



„Verrückt? Na und! – Seelisch fit in der Schule“, so ist ein im Landkreis Altenburger Land seit 2012 angebotenes, inzwischen sehr erfolgreiches Programm für Bildungseinrichtungen überschrieben. Tanja Werner leitet es als Koordinatorin, spricht über Inhalte und ist auf der Suche nach Verstärkung – nach „Lebenslehrern“.

Ins Leben gerufen hatte besagtes Programm der Leipziger Verein „Irrsinnig Menschlich e. V.“ im Jahr 2000. Bewusst gesetzt unter jene eingangs zitierte Überschrift „Verrückt? Na und! – Seelisch fit in der Schule“, weil dieser Slogan nach Ansicht der Initiatoren kurz und prägnant ausdrückt, wie man junge Leute auf dieses spezifische Thema ansprechen könnte und jeder sofort weiß, wozu es geht.

Seit der erfolgreichen Erstauflage durch den Leipziger Verein hat sich das Programm an über 80 Standorten in Deutschland bewährt, erreichte bislang Zehntausende Schüler und Lehrer und erwies sich längst auch in Tschechien und der Slowakei als eine bestens angenommene Form, Themen anzusprechen, die im Alltag meist tabu sind.

Leistungsdruck, der zu Blockaden führt, Prüfungs- und Versagensängste, Mobbing in unterschiedlichsten Formen und Ausprägungen, Schwierigkeiten, zum eigenen Körper und zum eigenen Ich „Ja“ zu sagen, erster Liebeskummer – dies und vieles mehr bestimmt das Leben junger Menschen gerade in der Pubertät. Unkontrollierter Umgang mit Alkohol und anderen Suchtmitteln sind oft ein sichtbarer Aus-

druck seelischer Probleme, andere werden von der Umwelt möglicherweise kaum wahrgenommen. Psychische Gesundheitsstörungen von Schülern und Lehrern nehmen zu, doch Menschen, die davon betroffen sind, werden oft stigmatisiert, diskriminiert und ausgegrenzt, wie Erfahrungen zeigen.

Erste Überlegungen der Leitung der hiesigen Horizonte gGmbH, dieses Programm auch ins Altenburger Land zu holen, liegen mittlerweile weit mehr als zehn Jahre zurück. Man suchte nach Kooperationspartnern und fand einen solchen in der Evangelischen Lukas-Stiftung, die zusagte, die Trägerschaft zu übernehmen. Eine wesentliche Hürde war genommen. Als zweiter Schritt folgte im Sommer 2010 eine öffentliche Informationsveranstaltung für Lehrer, Sozialarbeiter und Menschen, die beruflich mit der Betreuung psychisch Kranker zu tun haben – sowie mit der Leiterin des Leipziger Vereins „Irrsinnig Menschlich“, Manuela Richter-Werling. Gemeinsam stellten sie das Programm vor – und fanden viele offene Ohren, stießen auf ein reges Interesse. Ab 2012 konnten regelmäßig „Verrückt? Na und!“-Projekttag in Schulen durchgeführt werden.

Im Jahr 2017 übernahm Tanja Werner auf Seiten der Horizonte gGmbH die verantwortungsvolle Aufgabe der Koordinatorin der Regionalgruppe Altenburg für „Verrückt? Na und!“ und brennt seitdem für dieses Programm, von dem sie mit Begeisterung zu erzählen versteht. Allein seit Januar dieses Jahres führte die Gruppe sechs bis sieben Schultage durch, an einigen Bildungseinrichtungen aufgrund des großen Interesses nicht zum ersten Mal. Und ihre eigenen Erfahrungen findet sie seit-

„Gefragt sind persönliche Experten!“

Heute mit der Projekt-Koordinatorin Tanja Werner von der Horizonte gGmbH



Tanja Werner präsentiert das Informationsmaterial zum Präventionsprogramm.

Fotos: Ralf Miehle

dem ebenso im Austausch mit den anderen Partnern in diesem „Netzwerk“ bestätigt: „In Deutschland, wo es 64 solcher Regionalgruppen gibt, wurden allein im Jahr 2017 stattliche 663 Programmtage durchgeführt, wir hier sind in Ostthüringen die einzigen, die das Programm anbieten und in Schulen tragen.“ Die 24-jährige Tanja Werner, die seit 2015 zunächst als Ergotherapeutin bei der Horizonte gGmbH tätig war, hat sich das Projekt zutiefst zu eigen gemacht. Ihr Anliegen ist es, jungen Leuten ab einem Alter von 14 Jahren in Regelschulen, Gymnasien und Berufsschulen bewusst zu machen, „wie wertvoll seelische Gesundheit ist“.

