

Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Krisensituationen stärken



ProWell

www.Prowell-Project.com



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein. [Project number: 2020-1-DE02-KA226-VET-008072]

Ablauf

- Projektpartnerschaft ProWell
- Partner
- Arbeitspakete
- www.prowell-project.com: eine digitale Schulung
- Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
 - Bedeutung einer frühzeitigen Intervention
 - Prävention von psychischen Belastungen: Erkennen und Reagieren
 - Digitale Kompetenzen
- Handbuch für den weiteren Gebrauch

ProWell: eine europäisch geförderte Projektpartnerschaft



- Laufzeit: März 2021-Februar 2023
- Förderung: Erasmus+
untersteht der Nationalen Agentur Bildung für Europa
- 21 Mitarbeiter:innen, 140 Mitglieder der Zielgruppe sowie 210 Pädagog:innen wurden geschult

Ziele der Partnerschaft

- Ermittlung des Ausbildungsbedarfs im Bereich der psychosozialen Unterstützung von Schüler*innen
- Entwicklung einer Schulung zur Förderung des psychischen Wohlbefindens von Kindern und Jugendlichen
- Unterstützung und Entwicklung innovativer Online-Ressourcen für Pädagog:innen
- Stärkung und Vernetzung von Gemeinschaften, Organisationen und anderen Akteuren in Bezug auf die neu entwickelten

Projektpartner



Frankreich:
 OSENGO ist eine gemeinnützige Berufsbildungseinrichtung, die sich auf lebenslanges Lernen und berufliche Bildung spezialisiert hat und Mitglied des französischen Berufsbildungsverbands ist. Seit mehr als dreißig Jahren unterstützt OSENGO verschiedene Zielgruppen auf dem Weg zu lebenslanger beruflicher Bildung oder beruflicher Veränderung.



Dresden:
 Die Forschungsgruppe für Angewandte Medizinische Psychologie und Medizinische Soziologie in der Abteilung Psychosoziale Medizin und Entwicklungsneurowissenschaften an der Medizinischen Fakultät Carl Gustav Carus der Technischen Universität Dresden (Deutschland) ist für die Aus- und Weiterbildung von Medizinstudenten in allen Bereichen der Psychologie zuständig.



Griechenland:
 Zivilrechtliche Non-Profit-Organisation für präventive Umwelt- und Arbeitsmedizin, das Prolepsis Institute, ist eine Nichtregierungsorganisation, die seit 1990 in den Bereichen medizinische Forschung, Gesundheitsförderung, Umwelt- und Arbeitsmedizin tätig ist. In der festen Überzeugung, dass Gesundheit ein Grundrecht ist, hat Prolepsis seit 1991 eine führende Rolle im Bereich der öffentlichen Gesundheit übernommen.



Kroatien:
 Das Ivo-Pilar-Institut für Sozialwissenschaften ist ein 1991 gegründetes öffentliches Forschungsinstitut. Die wissenschaftlichen Forschungsbereiche sind in den Sozialwissenschaften, Geisteswissenschaften und c) interdisziplinären Wissenschaftsbereichen wie Gender Studies.



Italien:
 Tages Onlus ist eine gemeinnützige Organisation, die 2014 gegründet wurde und verschiedene Fachleute mit Kompetenzen in den Bereichen Gesundheit, Psychologie, soziale Interventionen und Bildung zusammenbringt. Wir sind daran interessiert, Menschen dabei zu helfen, adaptive Strategien zur Bewältigung täglicher Herausforderungen und zur Aufrechterhaltung des psychischen Wohlbefindens zu entwickeln.



Spanien:
 Das Forschungsinstitut für Sozialpolitik (POLIBIENESTAR) ist ein Forschungsinstitut, das zur Universität de València (Spanien) gehört. Es ist international bekannt und hat sich auf Forschung, Innovation und Sozialtechnologie spezialisiert. Polibienestar konzentriert sich auf verschiedene Forschungsbereiche wie Gesundheit, gefährdete Gruppen, intelligente Städte, sozialer und barrierefreier Tourismus, Sozialpolitik, Governance und öffentliche Verwaltungen sowie Unternehmensökonomie.



