

Erfordern krisenhafte Zeiten neue Formate der Versorgung?

Dipl.-Psych. Katharina Simons MPH
Klima AG der Psychotherapeutenkammer
Berlin
k.simons@cryp.to

Gliederung

- ▶ Katastrophe, Krise oder Dauerproblem?
- ▶ Warum Prävention? Warum wir?
- ▶ Möglichkeiten der Prävention psychischer Erkrankungen und Förderung psychischer Resilienz
- ▶ Welche Formate könnten/ sollten geschaffen werden?



Kongress 2023 · Mannheim

KRISEN & PRÄVENTION

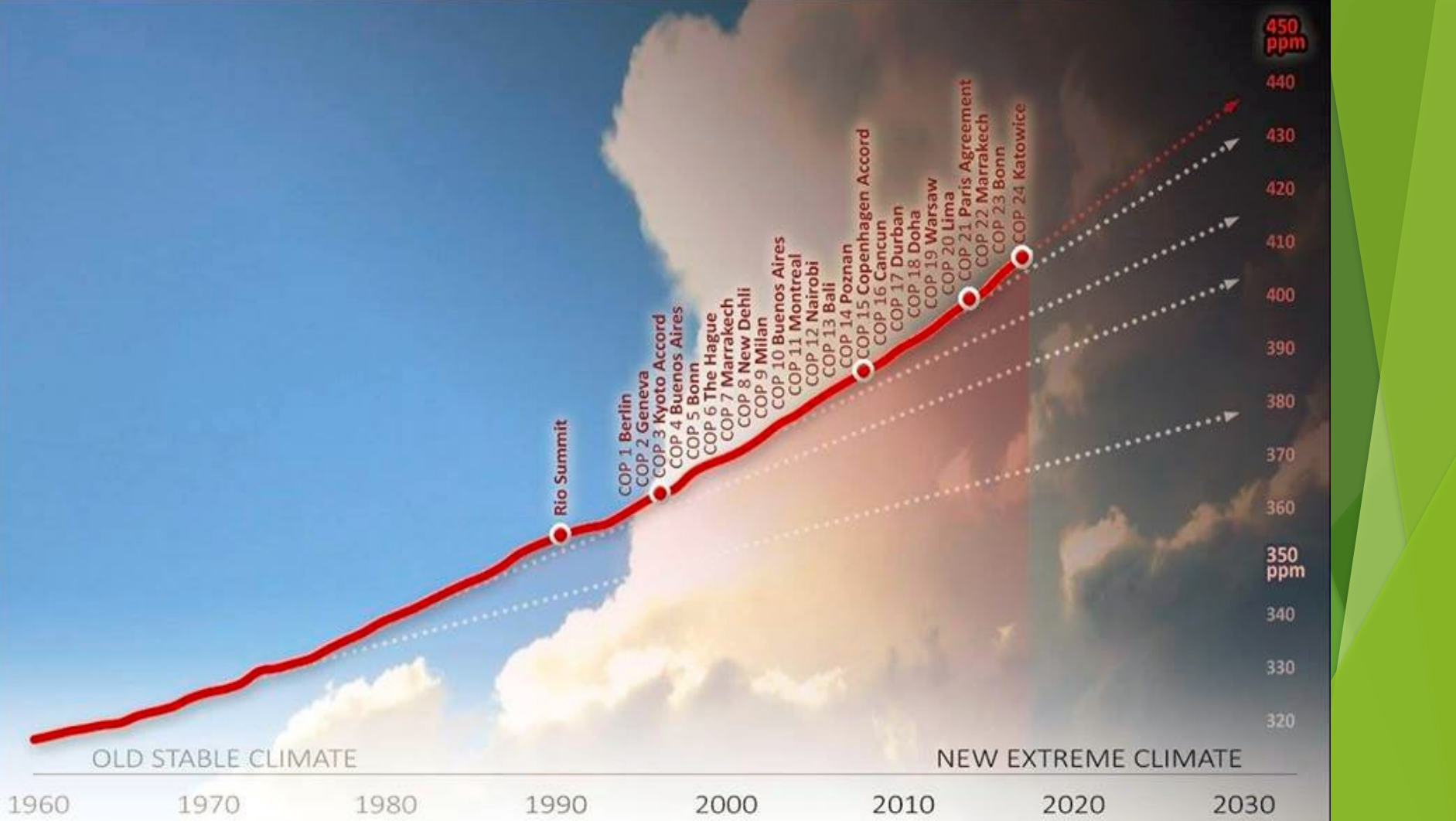
Expertisen zum 28. Deutschen Präventionstag

Krise?

