

## **Therapeutisch betreute Gruppe für pflegende Angehörige und Personen, die Angehörige in Pflegestationen, in palliativen Einrichtungen oder zu Hause begleiten.**

### **Unterstützung von Angehörigen kranker Personen**

Sie stellen sich sicher immer wieder die Frage: Wie kann ich Familienmitgliedern / Freunden helfen, sie gut unterstützen und gleichzeitig auf mich selber aufpassen? Angehörige spielen bei der Erkrankung eine sehr wichtige Rolle. Vielfach sind sie die einzige Bezugsperson. Freunde / Bekannte werden zunehmend weniger. Die Betreuenden tragen bezüglich Versorgung die Hauptlast. Sie müssen fast immer Tag und Nacht für die Betroffenen verfügbar sein.

Leider wird ihre wertvolle Hilfe für unser Gesundheits- und Sozialsystem nicht ausreichend anerkannt. Sie werden mit der Zeit zu Einzelkämpfern. Die Betreuenden kämpfen oft mit Schuldgefühlen, körperlichen und seelischen Überlastungen. Zusätzlich fordert sie der Dschungel an Behördenwegen heraus.

Leider sieht das Gesundheitssystem selten eine professionelle psychische Mitbetreuung, beziehungsweise eine Unterstützung der Angehörigen auch im stationären Kontext vor. Diese müssen mit ihrem Leid und all den anderen Problemen alleine fertig werden. Auf Dauer können sie Freunde, Bekannte und die Familie mit ihren Sorgen nicht belasten.

Oft stoßen sie auf Unverständnis und an ihre persönlichen Grenzen.

Ich biete eine betreute Gruppe für Angehörige an, wo sie ihre Anliegen im geschützten Rahmen äußern können.

Wichtig ist mir, Ihnen Mut zu machen, passende Lösungsansätze zu finden, lernen neue Perspektiven zu entdecken, vorhandene Ressourcen wieder erkennbar zu machen und zu fördern. Die Gruppe gibt Gelegenheit, sich mit anderen, die in einem ähnlichen Boot sitzen, austauschen und neue Erfahrungen zu sammeln.

Die Treffen sollten die Möglichkeit bieten, Ihren „schweren Rucksack“, gefüllt mit Sorgen, Problemen, Ängsten und Befürchtungen für kurze Zeit abzustellen, sowie Ihrer Trauer Raum geben.

Weitere Themen wie etwa: persönlicher Umgang mit der Vorsorgevollmacht, Spezialvollmacht, Patientenverfügung, Pflegegeld, Zuschüsse, hilfreiche Adressen, Pflege zu Hause, Tod, Testament, Behörden. Dabei möchte ich Sie professionell begleiten und unterstützen.

Das Umgehen mit der Hilflosigkeit, der inneren Wut, Zorn, Aggressionen, Verzweiflung, der Ohnmacht, als auch den Veränderungsprozessen der Persönlichkeit der erkrankten Person soll in diesen Gesprächen Platz haben.

***Je früher Sie sich mit diesen persönlichen Themen auseinandersetzen, desto leichter gehen Sie in Krisensituationen damit um.***

Treffen finden einmal monatlich nach Vereinbarung statt.

Dauer: 2 Einheiten

Kostenbeitrag: 30 € pro Person

**Praxis**

Schottenfeldgasse 42-44/19

1070 Wien

[A.Ragg-Lechner@gmx.at](mailto:A.Ragg-Lechner@gmx.at)

0699 13126644

Psy { Betreuung