

Dokumentation

Gesundheitskonferenz am 24.09.2025

Gesund aufwachsen – Präventionsketten Lahn-Dill:  
Psychische Gesundheit von Kindern im Fokus



### **Impressum**

Kreisausschuss des Lahn-Dill-Kreises

Abteilung Gesundheit

Schlossstraße 20

35745 Herborn

E-Mail: [gesundheitsamt@lahn-dill-kreis.de](mailto:gesundheitsamt@lahn-dill-kreis.de)

Tel.: 06441 407-1616

### **Kontakt für inhaltliche Rückfragen**

Team Gesundheitsplanung

E-Mail: [gesundheitsplanung@lahn-dill-kreis.de](mailto:gesundheitsplanung@lahn-dill-kreis.de)

**Inhaltsverzeichnis**

**Grußwort**..... 3

**Zusammenfassung**..... 4

**Programmübersicht** ..... 5

**Vorträge** ..... 6

    Präsentation Dr. Dort „Psychische Belastungen und Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter“ .....7

    Präsentation Dr. med. Andreis „Zur aktuellen kinder- und jugendpsychiatrischen und -psychotherapeutischen Versorgung im Lahn-Dill-Kreis“ .....20

    Präsentation Dr. Mümken „Starke Kinder – strake Strukturen: Das Landesprogramm Präventionsketten Hessen für ein gelingendes Aufwachsen!“ .....25

**Thementische**.....**34**

    Thementisch 1 „Stärkung mentaler Gesundheit“ .....35

    Thementisch 2 „Versorgung entlasten“ .....42

    Thementisch 3 „Gesundheitsstrategie“ .....43

    Thementisch 4 „Gesunde Kita“ .....50

    Thementisch 5 „Gesund in der Schule“ .....65

## Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

mit großer Freude blicke ich auf die Gesundheitskonferenz „Gesund aufwachsen - Präventionsketten Lahn-Dill: Psychische Gesundheit von Kindern im Fokus“ zurück. Die Veranstaltung hat eindrucksvoll gezeigt, wie wichtig es ist, Kräfte zu bündeln, Perspektiven zu öffnen und gemeinsam Verantwortung für die Gesundheit der jüngsten Mitglieder unserer Gesellschaft zu übernehmen.



Psychische Gesundheit entsteht nicht zufällig. Sie ist das Ergebnis verlässlicher Beziehungen, guter Entwicklungsbedingungen und einer unterstützenden Umgebung. Präventionsketten leisten hierzu einen wesentlichen Beitrag: Sie schaffen Strukturen, die Kinder, Jugendliche und Familien frühzeitig erreichen, Übergänge begleiten und Hilfen dort anbieten, wo sie gebraucht werden. Dass wir im Lahn-Dill-Kreis diese Arbeit gemeinsam tragen – Kommunen, Schulen, Kitas, Gesundheitsakteure, freie Träger, Initiativen und Netzwerke – ist ein starkes Zeichen für eine engagierte und vorausschauende Gesundheitsförderung.

Die Impulse, Gespräche und Praxisbeispiele der Konferenz haben verdeutlicht, wie vielfältig die Herausforderungen, aber auch wie groß die Chancen sind. Sie haben gezeigt, dass psychische Gesundheit kein Randthema ist, sondern ein wesentlicher Grundstein für gesellschaftliche Teilhabe, Bildungserfolg und ein gelingendes Aufwachsen. Besonders wertvoll war dabei der interdisziplinäre Austausch, der neue Verbindungen geschaffen, bewährte Kooperationen gestärkt und innovative Ideen hervorgebracht hat.

Mein Dank gilt allen Mitwirkenden, Referierenden und Teilnehmenden, die mit ihrem Fachwissen, ihrem Engagement und ihrer Offenheit diese Konferenz bereichert haben. Ihre Beiträge sind ein wichtiger Motor für die Weiterentwicklung der Präventionsketten im Lahn-Dill-Kreis.

Ich wünsche Ihnen viel Inspiration beim Lesen dieser Dokumentation und freue mich auf die Fortführung unseres gemeinsamen Weges für ein gesundes Aufwachsen aller Kinder in unserer Region.

Mit herzlichen Grüßen



Frank Inderthal

Erster Kreisbeigeordneter Lahn-Dill-Kreis

## Zusammenfassung

Am 24.09.2025 fand in der Goetheschule in Wetzlar die vom Kreis-Gesundheitsamt veranstaltete Gesundheitskonferenz „Gesund aufwachsen – Präventionsketten Lahn-Dill: Psychische Gesundheit von Kindern im Fokus“ statt.

Unter diesem Motto hatten die über 100 Teilnehmenden aus unterschiedlichen Institutionen die Möglichkeit sich rund um das Thema psychische Gesundheit von Kindern auszutauschen, zu vernetzen und neue Impulse zu gewinnen.

Insgesamt erwartete die Teilnehmenden ein abwechslungsreiches Programm aus 3 Fachvorträgen und die Möglichkeit sich an Thementischen zu unterschiedlichen Themen und Fragestellungen auszutauschen und aktiv miteinzubringen.

Auf den nachfolgenden Seiten finden Sie die jeweiligen Vorträge und Ergebnisse der Thementische zusammengefasst.

Darüber hinaus erhielten die Teilnehmenden im Rahmen der Anmeldung zur Gesundheitskonferenz Steckbriefe, welche sie ausfüllen und zurücksenden konnten. Im Vorfeld wurden die zurückgesendeten Steckbriefe ausgewertet und Personen / Institutionen mit gleichen Themen oder Austauschwünschen gematcht. Somit konnten sich die Teilnehmenden auf der Gesundheitskonferenz an Plakatwänden gezielt zu Vernetzungswünschen sowie Hilfs- und Unterstützungsangeboten austauschen.

Bei Rückfragen, Ideen, Anliegen oder Vernetzungswünschen treten Sie gerne mit dem Team Gesundheitsplanung in Kontakt.

**E-Mail:** [gesundheitsplanung@lahn-dill-kreis.de](mailto:gesundheitsplanung@lahn-dill-kreis.de)

## Programmübersicht

ab 13:30 Uhr	<b>Anmeldung und Ankommen</b>
14:00 – 14:30 Uhr	Begrüßung
14:30 – 15:00 Uhr	<b>Psychische Belastungen und Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter</b> Dr. Martina Dort, Deutsches Zentrum für Psychische Gesundheit (DZPG)
15:00 – 15:30 Uhr	<b>Zur aktuellen kinder- und jugendpsychiatrischen und -psychotherapeutischen Versorgung im Lahn-Dill-Kreis</b> Dr. med. Christoph Andreis, Vitos Kinder- & Jugendklinik für psychische Gesundheit Herborn
15:30 – 16:00 Uhr	<b>Pause</b> Zeit zum Austausch und Netzwerken bei Kaffee, Kaltgetränken und Snacks
16:00 – 16:30 Uhr	<b>Starke Kinder – starke Strukturen: Das Landesprogramm Präventionsketten Hessen für ein gelingendes Aufwachsen!</b> Dr. Sarah Mümken, HAGE – Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.
16:30 – 17:30 Uhr	<b>Thementische</b> Thementisch 1 „Stärkung mentaler Gesundheit“ Thementisch 2 „Versorgung entlasten“ Thementisch 3 „Gesundheitsstrategie“ Thementisch 4 „Gesunde Kita“ Thementisch 5 „Gesund in der Schule“
17:30 – 18:00 Uhr	<b>Abschluss</b> Zusammenfassung der Thementische, Evaluation

## Vorträge

Insgesamt beinhaltete die Gesundheitskonferenz 3 Fachvorträge.

Frau Dr. Dort (Deutsches Zentrum für Psychische Gesundheit) machte den Beginn, indem Sie in Ihrem Vortrag zu psychischen Belastungen und Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter referierte. Außerdem stellte sie Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen vor.

Herr Dr. med. Andreis (vitos Herborn) stellte die aktuelle kinder- und jugendpsychiatrische Versorgungslage im Lahn-Dill-Kreis dar. Zusätzlich blickte er historisch zurück auf die regionale psychiatrische Versorgung.


Den Abschluss machte Frau Dr. Mümken (Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.), indem sie über Präventionsketten referierte und dabei das Landesprogramm „Präventionsketten Hessen – Gelingendes Aufwachsen, Kinderreiche leben“ vorstellte.

Die Präsentationsfolien der jeweiligen Vorträge sind auf den nachfolgenden Seiten zu finden.



# Psychische Belastungen und Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter

Dr. Martina Dort  
Psychologin / Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin



**psychische Belastungen  $\neq$  psychische Erkrankungen**

**Kritische Lebensereignis führen nicht  
zwangsläufig zu psychischen Auffälligkeiten.**



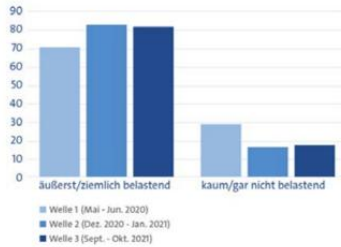
## **Psychische Belastung**

 **16,9 % aller Kinder und Jugendlichen in Deutschland psychische Auffälligkeiten  
(KIGGS-Studie, 2018)**



## Psychische Belastungen bei Kindern und Jugendlichen während Corona (COPSY-Studie)

Subjektiv empfundene Belastung durch die Corona-Krise



Anteil der Kinder und Jugendlichen mit einer geminderten Lebensqualität



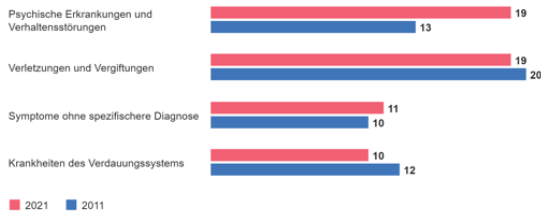
# Psychische Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter



## Psychische Erkrankungen

- Psychische Erkrankungen 2021 die häufigste Ursache für Krankenhausbehandlungen von 10- bis 17-Jährigen

Häufigste Diagnosen stationärer Krankenhausbehandlungen 10- bis 17-Jähriger  
Anteil an allen Behandlungsfällen von 10- bis 17-Jährigen in %

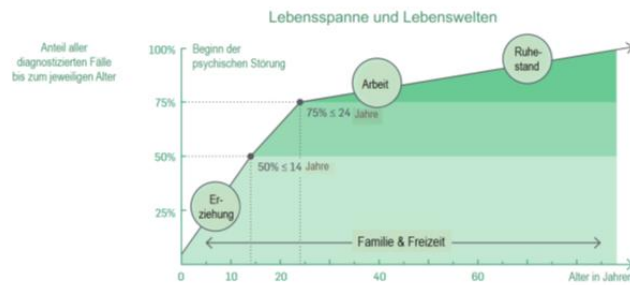


© Statistisches Bundesamt (Destatis), 2024



## Beginn psychischer Erkrankungen

- Nach internationalen Studien 50 % aller psychischen Erkrankungen vor dem 15. und 75 % vor dem 25. Lebensjahr



© J. Margraf, 2003, Folie 11

Schneider, S. & Margraf, J. & LIFE-TST Konsortium (2020), Ruhr-Universität Bochum

## Häufigkeit psychischer Erkrankungen

- **Depression**
  - Zahlen schwanken je nach Studiendesign
  - Mind. eine depressive Episode bis zum Alter von 18 Jahren: 5,7 – 14 %
- **Angststörungen**
  - Spezifische Phobie 10 %
  - Trennungsangst 4 – 5 %
  - Soziale Phobie 1,4 – 7,3 %
- **ADHS**
  - Ca. 5 % aller Kinder weltweit betroffen
  - Zahl Betroffener in letzten 30 Jahren konstant
- **Störung des Sozialverhaltens**
  - Ca. 3 %

## Depression



### Symptome

- **Depressive Verstimmung**
- **Interessen- oder Freudverlust**
- **Verminderter Antrieb oder gesteigerte Ermüdbarkeit**
- Verlust von Selbstvertrauen oder Selbstwertgefühl
- Ausgeprägte, unangemessene Selbstvorwürfe oder Schuldgefühle
- Wiederkehrende Gedanken an Tod oder Suizid, suizidales Verhalten
- Vermindertes Denk- oder Konzentrationsvermögen, Unschlüssigkeit oder Unentschlossenheit
- Psychomotorische Agitiertheit oder Gehemmtheit Psychomotorische Unruhe oder Verlangsamung
- Schlafstörungen
- Appetitverlust oder gesteigerter Appetit mit entsprechender Gewichtsveränderung
- **Dauer: mind. 2 Wochen**



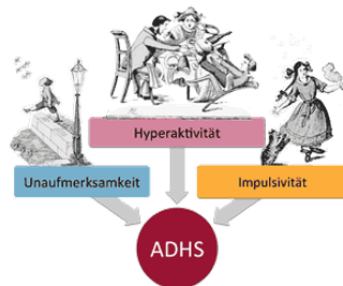
## Angststörungen



### Symptome

- Intensive und anhaltende Ängste
- Körperliche Symptome z.B. Beschleunigung der Puls- und Atemfrequenz, Zittern, intensives Erleben von Hitze (Schweißausbrüche) oder Kälte, Unwohlsein, Kopf- oder Bauchschmerzen bis hin zur Übelkeit und Erbrechen
- Vermeidungs- und Sicherheitsverhalten
- Leiden & Beeinträchtigung

## AD(H)S



### Symptome

#### Unaufmerksamkeit

- Sorgfaltsfehler
- Schwierigkeiten, Aufmerksamkeit aufrecht zu erhalten
- Nicht hören
- Nicht folgen können
- Aufgabenorganisation beeinträchtigt
- Vermeidung aufmerksamskeits-fordernder Aufgaben
- Verlust von Aufgabenmaterial
- schnell abgelenkt
- vergesslich

#### Hyperaktivität

- Fuchteln mit Händen u. Füßen oder auf Stuhl herum rutschen
- Platz verlassen
- Häufiges Umherlaufen / Klettern auf Möbel
- Unnötig laut / exzessive motorische Aktivität

#### Impulsivität

- Mit Antworten heraus platzen
- Nicht abwarten können
- Unterbrechung anderer
- Exzessives Reden

**Beginn vor dem 6./12. Lebensjahr – Dauer mind. 6 Monate**

## Störung des Sozialverhaltens



### Symptome

#### Oppositionelle Symptome

- Für das Entwicklungsalter ungewöhnlich häufige oder schwere Wutausbrüche
- Häufiger Streit mit Erwachsenen
- Häufige aktive Weigerung Anweisungen oder Regeln von Erwachsenen zu befolgen
- Häufiges absichtliches Ärgern anderer
- Häufiges Schuld für eigene Fehler oder eigenes Fehlverhalten auf andere schieben
- Geringe Frustrationstoleranz (leicht reizbar)
- Häufiger Zorn oder Verärgerung
- Häufige Boshaftigkeit oder Rachsucht