Zypern:
 Das Center for Innovation (CSI) ist eine Forschungs- und Entwicklungsorganisation, die sich auf die Förderung sozialer Innovationen konzentriert, die einen positiven Wandel für lokale, nationale, regionale und globale Einrichtungen bewirken können. Zu diesen Einrichtungen gehören unter anderem Regierungen, lokale Verwaltungsbehörden, gemeinnützige Einrichtungen, Unternehmen und Bildungseinrichtungen.

Arbeitspakete

- IO1: Ökosystem-Mapping und methodischer Rahmen: Psychische Gesundheit von Kindern und jungen Erwachsenen in Krisen der öffentlichen Gesundheit
- **IO2: ProWell-Trainingscurriculum und -inhalte**
- **IO3: ProWell-Trainingsplattform und digitale Lernwerkzeuge**
- IO4: Handbuch

Arbeitspakete

- IO1: Ecosystem Mapping and Training Methodological Framework
- IO2: ProWell training curriculum and content
- **IO3: ProWell training platform and digital learning tools**
- IO4: Training Adaptation Toolkit

- ✓ Zielgruppe: Lehrer und andere Pädagogen
- ✓ Leicht zugängliches und kostenloses Online-Training
- ✓ Bietet Anleitung und Motivation zur Unterstützung von Kindern in gesundheitlichen Notfällen, wenn die Störung sozialer Strukturen zur alltäglichen Praxis wird
- ✓ Anwendbar für alle Altersgruppen, innerhalb und außerhalb der Schule

www.prowell-project.com



- HOME
- ABOUT
- PARTNERS
- NEWS
- CONTACT
- E-LEARNING PLATFORM
- ENGLISH ▾
- Facebook icon

LOGIN

Home - Login

To take a course you must first log-in.

If you do not have a username or password yet, [Click Here](#) to create a free account.

Username or Email Address *

Password *

Remember Me

[Lost your password?](#)

Der Benutzername
wird auf dem
Abschlusszertifikat
angezeigt



[Privacy Policy](#)

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein. [Project number: 2020-1-DE02-KA220-VET-098072]

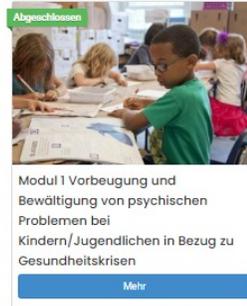
www.prowell-project.com

Eine digitale, kostenfreie Schulung

- Modul 1:
Tagesonlus/Italien

- Modul 2:
Institut Ivo
Pilar/Kroatien

- Modul 3:
Prolepsis/Griechenland



- Modul 4:
Osengo/Frankreich
- Modul 5: CSI/Zypern
- Modul 6:
Polibienestar/Spanien
- Modul 7: TU
Dresden/Deutschland

Besonderheiten der Plattform

- Zugang in sieben verschiedenen Sprachen
- Kostenfreie, unkomplizierte Registrierung
- Barrierefreiheit
- Dauer des Trainings: ca. 28 Stunden
- Open Educational Resources Materialien
- Auf die Anforderungen von Lehrkräften und pädagogischem Personal zugeschnitten
- Intuitive Bedienung mit permanenter Visualisierung des eigenen Fortschrittes
- Möglichkeit des Austauschs und Vernetzung mit Kolleg*innen in ganz Europa
- Nach Abschluss der Wissensüberprüfung und des Evaluationsfragebogen ein Abschlusszertifikat

Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

- Pädagog:innen als Frühwarnsystem
- Prävention und frühzeitige Identifikation und Intervention sind das Ziel!

