

## Pressemitteilung

*Initiative für gesunde Schüler und Lehrer in Schleswig-Holstein:*

### **Mit „Verrückt? Na und!“ seelisch fit in Schule und Ausbildung**

Kiel, 29. Juni 2017 - Als weiteren Baustein zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule unterstützt die BARMER neben dem Programm MindMatters auch das Präventionsprogramm „Verrückt? Na und!“ des Irrsinnig Menschlich e. V. Der eintägige Präventionsworkshop vermittelt Jugendlichen Wissen über psychische Gesundheit, enttabuisiert das Thema seelische Krisen und Erkrankungen. Es kann ein Schulklima geschaffen werden, in dem psychische Probleme akzeptiert werden und Jugendliche Schwierigkeiten überwinden können. „Verrückt? Na und!“ bietet Schulen ein einfaches, lebensnahe und wirksame Projekt der Prävention und Gesundheitsförderung an, um mit seelischer Gesundheit gute Schule zu machen. Daher ist es auch gut als Einstieg oder zur Vorbereitung von MindMatters geeignet, wenn sich Schulen intensiver mit dem Thema psychische Gesundheit befassen möchten.

#### **Zielgruppen und Wirkungsansatz**

Psychische Erkrankungen beginnen oft schon im Jugendalter. Doch häufig vergehen mehrere Jahre, bis Betroffene Hilfe suchen. Die größte Hürde für sie ist die Angst, stigmatisiert zu werden. Irrsinnig Menschlich verkürzt mit seinem Präventionsprogramm „Verrückt? Na und!“ diese Zeitspanne und hilft jungen Menschen, ihre Not früher zu erkennen, sich nicht zu verstecken und Unterstützung anzunehmen. Es richtet sich an Schülerinnen und Schüler zwischen 14 und 25 Jahren (ab Klasse 8) aller Schultypen sowie Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter, Schulpsychologen, Eltern und weitere Fachleute. Ein Team aus fachlichen und persönlichen Experten führt in den Schulen klassenweise eintägige Workshops zum Thema durch. Die Fachexperten sind Psychiater, Psychologen, oder Sozialpädagogen, die persönlichen Experten sind Menschen, die seelische Krisen erfahren und gemeistert haben. Besonders eindrucksvoll ist die Begegnung mit den persönlichen Experten. Durch ihre Lebensgeschichten bekommt das komplexe Konstrukt „seelische Gesundheit“ ein Gesicht, ist zum Greifen nah – und dabei ganz normal.

**Landesvertretung  
Schleswig-Holstein**

Briefanschrift:  
Postfach 1429  
24103 Kiel

Besucheranschrift:  
Hopfenstraße 1d  
24114 Kiel

[www.barmer.de/presse-sh](http://www.barmer.de/presse-sh)  
[www.twitter.com/BARMER\\_SH](http://www.twitter.com/BARMER_SH)  
[presse.sh@barmer.de](mailto:presse.sh@barmer.de)

Wolfgang Klink  
Tel.: 0800 333004 656-631  
[wolfgang.klink@barmer.de](mailto:wolfgang.klink@barmer.de)

## **Themenschwerpunkte und Umsetzung in drei Schritten**

Der Schultag besteht aus drei Teilen:

Ansprechen statt Ignorieren: Wachmachen für seelisches Wohlbefinden in der Klasse. Ausgangspunkt sind die Lebenserfahrungen der Teilnehmer.

Häufige Themen: Schulleistungen, Prüfungsstress, Mobbing, Sünden, Belastungen in der Familie, Krankheit, Suizid.

Glück und Krisen: Von Lebensschicksalen und eigener Verantwortung – Gruppenarbeit zu Themen wie „Sich zu helfen wissen“ über „Wie Körper und Seele zusammenhängen“ bis zu „Neue Medien: Nützlich für die Seele?“

Mut machen, Durchhalten, Wellen schlagen: Austausch mit jungen und jung gebliebenen Erwachsenen, die seelische Krisen gemeistert haben. Das Team knüpft an den Lebenserfahrungen der Schüler an und ermuntert sie, sich mit ihren Erfahrungen, Fragen und Vorstellungen zum Thema einzubringen und auseinanderzusetzen.

## **Nachgewiesene Wirksamkeit**

Die Wirksamkeit von „Verrückt? Na und!“ haben verschiedene Studien belegt. Die Jugendlichen nehmen ihre eigenen Stärken und Ressourcen, ihre Ängste, Vorurteile und Vorbehalte besser wahr und lernen, sie zu verstehen. Die Teilnahme der Lehrkräfte sensibilisiert sie für die Befindlichkeiten der Schüler und macht es ihnen leichter, ein gutes Klassenklima zu schaffen. „Verrückt? Na und!“ hat eine dreifache Wirkung“, betont Schleswig-Holsteins BARMER Landesgeschäftsführer Thomas Wortmann. „Das Programm hilft, psychischen Krisen vorzubeugen. Es macht jungen Menschen Mut, aufeinander zuzugehen und offener miteinander zu reden, auch Hilfe in Anspruch zu nehmen. Und es fördert den Aufbau von kommunalen Netzwerken“, so Wortmann weiter.

## **Materialien, Medien, Informationen**

Unterstützt wird das Programm durch jugendgerechte Materialien und Medien wie einen Krisen-Auswegweiser und Seelen-Fitmacher im Pocket-Guide-Format, die DVD „... und Du so?“, die Wanderausstellung „Wie geht's?“ oder die Internetplattform [www.irrsinnig-menschlich.de](http://www.irrsinnig-menschlich.de). Informationen gibt es auch unter [www.barmer.de/g100177](http://www.barmer.de/g100177).