

## Vorurteile abbauen und Versorgung verbessern

*Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT) e.V.  
zum Internationalen Tag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober*

Der 10. Oktober ist der Internationale Tag der seelischen Gesundheit, auch als World Mental Health Day bekannt. Rund um dieses Datum werden bundesweit Aktionen durchgeführt. Die Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie e. V. (DGVT) ruft anlässlich dieses Tages dazu auf, Vorurteile gegenüber psychisch Erkrankten abzubauen und die psychotherapeutische Versorgung der Betroffenen zu verbessern.

Psychische Störungen verzeichnen in den letzten zehn Jahren einen enormen Zuwachs. Die Arbeitsunfähigkeitstage aufgrund einer entsprechenden Diagnose haben sich in diesem Zeitraum mehr als verdoppelt (+129%) (vgl. Knieps & Pfaff, 2015, S. 37). Nach wissenschaftlichen Studien sind jede zweite Frau und jeder dritte Mann mindestens einmal im Leben von einer psychischen Erkrankung betroffen. Der Internationale Tag der seelischen Gesundheit dient neben der Aufklärung über Schutz- und Risikofaktoren für psychische Gesundheit auch der Diskussion über adäquaten Umgang mit psychischen Störungen.

In diesem Jahr steht der Tag unter dem Motto „Dignity in Mental Health – Psychological & Mental Health First Aid for All“. Der Fokus liegt dabei vor allem auf dem Abbau von Vorurteilen über psychisch Erkrankte und die Bereitstellung von Akuthilfen. In Anlehnung daran werden bundesweit Aktionswochen zu verschiedenen Themen der psychischen Gesundheit veranstaltet. Interessierte können dabei ambulante und stationäre Angebote von psychiatrischen und psychosozialen Einrichtungen in ihrer Umgebung erkunden. ExpertInnen, Interessierte, Betroffene und Angehörige haben die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen.

So greift beispielsweise die Stadt Mainz psychische Resilienz sowie die schnelle Erholung von psychischen Krisensituationen auf. In Jena organisieren Mitglieder der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft (PSAG) eine Veranstaltungsreihe, die sich speziell mit der Frage befasst, wie mit und in der Familie die Balance zwischen Belastung und Entlastung möglich ist. Weiterführende Informationen zu Veranstaltungsorten und den dort stattfindenden Programmpunkten sind im Internet unter [www.aktionswoche.seelischegesundheit.net](http://www.aktionswoche.seelischegesundheit.net) zu finden.

Neben einer bedarfsgerechten bundesweiten Versorgung mit Hilfsangeboten zählt vor allem die Enttabuisierung psychischer Erkrankungen zu den vorrangigen Zielen des Internationalen Tags der Seelischen Gesundheit. Die DGVT und ihr Berufsverband Psychosoziale Berufe (DGVT-BV) unterstützen diese Ziele mit Nachdruck. Die Verbesserung der psychosozialen und psychotherapeutischen Versorgung zählt seit Gründung der DGVT zu ihren wichtigsten Zielen. DGVT und DGVT-BV begrüßen alle Bemühungen, die Ausgrenzung und Vorurteile gegenüber Menschen mit psychischen Erkrankungen abzubauen und die Hilfemöglichkeiten in den Fokus der öffentlichen Aufmerksamkeit rücken.

### Quellen:

Knieps, F. & Pfaff, H. 2015. Langzeiterkrankungen. Zahlen, Daten Fakten. BKK Gesundheitsreport. Berlin: Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.

Tübingen, Oktober 2016