

## World Mental Health Day: Weltgesundheitsorganisation rückt psychische Gesundheit Jugendlicher ins Blickfeld

Der 10. Oktober ist der Internationale Tag der seelischen Gesundheit, auch als World Mental Health Day (WMHD) bekannt. Ausgerufen von der Weltgesundheitsorganisation WHO wird immer am 10. Oktober ein aktuelles Gesundheitsthema von weltweiter Relevanz in den Fokus gestellt.

In diesem Jahr ist der WMHD der psychischen Gesundheit junger Menschen gewidmet. Die Hälfte aller psychischen Erkrankungen beginnt bereits im Jugendlichenalter, betont die WHO. Die Gründe dafür sind vielfältig: Das Erwachsenwerden geht mit vielen Veränderungen und oft auch Verunsicherungen einher. Neue Medien mit ihren negativen Begleiterscheinungen wie Cybermobbing, Cybergrooming und Kinderpornographie treten hinzu. Auch die Zuwanderung bringt für Kinder und Jugendliche spezifische Probleme mit sich: die Unterbringung in vorübergehenden Unterkünften oder gar in „Ankerzentren“ ebenso wie die Auswirkungen von Fremdenfeindlichkeit für Jugendliche mit Migrationshintergrund. Stress in Schule, Ausbildung und beim Berufseinstieg kann ebenfalls zu psychischen Belastungen führen. Auch neigen Jugendliche durchschnittlich zu einem risikoreicheren Umgang mit Alkohol und anderen Drogen. All diese Aspekte umfasst das Thema des WMHD 2018: „Young People and Mental Health in a Changing World“.

Gerade wenn erste Anzeichen psychischer Probleme bei Kindern und Jugendlichen unentdeckt bleiben und eine adäquate Behandlung unterbleibt, ist das Risiko einer Chronifizierung und damit von schwerwiegenden Auswirkungen für den gesamten weiteren Lebensweg besonders hoch. Daher ist es laut WHO besonders wichtig, Warnzeichen und erste Symptome einer psychischen Erkrankung bei Jugendlichen zu erkennen. „Vorbeugung beginnt mit einem besseren Verständnis“, lautet eine Kernbotschaft der Weltgesundheitsorganisation zum diesjährigen WMHD. Dies sei auch die Voraussetzung dafür, dass junge Menschen frühzeitig Strategien der psychischen Widerstandsfähigkeit entwickeln könnten, um sich selbst zu schützen.

Dass dieses Thema auch in Deutschland von großer Bedeutung ist, belegen jüngst veröffentlichte Untersuchungen der Krankenkassen DAK und Barmer. Sie zeigen, dass Jugendliche in Deutschland unter depressiven Erkrankungen leiden. Das bestätigt auch eine weitere Erhebung: Zwischen 1998 und 2011 sei die Zahl der Behandlungen wegen Depressionen in der Altersgruppe bis 25 Jahre um 76 Prozent gestiegen, wie das Robert-Koch-Institut mitteilt. Jeder sechste Student und jeder vierte junge Erwachsene bis zum 26. Lebensjahr wurde bereits mindestens einmal wegen einer psychischen Erkrankung behandelt, so eine weitere Studie des Göttinger Instituts für angewandte Qualitätsförderung.

Dr. Kirsten Kappert-Gonther, präventionspolitische Sprecherin der Fraktion der Grünen im Bundestag, fordert daher, dass seelische Gesundheit bereits in der Kita gefördert werden müsse. Hierfür sollten Erzieher\*innen und Lehrer\*innen als Ansprechpartner\*innen qualifiziert werden. Auch die Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) und ihr Berufsverband Psychosoziale Berufe (DGVT-BV) haben immer wieder auf die Bedeutung von Prävention und bedarfsge-rechten Behandlungsmöglichkeiten hingewiesen. Der Internationale Tag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober ist ein erneuter Anlass, an Gesundheitspolitik und Krankenkassen zu appellieren, endlich der vielfach dokumentierten psychotherapeutischen und psychosozialen Unterversorgung der Bevölkerung in weiten Teilen der Republik wirksam zu begegnen.

Tübingen, 8. Oktober 2018