

Informationsdienst Psychische Gesundheit des DZPG geht online

Berlin. Das Deutsche Zentrum für Psychische Gesundheit (DZPG) hat seinen neuen Informationsdienst Psychische Gesundheit gestartet. Unter www.info-psyche.org finden Interessierte ab sofort wissenschaftlich fundierte und allgemeinverständliche Informationen rund um psychische Gesundheit und Erkrankungen. Das frei zugängliche Angebot wurde zusammen mit Wissenschaftler:innen des DZPG sowie Betroffenen und Angehörigen entwickelt und wird kontinuierlich ausgebaut.

Mit dem neuen Informationsdienst schafft das DZPG ein verlässliches Informationsangebot für die Bevölkerung. Im Mittelpunkt stehen nicht nur die Fragen, wie psychische Erkrankungen erkannt und behandelt werden, sondern auch wissenschaftlich gesichertes Wissen darüber, welche Faktoren die psychische Gesundheit schützen können, wie sich psychische Gesundheit stärken lässt und wie beginnende Erkrankungen möglichst früh erkannt werden können.

So bietet www.info-psyche.org zum Beispiel ausführliche Informationen zu einzelnen psychischen Erkrankungen. Sie informieren über Symptome und Verlauf, mögliche Ursachen und Risikofaktoren sowie Diagnose und Behandlung. Weitere Bereiche beschäftigen sich mit dem Leben mit psychischen Erkrankungen, mit psychischer Gesundheit in Schule, Ausbildung, Studium und Beruf sowie mit der Frage nach der Offenlegung im eigenen Umfeld sowie der Suche nach professioneller Hilfe.

DZPG-Sprecherin Prof. Silvia Schneider: „Gerade in unseren Zeiten der Desinformation ist es wichtig, eine verlässliche, wissenschaftlich fundierte und verständliche Anlaufstelle für die Bevölkerung zu schaffen und Prävention stark in den Mittelpunkt zu rücken.“ DZPG-Sprecher Prof. Peter Falkai ergänzt: „Eine psychische Erkrankung beginnt nicht erst mit der Diagnose. Wir wollen wissenschaftliche Erkenntnisse zugänglich machen, damit Menschen Belastungen früh erkennen und passende Hilfe suchen können.“

Entwickelt mit Wissenschaftler:innen, Betroffenen und Angehörigen

Die Inhalte des Informationsdienstes basieren auf dem aktuellen Stand der Forschung. Wo wissenschaftliche Erkenntnisse noch unsicher sind oder unterschiedliche Ergebnisse vorliegen, wird auch das transparent dargestellt. Gleichzeitig fließt die Perspektive von Menschen ein, die psychische Erkrankungen aus eigener Erfahrung kennen. Betroffene und Angehörige aus dem Translogischen Zentrumsrat (TZR) des DZPG waren an der Entwicklung des Informationsdienstes und seiner Inhalte beteiligt und werden an dessen Weiterentwicklung kontinuierlich weiter mitwirken. Ihre Perspektive trägt dazu bei, Themen auszuwählen, relevante Fragen aufzugreifen und Informationen so aufzubereiten, dass sie den Bedürfnissen der Menschen entsprechen, für die sie bestimmt sind.

Eine Sprecherin des TZR betont: „Für die Nutzer:innen des Informationsdienstes ist es nicht nur wichtig, dass die Inhalte wissenschaftlich fundiert, sondern auch an ihren Informationsbedarfen orientiert und verständlich aufbereitet sind. Deshalb bringen Betroffene und Angehörige ihre Perspektive ein.“

Erster Schwerpunkt zu Social Media und psychischer Gesundheit

Zusätzlich zu seinem wachsenden Informationsangebot greift der Informationsdienst regelmäßig aktuelle Schwerpunktthemen auf. Zum Start wird „Internet, Social Media und psychische Gesundheit“ behandelt. Der Schwerpunkt beleuchtet das Thema aus zwei Perspektiven: Zum einen geht es darum, wie Social Media und andere digitale Angebote die psychische Gesundheit beeinflussen können. Beiträge erklären unter anderem, welche Rolle Nutzungsmuster, soziale Vergleiche, Algorithmen und Plattformdesign spielen, wann Mediennutzung problematisch werden kann und welche Erkenntnisse es zu Zusammenhängen mit Schlaf, Stress, Angst oder Depression gibt. Dabei macht der Informationsdienst auch deutlich, welche Zusammenhänge wissenschaftlich gut belegt sind und welche Fragen bislang offenbleiben.

Zum anderen nimmt der Schwerpunkt die Informationen über psychische Gesundheit in sozialen Medien in den Blick. Denn dort geteilte Erfahrungsberichte und Informationen können zwar Wissen vermitteln, Austausch ermöglichen und zur Entstigmatisierung beitragen. Aber gleichzeitig verbreiten sich dort vereinfachte Darstellungen psychischer Erkrankungen, zweifelhafte Selbsttests und vermeintlich eindeutige Diagnosen. Der Informationsdienst gibt Orientierung, wie Nutzer:innen solche Inhalte einordnen und verlässliche Gesundheitsinformationen erkennen können.

Informationsdienst auch auf Instagram

Gerade wegen der Desinformation auf Instagram launcht der Informationsdienst Psychische Gesundheit begleitend zum Online-Start auch einen eigenen Kanal auf der Plattform. Er vermittelt wissenschaftliche Erkenntnisse in kompakter Form, greift Fragen und aktuelle Themen rund um psychische Gesundheit auf und führt zu vertiefenden Informationen auf www.info-psyche.org.

Über den Informationsdienst Psychische Gesundheit

Der Informationsdienst Psychische Gesundheit ist ein Angebot des Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit (DZPG). Er stellt wissenschaftlich fundierte, allgemeinverständliche und unabhängige Informationen über psychische Gesundheit und psychische Erkrankungen zur Verfügung. Die Inhalte entstehen unter Beteiligung von Wissenschaftler:innen sowie Betroffenen und Angehörigen aus dem Trialogischen Zentrumsrat des DZPG.

www.info-psyche.org