



Presseinformation

## **Irrsinnig Menschlich e. V. – Präventionsprogramme für junge Menschen in Schule, Ausbildung und Studium helfen, psychischen Krisen vorzubeugen, sich nicht zu verstecken und Hilfe anzunehmen**

15. Europäischer Depressionstag – 1. Oktober 2018

Berlin, 19. September 2018 – **Seit der Gründung im Jahr 2000 setzt sich der Leipziger Verein Irrsinnig Menschlich e. V. erfolgreich für seelisches Wohlbefinden bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen ein. Etwa 75 Prozent aller psychischen Erkrankungen beginnen vor dem 20. Lebensjahr. Noch immer zählen Vorurteile und Stigmatisierung zu den Hauptursachen, die junge Menschen in seelischen Krisen davon abhält, über ihre Probleme zu sprechen und rechtzeitig Hilfe zu suchen. Irrsinnig Menschlich e. V. verkürzt mit seinen Präventionsprogrammen für junge Menschen in Schule, Ausbildung und Studium diese Zeitspanne. So kann psychischen Krisen und der Angst vor Stigmatisierung vorgebeugt werden. Jugendliche und junge Erwachsene lernen, ihre Not früher zu erkennen und wie wichtig es ist, Hilfe anzunehmen. Das Einzigartige an den Programmen ist, dass psychische Krisen immer in großen Gruppen – in der Klasse, im Hörsaal, in der Ausbildung – thematisiert und besprechbar gemacht werden.**

Irrsinnig Menschlich e. V. hat eine Vision: Seelische Gesundheit ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Jeder Mensch weiß, wie wertvoll seelische Gesundheit ist und wie er sie pflegen kann. Auf seelisches Wohlbefinden zu achten, ist für alle selbstverständlich und niemand wird wegen einer seelischen Krise ausgegrenzt. Die Realität sieht anders aus, deswegen gründete Dr. Manuela Richter-Werling im Jahr 2000 Irrsinnig Menschlich e. V. mit dem Ziel, Stigma, Ängste und Vorurteile gegenüber psychischen

Krankheiten abzubauen. Dr. Richter-Werling erlebte in der eigenen Familie die Hilf- und Sprachlosigkeit im familiären Umfeld und in der Schule, die eine psychische Erkrankung eines jungen Menschen verursachen kann. Ihr Gründungsansatz war, Mut machen und helfen durch das Teilen von glaubwürdigen, erlebten „Geschichten“. Und dieser Ansatz ist erfolgreich: Seit 2001 läuft das Programm „Verrückt? Na und! – Seelisch fit in der Schule“ für Jugendliche ab der achten Klasse gemeinsam mit den Lehrern. Die Schultage werden von einem Tandem aus Fachexperten wie Psychologen und Sozialpädagogen gemeinsam mit „Lebensexperten“, also Menschen, die psychische Krisen gemeistert haben, gestaltet. Dabei werden die großen und kleinen Fragen zur seelischen Gesundheit immer klassenweise in einem Gespräch behandelt.

Neben der Vermittlung von Wissen, Zuversicht und Lösungswegen bei psychischen Krisen für die Schüler werden oftmals auch die Lehrer mit neuen Erkenntnissen konfrontiert. „Am Ende eines Programmtages in einer Schule kommt es vor, dass auch mal ein Lehrer weint, weil er überrascht und bewegt ist von den seelischen Krisen, die seine Schüler bereits durchlitten haben und von denen er nichts ahnte“, erklärt Dr. Richter-Werling, Geschäftsführerin Irrsinnig Menschlich e. V.

Seit 2017 bietet Irrsinnig Menschlich e. V. auch ein Programm für eine weitere Gruppe junger Menschen, die häufig von seelischen Krisen betroffen sind: Studierende. Das Forum „Psychisch fit studieren“ ist im Wintersemester 2018/19 an über 40 Hochschulstandorten präsent. Und mit den Präventionsangeboten „Psychisch fit arbeiten“ wird die psychische Gesundheit in Unternehmen im Kontext Arbeit gestärkt. Die BARMER ist bundesweiter Präventionspartner von „Verrückt? Na und!“ und „Psychisch fit studieren“.

„Unsere Präventionsangebote in den drei Aktionsfeldern Lernen, Studieren und Arbeiten setzen an der wichtigen Schlüsselstelle und dem weltweiten Haupthindernis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit an – der Stigmatisierung. Wir freuen uns, dass der diesjährige Europäische Depressionstag mit dem Motto ‚Depression und Vorurteile – Junge Erwachsene sind besonders betroffen‘ den Fokus auf dieses wichtige gesellschaftliche Zukunftsthema lenkt“, sagt Dr. Richter-Werling.

**Kontakt:**

Dr. Manuela Richter-Werling

Geschäftsführerin Irrsinnig Menschlich e. V.

Erich-Zeigner-Allee 69 - 73, 04229 Leipzig, Tel.: +49 (0)341 22289-90

E-Mail: [m.richter-werling@irrsinnig-menschlich.de](mailto:m.richter-werling@irrsinnig-menschlich.de), [www.irrsinnig-menschlich.de](http://www.irrsinnig-menschlich.de)