



# Psychisch fit in der Grundschule

Unsere  
**VERRÜCKTEN**  
Familien

Ein Präventionsprogramm von

**IRRSINNIG ] [ MENSCHLICH**

Gefördert von

**Auridis**  
Stiftung

## Der Anbieter

Erprobt. Evaluiert. Nachgefragt.

### IRRSINNIG ] [ MENSCHLICH

Wir bringen psychische Krisen offen und leicht zur Sprache – in Schule, Ausbildung, Studium und Beruf und seit 2022 auch im Kinder- und Jugendvereinssport. Damit helfen wir jungen Menschen, ihre Not früher zu erkennen, sich nicht zu verstecken, sich Hilfe zu suchen und sich gegenseitig zu unterstützen.

[irrsinnig-menschlich.de](http://irrsinnig-menschlich.de)



Unsere Programme sind mehrfach ausgezeichnet und erfüllen die Qualitätskriterien der gesetzlichen Krankenkassen.

#### Qualitätsnachweise

- Wirkt-Siegel von PHINEO
- Grüne Liste Prävention
- Großer Präventionspreis Baden-Württemberg
- Hessischer Gesundheitspreis
- 2. Preis »Gesundes Land NRW«



»Psychisch fit in der Grundschule« wurde 2022 mit dem DGPPN-Antistigma-Preis ausgezeichnet – für das nachhaltige Engagement zur Entstigmatisierung psychisch erkrankter Menschen.

## Angebot buchen

#### Sie melden sich bei uns

Wir **klären** mit Ihnen alle Fragen rund um »Psychisch fit in der Grundschule«.

Wir **kommen** mit einem Tandem aus fachlichen Expert\*innen.

Wir **unterstützen** Sie, Ihre Schüler\*innen und Kolleg\*innen mit Infomaterial und weiteren Fortbildungen zum Thema.

Wir **freuen uns auf Ihre Schule!**

#### Kontakt:

### IRRSINNIG ] [ MENSCHLICH

Irrsinnig Menschlich e.V.

Team Leipzig

»Psychisch fit in der Grundschule:

Unsere »verrückten« Familien!«

Erich-Zeigner-Allee 69–73

04229 Leipzig

Tel.: +49 341 149190-12

[k.neuperger@irrsinnig-menschlich.de](mailto:k.neuperger@irrsinnig-menschlich.de)

[irrsinnig-menschlich.de](http://irrsinnig-menschlich.de)



**PSYCHISCH fit**  
IN DER GRUNDSCHULE

Unsere  
**VERRÜCKTEN**  
Familien

Gefördert von

**Auridis**  
Stiftung

# Gut zu wissen

## Daten. Fakten.

Jede 4. bis 5. Familie ist von psychischen Krisen betroffen. Deshalb kennen fast alle Kinder Menschen, die psychisch krank sind.

Depressionen, Angst- und Suchtstörungen belasten die Erkrankten ebenso wie ihre Familien. Darum ist es für uns alle – auch für Kinder – wichtig, mehr über psychische Krisen zu erfahren.

## Fakt ist

### Kinder psychisch kranker Eltern ...

- schämen sich und fühlen sich allein, weil kaum jemand mit ihnen über die Erkrankung spricht.
- denken, dass sie daran schuld sind, wenn es den Eltern schlecht geht.
- haben Angst, ausgegrenzt und stigmatisiert zu werden.
- meinen, dass sowieso niemand sie versteht und ihnen helfen kann.
- werden kaum von Hilfsangeboten erreicht und von der Gesellschaft oft vergessen.

### In jeder Schulklasse sind etwa ...

- 4 bis 5 Kinder von psychischen Erkrankungen betroffen.
- 2 bis 5 Kinder, die psychisch kranke Eltern oder Geschwister haben.
- 2 Kinder, die sich um ein (psychisch) krankes Familienmitglied kümmern.

## Die Folgen

### Kinder psychisch kranker Eltern ...

- müssen oft früh »erwachsen« sein.
- haben es schwer, ihre Entwicklungsaufgaben in Schule und Alltag zu meistern.
- sind in Loyalitätskonflikten gefangen.
- haben ein hohes Risiko, später selbst zu erkranken.

**Gemeinsam können wir das ändern!**

# Unser Angebot

Authentisch. Direkt. Intensiv.

## Zielgruppen

- Schüler\*innen ab Klasse 3 und ihre Lehrkräfte.
- Schulleitungen, Schulsozialarbeit, weiteres Fachpersonal.

## Ziele

- Psychische Krisen zur Sprache bringen und verstehen.
- Hilfen für Kinder und Familien in Schule und Wohnort aufzeigen.
- Verständnis füreinander schaffen, dass Kinder niemals schuld an den psychischen Krisen von Erwachsenen sind.
- Resilienz fördern.

## Inhalt

**Stigma abbauen – Aufklären –  
Hilfesuchverhalten und Schulerfolg fördern!**

### Die Teilnehmenden ...

- erfahren, dass es viele Kinder gibt, deren Mutter oder Vater an einer psychischen Krankheit leiden.
- lernen Warnsignale psychischer Krisen kennen.
- erfahren, wer und was Kindern und Familien helfen kann.
- hinterfragen Ängste und Vorurteile gegenüber Menschen mit psychischen Erkrankungen.
- finden heraus, was der Psyche guttut und die Klassengemeinschaft stärkt.

## Umsetzung

- Schultage für Klassen.
- Fortbildungen für Lehrkräfte und weiteres Schulfachpersonal. Offline oder online.

## Team

Fachpersonen aus der Prävention und Gesundheitsförderung, die über berufliche und persönliche Erfahrungen mit psychischen Krisen in Familien verfügen.

# Ihr Nutzen

Krisenfester. Zuversichtlicher.

## Was Schüler\*innen sagen

»Ich weiß jetzt, dass es Hilfe gibt und ich mit jemandem reden kann, dem ich vertraue. Zum Beispiel mit meiner Lehrerin.«

Louis, 9 Jahre



## Was Lehrkräfte sagen

»Es ist so wertvoll, dass die Kinder sich offen und leicht mit dem schweren Thema seelische Krisen in der Familie auseinandersetzen dürfen. Und dass gerade die, wo es schwer zu Hause ist, merken, dass sie damit nicht allein sind und dass es Hilfe gibt.«

Sandra,  
Schulsozialarbeiterin



## Was Schulgemeinschaften sagen

»Wir haben jetzt mehr Wissen, Sicherheit und Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit psychischer Gesundheit in der Grundschule: entlasten, Mut machen, unterstützen, Hilfen zeigen. Das stärkt das Schulklima und fördert den Schulerfolg.«

Kurt-Masur-Schule Leipzig