Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 81 (2010)

Heft: 10: Schmerzen : Körper und Seele in Not

Artikel: Mehr wissen über den Seelenschmerz - Thurgauer Bündnis gegen Depression klärt auf : Familie, Freunde und Kollegen tragen zur Genesung bei

Autor: Steiner, Barbara

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-805535

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 23.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Mehr wissen über den Seelenschmerz – Thurgauer Bündnis gegen Depression klärt auf

Familie, Freunde und Kollegen tragen zur Genesung bei

Menschen, deren Seele schmerzt, dürfen nach wie vor nicht auf gleich viel Verständnis und Unterstützung zählen wie körperlich Erkrankte. Das Thurgauer Bündnis gegen Depression will dazu beitragen, dass sich dies ändert.

Von Barbara Steiner

Die Dunkelheit kommt aus heiterem Himmel: Plötzlich geht nichts mehr, alles ist leer, ohne ersichtlichen Grund. Unerklärbar für Betroffene, nicht nachvollziehbar für das Umfeld. Manchmal schmerzen aber auch Ereignisse die Seele so sehr, dass andere Gefühle nicht mehr spürbar sind: der Verlust nahe stehender Menschen, der Gesundheit, des Arbeitsplatzes, des Ersparten. «Es sind verschiedenste Einflüsse von aussen, die eine Depression auslösen können», sagt Ulrike Borst, Fachpsychologin für Psychotherapie und klinische Psychologie. Nach einem betrübenden Geschehen zu trauern, sei wichtig und heilsam. In eine Depression gehe die Trauer über, wenn der Seelenschmerz so stark sei, dass es jemandem nicht mehr gelinge, sich wieder dem Leben und anderen Menschen zuzuwenden. Unverständlich vielleicht für die Familie, die Freunde, die Kollegen. Genauso wie die Niedergeschlagenheit junger Mütter, die sich doch über ihr Neugeborenes freuen sollten, jedoch in einer postnatalen Depression versinken. Bei anderen Menschen äussert sich die Depression als nervöse Rastlosigkeit, verbunden mit grosser Angst. Auch dies ein Verhalten, welches das Umfeld meist überfordert. Zwar schenken die Medien Krankheiten, vor allem physischen, aber auch psychischen, immer grössere Aufmerksamkeit. «Psychische Krankheiten, und dazu gehört die Depression, werden aber nach wie vor stigmatisiert. Depressive wie auch ihr Umfeld sprechen in der Regel nur sehr zurückhaltend über die Krankheit. Vielleicht, weil die Ursachen weniger klar erkennbar sind als bei einem Blinddarm oder einer Lungenentzündung. Vielleicht aber auch, weil nach einer überwundenen Depression niemand weiss, ob, wann und in welcher Form sich die Krankheit wieder zurückmeldet», sagt Borst.

«Für eine Person, die am Arbeitsplatz immer ihr Bestes gegeben hat, ist es sehr schwierig, die Krankheit zu akzeptieren.»

Die breite Bevölkerung zu informieren und so der Stigmatisierung entgegenzuwirken, ist eines der Hauptziele des von der Expertin geleiteten Projekts Thurgauer Bündnis gegen Depression. Es lehnt sich an ans Nürnberger Bündnis gegen Depression und hat Gemeinsamkeiten mit anderen kantonalen Bündnissen in der Schweiz (siehe Kasten Seite 23). Einen neuen Akzent setzt es bei der Hilfe für Betroffene. «Die medizinische Behandlung mittelschwerer und schwerer Depressionen nimmt bei uns zwar auch eine wichtige Rolle ein, aber wir sind überzeugt, dass die Krankheit mindestens zusätzlich auch anders behandelt werden muss. Grosses Potenzial orten wir in der sozialen Unterstützung durch das Umfeld der Erkrankten. Damit lässt sich ein Klinikaufenthalt in vielen Fällen vermeiden», sagt Borst; sie hat langjährige Berufserfahrung im klinischen wie im ambulanten Bereich und in der Organisationsentwicklung. Heute ist sie Geschäftsführerin eines Ausbildungsinstituts für systemische Therapie und Beratung und arbeitet daneben in mehreren Projekten mit.

