



# IRRSINNIG ] [ MENSCHLICH

Jahres- und Wirkungsbericht 2019

**Irrsinnig Menschlich e.V. begeistert seit fast 20 Jahren junge Menschen mit Präventionsangeboten zur psychischen Gesundheit. Ziel ist stets die Verhaltens- und Verhältnisprävention – am besten im Verbund mit weiteren Akteuren. Wir machen psychische Krisen besprechbar. Damit greifen wir ein hochrelevantes Thema auf, das in Schule und Studium, Ausbildung und Beruf kaum Platz findet, Familien oft überfordert sowie persönliches Leid und immense gesellschaftliche Kosten verursacht.**

## Unsere Programme ...



35.000 Schüler\*innen

**4.000**  
Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter\*innen

1.331  Schultage

99  Standorte



**2.300**   
Studierende

**500**  
Hochschulmitarbeiter\*innen

39 Foren

**33**   
Hochschulen



125   
Teilnehmer\*innen

## 6 Workshops

3 Unternehmen

**... 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 / 7

Förderer, Unterstützer, Mutmacher 2019 / 10

### **2. Setting Schule: »Psychisch fit lernen« / 12**

Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention / 13

Präventionsprogramm »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule« / 14

Leistungen (Output) und Wirkungen (Outcome) / 16

Qualitätssicherung / 21

Evaluation / 24

Zielerreichung und Ausblick / 25

Schirmherrschaften von »Verrückt? Na und!« 2018 / 28

Modellprojekt »Kinder psychisch kranker Eltern in der Schule« / 29

### **3. Setting Hochschule: »Psychisch fit studieren« / 30**

Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention / 31

Leistungen (Output) und Wirkungen (Outcome) / 34

Evaluation / 36

Zielerreichung und Ausblick / 38

### **4. Setting Betrieb: »Psychisch fit arbeiten« / 39**

Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention / 39

Ausblick / 40

### **5. Organisationsprofil Irrsinnig Menschlich e.V. / 41**

Allgemeine Angaben / 41

Personalprofil / 41

Handelnde Personen / 42

Governance / 44

### **6. Finanzen / 45**

Buchführung und Rechnungslegung / 45

Einnahmen und Ausgaben / 45

Vermögensrechnung / 46

Finanzielle Situation und Planung / 46

**Unterstützen Sie uns! / 48**



»Verrückt? Na und!« in Aktion



»Psychisch fit studieren« in Aktion



Irrsinnig Menschlich e.V.  
bei pro mente Burgenland  
in Österreich

## Vorwort

### Liebe Vereinsmitglieder, Kooperationspartner\*innen, Unterstützer\*innen und Ehrenamtliche!

20 Jahre Irrsinnig Menschlich e.V.! Da sind wir immer noch und haben viel zu tun. Empirisch wird übereinstimmend festgestellt, dass psychische Belastungen und Erkrankungen keineswegs nur in Einzelfällen auftreten, sondern dass sie fester Bestandteil menschlichen Daseins sind – weltweit, häufig, besonders jüngere Menschen betreffend und für sie besonders lebensbelastend. Diese wissenschaftliche Beobachtung ist keineswegs im öffentlichen Bewusstsein angekommen. Wir bohren nach wie vor »dicke Bretter«, sonst wären wir nicht irrsinnig menschlich!

Unsere Programme sind 2019 hervorragend gelaufen, unser nationales und internationales Netzwerk ist großartig, voller Spirit und Tatendrang. Wir haben mit »Einzellösungen« beachtliche Ergebnisse in der Verhaltens- und Verhältnisprävention im Setting Schule und Hochschule erzielt. Wir sind dankbar für die Unterstützung unserer Finanzpartner, insbesondere der SKala-Initiative, der Deutschen Bahn Stiftung, der Beisheim Stiftung, mehrerer Rentenversicherungen und Unfallkassen sowie dem Bundesgesundheitsministerium. Wir bedauern das Ausscheiden der BARMER Krankenkasse und bedanken uns für ihre langjährige Unterstützung.

Unser Wunsch zum 20. Geburtstag: eine sichere und planbare Regelfinanzierung, mehr Zeit und Energie für unsere Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, mit Lehrkräften und Eltern, Hochschulmitarbeiter\*innen und Ausbilder\*innen. Allein der Gedanke daran lässt unsere Herzen höher schlagen. Denn damit psychische Belastungen und Erkrankungen endlich als das, was sie sind, anerkannt sowie wertschätzend wahrgenommen werden, brauchen wir dringend gezielte, koordinierte und systematische Interventionen im Verbund mit Akteuren aus Gesundheit, Jugendhilfe, Bildung und Ausbildung. So gelingt Entmystifizierung, Enttabuisierung und Entstigmatisierung. Aus »Einzellösungen« werden »Verbundlösungen«, die großes Potenzial entfalten.

Sowohl die direkten Kosten psychischer Erkrankungen für Therapie und medizinische Leistungen als auch die indirekten Kosten durch den gesamtwirtschaftlichen Produktivitätsverlust u. a. durch Arbeitsausfall oder Reduzierung der Arbeitsleistung werden in den nächsten Jahrzehnten stark steigen, vor allem in den reichen Ländern Europas. Leider gibt es weder auf nationaler noch europäischer Ebene eine Reaktion, die nur annähernd der Herausforderung entspräche. Mehr Ressourcen für bessere Versorgung und Prävention von Depression, Angst und Suchterkrankungen lohnen sich auch ökonomisch, ganz abgesehen vom immateriellen Wert der Gesundheit an sich – das hat die Forschung längst nachgewiesen. Angesichts des vermeidbaren individuellen und kollektiven Leids handelt es sich um eine eklatante strukturelle Diskriminierung einer großen Gruppe der Bevölkerung. Dringend nötig ist ein Ansatz, der psychische Erkrankungen mit ihren weitreichenden sozialen Ursachen und Folgen über alle Politikbereiche hinweg priorisiert!

20 Jahre Irrsinnig Menschlich e.V. – das wollen wir mit Ihnen und Euch in diesem Jahr feiern. Doch aktuell schlägt uns das Coronavirus auf die Seele. Wir hoffen von ganzem Herzen, dass wir diese Krise als Gemeinschaft gut meistern. Ein großes Dankeschön an unsere fachlichen und persönlichen Expert\*innen in nah und fern: Ihr zeigt, wie man Krisen übersteht und daran wächst – und das unermüdlich seit 20 Jahren.

Ehrenamtlicher Vorstand



Cordula Rosch



Norbert Kunz

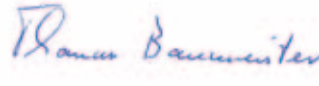


Britta Zehe

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. Wir verkürzen mit unserer Präventionsarbeit in Schule, Studium und Arbeit 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

---

Alle Aktivitäten von Irrsinnig Menschlich e.V. mit Schwerpunkt auf den Präventionsprogrammen »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule«, »Psychisch fit studieren« und »Psychisch fit arbeiten« im Jahr 2019.

# 1. Das Problem und unser Lösungsansatz

## Die gesellschaftliche Herausforderung

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

Psychische Gesundheit der Bevölkerung zu fördern sowie psychischen Krisen und Erkrankungen vorzubeugen lohnt sich: Das Wohlbefinden, die Lebensqualität und die Stabilität von Gesellschaften steigen. Kurzum: Psychische Gesundheit verbunden mit einer guten Gemeinschaft, auf die wir in schlechten Zeiten zurückgreifen können, ist die »versteckte Glücksquelle«. Doch die hat kaum einer auf der Rechnung, so Professor Andrew Clark von der Paris School of Economics, Verhaltensökonom und einer der »Top-Happiness-Forscher« weltweit.<sup>1</sup> Etliche vermeintliche Glücksbringer für Lebenszufriedenheit wie Geld, Arbeit und Bildung fallen hinter diesen beiden Faktoren zurück.

### 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 meisten Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Frühe psychische Probleme, insbesondere Depressionen und Angststörungen, sind für die körperliche und soziale Entwicklung von Heranwachsenden schwerwiegende Erkrankungen – nicht selten lebenslang. Viele der betroffenen Kinder und Jugendlichen zeigen ernsthafte Beeinträchtigungen in verschiedenen Lebensbereichen und tragen ein hohes Risiko für gesundheitliche Störungen in ihrer weiteren Entwicklung.<sup>2</sup>

### Die Ergebnisse aus dem Kinder- und Jugendreport 2019 der DAK-Gesundheit bestätigen das eindrücklich:

- Jedes vierte Schulkind zwischen 10 und 17 Jahren leidet unter psychischen Problemen.
- 2 % davon leiden an diagnostizierten Depressionen, ebenso viele unter Angststörungen.
- Hochgerechnet sind in Deutschland insgesamt etwa 238.000 Kinder im Alter von 10 bis 17 Jahren so stark betroffen, dass sie einen Arzt aufsuchen.
- Fast 8 % aller depressiven Kinder dieser Altersgruppe kommen innerhalb eines Jahres ins Krankenhaus, für durchschnittlich 39 Tage.
- Mangelnde ambulante Nachsorge bedingt weitere stationäre Behandlungen. Die Quote der Rehospitalisierung liegt bei 24 %.
- Kinder mit chronischen körperlichen Erkrankungen tragen insbesondere im Jugendalter ein bis zu 4,5-fach erhöhtes Depressionsrisiko.
- Kinder seelisch kranker Eltern sind deutlich gefährdeter (3-fach), selbst eine depressive Störung zu entwickeln.
- Kinder suchtkranker Eltern sind ebenfalls signifikant häufiger (2,4-mal) betroffen.<sup>3</sup>
- Behandlungskosten aufgrund von Depressionen und Angststörungen bei Schulkindern zwischen 10 und 17 Jahren im Jahr 2017: 796 Millionen Euro.<sup>4</sup>

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

<sup>1</sup> E. A. Clark u. a. (2018): The Origins of Happiness. The Science of Well-Being over the Life Course. Princeton University Press, Princeton, S. 103, 213.

<sup>2</sup> A. Storm (DAK) (Hrsg.) (2019): Kinder- und Jugendreport 2019. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland Schwerpunkt: Ängste und Depressionen bei Schulkindern (= Beiträge zur Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung, Band 31), Heidelberg: medhochzwei Verlag, S. 200. <https://www.dak.de/dak/download/report-2169376.pdf>.

<sup>3</sup> Ebenda.

<sup>4</sup> Ebenda.





### Die jüngere Generation ist am häufigsten von psychischen Erkrankungen betroffen

Ältere Menschen erfüllen am seltensten die Kriterien einer Diagnose. Die Häufigkeit psychischer Erkrankungen folgt einem sozialen Gradienten: Junge und sozial schlechter gestellte Menschen sind häufiger betroffen.<sup>5</sup>



### Unglücksquelle: Jung und psychisch krank

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



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

Psychische Erkrankungen verursachen in Deutschland pro Jahr fast 45 Milliarden Euro an direkten Gesundheitskosten. Tendenz: steigend. Die Gesamtkosten für die Europäische Union werden mit mehr als 450 Milliarden Euro pro Jahr beziffert.<sup>7</sup>

**Anmerkung:** Direkte Kosten beschreiben den unmittelbaren finanziellen Ressourcenverbrauch im Gesundheitswesen, der mit einer medizinischen Heilbehandlung verbunden ist, während die indirekten Krankheitskosten den mittelbar mit einer Erkrankung im Zusammenhang stehenden Ressourcenverlust messen, z.B. volkswirtschaftliche Verluste durch Arbeitsunfähigkeit, Frühberentung und vorzeitigen Tod.



