

# JAHRESBERICHT 2022

---

Die Arbeit des Bundesverbandes der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V.



**familien selbsthilfe  
psychiatrie**

Bundesverband der Angehörigen  
psychisch erkrankter Menschen e.V.

## | INHALT

### VORWORT

Seite 3

### ZUR LAGE

Seite 4

### PERSONALIEN UND ARBEITSGEBIETE

Seite 5

### ANGEBOTE

Seite 6

### PUBLIKATIONSORGANE

Seite 7

### PROJEKTE UND VERANSTALTUNGEN

Seite 10

### FINANZEN

Seite 18

### INTERESSENSVERTRETUNG, TAGUNGEN UND KONGRESSE

Seite 18

### STELLUNGNAHMEN

Seite 24

### WEITERE VERBANDSAKTIVITÄTEN

Seite 22

### AUSBLICK

Seite 23

### FÖRDERER UND UNTERSTÜTZER

Seite 24

## | VORWORT

Sehr geehrte Damen und Herren,  
ein sowohl herausforderndes als auch erfolgreiches Jahr liegt hinter dem Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen. Herausfordernd waren vor allem die drei großen weltpolitischen Krisen: Klima, Corona und der Angriffskrieg Russlands gegen die Ukraine. Hinsichtlich der auch in 2022 nachdrücklich formulierten Forderung nach mehr Mitwirkung und Beteiligung der Angehörigen auf verschiedensten Ebenen, kann das vergangene Jahr hingegen als Erfolg gewertet werden.

Tatsächlich stand die Tür zu einer echten Partizipation noch nie so weit offen wie heute. Das liegt an unterschiedlichen Faktoren: Zum einen haben die Forderungen zur Inklusion auch innerhalb der Politik gezeigt, dass die Familien hierbei eine tragende Rolle spielen, ohne deren direkte Mitwirkung das Projekt nicht gelingen kann. Auch machen es der demographische Wandel und der damit einhergehende Fachkräftemangel unmöglich, an der mit Abstand größten Gruppe ambulant psychiatrischer „Pflegerkräfte“ vorbeizuschauen. Und schließlich wird die Beteiligung der Angehörigen von Politik und Wissenschaft vermehrt explizit gefordert.

Leider zeigt sich der Erfolg als janusgesichtig: Die Kehrseite der Entwicklung hin zu mehr Beteiligung ist, dass die Ressourcen Zeit und Geld zunehmend in Anspruch genommen werden. Angehörige psychisch erkrankter Menschen sind zu 80 % erwerbstätig und müssen in aller Regel (mit) für den Lebensunterhalt der Familie aufkommen. Der zusätzlich anfallende Aufwand für ambulant psychiatrische Pflegetätigkeiten führt schon heute bei vielen Angehörigen zu finanziell prekären Lebensbedingungen und zur Vereinsamung. Tatsächliche Partizipation auf Augenhöhe kostet. Viele Angehörige können sich das nicht leisten. Hier muss die Politik Lösungen schaffen.

Nur wenn wir Angehörigen als ernsthafte Partner im Dialog verstanden werden, unsere Position bei allen Entscheidungen nicht nur gehört, sondern maßgeblich berücksichtigt wird, werden wir bereit und in der Lage sein, die Kosten der Partizipation zu tragen. Umgekehrt ist eine Verbesserung der psychiatrischen Versorgungslandschaft zum Nutzen für Betroffene und Angehörige nur möglich, wenn genügend Angehörige partizipieren. Nur so schaffen wir gemeinsam eine menschenwürdigere Zukunft - auch im demographischen Wandel. Dafür wird sich der BApK auch 2023 mit ganzer Kraft einsetzen.

Der Vorstand – Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V

## | ZUR LAGE

Seit über 35 Jahren setzt sich der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V. (BAPK) erfolgreich für die Belange von psychisch Kranken und vor allem auch all jenen ein, die ihnen nahestehen: ihre Familien, ihre Freund:innen, Nachbar:innen und Arbeitskolleg:innen. Mit diesem Geschäftsbericht möchte der Vorstand seine Mitglieder, Partner:innen, Unterstützer:innen sowie alle Interessierte über die Entwicklungen und die inhaltliche Arbeit des Verbandes im vergangenen Jahr informieren. Einige Schlaglichter sollen ihm vorangestellt werden:

Im Februar 2022 erschütterte der Beginn des russischen Angriffskriegs gegen die Ukraine Europa und löste eine für Deutschland in den letzten Jahren in diesem Umfang noch nie dagewesene Flüchtlingsbewegung aus. Der BAPK hat hierauf innerhalb kürzester Zeit reagiert und Informationen für Angehörige in ukrainischer und englischer Sprache auf seiner Homepage veröffentlicht.

Ein zentrales Ereignis für den Verband fand im Juni 2022 statt. Nach einer erzwungenen „Corona-Pause“ verabschiedeten die Mitglieder auf der ersten physischen Mitgliederversammlung in Stuttgart eine neue Satzung und wählten auf dieser Grundlage einen erweiterten Vorstand. Damit sind jetzt fast alle Landesverbände im Bundesvorstand vertreten. Im Herbst 2022 baute der BAPK sein Beratungsangebot um die Chat/Mail-Beratung *PEER4U* für junge Angehörige aus. Neben der Online-Redaktion *Locating-your-soul* ist dies das zweite Projekt des BAPK, das sich besonders an die Altersgruppe U30 richtet und damit einen wichtigen Beitrag zur Motivation junger Menschen für das Engagement in der Selbsthilfe leistet.

Ein weiteres Projekt, das der BAPK 2022 forciert hat und im laufenden Jahr weiter vorantreiben wird, ist die Initiative „113 für die psychische Krise“. Die Idee einer bundesweiten Notrufnummer für Menschen in einer psychischen Krise erhielt im vergangenen Jahr nicht nur Unterstützung durch die Teilnehmer:innen der Tagung der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde. Auch die aktuelle Einführung der „988“ in den USA als „Suicide and Crisis Lifeline“ und die Initiative des Bayerischen Landtages für eine einheitliche Notfallnummer zeigen, wie zentral dieses Anliegen und wie notwendig seine Umsetzung ist.

Echte Partizipation bei Entscheidungen auf kommunaler und Bundesebene, ein familiäres Wiedereingliederungsmanagement, Hilfestrukturen und finanzielle Angebote für Angehörige sowie aufsuchende Behandlungen, dafür hat sich der BAPK im vergangenen Jahr mit allen Kräften eingesetzt – und wird es auch 2023 tun.