Mütter, Betagte, Arbeitswelt im Fokus

Gemein sind den Bündnissen gegen Depression die drei Kernaussagen, dass die Krankheit viele Gesichter hat, jeden treffen

Die Welt erscheint grau und düster, jeder Schritt kostet unendlich viel Kraft: Menschen mit Depression werden nach wie vor oft allein gelassen auf einem sehr schwierigen Stück ihres Lebenswegs. Foto: Maria Schmid

kann und behandelbar ist. Zusätzlich hat das Thurgauer Bündnis die Botschaft verankert, dass Depression ein Thema aller Generationen ist. «Erkranken können Personen jeden Alters und in verschiedensten Lebenssituationen, und Menschen aller Generationen sind von Depressionen in ihrer sozialen Umgebung betroffen,» sagt Borst. Gruppen mit erhöhtem Risiko seien junge Mutter, engagierte Arbeitnehmende und Betagte. Bei den Müttern spielten hormonelle Umstellungen mit eine Rolle. Diese seien aber nur selten Hauptursache der Krankheit. Bei den Betagten sei nicht immer klar, ob die Einsamkeit zur Depression führe oder ob die Krankheit die Menschen einsam mache. Im Berufsleben habe sich der Begriff «Burnout» mittlerweile etabliert als Bezeichnung für einen Prozess, der in eine Depression münden könne. Trotzdem: «Für eine Person, die am Arbeitsplatz ihr Bestes gibt, ist es sehr schwierig, die Krankheit zu akzeptieren.»

«Erkrankt ein Mitarbeiter an einer Depression, hat dies oft auch mit dem Klima und dem Druck im Betrieb zu tun.»

Mütter, Betagte, engagierte Berufstätige: Das Netz von Bezugspersonen der Menschen mit Depression aus diesen drei Hauptgruppen ist weitverzweigt. «Es sind Familienangehörige, Freunde, Kinder, Nachbarn, Mitarbeitende von Altersinstitutionen, Arbeitgeber, die einen Beitrag zur Genesung leisten können», erklärt Borst. Deshalb sei es wichtig, offensiv über die Krankheit Depression zu informieren. Je mehr die Leute Bescheid wüssten, desto eher getrauten sie sich, darüber zu sprechen und Hilfe zu suchen – sowohl direkt wie auch indirekt Betroffene. Das Unterstützungsangebot im Kanton Thurgau ist nach Einschätzung von Ulrike Borst an sich gut ausgebaut, aber zum Teil noch zu wenig vernetzt und bekannt. Auf einem Flyer und im Internetauftritt sind Informationen dazu nun in gebündelter Form zu finden. Bei Familienangehörigen und Freunden sei das Interesse an der Genesung einer erkrankten Person und die Bereitschaft, sie auf diesem Weg zu begleiten, im Allgemeinen gross. Arbeitgeber und Vorgesetzte hingegen müssten zum Teil noch davon überzeugt werden, dass auch das Unternehmen profitiere, wenn es ein gesundes Arbeitsumfeld biete. «Erkrankt ein Mitarbeiter an einer Depression, hat dies oft auch mit dem Klima und dem Druck im Betrieb zu tun. Verbesserungen verhindern, dass weitere Personen ausfallen. Ausserdem leisten Leute, die sich wohl fühlen, mehr als solche, die leiden.»

Hausärzte an Schlüsselposition

Potenzial ortet das Thurgauer Bündnis gegen Depression in der Früherkennung der Krankheit. Gefordert sind hier laut Borst neben den Bezugspersonen in erster Linie die Hausärzte. >>

