

CHARTA FÜR EINE PARTNERSCHAFT ZWISCHEN DEN AKTEUREN IM BEREICH DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT

Stellung der Angehörigen von Menschen mit psychischen Leiden



Coraasp

Coordination Romande des Associations
d'Action pour la Santé Psychique

www.coraasp.ch

CHARTA FÜR EINE PARTNERSCHAFT ZWISCHEN DEN AKTEUREN IM BEREICH DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT

PRÄAMBEL

Die Empfehlungen dieser Charta verstehen sich als Diskussionsgrundlage zu den Prinzipien der Partnerschaft. Dieses Dokument will keine Rezepte geben, sondern eine gemeinsame Reflexion ermöglichen und erleichtern. Seine Autoren hoffen dazu beizutragen, dass die einzelnen Personen ihr Recht auf Selbstbestimmung mit allen betroffenen Akteuren verhandeln können.

Diese Charta hat das Ziel, die Rolle der Angehörigen im Zusammenleben mit psychisch leidenden Menschen in einem Sinn der Gleichheit und Solidarität aller Partner zu klären.

Sie lässt sich von der Definition der psychischen Gesundheit der WHO¹ und der allgemeinen Menschenrechtserklärung inspirieren, und ist ins geltende Schweizer Rechtssystem eingebettet. Vorgeschlagen wird sie von der CORAASP² (Coordination Romande des Associations d'Action pour la Santé Psychique) im Interesse der Gesamtgesellschaft.

Sie richtet sich an alle von der Problematik der psychischen Gesundheit betroffenen Partner sowie an die Gesundheitsbehörden der Westschweiz.

1) « Die psychische Gesundheit ist ein Zustand des Wohlbefindens, in dem sich eine Person verwirklichen, die normalen Spannungen im Leben meistern, einer produktiven Arbeit nachgehen und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen kann. In diesem positiven Sinn ist die psychische Gesundheit die Grundlage des Wohlbefindens einer Person und des guten Funktionierens einer Gemeinschaft. »

2) Der GRAAP hat 2010 eine breite Reflexion eingeleitet über Rolle und Stellung der Angehörigen in den Hilfs- und Versorgungsnetzen der Westschweiz. Die CORAASP hat dieses Vorgehen unterstützt im Hinblick auf die Erarbeitung einer gemeinsamen Charta für alle Partner in den Westschweizer Kantonen.

DEFINITIONEN

Der **Angehörige** ist Teil des natürlichen Netzes der psychisch beeinträchtigten Person; er/sie kann verwandt oder befreundet sein.

Der **betreuende Angehörige** unterstützt und hilft einer psychisch beeinträchtigten Person im Rahmen der Familie, des Lebensorts (Heim, Pflegeheim), der Nachbarschaft, des Arbeitsorts, der Freizeit und des medizinisch-sozialen Begleitnetzes.

Der **solidarische Angehörige** engagiert sich im Allgemeininteresse von psychisch beeinträchtigten Personen. Er arbeitet an einem Gesellschaftsprojekt mit.
In dieser Charta bezeichnet der Begriff „Angehöriger“ diese verschiedenen Arten von Engagement.

ALLGEMEINE PRINZIPIEN

Die Charta stellt folgende Grundprinzipien auf:

Allianz rund um ein Lebensprojekt

Die Unterzeichnenden verpflichten sich, mit der psychisch leidenden Person eine Allianz rund um ihr Projekt zu bilden. Die Kompetenzen aller werden vereinigt, um eine grössere Effizienz und eine soziale Integration zu erreichen.

Anerkennung der Gleichwertigkeit aller Partner

Die Unterzeichnenden engagieren sich, die Angehörigen als gleichwertige Partner zu betrachten. Alle Partner dieser Allianz sind in der Begleitung Betroffener unverzichtbar im Prozess der Begleitung der leidenden Person. Somit impliziert das Prinzip der Gegenseitigkeit ein respektvolles Geben und Nehmen.

Anerkennung der Kompetenzen der Angehörigen

Die Unterzeichnenden engagieren sich, die Kompetenzen, die die Angehörigen durch ihre Erfahrung gewonnen haben, im gleichen Mass anzuerkennen wie diejenigen der Patienten und der Fachpersonen.

Anerkennung der Bedürfnisse der Angehörigen

Die Unterzeichnenden engagieren sich, alle Aspekte der Schwierigkeiten in Betracht zu ziehen, welche Angehörige erleben. Nur mit ihnen und den anderen betroffenen Partnern zusammen kann eine ihren spezifischen Bedürfnissen angepasste Lösung gefunden und verhandelt werden.

