

## Die Themen auf einen Blick

Die Leitlinie greift das gesamte Themenspektrum der psychosozialen Therapien bei schweren psychischen Erkrankungen auf.

### Einzelinterventionen

- Ergotherapie (★★)
- Künstlerische Therapien (★★)
- Psychoedukation mit Einbezug von Angehörigen (★★★)
- Training sozialer Kompetenzen (★★★)
- Bewegungs- und Sporttherapien (★★)
- Gesundheitsfördernde Interventionen (★★★)

### Systeminterventionen

- Multiprofessionelle gemeindepsychiatrische teambasierte Behandlung (★★★)
- Aufsuchende gemeindepsychiatrische teambasierte Behandlung (★★★)
- Case Management (★★)
- Arbeitsrehabilitation (★★/★★★)
- Wohnangebote mit mobiler Unterstützung (★★★)

### Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige

- Selbstmanagement (E)
- Mediengestützte Edukation und Selbsthilfe (E)
- Selbsthilfegruppen (E)
- Experten aus Erfahrung (★★)

### Wegweiser durch das Behandlungs- und Versorgungssystem

### Was Angehörige wissen sollten

### Hilfen für Kinder psychisch kranker Eltern

## Weiterführende Informationen

Gedruckt oder digital: Die Leitlinie sowie ergänzendes Wissen ist frei zugänglich.

- Alle Versionen der Leitlinie in digitaler Form: [www.dgppn.de](http://www.dgppn.de) > Leitlinien
- Ausführliche Langversion mit kompletten Quellenangaben: ISBN 978-3-662-58283-1
- Patientenversion mit Wegweiserfunktion durch das deutsche Behandlungs- und Versorgungssystem: ISBN 978-3-662-58739-3
- Wissensplattform mit aktuellen Daten: [www.thera-part.de](http://www.thera-part.de)

### Hinweis

Leitlinien sind systematisch entwickelte Entscheidungshilfen über angemessene Vorgehensweisen bei medizinischen Problemstellungen. Sie lassen den Behandlern einen Entscheidungsspielraum, von denen in begründeten Einzelfällen auch abgewichen werden kann.

### Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e.V.

### DGPPN-Geschäftsstelle

Reinhardtstraße 29 | 10117 Berlin  
Tel 030.2404 772-0  
[sekretariat@dgppn.de](mailto:sekretariat@dgppn.de)  
[www.dgppn.de](http://www.dgppn.de)

# Psychosoziale Therapien bei schweren psychischen Erkrankungen

Alle Infos auf einen Klick  
[thera-part.de](http://thera-part.de)



Titelfoto: istockphoto (Creativemarc)

## An wen richtet sich diese Information?

Diese Patienteninformation richtet sich an Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen und deren Angehörige. Sie möchte Menschen mit verschiedenen psychischen Erkrankungen erreichen, zum Beispiel Menschen mit:

- einer Schizophrenie oder einer anderen psychotischen Erkrankung,
- schweren affektiven Störungen wie einer Depression oder bipolaren Störung,
- einer schweren Angst- oder Zwangsstörung oder
- einer schweren Persönlichkeitsstörung

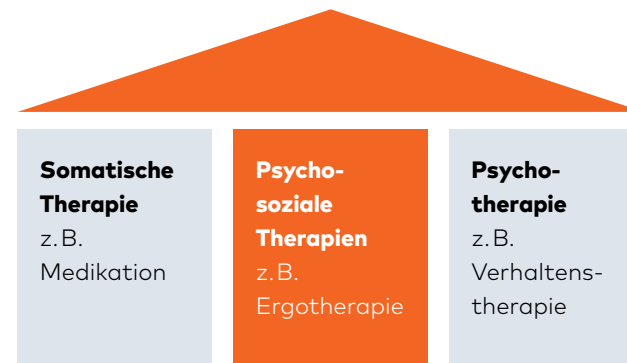
Angesprochen sind Menschen, die bereits über längere Zeit erkrankt sind und die durch die Erkrankung neben starken psychischen Beschwerden erhebliche Einschnitte in ihren Lebensalltag erleben, zum Beispiel in der Familie, in der Ausbildung, im Beruf, in der Freizeit und in der Teilhabe am sozialen Leben.

» Es geht nicht nur um die Verbesserung von Symptomen, sondern vielmehr um eine Verbesserung von Lebensqualität.«

## Um welche Behandlungen geht es?

Diese Patienteninformation weist auf wichtige psychosoziale Therapien hin, deren Wirksamkeit bei der Behandlung von Menschen mit schweren psychischen Erkrankungen untersucht wurde. Diese Therapien zielen hauptsächlich darauf ab, die persönlichen Möglichkeiten der Betroffenen, in ihrer eigenen Umgebung zu leben und am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben, zu verbessern. Dies wird entweder durch eine Gestaltung der Umgebungsbedingungen erreicht oder dadurch, dass Fertigkeiten im Umgang mit sich selbst und Anderen in den verschiedenen Lebensbereichen erweitert werden.

Psychosoziale Therapien zielen nicht allein auf eine Symptomverbesserung ab, sondern vielmehr darauf, die Betroffenen so zu unterstützen und zu stärken, dass sie sich in ihrem Leben und ihrer Umwelt wieder eigenständiger, sicherer und zielgerichteter bewegen können und damit mehr Lebensqualität erlangen.



Psychosoziale Therapien sind eine wichtige Säule in der Behandlung psychischer Störungen.

## Hintergrund der Leitlinie

Grundlage für diese Patienteninformation ist das erste Update der **S3-Leitlinie Psychosoziale Therapien bei schweren psychischen Erkrankungen**. Die in dieser Leitlinie formulierten Handlungsempfehlungen beruhen auf dem besten derzeit verfügbaren medizinischen Wissen. Zahlreiche Fachgesellschaften, Arbeitsgemeinschaften und Berufsverbände haben diese Leitlinie in Übereinstimmung verabschiedet.

### Empfehlungsstärken

Unter den verschiedenen psychosozialen Therapien finden sich wissenschaftlich gut abgesicherte Behandlungsmöglichkeiten und andere, für deren Wirksamkeit es bisher nur eingeschränkte oder wenige wissenschaftliche Belege gibt:

Behandlungsmöglichkeiten mit

- starker Empfehlung (★★★)
- abgeschwächter Empfehlung (★★)
- Expertenkonsens (E)

Eine starke Empfehlung bedeutet, dass die Therapie empfohlen wird und die Mehrheit der Patienten diese Therapie erhalten sollte. Ein Teil der Patienten sollte die Behandlung bei Vorliegen einer abgeschwächten Empfehlung nach Abwägung von Vor- und Nachteilen erhalten. Ein Expertenkonsens beruht auf einer breiten Übereinstimmung von Experten. Studien in diesen Bereichen liegen kaum vor.