



**Akzeptanz für
psychische Erkrankungen**

IRRSINNIG] [MENSCHLICH

Jahres- und Wirkungsbericht 2020

Irrsinnig Menschlich e.V. begeistert seit über 20 Jahren junge Menschen mit Präventionsangeboten zur psychischen Gesundheit. Ziel ist stets die Verhaltens- und Verhältnisprävention – am besten zusammen mit weiteren Akteuren und sektorenübergreifend. Wir bringen psychische Krisen zur Sprache, helfen Menschen, ihre Not früher zu erkennen, sich nicht zu verstecken und Unterstützung anzunehmen.

Damit greifen wir eine der größten gesellschaftlichen Herausforderungen auf, die in Schule, Studium, Ausbildung und Beruf kaum Platz findet, Familien oft überfordert sowie persönliches Leid und immense gesellschaftliche Kosten verursacht.

Unsere Programme ...



... sind besonders wirksam durch die Begegnung mit Menschen, die psychische Krisen gemeistert haben.

Psychische Krisen verhindern, verstehen, erkennen, ansprechen, bewältigen. Psychisches Wohlbefinden fördern. Prozesse zur Gesundheitsförderung in Schule, Hochschule und Unternehmen anstoßen.

INHALT

- Vorwort / 3**
 - Vision und Mission / 4
 - Gegenstand des Berichts / 4
- 1. Das Problem und unser Lösungsansatz / 5**
 - Die gesellschaftliche Herausforderung / 5
 - Bisherige Lösungsansätze / 7
 - Unser Lösungsansatz / 8
 - Unsere Förderer 2020 / 12
- 2. Setting Schule: »Psychisch fit lernen« / 14**
 - Bedarf / 14
 - Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention / 15
 - Präventionsprogramm »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule« / 16
 - »Verrückt? Na und!« unter Corona-Bedingungen / 19
 - Leistungen (Output) und Wirkungen (Outcome) / 21
 - Qualitätssicherung / 26
 - Evaluation / 29
 - Zielerreichung und Ausblick / 30
 - Schirmherrschaften von »Verrückt? Na und!« 2020 / 33
 - Modellprojekt »Kinder psychisch kranker Eltern in der Schule« / 34
- 3. Setting Hochschule: »Psychisch fit studieren« / 36**
 - Bedarf / 36
 - »Psychisch fit studieren« unter Corona-Bedingungen / 37
 - Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention / 38
 - »Psychisch fit studieren«: Das Angebot / 40
 - Leistungen (Output) und Wirkungen (Outcome) / 42
 - Evaluation / 44
 - Zielerreichung und Ausblick / 48
- 4. Setting Betrieb: »Psychisch fit arbeiten« / 49**
 - Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention / 49
 - Ausblick / 49
- 5. Organisationsprofil Irrsinnig Menschlich e.V. / 50**
 - Allgemeine Angaben / 50
 - Personalprofil / 50
 - Handelnde Personen / 51
 - Governance / 53
- 6. Finanzen / 54**
 - Buchführung und Rechnungslegung / 54
 - Einnahmen und Ausgaben / 54
 - Vermögensrechnung / 55
 - Finanzielle Situation und Planung / 56
- Unterstützen Sie uns! / 57**

Vorwort

Liebe Vereinsmitglieder, Kooperationspartner, Unterstützende und Ehrenamtliche!

2020 war ein verrücktes »Irrsinnig-Menschlich-Jahr«: Unser 20. Geburtstag fiel aus, dafür kam die Covid-19-Pandemie, die uns bis heute in Atem hält. Unsere vier Corona-Joker: Ehrfurcht, gesunder Fatalismus, Geduld und Humor. Damit haben wir uns bis jetzt gut durch die Pandemie bewegt: Menschen begeistert und zusammengehalten, Zuversicht und Hoffnung verbreitet, weitere Förderer gewonnen und neue Projekte gestartet – die Welt ein bisschen verbessert!

Die Coronapandemie zeigt, wie wirksam einfache Präventionsmaßnahmen sind: Seitdem wir uns gründlich die Hände waschen, um uns vor Krankheitserregern zu schützen, treten grippeähnliche Erkrankungen deutlich weniger auf! Das ist das Prinzip von Prävention: individuell und gesellschaftlich Verhalten einüben, das unsere Gesundheit erhält und fördert. Welche langfristigen Folgen die Pandemie auf unsere psychische Gesundheit hat, dazu wird emsig geforscht. Fest steht: Pandemie und Lockdown erschweren nicht nur Prävention und Versorgung, sie haben auch tiefe Löcher in die öffentlichen Kassen gerissen, mit ernsthaften Folgen für die Prävention und die psychiatrisch-psychotherapeutische Versorgung, besonders von Heranwachsenden. Am 26. September 2021 wird der neue Bundestag gewählt. Wir schließen uns der Forderung der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) an: In der Legislaturperiode 2021–2025 der psychischen Gesundheit höchste Priorität einräumen. Denn psychische Erkrankungen sind Volkserkrankungen und eine der größten gesellschaftlichen Herausforderungen unserer Zeit.

Wir danken allen Menschen und Organisationen, die uns fördern und unterstützen, die sich ehrenamtlich engagieren und mit ihrer Arbeit dazu beigetragen haben, dass wir auch 2020 viele (junge) Menschen mit unseren Präventionsangeboten erreichen konnten. Dazu zählen die SKala-Initiative, die Deutsche Bahn Stiftung gGmbH, die Beisheim Stiftung, die Ferry-Porsche-Stiftung, die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt, die Karl-Monz-Stiftung, die Barbara und Wilfried Mohr-Stiftung, die Deutsche Kreditbank AG sowie die Zusagen der Auridis Stiftung gGmbH und der Zalando SE für 2021. Beständig dabei sind unsere öffentlichen Förderer: die Rentenversicherungen, die Unfall- und Krankenkassen sowie das Bundesgesundheitsministerium. Wir freuen uns über den Einstieg der BAHN-BKK mit einer langfristigen Perspektive. Beeindruckt haben uns das Vertrauen und Verständnis, welches uns unsere Förderer in »schwierigen« Zeiten entgegenbringen. So wird die Präventionsarbeit für uns und die mit uns kooperierenden Organisationen sicherer und planbarer. Und wir haben mehr Zeit und Energie für unsere (eigentliche) Arbeit mit Kindern, Teenagern und jungen Erwachsenen.

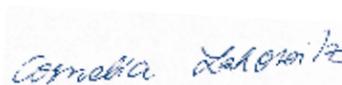
Ehrenamtlicher Vorstand



Prof. Dr. Georg Schomerus



Dr. Regine Schneider



Cornelia Lakowitz

Hauptamtliche Geschäftsführung



Dr. Manuela Richter-Werling



Thomas Baumeister

Vision und Mission

Vision

Seelische Gesundheit ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Jeder Mensch weiß, wie wertvoll seelische Gesundheit ist und wie sie gepflegt werden kann. Auf seelisches Wohlbefinden zu achten, ist für alle selbstverständlich, und niemand wird wegen einer seelischen Krise ausgegrenzt.

Mission

Psychische Erkrankungen beginnen oft schon im Jugendalter. Doch häufig vergehen mehrere Jahre, bis sich Betroffene Hilfe suchen. Die größte Hürde für sie ist die Angst, stigmatisiert zu werden. Mit unserer Präventionsarbeit in Schule, Studium und Arbeit verkürzen wir diese Zeitspanne. Wir helfen Menschen, ihre Not früher zu erkennen, sich nicht zu verstecken und Unterstützung anzunehmen. Gemeinsam mit unseren krisenerfahrenen Expert*innen öffnen wir Herzen, geben Hoffnung und machen seelische Krisen besprechbar.

Nachhaltigkeitsziele

Irrsinnig Menschlich e.V. trägt zur Erfüllung der Ziele der Vereinten Nationen für nachhaltige Entwicklung (SDG) bei und ist Teil des weltweiten Responsible Leaders Network der BMW Foundation Herbert Quandt.



Gegenstand des Berichts

Wir berichten über alle wesentlichen Aktivitäten von Irrsinnig Menschlich e.V. Der Schwerpunkt liegt auf unseren Präventionsprogrammen »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule«, »Psychisch fit studieren« und »Psychisch fit arbeiten« im Jahr 2020.

1. Das Problem und unser Lösungsansatz

Die gesellschaftliche Herausforderung

Psychische Erkrankungen kommen in den besten Familien vor: Wir sitzen alle im gleichen Boot!

Etwa die Hälfte aller Menschen in Deutschland erkrankt im Laufe des Lebens an einer psychischen Krankheit. Jährlich erfüllt mehr als jeder vierte Erwachsene (fast 28 %) in Deutschland die Kriterien einer voll ausgeprägten Erkrankung. Nur eine Minderheit der Betroffenen ist aufgrund ihrer psychischen Beschwerden in Behandlung! Am häufigsten treten Angsterkrankungen, gefolgt von affektiven Störungen wie Depressionen oder solche durch den Konsum von Alkohol oder Medikamenten ausgelösten Erkrankungen auf. Ersten Studien zufolge hat die Coronapandemie psychische Belastungen in der Bevölkerung in den letzten Monaten verstärkt, insbesondere bei Heranwachsenden aus sozial schwachen Familien.¹ Der Zugang zu Prävention und Versorgung ist noch schwieriger geworden.

Was die Psyche krank machen kann

Erkrankt die Psyche, hat das oft mehrere Gründe. Fast immer hat es sowohl mit der Vulnerabilität der einzelnen Person zu tun als auch mit dem, was sie erlebt, d. h. mit sozialen Schutz- und Risikofaktoren. Soziale Faktoren sind nicht nur die Schwäche einzelner Personen, sondern ebenso das Produkt sozialer Faktoren, insbesondere von Ungleichheit. Soziale Umbrüche nehmen zu, deshalb sind vulnerable Bevölkerungsgruppen besonders gefährdet. In Gesellschaften mit großen sozialen Unterschieden treten psychische Erkrankungen häufiger auf.²

Geburt 10–15 % aller »frisch gebackenen« Mütter bekommen eine Wochenbettdepression.

Kindheit und Erbe Eine bestimmte psychische Veranlagung kann genetisch bedingt oder im Laufe der Kindheit erworben sein. Schlimme Ereignisse in dieser Zeit können die Anfälligkeit für Ängste und Depressionen erhöhen.

Stress Sind Menschen über längere Zeit großen Belastungen ausgesetzt, kann das zur Überlastung ihres Gehirns und Nervensystems führen. Was Menschen belastet: Armut, andauernde Konflikte mit anderen Menschen, soziale Isolation, zu viel Arbeit, Krankheit. Etwa die Hälfte aller Depressionen und Angststörungen werden durch negativen Stress ausgelöst.

Kriege und Naturkatastrophen Aktuell sind etwa 80 Mio. Menschen weltweit auf der Flucht, davon 30–34 Mio. Menschen unter 18 Jahren.³

Trauma-Stress Schreckliche Erlebnisse können bei uns Menschen enormen Stress auslösen. Ein Trauma ist immer ein Anschlag auf die menschliche Identität.

Alkohol- und Drogenmissbrauch In fast jeder Familie gibt es mindestens eine Person mit einem Alkohol- oder Drogenproblem. Etwa 3,3 Mio. Menschen in Deutschland gelten als alkoholabhängig.

Tod Wenn wir einen nahestehenden Menschen verlieren, sind wir sehr traurig. Doch manchmal entwickelt sich die Trauer zu einer Depression.

1 Ulrike Ravens-Sieberer et al. (2021): »Impact of the COVID-19 pandemic on quality of life and mental health in children and adolescents in Germany«. In: European Child & Adolescent Psychiatry. DOI: <<https://doi.org/10.1007/s00787-021-01726-5>>.

2 Michael Marmot (2015): *The Health Gap. The Challenge of an Unequal World*. London: Bloomsbury Press.

3 UNHCR (2020): »Statistiken. 79,5 Millionen Menschen waren Ende 2019 weltweit auf der Flucht«. URL: <<https://www.unhcr.org/dach/de/services/statistiken>> (09.04.2021).



Junge und sozial schlechter gestellte Menschen am häufigsten betroffen

Etwa 75 % aller psychischen Erkrankungen beginnen vor dem 25. Lebensjahr. Die Häufigkeit psychischer Erkrankungen folgt dabei einem sozialen Gradienten: Junge und sozial schlechter gestellte Menschen sind häufiger betroffen.⁴ Frühe psychische Probleme, insbesondere Depressionen und Angststörungen, sind für die körperliche und soziale Entwicklung von Heranwachsenden schwerwiegende – nicht selten lebenslange – Erkrankungen.⁵



Unglücksquelle: Jung und psychisch krank

Suizid ist die weltweit zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen zwischen 15 und 29 Jahren. Bis zu 90 % der Suizide lassen sich auf eine psychische Erkrankung zurückführen.⁶



Psychische Erkrankungen betreffen alle Lebensbereiche

Psychische Erkrankungen gehen mit Veränderungen des Denkens und Fühlens, der Wahrnehmung, des Gedächtnisses und des Verhaltens einher. Das hat Auswirkungen auf praktisch alle Lebensbereiche der betroffenen Menschen – und auch auf ihr persönliches Umfeld und die Gesellschaft als Ganzes. Menschen mit psychischen Erkrankungen sind stärker von körperlichen Krankheiten, Stigmatisierung, Diskriminierung, sozialer Isolation, Armut, Arbeitslosigkeit, Frühberentung und Suizid betroffen.⁷



Stigma von Menschen gemacht

Stigma ist kein Krankheitssymptom, sondern ein Ausdruck des gesellschaftlichen Umgangs mit psychischer Krankheit. Wir als Gesellschaft haben es in der Hand, wie gut oder schlecht Menschen mit einer psychischen Krankheit leben können. Um Stigmatisierung abzubauen, braucht es viele Aktive – nicht zuletzt Menschen mit Krankheitserfahrung.



Kassensturz: Ökonomische Herausforderung für das medizinische Versorgungssystem und die Gesellschaft als Ganzes

Psychische Erkrankungen verursachen in Deutschland pro Jahr fast 45 Mrd. Euro an direkten Gesundheitskosten. Tendenz: steigend. Die Gesamtkosten für die Europäische Union werden mit mehr als 450 Mrd. Euro pro Jahr beziffert.⁸

Psychische Probleme bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen müssen früher erkannt, erfolgreicher vermieden, angemessen behandelt und besser bewältigt werden!

Die Ursachenkette der sozialen Probleme, die wir mit unseren Präventionsprogrammen angehen, haben wir mehrfach in vergangenen Jahresberichten dargestellt.⁹

4 DGPPN (Hrsg.) (2018): *Dossier. Psychische Erkrankungen in Deutschland: Schwerpunkt Versorgung.*

URL: <https://www.dgppn.de/_Resources/Persistent/f80fb3f112b4eda48f6c5f3c68d23632a03ba599/DGPPN_Dossier%20web.pdf> (09.04.2021).

5 DAK-Gesundheit / Andreas Storm (Hrsg.) (2019): *Kinder- und Jugendreport 2019. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland.*

Schwerpunkt: *Ängste und Depressionen bei Schulkindern (= Beiträge zur Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung, Bd. 31/2019).* Heidelberg: med-hochzwei Verlag. URL: <<https://www.dak.de/dak/download/report-2169376.pdf>> (09.04.2021). S. 200.

6 World Health Organization (Hrsg.) (2014): *Preventing suicide. A global imperative.*

URL: <<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/131056/9789241564779-ger.pdf?sequence=14&isAllowed=y>> (09.04.2021).

7 Ebenda.

8 DGPPN (Hrsg.) (2018): *Dossier. Psychische Erkrankungen in Deutschland: Schwerpunkt Versorgung.*

URL: <https://www.dgppn.de/_Resources/Persistent/f80fb3f112b4eda48f6c5f3c68d23632a03ba599/DGPPN_Dossier%20web.pdf> (09.04.2021).

9 Für Details siehe: *Jahres- und Wirkungsbericht 2016.*

URL: <<https://www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2017/04/Jahresbericht-Irrsinnig-Menschlich-2016.pdf>> (09.04.2021).

Jahres- und Wirkungsbericht 2017. URL: <https://www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2018/04/Jahresbericht2017IRR_web.pdf> (09.04.2021).

Bisherige Lösungsansätze

In Deutschland gibt es zahlreiche Programme mit dem Ziel, problematischen Verhaltensweisen von Heranwachsenden vorzubeugen. Es liegen jedoch nur wenige Evaluationen vor, die zeigen, welche Programme tatsächlich wirksam sind.¹⁰

Im Bereich der psychischen Gesundheit gibt es vergleichsweise wenige Angebote. Erfolgreich sind das aus Australien adaptierte Programm »MindMatters – Mit psychischer Gesundheit gute Schule machen«, Projekte zur Prävention einzelner Krankheiten wie Depressionen, regionale Antistigma-Arbeit in Schulen z. B. von »Irre menschlich e.V. Hamburg« und das Anti-Stigma-Lernpaket für Schulen von BASTA München. Maßgeschneiderte und evaluierte Angebote für Jugendliche und junge Erwachsene zur Prävention und Entstigmatisierung psychischer Gesundheitsprobleme und zur Förderung des psychischen Wohlbefindens fehlen jedoch weitgehend.

