

Psychische Erkrankungen – Umfeld leidet

Die Zahl der Menschen mit psychischen Erkrankungen ist zunehmend. Nicht nur die erkrankte Person leidet, auch ihr Umfeld ist betroffen.

Das Zusammenleben mit einer psychisch erkrankten Person stellt häufig eine deutliche Belastung für die Angehörigen dar. Oft werden sie von Sorgen um die erkrankte Person geplagt und haben den Anspruch an sich selbst, sich umfänglich um die leidende Person zu kümmern. Auch die negativen Gefühle wie beispielsweise Ärger – wenn dem Betroffenen Willensschwäche unterstellt wird –, oder Schuldgefühle sind oft schwer auszuhalten.

Wenn nichts mehr so ist wie es war

Vor allem in der akuten Krankheitsphase wirkt sich eine psychische Erkrankung massiv auf das Familienleben aus. Die gewohnte Tagesstruktur ist gestört, da sich der Erkrankte beispielsweise nur noch zu Hause aufhält und in verschiedenen Bereichen Unterstützung benötigt. Die familiären Abläufe und Interaktionen verändern sich und der Alltag ist oftmals von sozialem Rückzug geprägt.

Mangelnde Unterstützung durch das soziale Netz kann zu einer Überlastung der Angehörigen führen. Auch die Veränderung der finanziellen Situation, da die erkrankte Person womöglich nur noch bedingt ihrer Arbeit nachgehen kann, kann die Angehörigen verunsichern.

Informiert sein schafft Verständnis

Das Leid der Angehörigen wird häufig übersehen, da der Behandlungsfokus auf den Betroffenen gerichtet ist. Angehörige wünschen sich oftmals mehr Informationen über die psychische Störung sowie deren Verlauf und Behandlungsmethoden. Sie sehnen sich nach Hilfeleistungen bei Alltagsproblemen. Die Einbindung von Angehörigen in eine Therapie kann diesem Hilfslosigkeitsgefühl entgegenwirken.

Miteinander von Familie und Fachleuten

Wird den Angehörigen das nötige Wissen über das Funktionieren der psychischen Störung



Psychologin Lorin Oehri-Hoop rät auch Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen zu ihrer psychischen Sorge zu tragen. Bild: zvg

der psychischen Störung und die daraus abgeleiteten therapeutischen Massnahmen vermittelt, können sie im Sinne eines Co-Therapeuten in die

Therapie miteinbezogen werden. Dies ist vor allem dann von zentraler Bedeutung, wenn das Verhalten der Angehörigen bisher zu einer Aufrechterhaltung

der Störung beigetragen haben. Missverständnisse werden aufgeklärt und das gegenseitige Verständnis gefördert.

Sich als Paar neu finden

Auch die Arbeit an der Partnerschaft und der Kommunikation erweist sich als effektiv. Durch die Störung verschlechtert sich die Partnerschaftsqualität oftmals, da sich das Verhalten, das Denken und die Stimmung des Erkrankten auf die Angehörigen auswirken. Die anfängliche Fürsorge weicht der Erschöpfung und dem Rückzug. Das Einüben positiver partnerschaftlicher Verhaltensweisen steigert das Wohlbefinden auf beiden Seiten und senkt das Rückfallrisiko.

Abgrenzung muss unbedingt sein

«Es ist ratsam, dass Angehörige im Sinne der Selbstpflege ihrem psychischen Wohlbefinden Sorge tragen», sagt Psychologin Lorin Oehri-Hoop. Dazu ge-

hört, die eigenen Möglichkeiten nicht überzustrapazieren, sondern Grenzen der Belastbarkeit gegen aussen zu kommunizieren und gegebenenfalls professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. «Die Pflege eigener Hobbys sowie sozialer Kontakte kann zum emotionalen Gleichgewicht beitragen», sagt die Psychologin.

hinweis

Lorin Oehri-Hoop ist Psychologin und eine von drei Beraterinnen von **helpchat.t.li**. Helpchat ist eine psychologische Onlinehilfe.

Weitere Anlaufstellen sind www.promentiansana.ch oder www.bpl.li




Haus Gutenberg
Bildung | Seminare

Zentangle® - Zeichnen für Kinder und Erwachsene
Die Muster wecken die eigene Kreativität. Mit jedem Strich entsteht ein neues Kunstwerk, welches befügelt und Bewunderung auslöst. Leitung: Martina Ramhapp-Oehry. 5. März, 15 Uhr

Online Jodel-Workshop
Im Zentrum dieses Online-Workshops steht die Verbindung zwischen Körper und Klang, damit wir zu unserem eigenen Klangkörper werden. Leitung: Simone Felber. 6. März, 9.30 Uhr

Literaturclub
An diesem Abend besprechen wir das Buch von Eugen Ionesco „In Zeiten des abnehmenden Lichts“, ausgezeichnet mit dem Deutschen Buchpreis 2011. Gastgeberin: Karina Frick. 15. März, 18 Uhr

KlimaGespräche
Die eigenen Gewohnheiten bzgl. Wohnen, Mobilität, Ernährung und Konsum und deren Folgen fürs Klima analysieren und konkrete Lösungen erarbeiten. Moderatoren: Elias Kindle und Bruno Fluder. Ab 17. März, 19 Uhr

Anmeldung und uskunft
Haus Gutenberg, Balzers; Tel. +423 388 11 33
gutenberg@haus-gutenberg.li, www.haus-gutenberg.li

Seminarräume und Übernachtungsmöglichkeit
Moderne, helle Seminarräume ermöglichen konzentriertes und kreatives Arbeiten. Übernachtung in unserem Gästehaus. Sie wohnen in liebevoll gestalteten Zimmern mit herrlichem Ausblick.



