



# Luzerner Zeitung

Donnerstag, 11. Oktober 2018

AZ 6002 Luzern | Nr. 235 | Fr. 3.50 | € 4.– [www.luzernerzeitung.ch](http://www.luzernerzeitung.ch)



**Kathleen McNurney**  
Die Tanz-Leiterin am  
Luzerner Theater feiert  
ihr 10-Jahr-Jubiläum. 15

## Kampf gegen ein altes Tabuthema

**Gesundheit** Psychische Probleme werden von Betroffenen meist verschwiegen. Eine Kampagne soll das nun ändern.

Michel Burtscher

Die Schweizer Bevölkerung soll mehr und offener über psychische Gesundheit reden. Das ist das Ziel einer neuen Sensibilisierungskampagne, die gestern lanciert wurde. Dahinter stecken die Deutschschweizer Kantone, die Stiftung Pro Mente Sana sowie Gesundheitsförderung Schweiz. Die Botschaft der Kampagne: «Rede über alles, auch über psychische Gesundheit.»

Viele Betroffene haben nämlich Angst davor, über psychische Erkrankungen oder Probleme zu sprechen. Das zeigt eine gestern zur gleichen Zeit in Zürich präsentierte Studie der Forschungsstelle Sotomo. Betroffene fürchten sich davor, als schwach oder nicht leistungsfähig zu gelten. «Wir haben versucht, ein psychisches Stimmungsbild der Schweiz zu zeichnen», sagte Michael Hermann, einer der Studienautoren.

### Stress, Konflikte und Depressionen

Dieses Stimmungsbild zeigt zwar, dass es den meisten Schweizerinnen und Schweizern im Moment gut geht. Doch gleichzeitig gaben zwei von drei Befragten an, dass sie in ihrem Leben auch schon längere Phasen erlebt haben, in denen sie psychische Probleme hatten. Gründe waren beispielsweise Stress, zwischenmenschliche Konflikte oder Depressionen. Schweigen Betroffene darüber und suchen keine professionelle Hilfe auf, kann das schwerwiegende und teure Folgen haben.

*Kommentar 6. Spalte* 3

«Wir haben versucht,  
ein psychisches  
Stimmungsbild  
der Schweiz zu  
zeichnen.»

Michael Hermann  
Forschungsstelle Sotomo

## Unwetter auf Mallorca fordert Todesopfer



**Palma** Bei einem schweren Unwetter auf Mallorca sind mindestens zehn Menschen ums Leben gekommen. Am stärksten betroffen war der Osten der spanischen Insel. In Sant Llorenç (Bild) wurden Autos von den Fluten aufeinandergestapelt. 18

Bild: EPA/Atienza (Sant Llorenç, 10. Oktober 2018)

## Kommentar

### Schluss mit dem Stigma

**Zuerst die gute Nachricht:** Einer Mehrheit der Schweizer geht es heute psychisch gut. Das zeigt eine neue Studie im Auftrag der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz. Auf die Frage, wie es ihnen gehe, antworteten die meisten mit «Gut» oder «Sehr gut». Das ist erfreulich, zeigt aber nicht die ganze Wahrheit: Zwei Drittel der Befragten gaben gleichzeitig an, dass sie in ihrem Leben schon einmal eine längere Phase erlebt haben, in denen es ihnen stimmungsmässig nicht gut ging. Wegen Stress und Überforderung beispielsweise oder auch Depressionen.

Die Zahlen zeigen: Psychische Probleme sind hierzulande weit verbreitet, in allen Altersklassen und sozialen Schichten. Umso erstaunlicher ist es, dass diese immer noch ein grosses Tabuthema sind. Gemäss den Studienautoren fürchten sich Betroffene vor allem davor, als schwach zu gelten oder als nicht leistungsfähig. Das scheint heute noch das grösste Hindernis für einen offenen Umgang mit psychischen Erkrankungen zu sein.

Das ist fatal: Denn das kann dazu führen, dass jemand keine professionelle Hilfe sucht oder zu spät. Das ist nicht nur tragisch für die Direktbetroffenen, sondern auch teuer für die Allgemeinheit: Die Folgekosten von psychischen Erkrankungen betragen 20 Milliarden Franken pro Jahr. Eine breite öffentliche Diskussion über die Thematik tut deshalb not. In der Pflicht sind alle: Familienangehörige, Freunde, Arbeitgeber. Die Stigmatisierung von Menschen mit psychischen Problemen und Erkrankungen muss aufhören. Es wäre zu wünschen, dass davon betroffene Personen irgendwann so offen darüber reden können wie andere über einen Beinbruch oder eine Herzoperation.



