



Dresden.
Dietzger



**Hilfe bei
psychischer Erkrankung**



Sozialpsychiatrischer Dienst

■ Warum es uns gibt

Angebote bereithalten

Menschen mit seelischen Störungen oder psychiatrischen Erkrankungen sowie deren Familien sind vielen Belastungen ausgesetzt. Ohne fachliche Angebote können sie diese nicht oder nur unzureichend bewältigen. Deshalb unterstützt sie das Dresdner Gesundheitsamt mit seinen vier Dienststellen des Sozialpsychiatrischen Dienstes. Zur Abteilung gehören außerdem der Psychosoziale Krisendienst und die Jugend- und Drogenberatungsstelle. Einen Überblick gibt der Krisenwegweiser der Stadt Dresden, zu finden im Internet unter www.dresden.de/krisenwegweiser.

Verständnis fördern

Der Sozialpsychiatrische Dienst versteht sich als Anlaufpunkt für Betroffene, Angehörige und Interessierte und bietet Hilfe, Begleitung, sowie in bestimmten Fällen auch ärztliche Behandlung an. Darüber hinaus möchte er auf die Probleme von psychisch kranken Menschen aufmerksam machen und in der Bevölkerung Verständnis wecken.

■ Wer wir sind

ambulanter Dienst Wir sind ein ambulanter Dienst für psychisch kranke Menschen und ihre Angehörigen mit vier Adressen im Stadtgebiet.

- Jeder Dienst ist mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern multiprofessionell besetzt. Unsere Teams bestehen aus Sozialarbeitern, Ärzten, Schwestern und Psychologen.
- Wir besuchen Betroffene oder auch Angehörige zu Hause.
- Wir begleiten sie zu Ämtern und Behörden.
- Wir bieten entlastende Gespräche an.
- Wir beraten vertraulich, kostenlos und ggf. anonym.

Ansprechpartner Wir sind Ansprechpartner für Betroffene, Angehörige, behandelnde Ärzte, Freunde, Interessierte und Institutionen jeglicher Art, wenn sie Fragen zu psychiatrischen Krankheiten erörtern möchten oder konkrete Unterstützung benötigen.

■ Für wen wir da sind

psychisch kranke Menschen Sie können sich an uns wenden, wenn Sie mit einer psychiatrischen Erkrankung oder seelischen Störung leben müssen und Gesprächspartner suchen, denen Sie sich anvertrauen möchten. Wir wissen, dass die unterschiedlichen Folgeerscheinungen einer psychiatrischen Erkrankung belastend sein können. Der Alltag mit seinen An-

forderungen ist aus eigener Kraft schwer zu bewältigen und die Fähigkeit, sich um angemessene Unterstützungen zu bemühen, ist eingeschränkt. Andere Menschen in ihrem Umfeld können Ihre psychischen Beeinträchtigungen wenig oder gar nicht verstehen. Sie sind allein gelassen, verängstigt und fühlen sich manchmal auch bedroht. Dieser Zustand kann notwendige Entscheidungen verhindern. Bleiben Sie mit diesen Schwierigkeiten nicht ohne Hilfe, sondern lassen Sie uns gemeinsam nach neuen Lösungen suchen.

Psychiatrische Krankheiten und seelische Störungen können phasenartig verlaufen. Es bedeutet deshalb eine große Anstrengung für Sie, mit der Erkrankung umzugehen und den Alltag zu bewältigen. In dieser Situation sind wir für Sie da, möchten mit Ihnen zusammen Wege suchen und Sie begleiten.

Angehörige, Freunde, Nachbarn

Wenn Sie sich als Angehöriger, Freund oder Nachbar um einen Menschen sorgen, der mit den Auswirkungen psychiatrischer Erkrankung zu tun hat, dann kommen Sie zu uns. Wir besprechen, wie Unterstützungen aussehen könnten und welche Hilfsangebote es für Sie gibt.

