

MODELLVORHABEN

Mental Health Coaches

Tobias Rabanser
Projektkoordinator
Standort Berlin Lichtenberg

mental-health-coaches.de



Gefördert vom:



Modellvorhaben Mental Health Coaches

- ✓ 1. Hintergrund und Entstehung
- ✓ 2. Die Mental Health Coaches in der Praxis
- ✓ 3. Die Chancen eines Modellprojekts
- ✓ 4. Relevanz für das Thema Inklusion

Was ist mentale Gesundheit?

Einflussfaktoren

- ✓ Gefühl des Wohlbefindens und der allgemeinen Zufriedenheit
- ✓ Fähigkeit sich auf (neue) Situationen anzupassen
- ✓ Widerstandsfähigkeit gegenüber belastenden Situationen
- ✓ Sich sicher und geborgen fühlen
- ✓ Sich Ziele setzen, träumen und dem Leben einen Sinn geben
- ✓ Sich nützlich fühlen

Psychischen Gesundheit aktuell

- ✓ Wohlfühlfaktor 55 (von 100)
- ✓ 18 % aller Kinder sind in ihrer psychischen Gesundheit gefährdet
- ✓ Bei 7 – 8 % besteht ein therapeutischer Behandlungsbedarf
- ✓ 5 von 10 Kindern mit einer psychischen Störung erhalten keine Behandlung

Quelle: BELLA Studie, UNESCO Publ. Psychische Gesundheit Schule, Schmitz J 2024

The Lancet Psychiatry Commission

- ✓ Weltweiter Anstieg psychischer Störungen von Kindern und Jugendlichen
- ✓ Gesellschaftliche und politische Vernachlässigung der Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen
- ✓ Hohe gesellschaftliche und ökonomische Kosten von psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter

The Lancet Psychiatry Commission

- ✓ Unsicherer werdende Zukunft (russischer Angriffskrieg, Inflation, Energiekrise, Klimakrise)
- ✓ Erkrankungen nehmen zu
- ✓ Lebensqualität nimmt ab
- ✓ Risikofaktoren durch soziale Benachteiligung
- ✓ Vereinsamung (durch soziale Medien)

Hintergrund

- ✓ Modellprojekt des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
- ✓ Reaktion auf den erhöhten Bedarf durch die Covid-19 Pandemie
 - Belastungen auf hohem Niveau - ca. 70 % „ziemlich“ bzw. äußerst psychisch belastet (COPSY-Studie, Herbst 2022)
- ✓ Startet des Modellprojekts für das Schuljahr 2023/24
- ✓ Laufzeit von drei Jahre angestrebt
- ✓ Jährliches Budget: 10 Millionen €

Strukturelle Umsetzung

- ✓ Etablierung von 80 „Mental Health Coaches“ Standorten und 100 Kooperationsschulen
- ✓ Verteilung nach der Schüler*innenzahl der Bundesländer
- ✓ Auswahl der Schulen über Schulämter
- ✓ Auswahlkriterien u.a.
 - Strukturschwache Regionen
 - Bereitschaft der Schule & Offenheit zum Thema

Die Mental Health Coaches

- ✓ **Wer?** Fachkräfte der Sozialarbeit – Erziehungswissenschaften - Psychologie
- ✓ **Was?** Angebote in den Schulen für das Thema Mentale Gesundheit
- ✓ **Für wen?** Schüler*innen ab der Sekundarstufe I an
- ✓ **Wie?** Gruppenangebote - präventiv und sozialpädagogisch (in Abgrenzung zu therapeutischen Angeboten) – als Teil des multiprofessionellen Teams

Ziele

- ✓ Stärkung der **Resilienz**, individuelle **Ressourcenaktivierung**, Steigerung des **Wohlbefindens**
- ✓ **Entstigmatisierung** von Problemen mit mentaler Gesundheit, Förderung von mehr **Offenheit** gegenüber dem Thema „Mental Health“
- ✓ **Wissensvermittlung** über regionale und überregionale **Hilfs- und Beratungsangebote**

