

Kampagne «Wie geht's Dir?»: Psychische Gesundheit in der Familie pflegen

10. Oktober 2016

Die Kampagne [«Wie geht's Dir?»](#) will zur Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen beitragen, für das Thema sensibilisieren und dazu ermutigen, im Alltag über psychische Probleme zu sprechen. Die im Herbst 2014 erfolgreich gestartete Kampagne geht heute am Internationalen Tag der Psychischen Gesundheit ins dritte Jahr – diesmal mit dem Schwerpunkt «Psychische Gesundheit in der Familie». Unter Beteiligung der Kantone Aargau, Bern, Graubünden, Luzern, Schwyz, Solothurn, Thurgau und Zürich sowie der Stiftungen Kinderschutz Schweiz und Pro Mente Sana sowie mehreren Gesundheitsorganisationen, richtet sich die neue Welle an Eltern und weitere Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen.

Es gibt Themen, die lange im Verborgenen schlummern. Niemand will sie wahrnehmen – bis sie plötzlich doch ans Tageslicht gelangen und sich nicht mehr verleugnen lassen. Psychische Krankheiten gehören oft dazu. Jeder zweite Mensch erkrankt in seinem Leben einmal psychisch. Dies betrifft auch Familien in vielfältiger Weise. Einerseits werden in der Kindheit wichtige Grundlagen für eine gesunde psychische Entwicklung gelegt. Andererseits ist die ganze Familie betroffen, wenn ein Mitglied psychisch erkrankt.

Psychische Erkrankungen können in allen Familien vorkommen

Psychische Erkrankungen sind häufig, vielfältig und behandelbar. Genau wie bei körperlichen Krankheiten gibt es eine Vielzahl verschiedener psychischer Erkrankungen, die sich beim einzelnen Menschen unterschiedlich zeigen und auswirken. Psychische Erkrankungen können alle treffen. Ob nun Eltern oder Kinder psychisch erkrankt sind: Betroffene Familien sind im Alltag stark gefordert und brauchen Unterstützung.

Darüber sprechen hilft

Manche Eltern möchten ihr Kind schonen und vermeiden es, mit ihm über die psychischen Probleme zu sprechen. Dem Kind ist damit kein Dienst erwiesen. Kinder spüren, wenn etwas aus dem Gleichgewicht gerät, sei es bei sich selbst, bei Mutter, Vater oder bei einem Geschwister. Sie können das nicht alleine verarbeiten. Sie brauchen Erwachsene, die mit ihnen über die Erkrankung sprechen und sie darin unterstützen, einen Umgang damit zu finden.

In der neuen Kampagnenbroschüre [„Psychische Gesundheit und Erkrankungen in der Familie – Anregungen für Eltern und Bezugspersonen“](#), finden sich wertvolle Informationen und praktische Tipps, wie sich Familien und deren Umfeld bei psychischen Auffälligkeiten stärken können.

Neue Kampagnenwelle

Seit Ende September sind in den Trägerkantonen wieder Gross- und Kleinplakate mit zwei neuen Sujets zu sehen. Zudem finden zahlreiche regionale Aktionen zur Kampagne statt.

Die neue Broschüre «Psychische Gesundheit und Erkrankungen in der Familie» wird ergänzt durch die aktualisierte Webseite www.wie-gehts-dir.ch mit Gesprächstipps und weiterführenden Informationen.

Kampagne entwickelt sich weiter

Der Anstoss für die Kampagne ging von der Schweizerischen Stiftung Pro Mente Sana und den Kantonen Bern, Luzern, Schwyz und Zürich sowie der CORAASP aus der Romandie aus. Erfreulicherweise konnte die Trägerschaft laufend erweitert werden. So sind seit dem letzten Jahr die Kantone Aargau, Graubünden, Solothurn und Thurgau dazugestossen.

Pro Mente Sana, der Kanton Zürich und neu für den Themenschwerpunkt „Familie“ die Stiftung Kinderschutz Schweiz, sind Hauptträger der diesjährigen Kampagne. Ebenfalls als neuer Träger mit dabei ist in diesem Kampagnenjahr das Institut Kinderseele Schweiz.

Weitere Organisationen aus dem Gesundheitsbereich unterstützen die Kampagne: die Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP, die Verbindung Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH und die Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie SGPP.

Weiterführende Infos

Eine [allgemeine Broschüre](#) zum Thema (d/f/i) sowie die [neue Broschüre für Familien und ihre Bezugspersonen](#) (d/f) können auf www.wie-gehts-dir.ch (resp. www.comment-vas-tu.ch) bestellt oder heruntergeladen werden.

Die Kampagnensujets in druckfähiger Auflösung können heruntergeladen werden unter: www.wie-gehts-dir.ch/medien (Benutzername: medien, Passwort: stigma2)

Kontakte für Medienanfragen

- Marcel Wisler, Leiter Kommunikation, Stiftung Pro Mente Sana, Telefon 079 303 25 38, m.wisler@promentesana.ch, www.promentesana.ch
- Marianne Kauer, wissenschaftliche Mitarbeiterin Prävention, Kinderschutz Schweiz, Telefon 031 384 29 08, marianne.kauer@kinderschutz.ch (erreichbar von 10 bis 18 Uhr), www.kinderschutz.ch