

Verrückt? Na und!

Prävention psychischer Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen am Beispiel von „Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule“

Mareile Deppe & Britta Kenter

23.10.2024, 15. Niedersächsische Aktionstag seelische Gesundheit



Das erwartet Sie heute...



1. Sophie und Herr Härtel



2. Verstehen: Daten & Fakten



3. Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule



4. Landeskoordination Niedersachsen



5. Vorbeugen psychischer Krisen



Verrückt? Na und! – Um wen geht es da?

Kennen Sie Sophie?

Sophie ist 15,
geht in die 9. Klasse.



Verrückt? Na und!

Kennen Sie Sophies Lehrer?

Dann ist da noch
Herr Härtel,
Sophies Klassenlehrer.

Verstehen: Daten + Fakten

Psychische Erkrankungen sind Volkserkrankungen

Jeder 3. Mensch ist betroffen

Häufigste Erkrankungen

Angststörungen, Depression, Alkoholstörungen

Früher Beginn

Etwa 75% vor dem 25 Lebensjahr – in Kindheit und Jugendzeit

Auswirkungen der Krankheit auf alle Lebensbereiche

Früher Beginn: oft noch lebenslanges Unglück!!!

Gesundheit eines Menschen

Im Durchschnitt umso schlechter, je niedriger sein sozialer Status!

Viel Leid und hohe Kosten

Psychische Erkrankungen verursachen zweithöchsten direkten Krankheitskosten in Deutschland



VERRÜCKT?
NA UND!



Verstehen: Daten + Fakten

Wie geht es den Jugendlichen in Deutschland?

Verschlechterung der Situation der Schulkinder

Erschöpfung, Einsamkeit, Krisenängste, körperliche Symptome oder multiple Beschwerden gestiegen

Mehr Kinder psychisch erkrankt

Neuerkrankungsraten psychischer Erkrankungen stabilisiert sich auf hohem Niveau

Mädchen besonders belastet

V.a. junge Mädchen sind mit Depressionen, Ängsten und Essstörungen in Behandlung



VERRÜCKT?
NA UND!



Verstehen: Daten + Fakten

Wie geht es den Jugendlichen in Deutschland?



VERRÜCKT?
NA UND!



Unglücksquelle: Jung und psychisch krank

Suizid ist die deutschlandweit häufigste Todesursache bei jungen Menschen zwischen 10 und 25 Jahren. (Stat. Bundesamt, 2024)

Bis zu 90 % der Suizide lassen sich auf eine psychische Erkrankung zurückführen.

Schwerwiegend: Das Stigma psychischer Krankheit

Hilfe wird aus Scham selten und spät gesucht

Psychische Krisen sind
behaftet mit

- ✓ Ängsten,
- ✓ Vorurteilen,
- ✓ Stigmata.

**Weltweit größtes Hindernis,
dass sich Menschen Hilfe
suchen!**



VERRÜCKT?
NA UND!

AOK



VERRÜCKT?
NA UND!



Teenager: Belastungen verstehen

Zwischen Abenteuer und Krise: vulnerable Lebensphase

Was Heranwachsende belastet ...

- **Elterliche Verhaltensstörung oder Falschbehandlung:**
Psychische Erkrankung, Gewalttätigkeit,
Missbrauch, Vernachlässigung
- Soziale Belastungen/Armut
- **Stress** in der Schule
- **Transition**
- **Liebeskummer, Gruppenzwang, Mobbing**
- Druck durch Idealbilder in **Medien**, Flucht in die virtuelle Welt
- Alkohol und Drogen



VERRÜCKT?
NA UND!



Teenager: Belastungen verstehen

Dringender Handlungsbedarf für Prävention, Aufklärung und Entstigmatisierung in Schule und Ausbildung!