■ Was wir anbieten

Hilfe von Sozialarbeitern

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes der Stadt Dresden bieten Begleitung, Beratung und Vermittlung in sozialen Fragen des Alltags an. Wir beraten Sie insbesondere bei der Durchsetzung Ihrer materiellen Ansprüche, wie zum Beispiel auf Rente,



Brief am Beginn der Begleitung eines Mannes, der ohne jede finanzielle Grundlage lebt, da er der Überzeugung ist, mit Beantragung der Rente den Staat noch mehr in Schulden zu stürzen. Daher drohte ihm Räumung aus der Wohnung.

»... ich gehe aus meiner Wohnung, wenn jemand kommt, der es besser kann.
... wer ehrlich ist, dem gelingt es, mir auf der Straße zu begegnen und sei es mitten in der Nacht.
Wenn ich auf die Straße gesetzt bin, werde ich nachdenken, wie es weiter geht; entweder werde ich es nochmal schaffen können oder ich werde vor die Hunde gehen, aber auch das ist völlig natürlich. Darüber zu reden ist vergeudete Zeit ...«

Arbeitslosengeld, Sozialhilfe, Krankengeld oder Wohngeld. Wir geben Ihnen Unterstützung im Kontakt mit Ämtern und Behörden und begleiten Sie bei Bedarf dorthin.

Vermittlung von Kontakten

Wir vermitteln Ihnen Angebote von Kontakt- und Beratungsstellen, ambulant betreutem Wohnen, therapeutischen Einrichtungen und anderen ambulanten Fachdiensten.

Einzelgespräche

Einzelgespräche führen wir mit Ihnen in unseren Dienststellen oder bei Hausbesuchen. Sowohl kurzzeitige Beratung als auch langfristige Begleitung ist möglich. Wir helfen Betroffenen und ihren Angehörigen auch in psychosozialen Krisensituationen.

Gruppenangebote

Für Betroffene oder Angehörige bieten Kontakte in Gruppen die Möglichkeit, aus der Isolation herauszufinden und sich im kleinen Kreis auszutauschen. Wir vermitteln Ihnen geeignete Angebote.

ärztliche Hilfe

Die ärztlichen Hilfen bestehen im Wesentlichen aus therapeutischen Gesprächen und medikamentöser Behandlung. Zudem fertigen wir Gutachten im Auftrag des amtsärztlichen Dienstes und erfüllen hoheitliche Aufgaben. Sie werden notwendig, wenn Gefahr für Leib und Leben des Betroffenen oder für Dritte besteht. Dabei wird geprüft, ob Maßnahmen gegen den Willen eines psychisch kranken Menschen zu seinem Schutz oder zum Schutz Dritter getroffen werden müssen.

psychologische Hilfe

Unsere Psychologen bieten psychologische Beratung und psychotherapeutische Hilfe für Betroffene und deren Angehörige an. Hauptsächlich erfahren die Patienten kurzfristige Unterstützung



Die Brücke

Wege, unbegehbare
Brücken, zerbrochene
wie viele Male noch
muss ich die Sümpfe
durchwatet
wie viele Male
dennoch den sicheren Boden
wiedergewinnen
wie oft noch
stürzen mich
in den Strudel
trotzdem hoffend
das Ufer
wieder zu erreichen

Ingrid Strehlow

in Krisensituationen und werden in Ausnahmefällen längerfristig psychologisch begleitet (Schwerpunkt Verhaltenstherapie). Angestrebt werden vor allem eine Stabilisierung des Allgemeinbefindens, die Aktivierung von Ressourcen und die Entwicklung von Selbsthilfestrategien. Wir beraten und unterstützen unsere Klientel bei der Auswahl geeigneter ambulanter oder stationärer Therapieverfahren und übernehmen diagnostische Aufgaben im Auftrag des amtsärztlichen Dienstes des Gesundheitsamtes.

■ Wie Sie zu uns finden

Dienststellen Rufen Sie uns an oder kommen Sie zu uns. Wir sind zu den genannten Öffnungszeiten in unseren vier Dienststellen zu erreichen.

