

## Psychisch Kranke: gefährlich, disziplinos, selbst schuld?

Psychisch Kranken begegnet man in unserer Gesellschaft immer noch mit Vorbehalten und – gar nicht so selten – auch mit handfesten Vorurteilen. Informationen und Aufklärung ändern daran wenig. Antistigmakampagnen setzen deshalb zusätzlich auf die Begegnung mit Betroffenen

Körperkrankheiten sind ein beliebter Gesprächsstoff. Bei Geburtstagen, in der Mittagspause oder beim Feierabendbier taugen Rückenschmerzen, Rheuma und verstauchte Knöchel als Thema, bei dem jeder gerne ein Wörtchen mitredet. Psychische Leiden dagegen werden meist penibel verschwiegen. Dabei sind psychische Krankheiten keine Seltenheit: Ein Bericht der Weltgesundheitsorganisation stellte fest: Mehr als neun Prozent der Deutschen leiden *aktuell* an einer psychischen Erkrankung. Und der Gesundheitsreport der Deutschen Angestellten-Krankenkasse konstatiert sogar einen dramatischen Anstieg psychischer Erkrankungen in Deutschland. Danach stieg ihre Zahl im Zeitraum von 1997 bis 2004 um 70 Prozent. Angststörungen und Depressionen werden dem Bericht zufolge am häufigsten diagnostiziert. Besonders betroffen sind davon jüngere Menschen im Alter zwischen 15 und 34 Jahren. „Über die Lebenszeit gesehen, ist die Wahrscheinlichkeit, psychisch krank zu werden, noch deutlich höher“, sagt Wolfgang Maier, Professor am Universitätsklinikum Bonn, „sie liegt bei rund 25 Prozent.“

Obwohl also im Schnitt jeder Vierte irgendwann im Leben seelisch krank wird, verheimlichen die meisten Betroffenen ihr Leiden. Sie suchen oft erst spät Hilfe, weil sie fürchten, dass andere ihre Probleme nicht nachvollziehen können, und weil sie fürchten, pauschal als „Verrückte“ abgestempelt zu werden – leider nicht ganz ohne Grund. Tatsächlich ist psychische Krankheit bis heute mit einem Stigma belastet: „Es besteht eine ablehnende Grundhaltung in der Bevölkerung gegenüber psychisch Kranken. Wird uns jemand mit dem Attribut ‚psychisch krank‘ vorgestellt, dann suchen wir bei dieser Person regelrecht nach abweichenden Verhaltensweisen. Weil wir unsere Aufmerksamkeit darauf richten, werden wir wahrscheinlich auch solche Eigenschaften finden: entweder weil der Erkrankte sie tatsächlich zeigt oder weil wir uns einbilden, er weise sie auf. Wegen einer vermeintlichen oder tatsächlich abweichenden Eigenschaft wird der psychisch Kranke dann ausgegrenzt, abgelehnt und gemieden“, beschreibt Wolfgang Gaebel, Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Düsseldorf, den Stigmatisierungsprozess. Die zusätzliche Belastung durch das Stigma bezeichnete der Psychiater Asmus Finzen schon vor einigen Jahren als „zweite Krankheit“. Betroffene müssen nicht nur mit den Symptomen der Krankheit zurechtkommen, sondern zusätzlich verkraften, dass über sie getuschelt wird, Vorurteile herrschen und andere Menschen auf Abstand gehen.

Psychisch Kranke bilden dabei keine einheitliche Gruppe: Über Menschen mit Depressionen heißt es häufig, sie seien gar nicht richtig krank, sondern vor allem disziplinos. Über Suchtkranke herrscht der Glaube, sie hätten sich ihre missliche Lage vor allem selbst zuzuschreiben. Untersuchungen zeigen, dass die Vorurteile gegenüber schizophren Erkrankten besonders ausgeprägt sind: Sie gelten gemeinhin als „unberechenbar“ und „gewalttätig“. Unter der Leitung von Wolfgang Gaebel wurden im Jahr 2001 über 7000 Personen in sechs deutschen Großstädten zu ihren Einstellungen gegenüber Schizophreniekranken telefonisch interviewt. Das Ergebnis: 8,5 Prozent der Befragten gaben an,

Angst zu haben, sich mit einem Schizophreniekranken zu unterhalten; rund 15 Prozent würden sich durch diesen am Arbeitsplatz gestört fühlen; ein Drittel wäre beunruhigt, wenn in ihrer Nachbarschaft eine Gruppe Schizophreniekranker einziehen würde; über 40 Prozent möchten nicht das Zimmer im Krankenhaus mit einem Schizophreniekranken teilen.

Die Abwehr gegen schizophren Erkrankte ist aber nur bedingt gerechtfertigt, meint Gaebel. „Schizophrene sind im Schnitt kaum häufiger gewalttätig als andere Menschen, vor allem nicht, wenn sie sich in Behandlung befinden.“

Gefährlich, faul, selbst schuld – obwohl diese Pauschalansichten nicht stimmen, halten sie sich hartnäckig und sind weit verbreitet. Sogar die psychisch Kranken selbst denken oft negativ über sich. Der Grund für diese Selbststigmatisierung ist, dass Vorurteile in unserem kulturellen „Basiswissen“ verwurzelt sind – und daher in den Erkrankten ebenso wirken. Auch Psychiater, Psychologen und Fachkrankenschwestern sind nicht frei von stigmatisierenden Einstellungen, entdeckten Silvia Krumm und Thomas Becker von der Universität Ulm: Betroffene berichteten, stigmatisierende Erfahrungen innerhalb des psychiatrischen Versorgungssystems zu erleben. Sie beklagten sich beispielsweise über mangelndes Interesse an ihrer Person und ihrer Krankheitsgeschichte und fühlten sich bei körperlichen Beschwerden häufig nicht ernst genommen.

