

## Wie leite ich eine experten-geleitete Angehörigenrunde?<sup>1</sup>

### **Warum experten-geleitete Angehörigenrunden?**

Die Betreuung jener, die an Schizophrenie erkrankt sind, erfolgt heute weitgehend in der Gemeinde. Jene Kranken, die Schwierigkeiten haben, sich im Alltag allein zu versorgen, sind daher häufig auf die Unterstützung und Hilfe ihrer Familienangehörigen angewiesen.

Der Alltag jener, die an Schizophrenie erkrankt sind, ist von ihren sozialen Beziehungen mitbestimmt. Familienmitglieder und Freunde verfügen aber oft nicht über ausreichende Informationen und sind dadurch häufig unsicher, wie sie sich gegenüber dem Kranken verhalten sollen. Dauert die Krankheit länger, können ausgeprägte Belastungen für die Angehörigen auftreten, die sich auch in Niedergeschlagenheit, Angst vor Stigma oder materiellen Nachteilen zeigen können.

Angehörige äußern immer wieder den Wunsch, mehr über die Krankheit ihres Familienmitgliedes zu erfahren. Dies ist ein Wunsch, der sowohl bei den Eltern als auch den Geschwistern und den Partnern der Kranken äußerst verständlich erscheint.

Im letzten Jahrzehnt wurde viel in die entsprechende Informationsvermittlung an die Kranken und deren Angehörige (= Psychoedukation) investiert. Die wesentlichen Inhalte der Psychoedukation für die Angehörigen sind unter anderem: Information über die Krankheit und deren Ursachen, die Symptomatik und den Verlauf der Schizophrenie, die Möglichkeiten der Behandlung und Rückfallsvermeidung.

Die Information über die Ursachen ist erforderlich, um falsche Vorstellungen der Angehörigen, die zu ausgeprägten Schuldgefühlen führen können, zu vermeiden. Die Risikofaktoren für einen Rückfall (z.B. Überforderung des Kranken, Stress) zu verstehen, stellt die Basis für das Erlernen eines adäquaten Kommunikationsstils („expressed emotions“) dar. Um Rückfälle zu vermeiden, ist es nicht nur notwendig, die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten zu kennen, sondern auch Frühwarnzeichen eines Rückfalls erkennen zu können und zu wissen, welche Maßnahmen in einem solchen Fall hilfreich sind. Zu wissen, dass Schizophrenie häufig auch mit einer guten Prognose einhergehen kann, hilft falsche Stereotype und Hoffnungslosigkeit der Angehörigen zu vermeiden.

Gegenüber Gesprächen mit einzelnen Angehörigen ist die experten-geleitete Angehörigenrunde für eine Reihe von Aspekten, wie emotionale Stützung und gegenseitige Information, von Vorteil.

Obwohl Psychoedukation nicht das primäre Ziel von experten-geleiteten Angehörigenrunden ist, spielt die Informationsvermittlung durch Fachleute eine wichtige Rolle. Darüber hinaus bieten Angehörigenrunden die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch zwischen den Angehörigen, was auch dazu führt, dass Angehörige von anderen Angehörigen lernen können (z.B. schwierige Situationen mit dem Kranken zu bewältigen). Außerdem gelingt es manchen Angehörigen, die im Laufe der Jahre immer mehr den Kontakt zu anderen Menschen verloren haben, in diesem Rahmen wieder neue Kontakte zu anderen zu knüpfen. Vielen Angehörigen gelingt es auch leichter, Anregungen oder Vorschläge von anderen Angehörigen anzunehmen als von den Experten. Ebenso gelingt es manchen Angehörigen in diesem Rahmen ihre Schuldgefühle abzubauen und Trauerarbeit (z.B. im Falle eines chronischen und sehr behindernden Krankheitsverlaufs) zu leisten. Nicht zuletzt ist es oft möglich, von anderen Angehörigen zu lernen, dass der Kranke zwar oft Hilfe und Unterstützung benötigt, aber nicht rund um die Uhr beaufsichtigt werden muss. Diese

---

<sup>1</sup> Basierend auf: J. Windhaber, M. Amering, H. Katschnig: Angehörigenrunde – ein Leitfaden für professionelle Helfer. Arbeitshilfe der Klinischen Abteilung für Sozialpsychiatrie und Evaluationsforschung, Universitätsklinik für Psychiatrie Wien (1997)

Entwicklung einer „vernünftigen Distanz“ zum Patienten ist für Angehörige oft der erste Schritt zu erkennen, dass es auch ein eigenes Leben unabhängig vom Kranken gibt.

## Äußerer Rahmen

Bei experten-geleiteten Angehörigenrunden handelt es häufig sich um regelmäßige Gruppenangebote für die Angehörigen jener Patienten, die in einer oder mehreren psychiatrischen Einrichtungen (z.B. Tagesklinik, Wohnheim, Krankenhaus) in Behandlung stehen. Häufig werden Angehörigenrunden immer am gleichen Wochentag um die gleiche Uhrzeit (meist am frühen Abend, da viele Angehörige berufstätig sind) angeboten – somit ist das Angebot für die Angehörigen „automatisch“ bekannt. Die Dauer ist üblicherweise auf eine Stunde beschränkt. Es ist zwar unwahrscheinlich, dass immer alle Angehörigen regelmäßig teilnehmen können, es handelt sich aber um ein kontinuierliches Angebot.

