

Übersicht über Strukturen & Angebote der Gesundheitsförderung & Primärprävention im Handlungsfeld Psychische Gesundheit für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren in Hessen

Inhalt

VORGEHEN	2
Setting Schule	3
<i>Relevante Institutionen</i>	3
<i>Programme/Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit</i>	3
<i>Programme/Projekte mit strukturellem Ansatz der Gesundheitsförderung und/oder zur Ressourcenstärkung</i>	6
Familie.....	7
<i>Relevante Institutionen</i>	7
<i>Programme/Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit</i>	7
<i>Programme/Projekte mit strukturellem Ansatz der Gesundheitsförderung und/oder zur Ressourcenstärkung</i>	8
Außerschulische Lebensbereiche	9
<i>Relevante Institutionen</i>	9
<i>Programme/Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit</i>	9
<i>Programme/Projekte mit strukturellem Ansatz der Gesundheitsförderung und/oder zur Ressourcenstärkung</i>	10

VORGEHEN

Für die Erstellung der Übersicht wurde bislang wie folgt vorgegangen:

1. Es wurden die Angebote und relevanten Institutionen, die von den Vorstandsmitgliedern der HAGE für ihre Organisation(en) gemeldet wurden aufgenommen, sofern diese den Einschlusskriterien (s. unten) entsprachen.
2. Die Übersicht wurde von mehreren Referent*innen der HAGE gesichtet und ergänzt.
3. Die Übersicht wurde von den Teilnehmenden des Runden Tisches „Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ab 10 Jahren in Hessen“ ergänzt.

Einschlusskriterien:

- *Zielgruppe*: Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren bzw. ab weiterführender Schule, Fachkräfte die mit den Kindern und Jugendlichen arbeiten (z.B. Lehrkräfte, Übungsleiter*innen)
- Primärpräventives und/oder gesundheitsförderliches Angebot:
 - im Themenfeld psychische Gesundheit
 - zur allgemeinen Ressourcenstärkung
 - zur strukturellen Verankerung von Gesundheitsförderung in OrganisationenSekundär- und tertiärpräventive Angebote und Rehammaßnahmen wurden nicht berücksichtigt.
- Hessenbezug: Maßnahme wird in Hessen von einem hessischen Akteur umgesetzt.
- Suchtpräventionsprogramme wurden nicht berücksichtigt. Eine umfassende Übersicht der in Hessen angebotenen Suchtpräventionsprogramme findet sich auf der Webseite der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen e.V. <https://www.hls-online.org/arbeitsbereiche/suchtpraevention/>

SETTING SCHULE

Relevante Institutionen

Die [Koordinierungsstelle „Psychische Gesundheit in der Schule“](#) des Hessischen Ministeriums für Kultus, Bildung und Chancen (HKMB) bündelt sämtliche bestehenden Aktivitäten, Programme und Kooperationen auf dem Gebiet der psychischen Gesundheit, erleichtert somit die Informations- und Zugangswege zu den Unterstützungsangeboten und erhöht zusätzlich deren Erreichbarkeit. Die Koordinierungsstelle soll zudem für eine Anpassung der Angebote sorgen und den weiteren Ausbau dieser begleiten. Ferner berät die Koordinierungsstelle Schüler*innen, Eltern, aber auch Lehrkräfte, um das angemessene Unterstützungsangebot im Einzelfall zu finden.

Das [Kompetenzzentrum Schulpsychologie Hessen \(KSH\)](#) an der Goethe-Universität Frankfurt ist eine wissenschaftlich angebundene Unterstützungsstruktur für die in den Staatlichen Schulämtern tätigen Schulpsycholog*innen in Hessen. Ziel des Kompetenzzentrums ist es, Antworten auf die sich wandelnden Anforderungen zu entwickeln und die Qualität schulpsychologischer Arbeit in Hessen sicherzustellen. Im Kompetenzzentrum sind die folgenden Aufgabenfelder verankert: Konzeption und Umsetzung von Maßnahmen zur Qualifizierung und Professionalisierung von Schulpsycholog*innen, psychische Gesundheit von Schüler*innen, Austausch zwischen neuesten Erkenntnissen aus der Wissenschaft und aktuellen Fragestellungen aus der Praxis, Entwicklung, Evaluation und Qualitätssicherung schulpsychologischer Methoden, Projekte und Maßnahmen sowie von Präventions- und Interventionsprogrammen.

