mit der Prüfung vor der Industrie- und Handelskammer oder anderen staatlichen Stellen ab. Im Gegensatz zu den Berufsbildungswerken (BBW) sollten die Teilnehmer über eine abgeschlossene Erstausbildung verfügen bzw. nicht mehr schulpflichtig sein.

#### Leistungsangebote:

Das Berufsförderungswerk bietet Umschulungsmaßnahmen für psychisch kranke Erwachsene an, die den erlernten Beruf oder die bisherige Tätigkeit nicht mehr ausüben können. Die Berufsfindung und Arbeitserprobung kann am BFW festgestellt werden.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

u. a. psychisch kranke Menschen, die umgeschult werden möchten. Die Teilnehmer einer beruflichen Reha-Maßnahme müssen für den neuen Beruf körperlich, geistig und psychisch geeignet sein.

#### Bedeutung für Angehörige:

Alles, was dem psychisch erkrankten Nahestehenden hilft, beruflich wieder Fuß zu fassen, ist für Angehörige von großer Bedeutung.

#### Kosten:

Agentur für Arbeit; bei Jugendlichen unter bestimmten Voraussetzungen das Jugendamt.

#### Wo:

Die Adressen erhalten Sie über die Oberbayerische Initiative (OI).

### 10.7 Integrationsunternehmen

#### Leistungsangebote:

Ein Integrationsunternehmen ist ein rechtlich und wirtschaftlich selbständiges Unternehmen. Es dient der Beschäftigung von Menschen mit Schwerbehinderung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt, für die es aufgrund der Art und Schwere ihrer Behinderung oder wegen sonstiger Umstände sehr schwer ist, eine andere Beschäftigung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt zu finden. Die Arbeitsbedingungen sind hinsichtlich der Arbeitszeit, des Arbeitsklimas und der

Arbeitsorganisation so gestaltet, dass sie den spezifischen Bedürfnissen der psychisch kranken Menschen entsprechen. Die Bezahlung ist Verhandlungssache zwischen den Integrationsfirmen und deren Kostenträger.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

Wesentliche Voraussetzung für die Aufnahme einer Beschäftigung in einem Integrationsunternehmen ist die Fähigkeit des Betroffenen, mit seiner Arbeit einen gewissen Mindestlohn zu erwirtschaften, da diese Firmen marktorientiert und wirtschaftlich arbeiten müssen. Dazu gehört ein gewisses Maß an Zuverlässigkeit und Durchhaltevermögen. Es handelt sich um einen sozialversicherungspflichtigen vertraglichen Arbeitsplatz auf dem geschützten Arbeitsmarkt.

Die Arbeit in einem Integrationsunternehmen verhilft den psychisch behinderten Menschen zu Selbstbewusstsein und zu sozialen Kontakten. Damit erlangen sie Zufriedenheit und Stabilität. Das freut Angehörige und gibt ihnen Zuversicht.

**Bedeutung für Angehörige:**

**Kosten:**

keine.

**Wo:**

Die Adressen der Integrationsbetriebe in Oberbayern erfahren sie über die Oberbayerische Initiative (OI).

**10.8 Zuverdienstfirma**

**Leistungsangebote:**

Eine Zuverdienstfirma wendet sich insbesondere an Menschen mit psychischer Erkrankung und psychischer Behinderung, die vorübergehend oder auch für längere Zeit dem allgemeinen Arbeitsmarkt nicht oder nur bedingt zur Verfügung stehen. Eine Zuverdienstfirma eröffnet die Möglichkeit zu bezahlter stundenweiser Beschäftigung.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

psychisch kranke Menschen, die aufgrund der Erkrankung Rente oder Grundsicherung beziehen. Sie können eine bezahlte stundenweise Beschäftigung ausüben und erhalten geringes Entgelt dafür.

**Bedeutung für Angehörige:**

Je stärker und je länger die Erkrankung sich auswirkt, umso schwieriger ist es für den davon betroffenen Menschen, Vertrauen in seine Fähigkeiten zu erhalten und zu fördern. Das beginnt für manche mit einem niedrigen Einstieg. Aber die Befriedigung daraus schlägt durch auf die Familien. Alles, was dem Leben Halt gibt, ist besser, als zu Hause seine sozialen und handwerklichen Fähigkeiten verkümmern zu lassen.

**Kosten:**

keine.

**Wo:**

Zuverdienstangebote bestehen im Bereich der Integrationsunternehmen (s. 10.7 Integrationsunternehmen), daneben aber auch teilweise in Einrichtungen der gemeindepsychiatrischen Versorgung wie z. B. in Tagesstätten.

**10.9 Werkstatt für Menschen mit Behinderung (WfbM)**

**Leistungsangebote:**

Können Menschen mit einer Behinderung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt nicht oder noch nicht tätig sein, bietet ihnen eine Werkstatt für Menschen mit Behinderung einen Arbeitsplatz oder die Gelegenheit zur Ausübung einer geeigneten, jedoch stets produktionsorientierten Tätigkeit. Für die Arbeit in der Werkstatt wird ein leistungsabhängiges Entgelt bezahlt, einschließlich Kranken-, Pflege- und Rentenversicherung.