- ▶ Sie ist eine „**Zäsur mit offenem Ausgang**“ und unterscheidet sich insofern von der Katastrophe, in der der Ernstfall bereits eingetroffen ist.
- ▶ Umstände im Zusammenhang mit dem Krisenbegriff zu diskutieren, erzeugt einen „**Handlungsdruck**“ bzw. stellt einen „Handlungsimperativ“ dar, nun die richtige Entscheidung treffen zu müssen.
- ▶ Krisen können sehr **ungleichzeitig** verlaufen, da nicht alle Menschen gleich betroffen sind oder gleich informiert sind.

Quelle: Wollinger, Gina Rosa (2023): Krisen & Prävention. Expertisen zum 28. Deutschen Präventionstag. Deutscher Präventionstag gemeinnützige Gesellschaft mbH, Hannover.

https://www.praeventionstag.de/dokumentation/download.cms?id=6563&datei=DPT28_Expertisen_final-6563.pdf



OLD STABLE CLIMATE

NEW EXTREME CLIMATE

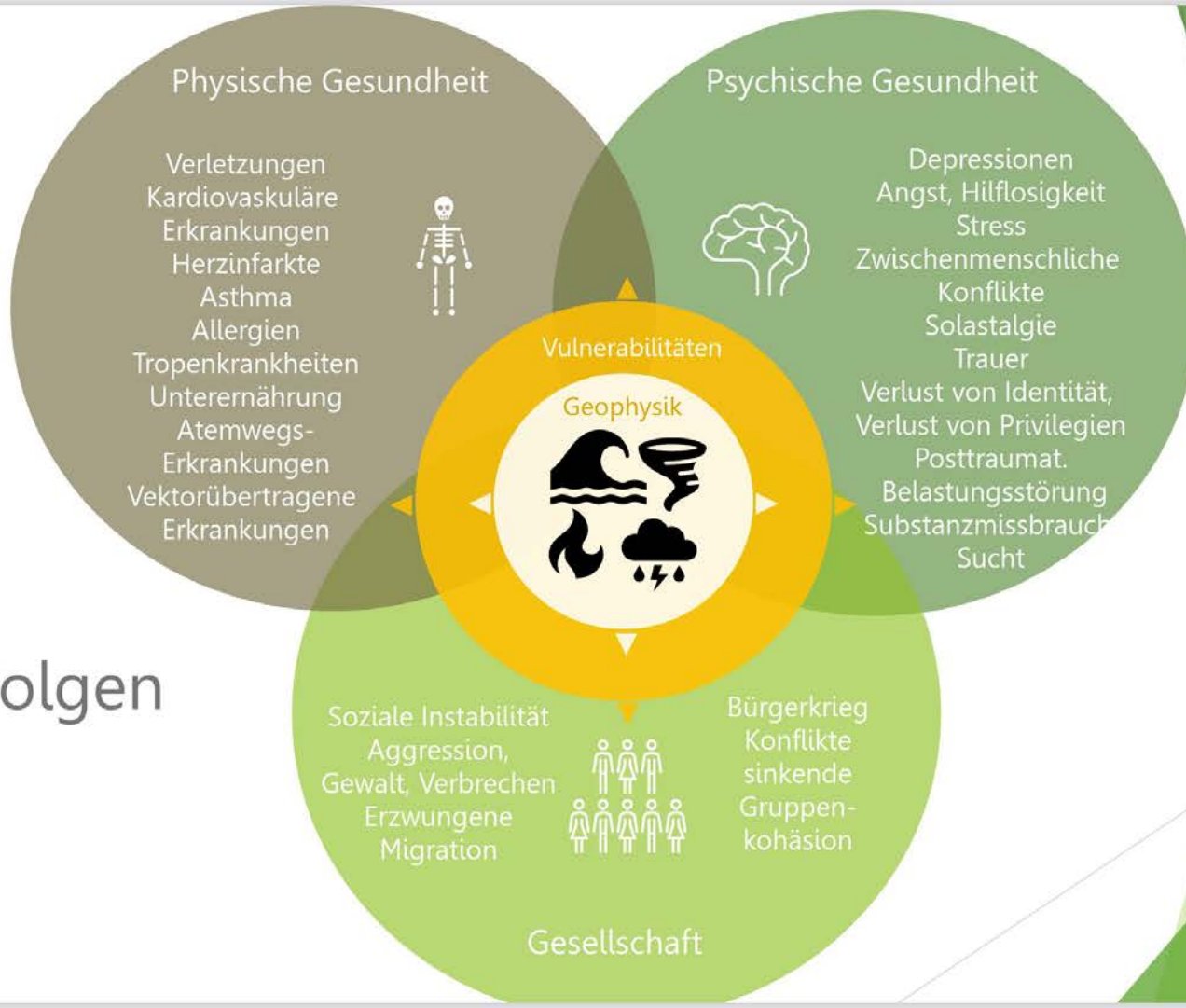
450 ppm

350 ppm

1960 1970 1980 1990 2000 2010 2020 2030



Folgen



Grafik:
Kathrin Macha

Psychische Belastung durch die Klimakrise

- ▶ **Direkt verursacht**, bspw. durch eine Katastrophe → Betroffene haben bspw. zu ca. 20% PTSD, Depression
- ▶ **Indirekt verursacht durch Hitze oder Luftverschmutzung**: Aggressionen, häusliche Gewalt, Verlust von Lebensraum, Verlust von Arbeitsfeldern und/oder Berufen führt zu erhöhter Suizidalität und einer insgesamt erhöhten psychischen Belastung
- ▶ **Auswirkung der Klimakrise auf das individuelle Sicherheitsgefühl**: Angst/Wut/Ohnmacht im Zusammenhang mit den ökologischen Krisen (u.a. "Klimaangst")