Dennoch wächst aktuell die Bereitschaft verschiedener Akteure, sich im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung von jungen Menschen zu engagieren: Das Kultusministerium Bayern beschloss 2019 ein 10-Punkte-Programm zur Aufklärung über Depressionen und Angststörungen an Schulen.¹¹ Die Integration von »Verrückt? Na und!« wird derzeit geprüft. Das 5. Präventionsforum der Nationalen Präventionskonferenz im Herbst 2020 hat das Thema »Psychische Gesundheit im familiären Kontext« auf die Tagesordnung gesetzt sowie zu einem politikfeldübergreifenden und gesamtgesellschaftlichen Aufbruch in Gesundheitsförderung und Prävention aufgerufen.¹² Eine wichtige Grundlage für die Umsetzung hat die Gesetzliche Krankenversicherung (GKV) mit dem kommunalen Förderprogramm »GKV-Bündnis für Gesundheit für die Umsetzung zielgruppenspezifischer Interventionen für vulnerable Zielgruppen wie Kinder psychisch kranker Eltern« geschaffen. Das sind alles Schritte in die richtige Richtung.¹³

Gründe für die wachsende Bereitschaft zum Engagement sehen wir in den steigenden monetären und sozialen Kosten, die psychische Erkrankungen nach sich ziehen, dem hohen Handlungsdruck in Schule, Ausbildung und Arbeit, den zusätzlichen Belastungen infolge der Coronapandemie und dem seit 2015 gültigen Präventionsgesetz.

10 CTC Communities That Care (2021): »Grüne Liste Prävention – CTC-Datenbank empfohlener Präventionsprogramme«. URL: <<https://www.gruene-liste-praevention.de/nano.cms/datenbank/information>> (09.04.2021).

11 Bayerisches Staatsministerium für Unterricht und Kultus (2019): »10-Punkte-Programm Schulen in Bayern leisten wichtigen Beitrag zur Aufklärung über Depressionen«. URL: <<https://www.km.bayern.de/allgemein/meldung/6530/schulen-in-bayern-leisten-wichtigen-beitrag-zur-aufklaerung-ueber-depressionen.html>> (09.04.2021).

12 Träger der Nationalen Präventionskonferenz (Hrsg.) (2020): *Präventionsforum 2020. Dokumentation*. URL: <https://www.praeventionsforum.org/2020/Praeventionsforum_2020_Dokumentation.pdf> (09.04.2021). S. 33.

13 GKV-Bündnis für Gesundheit (2021): »Förderung zielgruppenspezifischer Interventionen«. URL: <<https://www.gkv-buendnis.de/foerderprogramm/zielgruppenspezifische-interventionen/#:~:text=F%C3%B6rderung%20zielgruppenspezifischer%20Interventionen&ttex=Im%20Jahr%202021%20k%C3%B6nnen%20Kommunen,F%C3%B6rderangebots%20w%C3%BCrden%20wir%20uns%20freuen>> (09.04.2021).

Unser Lösungsansatz

Wir wirken an der Schlüsselstelle und dem Haupthindernis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit: Unser Ziel besteht darin, das Stigma psychischer Erkrankung zu verringern, denn Stigma ist soziales Unrecht, schadet der Gesundheit und ist nicht nur das Problem von psychisch erkrankten Menschen. Wir wollen positive Haltungen aufbauen, Selbststigmatisierung sowie öffentliche und strukturelle Diskriminierung bewusstmachen und nachhaltig reduzieren.

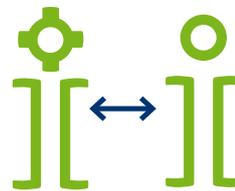
DIE STRATEGIE



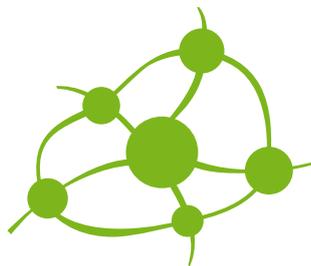
Informieren



Aufklären



Voneinanderlernen



Vernetzen

Die Kombination aus Information, Aufklärung und gleichrangigem Kontakt mit Mitgliedern der stigmatisierten Gruppe erweist sich als vielversprechendste Anti-Stigma-Strategie, insbesondere in der Zielgruppe junger Menschen.¹⁴

Eine große Herausforderung bei der Prävention psychischer Erkrankungen im Vergleich zur Prävention körperlicher Erkrankungen ist, dass Ursachen und Folgen psychischer Erkrankungen wesentlich komplexer und fragmentierter sind. Deshalb braucht es bei der Umsetzung von Präventionsmaßnahmen ein vernetztes und abgestimmtes Vorgehen sowie ein gemeinsames Budget von Gesundheit, Bildung, Arbeit, Soziales und Justiz.

¹⁴ Nicolas Rüsch et al. (2004): »Das Stigma psychischer Erkrankungen. Ursachen, Formen und therapeutische Konsequenzen« (elektronisches Zusatzkapitel). In: Berger, Mathias (Hrsg.): *Psychische Erkrankungen. Klinik und Therapie*. München: Urban & Fischer / Elsevier.
URL: <http://www.berger-psychische-erkrankungen-klinik-und-therapie.de/ergaenzung_ruesch.pdf> (09.04.2021).

Bedarf

Der Bedarf an Präventionsmaßnahmen ist hinreichend begründet durch Daten der Gesundheitsberichterstattung. Die internationale Antistigma-Forschung, Studien zur Mental Health Literacy und zu den psychischen Auswirkungen der Coronapandemie, die Glücksforschung sowie der Erste Präventionsbericht der Nationalen Präventionskonferenz nach § 20d Abs. 4 SGB V von 2019 haben die Relevanz von Präventionsarbeit wie der unsrigen vielfach bestätigt.

Bestätigung

Unsere Präventionsprogramme für Schulen und Hochschulen werden von Schulleitungen, Lehrkräften, Schulsozialarbeiter*innen, Hochschulleitungen, Hochschulmitarbeitenden und Studierenden immer stärker nachgefragt.

Beteiligung

Schüler*innen, Lehrkräfte und Schulleitungen, Studierende, Hochschulmitarbeitende und Hochschulleitungen werden beteiligt, um Prozesse der Gesundheitsförderung in Schule und Hochschule anzustoßen.



»Verrückt? Na und!« in Aktion

Unsere Arbeitsweise

- Wir**
- wirken im Sinne des Setting- und Lebensweltansatzes – in Schule, Hochschule und Arbeit: Ziel ist es, sowohl Rahmenbedingungen zu verändern (Verhältnisse) als auch das individuelle Verhalten.¹⁵ Zentrales Handlungsprinzip ist die Vernetzung mit Partnern verschiedener Sektoren, um Verbundlösungen zu finden.
 - machen Präventionsangebote für Schüler*innen, Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter*innen und Schulleitungen, für Multiplikator*innen aus Gesundheit, Versorgung, Jugendhilfe und Bildung, darüber hinaus für Studierende, Hochschullehrkräfte und Mitarbeitende der Studierendenwerke, für Auszubildende und Auszubildende.
 - bringen tabuisierte Themen leicht zur Sprache, wirken als »Türöffner« und ermutigen die Teilnehmenden und Institutionen, bedürfnis- und lösungsorientiert weiterzuarbeiten.
 - arbeiten stets in Tandems aus Menschen, die Erfahrungen mit psychischen Gesundheitsproblemen und psychischem Wohlbefinden haben – von Berufs wegen und in eigener Sache: fachliche und persönliche Expert*innen. Die Fachexpert*innen kommen aus der Prävention, der Gesundheitsförderung und der psychosozialen Versorgung. Die persönlichen Expert*innen haben selbst psychische Krisen erfahren und gemeistert: Sie studieren, befinden sich in einer Ausbildung, sind berufstätig, arbeitssuchend oder berentet.

Der Nutzen für die Teilnehmenden

- Sie**
- lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen.
 - diskutieren typische Bewältigungsstrategien.
 - hinterfragen Stigmatisierungen, Ängste und Vorurteile gegenüber psychischen Krisen und den davon betroffenen (jungen) Menschen.
 - verbessern ihre Einstellungen und Haltungen.
 - wissen sich und anderen zu helfen.
 - werden dabei unterstützt, sich zu vernetzen und einen gesundheitsförderlichen Umgang miteinander zu pflegen.
 - werden darin bestärkt, sich für psychisches Wohlbefinden in Klasse, Schule, Hochschule, Unternehmen und Familie einzusetzen, z. B. in Gesundheitszirkeln oder Peer-to-Peer-Projekten.

Die Wirkungsfaktoren

- Wir**
- agieren authentisch, offen und lösungsorientiert.
 - setzen auf den Austausch von Lebenserfahrungen und lernen voneinander.
 - orientieren uns an einem ganzheitlichen Konzept von Gesundheit.
 - unterstützen die Teilnehmenden darin, schwierige und tabuisierte Themen in einer wertschätzenden und konstruktiven Art und Weise zu besprechen.
 - reflektieren setting- und altersadäquate Ängste, Vorurteile und Bewältigungsstrategien.
 - tragen zusammen, wer wie unterstützen und helfen kann.
 - ermutigen die jeweiligen Organisationen, die Förderung psychischer Gesundheit als Qualitätsmaßnahme zu betrachten und sich sowohl der Verhaltens- als auch der Verhältnisprävention zu widmen.

¹⁵ GKV-Spitzenverband (Hrsg.) (2020): *Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V*. URL: <https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention__selbsthilfe__beratung/praevention/praevention_leitfaden/Leitfaden_Praevention_2020_barrierefrei.pdf> (09.04.2021).

Die Anwendung

Diesen Lösungsansatz praktizieren wir ...



seit **2001** im Setting Schule:
»Psychisch fit lernen« mit dem Programm
»Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule«,
national und international.



seit **2016** im Setting Arbeit:
»Psychisch fit arbeiten«, auf Kundenanfrage.



seit **2017** im Setting Hochschule:
»Psychisch fit studieren«,
national und seit **2020** auch international.



»Psychisch fit studieren« in Aktion

Unsere Förderer 2020

Stiftungen, Unternehmen, Öffentliche Hand



Beisheim Stiftung



Stadt Leipzig



Karl-Monz-Stiftung



Sozialversicherungsträger

Deutsche Rentenversicherungen mehrerer Bundesländer und mehrere Unfallkassen sind bereits starke Partner. Für ein längerfristiges Engagement gibt es nun bessere Bedingungen: Die Gesetzliche Krankenversicherung (GKV), die Deutsche Rentenversicherung (DRV), die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (GUV) und die Unfallkassen der Länder haben sich in der Nationalen Präventionskonferenz (NPK) zusammengeslossen. Seit 2020 ist »Psychische Gesundheit im familiären Kontext« ein Schwerpunktthema der Nationalen Präventionskonferenz. Ziel ist es, durch ein Zusammenwirken von Akteuren und Sektoren Synergien freizusetzen sowie einen übergreifenden und gesamtgesellschaftlichen Ansatz zu entwickeln. Unser Präventionsprogramm »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule« erweitert um die Zielgruppe Kinder psychisch kranker Eltern passt hier hervorragend als Präventionsbaustein und »Türöffner« zu Schulen.



Förderer international



Skalierungspartner



Fachliche Partner



2. Setting Schule: »Psychisch fit lernen«

Bedarf

Etwa eines von sechs Kindern und Jugendlichen in Deutschland hat eine psychische Erkrankung.¹⁶ Jungen sind etwas stärker betroffen als Mädchen. In sozialökonomisch schlechter gestellten Familien sind psychische Erkrankungen der Kinder fast dreimal häufiger (26 %) als in besser gestellten (9,7 %). Bei etwa 3 Mio. Kindern und Jugendlichen ist ein Elternteil im Laufe eines Jahres von einer psychischen Erkrankung betroffen.¹⁷ Über die Anzahl psychisch erkrankter Geschwisterkinder, weiterer Angehöriger, Nachbarskinder, Mitschüler*innen u. a. liegen keine Daten vor.

In der Schule haben wir die einzigartige Chance, all diese Kinder und Jugendlichen zu erreichen.

Eine 2020 veröffentlichte Studie zeigt, dass Kinder und Jugendliche in Bezug auf das Stigma psychischer Erkrankungen im Vergleich zu Erwachsenen in einer besonderen Lage sind.¹⁸

Kinder und Jugendliche:

- Viele sind selbst betroffen oder haben neu betroffene Teenager in ihrer Umgebung.
- Stigmatisierung findet in einem Machtgefälle statt – zuungunsten der stigmatisierten Gruppe. Teenager haben im Vergleich zu Erwachsenen weniger Macht und einen geringeren sozialen Status.
- Eigene Einstellungen bilden sich erst aus – auch die zu psychischer Krankheit.
- Teenager orientieren sich stärker an Peers: Bei psychischen Krisen sind Eltern als mögliche Ressource eher wenig erwünscht und ggf. verfügbar. Jugendliche befürchten, von Peers als »anders« abgestempelt zu werden und nicht mehr zur Peergroup dazuzugehören. Das erschwert den Umgang mit psychischen Problemen enorm und vermindert die Bereitschaft, sich helfen zu lassen und auch anderen zu helfen.
- Identität und Selbstkonzept sind noch in der Entwicklung begriffen. Dies beeinflusst das Risiko für Selbststigmatisierung im Falle einer eigenen Erkrankung.

Studien zeigen, dass psychisch kranke Kinder und Jugendliche ein noch schlechteres Ansehen in der Allgemeinbevölkerung haben als psychisch kranke Erwachsene. Diese Befunde verdeutlichen, wie zentral es ist, das Stigma bereits im Kindes- und Jugendalter in der Schule präventiv anzugehen. Stigma ist für Teenager die größte Hürde, sich Hilfe bei psychischen Problemen zu suchen. Sie haben Angst vor öffentlicher Stigmatisierung und sozialer Isolation sowie davor, als Schwächling abgestempelt zu werden. Sie schämen sich – auch vor ihren Eltern – und stigmatisieren sich selbst.

Wirksame Programme zur universellen Prävention psychischer Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen in der Schule sollten deshalb folgende Elemente beinhalten:

- Gestaltung durch junge Menschen, die selbst Erfahrungen mit psychischer Krankheit haben.
- Vermittlung von Hoffnung, Mut und Zuversicht. Keine einseitige Konzentration auf Symptome, Diagnosen und Defizite.
- Direkter menschlicher Austausch, verstärkt durch und über soziale Medien.

Das wirksamste Mittel gegen die Entmenschlichung durch Stigmatisierung mit all ihren Folgen ist, Menschen mit psychischen Erkrankungen als MENSCHEN sichtbar zu machen.

Unser Präventionsprogramm »Verrückt? Na und!« beinhaltet diese Elemente und wird als gelungenes Beispiel dafür genannt.¹⁹

¹⁶ Claus Barkmann et al. (2012): »Prevalence of emotional and behavioural disorders in German children and adolescents. A meta-analysis«. In: *Journal of Epidemiology and Community Health* 66(3), S. 194–203. DOI: <<http://dx.doi.org/10.1136/jech.2009.102467>>.

¹⁷ Eva Brockmann et al. (2016): *Schüler mit psychisch kranken Eltern. Auswirkungen und Unterstützungsmöglichkeiten im schulischen Kontext*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. DOI: <<https://doi.org/10.13109/9783666402258>>.

¹⁸ Joseph S. DeLuca (2020): »Conceptualizing Adolescent Mental Illness Stigma. Youth Stigma Development and Stigma Reduction Programs«. In: *Adolescent Research Review* 5(4), S. 153–171. DOI: <<https://doi.org/10.1037/h0080341>>.

¹⁹ Nicolas Rüsçh et al. (2004): »Das Stigma psychischer Erkrankungen. Ursachen, Formen und therapeutische Konsequenzen« (elektronisches Zusatzkapitel). In: Berger, Mathias (Hrsg.): *Psychische Erkrankungen. Klinik und Therapie*. München: Urban & Fischer / Elsevier. URL: <http://www.berger-psychische-erkrankungen-klinik-und-therapie.de/ergaenzung_ruesch.pdf> (09.04.2021). S. 140–143.

Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention

Deshalb »Psychisch fit Lernen«

Schulen und Gesundheitsförderung

Laut einer von uns in Auftrag gegebenen Studie der Universität Leipzig ist das Thema psychische Gesundheit inzwischen in den Schulen angekommen. Zugleich äußern Lehrkräfte selbst einen hohen Bedarf an Information und Aufklärung zum Umgang mit psychischen Krisen und Erkrankungen im Schulalltag sowie zur Förderung ihrer eigenen psychischen Gesundheit, auch in ihrer Vorbildrolle für Schüler*innen und Eltern. Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in Schulen sind in hohem Maße auf die Umsetzungsfähigkeit und -bereitschaft der Lehrkräfte angewiesen. Deshalb gilt es, auch ihre Bedürfnisse mitzubedenken. Mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen, d. h. die Schule selbst gesundheitsförderlich umzugestalten, ist noch Neuland für Schulen.²⁰ **Erschwerend kommt hinzu, dass die Verantwortung für Gesundheit, Jugendhilfe, Bildung und Kultus organisatorisch und strukturell auf Bundes- und Länderebene unterschiedlich gehandhabt wird.**



»Psychisch fit lernen«: Türöffner für Nachhaltigkeit

Mit »Psychisch fit lernen« unterstützen wir Schulen dabei, sich in guten Zeiten auf schwierige Zeiten vorzubereiten. Dazu gehören Schultage, Fortbildungen für Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter*innen und Schulpsycholog*innen, Elternabende sowie Fachveranstaltungen für Organisationen, die am guten Aufwachsen von jungen Menschen interessiert sind. Unsere Präventionsangebote sind niedrigschwellig und können in institutionsübergreifende »Präventionsketten« integriert werden. Unser Ziel im Setting Schule ist es, mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen.