# | PERSONALIEN UND ARBEITSGEBIETE

## Vorstand

Dr. Rüdiger Hannig (LV Schleswig-Holstein)	Vorsitzender
Heike Petereit-Zipfel (LV BaWü)	stellvertretende Vorsitzende
Karl Heinz Möhrmann (LV Bayern)	Schatzmeister
Katharina Schäfer (LV Sachsen-Anhalt)	Schriftführerin
Dr. Friedrich Leidinger (LV NRW)	Beisitzer
Sonja Haase (LV BaWü)	Beisitzerin
Siegfried Haller (LV Sachsen)	Beisitzer
Hartmut Krausser (LV Berlin)	Beisitzer
Annette Romankiewicz (LV Thüringen)	Beisitzerin
Wiebke Schubert (LV NRW)	Beisitzerin

## Wissenschaftlicher Beirat

Prof. Dr. med. Arno Deister  
Dr. rer. medic. André Nienaber  
Prof. Dr. med. Thomas Pollmächer  
Dipl.-Päd. Thomas Profazi  
Prof. Dr. med. Steffi Riedel-Heller  
Prof. Dr. med. Renate Schepker  
Prof. Dr. med. Dr. rer. soc. Frank Schneider  
Prof. Dr. med. Dieter Seifert  
Prof. Dr. med. Tillmann Supprian

## Geschäftsstelle

Seit Oktober 2022 betreut Nele Riepenhusen den Bereich *Junge Selbsthilfe im BApK*. Sie betreut die Online-Redaktion *Locating Your Soul* und die Chatberatung PEER4U. Darüber hinaus wird sie zukünftig für die Social-Media-Kanäle der jungen Selbsthilfe sowie die Planung und Organisation von Workshops und Veranstaltungen im Rahmen der Unterstützung junger Angehöriger verantwortlich sein. Sie übernimmt damit die Aufgaben von Jana Ulrich, die den Verband zum Jahresende verlassen hat.

Neu hinzugekommen ist auch Julia Paar. Seit November 2022 unterstützt sie den Verband bei der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit sowie der Projektorganisation. Weitere Aufgabengebiete werden die Planung und Organisation von Veranstaltungen sowie die Betreuung des Instagram-Accounts der FamilienSelbsthilfe sein.

## **| ANGEBOTE**

Der BApK e. V. hält eine Vielzahl von Angeboten für Angehörige von Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen bereit und konnte damit auch im vergangenen Jahr einen wichtigen Beitrag zur Unterstützung der Betroffenen und ihrer Familien und Freund:innen sowie der gesellschaftlichen Antistigma-Arbeit leisten.

### **Selbsthilfenetz Psychiatrie**

Im Selbsthilfenetz Psychiatrie finden Betroffene und Angehörige Selbsthilfegruppen zu unterschiedlichen Themen und Krankheitsbildern in ihrer Umgebung.

Außerdem dient die Internet-Plattform der Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit von Selbsthilfegruppen im Bereich der Psychiatrie. Organisationen und Gruppierungen aus den Bereichen seelische Gesundheit und psychische Erkrankungen, die an einer Zusammenarbeit interessiert sind, erhalten hier die Möglichkeit, sich im Selbsthilfenetz Psychiatrie zu präsentieren.

Die Plattform soll allen Interessierten die Möglichkeit eröffnen, sich mit anderen Gruppierungen zu vernetzen – sei es regional, um z. B. Veranstaltungstermine zu koordinieren, oder auch überregional, um in einem Bundesland Partner:innen für bestimmte Anliegen und politische Forderungen zu finden.

<https://www.bapk.de/angebote/selbsthilfenetz-psychiatrie.html>

### **SeeleFon**

Seit 2011 nutzen jedes Jahr immer mehr Menschen das Beratungsangebot SeeleFon. Auch 2022 berieten die 21 ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen nahezu 3.000 Ratsuchende am Telefon und per E-Mail.

Zur Unterstützung der Beratenden und um die Qualität der Beratung zu sichern, wurden auch 2022 zwei Supervisionen in Bonn organisiert, die seit der Gründung des Angebots von einer professionell arbeitenden Supervisorin mit psychologischem Berufshintergrund geleitet wird. Das SeeleFon konnte auch 2022 durch Eigenmittel des BApK finanziert werden.

### **Das Psychiatrienetz**

Das Psychiatrienetz ist ein umfassendes Informationsangebot, das der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen in Kooperation mit dem Dachverband Gemeindepсихиатрии, der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie und dem Psychiatrie Verlag für alle Betroffenen, Angehörigen und Interessierten bereitstellt.

Auch 2022 konnte das Psychiatrienetz mit ca. 30.000 Zugriffen im Monat einen weiteren Anstieg der Besuchszahlen verzeichnen.

<https://www.psychiatrie.de/>

## PEER4U

PEER4U CHAT BERATER:IN WERDEN HINTERGRUND BLOG FAQ E-Mail schreiben

PSYCHISCHE PROBLEME IM FREUNDESKREIS

DU BIST IMMER FÜR ANDERE DA?  
ABER NIEMAND FÜR DICH?

ANONYM UND KOSTENLOS

Wenn in der Familie oder im Freundeskreis jemand psychische Probleme hat, Hier geht's zur Mailberatung

Seit dem Herbst vergangenen Jahres bietet der BApK ein niederschwelliges Hilfeangebot für junge Angehörige psychisch erkrankter Menschen an. Junge Ratsuchende können sich mit ihren Sorgen im Chat viermal in der Woche oder 24/7 via E-Mail an sie 12 ehrenamtlich, geschulten Beratenden wenden.

<https://peer-for-you.de/>

## PUBLIKATIONSORGANE

### BApK-Newsletter

Der Newsletter des BApK informiert in einem 14-tägigen Rhythmus interessierte Angehörige und Aktive in den Landesverbänden, aber auch Betroffene und psychiatrisch Tätige über Entwicklungen in allen Bereichen der Psychiatrie mit Fokus auf die Angehörigen-Bewegung. Neben aktuellen gesundheitspolitischen Fakten berichtet er regelmäßig über Veranstaltungen und Projekte. Der BApK-Newsletter wird von 1.500 Leserinnen und Lesern abonniert.