Die ursprünglich für körperlich und geistig behinderte Menschen ausgerichteten Werkstätten verfügen heute vielfach über einen Bereich für psychisch behinderte Menschen, die, bedingt durch ihre psychische Erkrankung, dem allgemeinen Arbeitsmarkt nicht, noch nicht oder nicht mehr zur Verfügung stehen.



**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

Personen, die wegen ihrer körperlichen, geistigen oder psychischen Beeinträchtigungen oder Besonderheiten nicht, noch nicht oder noch nicht wieder auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt erwerbstätig werden können, haben ein Recht auf einen Werkstattplatz.

Eine Anerkennung als Schwerbehinderter oder ein Schwerbehindertenausweis ist kein Aufnahmekriterium der Werkstätten.

**Bedeutung für Angehörige:**

Entlastung der Angehörigen von Verantwortung und von finanzieller Unterstützung. Durch langjährige Werkstattarbeit erwerben die behinderten Mitarbeiter einen Rentenanspruch, was ihnen und den Angehörigen Sicherheit für die Zukunft gibt.

**Kosten:**

keine.

**Wo:**

Die Adressen der Werkstätten für Menschen mit Behinderung in Oberbayern erfahren Sie über die Oberbayerische Initiative (OI).

**10.10 Tagesstätte****Leistungsangebote:**

Die Tagesstätte ist eine Einrichtung für Menschen mit psychischer Erkrankung, die Halt und Struktur im Leben benötigen. Die gemeinsame Gestaltung des Alltags in der Tagesstätte und die vielfältigen Arbeits-, Beschäftigungs- und Freizeitangebote bieten die Möglichkeit, vorhandene Fähigkeiten zu erproben und zu erweitern. Das Miteinander in der Gruppe und die Möglichkeit zu Gespräch, gemeinsamer Beschäftigung und Freizeitaktivitäten, sowohl miteinander als auch mit den Tagesstättenmitarbeitern, verhelfen zu einer verbesserten Selbstwahrnehmung und dienen insgesamt dem Aufbau und Erhalt sozialer Beziehungen und Kompetenzen.

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

Psychisch kranke Menschen, die eine sinnvolle Tagesstruktur und soziale Kontakte suchen, aber (noch) nicht einer geregelten Arbeit nachgehen können, sind in der Tagesstätte richtig.

**Bedeutung für Angehörige:**

Wenn der Betroffene in der Familie lebt, bietet der Tagesstättenbesuch sowohl ihm wie den Angehörigen Gelegenheit, wenigstens stundenweise seine eigenen Wege gehen zu können. Auch wenn der Psychiatrie-Erfahrene in einer betreuten Wohnform ist, gibt der regelmäßige Tagesstättenbesuch seinen Angehörigen die beruhigende Gewissheit: er/sie hat eine Tagesstruktur.

**Kosten:**

Die Tagesstätten werden vom Bezirk Oberbayern finanziert. Die Tagesstätten selbst verlangen unterschiedliche Bezahlung für Mittagstisch und Freizeitaktivitäten.

**Wo:**

Die Adressen der Tagesstätte erfahren Sie über die Oberbayerische Initiative (OI).



# 11

## Selbsthilfe

Selbsthilfe heißt, sich selbst zu helfen. Es heißt Passivität überwinden, sich Selbstaufgabe und Resignation entgegenzustellen, und Selbsthilfe heißt auch, dies im Zusammenwirken mit anderen und für andere, die in vergleichbaren Lebensumständen sind, zu tun. Es heißt, von anderen Hilfe anzunehmen, wie man selber bereit sein sollte, zu helfen. In der Psychiatrie ist das grundsätzlich nicht anders als in anderen Lebensbereichen, die von Selbsthilfeinitiativen profitieren.

Folgende Gedanken sind in der Angehörigenselbsthilfe im Umfeld psychiatrischer Erkrankungen von nahestehenden Menschen bestimmend:

- Alle Menschen, und seien sie auch noch so schwach, können und wollen nicht darauf verzichten, ihre Dinge selbst zu gestalten; wo dies nicht geht, wollen sie zumindest auf das Einfluss nehmen, was mit ihnen geschieht. Das gilt gleichermaßen für psychisch erkrankte Menschen selbst wie für deren Angehörige, die vielfach, bei Vorliegen psychischer Erkrankungen ihnen nahestehender Menschen jedoch ganz besonders, mitbetroffen sind: mit eigenen Problemen, Lasten und Lebenskennzeichnungen. Solche Situationen verlangen nach Selbsthilfe und sind durch Selbsthilfe zu verändern und zu erleichtern.
- Die meisten Menschen haben ein Gefühl dafür, was ihnen guttut, was ihnen weiterhilft, und wo das nicht zutrifft. Das können andere nicht einfach bestimmen. Sie wissen es häufig nicht und machen es deswegen nicht richtig. „Andere“ sind Menschen, die zwar wie professionelle Helfer aller Art oft ein hohes Fachwissen haben, aber nicht von „innen“ heraus wissen, wie es ist und was es bedeutet, psychisch erkrankt zu sein oder einen Angehörigen zu haben, der mit diesen Lasten lebt.

