

Genesung neu denken

Perspektive Fachlichkeit

Dr.phil. Dipl.Psych. Margit Schmolke

Psychologische Psychotherapeutin, Psychoanalytikerin
Co-Leiterin des Münchner Lehr- und Forschungsinstituts
der Deutschen Akademie für Psychoanalyse (DAP)

13. Bayerisches Seminar für Bürgerhilfe in der Psychiatrie
20.01. – 22.01.2017, Kloster Seeon

Inhalt

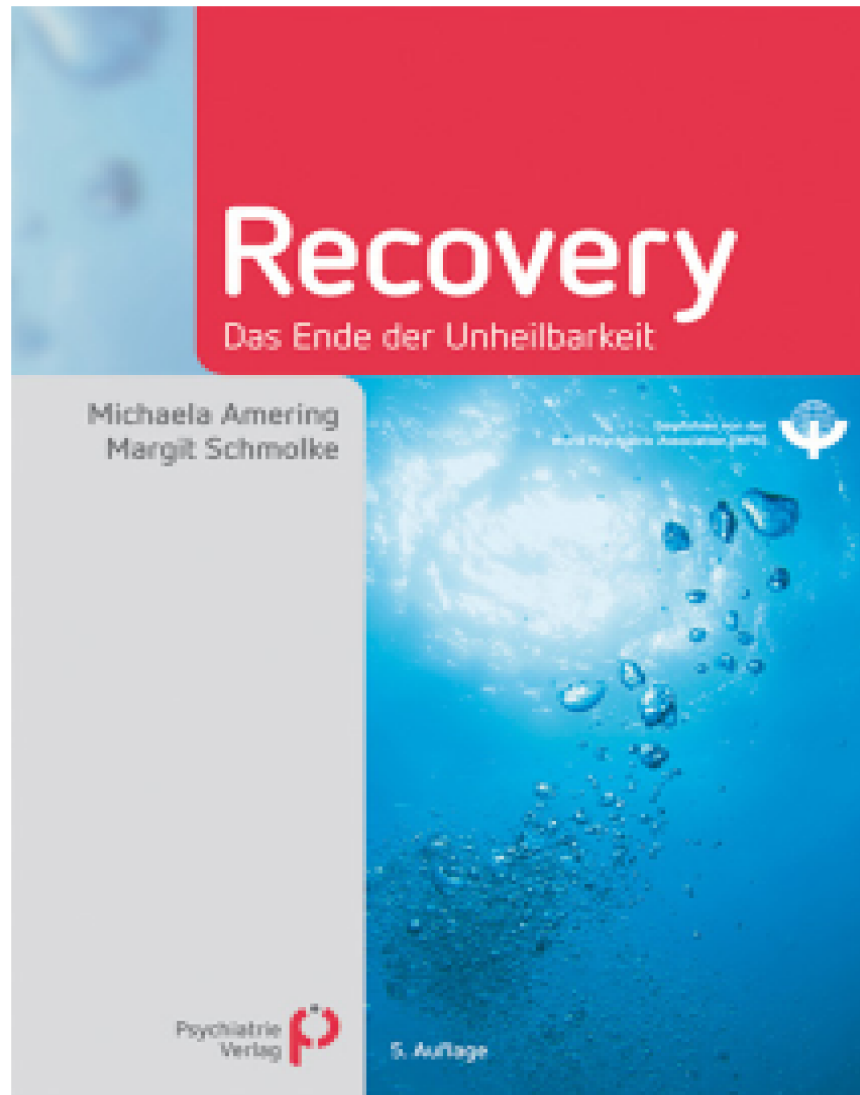
- Recovery
 - Verbreitung des Konzepts
 - Drei Typen
- Ex-In
- Individuelle Genesungsfaktoren bei der Krankheit Schizophrenie

Weltweite Aktivitäten zu „Recovery“ (1)

- Recovery-Orientierung als Bestandteil der Gesundheitsplanung:
in England, Wales, Irland, Australien, Neuseeland, USA
 - Schottisches Recovery-Netzwerk (www.scottishRecovery.net)
- Forderungen nach Recovery-Orientierung in den USA werden „von oben“ gefordert
 - Widerstände von Seiten der Kliniker bei der Umsetzung

Weltweite Aktivitäten zu „Recovery“ (2)

- Veröffentlichungen, Webseiten, Selbsthilfeorganisationen, „graue Literatur“, Internet
- Eigenständige Forschungs- und Versorgungskultur
 - NutzerInnen mit Psychiatrieerfahrung als Dozenten
 - Kollaborationen von Forschern mit und ohne eigene Psychiatrieerfahrung
 - Betroffene als Kliniker, Berater, Ausbilder und in eigenen Projekten



English version 2009
Wiley-Blackwell

Michaela Amering,
Margit Schmolke

Recovery in Mental
Health

Reshaping scientific and
clinical responsibilities

Was ist Recovery?

- Nicht die Aufrechterhaltung des Status quo
- sondern das gemeinsame Finden nach Faktoren, die dem einzelnen Patienten inneren und äußeren Halt geben
- Therapeutisch Tätige sind gefordert
 - Gesundheit und Widerstandskräfte des Einzelnen zu stärken und seine Lebensziele zu erreichen,
 - die Hoffnung aufrecht zu erhalten, ohne falsche Hoffnungen zu machen
 - die Faktoren zu fördern, die heilsam und wirkungsvoll sind (oft sehr individuelle Faktoren!)