Michel Burtscher  
[schweiz@luzernerzeitung.ch](mailto:schweiz@luzernerzeitung.ch)

## Offene Fragen aus der Heimat

**Bundesratsnachfolge** Eigentlich galt CVP-Nationalrätin Viola Amherd als eine der aussichtsreichsten Kandidatinnen für die Nachfolge von Bundesrätin Doris Leuthard. Doch ausgerechnet aus ihrem Heimatkanton Wallis droht Ungemach. Das Bezirksgericht Brig hat die Erbengemeinschaft rund um die Familie Amherd erstinstanzlich verurteilt. Sie habe zu hohe Mietzinse verlangt. Im CVP-Lager fragt man sich, wieso dies gerade jetzt publik wird. Amherd wehrt die Vorwürfe ab: «Wenn ich das rein sachlich anschau, ist es ein Zivilverfahren, das keinen Zusammenhang mit dem politischen Amt hat.» (tab) 5

## Firmensteuern: Regierung versenkt genauere Kontrolle

**Kanton Luzern** Bis zu 4,1 Millionen Franken könnten der Kanton Luzern und die Gemeinden pro Jahr zusätzlich einnehmen – würden die Steuerdossiers der Firmen genauer geprüft. Dies zeigte der Regierungsrat im Rahmen des Konsolidierungsprogramms 17 auf – und wollte ein Inspektorat aufbauen. Nun hat er sich von diesen Plänen wieder verabschiedet, wie dem kürzlich veröffentlichten Aufgaben- und Finanzplan zu entnehmen ist.

Der Luzerner SP-Präsident und Kantonsrat David Roth hat deshalb ein dringliches Postulat eingereicht und fordert: Die vier

Stellen für Steuerexperten sollen geschaffen werden. Im Vorstoss schreibt Roth, es sei «ein falsches Signal an die ehrlichen Unternehmen», wenn der Kanton freiwillig auf Einnahmen verzichte.

### Unterstützung durch Bürgerliche fehlt

Grosse Chancen dürfte das Postulat im Kantonsrat jedoch nicht haben. Die Bürgerlichen werden kaum zustimmen. Das Anliegen gehöre in die Kommission und nicht in den Rat, heisst es. Und die CVP etwa ist überzeugt, dass die Regierung gute Gründe für ihren Entscheid habe. (cgl) 19

## SC Kriens suspendiert Spieler

**Fussball** In der Challenge League ist der SC Kriens lediglich Tabellenvorletzter, und eigentlich will er am Wochenende die Eröffnungsfier seines neuen Kleinfeld-Stadions zelebrieren. Doch nun werden die Feierlichkeiten von einem Eklat gestört: Der SCK suspendiert per sofort Marco Mangold, den Spieler des Fanionteams.

Der 31-jährige Mittelfeldakteur Mangold hatte zuletzt gegen Vaduz (2:2) selber nicht gespielt, soll aber nach dem Spiel in der Umkleidekabine mit Trainer Bruno Berner aneinandergesessen sein und sich im Ton vergriffen haben. (tlu) 34

## «Lion Lodge» darf abgerissen werden

**Luzern** Die Stadt Luzern hat ein brisantes Baugesuch bewilligt. Es handelt sich um den umstrittenen Abriss und Neubau der Gebäude an der Zürichstrasse 55/57. Desessen Eigentümer will das darin befindliche Hostel Lion Lodge durch ein grösseres Boutique-Hotel ersetzen. Die Anwohner der dahinter verlaufenden Steinenstrasse wehren sich seit langem gegen das Projekt. Sie befürchten weitere Abrisse und deshalb einen «schleichenden Tod der Steinenstrasse». Mitglieder des Vereins Pro Steinenstrasse werden den Entscheid der Stadt deshalb mit einer Verwaltungsgerichtsbeschwerde anfechten. (bb) 20



# Wenn Schweigen krank macht

**Gesundheit** Zwei Drittel der Schweizer haben im Verlauf ihres Lebens schon einmal unter psychischen Problemen gelitten – dennoch ist das Thema tabu. Mit einer Sensibilisierungskampagne will die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz das nun ändern.

