

Psychische Gesundheit für alle!

Inhalts-Verzeichnis

Was ist psychische Gesundheit?	2
Psychische Gesundheit bei Menschen mit Lernschwierigkeiten	2
Was steht dazu in der UN-Konvention?	3
Wie ist die Situation in Österreich?	3
Was soll sich ändern?	3
bessere Versorgung	3
Barriere-Freiheit	4
Wissen über die eigene psychische Gesundheit	4
bessere Ausbildung für Ärztinnen und Psychologinnen	4
mehr Informationen über psychische Gesundheit bei Menschen mit Lernschwierigkeiten.....	4

Was ist psychische Gesundheit?

Psyche ist ein schwieriges Wort.
Man spricht es so aus: psü-che
Psyche ist ein anderes Wort für Seele.
Psychische Gesundheit meint:
es soll der Seele gut gehen.

Psychische Gesundheit bei Menschen mit Lernschwierigkeiten

Menschen mit Lernschwierigkeiten können wie alle anderen Menschen auch psychische Störungen bekommen.
Psychische Störung bedeutet: der Seele geht es nicht gut.
Zum Beispiel: wenn man viele Sorgen hat.
Oder: wenn man schlimme Dinge erlebt hat.

Menschen mit Lernschwierigkeiten haben häufiger psychische Störungen als Menschen ohne Lernschwierigkeiten.
Trotzdem erkennen Ärztinnen und Ärzte oder Psychologinnen und Psychologen psychische Störungen bei Menschen mit Lernschwierigkeiten nur sehr selten.

Das hat verschiedene Gründe:

- Menschen mit Lernschwierigkeiten können ihre Beschwerden oft nicht gut in Worte fassen.
- Ärztinnen und Ärzte oder Psychologinnen und Psychologen sehen die Beschwerden als Teil der Behinderung.
- Die Beschwerden der psychischen Störung sehen bei Menschen mit Lernschwierigkeiten manchmal anders aus als bei Menschen ohne Lernschwierigkeiten.

Was steht dazu in der UN-Konvention?

In der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen steht: alle Menschen haben das gleiche Recht auf Gesundheit. Das gilt auch für die psychische Gesundheit.

Wie ist die Situation in Österreich?

In Österreich gibt es nur sehr wenig Expertinnen und Experten, die sich mit psychischer Gesundheit bei Menschen mit Lernschwierigkeiten auskennen. Menschen mit Lernschwierigkeiten bekommen deshalb oft keine Hilfe, wenn es ihrer Seele nicht gut geht.

Was soll sich ändern?

Menschen mit Lernschwierigkeiten sollen die Unterstützung bekommen, die sie benötigen. Dafür braucht es:

bessere Versorgung

Es braucht mehr Angebote für Menschen mit Lernschwierigkeiten. Menschen mit Lernschwierigkeiten sollen schnell und leicht Hilfe bekommen, wenn es ihrer Seele nicht gut geht. Dafür braucht es mehr Expertinnen und Experten, die sich mit psychischer Gesundheit bei Menschen mit Lernschwierigkeiten auskennen.

Barriere-Freiheit

Behandlungs-Angebote müssen für Menschen mit Lernschwierigkeiten leicht zugänglich sein.

Das heißt zum Beispiel:

- Es braucht Informationen zu psychischer Gesundheit in leichter Sprache.
- Ärztinnen und Ärzte oder Psychologinnen und Psychologen sollen sich mehr Zeit nehmen.
- Praxis-Räume sollen gut erreichbar sein.

Wissen über die eigene psychische Gesundheit

Menschen mit Lernschwierigkeiten sollen über ihre eigene psychische Gesundheit Bescheid wissen.

Sie sollen lernen:

- Was ist psychische Gesundheit?
- Wie bleibe ich psychisch gesund?
- An wen kann ich mich wenden, wenn ich Hilfe brauche?

Bessere Ausbildung für Ärztinnen und Psychologinnen

Ärztinnen und Ärzte sollen darüber Bescheid wissen, wie sie Menschen mit Lernschwierigkeiten gut beraten und behandeln können.

Das gilt auch für Psychologinnen und Psychologen.

mehr Informationen über psychische Gesundheit bei Menschen mit Lernschwierigkeiten

In Österreich gibt es bisher nur sehr wenig Informationen über die psychische Gesundheit von Menschen mit Lernschwierigkeiten.

Es braucht mehr Informationen
über die psychische Gesundheit
von Menschen mit Lernschwierigkeiten.
Nur so können Menschen mit Lernschwierigkeiten
die Hilfe bekommen,
die sie benötigen