Quelle: Clayton, Susan (2020): Climate Change and Mental Health

Was nun?

- ▶ Katastrophenschutz
- ▶ Stärkung gesellschaftlicher Resilienz
- ▶ Schutz psychischer Gesundheit
- ▶ Förderung psychischer Resilienz
- ▶ ...

Gesellschaftl. Resilienz

- ▶ Unser Gesundheitssystem ist sehr komplex und fragil, pointiert gesagt: ein nicht sehr reaktionsschnelles, wenig anpassungsfähiges „Schönwettersystem“, das nicht nur im Krisenfall unzureichend koordiniert und im Ergebnis häufig schlechter ist, als angesichts des hohen Mitteleinsatzes zu erwarten wäre. Weder auf Folgen des Klimawandels noch auf Pandemien ist unser Gesundheitssystem ausreichend vorbereitet.
- ▶ Gründung einer neuen zentralen Behörde für den ÖGD (BIPAM) in Köln ab 2025

Quellen: Sachverständigenrat zur Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen: Gutachten)
https://www.svr-gesundheit.de/fileadmin/Gutachten/Gutachten_2023/Gesamtgutachten_ePDF_Final.pdf
<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/presse/pressemitteilungen/bipam-errichtungsgesetz-kabine-tt-17-07-24>

Arbeitsfragen

- ▶ Wird der Schutz der psychischen Gesundheit von den Akteuren in BMG und Landesregierungen mitgedacht?
- ▶ Kann die Förderung psychischer Resilienz den Krisenverlauf insgesamt günstig beeinflussen?
- ▶ Was können und sollten wir als Berufsstand einbringen?
- ▶ Wie geht Prävention?

