

Umgang mit Angehörigen

6. Patiententag am 24. September 2022

Katharina Stoll

Psychoonkologin, Gestalt- und Traumatherapeutin
Klinikum Ernst von Bergmann, Potsdam

„Angehörige“ – wer ist damit gemeint?

- Alle Menschen, die Ihnen vom Herzen her angehören
- Partner, Kinder, Eltern, Verwandte, FreundInnen, KollegInnen
- Sie sind unterschiedlich mit-betroffen und in Sorge
- Auch Ihre Welt wird auf den Kopf gestellt
- Meist sind sie im Hintergrund, d.h. nicht so sichtbar wie die Erkrankten



Wie geht es meinem Partner / meiner Partnerin?

Organisatorische Herausforderungen

- ungewohnte Rollen und Aufgaben werden übernommen
- klaren Kopf bewahren für viele offene Fragen
 - organisatorischer Mehraufwand führt schnell zu Belastung und Überforderung



Wie geht es meinem Partner / meiner Partnerin?

Emotionale Herausforderung

- *Stilles Leiden* – nach außen stark und zuversichtlich
- oft wenig Kontakt zu dem eigenen inneren Erleben
- Angst, Verzweiflung, Machtlosigkeit, Unsicherheit, Wut, Trauer u.a.
- körperliche Symptome als Spiegel der seelischen Situation
- unterschiedliche Fähigkeiten und Kapazitäten je nachdem, was Ihr Partner bisher in seinem Leben erfahren hat



Was macht es manchmal so schwer? Von Enttäuschungen und Missverständnissen...

- unvorbereitet und überfordert in die Situation geworfen
- Ihr Partner denkt und fühlt anders als Sie
- Rückzug kann unterschiedliche Gründe haben
- verfestigte Rollen und Zuschreibungen tun keinem gut
- Erwartungen können nicht immer erfüllt werden
- Die Qualität Ihrer Beziehung vor der Erkrankung spielt eine wesentliche Rolle



Was kann uns helfen?

- Offene und ehrliche Kommunikation
- füreinander Da-Sein
- Nicht alles persönlich nehmen
- Selbstfürsorge
- Zeit allein / Zeit zusammen
- Freunden zuwenden
- Hilfe eines größeren Netzwerkes



Gemeisterte Krisen - Ihr Leben gewinnt an Tiefe



Danke für Ihre Aufmerksamkeit

