

## Verrückt? Na und! – Standort Bremen

### Wir bringen das Thema psychische Gesundheit in die Schule

#### „Verrückt? Na und!“

So heißt unser Präventionsprogramm zu psychischer Gesundheit, das vom Leipziger Verein Irrsinnig Menschlich e.V. entwickelt wurde und in Bremen von FOKUS – Zentrum für Bildung und Teilhabe der Initiative...e.V. angeboten wird. Das Programm wendet sich an Schulklassen ab der 8. Klasse.

#### Wie wir arbeiten:

Wir sind ein Team von Fachkräften und Genesungsbegleiter\*innen. Wir kommen zu zweit in die Schule und teilen mit den Schüler\*innen fachliches Wissen und persönliche Erfahrung im Erleben und Überwinden psychischer Krisen.

#### Was lernen die Schüler\*innen an einem fünfstündigen Schultag mit uns?

- Sie kommen über psychische Gesundheit in den Austausch
- begegnen Menschen, die psychische Krisen gemeistert haben
- lernen ein Netzwerk an Hilfe- und Beratungsstellen kennen
- finden heraus, was ihre psychische Gesundheit stärkt



#### Die psychische Gesundheit junger Menschen liegt uns sehr am Herzen!

*In Zeiten, in denen weltweite Krisen präsenter denn je sind, möchte ich Mut und Zuversicht schaffen, Vorurteile abbauen und damit Stigmatisierung mentaler Erkrankungen entgegenwirken.*

*(Jana Purnhagen, Fachkraft)*

*Die Schüler\*innen fangen an, offen miteinander zu reden, zu diskutieren und Fragen zu stellen. Das ist der beste Beweis für mich, dass sie das Thema psychische Gesundheit bewegt und wir genau am richtigen Platz sind!*

*(Darinka Jovanovic, Fachkraft)*

*Ich habe ein Trauma, das ich mein Leben lang rumschleppen werde. Früher gab es nicht so viele Hilfemöglichkeiten und ich konnte erst spät anfangen, es aufzuarbeiten.*

*Jungen Menschen möchte ich die Möglichkeit geben sich zu öffnen, wenn sie glauben, mit ihren Problemen alleine zu sein. Ich möchte vermitteln, mutig zu sein, aus dem Schatten zu treten und zu sagen, was los ist.*

*Das ist der Grund, warum ich bei „Verrückt? Na und!“ bin. Und weil ich ja eben auch ein bisschen verrückt bin, aber das ist auch gut so!*

*(Simone Ouedraogo, Genesungsbegleiterin)*

## Deshalb lohnt es sich:

Junge Menschen sind am häufigsten von psychischen Erkrankungen betroffen. Sie haben noch größere Angst vor Ausgrenzung und Stigmatisierung als Erwachsene und suchen sich auch deshalb noch seltener Hilfe. In jeder Schulklasse sind vier bis fünf Schüler\*innen von psychischen Erkrankungen betroffen, zwei bis fünf Schüler\*innen, die psychisch kranke Eltern haben und zwei Schüler\*innen, die sich um ein (psychisch) krankes Familienmitglied kümmern. Junge Menschen mit psychischen Erkrankungen brechen häufiger Schule und Ausbildung ab und sind stärker von körperlichen Krankheiten, Arbeitslosigkeit, Frühberentung, Armut, sozialer Isolation und Suizidalität betroffen. **Gemeinsam können wir das ändern!**



„Verrückt? Na und!“ setzt präventiv an und zeigt auf, wie psychische Gesundheit früh gestärkt und Hilfe frühzeitig aufgesucht werden kann. Das Präventionsprogramm wird von dem Dachträger Irrsinnig Menschlich e.V. seit 2003 kontinuierlich weiterentwickelt. Mit 13 deutschen Bundesländern sowie weiteren Standorten in Österreich, der Slowakei und Tschechien, hat „Verrückt? Na und!“ eine große nationale und internationale Reichweite erlangt. In Bremen wird das Programm von FOKUS – Zentrum für Bildung und Teilhabe umgesetzt. FOKUS arbeitet mit Fachkräften aus den Disziplinen der Sozialen Arbeit, Gesundheitswissenschaft und Psychologie sowie mit zertifizierten Genesungsbegleiter\*innen. Genesungsbegleiter\*innen sind Menschen, die persönliche Erfahrung im Erleben und Überwinden psychischer Krisen haben und in der Vermittlung psychosozialer Themen nach EX-IN qualifiziert sind. Genau diese Vielfaltigkeit der Perspektiven macht die Qualität unserer Arbeit aus!

### Möchten Sie uns in Ihre Schule einladen? Dann kontaktieren Sie uns gerne!

Telefonisch: (0421) 380 1950

Per E-Mail: [verrueckt-na-und@izsr.de](mailto:verrueckt-na-und@izsr.de)

Vor Ort: FOKUS, Zentrum für Bildung und Teilhabe  
Travemünder Straße 3, 28219 Bremen

### Was Schüler\*innen über uns sagen:

- „Mir hat besonders gut gefallen, dass wir alle offen reden konnten“
- „Die Geschichte [der Genesungsbegleiterin] hat mir gefallen, da sie mir gezeigt hat, dass es immer eine Lösung gibt :)“
- „Mir hat besonders gut gefallen, dass wir zusammen über mentale Krankheiten gesprochen haben und gelernt haben, wie man jemandem, der krank ist helfen kann“
- „Ich weiß jetzt mehr über seelische Gesundheit und wo man Hilfe suchen kann“

### Was Lehrkräfte über uns sagen:

- „Besonders gut hat mir die Offenheit, Herzlichkeit und Sensibilität der Leitenden gefallen“
- „Lockere Atmosphäre zu einem ernsten Thema, guter Umgang mit den Schülern“
- „Sensibler und achtsamer Umgang, tolle Vorbilder für die Schülerinnen und Schüler“
- „Sehr empathisch, positiv, informativ! To !!“

### Wo kann man mehr über uns erfahren?

Auf unserer Webseite [fokus-fortbildung.de](http://fokus-fortbildung.de) unter dem Reiter „Bildung“ sowie auf der Webseite des Dachträgers Irrsinnig Menschlich e.V. unter [www.irrsinnig-menschlich.de](http://www.irrsinnig-menschlich.de).