



## Dokumentation

14. Kommunale Gesundheitskonferenz  
Rhein-Neckar-Kreis und Heidelberg

Fachveranstaltung zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen  
„Junge Psyche im Blick: Herausforderungen und Perspektiven“

Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis

17. November 2025, 09.00 bis 14.15 Uhr

## Inhaltsübersicht

<b>1 Begrüßung .....</b>	<b>4</b>
<b>2 Vortragsphase I .....</b>	<b>4</b>
2.1 Keynote: Psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen – Aktuelle Lage und Herausforderungen .....	4
2.2 Junge Psyche im Blick der Jugendhilfe: Herausforderungen und Perspektiven für die Versorgung psychisch kranker, junger Menschen in der Jugendhilfe.....	5
2.3 Psychische Gesundheit in Gefahr: Zwischen KI, Fake-News, Schönheitsfiltern und Snaps .....	7
2.4 Maßnahmenkatalog für Angebote der Prävention und Gesundheitsförderung für Schulen im Rhein-Neckar-Kreis und Heidelberg .....	8
2.5 Wie können die vorhandenen Unterstützungs- und Versorgungssysteme unserer Region miteinander verlinkt werden? Projekt: „Gemeinsame Website“.....	8
<b>3 Workshops.....</b>	<b>10</b>
3.1 Und jetzt?! Zwischen KI, Fake-News, Schönheitsfiltern und Snaps – Übungen und Ideen für die praktische Arbeit.....	10
3.2 Essstörungen im Jugendalter – Basiswissen für die Praxis .....	10
3.3 Mut zum Gespräch – Psychische Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen erkennen und ansprechen.....	11
3.4 „Ich will aber!“ – Kindliche Entwicklung und Verhaltensbesonderheiten im Kontext der sogenannten „Bedürfnisorientierten Erziehung“.....	11
3.5 Eltern erreichen und beteiligen – Ideen und Stolpersteine in der Zusammenarbeit mit Eltern.....	12
3.6 Kinder psychisch- und suchtkranker Eltern.....	12
<b>4 Resümee – Wie geht es weiter? .....</b>	<b>14</b>
<b>5 Fazit.....</b>	<b>14</b>

## Programm

09.30 Uhr Begrüßung  
09.45 Uhr Vortragsphase I  
11.00 Uhr Pause  
11.20 Uhr Vortragsphase II  
12.20 Uhr Mittagspause // Ende der online-Veranstaltung  
13.05 Uhr Workshops  
14.05 Uhr Resümee – Wie geht es weiter?  
14.15 Uhr Ende der Präsenz-Veranstaltung

## Personen

Teilnehmende: In Präsenz 124 Personen, online ca. 220 Personen aus dem Gesundheitswesen, Jugendhilfe-, Sozial- und Bildungssystem sowie aus Politik und Verwaltung

Moderation: Konstanze Augst (SBZ Neckargemünd)

Leitung: Julia Amann, Josa Ramünke, Dr. Melanie Weiß

WebEx: Inga Backer, Markus Purkart

Dokumentation: Philomena Heibel, Julia Amann, Josa Ramünke

Fotos: Dorothea Burkhardt, Josa Ramünke

## 1 Begrüßung

Konstanze Augst vom SBZ Neckargemünd begrüßt als Moderatorin die Anwesenden ganz herzlich zur 14. Kommunalen Gesundheitskonferenz (KGK) und hebt die Bedeutung des Themas „Junge Psyche im Blick“ hervor. Sie betont, dass sowohl die physische als auch die hybride Teilnahme mit rund 250 Personen die Relevanz der Veranstaltung unterstreicht. Ziel der Konferenz ist es, die aktuelle Situation zu analysieren, Herausforderungen zu benennen und erste Lösungsansätze zu entwickeln. Sie erläutert, dass die Veranstaltung eine Plattform für Vernetzung und Austausch zwischen den Bereichen Politik, Medizin, Pädagogik, Psychologie und Verwaltung bietet, um stabile Kooperationen zu fördern und Synergien zu nutzen, die letztlich Familien und Kindern zugutekommen.

