

# Wie Angehörige von Patienten die Psychiatrie wirksamer machen

Die Fallzahlen in der Psychiatrie steigen, entsprechend nehmen auch die Probleme zu. Höchste Zeit, die Angehörigen von betroffenen Menschen als Teil der Lösung zu sehen, **findet Christian Pfister**

Die Geschichten der Menschen mit psychischen Erkrankungen sind bewegend. Es ist nur schwer vorstellbar, was die Betroffenen leisten, um den Alltag zu bewältigen. Sie erleben einen Höllenritt durch seelische Krisen, soziale Isolation und Stigmatisierung. Kurzum: Die Patienten finden sich immer wieder in unvorstellbar prekären Lebensumständen. Die Not, die damit einhergeht, bringt auch ihre Angehörigen und Vertrauenspersonen an Grenzen. Wer so nahe an den existenziellen Stürmen seiner Lieben lebt, hat einen geschärften Blick auf das System. Und dieses befindet sich selbst in der Krise.

Umso mehr sind Angehörige und Vertrauenspersonen von Menschen mit psychischen Erkrankungen systemrelevant. Warum das so ist, ist einfach zu erklären: Was das System nicht oder nur bruchstückhaft zu tragen vermag, landet letztlich auf den Schultern von Vertrauten, Eltern, Geschwistern, Partnerinnen und Partnern. Dennoch wird diese Perspektive oft ausgeblendet. Die Stimme der Angehörigen bleibt auch von den Profis im System häufig ungehört. Diese Stille aber ist trügerisch.

«Sometimes the silence can be like thunder», heisst es bei Bob Dylan in einem Song: Manchmal kann die Stille wie ein Donner sein. Keine Frage, die Stille rund um die Angehörigenarbeit birgt Blitz, Donner und ab und zu auch ein Erdbeben. Es würde sich lohnen, dem mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Natürlich gibt es viele Gründe, den Fachkräften und Institutionen in der psychiatrischen Versorgung dankbar zu sein. Sie nehmen ihre Aufgabe mit Hingabe wahr. Aber ohne die Betreuungsarbeit von Angehörigen und Vertrauenspersonen würde das System kollabieren, und das Leid der Betroffenen wäre noch grösser. Angehörige und Vertrauenspersonen kennen keinen Dienst nach Vorschrift, keine professionelle Distanz, keine sogenannten medizinischen Lösungen - meist sind sie

die einzigen Wegbegleiter und Wegbegleiterinnen, die den Betroffenen auch im grössten Chaos zur Seite stehen. Komme, was da wolle. Das ist auch volkswirtschaftlich von Gewicht: Angehörige leisten jährlich gratis Betreuungsarbeit in Milliardenhöhe und entlasten so unsere Gesellschaft massiv.

Die Belastung der Angehörigen sowie der Fachleute wird in den kommenden Jahren zunehmen. Denn die Psychiatrie ist am Limit. Indizien dafür sind der Pflegenotstand und Fachkräftemangel, stark wachsende Zahlen in der Jugendpsychiatrie, fehlende Plätze und Angebote im stationären und ambulanten Bereich, eine markante Zunahme der Zwangsmassnahmen und ein steigender Kostendruck, um nur einige Herausforderungen zu nennen.

Allein die Situation in der Jugendpsychiatrie gibt zu grossen Sorgen Anlass. Die steigende Zahl an jungen Menschen in seelischer Not kontrastiert mit einem System, das nicht

adäquat reagieren kann. Die Wartezeiten für Jugendliche, um wirksame Hilfe zu bekommen, sind besorgniserregend.

Heute ist die psychiatrische Versorgung überwiegend auf Symptombekämpfung und Akutpsychiatrie kalibriert. Eine nachhaltig ganzheitliche Begleitung der Betroffenen gibt es kaum. Es fehlt eine umfassende Systematik, wie man die unterschiedlichen Herausforderungen und Bedürfnisse der Betroffenen adressiert. Zugegeben: Dafür gibt es keine einfachen Lösungen. Und doch: Für eine wirksamere Psychiatrie braucht es mehr ambulante, psychosoziale Angebote. Und es braucht den Miteinbezug der Angehörigen. Die Fokussierung der Ressourcen auf Klinikstrukturen und Notfallpsychiatrie führt in eine Sackgasse. Klinik und Notfallpsychiatrie stehen für Betroffene wie Angehörige immer am traurigen Ende eines Weges - eines Weges der verpassten Chancen, die Akutkrise abzuwenden. Dabei wird ausser acht gelassen, dass ein eigenständiges Leben für Betroffene zu weiten Teilen von psychosozialen Faktoren abhängt.

Kurz: Es braucht ein gemeinsames Grundverständnis aller Akteure in der psychiatrischen Versorgung. Wir haben in unserem Land hervorragende Fachleute in der Pflege, im psychologischen, psychiatrischen sowie sozialen Fach. Wir verfügen über Ressourcen und den Anspruch, die Dinge gut zu machen. Wir müssen darum alles, was wir haben, in die Waagschale werfen, um die Versorgungskrise für Menschen in psychischen Krisen abzuwenden. Wegschauen oder Kleinreden befeuert die Not von Betroffenen wie Angehörigen. Unsere Betroffenen sind weit mehr als ihre Diagnose - eine konsequente Ausrichtung auf ihre Ressourcen und ihre Persönlichkeit birgt grosse Chancen. Dies sollten wir uns als Gesellschaft zunutze machen.

Es ist Zeit, in der Stille der Angehörigen Blitz und Donner zu erkennen. Und ihnen zuzuhören.

## Christian Pfister



Christian Pfister, 63, ist Co-Präsident von Stand by You Schweiz, der Dachorganisation der Angehörigen und Vertrauten von Menschen mit psychischen Erkrankungen. Bis Anfang 2023 war er Kommunikationschef der Swiss Life - neben seiner Freiwilligenarbeit für die Angehörigenbewegung ist Pfister als selbständiger Berater tätig.