

Die Gesundheit der Städter fördern

Geografieprofessor Ola Söderström führt in Lausanne ein Pilotprojekt zur psychischen Gesundheit durch

AURÉLIE DESCHENAU

In der Schweiz leben drei von vier Personen in einem städtischen Gebiet. Stadt- oder Landmensch – wem geht es psychisch besser? Ola Söderström, Professor für soziale und kulturelle Geografie an der Université de Neuchâtel, im Interview.

Wie stehen Stadtleben und psychische Gesundheit zueinander?

Eine Reihe von Arbeiten zeigen eine deutliche Korrelation zwischen Stadtleben und psychischer Gesundheit. Schätzungen zufolge ist das Risiko, im Lebensverlauf eine psychotische Episode zu erleben, in der Stadt doppelt so hoch. Andere Studien zeigen, dass die Faktoren für die Entstehung psychotischer Symptome zu 30 Prozent mit dem städtischen Umfeld verbunden sind. Es ist bekannt, dass Menschen, die in der Stadt aufwachsen, ein höheres Risiko haben, eine Psychose zu entwickeln und insbesondere an Schizophrenie zu erkranken.

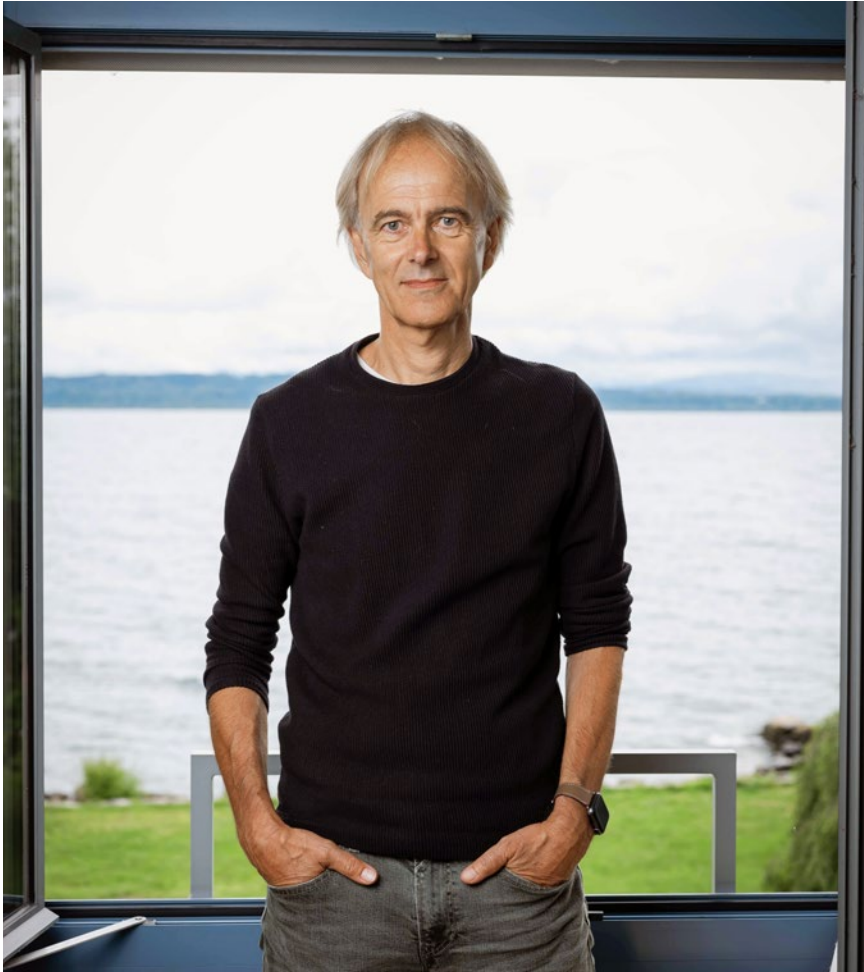
Woran liegt das?

