Landratsamt Schmalkalden-Meiningen • Obertshäuser Platz 1 • 98617 Meiningen
Postfach 10 01 54 • 98601 Meiningen

Landrätin
Büro Landrätin - Öffentlichkeitsarbeit

Ihr Zeichen:
Ihre Nachricht vom:
Unser Zeichen:
Unsere Nachricht vom:

Bearbeiter: Frau Grobe
Telefon: 03693 485-8251
Telefax: 03693 485-8258
E-Mail: c.grobe@lra-sm.de

Datum: 01.09.2026

Medieninformation

Psychische Gesundheit junger Menschen stärken: Präventionsprogramm „Verrückt? Na und! – Seelisch fit in der Schule“ sucht Unterstützung

Psychische Belastungen bei Kindern und Jugendlichen nehmen immer weiter zu. Ergebnissen der COPSY-Studie zufolge, die die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen untersucht, ist inzwischen **rund jedes fünfte Kind** betroffen. Besonders häufig zeigen sich Angstsymptome, eine geringe gesundheitsbezogene Lebensqualität, Einsamkeit oder depressive Symptome. Auch internationale Forschung bestätigt die Bedeutung früher Prävention: So kommen mehrere Studien zu dem Ergebnis, dass sich nahezu zwei Drittel aller psychischen Erkrankungen vor dem 25. Lebensjahr entwickeln – am häufigsten bereits im Alter von etwa 14 Jahren.

Mit dem wachsenden Bedarf steigt auch der Druck auf die bestehenden Hilfesysteme. Beratungs- und Behandlungsangebote stoßen vielerorts an ihre Grenzen. Hinzu kommt, dass psychische Erkrankungen noch immer mit Vorurteilen verbunden sind. Aus Angst vor Stigmatisierung sprechen viele Betroffene nicht über ihre Probleme oder suchen erst spät Hilfe. Unbehandelte psychische Belastungen können erhebliche Folgen haben – von Schulabbrüchen und eingeschränkten Bildungs- und Berufschancen bis hin zu chronischen Erkrankungen.

Prävention als wichtiger Baustein der psychischen Gesundheitsversorgung

Genau hier setzt das bundesweite **Präventionsprogramm „Verrückt? Na und!“** an. Ziel ist es, psychische Gesundheit frühzeitig zu stärken, Vorurteile abzubauen und Jugendliche ab der

neunten Klasse für einen offenen Umgang mit seelischen Krisen zu sensibilisieren. Die Projekttage schaffen Raum für ehrliche Gespräche, persönliche Begegnungen sowie konkrete Hilfsangebote und machen Mut, über psychische Belastungen zu sprechen.

Im Landkreis Schmalkalden-Meiningen setzt das Gesundheitsamt dieses Präventionsprogramm bereits seit sechs Jahren erfolgreich in Kooperation mit der Interessensgemeinschaft zur Förderung der beruflichen Weiterbildung e.V. (IFBW) Schmalkalden um. Das Besondere: Pädagogische, soziale oder therapeutische Fachkräfte (*„fachliche Experten"*) gestalten die Projekttage gemeinsam mit Menschen, die eigene Erfahrungen mit psychischen Krisen oder Erkrankungen (*„persönliche Experten")* haben. Diese Begegnung auf Augenhöhe ermöglicht Jugendlichen einen authentischen Zugang zum Thema und baut Berührungsängste nachhaltig ab.

Die Qualität des Programms lebt auch vom regelmäßigen Austausch innerhalb und außerhalb der Regionalgruppen. Deshalb treffen sich die Thüringer Regionalgruppen jährlich zum überregionalen Erfahrungsaustausch. Das diesjährige Netzwerktreffen fand erstmals in Meiningen statt. Im Mittelpunkt standen die Selbstfürsorge der Teammitglieder, der Austausch sowie neue Impulse für die Präventionsarbeit.

Gesundheitsförderung, die wirkt

Der Erfolg des Programms spiegelt sich sowohl in seinem bundesweiten Ausbau als auch in zahlreichen Auszeichnungen wider. Der Leipziger Trägerverein Irrsinnig Menschlich e.V., der das Präventionsprogramm vor 25 Jahren ins Leben gerufen hat, wurde für seine Arbeit bereits vielfach ausgezeichnet. Zu den jüngsten Ehrungen zählt der **startsocial-Bundespreis 2025/26**, mit dem besonders wirkungsvolle ehrenamtliche und soziale Initiativen in Deutschland gewürdigt werden.

Dass der Ansatz Früchte trägt, zeigen auch die bundesweiten Zahlen: 2025 wurden über „Verrückt? Na und!" deutschlandweit so viele Menschen erreicht wie nie zuvor – insgesamt 68.145. Möglich wird dieser Erfolg durch das Engagement zahlreicher Regionalgruppen und Ehrenamtlicher, die psychische Gesundheit niedrigschwellig in den Schulalltag bringen.

Diese positive Entwicklung unterstreicht, wie wichtig frühzeitige Prävention bereits im Jugendalter ist. Die Kindheit und Jugend sind entscheidende Entwicklungsphasen für die psychische Gesundheit. Frühzeitige Prävention kann dazu beitragen, schwerwiegende Folgeerkrankungen zu vermeiden, persönliche Krisen frühzeitig aufzufangen und jungen Menschen bessere Bildungs-, Lebens- und Zukunftschancen zu eröffnen.

Die Regionalgruppe Schmalkalden-Meiningen sucht Verstärkung

Um das Angebot auch künftig möglichst vielen Schulen im Landkreis unterbreiten zu können, sucht die Regionalgruppe Schmalkalden-Meiningen weitere engagierte fachliche Experten –

insbesondere pädagogische Fachkräfte. Der zeitliche Aufwand ist überschaubar und umfasst in der Regel ein bis zwei Projekttage sowie zwei bis drei Teamtreffen pro Jahr. Interessierte können das Programm und das Team stets unverbindlich kennenlernen.

Für weitere Informationen steht der Bereich Gesundheitsförderung im Landratsamt Schmalkalden-Meiningen telefonisch unter 03693 / 485-8768 oder per E-Mail an gesundheitsfoerderung@lra-sm.de zur Verfügung. Ebenso können sich Interessierte auch bei der IFBW per E-Mail an ifbw-schmalkalden@bildung-sm.de und unter 03683 466-960 melden.

Foto: Thüringer Netzwerktreffen erstmals in Meiningen: Landeskoordinatorin Silke Nöller von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen agethur begrüßt die Teilnehmenden.