
Presse-Information

Hamburg, den 10.10.2022

Reden hilft! - Gegen die Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen

Das Motto der diesjährigen Woche der seelischen Gesundheit (10.-20.10.2022) lautet „Reden hebt die Stimmung – Seelisch gesund in unserer Gesellschaft“ und soll den Blick auf unsere sozialen Beziehungen und den gesellschaftlichen Zusammenhalt richten.

Reden hilft auch gegen die immer noch beobachtbare Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen. Nach wie vor werden psychische Erkrankungen oftmals tabuisiert und die betroffenen Menschen in Ihrem Leid nicht ernst genommen. Stell' Dich nicht so an! Reiß Dich mal zusammen! Diese und ähnliche Ratschläge müssen sich Betroffene immer noch anhören, wenn keine offensichtlich körperliche Krankheit sie in die Knie zwingt. Heike Peper, Präsidentin der Psychotherapeutenkammer Hamburg:

„Die Furcht als schwach und nicht leistungsfähig abgestempelt zu werden, ist immer noch groß und auch die Gefahr für negative berufliche Konsequenzen durchaus nicht zu vernachlässigen. Glücklicherweise ist hier inzwischen ein Umdenken spürbar: Sicher nicht zuletzt dank der Möglichkeiten der sozialen Medien, die neue Vorbilder hervorgebracht haben, wächst die Wahrnehmung und Anerkennung psychischer Erkrankungen. Wir lesen z.B. inzwischen von Leistungssportler*innen und anderen Personen der Öffentlichkeit, die sich zu ihren seelischen Krisen und Symptomen äußern. Reden ist in diesem Fall – anders als es das berühmte Sprichwort besagt – Gold, denn es eröffnet den Dialog und ermöglicht so den Zugang zu Unterstützungssystemen.“

Diese Unterstützungssysteme sind es jedoch wiederum, die oft nicht jeder betroffenen Person in ausreichendem Maße zur Verfügung stehen. Durchzunehmende seelische Belastungen und Verunsicherungen, nicht zuletzt durch die aktuellen Geschehnisse in der Welt, und eine zunehmende wünschenswerte Sensibilisierung für seelische Gesundheit wächst die Zahl derer, die auf psychotherapeutische Hilfe angewiesen sind. Nicht in gleichem Maße erhöhen sich aber die Kapazitäten in der Versorgung.

„Eine kürzlich unter den Mitgliedern der Psychotherapeutenkammer Hamburg durchgeführte [Umfrage](#) zur Situation der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie in Coronazeiten zeigte, dass sich der psychotherapeutische Behandlungsbedarf signifikant erhöht hat und sich die bereits langen Wartezeiten auf einen Therapieplatz nochmals verlängert haben. Es braucht dringend einen Ausbau der Angebote, sei es durch präventive und niedrigschwellige psychosoziale Angebote, Flexibilisierung von Jobsharing und Anstellung in psychotherapeutischen Praxen sowie die Prüfung der Erteilung von Ermächtigungen und Sonderbedarfszulassungen. Nicht nur die Versorgung von Kindern und Jugendlichen muss gestärkt werden. Kriegsgeflüchtete aus der Ukraine und anderen Krisen- und Kriegsgebieten haben oftmals traumatischen Erfahrungen im Gepäck, die Energiekrise und die immer stärker ansteigenden Lebenshaltungskosten bringen Menschen nicht nur in materielle, sondern oftmals auch in psychische Not. All dies kann weiteren psychotherapeutischen Behandlungsbedarf auslösen, der immer schwerer mit den

Presse-Information

derzeitigen Angeboten bewältigbar wird. Die Psychotherapeutenkammer nicht nur in Hamburg fordert daher eine Reform der Bedarfsplanung zur Schaffung von mehr ambulanten Behandlungskapazitäten sowie eine bessere Personalausstattung in psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken.“

Für Hintergrundinformationen sowie Interviewwünsche wenden Sie sich bitte an:

Heike Peper

E-Mail: info@ptk-hamburg.de

Informationen für Betroffene und Angehörige finden Sie u.a. unter folgenden Links:

[Informationen für Patient*innen und Ratsuchende der Psychotherapeutenkammer Hamburg](#)

[psychinfo - Der Psychotherapeutensuchdienst](#)

[psychnet - Wissenschaftlich fundierte Informationen rund um psychische Gesundheit](#)

[Wege zur Psychotherapie - Infobroschüre der Bundespsychotherapeutenkammer](#)

[Elternratgeber Psychotherapie - Infobroschüre der Bundespsychotherapeutenkammer](#)

[Infoportal zur Depression und psychischen Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen](#)

Kontakte

Terminservicestelle der Kassenärztlichen Vereinigung: 116 117

Hamburgisches Krisentelefon: 040-428 11 3000

Kinder- und Jugendtelefon: 116 111