Die Angehörigenselbsthilfe basiert auf diesen beiden Säulen. Sie handelt danach und bringt Menschen zueinander, die als Angehörige psychisch erkrankter Menschen ganz häufig vor denselben Problemen, Erfahrungen, Lasten und Schmerzen stehen. Selbsthilfe bietet Gespräche, Beratung, Information, praktische Unterstützung, Annäherung aus gemeinsamer Erfahrung. Mit anderen Worten: einen „Raum“, wo sich Menschen treffen, die unter gleichen Bedingungen leben müssen. Das schafft oft Vertrauen, immer aber Nähe und Verständnis füreinander. Aus diesen Begegnungen und dem Erfahrungsaustausch erwachsen Kraft und Mut zur Bewältigung des eigenen Schicksals.

Menschen, die von psychischen Erkrankungen betroffen sind, haben darum Selbsthilfeorganisationen gegründet. Ebenso die Angehörigen psychisch erkrankter Menschen. Zumeist handelt es sich um lokale Organisationen: Wirksame Selbsthilfe ist lokal organisiert. Man braucht sie dort, wo man lebt.

Auskünfte über lokale Vereine oder Gruppen geben auf Bezirksebene die OSPE (Bezirksorganisation der Psychiatrie-Erfahrenen, siehe Adressen Seite 55) und die OI, die Bezirksorganisation der Angehörigen psychisch Kranker.

### Bezirks- und Landesorganisationen

Leider gibt es nicht überall lokale Selbsthilfeeinrichtungen. Die Zahl der örtlichen Organisationen von Gruppen oder Vereinen in Bayern ist nicht hoch (siehe Adressen Seite 54). Wo sie nicht anzutreffen sind, helfen zunächst die Bezirksorganisationen weiter und darüber hinaus die jeweiligen Landesorganisationen.

Die Adressen der Oberbayerischen Initiative (OI), der Oberbayerischen Selbsthilfe für Psychiatrie-Erfahrene (OSPE), des Landesverbandes Bayern der Angehörigen

psychisch Kranker e. V. (LVB-ApK) und des Bayerischen Landesverbandes der Psychiatrie-Erfahrenen (BayPE) finden Sie auf Seite 54 und 55.

### Bedeutung der Selbsthilfe für Angehörige:

Die im Bezirk Oberbayern vorhandenen Selbsthilfegruppen und Selbsthilfvereine sind in ihrem Hilfsangebot unterschiedlich strukturiert. Das ist ein Ergebnis der Größe des Gemeinwesens, in dem sie tätig sind, aber auch Ergebnis der als vorrangig angesehenen jeweiligen Bedürfnisse.

Immer bemühen sich erfahrene und kundige Angehörige, praktische Hinweise für Angehörige zur Bewältigung des Alltages und für das Zusammenleben mit Menschen zu erteilen, die an psychischen Erkrankungen oder Behinderungen leiden.

Von manchen Selbsthilfvereinen bzw. -gruppen werden regelmäßige Angehörigensprechstunden abgehalten; mitunter auch an Kliniken (München), oder an speziellen Informationsabenden für Angehörige psychisch Kranker werden spezifische Themen angesprochen. So z. B. über psychische Erkrankungen, Therapieformen, Möglichkeiten der Krisenhilfe und über Rehabilitationsoptionen ebenso wie über Beschäftigungs- und Wohnangebote. Zu rechtlichen Fragen, die mit psychischen Erkrankungen zusammenhängen, erhält man Hinweise, wie man sich weiter informieren kann.

Allgemein erhält man Adressen für helfende Einrichtungen. Besonders wichtig aber ist das Hilfsangebot zur Selbstfindung unter veränderten Lebensbedingungen, wenn ein nahestehender Mensch plötzlich von einer psychischen Erkrankung betroffen und gekennzeichnet ist. Die Selbsthilfe für Angehörige ist auch der zweite, mittelbare Weg zur Hilfe für psychisch erkrankte Menschen: in diesem Fall durch ihre Angehörigen, die ihnen diese erschließen wollen.

### Kosten:

Bei einer Mitgliedschaft ist ein jährlicher Mitgliedsbeitrag zu entrichten.

#### Selbsthilfekontaktstellen

Zudem gibt es in Oberbayern sogenannte Selbsthilfekontaktstellen, die die Gruppengründungen vor Ort unterstützen. Die Selbsthilfekontaktstellen sind also nicht selber Selbsthilfeeinrichtungen, aber sie bieten Hilfe an, selber Selbsthilfegruppen zu gründen.

