

Mental Health Coaches

Studien belegen Kinder und Jugendliche sind **psychisch belastet** durch multiple Krisen

- ✔ mehr als 70% der Kinder und Jugendlichen stehen, unter andauerndem psychischem Stress¹
- ✔ Erkrankungen nehmen zu: v. a. Essstörungen, Depressionen, Ängste²
- ✔ Lebensqualität nimmt ab: Schule als Belastung, mehr Streit im sozialen Umfeld³
- ✔ Zusätzliche Risikofaktoren durch soziale Benachteiligung: familiäre Bildung, geringe Ressourcen, Wohnverhältnisse, Migrationsgeschichte, psychische Belastung der Eltern

Primär-Prävention am Lern- und Lebensort Schule

- ✔ Wirksamkeit von Präventionsangeboten wissenschaftlich bestätigt⁴
- ✔ Schule begleitet und prägt das Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen über einen langen Zeitraum
- ✔ Durch die Anbindung der gesundheitsfördernden Angebote an die Regelstrukturen ist der Zugang für alle gewährleistet.

Kindergesundheit

- ✔ Interministerielle Arbeitsgruppe (IMA):
- ✔ „Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona“ veröffentlicht Abschlussbericht im Februar 2023
- ✔ Forderung: Maßnahmen zur Bekämpfung von psychischen und sozialen Belastungen von Kindern und Jugendlichen
- ✔ BMFSFJ fördert ab Schuljahr 2023/24 das
- ✔ Modellvorhaben „Mental Health Coaches“
- ✔ Teil des Bundesprogramms „Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit“

¹ [UKE - Child Public Health - COPSYS-Studie](#)

² [B Pt K Faktenblatt Psychische Erkrankungen bei Kinder und Jugendlichen 7d4af4f91c.pdf \(bptk.de\)](#)

³ [Erste Studienergebnisse: Krisen haben großen Einfluss auf psychische Gesundheit von Jugendlichen | Universität des Saarlandes \(uni-saarland.de\)](#)

⁴ [BAB 4 2018 190_193.pdf \(bayerisches-aerzteblatt.de\)](#)

Ziele des Projekts

- ✓ Junge Menschen werden ermutigt, sich aktiv mit dem Thema psychische Gesundheit auseinanderzusetzen.
- ✓ Die Jugendlichen erlernen Strategien für den Umgang mit belastenden Gefühlen
- ✓ Die primärpräventiven Angebote tragen wirken Stigmatisierung entgegen.
- ✓ Junge Menschen erhalten Wissen über regionale und überregionale Hilfs- und Beratungsangebote
- ✓ Das Projekt trägt zu einer Offenheit gegenüber dem Thema mental Gesundheit bei

Evangelische Trägergruppe

- ✓ 22 evangelische Standorte (nicht nur JMD-Standorte)
- ✓ 96 Gruppenangebote im Jahr 2023
- ✓ 11 Teilzeitkräfte und 16 Vollzeitkräfte
- ✓ 28 Schulen (Mittelschule, Förderzentrum, Real/Gesamtschulen, Gymnasium, Berufliche Schulen)
- ✓ 3432 Schüler*innen wurden erreicht

Gruppenangebote:

- ✓ Themenschwerpunkte:
 - sozial-emotionales Training
 - (z.B. Umgang mit Gefühlen),
 - Medienkompetenz (Süchte, Cyber-Mobbing, Umgang mit Social Media)
 - Soziales Lernen (Gemeinschaftsstärkung, Kommunikation)
 - Resilienz stärken (Entspannungsmethoden, Stressbewältigung, Bewegung etc.).



O-Töne

Schüler*innen äußerten:

„Meine Eltern machen mir immer viel Druck und auch die Lehrer.“ „

„Wenn ich viel Stress in der Schule habe, dann kann ich nicht gut schlafen. Ich wache um 2:00 Uhr auf und kann dann nicht mehr einschlafen.“

Lehrkräfte äußerten:

„Vielen Dank für das Ermöglichen des Angebots. Ich finde es so wichtig, dass mentale Gesundheit ein Teil des Schulalltags ist und finde das Projekt dafür sehr passend.“ Es sei eine gute Ergänzung im multiprofessionellen Team der Schule.“