■ Sozialpsychiatrischer Dienst
Dresden-West

Braunsdorfer Straße 13
01159 Dresden
Telefon 4 24 03 46

■ Sozialpsychiatrischer Dienst
Dresden-Nord

Große Meißner Straße 16
01097 Dresden
Telefon 8 03 09 58

■ Sozialpsychiatrischer Dienst
Dresden-Mitte/Ost

Wormser Straße 25
01309 Dresden
Telefon 4 95 21 24

■ Sozialpsychiatrischer Dienst
Dresden-Süd/Ost

August-Bebel-Straße 29
01219 Dresden
Telefon 4 77 74 40

Sprechzeiten

Montag	8.30–12.00 Uhr
Dienstag	9.00–18.00 Uhr
Mittwoch	nach Vereinbarung
Donnerstag	9.00–18.00 Uhr
Freitag	8.30–12.00 Uhr
	zusätzlich nach Vereinbarung

weitere Kontakte

Zur Abteilung des Sozialpsychiatrischen Dienstes gehören mit spezifischen Angeboten

■ Psychosozialer Krisendienst
Georgenstraße 4
01097 Dresden
Telefon 8 17 81 40

Sprechzeiten Montag bis Freitag 9.00–11.00 Uhr

Öffnungszeiten Montag bis Donnerstag 8.00–12.00 Uhr
und 13.00–17.00 Uhr
Freitag 8.00–14.00 Uhr

■ Jugend- und Drogenberatungsstelle
Wiener Straße 41
01219 Dresden
Telefon 42 77 30

Öffnungszeiten Montag 9.00–12.00 Uhr
Dienstag 12.00–18.00 Uhr
Donnerstag 9.00–12.00 Uhr und
13.00–18.00 Uhr
zusätzlich nach Vereinbarung

Schweigepflicht

Alle Gespräche, die Sie mit uns führen, werden vertraulich behandelt. Wir unterliegen der Schweigepflicht.



Seelische Störungen, psychiatrische Erkrankungen

■ Wie sie zu erkennen sind

mögliche Anzeichen

- Unruhe, ein Gefühl von gesteigertem, beschleunigtem Erleben
- verändertes Erleben, das Gefühl des gespaltenen Seins und das Erleben einer anderen Realität
- Ängste, Aggressionen und Zwänge
- Antriebsschwankungen, eine Störung des Antriebs und der Stimmung
- depressive Verstimmung, ein niedergeschlagenes, hoffnungsloses Lebensgefühl

Verhaltensänderung

Viele Betroffene zeigen ein auffälliges Verhalten oder ziehen sich immer mehr zurück. Hinzu kommen häufig soziale Probleme, welche zu einer verstärkten Beeinträchtigung der gesamten Lebenssituation führen. Wenn hier nicht Unterstützung von außen kommt, geraten sie und ihre Angehörigen in ausweglose, oft belastende Situationen und die Isolation nimmt zu.

Krankheitsphasen

Eine psychiatrische Erkrankung kann jeden treffen. Es gibt Menschen, die wieder gesund werden, andere müssen wiederholt Krankheitsphasen durchleben.



Fremdlinge

Hier kommst du schneller
rein als du denkst.
Und schwerer raus.
Sagte mein Bettnachbar
mir zum Abschied.

Du hast dich ordentlich
benommen,
hast Glück gehabt,
bist frühzeitig entlassen
worden.
Hab bitte keine
Illusionen über diese Welt.
Fremdlinge sind wir.

Heinz-Jürgen Harder

Folgende Fragen bewegen alle, die mit psychiatrischen und seelischen Konflikten oder Krisen konfrontiert werden:

- Wie findet man gemeinsam mit dem Betroffenen Wege, die Krisensituation zu bewältigen?
- Wie lässt sich das Verständnis in der Umgebung erweitern und wo sind die Grenzen der Toleranz?
- Wie können akute Situationen verhindert werden?
- Welche Entlastungsmöglichkeiten gibt es?
- Wann ist zum Schutz von Leben und Gesundheit stationäre Behandlung notwendig und wie ist dabei die menschliche Würde zu achten?