²⁰ Maria Koschig et al. (2018): Abschlussbericht: 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. Leipzig: Universität Leipzig, Medizinische Fakultät, Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health. URL: <www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/VNU_Abschlussbericht_final.pdf> (09.04.2021).

Präventionsprogramm »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule«

Das Programm besteht im Kern aus jeweils klassenweise durchgeführten Schultagen für Schüler*innen sowie Fortbildungen für Lehrkräfte. Die Schultage und Fortbildungen wirken wie »Eisbrecher«, damit sich Schulen auf den Weg machen, mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen. Es ermutigt die Teilnehmenden und Institutionen, bedürfnis- und lösungsorientiert weiterzuarbeiten sowie sich kommunal mit Akteuren aus Gesundheit, Jugendhilfe und Schule zu vernetzen, die sich für psychisches Wohlbefinden und gutes Aufwachsen von jungen Menschen, insbesondere den vulnerablen Gruppen unter ihnen, engagieren.

Das Programm setzt an der Schlüsselstelle und dem Haupthindernis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit an: dem Stigma. Das wollen wir abbauen mit dem Ziel ...

- das Hilfesuchverhalten zu verbessern.
- die Diskriminierung von Betroffenen zu reduzieren.
- das Selbstwertgefühl von jungen Menschen mit psychischen Erkrankungen zu stärken.
- das Selbstwertgefühl von jungen Menschen psychisch kranker Eltern bzw. »Young Carers« stärken. Das sind Kinder und Jugendliche, die Familienangehörige pflegen.

Präventionsmaßnahme vorbereiten

Abspraken mit der Schulleitung, der Klassenlehrkraft, der Schulsozialarbeit und ggf. mit der Schüler*innen- und Elternvertretung

- Auftragsklärung
- Bedarfsermittlung aktuell und nachhaltig
- Klärung des Stellenwerts von Prävention und Gesundheitsförderung in der Schule (Niederschlag im Schulprogramm, Einbindung der Intervention in andere Präventionsmaßnahmen, Beteiligung aller Schulmitglieder etc.)
- Vernetzung mit regionalen Akteuren (Hilfs- und Beratungsstellen, Krisendienste, Behörden u. a.)
- Anbieten von weiterführenden Fortbildungen für Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter*innen und Eltern als Präsenzveranstaltung oder online
- Beteiligung der Schule (organisatorisch, inhaltlich, finanziell)

Präventionsmaßnahme nachbereiten

- Evaluation durch Klassenlehrkräfte und Schüler*innen mittels Fragebögen
- Feedbackgespräch mit den an den Schultagen anwesenden Klassenlehrkräften und Schulsozialarbeiter*innen, Weitergabe der Ergebnisse an die Schulleitung und ggf. weiteres Vorgehen besprechen
- Weitere Bedarfe erkunden und ggf. mit den jeweiligen Akteuren vernetzen – häufige Themen: Kinder psychisch kranker Eltern, Suizidprävention, Gesundheit von Lehrkräften, rechtliche Aspekte bzw. Datenschutz, Gesprächsführung mit belasteten Kindern und Eltern

Ziel ist es, dauerhaft mit den Schulen zu kooperieren, um Prozesse zur Gesundheitsförderung anzustoßen – damit aus Einzellösungen Verbundlösungen werden.

Fortbildungen für Lehrkräfte und weitere Multiplikator*innen

Diese sind bedürfnisorientiert auf die jeweilige Schule bezogen. Im Fokus stehen das Stärken von Schutzfaktoren und das Verringern von Risikofaktoren in Bezug auf jedes einzelne Schulmitglied und die Schule als Organisation. Neben der Stärkung der persönlichen Gesundheitskompetenzen sind häufige Themen:

- Theorie: Daten & Fakten, Definition psychischer Krisen und Erkrankungen
- Sensibilisieren: Warnsignale erkennen
- Psychische Erkrankungen ansprechen, Stigmatisierung entgegenwirken
- Eigene Ängste und Vorurteile reduzieren
- Prävention: Schutzfaktoren stärken – Risiken vermindern
- Nichtstigmatisierende Ansätze in der Schulpräventionsarbeit
- Strategien und Tipps zur Unterstützung betroffener Kinder und Jugendlicher
- Umgang mit Kindern psychisch kranker Eltern
- Förderung psychischer Gesundheit im Unterrichtsalltag (Arbeits- und Lernklima, Zugehörigkeit zur Schulgemeinschaft, nichtstigmatisierende Ansätze für Schüler*innen und Eltern)
- Vernetzung mit Jugendhilfe und Gesundheitsanbietern in der Region

Gesundheitsförderung und Prävention bei allen wichtigen Entscheidungen in der Schule zu berücksichtigen ist ein Prozess, der einen langen Atem, viel Geduld, Ressourcen sowie Kooperation zwischen Gesundheit, Bildung und Jugendhilfe braucht.

Die »Verrückt? Na und!«-Schultage: Türöffner für Verhaltens- und Verhältnisprävention – Gesundheitszirkel klassenweise durchführen.

Zielgruppen

Primärpräventiv:

Klassen ab Klassenstufe 8 aller Schultypen und ihre (Klassen)-Lehrkräfte (Lotsenfunktion ins Hilfesystem).

Sekundärpräventiv:

Bereits betroffene Schüler*innen, Kinder psychisch kranker Eltern, Young Carer.

Ziele der Schultage

Einen gesundheitsförderlichen Umgang miteinander pflegen. Psychische Krisen klassenweise zur Sprache bringen. Stigmatisierung, Ängste und Vorurteile abbauen. Warnsignale erkennen. Zuversicht vermitteln. Lösungswege aufzeigen, wie Schüler*innen und Lehrkräfte gemeinsam Krisen meistern und seelische Gesundheit stärken können, damit alle die Schule schaffen und gute Zukunftsaussichten haben. Ziel ist die Verhaltens- und Verhältnisprävention. Zentrales Handlungsprinzip ist die Vernetzung von Partnern verschiedener Sektoren (Gesundheit, Jugendhilfe, Schule).

Inhalte

Die Teilnehmenden ...

- lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen.
- setzen sich mit jugendtypischen Bewältigungsstrategien auseinander.
- sprechen darüber, wie es ist, wenn Eltern psychisch krank sind, und lernen, dass Kinder keine Schuld an der elterlichen Erkrankung haben.
- hinterfragen Ängste und Vorurteile gegenüber psychischen Krisen.
- erfahren, wo sie Hilfe erhalten, und finden heraus, was ihre Psyche stärkt.
- begegnen Menschen, die psychische Krisen gemeistert haben.

Ausgangspunkt sind die Lebenserfahrungen der Schüler*innen. Häufige Themen: Prüfungsstress, Mobbing, Schulleistungen, Belastung durch Krankheit, Suizid, psychisch kranke und suchtkranke Eltern, Drogen, Alkohol, Zukunftssorgen.

Methodik

Gespräch, Gruppenarbeit, Diskussion, Rollenspiel.

Team

Tandems aus Menschen, die Erfahrungen mit psychischen Krisen und seelischer Gesundheit haben – von Berufs wegen und in eigener Sache: fachliche und persönliche Expert*innen. Die Fachexpert*innen kommen aus der Prävention, Gesundheitsförderung und der psychosozialen Versorgung. Die persönlichen Expert*innen haben selbst psychische Krisen erfahren und gemeistert. Die Begegnung mit ihnen ist der Schlüssel zur Veränderung von Einstellungen und bestenfalls Verhalten.

Kooperationspartner

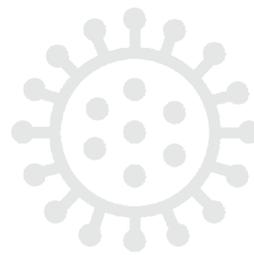
Organisationen, die fachliche Expertise auf den Gebieten psychische Gesundheit, Versorgung, Prävention und Gesundheitsförderung haben, regional bekannt und gut vernetzt sind. Dazu gehören insbesondere Träger der psychosozialen Versorgung. Sie schließen sich in Regionalgruppen zusammen, gewinnen die fachlichen und die persönlichen Expert*innen, werden ausgebildet, informieren Schulen und verantworten die Umsetzung der Schultage an ihrem Standort.²¹

Verbreitung

»Verrückt? Na und!« wird durch Social Franchising verbreitet. Irrsinnig Menschlich e.V. stellt den regionalen Umsetzungspartnern die gesamte Programminfrastruktur bereit. In einer Kooperationsvereinbarung werden Rollen, Aufgaben und Kompetenzen festgehalten. Die Kostenbeteiligung für die Kooperationspartner liegt seit Jahren unverändert bei 500 Euro pro Jahr.

²¹ Für Details siehe: *Leitfaden zur Gründung einer Regionalgruppe*.

URL: https://www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2017/03/Leitfaden-Gr%C3%BCndung-Programmstandort_2020.pdf (09.04.2021).



»Verrückt? Na und!« unter Corona-Bedingungen

Im ersten Quartal 2020 stieg die Anzahl der »Verrückt? Na und!«-Schultage gegenüber dem vergleichbaren Vorjahreszeitraum um 20 % an. Damit setzte sich das Wachstum der vorherigen Jahre fort.

Mit dem ersten Lockdown war damit Schluss: Schulschließungen, Notbetrieb, für Externe wie uns kein Zutritt. In jedem Bundesland andere Regeln, denn Schule ist Ländersache.

Die Folgen der Coronapandemie überwältigen und stressen nicht nur Kinder, Jugendliche und Lehrkräfte, sondern auch unsere Regionalgruppen an den »Verrückt? Na und!«-Standorten in Deutschland, Österreich, Tschechien und der Slowakei.

Ein Teil unserer fachlichen Expert*innen arbeitet in Gesundheitsämtern und ist im Corona-Dauereinsatz, d. h. in der Kontaktpersonennachverfolgung und Beratung von positiv getesteten Personen eingesetzt. Eine hohe Belastung! Dennoch, in den vielen Telefonaten und Online-Treffen des »Verrückt? Na und!«-Netzwerks dominiert(e) eine Frage:

»Wann können wir wieder in die Schulen gehen?«

Das zeigt: Die Motivation ist trotz Krise ungebrochen und wächst sogar noch.



*»Verrückt? Na und!« nur noch mit Maske:
Team-»Selfie« in der großen Pause während
eines »Verrückt? Na und!«-Schultags in Neuss*

Aus der Not eine Tugend machen

Wir entwickelten gemeinsam mit unseren Netzwerkpartnern Online-Formate für unsere Zielgruppen.

- Intern**
- Zur Ausbildung neuer Regionalgruppen an weiteren Standorten
 - Zur Supervision und Fortbildung
- Extern**
- Zur Fortbildung von Lehrkräften und Multiplikator*innen
 - Ein »Verrückt? Na und!«-Onlineschultag für Schüler*innen
 - Workshops für Anleitende und Freiwillige der bundesweiten Freiwilligendienste

Anfragen von Trägern des Freiwilligen Dienstes bezüglich Online-Workshops zur Prävention psychischer Krisen für Freiwillige und Anleitende nahmen 2020 stark zu. Diesen konnten wir leicht nachkommen: Die Teilnehmenden sind über 18 Jahre alt, haben eigene PCs oder Laptops und sind deshalb technisch und datenschutzrechtlich unkompliziert erreichbar.

Unser Angebot für Schüler*innen war auch aufgrund der fehlenden technischen Voraussetzungen der Schulen leider kaum umsetzbar.

Die Feedbacks der Teilnehmenden zeigen, dass wir auch online überraschen, überzeugen und begeistern:

Feedbacks aus Online-Workshops in Corona-Zeiten



»Ich möchte mich bei Ihnen für das Seminar am Dienstag bedanken. Sie haben mich dazu ermutigt und bewegt, mich um psychologische Hilfe zu kümmern.«

»Vielen Dank für den offenen Austausch. Ihr habt mir Mut gemacht, mich aus meiner Depression rauszuziehen, und mir gezeigt, dass ich nicht allein bin.«

»Offen, freundlich, sensibel. Gerade für uns junge Menschen ist es wichtig, offen darüber zu sprechen, weil man sich doch nicht so traut, auf jemanden zuzugehen oder sich selbst Hilfe zu suchen.«

Leistungen (Output) und Wirkungen (Outcome)

Neue Programmstandorte 2020



Deutschland 6

Bayern: Amberg

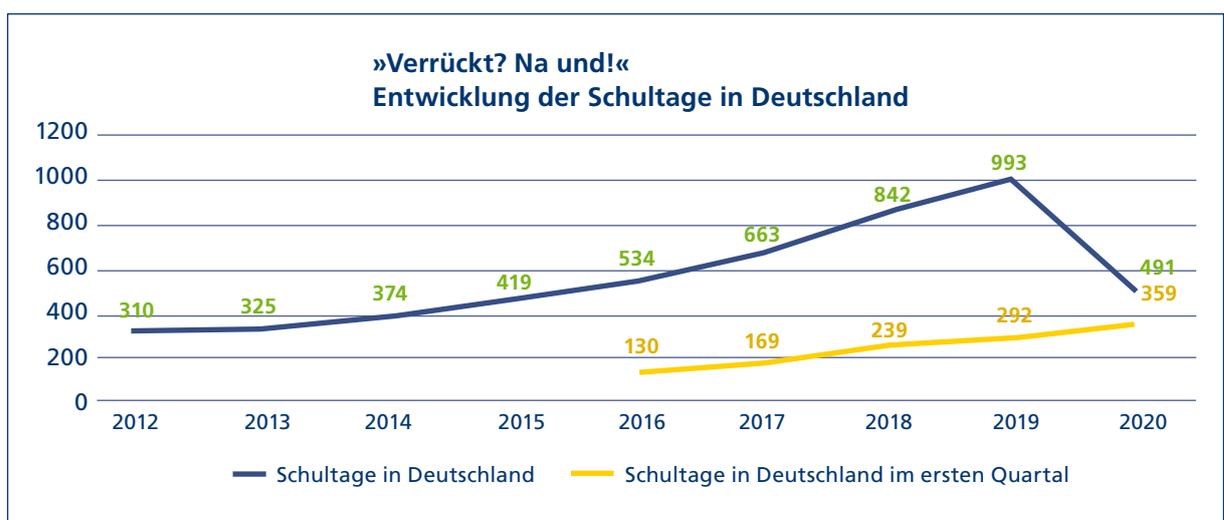
Niedersachsen: Rotenburg (Wümme)

Mecklenburg-Vorpommern:

Landkreis Nordwestmecklenburg,
Landkreis Vorpommern-Rügen Süd,
Landkreis Vorpommern-Rügen Nord,
Hansestadt Rostock

Output Deutschland 2020

Reichweite Deutschland	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Schultage	374	449	534	663	842	998	491
Schüler*innen	11.200	12.600	15.000	18.000	23.000	26.000	13.000
Standorte	53	61	56	64	67	78	86
Schultage pro Standort	7,1	7,4	9,5	10	12,5	12,8	5,7
Fortbildungen für Lehrkräfte, Eltern, Multiplikator*innen	78	74	86	63	39	56	34



Bis zur Schließung der Schulen ab 2020 stieg die Anzahl der »Verrückt? Na und!«-Schultage gegenüber dem vergleichbaren Vorjahreszeitraum um 20 % an. Damit setzte sich das Wachstum der vorherigen Jahre fort.

Output International 2020

	2017	2018	2019	2020
ÖSTERREICH				
Schultage	107	128	190	91
Schüler*innen	3.000	3.600	4.900	2.450
TSCHECHIEN				
Schultage	63	83	130	9
Schüler*innen	1.800	2.300	3.400	270
SLOWAKEI				
Schultage	15	7	13	0
Schüler*innen	400	200	300	0
Summe Schultage	185	218	333	100
Summe Schüler*innen	5.200	6.000	8.600	2.720

»Verrückt? Na und!« rechnet sich für die Gesellschaft

In die Prävention von psychischen Erkrankungen zu investieren, lohnt sich für die Gesellschaft. Dafür gibt es neben der ethischen Verpflichtung, vermeidbares Leid zu verhindern, insbesondere ökonomische Gründe. Ökonomisch am sinnvollsten sind Präventionsmaßnahmen für Kinder und Jugendliche, denn so werden weniger von ihnen die arbeitslosen und kranken Menschen von morgen sein.²²

McKinsey & Company und Ashoka haben 2019 vier soziale Innovationen hinsichtlich ihres ökonomischen Potenzials untersucht. Unser Präventionsprogramm im Setting Schule, das Einstellungen verbessert und Zugangsbarrieren zum Hilfesystem verringert, gehört dazu.

