



**VERRÜCKT?  
NA UND!**

Ein Programm von  
Irrsinnig Menschlich e.V.

# Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule

Bundesweiter Präventionspartner  
**BARMER**

## Irrsinnig Menschlich e.V.: Der Programmanbieter

Irrsinnig Menschlich e.V. begeistert seit fast 20 Jahren junge Menschen mit Präventionsangeboten zur psychischen Gesundheit. Wir machen psychische Krisen besprechbar. Damit greifen wir ein hochrelevantes Thema auf, das in Schule und Studium, Ausbildung und Beruf kaum Platz hat, Familien oft überfordert, persönliches Leid und immense gesellschaftliche Kosten verursacht.

McKinsey & Company und Ashoka haben 2018 vier soziale Innovationen hinsichtlich ihres ökonomischen Potenzials untersucht. „Verrückt? Na und!“, unsere Intervention im Setting Schule gehört dazu. Die zentrale Wirkung von „Verrückt? Na und!“ ist es, die Zugangsbarrieren zum Hilfesystem zu reduzieren.

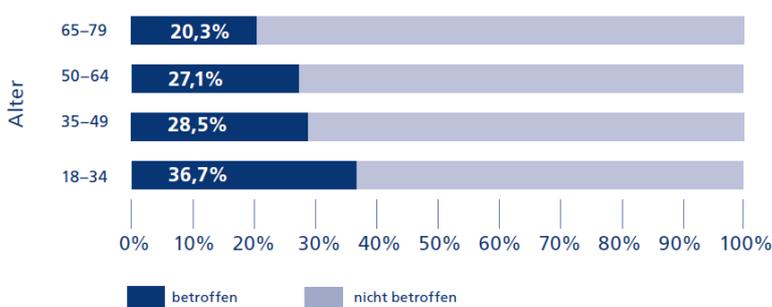
Das Ergebnis: **80 Millionen Euro weniger Folgekosten für jeden Prozentpunkt an erkrankten Schüler\*innen, die sich in einem Jahrgang aufgrund der Teilnahme an „Verrückt? Na und!“ zusätzlich in frühzeitige Behandlung begeben.**

Was das für die Zukunft von jungen Menschen bedeutet, haben jüngst Verhaltensökonominnen um Professor Andrew E. Clark von der Paris School of Economics veröffentlicht: **Wie glücklich sich 16-jährige Jugendliche fühlen werden, wenn sie 20 Jahre älter sind, sagt nichts so treffsicher vorher wie ihr seelischer Gesundheitszustand mit 16.**

Jung + psychisch krank + keine Hilfe oder keine passende Hilfe = substanzieller Verlust von Jahren mit Gesundheit!

### 1 Jungen Menschen helfen: Häufigkeit psychischer Erkrankungen

Alterunterschiede



12-Monats-Prävalenz psychischer Erkrankungen in der erwachsenen Bevölkerung, differenziert nach Altersgruppen

Die jüngere Generation ist am häufigsten von psychischen Erkrankungen betroffen. Ältere Menschen erfüllen am seltensten die Kriterien einer Diagnose.

# 1 Die gesellschaftliche Herausforderung

## Psychische Gesundheit: Wichtig für den Einzelnen, die Gesellschaft und die Politik

Psychische Gesundheit der Bevölkerung zu fördern und psychischen Krisen und Erkrankungen vorzubeugen lohnt sich: das Wohlbefinden, die Lebensqualität und Stabilität von Gesellschaften steigen. Kurzum: Psychische Gesundheit verbunden mit einer guten Gemeinschaft, auf die wir in schlechten Zeiten zurückgreifen können, ist die »versteckte Glücksquelle«, die kaum einer auf der Rechnung hat, so Professor Andrew Clark von der Paris School of Economics, Verhaltensökonom und einer der »Top-Happiness-Forscher« weltweit.<sup>1</sup> Und das weit vor etlichen vermeintlichen Glücksbringern für Lebenszufriedenheit wie Geld, Arbeit, Bildung, Partnerschaft und Kinder.