Soziale Psychiatrie

■ Wie wir unsere Arbeit verstehen

Kontakt Wer sich an uns wendet, hat meist Not mit psychischen Auffälligkeiten. Die einen – Angehörige, Hausbewohner, Vermieter – weil sie sich belastet oder belästigt fühlen. Die anderen, weil sie leiden oder andere leidend machen. Nicht alle Betroffenen haben selbst Krankheitsgefühle, gekränkt sind aber viele. So begegnen sie uns eher mit Vorsicht, Unsicherheit, Misstrauen oder Zorn. Sie selbst erleben Ablehnung oder fühlen sich isoliert.

Zuhören – Anhören – Hinschauen – Schweigen ist schon Kontakt. Und wenn wir sprechen, dann wollen wir so verständlich, so klar, so ehrlich, wie irgend möglich sein. So hoffen wir – in der Dienststelle, im Sprechzimmer oder bei Hausbesuchen – eine Atmosphäre zu schaffen, in der Verständigung möglich ist und die Bereitschaft wächst, Hilfe anzunehmen.

Hilfe Hilfe sieht für jeden Menschen anders aus. Auch ihre Erwartungen können sehr unterschiedlich sein: Einmal wird Hilfe gar nicht gewünscht, mitunter können Vorstellungen von Hilfe ins Un-

ermessliche wachsen. Unsere Hilfsangebote sollen auf reale Möglichkeiten hinweisen, Notwendigkeiten aufzeigen und strukturieren helfen.

Nennt man jemanden „krank“, gilt er allgemein als „hilfsbedürftig“. Er darf Hilfe fordern, scheint aber auch verpflichtet, Hilfe zu akzeptieren. Hier gilt es für uns, einen Unterschied zwischen „krank“ und „hilfsbedürftig“ wahrzunehmen.

Anleitung, Aufmunterung und Beratung sind häufig benutzte Methoden, die Betroffenen aus der Krankheit zu führen. Doch genau darin liegt ein scheinbar unlösbarer Widerspruch, denn diese Art „Hilfe“ kann Betroffene abhängig und unselbstständig machen. Deshalb sollte es Ziel der Sozialpsychiatrie sein, die Möglichkeiten und Fähigkeiten des kranken Menschen zu erkennen und sie ihm bewusst zu machen. Nur so hat er eine Chance, zu sich selbst zu finden, und das Helfen-Wollen tritt in den Hintergrund.

Begegnung

Nicht bei jedem Kontakt kommt es zur Begegnung. Sie setzt Partnerschaftlichkeit voraus. Im Wort Begegnung steckt Gegenseitigkeit, ja auch Gegnerschaft, unterschiedliches Wollen von Menschen. Begegnung heißt auch zulassen, dass der andere mich innerlich erreicht. Die Balance zwischen Distanz und Nähe bedarf ständiger Reflexion.

therapeutische Haltung

Unsere Grundhaltung ist die Akzeptanz der Menschen, die zu uns kommen. Dazu gehört, die Entscheidung des Einzelnen zu respektieren und seinen freien Willen zu achten. Seine tatsächlichen Interessen und Vorstellungen können durch die psychiatrische Erkrankung überschattet, ver-

ändert oder nicht erkennbar sein. Die Gradwanderung beginnt, wenn eingeschätzt werden soll, ob Verhaltensweisen des Betreffenden aus freier Willensentscheidung oder durch Krankheit beeinflusst wird. Hinzu kommt, dass die Menschen teilweise sehr ungewöhnliche Lebensentwürfe verfolgen, die den allgemeingültigen Maßstäben nicht entsprechen.

Es ist wichtig, von den eigenen Normen Abstand zu nehmen, um sich auf das jeweilige, individuelle Lebenskonzept einstellen zu können, um die Menschen mit ihren Fragen und Antworten ernst zu nehmen. Dies verlangt Einfühlungsvermögen und hohe Flexibilität. Der erarbeitete Hilfebedarf muss ständig der aktuellen Situation angepasst werden: Wozu ist der Betreffende in der Lage, wozu ist er bereit, was ist jetzt realistisch? Dazu ist viel Zeit einzuplanen. Grundsätzlich haben die persönlichen und zeitlichen Ressourcen des Betroffenen Priorität vor den Maßstäben des Helfenden. Veränderung ist nur durch den betroffenen Menschen selbst möglich. Durch regelmäßige Fallbesprechungen und Supervision wird unsere Arbeit innerhalb des Teams qualitativ gesichert.

