

## **Zum Internationalen Tag der psychischen Gesundheit vom 10. Oktober 2022:**

### **Gemeinsame Erklärung von Organisationen und Verbänden, die Menschen mit psychischen Leiden unterstützen und begleiten**

Die VASK Schweiz ist der Dachverband von neun regionalen Vereinigungen. Allesamt sind sie Organisationen der freiwilligen Selbsthilfe. Die VASK Schweiz hat untenstehende Erklärung 52 Organisationen vorgelegt mit der Bitte diese mitzutragen. Zu diesem Schritt haben sich diese neun entschlossen:

- Angst- und Panikhilfe Schweiz
- Equilibrium Verein zur Bewältigung von Depressionen
- Ex-In Schweiz – Experten durch Erfahrung
- Fachverband der Expertinnen und Experten durch Erfahrung in psychischer Erschütterung und Genesung
- Madnesst – Netzwerk von Mental-Health-Aktivist\*Innen
- p-art – Branchenverband für Dienstleister für Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung
- Schweizerischer Berufsverband für angewandte Psychologie
- Schweizerische Gesellschaft für Sozialpsychiatrie (SGSP)
- Selbsthilfe Schweiz

---

### **Es ist Zeit für eine wirkungsvolle, menschlichere Versorgung**

Die Welt begeht jeweils am 12. Oktober den Tag der psychischen Gesundheit. Damit rücken Menschen ins Zentrum, die mit ungeheuren Herausforderungen ihr Leben meistern müssen. Und das sind in unserem Land nicht wenige: Berichte zeigen, dass rund 50 Prozent der Menschen mindestens einmal in ihrem Leben psychisch so in die Not geraten, dass sie Hilfe benötigen. Es ist auch bekannt, dass angesichts der hohen Anzahl an psychisch erkrankten Menschen nicht genug und auch nicht die geeigneten Hilfsangebote zur Verfügung stehen. Eigentlich eine Situation, die wir nicht hinnehmen können. Lücken und Mängel im Psychiatrie-System hatte bereits 2012 der Bericht «Zukunft Psychiatrie» des Bundesamtes für Gesundheit offengelegt. Der Blick zurück zeigt eine beeindruckende Liste – so wurde damals festgestellt:

- Die grössten Versorgungslücken bestehen im stationären Bereich der Kinder- und Jugendpsychiatrie.
- Erhebliche Versorgungslücken werden auch bei den Tageskliniken, den psychiatrischen Arztpraxen, in der ambulanten Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie den allgemeinen ambulanten Angeboten (psychiatrische Spitex, Ambulatorien, Sprechstunden) verortet.
- Das aktuelle Finanzierungssystem führt zu Fehlanreizen und dadurch wird die stationäre Behandlung begünstigt.
- Wegweisende und zielführende Empfehlungen für eine patientenzentrierte psychiatrische Versorgung sind vorhanden. Dem teilstationären Bereich ist mehr Beachtung zu schenken.
- Die gesetzlichen Grundlagen der Sozialversicherungssysteme sind zu vereinheitlichen und Anreize zu schaffen, um diversifizierte ambulante und stationäre Angebote zu etablieren und eine gemeindenahere, patientenzentrierte Psychiatrie aufzubauen.

Heute, zehn Jahre danach, müssen wir ernüchert feststellen, dass die empfohlenen Massnahmen kaum umgesetzt wurden. Die Leidtragenden sind die Betroffenen, denen in unserem Land nicht die bestmöglichen Betreuungsangebote und Genesungswege zur Verfügung stehen. Das ist bedauerlich – und ein Weckruf. Nach Schuldigen zu suchen, ist jedoch keine Lösung. Am internationalen Tag der psychischen Gesundheit sind Politik und Gesellschaft sowie die Institutionen und Organisationen aus den Bereichen Psychiatrie und psychosozialer Versorgung (damit gemeint sind Krisenintervention, aufsuchende Hilfe, Beratung, Begleitung, Wohnen, Beschäftigung, Spitex) wie auch niederschwellige Kontakte (wie z.B. Tel143, Tel147 und Diakonie) aufgerufen, alle ihnen zur Verfügung stehenden Kräfte zu mobilisieren, um gemeinsam die schon vor zehn Jahren geforderten Massnahmen endlich auf den Weg zu bringen. Ziel muss sein, in absehbarer Zeit eine zukunftsgerichtete Versorgung für Menschen mit psychischen Leiden zu etablieren.

Wie eine solche menschenorientierte Psychiatrie aussehen kann, ist anhand von Beispielen im In- und Ausland auszumachen. Dabei hat sich gezeigt, dass die Behandlung wirkungsvoll und nachhaltig ist, wenn sie im sozialen Umfeld der Betroffenen (= aufsuchende Hilfe) und in enger Zusammenarbeit mit den Angehörigen erfolgt. Das geschieht in der Überzeugung, dass psychische Krankheiten hauptsächlich verursacht werden durch in den Lebenswelten der Betroffenen erlittenen Frustrationen, Verlusten und seelischen Verletzungen. Es ist ein Gebot der Menschlichkeit, einer solchen Psychiatrie den Boden zu bereiten und diese umzusetzen.