#### Leistungsangebote:

Selbsthilfekontaktstellen sind professionelle Einrichtungen zur regionalen Unterstützung, Gründung und Beratung von Selbsthilfegruppen und zur Verbreitung des Selbsthilfedankens. Sie engagieren sich fach- und verbandsübergreifend für die Selbsthilfe und stehen allen Interessierten offen. Sie sind auch zuständig für die Beantragung einer finanziellen Förderung durch die Krankenkassen.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Jeder, der Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe sucht und sich darüber informieren möchte oder eine neue Selbsthilfegruppe gründen möchte, kann sich an sie wenden.

### Bedeutung für Angehörige:

Wenn Sie in Ihrer Region eine neue Selbsthilfegruppe für Angehörige psychisch Kranker gründen möchten, können Sie sich sehr gerne an uns oder an die für Sie zuständige Selbsthilfekontaktstelle wenden.

### Kosten:

Das Angebot der Selbsthilfekontaktstelle ist kostenlos.

### Wo:

Die Adressen erhalten Sie über die Oberbayerische Initiative (OI).

# 12

## Anlaufstellen bei Beschwerden

Unabhängige Beschwerdestellen sind idealerweise trialogisch besetzte, ehrenamtliche Gremien, die sich unabhängig, auch örtlich, von einzelnen psychiatrischen Einrichtungen um die Vermittlung bei Beschwerden von Seiten Psychiatrie-Erfahrener oder Angehöriger kümmern. Trialogisch bedeutet, dass in der Bearbeitung von Beschwerden von psychischen Behinderungen Betroffene, Angehörige und professionell in der Sozialpsychiatrie Tätige zusammenwirken.

### 12.1 Unabhängige Beschwerdestelle

An Beschwerdestellen wenden sich Menschen, die sich außer Stande sehen, ihre Anliegen in einrichtungsinternen Beschwerdebüros (s. u.) vorzutragen. Das ist üblicherweise dann der Fall, wenn die Beschwerde so gelagert ist, dass sie nicht bei der von einer Beschwerde betroffenen Einrichtung oder Person oder dem Patientenfürsprecher (s. u.) vorgetragen werden kann, und der Beschwerdeführer es vorzieht, sich an eine Stelle zu wenden, die außerhalb der Einrichtungen steht. Darum sind Beschwerden, die bei unabhängigen Beschwerdestellen vorgetragen werden, überwiegend von sehr persönlicher Bedeutung und handeln, objektiv oder nur subjektiv so wahrgenommen, von Übergriffen, Fehlhandlungen, Veruntreuungen, Behandlungsirrtümern, Fehleinschätzungen u. a. m.

Wer eine unabhängige Beschwerdestelle anruft, erwartet nicht, bei vorhandenen einrichtungsinternen Beschwerdebüros Hilfe bekommen zu können.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

Psychisch kranke Menschen, Angehörige und Mitarbeiter des psychosozialen Versorgungssystems können sich an die Beschwerdestelle wenden.

#### Bedeutung für Angehörige:

Auch Angehörige psychisch Kranker können Beschwerden einreichen. Es vermittelt Angehörigen große Sicherheit, wenn sie wissen, dass es eine neutrale Stelle gibt, die Konflikte zu klären hilft und Beschwerden nachgeht.

#### Kosten:

Das Angebot ist kostenlos.

#### Wo:

in mehreren Städten Oberbayerns (siehe [www.beschwerde-psychiatrie.de/liste.html](http://www.beschwerde-psychiatrie.de/liste.html)).

### 12.2 Beschwerde-management im Krankenhaus

#### Bedeutung für Angehörige:

Zunehmend zeichnen sich Einrichtungen – vornehmlich Kliniken, aber auch andere Einrichtungen – der psychiatrischen Versorgung dadurch aus, dass sie ein Beschwerdemanagement eingerichtet haben.

Diese Einrichtungen nehmen Hinweise und Beschwerden, aber auch Anregungen entgegen, die sich auf fehlerhafte oder unbefriedigend erfüllte Leistungen psychiatrischer Einrichtungen des stationären und nachstationären Bereiches – zugesagter oder allgemein zu erwartender Natur – beziehen. Das schließt auch Vorenthaltungen von Leistungen und Hilfen ein (unfreundliche oder abweisende Behandlung etc.).

Die Grenzen zur Tätigkeit der unabhängigen Beschwerdestellen sind fließend.

Wer anzurufen ist, entscheidet der Beschwerdeführer selber.

### 12.3 Patienten- fürsprecher

#### Leistungsangebote:

In den Kliniken des Bezirks Oberbayern und in manchen anderen psychiatrischen Kliniken und Abteilungen an Allgemeinkrankenhäusern gibt es Patientenfürsprecher, die ehrenamtlich, unabhängig und nicht weisungsgebunden arbeiten. Sie unterhalten ihr Büro an der Klinik, sind schnell erreichbar, kennen alle Beteiligten des Einrichtungsbetriebes. Ein Patientenfürsprecher unterstützt Patienten bei Problemen und bei dessen Wünschen und Beschwerden gegenüber der Klinik und ihren Mitarbeitern. In regelmäßigen Sprechstunden des Patientenfürsprechers haben die Patienten die Möglichkeit, mit dem Patientenfürsprecher Kontakt aufzunehmen und ihre Belange anzusprechen.