Das Ergebnis:

80 Mio. Euro weniger Folgekosten für jeden Prozentpunkt an erkrankten Schüler*innen in Deutschland, die sich in einem Jahrgang aufgrund der Teilnahme am Programm in frühzeitige Behandlung begeben.²³

Was eine frühere Inanspruchnahme von Hilfe für die Zukunft von jungen Menschen bedeutet, haben 2018 Verhaltensökonominnen um Professor Andrew E. Clark von der Paris School of Economics formuliert:

Wie glücklich sich 16-jährige Jugendliche fühlen werden, wenn sie 20 Jahre älter sind, wird durch nichts so treffsicher vorhergesagt, wie durch ihren seelischen Gesundheitszustand mit 16.²⁴

Jung + psychisch krank + keine (passende) Hilfe + niedriger sozialökonomischer Status = substantzieller Verlust von Jahren mit Gesundheit!²⁵

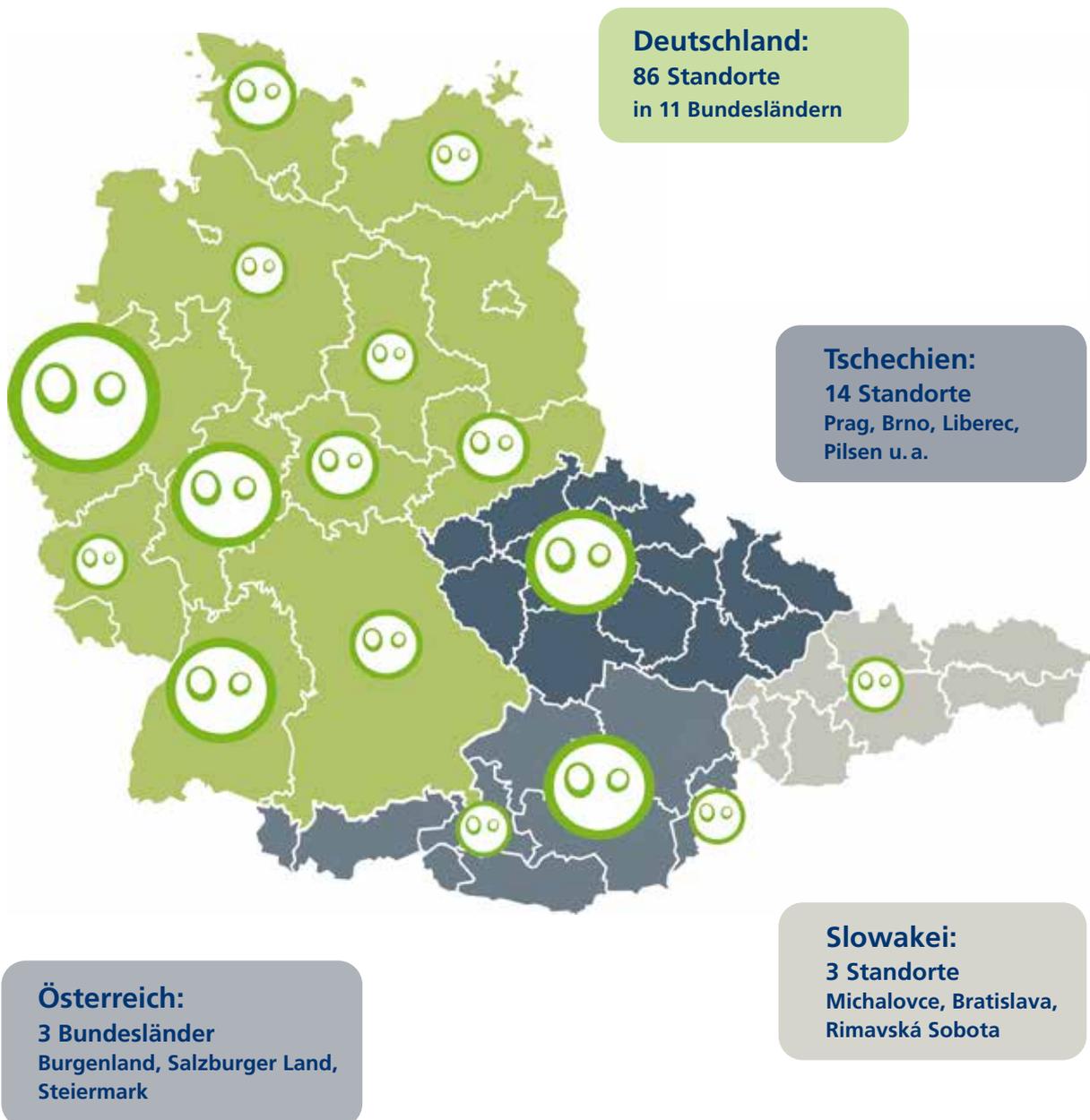
22 Nicolas Rüscher et al. (2004): »Das Stigma psychischer Erkrankungen. Ursachen, Formen und therapeutische Konsequenzen« (elektronisches Zusatzkapitel). In: Berger, Mathias (Hrsg.): *Psychische Erkrankungen. Klinik und Therapie*. München: Urban & Fischer / Elsevier. URL: <http://www.berger-psychische-erkrankungen-klinik-und-therapie.de/ergaenzung_ruesch.pdf> (09.04.2021). S. 197–200.

23 Ashoka Deutschland gGmbH / McKinsey & Company, Inc. (Hrsg.) (2019): *Wenn aus klein systemisch wird. Das Milliardenpotenzial sozialer Innovationen*. URL: <https://www.mckinsey.de/publikationen/2019-03-14---ashoka-wenn-aus-klein-systemisch-wird#signin/download/%2F-%2Fmedia%2Fmckinsey%2Flocations%2FEuropa%20and%20middle%20east%2Fdeutschland%2Fnews%2Fpresse%2F2019%2F2019-03-15%20ashoka-studie%20-%20wenn%20aus%20klein%20systemisch%20wird%2F2019_ashoka_mckinsey_studie_wenn%20aus%20klein%20systemisch%20wird.pdf> (09.04.2021).

24 Andrew E. Clark et al. (2018): *The Origins of Happiness. The Science of Well-Being over the Life Course*. Princeton: Princeton University Press.

25 DAK Forschung / Mark Dankhoff (Hrsg.) (2019): *Kinder- und Jugendreport 2019 Sachsen. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Sachsen. Schwerpunkt: Ängste und Depressionen bei Schulkindern*. URL: <<https://www.dak.de/dak/download/kinder-und-jugendreport-sachsen-2179806.pdf>> (09.04.2021). S. 145.

»Verrückt? Na und!«-Programmstandorte



Regionale Kooperationspartner national





VERRÜCKT?
NA UND!



Regionale Kooperationspartner international



Qualitätssicherung

Das Programm erfüllt die zentralen Qualitätskriterien der gesetzlichen Krankenkassen, wie im »Leitfaden Prävention« definiert.²⁶

Verrückt? Na und!« ist in den wichtigsten aktuellen Publikationen und Datenbanken für gelungene, etablierte Prävention und Gesundheitsförderung aufgenommen. Das Programm wird als Beispiel für Deutschland aufgeführt, um Mental Health Literacy von Kindern und Jugendlichen zu fördern.

2020 Nicolas Rüscher et al. (2021): *Das Stigma psychischer Erkrankung. Strategien gegen Ausgrenzung und Diskriminierung*. München: Urban & Fischer / Elsevier. S. 247.

2019 Träger der Nationalen Präventionskonferenz (Hrsg.) (2019): *Erster Präventionsbericht nach § 20d Abs. 4 SGB V*. S. 204.²⁷

Deutscher Bundestag (Hrsg.) (2019): *Abschlussbericht der Arbeitsgruppe »Kinder psychisch- und suchterkrankter Eltern*. S. 31.²⁸

DAK-Gesundheit / Andreas Storm (Hrsg.) (2019): *Kinder- und Jugendreport 2019. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Schwerpunkt: Ängste und Depressionen bei Schulkindern (= Beiträge zur Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung, Bd. 31/2019)*. Heidelberg: medhochzwei Verlag. S. 200.²⁹

2014 Grüne Liste Prävention – CTC-Datenbank empfohlener Präventionsprogramme.³⁰

2012 Wirkt-Siegel von PHINEO im Themenfeld Depression.³¹

2009 Modellprojekt zur Umsetzung der nationalen Gesundheitsziele »Gesund aufwachsen« und »Depressive Erkrankungen verhindern«.³²



²⁶ GKV-Spitzenverband (Hrsg.) (2020): *Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V*. URL: <https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention/praevention_leitfaden/Leitfaden_Praevention_2020_barrierefrei.pdf> (09.04.2021).

²⁷ URL: <https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention/praevention_npk/praeventionsbericht_1/NPK-Präventionsbericht_2019_WEB_barrierefrei.pdf> (09.04.2021).

²⁸ URL: <<http://dip21.bundestag.de/dip21/btd/19/160/1916070.pdf>> (09.04.2021).

²⁹ URL: <<https://www.dak.de/dak/download/report-2169376.pdf>> (09.04.2021).

³⁰ CTC Communities That Care / Landespräventionsrat Niedersachsen (Hrsg.) (2021): *Grüne Liste Prävention. Verrückt? Na und! Programm zur Prävention psychischer Krisen und zur Förderung der seelischen Gesundheit*. URL: <<https://www.gruene-liste-praevention.de/najax/pdf.cms?XA=programm&XID=74&a=.pdf>> (09.04.2021).

³¹ PHINEO gAG (2019): »Verrückt? na und! Seelisch fit in der Schule. Das Projekt wurde mit dem Wirkt-Siegel prämiert: August 2012«.

URL: <<https://www.phineo.org/empfohlene-projekte/verr%C3%BCckt-na-und-seelisch-fit-in-der-schule>> (09.04.2021).

³² Gesellschaft für Versicherungswissenschaft und -gestaltung e.V. (2021): »Präventionsprogramm »Verrückt? Na und!««. URL: <<https://gesundheitsziele.de/modellprojekt>> (09.04.2021).

Sowohl Dr. Manuela Richter-Werling, die Initiatorin von »Verrückt? Na und!«, als auch das Programm und seine Umsetzung durch regionale Akteure des Gesundheitswesens wurden mehrfach ausgezeichnet:



- 2016** Dr. Manuela Richter-Werling wird Making-More-Health-Fellow.
- 2015** Großer Präventionspreis der Stiftung für gesundheitliche Prävention Baden-Württemberg.
- 2014** 1. Platz in der Kategorie »Wirkung«² im Rahmen des vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Forschungs- und Praxisprojekts »Soziale Innovationen in Deutschland«.
- 2013** Hessischer Gesundheitspreis.
DGPPN-Antistigma-Preis.
- 2011** 2. Preis »Gesundes Land NRW«.
Dr. Manuela Richter-Werling wird eine der »150 Verantwortlichen« der Robert Bosch Stiftung.
- 2009** Dr. Manuela Richter-Werling wird Ashoka-Fellow.

Unsere wichtigsten Qualitätskriterien auf operativer Ebene

Schulen bewerten die »Verrückt? Na und!«-Schultage durchweg positiv.



Wiederbuchen

85 % der Schulen, die »Verrückt? Na und!« erlebt haben, kooperieren dauerhaft. 2019: 77 %.



Krisenfest

90 % Schultage, in denen Schüler*innen Krisenauswegweiser für ihre Region bekommen.



Nachhaltig

91 % der Schultage sind mit Nachhaltigkeitsfaktoren verbunden.

- Lotsenfunktion: Vermittlung von gefährdeten Schüler*innen in Hilfe und Beratung.
- Coaching, Fortbildung, Gesundheitszirkel für Lehrkräfte.
- Bestellen von themenspezifischem Material für Unterricht & Fortbildung.
- Integration von Prävention psychischer Krisen und Förderung psychischer Gesundheit in das Schulprogramm.



Wertvoll

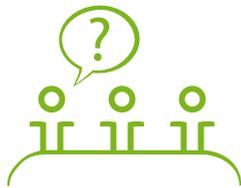
49 % der Schulen beteiligen sich finanziell am Schultag.

Unsere zentralen Qualitätssicherungsinstrumente



Reinkommen

Ausbildung,
Hospitation, Training –
auch online



Dranbleiben

Intervision, Supervision,
Fortbildung –
auch online



Netzwerke

Treffen regional,
landesweit, national,
international



Entwickeln

Online-Formate
für Schulen und Träger
der Freiwilligendienste

»Verrückt? Na und!« – Gesellschaftliche Wirkung

	Output  →	Outcome/Impact → 
Schüler*innen 	Die Zahl der Schultage steigt jährlich um 20 %. Die Teilnehmenden betrachten die Auseinandersetzung mit psychischer Gesundheit, Krisen und Hilfsangeboten als sehr nützlich für ihr Leben .	Stigmatisierung, Ängste, Vorurteile nehmen ab. Wissen zu Warnsignalen, Bewältigungsstrategien, Hilfsangeboten nimmt zu. Durch frühzeitiges Hilfesuchen werden psychische Erkrankungen seltener chronisch. 10 % suchen direkt nach dem Schultag Hilfe bei Lehrkräften.
Klassen 	Mehr Achtsamkeit, Vertrauen und Zuversicht hinsichtlich des gemeinsamen Lösens von Problemen.	Offenerer Umgang mit Problemen, mehr Unterstützung und Lösungsorientierung: besseres Klassenklima, mehr Schulerfolg .
Schulen 	Mit 80 % der Schulen besteht eine langfristige Kooperation. Neue Kooperationen werden ausgebaut. Klassenlehrkräfte werden für Schüler*innen zu ersten Ansprechpartnern im Falle von Krisen.	Mehr Fortbildungen für das Kollegium, Aufbau interner und externer Unterstützungsstrukturen, mehr Handlungsoptionen für den Umgang mit gefährdeten Schüler*innen. Psychische Gesundheit wird ins Schulprogramm integriert.
Gesundheits- und Bildungssystem 	Schulen vernetzen sich mit Einrichtungen aus den Bereichen Jugendhilfe, Prävention und Gesundheit. Sie erkennen den Nutzen des Angebots und implementieren es in die kommunalen Strukturen.	Gesellschaft ändert sich: Abbau von struktureller Stigmatisierung. Gleichberechtigte Teilnahme am Leben. Persönliches Leid nimmt ab. Gesellschaftliche Kosten sinken.

Evaluation

»Verrückt? Na und!« wirkt: Informierte und aufgeklärte Schüler*innen und Lehrkräfte

MEHR WISSEN

96 % der Schüler*innen haben mehr Wissen zur psychischen Gesundheit.

KRISENFESTER

75 % der Schüler*innen können Krisen künftig besser begegnen. Ihre Vorbilder: die persönlichen Expert*innen.

MUTMACHER

97 % der Schulen sagen, das schwierige Thema »Psychische Gesundheit« werde leicht vermittelt.

PROBLEMLÖSER

Schulen buchen »Verrückt? Na und!« insbesondere bei Problemen in Klasse und Schule mit Drogen- und Alkoholkonsum, Verhaltensauffälligkeiten sowie psychischen Krisen.³³

85 % der Schulen geben an, »Verrückt? Na und!« reduziere Ängste.

Die unmittelbare Wirkung aus Sicht der Lehrkräfte:

Lehrkräfte werden krisenfester

»In dieser Situation [Anm.: Suizidfall an der Schule] waren die Lehrkräfte, die am Programm bereits teilgenommen hatten, besser geschult und vorbereitet.«

Lehrkräfte erhalten Beratung

»Programm bietet Beratung für Lehrkräfte, 1:1-Betreuung für Beratungslehrkräfte ist toll.«
»Lehrkräfte können häufig nicht mit dem Thema psychische Gesundheit umgehen und sind überfordert.«

Mehr Nähe zwischen Schüler*innen und Lehrkräften entsteht

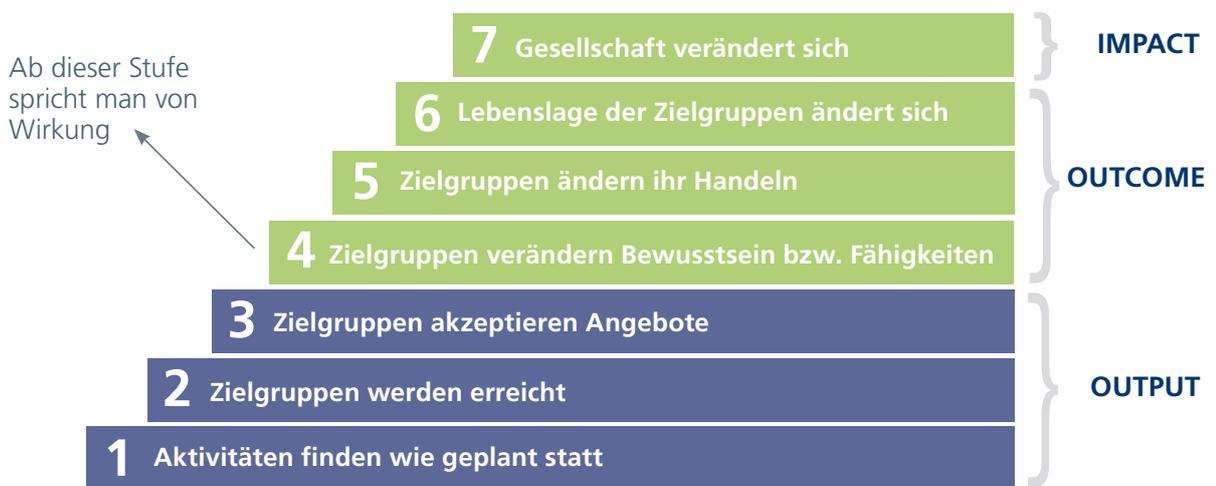
»Die Lehrkräfte haben selbst viel am »Verrückt? Na und!«-Schultag gelernt und die eigenen Schüler*innen neu kennengelernt.«

³³ Maria Koschig et al. (2018): Abschlussbericht: 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. Leipzig: Universität Leipzig, Medizinische Fakultät, Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health. URL: <www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/VNU_Abschlussbericht_final.pdf> (09.04.2021).

Zielerreichung und Ausblick

Zielerreichung

Die Systematik der Ziele entspricht dem Stufenmodell der PHINEO gAG.³⁴



2020 haben wir aufgrund der Folgen der Coronapandemie unsere Output-Ziele nur teilweise erreicht.