Das [Deutsches Zentrum für psychische Gesundheit \(ZFPG\) am Standort Marburg](#) entwickelt im engen Austausch mit Schulen Maßnahmen zur Förderung psychischer Gesundheit von Schüler*innen, Lehrkräften und Eltern. Es unterstützt Schulen und Lehrkräfte mit Coachings, Workshops, Beratungen u.a. Angeboten zum Thema psychische Gesundheit. Zudem entwickelt das ZFPG gerade eine Youth-Mental-Health-Plattform, auf der sich Schüler*innen, Lehrkräfte und Eltern informieren können und niedrigschwellig Hilfe erhalten können.

Programme/Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit

Name	Zielgruppe	Inhalt & Infos	Ort	Anbieter / Förderer	Weiterführende Infos
Verrückt? Na und!	ab 8. Klasse	Programm zur Prävention und Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen; Tandem von 2 Expert*innen aus der Region gestalten einen Schultag zum Thema.	10 Regionalgruppen in Hessen	Irrsinnig Menschlich e.V.; HAGE, AOK Hessen	Irrsinnig Menschlich e.V. Landeskoordinierungsstelle Verrückt? Na und! Hessen
Safe Place	4.-6. Klasse	Resilienztrainingsprogramm für Schüler*innen im Umfang von 10 Doppelstunden plus begleitete Vor- und Nachbereitung für die Lehrkraft.	hessenweit	KSH / Schulpsycholog*innen in den Staatlichen Schulämtern	HMKB Safe-Place

Name	Zielgruppe	Inhalt & Infos	Ort	Anbieter / Förderer	Weiterführende Infos
Unterrichtsprogramm Psychische Gesundheit und Schule (IMPRES)	ab 8. Klasse	Kennenlernen von psychischen Erkrankungen als vergleichsweise verbreitete Gesundheitszustände und Erörterung der Problematik der gesellschaftlichen Tabuisierung und Stigmatisierung dieser Erkrankungen.	hessenweit	KSH / Schulpsycholog*innen in den Staatlichen Schulämtern	HMKB Impres
Healing Classrooms	Schulklassen mit zugewanderten Kindern und Jugendlichen	Fortbildung für Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte zu den Themen Belastungserleben, toxischer Stress, die Schaffung eines sicheren Umfelds, sowie die Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen	hessenweit	KSH / Schulpsycholog*innen in den Staatlichen Schulämtern	HMKB Healing-Classrooms https://healingclassrooms.de/
Mind Matters	1.-13. Klasse	Ein Programm für Schule und Unterricht zur Förderung der psychischen Gesundheit, Wohlbefinden, Respekt und Toleranz bestehend aus 3 Schulentwicklungsmodulen (psych. Gesundheit, Sozialraum, Prävention von Suizid) und 7 Unterrichtsmodulen (Gefühle, Freunde, Stress, Mobbing, Verlust und Trauer, psych. Störungen, Übergang in den Beruf).	hessenweit	HMKB, BARMER, Unfallkasse Hessen, Leuphana Universität Lüneburg / Schulpsycholog*innen in den Staatlichen Schulämtern	https://mindmatters-schule.de/home.html https://www.barmer.de/mind-matters
MaiStep – Mainzer Schultraining zur Essstörungsprävention	7 -. 8. Klasse	Das Programm umfasst 5 Unterrichtseinheiten die in den laufenden Unterricht integriert werden können. Thematisiert werden neben den Basisfertigkeiten (Achtsamkeit, Solidarität und Kompetenzaufbau) auch gesellschaftliche Schönheitsideale. Zusätzlich erlernen die Schüler*innen einen funktionalen Umgang mit dem eigenen Körper sowie den eigenen Gefühlen und setzen sich mit zwischenmenschlichen Fertigkeiten zum Umgang mit Konflikten auseinander.	deutschlandweit; an mehreren Schulen in Hessen umgesetzt	BARMER in Koop. mit Universitätsmedizin Mainz	https://www.kkh.de/maistep
Gemeinsam Klasse sein	5. Klasse	Projektwoche gegen Mobbing und Cybermobbing;	hessenweit	HMKB, Techniker Krankenkasse	https://www.gemeinsam-klasse-sein.de/

