

# BPTK-FOKUS

## Psychische Erkrankungen und Gewalt

Gewalttaten einzelner psychisch kranker Menschen prägen immer wieder die Schlagzeilen in Presse, Funk und Fernsehen. „Durch solche erschreckenden und verstörenden Berichte entsteht schnell der Eindruck, dass alle psychisch kranken Menschen gefährlich sind“, stellt BPTK-Präsident Dr. Dietrich Munz fest. „Dies führt aber dazu, dass insbesondere schwer psychisch kranke Menschen scheuen, sich Hilfe bei Psychotherapeut\*innen oder Ärzt\*innen zu suchen, weil sie befürchten, sonst für Gewalttäter\*innen oder, wie es eine Patientin formulierte, für ‚Monster‘ gehalten zu werden.“ Die BPTK hat deshalb einen Pressehintergrund „Psychische Erkrankungen und Gewalt“ zusammengestellt. Damit lassen sich insbesondere die Risiken besser einschätzen, die psychisch kranke Menschen für andere darstellen.

### Psychische Erkrankungen führen nur sehr selten zu Gewalt gegenüber anderen

Psychische Hochs und Tiefs kennt fast jede\*. Auch psychische Erkrankungen sind häufig. Im Laufe eines Lebens erkrankt fast jede zweite Deutsche\* an einer psychischen Störung (42,6 Prozent). Die allermeisten Menschen mit psychischen Erkrankungen sind dabei friedfertig und keine Gefahr für andere Menschen. Es ist sehr viel wahrscheinlicher, von einem psychisch gesunden Menschen verletzt zu werden: Das Risiko, durch die Gewalttat eines psychisch kranken Menschen zu sterben, ist mit eins zu eineinhalb Million zehnmal geringer als das allgemeine Risiko in Deutschland, durch ein Gewaltverbrechen zu sterben.

### Angst, Realitätsverlust und Drogen können Gewalttaten begünstigen

Bei einzelnen schweren psychischen Erkrankungen kann das Risiko für Gewalttaten erhöht sein. Dazu gehören insbesondere psychotische Störungen sowie Alkohol- und Drogenmissbrauch, aber auch bipolare und hirnorganische Störungen. Der Grund dafür ist meist gar nicht so schwer zu verstehen: Viele Menschen mit diesen Erkrankungen haben oft außergewöhnlich große Angst, sie fühlen sich bedroht oder verfolgt. Häufig wird der Kontakt zur Realität verloren, „eine Wahn-Realität schiebt sich über die Alltagsrealität“, wie ein Erkrankter berichtet. In dieser Wahnrealität erleben sich diese Patient\*innen häufig in ihrem Leben bedroht. Sie wehren sich deshalb mit Händen und Füßen und manchmal mit Gewalt.

### Psychotische Erkrankungen

Das Risiko, dass ein psychotisch kranker Mensch eine Gewalttat begeht, ist höher als in der übrigen Bevölkerung, vor allem dann, wenn sich die erkrankte Person

in einer akuten psychotischen Phase befindet. Während in der Allgemeinbevölkerung das Risiko, ein Tötungsdelikt zu begehen, bei durchschnittlich 0,02 Prozent liegt, liegt es bei psychotisch kranken Menschen bei 0,3 Prozent. Auch wenn das Risiko damit deutlich erhöht ist, ist es nach wie vor verschwindend gering.

### Alkohol und Drogen

Alkohol und Drogen sind der größte Risikofaktor für Gewalttaten. Insbesondere Alkohol erhöht erheblich die Bereitschaft eines Menschen, andere zu verletzen oder zu töten. Dies gilt für psychisch gesunde Menschen, aber auch für psychisch kranke Menschen. Treten Drogenmissbrauch und psychische Störungen gemeinsam auf, steigt das Risiko für eine Gewalttat besonders stark: In einer dänischen Studie begingen Männer mit einer psychischen Störung und Substanzmissbrauch achtmal häufiger eine Gewalttat als Männer, die weder psychisch krank waren noch Alkohol oder Drogen konsumierten, Frauen sogar 25-mal häufiger.

### Menschen mit psychischen Erkrankungen sind häufig selbst Opfer von Gewalt

Menschen mit psychischen Erkrankungen werden selbst Opfer von Gewalttaten, weitaus häufiger als sie selbst Gewalttaten begehen. Eine britische Studie befragte Patient\*innen mit schweren psychischen Erkrankungen zu ihren Gewalterfahrungen. 19 Prozent der Patient\*innen berichteten von körperlichen Angriffen, während nur drei Prozent der Allgemeinbevölkerung diese Erfahrung gemacht hatten. Zwölf Prozent der Patientinnen und sieben Prozent der Patienten waren Opfer häuslicher Gewalt geworden, verglichen mit je zwei Prozent der Männer und Frauen in der Allgemeinbevölkerung. Eine besondere Gefahr entsteht für psychisch kranke Menschen auch durch Polizei und Einsatzkräfte, die nicht ausreichend geschult sind. Das unverständliche Verhalten von schwer psychisch kranken Menschen führt immer wieder dazu, dass Notsituationen eskalieren und manchmal sogar tödlich enden. Die Hälfte der Menschen, die bei Polizeieinsätzen getötet werden, ist psychisch krank, so die Berichterstattung in der Zeitschrift der Gewerkschaft der Polizei.