Recovery - Drei Typen

(Barber ME, 2012, Recovery as the New Medical Model for Psychiatry)

- **Klinische Recovery**

- Symptomfrei, funktionsfähig in Arbeit und Beziehungen, keine weitere Behandlung und Medikamente mehr notwendig

- **Krankheitsmanagement**

- Langfristige Symptomkontrolle durch Patient und Arzt, typisch bei chronischen Erkrankungen (z.B. Bluthochdruck, Diabetes, HIV), Beachtung frühzeitiger Krankheitssignale, regelmäßige Kontrolle, Einnahme von Medikamenten

- **Persönliche Recovery**

- Sinnvolles Leben trotz Symptome, Philosophie kommt von Disability Rights Movement, von Überlebenden von Krebserkrankungen und von Personen mit psychischer Erkrankung. Weder wird Krankheit verleugnet noch wird man durch die Krankheit definiert.

Persönliche Recovery

- „Jede Recovery-Geschichte einer Person ist einmalig.
- Jede Person muss herausfinden, was für sie hilfreich ist.
- Das bedeutet, dass wir die Möglichkeit haben müssen, es zu versuchen und zu versagen und es noch einmal zu versuchen.
- Um den Recovery-Prozess zu unterstützen, dürfen die psychiatrischen Professionellen uns nicht der Möglichkeit berauben zu versagen.
- Professionelle sollten das Konzept der **Würde des Risikos** und **des Rechts auf Misserfolg** vertreten, wenn sie uns eine Unterstützung sein wollen.“

Pat Deegan (2005): Recovery as a journey of the heart. Psychiatric Rehabilitation Journal 19(3)

Definition von Recovery

... ein befriedigendes, aktives und hoffnungsvolles Leben auch mit den Einschränkungen durch die Erkrankung selbst.

... Entwicklung einer neuen Bedeutung und eines neuen Sinns im Leben, während man über die katastrophalen Auswirkungen der psychiatrischen Erkrankung hinauswächst.

William Anthony (1993)

EX-IN

Experienced Involvement = Beteiligung Psychiatrieerfahrener - www.ex-in-by.de

- Eine Qualifizierungsmaßnahme für Psychiatrie-Erfahrene zu MitarbeiterInnen in der Fachkraftausbildung sowie in Forschung und Lehre
- EU-Projekt 2005-2007: Ausarbeitung eines Curriculums durch 7 Länder unter Federführung von F.O.K.U.S Bremen, Uni-Klinik Hamburg Eppendorf.
 - Krisenerfahrung wird als professionelle Kompetenz betrachtet
 - Schaffung neuer beruflicher Perspektiven
 - EX-IN-Kurse gibt es mittlerweile in fast allen Bundesländern
 - Recovery ist ein Kursinhalt von mehreren im Curriculum (Basismodul 100 Std, Aufbaumodul 150 Std, Portfolio, 2 Praktika)

Empirische Ergebnisse zu subjektiven Genesungsfaktoren

- Eigene Forschungstätigkeit im Rahmen einer qualitativen Studie von Personen mit der Diagnose Schizophrenie
- z.B. *Interpersonale gesundheitsförderliche Strategien und Ressourcen*
 - Bedürfnis, Teil der Gesellschaft zu sein und gebraucht zu werden
 - Emotionales Wohlbefinden durch sozialen Austausch
 - Unterstützende Arzt-Patient-Beziehung
 - Teilnahme in Peer-Gruppen
 - Wunsch nach Distanz zum kranken Umfeld
 - Partnerschaft als protektiver Faktor
 - Familie als Ort sozialer Unterstützung und starker Bindungen
 - Sinn im Leben durch zwischenmenschliche Beziehungen und für andere wichtig zu sein

Schmolke M (2001): *Gesundheitsressourcen im Lebensalltag schizophrener Menschen*. Psychiatrie-Verlag, Bonn

Partnerschaftliche Haltung in der psychosozialen Versorgung

- Als Grundhaltung ist wichtig
 - Eine partnerschaftliche Zusammenarbeit zwischen
 - Betroffenen,
 - Laienhelfern,
 - Angehörigen,
 - Freunden
 - und dem professionellem System
 - und nicht Konkurrenz!

Fazit

„Aus unserer Erfahrung ist sowohl wichtig, dass nicht vergessen wird, dass eine Veränderung in Richtung Gesundheit und Wiederherstellung tatsächlich – und oftmals zur Überraschung aller Beteiligten – fast zu jedem Zeitpunkt möglich ist, ganz plötzlich mitten aus einer Krise heraus, nach der es einer Person wesentlich besser geht als vorher, oder aber ganz langsam nach langer Krankheit.

Ebenso wichtig aber erscheint uns, nie zu vergessen, dass in jeder Lebens- und Krankheitslage gleichzeitig auch Gesundheit gelebt wird, die manchmal übersehen wird.

Was wir aber ganz entschieden nicht wollen, ist, dass Druck entsteht in der Weise, dass jede und jeder ... einem allgemeinen Gebot von Gesundheit entsprechen sollte.“