#### Dissoziale Symptome

- Häufiges Bedrohen oder Schikanieren anderer
- Häufiges Anzetteln körperlicher Auseinandersetzungen (außer Geschwistern)
- Mindestens einmalige Benutzung einer Waffe, die anderen schweren körperlichen Schaden zufügen kann
- Mindestens einmalige körperliche Grausamkeit gegenüber einem Menschen
- Tierquälerei
- Mindestens einmaliger Diebstahl in Konfrontation mit dem Opfer
- Mindestens einmaliges Zwingen einer anderen Person zu sexuellen Handlungen
- Mindestens einmalige vorsätzliche Brandstiftung
- Mindestens einmalige vorsätzliche Zerstörung fremden Eigentums (ausgenommen Brandstiftung)
- Mindestens einmaliger Einbruch in fremde Wohnungen, Gebäude oder Autos
- Häufiges Lügen zur Beschaffung von Gütern/Vorteilen oder zur Umgehung von Verpflichtungen
- Mindestens einmaliger Diebstahl von Wertgegenständen ohne Konfrontation mit dem Opfer
- Häufiges Wegbleiben über Nacht, trotz Verbot durch die Eltern (Beginn vor dem 13. Lebensjahr)
- Mindestens 2-maliges Weglaufen von den Erziehungsberechtigten über eine Nacht oder einmalig über mehrere Nächte
- Häufiges Schulschwänzen (Beginn vor dem 13. Lebensjahr)

## Youth-Mental-Health-Infrastruktur (YMH-INF)

Dr. Martina Dort  
Psychologin / Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

## DZPG – Was ist das?



- Deutsches Zentrum für psychische Gesundheit
- Bundesweites langfristiges Projekt zur Verbesserung der psychischen Gesundheit in Deutschland
- Bündelung von Spitzenforschung
- Partizipative Forschung unter Einbezug von
  - Kindern & Jugendlichen
  - Betroffenen & Angehörigen
  - Lebensumwelt Schule & Kita



## Was macht das DZPG am Standort Marburg?



- Zentrale Aufgabe:
  - Youth-Mental-Health (YMH) Infrastruktur
- Weitere Projekte
  - Extraktion von Elementen verschiedener Präventions- und Interventionsprogramme
  - Analyse von Social Media Inhalten zum Thema psychische Gesundheit



## Ziele der YMH-INF

- psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in den relevanten Lebenswelten Kita, Kindergarten und Schule zu fördern
- **Onlineplattform** mit Informationen zu Präventions- und Interventionsmöglichkeiten in den relevanten Lebenswelten
- Empfehlungen für die Konzeptualisierung und Umsetzung von Studien in den relevanten Lebenswelten
- Langfristig Früherkennungssystem, um in den relevanten Lebenswelten für Risikofaktoren psychischer Erkrankungen zu sensibilisieren und frühzeitig intervenieren zu können

17



## GUSTAPH - die YMH-Onlineplattform

Strategien zur Verbesserung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen so aufbereitet, dass sie eigenständig eingesetzt werden können von

- Jugendlichen
- Eltern
- Päd. Fachkräften (Kita, Schule, Jugendhilfe...)
- Psych. Fachkräften (Schulpsychologie, Psychotherapeuten...)



## GUSTAPH - die YMH-Onlineplattform

- Fokus: evidenzbasierte Verfahren (EBV)
  - Weg von Programmen hin zum Einsatz individualisierter, transdiagnostischer (= nicht auf eine spezifische psychische Diagnose beschränkte) Interventionen
  - Extraktion von Kernelementen (z. B. sich überschneidende Komponenten) verschiedener wirksamer Interventionen



## GUSTAPH - die YMH-Onlineplattform



[www.gustaph.de](http://www.gustaph.de)

Zugangsdaten zur Beta-Version:  
Benutzer: *Gustaph*  
Passwort: *KiJu\_23*

Fokus: Inhalt und Funktionalität  
Wording und Design folgt erst im Anschluss



## GUSTAPH - die YMH-Onlineplattform

Zeige diesen Inhalt für: **Jugendliche** Eltern Päd. Fachkräfte Psych. Fachkräfte

### Strategien

Sieh nach, welche Strategien es für verschiedene Schwierigkeiten gibt. Du kannst dabei für eine bestimmte Altersgruppe, ein Geschlecht, aber auch ein bestimmtes Setting suchen.

Hohe Evidenz 
  Mittlere Evidenz 
  Geringe Evidenz 
  Keine Evidenz

**Alter:**   
**Geschlecht:** männlich weiblich alle  
**Setting:** klinisch Schule Kita/Kiga zu Hause/Familie Gemeinwesen

**Belastung:** Angst niedergeschlagene Stimmung Antriebslosigkeit Interessenverlust Selbstmordgedanken Unaufmerksamkeit Wutausbrüche regelverletzendes Verhalten ständige Sorge um Körperform und Gewicht exzessive Maßnahmen zu Gewichtsverlust und Kontrolle Abhängigkeit/Sucht einkoten einnässen autistische Verhaltensweisen/Züge "drüber" sein/übertrieben gute Laune mit wenig Schlaf und deutlich erhöhter Aktivität Wahnvorstellungen Halluzinationen außergewöhnlich belastendes Lebensereignis Flashbacks

**Filter** Sortierung: nach Evidenz

## GUSTAPH - die YMH-Onlineplattform



Halluzinationen außergewöhnlich belastendes Lebensereignis Flashbacks

**Filter** Sortierung: nach Evidenz

<b>Bewältigungsmechanismen Eltern</b> Kinder zu haben ist toll, aber Eltern ist sein kann auch manchmal auch... Eltern zu Hause	<b>Verhaltensbezogener Vertrag</b> Klare Familienregeln sind wichtig für den Umgang mit schwierigem Verhalten von Kindern. Das gilt... Eltern zu Hause	<b>Loben</b> Kinder, die ein positives Selbstwertgefühl haben, fühlen sich in ihrer Familie sicher und können... Eltern zu Hause	<b>Anweisungen oder effektive Instruktionen</b> Sie möchten, dass Ihr Kind besser und sie nicht über den Schulbus... Eltern zu Hause
<b>Belohnungen</b> In einer perfekten Welt wäre es natürlich toll, wenn Erziehung ganz ohne Belohnungssysteme... Eltern zu Hause	<b>Krisen-Management</b> Wenn Dinge nicht glatt laufen, können Sie als Eltern mit einigen einfachen Strategien und zusehendem... Eltern zu Hause	<b>Achtsamkeit</b> Eltern sind auch nur Menschen! Es kommt vor, dass man als Eltern auch mal überfordert... Eltern zu Hause	<b>Natürliche und logische Konsequenzen</b> Konsequenzen sind eine letzte Möglichkeit, um Ihren Kindern zu... Eltern zu Hause

<https://beta.gustaph.de/interaktion-detail/anweisungen-oder-effektive-instruktionen...>



## GUSTAPH - die YMH-Onlineplattform

### Zeitplan

- Bis Oktober 2025 sollen alle Strategien, die in der Datenbank des amerikanischen Kooperationspartners PracticeWise gelistet sind, inkl. erster kurzer Handreichungen als PDF auf GUSTAPH zu finden sein
- Bis zum DPK im Juni 2026 soll bei den Strategien auch die Such-/Filterfunktion funktionieren
- Einfügen von angepassten Anleitungen für die verschiedenen Strategien je Zielgruppe erfolgt schrittweise



 **GUSTAPH**  
Deine starke und geprüfte Plattform  
für deine psychische Gesundheit.

Probiere es aus

Benutzer: Gustaph  
Passwort: Kiju\_23

[www.gustaph.de](http://www.gustaph.de)

**Vielen Dank für die  
Aufmerksamkeit!**

Fragen? Anmerkungen?

Dr. Martina Dort  
Psychologin / Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

[martina.dort@uni-marburg.de](mailto:martina.dort@uni-marburg.de)



**vitos:**

VITOS HERBORN

Gesundheitskonferenz Lahn Dill Kreis 24.09.2025

## Zur kinderpsychiatrischen Versorgungslage im Lahn Dill Kreis

**Klinikdirektor**  
Dr. med. Christoph Andreis  
Vitos Kinder- und Jugendklinik  
für psychische Gesundheit Herborn



**vitos:**

### Historischer Kontext

**1954: Erste Abteilung in Marburg**

**1964: Lehrstuhl in Frankfurt**

**1968: Facharztanerkennung**

**1975: Psychiatrie-Enquete – Abbau Verwahrung, Aufbau gemeindenah, multiprofessionell**

**vitos:**

## NS-Zeit

Kindertransporte von Herborn nach Hadamar

Opfer der 'Aktion T4'

Verantwortung für Erinnerung und Menschenwürde

Seite 3

Vitos Herborn

Ein Unternehmen des LWVHessen

**vitos:**

## Klinische Kinderpsychiatrie am Anfang...

Neubau am Rehberg, 144 Betten geplant auf dem Papier

Beginn 1.8.1975

Weg von dauerhafter Verwahrung hin zu episodischer  
Behandlung

Erste ambulante Sprechstunden in Wetzlar in 1981



Seite 4

Vitos Herborn

Ein Unternehmen des LWVHessen

**vitos:**

## Ausbau und Erweiterung

Tagesklinik Wetzlar (2012)

Behandlung Zuhause (StäB) Herborn ab 2023

Behandlung Zuhause (StäB) Wetzlar ab 2025



Seite 5

Vitos Herborn

Ein Unternehmen des **LWVHessen**

**vitos:**

### **Rückzug in das dann kernsarnierte Stammhaus in 2027**

Aktuelle Versorgung durch Vitos:

54 vollstationäre Plätze

12 BZH Plätze

17 TK Plätze Wetzlar

Über 1400 ambulante Behandlungen in Wz und Hb



Seite 6

Vitos Herborn

Ein Unternehmen des **LWVHessen**

**vitos:**

## Versorgung durch niedergelassene KJP und Fachärzte

24 niedergelassene KJP in eigener Praxis mit KV Sitz

- Herborn (6)
- Wetzlar (13)
- Sinn (1)
- Hüttenberg (1)
- Dillenburg (2)
- Breitscheid (1)

Eine niedergelassene Fachärztin in Wetzlar

Seite 7

Vitos Herborn

Ein Unternehmen des LWVHessen

**vitos:**

## Herausforderungen



Seite 8

Vitos Herborn

Ein Unternehmen des LWVHessen

**vitoss**

## Herausforderungen

- Viele Familien mit reduzierten Ressourcen
- Wenig Ressourcen – reduzierte Adhärenz – weitere psychosoziale Beeinträchtigungen – weiterer Ressourcenverlust – weiterer Adhärenzverlust...
- Wie können wir Familien so unterstützen, dass Unterstützung/ Behandlung auch ankommt?

Seite 9

Vitos Herborn

Ein Unternehmen des LWVHessen

**vitoss**

... nicht die Orientierung verlieren!



Seite 10

Vitos Herborn

Ein Unternehmen des LWVHessen

Präsentation Dr. Mümken „Starke Kinder – starke Strukturen: Das Landesprogramm Präventionsketten Hessen für ein gelingendes Aufwachsen!“



  
**Präventionsketten  
Hessen** Gelingendes Aufwachsen,  
Kinderrechte leben

## Starke Kinder – starke Strukturen:

Das Landesprogramm Präventionsketten  
Hessen für ein gelingendes Aufwachsen!

Gesundheitskonferenz 2025 in Wetzlar  
24. September 2025

 HAG Heinrich Heine Arbeitsgemeinschaft  
für Gesundheitsförderung e.V.

### Die ersten wichtigen Schritte...



*„Im Menschenleben ist es wie  
auf der Reise. Die ersten Schritte  
bestimmen den ganzen Weg.“*  
(Arthur Schopenhauer)



Quelle: Foto Mümken, 2025

## Präventionsketten als Lösungsansatz für gesellschaftliche Herausforderungen



- Kindern Chance auf ein **gelingendes Aufwachsen** ermöglichen
  - Schaffung positiver Lebens- und Teilhabebedingungen
  - Zugänge zu Angeboten erleichtern
  - Familien in herausfordernde Lebenssituationen unterstützen
- **Gemeinsam** für komplexe Themen Lösungen erarbeiten
- Ressourcen bündeln und **Doppelstrukturen vermeiden**
  - Eine integrierte kommunale Handlungsstrategie entwickeln
  - Verfügbare Mittel wirkungsvoll einsetzen

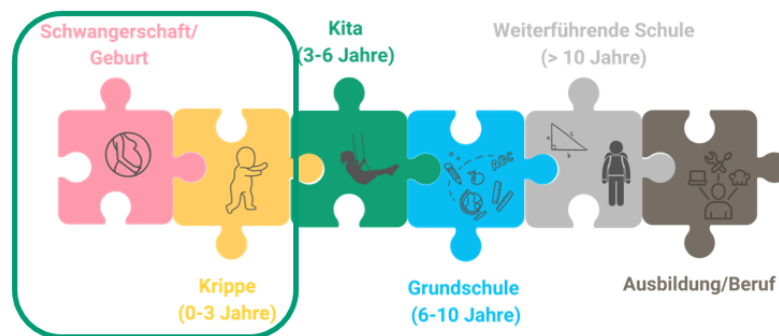
Umdenken der bisherigen Arbeitsweise 

## Präventionsketten ohne Brüche für ein gelingendes Aufwachsen



Als Präventionsketten werden **integrierte Gesamtstrategien** bezeichnet, die auf kommunaler Ebene den Rahmen schaffen, um das **vielfältige Unterstützungsangebot** öffentlicher und privater Träger und Akteure besser zu **verbinden**. Sie tragen dazu bei, dass dieses Angebot über **Altersgruppen und Lebensphasen** hinweg aufeinander abgestimmt ist und ineinander greift.

