



Bernd Butzbach, 55, Diplom-Pädagoge, arbeitet seit 1995 bei der Stiftung Lebensräume Offenbach im Betreuten Wohnen und in der Wohnheimbetreuung. In Kooperation mit dem Sana Klinikum bietet er Psychoedukationskurse für Betroffene und Angehörige in Kooperation mit Fachärzten an.

## »Ich bin mit meinen **Problemen** nicht alleine«

Gespräch mit Kursleiter Bernd Butzbach: Psychoedukationskurse

entlasten Angehörige chronisch Erkrankter

Psychoedukationskurse sind heute wichtiger Bestandteil einer modernen psychiatrischen Behandlung. »Wissen ist Macht! Und die Voraussetzung für eine umfassende Teilhabe an den Errungenschaften unseres Wohlfahrtssystems ganz allgemein und der modernen Medizin im Speziellen!«, schreiben die Autoren J. Bäuml, S. Lüscher und G. Pitschel-Walz unter dem Titel »Was ich nicht weiß, macht mich nicht ›weise‹ ...« (Psychiatrische Praxis, 6/2015, S. 293 ff.).

Dennoch sind sich die Fachleute über die Wirksamkeit von Psychoedukation uneins: Kurse verbesserten nur das Wissen über die Erkrankung, das Vulnerabilitäts-Stress-Modell manifestiere das biologisch-genetische Krankheitsmodell und überhaupt sei sie nur eine Erziehungsmaßnahme zur Medikamenteneinnahme. Einig sind sie sich aber darüber, dass die Nachhaltigkeit von Psychoedukation wesentlich vom Einbezug der Angehörigen abhängt (Debatte Pro & Kontra, ebd. S. 296 f.).

Die Fachzeitschrift liegt auf dem Tisch. Bernd Butzbach kennt die Debatte und greift das Thema Nachhaltigkeit auf. Für ihn überwiegen nach über zwanzig Jahren Berufserfahrung in der Sozialpsychiatrie die Vorteile der Psychoedukation: »Psychose-Patienten haben mehr Lebensqualität, eine kürzere Behandlungsdauer in der Klinik und damit mehr Lebenszeit für sich, die sie nicht im Krankenhaus verbringen müssen.«

Diese Fakten haben ihn zur Zusatzausbildung »Psychoedukation bei Schizophrenie für Angehörige und Betroffene« bei Dr. Matthias Bender, ärztlicher Direktor Vitos Hadamar und Hans Gunia, Psychologe in Darmstadt, motiviert. In Theorieeinheiten mit Rollenspielen hat er für sich »gedankliches Handwerkszeug« für die Alltagsarbeit mitgenommen und dabei »das ganze Spektrum der Erkan-

kung erfahren – wie entsteht sie, was kann man im Alltag machen, was trägt zur Verbesserung, was zur Verschlechterung bei. Eine »kompakte Zusammenfassung von Fachwissen und Berufsalltag«, umschreibt er die Kursinhalte und erläutert nebenbei das Synapsen-Modell der modernen Neurowissenschaft: »Eine verstärkte Ausschüttung von Dopamin führt zur erhöhten Informationsübertragung und Reizüberflutung im Gehirn. Das Psychose-Risiko nimmt zu. Medikamente dagegen steuern den Durchfluss im ›synaptischen Spalt‹ und tragen dazu bei, das Rückfallrisiko zu senken.«

Neben Kursthemen wie »Symptomatik und Diagnostik«, das »Vulnerabilitäts-Stress-Bewältigungsmodell«, »Psychotherapie« und »Psychosoziale Maßnahmen« sind bei Angehörigen »Schuld und Scham« wichtige Themen, erzählt Butzbach, auch das Erleben der Krankheit als Schicksal. Fragen wie »Was habe ich falsch gemacht, was versäumt?« oder »Wie sage ich es meinem Nachbarn?« quälten die Kursteilnehmer.

Wesentliche Aufgabe als Kursleiter ist für Butzbach, »ein Klima zu schaffen, in dem sich die Teilnehmer äußern und dabei erleben können, dass es anderen auch so geht«. Wird beispielsweise das Thema Schuld erstmals ausgesprochen, wird schnell klar, dass es keine Schuldfrage ist, so Butzbach und fügt hinzu: »Das entlastet Angehörige ungemein.«

Die Kurse bieten keine Lösungen, helfen aber Angehörigen, Klarheit über ihr Verhalten zu erlangen und selbstbewusster zu werden. Auch dabei, ihre Rolle als Eltern, Partner oder Nachbar zu definieren: »Ich kann alles immer schlimm sehen oder entspannt damit umgehen. Ich kann der liebe Nachbar sein oder mich öffnen, wenn es für mich besser passt.«