### **Stigma – die zweite Krankheit**

Unsere Gesellschaft stigmatisiert psychisch Erkrankte nach wie vor. So ergab die Gesundheitsstudie 2020 der CSS-Krankenkasse, dass 61 % der Befragten der Meinung sind, dass psychische Erkrankungen zu denjenigen gehören, die auf wenig gesellschaftliches Verständnis stossen. Diese öffentliche Stigmatisierung ist oft der Anfang von sozialer Ausgrenzung. Ein soziales Stigma ist eine Art «Brandmal», eine Auffälligkeit, ein Anderssein, ein Abweichen von der Norm, das mit einer Abwertung verbunden ist. Betroffene leiden dadurch unter geringerer sozialer Unterstützung und unter Einsamkeitsgefühlen, also einer zweiten Krankheit. Leider ist Entstigmatisierung nicht so leicht zu erreichen. Auf dem Weg dorthin ist der Einbezug des sozialen Umfeldes in die Behandlung der Königsweg. Wenn es gelingt, die sozialen Ursachen zu erkennen, die hinter einer psychischen Erkrankung stecken

und wenn daraus die richtigen Massnahmen zur Behandlung abgeleitet werden, ist ein erster wichtiger Schritt getan. Ein Schritt, der auf das ganze soziale Umfeld einer betroffenen Familie entstigmatisierend wirkt.

### **Zwangsmassnahmen statt Beziehung und Zuwendung**

In der Psychiatrie werden bei der Behandlung immer noch Zwangsmassnahmen angewendet. Wir sprechen hier von fürsorgerischer Unterbringung, bewegungseinschränkenden Massnahmen oder Behandlungen ohne Zustimmung, die mit Verfahren erfolgen, die auf chemischen oder mechanischen Zwangsmitteln beruhen. Diesen Umstand hat der mit der diesjährigen Überprüfung der Umsetzung der Behindertenrechtskonvention in der Schweiz beauftragte UN-Ausschuss in seinem Bericht mit Besorgnis zur Kenntnis genommen. Zudem sind zwangsweise durchgeführte medikamentöse Behandlungen meist mit Einschüchterungen verbunden.

Im Jahr 2018 waren 10.4 % aller behandelten Fälle in schweizerischen Kliniken von einer oder mehreren Massnahmen betroffen, die gegen den eigenen Willen erfolgten. Dabei ist erwiesen, dass Zwangsmassnahmen antitherapeutisch wirken und sich weitgehend reduzieren oder vermeiden liessen. Dazu bedürfte es mehr Zeit für die Beziehungsaufnahme zu Patientinnen und Patienten - besonders zu denjenigen, die in grosse Not und Aufruhr geraten sind. Und es bräuchte eine neue Behandlungskultur mit offenen Türen, verbunden mit der Einsicht, dass Psychiatrie in erster Linie eine Beziehungsmedizin sein muss. Leider lässt sich das nicht realisieren in den bestehenden Verhältnissen, in denen die klassische, aus den Nähten platzende Klinikpsychiatrie das vorherrschende Modell ist und die meisten Ressourcen bindet. Ressourcen, die dann für eine beziehungsorientierte Psychiatrie fehlen.

### **Aufbruch in eine neue Ära der Psychiatrie**

Lücken und Mängel in der Versorgung von Menschen mit psychischen Leiden sind also bekannt. Bekannt sind auch mögliche Wege, um diese zu beheben. Wie eingangs erwähnt, hat bereits vor zehn Jahren die Politik einen Bericht erstellt mit zahlreichen Hinweisen auf vorhandene Mängel und Massnahmen zu deren Behebung. Bis heute ist nur wenig davon behoben oder umgesetzt worden.

Wir stehen in unserem Land in der Verantwortung dafür, dass auch für die psychisch kranken und behinderten Menschen die Gesundheitsversorgung im Sinne des Gleichheitsartikels der Bundesverfassung sichergestellt wird. Den körperlich Kranken steht ein hochentwickeltes Gesundheitssystem zur Verfügung. Jetzt ist es an der Zeit, den psychisch kranken Menschen ein ähnlich wirkungsvolles Netz an professionellen Hilfestellungen bereit zu stellen. Auf dass es bald immer weniger Patientinnen und Patienten gibt, denen eine menschenorientierte Behandlung vorenthalten bleibt und die unter gravierenden Spätfolgen einer jahrelangen Behandlung mit Psychopharmaka zu leiden haben. Es ist Zeit für den Aufbruch der Psychiatrie in eine neue Ära, in der eine respektvolle Praxis, ein niederschwelliger Zugang und menschlichere Behandlung Alltag sind.