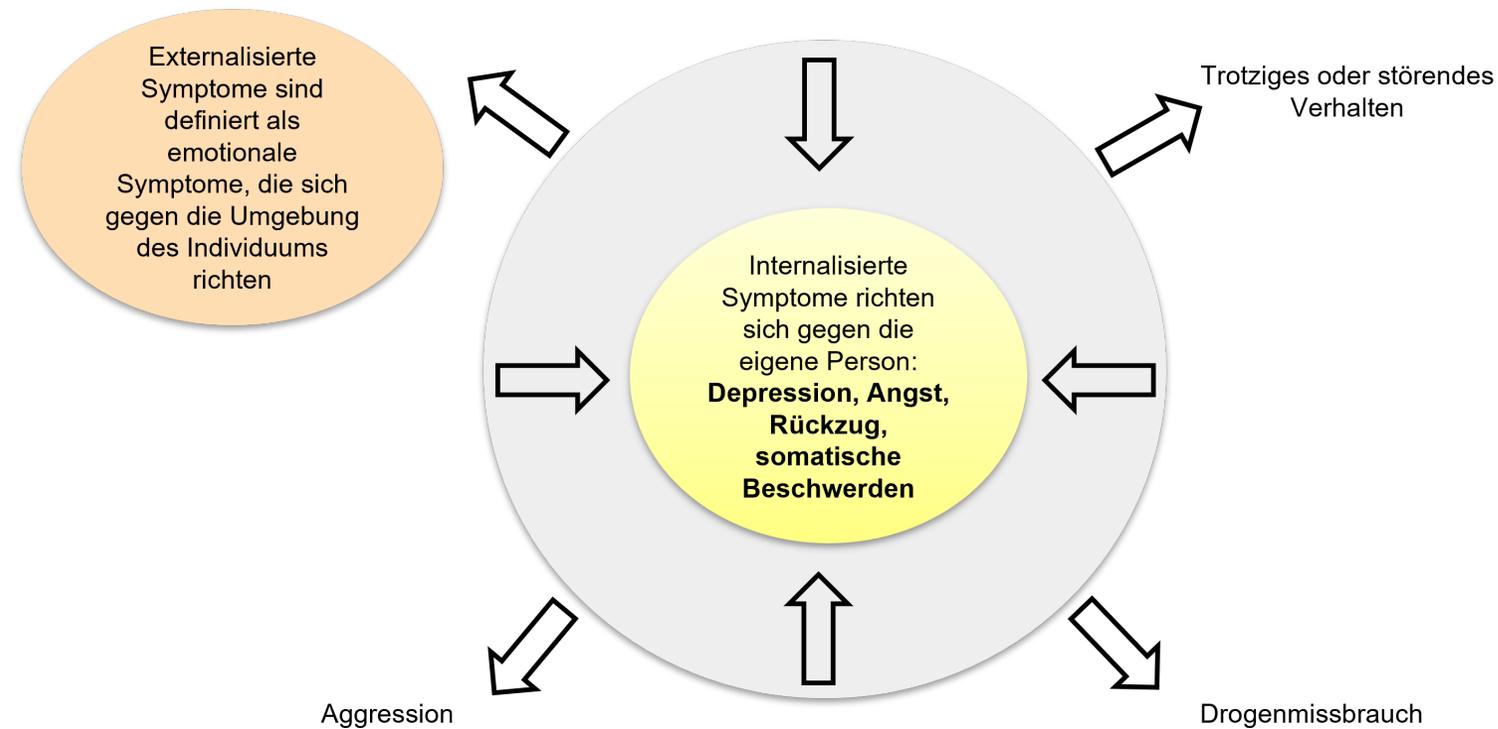


Quelle: https://www.uniklinik-ulm.de/fileadmin/default/Kliniken/Kinder-Jugendpsychiatrie/Praesentationen/Gander_2015_06_15_Depression2.pdf

Behandlungsrate < Prävalenzrate

- Bedarf an Therapieplätzen ist während der Pandemie stark gestiegen
 - Bis zu 62% höhere Nachfrage
- Problematiken der Behandlung:
 - Späte Reaktion des Umfelds (Stigma, eigene Überforderung etc.)
 - Transitionsphasen
 - Zu wenig Therapieplätze: 1:6 in psychiatrischer Behandlung
 - ...