Quelle: Richter-Kornweitz, Holz und Kilian, 2023



## Landesprogramm „Präventionsketten Hessen“ – Der Weg ist das Ziel!



**Programmlaufzeit**  
März 2022 –  
Dezember 2025

**Gefördert durch** Hessisches  
Ministerium für Familie,  
Senioren, Sport, Gesundheit  
und Pflege (HMFG) &  
Auridis Stiftung



- Förderung der sozialen, gesundheitlichen, materiellen und kulturellen Lebenslage von Kindern und Verminderung der Folgen von Kinderarmut
- Stärkung der Kinder von 0 bis 10 Jahren und deren Familien
- Rechte und Bedürfnisse von Kindern stehen im Zentrum des Handelns



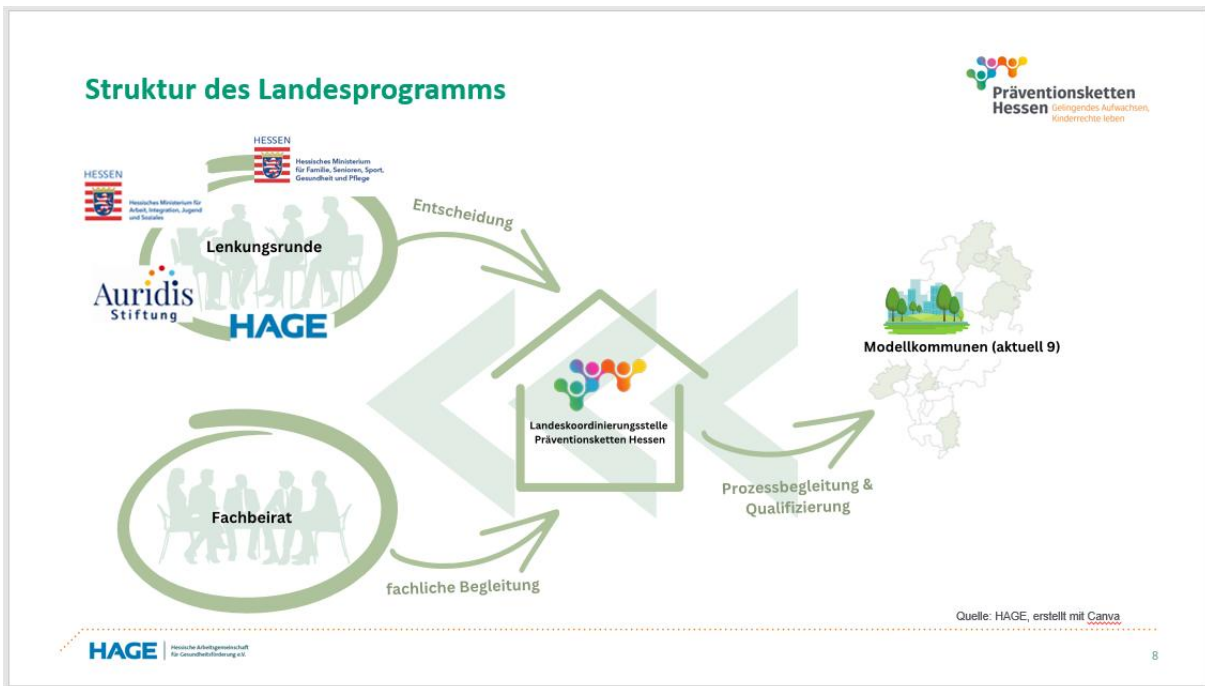
- Unterstützung von aktuell 9 Kommunen zur Etablierung einer ressort- und professionsübergreifenden Zusammenarbeit zur Stärkung kommunaler (Verwaltungs-)Strukturen
- Systematische Beteiligung von Politik, Fachdisziplinen, Institutionen, Trägern sowie Kinder und Familien

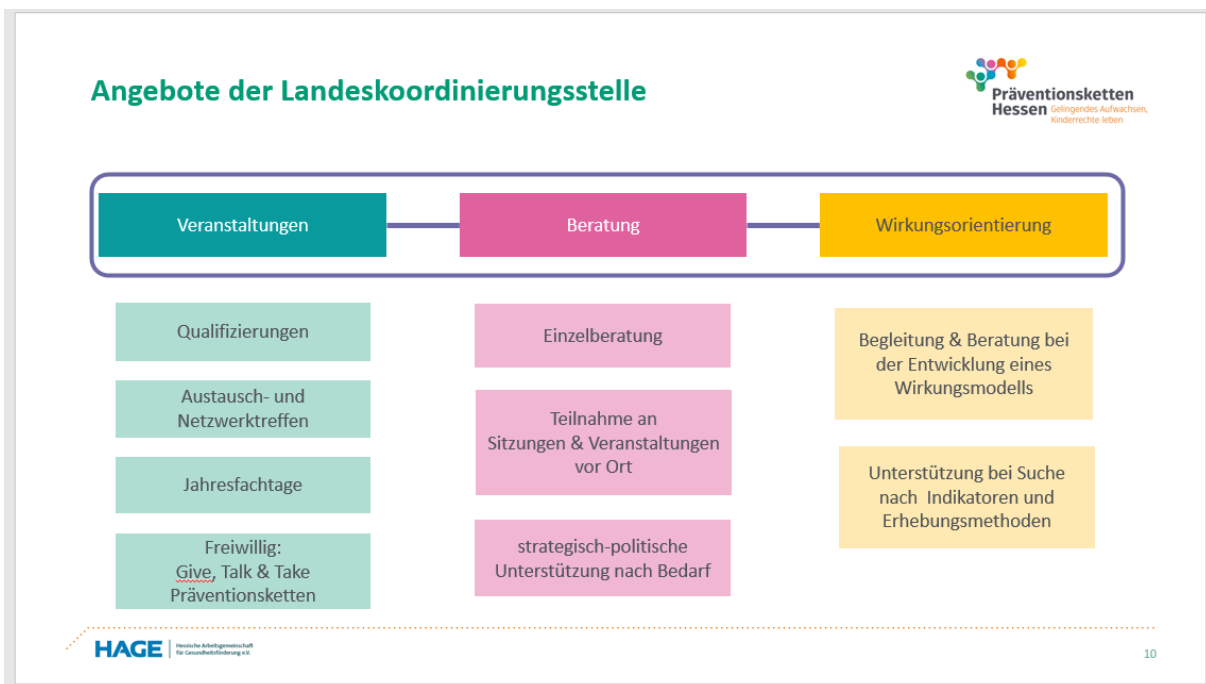
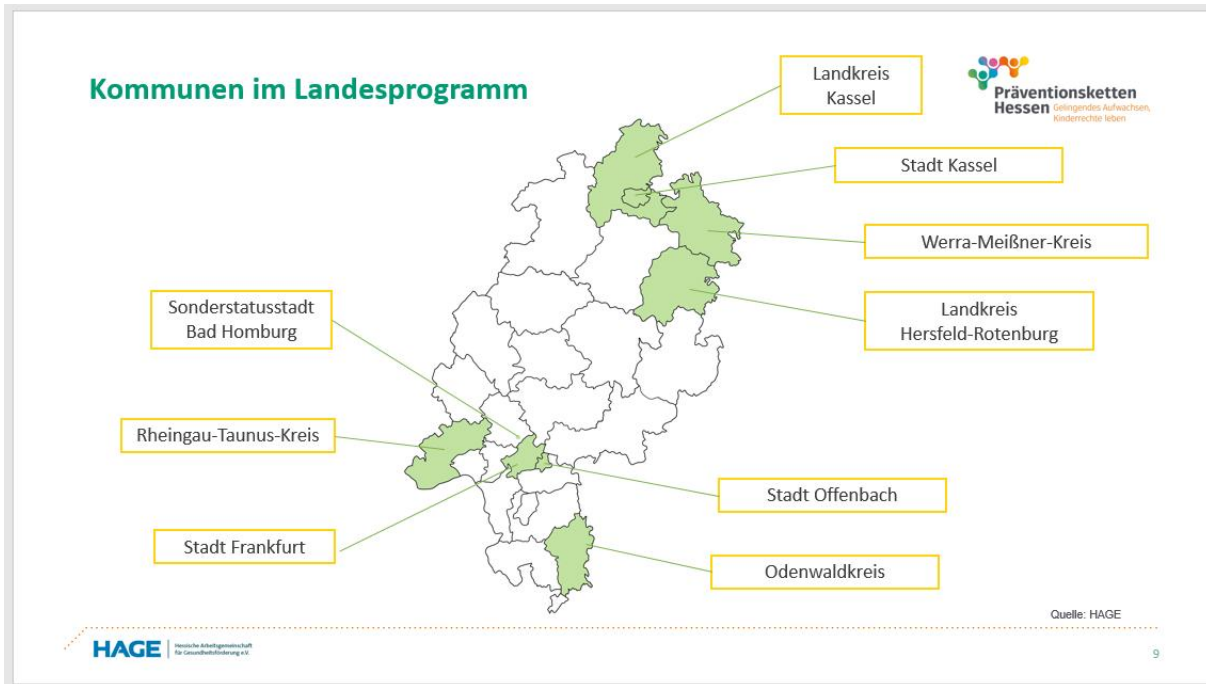
## Weiterführung des Landesprogrammes ab 2026

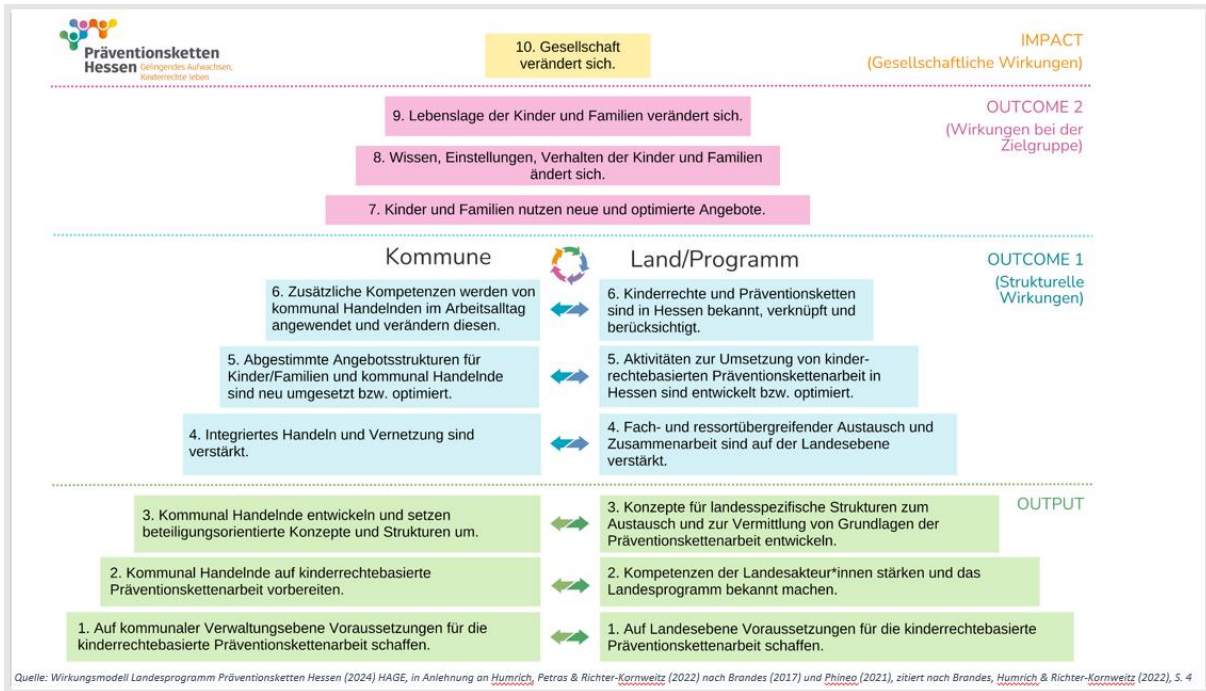


### Zentrale Ziele des neuen Förderdurchlaufs

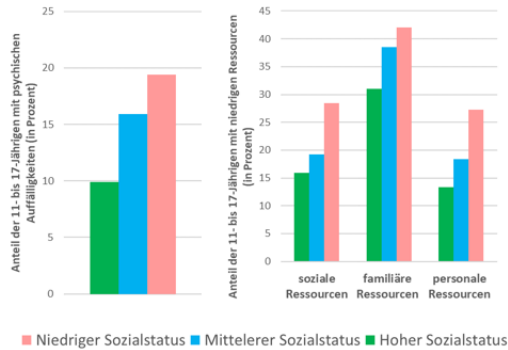
- **Für neue Kommunen**
  - Implementierung der Präventionsketten in fünf weiteren Kommunen (07/2026 bis 06/2029)
- **Für teilnehmende Kommunen**
  - Vertiefungsphase (01/2026 bis 12/2026) mit Co-Förderung einer 0,5 Stelle
  - Verlängerungsphase (bis 06/2026) für verspätet gestartete Kommunen (anschließend Vertiefungsphase bis 12/2026 möglich)







### Untersuchung psychischer Auffälligkeiten bei 11- bis 17- Jährigen (Datengrundlage KiGGS Welle 2 2014-2017; Schmidtke et al. 2021)



- **Psychische Auffälligkeiten** treten in der **niedrigsten Statusgruppe doppelt so häufig** auf (19,4 %) wie in der höchsten (9,9 %).
- Kinder und Jugendliche mit **wenigen psychosozialen Ressourcen** haben – unabhängig vom Status – ein deutlich **erhöhtes Risiko** für psychische Auffälligkeiten.
- **Psychosoziale Ressourcen** sind bei einem niedrigen Sozialstatus **seltener** vorhanden.

➤ **Ansatzpunkt für Gesundheitsförderung und Prävention mit dem Ziel der strukturellen Förderung von gesundheitlicher Chancengerechtigkeit!**

Quelle: Eigene Darstellung nach Schmidtke et al. (2021)

### Veranstungshinweis

## Jahresfachtag 2025

Chancengerechtigkeit, Teilhabe und Partizipation – Welchen Beitrag können Präventionsketten in unserer Gesellschaft leisten?

.....

Datum: **Mi., 05.11.2025**

Zeit: **09:00-16:30 Uhr**

Ort: **Historisches Museum Frankfurt, Saalhof 1, 60311 Frankfurt am Main**

Anmeldung



## Vielen Dank

### Kontakt:

HAGE – Hessische Arbeitsgemeinschaft  
für Gesundheitsförderung e. V.

Landeskoordinierungsstelle Präventionsketten Hessen

Wildunger Straße 6/6a

60487 Frankfurt am Main

E-Mail: [praeventionsketten@hage.de](mailto:praeventionsketten@hage.de)

Tel.: 069 713 76 78-0

[www.praeventionsketten-hessen.de](http://www.praeventionsketten-hessen.de)



## Literatur

- **Brandes, S., Humrich, W. & Richter-Kornweitz, A. (2022).** *Wirkungen sichtbar machen: Eine Einführung in die Arbeit mit Wirkungsmodellen. Kommunale Präventionsketten: Von Strategieentwicklung und Strukturbildung* (2. überarbeitete Auflage) (Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e.V. Landeskoordinierungsstelle "Präventionsketten Niedersachsen", Hrsg.) (Praxis Präventionsketten 5). Hannover. Verfügbar unter: [https://www.praeventionsketten-nds.de/fileadmin/media/downloads/praxis-praeventionskette/Praxisblatt\\_5\\_Wirkungen\\_planen\\_und\\_sichtbar\\_machen\\_web\\_2.\\_Auflage.pdf](https://www.praeventionsketten-nds.de/fileadmin/media/downloads/praxis-praeventionskette/Praxisblatt_5_Wirkungen_planen_und_sichtbar_machen_web_2._Auflage.pdf)
- **Richter-Kornweitz, A., Holz, G. & Kilian, H. (2023).** *Präventionskette – Integrierte kommunale Gesamtstrategie zur Gesundheitsförderung und Prävention* (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Hrsg.) (Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden). Verfügbar unter: <https://leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/praeventionskette-integrierte-kommunale-gesamtstrategie-zur-gesundheitsfoerderung-und-praevention/>
- **Schmidtke, C., Geene, R., Hölling, H. & Lampert, T. (2021).** Psychische Auffälligkeiten, psychosoziale Ressourcen und sozioökonomischer Status im Kindes- und Jugendalter – Eine Analyse mit Daten von KiGGS Welle 2. *Journal of Health Monitoring*, 6(4), 21–35. <https://doi.org/10.25646/8864>
- **Wieda, C., Grohs, S. & Beinborn, N. (2020).** *Kommunale Prävention für Kinder und Familien* (Bertelsmann Stiftung, Hrsg.). Gütersloh. <https://doi.org/10.11586/2020041>

## Antragsunterlagen für die neue Förderphase



Die Antragsunterlagen und alle Informationen zum 2. Förderdurchlauf finden Sie auf unserer Webseite: <https://www.praeventionsketten-hessen.de/index.php?id=99> .