## Online-Redaktion Locating-Your-Soul

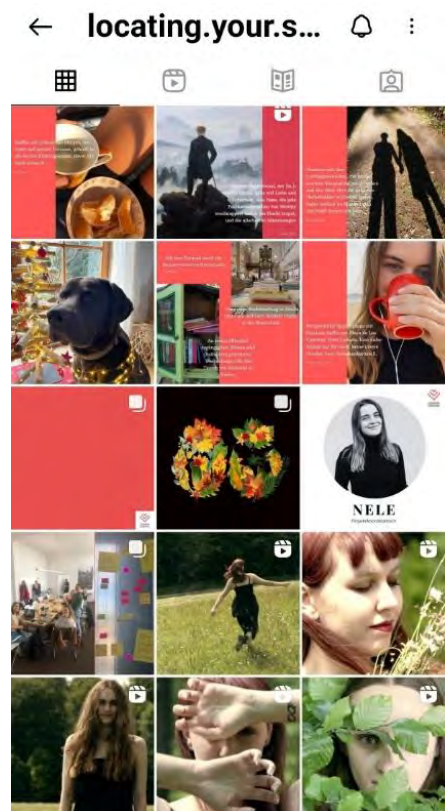


In der Onlineredaktion *Locating Your Soul* formulieren junge Erwachsene ihre eigenen Themen und platzieren sie innerhalb der Selbsthilfe – und zwar so, dass sie auch für andere Menschen ihres Alters interessant sind. Das Redaktionsteam besteht aus 15 festen ehrenamtlichen Mitgliedern zwischen 18 und 30 Jahren, die regelmäßig zu verschiedenen Themen schreiben, Videos drehen und

Interviews führen. <https://locating-your-soul.de/>

## Der Instagram-Account *locating.your.soul*

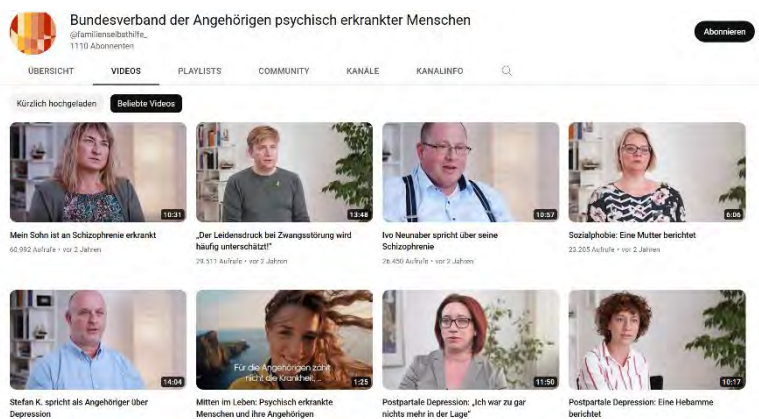
Hier posten die Redakteur:innen regelmäßig Grafiken, Videos und Ausschnitte aus ihren Artikeln. Der Account konnte mittlerweile 800 Abonnent:innen gewinnen.





## Der Instagram-Account des BApK

Hier kommuniziert der BApK gesundheitspolitische und verbandsrelevante Inhalte.



## Der YouTube-Channel des BAPK

Auf seinem YouTube-Channel veröffentlicht der BApK unter anderem Videos zu psychischen Erkrankungen und Fragen der Forensik.

<https://www.youtube.com/channel/UCnqZLF2NojpQY9Euop>

## BApK VerbandsNachrichten

Mit den VerbandsNachrichten gewährleistet der BApK den zeitnahen Informationsaustausch mit seinen Mitgliedern, den Landesverbänden, auf Geschäftsstellenebene. Er erscheint einmal im Monat und informiert über verbandsnahe Entwicklungen und Termine.

## Psychosoziale Umschau (PSU)

Der BApK ist Mitherausgeber der „Psychosozialen Umschau“, der nach wie vor auflagenstärksten sozialpsychiatrischen Fachzeitschrift und hat maßgeblichen Einfluss auf die Ausrichtung und Themenwahl. Der BApK achtet darauf, dass die Realität der Angehörigen mit ihren Fragestellungen und Herausforderungen in angemessener Form repräsentiert und auch in der (Fach-)Öffentlichkeit wahrgenommen wird.

# PROJEKTE UND VERANSTALTUNGEN

## 1/ Online-Beratungsangebot für junge Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen



Mit diesem Projekt hat der BAPK ein niederschwelliges Hilfeangebot für junge Angehörige psychisch erkrankter Menschen durch einen Peer-Chat und eine Mailberatung installiert. Seit Ende 2022 können sich junge Ratsuchende mit ihren Sorgen viermal in der Woche an die

Beratenden wenden. Die Resonanz war von Beginn an groß und wächst, je bekannter das Angebot wird. Auf der Internetseite integriert sind außerdem Artikel zu einer Vielzahl von Themen zur seelischen Gesundheit. Hier schreibt die Redaktion des Mental Health Blogs, *Locating Your Soul*. Die Autor:innen sind ebenfalls junge Menschen, Angehörige und Betroffene, die sich mit dem Thema seelische Gesundheit beschäftigen.

<https://peer-for-you.de/hilfe-chat-blog/>



Parallel zur Website entstand der Instagram-Account peer4u\_chat\_beratung.

Durch regelmäßige Posts und die Kontaktaufnahme mit anderen Akteur:innen hat der Account bereits wenige Wochen nach dem Start fast 300 Follower.

*Das Projekt wurde realisiert mit freundlicher Unterstützung der Barmer.*

## 2/ Eskalationsprävention für junge Erwachsene



### Seminar und Materialien für junge Angehörige psychisch erkrankter Menschen zum Thema „Gewaltfreie Kommunikation“

Junge Angehörige von psychisch erkrankten Menschen können im familiären Raum latenten Aggressionen, emotionalen Ausbrüchen und auch tätlichen Angriffen ausgesetzt sein. Umgekehrt kann das Zusammenleben mit einem psychisch erkrankten Menschen auch die

eigene Gewaltbereitschaft „triggern“.

Das Projekt „Eskalationsprävention bei jungen Erwachsenen“ stand im Kontext dieser Problematik und hat den Blick gezielt auf die besondere Situation junger Menschen gerichtet. In Zusammenarbeit mit dem Verband KAST e. V., der mit seiner in vielen Jahren der Arbeit zum Thema Gewaltvermeidung, Gewaltabbau und Stärkung sozialer Fähigkeiten gewonnenen Kompetenzen das Projekt maßgeblich inhaltlich begleitet hat, hat der BApK daher eine Tutorialreihe realisiert. Ziel ist es, den jungen Erwachsenen sowohl durch die thematische Aufarbeitung als auch durch das Medium „Video“ einen niederschweligen Einstieg in das Thema zu bieten und erste Anstöße zu einer Auseinandersetzung mit dem eigenen Kommunikationsverhalten zu ermöglichen.

