Schwere Beeinträchtigung der Persönlichkeitsfunktionen - Was ist das und wie kann man das behandeln?

Was sind Persönlichkeitsfunktionen?

Persönlichkeitsfunktionen sind Fähigkeiten, die zur Bewältigung des Lebens wichtig sind, sowohl im Umgang mit anderen Menschen als auch im Umgang mit sich selbst. Dazu gehören:

Identität:
Das heißt, dass man ein sicheres Gefühl dafür hat, wer und was man ist.

Selbststeuerung:
Das bedeutet, dass man Gefühle von Trauer, Ärger usw. so handhaben kann, dass man nicht ungewollt von ihnen völlig überschwemmt wird.

Empathie:
Darunter versteht man die Fähigkeit, sich in andere Menschen einfühlen zu können.

Nähe:
Diese Fähigkeit beschreibt, wie gut man in der Lage ist, sich Anderen anzuvertrauen.

Menschen können hinsichtlich dieser Fähigkeiten vorübergehend oder dauerhaft schwer oder sogar extrem beeinträchtigt sein. Bei vielen psychischen Erkrankungen spielt eine solche dauerhafte Beeinträchtigung eine Rolle. Man kann diese Beeinträchtigungen aber behandeln.

Für **Menschen mit schweren Beeinträchtigungen der Persönlichkeitsfunktionen** wurde deshalb eine **Leitlinie** erarbeitet, die Ärzt:innen und Therapeut:innen bei der Behandlung hilft. Hier möchten wir Ihnen die wichtigsten Punkte dieser Leitlinie vorstellen.

Wie kann man eine schwere Beeinträchtigung von Persönlichkeitsfunktionen feststellen?

Mit Diagnostikmethoden, die auf der Idee der „Level of Personality Functioning Scale“ basieren, können Ärzt:innen und Therapeut:innen das Ausmaß der Beeinträchtigungen der Persönlichkeitsfunktionen einer Person einschätzen. Dies kann in Gesprächen erfolgen, in denen gemeinsam über Themen gesprochen wird, die auf solche Beeinträchtigungen hinweisen könnten. Um einen ersten Eindruck von möglichen Beeinträchtigungen der Persönlichkeitsfunktionen zu erhalten, können auch Fragebögen zum Selbstausfüllen eingesetzt werden. Das Ziel der Diagnostik ist es, das genaue Ausmaß der Beeinträchtigungen der Persönlichkeitsfunktionen einzuschätzen, anstatt nur zwischen "beeinträchtigt" und "nicht beeinträchtigt" zu unterscheiden.

Was ist die Grundlage für Ihre Behandlung?

Grundlegend für die Behandlung ist, dass Sie **psychisch gestärkt** werden.

Alle Entscheidungen in Ihrer Behandlung sollten zusammen mit Ihnen getroffen werden, sofern Sie das möchten; man nennt das „**Partizipative Entscheidungsfindung**“.

Auch **Selbsthilfe** und **Selbsthilfegruppen** können sehr hilfreich sein, da sie Sie stärken und das Verständnis und den Umgang mit der Erkrankung verbessern können.

Ebenfalls kann **Unterstützung durch andere Betroffene** (Peer-Support) eine wichtige Rolle spielen. Ihre Ärztin oder Ihr Therapeut kann Ihnen dabei helfen, andere Betroffene kennenzulernen, die Sie unterstützen können.

Was passiert in der Behandlung?

Für die Verbesserung Ihres Befindens ist **ambulante Psychotherapie** empfehlenswert. In der Regel sind längere Therapien und ausreichend häufige Gespräche (zum Beispiel auch mehrmals pro Woche) notwendig. Diese Therapie kann als Einzel- oder Gruppentherapie stattfinden.

Eine **stationäre Behandlung** oder eine Behandlung in einer **Tagesklinik** kann sinnvoll sein, wenn eine ambulante Behandlung nicht ausreicht.

Ambulante und stationäre Behandlungen sollten abgestimmt, ambulante Behandlungen **koordiniert** werden. Die Koordination der Behandlung sollte durch Personen erfolgen, die regelmäßig mit Ihnen in im Rahmen der Behandlung in Kontakt stehen.

