

Seelisch gesund – mit Kneipp!

„Die seelische Gesundheit kann und muss gefördert werden. Es gibt einen massiven Anstieg psychischer Probleme, Belastungen und Krankheiten. Hiervor dürfen wir nicht die Augen verschließen.“ so Marion Caspers-Merk, Präsidentin der Verbände Kneipp Worldwide und Kneipp-Bund e.V.

Am vergangenen Wochenende fand der erste Wörishofer Wörkshop statt. Rund fünfzig Gesundheitsexperten folgten der Einladung von Kneipp Worldwide zum Thema „Strategien zur Förderung seelischer Gesundheit“. Hintergrund der Veranstaltung war der wachsende Handlungsdruck im Bereich seelischer Gesundheit. In der letzten Zeit jagte eine Hiobsbotschaft die andere. Psychische Belastungen, Probleme und Erkrankungen steigen hiernach massiv an. Weltweit leben nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation etwa 450 Millionen Menschen mit einer psychischen Störung; allein in der Europäischen Union sind es 83 Millionen. In Deutschland erleidet etwa jede dritte Person im Laufe ihres Lebens eine psychische Erkrankung. Präsidentin Caspers-Merk hierzu: *„Die Krankheitszahlen und deren verheerenden finanziellen Auswirkungen sind nur die eine Seite. Vergessen darf dabei aber nicht, dass dahinter persönliches Leid steckt – bei jeder einzelnen Person, bei Betroffenen wie bei Angehörigen“*. Die Gründe für diese steigenden Zahlen werden unterschiedlich verortet. Unter anderem werden hierfür veränderte Lebens- und Arbeitsbedingungen, neue Kommunikationstechnologien und ständige Erreichbarkeit verantwortlich gemacht.

Wie können wir wachsenden psychischen Anforderungen besser begegnen? Wie können wir unsere seelische Gesundheit fördern? Wie gehen wir mit bereits bestehenden Erkrankungen um? Mit diesen und anderen Fragen beschäftigte sich der Wörishofer Wörkshop. Hierbei zeigte ein Zitat von Sebastian Kneipp, dass sein Gesundheitskonzept noch heute hochmodern ist: *„Es muss ein Ausgleich gefunden werden, es muss das Gleichgewicht hergestellt werden in Arbeit und Lebensweise und im Verbrauch an Nervenkraft“*.

Die Kneipp-Organisationen werden sich in Zukunft noch stärker als bislang in diesem Bereich engagieren. Präsidentin Caspers-Merk: *„Bislang fehlt in Deutschland ein Gesamtkonzept zur Förderung seelischer Gesundheit. Wir werden uns dafür einsetzen, dass das Thema auf die politische Agenda kommt. Parallel werden wir unser eigenes Angebot ausbauen. Ein erstes Beispiel ist das neue Burnout-Seminar der Sebastian Kneipp Akademie in Berlin.“*

Generalsekretariat

KNEIPP WORLDWIDE

Adolf-Scholz-Allee 6-8
86825 Bad Wörishofen
Fon 08247 / 3002 -102
Fax 08247 / 3002 -199

www.kneippworldwide.eu

presse@kneippbund.de