

# Psychische Hilfe unter schwierigen Bedingungen

Im Emmental leistet Katja Montag als Co-Chefärztin der Psychiatrie Pionierarbeit: Mit einer transkulturellen Sprechstunde in Kollektivunterkünften begegnet sie der seelischen Not von Geflüchteten. Doch der Weg zu stabiler Hilfe ist lang – und voller Herausforderungen.

TEXT KERSTIN WÄLTI BILD CONRAD VON SCHUBERT

Als Co-Chefärztin der Psychiatrie am Spital Emmental trägt Katja Montag die Verantwortung für den Standort Langnau. Ihr Berufsalltag ist alles andere als eintönig: Mal ist sie auf der Station, mal in der Tagesklinik oder im Psychiatrischen Ambulatorium unterwegs. Sie koordiniert das ärztliche Team und berät die Stiftung BWO in Langnau im Rahmen des Konsiliar- und Liaisondienstes. Seit über einem Jahr kommt eine weitere Aufgabe dazu: eine regelmässige Sprechstunde für Geflüchtete in der Kollektivunterkunft Sumiswald.

«Viele dieser Menschen sind traumatisiert. Psychiatrische Unterstützung ist jedoch schwierig – in den Mehrbettzimmern kommen sie kaum zur Ruhe. Und oft wissen sie nicht einmal, ob sie bleiben dürfen», sagt Katja Montag.

## Psychische Not erkennen – und auffangen

Die Idee zur transkulturellen Sprechstunde entstand aus akuter Überlastung. «Unsere Triage war zeitweise überlaufen. Viele Zuweisungen kamen aus der Unterkunft in Sumiswald – wir merken aber, dass diese Menschen in den Ambulatorien psychotherapeutisch schwer zu behandeln sind», erzählt Katja Montag. Die Psychiatrieleitung suchte den direkten Kontakt zur Unterkunftsleitung – und traf auf offene Ohren. Bald darauf etablierte Katja Montag eine zweiwöchentliche Sprechstunde vor Ort. Später kam eine weitere in der Kollektivunterkunft Schafhausen dazu. «Die Migrantinnen und Migranten sind auch Bewohnende des Emmentals. Ich fühlte mich verpflichtet, meinen Beitrag zu leisten», erklärt die Fachfrau ihre Motivation.

## Zwischen Hoffnung und Hilflosigkeit

Doch wie sieht der Alltag in der transkulturellen Sprechstunde aus? Katja Montag führt aus: «Ich mache in der Regel Abklärungen. Eine Sitzung dauert 45 Minuten. Wenn jemand nur medikamentöse Hilfe braucht, sehe ich die Person noch ein paar Mal, dann übernimmt wieder die Hausärztin, der Hausarzt. Wenn mehr Unterstützung nötig ist, weise ich die Betroffenen den Ambulatorien zu oder begleite sie in meiner Sprechstunde in Langnau weiter.»

Die Psychotherapie hingegen gestaltet sich schwierig: «Die Bewohnenden wissen meistens nicht, ob und wie lange sie bleiben

dürfen. Für eine intensive Psychotherapie brauchen wir ein stabiles Umfeld – das ist in dieser Situation nicht gegeben.» Viele Geflüchtete leiden unter einer posttraumatischen Belastungsstörung. Die Enge der Unterkunft, das Warten, das Nebeneinander unterschiedlicher Kulturen – all das kann zu depressiven Symptomen führen. «Wir versuchen, die Betroffenen zu stabilisieren. Ich mache mit ihnen Achtsamkeitsübungen, helfe ihnen, belastende Gedanken zu erkennen, einzuordnen und sich allenfalls von ihnen abzulenken. Es kann schon hilfreich sein, wenn sie wissen, dass ihre Reaktionen oft normale Antworten auf unnormale Umstände sind.»

## Kommunikation mit Händen, Herz – und Google Translate

Die sprachlichen Barrieren sind teilweise hoch: «Einige sprechen Englisch oder etwas Deutsch, viele aber nicht. Dann brauchen wir Dolmetschende – oder ich arbeite mit Google Translate», so die Psychiaterin. Fehlende Sprachkenntnisse erschweren zudem eine stationäre Therapie, «denn wenn sie kein Deutsch verstehen, können sie sich nicht an unseren Gruppentherapien beteiligen und auch der wichtige Austausch mit den Mitpatientinnen und -patienten ist eingeschränkt». Trotz dieser Hürden entsteht oft ein Vertrauensverhältnis. «Es werden Lebensgeschichten erzählt. Trennungen, Gewalt, Verlust – man hört von vielen Schicksalen.»

Ein entscheidender Wendepunkt bei der psychiatrischen Unterstützung ist der B-Status. «Sobald die Menschen wissen, dass sie bleiben dürfen, und sie die Kollektivunterkunft verlassen, erzielen wir deutlich bessere Erfolge. Erst dann wird tiefere therapeutische Arbeit möglich.»

## Lernen auf beiden Seiten

Das Fazit nach einem Jahr Erfahrung? Für Katja Montag ist es ein persönlicher Lernprozess. «Ich lerne viel über andere Kulturen. Verhaltensweisen, die zunächst krankhaft wirken, sind oft einfach kulturell bedingt. So ist es für uns ein Zeichen von Depression, wenn wir uns in ein Zimmer zurückziehen und nicht mehr nach draussen gehen. Für einige Kulturen ist es jedoch völlig normal, die eigenen vier Wände nicht zu verlassen. Ein solcher Austausch erweitert den Horizont – beruflich wie menschlich.»



**Katja Montag** (47) ist Fachärztin FMH für Psychiatrie und Psychotherapie. Sie arbeitet seit über fünf Jahren am Spital Emmental am Standort Langnau, unter anderem als ärztliche Leiterin des Psychiatrischen Ambulatoriums und der Kriseninterventionsstation sowie als Leiterin des psychiatrischen Konsiliar- und Liaisondienstes. Zuerst wirkte sie als Oberärztin, dann als Leitende Ärztin und seit September 2024 ist sie Co-Chefärztin. Zuvor war Katja Montag u. a. als Co-Leiterin für die Kriseninterventionstagesklinik der Universitären Psychiatrischen Dienste verantwortlich. Nebst zahlreichen psychiatrischen und psychotherapeutischen Weiterbildungen hat sie ein CAS Leadership in Health Care Organisations absolviert.