



## Abstract

### **Facebook & Co: Soziale Medien nutzen, um junge Menschen über psychische Erkrankungen aufzuklären**

Birgit Oehmcke, Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Armin Rösl, Deutsche DepressionsLiga e.V.

Schon junge Erwachsene sind häufig von psychischen Erkrankungen betroffen. Der AOK Report 2015 machte öffentlich, dass von rund 1.300 befragten Auszubildenden bereits 46 Prozent angaben, psychische Beschwerden zu haben. Jeder fünfte Studierende bekommt laut Gesundheitsreport der Techniker Krankenkasse (TK) eine psychische Diagnose. Junge Erwachsene stellen daher eine wichtige Zielgruppe für präventive Aufklärungskampagnen über seelische Gesundheit dar. Zu erreichen ist diese Zielgruppe am besten über die sozialen Medien.

Das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit hat nach seinem erfolgreichen Medienprojekt (2011 - 2015) den Fokus seiner Anti-Stigma-Arbeit auf die Online-Netzwerke erweitert und eine Aufklärungskampagne für junge Erwachsene über psychische Erkrankungen und deren Prävention auf Facebook entwickelt. Die Kampagne trägt den Titel „Dein Kopf voller Fragen“ und ist im September 2016 gestartet. Hauptziel ist neben der Aufklärung über psychische Erkrankungen die Vermittlung von Verhaltensweisen, die die seelische Gesundheit stärken und erhalten. Zielgruppe sind junge Menschen zwischen 18 und 34 Jahren, die in vielfältigen Lebenssituationen stehen und im Internet Unterstützung bei der Bewältigung ihres Alltags suchen.

Die Wirkung der Aufklärungskampagne soll im Rahmen einer Langzeiterhebung geprüft werden. Mit diesem Projekt führt das Aktionsbündnis Seelische Gesundheit seine langjährige Anti-Stigma-Arbeit in verschiedenen Bereichen fort. Durch die Entstigmatisierung von Menschen mit psychischen Erkrankungen soll eine unvoreingenommene Auseinandersetzung mit dem Thema „Psychische Gesundheit“ in unserer Gesellschaft möglich werden.

Ergänzend dazu wird der Journalist Armin Rösl, Mitglied in der Deutschen Depressionsliga (DDL), über seine persönliche Perspektive als Betroffener sprechen und die strategische Öffentlichkeitsarbeit der DDL vorstellen. Deren Ziel ist es, Betroffene zu motivieren, ihre Erfahrungen – z.B. in sozialen Netzwerken – mit anderen zu teilen und in entsprechende medizinische und politische Gremien einzubringen.

## Vita

### **Birgit Oehmcke**

- Projektkoordinatorin beim Aktionsbündnis Seelische Gesundheit seit 2014, Trainerin für Stressbewältigung und betriebliches Gesundheitsmanagement, Coach
- Langjährige Berufserfahrung in den Medien, speziell im Bereich Kommunikation & Öffentlichkeitsarbeit, TV-Redakteurin und Journalistin

### **Birgit Oehmcke**

Aktionsbündnis Seelische Gesundheit  
Reinhardstr. 27b, 10117 Berlin  
[www.seelischegesundheits.net](http://www.seelischegesundheits.net)

## Vita

### **Armin Rösl**

- Journalist, Redakteur bei der Mediengruppe Münchner Merkur / tz (Tageszeitungen) in München
- Referent zum Thema Zeitungs- und Öffentlichkeitsarbeit
- Mitglied der Deutschen DepressionsLiga e.V. seit Sommer 2016, zuständig für Öffentlichkeitsarbeit der DDL seit Dezember 2016
- Seit zwei Jahren Organisation und Moderation der Veranstaltungsreihe "Talk seelische Gesundheit" mit Prof. Peter Zwanzger, ärztlicher Direktor des Bezirksklinikums Oberbayern in Wasserburg am Inn
- Schwere depressive Episode mit sechswöchigem Klinikaufenthalt im Herbst/Winter 2010

### **Armin Rösl**

Deutsche DepressionsLiga e.V.  
Postfach 1151, 71405 Schwaikheim  
[www.depressionsliga.de](http://www.depressionsliga.de)