Stufe 1: Aktivitäten finden wie geplant statt.

Die Aktivitäten konnten nicht wie geplant stattfinden und die Zielgruppen nicht im Umfang der vergangenen Jahre erreicht werden.

Stufe 2: Zielgruppen werden erreicht.

Die Zahl der beteiligten Schüler*innen und Lehrkräfte stieg um 20 % im ersten Quartal 2020.

Stufe 3: Zielgruppen akzeptieren Angebote.

Schüler*innen und Lehrkräfte finden den Schultag nützlich für ihr Leben. Sie beurteilen die inhaltliche Auseinandersetzung mit psychischer Gesundheit, Krisen und Hilfsangeboten sowie den Erfahrungsaustausch mit fachlichen und persönlichen Expert*innen als sehr gut. Mit 85 % der durchführenden Schulen besteht 2020 eine langfristige Kooperation.

³⁴ PHINEO gAG (Hrsg.) (2018): *SKala-Initiative Tätigkeitsbericht 2018*.

URL: <http://www.skala-initiative.de/fileadmin/DATEN/PDF/SKala-Initiative_Taetigkeitsbericht_2018.pdf> (09.04.2021). S. 14.

2020 haben wir alle drei Outcome-Ziele erreicht.

Die vorliegenden Evaluationsergebnisse unserer Programme und vergleichbare internationale Ansätze zeigen schlüssig, dass ein Programm wie »Verrückt? Na und!« auch diese Ziele erfüllt.³⁵

Stufe 4: Zielgruppen verändern ihre Fähigkeiten, ihre Haltung oder erlangen neues Wissen.

Stigmatisierung, Ängste und Vorurteile bei Schüler*innen und Lehrkräften nehmen ab. Ihr Wissen zu Frühwarnzeichen, nützlichen Bewältigungsstrategien und professionellen Hilfsangeboten nimmt zu.

Stufe 5: Zielgruppen ändern ihr Handeln.

Schüler*innen gehen offener mit Problemen um und suchen eher Hilfe bei Lehrkräften und nutzen externe Hilfsangebote. Sie unterstützen Mitschüler*innen mit (psychischen) Problemen, was zu einem besseren Klassenklima führt. Lehrkräfte organisieren Fort- und Weiterbildungen für das Kollegium, um mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen, bauen intern Unterstützungsstrukturen auf, eröffnen mehr Handlungsoptionen für den Umgang mit gefährdeten Schüler*innen und integrieren psychische Gesundheit in das Schulprogramm.

Stufe 6: Lebenslage (sozial, finanziell, gesundheitlich etc.) der Zielgruppen ändert sich.

Durch frühe Wege ins Hilfesystem kommt es seltener zur Chronifizierung psychischer Krisen in der Adoleszenz wie Depression, Angststörungen, Substanzmittelmissbrauch.

Impact-Ziel

Stufe 7: Gesellschaft verändert sich.

Eine für seelisches Wohlergehen, Krisen und Erkrankungen offene Gesellschaft reduziert Stigmatisierungen und ermöglicht jungen Menschen, unabhängig von psychischer Erkrankung, gleichberechtigt am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben und ihre Potenziale zu entfalten. Indem gefährdete Jugendliche früh Hilfen in Anspruch nehmen, können gesundheitliche Folgekosten reduziert werden.

Ausblick

Mit »Verrückt? Na und!« als »Eisbrecher« niedrigschwellig einsteigen. Prozesse und Strukturen für den kommunalen Gesundheitsförderungsprozess anstoßen und voranbringen.

2021 wird weiterhin von den Folgen der Coronapandemie geprägt sein. Deshalb konzentrieren wir uns weniger auf Skalierung, als vielmehr auf einen Restart, sobald Präsenzveranstaltungen in Schulen wieder möglich sind.

Ziele 2021

Netzwerk stabilisieren

Um das Netzwerk unserer Kooperationspartner zu stabilisieren, werden wir in der ersten Jahreshälfte besonders in die Stärkung der Strukturen z. B. der Länderkoordination sowie in die Aus- und Weiterbildung fachlicher und persönlicher Expert*innen investieren.

³⁵ Ines Conrad et al. (2009): »Crazy? So what!« A school programme to promote mental health and reduce stigma: Results of a pilot study«. In: *Health Education* 109(4), S. 314–328. DOI: <<https://doi.org/10.1108/09654280910970893>>.
Ines Conrad et al. (2010): »Präventiv und stigmareduzierend? Evaluation des Schulprojekts »Verrückt? Na und!««. In: *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie* 58(4), S. 257–264. DOI: <<https://doi.org/10.1024/1661-4747/a000036>>.
Beate Schulze et al. (2003): »Crazy? So what! Effects of a school project on students' attitudes towards people with schizophrenia«. In: *Acta psychiatrica Scandinavica* 107(2), S. 142–150. DOI: <<https://doi.org/10.1034/j.1600-0447.2003.02444.x>>.

Restart vorbereiten, Bedarfe ermitteln

Die Coronapandemie stellt Schulen vor neue Herausforderungen und verändert möglicherweise auch Präventionsbedarfe. Um gut darauf vorbereitet zu sein, haben wir das Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) an der Medizinischen Fakultät der Universität Leipzig beauftragt, eine Schulbefragung durchzuführen, damit »Verrückt? Na und!« die Veränderungen durch die Pandemie adäquat berücksichtigt.

Onlineangebote ausbauen

Wann wieder Präsenzveranstaltungen von externen Anbieter*innen wie uns in Schulen möglich sein werden, ist ungewiss (Stand 03/2021). Deshalb ist ein Schwerpunkt unserer Arbeit der Ausbau von Onlineangeboten für Schüler*innen, Lehrkräfte und (Schul-)Sozialarbeiter*innen.

Neue Zielgruppen

Präventionsangebote für Schüler*innen, Lehrkräfte und Schulleitungen in Grund- und Berufsschulen.

Finanzierung

Eine stabile Finanzierungsstrategie für unsere Kooperationspartner in den Kommunen und Landkreisen: Gute Chancen dafür bietet das Förderprogramm der Gesetzlichen Krankenversicherung für vulnerable Zielgruppen. Wir unterstützen unserer Kooperationspartner bei der Antragstellung für das GKV- Förderprogramm und schaffen auf Basis der ersten bewilligten Förderanträge eine Blaupause für das gesamte »Verrückt? Na und!«-Netzwerk.

International

Unter Führung von Fokus Praha, unserem Kooperationspartner in Tschechien, beteiligen wir uns an einem internationalen Projekt von Erasmus+. Ziel ist es, den internationalen Austausch zu guter Praxis zu stärken, um das Qualitätsmanagement von »Verrückt? Na und!« zu vereinheitlichen und weiterzuentwickeln sowie eine transnationale Lenkungsgruppe für die weitere Skalierung auf EU-Ebene zu gründen. Folgende Organisationen nehmen teil: Integra o.z. aus der Slowakei, Fokus Praha aus Tschechien, der Dachverband der psychosozialen Vereine und Gesellschaften Steiermark aus Österreich und Irrsinnig Menschlich e.V.



»Verrückt? Na und!«: Auftaktmeeting zum internationalen Erasmus+-Projekt

Schirmherrschaften von »Verrückt? Na und!« 2020



Manfred Lucha
Baden-Württemberg
Minister für Soziales und
Integration
(© MSI Baden-Württemberg)



Kai Klose
Hessen
Minister für Soziales und
Integration
(© HMSI)



Grant Hendrik Tonne
Niedersachsen
Minister für Kultus
(© Philipp von Ditfurth / Presse- und
Informationsstelle der
Niedersächsischen Landesregierung)



Karl-Josef Laumann
Nordrhein-Westfalen
Minister für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
(© MAGS NRW)



Sabine Bätzing-Lichtenthäler
Rheinland-Pfalz
Ministerin für Soziales, Arbeit,
Gesundheit und Demografie
(© MSAGD/Dennis)



Dr. Stefanie Hubig
Rheinland-Pfalz
Ministerin für Bildung
(© Georg Banek)



Petra Köpping
Sachsen
Ministerin für Soziales
und Gesellschaftlichen
Zusammenhalt
(© Pawel Sosnowski)



Petra Grimm-Benne
Sachsen-Anhalt
Ministerin für Arbeit,
Soziales und Integration
(© MS Sachsen-Anhalt)



Karin Prien
Schleswig-Holstein
Ministerin für Bildung,
Wissenschaft und Kultur
(© Frank Peter)



Dr. Heiner Garg
Schleswig-Holstein
Minister für Soziales,
Gesundheit, Jugend, Familie
und Senioren
(© Thomas Eisenkrätzer)



Heike Werner
Thüringen
Ministerin für Arbeit,
Soziales, Gesundheit,
Frauen und Familie
(© TSK/U. Koch)



Helmut Holter
Thüringen
Minister für Bildung,
Jugend und Sport
(© Jacob Schroeter)

Modellprojekt »Kinder psychisch kranker Eltern in der Schule«

Projekttitle

Erweiterung des Präventionsprogramms »Verrückt? Na und!« im Setting Schule um die Thematik »Kinder psychisch kranker Eltern«.

Förderer und Laufzeit

Bundesministerium für Gesundheit (BMG), 01.10.2019 bis 30.06.2021

Im »Abschlussbericht der Arbeitsgruppe Kinder psychisch- und suchtkranker Eltern« der Bundesregierung 2020 wird »Verrückt? Na und!« als einziges Praxisbeispiel für ein primärpräventives Angebot genannt und empfohlen. Folgerichtig ergab sich daraus der Auftrag, in einem Modellprojekt zu erkunden, wie die vulnerable Zielgruppe im Setting Schule durch Präventionsprojekte wie »Verrückt? Na und!« am besten angesprochen und unterstützt werden könne.³⁶

Gesellschaftliche Herausforderung

Schule und Lehrkräfte als Schutzfaktor für Kinder psychisch erkrankter Eltern

Forscher*innen gehen davon aus, dass in Deutschland bei ca. 3 Mio. Kindern ein Elternteil im Laufe eines Jahres von einer psychischen Störung betroffen ist. Von diesen Kindern gehen 2 Mio. zur Schule. Geschätzt wird, dass in jeder Schulklasse zwischen 2 und 5 Kinder einen Vater oder eine Mutter haben, die an einer Angststörung, einer Depression oder einer anderen psychischen Erkrankung leiden. Etwa 280.000 Schüler*innen erleben, dass ihre Eltern oder ein Elternteil psychiatrisch ambulant oder stationär behandelt werden.³⁷ Kinder, die in einer Familie mit einem psychisch kranken Elternteil aufwachsen, sind auch von der elterlichen Krankheit betroffen: Durch genetische, individuelle und psychosoziale Faktoren sind sie einem erhöhten Risiko ausgesetzt, selbst psychisch zu erkranken. Die Erkrankungen der Eltern haben oft zur Folge, dass die betroffenen Kinder unter Schwierigkeiten im emotionalen und kognitiven Bereich wie z. B. Verhaltensauffälligkeiten und Lernschwierigkeiten in der Schule leiden. Lehrkräfte sind oft die Ersten, denen das auffällt (Lotsenfunktion ins Hilfesystem).³⁸

Schulen besser vorbereiten

Auf Auswirkungen für diese Kinder und Eltern sind Schulen kaum vorbereitet, und auch Unterstützungsmöglichkeiten fehlen weitestgehend. Infolge des Mangels an Wissen und guter Praxis herrschen oft Verunsicherung, Unterschätzung der Gefährdung oder gar ein »Gebot des Schweigens« vor. Die Schule wird dann zur Ressource für Kinder psychisch kranker Eltern, wenn Lehrkräfte aufmerksam hinschauen, die Probleme gegenüber dem Kollegium, Kindern und Eltern angemessen benennen sowie professionelle Unterstützung organisieren. Und noch etwas kommt hinzu: Die Schule kann Kindern psychisch kranker Eltern Halt geben, der ihnen in der Familie häufig fehlt. In der Schule findet Normalität statt, wird die Welt in »richtig« und »falsch« eingeteilt. Wenn es gelingt, behutsam und wertschätzend auf sie einzugehen, kann das für Kinder psychisch kranker Eltern sehr hilfreich sein sowie ihnen Struktur und Orientierung geben.

Projektziele

Ziel ist es, in der Schule die psychische Gesundheit von Kindern psychisch kranker Eltern zu stärken und zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen beizutragen. Wir schulen unsere Kooperationspartner im Umgang mit der Zielgruppe, erweitern unsere Umsetzungsmanuals, entwickeln und versenden Aufklärungsmaterial an Schulen und bieten Schulen Veranstaltungen zu diesem Thema an.

³⁶ AFET-Bundesverband für Erziehungshilfe e.V. (Hrsg.) (2020): *Abschlussbericht. Arbeitsgruppe Kinder psychisch- und suchtkranker Eltern*.

URL: <<https://www.ag-kpke.de/wp-content/uploads/2020/02/Abschlussbericht-der-AG-Kinder-psychisch-kranker-Eltern.pdf>> (09.04.2021). S. 32.

³⁷ Eva Brockmann et al. (2016): *Schüler mit psychisch kranken Eltern. Auswirkungen und Unterstützungsmöglichkeiten im schulischen Kontext*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. DOI: <<https://doi.org/10.13109/9783666402258>>.

³⁸ Johannes Jungbauer et al. (Hrsg.) (2018): *Unsichtbare Narben. Erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern berichten (= BALANCE erfahrungen, Bd. 22/2018)*. Köln: BALANCE buch + medien.



VERRÜCKT?
NA UND!

Es ist niemals Schuld der Kinder!

Unsere Mutter leidet an Depression



»Wir sind Zwillinge. Letztes Jahr haben wir die Schule beendet. Seitdem kümmern wir uns von früh bis spät um unsere Mutter. Sie hat Depressionen. Manchmal spricht sie davon sich umzubringen. Unser Vater hat uns schon lange verlassen. Also sind wir dran: Haushalt, Kochen, Einkaufen, Wäsche, Arztbesuche, Trösten, Aufmuntern, Aufpassen. Die Anderen aus unserer Klasse studieren, machen eine Ausbildung oder probieren sich aus. Wir haben oft Angst um unsere Mutter und auch um uns. Was soll bloß werden?«
Kostja und Elena, 17



»Niemand hat etwas gesagt, obwohl alle wussten, dass Mama krank ist.«
Jascha, 12

Wenn Deine Mutter oder Dein Vater psychisch krank ist, dann sitzt Du mit vielen Kindern und Jugendlichen in einem Boot ...



Etwa 3,8 Mio. Kinder wachsen hierzulande mit mindestens einem psychisch- oder suchterkrankten Elternteil auf.

In jede Klasse gehen etwa 2 bis 5 Schüler*innen, von denen mindestens ein Elternteil betroffen ist.

Fast 500.000 Kinder und Jugendliche kümmern sich um (psychisch) chronisch kranke oder pflegebedürftige Angehörige.



Ihr kennt Euch nicht, weil die meisten es für sich behalten.

Vielleicht denkst Du, dass Dich sowieso niemand versteht, dass die anderen schlecht über Dich reden könnten und Dir eh nicht zu helfen ist. Innerlich fühlst Du Dich allein, unverstanden, elend. Außerlich lässt Du Dir nichts anmerken. Also macht sich auch niemand Sorgen.

»Ich muss merken, dass sich mein Lehrer das nicht merken tut, als wüsste er alles.«
Jacob, 15

»Ich find es doof, wenn meine Oma sagt, dass ich zu klein bin, um Papas Gehirn krank ist.«
Mia, 6

Wenn Eltern psychisch erkranken, ist das niemals die Schuld der Kinder!!!

Was die Psyche krank machen kann

- **Geburt:** 10-15 % aller »frisch gebackenen« Mütter haben eine Wochenbettdepression.
- **Kindheit und Erbe:** Schlimme Erlebnisse in dieser Zeit und eine bestimmte psychische Veranlagung.
- **Stress:** Ca. 50 % aller Depressionen und Angststörungen werden durch negativen Stress ausgelöst.
- **Kriege und Naturkatastrophen:** Millionen von Menschen weltweit haben das erlebt.
- **Trauma-Stress:** Das kann passieren, wenn Menschen Schreckliches erlebt haben.
- **Alkohol- und Drogenmissbrauch:** Ca. 3,3 Mio. Menschen in Deutschland gelten als alkoholabhängig.
- **Tod:** Manchmal wird aus der Trauer um Menschen eine Depression.

Habe keine Angst, um Hilfe zu bitten!

Das hilft Dir

- Kinder und Jugendliche zu treffen, die ähnliche Erfahrungen wie Du gemacht haben.
- Mit Erwachsenen zu sprechen, die Dir und Deiner Familie helfen können.
- Mit Lehrkräften zu sprechen, damit Du die Schule trotz Deiner vielen Arbeit zu Hause gut schaffst.

Vitamine für Deine Psyche

- Erleichtere Dein Herz und sprich mit Menschen, denen Du vertraust.
- Tu etwas, was Dich froh und glücklich macht.
- Überfordere Dich nicht: Wer anderen hilft, braucht öfter eine Pause.
- Ernähre Dich gesund. Bring Deinen Puls auf Touren. Atme tief durch. Schlaf gut.

