



Der tödliche Verkehrsunfall am vergangenen Sonntag in Triesen: Innert Sekunden kann das Schicksal zuschlagen und einem das Liebste wegnehmen. In solchen Situationen sind die Betreuer und Betreuerinnen des Kriseninterventionsteams gefragt.

# Wenn die Seele blutet

Seit elf Jahren ist das KIT Anlaufstelle für Menschen in schwierigen Situationen

**SCHAAN – Niemand ist sicher vor Lebenskrisen. Innert Sekunden kann eine Situation die Welt aus den Angeln heben. In solchen Fällen kommt das KIT zum Einsatz. Auch Astrid Oehri-Blum gehört zu den Seelentrösterinnen.**

• Mario Heeb

«Volksblatt»: Sie sind eine von sieben Betreuerinnen des Kriseninterventionsteams Liechtenstein. Was reizt Sie an dieser verantwortungsvollen Aufgabe?

**Astrid Oehri-Blum:** Mit Krisenintervention setzte ich mich schon vor vielen Jahren auseinander, mit dem Ziel, einmal im KIT mitzuarbeiten. Ich nutzte jede Möglichkeit, mich für diese Arbeit vorzubereiten, habe Literatur gelesen und letztlich waren es auch eigene Erfahrungen im Umgang mit Tod, Trauer und Ohnmacht. Schon vor meiner Arbeit im KIT, begleitete ich enge Bekannte und Freunde in schwieriger Zeit. Ich spürte und wusste, dass ich auf dem richtigen Weg bin. Heute macht es mich froh, glücklich und zufrieden, wenn ich nach einem Einsatz nach Hause komme und gute Arbeit geleistet habe. Ich lerne immer wieder Neues dazu und nutze die Weiterbildungen. In diesem Jahr beginne ich eine Zusatzausbildung zum Thema Krisenintervention.

**Krise bedeutet für mich der Verlust des seelischen Gleichgewichts**

**Wie definieren Sie das Wort Krise?**

In erster Linie gilt es, die Krise als Wendepunkt im Leben, von der akuten Krise, zu unterscheiden.

Krise bedeutet für mich der Verlust des seelischen Gleichgewichts, den ein Mensch verspürt, wenn er mit Ereignissen und Lebensumständen konfrontiert wird, die er im Augenblick nicht bewältigen kann, weil sie von Art und Ausmass den Menschen in der momentanen Lebenssituation überfordert.

Die Krise als Wendepunkt: Im Laufe des Lebens macht sicher jeder Mensch verschiedene Krisen durch und entwickelt eigene Strategien, um diese zu bewältigen. Dabei spielen für mich zwischenmenschliche

Beziehungen in der Verarbeitung von Krisen eine grosse Rolle.

Die akute Krise: Hier kommt das KIT zum Einsatz, z. B. bei Ereignissen mit Todesfolge.

**Jeder reagiert anders in Krisensituationen. Gibt es Tricks, wie man am schnellsten solchen Situationen entkommt?**

Menschen, die offen auf andere zugehen, mitteilsam sind, tun sich vielleicht etwas leichter. Eine gute Voraussetzung ist immer, in einer Krisensituation liebe Menschen um sich zu haben, die zuhören aber nicht werten. Wenn man beispielsweise in einer schwierigen Lebenssituation nicht mehr zurechtkommt, antriebslos und müde ist, den Alltag nicht mehr bewältigen und nachts nicht mehr abschalten kann, sollte man professionelle Hilfe anfordern.

## Ich kann mich gut abgrenzen

**Wann wird das KIT von wem angefordert?**

Das Team wird in akuten Krisen z. B. durch die Polizei, Rettung oder Arzt aufgebeten. Auch Privatpersonen können das KIT anfordern.

**Das Ziel von KIT ist, die betroffene Person wieder handlungsfähig zu machen. Was heisst das?**

In der akuten Krise durchleben die Betroffenen verschiedene Phasen: Krisenschock, Reaktionsphase, Bearbeitung und Neuorientierung. Wir beraten, begleiten, unterstützen und motivieren in den einzelnen Phasen und helfen so, wieder handlungsfähig zu werden.

**Wie lange dauert im Normalfall der Einsatz des Teams?**

In der Regel nicht länger als drei bis vier Stunden. Wir arbeiten vernetzt mit verschiedenen Institutionen wie Therapeuten und Ärzten zusammen.

**Wer beim Kriseninterventionsteam arbeitet braucht starke Nerven. Welche Situationen gehen Ihnen unter die Haut?**

Ich kann mich gut abgrenzen. Doch weil ich selber Kinder habe, gehen mir Situationen mit Kindern und Jugendlichen mehr unter die Haut. Das Abgrenzen wird auch

schwieriger, wenn Freunde oder Bekannte betroffen sind. Aber in der Ausbildung lernt man professionell damit umzugehen.

**Aber bestimmt gibt es auch schöne Erfahrungen.**

Ich erinnere mich an einen Einsatz, der sich im Verlaufe des Abends in eine lustige Situation gewandelt hat. Zwei Touristen waren mit knapper Not einem Brand entkommen und kamen mit leichten Rauchgasverletzungen davon. Sie erholten sich sehr schnell. Durch unsere Betreuung liess der grosse Schreck langsam nach. Daraufhin meinte einer der Touristen: «Ich hätte nicht gedacht, dass Vaduz so eine heisse Stadt ist.» Noch am selben Abend sind die beiden Personen aus dem Spital entlassen worden. In gemütlicher Runde tranken wir gemeinsam ein Glas Wein und haben auf das grosse Glück angestossen.

**Wie viele Einsätze hat das Team in einem Durchschnittsjahr?**

Im vergangenen Jahr sind wir 92 Mal im Einsatz gewesen, Tendenz steigend. Ich hatte neun Einsätze.

**Ihre Arbeit ist Lebensschule par excellence. Was lernten Sie bei den verschiedenen Einsätzen fürs Leben?**

Ich lernte, intensiver zu leben, mich an Dingen zu freuen, die vielleicht morgen nicht mehr sind. Es ist gut mitzuerleben, dass man in der akuten Krise nach gewisser Zeit auch

Positives und Gutes erkennt und dass wir mit Sicherheit wissen, dass das Leben weitergeht. Weiters habe ich gelernt, dass Erinnerungen die grösste Hinterlassenschaft sind, die einem niemand nehmen kann.