#### Übersicht:

- Teil 1: Von der Wahrnehmung zur Tat
- Teil 2: Wie funktioniert Kommunikation?
- Teil 3: Was passiert im Gehirn?
- Teil 4: „Reiß Dich mal zusammen!“
- Teil 5: Wie geht gute Kommunikation?

Die Tutorials sind auf der Homepage des BApK auf einer eigenen Landingpage zu sehen:

<https://www.bapk.de/themen/eskalationspraevention.html>

Das Projekt wurde realisiert mit freundlicher Unterstützung der AOK.

**ICH WOLLTE DICH DOCH GAR NICHT ANSCHREIEN**

Eigentlich wollte ich dich gar nicht anschreien. Und dann ist es doch passiert. Schön wieder!

Auf dieser Seite soll dir nicht nur erklärt werden, wie es dazu kommt, sondern auch, wie es anders sein könnte. Hier findet ihr Videos, in denen typische Szenarien dargestellt und erklärt wird, warum wir manchmal so reagieren, wie wir eben reagieren.

**Eskalationsprävention - Trailer**

**#1 Von der Wahrnehmung zur Tat**  
Wie beeinflusst unsere Wahrnehmung unser Handeln? In diesem Video geht es um ein kleines Wahrnehmungsexperiment.

**#2 Wie funktioniert Kommunikation?**  
In dem Video geht es um die vier verschiedenen Ebenen (nach Watzlawick) auf denen wir Kontakt mit unserem Gegenüber aufnehmen: die Sachebene, die Appellebene, die Beziehungsebene und die Selbstoffenbarungsebene.

**#3 Was im Gehirn passiert.**  
Hier geben wir einen kleinen Einblick in das Gehirn. Was passiert im Kopf, wenn wir z. B. gestresst sind?

**#4 „Reiß Dich mal zusammen!“**  
Was passiert bei Kommunikation im Kopf?

**Übersicht:**  
Teil 1: Von der Wahrnehmung zur Tat  
Teil 2: Wie funktioniert Kommunikation?  
Teil 3: Was passiert im Gehirn?

### 3/ Geschwister psychisch erkrankter Menschen. Aufklärung und niederschwellige Hilfeangebote für Geschwister von psychisch erkrankten Menschen durch die Erstellung verschiedener Informationsmaterialien und Nutzung unterschiedlicher Medienformate: Online-Beratungsangebot für junge Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen

Der BApK rückt in seiner Arbeit immer wieder Menschen in den Mittelpunkt, die mit ihren Belangen bisher nicht oder nur selten Beachtung finden. Daher hat der BApK in diesem Projekt mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse ein qualifiziertes Informationsangebot zum Thema *Geschwister psychisch erkrankter Menschen* für seine Mitglieder und Akteur:innen aus der verbandlichen Selbsthilfe realisiert.

Das Projekt verfolgte im Wesentlichen zwei Zielsetzungen: Zum einen sollen im Sinne der Antistigma-Arbeit Informationen über die Situation von Geschwistern psychisch erkrankter Menschen bereitgestellt werden. Zum anderen wurde ein konkretes Hilfeangebot für



Mitgeschwister in Form eines Praxisseminars bereitgestellt, um unter anderem auf die Möglichkeit der unterstützenden Selbsthilfe aufmerksam zu machen.

„Manchmal wollte ich ihn einfach nicht mehr sehen.“ Wiebke S. erzählt eine Geschichte von Rückzug

Aus dem Zusammenhang des Seminars entstand ein Informationsflyer, der die wichtigsten Fragestellungen noch einmal zusammenfasst und über die bestehenden Angebote informiert.

Er steht auf der Landingpage zusammen mit weiterführenden Informationen zum Download bereit.

<https://www.bapk.de/themen/geschwister.html>

*Das Projekt wurde realisiert mit freundlicher Unterstützung der TK.*



Ich möchte jetzt auch mal was sagen...  
Workshop für Geschwister

Verständnis haben, vernünftig sein, Verantwortung übernehmen: Mit diesen wie selbstverständlich an sie herangetragenen Erwartungen sehen sich Brüder und Schwestern von psychisch erkrankten Menschen ständig konfrontiert – meist ein Leben lang. In diesem Workshop geht es um einen persönlichen Austausch und die Frage, ob und wie es sich mit dem emotionalen Spagat von Mitgefühl und Frust gut leben lässt.

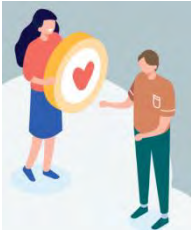
Termin: 8. - 9. Oktober 2022

Ort: Bonn



## 4/ Alternative Finanzmodelle für Verbände

Informationsangebot für Verbände in der Selbsthilfe



Als Bundesverband sieht der BApK eine seiner wichtigsten Aufgaben in der inhaltlichen Unterstützung der verbandlichen Arbeit seiner Mitglieder. Daher hat er in den vergangenen Jahren eine Vielzahl von Materialien und Veranstaltungen zu unterschiedlichen Themen realisiert, die von den Verbänden intensiv genutzt werden und in ihre praktische Arbeit dauerhaft Eingang gefunden haben. Auch innerhalb der Verbandsarbeit wird die

Frage, welche Möglichkeiten der Finanzierung es jenseits von Mitgliedsbeiträgen und dem Verkauf von Publikationen gibt, immer wichtiger. Daher hat der BApK in diesem Projekt mit Unterstützung der BKK ein qualifiziertes Informationsangebot zu diesem Thema für seine Mitglieder und Akteur:innen aus der verbandlichen Selbsthilfe geschaffen.

Realisiert wurden zwei Seminare, die am 14./15. Oktober in Erfurt und am 19. November online stattfanden.



Referent war beide Male Stephan Popp, Gründer einer der ersten deutschen Crowdfunding-Plattformen. Folgende Fragen standen Im Mittelpunkt der Veranstaltungen: Welche Möglichkeiten der Finanzierung jenseits von Mitgliedsbeiträgen und dem Verkauf von Publikationen gibt es? Was verbirgt sich hinter Begriffen wie Fundraising oder Crowdfunding? Was benötige ich für eine erfolgreiche Spendenaktion? Wer ist eigentlich bereit, uns Geld für unser Vorhaben zu geben? Der Praxisanteil in den Workshops war hoch und die Teilnehmer:innen waren aufgefordert, mit Hilfe der bereitgestellten Instrumente ihre Crowdfunding-Zielgruppe zu

definieren und eigene Projekte zu entwickeln.

