



# EUROPÄISCHER PAKT FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

Hochrangige Eu-Konferenz Gemeinsam  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT  
UND WOHLBEFINDEN

Brüssel, 12-13 Juni 2008



Slovensko predsedstvo EU 2008  
Slovenian Presidency of the EU 2008  
La Présidence slovène de l'UE 2008



# EUROPÄISCHER PAKT FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

Wir, die Teilnehmer der hochrangigen EU-Konferenz GEMEINSAM FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN, die am 13. Juni 2008 in Brüssel stattfand, sind uns der Wichtigkeit und Bedeutung von psychischer Gesundheit und Wohlbefinden für die Europäische Union, ihre Mitgliedstaaten, die Betroffenen und die Bürgerinnen und Bürger bewusst.

## I - WIR ERKENNEN AN

- Psychische Gesundheit ist ein Menschenrecht. Sie erlaubt es den Bürgern, Wohlbefinden, Lebensqualität und Gesundheit zu genießen. Sie wirkt sich positiv auf Lernen, Arbeiten und eine aktive Teilnahme in der Gesellschaft auf.
- Das Ausmaß von psychischer Gesundheit und Wohlbefinden in der Bevölkerung ist ein Schlüsselement für den Erfolg der EU als einer wissensbasierten Gesellschaft und Wirtschaft. Es ist ein wesentlicher Faktor für die Erreichung der Ziele der Lissabon-Strategie für Wachstum und Beschäftigung, den sozialen Zusammenhalt und eine nachhaltige Entwicklung.
- Psychische Erkrankungen nehmen in der EU immer mehr zu. Schätzungen zufolge leiden heute fast 50 Millionen Menschen (etwa 11% der Bevölkerung) an psychischen Problemen, wobei diese sich bei Frauen und Männern in unterschiedlicher Art und Weise äußern. Depressionen gehören bereits heute in vielen EU-Mitgliedstaaten zu den am weitesten verbreiteten Gesundheitsproblemen.
- Selbstmord gehört nach wie vor zu den häufigsten Todesursachen. In der EU nehmen sich jährlich rund 58 000 Menschen das Leben, darunter 3/4 Männer. Acht Mitgliedstaaten befinden sich unter den fünfzehn Ländern mit der weltweit höchsten Selbstmordrate unter Männern.
- Psychische Erkrankungen und Selbstmord verursachen ein gewaltiges Leid für Einzelpersonen, Familien und Gemeinschaften, und zahlreiche Fälle von Behinderungen sind auf psychische Probleme zurückzuführen. Sie belasten die Gesundheits-, Bildungs-, Wirtschafts-, Arbeitsmarkt- und Sozialsysteme in der gesamten EU.
- Abgesehen von den Maßnahmen der Mitgliedstaaten im Rahmen ihrer Gesundheits- und Sozialsysteme und der medizinischen Versorgung können komplementäre Aktionen und eine gemeinsame Anstrengung auf EU-Ebene Mitgliedstaaten dabei helfen, diese Herausforderungen anzupacken, etwa durch die Förderung von

psychischer Gesundheit und Wohlbefinden in der Bevölkerung, durch die Stärkung von vorbeugenden Maßnahmen und Selbsthilfe sowie durch die Unterstützung von Menschen mit psychischen Problemen und ihren Familien.