Michel Burtscher

Zum ersten Mal passiert es, als Jasmin Jossen knapp zwanzig Jahre alt ist. Sie fällt in ein psychisches Tief, hat eine Erschöpfungskrise, ist überfordert, oft sehr emotional, kann teilweise nicht mehr nachvollziehen, was gesprochen wird. Die Walliserin studiert zu jener Zeit Kommunikationswissenschaften im Tessin. Zum ersten Mal ist sie weg von zu Hause, von ihrer Familie, von ihrem gewohnten Umfeld. Sie ist alleine, in einem fremden Kanton, in dem eine fremde Sprache gesprochen wird.

«Ich war mit vielen neuen Herausforderungen konfrontiert», sagt Jossen. Es waren zu viele für die junge Frau. Ihr Studium im Tessin brach sie nach einem Semester ab, begann ein neues im Wallis. Sie war zwar wieder in der Heimat, in der gewohnten Umgebung, doch die Probleme hielten an. In dieser Zeit liess sie sich dann zum ersten Mal in einer psychiatrischen Klinik behandeln. Die Diagnose: Erschöpfungsdpression.

### Betroffene fürchten sich vor Stigmatisierung

Die Geschichte von Jasmin Jossen ist kein Einzelfall. Viele Menschen in der Schweiz haben schon einmal an psychischen Problemen und Erkrankungen wie Stress, Überlastung, Angstzuständen oder Depressionen gelitten. Das zeigt eine neue repräsentative Studie mit 5500 Personen, welche die Forschungsstelle Sotomo im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz durchgeführt hat. Die Ergebnisse wurden gestern, am internationalen Tag der psychischen Gesundheit, vorgestellt. Demnach haben zwei Drittel der Befragten an, im Verlauf ihres Lebens schon einmal unter einer «psychischen Beeinträchtigung» gelitten zu haben. Fast alle kennen Betroffene. Als Hauptgrund für eine «negative psychische Stimmung» gaben 42 Prozent der Befragten Stress und Überlastung an, 37 Prozent zwischenmenschliche Konflikte. 15 Prozent litten an seelischer Erschöpfung, 13 Prozent an Angstzuständen und 12 Prozent an Hoffnungslosigkeit und Depression.

Gleichzeitig zeigt die Studie auf, dass sich Betroffene auch heute noch vor einer Stigmatisierung fürchten. 70 Prozent der Befragten haben Angst davor, über ihre Situation zu sprechen. Sie erwarten zwar keine gesellschaftliche Achtung mehr wie früher. Roger Staub, Geschäftsführer der Stiftung Pro Mente Sana, sagte: «Vor 40 bis 50 Jahren hat man Menschen mit psychischen Problemen oft einfach weggesperrt.» Das ist heute anders. Die Betroffenen befürchten aber, dass sie als nicht leistungsfähig oder schwach gelten, wenn sie über ihre



Stress am Arbeitsplatz oder im Studium kann zu psychischen Problemen führen.

Bild: Getty

Probleme reden. Sie befinden sich in einem Teufelskreis: Sie wünschen sich zwar, dass man sie ernst nimmt und ihnen zuhört. Doch gleichzeitig fürchten sie sich vor der Reaktion ihres Umfelds – und schweigen. Doch dadurch kann sich ihr Zustand verschlechtern.

Das erlebte auch Jasmin Jossen in ihren frühen Zwanzigern. «Am Anfang habe ich geschwiegen über meine Situation», sagt sie. «Ich habe sogar den Kontakt mit Menschen gemieden, weil ich Angst hatte vor der simplen Frage, wie es mir gehe.» Sie fürchtete sich aber nicht nur vor der Stigmatisierung, die sie durch andere erfahren könnte. Sie stigmatisierte sich auch selber, wie sie rückblickend sagt. «Ich wollte nicht akzeptieren, dass mir das passiert, wollte schnell wieder leistungsfähig sein.» Doch das machte alles nur noch schlimmer. Der Wendepunkt kam, als sie begann, sich vertieft mit ihrer Erkrankung auseinanderzusetzen, sie zu akzeptieren. «Ich habe gelernt, dass eine psychische

Krankheit kein Defizit ist. Jeder Mensch hat Krisen in seinem Leben.» Doch vor allem begann sie auch, über ihre Situation zu reden.

