



KURATORIUM
PSYCHISCHE
GESUNDHEIT

Bündnis für die gesunde Seele!

Jahresbericht 2011



Impressum

Herausgeber:

Verein Kuratorium für psychische Gesundheit

5020 Salzburg | Müllner Hauptstraße 48

Fon: +43 (0) 664 / 7397 0829

eMail: office@kuratorium-psychische-gesundheit.at

www.kuratorium-psychische-gesundheit.at

Für den Inhalt verantwortlich:

Mag. Gottfried Jakober, Geschäftsführer

eMail: g.jakober@kuratorium-psychische-gesundheit.at

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort Landesrätin Mag.^a Cornelia Schmidjell	5
Vorwort Primar Dr. Manfred Stelzig	6
Vernetzung und Medien	7
Psychisch gesund sein – geht das in unserer Gesellschaft?	8
Investition in Prävention und Gesundheitsförderung	9
Vortragsreihen GESUNDES SALZBURG 2011	10
Aktionstage der seelischen Gesundheit – Oktober 2011	11
„I schau auf mi UND di“- Kampagne gegen Burnout	12
Wir bauen unser Seelenhaus – SchülerInnen-Workshop	13
„Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“	14
SALZBURGER APPELL zur Kinder- und Jugendgesundheit	15

Anhang: **Pressespiegel**



Psychische Gesundheit – ein kostbares Gut

Die Bedeutung der psychischen Gesundheit erlangte in den letzten Jahren größere Bedeutung und wird in vielen Lebensbereichen verstärkt diskutiert. Auch in der medialen Berichterstattung haben die Themenfelder zu psychischer Gesundheit und psychischer und psychosomatischer Krankheit mehr Aufmerksamkeit gefunden. Vielen Menschen wird es zunehmend ein Anliegen, nicht nur körperlich sondern auch seelisch gesund zu bleiben. Doch Gespräche über psychische Erkrankungen sind oft von einem Phänomen überschattet: Der Angst von Betroffenen durch die Diagnose einer psychischen Erkrankung zum Außenseiter gestempelt zu werden – unter Umständen sogar ein Leben lang. Und diese Sorge ist auch berechtigt, weil Betroffene tatsächlich mit negativen Konsequenzen aus ihrem sozialen, beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld konfrontiert werden.

Die Aufgabe der Gesundheitspolitik besteht daher neben der Sicherstellung einer optimalen medizinischen und therapeutischen Behandlung von psychisch erkrankten Menschen auch darin, Maßnahmen und Initiativen zu setzen, die einer Entstigmatisierung und Enttabuisierung psychisch Erkrankter in unserer Gesellschaft dienen. Das Kuratorium für psychische Gesundheit leistet hier mit seinen derzeit 50 Mitgliedern wie Institutionen, Vereinen und Einzelpersonen aus dem medizinischen und psychosozialen Bereich einen wertvollen Beitrag und ist ein wichtiger Partner für das Gesundheits- und Sozialressort des Landes.

Mit vielfältigen Themen setzt sich das Kuratorium für psychische Gesundheit auch für die Gesundheitsbildung im Bereich der psychischen Gesundheit ein. Insbesondere durch die intensive Kooperation mit verschiedenen Medienpartnern und der Salzburger Gebietskrankenkasse wird in regelmäßigen Gesundheitsvorträgen von Expertinnen und Experten im gesamten Bundesland Salzburg auf die psychische Gesundheit als kostbares Gut hingewiesen. Das vielfältige Programm mit Events, Film und Theater, Fachgesprächen und Tagungen im Rahmen der Aktionstage rund um den internationalen Tag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober bereicherte das Sensibilisierungsangebot.

Auch junge Seelen können leiden

Ein ganz besonderes Anliegen ist die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Das Aufwachsen von Kindern in einer Atmosphäre von Geborgenheit, Sicherheit, Zuwendung, Zärtlichkeit und Liebe ist das beste Fundament für eine psychische Stabilität in der Zukunft. Mit dem Kuratorium für psychische Gesundheit als Partner, wollen wir uns gemeinsam für eine qualitätsvolle psychosoziale Gesundheit unserer Kinder und Jugendlichen einsetzen.