- + Bedeutendes und zunehmendes Gesundheitsproblem
- + Gesellschaftliches Tabu, kaum gesellschaftliche Solidarität
- + Krankheitswert nicht so akzeptiert wie bei somatischen Erkrankungen
- + Kaum Wissen und gute Praxis in Kita, Schule, Ausbildung
- + Hohe Arbeitsbelastung und fehlende Therapieplätze
- + Chronische Überbelastung der 3 Hilfesysteme: Bildungssystem, Gesundheitssystem, Jugendhilfe
- + Veraltete Vorstellungen von Behandlungsinstitutionen
- + Stigmatisierung, soziale Ausgrenzung und Diskriminierung von Betroffenen und Angehörigen
- + Geringe Dichte an Schulpsychologe:innen in Niedersachsen (1:9.328 Schüler:innen) (zweitletzter Platz vor Brandenburg)

Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule

Das Präventionsprogramm kurz & knapp

Fakten

- ✓ gegründet 2001 in Leipzig von Irrsinnig Menschlich e. V.
- ✓ Durchführung an rund 100 Standorten in 11 Bundesländern (und in Österreich, Tschechien und der Slowakei)
- ✓ 45.000 erreichte Teilnehmende bundesweit in 2022

Positionierung

- ✓ Prävention psychischer Erkrankungen und Förderung psychischer Gesundheit
- ✓ für Schüler:innen ab Klasse 8 und ihre Lehrkräfte

Organisation und Durchführung der Schultage

- ✓ Kooperationspartner:in vor Ort gründet und leitet Regionalgruppe
- ✓ Regionalgruppe führt Schultage im Tandem durch

Verrückt? Na und!

Das Präventionsprogramm kurz & knapp

Ziel

Prävention und Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen, Stärkung des Hilfesuchverhaltens, Warnsignale und Bewältigungsstrategien kennenlernen, seelisches Wohlbefinden in der Klasse fördern

Inhalt

- besteht im Kern aus themenbezogenem Schultag
- Methodik: Gespräche, Gruppenarbeit, Rollenspiele
- Für Schüler:innen ab Klasse 8 und ihre Lehrkräfte aller Schultypen

Herzstück

- Durchführung im Tandem aus fachlichen und persönlichen Expert:innen

Fakten

- ✓ gegründet 2001 in Leipzig von Irrsinnig Menschlich e. V.
- ✓ Durchführung an rund 100 Standorten in 11 Bundesländern (und in Österreich, Tschechien und der Slowakei)

Verrückt? Na und! – Strategie

Warum? Wieso? Weshalb?

Das Programm setzt am weltweiten Haupthindernis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit an: **der Reduktion des Stigmas.**



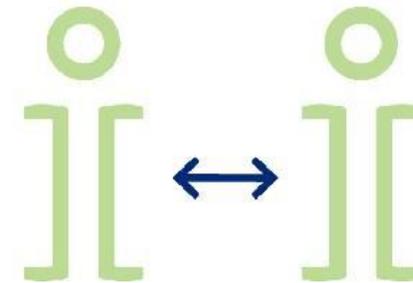
**VERRÜCKT?
NA UND!**



INFORMATION



AUFKLÄRUNG



VONEINANDER LERNEN
Begegnung mit Mitgliedern
der stigmatisierten Gruppe



VERRÜCKT?
NA UND!



Verrückt? Na und! – als besondere Präventionsmaßnahme

Stigma und Ängste abbauen sind nur zwei Ziele des Programms.

- Psychische Krisen zur Sprache bringen und verstehen lernen
- Warnsignale und Bewältigungsstrategien kennen lernen
- Ängste und Vorurteile verringern
- Hilfe finden und Freunden helfen
- Seelisches Wohlbefinden in der Klasse fördern

Verrückt? Na und! wurde mehrfach ausgezeichnet

❖ Dr. Manuela Richter-Werling erhielt 2024 das Bundesverdienstkreuz.

2016

Making More Health-Fellowship von Dr. Manuela Richter-Werling

2015

1. Preis in der Kategorie »Kinder und Jugendliche« des Großen Präventionspreises von Baden-Württemberg

2014

1. Platz in der Kategorie Wirkung im Rahmen des vom BMBF geförderten Praxis- und Forschungsprojektes »Soziale Innovationen« des World Vision Center for Social Innovation

2014

Aufnahme in die »Grüne Liste Prävention« des Landespräventionsrates Niedersachsen

2013

Hessischer Gesundheitspreis und DGPPN-Anti-Stigma-Preis

2013

PHINEO-Wirkt-Siegel

2011

2. Preis »Gesundes Land NRW« und Aufnahme in die »150 Verantwortlichen« der Robert Bosch Stiftung

2010

Fairness-Initiativpreis der Fairness-Stiftung

2009

Ashoka Fellowship von Dr. Manuela Richter-Werling

2009

Modellprojekt für die nationalen Gesundheitsziele »Gesund aufwachsen« und »Depressionen verhindern«



**VERRÜCKT?
NA UND!**



IRRSINNIG] [MENSCHLICH

MGAFS
Niedersachsen Bremen e. V.