Der Pädagoge erlebt, dass Psychoedukationskurse bei Betroffenen wie Angehörigen sehr begehrt sind. Rund zwei Monate dauert ein Kurs, der aus acht Doppelstunden besteht. Jeweils drei hat Butzbach gemeinsam mit einer Ärztin im Sana Klinikum Offenbach erfolgreich durchgeführt. Acht bis zwanzig Personen saßen in den Gruppen. Nach Butzbach wissen die Teilnehmer die kompakte Wissensvermittlung über die Erkrankung und deren Behandlungsmöglichkeiten – medizinisch, psychotherapeutisch und psychosozial – sehr zu schätzen. Als besonders hilfreich wird aber die emotionale Entlastung erlebt. »Die Angehöri-

gen äußern große Dankbarkeit und erzählen, durch den Kurs mehr Wissen über die Erkrankung zu haben, vieles besser einordnen zu können und über Hilfsangebote Bescheid zu wissen.«

Johann Kneißl | [www.allemunde.de](http://www.allemunde.de)

Kontakt: Stiftung Lebensräume Offenbach am Main  
Bernd Butzbach | Arndtstraße 23  
63069 Offenbach am Main  
Telefon 069 838392-11 | [Bernd.Butzbach@lebmail.de](mailto:Bernd.Butzbach@lebmail.de)

## ○ Atempause vom Alltag

Gespräch mit Hossein Saleh vom Sozialpsychiatrischen Dienst Dietzenbach:

### Angehörigengruppe bietet Entlastung

Wir sind im Obertshausener Rathaus im Sitzungssaal 4 verabredet. An der Tür hängt ein foliertes Schild »Sprechstunde SpDi – Hossein Saleh«. Meine fünf Fragen sind mit der Pressestelle des Landkreisamtes Dietzenbach abgestimmt. Wir können mit Interview loslegen. Die Fragen liegen auf dem Tisch: Welche Themen brennen den Angehörigen unter den Nägeln? Welche Unterstützung erfahren sie in der Gruppe? Was können Angehörige für sich selbst und im Umgang mit ihren erkrankten Angehörigen lernen? Warum sollten sie die Gruppe aufsuchen und welche Kompetenzen muss der Leiter mitbringen?

»Angehörige sind immer auch Betroffene, sie leiden mindestens so viel wie die Erkrankten selbst«, schildert der Diplom-Soziologe und systemischer Familientherapeut. Vor rund achtzehn Jahren hat er eine bestehende Angehörigengruppe in Seligenstadt übernommen. Er beschreibt sie als »Atempause vom Alltag«.

Die Menschen finden in der Gruppe vor allem »Gehör und Verständnis« und können spüren, dass sie mit ihrer Problematik nicht alleine sind, erzählt Saleh. Am meisten macht nach seiner Erfahrung den Menschen das Alleinsein mit ihren Sorgen und Nöten zu schaffen: »Das Gefühl, von anderen nicht verstanden zu werden und Vorbehalten gegenüberzustehen, bringt Angehörige häufig in die Isolation.« Als weitere Themen werden genannt: Angst und Schuldgefühle, Unsicherheit, Ratlosigkeit, Verzweiflung und fehlendes Wissen über die Erkrankung und Hilfsangebote.

Hossein Saleh sieht seine Gruppenleitertaufgabe mehr »als Begleitung«. Die Frage nach den notwendigen Kompetenzen fasst er folgendermaßen: »Der Begleiter muss für ein offenes und vertrauensvolles Klima sorgen und darauf achten, dass die Schweigepflicht eingehalten wird. Wissen über die Krankheitsbilder muss er mitbringen,



Hossein Saleh, 61, Diplom-Soziologe und systemischer Familientherapeut, arbeitet seit 1998 beim Sozialpsychiatrischen Dienst (SpDi) im Fachdienst Gesundheit in Dietzenbach. Er ist zuständig für die Gemeinden Obertshausen/Hausen, Heusenstamm, Jügesheim, Weiskirchen und Hainhausen. In Seligenstadt leitet er jeden ersten Mittwoch im Monat von 17:00 bis 18:30 Uhr im Nachbarschaftshaus die Angehörigengruppe. Bei Lebensräume begleitet Hossein Saleh die Selbsthilfegruppe »Albatros« in der Seligenstädter Straße 18 in Obertshausen.

medizinische und therapeutische Behandlungsmöglichkeiten kennen und gut über die regionalen Hilfsangebote für Angehörige und Erkrankte Bescheid wissen.« Häufige Erfahrung des Soziologen ist, dass die Angehörigen sich von Ärzten und Therapeuten »außen vor gelassen« und als »Experten« nicht zurate gezogen und ausreichend informiert fühlten. Sie wünschten sich mehr Gehör und Information und möchten ernst genommen



werden. »Schließlich«, plädiert Saleh, »leben sie doch überwiegend mit dem erkrankten Familienmitglied in der gemeinsamen Wohnung.«

Die offene Gruppe in Seligenstadt findet jeden ersten Mittwoch im Monat statt. Interessierte können nach einem Vorgespräch jederzeit einsteigen. Zu den Spielregeln gehören neben der Schweigepflicht ein Vertrauensverhältnis und die Bereitschaft, sich aktiv in die Gruppe einzubringen. Die Gruppenteilnehmer sind Partner, Geschwister oder Eltern erkrankter Kinder, die Altersspanne reicht von 30 bis über 75 Jahren. Zum großen Teil leben sie mit ihren erkrankten Angehörigen in der Familie. »Raus aus der Isolation, das eigene Leid zur Sprache bringen, sich Entlastung holen und neue Energie tanken«, nennt der Soziologe die wichtigsten Gründe zu meiner Frage, warum Angehörige an der Gruppe teilnehmen sollen.

