



Deutsche Gesellschaft für  
Psychoanalyse,  
Psychotherapie,  
Psychosomatik und  
Tiefenpsychologie e.V.



Deutsche Gesellschaft für  
Verhaltenstherapie e.V.



Vereinigung Analytischer Kinder- und  
Jugendlichen-Psychotherapeuten  
in Deutschland e.V. gegr. 1953

PRESSEMITTEILUNG

# Physisch auf Distanz, emotional unterstützen

Psychotherapeut\*innen unterstützen Corona-Maßnahmen und fordern zusätzliche Hilfen

**Berlin, 4. November 2020** – Angesichts der zuletzt stark gestiegenen Infektionszahlen spricht sich ein breites Bündnis der Psychotherapeut\*innen für die Corona-Maßnahmen der Bundesregierung und der Länder aus. Der Bundesverband der Vertragspsychotherapeuten (bvvp), die Deutsche Gesellschaft für Psychoanalyse, Psychotherapie, Psychosomatik und Tiefenpsychologie (DGPT), die Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT), die Deutsche Psychotherapeutenvereinigung (DPtV), die Vereinigung Analytischer Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeuten (VAKJP) unterstützen die Anordnungen vom 28. Oktober 2020. Jetzt komme es darauf an, die Infektionszahlen einzudämmen. Aber auch die kurz- und langfristigen psychischen und sozialen Folgen sollten besonders beachtet werden.

## **Psychische Belastung im Blick behalten**

Menschen brauchen Beziehung und Austausch mit anderen Menschen – besonders in psychischen Stress-Situationen. Durch die Infektionsgefahr und die Corona-Maßnahmen sind physischer Kontakt und persönliches Zusammentreffen nur eingeschränkt möglich. Dies stellt eine erhebliche psychische Belastung dar, die zu berücksichtigen ist. So benötigen Kinder und Jugendliche den spielerischen Austausch und gemeinsame Erfahrungsfelder mit Gleichaltrigen. Aus diesem Grunde begrüßt das Bündnis, dass Kitas, Kindergärten, Schulen und andere Bildungseinrichtungen geöffnet bleiben.

## **Kommunikation kreativ nutzen**

Physische Distanz bedeutet nicht gleichzeitig emotionale Distanz. Die Verbände möchten die Bevölkerung ermutigen, die vielfältigen Kommunikationsmöglichkeiten kreativ über Telefon, Videokonferenzen, Messenger, Foren etc. zu nutzen und auszubauen. Aber auch analog kann man in Kontakt bleiben – mit Brief, Paketen oder Spaziergängen mit viel Abstand.

## **Besonders belastete Gruppen beachten**

Menschen in sozialen und medizinischen Berufen stehen unter großer Belastung. Alleinlebende oder ältere Menschen benötigen unsere besondere Unterstützung. Aber auch Familien, deren Situation durch Kurzarbeit oder Homeoffice belastet ist, sowie Arbeitnehmer\*innen, deren soziale Kontakte oder Einkommenssituation deutlich reduziert sind, benötigen unsere Beachtung. Präventive Programme könnten hier hilfreich sein.

### **Psychisch kranken Menschen Unterstützung anbieten**

Insbesondere psychisch kranke Menschen leiden verstärkt unter zunehmenden psychischen Symptomen. Beratung und Psychotherapie sind derzeit besonders nachgefragt. Zugleich scheuen viele Menschen sich, aus Angst vor Ansteckung persönliche Termine zu vereinbaren. Die Möglichkeit, Psychotherapie als Videobehandlung oder in Ausnahmefällen als Telefonkonsultation wahrzunehmen, ist in der Situation der Pandemie daher von besonderer Bedeutung.

### **Eine große Solidaritätsleistung**

Es ist eine gemeinsame Herausforderung, die notwendigen Einschränkungen zu bewältigen. Die Psychotherapeutenverbände empfehlen jedem Einzelnen, hier aktiv einen Beitrag zu leisten, damit Ängste, Isolation und Einsamkeit gemeinsam überwunden werden. Die Bereitschaft der Menschen, sich an notwendigen Maßnahmen zum Schutze der eigenen Gesundheit und die der Anderen zu beteiligen, ist eine große Solidaritätsleistung. Eine polarisierende Diskussion der Maßnahmen wirkt hier kontraproduktiv.

### **Pressekontakt/Interview-Anfragen:**

*bvvp*

*Anja Manz*

[presse@bvvp.de](mailto:presse@bvvp.de)

*Mobil: 0177 6575445*

*Telefon: 030 88725954*

*DGPT*

*Dr. Felix Hoffmann*

[psa@dgpt.de](mailto:psa@dgpt.de)

*Telefon: 030 887163930*

*DGVT*

*Aline Schneider*

[schneider@dgvt.de](mailto:schneider@dgvt.de)

*Telefon: 07071 943497*

*DPtV*

*Hans Strömsdörfer*

[presse@dptv.de](mailto:presse@dptv.de)

*Mobil: 0157 73744828*

*Telefon: 030 23500927*

*VAKJP*

*Kerstin Graupner*

[k.graupner@hamburglive.com](mailto:k.graupner@hamburglive.com)

*Mobil: 0171 5329633*