AOK 

Landeskoordination Niedersachsen



**VERRÜCKT?
NA UND!**

16

→ www.gesundheit-nds-hb.de

Struktur in Niedersachsen

Gemeinsam Verrückt? Na und! stärken und im Land verbreiten

Landeskoordination

✓ LVG & AFS Nds. Bremen e. V.

Förderer

✓ AOK Niedersachsen

Schirmherrin

✓ Kultusministerin Julia Willie Hamburg

Laufzeit

✓ 2023 – 2026



Niedersächsisches
Kultusministerium



**VERRÜCKT?
NA UND!**

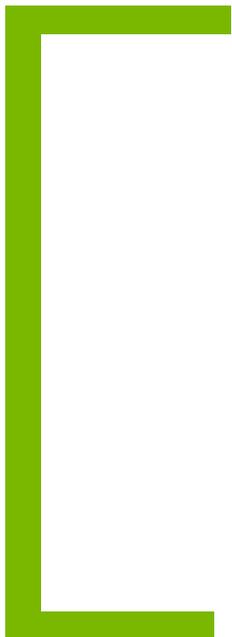


VERRÜCKT?
NA UND!



Der Schultag in drei Schritten – 1

Im ersten Schritt werden die Lebenserfahrungen der Jugendlichen reflektiert.



Ansprechen statt Ignorieren

Der Schultag in drei Schritten – 2

Es folgt: **Gemeinsames Arbeiten am zentralen Thema „Umgang in Krisen“.**



**VERRÜCKT?
NA UND!**



Gruppenarbeit:

**Glück und Krisen – Von
Lebensschicksalen und eigener
Verantwortung**

Der Schultag in drei Schritten – 3

Am Ende: Psychische Gesundheit/Krankheit ein Gesicht geben.



**Mut machen,
Durchhalten, Wellen schlagen:**

**Erfahrungsaustausch mit Menschen,
die psychische Krisen gemeistert
haben**



Verrückt? Na und! – Wirkt!

Einstellungen und Verhaltensänderungen werden auf den Weg gebracht.

Schüler:innen

- + 96% mehr Wissen
- + 75% sehen persönliche Expert:innen als Vorbild
- + 74% meinen, Krisen besser bewältigen zu können

Lehrkräfte

- + Klassenlehrkräfte sind aus Sicht der Schüler:innen die wichtigsten Ansprechpartner:innen in der Schule
- + lernen ihre Schüler:innen am Schultag besser kennen
- + profitieren vom Wissenszuwachs und fühlen sich krisenfester
- + sehen sich in ihrer Beratungskompetenz gestärkt

Schulen

- + 97% sagen, das Thema Psychische Gesundheit wird leicht vermittelt und reduziert Ängste
- + 75 % buchen Schultag wieder

Vgl.

