

SBK Pressemeldung

Mentale Gesundheit von Kindern: SBK bietet Meditations-App Aumio

Mit einer Meditations- und Entspannungs-App bietet die SBK ein niederschwelliges Angebot zur mentalen Stärkung von Kindern.

München, 10.02.2022. Die SBK Siemens-Betriebskrankenkasse ermöglicht Kindern, die bei der SBK versichert sind, ab sofort die kostenlose Nutzung der Meditations- und Entspannungs-App Aumio. Damit schafft die SBK ein Angebot, das Kindern mit mentalen Problemen und ihren Familien in der zunehmend schwierigen Lage Unterstützung bietet.

Kindern mit mentalen Problemen und ihre Familien finden zu wenige Hilfsangebote

Kinder mit mentalen Problemen benötigen schnelle und niederschwellige Unterstützung. Doch für die betroffenen Familien ist es nicht immer leicht, die passende Hilfe zu finden. Vielmehr stehen sie vor vielen offenen Fragen, wie zum Beispiel: Wie können Eltern ihren Kindern in einer schwierigen Situation eine Stütze sein? Wann brauchen Kinder professionelle Hilfe? Wo finden sie zeitnah eine Beratung? Die Corona-Pandemie hat die Herausforderungen für Familien mit Kindern mit psychischen Problemen noch verschärft. Denn immer mehr Kinder mit Bedarf an mentaler Unterstützung treffen auf ein schon vor der Pandemie zu geringes Angebot.

„Fast jedes dritte Kind in Deutschland leidet unter psychischen Problemen.* Das ist eine erschütternde Zahl“, sagt Franziska Beckebans, Bereichsleiterin für Versorgung und Kundenmanagement bei der SBK. „Das Unterstützungsangebot für diese Kinder ist nicht in ausreichendem Maße ausgebaut worden. Um hier gegenzusteuern, braucht es nicht nur den Ausbau von Psychotherapieplätzen. Denn nicht jedes Kind mit mentalen Problemen braucht sofort eine Psychotherapie. Wir benötigen auch ergänzende niederschwellige Beratungs- und Hilfsangebote, die Kinder und deren Eltern im Bedarfsfall unkompliziert nutzen können. Ein solches Angebot ist Aumio.“

Digitale Angebote können eine erste Hilfe für Kinder mit leichteren psychischen Problemen sein

Die wissenschaftlich fundierte App Aumio bietet Kindern gemeinsam mit ihren Eltern die Möglichkeit, sich mit ihrer mentalen Gesundheit auseinanderzusetzen. Sie lernen auf spielerische Weise ihr eigenes Empfinden wahrzunehmen. So erfahren sie, dass auch negative Gefühle ihre Berechtigung haben und erleben kindgerecht, wie sie mit solchen Gefühlen umgehen können. Gleichzeitig finden Kinder in der App viele Meditationen zum Entspannen und Abschalten. Damit ist Aumio eine einfache erste Anlaufstelle, um Kindern eine mentale Stütze zu bieten – nicht nur in der Pandemie. „Wir hoffen, dass wir mit Aumio vielen Kindern bei der Reduktion von Stress helfen können und sie auf dem Weg zu einem selbstbewussten Umgang mit ihren Gefühlen unterstützen. Für manche Kinder kann Aumio eine gute Überbrückung für die Wartezeit auf einen Therapieplatz sein“, fasst Franziska Beckebans zusammen. Sie ergänzt: „Es ist aber völlig klar,

* Vgl. z. B. „Copsy-Studie“ des UKE

dass eine App ein für die Kinderpsyche gesundes Umfeld und analoge Therapieangebote nicht ersetzen kann. Es ist höchste Zeit, den wachsenden mentalen Problemen der Kinder Priorität beizumessen und mehr Versorgungsangebote zu schaffen.“

Über die SBK:

Die SBK Siemens-Betriebskrankenkasse ist die größte Betriebskrankenkasse Deutschlands und gehört zu den 20 größten gesetzlichen Krankenkassen. Als geöffnete, bundesweit tätige Krankenkasse versichert sie mehr als eine Million Menschen und betreut über 100.000 Firmenkunden in Deutschland – mit mehr als 1.800 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in 86 Geschäftsstellen.

Seit über 100 Jahren setzt sich die SBK persönlich und engagiert für die Interessen der Versicherten ein. Sie positioniert sich als Vorreiter für einen echten Qualitätswettbewerb in der gesetzlichen Krankenversicherung. Voraussetzung dafür ist aus Sicht der SBK mehr Transparenz für die Versicherten – über relevante Finanzkennzahlen, aber auch über Leistungsbereitschaft, Beratung und Dienstleistungsqualität von Krankenkassen. Im Sinne des Kunden vereint die SBK darüber hinaus das Beste aus persönlicher und digitaler Welt und treibt die Digitalisierung im Gesundheitswesen aktiv voran.

Für Rückfragen:

SBK Siemens-Betriebskrankenkasse

Elke Ruppert

Stab Unternehmenskommunikation

Heimeranstr. 31

80339 München

Tel.: +49 89 62700-161

Fax: +49 89 62700-60161

E-Mail: elke.ruppert@sbk.org

Internet: www.sbk.org