Name	Zielgruppe	Inhalt & Infos	Ort	Anbieter / Förderer	Weiterführende Infos
Gemeinsam Klasse sein - Präventiv gegen Mobbing und Cyber-mobbing	5.-7. Klasse	Ziel des Projektes ist es, das System Schulen nachhaltig im Bereich der Mobbingprävention zu stärken und wichtige Wissens- und Handlungskompetenzen zu vermitteln. Kernelement ist die Online-Plattform www.gemeinsam-klasse-sein.de , auf die Lehrende nach dem Absolvieren einer Fortbildung (durchgeführt von den Schulpsycholog*innen der staatlichen Schulämter) jederzeit kostenfrei zugreifen können. Diese führt mit Leitfäden, Filmen, Tutorials, Arbeitsblätter und Übungen in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen durch das Thema. Sie gibt Lehrenden dabei Impulse für die Gestaltung einer kompletten Projektwoche.	deutschlandweit; 108 hessische Schulen zertifiziert	TK in Koop. mit HKMB	https://www.tk.de/gemeinsam-klasse-sein https://kultus.hessen.de/gemeinsam-klasse-sein Ansprechpersonen für Gewaltprävention in der Schulpsychologie bieten einmal jährlich eine Informationsveranstaltung für Schulen mit Gesamtkonferenzbeschluss und verpflichtende Online-Schulung an.
Spielerisch entspannt	Schüler*innen u. Betreuer*innen der Nachmittagsbetreuung	In mehreren Workshops werden die Kinder und das Betreuungspersonal für die Themen Stressreduktion und Entspannungstechniken sensibilisiert, geschult und begeistert.	4 Schulen in der Stadt Offenbach	Gesundheitsamt Offenbach in Koop. mit „Mehr Zeit für Kinder e.V.“/ GKV-Bündnis Hessen	Stadt Offenbach Spielerisch entspannt
Online-Veranstaltungsserie zur psychischen Gesundheit	Lehrkräfte	Veranstaltungsreihe für Lehrkräfte an hessischen Schulen für die häufigsten psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen. Die Teilnehmenden lernen dort, wie sie mit Betroffenen und deren Familie umgehen können, welche Anlaufstellen außerhalb der Schule Unterstützung leisten und welche Präventionsmaßnahmen angewendet werden können. Die Videos und Vorträge sind auf der Webseite abrufbar.	hessenweit	Psychotherapeutenkammer Hessen, HMKB	https://ptk-hessen.de/fortbildung-fuer-lehrerinnen/

Programme/Projekte mit strukturellem Ansatz der Gesundheitsförderung und/oder zur Ressourcenstärkung