## Thematische

Den Teilnehmenden standen insgesamt 5 Thematische zur Auswahl. An einem Thematische konnten sie jeweils Ihre Erfahrungen einbringen, sich vernetzen und austauschen. Die Ergebnisse der jeweiligen Thematische sind auf den nachfolgenden Seiten dokumentiert.

### Thematisch 1 „Stärkung mentaler Gesundheit“

Was gibt es schon? Was fehlt noch?

Sammeln Sie in der Gruppe welche Angebote zur Stärkung der mentalen Gesundheit von Kindern Ihnen bekannt sind bzw. bereits bestehen und formulieren Sie welche Bedarfe Sie diesbezüglich sehen.

### Thematisch 2 „Versorgung entlasten“

Tauschen Sie sich dazu aus wie Prävention und Gesundheitsförderung auf kommunaler Ebene dazu beitragen können, die psychiatrische und psychotherapeutische Versorgungssituation für Kinder zu entlasten und Wartezeiten zu verkürzen.

### Thematisch 3 „Gesundheitsstrategie“

Bringen Sie sich in den Austausch ein, welche Chancen und Hürden für ein gesundes Aufwachsen durch eine kommunale Gesundheitsstrategie in Ihren Arbeitsfeldern bestehen und welche Möglichkeiten Sie für Kooperationen innerhalb des Lahn-Dill-Kreises zur psychischen Gesundheit von Kindern sehen.

### Thematisch 4 „Gesunde Kita“

Zuerst lernen Sie die Fachstelle „Gesundheitsfördernde Kita“ der HAGE e.V. kennen. Im Anschluss tauschen Sie sich ressourcenorientiert und praxisnah aus. Sie richten den Blick auf Ihre Erfahrungen, Ressourcen, Bedarfe und Herausforderungen rund um Gesundheitsförderung und Prävention in der Kita.

### Thematisch 5 „Gesund in der Schule“

Nach einen Gallery-Walk durch verschiedene Präventionsprogramme im Setting Schule tauschen Sie sich zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen und Schülern aus. Der Fokus liegt auf den förderlichen und hemmenden Faktoren, bestehenden Herausforderungen und dem benötigten Netzwerk.

**Thementisch 1 „Stärkung mentaler Gesundheit“**

Aus Thementisch 1 gingen die auf den nachfolgenden Seiten dargestellten Ergebnisse hervor.

**Leitfrage: Welche Herausforderungen erleben Kinder und Jugendliche heute im Kontext psychischer Belastungen?**

Kinder und Jugendliche sind aktuell mit vielfältigen Belastungsfaktoren konfrontiert:

**Individuelle & soziale Belastungen**

- Schwierigkeiten in Beziehungen, Streit im sozialen Umfeld
- Verlust oder Abbruch von Beziehungen
- Fehlende Unterstützung durch Bezugspersonen
- Eigene Grenzen nicht einschätzen oder wahren können

**Identitätsentwicklung & Selbstbild**

- Druck in der Phase der Identitätsfindung
- Starker Einfluss von Social Media und Peer-Vergleichen
- Diskriminierung und Ausgrenzungserfahrungen

**Leistungs- und Erwartungsdruck**

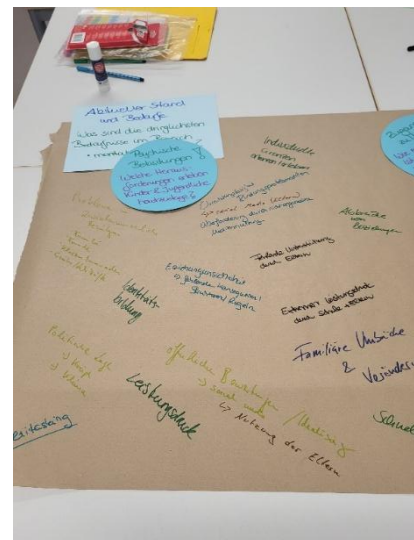
- Hohe schulische Anforderungen
- Erwartungsdruck von außen (Familie/Peers)
- Wenig Raum für Fehler oder Erholung

**Familiäre Belastungen**

- Familiäre Umbrüche und Krisen
- Instabile Lebenssituationen
- Belastete emotionale Atmosphäre zuhause

**Gesellschaftliche Entwicklungen**

- Politische Krisen (Krieg, Klima) erzeugen Unsicherheit
- Schnelle Veränderungsprozesse im Alltag
- Öffentliche Rahmenbedingungen schaffen zusätzlichen Stress  
→ z. B. soziale Ungleichheiten, strukturelle Herausforderungen



**Kernaussage:**

Psychische Belastungen von Kindern und Jugendlichen entstehen aus einem komplexen Zusammenspiel aus Leistungsdruck, Identitätskonflikten, familiären Herausforderungen, digitalem Einfluss und gesellschaftlicher Unsicherheit.

## **Leitfrage: Wie können Kinder und Jugendliche leichter Zugang zu Unterstützungsangeboten bekommen?**

Auf dem Plakat genannte Aspekte:

- **Unterschiedliche Wissensstände**  
→ Kinder, Jugendliche & Familien wissen oft nicht, welche Angebote es gibt
  - **Abhängigkeit vom Umfeld**  
→ Elternhaus oder Schule beeinflussen stark, ob Hilfe genutzt wird
  - **Barrieren im System**  
→ komplizierte Zuständigkeiten, fehlende Orientierung
  - **Bewusstsein schaffen**  
→ Angebote müssen sichtbarer und bekannter gemacht werden
  - **Fokus auf niedrigschwellige Zugänge**  
→ Zugänge vereinfachen, Hemmschwellen senken
- 

## **Leitfrage: Wie wird psychische Unterstützung annehmbar und weniger stigmatisierend gestaltet?**

Auf dem Plakat genannte Aspekte:

- **Anlaufstellen vor Ort normalisieren**  
→ Angebote sichtbarer, offener und selbstverständlich machen
  - **Positives Framing von Unterstützung**  
→ Hilfe als Stärke und nicht als Schwäche zeigen
  - **Alltagsnähe**  
→ Angebote dort verankern, wo junge Menschen ohnehin sind (z. B. Schule)
  - **Diversität berücksichtigen**  
→ unterschiedliche kulturelle Hintergründe und Lebensmodelle ernst nehmen
  - **Sichtbare Vorbilder / Rollenmodelle**  
→ Unterstützung kann cool, mutig oder fürsorglich wirken
- 

### **Kurzes Fazit**

#### **Zugang und Entstigmatisierung hängen eng zusammen:**

Je sichtbarer, einfacher und selbstverständlicher Hilfen gestaltet sind, desto eher werden sie von Kindern und Jugendlichen angenommen.

**Leitfrage: Gibt es genügend Angebote zur Prävention und Früherkennung von psychischen Problemen?**

Inhalte aus dem Plakat:

- Es gibt **zu wenige Angebote**, bzw. sie sind **nicht ausreichend sichtbar**
- Prävention sollte **früher starten** (bereits ab Grundschule)
- Bestehende Programme nutzen, z. B.:
  - „Ich bin ich“, „Fellos“
- **Schulgesundheitsfachkräfte** einsetzen
- Präventionsangebote **kontinuierlich** statt punktuell anbieten

**Kernaussage:**

Prävention ist vorhanden, aber zu selten, zu spät und zu wenig im Alltag verankert.

**Leitfrage: Welche Programme zur Unterstützung der mentalen Gesundheit gibt es an Schulen?**

Inhalte aus dem Plakat:

- **Schulsozialarbeit & Schulpsychologie**
- Kooperationen mit **Familienzentren** und externen Anbietern
- **Halbtagsangebote / SOS-Räume**
- **AGs am Nachmittag** (z. B. Entspannung, Stressreduktion, Selbstwertstärkung)
- **Trainingsprogramme** (z. B. Umgang mit Stress & Emotionen)
- Gesundheitsbildung durch **Fachkräfte** im Schulkontext

**Kernaussage:**

An Schulen existieren bereits verschiedene Angebote, aber sie sind sehr unterschiedlich ausgeprägt und teils projektbasiert.

---

**Gemeinsame Schlussfolgerung**

Schule ist ein zentraler Ort für Prävention und Unterstützung mentaler Gesundheit – allerdings ist eine **Ausweitung, Qualitätssicherung** und **kontinuierliche Umsetzung** notwendig.

**Leitfrage: Welche Angebote gibt es und wie gut erreichen sie die Zielgruppe?**

Genannte Punkte:

- **Ambulante Therapieangebote** sind vorhanden
  - aber **lange Wartezeiten** & schwer zugänglich
- **Niedrigschwellige Angebote** fehlen oft
- Kinder & Jugendliche **wissen nicht immer**, wo sie Hilfe bekommen

- Digitale Angebote können ergänzen, sind aber **noch nicht flächendeckend ausreichend**

**Kernaussage:**

Angebote existieren, erreichen junge Menschen aber nicht zuverlässig und zu spät.

---

**Leitfrage: Welche Rolle spielen soziale Ressourcen & Gemeinschaft?**

Genannte Punkte:

- **Peer-Groups** stärken Resilienz
- **Spielsituationen und Freizeitangebote** fördern soziale Unterstützung
- Austausch mit Gleichaltrigen ist wichtig
- Selbsthilfegruppen (auch online) bieten Rückhalt

**Kernaussage:**

Gemeinschaft, soziale Beziehungen und altersnahe Unterstützungssysteme sind zentrale Schutzfaktoren.

---

**Leitfrage: Welche digitalen Ressourcen gibt es zur Unterstützung?**

Genannte Punkte:

- YouTube / Insta / Social Media
- KI-basierte Tools (z. B. Chatbots / mentale Gesundheit)
- **Gesundheitsplattformen** wie „fit4future“
- Apps & Online-Programme zur Stressbewältigung, Entspannung, Aufklärung

**Kernaussage:**

Digitale Tools können niedrigschwellig helfen – aber benötigen Qualitätssicherung & Sichtbarkeit.

---

**Leitfrage: Welche Angebote gibt es außerhalb der Schule?**

Genannte Punkte:

- Entspannungsangebote (z. B. Yoga, Entspannungstechniken)
- Natur- und Bewegungsangebote
- Eltern-Kind-Angebote mit externen Trägern
- Kultur- und kreative Angebote

**Kernaussage:**

Freizeitangebote bieten wichtige Ressourcen – sind aber lokal sehr unterschiedlich verfügbar.

---

### Gesamtfazit dieser Plakatgruppe

Angebote sind grundsätzlich vorhanden – aber häufig schwer auffindbar, nicht ausreichend vernetzt und in ihrer Qualität sehr heterogen.

Soziale Netzwerke (Peers), digitale Unterstützung und niederschwellige Freizeitangebote sollten gezielt gestärkt werden.

### Leitfrage: Ausbau der Ressourcen – Welche neuen Angebote oder Programmideen helfen?

Inhalte vom Plakat:

- Keine komplett neuen Programme – **bestehende Angebote besser zugänglich machen**
- **Lotsen einsetzen**, die Angebote verbinden und Orientierung geben
- **Kinder- & Familienzentren** stärker einbinden
- **Knotenpunkte schaffen** → zentrale Orte, an denen Unterstützungsangebote sichtbar sind
- Angebote sollen **vor Ort, alltagsnah & für alle erreichbar** sein
- **Zeit geben**, um Vertrauen aufzubauen (Beziehungsarbeit)
- **Kleinräumigkeit** wichtig → wohnortnahe Systeme statt großer zentralisierter Lösungen

### Kernaussage:

Es braucht keine Masse an neuen Projekten – sondern Vernetzung, niedrighschwellige Zugänge und wohnortnahe Strukturen.

---

### Leitfrage: Wie kann die Zusammenarbeit verschiedener Institutionen verbessert werden?

Inhalte vom Plakat:

- **Koordinationskräfte** für Schnittstellenarbeit einführen
- **Mehr Austausch** zwischen Schule, Jugendhilfe & Gesundheitssystem
- Angebote **sichtbarer** machen – Informationswege optimieren
- **Abbau von Zuständigkeitsgrenzen** und Systemhürden
- **Treffpunkte für alle** schaffen → offene Gruppen, Begegnungsräume
- **Bedarfsorientierte Planung** statt Standardlösungen

### Kernaussage:

Strukturen müssen koordiniert, Angebote sichtbar und Zugänge gemeinsam gestaltet werden.

---

### Gesamtfazit dieser Tafel

#### Der Schlüssel liegt in Vernetzung und Nahbarkeit:

Orientierung erleichtern, Kooperation stärken und Angebote dahin bringen, wo Kinder und Jugendliche sind.

#### Leitfrage: Wo gibt es noch Verbesserungspotenziale oder bestehende Lücken in der Versorgung?

Inhalte vom Plakat:

- **Fachkräftemangel** – zu wenige qualifizierte Angebote für mentale Gesundheit
- **Wartezeiten** auf Hilfen weiterhin zu lang
- **Zu wenig niedrigschwellige Unterstützung** im unmittelbaren Lebensumfeld
- **Segmentierung des Systems** → Zuständigkeiten unklar
- Prävention & Unterstützung **zu wenig alltagsnah**
- Förderprogramme **zu projektbezogen** und nicht dauerhaft finanziert

#### Kernaussage:

Die Versorgung ist lückenhaft: zu wenig Personal, zu lange Wartezeiten und zu wenig Kontinuität.

---

#### Leitfrage: Gibt es genug qualifizierte Angebote für die mentale Gesundheit von Kindern & Jugendlichen?

Inhalte vom Plakat:

- **Nein – Qualifikation & Fachwissen sind ungleich verteilt**
- Unterschiedlicher Ausbildungsstand bei Fachkräften in Schule & Jugendhilfe
- **Mehr Fortbildungen** nötig, z. B. zu Stressbewältigung, Trauma, Resilienzförderung
- **Haltung** wichtig:  
→ wertschätzend, ressourcenorientiert, inklusiv
- Bestehende Skills im System stärker nutzen & weiterentwickeln

#### Kernaussage:

Qualifizierte Fachkräfte sind essenziell – aber derzeit nicht flächendeckend verfügbar.