Für alle, die nicht die Gelegenheiten hatten, an den Seminaren teilzunehmen, hat der BApK umfangreiches Informationsmaterial erstellt. Checklisten und Ablaufpläne unterstützen die Aktiven in der Selbsthilfe bei der Vorbereitung eines eigenen Fundraising-Projektes. Die Materialien stehen dauerhaft auf einer eigens gestalteten Landingpage auf der Homepage des BApK: <https://www.bapk.de/themen/alternative-finanzmodelle.html>

*Das Projekt wurde realisiert mit freundlicher Unterstützung der BKK*

## 5/ Resilienzförderung für Angehörige

### Aufklärung und niederschwellige Hilfeangebote für Angehörige psychisch erkrankter Menschen durch die Erstellung von Informationsmaterialien und Nutzung unterschiedlicher Medienformate



Übergeordnetes Ziel des Projektvorhabens war es, auf verschiedenen Wegen über das Thema Resilienz aufzuklären und praktische Hilfestellungen für Angehörige zu entwickeln, um eine Überforderung und eine damit einhergehende gesundheitliche Gefährdung von Familienmitgliedern und anderen Bezugspersonen zu verhindern.

Die Begleitung und Unterstützung eines psychisch erkrankten Menschen im Familien- oder Freundeskreis führt die Helfenden nicht selten selber an den Rand der Belastbarkeit. Die Gefahr, im Zusammenleben mit einem von einer psychischen Erkrankung betroffenen Menschen selber gesundheitliche Probleme zu entwickeln, ist hoch. Überforderung und die Missachtung der eigenen Grenzen gefährden nicht nur das seelische Gleichgewicht. Unterstützende Angebote, die Möglichkeit zum Austausch und angehörigenbezogene Informationen sollen dazu beitragen, dass Angehörige und Freund:innen von Betroffenen nicht gleichfalls in eine Überforderungssituation geraten.

Hauptbestandteil des Projektes war daher – neben einem im Herbst veranstalteten Workshop zum Thema – die Erstellung eines Schulungskonzeptes, in dem die verschiedenen Aspekte der Resilienz berücksichtigt werden. Dazu gehören:



- die Darstellung der besonderen Belastungsmomente der Angehörigen, beginnend mit der ersten Diagnose und im weiteren Krisenverlauf
- die Möglichkeiten zur Wahrung der eigenen seelischen Gesundheit
- die Übertragung der bekannten Resilienz-Konzepte auf die Angehörigensituation
- die Bewältigung von Spannungen im persönlichen Beziehungsraum

Das Material besteht aus einem Handbuch, Folien, Arbeitsblättern sowie einem ausführlichen Literaturteil und wird den Nutzer:innen in Form von Online-Materialien zur Verfügung gestellt. Außerdem ist es so konzipiert, dass unsere Landesverbände die Informationen zur Schulung ihrer Mitglieder verwenden können. Alle Informationen befinden sich auf der für das Projekt gestalteten Landingpage:

<https://www.bapk.de/themen/resilienz.html>

Das Projekt wurde realisiert mit freundlicher Unterstützung der DAK.

## 6/ Selbstbewusst im Umgang mit Medienvertreter:innen 2 –

### Wie verhalte ich mich bei Journalistenanfragen für das Fernsehen und in Live-Sendungen

Angehörige und Freunde :innen psychisch erkrankter Menschen sind beliebte Interviewpartner:innen der Medien. Das ist gut, um das Thema psychische Erkrankung in die Gesellschaft zu tragen. Doch gleichzeitig ist die Entscheidung für – oder auch gegen – einen Medienkontakt von vielen Unsicherheiten gekennzeichnet. In diesem als Seminar mit Materialien für die Website konzipierten Projektteil ging es darum, die Kompetenzen der Angehörigen gegenüber der Presse zu erweitern und in praktischen Übungen einen souveränen Umgang mit den visuellen Medien und bei Live-Sendungen einzuüben.

Am 3. September veranstaltete der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen (BApK) e. V. in Frankfurt/Main Teil 2 des Seminars „Selbstbewusst im Umgang mit den Medien“. Es knüpfte inhaltlich an den im vorhergehenden Jahr veranstalteten Praxisworkshop an, konnte aber ohne Vorkenntnisse besucht werden. Diesmal ging es vor allem um Bildmedien und Live-Sendungen. In der eintägigen Veranstaltung hatten die Teilnehmenden die Gelegenheit, sich vor der Kamera zu erproben.

Es ging unter anderem um folgende Fragen: Wie ist es, sich einer Video-Kamera auszu-



setzen? Wie gehe ich mit Nervosität um? Wie kann ich mich gut präsentieren und meine Anliegen formulieren? Was möchte ich unbedingt im Interview überbringen?

In einer wertschätzenden Atmosphäre mit Fehlerfreundlichkeit und Humor konnten die Teilnehmenden üben,

die eigenen Geschichten zu erzählen. Wie kann es gelingen, überraschende Fragen zu parieren und, wenn es nottut, wichtige Erfahrungen und Erkenntnisse in wenigen Minuten auf den Punkt zu bringen? Bei einer gemeinsamen Analyse der Aufzeichnungen wurde darüber beraten, was und wie jede/r Einzelne noch besser dazu beitragen kann, über das Leben mit einer psychischen Erkrankung oder Besonderheit aufzuklären und Akzeptanz zu erreichen.

Ebenfalls im Projekt entstanden Materialien, die dauerhaft auf der Landingpage

<https://www.bapk.de/themen/selbstbewusst-im-umgang-mit-dem-medien-1und2.html> zum Download zur Verfügung stehen.

Referentin und Autorin der Materialien war wie im letzten Jahr die Journalistin Cornelia Schäfer.