Erkennen von psychischen Störungen: Internalisierende und externalisierende Störungen



Internalisierende Störungen

- Depressionen
 - Nicht gleichzusetzen mit Trauer, welche durch einen Anlass ausgelöst wird und nicht mit Selbstkritik und dem Gefühl der Wertlosigkeit einhergeht
- Angststörungen
 - Angst ist normal, solange sie im Verhältnis zur Bedrohung steht und nicht den Alltag beeinträchtigt
- Belastungsstörungen
 - Kontaktbeschränkungen erhöhen das Risiko für Belastungsstörungen
 - Vermeidung von Reizen/Veränderung der kognitiven Fähigkeiten/Veränderung der Reaktivität

Wie geht's Dir in letzter Zeit?	Stimmt	Stimmt eher	Stimmt eher nicht	Stimmt nicht
1. Ich bin fröhlich.				
2. Ich habe auf nichts mehr Lust.				
3. Alles ist anstrengend für mich.				
4. Ich mache mir viele Sorgen.				
5. Ich bin traurig.				
6. Ich rege mich schnell auf.				
7. Es geht mir gut.				
8. Ich denke oft, ich habe etwas falsch gemacht.				

Quelle:
<http://www.inklusion.schule.bayern.de/download/167/lmu.depressionsscreener.kinder.pdf>

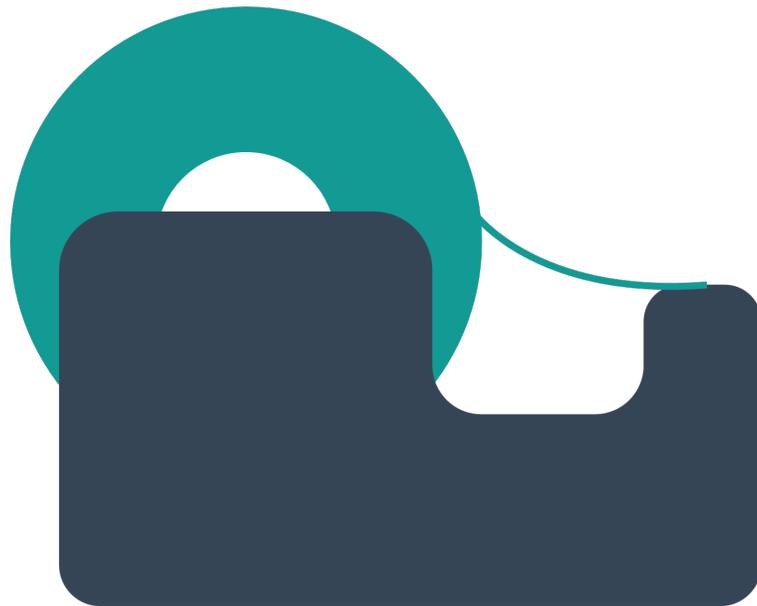
Externalisierende Störungen

- ADHS
- Oppositionelle Verhaltensstörungen (Agression etc.)
- Drogenkonsum und -abhängigkeit

Warum?

- > schwieriges Temperament und erzieherische Überforderung
- > Konflikte und Ablehnung führen zu Trotz und Rückzug
- > Devianz führt zu Aufmerksamkeit, deviante Jugendliche schließen sich zusammen

Umsetzung in pädagogischen Interaktionen



Mythos: Lehrer nur für akademische Fähigkeiten

Die Aufgabe der Lehrer besteht in der schulischen Unterstützung der Schüler - sie können nicht die besondere Betreuung bei psychischen Problemen ersetzen

Die Wahrheit: Lehrer sind für die psychische Gesundheitspflege unerlässlich

Die meisten emotionalen und verhaltensbezogenen Probleme von Schülern sind nicht klinisch und sollten am besten von Lehrern behandelt werden.