### 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 für ihr persönliches Umfeld und die Gesellschaft als Ganzes. Menschen mit psychischen Erkrankungen sind stärker von körperlichen Krankheiten, Sucht, sozialer Isolation, Armut, Arbeitslosigkeit, Frühberentung und Suizid betroffen.<sup>8</sup>

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

5 DGPPN (Hrsg.) (2018): Dossier Psychische Erkrankungen in Deutschland. Schwerpunkt Versorgung. [www.dgppn.de/\\_Resources/Persistent/f80fb3f112b4eda48f6c5f3c68d23632a03ba599/DGPPN\\_Dossier%20web.pdf](http://www.dgppn.de/_Resources/Persistent/f80fb3f112b4eda48f6c5f3c68d23632a03ba599/DGPPN_Dossier%20web.pdf).

6 Weltgesundheitsorganisation (WHO) (2014): Preventing Suicide. A global imperative. [www.who.int/mental\\_health/suicideprevention/world\\_report\\_2014/en/](http://www.who.int/mental_health/suicideprevention/world_report_2014/en/).

7 DGPPN (Hrsg.) (2018): Dossier Psychische Erkrankungen in Deutschland. Schwerpunkt Versorgung. [www.dgppn.de/\\_Resources/Persistent/f80fb3f112b4eda48f6c5f3c68d23632a03ba599/DGPPN\\_Dossier%20web.pdf](http://www.dgppn.de/_Resources/Persistent/f80fb3f112b4eda48f6c5f3c68d23632a03ba599/DGPPN_Dossier%20web.pdf).

8 Ebenda.

9 Jahres- und Wirkungsberichte 2016 und 2017. [www.irrsinnig-menschlich.de/irrsinnig-menschlich-e-v/wer-ist-irrsinnig-menschlich](http://www.irrsinnig-menschlich.de/irrsinnig-menschlich-e-v/wer-ist-irrsinnig-menschlich).



## Bisherige Lösungsansätze

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

Im Bereich psychische Gesundheit gibt es vergleichsweise wenige Angebote. Dazu zählt MindMatters: Mit psychischer Gesundheit gute Schule machen, Projekte zur Prävention einzelner Krankheiten wie Depressionen und ein Anti-Stigma-Lernpaket für Schulen. Maßgeschneiderte und evaluierte Angebote für Jugendliche und junge Erwachsene zur Prävention und Entstigmatisierung psychischer Gesundheitsprobleme und Förderung psychischen Wohlbefindens fehlen jedoch weitgehend. Dennoch beobachten wir aktuell eine größere Bereitschaft verschiedener Akteure, sich im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung zu engagieren. Gründe dafür sehen wir in den hohen gesellschaftlichen Belastungen (Kosten), die psychische Erkrankungen nach sich ziehen, dem hohen Handlungsdruck in Schule, Ausbildung und Arbeit und dem seit 2015 gültigen Präventionsgesetz.

## Unser Lösungsansatz

Wir wirken an der Schlüsselstelle und dem Haupthindernis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit: Unser Ziel besteht darin, das Stigma zu reduzieren. Im Fokus stehen dabei insbesondere das Bewusstmachen und Beseitigen von öffentlicher und struktureller Diskriminierung.

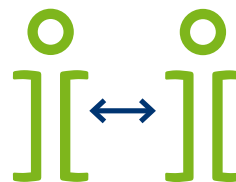
### DIE STRATEGIE



**Informieren**



**Aufklären**



**Voneinanderlernen**

Die Kombination aus Information, Aufklärung und Kontakt mit Mitgliedern der stigmatisierten Gruppe erweist sich als vielversprechendste Anti-Stigma-Strategie.<sup>11</sup>

<sup>10</sup> Grüne Liste Prävention – CTC-Datenbank empfohlener Präventionsprogramme. [www.gruene-liste-praevention.de/nano.cms/datenbank/information](http://www.gruene-liste-praevention.de/nano.cms/datenbank/information).

<sup>11</sup> N. Rüsch, M. Berger, A. Finzen, M. C. Angermeyer (2004): Das Stigma psychischer Erkrankungen. Ursachen, Formen und therapeutische Konsequenzen. In: M. Berger (Hrsg.): Psychische Erkrankungen Klinik und Therapie, elektronisches Zusatzkapitel Stigma. [www.berger-psychische-erkrankungen-klinikund-therapie.de/ergaenzung\\_ruesch.pdf](http://www.berger-psychische-erkrankungen-klinikund-therapie.de/ergaenzung_ruesch.pdf).

**Bedarf + Bestätigung**

Der Bedarf der Zielgruppen an gesundheitsfördernden Interventionsmaßnahmen ist hinreichend begründet durch Daten der Gesundheitsberichterstattung: Die internationale Antistigma-Forschung, aktuelle Studien zur Mental Health Literacy und Glücksforschung sowie auch der Erste Präventionsbericht der Nationalen Präventionskonferenz nach § 20d Abs. 4 SGB V von 2019 haben die Relevanz unserer Interventionen mehrfach bestätigt.

Besonders unsere Präventionsprogramme für Schulen und Hochschulen werden von Schulleitungen, Lehrkräften, Schulsozialarbeiter\*innen, Hochschulleitungen, Hochschulmitarbeiter\*innen und Student\*innen immer stärker nachgefragt.

**Beteiligung**

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



»Verrückt? Na und!« am Ratsgymnasium in Rotenburg, Baden-Württemberg

## Unsere Arbeitsweise

- Wir**
- wirken im Settingansatz/Lebensweltansatz – in Schule, Hochschule und Arbeit: Ziel ist es, sowohl Rahmenbedingungen zu verändern (Verhältnisse) als auch das individuelle Verhalten.<sup>12</sup> Zentrales Handlungsprinzip ist die Vernetzung mit Partner\*innen verschiedener Sektoren, um Verbundlösungen zu finden.
  - bringen tabuisierte Themen leicht zur Sprache, wirken als »Türöffner« und ermutigen die Teilnehmer\*innen und Institutionen, bedürfnis- und lösungsorientiert weiterzuarbeiten.
  - arbeiten stets in 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 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.
  - wissen sich und anderen zu helfen.
  - werden unterstützt, 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 auf das Voneinanderlernen.
  - orientieren uns an einem ganzheitlichen Konzept von Gesundheit.
  - unterstützen die Teilnehmer\*innen 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 im Ernstfall helfen kann.
  - ermutigen die jeweiligen Organisationen, die Förderung psychischer Gesundheit als Qualitätsmaßnahme zu betrachten und sich sowohl der Verhaltens- als auch Verhältnisprävention zu widmen.

## 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« auf nationaler und internationaler Ebene.



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



seit **2017** im Setting Hochschule: »Psychisch fit studieren« nationaler Ebene.

12 GKV-Spitzenverband (Hrsg.) (2018): Leitfaden Prävention Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V. [www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/presse/publikationen/Leitfaden\\_und\\_Kriterien\\_nach\\_§\\_20\\_Abs.\\_2\\_SGB\\_V.](http://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/presse/publikationen/Leitfaden_und_Kriterien_nach_§_20_Abs._2_SGB_V.) [www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/presse/publikationen/Leitfaden\\_Praevention\\_2018\\_barrierefrei.pdf](http://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/presse/publikationen/Leitfaden_Praevention_2018_barrierefrei.pdf).

---

## Unsere Förderer

---

### Die BARMER als bundesweite Präventionspartnerin

»Verrückt? Na und!«: Die BARMER hat das Präventionsprogramm seit 2009 im Rahmen der Selbsthilfeförderung und seit 2014 nach dem Setting-Ansatz als Präventionsangebot in Schulen unterstützt. 2020 hat die BARMER ihre Unterstützung des Programms beendet.

»Psychisch fit studieren«: Die BARMER hat das Programm seit 2015 als Pilotprojekt in Leipzig und ab 2017/18 dessen bundesweite Skalierung gefördert. 2019 hat sich die BARMER aus der Förderung des Programms zurückgezogen.

Durch die langfristige Förderung der BARMER konnten beide Programme die vorhandene Wachstumsdynamik entwickeln. Die BARMER begrüßt den Einstieg weiterer Finanzpartner wie Stiftungen, Renten- und Unfallversicherungen sowie Krankenkassen der GKV, um diese erfolgreiche Entwicklung fortzusetzen.

Bundesweite Präventionspartnerin

# BARMER

### SKala als bundesweite Skalierungspartnerin für »Verrückt? Na und!«

Die SKala-Initiative fördert »Verrückt? Na und!« von 2019 bis 2021 mit einem Betrag von ca. 1 Million Euro.<sup>13</sup> Damit sind konkrete Erwartungen an die Steigerung der Reichweite und an den Nachweis von Wirkungen verbunden.



### Beisheim Stiftung

Durch die Unterstützung der Beisheim Stiftung können wir »Psychisch fit studieren« weiter bundesweit skalieren und die Fördersumme zur Zielerreichung flexibel einsetzen.



Beisheim Stiftung

---

<sup>13</sup> [www.skala-initiative.de/nc/projekte#c13](http://www.skala-initiative.de/nc/projekte#c13).

## Rentenversicherung

Verlässliche Partnerin für die Umsetzung von »Verrückt? Na und!« ist die Deutsche Rentenversicherung. Für ein längerfristiges substanzielles Engagement benötigt sie den Nachweis, dass sich die Schultage positiv auf die Antragstellung für Kinder- und Jugendrehabilitation auswirken. Diesen Nachweis zu erbringen, ist nur innerhalb konzertierten Aktionen zahlreicher Akteur\*innen möglich, in denen »Verrückt? Na und!« die im Setting Schule bewährte Rolle des niedrigschwelligen »Türöffners« übernimmt.



## Weitere Finanzpartner 2019



## Die fachlichen Partner



## 2. Setting Schule: »Psychisch fit lernen«

**Mental Health Literacy (MHL) ist neu in Deutschland. »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule« praktiziert die Grundsätze von MHL seit 19 Jahren!**

Die Schule gilt als idealer Ort und vielversprechendes Setting zur Förderung der Mental Health Literacy (deutsch: psychische Gesundheitskompetenz) von Kindern, Jugendlichen und Lehrkräften. Mit dem Konzept der Mental Health Literacy, so heißt es in einer aktuellen Studie »findet ein in Deutschland vergleichsweise neuer Ansatz seinen Weg in das Feld der Prävention psychischer Erkrankungen«. Wir haben schon vor Jahren begonnen, nach den Prinzipien von MHL zu arbeiten, obwohl uns das Konzept lange Zeit nicht bekannt war und werden heute als **beispielhaftes MHL-Programm für Deutschland genannt**.<sup>14</sup>

Mental Health Literacy fördert das Hilfesuchverhalten. Deshalb lohnt es sich, so die Studie weiter, MHL auf verschiedenen Ebenen zu fördern: für jeden einzelnen Menschen, institutionell für bestimmte Berufsgruppen wie z. B. Lehrkräfte, Ärzt\*innen, Mitarbeiter\*innen der Kinder- und Jugendhilfe sowie gesamtgesellschaftlich gegen Stigmatisierung von Personen mit psychischen Erkrankungen – für mehr Wissen und barrierefreien Zugang zu Hilfen.