**Hat die Religion eine Bedeutung für Sie als KIT-Mitglied?**

Ich denke, der Glaube ist immer ein guter Begleiter. Wir arbeiten auch mit Seelsorgern zusammen.

**Wie können Sie sich am besten entspannen?**

Meine grösste Leidenschaft ist das Gestalten und Einrichten von Räumen. Ich liebe auch die Natur und fotografiere gerne und viel. Doch absolute Erholung erlebe ich jedes Jahr mit meiner Familie auf Sardinien.



Astrid Oehri-Blum.

## KIT IN ZAHLEN

Das Kriseninterventionsteam wurde gegründet von Walter Kranz, Karin Rüdiger-Quaderer und Pepo Frick. Geschäftsführerin ist Karin Rüdiger-Quaderer. Sieben Teammitglieder sind regelmässig im Einsatz. Das KIT hatte seit seiner Gründung über 500 Einsätze. Im Vergleich zum Jahr 2000 mit 50 Einsätzen waren es im vergangenen Jahr über 90 Einsätze.

**Ereignisstatistik 2008**  
**Psychiatrische Notfälle:** 43 Prozent  
**Todesfälle:** 15 Prozent

**Suizid:** 5 Prozent  
**Straftaten:** 12 Prozent  
**Andere:** 25 Prozent (psychische Krisen, häusliche Gewalt, Suizidandrohungen, Brandfälle, Verkehrsunfälle, Lawinen- und Bergunfälle und Arbeitsunfälle)

**KIT wurde im 2008 aufgebeten von:**  
 Landespolizei: 61 Prozent  
 Andere z. B. KIT-Telefon, Arbeitgeber, Schulen, Gemeinde- oder Landesverwaltung, Spitäler u.s.w.: 30 Prozent  
 Ärzte: 5 Prozent  
 Amt für Soziale Dienste: 4 Prozent

# Suizid ist kein Ausweg

## Selbstmordversuchsrate steigt seit Jahren

**SCHAAN – Der Freitod von Fussballstar Robert Enke hat hohe Wellen geschlagen und Betroffenheit ausgelöst. Was aber sind die Gründe dafür, dass sich Menschen für den Suizid entscheiden?**

• Hubert Hasler

«Rund die Hälfte der Menschen mit schweren Depressionen entwickeln Suizidgedanken», sagt Walter Kranz, Psychologe vom «Netzwerk», dem Verein für Gesundheitsförderung in Liechtenstein. Trotzdem gäbe es aber auch immer wieder Menschen, die keine depressiven Symptome gezeigt haben und dennoch den Freitod wählen. Dass die Beziehung zwischen Depressionen und Suizid nicht so eng sei wie oft vermutet wird, zeige sich auch darin, dass sich mehr Männer als Frauen das Leben nehmen. Das erstaune, weil Frauen häufiger depressiv seien. «Frauen achten besser auf sich und ihre Gesundheit und suchen früher einen Arzt oder Therapeuten auf. Männer hingegen handeln aggressiver und radikaler.» Für beide Geschlechter gelte aber, dass «impulsive Menschen ein höheres Suizidrisiko haben».

### Alte Menschen häufig betroffen

Am meisten betroffen sind sehr junge und sehr alte Menschen. «Bei

Menschen über 65 Jahren steigt gegen die landläufige Meinung das Suizidrisiko an. Dort ist die Suizidrate am höchsten», sagt Kranz. In absoluten Zahlen seien Selbstmorde im hohen Alter aber nicht so häufig, da Männer vielfach gar nicht alt würden. Die Gründe in dieser Altersgruppe seien hauptsächlich kritische Lebensereignisse wie etwa Sinneskrisen, Verlust der Selbstständigkeit und auch Krankheiten. «Tendenziell stiegen in den letzten Jahren die Suizide und Versuche dazu», sagt Kranz. Die Zahlen in Liechtenstein seien aber nicht repräsentativ, da das Land klein sei und sich Zufallsschwankungen deshalb stark auf die Bilanz auswirken.

### 41 Suizide in acht Jahren

Zwischen 1999 und 2007 nahmen sich gemäss Statistischem Jahrbuch hierzulande 41 Menschen das Leben. Diese Zahl sei aber mit Vorsicht zu betrachten. Manchmal höre man auch, dass der Arzt, der die Todesursache feststelle, Rücksicht auf die Angehörigen nehme und den Todesfall nicht als Suizid deklariere. «Trotzdem schätzt man die Dunkelziffer nicht als sehr hoch ein», sagt Kranz. Die Suizidversuche hingegen sind zum Vergleich mit dem Freitod wesentlich häufiger: «Man nimmt an, dass diese Zahl 10 bis 15 Mal höher liegt.»



### Psychische Erkrankungen sind vielfach Ursache für den Freitod.

Karin Rüdiger-Quaderer vom Kriseninterventionszentrum (KIT) stellt in diesem Jahr einen Rückgang bei den Interventionen des Kit wegen Suiziden fest. «Wir wurden aber vermehrt von der Landespolizei, Ärzten und auch den Betroffenen selbst für Einsätze bei Suizidandrohungen von Leuten aufgeboten.»

### Merkmale von Suizidgefahr

Wie aber können Menschen erkennen, ob jemand im persönlichen Umfeld selbstmordgefährdet ist? «Die wichtigste Information ist die Ankündigung des Suizides oder den Versuch dazu», sagt Kranz. Die landläufige Meinung, dass Per-

sonen, die von Selbstmord sprechen, diesen nicht durchführen, sei eine katastrophale Fehleinschätzung. Man könne aber auch einen Suizidgefährdeten dann erkennen, wenn sich jemand als hoffnungslos bezeichne, sich zurückziehe und sich selbst vernachlässige. Dann sollte man unbedingt diese Person direkt auf Selbstmordgedanken ansprechen. «Die Angst, damit den Anderen auf dumme Gedanken zu bringen, ist fehl am Platz.» Es ist dann für die Betroffenen ratsam, die Scheu zu überwinden und mit einem Arzt oder Therapeuten Kontakt aufzunehmen. Denn professionelle Hilfe kann Leben retten.