Solidarität und Verantwortung aller Partner

Die Unterzeichnenden stehen freiwillig für ihr solidarisches Engagement ein und tragen ihren Teil der Verantwortung in einem individuellen oder kollektiven Projekt der psychischen Gesundheit. Jeder Partner, egal, welche Rolle er innehat, bemüht sich, in einem Geist der Reziprozität und gegenseitigen Hilfe zu kooperieren.

Familiengeist

Die Unterzeichnenden engagieren sich, den Zusammenhalt der Familie zu fördern, die mit dem psychischen Leiden eines ihrer Mitglieder konfrontiert ist. Die ganze Aufmerksamkeit muss auf die Aufrechterhaltung des familiären Gleichgewichts, das oft bedroht ist, gerichtet sein. Die Partner bemühen sich, die Bedürfnisse jedes Familienmitglieds miteinzubeziehen, besonders diejenigen der Kinder. Die Störungen, die aufgrund von schmerzhaften Gefühlen, Zweifeln usw. entstehen und ein normales Funktionieren verhindern können, müssen in einem Klima des Vertrauens und der gegenseitigen Hilfe diskutiert und in Betracht gezogen werden.

Rechte und Bedürfnisse der Kinder

Die Kinder haben das Recht auf eine ausdrückliche Anerkennung ihrer Bedürfnisse in Bezug auf das psychische Leiden eines oder beider Elternteile. Sie verdienen eine besondere und systematische Aufmerksamkeit von Seiten der verschiedenen Fachleute, mit denen sie zu tun haben (medizinisch, sozial und schulisch). Altersgerechte Angebote, sich auszusprechen und zu informieren, werden ihnen vorgeschlagen.

Souveränität

Die Unterzeichnenden engagieren sich, die Autonomie der verschiedenen Partner, die an einem kollektiven Projekt der psychischen Gesundheit mitarbeiten, zu fördern.

Sicherheit

Die Unterzeichnenden engagieren sich, die nötigen Sicherheitsvorkehrungen für den Patienten und sein Umfeld zu treffen, ganz besonders in einer Situation des psychischen Notfalls oder des Spitalaustritts.

Individuelle Lösungen und kollektives Engagement

Die Unterzeichnenden betrachten die psychischen Störungen als etwas, das nach individuellen Lösungen und gleichzeitig kollektivem Engagement verlangt. Angehörige, Patienten und Fachpersonen sind Akteure, die an Projekten des Gesundheitswesens beteiligt sind.

Information und Kommunikation

Eine effiziente Kommunikation braucht Mittel, namentlich Strukturen, welche den Informationsaustausch möglich machen. Die Unterzeichnenden achten darauf, dass alle,

: Patienten, Angehörige und Fachpersonen, auf die nötigen Informationen welche für die Realisierung des gemeinsamen Projektes wichtig sind Zugriff haben.

: **Psychiatrie und Justiz**

: Die Unterzeichnenden engagieren sich, eine reflektierte und angemessene Umsetzung der Gesetzgebung zur Psychiatrie zu fördern, handle es sich um die Patientenrechte und die Rechte der Angehörigen (Patientenverfügungen, ärztliches Geheimnis usw.) oder um Zwangsmassnahmen (Fürsorgerische Unterbringung (FU), Zwangsbehandlung, unfreiwillige Spitaleinweisung usw.).