Welche Ziele?

- ▶ psych. Gesundheit fördern
- ▶ Zugang zu „psychischer Gesundheitskompetenz“ möglichst vielen Menschen ermöglichen, insbesondere vulnerablen Gruppen
- ▶ gesellschaftlicher Zerrüttung und sozialer Isolation entgegenwirken, Räume der Begegnung schaffen,
- ▶ Sicherheitsgefühl und Selbstwirksamkeitserwartung erhöhen
- ▶ Realitätsbezug erhalten und Verschwörungsmythen entgegenwirken

Prävention: Akteure

- Forschung: Deutsches Zentrum für Präventionsforschung und psychische Gesundheit, Leibniz-Institut für Resilienzforschung
- BMG als Koordinator von BIPAM oder Klimapakt, BzgA
- Nationale Präventionskonferenz
- Deutscher Präventionstag
- BPtK (Stellungnahmen), DGPPN (Symposium 2018)
- Einrichtungen: Hausärzte, Beratungsstellen, Familienhilfe, sozialmedizin. Einrichtungen, Bildungseinrichtungen
- NGOs: Psychologists for Future, Gemüseheld*innen, Depressionshilfe, JMD, DHS, sonstige Träger und Vereine

Prävention psych. Erkrankungen

- ▶ Primärprävention
 - Förderung „psych. Gesundheitskompetenz“ (mental health literacy) oder Resilienz, auch spez. vulnerabler Gruppen
- ▶ Sekundärprävention (Früherkennung)
- ▶ Tertiärprävention (Vorbeugung der Chronifizierung)
- ▶ Verhaltens- / Verhältnisprävention

'Better than medication': prescribing nature works, project shows

Scheme helping people in England connect with nature led to better mental health, report finds