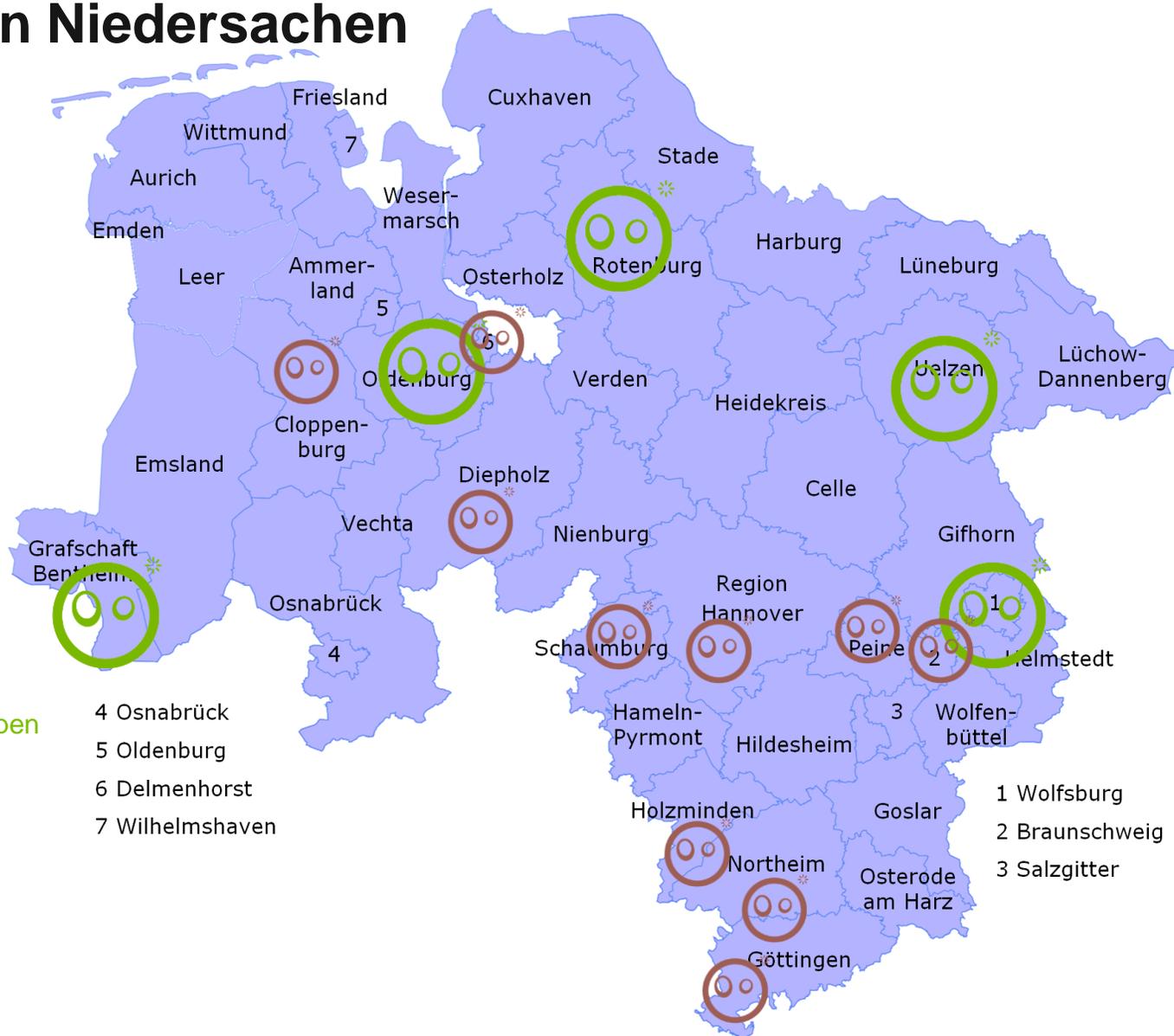
Conrad, I., Heider, D., Schomerus, G., Angermeyer, M. C. & Riedel-Heller, St. (2010). Präventiv und stigmareduzierend? - Evaluation des Schulprojekts „Verrückt? Na und!“. ZPPP, 58 (4), S. 257-264.
Koschig, M, Corad, I, Riedel-Heller, St.(2019): Evaluation der Wirkungen des Programms „Verrückt? Na und!“ im Setting Schule ausgehend von den Zielen des § 20a SGB V und des Leitfadens Prävention des GKV-Spitzenverbandes. Abschlussbericht. Universität Leipzig, Medizinische Fakultät, Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin, Public Health. https://www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/VNU_Abschlussbericht_final.pdf



**VERÜCKT?
NA UND!**



Regionalgruppen Niedersachsen



bestehende Regionalgruppen



interessierte Standorte

- 4 Osnabrück
- 5 Oldenburg
- 6 Delmenhorst
- 7 Wilhelmshaven

- 1 Wolfsburg
- 2 Braunschweig
- 3 Salzgitter

Bildquelle:
https://wiki.openstreetmap.org/w/images/8/8c/Lower_Saxony_Counties.png



Vorbeugen psychischer Krisen

Was wir Ihnen noch mit auf den Weg geben möchten...

