# Depression und mentale Gesundheit in Deutschland

#### Depressionen sind weit verbreitet in Deutschland

37%

der Menschen sind aktuell oder waren in der Vergangenheit von einer Depression betroffen.

#### Junge Menschen erkranken vergleichbar häufig wie ältere



**40%** Generation Z

**38%** Generation Y

40 % Generation X

34 % Babyboomer

waren oder sind aktuell von Depressionen betroffen.

# Depressionen sind mit zahlreichen Stigmata verbunden

- 75 %
- der Betroffenen erleben Vorurteile im Alltag und im Beruf.
- 83 %
- der Betroffenen empfinden diese als hinderlich für ihre Genesung.
- 68 %
- der Betroffenen empfinden Depressionen als hinderlich für die Karriere.
- 35 %
- der Betroffenen wechselten nach Erkrankung ihren Job.
- 2 %
- der Betroffenen haben mit ihrer Führungskraft über ihre Erkrankung gesprochen.

# Mit wem Menschen über ihre Depression sprechen würden

44 % PartnerIn

23% FreundInnen

14% Eltern

14% im Internet informieren

11% Geschwister

11% Betroffene aus Selbsthilfegruppen

56% arztliches/therapeutisches
Fachpersonal

**6**% Niemand

2 % Führungskraft

2 % KollegInnen

## Depression ist keine Charakterschwäche



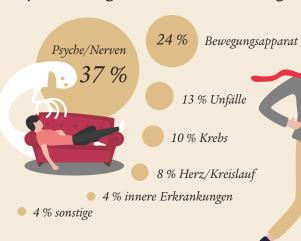
# Wirksame Behandlungsmethoden sind jungen Menschen seltener bekannt

20 % der
Menschen aus der Generation Z
(ø 51 %) wissen, dass Antidepressiva
bei der mentalen Genesung
helfen.

32 % der
Menschen aus der
Generation Z (ø 64 %)
kennen die Psychotherapie
als wirksame
Behandlungsmethode.

### Psyche ist häufigster Grund für Berufsunfähigkeit\*

### Betroffene empfinden ihre Arbeitskraftabsicherung als nützlich





**64%** beschreiben sie als nützlich für die berufliche Neuorientierung.



**59** % finden sie nützlich für die Genesung.



**58** % empfinden sie als nützlich für ein selbstbestimmtes Leben.

Möglichkeiten zur Arbeitskraftabsicherung oft unbekannt

33%

der Menschen wissen nicht, dass sie ihre Arbeitskraft mit Versicherungsprodukten absichern können.