



»Mladí ľudia prekonávajú svoje predsudky a obavy a súčasne získavajú pre seba sociálne kompetencie. Školský projekt a jeho organizátori si zaslúžia našu podporu, aby sa jeho idey mohli zakoreniť v našej spoločnosti.«

Sabine Leutheusser-Schnarrenberger,  
Spolková ministerka spravodlivosti vo výslužbe,  
členka Spolkového snemu a zakladajúca členka  
Irrsinnig Menschlich e.V.

## Šialený? No a! Základná koncepcia

1. Žiaci sa venujú svojim predstavám a skúsenostiam s témou duševného zdravia / ochorenia.
2. Šťastie a krízy: žiaci sa v malých skupinách venujú svojim predstavám o živote.
3. Žiaci spoznávajú ľudí, ktorí okúsili duševné ochorenie.

Školský projekt nadchol rovnako žiakov ako aj učiteľov a vedecké hodnotenie ukazuje, že »Šialený? No a!« skutočne redukuje obavy a predsudky.

## Radi prideme do Vašej školy

Kontaktný partner pre školský projekt vo Vašom regióne:



Irrsinnig Menschlich e.V.  
Tel.: 0341 2228990  
info@irrsinnig-menschlich.de  
www.irrsinnig-menschlich.de

[www.verrueckt-na-und.de](http://www.verrueckt-na-und.de)

V budúcnosti bude patriť zdravie do povinného programu škôl s cieľom zlepšiť výchovnú a vzdelávaciu prácu. Len dobrá atmosféra v škole ponúka žiakom a učiteľom psychickú a fyzickú istotu.

»Je odvážne,  
ak si niekto trúfne,  
hovoriť o duševných  
problémoch«

Prevenca a podpora  
duševného zdravia v škole  
pre mládež od 15 rokov

Projekt nemeckého spolku  
IRRINNIG MENSCHLICH e.V. Lipsko  
Spolok pre prácu s verejnosťou v psychiatrii

IRRINNIG | MENSCHLICH e.V.

INTEGRA - združenie pre duševné  
zdravie, Michalovce/Slovensko

FOKUS, Praha/Česko



Mladí ľudia sa majú v škole dozvedieť o duševnom zdraví / ochoreni, pretože

- duševné ochorenia nie sú vzácnymi ochoreniami
- môžu postihnúť každého človeka kedykoľvek v jeho živote
- mnohé duševné poruchy sa objavujú v detstve a mladosť, v najdôležitejšom období pre dobrý zdravotný a spoločenský vývoj
- zo 100 ľudí, ktorí duševne ochoreli, sa dostáva len 26 nejakej, a ešte menej z nich adekvátnej liečby
- ľudia, postihnutí duševnými ochoreniami, sú ešte stále diskriminovaní a zo spoločnosti vylúčovani
- zdravie prispieva k lepšej kvalite výchovy a vzdelávania v škole.

»V medicínskych kruhoch panuje medzinárodná obava o stav duševného zdravia mládeže.

Je to časovaná bomba, a ak nebudeme teraz konať správne, počíta účinok milióny dospievajúcich.«

Dr. Hans Troedsson, bývalý riaditeľ  
Odboru WHO pre zdravie detí a mládeže

## Ciele

- Podpora zdravia / Prevencia
- Senzibilizácia pre duševné zdravotné problémy
- Odbúranie obáv a predsudkov
- Redukcia stígy, sociálnej izolácie a diskriminácie

Informovať sa o duševnom zdraví, riešiť situácie, ktoré vyvážajú ľudí z rovnováhy, a poznať ľudí, ktorí okúsili duševné ochorenie - to môže pôsobiť proti obavám a predsudkom, priťahovať pohľad na vlastný život a okrem toho tiež podporiť dobrú zdravú školu.

## Stratégia

- Edukácia
- Kontakt s ľuďmi, ktorí majú skúsenosť s duševným ochorením

»Šialený? No a!« sa opiera o výsledky moderného výskumu stigmatizácie:

Edukácia a kontakt s ľuďmi, ktorí zažili duševné krízy, vedú k odbúraniu stereotypu, strachu a odstupu

**Nie je zdravie  
bez duševného zdravia.**

## Dodáva mladým ľuďom odvahu

- zaujímať sa o komplexnosť ľudského života
- premýšľať a rozprávať o sebe samom
- dozvedieť sa viac o duševnom zdraví
- zaujímať sa o udržanie si zdravia a uzdravenie
- mať kritický pohľad na médiá
- vnímať predsudky a výhrady, skúmať ich a lepšie chápať
- v medziľudských vzťahoch uplatňovať otvorenosť, pochopenie a férovosť
- učiť sa pre život.

## Konkrétne

- projekt realizuje tím moderátorov a ľudí, ktorí prekonali duševné ochorenie
- vychádza z potrieb mladých ľudí
- zameriava sa na mladých ľudí od 15 do 25 rokov
- trvá jeden školský vyučovací deň
- realizuje sa v škole a/alebo v psychiatrickom zariadení
- je vhodný pre triedy a skupiny formované z tried
- má nekomplikovanú štruktúru
- vsádza na celistvé učenie
- môžu v ňom pokračovať učiteľky a učelia.

Vždy som si myslela, že duševne ochorieť môžu len chudobní ľudia. A pritom tieto ochorenia môžu postihnúť každého. Je fajn, spoznať niekoho takého.  
Lea

Niekoľko dní po zaujímavom projektovom dni sme museli v triede riešiť konflikt. Moji žiaci ho riešili s omnoho väčším pochopením než inokedy. Učiteľka

Je dobré dozvedieť sa, že existuje pomoc, ak má človek duševné problémy a že to nie je hanba.  
Pavol