### Behandlung ist der wirksamste Schutz vor Gewalt

Wenn Menschen schwer psychisch erkrankt sind, ist ein frühes Erkennen und Behandeln der Erkrankung der wirksamste Schutz vor Gewalt. Dazu gehört in vielen Fällen sowohl eine Psychotherapie als auch eine medikamentöse Behandlung. Bleibt eine psychische Erkrankung hingegen unbehandelt, kann sie sich verschlimmern und zu schwe-

ren psychischen Krisen führen. Studien zeigen, dass sich 40 Prozent der schweren Gewalttaten durch Menschen mit Psychosen in der ersten Krankheitsphase ereignen, bevor eine medikamentöse Behandlung stattgefunden hat. Bleibt eine regelmäßige psychotherapeutische Behandlung aus, ist das Risiko für Gewalttaten bei Menschen mit Psychosen um 700 Prozent erhöht.

### Erste Hilfe in psychischen Notlagen

Entscheidend ist auch, auf Menschen in schweren psychischen Notsituationen richtig zu reagieren. Erste Hilfe ist auch bei psychischen Erkrankungen möglich. Insbesondere Polizei und Einsatzkräfte sollten in der richtigen Gesprächsführung mit psychisch kranken Menschen geschult sein. Psychosoziale Krisendienste können Familien, die nicht mehr allein zurechtkommen, schnell und qualifiziert helfen.

## Erste-Hilfe-Empfehlungen für Menschen in schweren psychischen Notsituationen

Die BPTK empfiehlt folgende Regeln, um Menschen in schweren psychischen Krisen, insbesondere mit Angst- und Wahnvorstellungen, unmittelbar zu unterstützen.

### Professionelle Hilfe rufen

- Wenn Sie den Eindruck haben, dass die Person sich selbst oder andere gefährdet, rufen Sie die Polizei oder den Rettungsdienst an – oder noch besser einen psychosozialen Krisendienst. Nicht in jeder Region gibt es einen Krisendienst. Sie können dies aber herausfinden, indem Sie den Namen der Stadt zusammen mit dem Stichwort „Krisendienst“ googeln. Schildern Sie, dass eine Person aufgrund einer psychischen Notlage dringend Hilfe braucht. Fragen Sie bei der Polizei nach Beamt\*innen, die mit Menschen in psychischen Notlagen Erfahrung haben.

### Vorsichtig ein Gespräch anbieten, abwarten und beruhigen

- Überlegen Sie, ob eine Kontaktaufnahme möglich ist. Bedenken Sie, dass die Person sich möglicherweise bedroht oder verfolgt fühlt und deshalb auch eine Annäherung als Bedrohung erleben kann. Bewegen Sie sich nicht plötzlich oder schnell. Lassen Sie zu, wenn die Person sich zurückzieht.
- Nähern Sie sich nicht, ohne zu fragen, ob dies der Person recht ist. Reagiert Ihr Gegenüber verängstigt oder aggressiv, ziehen Sie sich wieder zurück. Verstellen Sie der Person keine „Fluchtwege“, zum Beispiel Ausgänge. Auch das könnte sie als Bedrohung erleben. Achten Sie darauf, dass auch Ihnen ein Fluchtweg bleibt.

- Wenn andere Menschen da sind, sorgen Sie dafür, dass immer nur eine Person spricht. Kreisen Sie die Person nicht ein.
- Wenn Ihnen die Situation nicht geheuer ist, halten Sie Abstand. Sorgen Sie stets für Ihre eigene Sicherheit oder die Sicherheit anderer in der Situation.
- Drängen Sie nicht. Lassen Sie Ihrem Gegenüber Zeit, sich zu beruhigen und zu antworten. Allein Ihre Anwesenheit kann beruhigen.
- Erkundigen Sie sich, ob Sie Familie, Freund\*innen oder eine behandelnde Ärzt\*in oder Psychotherapeut\*in benachrichtigen können. Warten Sie ab, ob Ihr Gegenüber Hilfe annehmen kann. Hilfe zu holen ist das Beste, was Sie tun können.
- Wenn die Person Ihnen Dinge schildert, dass sie zum Beispiel von Außerirdischen verfolgt wird, eine große Katastrophe droht oder sie „Jesus Christus“ ist, nehmen Sie die Schilderungen ernst. Solche bizarren oder ungewöhnlichen Vorstellungen sind für die Person real. Versuchen Sie die Person nicht zu beruhigen, indem Sie sagen, dass Sie gar keine Außerirdischen sehen können. Hören Sie einfach zu.
- Lenken Sie das Gespräch auf andere Themen. Fragen Sie zum Beispiel nach, ob Ihr Gegenüber Durst hat oder etwas trinken möchte. Bieten Sie an, zu bleiben, bis Hilfe kommt.

BPTK-Pressehintergrund „Psychische Erkrankungen und Gewalt“:

[www.bptk.de/wp-content/uploads/2021/05/20210519\\_Pressehintergrund-Psychische-Erkrankungen-und-Gewalt.pdf](http://www.bptk.de/wp-content/uploads/2021/05/20210519_Pressehintergrund-Psychische-Erkrankungen-und-Gewalt.pdf)