# 10 Jahre Hilfe im Notfall

Das Kriseninterventionsteam Liechtenstein feiert Jubiläum

**SCHAAN – Seit 10 Jahren entlasten Fachkräfte des KIT die Landespolizei, den Notfallarzt und die Rettungsorganisationen bei Notfällen. Das Jubiläum feiert das KIT mit einem neuen Erscheinungsbild und einer neuen Webseite.**

• Helena Wilhelm

Seit Juni 1998 geben Fachkräfte aus den Bereichen Psychologie und Psychiatrie, Medizin, Sozialarbeit und Pädagogik rasche und professionelle Unterstützung, wenn Menschen in extreme Belastungen geraten. Solche Ereignisse sind zum Beispiel: Suizide von Angehörigen, tödliche Unfälle, rasch zum Tode führende Erkrankungen, Verbrechen oder häusliche Gewalt. Ereignisse, die jederzeit passieren und jeden von uns treffen können. Das Kriseninterventionsteam entstand vor gut zehn Jahren, da das Team dachte, man sollte etwas gegen die hohe Suizidrate unternehmen. Das KIT leistet somit «Erste Hilfe für die Seele» und war seit der Gründung 550-mal und zwei Mal pro Woche im Einsatz. Die stetig steigenden Einsatzzahlen lassen sich durch den gestiegenen Bekanntheitsgrad des KIT sowie der Akzeptanz der anbietenden Organisationen wie der Landespolizei erklären.

## Neues Erscheinungsbild

Zum diesjährigen Jubiläum präsentiert sich das KIT mit einem neuen Logo und der neuen Homepage [www.kit.li](http://www.kit.li) mit vielen Infor-



**Unterstützt und berät in Krisensituationen: Das Kriseninterventionsteam Liechtenstein.**

mationen. Die Zeichenmarke «KIT» wird durch ein besonderes Bildzeichen visuell bereichert. Das «K mit rotem Punkt» symbolisiert einen Menschen. Damit möchte das KIT den Menschen als solchen in den Mittelpunkt seiner Tätigkeit stellen. Für die Buchstaben KIT wurde ein neuer Schrifttyp gewählt. Diese betont kräftige Typo wurde bewusst gewählt, um eine gewisse Aufmerksamkeit (z. B. beim Einsatz an einem Unfallort) zu erzielen. Die Farbe Rot ist bewusst aufgrund ihrer Signalwirkung ausgewählt worden. Mit der Farbe Rot werden Themen assoziiert wie Energie, Aktivität, Kraft, aber auch Gefahr oder Aufre-

gung. Alles Punkte, welche auf die tägliche Arbeit des KIT zutreffen.

## Finanzierung

Das KIT finanziert sich hauptsächlich durch Spenden von Privatpersonen, von Beiträgen aus Stiftungen und aus einem Beitrag des Landes Liechtenstein. Für Betroffene ist die Unterstützung und Beratung des KIT unentgeltlich. Meistens spenden diese jedoch freiwillig nach einem Einsatz. Am meisten wurde das KIT für psychiatrische Notfälle aufgeboden. Wie Adrian Hasler, Polizeichef der Landespolizei und Stiftungsmittglied, betonte: «Die Zusammenarbeit

zwischen dem KIT und der Polizei ist uns sehr wichtig und wir sind sehr froh darüber, bei Notfällen gemeinsam arbeiten zu können.» Weitere Informationen über die Arbeiten des Kriseninterventionsteams und das neue Erscheinungsbild findet man unter [www.kit.li](http://www.kit.li).



[www.volksblatt.li](http://www.volksblatt.li)



[www.volksblatt.li](http://www.volksblatt.li)

# Den Stress mildern

## KiT: Für alle Betroffenen da sein

**VADUZ – Das Kriseninterventionssteam (KiT) kommt in Extremsituationen zum Einsatz. So auch nach dem Mord des Polizeibeamten an seinem Vater. Die Angehörigen werden betreut und bei der Klärung von Problemen und Fragen von zwei Mitarbeitenden des KiTs fachlich unterstützt.**

• Karin Hassler



«Wir wurden nach Bekanntwerden der Tat am Samstag sofort von der Landespolizei beigezogen», erklärt Walter Kranz, Geschäftsleiter des KiT: «Danach ging es darum, die Angehörigen über die Tat zu informieren und sie in diesem schwierigen Moment zu unterstützen», so Kranz. Eine Situation wie diese könne man nicht planen, aber man könne versuchen, zusammen mit den Betroffenen auftretende Fragen zu klären und ihnen jegliche Art von Unterstützung zukommen zu lassen. So stehe ganz am Anfang meistens auch die Frage, wer informiert werden soll, was gebraucht wird und welche Fragen und Probleme auftauchen könnten. Bei all diesen Fragen unterstützen die Mitarbeitenden des KiT die Betroffenen. «In so einer Situation tauchen viele Fragen und Ängste auf», erklärt Kranz. Die Aufgabe der zwei Mitarbeitenden vom KiT, die derzeit im Einsatz sind, ist vielfältig. «Alle Beteiligten stehen unter sehr hohem emotionalem Stress. Es ist ein riesiger Druck spürbar», versucht Walter Kranz die Situation zu

**«Wir helfen dann, wenn Hilfe gebraucht wird», so Walter Kranz.**

beschreiben. Denn die Situation sei sowohl für die Angehörigen und die Mitarbeitenden der Landespolizei als auch für den Täter enorm schwierig. Dennoch hat für Walter Kranz die Hilfeleistung oberste Priorität: «Die Betroffenen sollen merken, dass wir für sie da sind, ihnen auch kleine Dinge abnehmen.» So haben die KiT-Mitarbeitenden Kontakt mit der Schule aufgenommen und die Lehrkräfte über den Vorfall informiert. «Es ist wichtig, dass alle Beteiligten wissen, was vorgefallen ist und auf allfällige Reaktionen vorbereitet sind», betont Kranz.