: **Angehörige und Gefängnis**

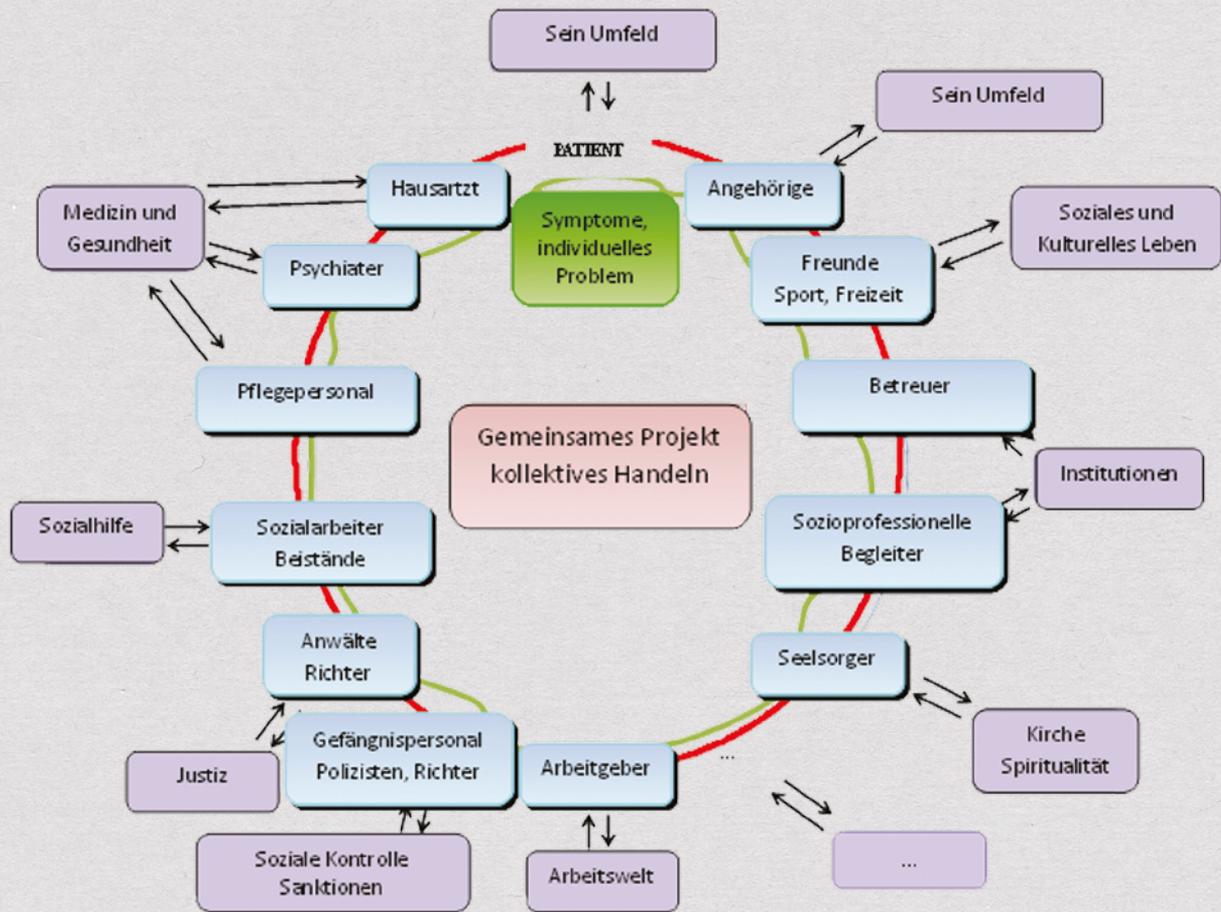
: Die Unterzeichnenden engagieren sich für eine Verbesserung der Lebensbedingungen der psychisch kranken Patienten im Gefängnis. Wenn dieses nicht entsprechend ausgestattet ist, ist das Gefängnis nicht geeignet für die Behandlung von psychisch kranken Patienten. Die Angehörigen müssen wie alle anderen Partner des Betreuungsnetzes mitarbeiten und eine Gesundungsdynamik unterstützen können, die die Wünsche des gefangenen Patienten respektiert, namentlich hinsichtlich seiner Behandlung. Gleich wie die anderen Partner werden sich die Angehörigen bemühen, der inhaftierten Person das Fortdauern einer sozialen Beziehung zu gewähren, die dazu geeignet ist, die Person im Lebensprojekt zu behalten.

: **Psychische Gesundheit, soziale Gesundheit und ziviles Engagement**

: Die Unterzeichnenden engagieren sich, eine zunehmend menschlichere Psychiatrie zu fördern, indem sie Aufbau und Betrieb kollektiver Strukturen bevorzugen, welche die Prinzipien und Werte respektieren, die in dieser Charta genannt werden.

: In diesem Bereich verfügen die Angehörigen, die oft Pioniere sind, über Ideen, Initiativen und Erfahrungen, die allen nützen.

Schema 1: Methodisches Vorgehen, vom Graap 2011 erarbeitet, welches aufzeigt, wie alle Partner untereinander verbunden sind und während der Aktivität selbst und je nach Entwicklung des Projekts kommunizieren.



