Interview mit Prof. Dr. phil. et PhD Thomas Abel vom Institute of Social and Preventive Medicine

«Verunsicherung ist in diesen Zeiten nicht zu vermeiden»

Das Interview führte: Linda Hadorn

Wissenschaftliche Mitarbeiterin, stv. Abteilungsleitung Abteilung Public Health, FMH

Wir alle leben seit Frühjahr 2020 in einem neuen Alltag mit der COVID-19-Pandemie. Was sind in Ihren Augen die zentralen Erkenntnisse dieser letzten Monate?

Das Bedeutende aus Public-Health-Sicht ist, dass die Wissensbasis, auf der alle Personen handeln müssen, unsicher ist. Das prägt den Alltag, den Umgang mit den Herausforderungen und das stellt dann selbst neue Herausforderungen. Wir alle müssen immer wieder neu dazulernen. In der Wissenschaft gibt es jetzt viel Neues zu erarbeiten und neu zu lernen, aber auch die Politik muss lernen, wie auch jede einzelne Person. Die Herausforderung dabei ist, dass wir anfänglich relativ wenig wissen und nicht vorbereitet sind. Das zeigt sich an ganz vielen verschiedenen Stellen. In der momentanen Lage halte ich das für sehr bezeichnend.

Betrachten wir den Verlauf etwas genauer, war die Pandemie zuerst ein Problem für die Wissenschaft, dann wurde sie für die Politik ein Problem. Diese Bereiche mussten herausfinden, wie bedeutsam die Situation werden würde und ab wann praktische Massnahmen nötig sein würden. Dies geschah, bereits bevor das Thema an die breite Öffentlichkeit kam. Anfangs wurde also viel im biomedizinischen Wirkungsfeld an Erkenntnissen gearbeitet. Und erst, als man gesehen hat, dass wir das Problem mit einer biomedizinischen Herangehensweise nicht schnell in den Griff bekommen, wurde auch ins Blickfeld genommen, welche Konsequenzen die Situation haben könnte und wahrscheinlich haben wird. Seien es Konsequenzen für die Wirtschaft, für das Zusammenleben, für die Schulen, für praktisch alle Lebensbereiche. Erst nach und nach rückte das in den Blick, und nebst Wissenschaft und Wirtschaft wurden auch die sozialen und psychosozialen Herausforderungen thematisiert.

Um die Frage abzuschliessen, möchte ich noch einmal auf den Aspekt der Unsicherheit zurückkommen. Da ist eine relativ grosse Unsicherheit im Wissen und im politischen Handeln, aber auch in der Kommunikation. Und das halte ich für sehr wichtig. Der Umgang mit dieser Pandemie ist ein langer und breiter Lernprozess; und auch das muss gut kommuniziert werden.

Prof. Dr. phil. et PhD Thomas Abel, Institute of Social and Preventive Medicine Bern, thematisiert die volatile Wissensbasis und grosse Komplexität von COVID-19 bei gleichzeitig dringendem Handlungsbedarf.

Welches sind basierend auf den eben erläuterten Erkenntnissen Ihrer Ansicht nach die grössten Herausforderungen im Umgang mit der COVID-19-Pandemie?

Es gibt sehr viele Herausforderungen. Und ich denke, es ist schwer zu sagen, welche davon die grössten sind. Mit Blick auf die Bevölkerung sehe ich drei grosse Herausforderungen. Die eine ist die Dringlichkeit der Massnahmen. Massnahmen, von denen wir wussten, dass sie wirksam sind, wie Abstand halten, Handhygiene, und über die Zeit werden weitere dazukommen, beispielsweise aktuell das Impfen. In Bezug auf die Dringlichkeit lässt sich sagen, dass sich bestimmt 90 Prozent unserer Schweizer Bevölkerung sehr ver-

nünftig verhalten, also angemessen. Das müssen wir unbedingt sichern und dürfen dies nicht für selbstverständlich erachten. Diesem grossen Anteil der Bevölkerung muss positive Aufmerksamkeit geschenkt werden. Die vernünftig handelnden Menschen sollten immer wieder darin bestärkt werden.