### **Angst vor der Öffentlichkeit**

Für die Betroffenen tauchen sehr viele Fragen und Ängste auf in so einer Situation – auch Angst vor der Öffentlichkeit, vor den Nachbarn, vor den Menschen im Dorf. Kranz rät den Menschen, den Betroffenen mit Respekt und Freundlichkeit zu begegnen.

# Stark beanspruchtes KIT

## Kriseninterventionsteam: Rund ein Mal pro Woche im Einsatz

**SCHAAN – Bei Unfällen, Suiziden, Kindstod, Katastrophen und Verbrechen brauchen Angehörige von Betroffenen Unterstützung. In Liechtenstein findet sich diese Hilfeleistung beim Kriseninterventionsteam (KIT). Rund ein Mal pro Woche werden Vertreter des Teams aufgeboten.**

Im laufenden Jahr erreichte das Kriseninterventionsteam (KIT) bislang dreiunddreissig Aufgebote aus der Bevölkerung. Im Durchschnitt der letzten drei Jahre gab es in Liechtenstein fünfundfünfzig Aufgebote pro Jahr, also im Durchschnitt rund ein Aufgebot pro Woche.

Das KIT besteht aus insgesamt sechs Personen, die sich die Präsenzzeit rund um die Uhr aufteilen. Das Team arbeitet nebenamtlich, vertreten sind Mitglieder aus dem medizinischen, psychologischen oder sozialen Bereich.

### Hilfe in Extremsituationen

Das Kriseninterventionsteam hilft Menschen, die extremen Belastungen ausgesetzt sind. Dazu gehören nahe Bezugspersonen, Beteiligte oder Zeugen, die mit einem aussergewöhnlichen Todesfall oder dem drohenden Verlust eines Menschen konfrontiert werden. Das Kriseninterventionsteam unterstützt und begleitet die Menschen



FOTO WODICKA

**Hilfe in Extremsituationen: Das KIT bietet rund um die Uhr Unterstützung für Betroffene und Angehörige in Krisen.**

in den ersten schwierigen Stunden jeweils vor Ort.

In der Regel wird das KIT durch die Polizei, den Rettungsdienst oder den Arzt aufgeboten. Personen, die von einem kritischen Lebensereignis betroffen sind, können sich auch direkt bei der Geschäftsführung des Kriseninterventionsteams (Tel: 399 20 88) melden.

Die Stiftung für Krisenintervention finanziert sich zum grössten Teil durch Spenden. Etwa ein Viertel des Aufwandes wird durch den

Beitrag der öffentlichen Hand finanziert, etwa zehn Prozent durch Versicherungsleistungen.

### Nicht nur bei Todesfällen

Im Jahr 2005 war bei 28 der 63 Aufgebote ein Todesfall der Anlass für den Einsatz. Von diesen 28 Todesfällen waren neun Suizide, acht waren durch Unfall bedingt, ein Einsatz betraf eine Straftat im Ausland.

Bei 35 Aufgeboten waren nicht Todesfälle der Anlass, sondern an-

dere ausserhalb der normalen Erfahrung liegende Ereignisse. Bei 14 von diesen 35 Aufgeboten lag Suizidalität vor, bei vier Aufgeboten war es eine Straftat (z. B. Brandstiftung, häusliche Gewalt, Vergewaltigung) in 17 Fällen lagen andere Gründe vor (z. B. psychiatrischer Notfall, Kinderschutz).

Im Juli 2005 nahm ein KIT-Teammitglied an der Betreuung und dem Rücktransport von Touristen nach dem Attentat von Sharm-el-Sheik teil. (pk)

# Bis dass der Tod ...

## Suizid als letzter Ausweg – Ältere Menschen sind vermehrt gefährdet

**SCHAAN – Einsamkeit, Depression, Hoffnungslosigkeit. Ein Dahinvegetieren, dem manche durch Freitod ein vorzeitiges Ende bereiten. Vor allem ältere Menschen sind von den gesellschaftlichen Umwälzungen negativ betroffen. Manchmal sehen sie nur noch im Tod einen Sinn.**

• Dietmar Hofer

Es ist ein stiller Tod, dem oft ein langes, einsames Sterben vorausgeht. Wenn «plötzlich» nichts mehr so ist, wie es einmal war und die Hoffnung langsam aber stetig dem Verzweifeln weicht.

Alt, einsam, alleingelassen, vielleicht noch schwer krank. Zu viel für manche Seele, um im Erdendasein weiter einen Sinn zu sehen. Wege, aus dem Leben zu gehen, gibt es viele.

Meistens ist es einfach Lebensmüdigkeit, die zu einer Selbstaufgabe führt. Was einer Selbsttötung gleichkommt. Die Nahrungsaufnahme wird reduziert oder aufgegeben, soziale Kontakte eingestellt. Bis dass der Tod erlöst. Über solch ein Sterben spricht man kaum. Aber es



**Auch wenn die Situation noch so ausweglos scheint, gibt es immer eine Hilfe.**

passiert. Laut Studien immer mehr. Denn Menschen über dem 60. Lebensjahr sind die einzige Personengruppe, in der die verschiedensten Formen der Selbsttötung zahlenmässig zugenommen hat.

### Alter als «Kostenfaktor»

Auch in Liechtenstein? «Offizielle Suizidfälle» gab es in den Jahren 2001 und 2002 jeweils acht. Die Dunkelziffer? Möglicherweise höher. Fakt ist, dass Altersdepressionen auch hierzulande zunehmen. Dann, wenn der Lebenspartner stirbt, die Kinder aus dem Haus sind, der gewohnte Arbeitsplatz schon längst durch die Pension ersetzt wurde, eine schwere Krankheit drückt.

«Plötzlich» nutzlos sein, von der Gesellschaft nicht mehr «gebraucht» oder gar von Verwandten nur noch als «Kostenfaktor» be-

trachtet. Das geht so weit, dass Kinder nicht mehr bereit sind, die

Beerdigungskosten ihrer Eltern zu übernehmen.

### GENERELLE ANZEICHEN

#### Suizidgefahr kann bestehen,

- wenn in der betreffenden Familie oder in der näheren Umgebung schon früher suizidale Handlungen vorgekommen sind.
- wenn bereits Versuche unternommen worden sind oder sie angekündigt wurden.
- wenn der Patient in eine «unheimliche Ruhe» verfällt.
- wenn jegliche Zukunftsplanung abhanden gekommen ist.