Ihre

Cornelia Schmidjell

Mag^a. Cornelia Schmidjell
Sozial- und Gesundheitslandesrätin



Primar Dr. Manfred Stelzig
Obmann

Die Seele ist größer als wir annehmen

Unser aufgeklärtes Denken in der Medizin tut sich mit der Seele noch immer schwer. Körperlichen Symptomen wird mit einem Übermaß an technischen Apparaturen nachgesetzt, bis ins kleinste Detail werden vom Menschen Bilder gemacht, um den Ursachen eines Leidens auf die Spur zu kommen. Innerhalb des medizinischen Systems fließen auch beträchtliche Geldmittel in diese Art der Diagnose. Am Ende einer langen Untersuchungsreihe – verbunden oft auch mit vielen unangenehmen Begleiterscheinungen für die Patientinnen und Patienten – steht häufig das Ergebnis: Kein Befund. Körperlich ist alles in Ordnung! An diesem Punkt sind die Hilfesuchenden meist im ersten Moment erleichtert, weil es wohl nichts „Ernstes“ ist, was ihnen fehlt. Doch wenn die Beschwerden und Schmerzen weiterhin anhalten, beginnen sich erneut Ratlosigkeit, Unverständnis und Orientierungslosigkeit auszubreiten. Wird die „Angelegenheit“ auf eine psychologische Ebene „geschoben“, regieren Menschen ganz häufig mit einer Abwehrhaltung oder es wird ein derartig „unerhörter“ Verdacht, vehement vom Tisch gefegt, weil nicht sein kann, was nicht sein darf.

Dem abendländischen aufgeklärten Menschen erscheint die Annahme, dass körperliche Symptome und Beschwerden psychologisch bedingt sind und „Aussagen der Seele“ sind, zu banal, zu unvernünftig. Ihm klingt das Wort „psychologisch“ immer, wie wenn man gesagt hätte „nur psychologisch“. Die Seele erscheint als etwas Kleines, Minderwertiges, Subjektives,

Persönliches und dergleichen mehr.

Doch das ist eine Verkennung der Tatsachen! Dass die Seele ganz groß ist – davon gehen wir in unserem Denken kaum aus. Dadurch erkennen wir oft nicht die so wichtige Bedeutung der Seele. Zahlreiche Studien zeigen immer wieder, dass körperliche Gesundheit maßgeblich von unserer seelischen Stabilität abhängt. Negative Gedanken und Gefühle machen krank. Gefühle der Freude und des Glücks hingegen stärken unser Immunsystem und damit unseren Gesundheitszustand.

Das Verständnis der Zusammenhänge von körperlichen Beschwerden und dem seelischen Hintergrund ist im gesamten Gesundheitssystem viel zu wenig ausgebildet. Trotz jahrzehntelanger größter Bemühungen, wissenschaftlicher Studien und Klarheit im Diagnose- und Behandlungsplan hat das Wissen um Psychosomatik und dem Phänomen „krank ohne Befund“ in der Organmedizin kaum Eingang gefunden. Noch immer sind die Leidenswege von Menschen, die an psychosomatischen Beschwerden leiden, gepflastert mit unnötigen Untersuchungen und Behandlungen bis hin zu Operationen. Das ist eine jahrelange Fehlsteuerung – wie sie bereits 1993 der bekannt Psychiater Erwin Ringel in der Studie „Der fehlgeleitete Patient“ belegt und beklagt - die viel Leid bedingt und im Gesundheitssystem wertvolles Geld verschlingt, dass auf einem anderen Sektor der seelischen Heilbehandlung dringend benötigt würde. Ein Umdenken ist heute das Gebot der Stunde.

Vernetzung und Medien

Die Mitgliederzahl ist seit der Gründung im Jahr 2006 kontinuierlich auf nunmehr 50 Leistungsanbieter aus dem Bereich Medizin und psychosoziale Versorgung angewachsen. Als starkes Netzwerk verbindet das Kuratorium für psychische Gesundheit Kompetenz, Know-how und Erfahrung seiner Mitglieder.

Durch die Medienpartnerschaft mit den Salzburger Nachrichten, dem ORF Landesstudio Salzburg und der Salzburger Woche stehen Kommunikationswege für die effiziente und effektive Vermittlung interessanter Aspekte der psychischen Gesundheit zur Verfügung.