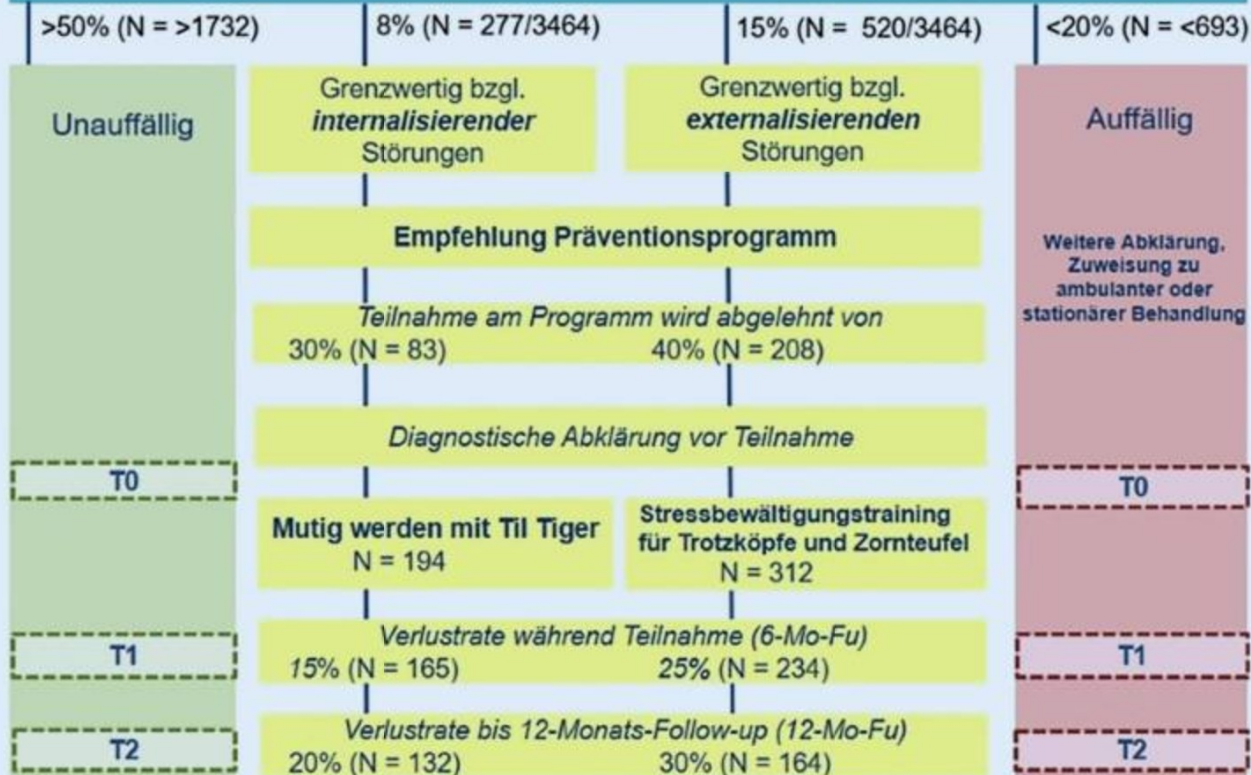


📷 More than 8,000 people were helped to take part in activities including community gardening.
Photograph: RachelDewis/Getty Images/iStockphoto

Reguläre U-Untersuchung U9, U10, U11
N = 3646 Kinder in 53 von 80 Praxen

5% (N = 182) lehnen Teilnahme am SDQ ab

Identifikation von Kinder mit Risikostatus anhand des SDQ



Setting-Ansatz in der Kinderarztpraxis

Versorgungsvertrag nach §§ 63, 64 SGB V für AOK PLUS-Versicherte und nach § 630 a BGB für anders gesetzlich Versicherte

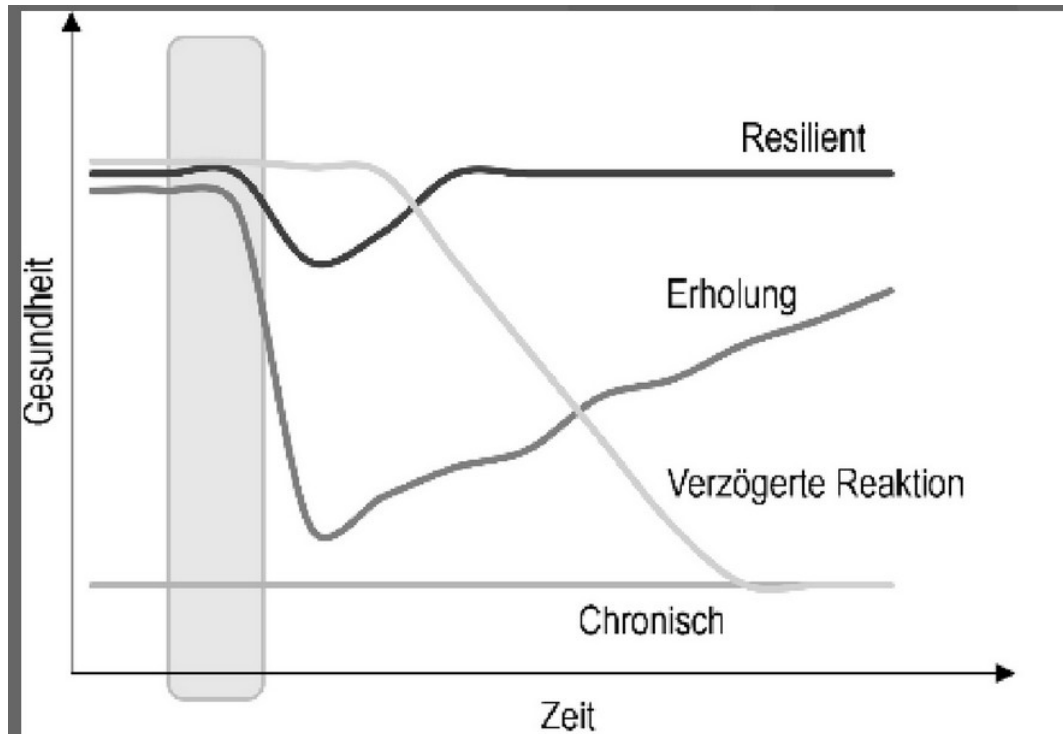
Indizierte Prävention

Akzeptanz

Inanspruchnahmeverhalten

Evaluation und Vergleich mit der BELLA-Stichprobe

Resilienz



a) Einmaliger Stressor von hoher Intensität

Psychische Resilienz

„...die psychische Fähigkeit und Ressource, Belastungen (durch die Klimakrise) gesund kognitiv, emotional, zwischenmenschlich und handlungsorientiert zu verarbeiten und so als Anlass für Entwicklung zu nutzen.

