

# Verrückt? Na und!

Programm zur Prävention psychischer Krisen und zur Förderung der seelischen Gesundheit

## Stufe 2: Effektivität wahrscheinlich

### Programminformationen

---

#### Ziel

Ziel ist die Prävention von psychischen Krisen. Stigma, Ängste und Vorurteile sollen abgebaut werden. Es soll gezeigt werden, wie Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte gemeinsam seelische Gesundheit fördern können, damit alle Jugendlichen die Schule schaffen und gute Zukunftsaussichten haben.

#### Zielgruppe

Schülerinnen und Schüler ab Klassenstufe 8 (alle Schultypen) und ihre (Klassen)lehrkräfte

#### Methode

Strategie: Information, Aufklärung und Kontakt mit Personen der stigmatisierten Gruppe. Das Programm setzt an der Schlüsselstelle und dem Haupthindernis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit an: Stigma reduzieren und Hilfesuchverhalten verändern.

Methodik: Das Programm besteht im Kern aus einzelnen Schultagen zur psychischen Gesundheit. Diese Schultage sollen wie ein „Eisbrecher“ wirken, damit das Thema psychische Gesundheit in der Schule bearbeitet werden kann und psychische Krisen klassenweise besprechbar gemacht werden können. Ausgangspunkt sind die Lebenserfahrungen der Jugendlichen. Häufige Themen: Prüfungsstress, Mobbing, Schulleistungen, Belastung durch Krankheit, Suizid, psychisch kranke Eltern, Süchte, Zukunftssorgen. Die Begegnung mit Personen, die selbst psychische Krisen bewältigt haben, wird als Schlüssel zur Veränderung von Einstellungen und bestenfalls Verhalten gesehen. Genutzt werden Gespräche/Austausch/Diskussionen, Gruppenarbeit und Rollenspiele.

Inhalt: Die Teilnehmenden ...

- lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen.
- sprechen über jugendtypische Bewältigungsstrategien.
- hinterfragen Ängste und Vorurteile gegenüber psychischen Krisen.
- erfahren, wo sie Hilfe erhalten und wie sie anderen helfen können.
- finden heraus, was ihre Seele stärkt und was sie als Klasse für seelisches Wohlbefinden tun können.
- begegnen Menschen, die psychische Krisen gemeistert haben.

Team: Zweier-Tandems aus: 1) einem Menschen mit persönlicher Erfahrung in der Bewältigung von Krisen und psychischen Erkrankungen, die aktuell studieren oder sich in Ausbildung befinden, und 2) einer Fachkraft der Prävention, Gesundheitsförderung und psychosozialer Versorgung.

Außerdem verfügbar: "Unsere verrückte Familie" - Grundschule, "Aufmachen" - Berufsschule

#### Material / Instrumente

Broschüre „Was Lehrkräfte für psychisch belastete Schüler\*innen tun können“

Fortbildungen für Lehrkräfte, Schulsozialarbeiterinnen und -arbeiter und weitere Multiplikatorinnen und Multiplikatoren

[Wanderausstellung "Wie geht's"](#)

[Info-Pocket-Guides für Jugendliche](#)

[Hilfebox](#)

[Krisen-Ausweg-Weiser](#)

[DVDs](#)

[Buttons für Lebensweltmeister](#)

[T-Shirts](#)

[Sticker](#)

[Poster](#)

[Grußkarte an die Seele](#)

#### Programmbeschreibung

<https://www.irrsinnig-menschlich.de/psychisch-fit-schule/>

#### Ansprechpartner

Irrsinnig Menschlich e.V.

Programmleitung „Verrückt? Na und!“

Anne-Kathrin Lange

Erich-Zeigner-Allee 69-73, 04229 Leipzig

Tel.: 0341 492561-80

E-Mail: [a.lange@irrsinnig-menschlich.de](mailto:a.lange@irrsinnig-menschlich.de)

<http://www.irrsinnig-menschlich.de>

#### Evaluation

[Koschig, M., Conrad, I., Riedel-Heller, S. \(2018\). 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.

Corrieri, S., Conrad, I., Riedel-Heller, S. (2015). Die Förderung psychischer Gesundheit in der Schule durch Schulcoaches: Evaluation eines Modellprojekts in Sachsen. Psychiat Prax, 42, 82-89.

Conrad, I., Heider, D., Schomerus, G., Angermeyer, M.C., Riedel-Heller, S. (2010). Präventiv und stigmareduzierend? Evaluation des Schulprojekt "Verrückt? Na und!". Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie, 58(4), 257-264.

Conrad, I., Dietrich, S., Heider, D., Blume, A., Angermeyer, M.C., Riedel-Heller, S. (2009). „Crazy? So hat!“ A school programme to promote mental health and reduce stigma – results of a pilot study. Health Education, 109(4), 314-328.