Salzburger Nachrichten



AhA! - Angehörige helfen Angehörigen
Akzente Salzburg – Fachstelle Suchtprävention
Ärztammer Salzburg
Arbeitskreis für Vorsorgemedizin - AVOS
Berufliche Fortbildungszentren (bfz) gemeinnützige GmbH
Beratungsstelle für klin. Psychologie, Psychotherapie - Uni Salzburg
Berufsverband Österreichischer PsychologInnen - BÖP
Caritas Salzburg
Diakonie Zentrum Salzburg
EMCO-Privatklinik GmbH – Institut für Allgemeine Psychosomatik
Frauengesundheitszentrum ISIS
Gesellschaft für Psychosomatik
Gesellschaft für psychotherapeutische Versorgung in Salzburg
Institut Glücksspiel & Abhängigkeit
Kammer für Arbeiter und Angestellte Salzburg
Kinder- und Jugendanwaltschaft
KOKO Familienberatung
Landesschulrat für Salzburg
Landesverband für Psychohygiene
Laube Sozialpsychiatrische Aktivitäten GmbH
Lebensqualität Bauernhof
Männerbüro Salzburg
Männerwelten – Verein Männer gegen Männer-Gewalt
Obesity Academy Austria – Qualitätsnetzwerk Übergewicht
Partner- und Familienberatung der Erzdiözese Salzburg
Pro Mente Salzburg - Kinderseelenhilfe
Psychologische Beratungsstelle für Studierende Salzburg
Salzburger Hilfswerk
Salzburger Patientenvertretung
Selbsthilfe Salzburg
Sexualberatungsstelle
SOS Kinderdorf
Telefonseelsorge Salzburg – kids-line
Univ.-Klinik Salzburg, Sonderauftrag für Psychosomatische Medizin
Univ.-Klinik Salzburg, Sonderauftrag für Suizidprävention
Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendheilkunde
Univ.-Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie I, PMU Salzburg
Verein zur Förderung psychischer Gesundheit
Verein Selbstbewusst

Dr. Rudolf Bogan | Dr.ⁱⁿ Monika Filnköbl | Mag. Hannes Goditsch
Mag.^a Sigrid Hamberg | Dr. Christopher Kartnig | Dr.ⁱⁿ Gertraud
Müller-Luger | Dr.ⁱⁿ Elisabeth Oedl-Kletter | Mag. Robin Pancheri
Mag. Siegfried Rathner | Dr. Patrick Weihs | Dr. Wolf-Dietrich Zusan



Mag. Gottfried Jakober
Geschäftsführer

Psychisch gesund sein – geht das in unserer Gesellschaft?

Die gesellschaftlichen Strukturen, in der wir in unserer westlichen Zivilisation leben, sind durch viele spezifische Widersprüchlichkeiten gekennzeichnet: Wir verfügen einerseits über einen noch nie dagewesenen materiellen Reichtum und haben Zugang zu Waren und Dienstleistungen in einem Umfang, den sich vergangenen Generationen nicht einmal erträumen konnten. Andererseits geht die Schere zwischen arm und reich zunehmend auseinander und die Armutsgefährdung wird in der Öffentlichkeit mehr und mehr thematisiert. Einerseits verfügen wir – insbesondere über das Internet – über Möglichkeiten des freien Zugangs zu Informationen in noch nie da gewesener Vielfalt. Andererseits sind wir durch permanente Erreichbarkeit und zunehmender Dauerberieselung durch Medien einer „Beschallungswelle“ ausgesetzt, der man sich kaum noch entziehen kann.

Einerseits wird uns heute eine so viel breitere Palette von Wahlmöglichkeiten geboten, als jeder Generation zuvor – von der autonomen Lebens- und Familiengestaltung bis zur freien Ausbildung und Berufswahl etc. Andererseits stehen wir im Einfluss einer neuen Dimension der Profitlogik und Profitgier transnationaler Finanzjongleure, die ganze Regierungen vor sich hertreiben und massiv an den Grundfesten eines Sozialstaates rütteln.

Einerseits sind frühere kulturelle und religiöse Regeln und Normen, die noch vor einigen Jahrzehnten als unverzichtbar galten, ins Wanken geraten und haben reichhaltige Variationsmöglichkeiten der Lebensgestaltung gebracht. Andererseits führte aber dieser Ver-

lust autoritärer Strukturen zu existentiellen Verunsicherungen breiter Bevölkerungsschichten.

