

# „Stark, wenn sich einer traut, über seelische Probleme zu reden“

von Josephine Wascowitzer (Amt für Gesundheit Frankfurt)



## **Wie Bildung noch besser gelingen kann**

Bereits bei der Gründung des Schulprojektes „Verrückt? Na und!“ war es dem gemeinnützigen Verein „Irrsinnig Menschlich“ in Leipzig wichtig, Heranwachsende mit dem Thema „Psychische Gesundheitsprobleme“ vertraut zu machen.

Seit dem Gründungsjahr 2000 haben über 9000 Schülerinnen und Schüler in Deutschland, darüber hinaus über 300 Schüler in der Slowakei und in Tschechien. an dem Projekt mitgemacht.

Auch die **Julius-Leber-Schule in Frankfurt** nimmt an dem Projekt teil und hat als **erste Schule hessenweit** über das Amt für Gesundheit Frankfurt am Main die Informationsausstellung „PsychMobil“ eine Woche in der Schule ausgestellt.

## **Ganzheitliches Lernen steht im Mittelpunkt**

Das Projekt richtet sich an Jugendliche und Heranwachsende ab 15 Jahren aller Schularten und geht von den Bedürfnissen der jeweiligen Schüler und Schülerinnen aus. Der Projekttag dauert einen Schultag, findet in der Schule statt und setzt auf ganzheitliches Lernen. In dem Projekt stehen eigene Erfahrungen und Erlebnisse, Neugier, Spannung und Spaß an erster Stelle.

## **Weg von Defiziten, hin zu Chancen und Ressourcen**

Ein Schwerpunkt des Schulprojektes „Verrückt? Na und!“ liegt vor allem darin, Chancen und Ressourcen zu aktivieren, um psychischen Krisen vorzubeugen.

Die Lebenserfahrungen der Schüler sind immer der Ausgangspunkt für die Zusammenarbeit mit den Schulen.

In dem Projekt wird jede Äußerung der Schüler ernst genommen.

Aussagen werden nicht bewertet, sondern es wird mittels W-Fragen erkundet, wo das/die Problem/e liegen könnten.

## **Wie das Projekt konkret gestaltet ist**

Zum Team vor Ort in der Schule gehören mindestens zwei Personen:

Ein Moderator, in der Regel ein Psychologe oder Sozialarbeiter, und ein

„Experte in eigener Sache“, also eine Person mit einer psychischen Erkrankung.

Da die Schüler nicht wissen, dass eine Person mit einer Erkrankung im Team dabei ist, gehen sie relativ unbefangen in das Projekt.

So können sie offen miteinander über das Fremde, das Angstmachende ins Gespräch kommen und fühlen und reflektieren, woher das Bedrohliche kommen könnte, ob es real, unbewusst oder bewusst ist und was und wie man etwas verändern könnte.

Erst im letzten Teil des Schulprojektes spricht der „Experte in eigener Sache“ über seine psychische Krise oder Erkrankung.

Insbesondere gegenüber Schülern mit besonderen Bedürfnissen agieren

„Experten in eigener Sache“, aufgrund ihrer Erfahrung beim Überwinden schwerer Krisen und sozialer Ausgrenzung, als „Erfahrungsexperten“ und Rollenmodell.

Damit sollen grundlegende Botschaften vermittelt werden, die bei eigener Betroffenheit motivieren können, frühzeitig zu handeln und die Krise anzugehen und zu überwinden.

## **Das Projekt stützt sich auf Ergebnisse der Forschung**

Aktuelle Studien geben Aufschluss über die derzeitige gesundheitliche Situation von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Nach der „Bella - Studie“ (bundesweite Kinder- und Jugendgesundheitsurvey KiGGS, 2007) liegen bei 22 Prozent der Heranwachsenden in Deutschland Hinweise auf psychische Auffälligkeiten vor.

1,5 Millionen Kinder leben mit Eltern zusammen, die an einer schweren psychischen Erkrankung leiden. Einem Drittel sozial benachteiligter Kinder und Jugendlichen bleiben aufgrund mangelnder psychischer Gesundheit Bildungs- und damit Lebenschancen versagt.

