V-3-B Verbesserte Therapie, Versorgungslage und Prävention von psychischen Krankheiten

Gremium:	Mitgliederversammlung
Beschlussdatum:	31.10.2020
Tagesordnungspunkt:	V Verschiedene Anträge

Antragstext

Psychische Krankheiten sind Teil der Lebensrealität vieler Menschen. Etwa ein Drittel der Menschen in Deutschland gibt in Befragungen an, an psychischen Krankheiten zu leiden und etwa ein Viertel zeigt beispielsweise Symptome einer depressiven Episode. Laut den Berichten von Krankenkassen steigt auch die Krankschreibung von Arbeitnehmer*innen aufgrund von psychischen Diagnosen extrem an. Nur etwas mehr als die Hälfte der Deutschen würde aber laut Statistik dazu bereit sein, wegen psychischer Probleme in Behandlung zu gehen. Das zeigt, wie groß die Angst vor Stigmatisierung bis heute ist.

Am erschreckendsten ist die Tatsache, dass die Zahl der Tode, die auf psychische Krankheiten zurückzuführen sind, dramatisch ansteigt und 2018 alleine in Deutschland bei circa 60.000 Menschen lag. Unser Ziel muss es sein, in einer Gesellschaft zu leben, die niemanden mehr krank macht und denen hilft, die eine psychische Krankheit haben, genau wie sie es benötigen. Jedoch braucht es auch konkrete Hilfe durch eine deutliche Verbesserung der psychotherapeutischen Versorgung, die niedrigschwellig für alle ist und sich an den Bedürfnissen der Einzelnen ausrichtet. Ziel dabei muss immer die Verringerung des subjektiven Leidens sein. Leistungsdruck, Zwang zur Konformität und Existenzängste sind konkrete Auswirkungen des Kapitalismus und und tragen neben anderen Faktoren dazu bei, dass Menschen psychisch erkranken. Vielen dieser Menschen kann durch eine bessere therapeutische Versorgung geholfen werden. Der Zweck einer Psychotherapie ist die Verringerung von individuellem Leidensempfinden. Daher fordern wir als Grüne Jugend einen Paradigmenwechsel in den Bereichen der Versorgung, der Niedrigschwelligkeit, dem Übergang zwischen stationärer und ambulanter Therapie, der Diagnostik und der Bedürfnisorientierung der Psychotherapie!

Wie alle Teile der öffentlichen Gesundheitsversorgung wurde auch der psychotherapeutische Bereich durch politische Reformen mehr und mehr ökonomischen Zwängen unterworfen. Um unsere Forderungen umzusetzen sind Ressourcen nötig, über die der Sektor derzeit nicht verfügt. Eine wirkliche Wende und eine bedarfsgerechte psychotherapeutische Versorgung erfordert eine

konsequente Gemeinwohlorientierung der Gesundheitspolitik.

Verbesserung der Versorgung

Im Durchschnitt dauert es 20 Wochen, um einen Therapieplatz zu erhalten. Dabei gibt es ein starkes Gefälle zwischen dem ländlichen Raum und den großen Städten. In den wenigen Städten, in denen Psychotherapeut*innen ausgebildet werden, sind mehr psychotherapeutische Praxen, doch selbst da ist kaum eine ausreichende Versorgung gewährleistet. Durch die schlechte Versorgungslage müssen Menschen mit psychischen Problemen mehrere Personen anrufen, um auf eine Warteliste zu kommen. In psychischen Notfällen sind sowohl Telefonate als auch Wartezeiten unerträglich und die Psychiatrie ein stigmatisierter Ort, wodurch Menschen sich teilweise gar keine Hilfe suchen. Wir brauchen eine drastische Verkürzung der Wartezeit auf 4 Wochen und einen leichteren Zugang zu psychologischer Hilfe!