Angesichts dieser hier angedeuteten Dialektik bedeutet psychisch gesund zu sein, in diesem Spannungsfeld der freien Entscheidungen seinen eigenen Weg zu finden. Das stellt in unserer heutigen Gesellschaft viele vor eine schwierige Aufgabe, die zu lösen die bisherigen Lebens-Bewältigungsstrategien oft nicht mehr ausreichen. Wer sich ernsthaft auf den Weg macht, wird die Erfahrung machen, dass das manchmal nur geht, wenn man auch gegen den Strom schwimmt. Das Suchen erfordert mitunter Mühe, Ausdauer, Geduld und vor allem Mut zur Selbsterkenntnis. Manchmal hilft dazu eine Begleitung – auch in Form einer Psychotherapie. Diese macht vor allem dann Sinn, wo Menschen nicht in der Lage sind, für sich selbst angemessen zu sorgen.

Psychisch leidende Menschen brauchen manchmal aber das Gegenteil: Das Aufzeigen der eigenen Wirkmächtigkeit zur Gestaltung eines authentischen Lebens, in dem sie ihre Bedürfnisse und ihre Art zu fühlen und das Lebensumfeld entsprechend mitgestalten. Psychotherapie kann bei der Entwicklung des „guten Lebens“ hilfreich sein.

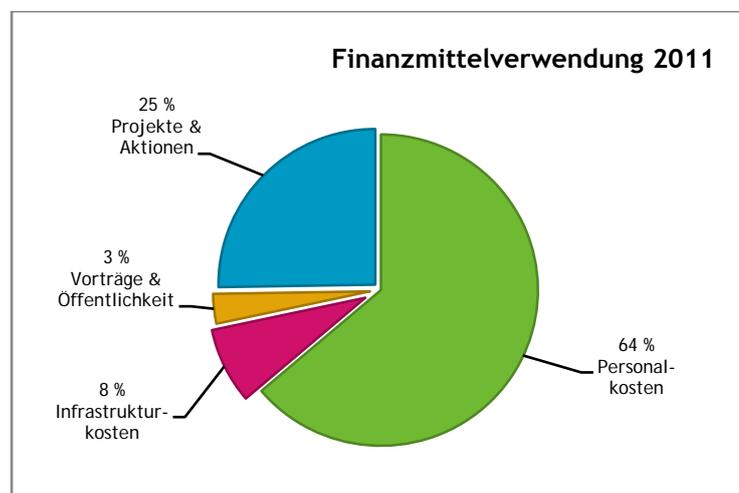
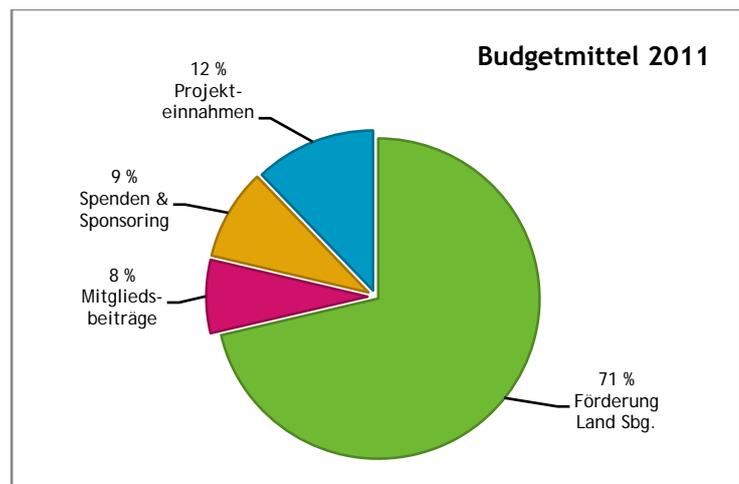
Das Kuratorium für psychische Gesundheit sieht darin seine Aufgabe und entwickelt zusammen mit seinen Mitgliedern, Projekte und Initiativen zur Förderung der psychischen Gesundheit der Bevölkerung von Stadt und Land Salzburg.