## II - WIR SIND UNS EINIG

- Es besteht ein Bedarf an einem entschlossenen politischen Schritt, psychische Gesundheit und Wohlbefinden zu einer der Schlüsselprioritäten zu erklären.
- Aktionen für psychische Gesundheit und Wohlbefinden auf EU-Ebene müssen unter Einbeziehung der politischen Entscheidungsträger und Betroffenen erfolgen, einschließlich jenen aus den Bereichen Bildung, Soziales und Justiz, der Sozialpartner sowie der Organisationen der Zivilgesellschaft.
- Menschen, die früher selber von psychischen Erkrankungen betroffen waren, verfügen über wertvolle Erfahrungen und sollten aktiv in die Planung und Umsetzung von Aktionen einbezogen werden.
- Psychische Gesundheit und Wohlbefinden von Bürgern und Bevölkerungsgruppen, einschließlich aller Altersgruppen, Geschlechtsgruppen, ethnischen Ursprüngen und sozioökonomischen Gruppen, müssen auf der Grundlage von zielgerichteten Interventionen gefördert werden, die der Verschiedenheit der europäischen Bevölkerung Rechnung tragen und diese entsprechend berücksichtigen.
- Die Wissensbasis über psychische Gesundheit muss verbessert werden, etwa durch die Erhebung von Daten zur psychischen Gesundheit der Bevölkerung und durch die Durchführung von Forschungsarbeiten zu Epidemiologie, Ursachen, Auslösern und Auswirkungen von psychischer Gesundheit bzw. Krankheit sowie zu den Möglichkeiten einer Intervention und zu bewährten Verfahren innerhalb und außerhalb des Gesundheits- und Sozialsektors.

## III - WIR FORDERN MASSNAHMEN IN FÜNF SCHLÜSSELBEREICHEN

### I - VORBEUGUNG VON DEPRESSION UND SELBSTMORD

Depressionen gehören zu den häufigsten und ernsthaftesten psychischen Erkrankungen und sind ein wesentlicher Risikofaktor für Selbstmordverhalten. Alle 9 Minuten stirbt in der EU ein Mensch an Selbstmord. Die Anzahl an Selbstmordversuchen ist Schätzungen zufolge noch um ein Zehnfaches höher. Die erfassten Selbstmordraten in den Mitgliedstaaten unterscheiden sich um den Faktor 12.

Politische Entscheidungsträger und Betroffene sind daher dazu aufgefordert, Maßnahmen zur Vorbeugung von Selbstmord und Depression zu ergreifen, wie etwa:

- Verbesserung der Ausbildung der Gesundheitsberufe sowie der Schlüsselakteure für psychische Gesundheit im Sozialbereich;
- Einschränkung des Zugangs zu potentiellen Selbstmordmitteln;
- Maßnahmen zur Förderung des Bewusstseins für psychische Gesundheit in der Bevölkerung, bei den Gesundheitsberufen sowie in anderen einschlägigen Sektoren;
- Maßnahmen für die Reduzierung von Risikofaktoren für Selbstmord, wie übermäßiger Alkoholkonsum, Drogenmissbrauch, soziale Ausgrenzung, Depression und Stress;
- Unterstützungsangebote nach Selbstmordversuchen sowie für Angehörige von Selbstmordopfern, wie etwa Hotlines für psychologische Unterstützung.

## II - PSYCHISCHE GESUNDHEIT IN DEN BEREICHEN JUGEND UND BILDUNG

Die Grundlagen für eine lebenslange psychische Gesundheit werden schon in frühen Jahren gelegt. Bis zu 50% der psychischen Erkrankungen beginnen bereits in der Jugend. Bei 10 bis 20% der jungen Menschen lassen sich Zeichen psychischer Erkrankungen erkennen, wobei die entsprechenden Zahlen unter benachteiligten Gruppen höher sind.

Politische Entscheidungsträger und Betroffene sind daher dazu aufgefordert, Maßnahmen für die psychische Gesundheit in den Bereichen Jugend und Bildung zu ergreifen, wie etwa:

- Bereitstellung von Programmen für die Frühintervention auf allen Stufen des Bildungssystems;
- Programme zur Unterstützung des Elternseins;
- verstärkte Schulung von Beschäftigten in den Bereichen Gesundheit, Bildung, Jugend und anderen relevanten Sektoren in den Themen psychische Gesundheit und Wohlbefinden;
- Förderung der Integration von sozio-emotionalem Lernen in die Lehrpläne und außerschulischen Tätigkeiten und in die Kultur von Vorschulen und Schulen;
- Programme zur Vorbeugung von Missbrauch und Gewalt gegen junge Menschen sowie zur Verhinderung von sozialer Ausgrenzung;
- Förderung der Teilnahme von jungen Menschen an Bildung, Kultur, Sport und Arbeit.

