

Michael Dappeler

«dialog-gesundheit» – ein Weg und viele Ziele

«dialog-gesundheit» (ehemals swissdoc) ist ein interaktiver, prozesshafter Dialog zur Entwicklung zukunftsweisender Lösungen im Gesundheitswesen auf dem Boden eines Bottom-up-Prozesses. Er fusst auf dem Verständnis einer integralen Werteorientierung und ist auf konkrete Handlungen und Massnahmen ausgerichtet, z.B. hinsichtlich gestärkter Eigenverantwortung der beteiligten Akteure. Die Basis für individuelle und gemeinsame Veränderungen erfolgt über themenzentrierte, interdisziplinäre Dialoggruppen auf verschiedenen Ebenen (Gemeinde, Medien, Praxis, Verbände usw.). Hier entwickeln sich aus kraftvollen Fragen neue Denkanstösse und Lösungsansätze. Das Ziel ist, letztendlich wirklich partnerschaftliche Lösungen zu finden statt dem defizitorientierten «Schwarz-Peter-Spiel».

«Es wäre interessant zu wissen, wovor sich die Menschen am meisten fürchten. Die meisten fürchten sich wohl vor einem neuen Schritt, einem neuen Gedanken.» (Fjodor M. Dostojewski)

2003/2004 – am Anfang steht die Frage

Professor Bossi, ehemaliger Dekan der Medizinischen Fakultät, stellte vor dem 20-jährigen Jubiläum der FIAM Bern folgende einfache Frage: «Brauchen wir in zehn Jahren noch Hausärzte?» Wer hätte gedacht, dass aus dieser einzigen Frage so viele Antworten und neue Fragen wachsen würden. Swissdoc war damals die erste Antwort.

swissdoc bewegt die Menschen für eine Medizin von morgen und ist ...

- ... ein Projekt der FIHAM Bern und ...
 - ... ein interaktiver Prozess, der zum aktiven Mitwirken einlädt.^{1,2}
- swissdoc will den Menschen wieder ins Zentrum stellen mit ...
- ... seinem Leben und Leiden im Gesundwerden und Kranksein und ...
 - ... seinen Anliegen und Ressourcen im Spannungsfeld zwischen sich und seiner Umwelt

swissdoc bewirkt eine angemessene, sinnstiftende Medizin dank ...

- ... einer konstruktiven Zusammenarbeit im Gesundheitswesen,
- einer vermehrten Mitverantwortung aller Beteiligten,
- einer Neudefinition des (Haus-)Ärztlichen,
- Plattformen für neue Projekte.

Als Erstes wurde im Sommer 2004 das Forum Zollikofen gemeinsam mit der Bevölkerung und der Gemeinde aufgebaut. Alle zwei Monate treffen sich interessierte Menschen aus der Bevölkerung der Gemeinde Zollikofen zum Dialog: Patienten, Angehörige, Vertreterinnen und Vertreter von Gesundheitsberufen und Politik. Im Zentrum stehen persönliche Fragen rund um das Gesundheitswesen – die erste, einleitende Frage war damals die des Dekans; die Antwort lautete: «ja, aber ...»

Das swissdoc.forum wird moderiert, protokolliert und von der Gemeinde ideell und finanziell unterstützt. Nachfolgend erste Antworten aus diesem Wegabschnitt:

swissdoc will an einem gesunden Gleichgewicht arbeiten und einen Bottom-up-Prozess initiieren und ...

- ... die sozialgesellschaftlichen Aspekte verstärkt berücksichtigen,
- die Beziehungsebene ins Zentrum stellen,
- Gleichgewicht der Ebenen nach Dörner schaffen: Leistungsebene – Genussebene – Sozialebene.

swissdoc hat einen salutogenetischen Ansatz und will darum mit-helfen, dass der Kohärenzsinn des Einzelnen und der Gemeinschaft erhöht werden kann:

- ein Ereignis (beispielsweise «life event»), eine Krise als Ganzes verstehen lernen («comprehensibility»),
- dank unseren inneren und äusseren Ressourcen besser damit umgehen lernen («manageability»),
- letztlich versuchen, einen Sinn zu finden («meaningfulness»). Die oft unbeantwortbare Warum-Frage wird mit der Frage nach dem Wozu (dem Sinn) erweitert.