Wichtigste Schutzfaktoren für die psychische Gesundheit liegen in einem guten Familien- und Schulklima sowie in persönlichen und sozialen Kompetenzen.

Die zentrale Aufgabe einer guten Schule liegt somit darin, seelische Gesundheit zu erhalten, zu fördern sowie psychische Erkrankungen zu verhüten.

Hierbei soll das Projekt „Verrückt? Na und!“ helfen.

### **Wie Bildungschancen verbessert werden können**

Das Projekt stärkt das Selbstwertgefühl und die Persönlichkeitsentwicklung eines jeden Menschen und ermöglicht den Betroffenen Perspektiven und kann somit die Lernvoraussetzungen erheblich verbessern.

Bei der Durchführung des Projektes sind folgende Grundsätze von Bedeutung:

- Krisen gehören zum Leben und können Dich stark machen.
- Such Dir wenigstens einen Menschen, dem Du vertrauen kannst. Findest Du solch einen Menschen in Deiner Schule?
- Fang an über Deine Probleme zu sprechen!
- Es ist stark, sich früh genug Hilfe zu holen, damit Du Dein Leben wieder unter Kontrolle hast!

Zentral ist aber auch, dass man mit Freude, Spaß und einer gehörigen Portion Humor arbeitet – insbesondere, weil es im Projekt auch um Leid und Leiden geht.

### **„Verrückt? Na und!“ und PsychMobil an der Julius – Leber – Schule: Eine rundum gelungenen Zusammenarbeit!**

In der Julius-Leber-Schule in Frankfurt ist es gelungen, seit November 2009 mehrere sehr erfolgreiche Projektstage mit dem Schulprojekt „Verrückt? Na und!“ zu gestalten. Wir durften immer wieder staunen, wie lebensklug, wissbegierig und einfühlsam die Heranwachsenden sind.

Obwohl wir nur sehr kurz mit den Schülerinnen und Schülern zusammen waren, hatten wir sofort einen positiven und freundlichen Kontakt, so dass sie offen und frei mit uns in das Thema einstiegen.

Die Schülerinnen und Schüler öffneten sich oft schnell und waren bereit über sehr persönliche Dinge mit uns und Ihren Klassenkameradinnen und Klassenkameraden zu sprechen.

**Erstmals an einer hessischen Schule konnte das PsychMobil** für eine längere Zeit in einer Schule ausgestellt werden. Das Ziel der mobilen Ausstellung „PsychMobil“ ist es Kindern und Jugendlichen niedrigschwellig ein Verständnis von psychischer Gesundheit zu vermitteln sowie über einzelne Krankheitsbilder und deren Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten aufzuklären. Hierfür gibt es acht zielgruppenspezifische Stellwände zu einzelnen Themenschwerpunkten, wie zum Beispiel Depressionen, Suizid und Psychose. Durch die Aufstellung der Stellwände an einem zentralen Ort der Schule wird es einem sehr hohen Anteil der Schülerschaft einer Schule ermöglicht, sich mit dem Thema psychischer Gesundheit (diskret) auseinander zu setzen.

Die Ausstellung „PsychMobil“ steht nun, nachdem der Versuch in der Julius-Leber-Schule so erfolgreich verlaufen ist allen Frankfurter Schulen auf Abruf zur Verfügung und ist für diese kostenfrei und voll versichert zu entleihen.

Auch die Ausstellung des PsychMobils zeigt, dass die Zusammenarbeit mit der Julius-Leber-Schule rundum gelungen ist!

Weitere Projekte in der Schule sind geplant.

Bei weiteren Fragen zum Projekt gerne Josephine Wascowitzer vom Amt für Gesundheit Frankfurt kontaktieren. ([josephine.wascowitzer@stadt-frankfurt.de](mailto:josephine.wascowitzer@stadt-frankfurt.de), 069-212 38745)