#### Begünstigende Krankheitsstadien bzw. -bilder:

- Zu Beginn depressiver Phasen.
- Bei schweren Schuld- oder Versagensängste bzw. bei Krank-

heitswahn.

- Bei lang andauernden oder unheilbaren Krankheiten.
- Bei Alkoholismus/Medikamentensucht.

#### Umweltbedingungen:

- Zerrüttete Familienverhältnisse während der Kindheit, sexueller Missbrauch.
  - Verlust oder primäres Fehlen mitmenschlicher Kontakte (Liebesenttäuschung, Vereinsamung, Ausgestossensein).
  - Verlust der Arbeit, Fehlen eines Aufgabenkreises.
- <http://www.helpmail.li>  
<http://www.psychotherapie.li/>



Das Alter macht viele einsam.

### EXPERTEN-INTERVIEW

## «Depressive leiden oft unter dem Leben»

Walter Kranz ist Psychotherapeut in Triesen und in der Suizidvorbeugung tätig

**TRIESEN – Als Mitarbeiter des Kriseninterventionsteams KIT und des NetzWerk betreut der Diplompsychologe suizidale Personen und auch Familien, die einen Suizid verkraften müssen.**

• Dietmar Hofer

«Volksblatt»: Immer mehr Menschen leiden unter Einsamkeit. Besonders ältere. Ist auch in Liechtenstein eine Zunahme zu verzeichnen?

**Walter Kranz:** Depressionen und auch Angststörungen nahmen in den letzten Jahren zu. Betroffen davon sind alle Bevölkerungsteile, nicht nur die älteren Menschen. Der Wandel in den Familienstrukturen ist ein wichtiger Grund für diese Entwicklung. Es gibt aber auch andere Gründe wie z. B. Zukunftsängste und Überforderung.

Wie sieht es mit Altersdepressionen aus?

Depressionen und andere psychische Probleme bei älteren Menschen wurden bis jetzt oft nicht wahrgenommen oder einfach als Alterserscheinungen zu wenig ernst genommen. Eigentlich sind Menschen nach dem Pensionsalter nicht häufiger depressiv als jüngere. Sie nehmen sich trotzdem häufiger das Leben.

Was führt Menschen letztlich dazu, freiwillig aus dem Leben zu scheiden?

Etwa die Hälfte von Personen mit einer schweren Depression äussert



auch Suizidideen. Manche, die sich das Leben nahmen, haben vorher keine depressiven Symptome gezeigt. Dass die Beziehung Depression/Suizid nicht so eng sein kann, zeigt sich auch darin, dass deutlich mehr Frauen depressiv sind als Männer, dass sich umgekehrt aber deutlich mehr Männer das Leben nehmen als Frauen.

Gibt es Menschen, die aufgrund ihrer Wesenszüge gefährdeter sind?

Menschen, die heftig auf äussere Ereignisse reagieren und deren Stimmung rasch schwankt, haben ein höheres Suizidrisiko. Auch Personen, die neben einer Depression noch andere psychische Probleme haben, wie etwa eine Angststörung, nehmen sich häufiger das Leben.

Gerade in der Vorweihnachtszeit leiden viele unter der Einsamkeit. Was kann man dagegen

tun? Gibt es eine sogenannte Winterdepression?

Die Glückserwartung und der Wunsch nach Geborgenheit sind in dieser Zeit gesteigert, aber oft unerfüllbar. Die Kontaktmöglichkeiten sind in dieser Jahreszeit tendenziell geringer. Viele Leute reagieren auch negativ auf die Kälte und die geringe Sonneneinstrahlung. Mit der Bezeichnung «Winterdepression» meint man vor allem die depressive Reaktion auf Lichtmangel.

Inwieweit haben betroffene Menschen Hemmschwellen, eine entsprechende Beratung oder Therapie in Anspruch zu nehmen? Wann erscheint es sinnvoll, z. B. mit einem Psychologen oder Psychotherapeuten Kontakt aufzunehmen?

Vor allem ältere Menschen kennen oft weder die Diagnose noch das Therapieangebot. Unter Psychotherapie können sie sich nichts vorstellen. Oder höchstens das, was in Kriminalfilmen gezeigt wird, und dort ist der Therapeut meistens der Gestörte. Eine Therapie zu suchen ist sinnvoll, wenn man leidet. Depressive leiden oft unter dem Leben, das Leben ist schwer für sie.

Was bewirken Antidepressiva?

Sehr viel. Wer schwere Depressionen hat, sollte auf diese Medikamente nicht verzichten. Eine medikamentöse Therapie allein ist aber

langfristig meist nicht wirksam. Es muss in der Regel auch eine auf die Lebenszusammenhänge bezogene psychologische Therapie erfolgen, um eine stabile Verbesserung zu bewirken.

Glauben Sie, dass die Suizidrate auch in Liechtenstein steigen wird?

Die Suizidrate in Liechtenstein ist seit Jahrzehnten hoch. Ich hoffe und erwarte nicht, dass sie ansteigt. International gesehen nehmen sich etwa doppelt so viele Männer das Leben als Frauen. Leider holen die Frauen in der Statistik nun auf, ohne dass die Häufigkeit bei den Männern abnimmt.

Sind Frauen und Männer gleichermaßen von Depressionen und Vereinsamung betroffen?

Vereinsamung und Depression sind nicht dasselbe, auch wenn beides die Folge des jeweils anderen sein kann. Männer sind mehr von Vereinsamung betroffen, allein schon, weil sie sich nicht mitteilen. Trotzdem sind Frauen häufiger depressiv.

Sind Suizidversuche misslungene Suizide?

Es gibt mindestens zehnmal mehr Suizidversuche als Suizide. Viele Suizidversuche sind so angelegt, dass sie nicht zum Tod führen sollen. Manche führen aber trotzdem dazu. Suizidversuche sind sehr ernst zu nehmen.