ANHANG

Der untenstehende Text ist das Resultat einer Reflexion, die in allen Westschweizer Kantonen über die Kompetenzen und spezifischen Bedürfnisse der Angehörigen der psychisch beeinträchtigten Personen geführt wurde. Diese Reflexion hat ebenfalls erlaubt aufzuzeigen, dass sich der Angehörige seine Rolle und Haltung durch Erfahrung und Austausch mit anderen Personen aneignet, die mit ähnlichen Situationen konfrontiert sind. Damit sich ein Angehöriger um seine eigenen Bedürfnisse kümmern und die hier beschriebenen Kompetenzen entwickeln kann, ist der Zugang zu Information und Bildung ein Muss.

KOMPETENZEN

Präsenz und tägliches Engagement

Treue und Ausdauer

Der Angehörige, der mit dem Patienten eine affektive Beziehung hat, engagiert sich täglich mit Entschiedenheit und Ausdauer für dessen Gesundheit. Kommt es zu einem Rückfall, gibt er ihn nicht auf, sondern ist bereit, sich noch mehr anzustrengen, damit sich sein Zustand verbessert. Dank dem Angehörigen fühlt sich der Kranke geliebt und nicht allein gelassen, was immer passieren mag. Allein würde er seine Situation dramatisieren und wäre nicht mehr in der Lage, sein Leben positiv zu sehen.

Zuhören und Empathie

Indem der Angehörige respektvoll mit dem Kranken umgeht und ihm zuhört, erlaubt er ihm, seine Gefühle auszudrücken, was dazu beiträgt, ihn zu beruhigen und in seinem Umfeld ein positiveres Klima zu schaffen.

Verstehen und Akzeptieren

Der Angehörige hat Verständnis für den Kranken. Er kann die Situation akzeptieren und Abstand nehmen, wenn es nötig ist. Er kennt seine eigenen Grenzen und verhält sich auf eine verantwortliche und bewusste Weise.

Hoffnung

Durch seine Überzeugung, dass eine bessere Zukunft auf den Kranken wartet, verkörpert der Angehörige die Hoffnung auf eine Gesundung. Dem Angehörigen gelingt es, den Kranken von seinen schwarzen Gedanken abzubringen und lässt ihn an ein besseres Morgen glauben.

Erkennen und Mobilisieren von Ressourcen

Dadurch, dass er den Kranken gut kennt und mit ihm eine Vertrauensbeziehung unterhält, hilft ihm der Angehörige, seine eigenen Ressourcen zu stimulieren, und zeigt ihm seine Fähigkeiten auf, wieder auf die Beine zu kommen. Auf diese Weise kann er verhindern,

dass er in der Mutlosigkeit versinkt. Er kennt auch den gesunden Teil des geliebten Menschen, der weiterhin existiert und stimuliert werden muss.

Meistern des Alltags

Das Engagement des Angehörigen an der Seite des Kranken drückt sich auch in den täglichen Arbeiten aus: Kochen, Putzen, die Medikation überwachen, administrative Aufgaben erledigen usw.

Zeuge und sozialer Beobachter

Urteilsfähigkeit

Das tägliche Zusammenleben mit dem Kranken hat dem Angehörigen erlaubt, gewisse Strategien zu entwickeln, um der Verzweiflung des geliebten Menschen etwas entgegenzusetzen. Es kann sich dabei um einfache Worte und Gesten handeln, die aber für das Wohlbefinden des Kranken wirksam und nützlich sind.

Intuition

Als Zeuge der Entwicklung der Krankheit hat der Angehörige gelernt, bewusst oder unbewusst die verschiedenen Zeichen oder Äusserungen zu erkennen, die einer Periode der Verbesserung oder Verschlechterung des Gesundheitszustandes vorangehen. Ohne immer sagen zu können, weshalb, zeigt er sich fähig, zum Beispiel eine bevorstehende psychische Krise vorauszusehen. Er weiss auch instinktiv, wann der Kranke allein sein und wann er sich mitteilen will.

Beständigkeit der Beziehung

Der Angehörige, regelrechter « roter Faden » in der Geschichte des Kranken, garantiert die Kontinuität der Entwicklung. Der Kranke hat, wenn er entmutigt ist, die Tendenz, den Fortschritt nicht zu sehen. Der Angehörige als privilegierter Zeuge seiner Entwicklung wird ihn wertschätzen können, indem er ihm den zurückgelegten Weg in Erinnerung ruft.

Aufrechterhalten der sozialen Beziehung

Indem er verschiedene Aktivitäten und Treffen mit anderen Personen organisiert, offeriert der Angehörige dem Kranken die Möglichkeit, Beziehungen und Kontakte ausserhalb des engsten Kreises aufrechtzuerhalten, und erspart ihm dadurch die negativen Folgen des sozialen Ausschlusses.