Patientenfürsprecher nehmen sich der Interessen von Patienten an und bringen diese den Verantwortlichen gegenüber zur Sprache.

#### Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:

keine.

#### Bedeutung für Angehörige:

Auch Angehörige der Patienten können sich an den Patientenfürsprecher wenden. Das ist besonders wichtig, da nicht alle Patienten in der Lage sind, ihre Anliegen selbst zu vertreten.

#### Kosten:

Das Angebot der Patientenfürsprecher ist kostenlos.

#### Wo:

in einzelnen Kliniken (siehe: [www.beschwerde-psychiatrie.de/PFliste.html](http://www.beschwerde-psychiatrie.de/PFliste.html)).



## 13

## Rechtsberatung

A

B

C

D

**Bedeutung  
für Angehörige:****Kosten:****Wo:****Leistungsangebote:**

Wenn Sie zu rechtlichen Angelegenheiten ausführlich beraten werden wollen, dann suchen Sie am besten einen Fachmann (Anwalt oder bei bestimmten erbrechtlichen Fragen auch Notar) auf.

Der Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker e. V. (LVB-ApK) bietet Mitgliedern die Möglichkeit, kostenlos juristischen Rat bei einem Sozial-Anwalt in München einzuholen (s. unten).

**Zugangs-/Aufnahmevoraussetzung:**

Bei Vereinen und Verbänden ist unter Umständen eine Mitgliedschaft vonnöten.

Vor allem bei der Durchsetzung der Bewilligung bestimmter Maßnahmen und Leistungen für den Betroffenen ist es in manchen Fällen für Angehörige ratsam, sich rechtlich beraten zu lassen und gegebenenfalls vor Gericht zu gehen. Die Rechtsanwaltskammern helfen mit Hinweisen.

Die juristische Erstberatung in Vereinen und Verbänden ist in der Regel kostenlos. Der Anwalt dagegen verlangt in der Regel sein übliches Anwaltshonorar. Wenn Sie jedoch über ein geringes Einkommen verfügen, können Sie zur Rechtsberatung die Beratungshilfe beantragen und bei einem gerichtlichen Verfahren Prozesskostenhilfe in Anspruch nehmen.

Der **Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker e. V.** bietet für alle Mitglieder (Direktmitgliedschaften; Vereins- und Gruppenmitgliedschaften) eine kostenlose rechtliche Orientierungsberatung durch einen Rechtsanwalt an.

Auskunft erteilt die Geschäftsstelle des  
Landesverbands Bayern der  
Angehörigen psychisch Kranker e. V.,  
Pappenheimstr. 7,  
80335 München,  
Telefon: 089/51086325,  
E-Mail: lvbayern\_apk@t-online.de,  
www.lvbayern-apk.de.



Bitte haben Sie Verständnis, dass wir für Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben keine Gewähr übernehmen, da sich die Adressen und Telefonnummern erfahrungsgemäß ändern können.

### Sozialpsychiatrische Dienste (SpDi)

Den Sozialpsychiatrischen Dienst in Ihrer Nähe (München/Oberbayern) finden Sie im Internet, oder rufen Sie dazu die Oberbayerische Initiative (OI) an.

### Psychiater/Fachärzte

Über einen Facharzt in Ihrer Nähe gibt Ihnen die Kassenärztliche Vereinigung (KVB), Bezirksstelle Oberbayern, Auskunft. Telefon: 089/57093-4202.

### Notarzt Telefon: 112

### Krisendienst Psychiatrie München

Bavariastraße 11, 80336 München

Telefon: 089/7295960

### Kliniken des Bezirks Oberbayern – Kommunalunternehmen (KBO)

[www.kbo-ku.de](http://www.kbo-ku.de)

#### 1. Heckscher-Klinikum gGmbH

Kinder- und Jugendpsychiatrie,  
Psychosomatik, Psychotherapie  
Akademisches Lehrkrankenhaus der  
Ludwig-Maximilians-Universität  
München  
Deisenhofener Straße 28  
81539 München  
Telefon: 089/9999-0  
[www.heckscher-klinik.de](http://www.heckscher-klinik.de)

#### Heckscher-Klinikum gGmbH,

Abteilung Rosenheim  
Ellmaierstraße 27  
83022 Rosenheim  
Telefon: 8031/3044-0

#### Heckscher-Klinikum gGmbH,

Abteilung Rottmannshöhe  
82335 Berg am Starnberger See  
Telefon: 08151/507-0

#### Heckscher-Klinikum gGmbH,

Ambulanz Wolfratshausen

Obermarkt 18 a  
82515 Wolfratshausen  
Telefon: 08171/41810

#### Heckscher-Klinikum gGmbH,

Ambulanz Waldkraiburg  
Siemensstraße 6  
84478 Waldkraiburg  
Telefon: 08638/9841-0