---

### Gesamtfazit dieser Tafel

Für eine verlässliche psychische Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen braucht es **mehr qualifiziertes Personal, klare Zuständigkeiten und nachhaltige Strukturen** statt befristeter Projekte.

### **Gesamtfazit: Psychische Gesundheit von Kindern & Jugendlichen stärken**

Kinder und Jugendliche erleben heute eine Vielzahl psychischer Belastungen – von Leistungsdruck über familiäre Herausforderungen bis hin zu gesellschaftlichen Krisen und Social-Media-Einflüssen. Gleichzeitig ist die Unterstützung für sie **nicht ausreichend sichtbar, erreichbar oder qualitativ gesichert**.

Die bestehenden Angebote sind grundsätzlich vielfältig – **aber**:

- Die **Zugänge** sind oft zu kompliziert, zu spät und nicht niedrigschwellig genug.
- Die **Vernetzung** zwischen Systemen (Schule – Jugendhilfe – Gesundheit) ist ausbaufähig.
- **Prävention** beginnt häufig zu spät und ist nicht nachhaltig finanziert.
- **Fachkräfte** sind zu wenige und unterschiedlich qualifiziert.
- **Entstigmatisierung** und alltagsnahe Aufklärung fehlen vielerorts.
- Digitale Lösungen bieten Chancen, müssen jedoch **jugendgerecht**, begleitet und verlässlich gestaltet sein.

---

### **Was es braucht**

Kurz zusammengefasst:

**Besser erreichbare, vernetzte, qualitätsgesicherte und alltagsnahe Unterstützung – frühzeitig, niedrigschwellig und entstigmatisierend.**

---

### **Leitlinien für die Weiterentwicklung**

1. **Prävention stärken & früh beginnen**
2. **Zugänge vereinfachen, Hemmschwellen abbauen**
3. **Angebote vernetzen – Schnittstellen koordinieren**
4. **Fachkräfte qualifizieren & Haltung reflektieren**
5. **Digitale & analoge Unterstützungswege kombinieren**
6. **Psychische Gesundheit sichtbar & selbstverständlich machen**



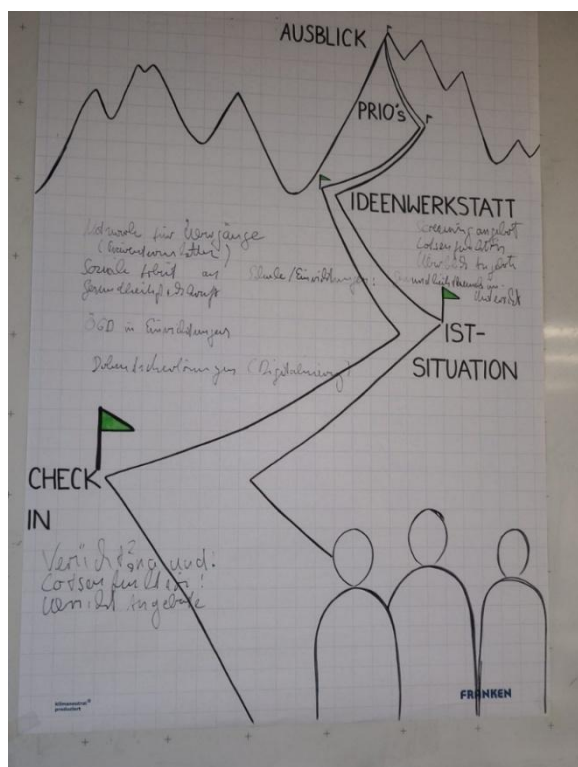
**Thementisch 2 „Versorgung entlasten“**

Thementisch 2 lebte vom Austausch und der Diskussion der Teilnehmenden untereinander. Zentral ging es dabei darum, wo Engpässe in der psychiatrischen und psychotherapeutischen Versorgung bestehen und wie präventive Maßnahmen zur Entlastung beitragen können.

Im Rahmen eines Check-Ins wurde darüber diskutiert, welche präventiven Maßnahmen Kinder früh erreichen. Genannt wurden dabei zum einen Projekte wie Verrückt? Na und. Zum anderen ist eine Lotsenfunktion von Bedeutung sowie Angebote im Unterricht.

Im Rahmen der Bestandsaufnahme sprachen die Teilnehmenden darüber, was bereits gut in der Prävention und Gesundheitsförderung funktioniert und darüber wo Lücken bestehen, die zu Wartezeiten oder Belastungen in der Versorgung führen. Außerdem wurden in der Gruppe Ideen gesammelt, welche präventive Maßnahmen die Versorgung entlasten könnten, welche Rolle dabei Schulen, Kitas, Beratungseinrichtungen oder Ehrenamt spielen können und wie auf Landkreisebene dabei unterstützt und koordiniert werden kann.

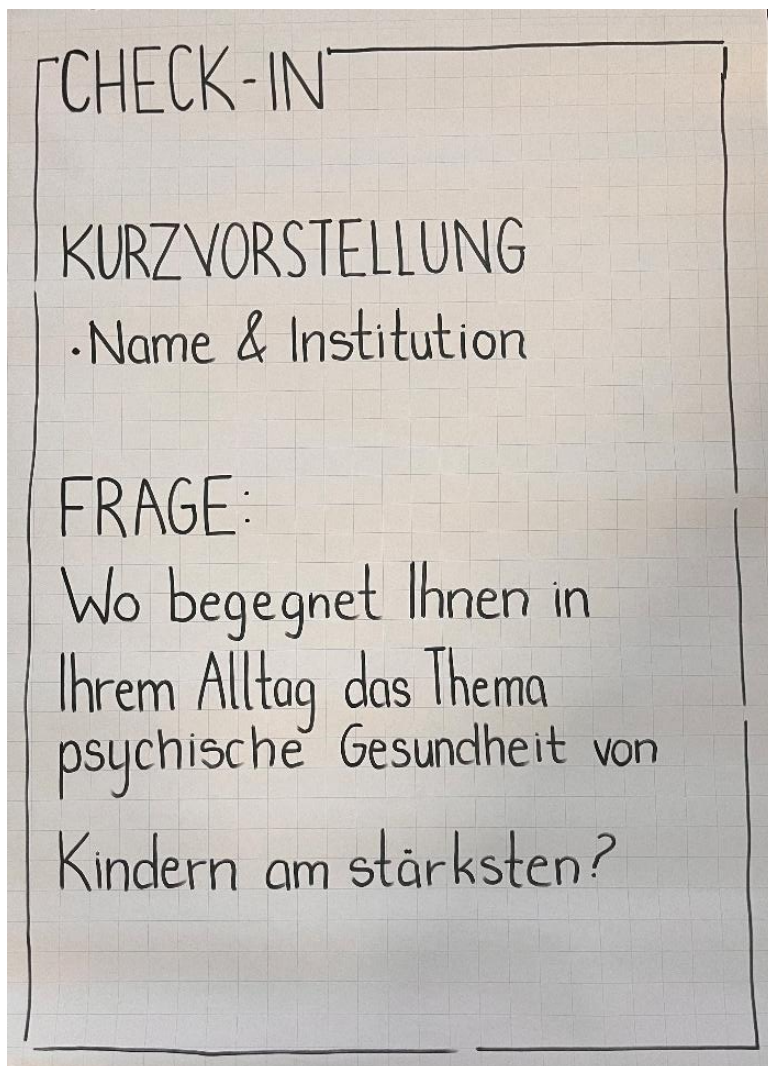
Gezeigt hat sich, dass vor allem Netzwerke für die Übergänge von Bedeutung sind (Präventionsketten). Des Weiteren ist Soziale Arbeit an Schulen oder Einrichtungen relevant, der Einsatz von Gesundheitsfachkräften sowie die generelle Behandlung von gesundheitlichen Themen im Unterricht. Zur Sprache kam weiterhin der ÖGD in Einrichtungen sowie Dolmetscherlösungen, auch im Rahmen der Digitalisierung, sowie ein mögliches Screeningangebot.



### Thementisch 3 „Gesundheitsstrategie“

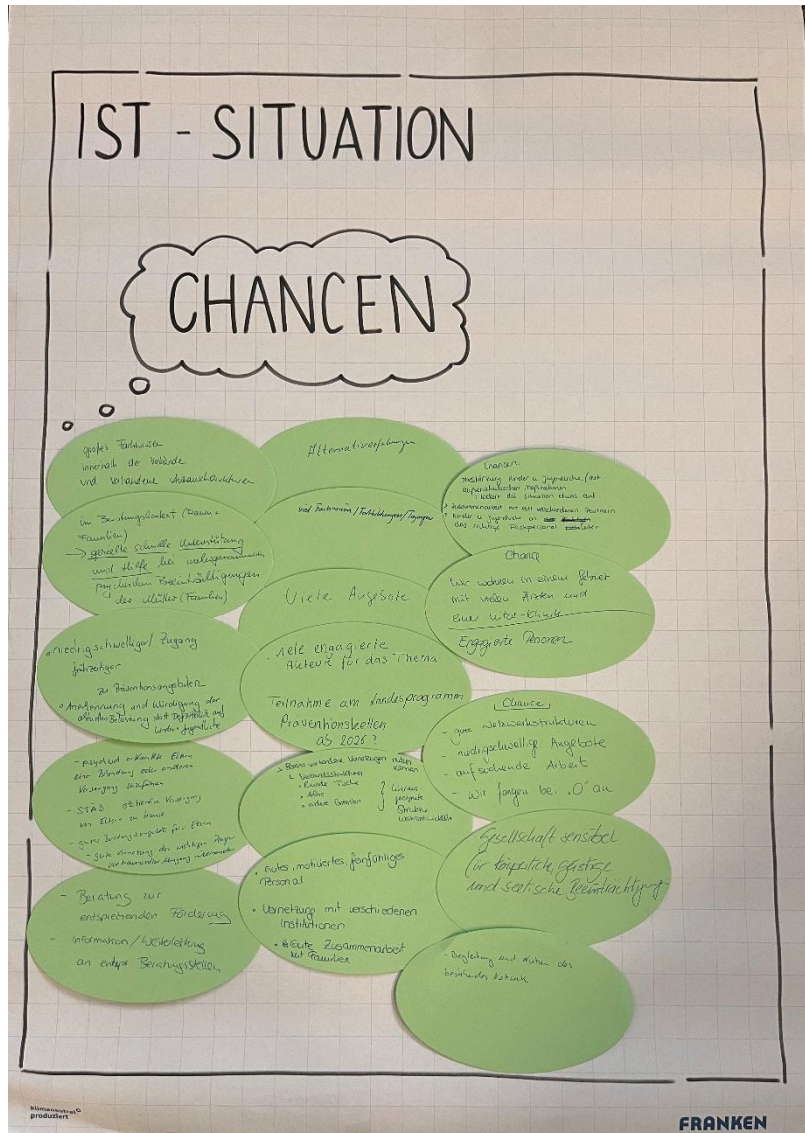
In Thementisch 3 ging es um die kommunale Gesundheitsstrategie. Neben einer wissenschaftlich fundierten Einleitung stiegen die Teilnehmenden durch einen Erfahrungsaustausch in das Thema ein. Chancen und Hürden aus den verschiedenen Arbeitsfeldern wurden rund um das Thema sichtbargemacht und erste Ideen für Kooperationen und gemeinsame Verantwortung entwickelt. Der Nutzen des Austausches bestand darin, ein sichtbares Bild von Chancen und Hürden im Lahn-Dill-Kreis zu erhalten, erste konkrete Handlungsideen für die kommunale Gesundheitsstrategie zu bekommen und zwei bis drei priorisierte Handlungsfelder als Input für die weitere Strategieentwicklung zu erhalten.

#### Phase 1: Einstieg und Fokussierung



Phase 2: Chancen und Hürden sichtbar machen

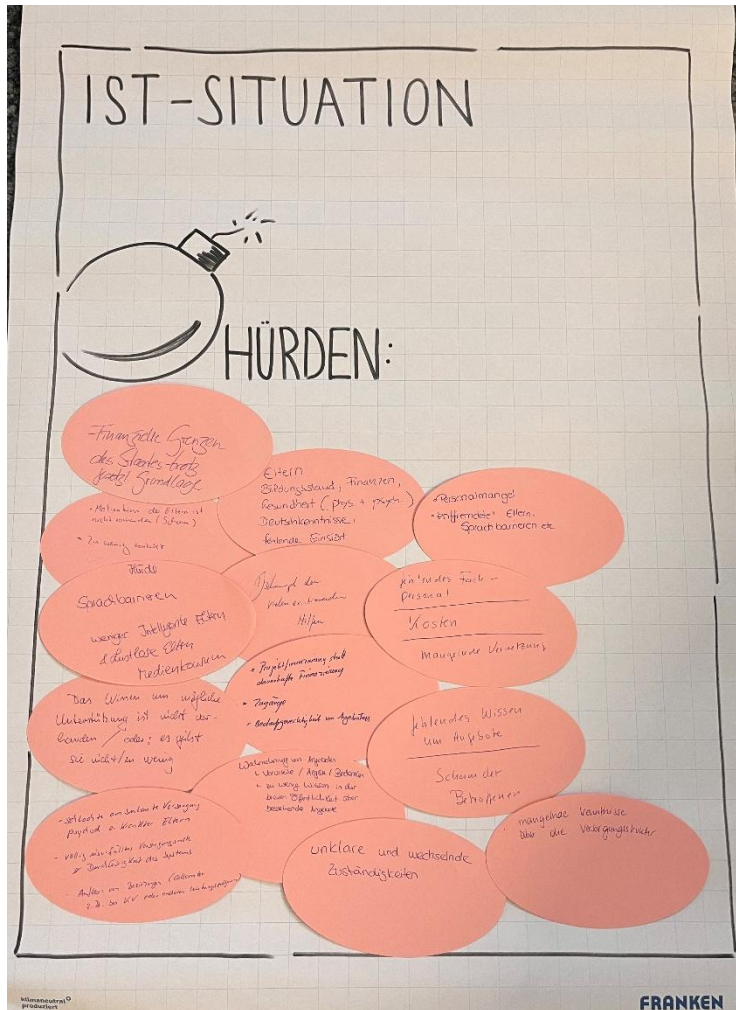
Leitfrage: Welche Chancen und werden Hürden sehen Sie in Ihrem Bereich für ein gesundes Aufwachsen von Kindern?