Organhaftpflichtrisiko decken mit D&O

Grundsätzlich sollte jeder Betrieb, sei er grösser oder kleiner, über eine Betriebshaftpflichtversicherungsdeckung verfügen, um unberechtigte Schadenersatzansprüche abzuwehren oder berechtigte Ansprüche zu begleichen. Obwohl keine Versicherungspflicht besteht, werden heutzutage entsprechende Policen freiwillig praktisch flächendeckend abgeschlossen. Mit dem Abschluss einer Betriebshaftpflichtversicherung sind nun aber nicht alle latent bestehenden Haftpflichtrisiken in einer Unternehmung abgedeckt. **Die leitenden Organe einer Unternehmung** haben vielfältige und oft schwierige Aufgaben zu erfüllen und sind – aus diesen Tätigkeiten heraus rechtlich betrachtet dafür nach verschiedenen gesetzlichen Bestimmungen verantwortlich und bei fehlerhaftem Verhalten oder Fehlentscheiden oft auch schadenersatzpflichtig. Durch eine normale Betriebshaftpflichtversicherung besteht für diese sogenannte «reinen Vermögensschäden» absolut keine Deckung. Gerade hier kann die «Organhaftpflichtversicherung (Versicherung für Directors & Officers)» einspringen und eine wichtige Versicherungslücke schliessen. Durch eine «D & O-Versicherung» werden Mitglieder von Verwaltungsräten und Geschäftsleitungen, von Vorständen und Stiftungräten sowie weitere Personen, die eine Organtätigkeit für einen Betrieb wahrnehmen, versichert. **Bei den Institutionen sind dies neben den Mitgliedern des Stiftungs-/Verwaltungsrates oder der Heimkommission oft auch die Heimleitung und übrige Führungskräfte sowie allenfalls Personen, die interimsweise eine Funktion als Organ wahrnehmen.** Vermehrt zeigen Presseberichte , dass das während langer Zeit nur theoretisch vorhandene Organhaftpflichtrisiko zugenommen hat und heute viel häufiger und teilweise von mehreren Seiten entsprechende Klagen eingereicht werden. Mit diesen Verantwortlichkeitsklagen soll erreicht werden, dass den leitenden Organen Fehler zugewiesen und anschliessend Ersatzansprüche geltend gemacht werden können. **Dabei gilt es speziell zu beachten, dass es sich in jedem Fall um eine tückische Solidarhaftung handelt!** Immer weniger sind Führungskräfte deshalb bereit, ihre komplexer werdenden Aufgaben auszuüben, ohne dass der Betrieb über eine Organhaftpflichtversicherung verfügt. Das einzelne Organmitglied würde sonst mit dem Privatvermögen haften.
An möglichen Klägern mangelt es heute nicht: Sowohl geschädigte Aussenstehende (Angehörige, Bewohner, Aktionäre, Gläubiger, Behörden) als auch das eigene Unternehmen können ihre Forderungen gegen die Organe geltend machen. Dabei stellt sich oft heraus, dass vor allem die Abwehr ungerechtfertigter Ansprüche mit erheblichen Kosten verbunden ist. Gerade für den Bereich der Heime und Institutionen ist dem Schutz vor möglicher Abwehr ungerechtfertigter Ansprüche ein höheres Gewicht beizumessen als der eigentlichen Deckung von versicherten Risiken. Bis vor einigen Jahren lag dem Versicherungsberater bei der Beratung dieser Kunden der klare Hinweis auf den Bedarf einer Organhaftpflichtversicherung fern. Inzwischen haben sich die Zeiten aber stark geändert. Im Zusammenhang mit der Neuregelung des Revisionsrechts wie auch aus der Erkenntnis heraus, dass immer mehr versucht wird, leitende Organe sowohl strafrechtlich wie auch privatrechtlich in die Pflicht zu nehmen, wird ein Versicherungsschutz für eine Organhaftpflichtversicherung aktuell immer häufiger von den Heimen und Institutionen nachgefragt. Es ist daher die Pflicht von neutralen und unabhängigen Beratern Sie als Heimleiter, Führungskraft, Stiftungs- oder Verwaltungsrat eines Heimes auf die Risiken und deren Versicherungsmöglichkeit aufmerksam zu machen.

*Die Versicherung für **D**irectors & **O**fficers ist die richtige Lösung für das ungedeckte Organhaftpflichtrisiko.*

Wie in allen weiteren Versicherungsbranchen können wir Ihnen deshalb nun auch im Organhaftpflicht-Bereich eine massgeschneiderte und interessante Rahmenvertragslösung für alle Arten von Heimen und Institutionen anbieten. Das Angebot zeichnet sich durch die bedürfnisgerechte Versicherungsdeckung und die erstaunlich günstigen Prämien aus. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf und profitieren auch Sie von dieser erhöhten Sicherheit!

Unsere Partner

neutrass Versicherungs-Partner AG

NEUTRASS
Versicherungs-Partner AG
6343 Rotkreuz
Tel. 041 799 80 55
info@neutrass.ch

GWP Insurance Brokers

GWP Insurance Brokers
Herr Heinz Keller
3073 Gümligen
Tel. 031 959 00 08
heinz.keller@gwp.ch

CURAVIVA.CH

VERSICHERUNGSDIENST

Verband Heime und Institutionen Schweiz
Zieglerstrasse, Postfach 1003
CH-3000 Bern 14
Telefon 031 385 33 67, Telefax 031 385 33 34
o.reding@curaviva.ch, www.curaviva.ch

Oft begleiten hartnäckige körperliche Beschwerden wie Kopfschmerzen, Appetit- und Schlafstörungen die Depression. «Weiss ein Hausarzt diese Symptome richtig zu deuten, kann er den Erkrankten viel Leid ersparen.» Verlangt würden von den ohnehin stark geforderten Hausärzten keine Fachkenntnisse zu psychischen und psychosomatischen Störungen, präzisiert Borst: «Richtig reagieren kann auch bedeuten, die kranke Person an einen Spezialisten oder eine Beratungsstelle zu verweisen.» Das Thurgauer Bündnis gegen Depression lud die Hausärzte denn auch speziell ein zu seinen bisherigen zwei Aktionswochen mit Vorträgen von Fachpersonen. Das Echo war mässig – allerdings auch, weil die Schweinegrippe letztes Jahr alle auf Trab hielt. Anfang November lädt das Bündnis nun zu einer Filmreihe zum Thema Depression nach Frauenfeld ein.

