

# Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 57 / 9. August 2024

## **Starke Psyche, starke Kinder: Projekttag zur psychosozialen Gesundheit an der Gemeinschaftsschule „Johannes Gutenberg“ in Wolmirstedt**

Die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. (LVG) organisierte am 8. August 2024 einen Projekttag für die Klassenstufe 5 an der Gemeinschaftsschule „Johannes Gutenberg“ in Wolmirstedt. Dieser besondere Tag stand im Zeichen der Stärkung der psychosozialen Gesundheit der Schülerinnen und Schüler und wurde in Kooperation mit dem „cco Netzwerke“ (Institut für Organisations- und Persönlichkeitsentwicklung) durchgeführt.

Der Projekttag, ein Teil des umfassenderen Projekts „Let’s be mindful!“, zielte darauf ab, Kindern zu helfen, sich selbst besser wahrzunehmen und ihre Bedürfnisse zu erkennen. Im Rahmen des Programms wurden die Schüler und Schülerinnen angeleitet, Stressphasen schneller zu erkennen und bewusste Bewältigungsstrategien zu entwickeln. Themen wie das Bestehen von Herausforderungen, das Verständnis von Stress und die Lösung von Konflikten wurden im Klassenverband behandelt. Dabei sollten Fragen wie „Wie bestehe ich Herausforderungen gesund und wachse durch Krisen?“, „Warum empfinden wir Stress?“ und „Wie kann ich Konflikte lösen?“ erörtert werden.

Der Projekttag wurde von den Klassenlehrerinnen der beiden fünften Klassen begleitet, um eine nachhaltige Verankerung der Themeninhalte zu gewährleisten und die Möglichkeit zu bieten, später an die behandelten Themen anzuknüpfen.

Die psychosoziale Gesundheit ist eine wesentliche Voraussetzung für ein zufriedenes und selbstbestimmtes Leben. Die Bedeutung solcher Projekte wird durch die Ergebnisse der HBSC-Studie 2022 unterstrichen, die zeigt, dass 42,5 Prozent der befragten 13-Jährigen an wöchentlich auftretenden multiplen psychosomatischen Beschwerden leiden.

Das Projekt „Let’s be mindful!“ wird in Zusammenarbeit mit der IKK gesund plus durchgeführt und umfasst Interventionen, Workshops und Fortbildungen zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen an weiterführenden Schulen im Landkreis Börde. Dabei werden nicht nur die Schüler und Schülerinnen, sondern auch Lehrkräfte, Schulsozialarbeitende und Eltern unterstützt.

Ihr\*e Ansprechpartner\*innen:

Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V., Telefon 0391/288 683 0,  
Projekt „Let’s be mindful! Psychische Gesundheit von Schüler\*innen stärken!  
Lisa-Marie Brand und Tamara Stroh

BU-Vorschlag: Beim Projekttag an der Gemeinschaftsschule „Johannes Gutenberg“ in Wolmirstedt stand die psychische Gesundheit der Schüler\*innen im Fokus. Foto: LVG

Das beigefügte Bild kann im Zusammenhang mit der Berichterstattung dieser Pressemitteilung honorarfrei verwendet werden.