Als wichtige Gruppenerfahrung schildert Hossein Saleh, dass die Angehörigen lernen, auf ihre eigenen Bedürfnisse mehr zu achten, dass sie selbst existieren und nicht ständig auf das erkrankte Familienmitglied fixiert sein müssen. So können sie den Gedanken an eine Reha, einen

Urlaub oder therapeutische Unterstützung zulassen - ohne das Schuldgefühl, den Erkrankten zu vernachlässigen. Die Gruppe ermutigt hierzu und Angehörige setzen ihre Pläne auch um. Gestärkt und mit neuer Energie kehren sie in den Alltag zurück und machen eine weitere Erfahrung: Der depressive Partner, der die Zeit zuvor außer der Essensaufnahme nur im Bett zubrachte, konnte plötzlich Lebensmittel einkaufen, sich ein Essen zubereiten und eigene Ressourcen entdecken. »Die Angehörigen lernen Verantwortung abzugeben, werden selbstsicherer und entdecken eine eigene neue Stärke. Und die Erkrankten lernen nach anfänglichen Ängsten und Verunsicherungen, selbstständiger zu werden.«

JJohann Kneißl | [www.allemunde.de](http://www.allemunde.de)

Kontakt: Kreis Offenbach – Fachdienst Gesundheit  
Sozialpsychiatrischer Dienst  
Hossein Saleh | Gottlieb-Daimler-Straße 10  
63128 Dietzenbach  
Telefon 06074 818063798  
[h.saleh@kreis-offenbach.de](mailto:h.saleh@kreis-offenbach.de)  
[www.kreis-offenbach.de](http://www.kreis-offenbach.de)



## Bett und Fernseher machen zufrieden

Ein Angehöriger berichtet

Hans Hahn, 80 Jahre, früh geschieden und Vater von zwei Söhnen, sprüht vor Lebendigkeit. Der IT-Entwickler im Ruhestand hat ein Mobiltelefon und ein Smartphone auf dem Tisch liegen. Munter blättert er in der aktuellen »Treffpunkte«-Zeitschrift, liest das Impressum, fragt mit einem verschmitzten Blick über die Lesebrille, warum mein Name nicht im Redaktionsteam genannt ist. Wir lachen. Hans Hahn stimmt keine Klagelieder an. Grund dazu hätte er: »Na ja«, sagt er, »mein Sohn ist ganz zufrieden, andere Heimbewohner besuchen ihn im Zimmer, schnorren Tabak, er hat Kontakte. Als Junge war er charmant, die Gutmütigkeit ist ihm geblieben.«

Sohn Michael, 51 (Name geändert), erkrankte im ersten Semester seines Physikstudiums an einer schweren Psychose, seit 1987 lebt er bei der Stiftung Lebensräume in einem Wohnheim. »Er ist sehr lethargisch, liegt viel im Bett und sieht fern. Es bleibt bei Versuchen, ihn aus seiner ›selbstgewählten Stille‹ herauszuholen und in eine Pizzeria oder ein Café zu gehen.«

»Nahezu jeden Sonntagnachmittag sitzt Hans Hahn seit fast 30 Jahren zwei bis drei Stunden im Zimmer seines Sohnes, muss ›90 % der Gesprächsanstöße‹ selbst in die Hände nehmen. »Wir führen so manche ›verrückte Konversation‹, die sich häufig einer strengen Logik entzieht.« Gelegentlich mache er seinen Sohn mit Fragen wie »Michael, ist das

wirklich logisch, du hast doch Physik studiert«, vorsichtig darauf aufmerksam. Einem kurzen Weg der Klarheit folgen neue wunderliche Gedankengänge.

Hans Hahn und seine Exfrau halten beide intensiven Kontakt zum Sohn, besuchen gemeinsam die monatliche Angehörigengruppe des Wohnheims. »Die Gespräche sind tröstlich und zeigen, dass es auch bei anderen Erkrankten eine ähnliche ›Negativsymptomatik‹ mit Folgeproblemen gibt.«

Der pensionierte IT-Experte bei der Deutschen Bahn fühlt sich vom Wohnheim gut informiert und einbezogen. Dann muss er wieder lächeln, beginnt zu erzählen und meint, dass man darüber nicht zu kritisch urteilen soll: »Der Spezialisierungsgrad im heutigen Sozial- und Gesundheitswesen ähnele ein bisschen dem in einer Automobilfabrik. Für alles gibt es Experten. Bis hin zur Hygiene-Putzfrau. Das Bezugsbetreuungssystem ist da aber ein notwendiges Gegengewicht.«

Auch dank der modernen Kommunikationstechnik wird er von der Bezugsbetreuerin seines Sohnes »auf dem Laufenden gehalten«. Hans Hahn zeigt auf die Mobilgeräte auf dem Tisch.

Johann Kneißl  
[www.allemunde.de](http://www.allemunde.de)