Soziales Bindeglied

Bekanntmachen der Anliegen der Angehörigen

Durch sein Engagement für den Kranken trägt der Angehörige dazu bei, ein neues Bild der psychischen Krankheit und der Personen, die mit ihr konfrontiert sind, zu verbreiten. Indem er aktiv und engagiert für dieses Anliegen eintritt, erlaubt er zudem allen Angehörigen, die besondere Rolle, die sie spielen können, zu erkennen.

Ziviles Engagement

Der solidarische Angehörige, der täglich mit der psychischen Krankheit konfrontiert ist, hilft aktiv mit, den Blick der Gesellschaft auf die psychische Krankheit zu verändern, und erleichtert den Dialog zwischen den betroffenen Personen, indem er ihnen vorschlägt, sich zu vereinigen, um dazu beizutragen, dass sich die Einstellungen und Strukturen zum Guten verändern.

Die Angehörigen, die in der Gesellschaft und im lokalen Leben gut verankert sind, tragen zu Förderung eines besseren Zusammenlebens bei.

Dialog mit den Fachpersonen

Der Angehörige ist oft ein nützliches Bindeglied zwischen dem Patienten und dessen Versorgungsnetz.

BEDÜRFNISSE

Anerkennung und Integration ins Versorgungsnetz

Anerkennung des Status' als Akteur

Oft ist es für den Angehörigen nicht einfach, sich Gehör zu verschaffen in einem Versorgungsnetz, das ihm nicht immer Kompetenzen und eine eigene Rolle zugesteht oder das ihn manchmal als Bremse für die Gesundung betrachtet. Das Übergehen rechtfertigt sich nicht. Nur wenn der Angehörige als zentraler Akteur anerkannt wird, kann ein erfolgreiches Projekt der psychischen Gesundheit entstehen.

Veränderung der Haltung der Partner

Einige Fachpersonen des Gesundheitswesens, die sich manchmal als allwissend betrachten, arbeiten nicht oder wenig mit den Angehörigen zusammen, deren Meinung sie nicht wertschätzen oder zum Vornherein für unwichtig erklären. Eine Vermenschlichung der Beziehungen zwischen Fachpersonen und Angehörigen ist eine der Bedingungen, ohne die es keinen vertrauensvollen Dialog gibt.

Kommunikation und Weitergeben der Information

Der Angehörige weiss nicht immer, an wen er sich wenden soll, wenn er Informationen sucht oder weitergeben möchte. Als aktiver Partner muss er mit dem Fachpersonal und den verschiedenen anderen Beteiligten, die in die Betreuung des Kranken involviert sind, kommunizieren können. Damit diese Kommunikation produktiv ist, sollten die Fachpersonen sicherstellen, dass der Angehörige sie gut verstanden hat, und das Arztgeheimnis etwas lockerer handhaben, indem sie sich sagen, dass es in erster Linie den Interessen des Patienten dient.

Die Verantwortlichkeit teilen

Oft ist der Angehörige allein, wenn es darum geht, Entscheidungen zu fällen, die den Kranken betreffen. Das ist insbesondere der Fall, wenn es um die Frage geht, ob der

Kranke hospitalisiert werden muss oder nicht. Es ist notwendig, diese schwere Verantwortung auf die verschiedenen Partner des Versorgungsnetzes zu verteilen.

Zulassung des Netzes im Gefängnis

Die psychisch kranken Gefangenen, die nur wenig Kontakt mit ihren Angehörigen haben und manchmal mit einer nichtexistierenden Gesundheitsversorgung konfrontiert sind, können nicht richtig betreut werden. Es ist dringend, dass den Hilfs- und Behandlungsteams, aber auch den Angehörigen der Weg ins Gefängnis offen steht.

Unterstützung

Lernen, seine Emotionen zu kontrollieren

Der Angehörige, der mit der psychischen Krankheit konfrontiert ist, empfindet eine ganze Reihe von Gefühlen und Emotionen, die seinem Wohlbefinden schaden: Wut, Traurigkeit, Schuld, Ohnmacht... Der Angehörige benötigt so viel Aufmerksamkeit und Zuwendung wie der Kranke. Seine Gesundheit und sein persönliches und familiäres Gleichgewicht hängen davon ab. Zu lernen, wie er seine negativen Emotionen kontrollieren kann, erlaubt ihm, den Druck zu vermindern, seine Ressourcen sparsam zu benützen und zielgerichteter und massvoller zu helfen.