Auch wenn Stigmatisierung oft gar nicht aus bösem Willen geschieht, sondern aus Unwissen und einer naiven Vorstellung davon, was „normal“ ist – die Folgen sind mitunter schwerwiegend: Häufig ziehen sich Freunde, Bekannte und Nachbarn zurück – manchmal auch der psychisch Kranke selbst. Der Soziologe Alfred Grausgruber von der Johannes-Kepler-Universität Linz spricht von einem Teufelskreis: „Die psychische Erkrankung zusammen mit den Vorurteilen beschädigt die sozialen Beziehungen. Gerade diese wirken aber stabilisierend und unterstützend auf die psychische Gesundheit. Brechen sie zum Teil weg, steigt das Risiko für einen Rückfall.“ Die „zweite Krankheit“ verschlimmert und verlängert nicht nur das Leiden der Betroffenen. Viele begeben sich wegen der herrschenden Ressentiments nur zögernd in Behandlung und stellen dort die körperlichen Symptome in den Vordergrund, weil diese als „richtige“ Krankheiten gelten. So entstehen auch unnötige Kosten für das Gesundheitswesen.

Was lässt sich gegen die Stigmatisierung tun? Eine Strategie ist das so genannte Empowerment. Es setzt bei den Betroffenen an und zielt darauf, sie zu stärken und der Selbststigmatisierung vorzubeugen. Statt vollzeitbetreut und abhängig wie kleine Kinder zu sein, sollen Erkrankte möglichst mündig und mit Selbstvertrauen ihr Leben gestalten lernen.

Parallel dazu versuchen Antistigmaprogramme ein realistischeres Bild der Erkrankten zu vermitteln und die Berührungsscheu abzubauen. Studien von Stigmaforschern haben jedoch gezeigt, dass Aufklärung über Krankheitsursachen und Behandlungsformen allein kaum ausreicht, um Vorurteile in der Bevölkerung abzubauen. „Vieles deutet darauf hin“, sagt Matthias Angermeyer, „dass ein Mehr an Wissen allein die Ausgrenzung kaum verringert. Wir müssen vor allem mehr die Gefühle der Menschen ansprechen, und das lässt sich am Besten im persönlichen Kontakt mit Erkrankten erreichen“, so der Psychiatrieprofessor von der Universität Leipzig, der die Stigmatisierung psychisch Kranker in verschiedenen Ländern erforscht hat.

Auf die Vermittlung von Wissen über psychische Krankheiten in Verbindung mit persönlichen Erfahrungen von Betroffenen setzen auch Programme, wie sie die 1996 von der *World Psychiatric Association* gegründete Organisation *Open the Doors* anbietet. Eine Arbeitsgemeinschaft dieses Dachverbandes ist das „Bündnis für psychisch erkrankte Menschen – BASTA“ mit Hauptsitz in München. Leiterin Kerstin Wundsam hat im Dialog mit psychisch Erkrankten, Angehörigen und psychiatrischem Fachpersonal ein Antistigmatraining für Schüler ab 13 Jahren entwickelt und erprobt. „Wir gehen als Team aus Betroffenen und Psychiatrieprofis in die Schulen, geben Jugendlichen die Gelegenheit, Erkrankte kennen zu lernen und mit ihnen über Erfahrungen mit der psychischen Krankheit zu sprechen, und vermitteln Kenntnisse über Krankheitsursachen und Therapiemöglichkeiten“, sagt Wundsam. Mit gutem Erfolg, wie eine erste wissenschaftliche Auswertung der Daten zeigt: „Die soziale Distanz bei den Kursteilnehmern ist erwiesenermaßen gesunken, und der Wissenszuwachs über die Krankheit Schizophrenie stieg an“, so die Assistenzärztin am Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität München.

Ebenfalls Anlass zur Hoffnung geben die Ergebnisse einer ersten Längsschnittstudie zur Wirkung von Antistigmakampagnen. Rund 4700 Großstadtbewohner, die bereits im Jahre 2001 telefonisch Auskunft gaben, wurden 2004 noch einmal zu ihren Einstellungen gegenüber Schizophreniekranken befragt. Inzwischen waren in einigen Städten, aber nicht in allen, Antistigmakampagnen mit Angeboten wie Lesungen mit Betroffenen, Film- und Theaterabenden, Schulprojekten oder Psychoseminaren durchgeführt worden. „In den Städten, in denen unsere Programme gelaufen waren, nahm die soziale Distanz nachweislich ab.

Zudem hielten in der zweiten Befragung weniger Menschen schizophrene Erkrankte für „eine Gefahr für die Öffentlichkeit“, freut sich Wolfgang Gaebel. Auch wenn eine gewisse Verzerrung aufgrund von Antworten nach sozialer Erwünschtheit nicht ganz auszuschließen ist, wertet der Stigmaexperte diese Ergebnisse als Erfolg: „Die Veranstaltungen waren gut besucht, die Befragten verfügten noch viele Monate nach der Kampagne über mehr Faktenwissen zur Schizophrenie und hatten weniger Vorurteile. Das zeigt, dass wir auf dem richtigen Weg sind, um Stigmatisierungen und Vorurteile abzubauen. Dazu braucht es allerdings einen langen Atem.“

## Literatur

- Wolfgang Gaebel, Hans-Jürgen Möller, Wulf Rössler (Hg.): Stigma – Diskriminierung – Bewältigung. Der Umgang mit sozialer Ausgrenzung psychisch Kranker. Kohlhammer, Stuttgart 2005