



Weitere Links und Hilfen

Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker
www.bapk.de

Telefonseelsorge der Kirche (gebührenfrei)
Tel. **0800 111 0 111** oder **0800 111 0 222**
www.telefonseelsorge.de

Deutsches Rotes Kreuz
Sorgentelefon für Angehörige und Betroffene von
Suchterkrankungen (gebührenfrei)
Tel. **06062 60776**
www.drk.de

Deutsches Bündnis gegen Depression e.V.
www.buendnis-depression.de

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.
www.dhs.de

Literatur

Barnowski-Geiser, W.: Vater, Mutter, Sucht – Wie erwachsene Kinder suchtkranker Eltern trotzdem ihr Glück finden. Klett-Cotta, 2015

Giger-Bütler, J.: Sie haben es doch gut gemeint – Depression und Familie. Beltz, 2011

Lambrou, U.: Familienkrankheit Alkoholismus – Im Sog der Abhängigkeit. Rowohlt, 2012

Johnstone, M.: Mein schwarzer Hund – Wie ich meine Depression an die Leine legte. Kunstmann Verlag, 2010

Niklewski, G. & Riecke-Niklewski, R.: Depressionen überwinden – ein Ratgeber für Betroffene, Angehörige und Helfer. Stiftung Warentest, 2010

Kontakt

Wenn Sie Interesse an der Teilnahme oder der Gründung einer neuen Gruppe haben, nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

Oberbergklinik Schwarzwald
Herr Müller-Lütken
v.mueller-luetken@oberbergkliniken.de
Tel. **07833 792-0**

Oberbergklinik Weserbergland
Herr Quaassdorff
juan.quaassdorff@oberbergkliniken.de
Tel. **05754 87-0**

Oberbergklinik Berlin/Brandenburg
Herr Müller
hans-jochen.mueller@oberbergkliniken.de
Tel. **033679 64-100**

Beratungstelefon
Tel. **0800 32 22 32 2** (gebührenfrei)

www.oberbergkliniken.de

Die Oberbergkliniken sind ein Unternehmen der Oberberggruppe.
www.oberberggruppe.de



Informationen für Angehörige


Oberberg
Psychotherapie Psychiatrie Psychosomatik



Angehörige in Not

Leidet ein Familienmitglied an einer Depression, Sucht oder anderen psychischen Erkrankungen, wird oft das ganze Familienleben belastet.

Angehörige sind häufig mitbetroffen, was zu einer großen körperlichen und seelischen Belastung führen kann. Genau wie die Patienten selbst benötigen auch Angehörige Zeit, um wieder Vertrauen, Kraft und Sicherheit zurückzugewinnen.

In Einzelfällen können sich Stress- und eigene Krankheitssymptome (z. B. Ängste, Schmerzen, Schlafstörungen) hin zu einer psychischen Erkrankung (wie Depression, Substanz-Missbrauch, Co-Abhängigkeit) entwickeln.

Wir sind für Angehörige da

Sollten die regelmäßigen Angehörigengespräche allein nicht ausreichen, bieten die Oberbergkliniken darüber hinausgehende Hilfe zur Unterstützung der Angehörigen an.

Unser Netzwerk:

- 57 Oberbergselbsthilfegruppen, darunter 5 Gruppen für Angehörige
- 22 Oberberg City Center für die eigene therapeutische Behandlung (prä- und poststationär sowie tagesklinisch)
www.oberbergkliniken.de/oberberg-city.html
- 464 Korrespondenztherapeuten (bundesweit)

Die Kontaktdaten eines Korrespondenztherapeuten in Ihrer Nähe erhalten Sie durch unsere Klinikmitarbeiter vor Ort.



Angehörigen-Selbsthilfegruppen

Ziele

- Entlastung erfahren, indem Sie lernen, über Ihre belastende Situation zu sprechen
- Informationsaustausch mit anderen Angehörigen
- Akzeptieren, dass die Verantwortung für die Genesung beim Erkrankten liegt
- Wahrnehmung und Berücksichtigung eigener Grenzen und Bedürfnisse

Themen sind unter anderem

- Erfahrungen mit (verbaler) Gewalt und Grenzüberschreitungen,
- Ausdruck zentraler Gefühle (z. B. Wut, Ekel, Angst und Enttäuschung),
- Umgang mit Rückfällen und Begleiterkrankungen des Patienten,
- Co-Abhängigkeit.

Weitere Informationen zu unseren Oberbergselbsthilfegruppen finden Sie unter:

www.oberbergkliniken.de/nachsorge.html