

abo+ AKTIONSTAGE PSYCHISCHE GESUNDHEIT

«Psychische Erkrankungen machen vor dem Gesundheitspersonal nicht Halt»: Eine Betroffene kämpft gegen das Tabu in der Psychiatrie

Was, wenn Psychiaterinnen und Pfleger eine Depression bekommen, ausbrennen oder tablettenüchtig werden? Pflegefachfrau Andrea Scheidegger kennt die Psychiatrie beruflich und als Patientin. Am Podium am 6. November erzählt sie von ihren Erfahrungen.

Daniela Deck

05.11.2025, 05.00 Uhr

 Jetzt kommentieren

abo+ Exklusiv für Abonnenten

Pflegekräfte in der Psychiatrie haben einen Beruf, der sie stark beansprucht. Jeden Tag investieren sie nicht nur Fachwissen und Erfahrung, sondern auch etwas von ihrer seelischen Kraft dafür, dass die Patienten gesund werden. Was geschieht, wenn Psychiaterinnen und Psychiatriepfleger selbst eine Psychose erleiden, eine Depression bekommen oder suchtkrank werden? Finden sie Verständnis in der Gesundheitsbranche oder werden sie gar diskriminiert? Getrauen sie sich überhaupt Hilfe zu suchen?



Andrea Scheidegger will dafür sorgen, dass das Gesundheitspersonal sich bei psychischen Krisen Hilfe holen kann, ohne dafür ausgegrenzt zu werden.

Bild: José R. Martinez

Aller Aufklärung und Sensibilisierung zum Trotz sind psychiatrische Krankheitsbilder nicht nur in der breiten Bevölkerung noch immer stigmatisiert, sondern auch innerhalb der Gesundheitsbranche. Die Folge: Für Angestellte im Gesundheitswesen liegt die Schwelle besonders hoch, bei psychischen Belastungen Hilfe zu holen – und wenn sie es tun, in

Fachkreisen auch noch Akzeptanz für die Krankheit zu finden. Das zeigen Studien. Diesem Tabu will der Anlass «Stigma in der Psychiatrie» entgegenwirken, der im Rahmen der Aktionstage Psychische Gesundheit stattfindet.

Mehr Zeit für den Menschen

Eine Teilnehmerin am Podium ist Andrea Scheidegger. Sie kennt beide Seiten der Psychiatrie, als Pflegefachfrau HF in der stationären und ambulanten Arbeit und als Patientin. Scheidegger setzt sich dafür ein, dass auch Leute, die in der Psychiatrie tätig sind, die Scham ablegen, wenn sie selbst von Schizophrenie, Depression und Co. betroffen sind, sodass sie frühzeitig Hilfe holen.

Die 34-Jährige hat ihre berufliche Laufbahn auf der somatischen Pflege begonnen und schon zwei Jahre nach dem Ende der Ausbildung im Inselspital Bern auf die Psychiatriepflege umgesattelt. In diesem Segment verfügt Scheidegger über zehn Jahre Erfahrung.

Seit dem Sommer 2024 ist sie im Gesundheitsamt tätig und leitet seit Anfang dieses Jahres das kantonale Aktionsprogramm 2025-2028 im Rahmen der Gesundheitsförderung. Das Programm richtet sich an Erwachsene, die von Armut betroffen sind. Im Segment der Altersgruppe 25 bis 65 gehört der Kanton Solothurn zu den fünf Pilotkantonen, die eine Lücke bei der Erwachsenenarbeit schliessen sollen; für Kinder und Jugendliche sowie Seniorinnen sind solche Aktionsprogramme etabliert.

«Ich wollte immer mit Menschen arbeiten und habe schnell gemerkt, dass mir dazu in der Psychiatrie mehr Zeit bleibt als in der Somatik», sagt Scheidegger. Nach einem Nachdiplomkurs in psychiatrischer Pflege und Betreuung arbeitete sie bei den Erwachsenen zuerst stationär in der Krisenintervention, später in der aufsuchenden, also ambulanten Versorgung.

Persönliche Betroffenheit beruflich nutzen

Immer stärker wurde ihr Wunsch, nicht nur bei der Genesung zu helfen, sondern auch vorbeugend tätig zu sein. Auch die klassische Rollenverteilung zwischen Fachpersonen, Betroffenen und Angehörigen möchte sie entwickeln und miteinander verbinden. «Psychische Erkrankungen machen vor dem Gesundheitspersonal nicht Halt. Die Erfahrung und Verarbeitung solcher Krisen können zu einem wertvollen Erfahrungsschatz werden, der sich beruflich nützen lässt», argumentiert Scheidegger. Sie selbst hatte bei ihrer psychischen Krise verständnisvolle Vorgesetzte – keine Selbstverständlichkeit.

«In unserem Gesundheitssystem wird spät angesetzt. Mir ist auch wichtig, dass Störungen gar nicht erst entstehen», erklärt sie ihre zweite Weiterbildung für Gesundheitsförderung und Prävention. Diese hat der jungen Mutter, sie hat einen zweijährigen Sohn und ist verheiratet, den Weg zur Projektleitung im Gesundheitsamt geebnet. Beim CAS-Kurs lernte sie die Leiterin der Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention, Manuela Meneghini, als Dozentin kennen. «Sie und überhaupt das Gesundheitsamt stärken mir den Rücken», freut sich Scheidegger.

Das Tabu brechen

Dass Andrea Scheidegger am Donnerstagabend am Podium von ihren Erfahrungen erzählt, kam allerdings nicht über ihre Arbeit zustande, sondern geht auf ihr Engagement am «Internationalen Psychiatriekongress zu seelischer Gesundheit und Recovery» zurück: Sie steht dazu, dass sie Krisenintervention, Psychotherapie und Psychopharmaka selbst an Seele und Körper erlebt hat – als Patientin.

Danach hatte sie einen anderen Zugang zu Patienten und Patientinnen, die von Hilflosigkeit reden und darüber, sich ausgeliefert zu fühlen. Scheideggers berufliches Wissen ist nun eingebettet in die Erinnerung an die eigenen Gefühle und Ängste und Hoffnungen, am Tiefpunkt und auf dem Weg zur Gesundung.

Dass sie ihre Diagnose nicht in der Zeitung lesen will, hat nichts mit Geheimniskrämerei zu tun und schon gar nichts mit Scham. Scheidegger erklärt: «Bei den psychischen Störungen und Krankheiten gibt es solche, die gesellschaftlich schon eher akzeptiert sind und solche, die es noch nicht sind. Mir ist es wichtig, diese Schubladisierung zu überwinden und Akzeptanz für alle Krankheitsbilder zu schaffen.»

Es gehe beim Podium nicht darum, Schuldige zu suchen, sondern darum, ein Tabu zu brechen. Anschliessend kann das Publikum Fragen stellen und Meinungen äussern. Scheidegger hofft auf einen lebhaften Austausch.

Stigma in der Psychiatrie – Umgang und Betroffenheit am 6. November um 18-19.15 Uhr im Restaurant der Psychiatrischen Klinik, Weissensteinstrasse 102 in Solothurn, anschliessend Apéro.