

# MentAl HEALTH

# Der Jugend zuhören!

## Workshop mit Schulklassen

Die Krisen der letzten Jahre lassen die junge Generation nicht unberührt. Laut der in Deutschland durchgeführten **COPSY-Studie** fühlen sich **85% der befragten Kinder und Jugendlichen psychisch belastet**. Angesichts dieser Herausforderung zielt unser Workshop darauf ab, das Thema mentale Gesundheit für Jugendliche zu entstigmatisieren und ihnen einen Raum zu bieten, ihre Anliegen und Wünsche in diesem Bereich einzubringen.

**Ziel des Workshops ist es, mit kreativen und stärkenden Methoden die Selbstwirksamkeit der Schüler\*innen zu fördern.** Die Schüler\*innen werden als Expert\*innen ihrer Lebensrealität ernst genommen und lernen zusätzlich partizipative Methoden zur Demokratiebildung kennen. Das inhaltliche Ziel des Workshops ist es herauszufinden, welche Anliegen die Jugendlichen im Bereich der mentalen Gesundheit haben und welche Unterstützung sie sich wünschen. Vorwissen der Schülerinnen ist nicht notwendig.

Die Schulworkshops finden im Rahmen des Projekts „**Mental Health: Zeit der Jugend zuzuhören**“ statt. Die Ergebnisse werden Teil des YEP Jugendberichts Mental Health. Dieser YEP Jugendbericht wird vor den Medien sowie wichtigen Partnerorganisationen präsentiert, die die Ergebnisse nutzen, um zielgruppenorientierte Programme und Projekte für Jugendliche umzusetzen. Zusätzlich bilden die Ergebnisse eine Entscheidungsgrundlage für die politische Arbeit von Stiftungen, Organisationen und einzelnen engagierten Personen. Somit erleben Schüler\*innen die echte Wirkung ihrer Beiträge!

Personen- oder schulbezogene Daten werden selbstverständlich nicht veröffentlicht.

## Wirkung

Die Ergebnisse des Workshops fließen in den YEP Jugendbericht Mentale Gesundheit ein.

## Details

Dauer: 2x50min  
kostenlos  
für Schüler\*innen zwischen 14 und 20 Jahren

## Bildungsbereiche

- Sprache und Kommunikation: Förderung der mündlichen Kompetenz als Grundlage für Denk-, Ausdrucks-, Kommunikations- und Handlungsfähigkeit.
- Mensch und Gesellschaft: Schüler\*innen erhalten die Möglichkeit, konstruktiv Einfluss auf gesellschaftliche Entwicklungen zu nehmen. Sie erleben sowohl die Möglichkeiten als auch die Herausforderungen des demokratischen Miteinanders.
- Gesundheit und Bewegung: Förderung des Bewusstseins für das seelische und soziale Wohlbefinden der Schüler\*innen.

## Kompetenzen

- Fächerübergreifend: Selbst- und Sozialkompetenz
- Deutsch: mündliche Kompetenz
- Geschichte/politische Bildung: politische Handlungskompetenz