Antworten:

- Gutes motiviertes, feinfühliges Personal
- Vernetzung mit verschiedenen Institutionen
- Gute Zusammenarbeit mit Familien
- Niederschwelliger, frühzeitiger Zugang zu Präventionsangeboten
- Anerkennung und Würdigung der aktuellen Belastung statt Defizitblick auf Kinder und Jugendliche

- Bereits vorhandene Vernetzungen nutzen können (bspw. Verbandsstrukturen, Runde Tische, AGs, weitere Gremien → geeignete Strukturen aus bestehenden Ressourcen entwickeln)
- Viele engagierte Akteure für das Thema
- Teilnahme am Landesprogramm der HAGE 2026?
- Viele Angebote
- Begleitung und Nutzen des bestehenden Netzwerks
- Gesellschaft sensibel für körperliche, geistige und seelische Beeinträchtigungen
- Gute Netzwerkstrukturen
- Niederschwellige Angebote
- Aufsuchende Arbeit
- Wir fangen von „0“ an
- Gute Versorgungsstrukturen durch Vitos
- Engagierte Personen
- Bestärkung Kinder und Jugendliche mit außerschulischen Maßnahmen
- Zusammenarbeit mit evtl. verschiedenen Partnern
- Kinder und Jugendliche an das richtige Fachpersonal weiterleiten
- Viel Fachwissen/ Fortbildungen/ Tagungen
- Alternativerfahrenen
- Im Belastungskontext (Frauen und Familien) → gezielte schnelle Unterstützung und Hilfe bei wahrgenommenen psychischen Beeinträchtigungen der Mütter/Familie
- Großes Fachwissen innerhalb der Verbände und vorhandenen Austauschstrukturen
- Psychisch erkrankte Eltern einer Behandlung oder anderer Versorgung zuführen
- STÄB stationäre Versorgung von Eltern zuhause
- Gutes Beratungsangebot für Eltern
- Gute Vernetzung der wichtigen Player/ Vertrauensvoller Umgang miteinander
- Beratung zur entsprechenden Förderung
- Information/Weiterleitung an entsprechende Beratungsstelle



**Antworten:**

- Finanzielle Grenzen des Staates trotz gesetzlicher Grundlage
- Sprachbarrieren
- Weniger intelligente Eltern & lustlose Eltern
- Medienkonsum Motivation der Eltern ist nicht vorhanden (bspw. schambehaftet)
- Zu wenig Kontakte
- Das Wissen um mögliche Unterstützung ist nicht vorhanden
- Es gibt keine passende Unterstützung bzw. zu wenig
- Mangelnde Kenntnisse über die Versorgungsstruktur
- Unklare und wechselnde Zuständigkeiten
- Schlechte ambulante Versorgung psychisch erkrankter Eltern
- Völlig überfülltes Versorgungsnetz ø Durchlässigkeit des Systems
- Auflösen von Beziehungen
- Fehlendes Wissen um Angebote
- Scham der Betroffenen

- Fehlendes Fachpersonal
- Kosten
- Mangelnde Vernetzung
- Wahrnehmung von Angeboten
  - Vorurteile/Ängste/Bedenken
  - Zu wenig Wissen in der breiten Öffentlichkeit über bestehende Angebote
- Personalmangel
- Entfremdete Eltern, Sprachbarrieren etc.
- Projektfinanzierungen statt dauerhafter Finanzierung
- Zugänge
- Bedarfsgerechtigkeit von Angeboten
- Dschungel der vielen existierenden Hilfen
- Eltern: Bildungsstand, Finanzen, Gesundheit (psychisch & physisch), Deutschkenntnisse, fehlende Einsicht

### **Phase 3: Ideenentwicklung in Kleingruppen**

Zwei bis drei gemischte Kleingruppen mit Teilnehmenden aus unterschiedlichen Institutionen entwickelten zu fünf Leitfragen ihre Ideen.

- Welche konkreten Schritte könnte unser Landkreis gehen, um die psychische Gesundheit von Kindern durch Gesundheitsförderung und Prävention zu stärken?
- Wo fehlen Strukturen und was wären realistische erste Schritte?
- Welche Zugänge funktionieren?
- Wie können wir gemeinsam Verantwortung übernehmen?
- Welche Unterstützung wünschen Sie sich von Landkreis und Politik?

### **Phase 4: Priorisierung und Abschluss**

Die Gruppenergebnisse wurden präsentiert und es erfolgte eine Punkteabfrage, in der jede Person drei Punkte erhielt.

## Welche konkreten Schritte könnte unser Landkreis gehen, um die psychische Gesundheit von Kindern zu stärken?

FRANKEN

Kitaplätze für ALLE

- Kinder- + Jugendparlamente
  - Diskussions- / Entscheidung
- gezielte Flüchtlingsintegration (Förderung d. Gemeinwesen)
- Resilienz fördernde Programme von 3(-12)
- Jugendzentren (-pflegen) mehr wahrnehmen
- vernechte Jugendforen
- Schulsozialarbeit
  - Kita →
- Stärkung Vernetzung
- gesicherte Finanzierung (⇒ Bund, Land)
- GANZTAGES-SCHULE
- Regelmäßige Gesundheits-Konferenzen
- Aufklärung über finanzielle Hilfen

Minimale Produkt

## Wo fehlen Strukturen und was wären realistische erste Schritte?

FRANKEN

- Übergänge z.B. Geburt, Krippe, Kita, Schule etc. aufeinander abstimmen, begleiten, wiederkehrend
- Angebote transparenter machen
  - Orts-Netzwerke untereinander verbinden/kommunizieren
- Erhebung / Erfassung sämtlicher Angebote in allen Kommunen + Flächenbedarf
  - Kartieren, Team
  - persönl. Kontakte ohne Behörde

## Welche Zugänge funktionieren?

- Aufsichtliche Beratung
  - Vernetzung vor Ort
- Face-to-Face
  - Bekannt sein + Wissen um Tun
- Tür und - Angelgespräche
  - über längere / verteilte Begleitung / Beratung

Minimale Produkt

# Wie können wir gemeinsam Verantwortung übernehmen?

FRANKEN

Neuordnung Vereinigungen treffen

Budgetverantwortung und ihre Aufgaben

verbess. Anreizsystem (z.B. Spezialbüro)

Wechsel muss Kommunikation Schnittstelle / Wechsel (Krisen- / Hilfe)

# Welche Unterstützung wünschen Sie sich von Landkreis und Politik?

- Organisation von Struktur
- Mehr Personal in den Kreisen / Bessere Personal besser unterstützen
- verlässliche Finanzierungsstrukturen die nachhaltig waren / langfristige Finanzierung anstelle von Projektförderung

Ministerium für  
Präsident

Thementisch 4 „Gesunde Kita“

Nach einem einführenden Vortrag der Fachstelle „Gesundheitsfördernde Kita“ der HAGE e.V. tauschten sich die Teilnehmenden rund um ihre Erfahrungen, Bedarfe und Herausforderungen der Gesundheitsförderung und Prävention in der Kita aus.



**Vorstellung Fachstelle Gesundheitsfördernde Kita und aktueller Präventionsprogramme zum Thema psychische Gesundheit**

**Tatjana Kremer, M.A. Gesundheitsmanagement**  
Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.

**Gesundheitskonferenz Lahn-Dill Kreis**  
24.09.2025

**HAGE** | Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.

## Inhaltsverzeichnis

- 
- Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAGE e.V.)
  - Fachstelle Gesundheitsfördernde Kita
  - Präventionsprogramme zur Stärkung der psychischen Gesundheit in Kitas
-

## Inhaltsverzeichnis

- **Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAGE e.V.)**
- Fachstelle Gesundheitsfördernde Kita
- Präventionsprogramme zur Stärkung der psychischen Gesundheit in Kitas

## Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.

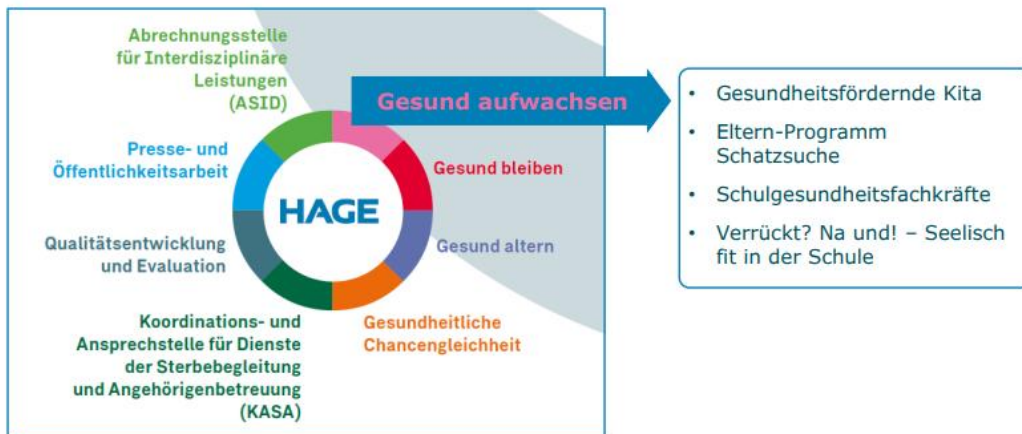


### Selbstverständnis

- Brückeninstanz/Vermittler zwischen Fachministerien (Politik und Verwaltung), nichtstaatlichen Einrichtungen, Sozialversicherungsträgern und Anbietern im Gesundheitswesen
- Transfereinrichtung für die Umsetzung neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse in die Praxis der Gesundheitsförderung
- Koordinierungsauftrag für die ressortübergreifende Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen der Gesundheitsförderung

➡ **Ziel: Health-in-All-Policies (HiAP)**

## Arbeitsbereiche der HAGE



## Inhaltsverzeichnis

- Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAGE e.V.)
- **Fachstelle Gesundheitsfördernde Kita**
- Präventionsprogramme zur Stärkung der psychischen Gesundheit in Kitas

## Fachstelle Gesundheitsfördernde Kita



### Seit 01.08.2023 mit folgender personeller Besetzung

- Projektleitung: Tatjana Kremer
- Referentin: Simin Alexandra Vahedi
- Projektverwaltung: Anja Lenhardt

### Förderer

Hessisches Ministerium für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales (HMSI)

### Umsetzung

Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAGE)

Bild: © Anja Weis

## Hintergrund und Projektziele

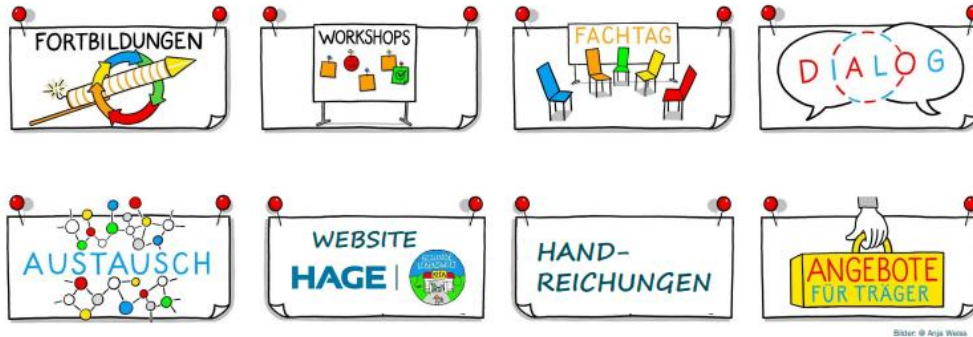
Auf Basis des Bildungs- und Erziehungsplans für Kinder von 0 bis 10 Jahren in Hessen (BEP) werden Fortbildungen zur Gesundheitsförderung und Beratungen für Kita-Träger angeboten.

Durch die Verknüpfung von Bildung und Gesundheit werden Fachakteurinnen und Fachakteure für das Thema Gesundheit sensibilisiert und damit ein wichtiger Beitrag für die Entwicklung von gesunden Lebenswelt Kita geleistet.



**Projektziele:** Die Fachstelle unterstützt Kita-Träger, Kita-Fachberatungen und Kita-Leitungskräfte, ein gesundheitsförderndes Umfeld in ihren Einrichtungen nachhaltig zu verankern

## Leistungen der Fachstelle



Bilder: © Anja Weiss

**HAGE** | Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.

## Angebote für die pädagogischen Fachkräfte (1/3)



### Zielgruppe: Kita-Leitungen und Kita-Fachberatungen

- Einführung in die Gesundheitsförderung, Rechtliche Rahmenbedingungen, Daten für Taten, Konzeptqualität in der Gesundheitsförderung auf der Grundlage des BEP
- Handlungsfelder in der Lebenswelt Kita, Gesundheit selbst erleben, Planung und Durchführung von Maßnahmen
- Qualitätssicherung und Nachhaltigkeit
- 8 Fortbildungen im Jahr 2024

**Ziel: Gesundheitsförderung konzeptionell und praktisch in hessischen Kitas zu verankern**



Bilder: © Anja Weiss

**HAGE** | Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.

28.10.2025

9

## Angebote für pädagogische Fachkräfte (2/3)



### Workshopreihe „Gesunde Führung“, 2025

- Gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen – Gesundheitszirkel
- Vorbildfunktion - Selbstfürsorge zur Stärkung der Leitungskraft
- Führung mit Fingerspitzengefühl: Beziehungsgestaltung und Führungsstile für erfolgreiche Kita-Leitungen
- Gesunde Führung, starke Teams: Arbeitsbedingungen optimieren durch stärkenorientierte Kommunikation



### Austauschtreffen für Absolvent\*Innen

- Raum für Austausch
- Best-Practice-Beispiele
- Fachliche Unterstützung

Bilder: © Arja Weiss

## Angebote für pädagogische Fachkräfte (3/3)



### Internetseite und Newsletter

- [www.gesunde-kita.hage.de](http://www.gesunde-kita.hage.de)
- Internetseite der Fachstelle
- Umfassende Informationen mit kontinuierlich wachsender Datenbank
- Newsletter erscheint 3 x Jahr, Anmeldung zum Newsletter über die Internetseite



### Dialogtreffen für pädagogische Fachkräfte

- Thema 2025: „Resilienz in Teams stärken – Impulse für die Organisation Kita“
- Veranstaltungsdokumentation auf der Internetseite

Bilder: © Arja Weiss

## Angebote für Kita-Träger



### Gezielte Angebote für Kita-Träger

- Unterstützung bei der gesundheitsförderlichen Organisationsentwicklung
- Allgemeine Beratung der Kita-Träger
- Online-Erstberatung
- Konzeption der Träger-Handreichung mit Handlungsempfehlungen



### Fachtage für Kita-Träger

- Fachtag am 25.11.2025 zum Thema „Träger gestalten zukunftsfähige Kitas“

Bilder: © Anja Weiss

## Inhaltsverzeichnis

- Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAGE e.V.)
- Fachstelle Gesundheitsfördernde Kita
- **Präventionsprogramme zur Stärkung der psychischen Gesundheit in Kitas**