*Das Projekt wurde realisiert mit freundlicher Unterstützung der KKH.*

## 7/ Borderline

### Hilfe für Angehörige

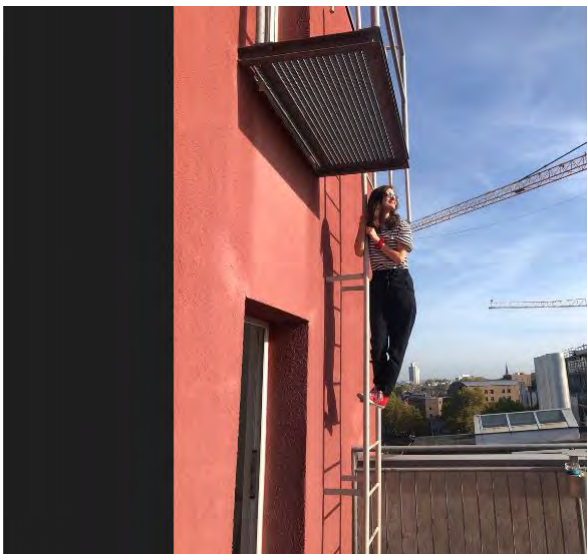
Ebenfalls im Jahr 2022 begann das vom Bundesgesundheitsministerium geförderte Projekt zum Thema Angehörige und Borderline. Eine Borderline-Erkrankung stellt für die Angehörigen, vor allem für den Partner/die Partnerin und das Familiensystem eine Herausforderung dar.

Besonders in Partnerschaften erzeugen die abrupten Verhaltensänderungen und starken Polarisierungen zwischen Nähe und Distanz, zwischen Zuwendung und Abwendung, Idealisierung und Entwertung im Verhalten und Erleben der Betroffenen eine besondere Belastungssituation. Die Beziehung zu den Betroffenen ist häufig von starker Unsicherheit und Unberechenbarkeit geprägt, Konstanten wie emotionale Stabilität und vertrauensvolle Zuwendung gehen oft verloren oder können gar nicht erst entwickelt werden. Die Situation wird in vielen Fällen als schwer erträglich und unlösbar wahrgenommen, Partner:innen kommen regelmäßig an ihre Grenzen und reagieren mit depressiven Symptomen oder zeigt andere Zeichen einer massiven Überforderung. Nicht selten wird die Beziehung beendet. Für Angehörige kommt deshalb der Frage „Wie kann ein Miteinander gelingen?“ eine zentrale Bedeutung zu.

Der BApK wird das Thema in zwei Videos näher beleuchten und dabei sowohl die Betroffenen- als auch die Angehörigenperspektive in den Fokus stellen. Das Projekt läuft noch bis Juli 2023.

## 8/ Hilfe für Helfende

### Resilienzangebot für junge Angehörige in der Selbsthilfe



(Bild: WAYHOME studio/Shutterstock.com)

Ein Wochenende einfach mal die Seele baumeln lassen und ausspannen. Neue Kräfte tanken und den Tag genießen.

Mit diesem Projekt hat der BApK die ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen von der jungen Selbsthilfe eine Atempause von ihren vielfältigen Anforderungen verschafft.

Es wurde viel gelacht und ausprobiert. Neue Pläne entwickelt. Und viel, viel, wirklich viel erzählt.

*Das Angebot wurde realisiert mit freundlicher Unterstützung der Salus BKK.*



## 9/ Supervision für Berater:innen am „SeeleFon“



Auch im Jahr 2022 konnten zwei Supervisionen für die Berater:innen des „SeeleFons“ realisiert werden. Der Erfahrungsaustausch und das persönliche Gespräch standen im Mittelpunkt dieser regelmäßig stattfindenden Treffen. Sie gewährleiten das überaus hohe Beratungsniveau und fördern die Selbstachtsamkeit der Beraterinnen und Berater. Moderiert werden die Supervisionen von einer Arbeits- und Organisationspsychologin. Als zusätzliche Unterstützung bestand auch 2022 für die ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen die Möglichkeit, nach besonders belastenden Gesprächen mit einer Psychologin Kontakt aufzunehmen.

## 10/ MUT-TOUR in Bonn

Im Sommer 2022 kam die MUT-TOUR auf ihrer Jubiläumsfahrt *10 Jahre MUT-TOUR* auch in Bonn vorbei. Mitarbeiter:innen des Bundesverbandes nahmen die Aktiven in Empfang und gratulierten.



## 11/ Sommerfest mit dem HfpK



Am 4. September 2022, bei strahlendem Himmel, zwischen Blumen und Kunst im Bonner Katharinenhof, luden der BApK und der Verband Hilfe für psychisch Kranke e. V. zum gemeinsamen Feiern und Gedankenaustausch ein. Anlass war das nachgeholt, vierzigjährige Jubiläum des HfpK, das eigentlich bereits 2020 hätte gefeiert werden sollen.



## **| FINANZEN**

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V. trägt sich durch die kassenübergreifende Gemeinschaftsförderung, krankenkassenindividuelle Selbsthilfeförderung auf Bundesebene, die Förderung von Ministerien, wie z. B. dem Bundesministerium für Gesundheit, durch Stiftungen, Mitgliedsbeiträge, durch den Zweckbetrieb Broschürenverkauf sowie durch Spenden.

Wir wurden geprüft durch

- die von unserer Mitgliederversammlung gewählten Kassenprüfer:innen,
- und jede einzelne fördernde Institution für das jeweils geförderte Projekt.

Weitere Informationen zum Thema Transparenz finden Sie unter:

<https://www.bapk.de/der-bapk/neutralitaet-unabhaengigkeit/finanzen-transparenz.html>

## **| POLITISCHE INTERESSENVERTRETUNG, TAGUNGEN UND KONGRESSE**

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen ist auf verschiedenen Ebenen in unterschiedlichen Gremien aktiv.

**EUFAMI** (European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness) Seit 2018 vertritt das Vorstandsmitglied Dr. Friedrich Leidinger im „Board of Directors“ die politischen Interessen des BApK auf europäischer Ebene.

### **Aktionsbündnis seelische Gesundheit**

Der BApK gehört dem Aktionsbündnis Seelische Gesundheit seit 2006 als Gründungsmitglied an. Inzwischen beteiligen sich rund 100 Bündnismitglieder an dem bundesweiten Netzwerk, darunter Expert:innen aus der Psychiatrie und Gesundheitsförderung, Betroffene und ihre Angehörigen. Gemeinsam setzen sie sich für die Belange von Menschen mit psychischen Erkrankungen und ihren Familien ein. Sowohl in der Steuerungsgruppe des Bündnisses, in den Arbeitsgruppen wie auch bei themenbezogenen Veranstaltungen sind Vertreter:innen des BApK aktiv beteiligt. Der BApK wird durch Dr. Rüdiger Hannig vertreten. Er nimmt das Amt des stellvertretenden Vorsitzenden wahr und leitet den Arbeitskreis für die Grüne Schleife.

