



---

## Bin ich okay?

---

Zur psychischen Gesundheit  
von Kindern und Jugendlichen

### **Basistag** | 23. Mai 2024 | Essen

Kinder und Jugendliche wachsen in einer Welt voller Krisen auf und sind zunehmend psychisch belastet. Eine stabile seelische Gesundheit ist aber ein wichtiger Baustein für ein gutes Aufwachsen. Der Handlungsbedarf in der Praxis der Jugendarbeit und Jugendhilfe ist groß – dabei stellen sich viele Fragen:

Wo finde ich gute Infos zu mentaler und seelischer Gesundheit von Kindern und Jugendlichen? Woran erkennen familiäre Bezugspersonen und pädagogische Fachkräfte, ob die Bewältigung alterstypischer Entwicklungsaufgaben zu psychischen Problemen führt? Was bedeutet es, wenn die Gehirnfunktionen junger Menschen von einer scheinbaren „Norm“ abweichen (Neurodiversität) und wie kann man dieser Vielfalt Rechnung tragen? Wo finden junge Menschen Beratung und Hilfe? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es bei psychischen Erkrankungen? Und wie kann die seelische Widerstandskraft von Kindern und Jugendlichen – auch in Krisenzeiten – gestärkt werden?

Der Fachtag bietet eine Einführung in die Thematik der psychischen Gesundheit junger Menschen und der Einflussfaktoren darauf. Zudem geht es um praxisnahe Möglichkeiten aus der Perspektive verschiedener Fachdisziplinen, um Heranwachsende zu unterstützen.

Der Basistag ist eine Kooperationsveranstaltung der AJS NRW mit der Evangelischen Landesstelle Kinder- und Jugendschutz NRW und der Katholischen LAG Kinder- und Jugendschutz NRW e.V. Wir freuen uns, diesen Fachtag aufgrund der großen Nachfrage im letzten Jahr noch einmal anbieten zu können.

# Programm

|       |   |
|-------|---|
| 09:30 | Stehkaffee  |
| 10:00 | <b>Begrüßung / Einstieg ins Thema</b>   |
| 10:15 | <b>Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen</b><br><i>Stefan Hauschild, Kinderschutzbund / Kinderschutz-Zentrum Köln</i>  |
| 11:00 | Kaffeepause   |
| 11:15 | <b>Neurodiversität in der Praxis</b><br><i>Tanja Serapinas, Autismus und ADHS Support</i>   |
| 12:00 | <b>Diskussion und Austausch</b>   |
| 12:30 | Mittagspause  |
| 13:30 | <b>Workshops</b>  |
|       | <b>1   Einfluss von digitalen Medien auf das Wohlbefinden</b><br><i>Silke Knabenschuh &amp; Matthias Felling, AJS NRW</i>   |
|       | <b>2   Gesundheitskompetenz für Kinder und Jugendliche</b><br><i>Kopfsachen e.V.</i>  |
|       | <b>3   Lernen neurodivers</b><br><i>Tanja Serapinas, Autismus und ADHS Support</i>  |
|       | <b>4   Basiskompetenzen: Was tun, wenn es Kindern und Jugendlichen psychisch nicht gut geht?</b><br><i>Stefan Hauschild, Kinderschutzbund / Kinderschutz-Zentrum Köln</i> |
|       | Individuelle Kaffeepause in den Workshops   |
| 15:45 | <b>Abschlussrunde</b>   |
| 16:30 | Ende des Fachtages  |

## Moderation:

Matthias Felling, Gundis Jansen-Garz, Ulrike Martin

Basistag | 23. Mai 2024

## Bin ich okay?

Zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

## Veranstaltungsort:

Fortbildungszentrum des Caritasverbandes für das Bistum Essen e. V.  
Am Porscheplatz 1  
45127 Essen

## Anmeldung:

[Anmeldung\\_Basistag\\_Bin\\_ich\\_okay\\_23052024](#)



Anmeldeschluss:  
Dienstag, 30. April 2024

## Teilnahmegebühr inklusive

**Verpflegung:** 95,- €  
Nach dem 30.04. erhalten Sie eine Rechnung zusammen mit der Anmeldebestätigung

## Veranstalterin:

Evangelische Landesstelle Kinder- und Jugendschutz NRW

In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz NRW e.V. und der Katholischen LAG Kinder- und Jugendschutz NRW e.V.

