



Behandlung & Genesung Modul 5

BEHANDLUNGSFORMEN

psychologisch/psychotherapeutisch

Beispiele



- Verhaltenstherapie
- Tiefenpsychologisch fundierte Therapie
- Familientherapie

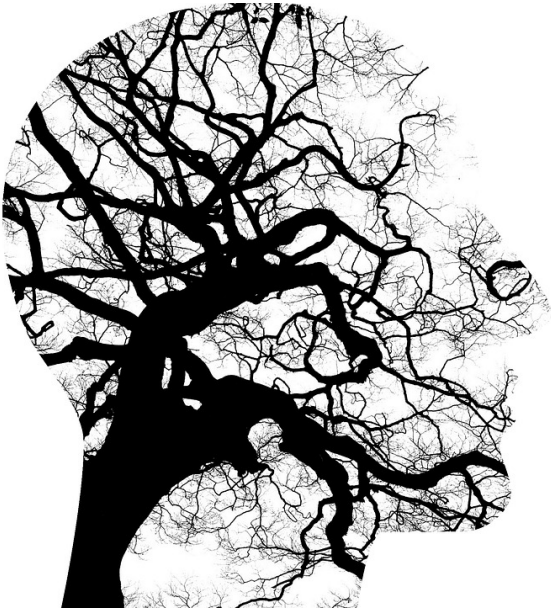
körperlich

Beispiele



- Pharmakotherapie (Medikamente)
- Lichttherapie

WIRKUNG VON BEHANDLUNGEN



Behandlungen...

- ...helfen dabei, die Anzeichen und Symptome einer Erkrankung zu verstehen, mit ihnen umzugehen und sie zu verringern
- ...verändern wie das Gehirn funktioniert und wie die Informationen im Gehirn weitergegeben werden

WIRKUNG VON BEHANDLUNGEN

Behandlungen...

- ...helfen dabei, die Gesundheit und das Wohlbefinden zu verbessern
- ...verbessern die Alltagsbewältigung
(Beziehungen, in der Schule/auf der Arbeit etc.)
- ...können dabei helfen, eine Wiedererkrankung vorzubeugen

BEHANDLUNGEN VERSTEHEN

- Menschen reagieren unterschiedlich auf Behandlungen
- Evtl. sind unterschiedliche Behandlungen nötig, um herauszufinden, welche am besten hilft
- Evtl. sind mehrere Behandlungsformen zusammen hilfreicher als nur eine, z.B. Psychotherapie und Medikamente für die Behandlung einer Depression



BEHANDLUNGEN VERSTEHEN

- Es kann eine Weile dauern bis es einer Person besser geht, das ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich
- Behandlungen erfordern die Zusammenarbeit zwischen Patientin bzw. Patient, Behandelnden und Familie



BEHANDLUNGEN VERSTEHEN

- Lass dich immer gut über die Erkrankung und die Behandlung aufklären
- Stelle Fragen und informiere dich!
- Du kannst dich auch von einer Vertrauensperson begleiten lassen, die dich dabei unterstützt



GENESUNG

Eine Person ist genesen, wenn...

- ...die Person nicht mehr von der Erkrankung bestimmt und eingeschränkt wird
- ...wenn die Person ihr Leben so leben kann wie sie möchte - auch wenn sie die Erkrankung evtl. noch hat



GENESUNG

Die Genesung kann auch unterstützt werden durch:

- Soziale Unterstützung
- Freundschaften
- Bedeutungsvolle Aktivitäten
- Gesunder Lebensstil
- Geregelter Einkommen und stabile Wohnverhältnisse



MERKE DIR



- Psychische Erkrankungen können behandelt werden!
- Je früher man Hilfe bekommt und eine Behandlung erfolgt, desto besser!
- Es ist keine Überweisung durch die/den Hausarzt/Hausärztin nötig, man kann sich auch direkt an eine psychotherapeutische oder psychiatrische Fachperson wenden (in psychiatrischen Kliniken/Praxen, psychotherapeutischen Praxen etc.).
- In der Regel werden Behandlungen von den Krankenkassen übernommen.
Lass dich hierzu beraten!

MERKE DIR



- Menschen mit einer psychischen Erkrankung sind nicht anders als du oder deine Freundinnen und Freunde – es kann auch dich oder jemanden in deinem Freundeskreis betreffen!
- Ihr könnt helfen, indem:
 - ihr euch Hilfe sucht, wenn es euch nicht gut geht
 - ihr Stigma keine Chance lasst



TeenMentalHealth.org



teenmentalhealth1



@TMentalHealth



info@TeenMentalHealth.org



Organisation und Übersetzung

Zentrum für Prävention und Intervention
im Kindes- und Jugendalter (ZPI)

Fakultät für Erziehungswissenschaft,
Universität Bielefeld