

Selbsthilfe im Kontext psychischer Gesundheit

Eine Umfrage zur Selbsthilfesituation in Deutschland
vom Bundesverband Burnout und Depression e.V.

Melanie Grotheer, ehrenamtliche Mitarbeiterin BBuD e.V.

Überblick

Wer?

Ehrenamtliche Mitglieder des BBuD

Warum?

Repräsentation psychischer SHG in der Selbsthilfelandchaft

Mit wem?

Selbsthilfekontaktstellen

Wann?

27.04.2022 - 26.07.2022



Schwierigkeiten



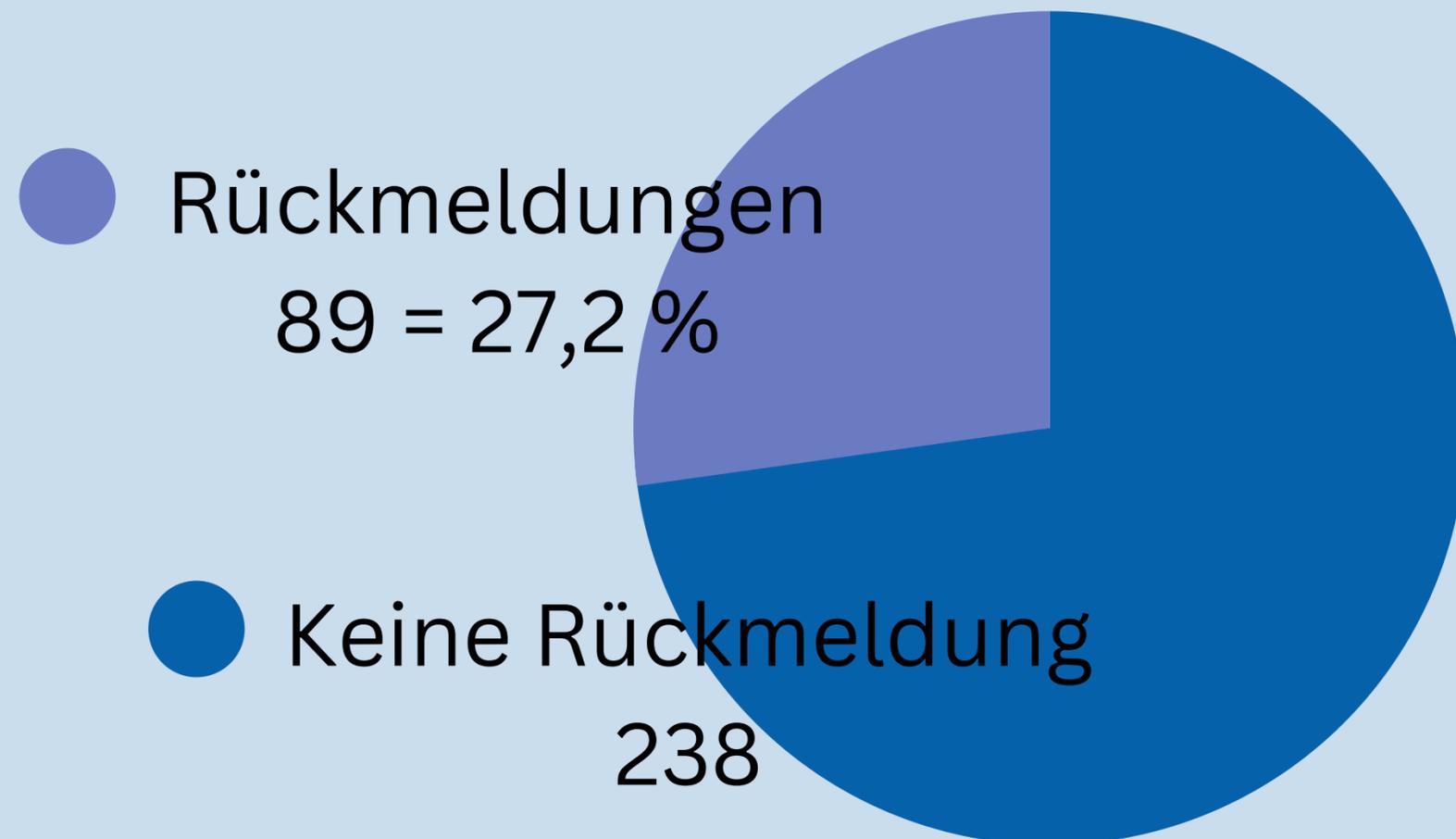
Kontaktstellen



Diagnosen
Erkrankungszahlen

Ergebnisse

Kontaktstellen insgesamt 327



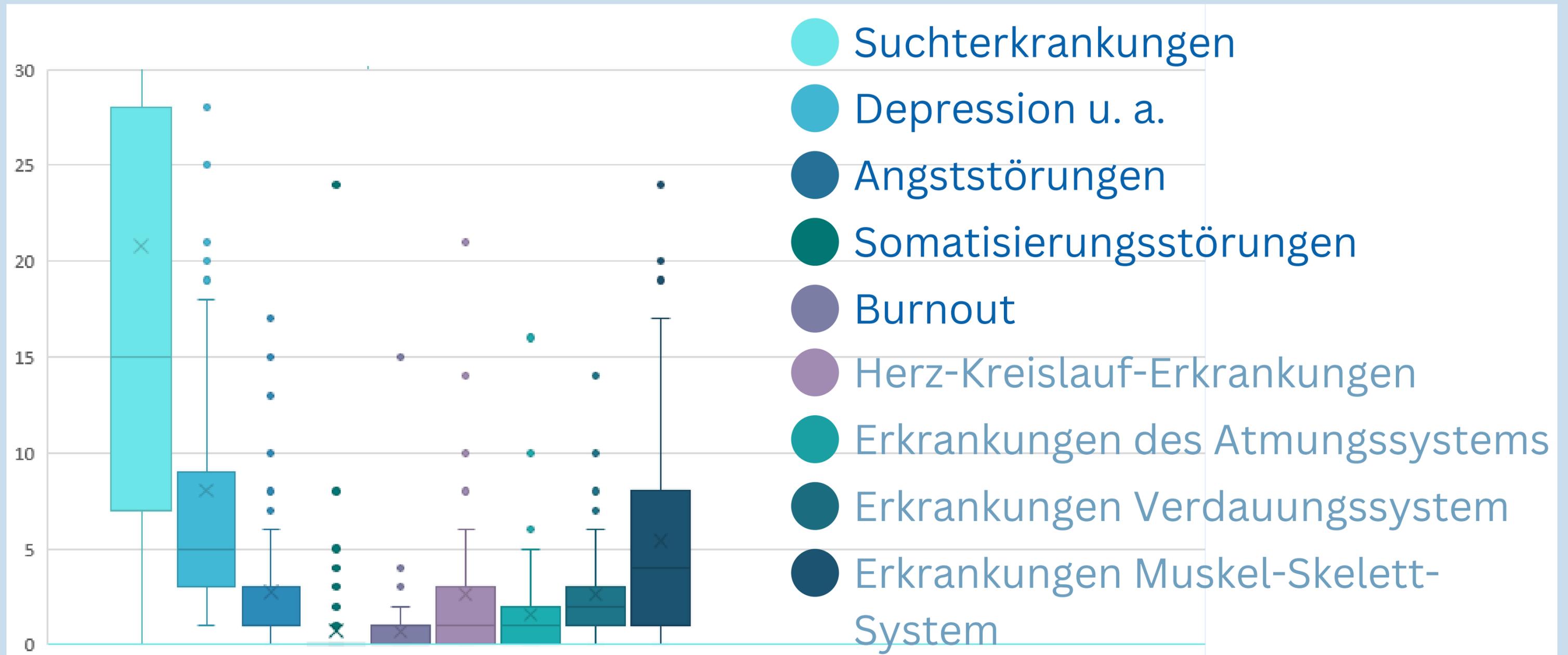
Kein Rückschluss auf tatsächliche Anzahl der SHG möglich

