Schulprojekt zur psychischen Gesundheit

PRÄVENTIONSPROGRAMM „Verrückt? Na und!" bringt bereits seit 2017 das Thema seelische Gesundheit in die Klassenzimmer der Region.

WEISSENBURG - Auch während der Corona-Pandemie bietet die Gesundheitsregion plus das kostenlose Projekt „Verrückt? Na und!" für die Schulen im Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen an. Die Jugendlichen und Lehrkräfte beschäftigen sich hierbei einen Schultag lang mit psychischen Erkrankungen und wirkungsvoller Vorbeugung.

„Gerade während der Pandemie sollen Jugendliche für dieses Thema sensibilisiert und Wege aufgezeigt werden, wie man gemeinsam seelisch stark werden und Krisen meistern kann", verdeutlicht Tanja Günther von der Kontaktstelle für Selbsthilfe in Weißenburg, die als eine der fachlichen Expertinnen die Schultage im Landkreis durchführt. Auch Sozialpädgogin Svenja Memet von der Suchtberatung der Diakonie, führt Schultage durch und betont: „Psychische Erkrankungen haben oftmals im Jugendalter ihren Ursprung und auch im Berufsleben spielen sie eine immer größere Rolle. Deswegen ist es wichtig, präventiv tätig zu werden – Corona-bedingt mehr denn je".

Im ersten Teil des Schultages wird die Gruppe spielerisch an das Thema herangeführt. Die Schülerinnen und Schüler setzen sich anschließend mit verschiedenen psychischen Erkrankungen auseinander und klassifizieren anhand von Beispielen typische Merkmale. Dies soll sensibilisieren und wachrütteln, denn erst Aufmerksamkeit gegenüber sich selbst und anderen sowie eine frühzeitige Inanspruchnahme von Hilfe ermöglichen eine frühe Intervention, die die Heilungschancen erhöht, heißt es in einer Pressemitteilung der beteiligten Stellen.

Im zweiten Teil kommt ein sogenannter „persönlicher Experte" zu Wort, der selbst schon seelische Krisen gemeistert hat. Die Klasse erfährt aus erster Hand, wie sich zum Beispiel eine Psychose oder Depression anfühlt.

Dabei geht er auch auf Fragen der Schüler ein und spricht offen über seine Erkrankung, seine Lebensgeschichte wie auch die Möglichkeiten, mit der Erkrankung umzugehen. Das Besondere daran ist, dass die Schüler erst kurz vor den Schilderungen des persönlichen Experten erfahren, dass dieser auch selbst betroffen ist. Gemeinsam werden im Anschluss individuelle Maßnahmen für eine seelische „Erste-Hilfe" erstellt.

„Das schwierige Thema Psychische Erkrankung wird damit erlebbar und zum Greifen nah und bleibt dabei aber auch irgendwie ganz normal. Man sieht, dass seelische Erkrankungen jeden betreffen", berichtet Tanja Günther aus ihren Erfahrungen mit den Schulklassen.

Foto: Landratsamt Weißenburg-Gunzenhausen

Das Schulprojekt „Verrückt? Na und!" macht das Thema psychische Erkrankung erlebbar. So erzählt ein „persönlicher Experte" als Betroffener seine Lebensgeschichte.

Das Projekt ist ein bundesweites Programm zur Förderung seelischer Gesundheit und Prävention psychischer Erkrankungen und soll vor allem jungen Menschen Ängste und Vorurteile in Bezug auf dieses sensible Thema nehmen. Es wurde vom Leipziger Verein *Irrsinnig menschlich* in Kooperation mit der Barmer GEK sowie *gesundheitsziele.de* entwickelt.

Mit Lisa Meyer, Sozialpädagogin im Gesundheitsamt, wurde eine weitere Expertin für den Landkreis ausgebildet, wodurch künftig noch mehr Schultage durchgeführt werden können.

Das Programm ist für Klassen ab der 8. Jahrgangsstufe der Haupt- und Mittelschulen, der Realschulen, Gymnasien und der Fachoberschulen wie auch Berufsschulen geeignet. Der Schultag ist kostenfrei und Informationsmaterial wird zur Verfügung gestellt. **wt**

INFO

Lehrkräfte können sich bei den Koordinatorinnen Anne Kube und Stefanie Bodensiek in der Geschäftsstelle der Gesundheitsregion plus telefonisch unter 09141/902465 oder 902426 oder auch per E-Mail an gesundheitsregion@landkreis-wug.de melden.