#### Heckscher-Klinikum gGmbH,

Therapeutische Wohngruppe  
Tristanstraße  
Tristanstraße 16  
80804 München  
Telefon: 089/3612202

#### Kinder- und Jugendpsychiatrische Ambulanz der Heckscher-Klinikum gGmbH

Krumenauerstraße 25  
85049 Ingolstadt  
Telefon: 0841/880-2205 (Leitstelle)

**2. Inn-Salzach-Klinikum gGmbH**

Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin, Neurologie  
Akademisches Lehrkrankenhaus der Ludwig-Maximilians-Universität München  
Verwaltung Haus 7  
83512 Wasserburg am Inn  
Telefon: 08071/71-0  
www.inn-salzach-klinikum.de

**Tagesklinik Rosenheim**

Freiherr-vom-Stein-Straße 2  
83022 Rosenheim  
Telefon: 08031/3948-20

**Psychiatrische Klinik Freilassing  
Psychiatrie, Psychotherapie**

Vinzentiusstraße 56  
83395 Freilassing  
Anmeldungen zur stationären Aufnahme.  
Montag bis Freitag 9 bis 16 Uhr:  
Telefon: 08654/7705-111  
Restliche Zeit: Telefon: 08654/7705-0

**3. Isar-Amper-Klinikum gemeinnützige GmbH**

Klinikum München-Ost  
Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin, Neurologie  
Vockestraße 72  
85540 Haar  
Telefon: 089/4562-0  
www.iak-kmo.de

**ZAK – Zentrum für Abhängigkeitserkrankungen und Krisen am Krankenhaus München-Schwabing**

Kölner Platz 1,  
80804 München  
Telefon: 089/3068-5960

**Atriumhaus****Psychiatrisches Krisen- und Behandlungszentrum München-Süd**

Bavariastraße 11  
80336 München  
Telefon: 089/7678-0  
www.atriumhaus-muenchen.de

**Psychiatrische Tagesklinik und Ambulanz am Klinikum Fürstenfeldbruck**

Dachauer Straße 33  
82256 Fürstenfeldbruck  
Telefon: 08141/99-5100

**4. Isar-Amper-Klinikum gGmbH  
Klinik Taufkirchen (Vils)**

Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin  
Bräuhäuserstraße 5  
84416 Taufkirchen (Vils)  
Telefon: 08084/934-0  
www.iak-kt.de

**Psychiatrische Tagesklinik und  
Institutsambulanz Freising**

Gute Änger 13  
85356 Freising  
Telefon: 08161/86258-40

**5. Lech-Mangfall-Kliniken gGmbH  
am Klinikum Garmisch-Partenkirchen**

Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin  
Auenstraße 6  
82467 Garmisch-Partenkirchen  
Telefon: 08821/77-6101  
www.lmk-gap.de

**Lech-Mangfall-Kliniken gGmbH  
am Krankenhaus Agatharied**

Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin  
Norbert-Kerkel-Platz  
83734 Hausham/Oberbayern  
Telefon: 08026/393-0  
www.lmk-agatharied.de

**Lech-Mangfall-Kliniken gGmbH  
am Klinikum Landsberg am Lech**

Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin  
Bürgermeister-Dr.-Hartmann-Straße 50  
86899 Landsberg am Lech  
Telefon: 08191/333-2900  
www.lmk-landsberg.de

**Lech-Mangfall-Kliniken gGmbH  
am Krankenhaus Peißenberg**

Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatische Medizin  
Hauptstraße 55-57  
82380 Peißenberg  
Telefon: 08803/48890-0  
www.lmk-peissenberg.de

### 6. Autismuskompetenzzentrum Oberbayern gemeinnützige GmbH

Kontakt- und Beratungsstelle  
Eisenacher Straße 10  
80804 München  
Telefon: 089/4522587-0  
www.autkom-obb.de

### 7. Sozialpsychiatrisches Zentrum der Kliniken des Bezirks Oberbayern gemeinnützige GmbH

Betreutes Wohnen, Begleitete Arbeit  
und Beschäftigung, Tagesstrukturie-  
rung, Kunst/Kultur/Freizeit  
Ringstraße 55 (3. Stock)  
85540 Haar  
Telefon: 089/4562-3408, -3808  
www.spz-obb.de

### Klinikum Ingolstadt GmbH Zentrum für psychische Gesundheit

Krumenauerstraße 25  
85049 Ingolstadt  
Telefon: 0841/880-2201  
zpg@klinikum-ingolstadt.de

### Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie Gauting GmbH

Robert-Koch-Allee 6  
82131 Gauting  
Telefon: 089/89358-0  
info@psychiatrie-gauting.de

### Danuvius Klinik Ingolstadt

Krankenhausstraße 68  
Rathausplatz 3  
85049 Ingolstadt  
0841/9339-100  
info@danuviusklinik.de

### Danuvius Klinik Pfaffenhofen

Krankenhausstraße 68  
85276 Pfaffenhofen  
08441/4059-0  
info@danuviusklinik.de

