

Liebe DirektorInnen | Liebe LehrerInnen!

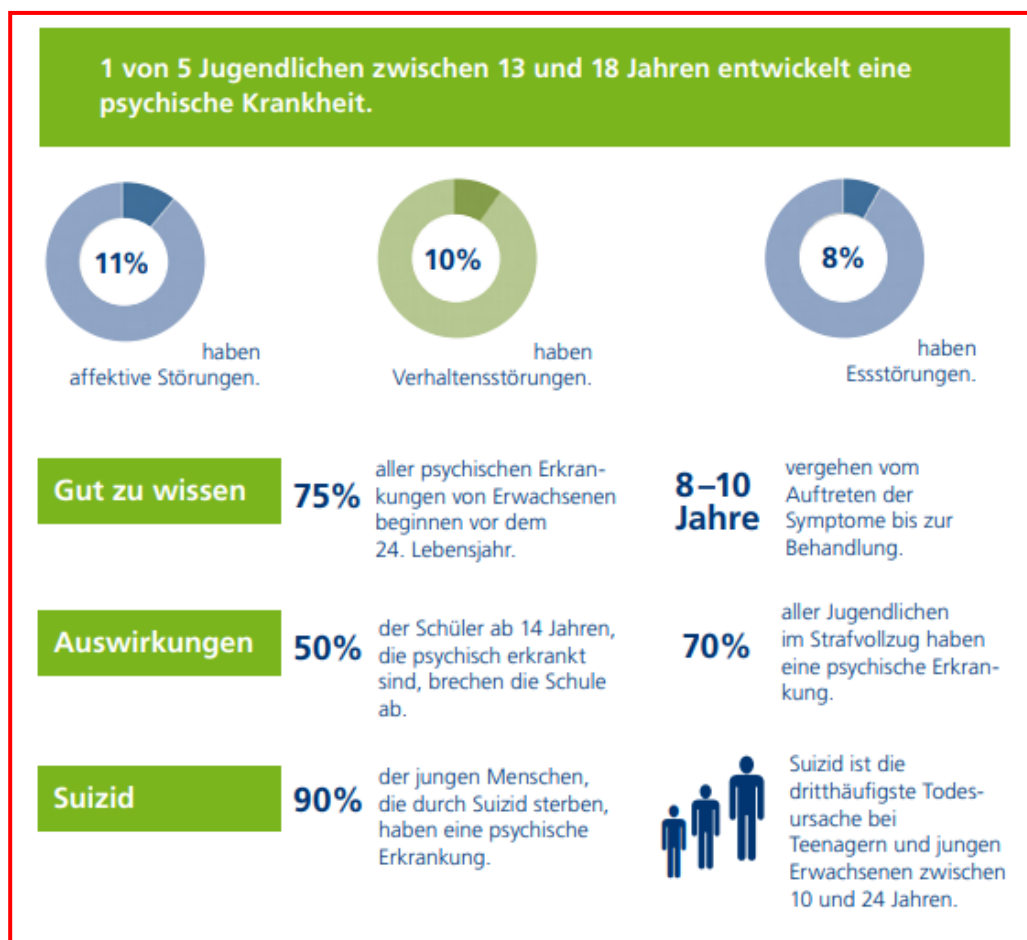
Erwachsenwerden ist eine der **spannendsten und zugleich schwierigsten Etappen** in unserem Leben. Ein aufregendes Abenteuer! Das erleben Sie als Lehrkraft bei Ihren SchülerInnen wahrscheinlich jeden Tag aufs Neue.

Es ist die **Zeit des Lernens, der Rebellion und der Selbstfindung**. Hindernisse und Widerstände gehören dazu. Kein Wunder, dass gerade die Jugendzeit so anfällig für Probleme ist, die die eigenen Lösungsmöglichkeiten übersteigen.

 **Psychische Krisen, Süchte, selbstschädigendes Verhalten oder Kriminalität beginnen in keiner Lebensphase so häufig wie in der Pubertät.**

 Im Rahmen des Projektes „**Verrückt! Na und?!**“ wird **Präventionsarbeit in Schulen** geleistet

DATEN ZUR PSYCHISCHEN GESUNDHEIT VON JUGENDLICHEN




(Quelle: <http://www.irrsinnig-menschlich.de/irrsinnig-menschlich-e-v/wer-ist-irrsinnig-menschlich-e-v/>, 2018)

pro mente Burgenland ist ein gemeinnütziger, überparteilicher und überkonfessioneller Verein, der sich um die Sicherung der Grundrechte psychisch kranker erwachsener Menschen kümmert. Neben der Wahrung der Grundbedürfnisse, wie z.B. Wohnraum, Verpflegung, Pflege, Gesundheit und fachärztlicher und therapeutischer Betreuung umfasst das Tätigkeitsfeld von pro mente Burgenland auch die **Präventionsarbeit** und die **Förderung der Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen**. Nachdem aktuellen Studien zufolge **zunehmend auch Kinder und Jugendliche von psychischen Erkrankungen betroffen** sind, widmet sich **pro mente Burgenland** vermehrt auch dieser Zielgruppe.