Investition in Prävention und Gesundheitsförderung

Der effiziente Mitteleinsatz ist im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung enorm wichtig, zumal die zur Verfügung stehenden Geldmittel sehr beschränkt sind. Im Jahr 2011 standen dem Kuratorium für psychische Gesundheit insgesamt EURO 50.057,00 zur Verfügung. Mit einem Basisanteil von 71% des Gesamtbudgets, der vom Land Salzburg, Abteilung Gesundheit gewährt wurde, konnten die Personal- und Betriebskosten beinahe zur Gänze gedeckt werden. Als wesentliche Kernaufgabe des Kuratoriums für psychische Gesundheit wurden dadurch die regelmäßigen Vernetzungen der Mitgliedsorganisationen durch Arbeitsausschusssitzungen und Arbeitsgruppentreffen, die Planung und Durchführung der vier Gesundheitsvortragsreihen in Stadt und Land Salzburg, die Öffentlichkeitsarbeit – insbesondere die Gestaltung von Beiträgen in der SN-Couch - sowie die Aufwände für die laufende Administration etc. finanziert. Die Finanzierung von weiteren Projekten, Aktionen und diversen Initiativen erfolgte entweder durch Projekteinnahmen oder durch Zuwendungen von Sponsoren und Spender. Mit dem Betrag von EURO 10.451,00 machen diese Einnahmen insgesamt 21% des Gesamtbudgets aus. Einnahmen aus Aufträgen – vor allem die Workshopangebote in Volksschulen im Rahmen des Projekts „Gesunde Schule Salzburg“ - konnten 2011 erstmals mit einem nennenswerten Betrag verbucht werden.

Ausgabenseitig stehen die Personalkosten mit etwa zwei Drittel der Finanzmittel zu Buche. Gut ein Viertel der Budgetmittel flossen in kon-

krete Projekte, Vorträge und Aktionen. Mit einem 8%-igen Anteil und einem Betrag von EURO 3.620,00 konnten die laufenden Kosten für Infrastruktur sehr niedrig gehalten werden.



Vortragsreihen GESUNDES SALZBURG 2011^{*)}

Thema	Datum	Ort	ReferentIn	Besucher
STRESSFAKTOR HANDY & Co Warum es ratsam ist, manchmal abzuschalten	22.03.	Salzburg-Stadt	Dr. Bodo Kirchner Dr. Gerd Oberfeld	150
	22.03.	St. Johann/Pg.	Mag. ^a Gerit Stiegler	30
	23.03.	Tamsweg	Mag. ^a Gerit Stiegler	3
	24.03.	Mittersill	Dr. Andreas Salzer	20
DIE GESUNDE WUT Verdrängte Gefühle machen krank	18.05.	Salzburg-Stadt	Dr. ⁱⁿ Doris Gödl Mag. Harald Burgauner	300
	17.05.	St. Johann/Pg.	Dr. ⁱⁿ Margarita Seiwald	75
	19.05.	Tamsweg	Dr. ⁱⁿ Margarita Seiwald	30
	19.05.	Zell am See	Mag. Harald Burgauner	39
FALLE INTERNET Neue Medien und deren Gefahren für die Seele	21.09.	Salzburg-Stadt	Prim. Dr. Friedrich Wurst Mag. ^a Natasha Thon	60
	20.09.	St. Johann/Pg.	Prim. Dr. Hannes Bacher	20
	21.09.	Tamsweg	Prim. Dr. Hannes Bacher	2
	22.09.	Mittersill	Prim. Dr. Friedrich Wurst	70
HAUT & PSYCHE Die Haut als Spiegel der Seele	15.11.	Salzburg-Stadt	Mag. ^a Barbara Kirchner OA Dr. ⁱⁿ Sylvia Selhofer	260
	15.11.	St. Johann/Pg.	OA Dr. Eduard Dunzinger	38
	16.11.	Tamsweg	Mag. ^a Verena Bieber	13
	17.11.	Zell am See	Mag. ^a Barbara Kirchner	28
*) In Kooperation mit der Salzburger Gebietskrankenkasse			GesamtbesucherInnen	1.138

Aktionstage der seelischen Gesundheit 6. – 15. Oktober 2011

Der internationale Welttag der seelischen Gesundheit am 10. Oktober bildete auch im Jahr 2011 wieder den Anlass für die Mitglieder des Kuratoriums für psychische Gesundheit eine bunte Vielfalt an Veranstaltungen anzubieten. In Kooperation mit AVOS – Prävention und Gesundheitsförderung wurden die Aktionstage vom 6. – 15. Oktober 2011 organisiert und unter das Motto „Seelen Spuren – Körper spüren“ gestellt. Das Programm umfasste Fachtagungen, Fachgespräche, Theater und Filmevents mit Diskussion und vieles mehr. Insbesondere mit dem Theaterstück „ICH. DER ANDERE“^{*)} – ein Stück über Missbrauch in der Familie - wurde ein hochaktuelles und brisantes Thema auf äußerst einfühlsame Weise ins Licht gerückt. In der anschließenden Publikums-Diskussion mit den SchauspielerInnen und VertreterInnen aus Medizin und Psychologie wurden Hintergründe und Bewältigungsstrategien beleuchtet.

