



INFORMATIONEN ZUR AUSSTELLUNG »WIE GEHT'S?«

Verleih über:

Amt für Jugend und Familie – Kommunale Jugendarbeit
Landratsamt Donau-Ries

Anbieter der Ausstellung:

Irrsinnig Menschlich e. V.

(Verein zur Förderung der seelischen Gesundheit, www.irrsinnig-menschlich.de)

Zielgruppe:

- Schulklassen, Jugendgruppen, pädagogische Einrichtungen

Varianten: Es gibt drei altersgerechte Varianten für unterschiedliche Klassenstufen
(Beschreibung auf separatem Infoblatt „Altersgerechte Varianten der Ausstellung“)

Kurzbeschreibung der Ausstellung

Die interaktive Mitmach-Ausstellung »Wie geht's?« sensibilisiert Kinder und Jugendliche für das Thema **psychische Gesundheit**. An zehn anschaulichen und alltagsnahen Stationen setzen sich die Teilnehmenden mit eigenen Gefühlen, dem Umgang mit Krisen, Stress, Freundschaft und Hilfsangeboten auseinander.

Ziel ist es, Verständnis und Empathie zu fördern, Gesprächsanlässe zu schaffen und Hemmschwellen im Umgang mit psychischen Belastungen abzubauen.

Das begleitende **Quiz zur Ausstellung für die 5. und 6. Klassen und für die 7. bis 9. Klassen** bietet eine spielerische Möglichkeit, die Inhalte zu wiederholen und zu vertiefen in Form von Multiple-Choice-Fragen. Die Quizfragen sollen zur Reflexion und zum Austausch über psychische Gesundheit, Gefühle und Hilfsangebote anregen. **Für Klassen ab der Jahrgangsstufe 10** stehen Gedankenanstöße und offene Fragen zur Verfügung, die anschließend in der Klasse besprochen werden können.

Dauer pro Gruppe: ca. 45 bis 60 Minuten

Moderation: durch pädagogische Fachkräfte der Schule oder Jugendarbeit



Themen der 10 Stationen:

1. **Kein Land in Sicht**
2. **Depression hat viele Gesichter**
3. **Gefangen von meiner Angst**
4. **Seelenkratzer**
5. **Psychose – selbst erlebt**
6. **Was dich stark macht**
7. **Blau sein, Grau sein? Stärker sein!**
8. **Mobbing in der Schule**
9. **Es ist niemals die Schuld der Kinder!**
10. **Wenn der Körper nervt**

Jede Station lädt zum Mitmachen, Nachdenken und Austauschen ein – in altersgerechter Sprache und anschaulicher Gestaltung.

Zusätzlich erhältlich:

- **Quiz zur Ausstellung**
 - **Begleitmaterialien zur Vor- oder Nachbesprechung auf Anfrage**
 - **Plakat „Mutig ist, wer sich Hilfe holt!“**
 - **Akupressur-Ring für jeden Schüler**
-



Altersgerechte Varianten der Ausstellung

◇ GRUPPE 1: KLASSEN 5–6 (10–12 JAHRE)

- ◇ **Ziel:** Grundsensibilisierung, emotionale Sprache verstehen, erste Einblicke ohne Überforderung

Empfohlene Banner:

1. **Es ist niemals die Schuld der Kinder**
2. **Gefangen von meiner Angst**
3. **Mobbing in der Schule**
4. **Wenn der Körper nervt**
5. **Was dich stark macht**

◇ GRUPPE 2: KLASSEN 7–9 (13–15 JAHRE)

- ◇ **Ziel:** Vertiefung, Förderung von Empathie, Abbau von Stigmatisierung

Empfohlene Banner:

1. **Es ist niemals die Schuld der Kinder**
2. **Gefangen von meiner Angst**
3. **Mobbing in der Schule**
4. **Wenn der Körper nervt**
5. **Was dich stark macht**
6. **Depression hat viele Gesichter**
7. **Seelenkratzer**
8. **Blau sein? Grau sein? Stärker sein!: Alkohol**





◇ GRUPPE 3: AB KLASSE 10 / FOS / FACHAKADEMIE/BERUFSSCHULE (16–20 JAHRE)

◇ **Ziel:** Vertiefung und Auseinandersetzung mit Tabuthemen

Vollständige Bannerliste:

1. **Es ist niemals die Schuld der Kinder**
2. **Gefangen von meiner Angst**
3. **Mobbing in der Schule**
4. **Wenn der Körper nervt**
5. **Was dich stark macht**
6. **Depression hat viele Gesichter**
7. **Seelenkratzer**
8. **Blau sein? Grau sein? Stärker sein!: Alkohol**
9. **Kein Land in Sicht**
10. **Psychose selbst erlebt**





Checkliste für Schulen zur Ausstellung »Wie geht's?«

Damit die Durchführung der Ausstellung gelingt, bitten wir Sie, folgende Punkte zu beachten und rechtzeitig zu organisieren:



VORBEREITUNG (MIND. 2 WOCHEN VOR TERMIN)

- **Termin und Zeitplan abstimmen**
- **Zielgruppen festlegen** (Variante/n auswählen)
- **Elterninformation vorbereiten:** Infobrief über die Kommunale Jugendarbeit
- **Lehrkräfte informieren:** Infobrief über die Kommunale Jugendarbeit
- **Schüler vorbereiten (optional):** Vorwissen oder Einstimmung im Unterricht
- **evtl. Pressemitteilung herausgeben** (auch danach möglich)



RÄUMLICHE ANFORDERUNGEN

- **Geeigneter Raum zur Verfügung:** z. B. Aula, Turnhalle, großer Mehrzweckraum
- **Zugang während Auf- und Abbaizeit sicherstellen**



ABLAUF & BEGLEITUNG

- **Zeitfenster pro Klasse planen:** ca. 60–90 Minuten pro Durchgang
- **Betreuungsperson(en) vor Ort:** z. B. Jugendsozialarbeit, Lehrkraft
- **Quizmaterial bereitlegen (sofern genutzt)**
- **ggf. Nachbereitung im Unterricht einplanen**



ZUSÄTZLICH EMPFOHLEN

- **Kontaktperson benennen:** für Rückfragen und Koordination
- **Feedbackmöglichkeit vorbereiten:** z. B. kurze Rückmeldung durch SchülerInnen oder Lehrkräfte