Name	Zielgruppe	Inhalt & Infos	Ort	Anbieter / Förderer	Link
Schule und Gesundheit, Zertifikat gesundheitsfördernde Schule	Alle hessischen Schulen	Mit dem Zertifikat zeichnet das HKMB Schulen aus, die sich um die Weiterentwicklung eines gesundheitsförderlichen Schulklimas bemühen. Teilzertifikate: 1. Bewegung & Wahrnehmung 2. Ernährung & Konsum 3. Psychische Gesundheit 4. Verkehr & Mobilität 5. Lehrkräftegesundheit Mit mind. 4 Teilzertifikaten (Nr. 1 u. 2 verpflichtend) können die Schulen das Gesamtzertifikat erhalten.	Hessenweit	HMKB, Schulämter	https://kultus.hessen.de//Unterricht/Schule-Gesundheit
Eigenständig werden	1.-4. und 5.-6. Klasse	Unterrichtsprogramm mit dem die Schüler*innen wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen erwerben, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial.	23 Trainer*innen in Hessen	HLS (Fachstellen f. Suchtprävention), Freie Trainer*innen/ AOK Hessen	https://www.hls-online.org/arbeitsbereiche/suchtpraevention/projekte/eigenstaendig-werden/
Fit4future teens	10-15 Jahre und ab 15 Jahren	Zweijähriges Programm, das Schulen bei der Entwicklung und Umsetzung eines Gesundheitsförderungsprozesses begleitet.	Deutschlandweit,	Fit4future foundation/DAK	https://teens.fit-4-future.de/programm
Lions-Quest – Erwachsen werden	5.-10. Klasse	Unterrichtsmodule zur Persönlichkeitsentwicklung, zur Entwicklung von Lebenskompetenzen und zum Umgang mit Gesundheit und Resilienz	hessenweit	Stiftung der Deutschen Lions, HMKB	https://www.lions-quest.de/
Lions-Quest – Erwachsen handeln	11.-13. Klasse	Unterrichtsmodule, zu den Themen der Entwicklung von Lebens- und Sozialkompetenzen sowie der Demokratiebildung und Menschenrechtsbildung auseinandersetzen	hessenweit	Stiftung der Deutschen Lions, HMKB	https://www.lions-quest.de/
LionsQuest Zukunft in Vielfalt	ab 10. Klasse	Lions-Quest „Zukunft in Vielfalt“ fördert interkulturelle Kompetenzen bei jungen Menschen im Alter von 10 bis 21 Jahren, unabhängig von ihrer Herkunft. Als Fokuseminar zum Thema „interkulturelle Kompetenz“ bedient es sich in Auszügen bei den bewährten Seminaren Lions-Quest „Erwachsen werden“ und Lions-Quest „Erwachsen handeln“, ergänzt um einige neue Übungen.	hessenweit	Stiftung der Deutschen Lions, HMKB	https://www.lions-quest.de/
buddY im Ganztag	1.-13. Klasse	Digitales, modulares Weiterbildungsangebot für Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte, das zur Verbesserung sozialer, emotionaler und kognitiver Kompetenzen von Schüler*innen beiträgt.	hessenweit	HMKB	https://www.ganztag-hessen.de/buddy-hessen-jetzt-bewerben-nur-noch-wenige-plaetze

FAMILIE

Relevante Institutionen

Familienzentren: Das Land fördert aktuell 227 Familienzentren; in jedem Landkreis gibt es mind. zwei entsprechende Einrichtungen. Die Aufgabe der Familienzentren ist es, Familien frühzeitig, ganzheitlich, niedrigschwellig und wohnortnah in ihrem jeweiligen Lebenszusammenhang bei der Gestaltung des Familienalltags zu unterstützen. Handlungsfelder der Familienzentren im Sozialraum sind Bildung, Erziehung, Beratung, Information, Unterstützung, Begegnung und Austausch. Familienzentren sind Knotenpunkte in einem Netzwerk von Kooperation und Information, das zugleich das kommunale Präventionsnetz und so das soziale Unterstützungsnetz vor Ort wirkungsvoller gestaltet. Seit mehreren Jahren richtet die HAGE jährlich im Auftrag des HMSI/HMFG einen Fachtag für Familienzentren zu unterschiedlichen gesundheitsförderlichen Themen aus. Die [Landesservicestelle Familienzentren Hessen](#) bei der Karl-Kübel-Stiftung richtet zudem jährlich einen Fachtag zu Sport und Bewegung für Familienzentren aus.