Anrufen, Schreiben, Chatten, Hilfsangebote finden
Kinder- und Jugendtelefon 116111
www.nummergegenkummer.de
www.pausentaste.de
<https://nacqa.de/beratungsangebote-rund-um-das-thema-kinder-aus-suchtfamilien>



3. Setting Hochschule: »Psychisch fit studieren«

Bedarf

Psychische Gesundheit von Studierenden: Eine weltweite Herausforderung

Aktuelle Studien zeigen, dass psychische Gesundheitsprobleme, besonders Depressionen und Angstzustände bei Studierenden im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung ebenso häufig auftreten.³⁹ Der Übergang in ein neues Umfeld an der Hochschule bietet nicht nur mehr Möglichkeiten für Unabhängigkeit, sondern auch weniger strukturierte Zeit mit einem größeren Potential für riskante Verhaltensweisen, oft weit entfernt von Familie und Freund*innen. Zu den neuen und herausfordernden Umständen kommt ein erhöhter Druck, gute akademische Leistungen zu erbringen, und für nicht wenige Studierende auch finanzielle Herausforderungen. Das kann das Risiko für psychische Gesundheitsprobleme erhöhen. Wissenschaftler*innen von der Columbia University in New York (USA) haben 2018 die Daten einer Umfrage ausgewertet, die in 8 Ländern (u. a. auch in Deutschland) an 19 Colleges und Universitäten mit 14.000 Studierenden des ersten Studienjahres durchgeführt wurde:

- 35 % der Teilnehmenden war schon einmal von einer oder mehreren psychischen Erkrankungen betroffen.
- 31 % waren zum Zeitpunkt der Befragung akut erkrankt.
- Die häufigsten Erkrankungen sind Depression und Angststörungen.
- Mehrheitlich traten die Erkrankungen bereits im mittleren Jugendalter auf und dauerten bis zum Befragungszeitraum an.⁴⁰ Das heißt, ein nicht geringer Teil der Studierenden beginnt das Studium bereits psychisch belastet.

Die American College Health Association leitet daraus ab: Werden Hochschulstudierenden keine effektiven Interventionen für psychische Erkrankungen angeboten, entstehen höchstwahrscheinlich auch wirtschaftliche Kosten durch verlorene Investitionen infolge von Nichtbeendigung des Studiums und Kosten für das psychische Gesundheitssystem, weil nicht früh genug interveniert wird.⁴¹

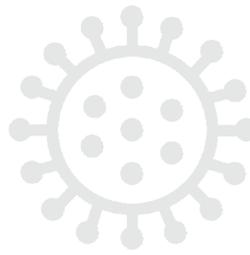


Studierende der Universität Leipzig noch vor Corona-Zeiten bei einem Fotoshooting für »Psychisch fit studieren«. Sie zeigen, wie man mit dem Stift zwischen den Zähnen das Angsthirn überlisten kann. Ein Supertrick gegen Prüfungsangst & Co!

³⁹ Randy P. Auerbach et al. (2018): »WHO World Mental Health Surveys International College Student Project. Prevalence and distribution of mental disorders«. In: *Journal of Abnormal Psychology* 127(7), S. 623–638. DOI: <<https://doi.org/10.1037/abn0000362>>.

⁴⁰ Ebenda.

⁴¹ American College Health Association (Hrsg.) (2019): *American College Health Association-National College Health Assessment II. Reference Group Executive Summary Spring 2019*. URL: <https://www.acha.org/documents/ncha/NCHA-II_SPRING_2019_US_REFERENCE_GROUP_EXECUTIVE_SUMMARY.pdf> (09.04.2021).



»Psychisch fit studieren« unter Corona-Bedingungen

Einsamkeitsgefühle und Verunsicherung trotz guter sozialer Beziehungen, Sorge um Angehörige und sich selbst, Furcht vor einem möglicherweise verlängerten Studium, **finanzielle Notlagen**, zu wenig Mitsprache und Beteiligung, **Zukunftsängste**: Viele junge Menschen, auch Studierende, leiden unter den Corona-Maßnahmen. Besonders hart trifft es jene Studierenden, die vorbelastet sind und über weniger familiäre, soziale und materielle Unterstützungsressourcen verfügen. Dazu zählen auch Studierende aus dem Ausland.

- **21,6 %** haben große Sorge, das Studium unter diesen Bedingungen zu schaffen.
- **47,5 %** denken darüber nach, das Studium zu verlängern.
- **36,3 %** denken darüber nach, das Studium abzubrechen.

Zu diesen Ergebnissen kommt die bundesweite Untersuchung von Stu.diCo, an der 3.592 Studierende teilgenommen haben.⁴² Das Fazit der Wissenschaftler*innen:

Die aktuelle Krisensituation verstärkt die Nachfrage nach Beratung und generell nach mehr und leichteren Kontakten, besserer Kommunikation sowie besseren Austauschmöglichkeiten.

Ausnahmen von der Regel und passende Angebote

Eine Gruppe von jungen Menschen fühlt sich durch die Kontaktbeschränkungen entlastet: Menschen mit sozialen Phobien und Depressionen. Zu diesem Schluss kommt die bundesweite JuCo-Studie.⁴³ Für diese Gruppe scheint das von uns in kürzester Zeit entwickelte »Psychisch fit studieren«-Onlineforum besonders nützlich zu sein:



»Das Online-Format von Irrsinnig Menschlich e.V. erleichtert es Studierenden, offen über ihre Probleme zu sprechen. Sie können am Forum teilnehmen, ohne sich zu zeigen. Das ist für die vulnerablen unter ihnen sicher ein großer Vorteil.«

Nadine Fischer,
Beauftragte für Studierende mit Beeinträchtigung, TH Köln

⁴² Anna Traus et al. (2020): *Stu.diCo. – Studieren digital in Zeiten von Corona. Erste Ergebnisse der bundesweiten Studie Stu.diCo.* Hildesheim: Universitätsverlag Hildesheim. DOI: <<https://dx.doi.org/10.18442/150>>.

⁴³ Sabine Andresen et al. (2020): *Erfahrungen und Perspektiven von jungen Menschen während der Corona-Maßnahmen. Erste Ergebnisse der bundesweiten Studie JuCo.* Hildesheim: Universitätsverlag Hildesheim. DOI: <<https://dx.doi.org/10.18442/120>>.

Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention

Irrsinnig Menschlich e.V. ist die erste Organisation, die überregional eine niedrigschwellige Basisintervention für Studierende zur Stärkung ihrer psychischen Gesundheitskompetenz (Mental Health Literacy) skaliert.

Offen. Hilfreich. Wirkungsvoll.

Mit den »Psychisch fit studieren«-Foren machen wir das »schwierige« Thema psychische Krisen an der Hochschule besprechbar: zunächst für Studierende und zunehmend für Doktorand*innen sowie für Mitarbeitende der Hochschulen und der Studierendenwerke. Das bedeutet, Ängste, Vorurteile und Stigmatisierung abzubauen, Zuversicht und Lösungswege zu vermitteln, Studienabbrüchen vorzubeugen sowie Studienerfolg, Chancengleichheit und Lebenszufriedenheit zu fördern.

»Psychisch fit studieren« informiert, klärt auf und entstigmatisiert im Sinne von Mental Health Literacy. Das Präventionsangebot ist universell und sekundär konzipiert. Es richtet sich an die gesamte Zielgruppe und zugleich an die ca. 30 % der Studierenden, die das Studium bereits psychisch belastet beginnt. Besonders diese Studierenden ermutigen wir durch unsere Präventionsarbeit, sich informiert, aufgeklärt und rechtzeitig Hilfe zu suchen, ohne dass Stigmatisierung und Scham sie davon abhalten.

»Psychisch fit studieren«: Türöffner für Nachhaltigkeit

Unsere Ziele im Setting Hochschule sind Veränderungen auf der Einstellungs-, Verhaltens- und Verhältnisebene. Das reicht von Wissen um Bewusstsein für Strategien zum Abbau von individuellem und öffentlichem Stigma über individuelle Änderungen im Hilfesuchverhalten bis hin zu strukturellen Veränderungen an der Hochschule: von der besseren Vernetzung und Bekanntheit von Hilfs- und Unterstützungsangeboten bis hin zu Änderungen von Prüfungsordnungen. Damit geben wir zunehmend Impulse für die Förderung von Prävention und Gesundheit an Hochschulen insgesamt.

Psychisch fit studieren: Zwei Formate

Seit 2017: als Präsenzforum an der Hochschule

Seit 2020: als Onlineforum



Unser »Psychisch fit studieren«-Experte Falk am digitalen Arbeitsplatz

Fazit

Präsenzforen

An den Präsenzforen nehmen offenbar überwiegend nicht psychisch belastete Studierende teil, also jene, die noch keinen Kontakt zum Hilffssystem hatten. Für **98 %** der Teilnehmenden war es wichtig, Informationen darüber zu erhalten, wo sie im Falle einer Krise überhaupt Hilfe finden.

Onlineforen

Unter den Teilnehmenden an den Onlineforen (anonym und ohne Kamera) war die Gruppe der bereits psychisch belasteten Studierenden offenbar sowohl relativ als auch absolut größer als in den Präsenzforen. Der größte Wert der Onlineforen bestand für die Teilnehmenden darin, zu erfahren, dass sie mit ihren Problemen nicht alleine sind, sondern dass es Anderen genauso geht. Möglicherweise hatten schon viele Teilnehmende Erfahrungen mit Hilfe und Beratung. Denn der Nutzen von Informationen über Unterstützungsangebote wurde vergleichsweise gering bewertet.



Unsere »Psychisch fit studieren«-Expert*innen bei der Arbeit in Corona-Zeiten

»Psychisch fit studieren«: Das Angebot

Zielgruppe

- Studierende aller Studiengänge, bevorzugt Erstsemester im Bachelor- und Masterstudium, z. B. in der Einführungswoche zu Studienbeginn.
- Doktorand*innen und wissenschaftliche Mitarbeitende.
- Mitarbeitende von Hilfs- und Beratungsangeboten an Hochschulen.

Inhalt

- Die Teilnehmenden lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen und setzen sich mit typischen Bewältigungsstrategien auseinander.
- Sie lernen Hilfs- und Beratungsangebote am Hochschulort kennen, finden heraus, was sie stärkt und durch Krisen trägt, und sie erhalten Tipps gegen Stress, Prüfungsangst & Co.
- Sie werden angeregt, an der Hochschule ein gesundheitsförderliches Klima zu schaffen, in dem es selbstverständlich ist, über psychische Schwierigkeiten zu sprechen und nach Lösungen zu suchen.

Ziele

Studienabbrüchen vorbeugen, Studienerfolg sichern, Resilienz und Lebenszufriedenheit fördern.

Methodik

Warm-up, Impulsvortrag, Erfahrungsberichte persönlicher Expert*innen, Austausch zu Bewältigungs- und Hilfsstrategien, Vorstellung der Unterstützungs- und Beratungsangebote an der jeweiligen Hochschule.

Kooperationspartner

Studienberatungen und psychosoziale Beratungsstellen der Hochschulen. Studierendenwerke. Vertretungen der Studierenden und der studentischen Selbstverwaltung. Beauftragte für Inklusion, Diversity u. a. Career Service.

»Psychisch fit studieren«: Formate

Onlineforum »Psychisch fit studieren« – seit 2020	Hörsaal-Präsenzforum »Psychisch fit studieren« – seit 2017	Foren für Mitarbeitende – seit 2019, online ab 2021
<ul style="list-style-type: none"> • »Eisbrecher« für Prävention psychischer Krisen an Hochschulen. • Einsatz zur Vertiefung der Hörsaal-Foren, insbesondere für vulnerable Zielgruppen. 	Foren an Hochschulen in Kooperation mit Hilfs- und Beratungsstellen am Hochschulort insbesondere in den Studieneöffnungswochen.	Fortbildungen für Hochschulmitarbeitende zur Initiierung verhältnispräventiver Maßnahmen an der Hochschule.
Zielgruppe: Studierende, Doktorand*innen.	Zielgruppe: Studierende, Hochschulmitarbeitende	Zielgruppe: Hochschulmitarbeitende
Dauer: 90 Min.	Dauer: 120 Min.	Dauer: 120 Min.

Schlüssel zur Veränderung von Einstellungen und Verhalten: Persönliche Expert*innen



»Ich engagiere mich bei »Psychisch fit studieren«, weil ich selbst in meinem Leben viel zu lange geglaubt habe, psychische Erkrankungen sind persönliches Versagen und ein Thema, das man alleine und möglichst unbemerkt in den Griff kriegen muss. Heute weiß ich – das Gegenteil ist der Fall: psychische Erkrankungen gehören zum Leben. Wir müssen anfangen, offen und ehrlich darüber zu sprechen.«

Anna Sophia Feuerbach von »Psychisch fit studieren«, Biochemikerin, Gesundheitstrainerin

Unser »Psychisch fit studieren«-Team: Fachliche und persönliche Expert*innen



Nelli Böhm
Sozialarbeiterin,
Psychotherapeutin i.A.



Anna Sophia Feuerbach
Biochemikerin,
Gesundheitstrainerin



Christopher Haas
Sozialpädagoge,
Coach



Juliane Hug
M. Sc. Psychologie,
Psychologische
Psychotherapeutin



Anne Kathrin Lange
Diplom-Medien-
wissenschaftlerin,
Systemischer Coach i.A.



Insa Schmitter
Studentin der
Psychologie



Stefanie Schweiger
Studentin
der Sozialen Arbeit



Falk Schuster
Schauspieler

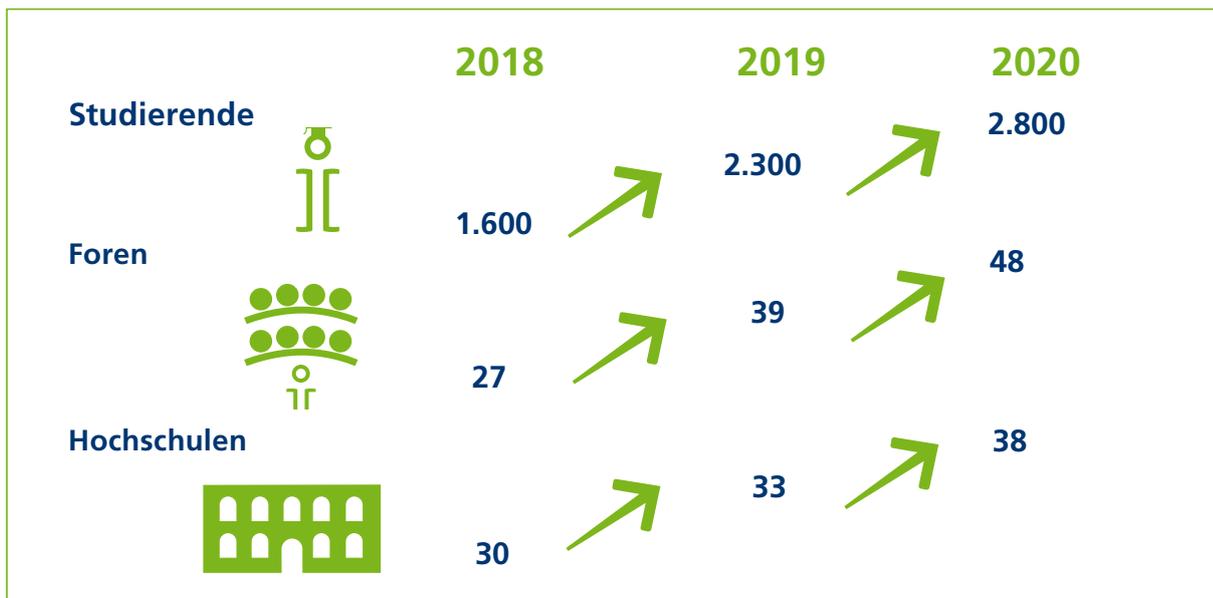


Yvonn Semek
Psychologin, Coach,
Entspannungstrainerin



Marie-Christin Stabel
Germanistin

Leistungen (Output) und Wirkungen (Outcome)



Mit etwa 60 % der beteiligten Hochschulen arbeiten wir kontinuierlich zusammen.

Psychisch fit studieren – Gesellschaftliche Wirkung

	Output  →	Outcome/Impact → 
Studierende 	Die Zahl der Foren steigt jährlich um 30 %. Die Teilnehmenden betrachten die Auseinandersetzung mit psychischer Gesundheit, Krisen und Hilfsangeboten als nützlich für Leben und Studierenerfolg .	Stigmatisierung, Ängste, Vorurteile nehmen ab. Wissen zu Warnsignalen, Bewältigungsstrategien, Hilfsangeboten nimmt zu. Durch frühzeitiges Hilfesuchen werden psychische Erkrankungen seltener chronisch. 10 % nutzen direkt nach Teilnahme am Forum Hilfsangebote.
Hochschulen/ Universitäten 	Langfristige Kooperation mit 90 % der Hochschulen, neue kommen hinzu. Hilfs- und Beratungsstellen der Hochschulen präsentieren sich in den Foren. Mitarbeitende nutzen zunehmend das Schulungsangebot.	Organisieren Fortbildungen für weitere Zielgruppen, verbessern interne Unterstützungsstrukturen durch Vernetzung und schaffen ein Klima, in dem psychische Probleme akzeptiert und gemeinsam Lösungen gefunden werden.
Gesundheits- & Bildungssystem 	Hochschulen werden zu Change-makern und vernetzen sich mit kommunalen Einrichtungen von Hilfe, Beratung, Prävention und Gesundheit. Sie erkennen den Nutzen und implementieren das Angebot in die regionalen Strukturen.	Gesellschaft ändert sich: Abbau von struktureller Stigmatisierung. Gleichberechtigte Teilnahme am Leben. Persönliches Leid nimmt ab. Gesellschaftliche Kosten sinken.