Anschließend gibt Frau Augst einen kurzen Einblick in den Tagesablauf und macht auf den Markt der Möglichkeiten im Foyer aufmerksam, der als Gelegenheit zur Information und zum Austausch über regionale Projekte dient. Nach einer zweiten Vortragsphase ist eine Mittagspause vorgesehen, in deren Verlauf die online zugeschalteten Teilnehmenden verabschiedet werden, da eine Teilnahme an den Workshops aus organisatorischen Gründen nicht möglich ist. Nach der Mittagspause beginnen die Workshops.

Die Moderatorin übergibt das Wort an Stefan Hildebrandt, den ersten Landesbeamten des Rhein-Neckar-Kreises. Herr Hildebrandt begrüßt die Teilnehmenden, Referierende und das KGK-Team und hebt die Bedeutung der Veranstaltung „Junge Psyche im Blick“ hervor. Er betont, dass das Thema viele Menschen bewegt, was sich auch in der hohen Anzahl an Teilnehmenden widerspiegelt. Innerhalb kürzester Zeit war die Veranstaltung ausgebucht. Das Thema bewegt viele und Herr Hildebrandt berichtet, dass er selbst im privaten Umfeld Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen gemacht hat. Die heutige Veranstaltung soll dazu beitragen, über psychische Belastungen aufzuklären, Hilfsangebote sichtbar zu machen und das öffentliche Bewusstsein für seelisches Wohlbefinden zu stärken. Er bedankt sich ausdrücklich bei dem KGK-Organisationsteam. Abschließend äußert er seine Hoffnung, dass die Teilnehmenden wertvolle Impulse aus der Veranstaltung mitnehmen können.

Dr. Melanie Weiß (Leitung des Referats KGK, Gesundheitsberichterstattung, Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht) begrüßt die Anwesenden im Namen der Geschäftsstelle der KGK, die für den Rhein-Neckar-Kreis und die Stadt Heidelberg zuständig ist. Sie bedankt sich für die rege Teilnahme, zeigt sich erfreut über die hohe Teilnehmendenzahl und beteuert „einen so großen Zulauf hatten wir noch nie, wir sind überwältigt!“. Eines der Hauptziele der KGK besteht darin, den Austausch und die Vernetzung der Teilnehmenden zu fördern. Es ist wichtig, Bedarfe und Bedarfslagen aufzuzeigen und Kompetenzen zu verbinden. Sie wünscht den Anwesenden einen erfolgreichen und erkenntnisreichen Tag und betont die Bedeutung des gemeinsamen Dialogs.

## 2 Vortragsphase I

### 2.1 Keynote: Psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen – Aktuelle Lage und Herausforderungen

Frau Augst begrüßt die erste Referentin, Prof. Dr. Luise Poustka, die als ärztliche Direktorin der Kinder- und Jugendpsychiatrie der Uniklinik Heidelberg die Keynote mit dem Titel „Vom seelisch gesunden Erwachsenwerden“ hält. Sie gibt einen umfassenden Überblick über die

psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, ordnet die aktuelle Lage in einen globalen Kontext ein und betont, dass die Übergangsphase ins Erwachsenenalter für viele Kinder und Jugendliche derzeit besonders schwierig ist. Außerdem betont sie, dass die Prävalenz der Erkrankungen heute deutlich höher ist als noch vor 50 Jahren. Besonders hebt sie hervor „*Wenn junge Menschen nicht stabil sind, hat die Gesellschaft ein Problem.*“