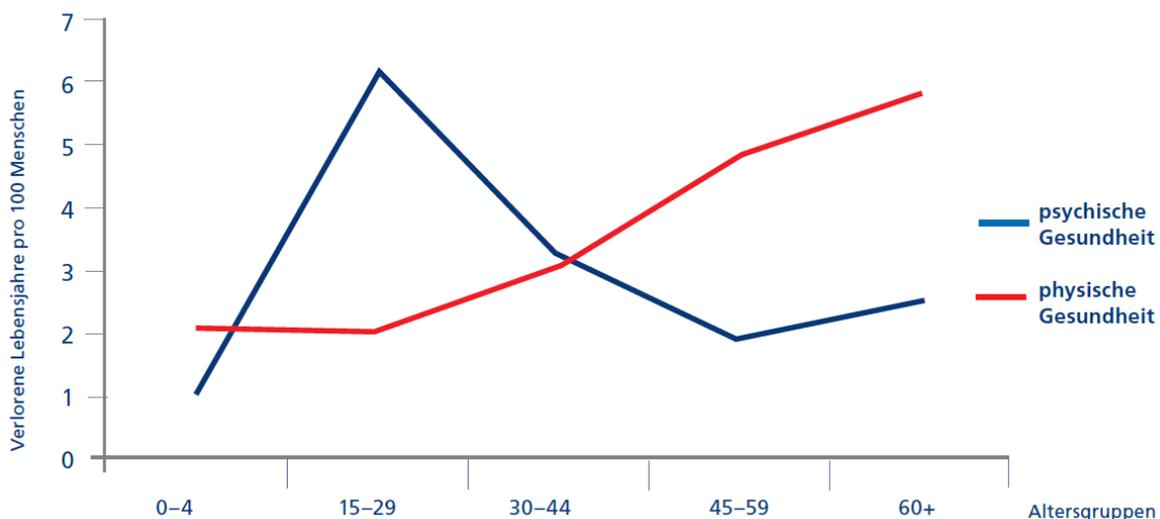
## Psychische Krankheit: Unglücksfaktor

Während körperliche Erkrankungen oft erst im späteren Lebensalter zum ernsthaften Problem werden, suchen psychische Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen und Suchterkrankungen Menschen jeden Alters heim: jedoch am stärksten Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Oft sind immer wieder dieselben Menschen betroffen – lebenslang.

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

## 3 Unglücksquelle: Jung und psychisch krank

Sterberate nach Altersgruppen<sup>4</sup>



## **2 Unsere Antwort für das Setting Schule: „Psychisch fit lernen“**

Prävention und Gesundheitsförderung sind unentbehrlich. Die Schule ist dafür der ideale Ort.

### **Schulen und Gesundheitsförderung**

Nach einer von uns in Auftrag gegebenen Studie der Universität Leipzig ist psychische Gesundheit inzwischen in der Schule ein hochrelevantes Thema, leider oft erst im Krisenfall. Für Prävention und Gesundheitsförderung haben Schulen nur sehr begrenzte zeitliche und finanzielle Ressourcen. Lehrkräften fehlt es an Wissen und Aufklärung im Umgang mit psychischen Krisen und Hilfsmöglichkeiten in der Schule.

### **„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 und Fachveranstaltungen für Organisationen, die am guten Aufwachsen von jungen Menschen interessiert sind. Unsere Interventionen sind niedrigschwellig und können in institutionsübergreifende „Präventionsketten“ in den Kommunen integriert werden. Unser Ziel im Setting Schule ist es, mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen.

## **3 Der Lösungsansatz**

Wir wirken an der Schlüsselstelle und dem weltweiten Haupthindernis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit: der Entstigmatisierung. Im Fokus steht das Bewusstmachen und Beseitigen von individueller, öffentlicher und struktureller Diskriminierung.

