

27.11.2024

Robert Richter, Christian Weidmann, Nicole Weydmann

## **Call for Abstracts**

### **Gesundheitskongress HFU 2025 „Mental health“**

Einreichung für die Rubrik: **Workshop**

**Titel: Klimawandel und psychische Gesundheit / Climate Change & Mental Health**

#### **Ziel**

Die Teilnehmenden tauschen sich über umwelt- und klimabedingte psychische Belastungen sowie Erkrankungen aus und werden für einen konstruktiven Umgang damit sensibilisiert. Zudem sollen die Teilnehmenden zu einem Engagement für die Abmilderung psychischer Folgen von Umweltveränderungen in ihrem persönlichen Umfeld motiviert werden.

#### **Hintergrund und Inhalt**

Umwelt und Klimakrisen haben nicht nur Auswirkungen auf die physische, sondern auch auf die psychische Gesundheit. Ob Schlafstörungen aufgrund von Hitze, die zu Abgeschlagenheit, Unkonzentriertheit und gesteigerter Aggressivität führen oder Traumafolgen aufgrund von Starkwetterereignissen oder psychische Traumata aufgrund von klimaassoziierter Migration oder Klimaangst als Folge einer als unsicher geltenden Zukunft: psychische Aspekte der planetaren Gesundheit sind omnipräsent und zunehmend, jedoch bislang unzureichend erforscht. Aber obwohl die Ursachen noch relativ neu sind, gibt es andererseits in der Psychologie zahlreiche Ansätze beispielsweise zum Umgang mit posttraumatischen Belastungsstörungen, die eventuell auf klima- und umweltassoziierte psychische Belastungen und Belastungsfolgen übertragbar sind. Es werden erste Erfahrungen aus einem Resonanzraum-Projekt vorgestellt.

Der geplante Workshop führt niedrigschwellig in die Problematik ein und zeigt konstruktive Ansätze zum Umgang mit psychischen Belastungen, die aus multiplen Krisen erwachsen. Die Teilnehmenden diskutieren die verschiedenen Ansätze anhand eines Kurzfilms und vorgegebener Fragestellungen sowie vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen.

**Dauer:** 90 Minuten

**Teilnehmer:innenzahl:** max. 20

**Methoden:** Einführender Kurzfilm, Diskussion/Erfahrungsaustausch, Gruppenarbeit

**benötigte Materialien:** Beamer, Moderationskoffer, Flipchart