Das Konzept von Mental Health Literacy bestätigt in jeder Hinsicht unsere Strategie und unser Programmkonzept: Informationen und Aufklärung zu psychischen Erkrankungen sind wirksam, aber stigmatisierende Einstellungen bestehen fort. Deshalb wurde MHL in den letzten Jahren um die Entstigmatisierung als einen zentralen Bestandteil erweitert. Und hierbei, so zeigt auch die aktuelle Stigmaforschung, ist der Kontakt mit Menschen der stigmatisierten Gruppe zentral.<sup>15</sup>

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

McKinsey & Company und Ashoka haben vier soziale Innovationen hinsichtlich ihres ökonomischen Potenzials untersucht. Unsere Interventionen im Setting Schule, die Zugangsbarrieren im Hilfesystem reduzieren, gehören dazu.

Das Ergebnis:

**80 Millionen Euro weniger Folgekosten für jeden Prozentpunkt an erkrankten Schüler\*innen, die sich in einem Jahrgang aufgrund der Teilnahme an unserem Programm zusätzlich in frühzeitige Behandlung begeben.**<sup>16</sup>

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, wird durch nichts so treffsicher vorhergesagt wie ihr seelischer Gesundheitszustand mit 16.**<sup>17</sup>

**Jung + psychisch krank + keine (passende) Hilfe + niedriger sozialökonomischer Statut = substanzieller Verlust von Jahren mit Gesundheit!**<sup>18</sup>

14 A. Fretian, P. Graf, T. Bollweg, U. Bauer (2019): Mental Health Literacy bei Kindern und Jugendlichen. Potenziale für die Förderung psychischer Gesundheit. In: A. Storm (DAK) (Hrsg.) (2019): Kinder- und Jugendreport 2019. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland Schwerpunkt: Ängste und Depressionen bei Schulkindern (= Beiträge zur Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung, Band 31), Heidelberg: medhochzwei Verlag, S. 200. <https://www.dak.de/dak/download/report-2169376.pdf>.

15 P. W. Corrigan (2018): The stigma effect: Unintended consequences of mental health campaigns, New York: Columbia Univ. Press.

16 McKinsey & Company, Ashoka (Hrsg.) (2019): Wenn aus klein systemisch wird – Das Milliardenpotenzial sozialer Innovationen. [www.ashoka.org/de-DE/story/studie-von-ashoka-und-mckinsey-zeigt-milliardenpotenzial-von-sozialen-innovationen](http://www.ashoka.org/de-DE/story/studie-von-ashoka-und-mckinsey-zeigt-milliardenpotenzial-von-sozialen-innovationen).

17 Vgl. E. A. Clark u. a. (2018): The origins of happiness. The Science of Well-Being over the Life Course. Princeton University Press, Princeton.

18 M. Dankhoff (DAK) (Hrsg.) (2019): Kinder- und Jugendreport 2019. Sachsen. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Sachsen. Schwerpunkt: Ängste und Depressionen bei Schulkindern, S. 145. [file:///H:/Download/Kinder-%20und%20Jugendreport\\_2019\\_Sachsen.pdf](file:///H:/Download/Kinder-%20und%20Jugendreport_2019_Sachsen.pdf).



## Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention

### Deshalb »Psychisch fit Lernen«

#### Schulen und Gesundheitsförderung

Nach einer von uns in Auftrag gegebenen Studie der Universität Leipzig ist psychische Gesundheit inzwischen in der Schule angekommen. Zugleich äußern Lehrkräfte selbst einen hohen Bedarf an Informationen und Aufklärung zu sowie Förderung ihrer psychischen Gesundheit, auch in ihrer Vorbildrolle für Schüler\*innen und Eltern. Maßnahmen der Gesundheitsförderung in Schulen sind in hohem Maße auf die Umsetzungsfähigkeit und -bereitschaft der Lehrkräfte angewiesen. Deshalb gilt es, auch ihre Bedürfnisse mit zu berücksichtigen. Mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen, d. h. die Schule selbst gesundheitsförderlich umzugestalten, ist noch Neuland für Schulen.<sup>19</sup> **Erschwerend kommt hinzu, dass die Verantwortung für Gesundheit, Jugendhilfe und Bildung/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 Interventionen sind niedrigschwellig und können in institutionsübergreifende »Präventionsketten« integriert werden. Unser Ziel im Setting Schule ist es, mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen.

19 M. Koschig, I. Conrad, St. Riedel-Heller (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. Universität Leipzig, Medizinische Fakultät, Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health. [www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/VNU\\_Abschlussbericht\\_final.pdf](http://www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/VNU_Abschlussbericht_final.pdf).

## 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, um mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen. Es ermutigt Teilnehmer\*innen und Institutionen, bedürfnis- und lösungsorientiert weiterzuarbeiten sowie sich kommunal mit Akteur\*innen 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 für die Verbesserung der psychischen Gesundheit an: Stigma reduzieren und Hilfesuchverhalten verändern.

### Vorbereitung der Intervention

#### **Abspraken mit Schulleitung/Klassenlehrkraft/Schulsozialarbeit, ggf. Schülervertretung, 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 Akteur\*innen (Vereine, Hilfs- und Beratungsstellen, Krisendienste, Behörden)
- Anbieten von weiterführenden Fortbildungen für Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter\*innen, Eltern
- Beteiligung der Schule (organisatorisch, inhaltlich, finanziell)

### Nachbereitung

- Evaluation mit Klassenlehrkräften und Schüler\*innen mittels Fragebögen
- Auswertungsgespräch 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 Akteur\*innen vernetzen, dabei häufige Themen: Kinder psychisch kranker Eltern, Suizidprävention, Lehrkräftegesundheit, rechtliche Aspekte bzw. Datenschutz, Gesprächsführung mit belasteten Kindern und Eltern

**Ziel ist es, eine dauerhafte Kooperation mit der Schule einzugehen, um Prozesse zur Gesundheitsförderung anzustoßen, damit Einzellösungen zu Verbundlösungen werden.**

### Fortbildungen für Lehrkräfte und weitere Multiplikator\*innen

Bedürfnisorientiert auf die jeweilige Schule bezogen. Dabei geht es prinzipiell um 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:

- Eigene Ängste und Vorurteile reduzieren
- Umgang mit Kindern psychisch kranker Eltern
- Suizidprävention
- Lehrkräftegesundheit
- Rechtliche Aspekte sowie Datenschutz
- Gesprächsführung mit belasteten Kindern und Eltern
- Förderung psychischer Gesundheit im Unterrichtsalltag (Arbeits- und Lernklima, Zugehörigkeit zur Schulgemeinschaft, entstigmatisierende Interventionen in Bezug auf Schüler\*innen bzw. Eltern)
- Vernetzung mit Jugendhilfe und Gesundheitsanbietern in der Region

**Das Berücksichtigen von Aspekten der Gesundheitsförderung und Prävention bei allen wichtigen Entscheidungen in der Schule ist ein Prozess, der einen langen Atem, viel Geduld, Ressourcen und Kooperation 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.

## Ziele der Schultage

Einen gesundheitsförderlichen Umgang miteinander zu pflegen. Psychische Krisen klassenweise zur Sprache bringen. Stigma, 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 Teilnehmer\*innen ...

- lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen.
- sprechen über jugendtypische Bewältigungsstrategien.
- 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 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 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 Prävention, Gesundheitsförderung und psychosozialer 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\*innen

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.<sup>20</sup>

## Verbreitung

»Verrückt? Na und!« wird nach einem Social-Franchise-System verbreitet. Irrsinnig Menschlich e.V. stellt den regionalen Umsetzungspartner\*innen 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 (Output) und Wirkungen (Outcome)

### Neue Programmstandorte 2019



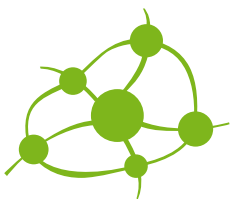
- Deutschland 11** **Bayern:** Aschaffenburg  
**Hessen:** Wiesbaden, Kassel  
**Nordrhein-Westfalen:** Kreis Borken, Rhein-Erft-Kreis, Oberbergischer Kreis  
**Rheinland-Pfalz:** Landkreis Neuwied, Worms  
**Schleswig-Holstein:** Kiel, Stadt Flensburg, Lübeck
- International 2** **Österreich:** pro mente Burgenland, pro mente Salzburger Land

### Steigende Nachfrage braucht mehr ...



#### Vervielfältiger

- 2019: 9 neue »Verrückt? Na und!«-Trainer\*innen**  
 So können wir schneller und flexibler ausbilden, nachschulen und fortbilden.
- 2019: 24 Ausbildungsworkshops in Deutschland und Österreich für neue »Verrückt? Na und!«-Tandems**, doppelt so viele wie 2018
- 2019: 25 neue Fortbildner\*innen für Lehrkräfte**



#### Vernetzer

- 2019: 56 Fortbildungen für Lehrkräfte und weitere Multiplikator\*innen**  
 in Sachen seelische Gesundheit bei Schüler\*innen und Lehrkräften
- 2019: zahlreiche Fachpublikationen und -vorträge**  
 für nationale und internationale Stakeholder in Sachen »Glücksquelle seelische Gesundheit« für junge Menschen

<sup>20</sup> Details siehe »Leitfaden Gründung Regionalgruppe«: [www.irrsinnig-menschlich.de/psychisch-fit-lernen/regionalgruppe-gruenden/](http://www.irrsinnig-menschlich.de/psychisch-fit-lernen/regionalgruppe-gruenden/).

## Mehr Schultage

Die Zahl der »Verrückt? Na und!«-Schultage ist gegenüber 2018 national und international erneut deutlich gestiegen und damit auch die Zahl der erreichten Schüler\*innen und Lehrkräfte, die sich mit psychischer Gesundheit auskennen und sich zu helfen wissen.

### Output Deutschland

2019

**26.000**  
Schüler\*innen



**998**  
Schultage



| Reichweite Deutschland                                    | 2013  | 2014   | 2015   | 2016   | 2017   | 2018   | 2019          |
|-----------------------------------------------------------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|---------------|
| Schultage                                                 | 325   | 374    | 449    | 534    | 663    | 842    | <b>998</b>    |
| Schüler*innen                                             | 9.750 | 11.200 | 12.600 | 15.000 | 18.000 | 23.000 | <b>26.000</b> |
| Standorte                                                 | 41    | 53     | 61     | 56     | 64     | 67     | <b>78</b>     |
| Schultage pro Standort                                    | 7,9   | 7,1    | 7,4    | 9,5    | 10     | 12,5   | <b>12,8</b>   |
| Fortbildungen für Lehrkräfte, Eltern, Multiplikator*innen | 65    | 78     | 74     | 86     | 63     | 39     | <b>56</b>     |

### Output International

2019

**8.600**  
Schüler\*innen



**333**  
Schultage



|                            | 2016         | 2017         | 2018         | 2019         |
|----------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>ÖSTERREICH</b>          |              |              |              |              |
| Schultage                  | 83           | 107          | 128          | <b>190</b>   |
| Schüler*innen              | 2.300        | 3.000        | 3.600        | <b>4.900</b> |
| <b>TSCHECHIEN</b>          |              |              |              |              |
| Schultage                  | 59           | 63           | 83           | <b>130</b>   |
| Schüler*innen              | 1.700        | 1.800        | 2.300        | <b>3.400</b> |
| <b>SLOWAKEI</b>            |              |              |              |              |
| Schultage                  | 36           | 15           | 7            | <b>13</b>    |
| Schüler*innen              | 1.000        | 400          | 200          | <b>300</b>   |
| <b>Summe Schultage</b>     | <b>178</b>   | <b>185</b>   | <b>218</b>   | <b>333</b>   |
| <b>Summe Schüler*innen</b> | <b>5.000</b> | <b>5.200</b> | <b>6.000</b> | <b>8.600</b> |

## Regionale Kooperationspartner\*innen national







VERÜCKT?  
NA UND!