Programme/Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit

Name	Zielgruppe	Inhalt & Infos	Ort	Anbieter / Förderer	Weiterführende Infos
kidstime	Kinder und Jugendliche aus psychisch belasteten Familien	Workshops für die Zielgruppe und ihre Eltern	Stadt Frankfurt	Gesundheitsamt FFM in Koop. mit Sozialwerk Main Taunus / GKV-Bündnis Hessen	Kids Time Sozialwerk Main Taunus https://kidstime-netzwerk.de/kidstime-2/
Starkes ICH	Kinder und Jugendliche 13-17 Jahre aus psychisch u/o suchtbelasteten Familien	Gruppenangebot für psychisch u/o suchtbelastete Familien zur Stärkung der psychischen Gesundheit der Kinder und Schulung von Fachkräften.	LK Marburg-Biedenkopf	Gesundheitsamt Marburg-Biedenkopf in Koop. mit Univ. Marburg / GKV-Bündnis Hessen	https://du-auch.de/starkes-ich/
Kindergruppe „Die Räuber-kinder“	Kinder 8-12 Jahre aus psychisch belasteten Familien	Gruppenangebot für die Zielgruppe zur spielerischen Stärkung.	Darmstadt	Menschenskinder - Werkstatt für Familienkultur e.V.	https://www.menschenskinder-darmstadt.de/
Jugendgruppe „Die Wellen-reiter“	Jugendliche ab 13 Jahren aus psychisch belasteten Familien	Gruppenangebot für die Zielgruppe	Darmstadt	Menschenskinder - Werkstatt für Familienkultur e.V.	https://www.menschenskinder-darmstadt.de/

Programme/Projekte mit strukturellem Ansatz der Gesundheitsförderung und/oder zur Ressourcenstärkung

Name	Zielgruppe	Inhalt & Infos	Ort	Anbieter / Förderer	Link
„Starke Eltern – starke Kinder“	Eltern	<p>Elternkurs des Kinderschutzbundes. Der Kurs besteht aus acht bis zwölf Kurstreffen und folgt dabei fünf Stufen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Die Eltern verschaffen sich Klarheit über ihre Werte und Erziehungsvorstellungen. 2. Sie festigen ihre Identität als Erziehende, indem sie ihre Selbstkenntnis erweitern. 3. Sie stärken ihr Selbstvertrauen und setzen sich mit kindlichen Entwicklungsschritten auseinander. 4. Sie erlernen Kommunikationstechniken und stellen Kommunikationsregeln auf. 5. Sie werden befähigt, Probleme zu erkennen und gemeinschaftlich zu lösen. 	Mehrere Vereine des Kinderschutzbunds in Hessen	Kinderschutzbund	https://sesk.de/

AUßERSCHULISCHE LEBENSBEREICHE

Relevante Institutionen

Zur Gesundheitsförderung von jungen Menschen tragen maßgeblich die **Angebote der außerschulischen Jugendbildung** bei. § 36 des Hessischen Kinder- und Jugendhilfegesetzbuches (HKJGB) definiert drei Trägergruppen der außerschulischen Jugendbildung in Hessen:

- 33 örtliche öffentliche Träger (Jugendämter)
- 31 dem Jugendverbandsbereich zuzurechnende Träger sowie der Hessische Jugendring (<https://www.hessischer-jugendring.de/>)
- 7 ergänzende Träger (Internationaler Bund Südwest, Jugendbildungsstätte Ludwigstein, LAG soziale Brennpunkte, Katholische Akademie des Bistums Fulda, Institut für Medienpädagogik und Kommunikation e.V., basa e.V., bsj Marburg)

Das Land fördert die außerschulische Jugendbildung nach den Festlegungen des HKJGB Dritter Teil mit einem Haushaltsvolumen von insgesamt jährlich 7,95 Mio. Euro durch eine prozentuale aber gedeckelte Beteiligung an den Einsätzen aus dem Gesetz über staatliche Sportwetten, Zahlenlotterien und Zusatzlotterien. Im HKJGB sind hierzu die Förderkonditionen festgeschrieben.

