

Aktuelles aus der italienischsprachigen Schweiz

Nicola Gianinazzi | Martino Regazzi



Die in der italienischen Schweiz tätige ASP – deren Delegierter ich bin – hat auch und vor allem im Zusammenhang mit der COVID-19-Pandemie ihren Mitgliedern und den Patient*innen, die darum baten, Ratschläge erteilt. Sie beteiligte sich insbesondere an der Organisation und Verwaltung der Meldestellen in Zusammenarbeit mit der kantonalen Krisenabteilung, mit der Organizzazione Sociopsichiatrica Cantonale (OSC), mit der Associazione Ticinese degli Psicologi (ATP) und mit anderen in diesem Bereich tätigen kantonalen Stellen. Ein Dutzend unserer Mitglieder haben ihre Zeit für diese Art der Online-Intervention sowie für ein postgraduales Ausbildungsinstitut zur Verfügung gestellt.

Angesichts der dramatischen Ereignisse im Tessin und im italienischen Graubünden, aber auch angesichts der gegenwärtigen, ebenfalls regional kritischen Phase, habe ich beschlossen, als Ergänzung zu meinem Bericht die Erfahrungen meines ASP-Kollegen Martino Regazzi folgen zu lassen, der in einem Spital an der vordersten Front wirkte:

Psychologische Unterstützung in der Pandemie

COVID-19, ein Akronym, das inzwischen in unseren Wortschatz Eingang gefunden hat und nicht übersetzt werden muss. Noch vor Kurzem war es nicht existent, aber seit dieser Neologismus geprägt wurde, wissen alle Bewohner*innen des Planeten, wovon wir sprechen. Auch ohne aktive Suche nach Informationen werden wir täglich mit mehr oder weniger validen Nachrichten, Statistiken und wissenschaftlichen Begriffen bombardiert, die bis vor Kurzem den meisten von uns unbekannt waren. Allmählich lernen wir die heimtückische Ursache des Leidens kennen und erfahren, wie sehr es unser tägliches Leben beeinträchtigt, aber mit zunehmendem Wissen scheint das Gefühl der Unsicherheit, das unsere Existenz durchdringt, trotzdem nicht nachzulassen. Das Unbekannte beherrscht die Weltszene und versetzt uns alle in einen Angstzustand, wie ihn unsere Generation noch nie zuvor erlebt hat: eine namenlose Unruhe (die für manche sogar in Panik umschlägt), die uns zu einer ungewöhnlichen geistigen Arbeit zwingt. Menschen dabei zu helfen, sich dem Unbekannten zu stellen, ist meine Aufgabe als Leiter der kardiopsychotherapeutischen Abteilung des

Cardiocentro Ticino: ein Dienst, der sich seit Jahren an alle Patient*innen des Cardiocentro Ticino und an ihre Angehörigen wendet. Die Erfahrung hat mich gelehrt, dass die Diagnose einer Herzkrankheit einen ausgeprägten emotionalen Wert hat, der durch kontrastierende und invasive Gefühle gekennzeichnet ist, die den Patienten bzw. die Patientin in einen Zustand tiefer Angst versetzen, begleitet von Gefühlen der Ungerechtigkeit und leider in vielen Fällen auch begleitet von einem massiven Identitätszerfall. In diesem Kontext liegt die Besonderheit der Kardiopsychotherapie. Der Verlauf einer Krankheit ist ein zeitlicher Übergang von Phasen mit einem psychischen Zustand, der vom Gefühl der Verfolgung beherrscht wird, zu Phasen, in denen plötzlich ein depressiver Zusammenbruch auftritt. Und nur durch das Akzeptieren solcher Stimmungsschwankungen und das Reflektieren darüber ist es möglich, das eigene Körperbild umzustrukturieren, um zu einer vollständigen Genesung zu gelangen. Die gegenwärtige Situation der Bekämpfung von COVID-19 hat zwangsläufig dazu geführt, dass das Gesundheitssystem als Ganzes gezwungen ist, seine Interventionsmodalitäten zu ändern. Die feste Entschlossenheit der kardiologischen Psychologie, den Patient*innen weiterhin unsere gewohnten Dienste anzubieten, hat unsere Fähigkeit gefördert, mit Mitteln zu arbeiten, die bislang nicht zu unserem beruflichen Rüstzeug gehörten: Persönliche Kontakte von Angesicht zu Angesicht, wie sie früher üblich waren, werden grossteils durch Kontakte über Fernkommunikationsmittel wie Telefon, Internet, Skype usw. ersetzt. Die durch das Virus hervorgerufene Situation hat uns eine solche Anpassung auferlegt. In gewisser Weise lernen wir neue Praktiken, um unsere Arbeit mit Patient*innen fortzusetzen. Im Cardiocentro wird die Arbeit der Psychotherapeut*innen hauptsächlich telefonisch erledigt, und es wurde auch eine psychologische Erstversorgung für alle Mitarbeiter*innen der Einrichtung geschaffen.

In diesem Kontext entfaltet die *psychologische Notaufnahme* ihre Besonderheit, indem sie den Mitarbeiter*innen einen (physischen und psychischen) (Zeit-)Raum bietet, der als metaphorisches Behältnis fungieren kann:

- um die reaktive Angst vor der durch die Pandemie entstandenen Situation vertreiben zu können;

- um ein *nachhaltiges Denken* zuzulassen und sich selbst die vernünftigen Antworten auf das Gefühl der Katastrophe geben zu können, das die Pandemie mit sich bringen kann;
- um eine erste Form des *Wissenserwerbs über das Ungewisse* zu fördern als Vorbereitung auf das, was wohl die existenzielle Verpflichtung der Zukunft werden wird, die uns über die gegenwärtige Situation hinaus erwartet. In jedem Fall und in allgemeinerer Hinsicht besteht die Hauptaufgabe, auf die wir uns vorbereiten müssen, darin, unserem Innenle-

ben eine gewisse *Form und Denkfähigkeit* zu geben, um die starke emotionale Belastung der Zeit, in der wir leben, verarbeiten zu können und nicht darunter zu leiden.

Martino Regazzi ist Psychotherapeut (ASP) und Leiter der kardiopsychotherapeutischen Abteilung des Cardiocentro Ticino.

Nicola Gianinazzi ist Vorstandsmitglied der ASP und Delegierter für die italienischsprachige Schweiz.