Auf andere Personen zählen können

Die physischen und moralischen Ressourcen der Angehörigen sind nicht unbegrenzt. Wenn sie erschöpft sind, sind die Angehörigen nicht mehr in der Lage, eine geeignete Unterstützung zu geben und bringen ihr eigenes Gleichgewicht in Gefahr. In diesen Momenten auf die Intervention von Personen des Netzes zählen zu können, ist sehr wichtig, sei es, um über seine Situation zu sprechen, ein wenig menschliche Wärme zu empfangen oder einfach eine Pause zu machen.

Mobilisation des Umfelds der Angehörigen

Das Umfeld der Angehörigen (Freunde, Arbeitskollegen, Nachbarn...) könnte ihnen angesichts ihrer Notlage Unterstützung geben. Aus Angst vor der psychischen Krankheit setzt sich dieses leider nicht genügend ein, was zur sozialen Isolation der Angehörigen beiträgt.

Administrative und juristische Schritte

Helpline 24/24 Stunden

Die Schaffung einer jederzeit erreichbaren Unterstützungsstruktur würde den Angehörigen, die mit Krisen oder psychiatrischen Notsituationen konfrontiert sind, erlauben, einerseits von konkreten Ratschlägen zu profitieren, wie sie am besten reagieren oder entscheiden sollen, andererseits ihre Gefühle auszudrücken.

Check-Liste

Die Schaffung einer Check-Liste der administrativen und juristischen Schritte, die auch

alle Adressen der Netzbeteiligten enthält, würde den Angehörigen erlauben, einfacher zu den benötigten Informationen zu kommen. Diese Check-Liste muss auf den Homepages der Vereine und medizinisch-psychosozialen Institutionen figurieren.

Spezialisierte juristische Dienst der Westschweiz

Mittels dieser Massnahme könnten die Dienste, die Pro Mente Sana anbietet, ergänzt werden, und den Angehörigen würde ein Dienst zur Verfügung stehen, der sie nicht nur informieren, sondern auch juristische Untersuchungen durchführen kann.

Bild

Entstigmatisierung der psychischen Krankheit

Aus Scham ziehen die Angehörigen noch allzu oft vor zu verbergen, dass einer der ihren an einer psychischen Krankheit leidet. Fehlende Kenntnis der psychischen Krankheitsbilder trägt dazu bei, sie zu tabuisieren. Wenn sie besser verstanden werden, machen sie weniger Angst und würden eher Empathie statt Misstrauen hervorrufen. Die Angehörigen würden vielleicht besser unterstützt und ihre Rolle in der Gesellschaft anerkannt und wertgeschätzt. Die solcherart geschätzten Angehörigen würden die Krankheit nicht mehr negieren oder sich ihrer schämen, sondern würden es wagen, darüber zu reden, Hilfe zu holen oder an Gesprächsgruppen teilzunehmen.

Kind eines psychisch Kranken

Betreuung der Kinder

Die Kinder psychisch Kranker benötigen eine besondere Betreuung. Wegen ihrer affektiven Beziehung mit dem Kranken müssen sie als vollwertige Partner betrachtet werden. Die Fachpersonen müssen sich informieren, ob ein Kranker Kinder hat oder nicht, und sicherstellen, dass auch sie eine Unterstützung erhalten. Es gibt verschiedene Informationsmodule, je nach Alter der Kinder, die ihre zahlreichen Fragen auf geeignete Weise beantworten können. Diese Art Material muss den Gesundheitsfachleuten, Lehrpersonen und Schulmediatoren bekannt sein, damit das Kind Zugriff erhält.

Eine neutrale Person muss bestimmt werden, welche die Entwicklung des Kindes verfolgt und begleitet. Sie soll sich um sein Erleben kümmern und ihm erlauben, seine Emotionen auszudrücken. Sie soll ihm aber auch helfen, seine eigenen Kompetenzen zu entdecken und zu entwickeln.

Politik

Politisches Engagement zu Gunsten der Angehörigen

Auch wenn es anerkannt ist, dass die Mithilfe der Angehörigen grosse Ersparnisse ermöglicht, begrenzt sich ihre Rolle nicht nur auf diejenige des Helfers. Auch sie haben Kompetenzen, die wertgeschätzt werden sollen – wie ihre Netzpartner. Die Politik wird aufgerufen, sich bewusst zu werden, dass die Angehörigen nicht nur Betreuungspersonal sind, denen ein Diplom fehlt, sondern vor allem Menschen voller neuer Ideen und mit einem sozialen Gewissen.