Sie setzt sich dafür ein, das oftmals vermeintlich Unausprechliche be- und ansprechbar zu machen, wirbt für Feinfühligkeit im Umgang miteinander, das Ernstnehmen von Emotionen und vermittelt ihren Teilnehmenden vor allem das Gefühl und die Sicherheit, dass sie nicht allein sind: dass es Hilfemöglichkeiten gibt, „Krisenausgeweiser“, die die jungen Leute als potenziellen Rat sogleich mit auf den Weg bekommen in Form von Informationsmaterialien, die am Veranstaltungstag verteilt werden. „Unser Ziel also ist es, das schwierige Thema seelischer Krisen zu besprechen, Ängste und Vorurteile abzubauen, Zuvorsicht zu vermitteln und somit das Wohlbefinden im Klassenverband zu steigern.“ Im Mittelpunkt steht dabei der Präventionsgedanke, das heißt, das Be-

mühen darum, dass es zu ernstesten seelischen Krisen im besten Fall gar nicht erst kommen möge. Wo kann ein solcher Grundstein am besten gelegt werden? „Natürlich in der Schule, natürlich bei jungen Menschen.“

Ein solcher Schultag, der meist über einen Zeitraum von rund fünf Stunden geht, beinhaltet dabei Gespräche, Gruppenarbeit, Rollenspiel und Diskussion. In der Regel beginnt er mit einem gegenseitigen Kennenlernen und dem Vertrautmachen der Schü-

„Das Interesse von Schulen ist bislang erfreulich groß.“

ler mit dem Thema an sich. Durchgeführt wird er von einem Zweier-Team: einem Fachexperten und von einem sogenannten „persönlichen Experten“, der selbst schon einmal seelische Krisen gemeistert hat. Und dieser Teil, das Kennenlernen und die Begegnung mit jenem persönlichen Experten, darf durchaus als gewichtiger Schwerpunkt bezeichnet werden.

„Was wir jederzeit unbedingt suchen für die Fortführung des Programmes und für die Befriedigung aller Anfragen, die uns erreichen, das sind jene Experten in eigener Sache“, so unsere Gesprächspartnerin. Denn dies sei nun einmal das Besondere an dem Programm: Die Schüler setzen sich nicht nur mit ihren Vorstellungen und ihren Erfahrungen zum

Thema seelische Gesundheit auseinander, sie lernen Frauen und Männer kennen, die seelische Krisen erlebt haben. Ein wichtiger Ansatz: Dieser unmittelbare Austausch mit Menschen, die vergleichbare Situationen bereits gemeistert haben, verändert bei ihrem Gegenüber möglicherweise Einstellungen und Verhalten, befördert zumindest ein Nachdenken, ein In-sich-gehen. Jene persönliche Begegnung erweist sich in der Praxis als eine der besten Formen, Problembewältigung ganz praxisnah zu erlernen. Eine dieser persönlichen Expertinnen, die in der jüngeren Vergangenheit bereits mannigfache Erfahrungen auf solcherlei Schultagen gesammelt hat, ist Sandra Kayser, die die Regionalgruppe Altenburg als Ehrenamtliche unterstützt. Seit Januar dieses Jahres hat die junge Frau bereits an rund fünf Veranstaltungen teilgenommen und von ihren eigenen Lebenserfahrungen erzählt, von Krisen berichtet und von Wegen und Situationen, wie sie aus diesen herausgefunden hat. Ihr ehrenamtliches Engagement für die Horizonte gGmbH geht übrigens weit über diese Beteiligung am Schulprogramm hinaus – sie unterstützt in der Einrichtung in der Ossietzkystraße zudem die Mitarbeiter in der Küche und arbeitet im Begegnungstreff mit. Wie wichtig aber ihre Mitwirkung bei den bisher erlebten „Verrückt? Na und!“-Veranstaltungen gewesen ist, das beweist die

Resonanz, die Tanja Werner und Sandra Kayser erlebt haben. Auf den „Feedback-Zetteln“, die am Tagesende oder auch im Nachhinein ausgefüllt wurden oder in rückblickend übersandten Mails aus den Bildungseinrichtungen finden sich immer wieder vielerlei lobende Worte für Inhalt und Durchführungen der Veranstaltungen, die sich mit „gut gefallen“ zusammenfassen lassen. Vor allem aber, so die bisherigen Erfahrungen, wird das Dabeisein eines solchen persönlichen Experten in jenen Danksagungen und Rückkopplungen als „das Schönste, das Wertvollste“, beschrieben.

Das freut Tanja Werner, und das macht Sandra Kayser Mut für weitere Mitwirkungen und inspiriert sie alle beide, hier an dieser Stelle potenzielle Interessierte mit ihrem Aufruf zu ermuntern: Wer als ein solcher persönlicher Experte, als „Lebenslehrer“ in diesem vorstehend skizzierten Schulprogramm mit jungen Leuten arbeiten, ihnen seelische Kraft, emotionale Sensibilität und Hoffnung vermitteln möchte, der sollte Kontakt zu Tanja Werner aufnehmen. **R. Miehle**

„Verrückt? Na und!“ ist ein Präventionsprogramm von Irrsinnig Menschlich e. V. in Zusammenarbeit mit der Barmer und gesundheitsziele.de. Kontakt: Tanja Werner, Horizonte gGmbH, Carl-von-Ossietzky-Straße 19 in 04600 Altenburg, Telefon 03447 514224 oder E-Mail: t.werner@horizonte-altenburg.de



Koordinatorin Tanja Werner (l.) und Mitstreiterin Sandra Kayser stellen das Projektprogramm vor.