- ✓ Sich Zeit nehmen und aufeinander zugehen
- ✓ Fragen, fragen, fragen
- ✓ Person ernst nehmen, nicht bewerten
- ✓ Aufzeigen, dass betroffene Person nicht allein ist
- ✓ Vorsichtig sein mit gut gemeinten Ratschlägen
- ✓ Wege aufzeigen: Gemeinsam nach Möglichkeiten zur Entlastung & Unterstützung suchen
- ✓ Wenn nötig, Hilfe holen
- ✓ einfach da sein, miteinander schweigen und Geduld haben
- ✓ Nicht gekränkt sein, wenn Hilfe nicht angenommen wird
- ✓ Auf die eigenen Grenzen achten

Verrückt? Na und! – Kontakt

Melden Sie sich gern bei uns!



**VERRÜCKT?
NA UND!**



Mareile Deppe

E-Mail: mareile.deppe@gesundheit-nds-hb.de
Telefon: 0511-388 11 89-225



Britta Kenter

E-Mail: britta.kenter@gesundheit-nds-hb.de
Telefon: 0511-388 11 89-122

Website: www.gesundheit-nds-hb.de/projekte/verrueckt-na-und/

Literaturquellen

- M. Bombana et al. (2022): Psychische Belastung und ihre Folgen für die Krankheitskosten – eine Längsschnittstudie in Deutschland
- DAK Kinder- und Jugendgesundheitsreport 2023 (2023): Gesundheit und Gesundheitsversorgung während und nach der Pandemie in Niedersachsen, Zugriff auf: https://www.dak.de/presse/landesthemen/niedersachsen/kinder-und-jugendgesundheit/psychische-erkrankungen-bei-jugendlichen-in-niedersachsen-bleiben-auf-hohem-niveau_56490
- DAK-Gesundheit / Andreas Storm (Hrsg.) (2019): Kinder- und Jugendreport 2019. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland.
- DGPPN (Hrsg.) (2018): Dossier. Psychische Erkrankungen in Deutschland: Schwerpunkt Versorgung
- DAK Gesundheit (2024): Präventionsradar Erhebung Schuljahr 2023/2024, Zugriff auf: https://www.dak.de/presse/bundesthemen/kinder-jugendgesundheit/mehr-als-die-haelfte-der-schulkinder-sind-erschoepft-_77856
- Kinderschutz Niedersachsen (2024): Suizid bei 10- bis unter 25-Jährigen häufigste Todesursache, Zugriff auf: <https://www.kinderschutz-niedersachsen.de/aktuelles/depression-haeufigste-diagnose-fuer-krankenhausbehandlung-psychisch-erkrankter-kinder-und-jugendliche>
- Robert Koch Institut (Hrsg.) (2024): NCD-Surveillance-Bericht. Ergebnisse zur Entwicklung verschiedener Gesundheitsindikatoren in der erwachsenen Bevölkerung bei hochfrequenter Beobachtung, Zugriff auf: https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/MHS/NCD-Surveillance-Bericht.pdf?__blob=publicationFile
- Ulrike Ravens-Sieberer et al. (2022): »Seelische Gesundheit und Gesundheitsverhalten von Kindern und Eltern während der COVID-19-Pandemie. Ergebnisse der Copsy-Längsschnittstudie«. In: Deutsches Ärzteblatt.
- B. Freiwald (2023): So Schlecht kümmert sich der Staat um die Psyche von Kindern, Zugriff auf: <https://krautreporter.de/kinder-und-bildung/4765-so-schlecht-kummert-sich-der-staat-um-die-psyche-von-kindern>
- Bundesverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (2022): 100 Jahre Schulpsychologie in Deutschland. Ein Grund zum Feiern, Resümieren und die Aufgabe der Zukunft in den Blick nehmen!, Zugriff am 15.08.2024 auf: https://schulpsychologie.de/blog/versorgungszahlen-in-deutschland-2022/220925_Presseerkla%CC%88rung_100JahreSP.pdf



VERRÜCKT?
NA UND!