### **Die Strategie**

Information + Aufklärung + Kontakt mit Mitgliedern der stigmatisierten Gruppe. Diese Kombination erweist sich weltweit als vielversprechendste Strategie.

### **Unsere Arbeitsweise**

Wir arbeiten im Settingansatz / Lebensweltansatz – in Schule, Hochschule und Arbeit: Ziel ist es, sowohl Rahmenbedingungen zu verändern (Verhältnisse) als auch das individuelle Verhalten. Zentrales Handlungsprinzip ist die Vernetzung mit Partnern verschiedener Sektoren.

Wir machen tabuisierte Themen leicht besprechbar, wirken als „Türöffner“ und ermutigen die Teilnehmer\*innen und Institutionen, bedürfnis- und lösungsorientiert weiter zu arbeiten.

Wir arbeiten stets in Tandems aus Menschen, die beruflich und persönlich Erfahrungen mit psychischer Gesundheit, Krisen und Erkrankungen haben. Die Fachexpert\*innen kommen aus Prävention, Gesundheitsförderung und psychosozialer Versorgung. Die persönlichen

Expert\*innen haben selbst psychische Krisen erfahren und gemeistert. Sie studieren, befinden sich in Ausbildung, sind berufstätig, arbeitssuchend oder berentet.

### **Der Nutzen für die Teilnehmer\*innen**

Sie lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen, diskutieren typische Bewältigungsstrategien, hinterfragen Ängste und Vorurteile gegenüber psychischen Krisen, erfahren, wo sie Hilfe erhalten können, wissen sich zu helfen und werden bestärkt, sich für ein gesundheitsförderndes Klima einzusetzen.

## **4 Die Umsetzung: „Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule“**

Ein Präventionsprogramm zur psychischen Gesundheit für Schüler\*innen und ihre Lehrkräfte – erprobt, evaluiert, nachgefragt

**Zentrales Ziel** Zugangsbarrieren zum Hilfesystem zu reduzieren

Das Programm besteht im Kern aus Schultagen zur psychischen Gesundheit begleitet von umfangreichem Material/Medien für Schüler\*innen und Lehrkräfte (Krisen-Auswegweiser, Infopocketguides, Wanderausstellung, Lehrerbroschüren usw.).

### **Zielgruppe**

Schüler\*innen ab Klasse 8 und ihre Lehrkräfte.

### **Ziele des Schultags**

Wir machen psychische Krisen klassenweise besprechbar, reduzieren Stigma, Ängste und Vorteile, vermitteln Zuversicht und Lösungswege und zeigen, wie Schüler\*innen und Lehrkräfte gemeinsam Krisen meistern und seelische Gesundheit stärken können, damit alle die Schule schaffen und gute Zukunftsaussichten haben.

### **Inhalte**

Die Teilnehmer\*innen lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen, setzen sich mit jugendtypischen Bewältigungsstrategien auseinander, hinterfragen Ängste und Vorurteile gegenüber psychischen Krisen, erfahren, wo sie Hilfe erhalten, finden heraus, was ihre Seele 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 und suchtkranke Eltern, Drogen, Alkohol, Zukunftssorgen.

**Methodik** Gespräch, Gruppenarbeit, Diskussion, Rollenspiele

**Dauer** Ein Schultag, klassenweise

**Team Tandems**, die Erfahrungen mit psychischen Krisen und seelischer Gesundheit haben – von Berufs wegen und in eigener Sache: fachliche und persönliche Expert\*innen.

### **Kooperationspartner**

Organisationen, die fachliche Expertise auf dem Gebiet der psychischen 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 fachliche und persönliche Expert\*innen, werden ausgebildet, informieren Schulen und verantworten die Umsetzung der Schultage an ihrem Standort.

### **Verbreitung**

„Verrückt? Na und!“ wird nach dem »Social Franchise-System« verbreitet in Deutschland, Österreich, Tschechien und der Slowakei. 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\*innen liegt seit Jahren unverändert bei 500 Euro pro Jahr.