Die kraftvolle Erfahrung einer „beschwingten Seele“ war besonders beim AVOS-Event „TROMMELN – RHYTHMUS FÜR DIE SEELE“ spürbar. Die BesucherInnen waren begeistert von der Wirkmächtigkeit des Seelischen.

Das Anliegen, im Innergebirg Veranstaltungen anzubieten, wurde 2011 erstmals im Pongau möglich. Durch die Kooperation mit der zeitgleich laufenden Aktion „Offener Himmel“ des Seelsorgeamtes der Erzdiözese Salzburg konnten bei dem gemeinsam organisierten Fachgespräch „SOLANGE ICH GEHE, LEBE ICH – Gehen, Wandern, Pilgern“ in der Landeslinik St. Veit i. Pg. über 100 BesucherInnen beim

interdisziplinären Gespräch von ExpertInnen zwischen Philosophie, Medizin, Theologie und Sportwissenschaften begrüsst werden.

^{*)} Inszeniert von Christine Winter & Max Pfnür

AKTIONSTAGE SEELENSPUREN
KÖRPER SPÜREN
06.-15. OKTOBER 2011

Nähere Programminformationen unter:
www.kuratorium-psychische-gesundheit.at
www.avos.at

„I schau auf mi UND di“ – Kampagne gegen Burnout

Die erfolgreiche im Jahr 2009 gestartete Kampagne „I schau auf mi UND di – Für eine gesunde Psyche“ der Arbeiterkammer Salzburg, Salzburger Gebietskrankenkasse und das Kuratorium für psychische Gesundheit wurde auch

im Jahr 2011 fortgesetzt. Die Kampagne richtet sich an Betriebsrätinnen und Betriebsräte, die ein umfassendes und kostenloses Paket an Informationen, Unterstützung und Beratungsmöglichkeiten erhalten.

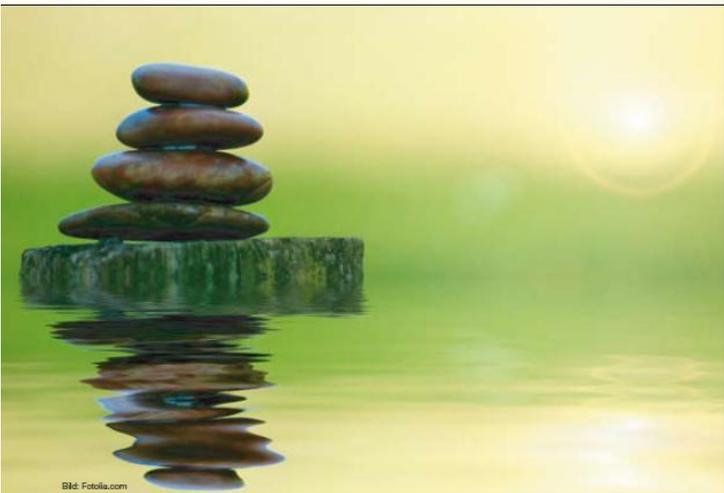
Burnout oder psychische Erkrankungen wie Depression und Angst-Störung sind in vielen Betrieben eine Nicht-Thema. Betroffenen scheuen sich, über diese Art von Problemen zu reden. Vielfach werden sie als Simulant hingestellt oder sogar noch zusätzlich gemobbt. Es fehlt hier einfach an umfassendem Wissen, wie in solchen Situationen reagiert werden soll.

„I schau auf mi UND di“ ist eine Art Erste-Hilfe-Koffer im betrieblichen Umfeld. Es ist uns ein zentrales Anliegen, Menschen besser über die Folgen chronischer Überlastung aufzuklären und Strategien zur Stressreduktion und Problembearbeitung zu vermitteln. Über die Betriebsräte soll in Betriebsvereinbarungen das Wissen darüber transportiert werden.

Was ist der Unterschied zwischen Herzinfarkt und dem „Herzinfarkt der Seele“?

Der Kabarettist Ingo Vogl gestaltete ein eigenes Programm zur Kampagne „I schau auf mi UND di“, und bringt das Thema auf eine humorvolle Weise zur Sprache. Das Programm steht als DVD zur Verfügung.