## Regionale Kooperationspartner\*innen international

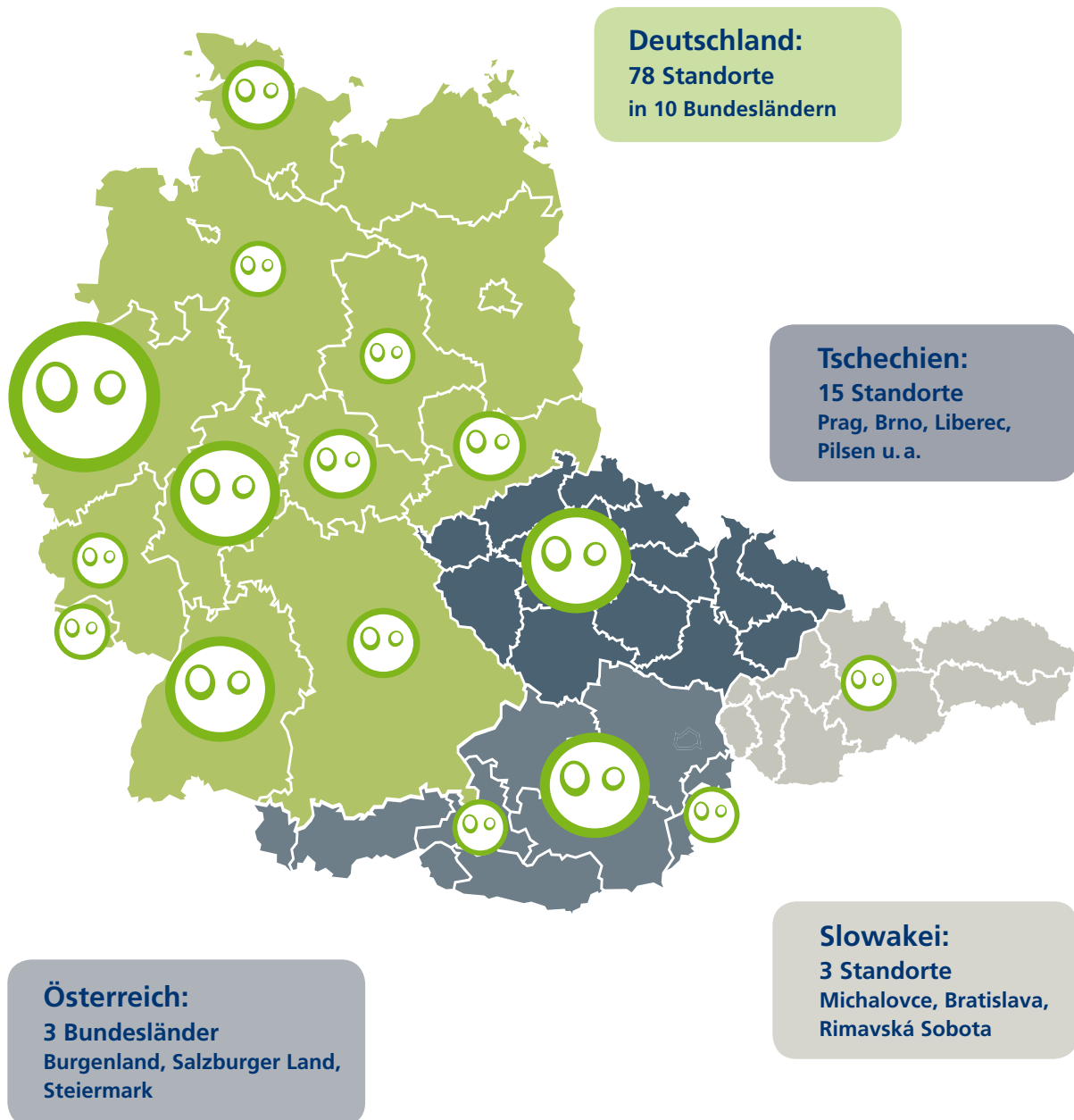
pro mente sbg  
neue Perspektiven, mehr Chancen

pro mente bgld

DACHVERBAND  
der sozialpsychiatrischen  
Vereine und Gesellschaften  
Steiermarks



## »Verrückt? Na und!«-Programmstandorte



## Qualitätssicherung

Das Programm erfüllt die zentralen Qualitätskriterien der gesetzlichen Krankenkassen, wie im »Leitfaden Prävention« definiert.<sup>21</sup>

**»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.<sup>22</sup>**

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

**2019** Träger der Nationalen Präventionskonferenz (Hrsg.) (2019): Die Nationale Präventionskonferenz. Erster Präventionsbericht nach § 20d Abs. 4 SGB V, S. 204.<sup>23</sup>

Deutscher Bundestag (Hrsg.) (2019): Unterrichtung durch die Bundesregierung. Abschlussbericht der Arbeitsgruppe »Kinder psychisch- und suchterkrankter Eltern, Drucksache 19/16070, S. 31.<sup>24</sup>

A. Storm (DAK) (Hrsg.) (2019): Kinder- und Jugendreport 2019. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland Schwerpunkt: Ängste und Depressionen bei Schulkindern (= Beiträge zur Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung, Band 31), Heidelberg: medhochzwei Verlag, S. 200.<sup>25</sup>

N. Rüsç (2019): Das Stigma psychischer Erkrankung. Strategien gegen Ausgrenzung und Diskriminierung. Wissenschaftsbasiertes Sachbuch, unveröffentlichtes Manuskript.

**2014** Grüne Liste Prävention – CTC-Datenbank empfohlener Präventionsprogramme.<sup>26</sup>

**2012** Wirkt-Siegel von PHINEO im Themenfeld Depression.<sup>27</sup>

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



21 Leitfaden Prävention Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes zur Umsetzung der §§ 20 und 20a SGB vom 21.06.2000 in der Fassung vom 01.10.2018. [www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/presse/publikationen/Leitfaden\\_Praevention\\_2018\\_barrierefrei.pdf](http://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/presse/publikationen/Leitfaden_Praevention_2018_barrierefrei.pdf).

22 [www.barmer.de/gesundheitsverstehen/praevention-und-vorsorge/verrueckt-na-und-3812](http://www.barmer.de/gesundheitsverstehen/praevention-und-vorsorge/verrueckt-na-und-3812).

23 [www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung\\_1/praevention\\_selbsthilfe\\_beratung/praevention\\_npk/praeventionsbericht\\_1/NPK-Präventionsbericht\\_2019\\_WEB\\_barrierefrei.pdf](http://www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/krankenversicherung_1/praevention_selbsthilfe_beratung/praevention_npk/praeventionsbericht_1/NPK-Präventionsbericht_2019_WEB_barrierefrei.pdf), S. 204.

24 <http://dip21.bundestag.de/dip21/btd/19/160/1916070.pdf>.

25 [www.dak.de/dak/download/dak-kinder-und-jugendreport-2019-2168336.pdf](http://www.dak.de/dak/download/dak-kinder-und-jugendreport-2019-2168336.pdf).

26 [www.gruene-liste-praevention.de/najax/pdf.cms?XA=programm&XID=74&a=](http://www.gruene-liste-praevention.de/najax/pdf.cms?XA=programm&XID=74&a=).pdf.

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



**Sowohl Dr. Manuela Richter-Werling, die Initiatorin von »Verrückt? Na und!«, als auch das Programm und seine Umsetzung durch regionale Akteur\*innen 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<sup>2</sup>« 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

**77 %** der Schulen, die »Verrückt? Na und!« erlebt haben, kooperieren dauerhaft. 2018: 72 %.



### Krisenfest

**92 %** Schultage, in denen Schüler\*innen Krisenauswegweiser für ihre Region bekommen. 2018: 70 %.



### Nachhaltig

**88 %** 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

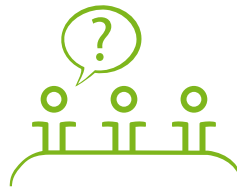
**48 %** der Schulen beteiligen sich finanziell am Schultag.

## Unsere zentralen Qualitätssicherungsinstrumente



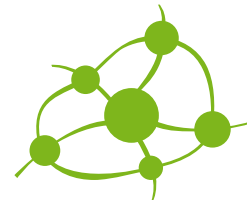
### Reinkommen

Ausbildung, Hospitation,  
Training



### Dranbleiben

Intervision, Supervision,  
Fortbildung



### Netzwerken

Treffen regional, landesweit,  
national, international

## Gesellschaftliche Wirkung des Schultags »Verrückt? Na und!«

»Verrückt? Na und!« löst Veränderungen bei den Zielgruppen, ihrem Lebensumfeld und in der Gesamtgesellschaft aus.

|                                 |                                                                                     | Output                                                                                                                                                                                                                          | → | Output/Impact                                                                                                                                                                                                                                                            | → |  |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|
| Schüler*innen                   |  | Besseres Wissen, veränderte Einstellung zu psychischen Krisen und Erkrankungen. Zuversicht und Hoffnung, verändertes Hilfesuchverhalten.                                                                                        |   | Geringere Krankheitskosten, weil frühe Inanspruchnahme von Hilfen.                                                                                                                                                                                                       |   |  |
| Klassen                         |  | Mehr Achtsamkeit, Vertrauen und Zuversicht, um Probleme gemeinsam zu lösen.                                                                                                                                                     |   | Besseres Klassenklima, mehr Schulerfolg.                                                                                                                                                                                                                                 |   |  |
| Schulen                         |  | Early Awareness für seelische Gesundheit. Aktivieren des Hilfs- und Beratungssystems.                                                                                                                                           |   | Gesundheitsförderliche Schulentwicklungsprozesse werden gestärkt, Schul- und Bildungsqualität verbessert.                                                                                                                                                                |   |  |
| Gesundheits- und Bildungssystem |  | Bewusstsein für Early Awareness bei seelischer Gesundheit.<br>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.<br>Zusätzlicher Nutzen für Menschen mit psychischen Erkrankungen (persönliche Expert*innen): Senkung der gesellschaftlichen Kosten. |   |  |

## Evaluation

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

Die Reduktion des Stigmas psychischer Krankheit verbunden mit einer entsprechenden Wissensvermittlung und die Förderung seelischen Wohlbefindens sind für uns die zentrale Wirkung des Programms. Dies haben mehrere Studien der Universität Leipzig nachgewiesen.<sup>28</sup>

#### MEHR WISSEN

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

#### KRISENFESTER

**75 %** der Schüler\*innen können Krisen künftig besser begegnen. Ihr Vorbild: Persönliche 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.<sup>29</sup>

**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 Lehrer, die am Programm bereits teilgenommen hatten, besser geschult und vorbereitet.«*

Lehrkräfte erhalten Beratung

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

mehr Nähe zwischen Schüler\*innen und Lehrkräften entsteht

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

<sup>28</sup> I. Conrad, S. Dietrich, D. Heider, A. Blume, M. C. Angermeyer, St. Riedel-Heller (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.

I. Conrad, D. Heider, G. Schomerus, M. C. Angermeyer, St. Riedel-Heller (2010): Präventiv und stigmareduzierend? Evaluation des Schulprojekts »Verrückt? Na und!«. ZPPP, 58(4), S. 257–264.