### **Leistungen**

Stand 2018: ca. 70 Standorte in Deutschland, 842 „Verrückt? Na und!“-Schultage für 23.000 Schüler\*innen und ihre Lehrkräfte.

Das jährliche Wachstum liegt seit 2015 bei ca.20%.

### **Qualitätssicherung**

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

„Verrückt? Na und!“ wird seit 2009 in Zusammenarbeit mit der BARMER und gesundheitsziele.de durch die Selbsthilfeförderung und seit 2014 nach dem Setting-Ansatz nach § 20 a SGB V angeboten.

### **Auszeichnungen und Qualitätssiegel**

Die Initiatorin des Programms, das Programm und seine Umsetzung durch regionale Akteure des Gesundheitswesens wurden mehrfach ausgezeichnet:

**2009** Modellprojekt zur Umsetzung der nationalen Gesundheitsziele »Gesund aufwachsen« und »Depressive Erkrankungen verhindern«; Manuela Richter-Werling wird Ashoka-Fellow

**2011** 2. Preis »Gesundes Land NRW«; Manuela Richter-Werling wird eine der »150 Verantwortlichen« der Robert Bosch Stiftung

**2012** »Wirkt-Siegel« von PHINEO im Themenfeld Depression

**2013** Hessischer Gesundheitspreis; DGPPN-Antistigma-Preis

**2014** 1. Platz in der Kategorie »Wirkung<sup>2</sup>« im Rahmen des vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Forschungs- und Praxisprojekts »Soziale Innovationen in Deutschland«; **2014** „Verrückt? Na und!“ wird in die »Grüne Liste Prävention« des Landespräventionsrats Niedersachsen aufgenommen

**2015** Großer Präventionspreis der Stiftung für gesundheitliche Prävention Baden-Württemberg

**2016** Manuela Richter-Werling wird Making More Health-Fellow

### **Schirmherrschaften**

- Baden-Württemberg: Manfred Lucha, Minister für Soziales und Integration
- Niedersachsen: Grant Hendrik Tonne, Kultusminister
- Nordrhein-Westfalen: Karl-Josef Laumann, Minister für Arbeit, Gesundheit und Soziales
- Rheinland-Pfalz: Dr. Stefanie Hubig, Ministerin für Bildung, Sabine Bätzing-Lichtenthäler, Ministerin für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie
- Sachsen: Barbara Klepsch, Ministerin für Soziales und Verbraucherschutz
- Sachsen-Anhalt: Petra Grimm-Benne, Ministerin für Arbeit, Soziales und Integration
- Thüringen: Heike Werner, Ministerin für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie

### **Förderer, Unterstützer**

BARMER als bundesweiter Präventionspartner, Skala als bundesweiter Skalierungspartner

Sozialversicherungsträger wie Deutsche Rentenversicherungen und Unfallkassen

DB Stiftung (mehr dazu im Jahresbericht 2018)

## **5 Die gesellschaftliche Wirkung von „Verrückt? Na und!“**

### **Das Programm**

- wirkt präventiv, Stigma reduzierend und gesundheitsfördernd.
- lässt sich gut mit anderen Programmen der Prävention und Gesundheitsförderung in Schule und Kommune kombinieren.
- hat großes ökonomisches Potential (vgl. S. 1)

