

Presseaussendung

Salzburg/Gesundheit/Pro Mente Salzburg

Psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen: Prävention als Schlüssel zu einer gesunden Zukunft

- **Pro Mente Salzburg** – Neue und aktuelle Präventionsangebote für Kinder und Jugendliche psychisch kranker Eltern

Salzburg, 02. April 2025. In einer zunehmend komplexen Welt wird die psychische Gesundheit zu einem zentralen Thema, das alle betrifft. Jedes 6. Kind in Österreich wächst mit einem psychisch erkrankten Elternteil auf. Diese Kinder und Jugendlichen stehen vor enormen Herausforderungen, die weitreichende Folgen für ihr späteres Leben haben können. Umso wichtiger ist es, präventive Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit rechtzeitig zu ergreifen.

Kinder psychisch erkrankter Eltern nicht allein lassen

Psychische Erkrankungen wirken sich nicht nur auf die Betroffenen aus, sondern belasten auch ihr Umfeld – vor allem ihre Kinder. Kinder psychisch erkrankter Elternteile zählen nachweislich selbst zur Hochrisikogruppe für die Entwicklung eigener psychischer Erkrankungen. Frühzeitige Betreuung und Hilfe kann helfen, Krankheitssymptome bei Kindern zu verhindern und ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen.

Psychische Gesundheit in Schulen fördern

Anfang des Jahres startete ein neues Projekt, das sich gezielt der **Aufklärung und Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen** widmet: „Unsere verrückten Familien!“ - psychisch fit in der Volksschule, ist ein vielfach ausgezeichnetes Konzept, das vom Verein „Irrsinnig Menschlich e.V.“ in Deutschland entwickelt wurde. In Salzburg übernimmt die Abwicklung Pro Mente Salzburg. In speziellen Workshops lernen Schüler_innen ab der 3. Klasse Volksschule, ihre Lehrkräfte sowie schulunterstützendes Personal, mehr über psychische Krisen und ihre Auswirkungen. Ziel ist es, Ängste und Vorurteile abzubauen sowie ein besseres Verständnis für psychische Gesundheit zu entwickeln.

Workshops, die stärken und Verständnis schaffen

Im Rahmen eines vierstündigen, kostenlosen Workshops erhalten die Schüler_innen mit Hilfe eines Wimmelbildes Einblicke in das Leben verschiedener Familien mit ihren Herausforderungen, einschließlich psychischer Erkrankungen. Dabei schlüpfen die Kinder in die Rolle von Detektiv_innen und erarbeiten gemeinsam, wie es den betroffenen Menschen geht und welche Unterstützungsmaßnahmen helfen können.

Geleitet werden die Workshops von zwei Fachexpert_innen, die umfangreiche Erfahrung im Umgang mit psychischen Krisen haben. Die Kernbotschaften der Workshops sind:

- **Aufklärung:** Neben dem Körper kann auch die Seele krank werden.
- **Entstigmatisierung:** Psychische Erkrankungen sind normal und gehören zum Leben dazu.
- **Entschuldung:** Kinder tragen niemals die Schuld an der Erkrankung ihrer Eltern.
- **Hilfesuche fördern:** Viele Betroffene fühlen sich allein, doch es gibt Hilfe.
- **Ressourcenarbeit:** Bewusstsein für das, was der Psyche guttut und die Klassengemeinschaft stärkt.

„Unsere Workshops sind ein wichtiger Schritt zur Sensibilisierung für psychische Gesundheit und helfen Kindern sowie Pädagog_innen, frühzeitig Warnsignale psychischer Krisen zu erkennen“, betont Sozialarbeiterin Daniela Glaser, Projektkoordinatorin von „Unsere verrückten Familien!“. Die Volksschule in Bad Hofgastein hat bereits positive Erfahrungen mit dem Workshop gemacht. „Es war deutlich zu spüren, wie die Kinder nicht nur Wissen und Verständnis erlangt haben, sondern auch ihre sozialen und emotionalen Kompetenzen gestärkt wurden. Der Ansatz, den Kindern einen Raum zu bieten, in dem sie sich öffnen und ihre Gedanken teilen konnten, war äußerst gelungen und hat bei allen Beteiligten einen bleibenden Eindruck hinterlassen“, reflektiert Frau Schmidl, Direktorin der VS Bad Hofgastein, den Tag mit dem Team von „Unsere verrückten Familien!“.

Direkte Hilfe vor Ort, telefonisch und online

Für eine schnelle, unkomplizierte und längerfristige Unterstützung steht den betroffenen Kindern und Jugendlichen das Pro Mente Salzburg Team von „Prekids“ zur Verfügung. Die Teams „Unsere verrückten Familien!“ und „Prekids“ arbeiten Hand in Hand, um Kinder nicht nur zu sensibilisieren, sondern ihnen bei Bedarf auch sofort passende Hilfe zukommen zu lassen.

Die Kinder und Jugendlichen finden hier einen Raum, in dem sie über ihre Ängste und Sorgen sprechen können. Auch die Eltern werden unterstützt, (kindgerecht) über die Erkrankung zu sprechen und ein Helfersystem aufzubauen.

„Viele Kinder von psychisch erkrankten Eltern fühlen sich allein mit ihren Sorgen und Ängsten. Mit ‚Prekids‘ schaffen wir eine Anlaufstelle, die ihnen Sicherheit und Perspektiven gibt“, erklärt Kathleen Heft, stellvertretende Geschäftsführerin von Pro Mente Salzburg.

Mit den beiden Projekten werden wichtige Schritte gesetzt, um Kinder und Familien in herausfordernden Lebenssituationen zu unterstützen und die psychische Gesundheit in unserer Gesellschaft stärker ins Bewusstsein zu rücken. Für die

Familien und Schulen fallen keine Kosten an. Das Projekt „Prekids“ wird von der österreichischen Gesundheitskasse und vom Gesundheitsförderungsfonds gefördert. „Unsere verrückten Familien“ ist ein Leader Projekt, das von Bund, Land und der Europäischen Union finanziert wird.



Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union



Rückfragen für die Presse und weiterführende Informationen:

Sabine Bauer, MA

Öffentlichkeitsarbeit Pro Mente Salzburg

Mobil +43 (0)699 1451 1713 / E-Mail pr@promentesalzburg.at

Die Verwendung der Pressefotos ist in Zusammenhang mit der Berichterstattung über die Projekte „Unsere verrückten Familien“ und „Prekids“ bei Nennung der jeweiligen Urheber_innen kostenfrei gestattet. Fotocredits: „Unsere verrückten Familien“