## III - PSYCHISCHE GESUNDHEIT AM ARBEITSPLATZ

Eine Erwerbstätigkeit wirkt sich positiv auf die körperliche und psychische Gesundheit aus. Psychische Gesundheit und Wohlbefinden sind ein entscheidender Faktor für Produktivität und Innovation in der EU. Das Tempo und die Natur der Arbeit ändern sich, was zu einer steigenden Belastung für die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden führt. Es besteht Handlungsbedarf, wenn die ständige Zunahme von Fehlzeiten am Arbeitsplatz sowie von Arbeitsunfähigkeit aufgehalten und das aufgrund von Stress und psychischen Problemen ungenützte Potential für eine Erhöhung der Produktivität genutzt werden soll. Der Arbeitsplatz spielt eine entscheidende Rolle für die soziale Integration von Menschen mit psychischen Problemen.

Politische Entscheidungsträger und Betroffene sind daher aufgefordert, Maßnahmen für die psychische Gesundheit am Arbeitsplatz zu ergreifen, wie etwa:

- Verbesserung von Arbeitsorganisation, Unternehmenskultur und Führungspraktiken im Hinblick auf eine Förderung der psychischen Gesundheit am Arbeitsplatz, einschließlich der Verbesserung der Vereinbarkeit von Beruf und Familie;
- Programme für psychische Gesundheit und Wohlbefinden mit Risikobewertung und Präventionsprogrammen in Situationen, die sich negativ auf die psychische Gesundheit der Beschäftigten auswirken können (Stress, Missbrauch wie Gewalt und Belästigung am Arbeitsplatz, Alkohol, Drogen), sowie Programme zur Frühintervention am Arbeitsplatz;
- Maßnahmen für die Unterstützung der Einstellung, der Weiterbeschäftigung oder Rehabilitation und Rückkehr in den Beruf für Menschen mit psychischen Problemen oder Erkrankungen.

## IV - PSYCHISCHE GESUNDHEIT ÄLTERER MENSCHEN

Die Bevölkerung der EU wird immer älter. Mit dem Älterwerden gehen oft bestimmte Risikofaktoren für die psychische Gesundheit und Wohlbefinden einher, wie der Verlust des sozialen Rückhalts durch Verwandte und Freunde oder das Auftreten neurodegenerativer Krankheiten wie Alzheimer oder anderer Formen von Demenz. Die Selbstmordrate unter älteren Menschen ist hoch. Die Förderung eines gesunden und aktiven Lebens auch im Alter gehört zu den wichtigsten politischen Zielen der EU.

Politische Entscheidungsträger und Betroffene sind daher aufgefordert, Maßnahmen für die psychische Gesundheit von älteren Menschen zu ergreifen, wie etwa:

- Förderung der aktiven Teilnahme älterer Menschen am Gemeinschaftsleben, einschließlich Förderung ihrer körperlichen Aktivität und des Bildungsangebots;
- Entwicklung von flexiblen Programmen für den Rückzug aus dem Berufsleben, die es älteren Menschen erlauben, länger auf Voll- oder Teilzeitbasis zu arbeiten;

- Maßnahmen für die Förderung von psychischer Gesundheit und Wohlbefinden unter älteren Menschen, die medizinische oder soziale Leistungen erhalten, und zwar sowohl bei der Betreuung zuhause als auch in Einrichtungen;
- Maßnahmen für die Unterstützung von Pflegekräften.

## V - BEKÄMPFUNG VON STIGMA UND SOZIALER AUSGRENZUNG

Stigma und soziale Ausgrenzung sind sowohl Risikofaktoren für als auch Folgen von psychischen Erkrankungen und können wesentliche Hindernisse für die Inanspruchnahme von Hilfe und für die Genesung darstellen.