## Bei inhaltlichen Fragen:

Ulrike Martin, Tel.: 0211-6398-606,  
[u.martin@diakonie-rwl.de](mailto:u.martin@diakonie-rwl.de)

## Bei organisatorischen Fragen:

Sabine Enste, Tel.: 0211-6398-307,  
[s.enste@diakonie-rwl.de](mailto:s.enste@diakonie-rwl.de)

# Infos zu den Workshops

## 1 | Einfluss von digitalen Medien auf das Wohlbefinden

*Silke Knabenschuh & Matthias Felling, AJS NRW*

Ob Smartphone, Games oder Social Media – im Alltag von Jugendlichen und Erwachsenen haben digitale Medien einen selbstverständlichen Platz. Leider sind viele Kinder und Jugendliche im Netz von Einschüchterung, Hass und sexualisierter Gewalt betroffen. Abwertung aufgrund von stereotypen Rollenbildern, sexistische Witze und Body Shaming erfahren besonders schon viele junge Mädchen\*. Auch exzessive Mediennutzung kann bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu einem ernsthaften Problem werden. Bundesweit gibt es immer mehr Therapieangebote für Menschen, bei denen eine Onlinesucht diagnostiziert wurde.

Trotz all dieser Gefahren geht es im Workshop darum, Medienwelten nicht zu verteufeln, sondern mit einem positiven Blick zu begegnen. Denn dies ist die Voraussetzung, um junge Menschen, die mit dem digitalen Raum aufwachsen, verlässlich zu begleiten.

## 2 | Gesundheitskompetenz für Kinder und Jugendliche

*Kopfsachen e.V.*

Der Kopfsachen-Workshop für Lehrkräfte und Fachpersonal an Schulen verspricht die Stärkung der psychischen Gesundheit junger Menschen im Schulalltag. Expert\*innen vermitteln grundlegende psychologische Modelle und konkrete Methoden, um die mentale Gesundheit von Jugendlichen im Schulkontext zu fördern.

Von der Identifizierung von Belastungsfaktoren bis hin zu bewährten Stressreduktions- und Emotionsregulationstechniken erhalten Fachkräfte verschiedene Werkzeuge. Erfahrungen und Inputs aus der Praxis sind hier der Schlüssel.

## 3 | Lernen neurodivers

*Tanja Serapinas, Autismus und ADHS Support*

Die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen rückt vermehrt in den Fokus von Eltern, Bezugspersonen und Fachkräften. Kinder und Jugendliche, die Diagnosen aus dem Autismus- und/oder ADHS-Spektrum haben, sind aufgrund ihres Wahrnehmungs- und Kommunikationsstils und damit verbundener Negativerfahrungen besonders gefährdet, psychiatrische Komorbiditäten zu entwickeln.

Im Vordergrund des Workshops steht das gemeinschaftliche Erarbeiten möglicher Lösungsansätze für individuelle Schwierigkeiten in einer neurodiversen Lernumgebung und einem inklusiven schulischen Umfeld. Wie können neurodivergente Kinder geschützt und motiviert werden? Welche Unterstützung benötigen neurodivergente Kinder, um die gleichen Chancen auf Teilhabe zu erhalten? Wie kann Inklusion gelingen? Durch praxisnahen Erfahrungsaustausch können kreative Ideen entwickelt werden, um Kindern und Jugendlichen den Schulalltag zu erleichtern.

## 4 | Basiskompetenzen: Was tun, wenn es Kindern und Jugendlichen psychisch nicht gut geht?

*Stefan Hauschild, Kinderschutzbund / Kinderschutz-Zentrum Köln*

Entwicklung vollzieht sich ein Leben lang und ist mit Herausforderungen und Anpassungsprozessen verbunden. Kinder und Jugendliche sollen in der Vielfalt ihrer Entwicklungsprozesse und ihrer Individualität wahrgenommen werden.

Entwicklungstypisches Verhalten ohne Not zu pathologisieren wird den Kindern und Jugendlichen nicht gerecht. Phänomene, die wir als Störungen bezeichnen, sind häufig Lösungsversuche, die es zu verstehen gilt. Gelegentlich brauchen Kinder und Jugendliche therapeutische Unterstützung, wenn ihre eigenen Bewältigungsmöglichkeiten nicht ausreichen.

Wo verläuft die Grenze zur Behandlungsbedürftigkeit? Was kann die Kinder- und Jugendhilfe zur Erhaltung der Lebensqualität mental belasteter Kinder und Jugendlicher beitragen? Und wie kann ihrer Stigmatisierung entgegengewirkt werden?