



MENTAL HEALTH PEERS TRAINING

Mach dich stark für mentale Gesundheit an deiner Schule!



Sie möchten mehr wissen oder
Interesse am Training anmelden?

soskd.org/sos-mental-health-peers

Jetzt
mitmachen
oder mehr
erfahren!



Was steckt hinter dem Programm „SOS-Mental Health Peers“?

Mentale Gesundheit ist die Grundlage für Lernen, Entwicklung und ein gutes Miteinander. Jugendliche erleben Stress, Leistungsdruck oder persönliche Krisen – oft im Stillen.

Im Mental Health Peers Training lernen sie, ihre eigene mentale Gesundheit zu stärken und Gleichaltrige zu unterstützen. Geschulte pädagogische Fachkräfte begleiten die angehenden Mental Health Peers eng und stehen ihnen unterstützend zur Seite.

Ziele:

- Jugendliche, Schulsozialarbeiter*innen und Schulgemeinschaft für die Bedeutung psychischer Gesundheit sensibilisieren
- Im Umgang mit Belastungen handlungssicher machen
- Schule intern und extern vernetzen und Kooperationen aufbauen

Wie?

- Schulungen für Jugendliche und Fachkräfte für die Rolle als „Mental Health Peer“ bzw. „Mental Health Tutor*in“
- Peer-to-Peer Ansatz, bei dem Jugendliche lernen, den Blick für sich und Andere zu erweitern, füreinander da zu sein und zugleich die eigenen Grenzen zu wahren
- Handlungsprinzipien „Hinschauen – Zuhören – Handeln“

Für wen?

- Schulsozialarbeiter*innen und Lehrkräfte
- Jugendliche der 8. – 10. Jahrgangsstufe