

Woche der Seelischen Gesundheit: 10. - 20. Okt. 2022

# Die seelische Gesundheit ist in Krisenzeiten besonders bedroht!!

Die Woche der Seelischen Gesundheit – eingeläutet vom Welttag der seelischen Gesundheit am 10.10.2022 – wirbt für mehr Akzeptanz und Unterstützung von Menschen, die von psychischen Erkrankungen betroffen sind.



Die Zahl und die Dauer psychischer Erkrankungen nimmt in Krisenzeiten nachweislich zu. So waren Versicherte der KKH Kaufmännische Krankenkasse im Jahr 2020 im Schnitt 43,7 Tage wegen Depressionen, chronischer Erschöpfung und anderer psychischer Störungen krankgeschrieben - das sind 4,2 Tage mehr als 2019 vor der CoViD-19-Pandemie. Derzeit sehen wir uns mit vielen parallelen Krisen, von CoViD über den Krieg in der Ukraine bis zur Erderhitzung und Biodiversitätskrise, konfrontiert. Das schwächt unsere Widerstandskraft.

Die Nachfrage nach der Möglichkeit, eine psychotherapeutische Behandlung zu beginnen, nimmt seit Jahren zu und wird weiterwachsen. In Berlin waren die Wartezeiten auf einen Behandlungsplatz im Jahr 2018 mit drei Monaten im bundesweiten Vergleich relativ gering. Die Behandlung von Kindern und Jugendlichen beginnt im Schnitt erst 17,8 Wochen nach der ersten Anfrage. Während der langen Wartezeit kann sich die Erkrankung verstärken, chronisch werden oder auch tödlich enden.

Wir brauchen:

- eine neue Bedarfsplanung, die sich an der realen Nachfrage orientiert
- mehr spezifische, niedrigschwellige Präventions- und Unterstützungsangebote
- eine möglichst schon in der Schule beginnende Aufklärung und Information über seelische Prozesse, um der Tabuisierung und Stigmatisierung psychischer Erkrankungen entgegen zu wirken und die Resilienz zu stärken.

Unter dem Motto „**Reden hebt die Stimmung – Seelisch gesund in unserer Gesellschaft**“ setzt sich die Psychotherapeutenkammer Berlin dafür ein, miteinander ins Gespräch zu kommen und mehr Verständnis füreinander zu entwickeln. Am **13. Oktober 2022 von 10 Uhr bis 15 Uhr** findet aus diesem Anlass die gemeinsame Glücksrad-Aktion der Bundespsychotherapeutenkammer und PTK Berlin auf dem Wochenmarkt am Wittenbergplatz (gegenüber vom KaDeWe) statt. Wir freuen uns auf den Austausch!