Das Servicepaket kann kostenlos über die Arbeiterkammer Salzburg, Frau Karin Beer (0662 / 8687) angeforderte werden.



AK SALZBURG
OGB
KURATORIUM PSYCHISCHE GESUNDHEIT
GKK SALZBURG

I schau auf mi UND di
Für eine gesunde Psyche

EIN PROJEKT VON **AK** **OGB** **KURATORIUM PSYCHISCHE GESUNDHEIT** **GKK**



„WIR BAUEN UNSER SEELENSHAUS“ – SchülerInnen-Workshop

Das Kuratorium für psychische Gesundheit ist eine Partnerorganisation im Netzwerk Gesundheitsförderung an Salzburgs Schulen und entwickelte den SchülerInnen-Workshop „Wir bauen unser Seelenhaus“. Im Rahmen des AVOS-Projekts Gesunde Schule Salzburg wurden die Workshops 2011 von drei Volksschulen angefordert und durchgeführt. In den Workshops wurden insgesamt 430 Schülerinnen und Schüler erreicht.

Die Seele des Menschen ist so aufgebaut wie ein Haus.^{*)} So, wie beim Hausbau klar ist, dass zuerst das Fundament gebaut werden und dieser Teil stabil sein muss, um weitere Bauschritte einzuleiten, so ist auch in der menschlichen Seele zu beachten, welche Strukturen in der Basis gefestigt sein müssen, um weitere Schritte vornehmen zu können. Dies ist oft ein wichtiger Fehler im Umgang mit Menschen, dass versucht wird, das Gebäude im ersten Stock zu beginnen und man sich wundert, wenn der Erfolg ausbleibt. Die Defizite im Fundament des Seelenhauses und die Verletzungen von Kinderseelen sind oft schwer zu erkennen. Auch wenn sie nach außen kaum sichtbar sind, können Kinder in ihrer seelischen Entwicklung stark belastet sein. Hinter sozialer Fehlanpassung, mangelnder sozialer Kompetenz, aggressivem oder störendem Verhalten kann sich in Wahrheit eine große innere Not verbergen. Vor allem im Schulunterricht kann diesem Bedürfnis von Kindern oft nicht die erforderliche Aufmerksamkeit geschenkt werden. Hier setzen wir mit dem „Seelenhaus-Projekt“ an und festigen das Fundament.

Die frühesten Botschaften, die als tragende Säulen das seelische Fundament bilden lauten: „Du bist willkommen, ich freue mich auf dich, ich schütze dich. Ich liebe dich, ich wärme dich. Ich nehme dich, deine Bedürfnisse wahr. Ich gebe dir auch die Möglichkeit, deine Wut zu zeigen, wenn dir etwas nicht passt oder wenn ich dich nicht verstehe.“ In den Workshops versuchen ausgebildete TrainerInnen dieses Urvertrauen und das Gefühl der frühesten Geborgenheit erlebbar zu machen. Mit vielfältigen kreativen Methoden – wie kreatives Gestalten, Bewegung, Tanz und Rollenspielen machen sich die Kinder auf eine spannende Entdeckungsreise ihrer Gefühle. Behutsam wird dabei das Verständnis entwickelt, dass vor allem die sog. negativen Gefühle eine Quelle der Kraft sind, wenn der richtige Umgang eingeübt wird.

^{*)} s. Buch: „Keine Angst vor dem Glück“ von Manfred Stelzig



„Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“ – Schwangeren-Projekt

Im Jahr 2009 startete das Kuratorium für psychische Gesundheit in Kooperation mit dem Land Salzburg das Projekt „**Wie ich mich fühle...**“ zur Förderung der psychischen Gesundheit schwangerer Frauen. Die dazu entwickelten Fragebögen zur Selbstausswertung zur Prüfung der aktuellen psychischen Befindlichkeit durch die schwangeren Frauen sind nach wie vor in den frauenärztlichen Praxen und gynäkologischen Ambulanzen der Krankenhäuser erhältlich. Vieles dreht sich natürlich während der Schwangerschaft um das Kind. Dabei

**Jeder
Schwangerschaft
wohnt ein eigener
Zauber inne**

gerät der wohlwollende Blick auf die Frau leicht in den Hintergrund. Mit dem Projekt „Wie ich mich fühle...“ sind die schwangeren Frauen eingeladen, mehr auf sich selbst und ihre eigenen Gefühle zu achten. Denn für die gesunde Entwicklung des Kindes ist eine weitgehend stressfreie Schwangerschaft von größter Wichtigkeit.