Die Träger unterbreiten Kindern und Jugendlichen Angebote der Jugendarbeit und legen dabei ihre Schwerpunkte selbst fest. Viele Träger bieten dabei auch Angebote im Bereich Gesundheitsförderung an (z.B. Angebote zum Thema Ernährung, Sportangebote, Medienkompetenz etc.).

Das Land Hessen hat die Aufgabe, die Träger der außerschulischen Jugendbildung zu bestimmten Themen anzuregen und Impulse zu setzen. Dies geschieht zurzeit vor allem in den Themengebieten:

- Jugendbeteiligung
- Aufsuchende Jugendarbeit
- Inklusion

Programme/Projekte zur Förderung der psychischen Gesundheit

Name	Zielgruppe	Inhalt & Infos	Ort	Anbieter / Förderer	Link
Fit und Verbunden gegen Einsamkeit	Jugendliche	Jugendliche die sich einsam fühlen werden empowert und gestärkt. Hierfür schult die Sportjugend Hessen Multiplikator*innen im Jugendsport zum Thema Einsamkeit, mentale Gesundheit und Resilienz und möchte darüber hinaus Jugendliche zu Botschafter*innen gegen Einsamkeit fortbilden. An Schulen sollen neue Bewegungsangebote entstehen, damit junge Menschen den Sport als Safe Space erleben, wo sie ihre physischen und psychischen Ressourcen stärken sowie Selbstwirksamkeit erfahren können.	Lahn-Dill Kresi	Sportkreis Lahn-Dill, Sportjugend Hessen, Deutscher Olympischer Sportbund	DOSB_FitundVerbundegenEinsamkeit

Hilfe-Guide zur mentalen Gesundheit von Jugendlichen	Jugendliche	Das Offenbacher Kinder- und Jugendparlament (KJP) hat auf eigene Initiative einen Aktionstag zur mentalen Gesundheit, mit Unterstützung des Gesundheitsamtes und Jugendamtes, veranstaltet und als Ergebnis sieben Maßnahmen gefordert. Eine Maßnahme hiervon war „Zugänge zu Beratungsangeboten online und vor Ort verbessern“. Dies wurde vom Gesundheitsamt aufgegriffen und ein Netzwerk „Mentale Gesundheit“ (Ämter, freie Träger, Schulpsychologie) wurde gegründet. Gemeinsam mit dem KJP und der Förderung des GKV-Bündnisses für Gesundheit Hessen wurde der Hilfe-Guide erstellt. Er bietet eine Übersicht über Hilfsangebote und Offenbacher Beratungsstellen zu den Themen: Schule, Stalking/Sexualisierte Gewalt/Toxische Beziehungen; Gewalt/Angst/Bedrohung/Rassismus; Eltern/Familie; Ausgrenzung/Mobbing/Diskriminierung; Gefühlschaos; Sexualität/Liebe/Identität; Suizid/soziale Phobien/Selbstverletzung/Krise; Sucht/Alkohol/Drogen. Der Hilfe-Guide ist eine digitale Übersicht, die Jugendliche über einen QR-Code auf einem speziell gestalteten Flyer oder Plakat aufrufen können.	Offenbach	Gesundheitsamt gemeinsam mit dem Netzwerk Mentale Gesundheit, Jugendamt/ Kinder- und Jugendparlament, GKV-Bündnis für Gesundheit Hessen	Offenbach_Hilfeguide
--	-------------	---	-----------	---	--------------------------------------

Programme/Projekte mit strukturellem Ansatz der Gesundheitsförderung und/oder zur Ressourcenstärkung

Name	Zielgruppe	Inhalt & Infos	Ort	Anbieter / Förderer	Link
GUT DRAUF	Einrichtungen für Kinder u. Jugendliche (z.B. Schulen, Jugendtreffs)	Angebot von Schulungen, Beratungen und Zertifizierungen mit dem Ziel gesundheitsgerechte Angebote und Strukturen in Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen nachhaltig zu verankern	deutschlandweit, 1 Trainerin in Hessen	transfer e. V.	https://www.gutdrauf.net/