Wir haben es mit einer Vielzahl von Faktoren zu tun, die miteinander interagieren, sowie mit nichtlinearen Kausalitäten. Um das Phänomen besser zu verstehen, haben wir vor Ort eine Analyse durchgeführt. Mithilfe von Mikrofonen und Kameras haben wir Patientinnen und Patienten, die an einem Programm zur Früh-

erkennung und -behandlung von Psychosen teilnahmen, auf ihren Wegen durch die Stadt begleitet. So konnten wir ihre Bewegungen nachverfolgen und sie später mit ihnen zusammen analysieren. Eine Umfrage, an der sich rund hundert junge Menschen beteiligten, bestätigte die entsprechenden Beobachtungen.

Welche Erkenntnisse haben Sie gewonnen?

Wir konnten drei Hauptfaktoren identifizieren, die sich auf die psychische Gesundheit auswirken. Interaktionelle Faktoren spielten die wichtigste Rolle. Interaktionen mit anderen bewältigen zu müssen und sie nicht selbst wählen zu können erzeugt Stress. In der Gesellschaft muss man Leistung und eine «akzeptable» Seite von sich zeigen. Zudem ist das städtische Umfeld von vielen und komplexen sensorischen Reizen geprägt. Sehen, Riechen, Hören – die Sinne sind in Alarmbereitschaft. Diese Reizüberflutung kann überfordern. Und schliesslich spielt auch das materielle Umfeld eine Rolle. Bestimmte Umgebungen sind mehr oder weniger angenehm, schützend oder stressig. Nicht eigenständig bestimmen zu können, welchen Weg man einschlägt und wie man ihn geht, ist störend. Dies zeigt sich zum Beispiel, wenn man aufgrund dichter Besiedelung nicht dem eigenen Rhythmus folgen kann oder mit Personen konfrontiert wird, denen man lieber nicht begegnen würde.



«Der städtische Raum soll nicht gemieden werden. Städte bieten viele Ressourcen», sagt Ola Söderström.

Wie gehen Sie nun vor, nachdem Sie diese Faktoren identifizieren konnten?

Im nächsten Schritt geht es um Lösungen. Der städtische Raum soll nicht gemieden werden. Städte bieten viele Ressourcen, schon allein hinsichtlich sozialer Beziehungen und beruflicher Tätigkeiten. Die Herausforderung besteht darin herauszufinden, wie man am besten mit dem urbanen Raum umgeht, der zugleich Stress- als auch Ressourcenfaktor ist.

Sie arbeiten in Lausanne an einem Pilotprojekt. Worum geht es dabei?

Zunächst stellen mein Team und ich gemeinsam mit Peers sowie Patientinnen und Patienten in Lausanne kartografisch die Orte dar, die Stress oder Wohlbefinden vermitteln. Danach wählen wir ein Quartier, in dem wir ein Pilotprojekt durchführen wollen, das sich sowohl auf das soziale als auch auf das physische Umfeld auswirkt. Konkret könnte es sich dabei um eine Sensibilisierung der Anwohnerinnen und

Anwohner für psychische Gesundheit handeln oder auch um neue räumliche Gestaltungen. Auf diese Test- und Experimentierphase mit partizipativem Ansatz folgt eine Analyse, in der wir bewerten, inwiefern das Projekt reproduzierbar und dauerhaft umsetzbar ist. Unser Ziel ist es, langfristig einen Plan auf Gemeindeebene zu erstellen, der als Modell für weitere Städte dienen kann. Das ist für die Schweiz und auch aus internationaler Sicht ein sehr innovatives Konzept.

Initiativen mit ähnlichen Zielen sind in den letzten Jahren in verschiedenen Städten unter dem Namen «Thrive» entstanden. Was halten Sie davon?

Das ist sehr positiv. Es handelt sich allerdings nicht um ein einheitliches Konzept; die Städte, die die Initiative Thrive aufgegriffen haben, sind ganz unterschiedlich vorgegangen. Eine Massnahme, die in London umgesetzt wurde, hat mir besonders gefallen, weil sie so einfach ist. Mehrere öffentliche Bänke wur-

THRIVE

Gesunde Städte

Das Netzwerk «Thrive» (Englisch für aufblühen) umfasst gut 200 Städte weltweit, die sich für die psychische Gesundheit ihrer Bevölkerung engagieren. Das Programm variiert von Stadt zu Stadt, verfolgt aber dieselben Ziele. Thrive New York zum Beispiel wurde 2015 auf Initiative des damaligen Bürgermeisters Bill de Blasio ins Leben gerufen. Der Aktionsplan stützt sich auf sechs Grundprinzipien:

- Förderung einer neuen Kultur, in der sich alle vom Thema psychische Gesundheit angesprochen fühlen
- Frühzeitiges Handeln und Fokus auf Prävention, beispielsweise durch Interventionen in Schulen
- Schliessen von Versorgungslücken
- Einbezug lokaler Gemeinschaften
- Stärkung der Führungsfähigkeit der Stadtverwaltung
- Bessere Auswertung der verfügbaren Daten

<http://mentalhealth.cityofnewyork.us>

den mit einer Plakette versehen, auf der zu lesen ist, dass die Bank den Austausch fördern soll zwischen Menschen mit Depression und den anderen Parkbesuchern. Diese Bänke, die zum Gespräch anregen, können helfen, aus der Isolation herauszukommen – ein zentraler Faktor bei Störungen dieser Art.

Sollten wir Städte anders bauen?

Man sollte einen architektonischen Determinismus vermeiden, der uns dazu bringen würde, grob zu vereinfachen und bestimmte physische Räume mit dem Auftreten von psychischen Störungen in Verbindung zu bringen. Klar ist, dass mehrere Faktoren eine sehr wichtige Rolle spielen: die Qualität der öffentlichen Räume, das Vorhandensein von Grünflächen, eine Beruhigung des Verkehrs und eine gut durchdachte Bepflanzung. Die Umwelt sollte stärker als Ressource und therapeutischer Ort angesehen werden. Ganz wichtig ist zudem, dass die gesamte Bevölkerung in die Förderung der psychischen Gesundheit einbezogen wird, von den Behörden bis hin zur Quartierskneipe.

Welche Rolle spielen die Restaurationsbetriebe?

Sie sind wichtige Orte. Man geht vielfach davon aus, dass enge Beziehungen zu sozialen Bindungen führen. Wichtiger ist in Wirklichkeit jedoch die Möglichkeit, die Bindung zu wählen. Schwache Bindungen sind scheinbar unbedeutende kleine Gespräche und Aufmerksamkeiten. Für Menschen in der Genesungsphase sind solche Beziehungen wertvoll. Zu finden sind sie gerade in Cafés. Eben da, wo man nicht ungeduldig wird, weil ein Kunde sein Kleingeld abzählt und ein bisschen länger braucht. Wo man es nicht komisch findet, dass eine Kundin ein untypisches Verhalten an den Tag legt. Ein solcher Umgang und ein solches Verständnis von Vielfalt sind enorm wichtig für Menschen mit psychischen Problemen.

Was wünschen Sie sich für die Städte der Zukunft?

Die Stadtverwaltungen sowie die Menschen, die in der jeweiligen Stadt wohnen, sollten vermehrt in Fragen der psychischen Gesundheit eingebunden werden. Das Thema muss eines werden, das alle etwas angeht. In der Schweiz liegt die Verantwortung für die psychische Gesundheit und allgemein für die öffentliche Gesundheit bei den Kantonen. Es ist nötig, auf kommunaler Ebene einen Plan zu erstellen.

Was bringt ein solcher Plan Ihrer Meinung nach?

In den Gemeinden ist man näher an den Menschen und ihrem Umfeld. Auf kommunaler Ebene kann die Ausgestaltung der öffentlichen Räume geplant werden. Man kann eine Strategie zur Sensibilisierung der urbanen Akteurinnen und Akteure entwickeln. Dabei kann es sich sowohl um kulturelle Einrichtungen wie Museen handeln als auch um Restaurants und die Einwohnerinnen und Einwohner selbst. Nicht vergessen sollte man, dass ein Umfeld, das gut für einen Menschen mit Schizophrenie, bipolarer Störung oder Depression ist, auch für alle anderen gut ist. Die Sensibilität, die Menschen mit einer Psychose gegenüber bestimmten Stressoren haben, ist dieselbe wie die anderer Menschen auch – nur der Grad der Empfindsamkeit unterscheidet sich. Massnahmen in dieser Richtung würden dazu beitragen, die urbane Lebensqualität für alle zu verbessern. ♦

DER INTERVIEWPARTNER

Ola Söderström ist Professor für soziale und kulturelle Geografie an der Université de Neuchâtel. Er beobachtet seit 25 Jahren Städte in Bewegung.