Quelle: Dohm, L. Und Klar, M.: Klimakrise und Klimaresilienz. Die Verantwortung der Psychotherapie. psychosozial 43. Jg. (2020) Heft III (Nr. 161) 99–114 <https://doi.org/10.30820/0171-3434-2020-3-99>

Programme, Beispiele

- ▶ Trampolin 9x90 min Gruppe für Kinder aus suchtbelasteten Familien, Thema: Selbstwirksamkeit und Stressbewältigung
- ▶ SOLAR (5x Gruppe für Katastrophenbetroffene mit subklinischer Belastung, mit dem Inhalt Problemlösefähigkeiten, Förderung positiver Aktivitäten, Förderung hilfreicher Gedanken und Aufbau sozialer Beziehungen)
- ▶ Mental Health Coaches des JMD an Schulen, Zielgruppe: Jugendliche (<https://www.mental-health-coaches.de/>)
- ▶ Gesprächsrunden der Psychologists for Future oder Klima-Cafés, Inhalt: Stärkung der Emotionsregulation, Gemeinschaftssinn, Wertearbeit, Handlungsmöglichkeiten, Zielgruppe: Menschen mit subklinischer Belastung aufgrund der ökologischen Krisen
- ▶ Betriebliches Gesundheitsmanagement

Was ist mit Resilienz gemeint?

Individuelle Resilienz:

- soziale Unterstützung
- Selbstwert
- Selbstwirksamkeit
- kognitive Flexibilität
- aktives Coping
- Emotionsregulation
- Persönliche Werte