Für Menschen für die der Zugang im heutigen System erschwert ist – aufgrund fehlender Deutschkenntnisse, fehlender Barrierefreiheit für Menschen mit körperlichen und neurologischen Einschränkungen und Behinderungen, ihrer Religion, ihres sozialen Status und Alters – müssen geeignete Therapieplätze wohnortnah oder durch mobile Therapeut*innen zur Verfügung stehen. Der neu eingeführte Studiengang zur Psychotherapie, der den bisherigen Weg über einen Psychologie-Master und eine darauffolgende Ausbildung ablösen soll, kann nur eine tatsächliche Verbesserung bewirken, wenn genügend Studienplätze flächendeckend angeboten werden. Bereits derzeit reichen die von den Krankenkassen zugelassenen Psychotherapeut*innen nicht aus. Durch einen leichteren und schnelleren Zugang würden sich die Zahlen der zu behandelnden Patient*innen deutlich erhöhen. Dementsprechend muss gerade in der Anfangszeit einer Umstellung eine häufigere Berechnung des Bedarfs erfolgen. Diese darf sich nicht nur auf die aktuellen Zahlen der behandelten Personen stützen, sondern muss Faktoren berücksichtigen, die die Suche nach einem Behandlungsplatz bisher verhindert haben. Ziel sollte es sein, erschwerende Faktoren zu reduzieren und die Verfügbarkeit daran anzupassen, statt durch Verknappung der Verfügbarkeit die Hilfesuche zu erschweren.

Niedrigschwelliger, leichter, schneller!

Wesentlich für eine Vermeidung lang andauernder psychischer Erkrankungen sind eine rechtzeitige Behandlung und Präventionsmaßnahmen. Entscheidend für die psychische Gesundheit ist daher nicht nur die Behandlung gefestigter psychischer Erkrankungen, sondern auch die Prävention sowie die Vermeidung einer Verstetigung beginnender psychischer Erkrankungen. Dafür ist es wesentlich, dass der Zugang zu Hilfsangeboten für Betroffene so ausgestaltet ist, dass ein hürdenfreier und unverbindlicher Beratungstermin bei Bedarf zeitnah zustande kommt.

Darüber hinaus braucht es ein zentrales Verzeichnis aller freien Therapieplätze

und einen Ausbau der ambulanten Akutversorgung. Um ein niedrigschwelliges und zugleich auf die unterschiedlichen Bedürfnisse Einzelner zugeschnittenes Angebot herzustellen, sollten Hilfsräume für Beratung, vorläufige Diagnose und Anschlussbehandlung geschaffen werden. Diese können zugleich dem Austausch für Betroffene und Angehörige dienen um dem*der Einzelnen das Gefühl zu nehmen, mit der eigenen Erkrankung oder der eines Menschen im näheren sozialen Umfeld alleine zu sein. Zudem sind insbesondere erste Beratungs- und Therapieangebote in verschiedenen Formaten verfügbar zu machen, beispielsweisd telefonisch oder online, damit eine Kontaktaufnahme für alle Hilfesuchenden ortsunabhängig und in der passenden Form möglich ist. Da psychische Probleme keine Besonderheit sind, sollten darüber hinaus breit angelegte präventive Maßnahmen wie Resilienztrainings verstärkt werden. Solche Angebote sind insbesondere an Schulen gezielt bekanntzumachen und durchzuführen. Hierdurch kann nicht nur eine Kenntnis über Hilfsangebote erreicht werden, sondern auch die Sensibilisierung für psychische Erkrankungen und die Selbstverständlichkeit ihrer Thematisierung gefördert werden.

Übergang zwischen stationären Aufenthalten und Alltag

In vielen Fällen reicht ambulante Therapie nicht aus – besonders in akuten Krisen, bei schwierig zu behandelnden Krankheitsbildern oder dringend benötigtem Abstand von der bisherigen Umgebung ist ein stationärer Aufenthalt in psychiatrischen oder psychosomatischen Einrichtungen von Nöten. Durch die mangelnde Zeit in der stationären Therapie wird eine Vorbereitung auf das Leben nach der Klinik jedoch kaum ermöglicht. Außerdem sind die Wartezeiten so lang, dass eine ambulante Therapie direkt im Anschluss kaum möglich ist. Deswegen braucht es einen ausschließlich an der Patient*in orientierte Begleitung durch die Therapie. Zur Überbrückung eventueller Wartezeiten und als ergänzende Therapiemethode können (teil-)digitale Angebote, wie beispielsweise Chats mit Therapeut*innen oder app-basierte Programme, weiterhelfen und eine Struktur mit aufbauen sowie Halt geben. Durch andere Angebote könnte unter therapeutischer Begleitung behutsam in den Alltag
eingestiegen werden.

