

Vertrauensperson

Eine unabhängige Vertrauensperson für fürsorgerisch untergebrachte Patient*innen

Porträt von Judith Meister, verfasst von Nicole Tschanz

Patient*innen, die per fürsorgerischer Unterbringung (FU) in eine Klinik eingewiesen werden, können im Kanton Zürich auf eine ehrenamtlich tätige Vertrauensperson aus dem Pool von Pro Mente Sana zählen. Sie steht ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Mein Name ist Judith Meister, und ich wohne mit meinem Mann im Zürcher Weinland. Wir sind beide nicht mehr berufstätig, und ich hatte eine freiwillige Tätigkeit gesucht, die mir sinnvoll erscheint und sich mit unseren Reisen vereinbaren lässt. Als ich im Radio vom Projekt Vertrauensperson hörte, fühlte ich mich sofort angesprochen, da ich in meinem persönlichen Umfeld selber Menschen kenne, die psychisch erkrankt sind und eine fürsorgerische Unterbringung (FU) in die Psychiatrie erlebt haben. Ich habe mitbekommen, wie hilflos sie teilweise waren und wie wenig Unterstützung sie erhielten. Dies und das Bedürfnis, Menschen in solch schwierigen Momenten beizustehen, haben mich bewogen, mich als freiwillige Vertrauensperson bei Pro Mente Sana zu bewerben. Seit dem Projektstart im Sommer 2019 hatte ich drei Einsätze.

Unvoreingenommenheit als Basis

Bei einem Erstgespräch mit dem Patienten, der Patientin in der Klinik geht es primär ums Kennenlernen und darum, ob ein Auftrag zustande kommt. Es ist wichtig, gleich zu Beginn zu klären, was unsere Aufgabe ist und welche Unterstützung Betroffene von uns erwarten dürfen – und welche eben nicht. «Ich bin keine Rechtsanwältin, die Sie aus der Klinik rausholt»: Diese Aussage ist meistens eine kleine Enttäuschung für die Patient*innen. Sie sind ja nicht freiwillig in der Klinik und wollen natürlich so schnell wie möglich wieder in die Freiheit.

Trotzdem ist es erstaunlich, wie schnell man einen Vertrauensbonus von den FU-Patient*innen erhält. Eine Grundvoraussetzung, um freiwillige Vertrauensperson zu werden, ist meiner Meinung nach, dass man keine Berührungsgängste gegenüber Menschen mit psychischen Er-

krankungen hat, und ebenso wenig der Einrichtung gegenüber. Unvoreingenommenheit halte ich für eine wichtige Eigenschaft, die eine Vertrauensperson mitbringen sollte. Ich vermute, die betroffenen Personen haben teilweise



ganz feine Antennen und spüren unsere Grundhaltung. Sie merken, dass da jemand ist, der sie während der FU-Zeit begleiten und unterstützen möchte. Bei meinem letzten Einsatz meinte eine Patientin: «Ich bin so froh, dass Sie weder von der Klinik, noch von der Familie, noch sonst irgendwie involviert sind in meine Krankheitsgeschichte.»

Erschwerte Begleitung wegen Corona

Mein letzter Einsatz fiel in die Coronazeit, und wir durften die Patient*innen nicht besuchen. Wir konnten zunächst nur telefonieren, auch der sonst übliche Kontakt zum Personal war eingeschränkt. In dieser Situation war es schwierig für mich, Anliegen und Bedürfnisse der Patientin einzuordnen und mit der Pflege zu klären. Gegen Ende des Einsatzes war dann doch noch ein Besuch in der Klinik möglich. Das war wichtig, weil es ein paar Dinge gab, welche die Patientin sehr belasteten und aus meiner

Sicht ihrer Genesung nicht förderlich waren. Ich sage mir immer: Egal, wie die Situation objektiv gesehen ist, Betroffene erleben sie in ihrer Wahrnehmung vielleicht anders, und das muss man ernst nehmen. Durch das gemeinsame Gespräch mit der Patientin und der Pflege hat sich dann vieles relativiert.

Einsatz für die Rechte der Patient*innen

Für die Betroffenen ist eine FU häufig ein traumatisches Erlebnis. Sie fühlen sich ungerecht behandelt und beinahe kriminalisiert. Es ist eine heftige Massnahme, eine Person gegen ihren Willen in eine Klinik einzuweisen. Die persönliche Freiheit ist zum Glück ein hohes Gut in der Schweiz. Wenn es doch zu einer FU kommt, dann meist, weil eine Selbst- oder Fremdgefährdung angenommen wird, was die Klinik überprüfen muss.