Diese Gruppenangebote werden meist von einem Psychiater, einem Psychologen, einer Krankenpflegekraft oder einem Sozialarbeiter als Moderator geleitet. Da es immer wieder auch um medizinische Fragen geht, wird bei jenen Angehörigenrunden, die nicht von einem Arzt selbst geleitet werden, fallweise ein Arzt zugezogen. In ähnlicher Weise werden fallweise bei Bedarf andere Experten (z.B. Sozialarbeiter) zugezogen, wenn deren spezielles Wissen (z.B. Informationen über finanzielle Unterstützung) erforderlich ist.

## Informationen und Motivation

In der Regel ist es erforderlich, die Angehörigen nicht nur über das Angebot einer Angehörigenrunde zu informieren, sondern sie persönlich zur Teilnahme zu motivieren. Dabei darf man nicht vergessen, dass Angehörigenrunden nicht zum üblichen Repertoire der Medizin im Umgang mit Angehörigen gehören und daher viele anfangs nicht wissen, was dieses Angebot bedeutet. Häufig ist der Hinweis sinnvoll, dass sich viele Angehörige Sorgen bezüglich des Kranken machen und dass in der Angehörigenrunde eine Möglichkeit besteht, diese Sorgen ausführlich zu besprechen.

### **Information:**

Aushang am Stationseingang, Informationsblatt für Angehörige und Patienten

### **Motivation**

- Persönliche Motivation durch den behandelnden Arzt im Gespräch
- Zentraler Inhalt der Motivation: „Angehörige machen sich Sorgen – daher haben Angehörige ein Recht auf Information und Unterstützung“
- Bei mehrmaligem Nichterscheinen persönliches Telefonat mit Angehörigen

### **Komplikationen bei der Motivation**

- Patient will nicht: Information für die Patienten, dass es sich „in erster Linie um Hilfe für die Angehörigen“ handelt
- Angehöriger will nicht: Information für die Angehörigen („eine wichtige Möglichkeit, Sorgen und Fragen der Angehörigen zu besprechen“) – Angehöriger darf keinesfalls den Eindruck bekommen, dass er/sie „behandelt“ werden soll

## Arbeitsweise

Meist wird die Technik des „angeleiteten Entdeckens“ (Katschnig & Konieczna 1989) verwendet; das heißt, wenn ein Thema von den Teilnehmern angeschnitten wird, wird es behandelt. Wenn möglich, gibt der Moderator Fragen an die Runde zurück: das heißt, die Angehörigen werden ermutigt nach eigenen Lösungen zu suchen. Diese Vorgangsweise

fördert die Kommunikation unter den Teilnehmern und zeigt, dass auch Angehörige kompetent sind. Wenn von Angehörigen selbst hilfreiche Vorschläge zur Lösung eines Problems gemacht werden, wird dies verstärkt. Der Moderator der Angehörigenrunde vermeidet es tunlichst, Angehörige zu kritisieren, sondern schlägt ihnen „noch bessere“ Vorgangsweisen vor. Wenn der Moderator ein Thema für wichtig hält, wird es durch Fragen an die Teilnehmer angeschnitten (z.B. das Thema Schuldgefühle durch die Frage „Wodurch ist Ihrer Meinung nach die Krankheit entstanden?“).

Die therapeutische Grundhaltung bei der Moderation von experten-geleiteten Angehörigenrunden ist eine „bedingungslose Wertschätzung“ der Angehörigen. Da die Angehörigen den Alltag der Kranken oft um vieles besser kennen als die Moderatoren, sind sie häufig „Fachleute für den Alltag“. Somit müssen sie als gleichberechtigte Partner in der Bewältigung der Krankheit angesehen werden.

#### ***Einige praktische Tipps zur Durchführung:***

- Die Moderatoren sollen es „aushalten“, auch als Profi etwas nicht zu wissen – dies wird von Angehörigen häufig mehr geschätzt, als wenn man alles weiß.
- Die Angehörigenrunde beginnt und endet pünktlich. Werden gegen Ende der Runde noch Themen angerissen, soll das Thema notiert und in der nächsten Runde weiterbesprochen werden.
- Zwei (selbstverständliche) Regeln für alle Gruppenteilnehmer:
  1. Keine Weitergabe von Informationen aus der Runde.
  2. Es spricht immer nur einer.

#### **Vermutete Wirkfaktoren**

Die folgenden Wirkfaktoren von experten-geleiteten Angehörigenrunden werden diskutiert:

- Unterstützung durch die Anteilnahme der anderen Angehörigen
- Niemand ist mit seinem Schicksal alleine
- Lernen am Modell anderer Angehöriger
- Solidarität der Gruppe stärkt Selbstvertrauen
- Möglichkeit, sich von Schuld- und Schamgefühlen freizusprechen

#### **Nachbesprechung**

Wenn zwei Moderatoren die Angehörigenrunde gemeinsam moderieren, empfiehlt sich eine kurze Nachbesprechung gleich anschließend an die Runde. Weiters ist es oft hilfreich, sich gleich im Anschluss an die Runde schlagwortartig einige Notizen zu machen. Außerdem ist es häufig günstig, bei der Teambesprechung der Einrichtung die anderen Mitglieder des Teams über die besprochenen Punkte zu informieren.