

Pressemitteilung

## **Psychische Gesundheitskompetenz: Neue Studienergebnisse geben Aufschluss über Wissen der Deutschen zu psychischer Gesundheit**

### **Die Stiftung Gesundheitswissen auf der Jahrestagung der DGSMP**

**Berlin, 24. August 2023 – Eine Befragung der Stiftung Gesundheitswissen ergab, dass die psychische Gesundheitskompetenz in der Bevölkerung ganz unterschiedlich verteilt ist. In welchen Bevölkerungsgruppen sie besonders niedrig ist und wie daraus zielgruppenspezifische Angebote entwickelt werden können, stellt die Stiftung Gesundheitswissen u. a. auf der diesjährigen Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention (DGSMP) vom 30.08. - 01.09.2023 in Hannover vor.**

Wissen, an wen man sich bei seelischen Problemen wenden kann oder wie man an die passenden Informationen bei Fragen rund um das Thema kommt: Diese Kompetenzen zählen zur psychischen Gesundheitskompetenz. Vielen Menschen fällt das aber gar nicht so leicht. Eine aktuelle, bevölkerungsrepräsentative Befragung der Stiftung Gesundheitswissen ergab, dass 24 Prozent der Menschen in Deutschland nicht wissen, wo sie hilfreiche Informationen zu psychischen Erkrankungen erhalten können. Wo sie nach Informationen zu Unterstützung bei psychischen Problemen, wie Stress oder Depression suchen sollen, finden 36 Prozent der Bevölkerung schwierig oder sehr schwierig. Die Befragung der Stiftung Gesundheitswissen zeigte zudem, dass Frauen in diesem Bereich eine etwas höhere Kompetenz aufweisen als Männer: So wissen 78 Prozent der befragten Frauen, wo sie hilfreiche Informationen zu psychischen Erkrankungen erhalten können. Bei den Männern sind es 74 Prozent. Auch bei den Menschen mit und ohne eine chronische Erkrankung zeigen sich Unterschiede. Menschen mit einer chronischen Erkrankung (egal welche chronische Erkrankung) kennen sich in Sachen psychische Gesundheit besser aus. So wissen 72 Prozent der chronisch Erkrankten, wie sie eine Klinik für psychische Erkrankungen in der Gegend kontaktieren können. Bei Menschen ohne chronische Erkrankung sind es hingegen 64 Prozent. Diese und weitere Ergebnisse stellt die Stiftung auf der diesjährigen Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention vor.

#### **Vortrag der Stiftung Gesundheitswissen auf der Jahrestagung der DGSMP:**

„Die psychische Gesundheitskompetenz der deutschen Bevölkerung: Ergebnisse einer bevölkerungsrepräsentativen Befragung“

Mittwoch, 30 Aug., 14:15 - 14:30

Medizinische Hochschule Hannover, Carl-Neuberg-Straße 1, 30625 Hannover

Die Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention e.V. (DGSMP), die vom 30.08. - 01.09.2023 an der Medizinischen Hochschule in Hannover stattfindet, steht unter dem Motto „Gesundheitskompetenz in Krisenzeiten“.

„Eine gute psychische Gesundheitskompetenz ist zugleich eine Basis für die seelische Gesundheit“, betont PD Dr. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Gesundheitswissen. Denn sie hat einen positiven Einfluss auf den Umgang mit der eigenen psychischen Gesundheit, aber auch auf den generellen Umgang mit Fragestellungen rund um das Thema. Aus wissenschaftlichen Studien weiß man, dass Menschen mit ausgeprägter psychischer Gesundheitskompetenz Hilfsangebote eher in Anspruch nehmen. Sie haben auch eine positivere Einstellung gegenüber der Hilfesuche bei anderen oder können seelische Erkrankungen bei sich und im Umfeld eher einordnen.

#### **Psychische Gesundheit früh schulen: Lehrer wünschen sich Unterrichtsmaterialien**

Auch in der Schule spielt das Thema psychische Gesundheit sowohl für Schüler als auch für Lehrer eine immer größer werdende Rolle. So halten 83 Prozent der Lehrerinnen und Lehrer in Deutschland kostenlose und qualitätsgesicherte Arbeitsmaterialien zum Thema psychische Gesundheit für wichtig. Das ergab eine weitere Befragung der Stiftung Gesundheitswissen unter insgesamt 1026 Lehrkräften, die im Mai 2023 durchgeführt wurde. Und 59 Prozent der befragten Lehrer gaben dabei an, sich selbst für kostenlose und qualitätsgesicherte Fortbildungen zu interessieren. „Aus diesem Grund erarbeiten wir aktuell ein umfangreiches Angebot, das auch Schulungen für Lehrkräfte umfassen wird“, erläutert Suhr. Die Stiftung Gesundheitswissen möchte damit Lehrkräfte unterstützen, nicht nur Wissen zu seelischer Gesundheit zu vermitteln, sondern selbst eine gute psychische Gesundheitskompetenz zu erlangen.