Quelle: Leibniz-Institut für Resilienzforschung

<https://lir-mainz.de/resilienz-training>

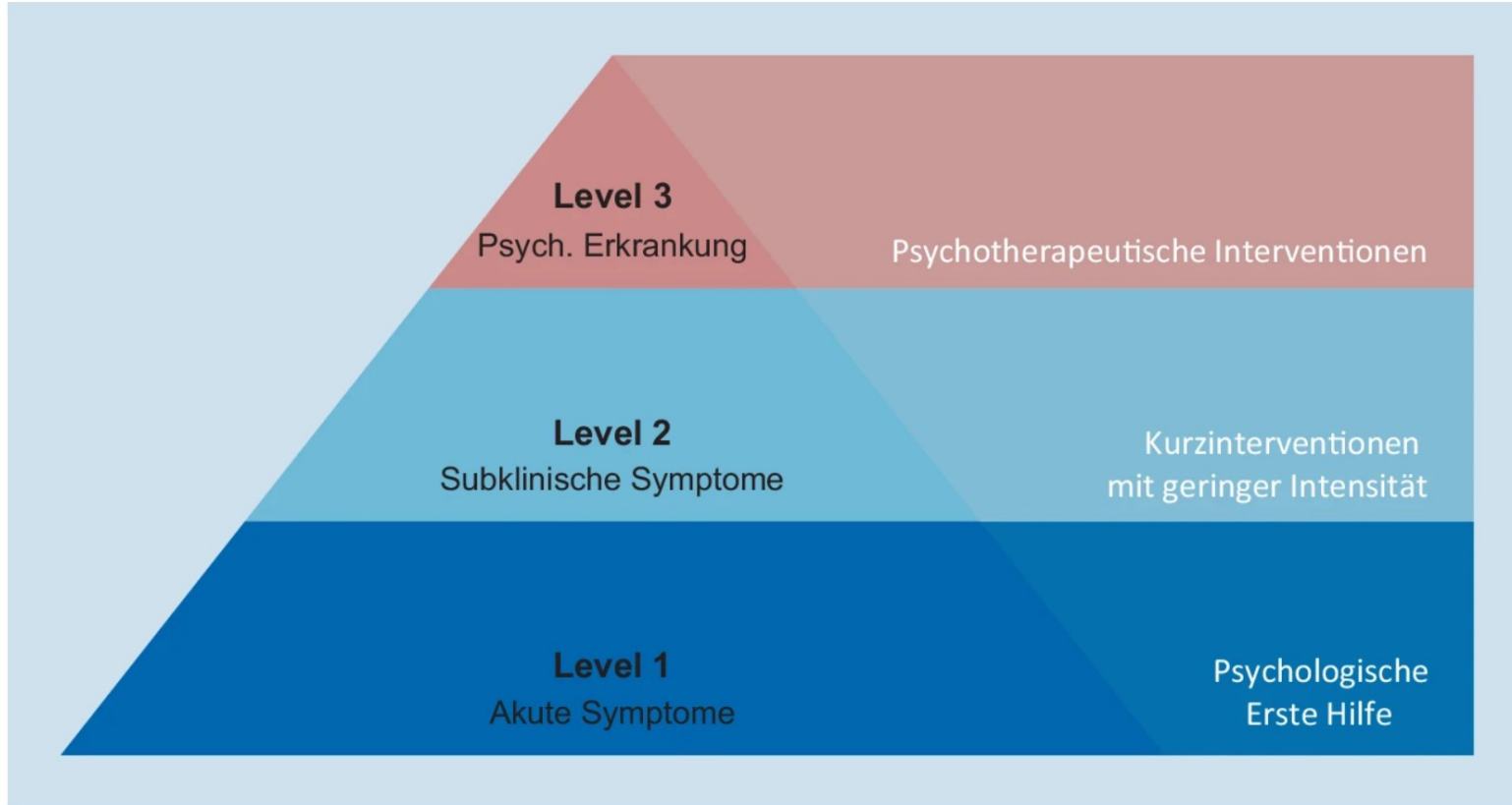
Kollektive Resilienz:

- kollektive Selbstwirksamkeitserwartung
- gesellschaftliche Kontrollüberzeugung
- sozialer Zusammenhalt

Quelle: Gilan, Donya & Isabella Helmreich (2023): Die resiliente Gesellschaft – eine kollektive Antwort auf kollektive Probleme. In: Wollinger, Gina Rosa: Krisen & Prävention. Expertisen zum 28. Deutschen Präventionstag. Deutscher Präventionstag gemeinnützige Gesellschaft mbH, Hannover.

Abb. 1

From: „Skills for Life Adjustment and Resilience“ Programm Skills for Life Adjustment and Resilience Program



Gestuftes Versorgungsmodell nach Katastrophen und anderen schwerwiegenden Belastungen

Überblick Ideen

- ▶ **Individuell:** Informieren und bilden, Aufklärung von Falschinformation, Anlaufstellen, Workshops
- ▶ **Kollektiv:** Unterstützung von Gruppen und Gemeinschaften, wie Gesprächsrunden und Gemeinschaftsgärten, Vernetzung von Akteuren, psychologische Dienste zur Konfliktbewältigung, Ausbildung von wohnortnahen Gesundheitslotsen
- ▶ **Gesellschaftlich:** Kriseninterventionsnetzwerke einrichten, nachbarschaftliche Gemeinschaftszentren mit Aufklärung und Beratung einrichten, psychologische Notfallhilfekurse implementieren

Welche Ressourcen?

- ▶ Bestehende Angebote des Gesundheitssystems und bestehende soziale Angebote
- ▶ Schulung von nicht PT aus:
- ▶ Sozialen Einrichtungen und Trägern
- ▶ Bildungseinrichtungen
- ▶ Unternehmen
- ▶ Nachbarschaften
- ▶ Selbstorganisierte Selbsthilfestrukturen
- ▶ Schneeballprinzip, niedrigschwellig
- ▶ Mit dem Argument der Gesunderhaltung gesellschaftliche Mehrheiten für Präventionsmaßnahmen gewinnen und die Politik bewegen.



