

Initiative der adventistischen Weltkirchenleitung zur Stärkung der psychischen Resilienz in der Pandemie

Die Initiative „Youth Alive“ bietet Videogespräche sowie Vorträge zur psychischen Gesundheit, ein Betreuerprogramm, einen wöchentlichen Newsletter und Ressourcen wie Bücher, Artikel und Videos, die über das Online-Portal kostenlos zugänglich seien, sagte Katia Reinert (PhD, CRNP), stellvertretende Direktorin der Gesundheitsabteilung der adventistischen Weltkirchenleitung und globale Koordinatorin von „Youth Alive“.

Die Ressourcen der Initiative basierten auf den neuesten Forschungsergebnissen zur psychischen Gesundheit sowie wissenschaftlichen Erkenntnissen und seien für alle zugänglich, unabhängig von Ausbildung oder Erfahrung, so Reinert.

Video-Talks mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen

Videos auf Englisch, die Menschen auf der ganzen Welt erreichen sollen, behandeln Themen wie Depressionen und Ängste, Heilung emotionaler Wunden, Ausgewogenheit im Umgang mit den sozialen Medien, Essstörungen, Beziehungen und Trennungen sowie Selbstwertgefühl. Jede Folge dauert etwa eine halbe Stunde lang und enthält Interviews mit kompetenten Fachleuten und jungen Menschen, die ihre eigenen persönlichen Erfahrungen teilen, berichtet Adventist News Network (ANN), der Nachrichtendienst der adventistischen Weltkirchenleitung.

Medikamente, Therapie und Gebet

„Das gesamte Programm ist evidenzbasiert“, sagte Katia Reinert. „Und wir sind auch darauf bedacht, die Rolle des Glaubens bei der Bewältigung psychischer Belastungen zu berücksichtigen. In unseren Vorträgen über psychische Gesundheit sprechen wir ganz offen darüber, wie Spiritualität bei psychischen Problemen hilfreich sein kann und wie Gott eine Quelle der Hoffnung ist. Das ändert aber nichts an der Tatsache, dass auch Medikamente und professionelle Behandlung notwendig sein können. Das Gebet kann bei der Bewältigung hilfreich sein, aber das Gebet allein wird Depressionen oder Angstzustände nicht heilen, so wie auch Bluthochdruck oder Diabetes nicht unbedingt geheilt werden können. Spiritualität ist ein wichtiges Element des Programms, aber wir erkennen auch unsere Rolle als Individuen und die wichtige Rolle der medizinischen Behandlung an.“

Stigmatisierung psychischer Krankheiten unter Christen abbauen

Obwohl seit 2009 durch die Gesundheitsabteilung der adventistischen Weltkirchenleitung viele Anstrengungen unternommen wurden, um das Bewusstsein für psychische Erkrankungen zu stärken, war es für Reinert und die Initiative für psychische Gesundheit eine wichtige Priorität, das Stigma von psychischen Erkrankungen zu verringern und ein positives Umfeld zu schaffen. Dies gelte insbesondere für die Pandemiezeit und für alle, die mit psychischen Erkrankungen zu kämpfen und das Gefühl haben, dass sie in einem offiziellen, kirchlichen Rahmen nicht verletzlich sein dürfen, so Katia Reinert.

„Es geht darum, eine heilungsfördernde Kultur zu schaffen“, erklärt sie. „Wir müssen dafür sorgen, dass es in Ordnung ist, über diese Dinge zu sprechen. Wir müssen die Menschen darüber aufklären, dass psychische Erkrankungen kein geistliches Problem sind; es ist kein Mangel an Glauben. Psychische Probleme sind für uns Menschen normal, vor allem in einer Zeit, in der Menschen in den letzten Monaten viel verloren haben. Wir müssen lernen, psychische Probleme, Ängste und

Depressionen wie jede andere Krankheit zu behandeln“, so Reinert.