Die Schulinitiative „Pausenlos gesund“ bietet bereits multimediale Unterrichtsmaterialien zum Thema psychische Gesundheit. Neben den Grundlagen zum Thema wird auch erklärt, welche Erkrankungen dabei eine Rolle spielen, und welche Möglichkeiten es gibt, trotz Belastungen, gesund zu bleiben. Die Materialien können kostenlos genutzt werden und stehen auf der Webseite der Schulinitiative zur Verfügung. Auf der digitalen Lernplattform „Gesundweiser“ können Jugendliche zudem im neuen Kurs „Stress im Netz“ einen entspannten Umgang mit digitalen Medien lernen.

**Die Schulinitiative „Pausenlos gesund“:**

„Pausenlos gesund“ bietet an den Lehrplan angebundenes Unterrichtsmaterial zu verschiedenen Aspekten der Gesundheitskompetenzförderung, wie z. B. Digitalkompetenzen, gesunder Medienumgang, Infektionsschutz und Hygiene, psychische Gesundheit oder Stressbewältigung.

⇒ [Direkt zu den Materialien und weiteren Informationen zur Schulinitiative „Pausenlos gesund“](#)

Die E-Learning-Plattform „Gesundweiser“ finden Sie unter: [www.gesundweiser.de](http://www.gesundweiser.de)

Dass das Thema psychische Gesundheit auch unter Jugendlichen immer mehr an Relevanz gewonnen hat, wurde besonders während und nach der Corona-Pandemie deutlich. Die Zahl der Kinder, die psychische Auffälligkeiten oder Verhaltensstörungen zeigen, stieg rapide an. Tiefgreifende Einschnitte in den Lebensalltag von Kindern und Jugendlichen führten zu besonderen psychischen Belastungen. Aber auch globale Krisen wie Krieg oder der Klimawandel und damit einhergehende Unsicherheiten und Ängste belasten die psychische Gesundheit der jüngeren Generation. Vor diesem Hintergrund kommt Schulen – als ein Ort der Wissensvermittlung und Aufklärung – eine große Bedeutung für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu.

**Hintergrund zu den Befragungen:**

Die bevölkerungsrepräsentative Befragung zur psychischen Gesundheit hatte zum Ziel, mehr über die Ausgangslage zur psychischen Gesundheit in Deutschland zu erfahren.

Sie wurde Ende 2022 unter 2000 Befragten durchgeführt. Die Psychische Gesundheitskompetenz wurde unter anderem mit der deutschen Version des Mental Health Literacy tool for the Workplace erfasst. Die zweite repräsentative Befragung, die 1026 Lehrer umfasste, erfolgte im Mai 2023. Hier sollten spezielle Anforderungen bzw. Bedarfe der Lehrkräfte im Bereich psychische Gesundheit ermittelt werden.

**Kontakt für Presseanfragen:**

Una Großmann  
Leiterin Kommunikation  
[una.grossmann@stiftung-gesundheitswissen.de](mailto:una.grossmann@stiftung-gesundheitswissen.de)  
T +49 30 4195492-20

Katharina Calhoun  
Referentin PR und Marketing  
[katharina.calhoun@stiftung-gesundheitswissen.de](mailto:katharina.calhoun@stiftung-gesundheitswissen.de)  
T +49 30 4195492-22

**Über die Stiftung Gesundheitswissen:**

Die gemeinnützige, operative Stiftung Gesundheitswissen mit Sitz in Berlin will die Kompetenz von Menschen in Deutschland im Hinblick auf Gesundheit und Prävention stärken und die Informationsasymmetrien zwischen Arzt und Patient abbauen. Dazu erstellt sie u.a. laienverständliche Gesundheitsinformationen auf Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse, zeigt Präventionsmöglichkeiten sowie Behandlungsalternativen auf und fördert das Gesundheitswissen im Allgemeinen. Stifter ist der Verband der Privaten Krankenversicherung.