Bedürfnisorientierung

Hilfe bei psychischen Problemen sollte genauso individuell sein, wie die Menschen, die sie benötigen. Dabei sind Diagnosen ein wichtiges Hilfsmittel, können aber individuelle Therapieansätze und genug Zeit nicht ersetzen. Gerade das ist aber im bestehenden Gesundheitssystem kaum möglich. Es wird darauf gesetzt, Menschen schnell wieder arbeitsfähig zu machen und zu möglichst „normalen“ Menschen zu machen, statt das individuelle Leid zu lindern. So macht unser System Menschen nicht nur krank, sondern verhindert auch die Genesung. Durch die Ökonomisierung im Gesundheitswesen wird Behandelnden und Patient*innen

die Möglichkeit genommen, in Ruhe auf Ursachen psychischer Erkrankungen und Therapiemethoden einzugehen und individuelle Lösungsansätze zu finden. Auch alternative, wissenschaftlich fundierte Therapiemethoden sollen möglich und erstattungsfähig sein. Viele gesellschaftlich marginalisierte Gruppen sind unter Therapierenden nicht ausreichend vertreten. So reproduziert auch die Psychotherapie gesellschaftliche Verhältnisse und Ausschlüsse. Therapierende müssen für die besonders verletzliche Lage vieler Hilfesuchender und gesellschaftliche Machtverhältnisse sensibilisiert werden.

Gerade im stationären Bereich gibt es kaum Spielräume, um die Therapieangebote anzupassen. Wenn Patient*innen nicht den Anforderungen entsprechen, werden diese möglicherweise entlassen, ohne die dringend benötigte Hilfe zu erhalten. Auf der anderen Seite kommt es teilweise noch zu Zwangsbehandlungen. Beides kann dazu führen, dass Betroffene in Zukunft keine Hilfe mehr suchen. Die Pflege und Versorgung von Menschen mit psychischen Krankheiten erfolgt teilweise ohne fachspezifische Weiterbildungen, ohne Spezialisierung und ohne konkretes Wissen über Krankheitsbilder, wodurch die Behandlung häufig mangelhaft, manchmal sogar schädlich ist. Für eine adäquate Therapie müssen jedoch auch immer andere Krankheitsbilder mit in den Blick genommen werden.

Entstigmatisierung

Häufig werden Menschen, die eine psychische Krankheit haben als nicht „normal“ bezeichnet und stigmatisiert. Diese Stigmatisierung passiert auf der Arbeitssuche, aber auch in der Schule und Ausbildung. So wird Menschen mit psychischen Krankheiten zusätzlich der Alltag erschwert. Daher sind Sensibilisierungsmaßnahmen und Schulungen für Mitarbeiter*innen von Bildungseinrichtungen nötig, um bei psychischen Problemen und Krankheiten Hilfsmöglichkeiten anbieten zu können. Dazu sollten Arbeitgeber*innen, die Menschen mit psychischer Krankheit anstellen, stärker unterstützt werden. Ein offenerer Umgang mit psychischen Krankheiten soll allen genug Wissen zugänglich machen, um im Krankheitsfall selbstbestimmt Therapieangebote wahrnehmen zu können.

Die bereits zuvor beschriebenen Sensibilisierungsmaßnahmen, wie etwa Resilienztrainings in Bildungseinrichtungen, können zu einer Entstigmatisierung beitragen. Ein offenerer Umgang mit psychischen Krankheiten soll Allen genug Wissen zugänglich machen, um im Krankheitsfall selbstbestimmt Therapieangebote wahrnehmen zu können. Darüber hinaus sollten aber auch Arbeitgeber*innen und Mitarbeiter*innen von Bildungseinrichtungen geschult werden, um bei psychischen Problemen und Krankheiten Hilfsmöglichkeiten anbieten zu können. Auch das Bild von stationären Einrichtungen muss gewandelt werden. Das vorherrschend Zerrbild von psychiatrischen Kliniken wird unter anderem durch die Darstellung in unterschiedlichen Medien (re-)produziert. Durch umfassende und breite Aufklärung über psychische Krankheiten kann dieses Stigma abgebaut werden. Eine Entstigmatisierung bedeutet auch ein gesellschaftliches Verständnis dafür, dass

156 niemand herrschenden Vorstellungen von Normalität entsprechen muss.