«Es ist wichtig, offensiv über die Krankheit Depression zu informieren»: Fachpsychologin Ulrike Borst

Foto: zvg

Mitte 2011 wird das Projekt Thurgauer Bündnis gegen Depression abgeschlossen. Anschliessend formulieren die Verantwortlichen Empfehlungen, die in eine kantonale Strategie übergehen sollen. An einzelnen Bausteinen feilen die Beteiligten bereits. Einbinden werden sie beispielsweise ein Pilotprojekt aus einem Thurgauer Bezirk; Fachpersonen betreuen dort Depressive in deren vertrauter Umgebung. Dies zielt nach Ansicht Borsts in die richtige Richtung und deckt sich auch mit der Philosophie der laufenden Psychiatrieplanung im Kanton; sie sieht eine Verschiebung der Angebote vom stationären in den ambulanten, aufsuchenden Bereich vor. Gerade bei Depressionen sei die Einweisung in eine Klinik nur selten nötig – dann nämlich, wenn die Suizidgefahr als hoch einstuft werde oder eine engmaschige Beobachtung nötig sei für die richtige medikamentöse Einstellung. Wachsen werde in Zukunft die Bedeutung von Selbsthilfegruppen, prognostiziert Borst: «Wer selber schon einmal eine Depression durchgemacht hat, kann anderen am glaubwürdigsten kommunizieren, dass das Dunkle zu Ende geht, dass es immer irgendwo ein Licht gibt.» ●

Weitere Informationen: www.seelenschmerz.ch

Nur eine Minderheit sucht Hilfe

Nur jede vierte Person mit mittelschweren und jede zweite Person mit schweren Symptomen einer Depression lässt sich gemäss Schweizerischem Gesundheitsobservatorium behandeln. Laut Schweizerischer Gesundheitsbefragung aus dem Jahr 2002 leiden in der Schweiz über 3 Prozent der Befragten an einer mittelschweren oder schweren, knapp 15 Prozent an einer leichten depressiven Störung. Bei 40 bis 70 Prozent aller Suizide in der Schweiz gehört eine Depression zu den Hauptursachen. Das Eidgenössische Departement des Innern und die Schweizerische Gesundheitsdirektorenkonferenz räumen der Früherkennung psychischer Krankheiten und der Förderung der psychischen Gesundheit denn auch hohe Priorität ein. Vor diesem Hintergrund haben wie der Thurgau auch die Kantone Ausserrhoden, Graubünden, Bern, Luzern und Zug nach Nürnberger Vorbild Bündnisse gegen Depression ins Leben gerufen.

Im Kanton Thurgau sind gemäss einer Umfrage der Fachhochschule Nordwestschweiz zwei Drittel der Bevölkerung selber oder im privaten Umfeld von Depression betroffen. Die Regierung gab das Thurgauer Bündnis gegen Depression 2009 in Auftrag und schloss dafür mit dem Verein Selbsthilfe Thurgau eine Leistungsvereinbarung ab. Involviert sind zahlreiche Fachpersonen, Institutionen und Organisationen. Die Fachhochschule Nordwestschweiz begleitet das Projekt wissenschaftlich. (bas)

Weitere Informationen zum Nürnberger Bündnis gegen Depression:

www.buendnis-depression.de

Erfolgreiche Behandlung mit kombinierter Therapie

Depressionen können, wenn als solche erkannt, meist mit Erfolg behandelt werden. Mit medikamentöser Therapie und psychotherapeutischen Verfahren stehen wirksame Behandlungsmethoden zur Verfügung. Bei einer Depression treten Störungen im Stoffwechsel des Gehirns auf; positive Gefühlssignale werden vermindert, negative verstärkt. Antidepressiva tragen dazu bei, den veränderten Stoffwechsel auszugleichen. «Medikamente können den Erkrankten den nötigen Kick geben, der ihnen hilft, aus dem schwarzen Loch herauszufinden», sagt Ulrike Borst, Leiterin des Thurgauer Bündnisses gegen Depression. Oft bedürfe es aber Veränderungen im eigenen Verhalten oder im Umfeld, um die Krankheit nachhaltig in den Griff zu bekommen. In einer Psychotherapie beispielsweise erwerben Patientinnen und Patienten Strategien, um anders mit Problemen umzugehen. Positive Erfahrungen werden aufgebaut und negative Grübeleien unterbrochen. (bas)