B. Schulze, M. Richter-Werling, H. Matschinger, M. C. Angermeyer (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.

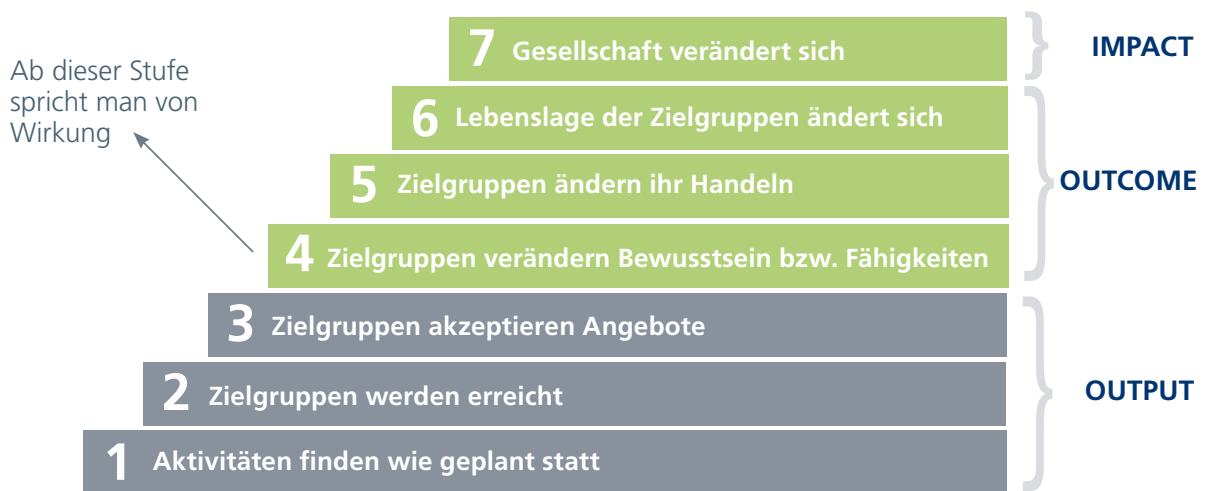
<sup>29</sup> M. Koschig, I. Conrad, St. Riedel-Heller (2018): Abschlussbericht. Evaluation der Wirkungen des Programms »Verrückt? Na und!« im Setting Schule ausgehend von den Zielen des § 20a SGB V und des Leitfadens Prävention des GKV-Spitzenverbandes. Universität Leipzig, Medizinische Fakultät, Institut für Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health. [www.irsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/VNU\\_Abschlussbericht\\_final.pdf](http://www.irsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/VNU_Abschlussbericht_final.pdf).



## Zielerreichung und Ausblick

### Zielerreichung

Die Systematik der Zielerreichung ergibt sich aus der Förderung der SKala-Initiative und folgt dem Stufenmodell der Phineo gAG.<sup>30</sup>



### 2019 haben wir alle drei Output-Ziele erreicht.

**Stufe 1: Aktivitäten finden wie geplant statt.** Die Zahl der »Verrückt? Na und!«-Schultage steigt um 20 % pro Jahr. Bestehende Kooperationen mit Schulen werden aus- und neue Kooperationen aufgebaut.

**Stufe 2: Zielgruppen werden erreicht.** Die Zahl der beteiligten Schüler\*innen und Lehrkräfte steigt um 20 % pro Jahr.

**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 ¾ der Schulen besteht eine langfristige Kooperation.

### 2019 haben wir alle drei Outcome-Ziele erreicht.

Das zeigen unsere Evaluationen und die Auswertung der Qualitätsindikatoren.

**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.

<sup>30</sup> PHINEO gAG (Hrsg.) (2018): SKala-Initiative Tätigkeitsbericht 2018, S. 14. [www.skala-initiative.de/fileadmin/DATEN/PDF/SKala-Initiative\\_Taetigkeitsbericht\\_2018.pdf](http://www.skala-initiative.de/fileadmin/DATEN/PDF/SKala-Initiative_Taetigkeitsbericht_2018.pdf).

**Stufe 5: Zielgruppen ändern ihr Handeln.** Schüler\*innen gehen offener mit Problemen um und suchen eher Hilfe bei Lehrkräften und externen Hilfsangeboten. Sie unterstützen Mitschüler\*innen mit (psychischen) Problemen, was zu einem besseren Klassenklima führt. Lehrkräfte organisieren Fort- und Weiterbildung für das Lehrerkollegium, um mit psychischer Gesundheit gute Schule zu machen, bauen intern Unterstützungsstrukturen auf, setzen mehr Handlungsoptionen für den Umgang mit gefährdeten Schüler\*innen um 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.

**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 Potentiale zu entfalten. Indem gefährdete Jugendliche früh Hilfen in Anspruch nehmen, können gesundheitliche Folgekosten reduziert werden.

**Um evident und nachweisbar zum Impact-Ziel beizutragen, bedürfte das Programm systematischer finanzieller und organisatorischer Unterstützung der Sozialversicherungsträger und politischen Entscheider. Möglicherweise führt die Coronakrise auch hier zu einer Verlagerung der Prioritäten.**

## Ausblick

Schwerpunkte für 2020 sind die weitere Skalierung und inhaltliche Erweiterung des Präventionsprogramms »Verrückt? Na und!« im Setting Schule um die Thematik »Kinder psychisch kranker Eltern«. 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 ergibt sich daraus der Auftrag, die vulnerable Zielgruppe im Setting Schule über »Verrückt? Na und!« anzusprechen und zu unterstützen.



»Verrückt? Na und!«-Regional-  
gruppe Michalovce auf der  
»International Conference  
Mental Health« 2019 in  
Bratislava, Slowakei



»Verrückt? Na und!«-Standort  
Stadtroda, Thüringen – preisge-  
krönt mit dem Asklepios Award



»Verrückt? Na und!«  
am Ratsgymnasium in Rotenburg,  
Baden-Württemberg

## Schirmherrschaften von »Verrückt? Na und!« 2019



v.l.n.r.:

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

Bayern: **Bernd Sibler**, Staatsminister für Unterricht und Kultus (© StMUK)

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

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

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



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

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

Sachsen: **Barbara Klepsch**, Ministerin für Soziales und Verbraucherschutz (© Jürgen Lösel)

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

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



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

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

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



## Psychisch fit lernen: Modellprojekt »Kinder psychisch kranker Eltern in der Schule«

### Projekttitel

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 31.12.2020

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 ergibt sich daraus der Auftrag, die vulnerable Zielgruppe im Setting über Schule »Verrückt? Na und!« anzusprechen und zu unterstützen. Vgl. [www.ag-kpke.de/wp-content/uploads/2020/02/Abschlussbericht-der-AG-Kinder-psychisch-kranker-Eltern.pdf](http://www.ag-kpke.de/wp-content/uploads/2020/02/Abschlussbericht-der-AG-Kinder-psychisch-kranker-Eltern.pdf), S. 32.

### Gesellschaftliche Herausforderung

#### Schule und Lehrkräfte als Schutzfaktor für Kinder psychisch erkrankter Eltern

Forscher\*innen gehen davon aus, dass bei ca. 3 Millionen Kindern ein Elternteil im Laufe eines Jahres in Deutschland von einer psychischen Störung betroffen ist. 2 Millionen dieser Kinder gehen 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. Ca. 280.000 Schüler\*innen erleben, dass ihre Eltern oder ein Elternteil psychiatrisch ambulant oder stationär behandelt werden.<sup>31</sup> 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).<sup>32</sup>

#### 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.

Schule wird dann zur Ressource für Kinder psychisch kranker Eltern, wenn Lehrkräfte aufmerksam hinschauen, die Probleme gegenüber Kolleg\*innen, Kindern und Eltern angemessen benennen sowie professionelle Unterstützung hinzuziehen. Und noch etwas kommt hinzu: 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, ihnen Struktur und Orientierung geben.

### Projektziel

Ziel ist es, in der Schule die psychische Gesundheit von Kindern psychisch kranker Eltern zu stärken und zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen beizutragen. Umgesetzt wird das Projekt durch Irrsinnig Menschlich e.V. in Zusammenarbeit mit Kooperationspartner\*innen, die unser Präventionsprogramm »Verrückt? Na und! Seelisch fit in der Schule« bundesweit anbieten.

31 E. Brockmann, A. Lenz (2016): Schüler mit psychisch kranken Eltern. Auswirkungen und Unterstützungsmöglichkeiten im schulischen Kontext. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht.

32 J. Jungbauer, K. Heitmann (2018): Unsichtbare Narben. Erwachsene Kinder psychisch erkrankter Eltern berichten, Köln: Balance buch + medien.



### 3. Setting Hochschule: »Psychisch fit studieren« Das Forum für Studierende

**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.**

Die »Psychisch fit studieren«-Foren machen das »schwierige« Thema psychische Krisen im Hörsaal besprechbar. Das bedeutet, Ängste und Vorurteile abzubauen, Zuversicht und Lösungswege zu vermitteln, Studienabbrüchen vorzubeugen sowie Studienerfolg zu fördern. »Psychisch fit studieren« wirkt als Präventionsangebot universell und sekundär, denn ein nicht geringer Teil der Studierenden beginnt das Studium bereits psychisch belastet. Junge psychisch belastete Menschen sollen sich durch unsere Präventionsarbeit leichter und früher Hilfe suchen können, ohne aufgrund von Stigmatisierung und Scham davon abgehalten zu werden. »Psychisch fit studieren« informiert, klärt auf und entstigmatisiert im Sinne von Mental Health Literacy.

#### **»Psychisch fit studieren«: Türöffner für Nachhaltigkeit**

Unser Ziel im Setting Hochschule sind Veränderungen auf der Verhaltens- und Verhältnisebene, d. h. individuelle Änderungen z. B. im Hilfesuchverhalten und strukturelle Veränderungen in der Hochschule. Mit dem Forum »Psychisch fit studieren« wenden wir uns an die Studierenden, die größte Gruppe an Hochschulen. Dazu kommen Vertreter\*innen von Hilfs- und Beratungsangeboten am Hochschulstandort. Damit geben wir zunehmend Impulse für die Förderung von Prävention und Gesundheit an Hochschulen insgesamt.

Anni Sappinen, Projektmitarbeiterin für Diversity Management,  
Hochschule für Technik und Wirtschaft, 15.10.2019, Dresden:



*»Ich möchte mich bei Ihnen für die bewegende Offenheit bedanken. Sie haben mit dem Forum eine Stimmung im Raum geschaffen haben, die man selten an der Hochschule erlebt. Das haben auch unsere Berater\*innen gesagt. Das ist nur eine kleine Sache – auch, dass die Studierenden alle Flyer am Ende der Veranstaltung quasi ›ohne Scham‹ mitgenommen haben, hat nach meiner Meinung gezeigt, dass sie keine Angst mehr hatten.«*



*»Psychisch fit studieren« an der Universität Leipzig*



## Umsetzung: Verhaltens- und Verhältnisprävention

### Wieso »Psychisch fit studieren«

#### Psychische Erkrankungen unter Studierenden weit verbreitet

Aktuelle Studien, die die psychische Gesundheit von Studierenden untersuchen, zeigen, dass Studierende hinsichtlich psychischer Gesundheit offenbar eine vulnerable Gruppe sind. Zwar existiert kein repräsentatives Monitoring, das umfassend Auskunft über den Stand der psychischen Gesundheit von Studierenden gibt. Dennoch liegen eine Reihe durchaus aussagekräftiger Untersuchungen und Erhebungen vor. Ein Team aus Wissenschaftler\*innen von der Columbia University in New York (USA) hat die Daten einer Umfrage ausgewertet, die in 8 Ländern (u. a. auch in Deutschland) an 19 Colleges und Universitäten mit 13.984 Studierenden des ersten Studienjahres durchgeführt wurde:

- 35 % der Teilnehmer\*innen waren schon einmal von einer und mehreren psychischen Erkrankungen betroffen.
- 31 % der Teilnehmer\*innen waren zum Zeitpunkt der Befragung akut erkrankt.
- Häufigste Erkrankungen: Depression und Angststörungen.
- Mehrheitlich traten die Erkrankungen bereits im mittleren Jugendalter auf und dauerten bis zum Befragungszeitraum an.<sup>33</sup> D. h. ein nicht geringer Teil der Studierenden beginnt das Studium bereits psychisch belastet.