Die Referentin zeigt auf, dass psychische Störungen häufig bereits im Jugendalter beginnen. Zwischen 50 und 75 % der Erwachsenen mit psychischen Erkrankungen berichten von ersten Symptomen in dieser Lebensphase. Die Pubertät beschreibt sie als besonders vulnerable Zeit, in der ein erhöhtes Risikoverhalten auf eine noch nicht vollständig ausgereifte Selbstkontrolle trifft und das Gehirn wichtige Entwicklungsprozesse durchläuft. Aktuelle Daten belegen außerdem, dass insbesondere Mädchen seit der COVID-19-Pandemie vermehrt unter Depressionen, Angststörungen und Essstörungen leiden, während bei Jungen ein Anstieg von Adipositas dokumentiert wird. Die Einschränkungen sozialer Kontakte und Schulschließungen haben diese Entwicklung zusätzlich verstärkt. Auch der sozioökonomische Status spielt eine zentrale Rolle, es zeigt sich, dass Kinder aus finanziell belasteten Familien ein um rund 60 % erhöhtes Risiko für psychische Belastungen aufweisen. Neben der Pandemie wirken weitere globale Krisen wie etwa der Klimawandel, Kriege und wirtschaftliche Unsicherheiten belastend auf junge Menschen. Diese Faktoren führen nicht zwangsläufig zu Erkrankungen, können jedoch das Risiko erhöhen, insbesondere wenn mehrere Belastungen gleichzeitig auftreten.

Prof. Dr. Poustka geht außerdem auf Peer-Einflüsse, Mediennutzung und Mobbing ein. Studien zeigen, dass psychische Erkrankungen im direkten Umfeld das eigene Risiko erhöhen können. Besonders Cybermobbing hat oft gravierendere Auswirkungen, da sich Betroffene ihm kaum entziehen können.

Großen Stellenwert misst die Referentin Schutzfaktoren bei: ausreichend schlafen, sich regelmäßige bewegen und sich gesund ernähren. Sie kritisiert frühe Schulanfangszeiten, die den natürlichen Schlafrhythmus Jugendlicher beeinträchtigen und verweist auf die positive Wirkung von Bewegung auf depressive Symptome und allgemeines Wohlbefinden. Schulbasierte Präventionsprogramme und Resilienzförderung bewertet sie als wirksame Bausteine einer verbesserten Versorgung.

Abschließend betont Prof. Dr. Poustka, dass die psychischen Belastungen junger Menschen zugenommen haben und das Versorgungssystem darauf bislang nicht ausreichend vorbereitet ist. Sie fordert, vorhandene evidenzbasierte Präventions- und Interventionsprogramme konsequenter zu nutzen, um Kinder und Jugendliche wirksam zu unterstützen.

## 2.2 Junge Psyche im Blick der Jugendhilfe: Herausforderungen und Perspektiven für die Versorgung psychisch kranker, junger Menschen in der Jugendhilfe

Die Moderatorin leitet über zum Vortrag von Alexandra Ehlke und Manuel Lehner vom Jugendamt Rhein-Neckar-Kreis, die über die Versorgung psychisch erkrankter junger Menschen durch die Jugendhilfe sprechen. Sie betont die Relevanz des Themas und verweist auf die Herausforderungen und Perspektiven, die in der Praxis auftreten.

Herr Lehner stellt sich als stellvertretender Amtsleiter des Jugendamts im Rhein-Neckar-Kreis vor. Er erläutert, dass die Versorgung psychisch erkrankter junger Menschen primär im

Bereich der Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie -psychotherapie liegt, während die Jugendhilfe eine wichtige ergänzende Rolle spielt. Die Jugendhilfe ist insbesondere dann gefragt, wenn die Teilhabe junger Menschen durch psychische Erkrankungen nachhaltig beeinträchtigt wird. Er hebt die Bedeutung der Kooperation zwischen verschiedenen Akteuren hervor und appelliert an alle Beteiligten, gemeinsam an einer besseren Versorgung zu arbeiten.