Emotionale und verhaltensbezogene SIs wirksam bei:

Verbesserung des Wohlbefindens, Vorbeugung psychischer Probleme, z. B. Verhaltensstörungen, Depressionen, Angstzustände, Drogenkonsum, PTBS und Verringerung der Zahl der Schulabbrecher

Ziele von Interventionen

Soziales und Emotionales Lernen:

- ❖ Selbsterfahrung
- ❖ Selbstverwaltung
- ❖ Soziales Bewusstsein
- ❖ Beziehungskompetenz
- ❖ Verantwortungsvolle Entscheidungsfindung

Rückgriff auf (evidenzbasierte) Erfahrungen

- ❖ Erfinden Sie das Rad nicht neu!
- ❖ Evidenzbasierte Interventionen funktionieren!
- ❖ Nutzen Sie Möglichkeiten zur Zusammenarbeit!

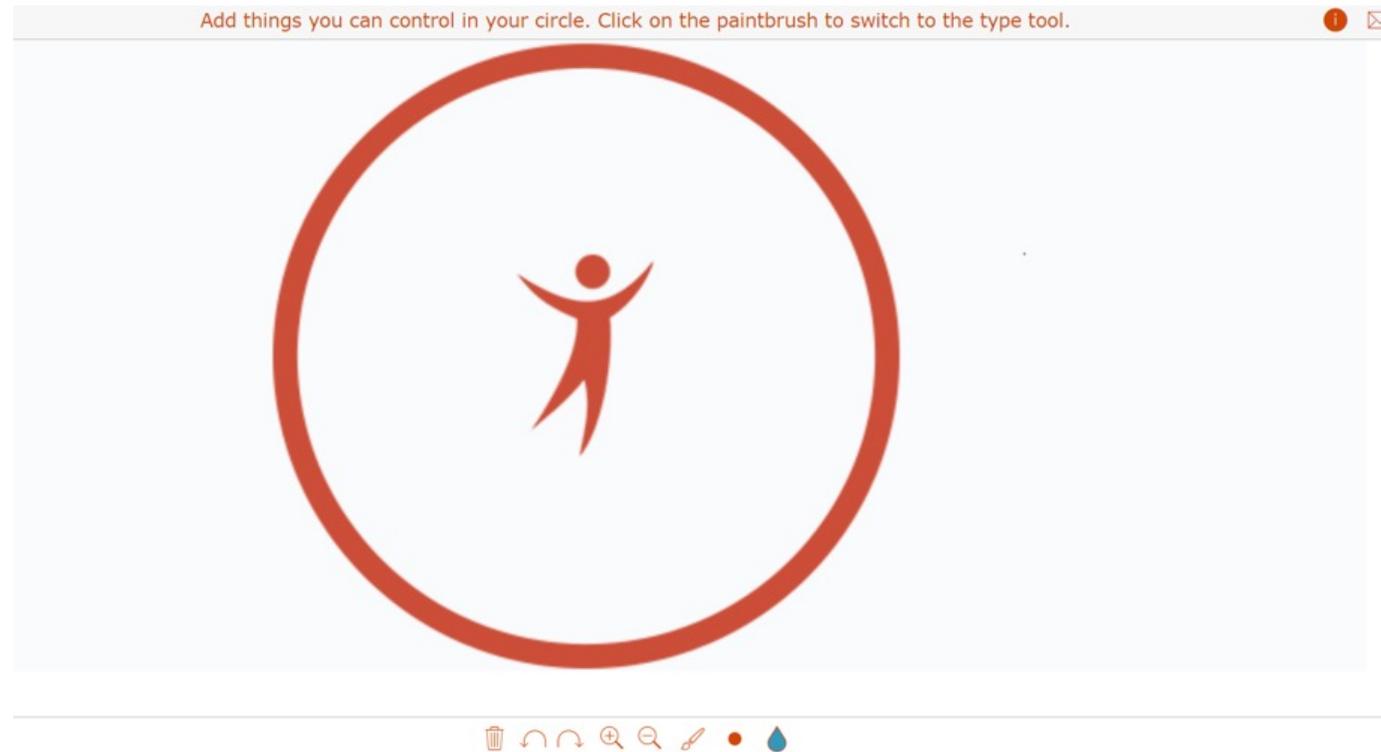
Bright-Spots-Aktivität

eine Aktivität für Kinder aller Altersgruppen, bei der sie lernen, die positiven Dinge in ihrem Leben wahrzunehmen und sich besser zu fühlen