### Unsichtbar. Beängstigend. Belastend.

Psychische Beeinträchtigungen sind für Dritte selten wahrnehmbar, sofern Studierende nicht selbst darauf aufmerksam machen. Die Angst vor Ablehnung, Stigmatisierung, negativen Erfahrungen mit »Outing« u. a. erschwert die Kommunikation mit Lehrenden, Mitstudierenden und der Hochschulverwaltung. Beratung und Hilfe suchen betroffene Studierende häufig erst dann, wenn der Leidensdruck stark zugenommen hat. Nach Selbsteinschätzung von Studierenden wirken sich psychische Beeinträchtigungen am stärksten auf den Studienerfolg aus.

Gunter Busch, Team Psychisch fit studieren, Physiker, studiert derzeit Psychologie:



*»Ich wünschte mir, ich hätte so ein Forum in meiner Schulzeit oder Studienzeit erleben dürfen. Das hätte mir wirklich geholfen, mit meiner damals schwierigen Lebenssituation besser zurechtzukommen. Jetzt möchte ich dabei helfen, dass andere eben diese Chance erhalten.«*

### Hochschulen und Gesundheitsförderung

Die Autor\*innen der genannten Studien gehen von einem hohen Bedarf an psychologischen und psychotherapeutischen Angeboten für Studierende aus und empfehlen u. a. niederschwellige Hilfen. In Deutschland ist das Thema Gesundheitsförderung im Setting Hochschule so »neu«, dass von der Hochschulleitung noch nicht die nötige Unterstützung kommt, die für eine nachhaltige Umsetzung benötigt wird.<sup>34</sup>

33 R. Auerbach, P. Mortier, R. Bruffaerts, et al (2018): WHO World Mental Health Surveys International College Student Project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology* 2018; 127 (7): S. 623–38.

34 S. Michel, U. Sonntag, E. Hungerland u. a. (2018): Gesundheitsförderung an deutschen Hochschulen. Ergebnisse einer empirischen Untersuchung, Grafing: Verlag für Gesundheitsförderung, S. 42.

## »Psychisch fit studieren«: Authentisch. Direkt. Intensiv.

### Zielgruppe

Studierende aller Studiengänge, bevorzugt Erstsemester im Bachelor- und Masterstudium  
z. B. in der Einführungswoche zu Studienbeginn.

### Inhalt

Die Teilnehmer\*innen lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen, diskutieren Bewältigungsstrategien, hinterfragen Ängste und Vorurteile gegenüber psychischen Krisen und erfahren, wer und was helfen kann. Sie lernen Menschen kennen, die im Studium psychische Krisen gemeistert haben.

### Ziele

Studienerfolg fördern, Studienabbrüchen vorbeugen.

### Methodik

Warm Up, Impulsvortrag, Unterstützungs- und Beratungsangebote der Hochschule stellen sich vor, Erfahrungsberichte persönlicher Expert\*innen, Austausch zu Bewältigungs- und Hilfsstrategien.

### Team

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

### Dauer/Setting

Zwei Stunden, hörsaalweise.

### Kooperationspartner\*innen

Studienberatungen und psychosoziale Beratung der Hochschulen, Studierendenwerke, Vertretungen der Studierenden und der studentischen Selbstverwaltung, der/die Beauftragte für behinderte und chronisch kranke Studierende, Career Service etc.

### Nutzen für die Studierenden

#### Sie ...

- lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen und hinterfragen Ängste und Vorurteile.
- erfahren, wer und was helfen kann, und lernen Hilfs- und Beratungsangebote am Hochschulort kennen.
- finden heraus, was sie stärkt, durch Krisen trägt und erhalten Tipps bei Stress, Prüfungsangst & Co.
- setzen sich damit auseinander, wie sie an ihrer Hochschule ein Klima schaffen, in dem es selbstverständlich ist, über psychische Schwierigkeiten zu sprechen und gemeinsam Lösungen zu suchen.

## Erfolgsfaktoren

- Passender Zeitpunkt: Einführungswochen zu Studien- oder Semesterbeginn, an Präventions- und Gesundheitstagen, möglichst Freistellung der Studierenden von Lehrveranstaltungen.
- Breite Vernetzung von Hochschulakteur\*innen, Einbindung der Hochschulleitungen, Fakultäten und Fachschaften.
- Einbindung von Studierenden in die Vorbereitung und die Durchführung (z. B. StuRa/AStA, Peer-to-peer-Ansprache).
- Nutzung von Kommunikationskanälen, die Studierende erreichen.

## Schlüssel zur Veränderung von Einstellungen und Verhalten:

### Persönliche Expert\*innen



*»Wir engagieren uns für ›Psychisch fit studieren‹, weil wir fast alle viel zu lange geglaubt haben, psychische Erkrankungen sind persönliches Versagen, sind eine Sache, über die man nicht redet, die man alleine und möglichst unbemerkt in den Griff kriegen muss. Heute wissen wir – das Gegenteil ist der Fall: Psychische Erkrankungen gehören zum Leben und wir müssen anfangen, offen, ehrlich und menschlich darüber zu sprechen.«*



**Anna Sophia Feuerbach**  
Biochemikerin,  
Trainerin Gesundheit



**Gunter Busch**  
Physiker,  
Student Psychologie



**Elisabeth Kucinski**  
Sprechwissenschaft-  
lerin



**Christian Maerzke**  
Betriebswirtschaftler,  
Unternehmer



**Stefanie Schweiger**  
Studentin Soziale  
Arbeit



**Ramon Schmid**  
Sprechkünstler,  
Schauspieler,  
Rhetorik



**Insa Schmitter**  
in Ausbildung,  
Psychologiestudium  
ab WS 2020



**Marcel Bischofberger**  
Betriebswirtschaftler,  
Mental Health  
Advocate



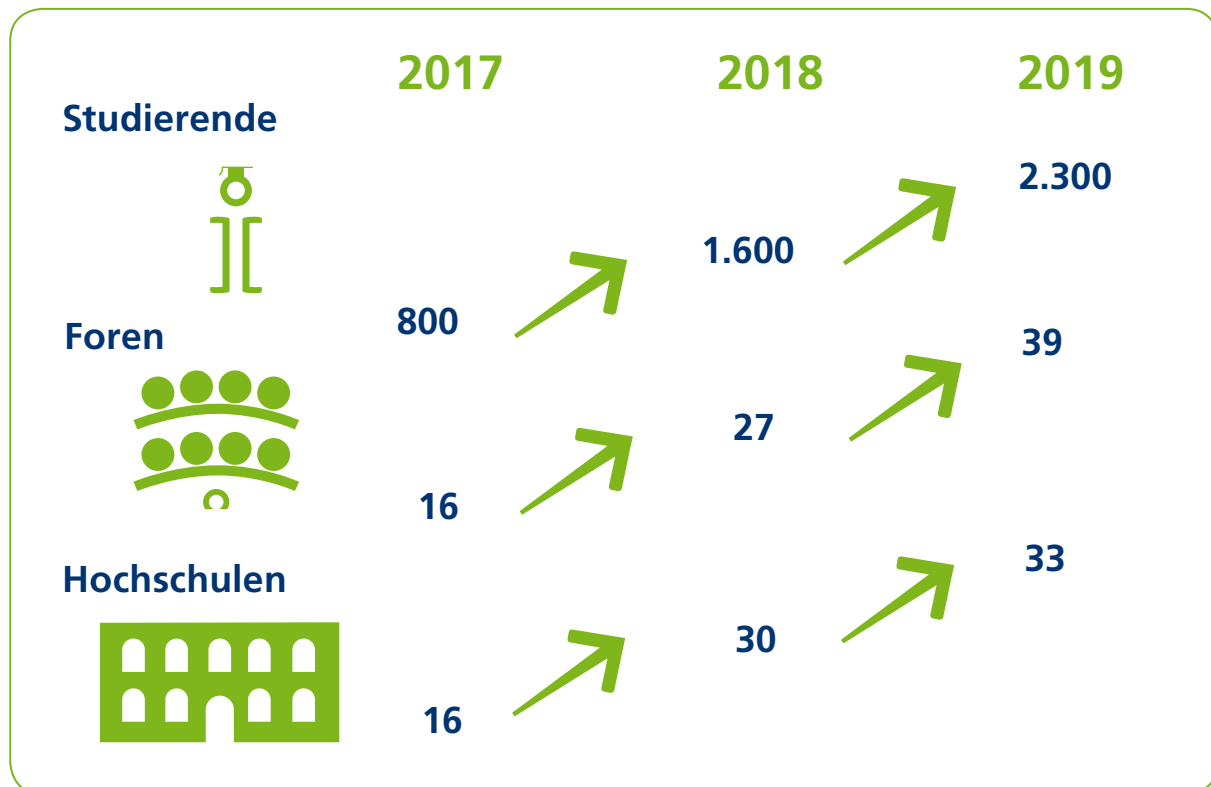
**Marie-Christin Stabel**  
Germanistin



**Mona Herdmann**  
Theaterwissenschaft-  
lerin, systemische  
Beraterin

## Leistungen (Output) und Wirkungen (Outcome)

### Eingesetzte Ressourcen (Input)



### Erbrachte Leistungen (Output) und Wirkungen (Outcome)

Viktoria Gruhn, Manager Student Counseling, WHU – Otto Beisheim School of Management:



»Das Forum ›Psychisch fit studieren‹ war ein sehr guter Einstieg in den Studienstart, da die neuen Studierenden so frühzeitig aus verschiedenen Richtungen auf die Gefahren von Stress hingewiesen wurden und in ungezwungener Atmosphäre das Beratungsangebot der WHU kennenlernen konnten.«

## Zufriedenheit

Die Zufriedenheit der Studierenden und Hochschulmitarbeiter\*innen ist ungebrochen hoch: Spannend ist die Beobachtung, dass die Anzahl der jeweils teilnehmenden Studierenden für die Hochschulen im Moment eher eine untergeordnete Rolle zu spielen scheint. Wichtiger für sie ist es offenbar, Bedarfe zu erkunden.

## Erweiterung des Angebots

- Aufbau möglichst langfristiger Kooperationen mit Hochschulen und regelmäßige Durchführung von »Psychisch fit studieren«-Foren für Studierende.
- 2019 erstmals Entwicklung und Erprobung von Angeboten für Hochschulmitarbeiter\*innen, konkret vier Workshops für 150 Teilnehmer\*innen.