Die rechtlichen Grundlagen der Eingliederungshilfe bei seelischer Behinderung ist der § 35a SGB VIII. Er führt aus, dass drei Tatbestandsvoraussetzungen erfüllt sein müssen: die Zugehörigkeit zum Kreis der Leistungsberechtigten, eine Abweichung der seelischen Gesundheit und eine daraus resultierende Beeinträchtigung der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Diese Beeinträchtigung kann sich in den Bereichen familiäres Zusammenleben, Bildung oder soziale Teilhabe manifestieren. Er betont, dass die Abweichung der seelischen Gesundheit durch eine Stellungnahme eines Kinder- und Jugendpsychiaters oder -psychotherapeuten festgestellt werden muss, was die enge Verknüpfung zwischen Jugendhilfe und Kinder- und Jugendpsychiatrie verdeutlicht. Ohne eine solche Diagnose ist ein Zugang zu den Leistungen nicht möglich.

Herr Lehner beschreibt die verschiedenen Leistungsformen der Jugendhilfe, die von ambulanten über teilstationäre bis hin zu vollstationären Angeboten reichen. Er hebt hervor, dass die Arbeit der Jugendhilfe pädagogisch ausgerichtet ist und die Unterstützung durch Fachkräfte aus der Kinder- und Jugendpsychiatrie oder -psychotherapie ergänzend erforderlich ist. Die zunehmende Komplexität der Fälle und die Vielzahl der beteiligten Akteure stellen eine große Herausforderung dar; die Fallzahlen im Bereich der Eingliederungshilfe sind in den letzten Jahren stark angestiegen. Seit 2019 hat sich die Zahl der Fälle nahezu verdoppelt, wobei die Schulbegleitung einen besonders starken Zuwachs verzeichnet. Er führt diesen Anstieg teilweise auf strukturelle Probleme im Schulsystem zurück, wie etwa große Klassen und den erhöhten pädagogischen Versorgungsbedarf. Trotz der Herausforderungen betont er, dass die Jugendhilfe in der Lage ist, alle Leistungsansprüche zu erfüllen, dank der Unterstützung durch freie Träger.

Abschließend benennt Herr Lehner drei Ebenen, die verbessert werden müssten: die Ebene der allgemeinen Kooperationsvereinbarung, die Ebene der bedarfsgerechten Leistungsangebote und zusätzlich innovative Formate für die Zusammenarbeit in komplexen Fallsystemen. Er betont die Notwendigkeit verbindlicher Absprachen, passender Leistungsangebote und einer besseren Vernetzung der Akteure. Abschließend lädt er die Anwesenden ein, aktiv an der Verbesserung der Kooperation mitzuwirken.

Darauf aufbauen stellt Frau Ehlke stellt die Methode der „Neue-Wege-Konferenz“ vor, die im Jugendamt des Rhein-Neckar-Kreises entwickelt wird, um komplexe Fälle besser zu bearbeiten. Ziel der Konferenz ist es, neue Perspektiven zu schaffen, Handlungsstrategien zu entwickeln und die Zusammenarbeit der Beteiligten zu stärken. Sie beschreibt den Ablauf der Konferenz, der von einer sorgfältigen Vorbereitung über die Einbindung relevanter Akteure bis hin zur Erarbeitung konkreter Handlungsschritte reicht. Besonders betont sie die Bedeutung des Perspektivwechsels durch die Einbindung von Fachkräften, die bisher nicht in den Fall involviert waren.

Die „Neue-Wege-Konferenz“ ist in fünf Phasen unterteilt: Einführung, Perspektivwechsel, Resourcenarbeit, Erarbeitung von Handlungsschritten und Abschlussvereinbarung. Die Methode

---

ist trotz des hohen Aufwands eine lohnende Investition, da sie zu individuellen Lösungen führen kann. Abschließend betont sie die positive Resonanz der Teilnehmenden und die Bereitschaft zur weiteren Zusammenarbeit.

Frau Augst schließt die erste Vortragsphase und leitet die Teilnehmenden in die Pause. Sie weist auf den „Markt der Möglichkeiten“ hin und lädt die Anwesenden ein, die Zeit für Austausch und Vernetzung zu nutzen.