TK-Gesundheitsreport 2022

Top 10 Diagnosen

- 1 Akute Infektionen [...] obere Atemwege
- 2 **Depressive Episode**
- 3 Rückenschmerzen
- 4 [...] Anpassungsstörungen
- 5 **rezidivierende depressive Störung**
- 6 sonstige Zustände nach chir. Eingriff
- 7 **Anderere neurotische Störungen**
- 8 **andere Angststörungen**
- 9 **somatoforme Störungen**
- 10 sonstige Bandscheibenschäden

Umfrage: Überblick Ergebnisse



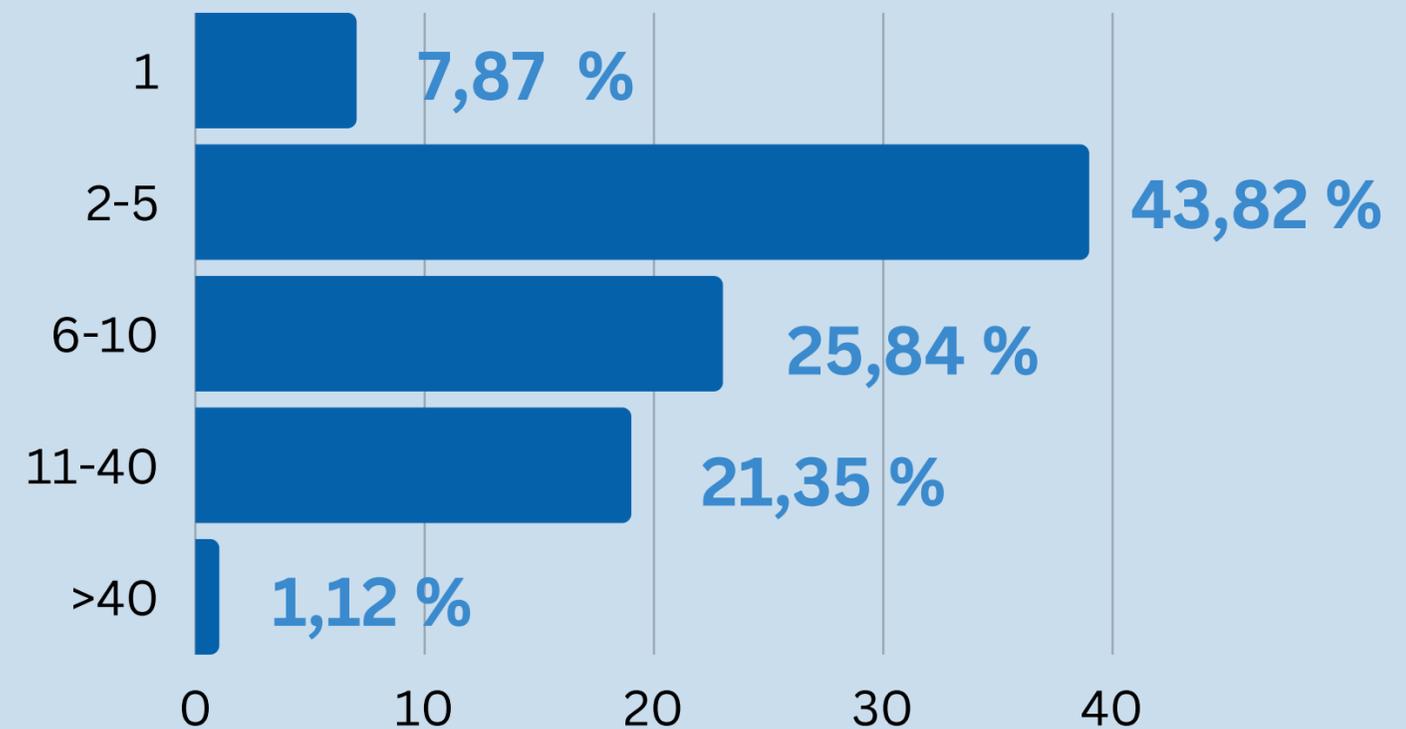
Relevante Erkrankungen

Depression

TK Gesundheitsreport 2022

Rang 2
Rang 5

Anzahl SHG je kontaktierter Kontaktstelle



Relevante Erkrankungen

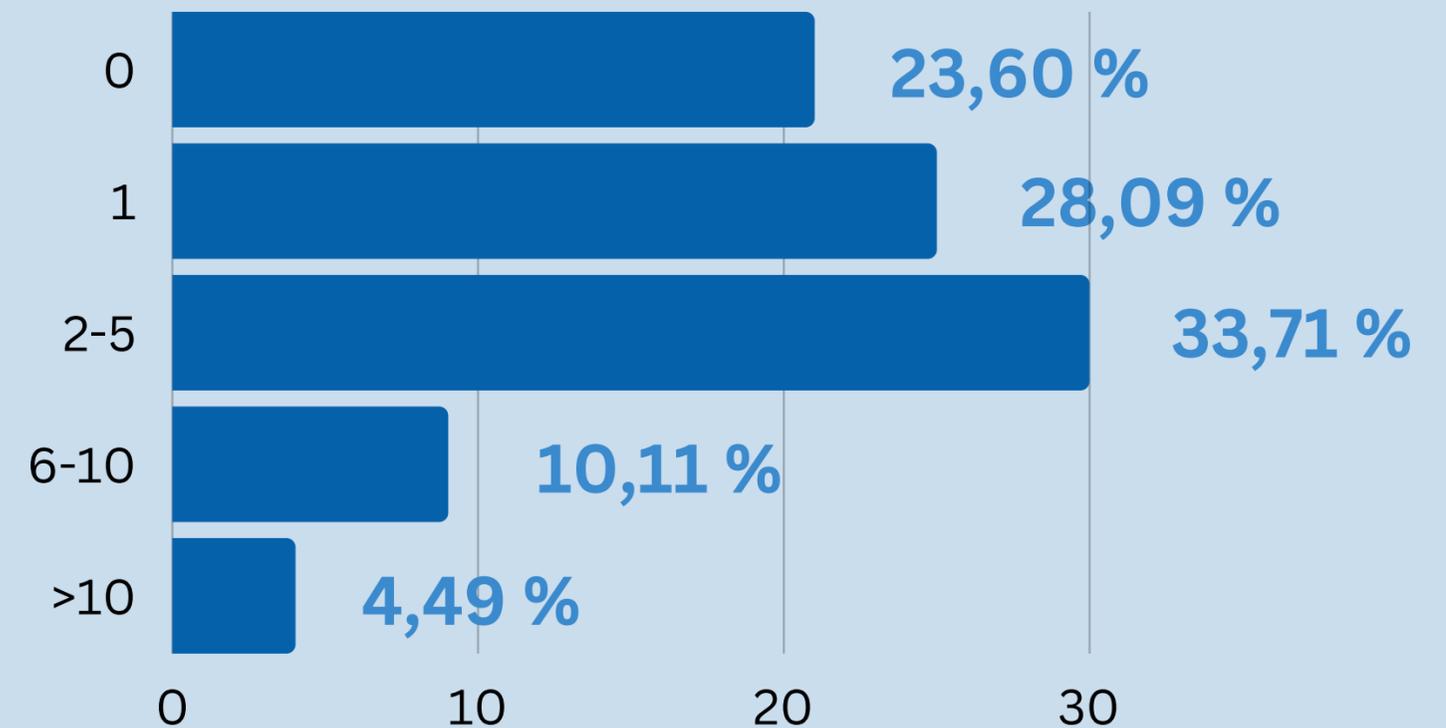
Angststörungen

TK Gesundheitsreport 2022

Rang 8

Rang 89

Anzahl SHG je kontaktierter Kontaktstelle



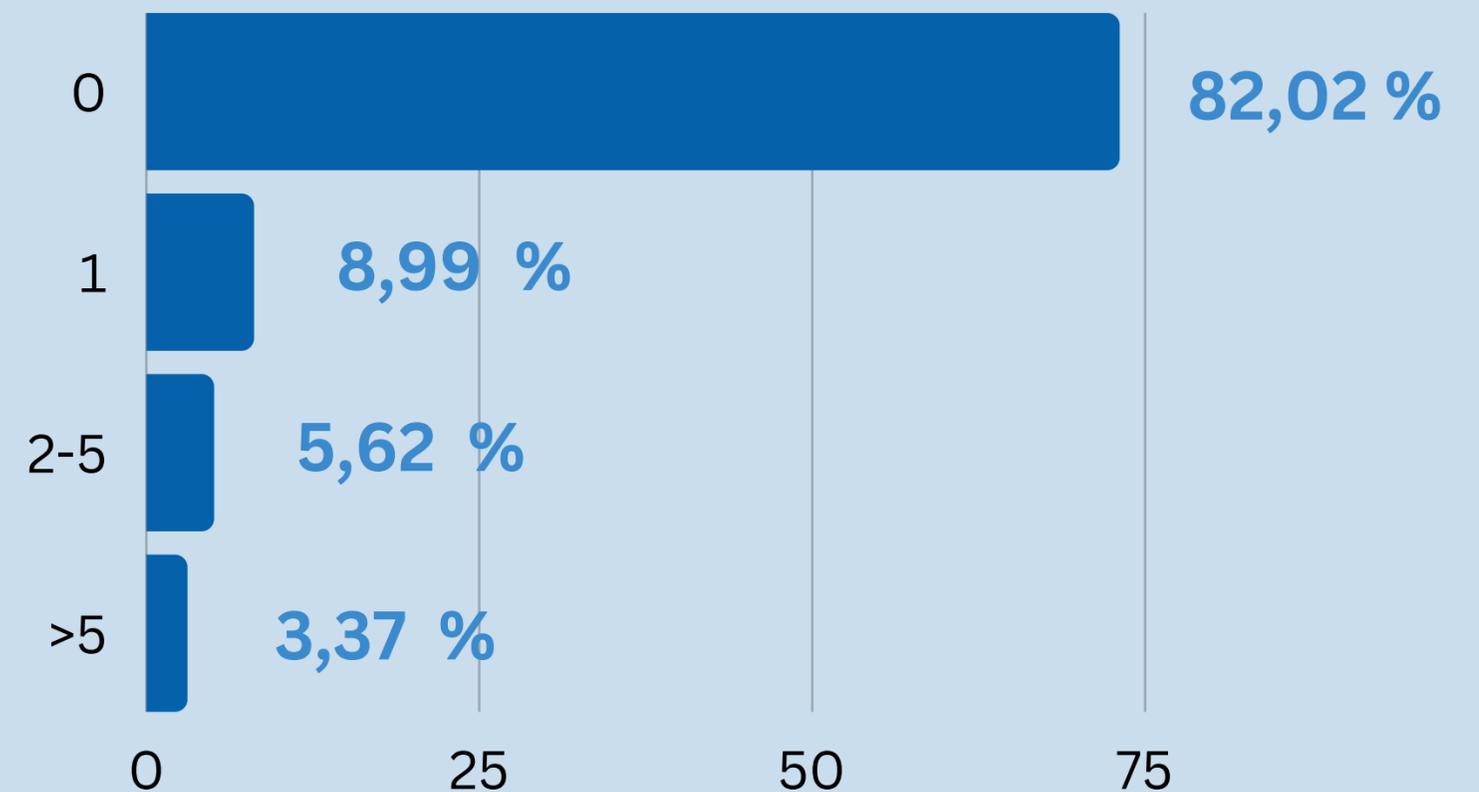