«Der höchste Lohn für unsere Bemühungen ist nicht das, was wir dafür bekommen, sondern das, was wir dadurch werden.» (John Ruskin)

2005/2006 – von Worten und Wissen zu Taten und Handeln

Die Arbeit im forum.zollikofen zeigt, dass ein Teil der Bevölkerung einen eher hinterfragend-philosophischen Dialog mit neuen Fragen und Denkanstössen sucht, vergleichbar mit bewährten Gruppenprozessen (themenzentrierte Interaktion). Der andere Teil ist eher an konkreten Projekten interessiert, beispielsweise an der Erarbeitung eines Leitfadens zur Selbsthilfe nach dem Vorbild des Wellness Guide aus Berkeley, Kalifornien. In Arbeit ist der «Ratgeber für gesunde und kranke Tage». Er wird als innovatives Projekt von der Gesundheitsförderung Schweiz unterstützt. Daneben die bessere Bekanntmachung/Vernetzung der bereits zahlreich vorhandenen Angebote sowie das Einrichten einer zentralen Informationsstelle als (ständige) Ansprechpartnerin. Parallel dazu wurde je eine Stellenbeschreibung für Hausarzt und Patient der Zukunft erarbeitet.

Die Arbeiten von Professor Syme³ (Universität Berkeley) hatten gezeigt, dass «klassische, top-down» gesteuerte Präventionsmass-

¹ <http://www.primary-care.ch/pdf/2004/2004-07/2004-07-004.PDF>.

² <http://www.primary-care.ch/pdf/2004/2004-08/2004-08-022.PDF>

³ 7. Schweizer Nationale Gesundheitsförderungskonferenz Fribourg vom 27. bis 28. Januar 2005.

nahmen, wie Tabak- und Adipositasprogramme trotz massiven finanziellen Unterstützungen erstaunlich wenig nützen. Syme machte einen wichtigen Schritt und ging direkt auf die Direktbetroffenen zu. Er stellte ihnen die folgenden einfachen Fragen: Was brauchen Sie? Was können wir für sie tun? Er konnte zeigen, dass die Leute oft ganz andere Probleme haben, die sie zuerst lösen möchten, bevor sie die Präventionsprogramme mitmachen wollen. Für ihre subjektiv wichtigeren Probleme brauchen sie Informationen und Unterstützung, beispielsweise in Erziehungsfragen, bei der Schuldensanierung oder der Begleitung kranker Angehöriger usw. So entstand in Kalifornien mit Unterstützung der Universität der erste Wellness Guide. Er wurde nicht gebraucht, weil er zu kompliziert war. Erst der verbesserte zweite Wellness Guide, wo die Bevölkerung noch aktiver miteinbezogen worden war, zeigte nachhaltige Wirkung. Dies dank kürzeren Texten, vielen aussagekräftige Bildern und checklistenartigen Tipps. Nun wird der Guide nicht nur gebraucht, er kann nachweislich das Verhalten der Leute verändern helfen. dialog-gesundheit hat 2007 nun die erste Lizenz im deutschsprachigen Raum erhalten.

*«Das Gras wächst nicht schneller, auch wenn du daran zupfst.»
(Indianische Weisheit)*

Das Jahr 2006 zeigte auch deutlich, dass diese Weisheit nicht nur für die Schweiz, sondern insbesondere auch für Bottom-up-Prozesse Gültigkeit hat. Die Freude war gross, als das zweite Forum in Frutigen entstand. Davor mussten aber noch einige Hindernisse überwunden werden, vor allem auf Seite der Hausärztinnen und Hausärzte. Sie kämpfen bereits an vielen Fronten, wehren sich gegen das Burnout und trauen sich diese Mehrarbeit nicht zu. Selbst wenn die bisher beteiligten Hausärztinnen und Hausärzte bei swissdoc.dialog-gesundheit nicht nur ihre Batterien aufladen konnten, sondern auch neue Sichtweisen, sogar Visionen gefunden haben. Dazu kommt die Sorge, vielleicht die Kolleginnen und Kollegen mit neuen Angeboten zu konkurrenzieren. Allerdings geht es bei dialog-gesundheit um etwas völlig anderes als bei der «klassischen» Arzt-Patient-Beziehung im stillen Kämmerlein. Vielleicht machen uns neue Rollen einfach auch etwas Angst? swissdoc.dialog-gesundheit verkörpert eine Haltung mit neuem Denken:

- systemisches statt linear-kausales Denken,
- ressourcenorientierte statt defizitorientierte Lösungen,
- der Patient als Mensch, der fähig ist, sein Leben zu gestalten (Kompetenz),
- Vertrauen in eine effiziente Zusammenarbeit mit Ratsuchenden,
- Raum und Zeit anbieten zur Sinnsuche,
- Förderung dieser Fähigkeiten: Dialog, Gesundheitskompetenz, Befähigen, um vom Wissen zum Handeln zu kommen.

So wurde aus swissdoc langsam aber sicher dialog-gesundheit.

Vielleicht machen
uns neue Rollen
einfach auch etwas
Angst?

2007/2008 dialog-gesundheit – vom Teilnehmen zum Mitwirken

Immer stellen wir uns die Frage, was ist eigentlich dialog-gesundheit? Woher kommt die Kraft, die an den verschiedenen Anlässen immer wieder so eindrücklich spürbar wird? Ueli Grüninger, langjähriges Kerngruppenmitglied, verglich dialog-gesundheit mit einem «hochansteckenden Myzel». Es wächst, oft unsichtbar (und unbewusst), bis es irgendwo und irgendwann wieder auftaucht, um eine neue Frucht zu bilden (Plattform, Projekt). dialog-gesundheit wächst durch den Dialog und die persönliche Beziehung.

Wir haben realisiert, dass zur «corporate Identity», auch ein «corporate design» mit Informationsmaterial bis hin zu einer Website wichtig werden wird. Unsere Zeit will ein Mindestmass an virtuellem Raum mit Bildern und Botschaften, damit etwas Ernst genommen werden soll.

Dieses Jahr sind zwei neue Plattformen zur Unterstützung von dialog-gesundheit ins Leben gerufen worden. Erstens: Das *FMB (ForumModerationBildung)*. Hier wird die Moderatorenbildung für die Foren im Gesamtkontext von dialog-gesundheit erörtert; eine Arbeitsgruppe ist daran, Leitgedanken, Kompetenz, Konzept und das Fundraising weiterzuentwickeln. Damit soll die Gründung weiterer Foren erleichtert und unterstützt werden. Im weiteren Verlauf werden sich die neuen und die erfahreneren Moderatoren regelmässig austauschen, dies unterstützt dann auch das *WSP (Wissen schaffendes Projekt)*. Hier werden in Zusammenarbeit mit verschiedenen Fakultäten der Universität oder Fachhochschulen erste konkrete Fragen rund um dialog-gesundheit erarbeitet und weiterentwickelt. Ein wichtiger Themenkreis ist dabei die Gesundheitskompetenz als Teil der persönlichen Entwicklung. Bis zum Wonca-Kongress 2009 hoffen wir erste zählbare Resultate vorweisen zu können.

Sie sind herzlich eingeladen, bei diesem «selbstorganisierenden» Prozess mit bewusst geringen Top-down-Abläufen, der sich gleichzeitig «Wissen schaffend» reflektiert, mitzuwirken und so mitzuhelfen, dass sich dialog-gesundheit als lernender Organismus weiterentwickelt. Auf diesem neuen Weg entdecken sie so viele unerwartete Zwischenziele, wogegen ein endgültiges Endziel im herkömmlichen Sinn kaum wirklich benennbar ist – fast so wie im wirklichen Leben! Dazu gehört auch eine möglichst grosse Autonomie und Unabhängigkeit.

«Der Traum von gestern ist die Hoffnung von heute und die Realität von morgen.» (Robert H. Goddard)

SaluToMed.AG
Dr. med. M. Deppeler
Allgemeine Medizin FMH
Kirchlindachstrasse 7
3052 Zollikofen
m.deppeler@hin.ch