### **2.3 Psychische Gesundheit in Gefahr: Zwischen KI, Fake-News, Schönheitsfiltern und Snaps**

Clemens Beisel stellt sich vor und erläutert, dass er als Sozialpädagoge seit zwölf Jahren im Bereich der gesunden Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen tätig ist. Er führt jährlich zwischen 250 und 300 Workshops mit Schulklassen sowie 40 bis 50 Vorträge bundesweit durch. Zudem entwickelt er während der Pandemie den digitalen Elternabend, der in verschiedenen Kreisen/Städten sowie von fünf großen Krankenkassen und ab dem kommenden Jahr auch im Rhein-Neckar-Kreis und der Stadt Heidelberg genutzt wird.

Laut des australischen Kommunikationssprechers David Cohmann können soziale Medien wie TikTok, Snapchat und Instagram nicht sicher für Kinder gemacht werden. Eine Studie der Vodafone Stiftung zeigt auf, dass die Hälfte der Jugendlichen ihre Nutzung sozialer Medien reduzieren möchte, dies jedoch nicht schafft. Zudem empfinden rund ein Drittel der Jugendlichen ihre Social-Media-Nutzung als emotional belastend.

Herr Beisel äußert Zweifel, ob es ausreichend Hilfsangebote und Medienbildung gibt, um den Herausforderungen zu begegnen. Er beschreibt sogenannte Mikroverletzungen, die durch problematische Inhalte wie Gewaltvideos oder sexualisierte Darstellungen entstehen können, und kritisiert die unzureichende Filterung solcher Inhalte durch Plattformen wie Instagram. Er hebt die Problematik der Algorithmen hervor, die solche Inhalte beim Ansehen verstärken und Jugendliche in ihrer Wahrnehmung und ihrem Verhalten beeinflussen können.

Außerdem kritisiert Herr Beisel scharf das Bildungssystem und die mangelnde Medienbildung an Schulen. Er betont, dass Lehrkräfte oft nicht ausreichend auf die Herausforderungen der digitalen Welt vorbereitet sind. Vor allem im Hinblick auf die steigende Nutzung von Künstlicher Intelligenz und die Schwierigkeiten, die Jugendliche mit der Identifikation von Fake News haben. Hier sind besonders Jugendliche mit niedrigerem Bildungsniveau gefährdet, problematische Inhalte nicht zu erkennen. Eine intensivere Mediennutzung wirkt sich besonders auf die Konzentration und den Schlaf von Jugendlichen aus. Herr Beisel beschreibt den sogenannten „Sägeblatteffekt“, bei dem ständige Unterbrechungen durch Benachrichtigungen die Konzentration beeinträchtigen. Zudem verweist er auf die hohe Bildschirmzeit vieler Jugendlicher, die oft zu Schlafmangel führt. Er fordert Eltern auf, klare Regeln für die Mediennutzung ihrer Kinder aufzustellen, insbesondere in Bezug auf die Nutzung vor dem Schlafengehen.

Kinder und Jugendliche sind durch die ständige Verfügbarkeit von digitalen Medien einer starken Konditionierung ausgesetzt. Herr Beisel beschreibt, dass bereits Kleinkinder durch das Verhalten ihrer Eltern den Umgang mit digitalen Geräten erlernen und kritisiert, dass soziale Medien und Spiele so gestaltet sind, dass sie eine hohe Abhängigkeit fördern, und fordert eine stärkere Regulierung durch Politik und Unternehmen.

Studien zeigen, dass Jugendliche mit einem niedrigen sozioökonomischen Status häufiger eine riskante Mediennutzung aufweisen. Eine bildschirmfreie Zeit ist ein Luxus, der von den finanziellen und zeitlichen Ressourcen der Familien abhängt. Familien und pädagogischen Fachkräften müssten stärker unterstützt werden, um eine gesunde Mediennutzung zu fördern.