»Psychisch fit studieren« für New Yorker Studierende

Ein Novum 2020: »Psychisch fit studieren« für die Gabelli School of Business an der Fordham University in New York. Der Ausgangspunkt: Ein Hilferuf aus dem von Corona gebeutelten New York zu uns nach Leipzig. Unsere Antwort: »Yes we can« – am 8. Mai 2020. Hier das Feedback von **Prof. Katherine Milligan**:



»Das Webinar zur psychischen Gesundheit hat uns sehr gutgetan! Die persönlichen Erfahrungen mit psychischer Gesundheit, die das Team mit uns teilte, eröffneten einen »sicheren Raum«, um über eigene Probleme und Bewältigungsstrategien nachzudenken und zu sprechen. Angesichts der Ängste und Unsicherheiten durch die Pandemie und der Belastungen, denen Studierende und Lehrkräfte gegenüberstehen, sind offene Gespräche über psychische Gesundheit wichtiger denn je.«

Die Gabelli Business School ist an einer dauerhaften Zusammenarbeit mit Irrsinnig Menschlich e.V. interessiert. Denn auch in den USA gibt es einen hohen Bedarf an evidenzbasierten primärpräventiven Angeboten zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Studierenden.



»Psychisch fit studieren«: Team-Warm-up

Evaluation

»Psychisch fit studieren« erreicht die Zielgruppe: Fast alle Teilnehmenden empfehlen das Forum weiter

Das Institut Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health (ISAP) der Universität Leipzig hat 2018 das Hörsaal-Präsenzforum evaluiert. Hier die wichtigsten Ergebnisse:

Studierende

99 %

der Teilnehmenden empfehlen das Forum weiter.

98 %

der Teilnehmenden geben an, nützliche Informationen erhalten zu haben, wo sie sich im Falle einer Krise Hilfe holen können.

79 %

der Teilnehmenden finden »Psychisch fit studieren« hilfreich zur Vorbeugung psychischer Krisen.

73 %

der Teilnehmenden finden die Platzierung des Forums am Studienbeginn sinnvoll.

27 %

der Teilnehmenden hätten sich ein solches Format bereits zu Schulzeiten gewünscht.

63 %

der Teilnehmenden geben an, dass Bedenken bezüglich psychischer Krisen während des Studiums abgebaut werden konnten.⁴⁴

Wie Studierende das Onlineforum bewerten

Alma Schulenberg, unsere »Testerin«, studiert Humanmedizin an der Leipziger Universität und hat sich mehrere Onlineforen angeschaut. Ihr Feedback:



*»Als externe Beobachterin habe ich die Onlineforen auch über die digitale Distanz hinweg als sehr interaktiv, kommunikativ und nah an den Studierenden erlebt. Durch einen anonymen Chat sowie interaktive Folien und Umfragen werden in diesem Safe Space Barrieren und Tabus um das Thema Psyche abgebaut. Die Studierenden können sich frei und ohne Bewertung äußern. Sie können voneinander oder durch das Expert*innen-Team Akzeptanz, Wertschätzung und Hilfe erfahren. Die Teams leben, in allem, was sie im Forum tun, die Haltung: »Ihr (die Beteiligten) werdet gesehen und gehört.« Diese Arbeit und ihre Wirkung auf Studierende beobachten zu dürfen, hat mich sehr berührt. Gerade in Zeiten von Corona scheint mir die Botschaft des Vereins besonders wichtig: Es gibt Hilfe und einen Weg für dich. Du bist mit deinen Problemen nicht allein. Kurz: Psychische Probleme zu haben, und sie gemeinsam, statt einsam, zu lösen, ist menschlich. Irrsinnig menschlich.«*

Untermauert werden diese Aussagen durch die Ergebnisse der Befragung durch das onlinebasierte Feedbacktool »Mentimeter«, das nach jedem Onlineforum eingesetzt wurde.

⁴⁴ Maria Koschig et al. (2019): Abschlussbericht: Evaluation des Forums zur psychischen Gesundheit für Studierende »Psychisch fit studieren« im Setting Hochschule ausgehend von den Zielen des § 20a SGB V und des Leitfadens Prävention des GKV-Spitzenverbandes. Leipzig: Universität Leipzig, Medizinische Fakultät, Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health.
URL: <https://www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/PsyFitStud_Abschlussbericht_final.pdf> (09.04.2021).

Studierende: Ergebnisse der Onlinebefragung

Auf einer Skala von **1 (sehr schlecht)** bis **5 (sehr gut)** bewerten Studierende ...

- das Onlineforum »Psychisch fit studieren« mit **4,4**.
- die fachliche und methodische Qualifikation unserer Expert*innen mit **4,6**.

Studierende sehen den größten Nutzen des Angebotes von »Psychisch fit studieren« in ...

- der Ermutigung, mit den eigenen Problemen nicht alleine zu sein: **41 %**.
- den Tipps zu Bewältigungsstrategien: **25 %**.
- der offenen, vertrauensvollen Gesprächsatmosphäre, in der alle Fragen gestellt werden können: **25 %**.
- den Informationen zu Unterstützungsangeboten: **18,3 %**.

Studierende schätzen den Mehrwert des Forums im Vergleich zu anderen Veranstaltungen an ihrer Hochschule so ein:

Atmosphäre:

»Offen und wertschätzend. Warmherzig und menschlich. Ein Raum, in dem man sich öffnen kann.«

Wir sitzen alle in einem Boot:

»Dass es um Persönliches ging, das an der Uni immer nebenherläuft, aber keinen Raum hat. Es war so ermutigend zu sehen, dass viele Teilnehmende ähnliche Probleme haben und wir offen damit umgegangen sind.«

Persönliche Erfahrungen:

»Super verständnisvoll und deutlich »näher« als Uni-Angebote: Es hat gutgetan, direkt von Betroffenen zu hören, wie es ihnen ergangen ist! »Insider-Infos«, um ein so wichtiges Thema auch aus der Perspektive einer betroffenen Person nachvollziehen zu können. Das kann keiner so gut rüberbringen wie Selbstbetroffene.«

Menschlichkeit:

»Der Mehrwert im Vergleich zu anderen Uni-Veranstaltungen ist, dass der Fokus hier ganz klar auf Lösungsmöglichkeiten lag, Wege aus der Krise!!!«

Hilfe:

»Besonders wichtig war für mich der »Notfallkoffer« und dass die psychosozialen Beratungsstellen dabei waren – Basics, die ich abrufen kann.«

Unterhaltsam:

»Ich fand es Hammer, dass die Theorie durch Bilder und Einbindung des Publikums durch Umfragen etc. belebt und durch die persönliche Story unterstrichen wurde. Toll!!!«

Wie Entscheider*innen an Hochschulen »Psychisch fit studieren« bewerten

Auf einer Skala von **1 (sehr schlecht)** bis **5 (sehr gut)** bewerten Hochschulmitarbeitende ...

- das Onlineforum »Psychisch fit studieren« insgesamt mit **4,6**.
- die fachliche und methodische Qualifikation unserer Expert*innen mit **4,8**.
- die Unterstützung bei Vorbereitung und Durchführung der Foren durch Irrsinnig Menschlich e.V. mit **4,7**.



Wiederbuchen

93 % der Hochschulen buchen das Forum erneut.



Krisenauswegweiser

Infolge der »Psychisch fit studieren«-Foren erhöht sich die Bekanntheit und die Nutzung der Hilfs- und Beratungsangebote an den Hochschulen durch Studierende. Das ist ein wichtiger Mehrwert für die Hochschulen.



Vernetzen

Als wichtigstes Nachhaltigkeitskriterium betrachten Hochschulen, dass sich Mitarbeitende von Hilfs- und Beratungsstellen und weiteren Unterstützungsangeboten an der Hochschule persönlich begegnen und vernetzen. Daraus erwachsen neue Aktivitäten und Synergieeffekte.



Antreiben

Wir evaluieren jedes »Psychisch fit studieren«-Onlineforum und übermitteln die Ergebnisse der jeweiligen Hochschule. So können Hochschulen bedarfsorientiert an der Gestaltung einer gesundheitsfördernden Hochschule weiterarbeiten.



Impulse geben

Der Bedarf an Angeboten für weitere Zielgruppen an der Hochschule wächst beständig. Deshalb bieten wir seit Januar 2021 systematisch auch Onlineforen für Hochschulmitarbeitende an. Zentrales Thema: Wie an der Hochschule die psychische Gesundheit von Studierenden besser gefördert werden kann.



Verstärken

Die Hochschulen erhalten mit dem Forum häufig erstmals Material zum Thema psychische Gesundheit für Studierende und Mitarbeitende, welches sie auch nach den Foren einsetzen. Das schätzen die Hochschulmitarbeitenden und betrachten es als Nachhaltigkeitseffekt.



Dreimal waren wir schon dabei!

»Jedes Mal bin ich überzeugt worden, wie wichtig das Angebot ist. Auch in der »notgedrungenen« Onlineform. Das Konzept, Moderation + Information, komplettiert mit dem offenen Erfahrungsbericht, passt!!! Gut gefallen hat mir vor allem, dass die Referentinnen so toll mit den Teilnehmenden interagiert haben, sie so freundlich eingeladen haben, sich zu beteiligen.«

Barbara Sawall, Zentrale Studienberatung, Universität Paderborn



Vernetzung – gut und nützlich!

»Im Nachgang des Forums hatten wir die Idee, mit der Zentralen Studienberatung einen Workshop zum Thema »Erfolgreich durch die Prüfungszeit anzubieten: Studierende stehen ihren Mitstudierenden 3 Stunden lang Rede und Antwort – damit nix anbrennt. Und auch das Prüfungsamt ist mit dabei. Vernetzung eben!«

Lisa Kersten, Studentisches Gesundheitsmanagement, Friedrich-Schiller-Universität Jena



Studierende jetzt selbst aktiv

»Wir haben einen Online-Raum der Begegnung geschaffen, der jede Woche öffnet. Den leiten eine Psychologin, ein Sozialberater, eine Stura-Vertreterin und ich als Inklusionsbeauftragte. Dazu kommen Studierende, die sich nach dem Forum von Irrsinnig Menschlich e.V. und einem weiteren Forum zum Thema »Probleme von Menschen mit Behinderung beim wissenschaftlichen Arbeiten« gemeldet haben. Die Studis sind jetzt selbst aktiv und geben anderen Studis wertvolle Ratschläge.«

Prof. Angela Hommel, Inklusionsbeauftragte der Westsächsischen Hochschule Zwickau



Studienabbrüche verhindern

»Unsere Hochschulleitung setzt einen starken Akzent auf das Thema Qualitätssicherung und springt sehr auf Themen an, die Studienabbruch verhindern können. Letztlich habe ich den Eindruck, dass die Hochschulleitung durch Angebote wie »Psychisch fit studieren« einen Blick darauf entwickelt, wie es ihren Studierenden tatsächlich geht, um möglichst frühzeitig darauf zu reagieren.«

Sophia Kuhs, Kompetenzzentrum Studium und Beruf (KSB), Universität Koblenz-Landau, Campus Landau



Großer Bedarf bei Mitarbeitende

»Ich war sehr überrascht, dass das Angebot für Mitarbeitende auf so positive Resonanz gestoßen ist. Ich fand auch hier unschlagbar, dass Irrsinnig Menschlich e.V. wieder persönliche und fachliche Expert*innen eingesetzt hat, um so auch wirklich mal die Innensicht von Studierenden besser verstehen zu können. Das war sehr hilfreich. Ich war auch positiv überrascht, wie aktiv sich die Teilnehmenden eingebracht haben. Also, herzliches Dankeschön. Bauen Sie Ihr Angebot bitte aus.«

Nadine Fischer, Beauftragte für Studierende mit Beeinträchtigung, TH Köln

Zielerreichung und Ausblick

Die Skalierung der Hochschulstandorte und die Ergebnisse der Evaluation zeigen – das Angebot stimmt.

Nachdem »Psychisch fit studieren« als niedrigschwelliges Angebot für Studierende gut etabliert ist, steigt die Nachfrage seitens der Hochschulen nach Foren für Studierende und Hochschulmitarbeitende proaktiv an. Diese Wachstumsdynamik wollen wir längerfristig sichern. Wir gehen davon aus, dass weitere Finanzpartner einsteigen werden und die Eigenbeteiligung der Hochschulen gesichert ist.

Ziele für 2021

Mit »Psychisch fit studieren« niedrigschwellig einsteigen. Prozesse und Strukturen für eine gesundheitsfördernde Hochschule anstoßen und voranbringen.

- Die Anzahl der Foren auf ca. 100 bundesweit und international steigern.
- Neue Angebote entwickeln, erproben und einführen, insbesondere für Hochschulmitarbeitende.
- Das Qualitätsmanagement stärken und weitere fachliche und persönliche Expert*innen gewinnen.
- Ein langfristiges Konzept für den kontinuierlichen Ausbau der Reichweite entwickeln.
- Ein nachhaltiges Finanzierungskonzept schaffen. Wir gehen davon aus, dass weitere Finanzpartner einsteigen werden und die Eigenbeteiligung der Hochschulen fortgeführt wird.
- »Psychisch fit studieren« international anpassen und verbreiten (u. a. Österreich, Tschechien).

Chancen für weitere Skalierung groß

Die Sensibilität und Offenheit für psychische Gesundheit nimmt gesellschaftlich zu. Es zeichnet sich ein gesellschaftlicher Paradigmenwechsel ab. Der Bedarf an Prävention psychischer Krisen nimmt zu und wird durch die Folgen der Coronapandemie verstärkt.

Mittlerweile sind Hochschulen per Arbeitsschutzgesetz dazu verpflichtet, sich mit der Gefährdung durch psychosoziale Belastungen auch von Studierenden auseinanderzusetzen. Damit rückt das studentische Gesundheitsmanagement in den Fokus. Gleichzeitig steigen die Arbeitsanforderungen an Hochschulen durch Leistungsdruck, Personalabbau und Orientierung auf Exzellenz.

Für einen nachhaltigen Wandel an Hochschulen in Deutschland braucht es eine engere Kooperation der Bildungs- und Gesundheitssysteme sowie eine gemeinsame langfristige Finanzierung von Präventionsmaßnahmen. Der Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen hat 2020 ein Strategiepapier mit Handlungsempfehlungen zur Umsetzung des Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention an Hochschulen 2019 bis 2022 publiziert.⁴⁵ Der GKV-Spitzenverband nahm daraufhin die Lebenswelt »Gesundheitsfördernde Hochschule« in den Leitfaden Prävention auf.⁴⁶

In einer Stellungnahme zum ersten nationalen Präventionsbericht im Januar 2021 empfiehlt die Bundesregierung: »Das Engagement der Krankenkassen sollte sich darüber hinaus perspektivisch vermehrt auch auf weitere Lebenswelten wie Hochschulen [...] erstrecken ... Zur Unterstützung der Gesundheitsförderung in allen Politikfeldern sollten auch die in den Ländern zuständigen Stellen, etwa für Bildung und Erziehung, Hochschulen, [...] als Partner der Landesrahmenvereinbarungen einbezogen werden.«⁴⁷ Irrsinnig Menschlich kann hier seine Position als *first mover* festigen und ausbauen.

⁴⁵ Bundesweiter Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen (Hrsg.) (2020): *Strategien zur Umsetzung des Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention an Hochschulen 2019 bis 2022. Strategiepapier mit Bestandsaufnahme und Handlungsempfehlungen des Arbeitskreises Gesundheitsfördernde Hochschulen*. URL: <http://www.gesundheitsfoerdernde-hochschulen.de/Downloads/AGH-Strategiepapier_2020-07-08.pdf> (09.04.2021).

⁴⁶ GKV-Spitzenverband (Hrsg.) (2020): *Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V*. URL: <https://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention/praevention_leitfaden/Leitfaden_Praevention_2020_barrierefrei.pdf> (09.04.2021). S. 51.

⁴⁷ Deutscher Bundestag (Hrsg.) (2021): *Erster Bericht der Nationalen Präventionskonferenz über die Entwicklung der Gesundheitsförderung und Prävention (Erster Präventionsbericht) mit Stellungnahme der Bundesregierung*. URL: <<https://dip21.bundestag.de/dip21/btd/19/261/1926140.pdf>> (09.04.2021).

4. Setting Betrieb: »Psychisch fit arbeiten«

Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention

Psychische Krisen verstehen, erkennen, zur Sprache bringen, verhindern, bewältigen

Psychische Beeinträchtigungen verursachen immenses menschliches Leid, Konflikte und Fehler am Arbeitsplatz, die Zunahme von Krankheitstagen und in der Summe enorme Kosten. Deshalb ist es wichtig, sie früh zu erkennen und gestaltend einzugreifen – auch um Kosten zu senken sowie Standort- und Wettbewerbsvorteile zu sichern. Psychisch gesunde Mitarbeitende sind leistungsfähiger, motivierter und haben weniger Krankheits- und Fehlzeiten. Informierte und aufgeklärte Mitarbeitende wissen, wo es Hilfe und Unterstützung gibt, suchen sich schneller Hilfe und fühlen sich im Unternehmen wohler. Psychisch gesunde Auszubildende haben bessere Ausbildungsergebnisse und Berufschancen.

Nachdem wir im Setting Betrieb, ausgehend vom Austausch mit Stakeholdern und Multiplikator*innen, stark konzeptionell gearbeitet haben, wird unser Angebot (seit 2020 auch online) zunehmend gebucht. Durch die Coronapandemie konnten wir jedoch nur eingeschränkt wirksam werden.