# Überwältigende Solidarität

## Liechtensteiner spenden über 220 000 Franken für Asien

**TRIESEN/PHUKET – Der Liechtensteiner Krisenhelfer Pepo Frick ist aus Asien zurückgekehrt. Nach der Flutkatastrophe im Dezember bleibt ein Liechtensteiner noch immer vermisst. Derweil wird im Land fleissig gespendet.**

• Tamara Frommelt/sda

Der Arzt Pepo Frick kehrte am vergangenen Sonntag aus Thailand zurück. Er war als Mitglied des Liechtensteinischen Kriseninterventionsteams (KIT) in das Katastrophengebiet gereist. Gestern berichtete er den Medien von seinem Einsatz. Das «Swiss Care Team», in welchem Frick wirkte, lokalisierte in den Spitälern verletzte Schweizer, identifizierte sie und organisierte deren Rücktransport in die Heimat. Frick zeigte sich von der Leistung der Einheimischen beeindruckt. Die gute Infrastruktur, die er in Thailand vorfand, sei nicht mit derjenigen in Indonesien oder Indien zu vergleichen. Gestern Nachmittag reiste ein zweites Mitglied des KIT, Karin Rüdisser, nach Sri Lanka und auf die Malediven. Ihre Aufgabe ist es, einen Rücktransport von Verletzten zu begleiten. Ihr Einsatz wird voraussichtlich heute Abend beendet sein.

### Erfreuliche Beträge

Nachdem das Liechtensteinische Rote Kreuz (LRK) und die Caritas in den Medien mehrmals um Spenden gebeten haben, sind bis gestern rund 220 000 Franken beim Roten Kreuz eingegangen. 100 000 zugesagte Franken sind nach Auskunft des LRK noch ausstehend. «Wegen des Jahreswechsels haben wir noch nicht von allen Banken Bescheid bekommen», so Geschäftsführerin



**Eine Frau passiert mit ihrem Kind die Fotografien und Steckbriefe von Opfern und Vermissten im Opferservicezentrum von Phuket in Thailand.**

Elisabeth van Eck. Die Spendenaktion ist erfolgreich: «Von den Postämtern haben wir bereits Anrufe erhalten. Sie verlangen nach neuen Einzahlungsscheinen.» Jeden Tag erhält das LRK grosse Summen an Spenden. «Am 30. waren es 80 000 Franken, am 31. 95 000 und bis jetzt sind es 43 000, zwei Banken fehlen aber noch», gab van Eck gestern dem Volksblatt gegenüber an. Die Soforthilfe, die das LRK aus seinem Katastrophenfonds als Soforthilfe für die betroffene Bevölkerung zur Verfügung stellte, betrug zu Beginn 20 000 Franken. Sobald das Ausmass der Katastrophe bekannt wurde, erhöhte das LRK

den Betrag um weitere 20 000 Franken. Mit der Soforthilfe finanziert das LRK einen Hilfstransport des Schweizerischen Roten Kreuzes nach Sri Lanka.

### «Liechtenstein hilft»

Morgen soll in Liechtenstein ein nationaler Sammeltag unter dem Motto «Liechtenstein hilft» zugunsten der Opfer des Seebebens stattfinden. Radio Liechtenstein wird an diesem Tag unter anderem Beiträge aus den betroffenen Regionen senden. Wer für die Opfer des Seebebens spenden will, soll sich unter der Nummer 399 13 00 melden und den Betrag auf das Konto des Ro-

ten Kreuzes oder der Caritas einzahlen. Die Namen der Spender, die dies wollen, werden im Radio verlesen. «Liechtenstein hilft» ist eine Initiative der Hilfswerke und der Liechtensteiner Medien. Die Regierung Liechtensteins hat sich bereit erklärt, die Spendensumme von «Liechtenstein hilft» zu erhöhen. Auch unsere Nachbarn in der Schweiz haben fleissig gesammelt. Die Glückskette verkündete gestern die Spendensumme von über 35 Millionen Franken.

Nach einer von der AP veröffentlichten Liste von Todesopfern hat die Schweiz 23, Österreich 7 Tote zu beklagen.

# «Nicht abgeschlossen»

Der Arzt Pepo Frick berichtet von seinem Einsatz in Thailand

**TRIESEN – Pepo Frick reiste als Mitglied des Kriseninterventionsteams nach Phuket. Gestern schilderte er seine Eindrücke.**

• Tamara Frommelt



**Informierten über Einsätze im Krisengebiet: Walter Kranz, Geschäftsleiter des Kriseninterventionsteams, Alexander Ospelt, Präsident der Stiftung für Krisenintervention, die Teammitglieder Karin Rüdiger und Pepo Frick.**

Pepo Frick reiste am 27. Dezember 2004 als Mitglied des Liechtensteinischen Kriseninterventionsteams (KIT) nach Thailand und kehrte am Abend des 2. Januars zurück. Der Auftrag für den Einsatz, an welchem Frick beteiligt war, stammte von der schweizerischen Elvia Versicherung. Die Versicherung beauftragte Peter Fässler-Weibel, Leiter der Stiftung Begleitung in Leid und Trauer in Winterthur. Fässler-Weibel ist auch Mitglied des Stiftungsrates der Stiftung für Krisenintervention in Liechtenstein und pflegt einen engen Kontakt zu den Mitgliedern. Er bezog das KIT in den Auftrag ein. Gestern informierte Pepo Frick zusammen mit Stiftungspräsident Alexander Ospelt, Walter Kranz, Geschäftsleiter des KIT und Teammitglied Karin Rüdiger die Medien. «Für mich ist es nicht abgeschlossen», sagt Pepo Frick und beginnt von seinem Einsatz zu berichten: «Wir wohnten in einem Hotel, rund 30 Kilometer entfernt von Khao Lak, dem betroffenen Gebiet.» Zusammen mit anderen schweizerischen Rettungs-

organisationen schlossen sich Peter Fässler-Weibel und Pepo Frick zum «Swiss Care Team» zusammen. Zwei Gruppen widmeten sich dem Auftrag, verletzte Schweizer ausfindig zu machen, sie zu identifizieren und für ihre Heimkehr zu sorgen. Dafür besuchten sie die Spitäler. Als Frick in Thailand ankam, war die Katastrophe bereits 72 Stunden alt. «Es herrschte nicht mehr viel Panik. Die Ärzte und die Bevölkerung von Thailand haben enorm viel geleistet. Privatpersonen kümmerten sich um die Ver-

letzten, egal aus welcher Nation sie stammten.» Die Ärzte behandelten Hautverletzungen und Entzündungen mit Infusionen und Antibiotika. «Wir fanden eine eigenartige Stimmung vor. Es herrschte keine Nervosität, sondern Ruhe.»