Erfolg Die Menschen, denen wir begegnen, geben belastende Lebenssituationen oft verschlüsselt und für Außenstehende nicht erkennbar wieder. So wie es ihrer psychischen Erkrankung entspricht. Die Erkrankung behindert die Betroffenen entscheidend, ihr Leben so sinnvoll zu gestalten, wie sie es selbst möchten oder die Menschen in ihrem Umfeld es erwarten. Sie werden mit Stigmatisierung und Schuldzuweisungen konfrontiert



Brief einer Frau nach zwei Jahren Begleitung. Sie erlebte Zeiten sehr großer sozialer Schwierigkeiten und psychischer Belastung.

»Heute wieder ein paar Zeilen an Sie. Mir geht es gut. Ich habe schon die erste Woche auf Arbeit geschafft. Die Arbeit macht mir Spaß und die Zeit geht dort sehr schnell rum ... Ich denke, nun geht es endlich wieder mal bergauf nach langer Zeit ...«

und verlernen mit der Zeit, ihre verbliebenen Fähigkeiten zu nutzen. Sie ziehen sich immer mehr zurück, werden verschlossen und einsam. Daher sehen wir schon einen Erfolg, wenn es uns gelingt, einen Zugang zu den Betroffenen zu finden, ihr Vertrauen zu gewinnen und eine akzeptierte Beziehung entstehen zu lassen. Oft sind dies langwierige, mühsame Prozesse, und wir empfinden schon ein Gefühl der Freude und Bestätigung, wenn wir ein gutes Gespräch hatten, wenn der Betroffene ausdrückt, dass er sich verstanden fühlt oder Hilfe und Unterstützung erfahren hat. Manchmal ist auch ein dankbarer Händedruck, ein Lächeln, eine kleine sinnvolle Veränderung im alltäglichen Handeln ein gemeinsamer „Erfolg“.

Stärken fördern

Im psychisch kranken Menschen wollen wir die Stärken und das Gesunde erkennen, dies fördern und ihn ermutigen. Es ist auch schon ein Fortschritt, wenn ein Mensch lernt, mit Problemen in seinem Leben besser zurechtzukommen, ihnen nicht unreflektiert auszuweichen, sich selbst mit seinem Befinden realistischer einzuschätzen und eigenverantwortlich mit sich und seiner Erkrankung oder Einschränkung umzugehen. Sind positive Tendenzen in solch komplizierten Lebensbewältigungen für uns sichtbar, dann erleben wir schon den so wichtigen kleinen Erfolg, den ersten Schritt auf einem neuen Weg. Das gibt uns Bestätigung und Zuversicht, damit gelingt es uns auch, mit Freude unsere Arbeit zu tun.

Impressum

Herausgeber:
Landeshauptstadt Dresden
Die Oberbürgermeisterin

Gesundheitsamt
Telefon (03 51) 8 17 81 24
Telefax (03 51) 8 17 81 90
E-Mail: gesundheitsamt@dresden.de

Amt für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Telefon (03 51) 4 88 23 90
und (03 51) 4 88 26 81
Telefax (03 51) 4 88 22 38
E-Mail: presseamt@dresden.de

Postfach 12 00 20
01001 Dresden
www.dresden.de

Redaktion:
Silvia Mader, Sabine Schammler, Ina Richter

Illustrationen:
Gudrun Franzke (Titel, S. 12), Petra Goldschmidt (S. 10),
Ingrid Strehlow

Gestaltung und Herstellung:
designXpress dresden – Werbeagentur

3. (aktualisierte) Auflage, November 2008

Kein Zugang für elektronisch signierte und verschlüsselte Dokumente. Verfahrensanhträge oder Schriftsätze können elektronisch, insbesondere per E-Mail, nicht rechtswirksam eingereicht werden. Dieses Informationsmaterial ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Landeshauptstadt Dresden. Es darf nicht zur Wahlwerbung benutzt werden. Parteien können es jedoch zur Unterrichtung ihrer Mitglieder verwenden.