

Mental Health Matters: It`s time to talk!

Im Jahr 2015 haben sich 10 080 Menschen in Deutschland das Leben genommen. Weitere 100.000 Menschen haben ihren Suizidversuch überlebt. Jede dritte Frau und jeder vierte Mann leiden im Laufe seines Lebens an einer diagnostizierten psychischen Störung. Kompetente psychiatrische und psychotherapeutische Behandlung ist ein wichtiger Punkt um eine gute Lebensqualität zu gewährleisten. Und wenn man sich in einer psychischen Ausnahmesituation befindet ist gute Versorgung und Struktur sehr wichtig. Doch diese ist in Deutschland nicht immer gewährleistet.

Immer mehr Menschen brauchen eine Therapie. Doch immer weniger entscheiden sich eine Ausbildung zum*r Psychotherapeuten*in zu machen, da es wegen der langen Dauer und der hohen Kosten sehr schwierig ist. Die Berufsschulen haben hohe Ausbildungskosten. Insgesamt oft über 10.000 Euro. Die Ausbildung dauert 5 Jahre und viele unbezahlte Praktika, die auch schwer zu finden sind, obwohl die Auszubildenden meist vollwertig arbeiten und eigene Patienten*innen betreuen, erschweren das Ganze. Viele können sich das nicht leisten. Die Ausbildung ist Vollzeit, das heißt neben her arbeiten ist nicht möglich, also bleibt meistens nur einen Kredit aufzunehmen. Dazu kommt: um Psychologe*in zu werden muss man Psychologie studieren. Doch das Psychologie Studium hat einen hohen NC. Und nach 6 Semester Bachelorstudium und 4 Semester Masterstudium darf man noch nicht als Psychotherapeut*in arbeiten, sondern muss die Psychotherapeutenausbildung noch anschließen.

Nach der Ausbildung müssen noch hohe Summen bezahlt werden, um eine Kassenzulassung zu bekommen um eigenständig arbeiten zu können.

Die erste Hürde für Menschen mit psychischen Problem ist eine ambulante Therapie zu finden. Um eine*n Psychotherapeuten*in zu finden muss man meist sehr lange suchen und mit vielen Therapeuten*innen telefonieren bis man einen Platz bekommt. Meist beträgt die Wartezeit zwischen mehreren Wochen und Monate. Vor allem auf dem Land ist es schier unmöglich in annehmbarer Zeit Hilfe zu bekommen, vor allem als gesetzlich Versicherte*r.

Und wenn eine ambulante Therapie nicht reicht hört das Problem nicht auf. Die Wartezeiten für eine offene Station reichen je nach Behandlungsschwerpunkt von mehreren Wochen und Monaten bis zu 1 ½ Jahren. Für viele Menschen ist die einzige Möglichkeit schnell stationäre Hilfe zu bekommen sich in geschlossene beziehungsweise geschützte Stationen einzuweisen, obwohl sie diesen intensiven Schutz so gar nicht benötigen. Die Folge sind überfüllte Stationen. Dreibettzimmer werden zu Fünfbettzimmern. Patienten*innen liegen auf Matratzen auf dem

Boden. Überwachungsräume werden so vollgestellt, dass kaum mehr Platz zum Durchgehen ist. Sogenannte Time Outs, also kameraüberwachte Räume in denen es keine Möbel gibt damit sich der*die Patient*in beruhigen kann, werden mit mehreren Patienten*innen gleichzeitig belegt. Teilweise wird auf dem Gang fixiert da es sonst keine Überwachungsmöglichkeiten gibt. Die Ärzte*innen haben zu viele Patienten*innen, sodass sie sich nicht mehr um den*die einzelne*n kümmern können und die Pflegekräfte haben kaum Zeit für Gespräche sodass oft schneller Medikamente gegeben werden.

Auch Therapieangebote gibt es im Verhältnis zu der Anzahl der Patienten*innen auf geschlossenen Stationen zu wenige. So haben einige Patienten*innen gar keine Therapien oder Therapiegruppen sind so überfüllt, dass die Therapeuten*innen sich nicht mehr auf jede*n einzelnen Patienten*in eingehen können.

Sehr schwierig ist es vor allem für Jugendliche und junge Erwachsene. Da Kinder und Jugendpsychiatrien überfüllt sind werden auch schon Jugendliche unter 18 Jahre in Erwachsenenpsychiatrien verlegt. Da liegt dann zum Beispiel die*der 17 oder 18-jährige mit einer schweren depressiven Störung zusammen mit einer*m 90-jährigen dementen älteren Frau* oder Mann* auf einem Zimmer. Es gibt kaum Adoleszenz Stationen die auf diese schwierige Übergangszeit spezialisiert ist.

Forderungen:

Damit Menschen mit psychischen Erkrankungen gut behandelt und nicht stigmatisiert werden muss man an der Basis ansetzen und gute Aufklärung gewährleisten. Dafür muss man schon in Schulen über psychische Erkrankungen aufklären und dafür sensibilisieren. In der Mittelstufe muss an jeder Schule psychische Erkrankungen Teil des Biologieunterrichts werden.

Jede*r muss die Möglichkeit haben eine erste kostenlose Beratung zu erhalten. Dafür müssen Beratungszentren staatlich gefördert werden und es muss an jeder Schule unabhängige gut ausgebildete Schulpsychologen*innen geben. Wir fordern eine bayernweite Bedarfsanalyse für das notwendige Verhältnis Einwohner*innen zu Therapeut*innen bzw. Einwohner*innen zu Kliniken. Darauf aufbauend sollte das Angebot im ländlichen Raum schrittweise erhöht werden. Hierfür sollen Kliniken und Therapeuten*innen auf dem Land stärker finanziell gefördert werden.

Damit Patienten*innen nicht sofort in geschlossene Stationen kommen muss es mehr Krisenstationen geben, wo Patienten*innen bei akuten Krisen aufgefangen werden, bevor sie in offene, geschlossene oder ambulante Therapien kommen. Diese sollen innerhalb von 30 Minuten zu erreichen sein.

Damit die Patient*innen speziell auf ihr Alter und ihre Erkrankung behandelt werden, müssen mehr spezielle Stationen für Adoleszenz oder Geronto geschaffen werden und dies nicht nur in der großen Kliniken.

Außerdem muss es mehr staatliche Schulen für die Ausbildung zum*r Psychotherapeuten*in geben, für die keine Ausbildungsgebühren erhoben werden sollen. Praktika müssen gerecht vergütet werden. Für die Qualifizierung in fast allen Berufszweigen der Psychologie ist es zwingend notwendig, einen Masterabschluss vorzuweisen. Die GRÜNE JUGEND Bayern fordert daher eine Masterplatzgarantie für alle Bachelor-Absolvent*innen.

Beschlossen auf dem 41. Landesjugendkongress der GRÜNEN JUGEND Bayern am 25. November 2017 in Landshut.