Warnsignale psychischer Krisen bei Jugendlichen

<ul style="list-style-type: none">X Sorgen, Ängste, Aufregung, RastlosigkeitX Negative Gedanken, Unentschlossenheit, wenig SelbstvertrauenX Überempfindlich, launisch, wütendX Rückzug von Hobbys und alters-typischen AktivitätenX Leistungsabfall in der Schule, Schwänzen, Schulabbruch	<ul style="list-style-type: none">X Alkohol- und DrogenmissbrauchX Weglaufen von zu HauseX Schlaflosigkeit oder unendliche ErschöpfungX Kopfschmerzen, EssstörungenX SelbstisolationX Sich selbst verletzen, Hoffnungslosigkeit, Suizidgedanken
--	--



Manchmal schlechte Gefühle zu haben, ist normal. Doch wenn viele dieser Zustände mehr als zwei Wochen anhalten, sollte professionelle Hilfe gesucht werden.

(Quelle: <http://www.irrsinnig-menschlich.de/irrsinnig-menschlich-e-v/wer-ist-irrsinnig-menschlich-e-v/>, 2018)



Erfahrungsgemäß **vergehen vom Beginn** einer psychischen Erkrankung bis zu dem Zeitpunkt, an dem Betroffene **Hilfe suchen, mehrere Jahre**. Die größte Hürde dabei ist die **Angst, stigmatisiert zu werden!**



Im Rahmen des Projektes „**Verrückt! Na und?!**“ wird **Präventionsarbeit in Schulen** geleistet. Neben den Eltern sind Sie als LehrerInnen die **wichtigsten und prägendsten Menschen**, die Jugendliche beim gesunden Aufwachsen begleiten. Mit präventiven Angeboten können Sie die **Jugendlichen** beim Umgang mit Schwierigkeiten, Krisen und Konflikten **unterstützen**.

Mit dem Präventionsprogramm „**Verrückt? Na und!**“ **Seelisch fit in der Schule** bringen wir psychische Krisen klassenweise zur Sprache:



► **WAS IST DAS ZIEL?**

- SchülerInnen und Lehrkräfte auf das Thema psychische Erkrankungen zu **sensibilisieren**
- das **Stigma** psychischer Erkrankungen **abzubauen**
- **Mut** zu machen und **Lösungswege** zu vermitteln

► **WIE IST DER ABLAUF?**

- Klassenweise **5 stündiger Workshop** ab 8. Schulstufe
- mit einem **Expertenteam** bestehend aus **1 FachexpertIn** = PsychologIn, PsychotherapeutIn, Psych. BeraterIn, SozialpädagogIn und **1 Persönl. ExpertIn** = Menschen, die mit seelischen Krisen und Erkrankungen vertraut sind und Erfahrung mit Krisenbewältigung haben.

► **WAS KÖNNEN SIE ERWARTEN?**

- ✓ Methoden und Übungen zum Abbau von Ängsten und Vorurteilen und Finden von Lösungen
- ✓ Gespräche – Gruppenarbeiten – Rollenspiele – Diskussionen - Reflexion
- ✓ ziel- und gruppenspezifische Lern- und Informationsmaterialien

► **WAS BRAUCHT ES SEITENS DER SCHULE?**

- ✓ Bereitschaft, sich dem Thema psychische Erkrankungen gegenüber zu öffnen
- ✓ Lust und Neugierde auf einen etwas anderen Schultag
- ✓ LehrerInnen und SchülerInnen, die Neues über seelisches Wohlbefinden lernen wollen

Ziel von pro mente Burgenland ist es, mit diesem Präventionsprogramm den **Schulen ein unterstützendes Angebot zu geben** und damit einen wichtigen Beitrag zur psychischen Gesundheit zu leisten. Wir freuen uns über die **Unterstützung seitens der Bildungsdirektion** Burgenland bei der Umsetzung. Das Land Burgenland fördert dieses Projekt, weshalb wir die Workshops für das **Schuljahr 2020 | 2021 kostenlos** zur Verfügung stellen können.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns, wenn Sie uns kontaktieren:

MMag. Eva Blagusz
Obfrau/Geschäftsführerin

DSA Petra Prangl, MBA
Geschäftsführerin

A. KROYER-BERGLES, MSc
pro mente Burgenland

Projektleitung „Verrückt? Na und!“
02682 651 88 18 | 0664 859 74 12
verrueckt-na-und@promente-bgld.at
www.verrueck-na-und.at