## Öffentlichkeitsarbeit

- Präsentation im Arbeitskreis Gesundheitsfördernder Hochschulen und auf der Tagung der Gesellschaft für Information, Beratung und Therapie an Hochschulen e.V. (GIBeT) in Köln.
- Stärkere Präsenz in den Social-Media-Kanälen (Herstellung Imagefilm, Video-Snippets, Bildmaterial).

## Qualitätsmanagement

- Einführung eines onlinebasierten Feedback-Fragebogens für Hochschulen.
- Einrichtung eines Intranets und Herstellung von Lehrvideos zum Training der fachlichen und persönlichen Expert\*innen.
- Trainingsworkshops zur Erweiterung des Kreises der fachlichen und persönlichen Expert\*innen, um »Psychisch fit studieren« bundesweit zu skalieren und die Teams regional zu besetzen.
- Umsetzung der Erfahrungen und Empfehlungen von Forumsteilnehmer\*innen und Hochschulmitarbeiter\*innen in dem Leitfaden für Hochschulen »Alles rund um Psychisch fit studieren«.



## Evaluation

### »Psychisch fit studieren« erreicht die Zielgruppe: Fast 100 % der Teilnehmer\*innen empfehlen das Forum weiter

»Psychisch fit studieren« hilft psychischen Krisen vorzubeugen, denn es ermutigt Studierende, offener und angstfreier mit psychischen Krisen umzugehen, sie zur Sprache zu bringen und sich frühzeitig Hilfe zu suchen. »Psychisch fit studieren« unterstützt Hochschulen dabei, ein Klima zu schaffen, in dem psychische Krisen akzeptiert sind und gemeinsam nach Lösungen gesucht wird.

Als besonders wirkungsvoll erleben die Teilnehmer\*innen die offene Gesprächsatmosphäre und die Berichte der persönlichen Expert\*innen.

Eine Studentin ist am 8. Oktober 2019 kurz nach Beginn des Forums an der Leipziger Universität aufgestanden und hat unter Tränen in den Hörsaal gesprochen:



*»Das ist die erste Veranstaltung in meinem Leben, in der es um seelische Gesundheit geht, dass darüber offen gesprochen wird. Das tut mir so gut! Mir ging es in meiner Schulzeit nicht gut und ich habe das regelrecht trainieren müssen, das Thema öffentlich anzusprechen. Ich weiß von so vielen Leuten, dass sie Probleme haben, aber nicht den Mut haben, darüber zu sprechen und sich Hilfe zu suchen und dann schließlich erkrankt sind. Danke, das Ihr von Irrsinnig Menschlich das macht!«*

## Studierende

**100 %**

der Teilnehmer\*innen empfehlen das Forum weiter.

**98 %**

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

**79 %**

der Teilnehmer\*innen finden »Psychisch fit studieren« hilfreich zur Vorbeugung psychischer Krisen.

**73 %**

der Teilnehmer\*innen finden die Platzierung des Forums zum Studienbeginn sinnvoll.

**27 %**

der Teilnehmer\*innen hätten sich ein solches Format bereits zu Schulzeiten gewünscht.

**62,3 %**

der Teilnehmer\*innen geben an, dass Bedenken bezüglich psychischer Krisen während des Studiums abgebaut werden konnten.<sup>35</sup>

<sup>35</sup> M. Koschig, I. Conrad, St. Riedel-Heller (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. Universität Leipzig, Medizinische Fakultät Institut Sozialmedizin, Arbeitsmedizin und Public Health. [www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/PsyFitStud\\_Abschlussbericht\\_final.pdf](http://www.irrsinnig-menschlich.de/app/uploads/2019/03/PsyFitStud_Abschlussbericht_final.pdf).



## Wie Hochschulen »Psychisch fit studieren« bewerten



### Wiederbuchen

92 % der Hochschulen buchen das Forum erneut.



### Antreiben

Zunehmend mehr Hochschulleitungen fördern und unterstützen »Psychisch fit studieren«: 2019 traf das auf 85 % der teilnehmenden Hochschulen zu. Unterstützt die Hochschulleitung das Angebot, platziert sie es passgenau in ihrem Kontext. Das spiegelt sich auch in steigenden Teilnehmer\*innen-Zahlen wieder.



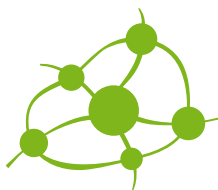
### Krisenauswegweiser

Mehrere psychosoziale Beratungsstellen der Hochschulen geben an, dass nach den »Psychisch fit studieren«-Foren die Zahl der Unterstützung suchenden Studierenden erkennbar steigt.

Beatrix Stark, Psychosoziale Beraterin des Student\*innenRats der Universität Leipzig:



*»In der psychosozialen Beratungsstelle des Sturas der Uni Leipzig haben sich danach mit explizitem Verweis auf das Forum 7 Student\*innen bei mir vorgestellt. Meist ging es um die Suche einer Anschlusstherapie. Das bedeutet, die meisten Student\*innen waren schon etwas aufgeklärt, hatten bereits Therapieerfahrungen und das Forum hat ihnen sehr geholfen, sich besser zu orientieren. Den meisten Student\*innen fiel es leicht, die Beratungsstelle aufzusuchen, da sie mich schon auf dem »Psychisch fit studieren«-Forum kennenlernen konnten.«*



### Vernetzen

Dass sich Mitarbeiter\*innen von Hilfs- und Beratungsstellen und weiteren Unterstützungsangeboten an der Hochschule persönlich begegnen und vernetzen, wird an Hochschulen als wichtigstes Nachhaltigkeitskriterium betrachtet. Daraus erwachsen oft neue Aktivitäten und Synergieeffekte. Der Anteil der »Psychisch fit studieren«-Foren, bei denen sich mindestens eine Hilfs- und Beratungseinrichtung präsentierte, lag 2019 bei 96 %.



### Impulse geben

Das Forum fördert die Zusammenarbeit mit anderen Hochschulen. Ebenso wächst der Bedarf an Foren für weitere Zielgruppen an der Hochschule wie Mitarbeiter\*innen aus Lehre, Forschung und Verwaltung, Inklusionsbeauftragte und Doktorand\*innen. Beispiele dafür sind die Universität Leipzig, die Palucca Hochschule für Tanz Dresden und die Hochschule Nordhausen.



### Verstärken

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

---

## Zielerreichung und Ausblick

---

### Die Skalierung der Hochschulstandorte und die Ergebnisse der Evaluation zeigen, dass das Angebot stimmt.

Nachdem die Foren als niedrigschwelliges Veranstaltungsformat gut etabliert sind, steigt die Nachfrage seitens der Hochschulen nach unseren Foren eigeninitiativ an. Diese Wachstumsdynamik möchten wir längerfristig sichern. Wir gehen davon aus, dass weitere Finanzpartner\*innen einsteigen und die Eigenbeteiligung der Hochschulen steigen wird.

#### Ziele für 2020

**Mit »Psychisch fit studieren« niedrigschwellig einsteigen und – stärker als in der Pilotphase – Prozesse und Strukturen für eine gesundheitsförderliche Hochschule anregen und voranbringen.**

- Durchführung von 60 »Psychisch fit studieren«-Foren, Steigerung der Teilnehmer\*innen-Zahlen.
- Stärkung der Nachhaltigkeit durch Erweiterung der Zielgruppe auf Mitarbeiter\*innen aus Lehre, Forschung und Verwaltung sowie Doktorand\*innen.
- Beratung regionaler Unterstützungssysteme, Stärkung studentischer Selbsthilfegruppen, Etablierung von Gesundheitszirkeln.
- Fortbildung unserer fachlichen und persönlichen Expert\*innen, um sie für Beratungsaktivitäten weiter zu qualifizieren.
- Aufbau überregionaler Kooperationen für die fachliche Weiterentwicklung und kommunikative Positionierung, gemeinsam mit dem Deutschen Studentenwerk, der Gesellschaft für Information, Beratung und Therapie an Hochschulen (GIBeT) u. a.

**Zu Jahresbeginn waren das unsere Ziele für 2020. Durch die Coronakrise sind sie so nicht mehr umsetzbar. Wir erarbeiten aktuell Online-Varianten; dabei gehen wir von einem so großen Bedarf aus, dass wir diese Ziele 2021 umsetzen können.**

#### Chancen für weitere Skalierung groß

Die Sensibilität und Offenheit für psychische Gesundheit nimmt gesellschaftlich zu. Mittlerweile sind Hochschulen per Arbeitsschutzgesetz verpflichtet, sich stärker mit der Gefährdung durch psychosoziale Belastungen auseinanderzusetzen. Ebenso gewinnt das studentische Gesundheitsmanagement an Bedeutung. Für einen nachhaltigen Wandel braucht es jedoch eine engere operative und strukturelle Kooperation der Bildungs- und Gesundheitssysteme sowie eine gemeinsame langfristige Finanzierung von Präventionsmaßnahmen.

## 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 Mitarbeiter\*innen sind leistungsfähiger, motivierter und haben weniger Krankheits- und Fehlzeiten. Informierte und aufgeklärte Mitarbeiter\*innen wissen, wo es im Ernstfall Hilfe und Unterstützung gibt, suchen sich schneller Hilfe und fühlen sich im Unternehmen wohler. Psychisch gesunde Auszubildende haben bessere Ausbildungsergebnisse. Hilfreich und nützlich im Umgang mit psychischen Beeinträchtigungen im Unternehmen sind Information, Aufklärung und Enttabuisierung.

#### Stand

Nachdem wir im Setting Betrieb, ausgehend vom Austausch mit Stakeholdern und Multiplikator\*innen, stark konzeptionell gearbeitet haben, wird unser Angebot zunehmend gebucht.

#### Zielgruppe Auszubildende



- Bitzer Kühlmaschinenbau Schkeuditz GmbH: Workshop für 22 Auszubildende & dual Studierende
- Porsche Leipzig GmbH: Workshops für 63 Auszubildende

#### Zielgruppe Ausbilder\*innen



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

- Bitzer Kühlmaschinenbau Schkeuditz GmbH: 1 Workshop und 2 Infoveranstaltungen für 25 Auszubildende, Betriebsräte, Personaler\*innen
- JOBLINGE gAG Berlin: 1 Workshop für das Team Berlin-Pankow
- AOK PLUS: Kooperationsvertrag für die Region Leipzig – Gesundheitscenter

#### Anfragen für 2020



- LINUS WITTICH Medien KG, Sietow
- ARYZTA Bakeries Deutschland GmbH, Lutherstadt Eisleben
- Deutscher EC-Verband & Evangelische Freiwilligendienste, Servicestelle für internationale Freiwilligendienste
- CVJM Deutschland

#### Unsere Erfahrungen

- Unsere Kernkompetenz besteht darin, Auszubildende und Mitarbeiter\*innen 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\*innen 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\*innen bei der Kontaktaufnahme, Projektdurchführung und Auftragsabwicklung mit Unternehmen.



