

# RECOVERY

## Wiederherstellung des gesundheitlichen Zustands nach psychischen Erschütterungen/Störungen

- **Gesundung ist auch bei schweren psychischen Störungen möglich!**

Mit Gesundung ist gemeint, dass die Störung **ganz abklingt** oder die Betroffenen **gut mit ihr leben** können. Gesundung ist auch **nach längerer Zeit** möglich.

- **Ohne Hoffnung geht es nicht!**

Hoffnung auf eine **positive Entwicklung** ist ein zentraler Faktor, der darüber entscheidet, ob Gesundungsprozesse in Gang kommen. Neben der Hoffnung der Betroffenen ist auch die **der Angehörigen und der Fachpersonen** zentral.

- **Jeder Genesungsweg ist anders!**

Verschiedene Menschen brauchen **unterschiedlich viel Zeit** für die Genesung. Jeder Mensch muss **seinen eigenen Weg** finden.

- **Gesundung ist kein linearer Prozess!**

Sie ist **nicht systematisch und planbar**, vielmehr kann es **plötzliche positive Veränderungen** geben, aber auch **Stillstand** und **Rückschritte** sind möglich.

- **Gesundung geschieht, auch wenn Symptome fortbestehen oder Krisen auftreten!**

Gesundung bedeutet **nicht** zwangsläufig **vollkommene Symptom- und Krisenfreiheit**. Krisen und Symptome treten aber **seltener** auf und **sind weniger belastend**.

- **Krankheit und Gesundung verändern den Menschen!**

Durch die seelische Erschütterung **verändert** sich der Betroffene. **Gesundung bedeutet nicht, wieder genau so wie vor der Erkrankung zu sein.**

- **Gesundung ist mit, ohne oder trotz professioneller Hilfe möglich**

**Fachliche Unterstützung** ist nur **ein Faktor** unter vielen, der Gesundung fördern kann. **Medikamente** sind ein **weiterer Faktor**. **Der wichtigste jedoch bist du! Wenn du gesund werden willst, dann schaffst du es leichter!**



**<omnibus>**  
...für seelische Gesundung

Beratungsstelle «omnibus»  
Anton-Schneider-Straße 21  
6900 Bregenz

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr.  
von 09:00 bis 13:00

Tel: 05574-54695  
Mobil: 0664-444 6379  
Fax: 05574-54695-5  
omnibus.beratung@vol.at  
www.verein-omnibus.org  
ZVR 55 69 76 06 9