

## Warum Selbsthilfegruppen?

Die Schulmedizin ist eine Labormedizin, die sich in der Regel nicht um die psychischen, biographischen und sozialen Hintergründe des Patienten kümmert.

Dabei kann z.B. ein Schlaganfall – auch ein seelischer Infarkt – die Ursache von psychischen Überlastungen (Stress) sein.

Schon im antiken Griechenland war es den Griechen bekannt, dass eine ganz- einheitliche Medizin aus Natur und Heilkunst besteht.

Es wurde festgestellt, dass die Krankheit ggf. eine verborgene Botschaft enthielt, die nicht nur aus dem leiblichen Weg, sondern das ein Zusammenspiel zwischen der physischen, psychischen bzw. die geistige Harmonie hergestellt werden muss. Da aber nur „messbare“ Größen, mittels Apparate und Laborwerte in der modernen Medizin als denk- und glaubwürdig angesehen wird, ist es um ein vielfaches schwerer, so genannte „**unsichtbaren Behinderungen**“ nachzuweisen bzw. glaubwürdig der Schulmedizin darzustellen.

Eine häufige ärztliche Beurteilung als „Simulant“, die Einschätzung als ein „lapidares Krankheitsbild“ oder die schnellfertige Diagnose „Depressionen“ ist die Folge der Schulmedizin durch Nichtintensives bemühen. Hier ist ein immenses Behandlungspotential, welches noch nicht abgedeckt ist, eine „Grauzone“ die es zu schließen gilt. So lange dies noch nicht der Fall ist, sollte es Selbsthilfegruppen geben.

„Weil es hilft miteinander zu reden, sind Selbsthilfegruppen so hervorragend für Betroffene und Angehörige“ \*).

\*) Zitat von Dipl. phil. Matthias Jung aus – „Von Krankheit als Kränkung und vom sekundären und tertiären Krankheitsgewinn“.

Gemeinsame Unternehmungen fördern den Zusammenhalt und die Lebensfreude. Das Leben neu erlernen, nicht als Kind, sondern als Erwachsener Mensch, der in seinem Leben schon viel erlernt hat und wieder am Anfang steht.

Wenn z.B. durch einen Schlaganfall das Gedächtnis „gelöscht“ oder andere Funktionsbereiche im Gehirn gestört wurden wie zum Beispiel:

- Störungen der Verhaltenssteuerung
- Orientierungsstörungen
- Aufmerksamkeitsstörungen
- Konzentrationsstörungen
- Defizite bei Langzeit- und Kurzzeitgedächtnis

um nur einige zu nennen! Während das äußere Erscheinungsbild des Betroffenen einem völlig normal er-scheint, tobt währenddessen ein Krieg im Kopf des Betroffenen. Ein Kampf um die verlorenen Funktionen wieder zu erlangen hat begonnen.

Ob dieser jemals gewonnen werden kann?

Viele Fragen kommen auf!

Verzweifelte Betroffene fühlen sich vielfach von den Fachtherapeuten unverstanden, weil sie meist mehrere Gesundheitsbaustellen gleichzeitig haben. Der Fachmann beurteilt jedoch meist nur eine Baustelle. Die Zeit der Therapeuten ist knapp, daher können diese vielfach nicht auf Einzelheiten eingehen. Viele Betroffene resignieren, weil sie trotz Beeinträchtigungen ihrer Leistungsfähigkeit im zentralen Nervensystem (ZNS) zeitintensiv nach individuellen Lösungen suchen müssen. Sie brauchen meist mehr Zeit zum Formulieren und zur Klärung ihrer Probleme. Selbst ihre Angehörigen haben als Nichtfachkundige Verständnisschwierigkeiten. Die Verständigung ist allgemein zeitintensiv. Anträge müssen gestellt werden. Sie müssen überall ohne geeignete Pausen warten. Ihnen fehlen Informationen über individuelle Therapiemöglichkeiten oder Ansprechstellen in ihrem Umfeld. Daher versuchen mache Therapeuten sie aus Zeitmangel und weil die Betroffenen sich nicht verstanden fühlen, mit dem Begriff „austherapiert“ ruhig zu stellen. Dass ist dann Fatal.

Hier hat der Gesetzgeber aktuell neue Regelungen und Möglichkeiten eröffnet, die den Therapeuten erst noch nähergebracht werden müssen. Neue Therapieschwerpunkte wurden formuliert. Daher gibt es neue Möglichkeiten, die den Betroffenen und ihren Angehörigen, sowie deren Unterstützern zur Selbsthilfe näher gebracht werden müssen. Es geht hierbei um lebenslanges Lernen. Unser ZNS ist zur Selbstheilung auf Dauer lernfähig und muss ständig zur Überwindung neuer Schwierigkeiten geschult werden um uns zu helfen auf Dauer selbstbestimmt in unserer Gesellschaft integriert zu leben.

### **Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme!**

ZUR MOBILISIERUNG DER EIGENEN KRÄFTE!

Betroffene helfen Betroffenen!

Gemeinsam sind wir stark!

### **Die Teilnahme ist kostenfrei!**

Keine Scheu, melden Sie sich!

Plötzlich tauchen viele Fragen auf und Sie wissen nicht wie es weiter gehen soll.

Wir helfen Ihnen!

### **WEM HELFEN WIR?**

Das Wesen der Selbsthilfe ist die wechselseitige Hilfe auf der Basis gleicher Betroffenheit. Denn Niemand hat so viel Verständnis wie ein gleichfalls Betroffener. Unsere Selbsthilfegruppe bietet Raum und Gelegenheit dazu.

Um unser Schicksal gemeinsam zu bewältigen sind auch Angehörige und Unterstützer von Betroffenen bei uns herzlich Willkommen.

### **WO TREFFEN WIR UNS?**

Von den Betroffenen aus gesehen möglichst Zentral und gut erreichbar. Derzeit im Rheinhotel Loreley in Königswinter

### **WANN TREFFEN WIR UNS?**

Nach vorheriger Vereinbarung Monatlich; derzeit am ersten Do im Monat um 16:00 Uhr

### **Wagen Sie den ersten Schritt!**

Besuchen Sie unsere Selbsthilfegruppe Gehirn und nutzen sie diese Gruppe als ihr persönliches Informations- Netzwerk!

### **Bring Deine Welt wieder in Balance!**

Informationsaustausch von und für gleich Betroffene und ihre Angehörigen und Unterstützer.

WAS TUN WIR?

Es finden regelmäßige und ungezwungene Treffen statt; Schwerpunkt:

- Gedanken- und Erfahrungsaustausch.
- Bewältigung neu entstandener Situationen.

## WAS TUN WIR?

Es finden regelmäßige und ungezwungene Treffen statt; Schwerpunkt:

- Gedanken- und Erfahrungsaustausch.
- Bewältigung neu entstandener Situationen.
- Gemeinschaftliche Aktivitäten
- Kooperationen mit Reha-Kliniken, Kliniken, Selbsthilfvereinen u.v.a.