



HILFE FÜR ANGEHÖRIGE PSYCHISCH ERKRANKTER

Was ist die HPE?

HPE bedeutet Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter.

Angehörige sind Verwandte und gute Freundinnen und Freunde einer Person.

In Wien gibt es eine Beratungsstelle von HPE Österreich.

Angehörige von psychisch erkrankten Personen können hier Unterstützung finden.

Auch Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil können sich hier beraten lassen.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Beratungsstelle haben viel Erfahrung.

Sie kennen die Probleme von Angehörigen psychisch erkrankter Personen.



Unsere Adresse:

Beratungsstelle HPE in Wien
Brigittenauer Lände 50 – 54 / Stiege 1 / 5. Stock
1200 Wien
Unsere Telefonnummer: 01 526 42 02



Zu diesen Zeiten können Sie uns anrufen und einen Termin für ein persönliches Gespräch ausmachen:

Montag: 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Mittwoch: 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Donnerstag: 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Der Termin kann zwischen 8:00 Uhr und 18:00 Uhr stattfinden.

Bei uns arbeiten professionelle Beraterinnen und Berater; die aus verschiedenen Berufen kommen.

Manche haben die Ausbildung zur Sozialarbeit gemacht oder sind Psychologinnen oder Psychologen.

Sie haben auch eine spezielle Ausbildung, um Angehörige von psychisch Erkrankten gut beraten zu können.

Beratung und Information

Die Schwierigkeiten von Angehörigen sind ganz unterschiedlich.

Bei der HPE in Wien bekommen Sie professionelle Beratung für Ihre ganz persönlichen Probleme.

Die Beraterin oder der Berater bespricht mit Ihnen Ihre Wünsche und Fragen.

Wenn Sie wollen, können Sie weitere Termine ausmachen.

Sie können sich auch zu einer Selbsthilfegruppe anmelden.

In einer Selbsthilfegruppe treffen Sie Menschen, die die gleichen Probleme haben wie Sie.

Dabei kann jeder vom anderen lernen.

Die Beratungen sind vertraulich.

Die Beraterin oder der Berater erzählt niemandem von Ihren Gesprächen.

Die Beratungen sind gratis.

Folgende Themen können Sie bei der Beratung besprechen:

Die psychische Erkrankung

Wie können psychische Erkrankungen aussehen?

Wie entstehen psychische Erkrankungen? Woher kommen sie?

Welche Therapien gibt es für psychische Erkrankungen?

Wie kann man solche Erkrankungen behandeln?

Ich möchte die psychisch erkrankte Person besser verstehen

Wie denkt und fühlt die erkrankte Person?

Warum verhält sich die erkrankte Person so seltsam?

Wie soll ich mich zu der psychisch erkrankten Person verhalten?

Wie können wir uns gut verstehen?

Gebe ich zu viel oder zu wenig Unterstützung?

Gebe ich zu viel oder zu wenig Nähe?

Was mache ich, wenn die erkrankte Person schwierig ist oder mir Angst macht?

Schaffe ich das alles?

Habe ich Angst oder bin ich wütend?

Wie kann ich meine Gefühle und Wünsche ausdrücken?

Wie kann ich sinnvoll helfen? Wie viel kann ich selbst tun?



Angehörige sind oft die wichtigsten Menschen

im Leben einer psychisch erkrankten Person.

Sie können ihr Rückhalt geben, also Sicherheit und Unterstützung.

Für viele erkrankte Personen ist es schwierig, selbstständig Leute kennenzulernen und Freundschaften zu schließen.

Manche sind in professioneller Betreuung.

Aber oft ist diese Betreuung nicht genug, oder die erkrankte Person kann die Betreuung gar nicht nutzen.

Ohne Unterstützung von Angehörigen sind viele psychisch Erkrankte alleine mit ihren Problemen. Sie haben wenig Kontakt zu anderen Menschen und werden aus dem normalen Leben ausgeschlossen.

Angehörige, die Informationen und Unterstützung bekommen, können psychisch erkrankten Menschen besser helfen.

Psychisch erkrankte Personen müssen stabil sein, damit sie arbeiten können.

Das heißt, sie dürfen über längere Zeit keine großen psychischen Probleme haben.

Familie und Freunde können ihnen dabei helfen, stabil zu werden oder stabil zu bleiben.

Die beste Hilfe ist, die erkrankte Person zu unterstützen, aber auch ihre Selbstständigkeit zu fördern.

Welche Angebote gibt es?

Einzelberatung:

Sie sprechen alleine mit einer Beraterin oder einem Berater.

Sie können Fragen stellen und bekommen Information und Unterstützung.

Seminare:

Sie können einen Kurs besuchen und erfahren in der Gruppe mehr über ein bestimmtes Thema.

Öffentliche Veranstaltungen:

Sie können Vorträge besuchen zum Thema

Diagnosen:

"Schizophrenie"

Es gibt verschiedene Formen von Schizophrenie.

Meistens sind bei dieser Erkrankung das Denken, die Wahrnehmung und das Sprechen verändert.

Manchmal erlebt die erkrankte Person ihre Umgebung als böse.

Sie fühlt sich vielleicht oft bedroht oder beobachtet.

Die erkrankte Person hört vielleicht Stimmen oder sieht Sachen, die nicht da sind.

Auch die Gefühle und die Stimmung können bei dieser Krankheit verändert sein.

Es kann zum Beispiel sein, dass der Körper stark zittert oder unbeweglich ist.

Außerdem hat die erkrankte Person oft keine Kraft und kein Interesse, etwas zu tun.

Menschen mit dieser Erkrankung nennt man auch psychotisch.

„bipolarer Erkrankung“

Menschen mit bipolarer Erkrankung haben manchmal sehr viel Energie und sind sehr glücklich.

Sie fühlen sich körperlich stark und arbeiten viel.

Oft kaufen sie viele neue Sachen und geben viel zu viel Geld aus.

In dieser Zeit sind diese Menschen „manisch“. Oft ist das für Angehörige sehr schwer auszuhalten.

Irgendwann passiert dann das Gegenteil.

Die erkrankten Personen werden sehr traurig und sehr ängstlich.

Sie haben keine Energie mehr und liegen oft den ganzen Tag im Bett. Sie schaffen es nicht aus dem Bett aufzustehen.

Diesen Zustand nennt man „depressiv“.

Bei einer bipolaren Erkrankung wechseln manische und depressive Zeiten.

Unsere Beratungsstelle bekommt Geld von:



Gefördert vom Fonds Soziales Wien,
aus Mitteln der Stadt Wien