Räuchern mit Pflanzen
Frühlingsbeginn - Eine Einführung in die sinnliche Welt der Düfte. Mit diesem Kurs beginnt im Haus Gutenberg eine Serie in den vier Jahreszeitenenden mit Corina Gantner und der Wirkkraft von Kräutern. 20. März, 14 Uhr

Einkaufszettel für fairen Konsum
Neben Inputs werden wir das Wissen der Teilnehmenden zusammentragen, sodass am Schluss der Veranstaltung alle einen brauchbaren Einkaufszettel haben. Leitung: Sabine Hunger. 24. März, 19 Uhr

Kirchen und Kapellen Schellenberg
Unser Rundgang mit Peter Geiger beginnt mit der Pfarrkirche „Zum Unbefleckten Herzen Mariä“ von 1963 und endet mit der Kapelle St. Georg, dem ältesten Sakralbau der Gemeinde. 27. März, 9 Uhr

Ehe.Wir.Heiraten.
Die Hochzeitspaare erhalten die Gelegenheit, ihre Beziehung durch Impulse der Seminarleiterin zu vertiefen und den Hochzeitsgottesdienst mit Anregungen selbst vorzubereiten. Leitung: Dr. theol. Beate Boes. 27. März, 9 Uhr





Die Brücke ist weg: Durfte sie von einem schweren Lastwagen befahren werden? Gab es eine Bewilligung um auf dem Kanalweg Rheinhof trotz Fahrverbot zu fahren? Solche und andere Fragen werden derzeit von der Polizei abgeklärt. Bild: Heini Schwendener

Signalisation ist zentral

Zum Brückeneinsturz in Sevelen müssen noch einige wichtige Fragen abgeklärt werden.

Der Fall der eingestürzten alten Stahlbrücke über den Werdenberger Binnenkanal in Sevelen (vgl. W O/«Vaterland» von gestern) wirft viele Fragen auf, an deren Klärung die Kantonspolizei derzeit arbeitet.

Die Brücke war nicht sehr viel breiter als der etwa 30,5 Tonnen schwere Lastwagen, der sie zum Einstürzen gebracht hat. Muss jede Brücke mit einer Signaltafel versehen sein, welche das Höchstgewicht anzeigt, mit der sie befahren werden kann? Nein, sagt Florian Schneider von der Medienstelle der Kantonspolizei. Gibt es keine Signalisation bezüglich des Höchstgewichts, dann können die Verkehrsteilnehmer davon ausgehen, dass sie auch

einfach überall Zonen mit Tempo 30 einführen, sondern es müssen dafür auch verschiedene Bedingungen erfüllt werden.

Der Strasseneigentümer beziehungsweise der Brückeneigentümer ist für deren Sicherheit und Unterhalt verantwortlich und hat die Pflicht, allfällige Schäden zu beheben. Wenn eine Gemeinde beispielsweise irgendwo eine Geschwindigkeitsbeschränkung einführen möchte, stellt sie ein begründetes Gesuch an die Verkehrstechnik der Kantonspolizei. Stimmt diese dem Gesuch zu, erlässt sie eine entsprechende Verfügung und schliesslich werden die Signalisationen montiert. Nicht jedes Gesuch wird bewilligt. Die Gemeinden können beispielsweise nicht

einmalig eine Bewilligung um auf dem Kanalweg Rheinhof trotz Fahrverbot zu fahren? Solche und andere Fragen werden derzeit von der Polizei abgeklärt.

Der Brückenbesitzer steht in der Pflicht

Hat im Falle einer Brücke, die nicht mehr als ein Jahr alt ist, der Eigentümer Zweifel oder Bedenken, dass sie – vielleicht auch im Laufe der Zeit – nicht mehr allen Belastungen standhält, muss er in einem Gutachten die maximale Belastbarkeit der Brücke ermitteln lassen. Mit diesem Gutachten beantragt dann der Brückenbesitzer bei der Verkehrstechnik der Kantonspolizei eine entspre-

chende Signalisation. In diesem Fall hat die Kantonspolizei keinen Ermessensspielraum, dem Antrag auf Signalisation wird stattgegeben.

Im Raum steht im Fall Sevelen auch die Frage, ob der Lastwagen, der die Brücke zum Einstürzen brachte, anschliessend auf der Strasse Rheinhof entlang des Binnenkanals in Richtung Kantonsstrasse fahren durfte. Diese ist nämlich mit einem Fahrverbot für den motorisierten Verkehr belegt und darf nur von land- und forstwirtschaftlichem Verkehr genutzt werden. Denn für Baustellenzufahrten gibt es gelegentlich auch spezielle Bewilligungen.

Heini Schwendener