Neben der Dringlichkeit der Massnahmen ist die hohe Komplexität der aktuellen Krise eine weitere grosse Herausforderung. Besonders denke ich hier an die Komplexität der Konsequenzen von praktischen Massnahmen. Praktisch jede einzelne Massnahme, die zum

Zu den grossen Herausforderungen gehören sicher die Dringlichkeit der Massnahmen, die hohe Komplexität und die erst langsam wachsende Wissensbasis.

Beispiel im Bereich der Wirtschaft getroffen wird, hat wiederum enorme Konsequenzen für andere Bereiche. Oder wenn wir die Schulen schliessen, dann gibt es zwar epidemiologisch jede Menge Gründe, das zu tun. Zugleich ergeben sich damit aber auch Schwierigkeiten in den Familien, bis hin zur Erweiterung sozialer Ungleichheiten im Schulerfolg. Wir haben mittlerweile Studien, die zeigen, dass – auch in der Schweiz – bestimmte Schüler- und Schülerinnengruppen viel mehr leiden als andere.

An diesem Beispiel zeigt sich, wie komplex die Auswirkungen sind, und damit muss auch die Bevölkerung umgehen. Ein wichtiger Aspekt ist, dass es gelingen muss, diese Komplexität zu kommunizieren. Es zu ignorieren macht keinen Sinn, denn die Menschen erleben in vielen ihrer Lebensbereiche ja, dass es kompliziert und komplex ist.

Und die dritte Herausforderung ist sicherlich, wie ich eben schon gesagt habe, die Unvollständigkeit des Wissens. Das heisst, in Bezug auf grosse neue Fragestellungen braucht es Zeit, bis wir das Wissen absichern können. Bis wir einwandfrei sagen können, so müsst ihr, müssen wir handeln. Wir leben in unsicheren Zeiten. Das muss auch akzeptiert und gut kommuniziert werden.

Zusammenfassend gehören zu den grossen Herausforderungen sicher die Dringlichkeit der Massnahmen, die hohe Komplexität und die erst langsam wachsende Wissensbasis. Wir alle müssen auf einer volatilen Wissensbasis und bei grosser Komplexität, aber eben doch dringlich handeln – das erzeugt entsprechende Unsicherheit bei praktisch allen Beteiligten.

Welche spezifischen Erkenntnisse können für solch unsichere Zeiten abgeleitet werden? Was ist wichtig, damit ein gesunder Umgang gelingt?

Etwas, das wir sicherlich mehr beachten müssen, ist, dass die Situationen nicht für alle gleich oder gleich gut zu bewältigen sind. Die unterschiedlichen Lebenskontexte der Menschen müssen bei Entscheidungen berücksichtigt werden. Natürlich haben wir verallgemeinerbare Regeln, wie zum Beispiel Abstand halten oder Maske tragen. Je nach Kontext ist das aber mehr oder weniger leicht umsetzbar, und es ist auch mehr oder weniger relevant.

Ich nehme da gerne das Beispiel der Bushaltestelle: Wenn niemand sonst an der offenen Bushaltestelle steht, muss ich keine Maske tragen. Das Individuum muss in dieser Situation selbst entscheiden. Sobald jemand dazukommt, muss man die Maske tragen. Es gibt demzufolge Dinge, die wir gar nicht im Detail regeln können. Die für das Übertragungsrisiko relevanten Lebensbedingungen variieren oft, z.B. je nach Wohnbedingungen, im Quartier, am Arbeitsplatz. Auch da ist eine Regelung bis ins Detail nicht möglich. Wir brauchen also zuerst einige klare Regelungen (z.B. Abstand halten, Maske tragen) und dann die Bedingungen, dass dies für möglichst jede und jeden möglich wird (Arbeitsplatzanpassungen, Gratismasken für Niedrigverdiener usw.).