Eine zentrale Aufgabe von Vertrauenspersonen ist es, dafür zu sorgen, dass die Rechte der Patient*innen eingehalten werden. Wir nehmen häufig an Gesprächen mit den Betroffenen, der verantwortlichen Pflegeperson und vielleicht einem Stationsarzt, einer Stationsärztin teil. Ich mache im Voraus mit den Patient*innen ab, welche Anliegen ich für sie einbringen soll, zum Beispiel «Frau Sowieso ist sich nicht ganz im Klaren, wie ihre Medikation aussieht» oder «Sie hat doch einen Entlassungsantrag gestellt. Ist da schon etwas gelaufen?». Wir unterstützen die Patient*innen auch im Kontakt mit den Fachstellen. Manchmal geht es um die Wohnsituation nach der Klinikentlassung, oder wir helfen ihnen, den Sozialdienst einzuschalten, oder wir unterstützen sie dabei, den Kontakt zu ihrem sozialen Umfeld wiederherzustellen.

Ich hoffe, dass meine Begleitung als Vertrauensperson die FU-Zeit etwas erträglicher macht. Meine Aufgabe sehe ich darin, zu helfen, die berechtigten Interessen der FU-Patient*innen durchzusetzen. Oftmals sind die Betroffenen müde oder unkonzentriert und springen von einem Thema zum nächsten. Ich versuche zu priorisieren, indem ich beispielsweise sage: «Heute nehmen wir drei Themen auf. Was haben Sie das Gefühl, was ist das Wichtigste für Sie?» Manchmal geht es auch einfach darum, zuzuhören und da zu sein.

Ein Einsatz als Vertrauensperson kann während zwei bis drei Wochen zeitlich ziemlich aufwendig sein. Die Erfahrung zeigt, dass man mit einer FU selten länger in der Klinik ist. Ich selber besuchte bei meinen Einsätzen die Patient*innen zu Beginn mehrmals wöchentlich, zwischendurch gab es je nach Bedürfnis Telefongespräche. In der dritten Woche klärt sich oft bereits, ob eine FU nächsten aufgehoben wird. Dies geschieht mitunter ziemlich abrupt. Dann gilt unsere Arbeit als erledigt. Es kann sein, dass die Patient*innen trotzdem noch Unterstützung brauchen oder noch Abklärungen anstehen. Bei einer Patientin ging es beispielsweise um die Wohnsituation nach dem Klinikaufenthalt. Es ist uns von Pro Mente Sana freigestellt, ob

wir jemanden noch etwas länger begleiten möchten. Das Loslassen nach einem Einsatz sorgt in der Intervention und Supervision immer mal wieder für Diskussionen. Auch für mich gab es kurz nach den Einsätzen Momente, wo ich mit diesem Thema konfrontiert war, aber wir müssen uns bewusst sein, dass wir klar für die Dauer der fürsorglichen Unterbringung zuständig sind und hier unsere Energie einbringen sollen.

**«Nur schon, dass Sie neben mir
gesessen sind und ich wusste,
Sie sind nur für mich da,
hat mich ermutigt!»**

– Zitat einer Patientin

Persönliche Herausforderungen

Ein Aspekt, der für mich schwierig sein kann, ist das Gefühl von Ungerechtigkeit. In solchen Fällen ist es mir wichtig, mir bewusst zu machen, dass ich immer im Interesse der Patient*innen handle. Es kommt bisweilen vor, dass ich mich mit der Patientin und ihren Emotionen zu sehr identifiziere. Gerade während der Zeit der Besuchsverbote war das so. In solchen Momenten bieten jedoch die Koordinatorin sowie die Projektleitung jederzeit Unterstützung, und der regelmässig stattfindende Austausch mit Intervention und Supervision ist ebenfalls hilfreich.

Vertrauenspersonen in der Klinik zu haben ist auch für das Personal noch nicht ganz selbstverständlich. Wenn sie aber merken, dass wir nicht einseitig die Anwalt*innen der Patient*innen sind, die diese aus der Klinik rausholen wollen, sondern dass wir im gegenseitigen Austausch unterstützend tätig sind, ermöglicht dies sehr gute Erfahrungen. Für mich persönlich besteht die Herausforderung darin, manchmal einen Schritt zurückzutreten und die Situation kurz zu reflektieren. Mit Zwangsbehandlungen, zu denen auch das Isolationszimmer zählt, habe ich Mühe. Aber wir Vertrauenspersonen werden damit wenig konfrontiert, weil wir meistens erst dazukommen, wenn sich die Situation etwas beruhigt hat.

Eine weitere Herausforderung liegt darin, zu unterstützen, ohne Ratschläge zu geben. Ich versuche den Fokus immer auf die Gesundheit zu legen. Eine Patientin hat mich einmal nach meiner Einstellung zur FU gefragt. Ich versuche, mit meiner Meinung zurückhaltend, aber trotzdem ehrlich zu sein. In diesem Fall antwortete ich, dass es Situationen gebe, wo ein Mensch sich selbst oder andere gefährde und jemand den Entscheid fällen müsse, eine FU auszusprechen. In der Klinik gibt es die Chance, die Krise mit Fachpersonen durchzustehen und zu gesunden.