Es ist wichtig, dass Sie mit Ihren Therapeut:innen eine **stabile, tragfähige Beziehung** aufbauen können, da diese wesentlich für den Behandlungserfolg ist. Therapeut:innen sollten in der Lage sein, kleine Fortschritte bei Ihnen zu erkennen und zu würdigen, emotional auf Sie einzugehen und regelmäßig mit Ihnen über den Fortschritt der Therapie nachzudenken. Eine kontinuierliche Betreuung in Ihrem Lebensumfeld ist meistens hilfreich. Behandlungseinrichtungen sollten weitere Erkrankungen von Ihnen und mögliche soziale Beeinträchtigungen berücksichtigen, sodass Sie nicht immer wieder die Ärztin oder den Therapeuten wechseln müssen. Manchmal kann eine stationäre oder teilstationäre Behandlung sinnvoll sein. Dabei sollten beim Übergang in die ambulante Versorgung keine Behandlungslücken entstehen.

Ihre Therapeut:innen sollten sich **regelmäßig untereinander austauschen**, denn das hilft dabei, Ihre Therapie zu verbessern. Die Therapeut:innen müssen auch **sehr gut ausgebildet** sein.

In bestimmten Fällen kann es nötig sein, dass Therapeut:innen Sie zuhause aufsuchen. Dann sollten diese respektvoll und offen für Ihre Situation sein.

Die **Einbeziehung von Zugehörigen** (Freunden oder Angehörigen) in den Therapieprozess sollten von den Therapeut:innen gefördert werden, wenn das in Ihrem Sinne ist, und die Anliegen aller Beteiligten wertschätzend behandelt werden.

Ambulante psychiatrische Pflege kann Ihnen in Krisenzeiten und bei der Krankheitsbewältigung helfen.

Damit Sie am **Arbeitsleben** teilhaben können, sollten Ihnen Programme wie „Supported Employment“ und trainierende Interventionen angeboten werden. Eine frühzeitige, passgenaue berufliche Ausbildung und Rehabilitation sind wichtig für viele Patient:innen.

Informationen über Ihre Beeinträchtigung (Psychoedukation) sollten für Sie gut nachvollziehbar sein. Sie sollten dabei die Möglichkeit haben, Rückfragen zu stellen.

Künstlerische Therapien, Ergotherapie sowie **Sport- und Bewegungstherapie** sollten Ihnen angeboten werden, wenn Sie das wünschen. Sie sollten zu körperlichen Gesundheits- und Krankheitsrisiken beraten werden und man sollte Ihnen erklären, was Sie für Ihre psychische und körperliche Gesundheit tun können.

Ein spezifischer **Behandlungsvertrag** kann im Rahmen von Psychotherapien hilfreich sein.

Die **langjährige Begleitung durch Ihren Hausarzt oder Ihre Hausärztin** ist ein wichtiger Bestandteil der Behandlung. Ein gutes Verhältnis zwischen Ihnen ist wichtig. Die Hausärzt:innen sollten sich mit Beeinträchtigungen der Persönlichkeitsfunktionen auskennen und damit umgehen können, sie müssen dazu entsprechend ausgebildet werden; sie brauchen außerdem ein gutes Netzwerk mit anderen Personen, die Sie behandeln.

Ob **Medikamente** Ihnen helfen können oder nicht, ist noch nicht sicher. Dazu muss noch mehr wissenschaftlich geforscht werden.

Mehr Informationen

I. Quellen, Methodik und Links

Diese Information beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen der S3-Leitlinie „Diagnostik, Therapie und Rehabilitation von Patientinnen und Patienten mit schwerer Beeinträchtigung der Persönlichkeitsfunktionen.“ Diese Leitlinie wurde von der Deutschen Gesellschaft für Psychoanalyse, Psychotherapie, Psychosomatik und Tiefenpsychologie e. V. auf den Weg gebracht und von der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften angeleitet.

Insgesamt haben 33 Fachgesellschaften an dieser Leitlinie mitgearbeitet.

Weitere Informationen:

➜ https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/134-001 [hier der Link zur Patienten-LL]

II. Kontakt Selbsthilfe

Wo Sie eine Selbsthilfeorganisation in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen):

➜ www.nakos.de, Telefon: 030 3101 8960

Für Angehörige:

➜https://www.bapk.de/angebote/selbsthilfenetz-psychiatrie/suche-angehoerigengruppen-deutschland-text.html