Bright Spot	
Auftrag: Das Leben durch die "rosa Brille" sehen: Schreib jeden Tag (zum Beispiel vor dem Schlafengehen) 3 Dinge auf, die dir gefallen haben oder für die du dankbar bist. Fülle dieses Arbeitsblatt jeden Tag erneut aus.	
Datum	
3 positive Erlebnisse/Gefühle heute	
Ich bin dankbar für:	

Der Kreis der Kontrolle

Aktivität, die Kindern aller Altersgruppen hilft zu verstehen, was sie kontrollieren können und was nicht, und Stress abzubauen



Kommunikative und digitale Kompetenzen



Quelle: <https://me.me/i/a-internet-child-security-monitoring-your-kids-online-safety-44c3084463884993a5163c23c76285cf>

- Digitales Leben ist eine Selbstverständlichkeit
- Digitale Technologien standen in der Pandemie zwischen Ermöglichung von Partizipation und Bildung und zusätzlicher Belastung und Stressfaktor

Digitale Kompetenzen – eine Ressource

- Verringerung von Einsamkeit
- Stärkung bestehender Freundschaften
- Influencer können zu einem gesünderen Lebensstil beitragen
- Informationsquelle
- Kreativer Ausdruck wird angeregt
- ...

Digitale Kompetenzen – Risiken

- Infodemie
- Politische Einflussnahme und Polarisierung
- Soziale Ungleichheiten: marginalisierte Gemeinschaften gefährdet
- Hypodermic-Needle-Modell: Nachrichten werden direkt übernommen
- Agenda-Setting-Theorie: Relevanz und Blickwinkel auf Themen wird beeinflusst

Kernfragen der kritischen Beurteilung von Medieninhalten

- Wer hat die Nachricht entworfen?
- Welche Methoden werden eingesetzt um Aufmerksamkeit zu erzeugen?
- Wie könnten verschiedene Menschen diese Botschaft unterschiedlich verstehen?
- Welche Lebensstile, Werte und Standpunkte werden in dieser Botschaft dargestellt oder ausgelassen?
- Warum wurde diese Nachricht gesendet?

Das Positive

- 32% aller Lehrkräfte haben eine Schulung zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen erhalten
- Sie weisen einen hohen Fundus an pädagogischen Interventionsmöglichkeiten auf
- Durch Ihren direkten Kontakt mit Kindern und Jugendlichen haben Sie ein hohes Interventionspotential
- Sie erreichen eine große Bandbreite an gesellschaftlichen Schichten und haben damit eine hohe gesellschaftliche Einflussmöglichkeit

Die Gefahr – psychische Überlastung von Pädagog:innen

- Hohe Belastung bei geringen Schutzmöglichkeiten
- Schutz vor Stress beinhaltet:
 - Ablenkung und Sinn für Humor
 - Problemlösefähigkeit und Optimismus
 - Soziale Unterstützung
 - Gesunde Schlaf- und Essgewohnheiten
 - Regelmäßige Bewegung
 - Achtsamkeit
 - Aktivitäten zur Selbstfürsorge
 - Kognitive Restrukturierung



Quelle: <https://de.finance.yahoo.com/nachrichten/schockierendes-detail-zu-sauerstoffmasken-im-flugzeug-das-sie-nicht-kannten-112719388.html>

Handbuch für den weiteren Gebrauch

- Liegen aus!
- Weitere Materialien auf der Internetseite

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit und viel
Freude bei der Schulung!**

www.prowell-project.com