

DARF ICH VOR- STELLEN?



ANGST
ERKRANKUNG

Psychische Erkrankungen kommen auch in Ihrem Umfeld vor. Das ist okay, Vorurteile aber nicht. Ändern wir gemeinsam etwas daran und starten das Gespräch:

WWW.DARÜBERREDENWIR.AT



WIESO SIND PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN SO STIGMATISIERT?

Unsere Gesellschaft weiß zu wenig über psychische Erkrankungen. Es gibt viele tief verankerte Vorurteile. Dazu kommt der steigende Druck in unserer modernen Leistungsgesellschaft, wo Schwäche keinen Platz hat.

Stigmatisierung wirkt als zweite Krankheit: Sie vergrößert soziale und gesundheitliche Probleme, isoliert die Betroffenen & verringert Heilungs- und Integrationschancen.

Stigmatisierung muss daher benannt, aufgezeigt und bekämpft werden. Denn ein vorurteilsfreier Umgang mit psychischen Erkrankungen ist möglich!

Betroffene verdienen Wertschätzung & Respekt. Es ist ein Zeichen von Stärke und Mut, über psychische Gesundheit zu sprechen und sich falls notwendig in Behandlung zu begeben.

UNSER ZIEL: Psychische Erkrankungen sollen nicht als Tabuthema, sondern gleichwertig mit körperlichen Erkrankungen wahrgenommen werden.

DAS KANNST DU GEGEN STIGMATISIERUNG TUN:

- Frag' Deine Familie & Deine Freunde öfter, wie es ihnen geht.
- Hab' ein offenes Ohr, wenn Dir jemand von seinen Problemen erzählt.
- Scheu' Dich nicht, mit FreundInnen & Verwandten über psychische Gesundheit zu sprechen.
- Wenn Du merkst, dass jemand in Deinem Umfeld psychisch belastet ist, dann rate ihr oder ihm sich unter 01 / 31330 beraten zu lassen.

Achte bei all dem auf Deine eigene psychische Gesundheit ♥



MYTHEN

MYTHOS #1

Psychische Erkrankungen sind nicht behandelbar: **FALSCH!** Psychische Erkrankungen sind genauso gut behandelbar wie körperliche Erkrankungen.

MYTHOS #2

Eine psychische Krankheit hat man für immer: **FALSCH!** Psychische Erkrankungen sind durch eine Kombination von Medikamenten und Therapie oft auch heilbar.

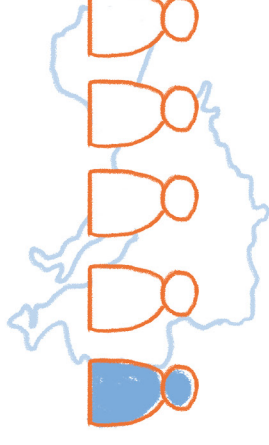
MYTHOS #3

Psychisch erkrankte Menschen sind aggressiv und gewaltbereit: **FALSCH!** Betroffene sind statistisch gesehen viel öfter Opfer von Gewalt.

MYTHOS #4

Eine psychische Krankheit kann man selbst überwinden, wenn man nur will: **FALSCH!** Psychische Probleme sind weder Einbildung noch Zeichen von Schwäche, sondern werden durch viele verschiedene Faktoren ausgelöst.

Jeder fünfte Mensch in Europa fühlt sich psychisch beeinträchtigt. Psychische Störungen nehmen weltweit zu, vor allem Depression, Angst- und Alkoholerkrankungen. Umso schlimmer also, wenn auch die Stigmatisierung zunimmt.



Im Laufe unseres Lebens sind wir alle direkt oder indirekt von einer psychischen Erkrankung betroffen. Entweder wir erleben selbst eine psychische Krise und leiden an einer psychischen Erkrankung, oder kennen jemanden in unserer Familie, in unserem Freundes- & Bekanntenkreis, der so eine Situation durchlebt.

DIE AUSGANGSLAGE

Psychische Erkrankungen machen vor niemandem Halt und betreffen Frauen und Männer, Junge und alte, arme und reiche Menschen.

Trotzdem sind sie ein Tabu in unserer Gesellschaft.

Betroffene leiden unter Diskriminierung in der Schule, am Arbeitsplatz, in der Familie und im Freundeskreis. Vorurteile sind weit verbreitet und schaden den Betroffenen. Das muss nicht sein!

Mit der Kampagne **DARÜBER REDEN WIR** startet der PSD-Wien das Gespräch über psychische Gesundheit — denn es ist wichtig, die Stigmatisierung dieses Themas anzusprechen.

Darüber zu reden hilft Betroffenen, Angehörigen und letztendlich uns allen dabei psychisch gesund zu bleiben.

WWW.DARÜBERREDENWIR.AT



01 31330

Hilfe & Beratung in psychischen Notlagen

Auf den Kampagnen-Kanälen @darueberredenwir auf **f** und **@** bekommst Du mehr Infos zu psychischer Gesundheit und der Kampagne.

Impressum:
Kuratorium für Psychosoziale Dienste in Wien
(ein Fonds nach dem Wiener Stiftungs- und Fondsgesetz)
Modocenterstraße 14 / A / 2.OG
A-1030 Wien

Bild: Agenturfoto. Mit Model gestellt.

PSD-WIEN

DIE PSYCHOSOZIALEN DIENSTE IN WIEN

Der PSD-Wien behandelt und unterstützt seit 40 Jahren Menschen mit psychischen Erkrankungen. Gegründet wurde der PSD-Wien 1979 als Folge der Wiener Psychiatriereform.

Der PSD-Wien setzt auf Sozialpsychiatrie und damit auf eine Kombination aus medizinischer Behandlung, rehabilitativen Hilfsangeboten und sozialtherapeutischen Maßnahmen. Menschen in schweren psychischen Krisen erreichen ihn telefonisch rund um die Uhr und 365 Tage im Jahr.

Die negativen Auswirkungen von Stigmatisierung werden in der täglichen Arbeit des PSD-Wien sichtbar. Sie verschlechtern die Behandlungschancen für Betroffene massiv. Daher startet der PSD-Wien mit der Kampagne „Darüber reden wir“ das Gespräch über psychische Gesundheit:

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN DÜRFEN KEIN TABUTHEMA SEIN!

DARF VOR- ICH STEILS?



WERDE AUCH DU AKTIV GEGEN STIGMATISIERUNG!