Zielgruppe Auszubildende

- Porsche Leipzig GmbH: Workshops für 63 Auszubildende



Zielgruppe Ausbilder*innen, Personalverantwortliche, Anleitende

Positive Rollenmodelle der Ausbilder*innen sind ein Gegengewicht zu Belastungssituationen von jungen Erwachsenen.

- LINUS WITTICH Medien KG, Sietow
- Deutscher EC-Verband & Evangelische Freiwilligendienste, Servicestelle für internationale Freiwilligendienste
- CVJM Deutschland



Unsere Erfahrungen

Unsere Kernkompetenz besteht darin, Auszubildende und Mitarbeitende zu einem offenen Dialog über ein tabuisiertes Thema zu motivieren. Das ist neu und nützlich für Unternehmen und funktioniert am besten bei den genannten Zielgruppen.

Für kleine und mittlere Unternehmen ist es schwierig, betriebliches Gesundheitsmanagement einzuführen und umzusetzen. Hier müssen gemeinsam mit Stakeholdern passende Formate entwickelt werden.

Ausblick

- Wir gewinnen Kooperationspartner für die bundesweite Umsetzung von »Psychisch fit arbeiten«, insbesondere für die Zielgruppe Auszubildende als Settingmaßnahme.
- Wir verfolgen die Entwicklungen im betrieblichen Gesundheitsmanagement und bieten uns als Partner bei überbetrieblichen Informations- und Sensibilisierungskampagnen an.
- Wir unterstützen unsere regionalen Kooperationspartner bei der Kontaktaufnahme, Projektdurchführung und Auftragsabwicklung mit Unternehmen.

5. Organisationsprofil Irrsinnig Menschlich e.V.

Allgemeine Angaben

Name	Irrsinnig Menschlich e.V.
Sitz der Organisation gemäß Satzung	Leipzig
Gründung	2000
Weitere Niederlassungen	keine
Rechtsform	Gemeinnütziger Verein
Kontaktdaten	Erich-Zeigner-Allee 69–73, 04229 Leipzig Telefon: 0341 2228990 Fax: 0341 2228992 E-Mail: info@irrsinnig-menschlich.de Website: www.irrsinnig-menschlich.de
Link zur Satzung (URL)	www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2018/02/IRR_Satzung_20171204.pdf
Registereintrag	Eingetragen am Amtsgericht Leipzig unter VR 3359 am 29.05.2000.
Gemeinnützigkeit	Wir sind als gemeinnützig anerkannt. Geschäftszweck ist die Förderung des öffentlichen Gesundheitswesens, der öffentlichen Gesundheitspflege und der Jugendhilfe. Der letzte Freistellungsbescheid des Finanzamtes Leipzig I stammt vom 18.11.2019.

Personalprofil

Anzahl Mitarbeitende (umgerechnet in Vollzeitstellen)	2015	2016	2017	2018	2019	2020
hauptamtlich	6 (5)	7 (5,75)	8 (6,0)	9 (6,0)	10 (5,8)	8 (6,2)
Honorarkräfte	3	5	7	23	28	29

Handelnde Personen (Stand März 2021)

Vorstand



**Prof. Dr. Georg Schomerus,
Vorstandsvorsitzender**
Direktor der Klinik für Psychiatrie
und Psychotherapie am
Universitätsklinikum Leipzig



**Dr. Regine Schneider,
stellvertretende Vorstandsvorsitzende**
Journalistin, Redakteurin bei
MDR Kultur, Autorin, Moderatorin



**Cornelia Lakowitz,
Kassiererin**
Diplom-Ökonomin

Geschäftsführung



**Dr. Manuela Richter-Werling,
Gründerin, Produktentwicklung,
Kooperationen**
Diplom-Lehrerin, promovierte
Historikerin, Systemischer Coach,
Journalistin, Ashoka-Fellow 2009



**Thomas Baumeister,
Finanzen und Verwaltung**
Diplom-Psychologe,
Master of Business Administration
(MBA)

Team



**Norbert Göller,
Geschäftsfeldentwicklung**
Diplom-Ingenieur Verfahrenstechnik,
Berufserfahrung als Journalist,
Film- und Medienproduzent



**Anne-Kathrin Lange,
Programmleitung
»Verrückt? Na und!«**
Diplom-Medienwissenschaftlerin,
Systemischer Coach (i.A.)



**Juliane Hug,
Programmleitung
»Psychisch fit studieren«**
M. Sc. Psychologie,
Psychologische Psychotherapeutin



**Anna Sophia Feuerbach,
Qualitätsmanagement,
Organisation, Netzwerkpfege**
Diplom-Biochemikerin,
Gesundheitsexpertin



**Antje Wilde,
Finanzen und Buchhaltung**
Diplom-Kauffrau



**Brigitte Schönheit,
Landeskoordination
»Verrückt? Na und!«**
in Nordrhein-Westfalen

Landeskoordination bei Kooperationspartnern



Dr. Victoria Obbarius,
Landeskoordination »Verrückt?
Na und!« in Thüringen

Mitarbeiterin der Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung Thüringen e.V. –
AGETHUR, Diplom-Psychologin



Christopher Haas,
Landeskoordination »Verrückt?
Na und!« in Rheinland-Pfalz

Mitarbeiter von unplugged –
Das Beratungscafé, gpe gGmbH,
Diplom-Sozialpädagoge



Mareike Mattson,
Landeskoordination »Verrückt?
Na und!« in Schleswig-Holstein

Mitarbeiterin der Landesvereinigung
für Gesundheitsförderung Schleswig-
Holstein e.V., Diplom-Pädagogin



Anke Wagner,
Landeskoordination »Verrückt?
Na und!« in Mecklenburg-Vorpommern

Mitarbeiterin des Landesverbands Sozialpsychiatrie
Mecklenburg-Vorpommern e.V.,
Diplom-Sozialpädagogin



Britta Schilhanek,
Landeskoordination »Verrückt?
Na und!« in Baden-Württemberg

Mitarbeiterin der eva
Evangelische Gesellschaft Stuttgart e.V.,
M. A. Soziologie

Governance

Zum 31.12.2020 hat Irrsinnig Menschlich e.V. 105 Vereinsmitglieder.

Das höchste Organ ist die Mitgliederversammlung. Sie ist zuständig für die Genehmigung des vom Vorstand aufgestellten Haushaltplans, die Entlastung des Vorstands, die Wahl und Abberufung der Mitglieder des Vorstands sowie die Beschlussfassung über Änderungen der Satzung und die Auflösung des Vereins. Unser Vorstand besteht aus drei Personen: dem*der ersten Vorsitzenden, dem*der stellvertretenden Vorsitzenden und dem*der Kassierer*in. Der Vorstand wird von der Mitgliederversammlung gemäß Vereinssatzung für die Dauer von zwei Jahren gewählt.

Die Aufgaben des Vorstands und der Geschäftsführung sind in der Vereinssatzung, der Geschäftsordnung und im Geschäftsverteilungsplan geregelt.

Irrsinnig Menschlich e.V. hat die Initiative Transparente Zivilgesellschaft⁴⁸ unterzeichnet.

⁴⁸ Transparency International Deutschland e.V. (2021): »Initiative Transparente Zivilgesellschaft«.

URL: <<https://www.transparency.de/mitmachen/initiative-transparente-zivilgesellschaft?L=0>> (09.04.2021).

6. Finanzen

Buchführung und Rechnungslegung

Irrsinnig Menschlich e.V. erstellt eine Einnahmen-Überschuss-Rechnung nach den Vorschriften des HGB. Der Jahresabschluss wird erstellt durch die IQ Steuerberatungsgesellschaft mbH, Leipzig.

Einnahmen und Ausgaben

Einnahmen in €	2015	2016	2017	2018	2019	2020*
Eigene Einnahmen Fortbildung, Weiterbildungsgebühren und Materialverkauf	50.635	72.561	54.468	54.970	88.000	84.017
Zuwendungen Sozialversicherungsträger, Kommune und Land, bis 2018, einschließlich Spenden von Stiftungen und Organisationen	313.552	359.826	399.435	618.195	303.000	384.596
Spenden Stiftungen und Organisationen					501.000	693.440
Spenden ab 2019 nur von Einzelpersonen	3.468	7.232	52.688	105.833	11.000	13.529
Mitgliedsbeiträge	2.051	1.891	2.311	2.121	3.000	2.891
Summe	369.706	441.510	508.902	781.119	906.000	1.178.473
Ausgaben in €	2015	2016	2017	2018	2019	2020*
Personalkosten	260.972	247.149	291.318	339.144	363.000	405.967
Sachkosten	106.578	182.024	244.041	356.743	433.000	**518.769
Summe	367.550	429.173	535.359	695.887	796.000	924.736
Saldo aus Einnahmen und Ausgaben in €	2.156	12.337	-26.457	85.233	110.000	253.737

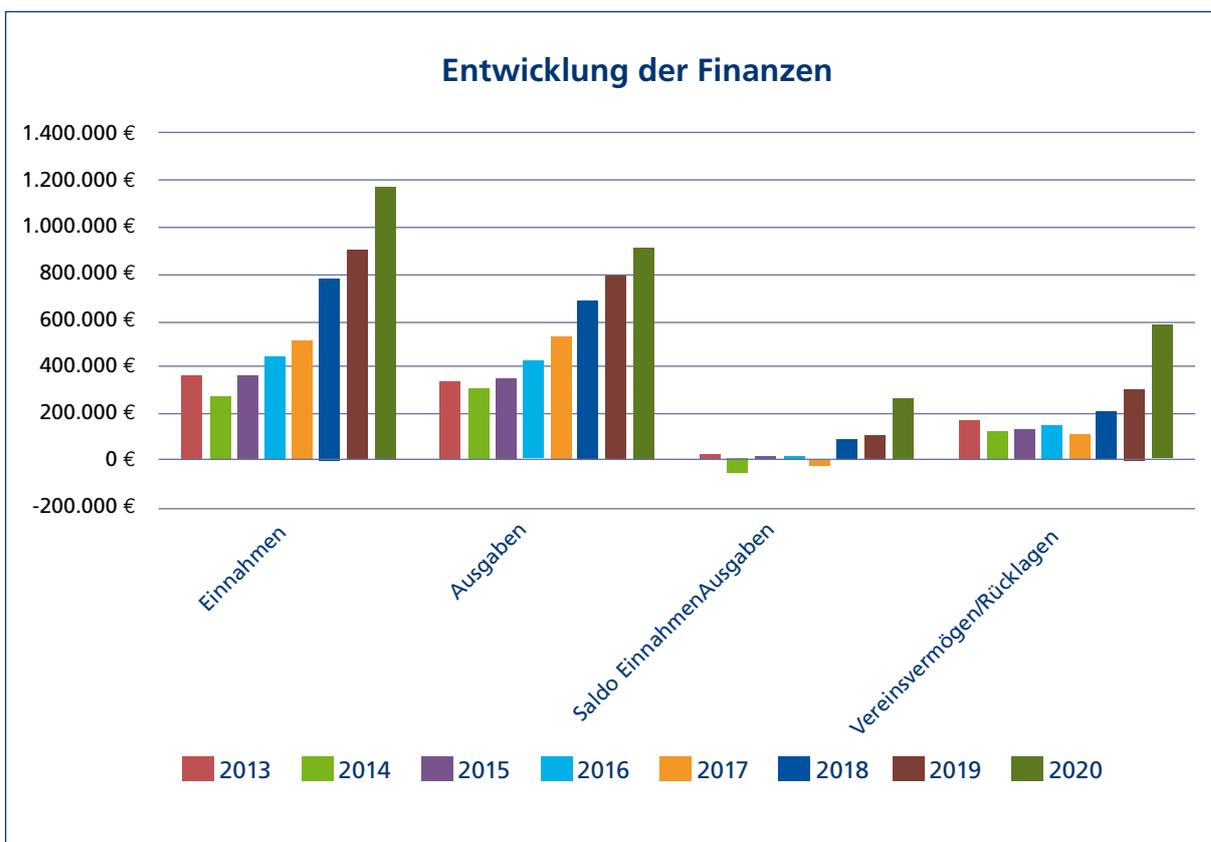
* gerundete Zahlen aus dem vorläufigen Jahresabschlussbericht

** davon Mittelweiterleitungen an Kooperationspartner: 270.370,00 €

Vermögensrechnung

Vereinsvermögen in €	2015	2016	2017	2018	2019	2020*
Kontobestand	131.454	143.806	117.244	202.477	312.000	565.737
Kassenbestand	60	46	150	300	0	0
Anlagevermögen	4.800	5.600	4.250	6.000	4.000	17.094

* gerundete Zahlen aus dem vorläufigen Jahresabschlussbericht



Finanzielle Situation und Planung

Auch finanziell war 2020 ein außergewöhnliches Jahr. Die Einnahmen waren höher als in den Vorjahren. Alle Finanzpartner standen zu ihren Zusagen, obwohl kaum Prognosen über die Zahl der durchzuführenden Veranstaltungen möglich waren. Die SKala-Initiative, die Ferry-Porsche-Stiftung, die Amazon Deutschland E8 Transport GmbH, die Deutsche Kreditbank AG (DKB), die Zalando SE und die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt haben 2020 zusätzliche Fördermittel ausgeschüttet oder für 2021 zugesagt, um gezielt die Folgen der Coronapandemie zu bewältigen. Dafür großer Dank!

Da die Zahl der Schultage zurückgegangen ist, hat sich die Struktur der Ausgaben geändert. Wir haben in die Anpassung an die Bedingungen der Coronapandemie investiert: Entwicklung von Onlineformaten, Unterstützung regionaler Kooperationspartner, Qualifizierung von Honorarkräften sowie in künftige wichtige Themen wie die Ausrichtung von »Verrückt? Na und!« auf die Zielgruppe Kinder psychisch kranker Eltern sowie die internationale Verbreitung. Die Finanzpartner waren dankenswerterweise sehr flexibel und haben interne Budgetverschiebungen mitgetragen.

Die weitere Skalierung von »Verrückt? Na und!« ist 2021 durch die Förderung der SKala-Initiative gesichert. Wir begrüßen sehr den Einstieg der Auridis Stiftung gGmbH und der BAHN-BKK. Das ermöglicht uns, das bestehende Programm auf Grund- und Berufsschulen auszurichten bzw. für sie zu adaptieren und eröffnet Perspektiven für die Folgejahre.

Besonders herausheben möchten wir zwei große Unterstützer: Die Spende der Ferry-Porsche-Stiftung über 108.000 € werden wir gezielt in den Ausbau der Aktivitäten in Stuttgart und Leipzig investieren, die 2020 zugesagte und 2021 eingegangene Spende von ZALANDO SE über 250.000 € dagegen in den Aufbau spezifischer Präventionsangebote für Kinder psychisch kranker Eltern.

Zum Zeitpunkt der Anfertigung dieses Berichts (03/2021) ist das PLAN Budget 2021 bereits weitgehend durch vereinbarte Zuwendungen, Spenden, eigene Einnahmen und Rücklagen gedeckt.

Wir vertrauen darauf, dass die Erfolgsgeschichte der letzten Jahre weiterhin Finanzpartner überzeugt. Für 2021 möchten wir die gesetzlichen Krankenkassen zur Finanzierung unserer regionalen Kooperationspartnerschaften im Rahmen der GKV-Förderprogramme gewinnen sowie weiterhin attraktiv für Unternehmen und Stiftungen bleiben.

Unterstützen Sie uns!

Wir öffnen Herzen. Wir geben Hoffnung. Wir machen psychische Krisen besprechbar.

Ihre finanzielle Unterstützung hilft uns dabei, unsere erfolgreichen Programme weiterhin durchzuführen, weiterzuentwickeln und zu skalieren. So erreichen wir immer mehr Menschen und können uns langfristig und nachhaltig für psychisches Wohlergehen sowie gegen die Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen starkmachen.



Das Konto für Ihre Spende:

Irrsinnig Menschlich e.V.
IBAN DE05 8602 0500 0003 5150 00
BIC BFSWDE33LPZ
Bank für Sozialwirtschaft

Sie finden uns auch auf:



Jede Spende zählt und ist eine großartige Unterstützung und Motivation für uns! Gemeinsam bereiten wir so den Weg für einen Wandel in unserer Gesellschaft: Auf seelisches Wohlbefinden zu achten, ist für alle selbstverständlich und niemand wird wegen einer seelischen Krise ausgegrenzt.

Herzlichen Dank für alle Spenden!

Im Namen von Irrsinnig Menschlich e.V.:

Dr. Manuela Richter-Werling, Gründerin und Geschäftsführerin von Irrsinnig Menschlich e.V.



Impressum

Irrsinnig Menschlich e.V.
Erich-Zeigner-Allee 69–73
04229 Leipzig

Tel.: 0341 22289 90
Fax: 0341 22289 92
info@irrsinnig-menschlich.de
www.irrsinnig-menschlich.de

Vorstand

Prof. Dr. Georg Schomerus
Dr. Regine Schneider
Cornelia Lakowitz

Sitz des Vereins: Leipzig
Registergericht: Amtsgericht Leipzig VR 3359
Steuernummer: 232/140/16540
USt-IdNr.: DE249415115

Redaktion: Dr. Manuela Richter-Werling

Korrektur: Linda Stegmann

Fotos: Andreas Arnold, Matthias Möller/Medial Mirage, Swen Reichhold, Wolfgang Vogel, BeWo Meerbusch

Piktogramme: Simone Fass, Tim Müller

Layout und Satz: Gabine Heinze /TOUMAart



20 IRRSINNIG] [MENSCHLICH JAHRE