Danke!

Quellen

Arnold, M. Et al (2023): Paradigmen der psychologischen Resilienzforschung: Eine kleine Inventur und ein Ausblick: Psychologische Rundschau: Vol 74, No 3

<https://econtent.hogrefe.com/doi/10.1026/0033-3042/a000627#fig1>

'Better than medication': prescribing nature works, project shows

<https://www.theguardian.com/environment/article/2024/sep/04/better-than-medication-prescribing-nature-works-project-shows>

BMG Klimapakt Gesundheit

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/presse/pressemitteilungen/startschuss-fuer-den-klimapakt-gesundheit>

Clayton, Susan (2020): Climate Change and Mental Health

Crane et al (2022): Climate Change and Mental Health: A Review <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10508914/>

Deutsches Institut für Präventionsforschung und psychische Gesundheit

<https://www.med.uni-wuerzburg.de/dzpp/institut/aufgaben-und-ziele/>

Deutscher Präventionstag:

https://www.praeventionstag.de/dokumentation/download.cms?id=6563&datei=DPT28_Expertisen_final-6563.pdf

Gilan, Donya & Isabella Helmreich (2023): Die resiliente Gesellschaft – eine kollektive Antwort auf kollektive Probleme. In: Wollinger, Gina Rosa: Krisen & Prävention. Expertisen zum 28. Deutschen Präventionstag.

Lotzin, A., Hinrichsen, I., Kenntemich, L. et al. „Skills fOr Life Adjustment and Resilience“ Programm. Psychotherapeut 66, 533–542 (2021). <https://doi.org/10.1007/s00278-021-00535-0>

Quellen

Sachstandsbericht des RKI Klimawandel und Gesundheit

https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsJ/HealthMonitor_2023_S4_Sachstandsbericht_Klimawandel_Gesundheit_Teil2.pdf?__blob=publicationFile

Sachverständigenrat zur Begutachtung der Entwicklung im Gesundheitswesen: Gutachten

https://www.svr-gesundheit.de/fileadmin/Gutachten/Gutachten_2023/Gesamtgutachten_ePDF_Final.pdf

Standpunkt Klimakrise und psychische Gesundheit der Bundespsychotherapeutenkammer

<https://bptk.de/pressemitteilungen/klimakrise-gefaehrdet-psychische-gesundheit/>

Informationen der American Psychological Association

<https://www.apa.org/topics/climate-change/mental-health-effects>

Weniger M, Beesdo-Baum K, Roessner V, Hense H, Knappe S. Wie gelingt die Prävention psychischer Beschwerden? Von der Vorsorgeuntersuchung zur indikativen Präventionsmaßnahme bei emotionalen und Verhaltensauffälligkeiten im Vor- und Grundschulalter: eine prospektive Implementationsstudie. *Präv Gesundheitsf.* 2022;17(1):75–82. German. doi: 10.1007/s11553-021-00838-9. Epub 2021

William J Ripple, Christopher Wolf, Jillian W Gregg, Johan Rockström, Michael E Mann, Naomi Oreskes, Timothy M Lenton, Stefan Rahmstorf, Thomas M Newsome, Chi Xu, Jens-Christian Svenning, Cássio Cardoso Pereira, Beverly E Law, Thomas W Crowther, The 2024 state of the climate report: Perilous times on planet Earth, *BioScience*, 2024; , biae087, <https://doi.org/10.1093/biosci/biae087>

Wollinger, Gina Rosa (2023): Krisen & Prävention. Expertisen zum 28. Deutschen Präventionstag. Deutscher Präventionstag gemeinnützige Gesellschaft mbH, Hannover.

Xue, S., Massazza, A., Akhter-Khan, S.C. et al. Mental health and psychosocial interventions in the context of climate change: a scoping review. *npj Mental Health Res* 3, 10 (2024).

<https://doi.org/10.1038/s44184-024-00054-1>