## Elternprogramm Schatzsuche (1/2)

**Förderung in Hessen:** Techniker Krankenkasse (TK)

**Projekträger:** HAG.kontor

**Umsetzung in Hessen:** HAGE e.V.

- Inhalte**
- Eltern: Kindliche Entwicklung, Verstehen den Umgang mit Gefühlen, Konfliktlösung, Rituale, Kennenlernen von Unterstützungsangeboten
  - Päd. Fachkräfte: Kindliche Entwicklung, Resilienz, Elternarbeit, Umgang mit Vielfalt, Kennenlernen von Unterstützungsangeboten
- 
- Ziele**
- Sensibilisierung der Erwachsenen für die Stärken und Schutzfaktoren der Kinder zur Förderung ihres seelisches Wohlbefindens (Ressourcenorientierte Wahrnehmung)
- 
- Laufzeit**
- Sechs thematische Treffen für Eltern (10-12 P.) à 2,5 Stunden (Zeitpunkt und Turnus individuell an Kita und Eltern anpassbar)
  - Sechstägige-Weiterbildung für je zwei pädagogische Fachkräfte einer Kita
  - Zusätzlich: ganztägige Inhouse-Schulung für das gesamte Team der Kita

## Elternprogramm Schatzsuche (2/2)

**Förderung in Hessen:** Techniker Krankenkasse (TK)

**Projekträger:** HAG.kontor

**Umsetzung in Hessen:** HAGE e.V.

- Besonderheiten**
- Aufgegliedert in „Schatzsuche – Basis“ und „Schatzsuche – Schule in Sicht“
  - Arbeit mit und Empowerment von Eltern, Stärkung der Elternarbeit, Niedrigschwelliger Zugang für alle Eltern, Umfangreiches Medienpaket

**Verweise**

**Weitere Informationen:**

- **HAGE e.V.:** <https://hage.de/arbeitsbereiche/gesund-aufwachsen/eltern-programm-schatzsuche/>
- **HAG.kontor:** <https://www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesund-aufwachsen/kita/schatzsuche>

**Steckbrief:** <https://gesunde-kita.hage.de/infopool/datenbank/thema/schatzsuche-29/>

## JolinchenKids (1/2)

**Förderung und Umsetzung:** AOK. Die Gesundheitskasse

- Inhalte**
- Gesundheit als Entdeckungsreise: Ernährung, Bewegung, Seelisches Wohlbefinden, Elternpartizipation und Gesundheit der pädagogischen Fachkräfte
- 
- Ziele**
- Kita-Kinder, Eltern und päd. Fachkräfte für einen gesunden Lebensstil zu begeistern
  - Kitas darin unterstützen, sich zu einer gesundheitsförderlichen Lebenswelt zu entwickeln
  - Gesundheitsressourcen von Kita-Kindern, Eltern und päd. Fachkräften stärken
  - Gesundheitsthemen in die Familien tragen
- 
- Laufzeit**
- Fünf Module, individuell und im eigenem Tempo durchlaufen und flexibel in den Kita-Alltag integriert werden können
  - Angelegt auf eine dauerhafte Implementierung

## JolinchenKids (2/2)

**Förderung und Umsetzung:** AOK. Die Gesundheitskasse

- Besonderheiten**
- Umfassende Schulungen und Workshops für päd. Fachkräfte
  - Päd. Fachkräfte und Eltern gestalten gemeinsam das zu ihrer Einrichtung passende Programm
  - Umsetzungsbegleitung durch Präventionsexpert\*innen und Mitarbeitende der AOK
  - In Hessen ist JolinchenKids nach dem hessischen Bildungs- und Erziehungsplan anerkannt
- 
- Verweise**
- Weitere Informationen:** <https://www.aok.de/pk/leistungen/schulen-kitas/kita-programm-jolinchenkids/>
- Steckbrief:** <https://gesunde-kita.hage.de/infopool/datenbank/thema/jolinchenkids-30/>

## Fit4future Kita (1/2)

**Initiatoren, Entwicklung und Umsetzung:** DAK-Gesundheit und fit4future foundation

- Inhalte**
- Förderung von Bewegung, ausgewogener Ernährung, psychischer Gesundheit, geistiger Fitness sowie eines verantwortungsvollen Umgangs mit Suchtmitteln
- 
- Ziele**
- Am Ende der Programmlaufzeit soll jede Kita passende Maßnahmen zur Gesundheitsförderung eigenständig umsetzen, fortführen und bei Bedarf anpassen können
- 
- Laufzeit**
- Gesamtlaufzeit von zwei Kitajahren
  - Aufgeteilt in zwei Programmjahren mit unterschiedlichen Schwerpunkten:
    - Jahr 1: Fokus auf "Bewegung" sowie "Psychische Gesundheit und geistige Fitness"
    - Jahr 2: Schwerpunkt auf "Digitale Medien" und "Ernährung"

## Fit4future Kita (2/2)

**Initiatoren, Entwicklung und Umsetzung:** DAK-Gesundheit und fit4future foundation

- Besonderheiten**
- Bildung einer Steuerungsgruppe zu Beginn in der jeweiligen Kita
  - Zwei Personen des Kitapersonals werden in einem 3 – 4 stündigen Präsenzworkshop zu fit4future-Kita-Coaches) geschult
  - Regionale Area-Manager\*innen führen die Kitas durch das Programm
  - Bundesweiter fit4future Kita-Beirat bestehend aus 10 – 15 päd. Fachkräften
  - Bundesweiter fit4future Kite-Elternbeirat bestehend aus 10 – 15 Eltern
- 
- Verweise**
- Weitere Informationen:** <https://kita.fit-4-future.de/>
- Steckbrief:** <https://gesunde-kita.hage.de/infopool/datenbank/thema/fit4future-kita-26/>

## Papilio-U3 (1/2)

**Förderung:** BARMER

**Programmträger und Umsetzung:** Papilio gGmbH

- Inhalte**
- Programm zur Förderung der psychosozialen Gesundheit und Prävention von Verhaltensproblemen für Kinder unter drei Jahren in Kindertagesstätten
  - Reflexion über Bindung, Feinfühligkeit und Eingewöhnung sowie Aufbau von Erziehungspartnerschaft
  - Fokus auf Selbstfürsorge, Achtsamkeit und Supervision für pädagogische Fachkräfte
- 
- Ziele**
- Stärkung der psychosozialen Gesundheit von Kindern unter drei Jahren
  - Frühzeitige Förderung der sozial-emotionalen Entwicklung
  - Aufbau einer sicheren Bindung und guter Beziehungsqualität
  - Selbstwirksamkeit der pädagogischen Fachkräfte stärken
- 
- Laufzeit**
- Fortbildung: Vier ganze und vier halbe Tage (52 Unterrichtseinheiten); Supervision: zwei halbe Tage; Vertiefungsseminar: ein halber Tag
  - Angelegt auf eine dauerhafte Implementierung

## Papilio-U3 (2/2)

**Förderung:** BARMER

**Programmträger und Umsetzung:** Papilio gGmbH

- Besonderheiten**
- Eigenanteil: 80 Euro je teilnehmender Fachkraft
  - Arbeit mit Videofeedback
- 
- Verweise**
- Weitere Informationen:**
- Papilio: <https://www.papilio.de/papilio-u3.html>
  - BARMER: <https://www.barmer.de/unsere-leistungen/leistungen-a-z/praeventions-angebote/papilio-u3-1054714>
- Fortbildungen:** <https://www.papilio.de/fortbildung-erzieher-papilio-u3.html>
- Steckbrief:** <https://gesundekita.hage.de/infopool/datenbank/thema/praeventions-programm-papilio-u3-34/>

Hessischer Bildungs- und Erziehungsplan (BEP) – Modul neun „Stark im Alltag, stark für das Leben“ – Resilienz, Bewegung und Gesundheit (1/2)

**Förderung:** Hessische Ministerium für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales (HMSI) und Hessisches Kultusministerium (HKM)

**Umsetzung:** BEP-Multiplikator\*innen

- Inhalte**
- Gesundheit, Resilienz, Bewegung und Entspannung
  - Die Inhalte werden an die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst
- 
- Ziele**
- Förderung eines ganzheitlichen Blicks zur Stärkung der Gesundheit von Kindern, Eltern, Bildungs- und Betreuungsteams gemäß dem BEP
  - Reflexion und Weiterentwicklung des eigenen Wissens und der persönlichen Haltung in Hinblick auf den BEP
  - Erarbeitung von Wegen zur Förderung gesunden Verhaltens, Etablierung gesundheitsfördernder Strukturen
- 
- Laufzeit**
- Fortbildung: Drei bis maximal fünf Tage mit 6-wöchige Praxisphase zwischen den Fortbildungstagen
  - Kann in halbtägige Einheiten unterteilt werden, mit einer maximalen Dauer von einem Jahr bei einer dreitägigen Fortbildung und bis zu 1,5 Jahren bei einer Fortbildung mit vier oder fünf Tagen

Hessischer Bildungs- und Erziehungsplan (BEP) – Modul neun „Stark im Alltag, stark für das Leben“ – Resilienz, Bewegung und Gesundheit (2/2)

**Förderung:** Hessische Ministerium für Arbeit, Integration, Jugend und Soziales (HMSI) und Hessisches Kultusministerium (HKM)

**Umsetzung:** BEP-Multiplikator\*innen

- Besonderheiten** Fokussiert Kinder, Eltern und alle an der Bildung Beteiligten
- 
- Verweise**
- Modulbeschreibungen und BEP-Multiplikator\*innen:**  
[https://bep.hessen.de/sites/bep.hessen.de/files/2024-10/bep-angebot\\_stand\\_oktober2024.pdf](https://bep.hessen.de/sites/bep.hessen.de/files/2024-10/bep-angebot_stand_oktober2024.pdf)
- Steckbrief:** <https://gesunde-kita.hage.de/infopool/datenbank/thema/bep-module-43/>

## Kontaktdaten der Fachstelle Gesundheitsfördernde Kita

### Fachstelle Gesundheitsfördernde Kita

HAGE - Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.  
Wildunger Straße 6/6a, 60487 Frankfurt

[gesunde-kita@hage.de](mailto:gesunde-kita@hage.de)  
[www.gesunde-kita.hage.de](http://www.gesunde-kita.hage.de)

#### Tatjana Kremer

Projektleitung  
Tel 069 713 76 78-41  
tatjana.kremer@hage.de

#### Simin Alexandra Vahedi

Referentin  
Tel 069 713 76 78-20  
simin.vahedi@hage.de

#### Anja Lenhardt

Projektverwaltung  
Tel 069 713 76 78-33  
anja.lenhardt@hage.de

### 1. Leitfragen für die Kleingruppenarbeit

Jede Gruppe erhielt 2 Leitfragen und notierte innerhalb von 10 Minuten die wichtigsten Punkte auf Karten.

#### Block A – Gute Praxis und Erfahrungen

- Was hat in Ihrer Kita in den letzten Jahren im Bereich Gesundheitsförderung besonders gut funktioniert?
- Gibt es kleine, einfache Maßnahmen („Quick Wins“), die sofort Wirkung zeigen?
- Welche Angebote oder Projekte sind bei Kindern oder Eltern besonders gut angekommen?

#### Block B – Ressourcen und Kooperationen

- Welche Partner oder Unterstützende (Eltern, Vereine, Gesundheitsdienste, Träger) nutzen Sie bereits?
- Welche Materialien, Methoden oder Programme setzen Sie ein, die Sie empfehlen würden?
- Welche internen Stärken Ihrer Kita (z. B. engagierte Teams, besondere Schwerpunkte) sind hilfreich?

#### Block C – Bedarfe und Herausforderungen

- Wo stoßen Sie im Kita-Alltag auf Grenzen (z. B. Zeit, Personal, Finanzierung)?
- Zu welchen Themen wünschen Sie sich Fortbildungen oder neue Impulse (z. B. Ernährung, Bewegung, psychische Gesundheit)?

**Block D – Zukunft und Nachhaltigkeit**

- Wie könnten gesundheitsfördernde Ansätze dauerhaft im Kita-Alltag verankert werden?
- Was bräuchten Sie, damit gute Ideen nicht an einzelnen Personen hängen bleiben, sondern Teil der Struktur werden?
- Stellen Sie sich vor: Ihre Kita ist in 5 Jahren ein Vorzeigemodell für Gesundheitsförderung – wie sieht das konkret aus?

**2. Ergebnisse**

Jede Gruppe teilte die erarbeiteten Punkte zu der jeweiligen Leitfrage

Gute Praxis und Erfahrungen	Ressourcen und Kooperationen	Bedarfe und Herausforderungen	Zukunft und Nachhaltigkeit
Zuckerfreier Vormittag/ kauaktives Frühstück	Engagiertes + offenes Team	Psychische Gesundheit der Fachkraft bei Kindern mit auffälligem Verhalten	Auf Trägerebene gewollt sein
Müslitag 1x pro Monat	Zahnarzt/ Gesundheitsamt	Zeitressourcen	Das Team lebt es
Gesundes Mittagessen/Frühstück	Schwimmbad	Stress der Fachkräfte (mentale Gesundheit) „Anspruch vs. Realität“	Ritualisierung
Wassergewöhnung	Physiotherapeuten	Begrenzte Fortbildungstage → Andere Bedarfe im Fokus	
Zähneputzen	Stimmtrainer	Psychische Gesundheit → Für Team → Für Kinder	
Patenzahnarzt	AOK Fortbildner (Jolinchen Kids)		
Zahnärztliche Untersuchungen vom Gesundheitsamt (2x im Jahr)	Fortbildungen (Jolinchen Kids)		
Bewegungskitas			

Physio für Mitarbeitende			
<b>BEKANNTE PRÄVENTIONSPROGRAMME</b>			
Jolinchen Kids			
Fit 4 future			
IKK „Die Kleinen stark machen“			
Starke Teams, starke Kita			
BEP			



## Thementisch 5 „Gesund in der Schule“

### 1. Gallery-Walk durch Präventionsprogramme

Zu Beginn lernten die Teilnehmenden 6 Präventionsprogramme kennen. Die erstellten Steckbriefe wurden auf Tischen ausgelegt, an dem die Teilnehmenden rotierten. Für die interaktive Gestaltung des Walks gab es Strichlisten, indem die Teilnehmenden eintrugen, ob Ihnen das Programm bekannt ist, noch nicht bekannt ist oder ob es bereits genutzt / durchgeführt wird oder wurde.

## EIGENSTÄNDIG WERDEN

### Kurzbeschreibung

„EIGENSTÄNDIG WERDEN“ ist ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung. Schülerinnen und Schüler haben durch das Programm die Möglichkeit bedeutende Lebenskompetenzen zu erwerben, welche ihnen dabei helfen, einen gesunden Lebensstil aufzubauen.

Das Programm basiert auf dem Ansatz zur Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen, welcher durch die Weltgesundheitsorganisation empfohlen wird.

Für die Klassenstufen 1 bis 4 gibt es sieben Unterrichtseinheiten pro Schuljahr. Schwerpunkte dabei sind, Wissen über den eigenen Körper, über Gefühle, Bewegung, Entspannung und Kommunikation zu erhalten.

Für die Klassenstufen 5 und 6 gibt es acht Unterrichtseinheiten mit Schwerpunkten auf Persönlichkeitsförderung, Gruppenentwicklung sowie Suchtprävention.