### Fünf Millionen Franken für eine Sensibilisierungskampagne

Hier wollen die Deutschschweizer Kantone, die Stiftung Pro Mente Sana und Gesundheitsförderung Schweiz ansetz-

zen. Sie haben gestern eine Kampagne lanciert. Die Botschaft: «Rede über alles, auch über psychische Gesundheit.» Kostenpunkt: rund fünf Millionen Franken über vier Jahre. «Es ist eine Investition, die sich mehr als lohnt für die Menschen in der Schweiz», sagte Heidi Hanselmann, St. Galler Gesundheitsdirektorin und Präsidentin der Stiftung Gesundheit Schweiz, vor den Medien.

Mit Plakaten soll die Bevölkerung für den Umgang mit psychischen Leiden sensibilisiert werden. Roger Staub sagte: «Es ist uns natürlich auch klar, dass ein paar Plakate selbst noch nicht viel bewirken.» Ziel sei es, die Problematik zum öffentlichen Thema zu machen. Es soll selbstverständlicher und einfacher werden, über psychische Belastungen zu sprechen – und damit eine raschere Hilfe ermöglichen. Denn weil viele Menschen Angst davor haben, über ihre Probleme zu sprechen, suchen sie oft auch zu spät Hilfe bei Experten. Die jährlichen Folgekosten von psychischen Krankhei-

ten belaufen sich auf zwanzig Milliarden Franken, wie Heidi Hanselmann ausführt.

«Das Bild, das viele Menschen von psychischen Erkrankungen haben, muss sich ändern», sagt Jasmin Jossen. Sie ist heute 37 Jahre alt. Aus ihrem vermeintlichen Defizit hat sie ihren Beruf gemacht. Sie hat sich zur sogenannten Peer oder Expertin aus Erfahrung ausbilden lassen. Das sind Menschen, die selber Erfahrungen mit einer psychischen Erkrankung gemacht haben und anderen Betroffenen nach einer entsprechenden Weiterbildung helfen. Seit 2015 arbeitet Jossen als Fachmitarbeiterin bei Pro Mente Sana. Ihr geht es gut, auch wenn die Krankheit immer noch Teil ihres Lebens ist. «Psychische Krisen bedeuten nicht die Endstation. Sie bedeuten auch nicht, dass man schwach ist», betont Jossen. «Wenn wir über unsere psychische Gesundheit miteinander reden, brechen wir das Tabu und damit auch die Stigmatisierung auf.»

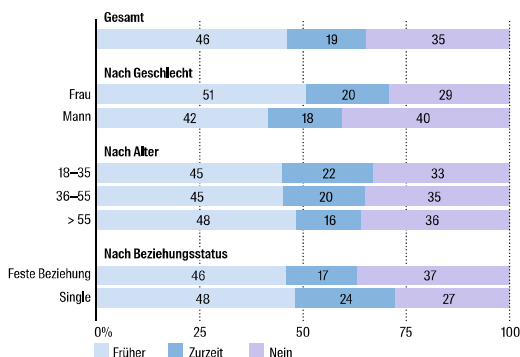


Jasmin Jossen

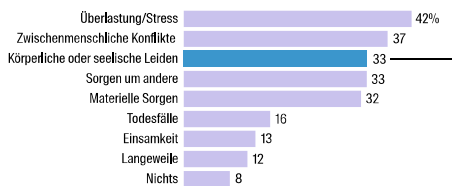
Bild: PD

## Die psychische Stimmungslage der Schweizer

Erfahrung einer Zeit im Leben, in denen es stimmungsmässig über längere Zeit nicht gut ging.



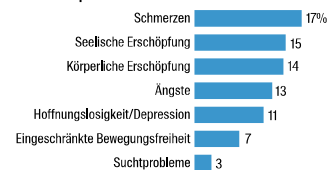
Belastungen, die sich in den vergangenen 12 Monaten negativ auf die emotionale Grundstimmung ausgewirkt haben.



Befürchtungen, wenn das Umfeld erfahren würde, dass es einem psychisch nicht gut geht.



### Detail: Körperliche oder seelische Leiden



### Quelle:

Die Forschungsstelle Sotomo hat im September 2018 über 5500 Menschen in der Schweiz zu ihrem psychischen Wohlbefinden und zur Art, wie sie darüber sprechen, online befragt. Die Befragungsergebnisse sind repräsentativ für die erwachsene Bevölkerung gewichtet. Entstanden ist dabei ein psychisches Stimmungsbild der Schweiz.

Grafik: sbu