Und dann braucht es eben auch den einzelnen Menschen als Experte bzw. Experten für ihre, seine jeweilige Lebenssituation und aktive Mitarbeit. Das halte ich für einen sehr wichtigen Punkt. Ich denke, gerade in Zeiten der Unsicherheiten, in Zeiten, wo wir nicht alles regeln können und wollen, brauchen wir vernünftig agierende Bürgerinnen und Bürger. Sie müssen mithelfen, und wir sollten sie wahrnehmen als die Expertinnen und Experten ihrer eigenen Situation,

Die Menschen dürfen nicht reduziert werden auf die «Träger des Virus» und nicht als passive Befehlsempfänger angesprochen werden.

die dann zu Koproduzentinnen der Lösungen werden, konkret der Unterbrechung der Übertragungsketten, einer Verlangsamung der Ansteckungen usw. Die Menschen dürfen nicht reduziert werden auf die «Träger des Virus» und nicht als passive Befehlsempfänger angesprochen werden, sondern vielmehr als Mitexpertinnen für die Situation. Hier spielt auch die Gesundheitskompetenz hinein. Dass Menschen solche Zusammenhänge verstehen und sich auf der Basis von ihrem Wissen einbringen können, ist zentral. Die Menschen sollten nicht einfach strenge Regeln befolgen, weil man das halt so macht. Viel besser ist, wenn sie selbst aktiver Teil der Lösung des Problems sind. Das mag idealistisch klingen, aber ich glaube, dass das die ric-

Es braucht das Durchhaltevermögen der Bevölkerung.

tige Zielsetzung ist und zu unserer Gesellschaft hier in der Schweiz am besten passt.

Was diesen Weg schwierig macht, sind verschiedene Hindernisse. Wir haben Inkonsistenzen, auch in den politischen Massnahmen und Strategien. Wir haben Medien, die oftmals nicht hilfreich sind, die zum Beispiel Nachrichten zuspitzen, wohl damit das irgendwie attraktiver klingt, obwohl ich mich oft frage, ob das wirklich attraktiver für die Leserin oder für den Zuhörer ist, wenn das immer so vereinfachend zugespitzt wird. Und die Medien schüren Verunsicherung in der Bevölkerung, wenn zum Beispiel bei Anpassungen der Corona-Massnahmen von «Lotto» oder «Chaos» die Rede ist. Ich denke, dass den Medien eine wichtige Rolle zukäme, die eben angesprochene Komplexität und Unsicherheit, die sich aus den laufenden Lernprozessen heraus ergeben, konstruktiv zu ver-

Es geht darum, dass wir die Leute stärken, die jetzt schon und immer noch vernünftig handeln.

mitteln. Natürlich ist das eine Herausforderung an die Medien, aber ich habe auch hohe Erwartungen an die seriösen Medien. Sie müssen mithelfen, eine gute Kommunikation in der Bevölkerung sowie zwischen der Bevölkerung, der Politik und der Wissenschaft zu fördern.

Was können denn die einzelnen Personen beitragen? Wo sehen Sie die Handlungskompetenzen jedes Einzelnen?

Im Moment wird viel von Eigenverantwortung gesprochen. Ich verwende diesen Begriff nicht gerne, unter anderem, weil er Dinge vermischt, die nicht vermischt

werden sollten. Dieser Begriff steht im Deutschen für zwei unterschiedliche Bedeutungen. Zum einen bezeichnet der Begriff Eigenverantwortung ein «ich für mich», dass also ich für mein eigenes Wohlergehen verantwortlich bin. Aber davon abweichend wird dieser Begriff jetzt in der Pandemie-Krise auch gebraucht, um auf die Verantwortung des «Einzelnen für andere», für die Gemeinschaft hinzuweisen. Und das sind eigentlich zwei völlig verschiedene Dinge, und so führt der vage Begriff Eigenverantwortung schnell mal zu Unklarheiten in den Debatten. Darum halte ich den Begriff für nicht sinnvoll. Bei den Herausforderungen dieser Pandemie würde ich eher von Mitverantwortung sprechen. Mitverantwortung heisst immer, ich selbst muss etwas tun für andere und letztlich auch für mich selbst. Im Verständnis der Mitverantwortung erwarte ich aber auch von anderen, dass sie etwas tun, ergo, dass wir gemeinsam etwas tun. Das brauchen wir unbedingt in dieser Pandemie. Es nützt uns nichts, wenn jemand nur für sich selber schaut. Wir wissen, dass Maskentragen den grösseren Effekt hat in Bezug darauf, andere zu schützen. Wir alle sind Passagiere im