Eine Auswertung von über 1.000 Fragebögen zeigte, dass die Zeit der Schwangerschaft für viele Frauen eine enorm belastende Zeit ist. Bei fast jeder zehnten schwangeren Frau sind die äußeren Umstände oder die innere Ängste und Sorgen dermaßen hoch, dass sie unter Dauerstress stehen. Die Belastungsfaktoren sind individuell sehr unterschiedlich und reichen von Sorgen über die finanzielle Absicherung bis zu Verlassenheitsgefühlen und Ängsten, die bevorstehende Zukunft nicht bewältigen zu können.

Psychotherapie-Hilfefonds

Wo psychologische Hilfe dringend nötig ist, muss sie auch sofort gewährt werden! Das Kuratorium für psychische Gesundheit hat deshalb den Psychotherapie-Hilfefonds geschaffen, der Schwangere und Mütter in den ersten 6 Lebensmonaten des Kindes bei der Finanzierung von Psychotherapie unterstützt. Bei Fragen sind wir erreichbar:

Kuratorium für psychische Gesundheit

5020 Salzburg, Müllner Hauptstraße 48

Fon: +43 (0) 664 / 7397 0829

office@kuratorium-psychische-gesundheit.at

www.kuratorium-psychische-gesundheit.at



SALZBURGER APPELL zur psychosozialen Kinder- und Jugendgesundheit

Das Kuratorium für psychische Gesundheit hat sich im Jahr 2011 als Schwerpunktthema die Verbesserung der psychosozialen Kinder- und Jugendgesundheit gesetzt und sich in einer mit vielen in der psychosozialen Kinder- und Jugendarbeit tätigen Mitgliedern besetzten Arbeitsgruppe den Bedarfen und strukturellen Problemen auseinandergesetzt. Als ein Ergebnis wurde der „SALZBURGER APPELL zur Verbesserung der psychosozialen Kinder- und Ju-

gendgesundheit“ formuliert und an die Mitglieder der Salzburger Landesregierung, dem Salzburger Landtag und den Bürgermeisterinnen und Bürgermeister geschickt. Dabei wird auf die aktuelle Zielsetzung der vom Bundesministerium für Gesundheit formulierten Kinder-Gesundheitsstrategie Bezug genommen und mit den 5 Punkten an die Politik appelliert, sich für die messbare Verbesserung im Rahmen ihrer Möglichkeiten einzusetzen.

1 : Wir fordern alle Politikerinnen und Politiker im Land Salzburg auf, ihren **gemeinsamen eindeutigen und politischen Willen** zu erklären, sich für die messbare Verbesserung der psychosozialen Gesundheit der Kinder und Jugendlichen einzusetzen.

2 : Die Gesundheitspolitik für Kinder und Jugendliche braucht als **Querschnittmaterie** (Gesundheit, Soziales, Familie, Bildung, Wirtschaft, Umwelt etc.) gebündelte **Anstrengungen in allen Ressorts und Politikfeldern**, die durch Instrumente zur gesundheitlichen Folgenabschätzung (Health Impact Assessment) und durch eine **Koordinationsstelle** unterstützt werden.

3 : Aussagekräftige **psychosoziale Gesundheitsdaten über unsere Kinder und Jugendlichen** sind periodisch geschlechtsspezifisch zu erheben und zu veröffentlichen.

4 : Die **Gesundheitsförderung und Prävention** muss ausgebaut und bedarfsgerecht finanziert werden und vor allem durch aufsuchende Angebote zur Stärkung der Lebenskompetenz (in Familien, Kindergärten, Schulen, offener Jugendarbeit etc.) umgesetzt werden. Dabei sind von der Planungsphase bis zur Evaluation die **Qualitätssicherung** und die **Einhaltung der Diversity-Kriterien** zu gewährleisten.

5 : In Aus- und Weiterbildungen von Personen, die in der Betreuung von Kindern und Jugendlichen tätig sind, ist der **Erwerb professioneller psychosozialer Kompetenz** nach aktuellen sozialpädagogischen State-of-the-Art-Standards sicherzustellen.

Anhang

Auf den folgenden Seiten finden sie in chronologischer Reihenfolge einen Pressespiegel der Öffentlichkeitsarbeit 2011 des Kuratoriums für psychische Gesundheit.

- SN-Couch
- Gesundheits-Vortragsreihen
- Sonstiges