Durchgeführt wird das Unterrichtsprogramm von qualifizierten Lehrkräften.

### Zielgruppe

Das Programm richtet sich an die Klassenstufen 1 – 4 sowie 5 und 6.

### Anbieter / Verantwortliche

Entwickelt wurde das Programm von IFT-Nord gemeinnützige GmbH - Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung.

Bei Bedarf siehe QR-Code für weitere Informationen



Quelle:  
Informationsflyer zum Programm, abrufbar unter <https://www.eigenstaendig-werden.de/> (Zugriff: 19.09.2025)

## **Klasse Klasse**

### **Kurzbeschreibung**

„Klasse Klasse“ ist ein seit 2015 bundesweit eingesetztes Präventionsprogramm, welches auf spielerische Art und Weise einfach in den Unterrichtsalltag integriert werden kann.

Täglich spielt die Schulklasse an einem Spielbrett zu unterschiedlichen Themen. Dabei gibt es Bewegungskarten, Ereigniskarten sowie weitere Themenkarten. Insgesamt abgedeckt werden dabei die Bereiche psychosoziale Gesundheit (Sucht- und Gewaltprävention), Bewegungsförderung und Ernährungsbildung.

In diesem Spiel haben Lehrkräfte Einfluss- und Steuerungsmöglichkeiten, um die Lerninhalte an die jeweiligen Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler anzupassen.

### **Zielgruppe**

Das Programm richtet sich an die Klassenstufen 1 – 4.

### **Anbieter / Verantwortliche**

Angeboten wird das Programm vom Verein KIKS UP e.V.

Am 29. September 2025 wird das Präventionsspiel von 15:00 bis 15:45 Uhr online vorgestellt. Die Zugangsdaten kann man per E-Mail erhalten oder sich auch direkt über die Webseite einwählen.

Bei Bedarf siehe QR-Code für weitere Informationen



Quelle:  
<https://www.kiksup.de/klasse-klasse/> inkl. Informationsflyer auf der Seite (Zugriff: 19.09.2025)

## **Klasse2000**

### **Kurzbeschreibung**

„Klasse2000“ ist ein Programm zur Gesundheitsförderung, Gewalt- und Suchtvorbeugung in Grundschulen. Es ist damit das bundesweit größte Programm. Insgesamt werden fünf Themenfelder behandelt:

- Gesund essen und trinken
- Bewegen und entspannen
- Sich selbst mögen und Freunde haben
- Probleme und Konflikte lösen
- Kritisch denken und Nein sagen

Begleitet wird das Programm durch die „Sympathiefigur KLARO“. Insgesamt finden pro Schuljahr ca. 15 Programmstunden statt. Zwei bis drei Stunden werden dabei von Expertinnen und Experten durchgeführt, die speziell dafür geschult werden und aus den Arbeitsbereichen Gesundheit und Pädagogik kommen. Alle anderen Stunden werden durch die Lehrkräfte durchgeführt. Dabei werden die behandelten Themen vertieft. Die Lehrkräfte erhalten dafür Materialien und Unterrichtskonzepte.

### **Zielgruppe**

Das Programm richtet sich an die Klassenstufen 1 – 4.

### **Anbieter / Verantwortliche**

Angeboten wird das Programm vom Verein Programm Klasse2000 e.V.

Das Programm wurde im Jahr 1991 am Klinikum Nürnberg entwickelt und kontinuierlich überarbeitet. Bis heute wurden mit dem Programm über 2,4 Millionen Kinder erreicht.

Bei Bedarf siehe QR-Code für weitere Informationen



Quelle:  
[https://www.klasse2000.de/fileadmin/PDFs/Downloads/infomaterial/Klasse2000\\_Infobroschuere.pdf](https://www.klasse2000.de/fileadmin/PDFs/Downloads/infomaterial/Klasse2000_Infobroschuere.pdf)  
(Zugriff: 19.09.2025)

# MindMatters – Mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln

## Kurzbeschreibung

„MindMatters“ ist ein Programm zur Förderung der psychischen Gesundheit in der Schule, basierend auf dem Konzept der „Guten gesunden Schule“ und wird deutschlandweit durchgeführt.

Es besteht aus einem Schulentwicklungsmodul und verschiedenen Unterrichtsmodulen. Bei einzelnen Modulen steht auch die Lehrkräftegesundheit oder die Mitwirkung der Eltern im Fokus.

In der Primärstufe geht es vorwiegend um das Lernen mit Gefühl. In der Sekundarstufe I und II um Themen wie Umgang mit Verlust und Trauer, Mobbing, das Verstehen von psychischen Erkrankungen, Stress, Freunde, Vielfalt und den Übergang in Ausbildung / Beruf / Studium.

## Zielgruppe

Das Programm richtet sich an die Klassenstufen 1 – 13.

## Anbieter / Verantwortliche

Die Programmträger sind die BARMER und Unfallkassen. Das Programmzentrum ist an das Institut für Bewegung, Sport und Gesundheit der Leuphana Universität Lüneburg angegliedert.

Eine nächste digitale Informationsveranstaltung der Unfallkasse Hessen zum Programm findet am 04. November 2025 von 14:00 - 16:30 Uhr statt.

Bei Bedarf siehe QR-Codes für weitere Informationen



Quellen:

<https://www.barmer.de/resource/blob/1023460/e268b1884d383c476421a3d1bb3b54a5/barmer-mindmatters-68901-data.pdf> (Zugriff: 19.09.2025)

<https://mindmatters-schule.de/home.html> (Zugriff: 19.09.2025)

## Safe Place

### Kurzbeschreibung

„Safe Place“ ist ein Resilienzförderungsprogramm für Schülerinnen und Schüler, welches den Umgang mit Stress und Belastungen fokussiert und dadurch die Resilienz (psychische Belastbarkeit) stärken soll.

Im Rahmen des Programms werden interaktive Übungen mit Elementen der Psychoedukation zu Stress und Stressbewältigung erlebbar gemacht.

Das Training beruht auf den Grundsätzen des sozial-emotionalen Lernens, schafft Raum für Entwicklung aufgrund Erfahrungslernen und vermittelt Wege und Methoden zur Stressbewältigung.

Insgesamt gibt es fünf Module. Dabei werden fünf Sitzungen von einer Trainerin oder einem Trainer und fünf Sitzungen vertiefend durch eine Lehrkraft durchgeführt.

Wissenschaftlich evaluiert wird das Programm durch das Kompetenzzentrum Schulpsychologie Hessen an der Goethe-Universität in Frankfurt am Main.

### Zielgruppe

Zielgruppe des Programms sind die Klassenstufen 4 - 6.

### Anbieter / Verantwortliche

Ansprechpersonen für das Programm sind das Kompetenzzentrum Schulpsychologie Hessen sowie die Schulpsychologinnen und Schulpsychologen in den Staatlichen Schulämtern in Hessen.

Bei Bedarf siehe QR-Code für weitere Informationen



Quellen:

<https://kultus.hessen.de/schulsystem/psychische-gesundheit-in-der-schule/praeventionsprogramme>  
(Zugriff: 18.09.2025)

<https://kultus.hessen.de/schulsystem/schulpsychologie/safe-place-training-fuer-schuelerinnen-und-schueler>  
(Zugriff: 18.09.2025)

## „Verrückt? Na und!“

### Kurzbeschreibung

„Verrückt? Na und!“ besteht aus Schultagen zur psychischen Gesundheit. Dabei lernen die Teilnehmenden Warnsignale psychischer Krisen und Bewältigungsstrategien kennen. Sie erfahren, wo und wie Unterstützung möglich ist und was ihnen hilft. Sie treten in den Kontakt mit Personen, die psychische Krisen überwunden haben und lernen kennen, Ängste und Vorurteile zu psychischen Krisen zu hinterfragen. Weiterhin wird mit dem Programm versucht, gesundheitsförderliche Prozesse im Klassenverbund anzustoßen.

Das Programm wird von zwei Expertpersonen durchgeführt, die beruflich und persönlich Erfahrung mit der Bewältigung psychischer Krisen als auch Prävention und Gesundheitsförderung haben.

### Zielgruppe

Das Programm richtet sich an Schülerinnen und Schüler ab der Klassenstufe 8 und ihre Lehrkräfte.

### Anbieter / Verantwortliche

Das Programm ist von Irrsinnig Menschlich e.V. in Zusammenarbeit mit der AOK Hessen. Bei der HAGE – Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. ist eine Koordinierungsstelle eingerichtet. Für eine Umsetzung in den Kommunen sind die Regionalgruppen verantwortlich.

Für den Lahn-Dill-Kreis gibt es eine Regionalgruppe im nördlichen (Diakonisches Werk an der Dill – Dillenburg) und südlichen (Diakonie Lahn Dill e.V. – Wetzlar) Lahn-Dill-Kreis.

Bei Bedarf siehe QR-Codes für weitere Informationen



Quelle:  
<https://hage.de/arbeitsbereiche/gesund-aufwachsen/verrueckt-na-und-seelisch-fit-in-der-schule/eckdaten/>  
(Zugriff: 18.09.2025)

Die **Auswertung der Strichlisten** zu den Präventionsprogrammen ergab das folgende Ergebnis.

	Kannte ich noch nicht	Kenne ich	Führe ich durch / nutze ich oder habe ich durchgeführt / genutzt
Safe Place	15	4	
Verrückt? Na und!	6	11	4
Klasse2000	8	11	4
EIGENSTÄNDIG WERDEN	16		
MindMatters	13	4	2
Klasse Klasse	13	3	

## 2. Austausch

Im zweiten Teil tauschten sich die Teilnehmenden, zunächst in Murmelgruppen, anhand 4 Leitfragen aus und notierten die Ergebnisse auf Kärtchen. Im Anschluss wurde im Plenum über die Ergebnisse gesprochen und die zentralen Ergebnisse auf Flipcharts zusammengefasst.

### Folgende Leitfragen umfasste der Austausch:

- Welche Faktoren sind **förderlich**, damit die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern gefördert werden kann? ●
- Welche Faktoren **hemmen** die Förderung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen und Schülern? ●
- Welche **Akteure / Netzwerke** braucht es, um die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern zu fördern? ●
- Vor welchen **Herausforderungen** stehen Sie aktuell in Ihrem Schulalltag gegenüber bzw. welche **Themen** sind präsent, wenn es um die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern geht? ●

### Antworten:

Welche Faktoren sind **förderlich**, damit die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern gefördert werden kann? ●

- Gutes Klassenklima & gegenseitige Stärkung der SuS
- Eltern mit ins Boot holen
- Kommunikation

- Ängste abbauen
- Berührungängste mit dem Thema psychische Gesundheit abbauen
- Kindorientierte Pädagogik + Wertevermittlung wird durch Schulleitung unterstützt und konsequentes Handeln gefordert
- Gutes Miteinander / Klassengemeinschaft
- Gute Beziehung zur Lehrkraft
- Verlässliche, Stabile Beziehungen (Eltern...)
- Klare Strukturen → Sicherheit
- Informierte Lehrer
- Gutes Klassenklima
- Offene Gesprächskultur
- Schule als Lebensraum
- Kleine Klassen
- Vertrauenspersonen
- Gute LK-Schüler/in Beziehung
- Lehrkraft mit Empathie
- Intakte Familie
- Vertrauen Familie / Schule
- Zusammenarbeit mit Institutionen
- Zeitnahe und wohnortnahe Hilfen von Institutionen
- Maßnahmen werden umgesetzt
- Hilfebedarf sehen und anerkennen
- Genügend „Personal“ in Schule

Welche Faktoren **hemmen** die Förderung der psychischen Gesundheit von Schülerinnen und Schülern?

- Fehlende Zusammenarbeit aller Akteure
- Subjektive wahrgenommener Leistungsdruck
- Lange Wege bis zum „Therapiebeginn“
- Fehlende Beziehungen, Strukturen, Halt
- Fehlende individuelle Förderung / Wahrnehmung
- Fehlende zeitliche Ressourcen
- Keine Klarheit / fehlende Strukturen / keine „klare Linie“ / keine Konsequenz
- Misstrauen (insgesamt, in Institutionen)
- Zu hoher, unkontrollierter, unangemessener Medienkonsum

- Bürokratie
- Zu lange Wartezeiten (hoher Zeitverlust)
- Zeit, die ungenutzt verstreicht (Diagnostik, Beantragung THA, ...)
- Beratungsresistente Eltern
- Ressourcenknappheit in Beratung
- Mangelnde personelle Ressourcen

Welche **Akteure / Netzwerke** braucht es, um die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern zu fördern?

- Schulgesundheitsfachkräfte (SGFK)
- Familie / Elternhaus mit Interesse am Kind
- Vernetzte Institutionen
- Mehr Rückhalt + Finanzierung / Mittel von „oben“ (Ministerium, Jugendhilfe, Schule, Gesundheitsamt)
- Kollegiale Fallberatung
- Lehrer, Erzieher, Schulpsych., UBUS-Kräfte, Ärzte, Therapeuten, Sozialarbeiter, Jugendamt
- Schulsozialarbeiter / Vertrauenslehrer / Schulpsychologen (es werden mehr gebraucht)
- Eltern, Lehrkräfte, Freunde, Sozialarbeiter, BFZ, Ganzttag, JA, Therapeuten, Ärzte, Vitos
- Beratungsangebote vorstellen (Familienhilfe, Erziehungsberatung, ...)  
→ Schon bei Schuleintritt
- Eigene originäre Verantwortung annehmen

Vor welchen **Herausforderungen** stehen Sie aktuell in Ihrem Schulalltag gegenüber bzw. welche **Themen** sind präsent, wenn es um die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern geht?

- Fehlendes Wissen über Hilfesysteme
- Hilflosigkeit
- Fehlende Impulskontrolle
- Konzentrationsprobleme
- Massiv verhaltensauffällige Kinder
- Trotz institutionell – leistungsmäßiger Anforderungen Offenheit für psychologische Themen bewahren, Zeit und Kraft aufbringen
- Zu viel Aufgaben, zu wenig Zeit
- Kinder aus Krisengebieten

- Viel Zeit, bis sich etwas bewegt
- Schulabsentismus (2x)
- Essstörungen (2x)
- Depressionen
- Fehlende Gruppenfähigkeit
- Mobbing
- Soziale Medien
- Suizidalität
- Panikattacken
- Gender
- Familienprobleme: Trauer, Trennung, somatische Symptome

Während des Austauschs zu den Herausforderungen und Themen wurde auf eine Veranstaltungsreihe seitens des Hessischen Kultusministeriums und der Psychotherapeutenkammer Hessen zu psychischen Störungen bei Kindern und Jugendlichen aufmerksam gemacht. Die Teilnehmenden konnten dazu einen Notizzettel mit dem Link und QR-Code mitnehmen. Unter folgendem Link sind die Präsentationen und Aufzeichnungen abrufbar: <https://ptk-hessen.de/fortbildung-fuer-lehrerinnen/>