### Selbsthilfe für München und Oberbayern:

#### MÜNCHEN

ApK München e. V.  
Landsberger Straße 135  
80339 München  
Telefon: 089/5024673,  
Fax: 089/5024673  
apk-muenchen@t-online.de  
www.apk-muenchen.de

#### INGOLSTADT

Verein der ApK in der Region 10  
Esplanade 1  
85049 Ingolstadt c/o Insel e. V.  
Telefon: 0841/95399513 oder  
08406-631  
eva.straub@bingo-ev.de  
www.angehoerige-ingolstadt.de

#### STARNBERG

ApK Starnberg e. V.  
Bräuhäusstr. 3  
82327 Tutzing  
Telefon: 08158/997686  
dagmarthies@web.de

#### BAD TÖLZ

Selbsthilfegruppe ApK Bad Tölz  
Beratungsstelle

für psychische Gesundheit  
Klosterweg 2, 83646 Bad Tölz  
Telefon: 08041/79316150

#### MÜNCHEN

Oberbayerische Initiative der  
Angehörigen psychisch Kranker  
Landsberger Straße 135  
80339 München  
Telefon: 089/509178  
Fax: 089/509113  
info@oberbayerische-initiative.de  
www.oberbayerische-initiative.de

#### MÜNCHEN

Landesverband Bayern der  
Angehörigen psychisch Kranker e. V.  
Pappenheimstr. 7 (1. Stock)  
80335 München  
Telefon: 089/51086325  
Fax: 089/51086328

#### LANDSHUT

Selbsthilfegruppe am BKH Landshut  
Brucknerstraße 15, 84034 Landshut  
Telefon: 0871/66890  
beslingeborg@freenet.de

**EBERSBERG**

Selbsthilfegruppe ApK Ebersberg  
Georg-Baumann-Straße 10  
85567 Grafing  
Telefon: 08092/1236  
Fax: 08092/83412  
brigitte.weitzer@web.de

**TRAUNSTEIN**

Angehörigengruppe Traunstein  
SEKO Traunstein  
Gabelsbergerstraße 8  
83278 Traunstein  
Telefon: 0861/16169  
Fax: 0861/1666283  
selfhelp@t-online.de

**ROSENHEIM**

Angehörigengruppe Rosenheim  
Möslstraße 4a,  
83024 Rosenheim  
Telefon: 08031/85063  
e.h.scheuring@cablenet.de

Auskunft über eine Selbsthilfegruppe  
in Ihrer Nähe erteilt Ihnen die  
**Oberbayerische Initiative der  
Angehörigen psychisch Kranker (OI)**.  
Landsberger Straße 135  
80339 München  
Telefon: 089/509178  
Fax: 089/509113  
info@oberbayerische-initiative.de  
www.oberbayerische-initiative.de

**Selbsthilfe der  
Psychiatrie-Erfahrenen  
für München:**

**Münchner Psychiatrie-Erfahrene (MüPE) e. V.**

Thalkirchner Str. 10/1. Stock  
80337 München  
Telefon: 089/26023025  
Fax: 089/26023084  
muepe-selbsthilfe@t-online.de  
www.muepe.org

**Selbsthilfe der  
Psychiatrie-Erfahrenen  
für Oberbayern:**

**Oberbayerische Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrener (OSPE)  
c/o MüPE e. V.**

Thalkirchner Str. 10/1. Stock  
80337 München  
Telefon: 089/26023025  
Fax: 089/26023084  
muepe-selbsthilfe@t-online.de  
www.psycho-selbsthilfe-obb.de

**Bayerischer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener e. V.: (BayPE)  
c/o MüPE e. V.**

Thalkirchner Str. 10/1. Stock  
80337 München  
Telefon: 089/26023025  
Fax: 089/26023084  
BayPE@gmx.de  
www.psychiatrie-erfahrene-bayern.de

## Nachwort

Mit einer psychischen Erkrankung in seinem Familien-, Verwandten- oder Freundeskreis konfrontiert zu werden verändert vieles im Leben. Alleinstehen aber braucht niemand.

Behinderungen sind immer Schicksal; aber niemand kann entscheiden, ob es schlimmer ist, körperbehindert zu sein, ohne Augenlicht leben zu müssen, taub zu sein oder mit psychischen oder geistigen Behinderungen belastet zu sein. Alle sind benachteiligt – alle ihre Angehörigen leiden mit und sind gefordert.

Entscheidend, wie in allen Bereichen des Lebens, ist die Einstellung zu einer belasteten Lebenssituation. Sie muss man sich erarbeiten. Man kann mit Belastungen und Lasten „fertigwerden“. Dazu muss man sich die Kraft zutrauen, Mut und Willen aufbringen. Man muss sich stellen.

Wer das vermag, hat schon halb gewonnen und kann sich dann auch wieder frei fühlen.