		Output  →	Outcome / Impact → 
Schüler		besseres Wissen, veränderte Einstellungen zu psychischen Krisen und Erkrankungen, Zuversicht und Hoffnung, verändertes Hilfesuchverhalten	geringere Krankheitskosten, weil frühe Inanspruchnahme von Hilfen
Klasse		mehr Achtsamkeit, Vertrauen und Zuversicht, Probleme gemeinsam zu lösen	besseres Klassenklima, mehr Schulerfolg
Schulen		Early Awareness für seelische Gesundheit, Aktivieren des Hilfs- und Beratungssystems	Stärkung von gesundheitsförderlichen Schulentwicklungsprozessen, verbesserte Schul- und Bildungsqualität
Gesundheits- und Bildungssystem		Bewusstsein für Early Awareness bei seelischer Gesundheit zusätzlicher Nutzen für Menschen mit seelischen Erkrankungen (persönliche Experten): Empowerment, Inklusion, Recovery, mehr Chancen auf Beschäftigung und Arbeit	engere Vernetzung und Koordination von Organisationen aus Gesundheit, Bildung und Ausbildung, Senkung der gesellschaftlichen Kosten zusätzlicher Nutzen für Menschen mit psychischen Erkrankungen (persönliche Experten): Senkung der gesellschaftlichen Kosten

## Evaluation: Aufgeklärte Schüler\*innen und Lehrkräfte

### Aufgeklärte Schüler\*innen

**Mehr Wissen:** 95,5% geben an, sich nach dem Schultag besser in Sachen psychischer Gesundheit auszukennen.

**Role models:** 75% sagen, dass die persönlichen Expert\*innen Vorbilder für sie sind, um Krisen angstfreier zu bewältigen.

**Krisenfester:** 73,3 % geben an, Krisen künftig besser zu begegnen und sich rechtzeitig Hilfe zu holen.

**Dranbleiben:** 63,2% geben an, dass sie gern noch mehr erfahren würden über psychische Gesundheit/Krankheit.

**Klassenlehrkräfte wichtig:** Schüler\*innen wünschen sich, dass sie in der Schule die wichtigsten Ansprechpartner im Krisenfall sind.

## **Wie Schulen und Lehrkräfte das Programm bewerten**

**Das Angebot stimmt:** Die „Verrückt? Na und!“ – Schultage werden durchweg positiv bewertet. Lehrkräfte fühlen sich besser geschult, beraten und vorbereitet hinsichtlich psychischer Krisen. Durch ihre Teilnahme an den Schultagen haben sie Neues über ihre Schüler\*innen erfahren und fühlen sich für die Herausforderungen des pädagogischen Alltags gestärkt.

**Problemlöser:** Alle befragten Lehrkräfte sehen einen Zusammenhang zwischen psychischer Gesundheit und Lernerfolg bei ihren Schüler\*innen.

Schulen buchen den Schultag insbesondere bei Problemen in der Klasse und Schule mit Drogen- & Alkoholkonsum, Verhaltensauffälligkeiten und psychischen Krisen.

**Mutmacher:** 97% der Schulen geben an, das schwierige Thema werde leicht vermittelt.

85% der Schulen geben an, „Verrückt? Na und!“ reduziert Ängste.

**Wiederbucher:** 74% der Schulen die „Verrückt? Na und!“ erlebt haben, buchen das Programm erneut.

## **Schulen brauchen Unterstützer**

Es zeichnet sich ein Wandel hin zu einer gesundheitsförderlichen Kultur ab. Dieser ist jedoch langsam und bislang kann noch nicht davon gesprochen werden, dass Schulen eine entsprechende Kultur umfassend etabliert haben und leben. „Verrückt? Na und!“ kann vieles anstoßen, was für eine gesundheitsförderliche Lern- und Lehrkultur hilfreich ist. Die Schulen bewerten die Zusammenarbeit mit unseren regionalen Partnern durchweg positiv.

Für einen nachhaltigen Wandel braucht es jedoch auch eine engere operative und strukturelle Kooperation der Bildungs- und Gesundheitssysteme sowie eine langfristige gemeinsame Finanzierung von Prävention psychischer Störungen im Jugendalter durch Gesundheit, Soziales und Kultus.

## **Ansprechpartnerin:**

Dr. Manuela Richter-Werling, Gründerin, Geschäftsführung

[m.richter-werling@irrsinnig-menschlich.de](mailto:m.richter-werling@irrsinnig-menschlich.de)

Tel. 0160 -2252954 o. 0341-49256181