Politische Entscheidungsträger und Betroffene sind daher aufgefordert, Maßnahmen für die Bekämpfung von Stigma und sozialer Ausgrenzung zu ergreifen, wie etwa:

- Unterstützung von Kampagnen und Aktivitäten zur Bekämpfung der Stigmatisierung, etwa in Schulen und am Arbeitsplatz, und Förderung der Integration von Menschen mit psychischen Erkrankungen;
- Aufbau von Diensten für psychische Gesundheit, die in die Gesellschaft integriert sind, das Individuum in den Mittelpunkt stellen und in einer solchen Art und Weise angeboten werden, dass eine Stigmatisierung und Ausgrenzung vermieden werden;
- Förderung der aktiven Integration von Menschen mit psychischen Problemen in die Gesellschaft, einschließlich Verbesserung ihres Zuganges zu geeigneter Beschäftigung, allgemeiner und beruflicher Bildung;
- Einbeziehung von Menschen mit psychischen Problemen und ihrer Familie in die entsprechenden Politiken und Entscheidungsprozesse.

## IV - WIR GRÜNDEN DEN EUROPÄISCHEN PAKT FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

Der Pakt erkennt an, dass für Aktionen in diesem Bereich primär die Mitgliedstaaten zuständig sind. Dennoch baut der Pakt auf das Potential der EU, zu informieren, bewährte Verfahren zu fördern, Anreize für Aktionen von Mitgliedstaaten und Betroffenen zu geben und bei der Überwindung von gemeinsamen Herausforderungen und Ungleichbehandlung in puncto Gesundheit zu helfen.

Den Referenzrahmen für diesen Pakt bilden die bisherigen Maßnahmen der EU im Bereich psychische Gesundheit und Wohlbefinden, der sich aus einer Reihe an Initiativen

in verschiedenen Bereichen der Gemeinschaftspolitik im Laufe der letzten Jahre herausgebildet hat, sowie die Verpflichtungen der Gesundheitsminister der Mitgliedstaaten im Rahmen der Europäischen Erklärung zur Psychischen Gesundheit der WHO aus dem Jahre 2005 und die einschlägigen internationalen Konventionen, wie etwa das Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechten von Menschen mit Behinderungen.

Der Pakt bringt die Europäischen Institutionen, die Mitgliedstaaten, Betroffene aus den relevanten Bereichen, einschließlich Menschen, die von der Ausgrenzung aufgrund von psychischen Problemen bedroht sind, und die Forschung zusammen, mit dem Ziel, psychische Gesundheit und Wohlbefinden zu unterstützen und zu fördern. In dem Pakt findet die Bekenntnis der Beteiligten zu einem längerfristig angelegten Austausch, zu Kooperation und Koordination bezüglich der wichtigsten Herausforderungen Ausdruck.

Der Pakt sollte die Beobachtung der Tendenzen und Aktivitäten in den Mitgliedstaaten und unter Betroffenen erleichtern. Auf der Grundlage von bewährten Verfahren sollte er dabei helfen, Empfehlungen für Aktionen zu formulieren, mit denen Fortschritte in den vorrangigen Bereichen erzielt werden können.

## V - DAHER RICHTEN WIR EINE AUFFORDERUNG AN

- die Mitgliedstaaten, zusammen mit den einschlägigen Akteuren, der Zivilgesellschaft in der EU und internationalen Organisationen, dem Europäischen Pakt für Psychische Gesundheit und Wohlbefinden beizutreten und zu seiner Umsetzung beizutragen;
- die Europäische Kommission und die Mitgliedstaaten, zusammen mit den einschlägigen internationalen Organisationen und Betroffenen:
  - einen Mechanismus für den Informationsaustausch einzurichten;
  - gemeinsam bewährte Verfahren und Erfolgsfaktoren für politische Maßnahmen und die Aktionen betroffener Kreise im Zusammenhang mit den Prioritätsthemen dieses Pakts zu identifizieren und geeignete Empfehlungen und Aktionspläne auszuarbeiten;
  - die Ergebnisse dieser Arbeit im Laufe der nächsten Jahre in einer Konferenzreihe zu den vorrangigen Themen des Paktes weiterzugeben;
- die Europäische Kommission, 2009 einen Vorschlag für eine Empfehlung des Rates zu psychischer Gesundheit und Wohlbefinden vorzulegen;
- den Vorsitz, das Europäische Parlament und den Ministerrat sowie den Europäischen Wirtschafts- und Sozialausschuss und den Ausschuss der Regionen über die Arbeiten und die Ergebnisse dieser Konferenz zu informieren.

