

Ansprechpartner:

Jan Richter
Dipl.-Psych./Dipl.-Soz. Päd.
Sozialpsychiatrischer Dienst
Düsseldorfer Straße 47
40822 Mettmann
Tel. 02104/99-2312

Andrea Schmidt
Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (BA)
Sozialpsychiatrischer Dienst
Erfurter Str. 33a
40880 Ratingen
Tel. 02102/445762

In Kooperation mit:



Impressum:
Kreis Mettmann Der Landrat
Gesundheitsamt
Düsseldorfer Straße 47
40822 Mettmann



Was heißt denn hier verrückt?

Ein Schulprojekt
zur Stärkung
der seelischen Gesundheit

Psychische Gesundheit

Psychische Gesundheit ist keine Selbstverständlichkeit. Es gibt viele Möglichkeiten, die seelische Fitness zu stärken. Manchmal kann die Psyche aber trotzdem aus der Balance geraten und es können psychische Krisen oder Schwankungen auftreten. Auch dann gibt es viele Wege aus der Krise heraus.

Ein offener Umgang mit psychischen Erkrankungen reduziert Vorurteile, verhindert Ausgrenzung und vermittelt die Erfahrung, dass man psychische Krisen aktiv bewältigen kann.

Es ist wichtig, sich in der Schule mit seelischer Gesundheit zu beschäftigen, weil

- jeder Mensch in seelische Krisen geraten kann
- Schule einen Raum bietet, in dem auch die Persönlichkeitsentwicklung der Heranwachsenden gefördert wird
- psychische Belastungen von Jugendlichen und jungen Erwachsenen häufig erstmals in der Schule erkannt werden

- sich hinter auffälligem Verhalten (z.B. Drogen, Aggressivität, Rückzug) oft seelische Probleme verbergen
- es hilft, mehr über psychische Erkrankungen und Hilfsangebote zu wissen

Ziel des Projekts

Ziel ist es, dass Schülerinnen und Schüler sich mit ihren Erfahrungen und Vorstellungen von psychischer Gesundheit auseinandersetzen. Die Teilnehmenden verbessern ihre Fähigkeiten, ihre psychische Gesundheit zu erhalten und seelischen Krisen vorzubeugen.

Unser Angebot

- ermöglicht, Menschen kennen zu lernen, die seelische Krisen gemeistert haben
- vermittelt Informationen über die Stärkung der seelischen Gesundheit
- beantwortet Fragen zu psychischen Krankheiten
- bietet eine Auseinandersetzung mit Ängsten und Vorbehalten

- zeigt Wege auf, wohin man sich in Krisen wenden kann
- stellt hilfreiche Materialien zur Verfügung
- ermöglicht, über seelische Gesundheit ins Gespräch zu kommen

Das Projekt richtet sich an Jugendliche, Heranwachsende und ihre Lehrer. Unser Team setzt sich zusammen aus Menschen, die von psychischen Erkrankungen betroffen sind oder waren, Angehörigen und psychiatrischen Fachkräften.

Wir kommen gerne in Ihre Schule oder Einrichtung und gestalten in Absprache mit Ihnen Unterrichtsstunden oder Projekte.

Haben Sie noch Fragen zu unserem Projekt oder Interesse an einer Veranstaltung in Ihrer Schule? Wenden Sie sich bitte an die folgenden Ansprechpartner.