Schulze, B., Richter-Werling, M., Matschinger, H., Angermeyer, M.C. (2003). Crazy? So what! Effects of a school project on students' attitudes towards people with schizophrenia. Acat Psychiatrica Scandinavica, 107(2), 142-150.

Das Programm wurde am 29.10.2014 in die Datenbank eingestellt und zuletzt am 25.01.2024 geändert.

## Umsetzung und Evaluation

---

### Evaluation

veröffentlicht

#### Evaluationsmethode und Ergebnisse

Quasi-Experiment in der Praxis mit Prä-, Post- und 1 Follow-up-Befragung nach 3 Monaten mit insgesamt n = 210 Schülerinnen und Schülern der Klassenstufe 9 und 10: Interventionsgruppe (IG; n = 120), Kontrollgruppe (KG; n = 90). Die Schülerinnen und Schüler wurden zu Schulklima, Hilfesuchverhalten und Sozialer Distanz (SD) gegenüber psychisch kranken Menschen befragt. Zusätzlich wurden die beteiligten Lehrkräfte (n = 4) einmalig unmittelbar nach der Durchführung der Schultage befragt.

Ergebnisse: In der Interventionsgruppe konnte die soziale Distanz gegenüber psychisch kranken Menschen kurzfristig reduziert werden. Im Falle einer seelischen Krise stehen gleichaltrige Freunde als Ansprechpersonen an erster Stelle (Hilfesuchverhalten). Auf Lehrende bezogen, sind die Klassenlehrkräfte die wichtigsten Bezugspersonen. Betroffene junge Erwachsene können Jugendlichen Mut machen, um einer seelischen Krise mit weniger Ängsten und Vorurteilen zu begegnen. Das Wissen der Schülerinnen und Schüler zu psychischer Gesundheit, Krisen, Krankheit und Hilfe hat zugenommen.

Die beteiligten Lehrkräfte waren der Meinung, dass eine Sensibilisierung der Schülerinnen und Schüler für psychische Gesundheitsprobleme erreicht worden ist und Informationen zu möglichen Hilfsstrategien vermittelt werden konnten.

#### Konzeptqualität

Kriterien sind erfüllt.

#### Evaluationsergebnisse

(überwiegend) positiv

#### Evaluationsniveau und Beweiskraft

3 Sterne, schwache Beweiskraft

#### Aufwand

mit (€) gekennzeichnete Posten erfordern finanzielle Leistungen an Externe

Anwesenheit der Lehrkräfte ist erforderlich

#### erforderliche Kooperationspartner

Lehrkräfte, Schulen, Irrsinnig Menschlich e.V., regionale Kooperationspartner an den Programmstandorten.

#### Zeit bis zu erwartbaren Auswirkungen auf Risiko- bzw. Schutzfaktoren

kurzfristig (bis 1 Jahr)

## Erfahrungen mit dem Programm

---

### **Programm probiert in**

National: Über 70 Standorte (Städte und Landkreise in 11 Bundesländern.

International: Österreich (Steiermark, Burgenland, Salzburger Land), Tschechien, Slowakei.

<https://www.irrsinnig-menschlich.de/psychisch-fit-lernen/regionalgruppe-suchen/>

### **Programm aufgenommen in anderen Datenbanken, best-practice-Listen o.ä.**

<https://www.dieinitiative.de/steckbrief-schule/verrueckt-na-und/>

Nationale Präventionskonferenz (2019): 1. Präventionsbericht, S.204

Kinder- und Jugendreport 2019 Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland Schwerpunkt: Ängste und Depressionen bei Schulkindern, S.200

[www.phineo.org](http://www.phineo.org)

[Gesundheitsziele](#)

[Vitos Kliniken](#)

<https://www.ashoka.org/de-DE/story/studie-von-ashoka-und-mckinsey-zeigt-milliardenpotenzial-von-sozialen-innovationen>

<https://www.barmer.de/gesundheit-verstehen/praevention-und-vorsorge/verrueckt-na-und-3812>

[https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Irrsinnig\\_Menschlich&stable=0](https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Irrsinnig_Menschlich&stable=0)

## Suchzugänge

---

### Präventionsthema

Ängste  
Depression  
Psychische Gesundheit

### Risikofaktoren

**Familie**  
Geschichte des Problemverhaltens in der Familie

### Schutzfaktoren

**Kinder / Jugendliche**  
Moralische Überzeugungen und klare Normen  
Soziale Kompetenzen  
Interaktion mit pro-sozialen Peers

**Schule**  
Gelegenheiten zur pro-sozialen Mitwirkung

### Programmtyp

universell

### Institutionen

Schule

### Geschlecht

beide

### Alter der Zielgruppe

>18  
14  
15  
16  
17  
18