Frick lobte die thailändische Infrastruktur: «Alles war sehr gut organisiert. Die Autobahn war bereits nach einem Tag wieder offen und sicherte den Zugang für Hilfstransporte.» Zudem gebe es keine Massengräber. Unidentifizierte Leichen werden nicht verbrannt. Eine Seu-

chengefahr gebe es in Thailand nicht. Bei einer Leiche nach der anderen werde eine DNA-Analyse gemacht, danach werden sie eingepackt, nummeriert und tiefgekühlt. «Es kann nicht besser funktionieren», so Frick. «Die DNA-Analysen sind unglaublich wichtig. Man kann erst abschliessen und trauern, wenn die Gewissheit besteht, dass die Vermissten tot sind», sagt der Krisenhelfer.

Pepo Frick wird heute um 22 Uhr im SF1 in der Sendung «Zischtigsclub» zu Gast sein.



# Hilfe vor Ort und Spenden

## Flutkatastrophe in Südasiens: Zwei Liechtensteiner werden vermisst

**VADUZ/PHUKET – Die Zahl der Menschen, die bei der verheerenden Flutkatastrophe in Südasiens ums Leben gekommen sind, ist gestern Mittwoch kontinuierlich angewachsen. Das Internationale Rote Kreuz nannte gestern die Zahl von 100 000 Todesopfern. Zwei Liechtensteiner, die sich in Thailand aufhalten sollen, sind derweil als vermisst gemeldet.**

• Martin Risch / AP

Schweizer Organisationen (Rega, Medica und Elvia) koordinieren seit Montag ihre Repatriierungsaktionen. Vom Liechtensteiner Kriseninterventionsteam (KIT) ist Pepo Frick (Schaan) in Thailand im Einsatz, wie Walter Kranz-Baumgartner vom KIT gestern mitteilte. Frick arbeite zusammen mit den genannten Organisationen. In kleinen Teams reise man in der Region um Phuket von Spital zu Spital, um nach hospitalisierten europäischen Staatsangehörigen zu suchen. Man leiste medizinische Hilfe und sammle Angaben über die Personen sowie die Schwere der Verletzungen. Gestern habe ein Team wieder zwei Schweizer gefunden, die bisher von der Kommunikation abgeschnitten gewesen sind, wie Kranz mitteilte.

### Zwei Liechtensteiner vermisst

Trotz bisheriger anders lautender Meldungen werden nun gemäss neusten Informationen der Landespolizei zwei Liechtensteiner im Krisengebiet vermisst. Wie Polizeisprecher Markus Kaufmann gegenüber dem Volksblatt bestätigte, habe man zu zwei Personen noch keinen Kontakt herstellen können. Diese seien erst vor zwei Tagen beziehungsweise einem Tag als vermisst gemeldet worden. Die Landespolizei versuche über das EDA der Schweiz den Aufenthaltsort der zwei Individualtouristen ausfindig zu machen. Die gesuchten Perso-



**Eine Deutsche Touristin vor einem Aushang mit Bildern vermisster Personen im Zentrum von Phuket, Thailand.**

nen halten sich laut Kaufmann in Thailand auf. Pepo Frick wurde deshalb von der Landespolizei über die Personalien der Vermissten entsprechend informiert, wie Kaufmann erklärte. Frick könnte helfen, den Kontakt zu den Vermissten herzustellen. Gegenüber Radio Liechtenstein sagte Frick gestern in einem Telefoninterview: «Ich habe keine Ahnung, was mit Liechtensteinern passiert ist», die sich in Thailand aufhalten. Er schilderte weiter seine Eindrücke von der «unvorstellbaren» Zerstörung durch die verheerende Flutkatastrophe entlang der Küste.

### Weiter Helfer aus Liechtenstein?

Was die nächsten Aufgabe für Frick sein wird und wie lange der Aufenthalt im Krisengebiet noch dauern soll, sei noch nicht klar, sagte Walter Kranz vom KIT. «Es ist unwahrscheinlich, dass aus Liechtenstein weitere Helfer abgerufen werden», so Kranz. Das KIT

hat laut Kranz schon mehrmals im Ausland Hilfe geleistet. Im aktuellen Fall ist Pepo Frick offenbar von Peter Fässler, Schweizer KIT, für den Einsatz in Thailand angefragt worden. (Peter Fässler war massgeblich beim Aufbau des KIT in Liechtenstein beteiligt.) Polizeisprecher Kaufmann erklärte jedenfalls, dass Frick beziehungsweise KIT nicht auf Betreiben der Landespolizei im Krisengebiet tätig geworden sei.

### «Überwältigende» Hilfsbereitschaft, hohe Spendensummen

Die Vereinten Nationen konnten gestern von einer «überwältigend positiven» Hilfsbereitschaft berichten. Nach Angaben des UNO-Notfallkoordinators Jan Egeland sind bislang umgerechnet 113 Millionen Franken an Hilfsgeldern zusammengekommen.

Auch in Liechtenstein wird gespendet. «Die Menschen spenden ganz grosszügig», sagte gestern Marianne Marxer, beim Liechtensteiner

Roten Kreuz für die Auslandhilfe zuständig. Einen Spendenzwischenstand konnte Marxer noch nicht geben. Sie verwies auf die 20 000 Franken Soforthilfe, die das Rote Kreuz bereits aus dem Katastrophenfonds bereitgestellt hat. Die von der Liechtensteiner Regierung angekündigte Verdoppelung der angesammelten Geldsumme sei gesichert. Unabhängig von der Verdoppelung hat gestern die Regierung 100 000 Franken Soforthilfe beschlossen und bewährten internationalen Hilfsorganisationen zugesprochen.

