

**Fragen an die Betroffenen (Experten aus eigener Erfahrung)**

---

**1. Was wünsche ich mir von meinen Behandlern?**

Antworten:

- Zeit für meine Fragen / Aufklärung
- ernst genommen werden (2x)
- eigene Persönlichkeit / das persönliche Temperament nicht als Symptom werten
- Vertrauen aufbauen
- Erreichbarkeit (zeitnahe Termine bekommen)
- Diskretion
- mit Erkrankung Schritt halten, aber nicht Mitschwanken, sondern stabiles Gegenüber sein
- Bei Medikation nach bisherigen Erfahrungen fragen
- ... dass jede Patientengeschichte vorurteilsfrei angenommen wird
- Empathie / Gespräche auf Augenhöhe
- Zeit / Geduld / Einsicht
- Nicht nur „zudröhnen“ mit Medis
- Ich wünsche mir von den Behandlern, dass sie sich für Gesundheit gemäß der [Definition der WHO](#) einsetzen und damit der neoliberalen Gesundheitspolitik eine Absage erteilen  
(Von Redaktion eingefügt): „Die Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.“
- ... dass sie sich mit den Pflegekräften gegen Personalnotstand organisieren (z.B. in verdi)
- genau über Diagnose und z.B. Verordnung von Medikamenten informiert zu werden
- Nachfragen & keine Fangfragen!
- Gemeinsames Hinterfragen von Medikation (auch in Klinik), besonders nach wiederholten Krankheitsfragen
- Fragen-Fahrplan, Aufklärung zu Nebenwirkungen
- Reduzieren
- Nebenwirkungen: Gewicht, Müdigkeit, Kinder
- Humor (2x)
- Frühwarnzeichen (2x)
- richtige Diagnose (ausführliche Anamnese)
- Zeit zum Gespräch -> Therapiekonzept
- Dialog auf Augenhöhe (als Persönlichkeit und Mensch)
- kritischer Umgang mit Arzneimitteln im größeren Zusammenhang
- angemessener Umgang mit den Angehörigen
- Respekt und Loyalität
- ohne Druck

## 10 Jahre Bipolar-Tagesklinik – Den Lebensstil als Chance erkennen! (25.01.2019)

Workshop „Begegnungen auf Augenhöhe – Betroffene wünschen sich von Profis“

### 2. Was macht eine gute therapeutische Beziehung aus?

Antworten:

- Aufmerksamkeit und Erziehung zu mehr Achtsamkeit für die (*unleserlich*)
- Verlässlichkeit (zum vereinbarten Termin wirklich „da“ & bereit sein)
- ernst genommen & gehört werden
- gerne auch Humor
- Profi soll besonders bei Stimmungsschwankungen führen und nicht schwanken
- Erkennen der Bedürfnisse des Patienten und adjustieren
- Feedback zur Person des Patienten und Mitbeachtung des Umfelds
- Suchterkrankung einbeziehen (nicht Reduktion auf eine Diagnose, sondern komplex)
- mit Krankenkassenvertretern zeitgemäße Therapieformen installieren (z.B. Traumatherapie, Reittherapie, systemische Therapie)
- therapeutische Beziehung ⇔ Vertrauen
- Zieldefinition z.B. von „Verhalten“ -> Verhaltenstherapie
- an die Ursache der Krankheit gehen
- Ehrlichkeit, sich öffnen dürfen
- Auswahlmöglichkeiten an therapeutischen Formen (z.B. Ergo, Tanztherapie auch ambulant)
- die richtige / passende Therapie gemeinsam finden
- Behandlungsstrategien gemeinsam erarbeiten
- Vertrauen (2x)
- Verbindlichkeit
- Offenheit?
- gegenseitige Beratung?
- was geht in mir ab; an Behandler signalisieren
- reger Austausch & aktiver Dialog
- ... dass man bei den gleichen Ärzten & Therapeuten lange in Behandlung ist
- Beständigkeit
- Feedback-Kultur Patient ⇔ Therapeut/Arzt
- keine vorschnelle Deutungshoheit durch den Therapeuten/Arzt
- auch mal zusammen lachen können
- Interaktion / Vernetzung mit allen Bezugsstellen (Arzt, TK, Ämter, Angehörige)

### 3. Wie wichtig ist mir die Einbeziehung meiner Angehörigen? Wie gut oder schlecht wurde das bisher berücksichtigt?

Antworten:

- Angehörige: nicht wichtig, nicht möglich, Unterstützung, Angehörigen-Sprechstunde, Angehöriger kann helfen
- Ob Angehörige einbezogen werden können / sollen, sollte individuell geklärt werden
- Sicht der Angehörigen kann sehr hilfreich sein & oft brauchen sie auch Anleitung / Erklärung
- sehr wichtig, wurde kaum oder nur auf Nachdruck berücksichtigt für 1 Gespräch maximal
- die Einbeziehung ob Ja oder Nein muss individuell entschieden werden
- Das Verstehen der Erkrankung als solches (Verständnis) fehlt oft
- das hängt davon ab: von den Angehörigen, vom Umfeld, von mir selbst
- Meine Mutter ist 82, aber sehr engagiert, nur mit den Klinikbesuchen geht es nicht mehr so. Meine Schwester kommt nicht gern, wenn ich krank bin

#### Fragen an die BehandlerInnen (ExpertInnen aus Beruf & Ausbildung)

---

### 1. Was haben Sie von Ihren Patienten gelernt? Wieviel Prozent Ihres Wissens über die manisch-depressive Erkrankung kommt aus Ihrem Kontakt zu Patienten?

Antworten:

- Ich habe gelernt, dass die „Krankheit“ auch von schönen Zeiten geprägt ist
- Über 50% (3x)
- Individuelles Verständnis des Patienten
- Bitte ernst nehmen
- Individuelle Handlungsziele bestimmen
- Tempo – jeder Patient hat eigenes Tempo (2x)
- Begleitend arbeiten, Patient bestimmt
- Patienten sind Experten für ihre Gefühle / Zustand ernst nehmen
- Individuelle Behandlungsziele, individuelle Behandlungsangebote
- Patient hat Verantwortung, ob er Angebote annehmen will
- Krisenplan rechtzeitig
- Ehrlichkeit währt am längsten

# 10 Jahre Bipolar-Tagesklinik – Den Lebensstil als Chance erkennen! (25.01.2019)

Workshop „Begegnungen auf Augenhöhe – Betroffene wünschen sich von Profis“

## 2. Was möchten Sie von Ihren Patienten wissen?

## 3. Welche Fragen stellen Sie regelmäßig Ihren Patienten?

Antworten:

- Was wünschen Sie sich mit der Hilfe zu erreichen?
- Wie ist Ihr Antrieb, wie ist Ihr Schlaf, wie ist Ihre Stimmung?
- Wie geht es Ihnen heute, wie ist Ihr Befinden körperlich und seelisch?
- Lifechart, Biographie (2x)
- Was kann ich heute für Sie tun?
- Was erwarten Sie von mir?
- Darf ich Ihr Stimmungstagebuch sehen?
- Haben Sie Ihre Hausaufgaben gemacht?
- Erinnern Sie sich noch (an das Thema) der letzten Stunde?
- Was können Sie heute für sich tun?
- Was war bis jetzt hilfreich?
- Auslöser, aufrechterhaltende Faktoren
- Besondere Bedürfnisse im Arbeitsplatz (Arbeitsbereich)
- Sensible Punkte / Stressoren
- Körperliche & psychische Beeinträchtigung
- Gibt es einen Ansprechpartner in Krisenzeiten?

### Fotos

