

Betroffenenverband macht Vorschläge zur Entstigmatisierung psychisch Kranker

Die Bundesregierung hat sich das Ziel auf die Fahnen geschrieben, psychisch Erkrankte in Deutschland zu entstigmatisieren und dafür auch entsprechend finanzielle Mittel aufzuwenden. Diesem Ansinnen stimmt der Bundesverband Burnout und Depression e.V. ausdrücklich zu und hat sich deshalb mit einem Schreiben an die Bundestagsfraktionen gewandt, um Unterstützung für das Vorhaben zu signalisieren und Vorschläge zu unterbreiten, wie die Aufgabe gestemmt werden kann.

Hierbei hat der BBuD unter anderem konkrete Anregungen gegeben, welche Maßnahmen zu einer besseren therapeutischen, medizinischen und niederschweligen Versorgung der Betroffenen und zu frühzeitiger Aufklärung und Sensibilisierung der Öffentlichkeit für das Thema der seelischen Gesundheit führen sowie Möglichkeiten von besserer Partizipation und Inklusion der Patienten in das Sozialwesen, die Gesellschaft und in der Arbeitswelt schaffen. Explizite Gesetzesvorhaben können laut des Bundesverbandes beispielsweise sein:

- das verpflichtende Angebot von durch die Unternehmen mitfinanziertem und aktiv gefördertem Betrieblichen Gesundheitsmanagement,
- eine strikte Reform in der Bedarfsplanung für die Sitzverteilung niedergelassener Psychotherapeuten und Psychiater,
- Anerkennung stress- und belastungsinduzierter Störungen als Berufskrankheit,
- die stärkere Förderung von Selbsthilfe, psychosozialen Beratungsstellen oder Kursangeboten wie Entspannungstraining,
- der erleichterte Zugang zur Schwerbehinderteneigenschaft bei chronifizierten Seelenleiden.

Wie der Vorsitzende des Vereins, Thomas Grünschläger, angesichts der politischen Forderungen des BBuD gegenüber den Bundestagsfraktionen mitteilt, biete man sich als Patientenvertretung gegenüber dem Parlament als Ansprechpartner an, denn: „Wer könnte praxisnaher über Defizite in der Anerkennung psychisch kranker Menschen berichten als diejenigen, die selbst im Alltag mit den Hürden der Integration von seelisch Beeinträchtigten zu kämpfen haben und Erfahrung mitbringen“. Der Sozialberater des Vereins, Dennis Riehle, ergänzt diese Ausführungen unterstreichend: „Schlussendlich können wir aus unserer eigenen Krankheitsbiografie, gleichsam durch die vielen Kontakte mit anderen Betroffenen, die uns um Rat und Hilfe anfragen, eine Menge über die noch immer steinige Wertschätzung des Engagements und gesellschaftlichen Beitrags der Betroffenen darlegen und mit ganz alltagsnahen Konzepten einen Beitrag für die Diskussion leisten, wie sich die Eingliederung unserer Klientel beispielhaft bewältigen lassen würde“. Daher hat der BBuD die Initiative ergriffen und erhofft sich aus dem Dialog mit den Parteien schon baldige Ergebnisse. Allerdings sind bisher noch keine Antworten der Fraktionen beim Bundesverband eingegangen.

Hintergrund: In Deutschland haben bereits drei Prozent der Bevölkerung zumindest einmal im Leben die Diagnose eines sogenannten „Burnouts“ erhalten. Dieses Syndrom bezeichnet einen Erschöpfungszustand, welcher sich in verschiedenen Phasen von der Überlastung und Überforderung bis zum mentalen Zusammenbruch äußern kann, vor allem Berufsleben und soziale Kontakte betrifft und insbesondere psychosomatische Beschwerden auslöst. Hingegen erlitten mindestens fünf Millionen Deutsche bereits eine ernstzunehmende depressive Episode, die als schwere psychiatrische Erkrankung anzusehen ist und sich in Perspektivlosigkeit, Freudlosigkeit, Traurigkeit über beträchtliche Körpererscheinungen und einen massiven Rückzug aus dem persönlichen Umfeld ausdrückt. Beide Krankheitsbilder sind allerdings der Psychotherapie und medikamentösen Behandlungsansätzen zugänglich. Daneben helfen niederschwellige Maßnahmen wie Entspannungstraining, Lichttherapie, Selbsthilfemaßnahmen, Sozialberatung oder Coaching.

Der Bundesverband Burnout und Depression e.V. ist die bundesweite Selbsthilfeorganisation für Menschen mit stressinduzierten Problembildern wie Burnout oder Depression. Seine Mitglieder sind eigens betroffen und wollen ermutigen, selbst wieder aktiv zu werden und für sich und andere Erkrankte Verantwortung zu übernehmen. Der Verein ist gemeinnützig und arbeitet ehrenamtlich auf nationaler, Landes- und lokaler Ebene. Er unterstützt Selbsthilfegruppen in ganz Deutschland und bietet zudem einen Online-Austausch unter Betroffenen an. Neben der Selbsthilfe fördert er weitere Konzepte wie Prävention in Unternehmen und das Lachtelefon, ergänzend Selbsthilfe-Konzepte wie „ABC – Andere Burnout Cafés“, eine Vermittlung von jeweils zwei Menschen zu einem gemeinsamen Themenaustausch („Guided Mystery Cafés“) sowie eine Mail-Beratung zu psychosozialen Fragen.