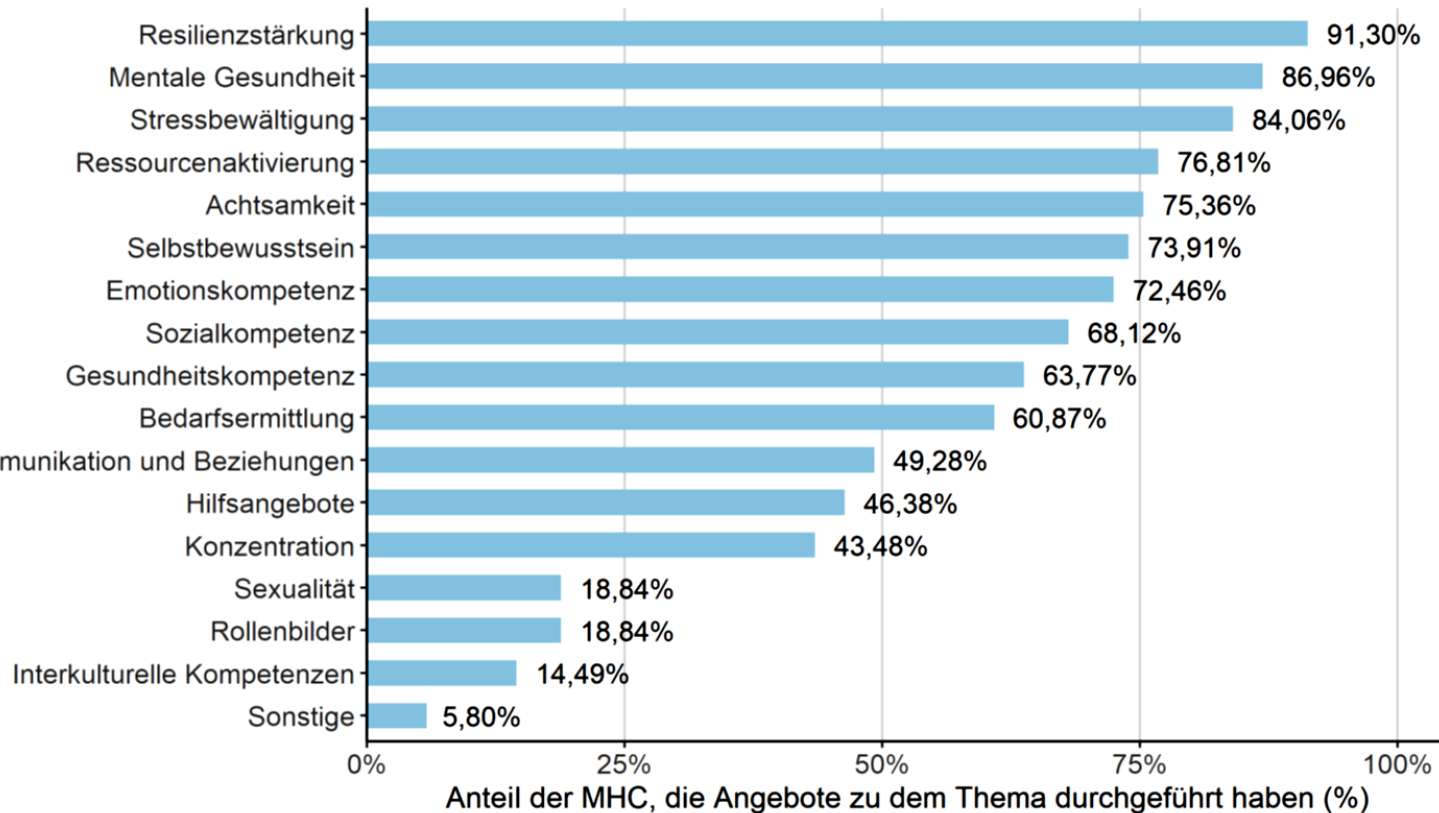
Diese Ziele werden durch bedarfsgerechte Angebote, eine auf die Zielgruppe ausgerichtete Methode und eine vertrauensvolle Arbeit mit den Schüler*innen und den Lehrkräften erreicht.

Datenstand (i-mpuls) im September 2024

- ✓ 113 **Schulen** in Kooperation
- ✓ 94 **Mental Health Coaches** wirken an Schulen
- ✓ 1.052 **Gruppenangebote** umgesetzt
- ✓ 38.501 **Schüler*innen** einbezogen
- ✓ Ø untere/obere **Altersgrenze** liegt zwischen 13,29-16,03 Jahren
- ✓ 798 **Verweisberatungen** im Rahmen der Gruppenangebote

Häufigkeit der Themen der Gruppenangebote (N = 69)

Themen der Gruppenangebote



Erfahrungen

- ✓ Sehr großes Interesse an Themen der mentalen Gesundheit
- ✓ Herausforderungen im Umgang mit Emotionen und Gefühlen
- ✓ Einsamkeitserfahrungen und Schwierigkeiten, Beziehungen zu gestalten
- ✓ Probleme mit Angstzuständen und Niedergeschlagenheit

Welche Chancen bieten Modellvorhaben?

- ✓ Sie brauchen oft keinen langen Vorlauf.
- ✓ Sie können innovative Ansätze schnell und flexibel umsetzen.
- ✓ Können die Grundlage für mögliche spätere Angebote in der Breite bereiten

Wichtig dabei:

- ✓ stringentes Monitoring zur Wirkungsanalyse

Relevanz für das Thema Inklusion

- ✓ Psychische Belastungen und Erkrankungen als Teil der Heterogenität unserer Gesellschaft
- ✓ Psychische Gesundheit hat signifikante Auswirkungen auf Bildungsteilhabe und –erfolg
- ✓ Verhaltensauffälligkeiten, Konzentrations- und Motivationsprobleme oder Niedergeschlagenheit bis hin zu Schulabsentismus

Relevanz für das Thema Inklusion

- ✓ Fehlende Aufklärung bei Mitschüler*innen, Lehrkräften, Eltern
- ✓ Stigmatisierung, Mobbing, Ausgrenzung
- ✓ Einfluss des sozialen und ökonomischen Umfelds auf Mentale Gesundheit



<https://www.mental-health-coaches.de/>

Kontakt: t.rabanser@caritas-berlin.de

**SAGEN,
WAS IST.**



TUN, WAS HILFT.

Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.
Tobias Rabanser
t.rabanser@caritas-berlin.de
01724069855

 **JUGEND
MIGRATIONS
DIENSTE**

Gefördert vom:

 **Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend**

mental-health-coaches.de