

A1-Beschluss Arbeitskreis Mentale Gesundheit

Gremium: Mitgliederversammlung
Beschlussdatum: 04.11.2018
Tagesordnungspunkt: TOP 8.8.2 Arbeitskreisaneuerkennungen

1046 Der Arbeitskreis Gesundheit, möchte sich mit Themen wie dem Umgang mit
1047 psychischen Problemen aufgrund von Depression, Zwängen, Ängsten und allen
1048 Krankheitsbildern auseinandersetzen und diese stärker ins Gespräch bringen. Aber
1049 auch mit körperlichen Erkrankungen und dem Umgang damit. Es sollen dabei aber
1050 auch Folgen von Traumata oder generell allen psychischen Angelegenheiten mit
1051 aufgegriffen werden. Bei körperlichen Erkrankungen ist es nicht verpöht zum Arzt
1052 zu gehen, doch Besuche bei der*dem Therapeut*in werden häufig oft noch versteckt
1053 gehalten und verschwiegen, was viele Menschen das ganze noch erschwert. Zudem
1054 kann es oft helfen wenn Leute aus dem Umfeld wissen was in der betroffenen
1055 Person vorgeht um ihr*ihm zu helfen oder die Situation zumindest zu erleichtern.
1056 Deswegen wird es auch Thema sein, wie es möglich ist in der Öffentlichkeit und
1057 auch im Privaten dieses sehr breite Thema zu entstigmatisieren und offener
1058 angehen zu können. Ebenso wollen wir darüber reden wie Leute dafür
1059 sensibilisiert werden können was den Umgang damit betrifft wenn sie selber
1060 nicht direkt betroffen sind. Auch bei Körperlichen Erkrankungen und
1061 Einschränkungen gibt es häufig noch Berührungängste die abgebaut werden
1062 sollten, um es Betroffenen nicht zu erschweren an der Gesellschaft teilzuhaben.

Begründung

Das Thema mentale Gesundheit und alles was damit verbunden ist, wird leider zu selten thematisiert und Betroffene erleben im Alltag in ihrem Umfeld häufig noch Berührungängste, die nicht da sein müssten, was es ihnen dann noch schwerer macht im Alltag damit umzugehen. Viele treibt zudem die Angst und Sorge um was passieren könnte wenn Freund*innen herausfinden was los ist und trauen sich dadurch nicht sich Hilfe zu suchen, welche nötig und richtig sein kann und häufig ist. Das Thema offener anzusprechen kann außerdem helfen es Betroffenen einfacher zu machen damit umzugehen und sich einzugestehen Schritte zu unternehmen die helfen könnten.