Handeln Sie danach – Sie finden in der Selbsthilfe, in Ihrer Nachbarschaft und in Ihren Familien Partner und unter den professionell Helfenden fachlich ausgebildete Unterstützer. Und wenn es in Ihrer Nähe keine Angehörigen-Selbsthilfegruppe gibt, ergreifen Sie die Initiative und treffen Sie sich mit anderen Angehörigen von psychisch kranken Menschen.

Es war überall eine kleine Gruppe, die den Anstoß für eine kontinuierliche Angehörigen-Selbsthilfe gab. Die „Ol“ ist Ihnen gerne mit Rat und Tat behilflich, wie auch der Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker e. V.

Haben Sie Vertrauen zu sich!

Herausgeber und verantwortlich im Sinne des Presserechtes ist die:

**Oberbayerische**   
**Initiative**

der Angehörigen psychisch Kranker

Landsberger Straße 135, 80339 München

Telefon: 089/509178

Fax: 089/509113

info@oberbayerische-initiative.de

www.oberbayerische-initiative.de

Vertreten durch ApK München e. V. – Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker, ihrer Freunde und Förderer, München e. V.

Die OI, Oberbayerische Initiative der Angehörigen psychisch Kranker, ist ein freier Zusammenschluss der nachstehend genannten Gruppen und Vereine im Bezirk Oberbayern.

Er wurde zu dem Zweck ins Leben gerufen, initiativ auf die Stärkung vorhandener und fördernd auf die Bildung neuer Angehörigengruppen psychisch kranker oder behinderter Menschen einzuwirken. Die Initiative setzt sich auch zum Ziel, gemeinsame Vorstellungen zur Versorgungssituation psychisch kranker und behinderter Menschen gegenüber dem für die psychiatrische Versorgung in der Region Oberbayern zuständigen Bezirk Oberbayern anzusprechen.

Stand: Februar 2011

Die Initiatoren der OI sind:

**ApK München e. V.**

Landsberger Straße 135

80339 München

Telefon: 089/5024673

apk-muenchen@t-online.de

www.apk-muenchen.de

**Verein der ApK in der Region 10**

Esplanade 1

85049 Ingolstadt c/o Insel e. V.

Telefon: 0841/95399513 oder 08406/631

eva.straub@bingo-ev.de

www.angehoerige-ingolstadt.de

**ApK Starnberg e. V.**

Bräuhausstr. 3

82327 Tutzing

Telefon: 08158/997686

dagmarthies@web.de



**Wir bedanken uns bei folgenden Institutionen, die uns die Druckausgabe dieses Wegweisers ermöglicht haben:**



Kliniken des Bezirks Oberbayern  
Kommunalunternehmen

**GRUBER STIFTUNG in MÜNCHEN**  
Hilfe für psychisch kranke Menschen und  
ihre unmittelbar betroffenen Angehörigen

**VEREIN ZUR UNTERSTÜTZUNG**  
der Angehörigen psychisch Kranker e. V.



Quellen:

Bezirk Oberbayern, Einrichtungen und Dienste in Oberbayern

[www.psychiatrie.de](http://www.psychiatrie.de)

[www.psychose.de](http://www.psychose.de)

Psychiatrischer Wegweiser Starnberg

Lexikon Psychologie.de

Patientenrechte:

[www.bmj.de/media/archive/226.pdf](http://www.bmj.de/media/archive/226.pdf)

[www.baek.de/page.asp?his=2.49.1759](http://www.baek.de/page.asp?his=2.49.1759)

[www.kbv.de/patienteninformation/103.html](http://www.kbv.de/patienteninformation/103.html)

Patienteninformationen:

[www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)

[www.versorgungslinien.de/patienten](http://www.versorgungslinien.de/patienten)

[www.gesundheitsinformatio.de](http://www.gesundheitsinformatio.de)

[www.cochrane.org/reviews/index\\_de.htm](http://www.cochrane.org/reviews/index_de.htm)

[drkbrhv1.drkcms.de](http://drkbrhv1.drkcms.de)

Gestaltung: [fink.design@arcor.de](mailto:fink.design@arcor.de)

Fotos: i-stock (Titel), Albrecht-E.-Arnold, pixelio.de (Seite 2), Stefanie Hofschläger, pixelio.de (Seite 5), Michael Bührke, pixelio.de (Seite 8), BrandtMarke, pixelio.de (Seite 10), Joujou, pixelio.de (Seite 13), Stefanie Hofschläger, pixelio.de (Seite 14), Joujou, pixelio.de (Seite 16), Rainer Sturm, pixelio.de (Seite 21), Matthias Stanke, pixelio.de (Seite 29), Berwis, pixelio.de (Seite 33), Alexander Hauk, pixelio.de (Seite 46), Günther Havlena, pixelio.de (Seite 50).

Landsberger Straße 135  
80339 München  
Telefon: 089/509178  
Fax: 089/509113  
[info@oberbayerische-initiative.de](mailto:info@oberbayerische-initiative.de)  
[www.oberbayerische-initiative.de](http://www.oberbayerische-initiative.de)

