Психосоциальная терапия психозов и биполярных расстройств

ПСИХОЭДУКАЦИЯ

Индивидуальная и групповая психоэдукация пациентов и их родственников является неотъемлемой частью терапии психозов. В результате многочисленных исследований был сделан вывод, что активное отношение к психотическому заболеванию и правильной медикаментозной терапии уменьшает частоту рецидивов на 60-80% в течение года.

Психоэдукация ориентируется на:

- общую картину психотических расстройств с их позитивными, негативными симптомами и эмоциональными последствиями,
- различные подгруппы заболеваний, их течение, возможность применения медикаментозного лечения,
- причины,
- распознавание индивидуальных ранних предупреждающих симптомов,
- возможности психо-, социо- и медикаментозной терапии, при которой пациенты и родственники являются активными участниками процесса лечения.
- взаимный групповой обмен, при котором участники группы находят друг у друга дополнительную поддержку и эмоциональную разрядку.

Группы психоэдукации занимаются один-два раза в неделю; количество участников зависит от того, кто входит в группу, группы пациентов состоят из 6 - 8 человек, группы родственников от 12 до 15 человек. Группы психоэдукации, состоящие из пациентов и родственников, проходят стационарное или амбулаторное лечение в психиатрических отделениях больниц. Во многих психиатрических отделениях располагаются амбулаторные учреждения, которые тоже часто организуют группы психоэдукации для пациентов и их родных.

Что Вы должны знать, решаясь на участие в группе психоэдукации:

- регулярно принимайте участие в групповых занятиях, чтобы не терять »нити« лечения и всегда располагать необходимой информацией.
- если Вам что-то непонятно или у Вас иная точка зрения, выскажите Ваши вопросы в дискуссионной фазе или в начале ближайшего занятия – это важно сделать, чтобы снять психологическую нагрузку.
- найдите себе в группе постоянного собеседника, к которому Вы могли бы обратиться за помощью, если почувствуете, что не справляетесь с нагрузкой или заметите у себя ранние симптомы.

Для дополнительной информации

- обратитесь к невропатологу или Вашему лечащему психотерапевту.
- разузнайте, существуют ли такие группы в Вашей больнице.

Адаптация текста: Maren Jensen и F.-Michael Sadre Chirazi-Stark
Из: Fritz-Michael Sadre Chirazi-Stark, Fritz Bremer, Ingeborg Esterer: Wege aus dem Wahnsinn. Therapien, Begleitung, Selbsthilfe bei psychotischen Erkrankungen. Aktualisierte und erweiterte Neuausgabe, Psychiatrie - Verlag, Bonn 2002, Германия.