

## Schüler packen bei Projekttag das Thema seelische Gesundheit an

**Neunkirchen.** Mit dem Projekttag „Verrückt? Na und!“ bringt das Gesundheitsamt Neunkirchen in Zusammenarbeit mit dem Leipziger Verein „Irrsinnig menschlich“ das Thema seelische Gesundheit in die Schulen. Einen Tag lang lernen die Schüler, wie sie ihre seelische Gesundheit stärken und Krisen meistern können.

Und so gab es einen in mehrfacher Hinsicht besonderen Schultag für die 10b der Ganztagsgemeinschaftsschule Neunkirchen, so die Schule in einer Pressemitteilung. Es ging an diesem Tag nicht um Mathematik, Fremdsprachen oder Deutsch, nicht der zu lernende Stoff für die näherrückenden Abschlussprüfungen stand im Mittelpunkt. Mit Anforderungen in der Schule, dem Stress, dem Druck, den eigenen Ängsten und Schwächen besser zurechtzukommen, dabei die eigenen Stärken zu kennen und zu nutzen, stand auf dem Programm. Natürlich ist es nicht leicht, vor den drei unbekanntem Projektleiterinnen und der ganzen Klasse über seine ganz persönlichen Krisen und Sorgen zu sprechen. Deshalb näherten sich die Schüler dem Thema langsam, sprachen über ihre Vorstellungen zum Thema „verrückt“. Durch die persönlichen Geschichten von Prominenten, die unter Depressionen oder Drogensucht leiden oder von anderen seelischen Krankheiten betroffen sind, erkannten alle schnell, dass jeder betroffen sein kann und wie zerstörerisch diese Krankheiten sind. Als das Eis gebrochen war, sprach auch eine der Projektleiterinnen ganz offen über ihren Kampf gegen die Depressionen in ihrer Jugend. Die Vergangenheit dieser jungen Frau, die heute so stark und selbstbewusst wirkt, überraschte und berührte die Schülerinnen und Schüler, so dass alle sehr interessiert nachfragten und offen von sich erzählten. An einem einzigen Tag lassen sich die möglichen Probleme der Jugendlichen nicht lösen und ihre Sorgen nicht zerstreuen.

Aber nach diesem Tag wussten alle, dass die kleinen und großen Tiefs des Lebens zu bewältigen sind und dass es ganz und gar nicht „verrückt“ ist, um Hilfe zu bitten.

red