## 5. Organisationsprofil Irrsinnig Menschlich e.V.

### 6.1 Allgemeine Angaben

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

### Personalprofil

| <b>Anzahl Mitarbeiter*innen<br/>(umgerechnet in Vollzeitstellen)</b> | <b>2015</b> | <b>2016</b> | <b>2017</b> | <b>2018</b> | <b>2019</b> |
|----------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| hauptamtlich                                                         | 6<br>(5)    | 7<br>(5,75) | 8<br>(6,0)  | 9<br>(6,0)  | 10<br>(5,8) |
| Honorarkräfte                                                        | 3           | 5           | 7           | 23          | 28          |

## Handelnde Personen (Stand 01.03.2020)

### Vorstand



**Cordula Rosch,  
Vorstandsvorsitzende**  
Referentin der Fraktionsgeschäftsstelle der Fraktion Bündnis 90/Die Grünen im Stadtrat Leipzig



**Norbert Kunz,  
stellvertretender Vorstandsvorsitzender**  
Geschäftsführer der Social Impact gGmbH, Mandate in Vorstands- und Beiratsgremien sowie Expertenkommissionen, wie der GECEs der Europäischen Kommission



**Britta Zehe,  
Kassiererin**  
Lehrerin, Fachleiterin für den sprachlichen Bereich an der Humboldtschule, Gymnasium der Stadt Leipzig

### 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 Blume**  
**Programmleitung**  
**»Verrückt? Na und!«**  
 Diplom-Soziologin



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



**Mandy Rogalla**  
**Projektleitung**  
**»Kinder psychisch kranker**  
**Eltern«**  
 Master of Science  
 Rehabilitationspsychologie



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



**Finanzen und Buchhaltung**  
 Stellenausschreibung läuft

## Landeskoordinationen bei Kooperationspartner\*innen



**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-Sozialpädagogin



**Mareike Mattson**  
**Landeskoordination »Verrückt?**  
**Na und!« in Schleswig-Holstein**  
 Mitarbeiterin der Landesvereinigung  
 für Gesundheitsförderung Schleswig-  
 Holstein e.V., Diplom-Pädagogin

---

## Governance

---



Zum 31.12.2019 hat Irrsinnig Menschlich e.V. 104 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: der ersten Vorsitzenden, dem 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 Zivilgesellschaft unterzeichnet.<sup>36</sup>

---

<sup>36</sup> [www.transparency.de/mitmachen/initiative-transparente-zivilgesellschaft/?L=0](http://www.transparency.de/mitmachen/initiative-transparente-zivilgesellschaft/?L=0).

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

\* gerundete Zahlen aus dem vorläufigen Jahresabschlussbericht

## Vermögensrechnung

| Vereinsvermögen in € | 2015    | 2016    | 2017    | 2018    | 2019*          |
|----------------------|---------|---------|---------|---------|----------------|
| Kontobestand         | 131.454 | 143.806 | 117.244 | 202.477 | <b>312.000</b> |
| Kassenbestand        | 60      | 46      | 150     | 300     | <b>0</b>       |
| Anlagevermögen       | 4.800   | 5.600   | 4.250   | 6.000   | <b>4.000</b>   |

\* gerundete Zahlen aus dem vorläufigen Jahresabschlussbericht

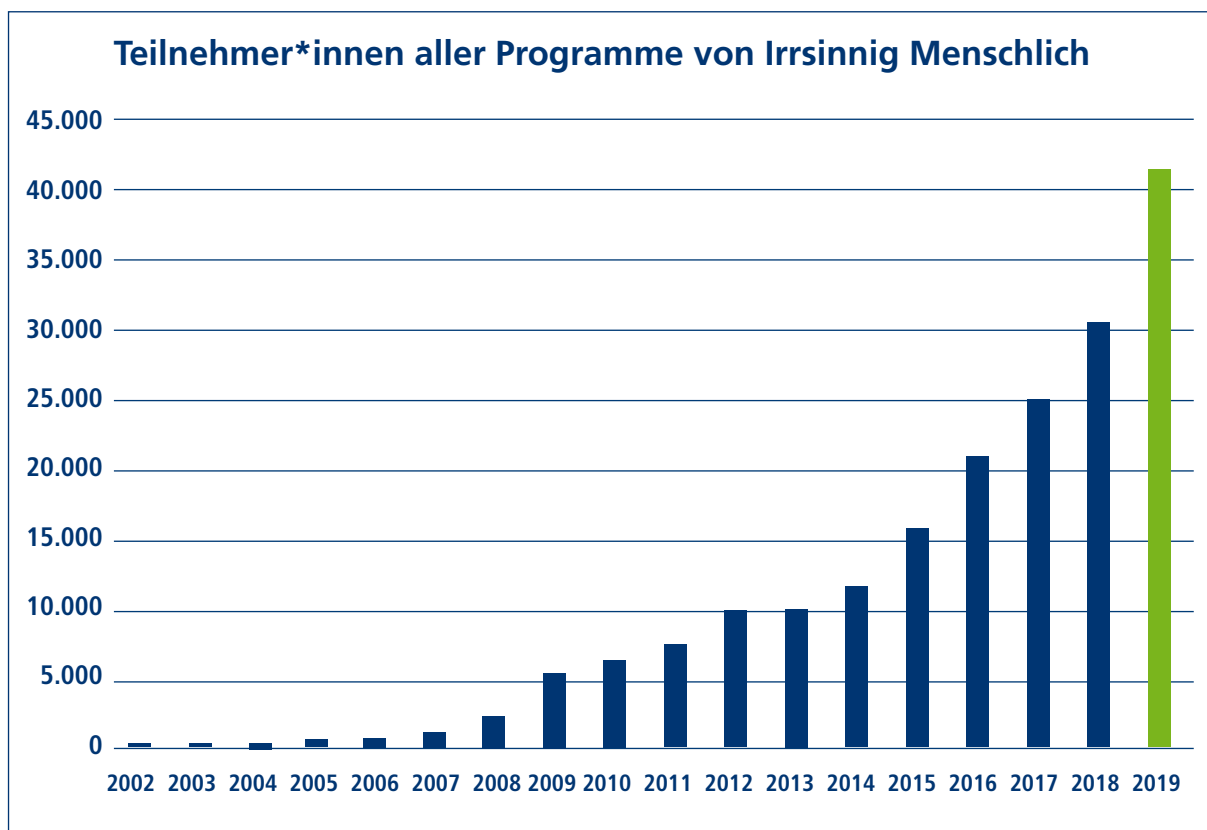
## Finanzielle Situation und Planung

Die Partnerschaft mit der BARMER hat die heutige Reichweite überhaupt erst ermöglicht. Wir bedauern ihren Ausstieg aus der finanziellen Förderung in 2020.

Die weitere Skalierung von »Verrückt? Na und!« ist durch die Förderung der SKala-Initiative bis 2021 gesichert und die Fortführung von »Psychisch fit studieren« durch die Förderung der Beisheim Stiftung.

Das vor der Coronakrise erstellte Plan-Budget 2020 von ca. 1 Million Euro ist das höchste in der Geschichte von Irrsinnig Menschlich e.V. Zum Zeitpunkt der Anfertigung dieses Berichts (April 2020) ist dieses bereits zu ca. 90 % durch vereinbarte Zuwendungen, Spenden, eigene Einnahmen und Rücklagen gedeckt. Von den Finanzpartner\*innen hat bislang niemand aufgrund der Coronakrise Förderzusagen in Frage gestellt. Uns wurde mehrfach zugesichert, dass wir nicht ausgeschöpfte Fördermittel ins Folgejahr übertragen können. Wir möchten den Finanzpartner\*innen auch an dieser Stelle für ihre Flexibilität danken.

Wir vertrauen darauf, dass die Erfolgsgeschichte der letzten Jahre weiterhin Finanzpartner\*innen überzeugt. Für die Zukunft haben wir zwei zentrale Ziele: die Gewinnung neuer Krankenkassen als überregionale Finanzpartnerinnen und die Erhöhung von Stiftungsbeiträgen im Rahmen von bereits gestellten Förderanträgen.



# Unterstützen Sie uns!

## Aus dem Furchtbaren etwas Fruchtbares machen

### Wieso ich mich bei »Psychisch fit lernen, studieren und arbeiten« engagiere



Ich heiße Insa Schmitter und bin 28. Da liegen Schule, FSJ und Ausbildung noch nicht so lange hinter mir. Schwer für mich war, dass zu diesen Aufgaben noch eine andere dazukam: Das alles tagtäglich mit einer psychischen Erkrankung bewältigen zu müssen. Ich hatte weder Hilfe, noch wusste ich, wo und wie ich welche bekommen konnte. Hätte ich in diesen Jahren einen »Verrückt? Na und!«-Schultag erlebt, einen in Sachen »Umgang mit Krisen« geschulten FJS-Anleitenden oder ein Forum zum Thema »Psychisch fit studieren« gehabt, so hätte ich mich sicher früher in Behandlung begeben. Ich hätte gewusst,

- dass es voll in Ordnung ist, wenn man sich schlecht fühlt, oder »komische Sachen« (= Symptome) erlebt, die einem zunehmend entgleiten.
- dass man sich Hilfe holen kann und wo man sie findet.
- dass man nicht alleine ist.
- dass Andere einen wahrnehmen und einem vielleicht sogar Hilfe anbieten.
- dass mein Leben wieder besser werden kann.

### Sicherheit, Verbundenheit, Orientierung

So hätte ich Sicherheit, Verbundenheit und Orientierung erfahren können – Dinge, die einem abhandenkommen in einer psychischen Krise. Die »Verrückt? Na und!«-Schultage sind der erste Schritt dafür, Mut zu finden, sich Hilfe zu suchen und die Dinge überhaupt erst einmal besser zu verstehen. Noch besser ist, das in guten Zeiten zu lernen, wenn man noch nicht psychisch krank ist – eben klassenweise, so wie wir das machen. Die Jugendlichen wissen sich nun zu helfen, wenn sie seelische Schmerzen haben. Sie lernen, wie wichtig es ist auf ihre Mitmenschen zu achten, werden sensibler und verständnisvoller. All das trägt ungemein dazu bei, gesund zu sein, zu bleiben oder – im Falle einer schon bestehenden Erkrankung – zu werden!

### Mit seelischen Krisen umgehen: selbstverständlich, alltäglich, normal

Ich engagiere mich als PERSÖNLICHE EXPERTIN in Schulen, Hochschulen und Unternehmen, gebe meine Lebenserfahrungen gern weiter, um anderen Menschen viel Leid zu ersparen. Und auch, weil der Umgang mit seelischen Krisen und das Wissen darum ebenso selbstverständlich sein sollten, wie es der Erste-Hilfe-Kurs in der Fahrschule ist, um sich und Anderen im Fall der Fälle gut helfen zu können. Ich bin froh, dass Irrsinnig Menschlich so tolle Präventionsprogramme initiiert und ich dabei bin. Ich bin tief davon überzeugt, dass jeder Mensch etwas für sich aus den Schultagen mitnimmt und sich daran erinnern wird, wann immer sie oder er eine Krise erlebt (auch wenn die erst 20 Jahre später auftritt). – So wie ich als Schülerin, FSJlerin und Auszubildende mir viel eher Hilfe gesucht hätte, wenn es einen solchen Tag vor fünfzehn Jahren an meiner Schule oder im Ausbildungsbetrieb gegeben hätte.



# 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 und gegen Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen stark machen.



### 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 an alle Spender\*innen!

*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

Cordula Rosch  
Norbert Kunz  
Britta Zehe

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

Fotos: Andreas Arnold, Matthias Möller/Medial Mirage, pro mente Burgenland, Ratsgymnasium Rothenburg, Swen Reichhold  
Layout und Satz: Gabine Heinze/TOUMAart  
Piktogramme: Simone Fass, Tim Müller  
Redaktion: Dr. Manuela Richter-Werling



20 IRRSINNIG ] [ MENSCHLICH JAHRE