Relevante Erkrankungen

Somatisierungsstörungen

TK Gesundheitsreport 2022

Rang 9

Anzahl SHG je kontaktierter Kontaktstelle



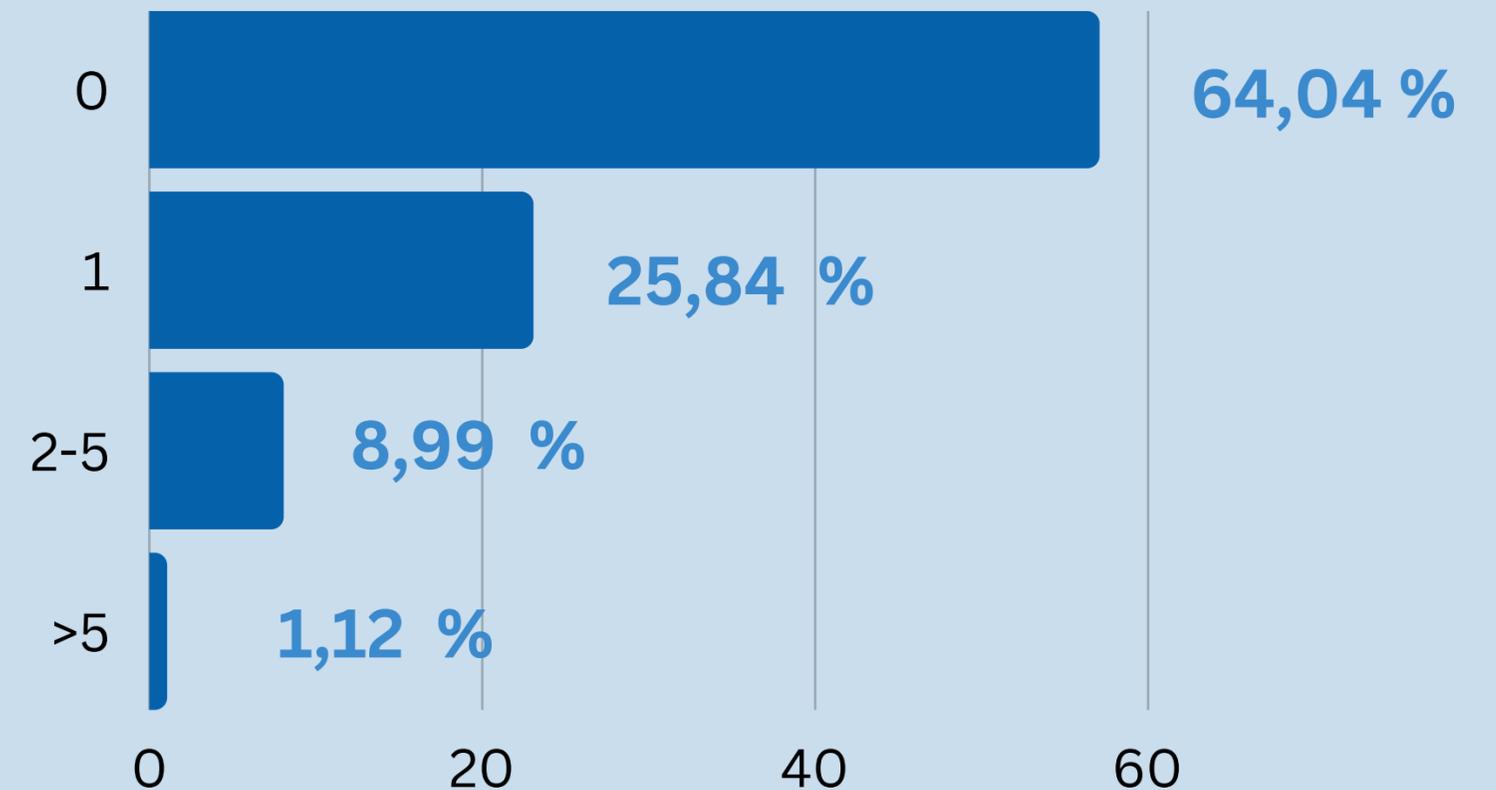
Relevante Erkrankungen

Burnout

TK Gesundheitsreport 2022

nicht
erhoben

Anzahl SHG je kontaktierter Kontaktstelle



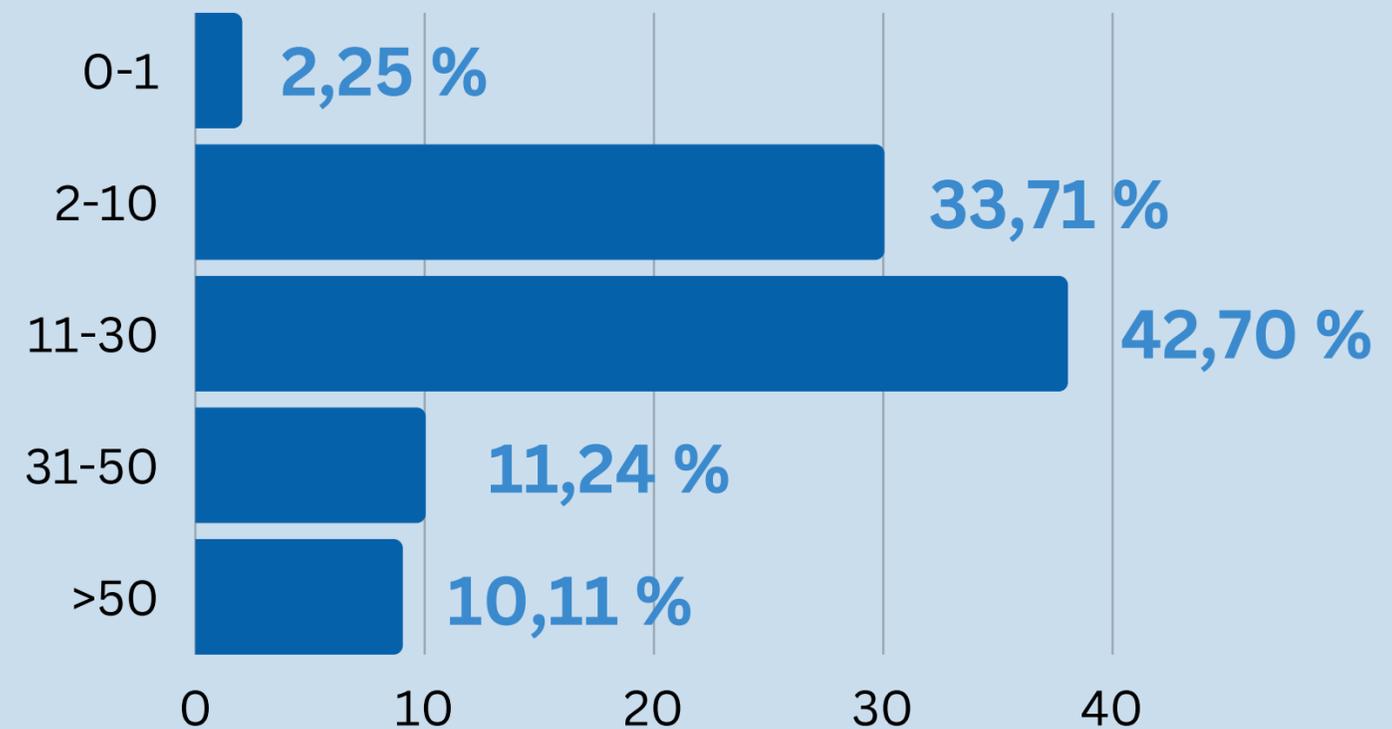
Relevante Erkrankungen

Suchterkrankungen

TK Gesundheitsreport 2022

Rang 56

Anzahl SHG je kontaktierter Kontaktstelle



Online SHG

Angebot

- psychisch + somatisch
- oft genannt: Long Covid

Modell der Zukunft

Hybride SHG?



Interpretation und Ausblick

Repräsentation psychischer SHG

- unklar
- aber Tendenz: Anzahl SHG schwankt je Thema
- sehr wenige SHG zu bestimmten Erkrankungen

Möglicher Fokus für weitere Studien

Kontakt-
stellen

Politik

Betroffene

Strukturen

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**

Eine Umfrage zur Selbsthilfesituation in Deutschland
vom Bundesverband Burnout und Depression e.V.

Quellenverzeichnis

Techniker Krankenkasse TK (2022). *Gesundheitsreport 2022 - Arbeitsunfähigkeitszeiten*.

Hamburg.

<https://www.tk.de/resource/blob/2125010/da11bbb6e19aa012fde9723c8008e394/gesundheitsreport-au-2022-data.pdf>