### **Gemeinsamer Bundesausschuss (G-BA)**

Dr. Rüdiger Hannig war als Patient:innenvertreter 2022 beim G-BA für die KSVPsych KiJu Richtlinie akkreditiert.

### **Fachausschuss Forensik der DGSP**

Frau Christiane Erbel ist die Vertreterin des BApK im Fachausschuss Forensik der DGSP.

### **Kontaktgespräch Psychiatrie**

Vertreter:innen aller Wohlfahrtsverbände sowie der Patienten- und Angehörigen-Selbsthilfe im Bereich der Psychiatrie treffen sich mindestens zweimal im Jahr, um über Qualitätsfragen und Entwicklungen im Bereich der komplementären psychiatrischen Versorgung wie den assistierten Suizid und die Novellierung des § 64 StGB zu sprechen. Fester Bestandteil ist der Gedenktag zum Thema „Euthanasie in der NS-Zeit“ und die begleitende Tagung in Berlin. Der BApK war auch 2022 sowohl an der konzeptionellen wie auch inhaltlichen Gestaltung maßgeblich beteiligt.

### **Nationale Versorgungsleitlinie Depression**

Die Leitlinie Unipolare Depression wurde von der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) als S3-Leitlinie initiiert und koordiniert: Sie wurde gemeinsam von den beteiligten Organisationen inklusive Bundesärztekammer, Kassenärztlicher Bundesvereinigung, Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften und der DGPPN als kombinierte S3-Leitlinie/ Nationale Versorgungsleitlinie 2022 herausgegeben. Zu den verantwortlichen Organisationen gehörte auch der BApK, vertreten durch das Vorstandsmitglied Karl Heinz Möhrmann.

### **Leitlinien zur Behandlung von Schizophrenie**

Bereits seit 2009 wird die bestehende Leitlinie zur Behandlung von Schizophrenie überarbeitet. Für den BApK wirkten Gabriele Glocker und Karl Heinz Möhrmann mit. Die Leitlinie liegt im Moment zur Freigabe bei der AWMF.

### **S3 Leitlinie „Psychosen mit komorbider substanzbezogener Störung“**

Seit Herbst 2022 wird der BAPK vertreten durch das Vorstandsmitglied Siegfried Haller.

### **Revision der S3-Leitlinie Zwangsstörungen**

Die Revision der S3-Leitlinie Zwangsstörungen wurde 2022 verabschiedet. Der BApK war durch Karl Heinz Möhrmann am Entscheidungsprozess beteiligt.

### **S3 LL – schwere Beeinträchtigung der Persönlichkeitsfunktion**

Kaveh Tarbiat aus dem Landesverband Bayern vertritt hier die Interessen der Angehörigen

### **S3 LL Umgang mit Suizidalität**

Seit Juli 2022 nimmt die stellvertretende Vorsitzende des BApK Heike Petereit-Zipfel an der Überarbeitung der Leitlinie teil.

### **S3 LL Psychosoziale Therapien**

Seit Mai 2022 vertritt Heike Petereit-Zipfel den BApK.

### **Förderkreis Borderline**

Seit September 2022 nimmt die Vorständin Katharina Schäfer an den Treffen des Arbeitskreises teil.

### **Allianz Suizidprävention**

Hier vertritt seit Mai 2022 Heike Petereit-Zipfel den BApK.

### **Arbeitsgemeinschaft „Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern“ des BMFSFJ**

Der Entschließungsantrag des Deutschen Bundestages vom 20. Juni 2017 (BT-Drs. 18/12780) sieht vor, dass die Arbeitsgruppe auf Grundlage einer Analyse des Ist-Zustandes Vorschläge zur Verbesserung der Situation von Kindern und Jugendlichen aus Familien, in denen mindestens ein Elternteil psychisch erkrankt ist, erarbeiten soll. Insgesamt werden drei große Themenfelder diskutiert und bearbeitet: 1. Forschung, 2. „Good Practice“ und 3. Recht. Das Vorstandsmitglied Heike Petereit-Zipfel vertritt den BApK in dieser Arbeitsgemeinschaft.

### **BEMpsy**

Seit Oktober 2020 läuft das Projekt BEMpsy. In dem vom Ausgleichsfonds geförderten Projekt werden digitale Instrumente entwickelt, um das Betriebliche Eingliederungsmanagement im Kontext psychischer Beeinträchtigungen zu professionalisieren. Für den Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen ist Dr. Rüdiger Hannig an der Umsetzung beteiligt, der die Rolle der berufstätigen Angehörigen immer wieder thematisiert.

### **Trialogisches Forum DGPPN**

Das *Trialogische Forum* begleitet die Arbeit der DGPPN durch eine direkte Rückkopplung zu aktuellen Aktivitäten und Themen und tagt mindestens zweimal im Jahr. Zudem sind bei zahlreichen DGPPN-Veranstaltungen sowie auf dem jährlichen DGPPN Kongress Betroffene und Angehörige psychisch erkrankter Menschen aktiv eingebunden und bereichern Symposien, Talkrunden und Informationsveranstaltungen mit ihrer Perspektive. Dr. Rüdiger Hannig vertrat 2022 in seiner Funktion als Vorsitzender die Interessen des BApK.

### **Dialog-Gruppe im Verbändedialog mit dem BMG**

Das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) hat 2019 Vertreter:innen von Verbänden und andere Expert:innen zu einem Dialog über die Weiterentwicklung der Hilfen für psychisch kranke Menschen im Zuständigkeitsbereich des SGB V eingeladen. Ziel ist eine Standortbestimmung, die Verständigung über Entwicklungsbedarfe und die Formulierung von Handlungsempfehlungen. Das Dialogforum hat 2022 seine Empfehlungen beim BMG eingereicht. Der BApK wurde im vergangenen Jahr durch seinen Vorsitzenden Dr. Rüdiger Hannig vertreten.

### **DGPPN-Kongress 2022**

Ob es um Partizipation, Suizidalität oder den Umgang mit psychisch erkrankten Rechtsbrecher:innen geht – in Psychiatrie und Psychotherapie sind die ethischen und rechtlichen Bedingungen des ärztlichen Handelns besonders relevant und offenbar. Die DGPPN stellt sie deshalb auf ihrem Kongress vom 23.–26.11.2022 mit dem Motto „Ethik, Recht und psychische Gesundheit“ in den Mittelpunkt. Der BApK war mit zwei Diskussionsforen vertreten zu „Kreativen Lösungen für Langzeituntergebrachte“ und zum „Crash der Kulturen: Neue Medien und Forensik!“.

