

Die Gruppe

Die Angehörigengruppe findet immer am ersten Montag (Werktag) des Monats von 18:00 bis 19:30 Uhr in den Räumen des GPZ (Gemeindepsychiatrisches Zentrum), „Kiek In“, in der Schmiedestr. 3, 21423 Winsen (Luhe) statt.

Die Teilnahme ist kostenfrei, die jeweiligen Gesprächsthemen werden von der Gruppe bestimmt, über besprochene Inhalte wird die Schweigepflicht bewahrt.

Nachfragen und Neuanmeldungen bitte unter Telefon 04171 693 517 oder unter sozialpsychiatrischerdienst@LKHamburg.de

Sozialpsychiatrischer
Dienst und Suchtberatung

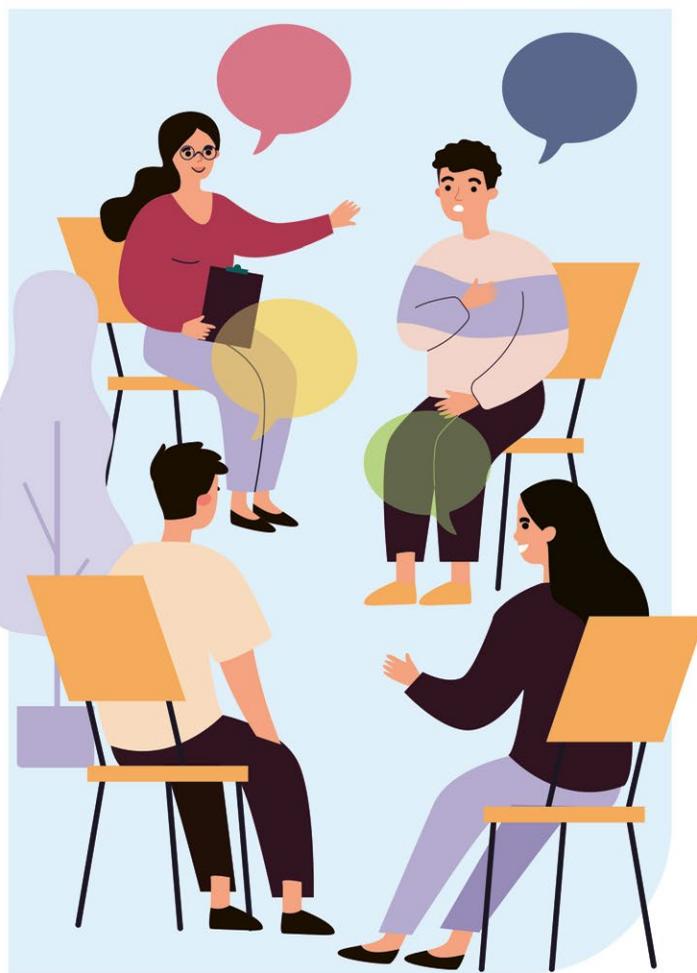
 **LANDKREIS
HARBURG**

Angehörigengruppe des Landkreises Harburg

Selbsthilfegruppe für Angehörige/
Partner*innen/Freund*innen von
psychisch erkrankten bzw.
beeinträchtigten Menschen



Klimaneutral gedruckt: mit mineralölfreien Blaudruckfarben auf 100% Ökoström und 100% Recycling Naturpapier // Illustrationen: AdobeStock_323911779 // _613122252 // _457665868



Warum diese Selbsthilfegruppe?

Wenn Menschen an einer psychischen Krankheit erkranken, sind meistens die Angehörigen/Partner dieser Person diejenigen, die die Auswirkungen als erste und am intensivsten mitbekommen.

Daraus ergeben sich vielfältige Fragen und Unsicherheiten, die bei den Angehörigen zu Schuldgefühlen, Ängsten, Scham, Abwehr, Hilflosigkeit, Überforderung und eigener Beeinträchtigung führen können.

Neben diesen Problemstellungen entwickeln die Angehörigen von psychisch kranken Menschen jedoch auch zahlreiche Kompetenzen, wie sie mit den Erkrankten sinnvoll und hilfreich umgehen können. Und gerade diese Kompetenzen betroffener Angehöriger nutzen wir in der Gruppe, um Lösungen für alltägliche Problemlagen zu finden, die durch die psychische Erkrankung entstehen.

Darüber hinaus nutzen wir die Einbindung von Referenten, die wir zu den Treffen gelegentlich einladen, um zusätzlich professionelles Fachwissen zu erwerben und Fragen zu beantworten.



Zusammengefasst sprechen folgende Aspekte für eine Teilnahme:

- Gewinn an Information über psychische Krankheit, Unterstützungs- und Behandlungsmöglichkeiten, etc.
- Anregungen zu neuen Sichtweisen und Ideen
- Entlastung erfahren durch Erzählen und Mitteilen der eigenen Situation
- Gewinn eigener Sicherheit und Selbstbewusstsein
- Stärkung durch die Gruppe
- Förderung des dialogischen Gedankens (Zusammenarbeit Betroffene, Angehörige, Professionelle)

Angehörigengruppe des Landkreis Harburg

Selbsthilfegruppe für Angehörige/ Partner*innen/Freund*innen von psychisch erkrankten bzw. beeinträchtigten Menschen

Dem Sozialpsychiatrischen Verbund im LK Harburg ist es wichtig, in dialogischer Sichtweise die Angehörigen zu hören und in individuelle wie allgemeine Planungen einzubeziehen, aber auch Angehörigen psychisch Erkrankter eine Gesprächsmöglichkeit zum Austausch und zur Entlastung anzubieten.

Deshalb hat sich der Sozialpsychiatrische Dienst und seine Kooperationspartner dafür eingesetzt, wieder eine Möglichkeit zu schaffen, wo sich die Angehörigen regelmäßig treffen können.

Die Gruppe wird derzeit begleitet und angeleitet von 2 Mitarbeiter*Innen des Sozialpsychiatrischen Dienstes.