Diese Vorstellung, dass die Gesundheit der Bevölkerung das höchste Gut ist, ist offensichtlich nicht selbstverständlich.

Bus. Wir alle sind die Nachbarn, die im Lebensmittelladen sich treffen. Wir sind dann immer mit den anderen. Wenn wir das begreifen und es auch als solches in den Vordergrund stellen, dann, denke ich, machen wir einen Fortschritt.

Ich denke auch, dass die Gesundheitskompetenz, die ich vorher erwähnt habe, auf die genannten Herausforderungen durch die Pandemie angepasst werden muss. In einer solchen Situation, wo noch viel Wissensunsicherheit vorhanden ist, wo Komplexität aller Orten herrscht, zugleich aber dringlich und im Sinne der Mitverantwortung aller gehandelt werden muss, da brauchen wir eine Form der Gesundheitskompetenz, in der die Menschen differenziert auf die Medien, auf die Politik, auf die Wissenschaft und auch auf ihr eigenes Handeln schauen.

Es gibt Stimmen, die sagen, das kann man der Bevölkerung, der einfachen Bevölkerung nicht zumuten. Denen würde ich gerne widersprechen und sagen, es ist sehr beachtlich, wie viele differenzierte Entscheide praktisch jeder Bürger, jede Bürgerin im Alltag fällt. Zum Beispiel beim Kauf eines Autos oder beim Buchen von Ferien. Das machen die Leute auch nicht nur anhand von zwei Kriterien, sondern sie überlegen sich durchaus differenziert, was sind die Vorteile, was sind die Nachteile. Ich glaube deshalb, dass wir einen gewis-

sen Differenzierungsgrad des Denkens, wenn es um Gesundheit geht, an alle anlegen können und auch systematisch fördern sollten.

Wir brauchen den aktiv mitdenkenden Menschen und die kritische Gesundheitskompetenz im Sinne von Mitdenken, Reflektieren einschliesslich selbstkriti-

Den Menschen muss das Bewusstsein vermittelt werden, ihr seid nicht einfach nur die, die den Regeln zu folgen haben.

scher Betrachtung. Ein kleines Beispiel konkret zur aktuellen Pandemie: Wenn eine bestimmte Facebook-Seite die Hauptquelle meiner Informationen zur Pandemie ist, dann muss ich mir bewusst sein, dass ich da gefilterte Informationen erhalte.

Wie hoch schätzen Sie den Durchhaltewillen der Bevölkerung für die nächste Zeit ein, und welche praktischen Empfehlungen können Sie geben?

Das Phänomen, das Sie jetzt Durchhaltevermögen nennen, hängt mit dem zusammen, was in den Sozialwissenschaften und der Psychologie derzeit wissenschaftlich als «Corona-Fatigue» erforscht wird. Diese Ermüdung, dass man nicht mehr mitmachen will und des Ganzen wirklich überdrüssig wird. Das ist ein grosses Problem bei der Dauer, die diese Krise jetzt schon anhält. Wir brauchen aber das Durchhaltevermögen in der Bevölkerung bis zu und noch mit den Impfungen. Ich denke, ein Weg, diesen Durchhaltewillen hochzuhalten, ist, wenn die Menschen mehr als Teil der Lösung anerkannt werden und wenn sie erleben, dass sie in ihren Bemühungen anerkannt und mit ihren Bedenken respektiert werden. Den Menschen muss das Bewusstsein vermittelt werden, ihr seid nicht einfach nur die, die den Regeln zu folgen haben, und ihr müsst jetzt noch fünf Monate weiter diesen Regeln folgen. Es geht darum, dass wir die Leute stärken, die jetzt schon und immer noch vernünftig handeln. Dort müssen wir investieren. Wir dürfen diese Mitarbeit nicht einfach für selbstverständlich halten, sondern müssen sie positiv rückverstärken. Das würde einer Ermüdung entgegenwirken und helfen, das Durchhaltevermögen auch zu erhalten.