### **Jahrestagung der Aktion Psychisch Kranke e. V.**

An dem Fachtag am 7. September 2022 wurden die „Perspektiven der Hilfen für psychisch erkrankte Menschen“ in der neuen Legislatur dargestellt und diskutiert. Im Fokus standen zunächst die im Psychiatriedialog diskutierten Handlungsbedarfe und Zielsetzungen. Am 8. September 2022 fand der Selbsthilfetag statt. Unter dem Thema „Partizipation als gemeinsame Aufgabe im Dialog – Denkanstöße für Teilhabe und Selbstbestimmung“ haben Selbsthilfeorganisationen und -initiativen Beispiele und Konzepte von gelungener und notwendiger Partizipation im Dialog aufgezeigt und diskutiert. Dr. Rüdiger Hannig referierte zusammen mit Frau Dr. Bea zu dem Thema „Partizipation und ihre Bedeutung für Bezugspersonen“.

Parallel zu den Veranstaltungstagen konnte man sich auf einem Markt der Möglichkeiten der Selbsthilfe austauschen und vernetzen, sowie Informationsmaterialien sammeln. Auch der BApK war mit einem Stand vertreten.

### **Deutsches Zentrum für Psychische Gesundheit (DZPG)**

Als Mitglied des BApK ist Dr. Rüdiger Hannig seit Sommer 2021 im Beirat der Charité Berlin des DZPG Mitglied und Angehörigensprecher des dialogischen Zentrumsrates und Angehörigenvertreter im Lenkungsausschuss. Das Zentrum befindet sich in der Gründungsphase. Der BApK tritt für weitreichende Partizipationsmöglichkeiten der Angehörigen an den Entscheidungsprozessen ein und wahrt ihre Interessen während der Findungsphase. Zudem war das Vorstandsmitglied Karl Heinz Möhrmann Mitglied im dialogischen Zentrumsrat.

## | STELLUNGNAHMEN

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V. hat sich auch 2022 zu verschiedenen gesundheitspolitischen Themen geäußert. Hier eine Auswahl der Stellungnahmen.

- Stellungnahme des BApK zur Reform des § 64 StGB
- Zum Beschluss des G-BA vom 2.9.2021 zur KSVPsych-RL
- Forderung nach einer nachhaltigen Infrastruktur für die bio-psychosoziale Kindergesundheitsforschung
- Stellungnahme des BApK zum Koalitionsvertrag der neuen Bundesregierung
- Gemeinsames Positionspapier von elf Bundesverbänden zum Urteil des Bundesverfassungsgerichts über das Verbot der geschäftsmäßigen Förderung der Selbsttötung

Sie finden sie im vollen Wortlaut auf der Homepage des BApK unter folgendem Link:

<http://www.bapk.de/presse/stellungnahmen.html>

## | WEITERE VERBANDSAKTIVITÄTEN

### **Mütterkuren – Einfach mal durchatmen.**

Auch 2022 konnte zum wiederholten Mal in Kooperation mit dem Müttergenesungswerk Württemberg und unserem Landesverband Baden-Württemberg eine Schwerpunktkur für Mütter und Partnerinnen von psychisch erkrankten Menschen in Bad Wurzach angeboten werden.

### **Psychiatrie Verlag und Balance Verlag**

Als Mitgesellschafter ist der BApK seit vielen Jahren dem Verlag eng verbunden und unterstützt sowohl seine inhaltliche als auch die strategische Weiterentwicklung.

### **Psychiatrienetz**

Mit dem PsychiatrieNetz [www.psychiatrie.de](http://www.psychiatrie.de) stellt der BApK gemeinsam mit dem Dachverband Gemeindepsychiatrie und der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie ein einzigartiges Hilfe- und Informationsangebot zum Thema Psychiatrie zur Verfügung. Über 30.000 Menschen besuchen monatlich die von Frau Werum redaktionell verantwortete Plattform, und informieren sich hier über psychische Erkrankungen und weiterführende Hilfen, von Selbsthilfegruppen bis hin Beratungsangeboten.

## **| AUSBLICK**

Die bundesweiten Beratungsangebote SeeleFon, SeeleFon für Flüchtlinge und PEER4U wurden auch 2022 aus Eigenmitteln des BApK finanziert. Das gleiche gilt für die Online-Redaktion *Locating your soul*. Der Bundesverband wird größte Anstrengungen unternehmen, um diese Angebote auch 2023 zur Verfügung stellen zu können.

### **Ausgewählte Projekte und Aktivitäten 2023**

- Unterstützung junger Ehrenamtlicher in der Selbsthilfe
- Die Einsamkeit der Angehörigen. Best Practice Modelle
- Borderline – Hilfe für Angehörige
- Online-Weiterbildungsreihe für Akteur:innen in der Selbsthilfe
- Junge Selbsthilfe on Tour
- Partner:innen psychisch erkrankter Menschen

Bonn, im Februar 2023

Dr. Rüdiger Hannig  
Vorsitzender

Heike Petereit-Zipfel  
stv. Vorsitzende

# | FÖRDERER UND UNTERSTÜTZER

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e. V. bedankt sich bei seinen Partner:innen und Förder:innen für die finanzielle und inhaltliche Unterstützung im Jahr 2022.

- AOK (Eskalationsprävention bei jungen Erwachsenen)
- BARMER (Online-Beratungsangebot für junge Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen)
- BKK (Alternative Finanzmodelle für Verbände)
- BMG (Borderline. Hilfe für Angehörige)
- DAK (Resilienzförderung für Angehörige)
- KKH (Selbstbewusst im Umgang mit den Medien 2)
- SALUS BKK (Hilfe für Helfende)
- TK (Geschwister)
- GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene<sup>1</sup>

Nicht zuletzt bedankt sich der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen bei allen, die durch ihre Expertise, ihre Zeit oder finanzielle Unterstützung eine erfolgreiche Verbandsarbeit erst ermöglicht haben.

---

**1 Der GKV – Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe – Bund gehören an:**

**Verband der Ersatzkassen (vdek), Berlin**

**AOK-Bundesverband GbR, Bonn**

**BKK Dachverband e. V., Berlin**

**IKK e. V., Berlin**

**Knappschaft, Bochum**

**Spitzenverband der landwirtschaftlichen Sozialversicherung, Kassel**