

Wie viel «Gaga-Sein» ist normal?

Gampelen Fünf Fachleute haben sich an der Tagung im Tannenhof zum Thema «Vormarsch der psychischen Krankheiten» geäußert.

«Depression, Burnout und Stress nehmen markant zu.» Solche Meldungen in Medien und Fachpresse lassen aufhorchen. Psychische Störungen und deren Folgen gehören zu den häufigsten Behandlungen im Krankenhaus, häufiger als Herzinfarkt, Schlaganfall oder

Rückenschmerzen. Man fragt sich: Ist unsere Gesellschaft «gestört»? Sind wir alle gaga?

Richard Märk, Gesamtleiter Tannenhof, hinterfragt in der 18. Fachtagung solche Meldungen. Kompetente Antworten oder begründete Sichtweisen erwarten die zahlreich anwesenden Heimleiter, Sozialpädagogen und Gemeinderäte aus Ins und umliegenden Dörfern.

Krankheit beginnt im Kopf

Andreas Daurù, Mitglied der Geschäftsleitung bei der Stiftung pro mente sana bestätigt, dass Statis-

tiken eine Zunahme der psychischen Krankheiten zu belegen scheinen. Die Anzahl Personen, die sich nie deprimiert fühlen, nehme ständig ab. Bis 2020 werde die Depression eine der häufigsten Krankheiten sein. Als wichtige Gegenmassnahme empfiehlt Daurù: «Achtsamer für- und zueinander und zu sich selbst sein.»

Paul Rhyn vom Verband Schweizer Krankenversicherer (santésuisse) sagt: «Das Zusammenwirken von Psyche und Körper ist unbestritten.» Anders gesagt: Krankheit beginnt im Kopf. Die Schweiz habe die höchste

Dichte an psychiatrischen Fachärzten, sagt Rhyn. Man glaubt, mit Medikamenten alles im Griff zu haben, dabei vermissen Menschen mit Depressionen schlicht eine Vertrauensperson.

Manfred Stuber, Direktor Massnahmenzentrum St. Johannsen, betont: «Unsere Bewohner stehen am Rand der Gesellschaft, denn wir kämpfen mit Persönlichkeitsstörungen und Kriminalität.» Das Ziel der Psychotherapie ist zwar, normal zu funktionieren – doch was heisst schon normal? Laut Freud ist es die Wiederherstellung der Liebes-

und Arbeitsfähigkeit. Viele Menschen leben in permanenter Angst: den Kürzeren zu ziehen, vor Armut, vor Konkurrenz. Früher waren Lebenswege vorgegeben, heute muss man sich ständig entscheiden. Bei jeder Weggabelung kämpft man darum, nicht zu den Verlierern zu gehören.

Allein mit dem Burnout

Thomas Knapp, einst Journalist, heute Autor und Verleger, arbeitete nahezu zwanzig Jahre auf verschiedenen Zeitungsredaktionen, bis er in einen Burnout, abdriftet. «Die Aufforderung, sich zusammenzureissen, hilft nichts.» Auch Ferien sind keine Erholung, sondern qualender Unterbruch von der Arbeit. Schlaflosigkeit führt zu Tabletten und Alkohol. «Ich war rundum beschäftigt meine Angst und Schwächen zu vertuschen und mich zu rechtfertigen.» Knapp kämpfte über ein Jahr gegen die Depression. «Heute arbeite ich nicht weniger, aber anders.»

Richard Märk schloss die Tagung mit der Aufforderung: «Je mehr wir unsere Defizite akzeptieren, umso mehr wächst das Verständnis für Menschen die «gaga» sind.» *Tildy Schmid*

Die meisten sind einfach normal

Mario Etzensberger, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie hinterfragt Statistiken, zerpflückt Meinungen und angebliche Wahrheiten. «Solange Sie einem Modetrend nachgehen, sind sie gesund, denn echt Kranke können nicht wählen», geißelt er den Modetrend, psychisch zu leiden, um zu zeigen wie beschäftigt man sei.

Traurig-sein unterscheidet er von einer Depression. «Trauer ist keine Krankheit, doch wer nicht trauern kann, der ist krank.» Der Kostenanteil psychischer Störungen beträgt bei den Krankenversicherern rund 9 Prozent (1,35 Mia Franken). Wenig, verglichen mit Behandlungskosten für Unfälle im Zusammenhang mit Wandern, Bergsteigen oder Skifahren, die mit über zwei Mia. Franken zu Buche schlagen.

Die meisten Menschen sind ganz einfach normal. Über 70 Prozent der Bevölkerung sind zufrieden mit ihrem Leben. Psychische Störungen seien also mitnichten ein Massenleiden, sagt Etzensberger. *tsi*

tsi



Dass psychische Krankheiten zunehmen, müsse hinterfragt werden, sind sich die Teilnehmer der Tannenhof-Tagung einig. Von links: Thomas Knapp, Manfred Stuber, Andreas Daurù, Paul Rhyn, Mario Etzensberger. *tsi*