Wir alle kennen das: Wenn wir uns als selbstwirksam erleben, dann sind wir ausdauernder. Und wenn ich sehe, was in meinem Quartier hier in Bern an Nachbarschaftshilfen läuft, dann geht das in diese Richtung. Die Menschen sind bereit, sich einzubringen und zu helfen. Diesem Aspekt und Ausdruck von Mitverantwortung sollte mehr Aufmerksamkeit geschenkt wer-

den; auch dieses Potenzial in der Bevölkerung gilt es zu erkennen, anzuerkennen und systematisch zu fördern.

Wo sehen Sie Möglichkeiten, dass sich die Ärzteschaft der Schweiz einbringt?

Da denke ich an verschiedene Ebenen. Zum Beispiel an den praktizierenden Arzt, die praktizierende Ärztin in der Allgemeinarztpraxis. Ich denke, dass dort ohnehin schon sehr gute Voraussetzungen vorherrschen. Dass dort der Patient, die Patientin schon vermehrt im Sinne eines partnerschaftlichen Verhältnisses wahrgenommen wird. Diesen Ärztinnen und Ärzten wird es nicht schwerfallen, ihre Patientinnen und Patienten als Mit-Experten anzusprechen, wenn es um den Umgang mit der Pandemie geht, und sie auf angemessenes und vernünftiges Verhalten hin zu beraten.

Und es gibt die anderen Ebenen, also auch die der organisierten Ärzteschaft. Hier wäre zu überlegen, in welcher Form sich die Berufsvertretungen auch im gesundheits- und sozialpolitischen Diskurs einbringen. Es könnten so vielleicht die sozialrelevanten gesundheitlichen Konsequenzen früher und deutlicher in die politische Diskussion eingebracht werden. Zudem könnte das Grundverständnis des aktiven Patienten, der aktiven Patientin gestärkt werden, ganz aktuell am Beispiel der Pandemie und des bestmöglichen Umgangs damit.

Und was mich gerade akut umtreibt, ist, dass wir in der Schweiz pro Kopf sehr viel Geld ausgeben für ein gutes Gesundheitswesen. Das tun wir aus guten Gründen, denn wir glauben daran, dass die Gesundheit der Bevölkerung ein ganz wichtiges, vielleicht sogar das wichtigste Mass ist für eine gut funktionierende Gesellschaft. Trotzdem stellen sich Interessenvertreter und bestimmte Politikerinnen und Politiker hin und argumentieren in einer Richtung, die auf ein Primat der Wirtschaft gegenüber der Gesundheit hinausläuft. Natürlich weichen sie dann aus, wenn man sie darauf anspricht. Wenn man genau hinhört, geht es aber genau darum. Das beschäftigt mich. Und ich denke, dass das auch etwas ist, was diese Pandemie uns lehrt. Diese Vorstellung, dass die Gesundheit der Bevölkerung das höchste Gut ist, die ist offensichtlich nicht selbstverständlich und wird in diesen Krisenzeiten immer wieder mehr oder weniger direkt infrage gestellt. Ich hoffe, dass wir hier – zusammen mit der Bevölkerung und mit der Ärzteschaft – unsere Stimme erheben. Die Gesundheit sollte das oberste Mass der Dinge sein.

Bildnachweis

© Janosch Abel (Porträt); © Solarisys13 | Dreamstime.com (Symbolbild)