### Mauren spendet 10 000 Franken

Angesichts der verheerenden Flutkatastrophe in Südostasien hat der Gemeinderat von Mauren am Mittwoch auf Anregung der Gemeindevorsteherung einstimmig die Ausrichtung einer Spende in Höhe von 10 000 Franken bewilligt. «Der Beitrag der Gemeinde Mauren wird dem Liechtensteinischen Roten Kreuz (LRK) als Soforthilfe überwiesen», wie Vorsteher Freddy Kaiser auf telefonische Anfrage sagte.

### INFO ZUM KIT

Das Kriseninterventionsteam getragen von der Stiftung für Krisenintervention gibt rasche und professionelle Unterstützung, wenn Menschen in extreme Belastungen geraten, meistens ausgelöst von Ereignissen, die ausserhalb der normalen Erfahrung liegen. Solche Ereignisse sind zum Beispiel: Suizidalität oder Suizide von Angehörigen, tödliche Unfälle, rasch zum Tode führende Erkrankungen, Verbrechen, Naturkatastrophen. [...] Die Einsätze des Kriseninterventionsteams (KIT) erfolgen meist auf Veranlassen der Landespolizei oder des Notfallarztes, die Hilfestellungen können jedoch von jedermann angefordert werden. (Liechtensteinisches Soziallexikon 2000)

# Erste Hilfe für die Seele

Tagung der Arbeitsgemeinschaft deutschsprachiger Psychologenverbände in Brixen

**Um erste Hilfe für die Seele im Einsatz bei Krisen, Notfällen und Katastrophen ging es bei der zweitägigen Tagung der Arbeitsgemeinschaft deutschsprachiger Psychologenverbände (ADP), die am 1. und 2. Juni in Brixen im Südtirol stattfand.**

An diesen 8. Brixener Tagen für Psychologen, an der Psychologen aus der Schweiz, aus Deutschland, Österreich, Italien und Liechtenstein teilnahmen, wurden in Vorträgen und Workshops verschiedene Einsatzmöglichkeiten von Psychologinnen und Psychologen in den verschiedenen Ländern bei Notfällen, Katastrophen und Krisen vorgestellt.

## Wofür Notfallpsychologie?

Erfahrungen von plötzlichen grossen Belastungen (wie Zug- oder Autounfälle, Flugzeugabstürze, Selbstmord, Todesnachrichten, Geiselnahmen etc.) führen zu akuten Belastungsreaktionen bei den Betroffenen. Diese Belastungsreaktionen können mehr oder weniger sichtbar werden. Häufig führen diese akuten, noch gesunden und verständlichen Reaktionen zu einer sogenannten posttraumatischen Belastungsreaktion, die Krankheitswert hat und behandlungsbedürftig ist. Diese Entwicklung ist auch zu befürchten, wenn die Betroffenen keine Anzeichen von Hilfsbedürftigkeit haben. Die Erfahrung hat gezeigt, dass die Entwicklung einer solchen langfristigen posttraumati-

schen Belastungsstörung verhindert oder doch entscheidend gemildert werden kann, wenn die Betroffenen eine notfallpsychologische Sofortversorgung erhalten.

## Wie arbeiten Notfallpsychologen?

Die Notfallpsychologen sind in der Krisensituation vor Ort. Sie helfen, Schock, Angst und Schmerz bei den Betroffenen und den Angehörigen zu lindern, damit umzugehen und wieder eine Orientierung zu finden. Sie bieten Unterstützung und Sicherheit und begleiten Betroffene durch die ersten Stunden und Tage nach einem Notfall. Sie vermitteln konkrete weiterführende Hilfen und Therapien und befähigen die Betroffenen, sich aus der Lähmung des ersten Schockes wieder zu lösen und eigene Bewältigungsstrategien zu entwickeln. So waren Notfallpsychologen nach der Lawinenkatastrophe von Galtür und nach dem grossen Zugunglück bei Eschede im Einsatz. Sie arbeiten auch in Intensivstationen von Krankenhäusern oder betreuen in ihrer eigenen Praxis Opfer von Überfällen.

Notfallpsychologen schulen auch andere Fachpersonen und Laien Helfer, die bei Rettungseinsätzen tätig sind (z.B. Polizei, Feuerwehren, Marine, Rettungsfahrer etc.) für den psychologisch guten Umgang mit Betroffenen und Angehörigen von

Katastrophen und Notfällen.

## Notfallpsychologie in Liechtenstein

Der Berufsverband der Psychologinnen und Psychologen Liechtensteins (BPL) war mit sechs Mitgliedern in Brixen vertreten. Der Präsident des BPL, Dr. Marcus Büchel, sprach sich in seinem Eröffnungsreferat dafür aus, dass Psychologen die Fähigkeiten der Notfallpsychologie, nämlich selbstbewusst und mutig zupacken und agieren zu können, vermehrt auch in die anderen psychologischen Fachbereiche einbringen.

In seinem Vortrag «Krisenintervention auf dem Lande» stellte Dipl. Psych. Walter Kranz-Baumgartner das liechtensteinische Kriseninterventionsteam (KIT) und seine Arbeitsweise vor. Das interdisziplinäre KIT ist das ganze Jahr rund um die Uhr einsatzbereit und wird in der Regel durch den Notfallarzt oder die Landespolizei aufgeboden. Es ist die Aufgabe dieser Stellen, vor Ort den Bedarf nach einer psychosozialen Krisenintervention abzuklären und das KIT zu verständigen. Innerhalb einer halben Stunde ist die diensthabende Person des KIT am Ort des Geschehens. Das KIT kann nicht direkt von der Bevölkerung angerufen werden. Diese Vorgehensweise hat sich laut Walter Kranz-Baumgartner sehr bewährt. Die fünf Mitglieder des KIT wech-

seln sich im Bereitschaftsdienst ab. Sie alle haben solide Kenntnisse der Notfallpsychologie und im Umgang mit traumatischen Ereignissen.

Die Notfallpsychologie ist ein weiteres Feld, in dem Psychologinnen und Psychologen auch in Liechtenstein ihre Fähigkeiten und Kompetenzen der Öffentlichkeit zur Verfügung stellen.

*Berufsverband der Psychologinnen und Psychologen Liechtensteins*

REKLAME