Die Patient*innen sind sehr dankbar, wenn man sich in ihre Situation hineinversetzen kann. Ich sage zum Beispiel: «Ich kann gut nachvollziehen, dass die FU für Sie ganz schlimm ist, und wahrscheinlich haben Sie etwas Unschönes erlebt.» Für die Patient*innen ist der Umgang mit dem Eingesperrtsein, dem unfreiwilligen Aufenthalt problematisch. Oft haben sie Traumatisches erlebt, haben Schwierigkeiten mit der Krankheitseinsicht oder diese ist schwankend. Aussagen wie «Ich weiss eigentlich, dass ich in der Klinik gut aufgehoben bin, aber ich möchte diesen Makel der FU loswerden und kämpfe dafür» habe ich mehr als einmal gehört. Wir sogenannte Gesunden, die so etwas noch nie erlebt haben, können uns das kaum vorstellen.

Und es ist schwierig, weil die Betroffenen manchmal auch nicht genau wissen, was während der FU-Einweisung vorgefallen ist. Ich ermuntere sie bisweilen und sage: «Wenn Sie möchten, fragen Sie nochmals nach, was passiert ist.» Für mich selber ist es nicht wichtig, zu erfahren, was sich abgespielt hat. Das, was die Patient*innen mir erzählen wollen, nehme ich an, und das andere muss ich nicht wissen. Die Krankheitsgeschichte ist für mich bisher ebenfalls sekundär. Meistens ist es so, dass anderes im Vordergrund steht. Ich versuche, die Betroffenen in den Gesprächen zu stärken und ihnen Hoffnung zu geben. Ich sage beispielsweise: «Eine heftige psychische Störung empfinde ich als etwas äusserst Ungerechtes. Aber verlieren Sie den Mut nicht. Es gibt viele Menschen, die trotz psychischer Erkrankung wieder stabil leben können.»

Gegen die Stigmatisierung

Wir Vertrauenspersonen können Menschen mit FU eine wichtige Stütze sein. Dieses Feedback erhalte ich oft, obwohl ich manchmal das Gefühl habe, gar nicht viel gemacht zu haben. Als ich beispielsweise eine FU-Patientin an eine Gerichtsverhandlung begleitete, durfte ich zwar nichts sagen, sie meinte danach aber zur mir: «Nur schon, dass Sie neben mir gesessen sind und ich wusste, Sie sind nur für mich da, hat mich ermutigt!»

Jeder Einsatz als Vertrauensperson ist anders, das finde ich spannend. Und ich erhalte beinahe so viel zurück, wie ich zu geben versuche. Mich beeindruckt das Vertrauen, das mir die Betroffenen schenken, wenn sie von ihrem Leben erzählen. Ich erlebe diese Menschen als sehr offen, intelligent und oft recht reflektiert. Es ist mir ein Anliegen, einen Beitrag gegen die noch immer starke Stigmatisierung von psychisch erkrankten Menschen zu leisten, indem ich in meinem Umfeld von meiner Freiwilligenarbeit erzähle. Selbstverständlich bleibt dabei der Persönlichkeitsschutz jederzeit gewahrt. Psychische Erkrankungen können jeden treffen, niemand liest sich das aus. Deshalb verdienen diese Menschen, die ja oft noch sehr jung sind, die Unterstützung nicht nur von uns freiwilligen Vertrauenspersonen, sondern von der gesamten Gesellschaft.

Pilotprojekt «Vertrauensperson»

Mit finanzieller Unterstützung des Lotteriefonds des Kantons Zürich führt Pro Mente Sana seit 2019 das vierjährige Pilotprojekt zur Bildung von ehrenamtlichen Pools von Vertrauenspersonen durch, die fürsorgerisch untergebrachte Patient*innen während ihres Klinikaufenthalts begleiten und unterstützen. Mit dem Pilotprojekt wird u.a. geprüft, wie gross der Bedarf für ein solches Angebot ist, was es in der Regelversorgung kosten würde und wer es finanzieren könnte. Zurzeit sind 35 Personen in zwei Vertrauenspersonen-Pools ehrenamtlich tätig, zwei weitere Pools werden in den folgenden Jahren aufgebaut. Am Pilotprojekt beteiligt sind die vier psychiatrischen Kliniken im Kanton Zürich (PUK, Clienia Schlössli, IPW und Sanatorium Kilchberg).

Möchten Sie sich als Vertrauensperson ehrenamtlich engagieren?

Hier finden Sie mehr Informationen zum Projekt:

► www.promentesana.ch/vertrauensperson



Nicole Tschanz

Fachverantwortung Gesundheitsförderung & Kommunikation
Pro Mente Sana

► n.tschanz@promentesana.ch