## **2.4 Maßnahmenkatalog für Angebote der Prävention und Gesundheitsförderung für Schulen im Rhein-Neckar-Kreis und Heidelberg**

Julia Amann von der Geschäftsstelle der KGK Rhein-Neckar-Kreis/Heidelberg stellt den Maßnahmenkatalog für Prävention und Gesundheitsförderung an Schulen im Rhein-Neckar-Kreis und Heidelberg vor. Der Maßnahmenkatalog kann Schulen dabei unterstützen, qualitativ hochwertige und passende Angebote für Prävention und Gesundheitsförderung schnell zu identifizieren und gezielt einzusetzen. Die Gesundheit ist eine wesentliche Voraussetzung für den Bildungserfolg und Schulen stehen vor der Herausforderung, aus einer Vielzahl von Angeboten die geeigneten auszuwählen. Die Idee für den Katalog entstand aus Gesprächen mit Schulen, die sich mehr Übersicht und Unterstützung wünschen. Die Angebote werden gesammelt, nach festgelegten Qualitätskriterien geprüft und mit regionalen Fachstellen abgestimmt.

Die Referentin führt aus, dass der Katalog übersichtlich nach Themen und Zielgruppen gegliedert ist. Schulen können gezielt nach Programmen zu Themen wie Medienkompetenz, Suchtprävention oder psychischer Gesundheit suchen. Auch Eltern, Lehrkräfte sowie Schülerinnen und Schüler finden passende Angebote. Es gibt sechs Themenfelder, die mit Angaben zu Zielgruppen, Methodik, Durchführung, Zeitaufwand, Kosten und Ansprechpartnern dargestellt sind. Frau Amann betont, dass die meisten Angebote kostenfrei sind.

Exemplarisch werden einige Programme genannt, darunter den „Grünen Koffer“ zur Cannabisprävention, „Be Smart – Don't Start“ zur Tabakprävention und „Mind Matters“ zur Förderung der psychischen Gesundheit. Frau Amann erwähnt, dass für den Bereich psychische Gesundheit zusätzlich eine Übersicht mit Anlaufstellen bei akuten Notlagen integriert ist. Abschließend verweist sie darauf, dass für Grundschulen weniger Themenfelder enthalten sind, da es dort beispielsweise keine Programme zu Essstörungen oder Tabakprävention gibt.

Die Referentin betont, dass der Katalog als lebendiges Werkzeug gedacht ist, das regelmäßig aktualisiert und erweitert wird. Außerdem soll „Langfristig der Katalog zu einer nachhaltigen Stärkung der Gesundheitsförderung an Schulen beitragen“, so Frau Amann. Sie weist darauf hin, dass der Katalog derzeit noch in der Entwicklung ist und nach Abschluss der Überarbeitung zeitnah zur Verfügung steht und u.a. auf der Homepage der KGK veröffentlicht wird. Abschließend lädt sie die Anwesenden ein, Rückmeldungen, Anregungen oder Ideen für weitere Angebote einzubringen und verweist auf ihre Kontaktdaten.

## **2.5 Wie können die vorhandenen Unterstützungs- und Versorgungssysteme unserer Region miteinander verlinkt werden? Projekt: „Gemeinsame Website“**

Frau Augst leitet über zu Dr. Urania Kotzaeridou vom Sozialpädiatrischen Zentrum der Uniklinik Heidelberg. Diese erläutert, dass das vorgestellte Projekt darauf abzielt, die vorhandenen Unterstützungs- und Versorgungssysteme in der Region besser zu vernetzen. Sie führt aus,

dass die Idee einer gemeinsamen Webseite aus der Notwendigkeit entsteht, die langen Wartelisten im Sozialpädiatrischen Zentrum zu bewältigen. Diese Wartelisten resultieren aus einer Vielzahl von Faktoren, darunter einer Zunahme chronisch kranker Kinder, der steigenden Komplexität der Versorgung sowie sozialer und migrationsbedingter Herausforderungen. Sie hebt hervor, dass das Zentrum jährlich etwa 7.000 Kinder mit Entwicklungsstörungen betreut, von denen 25 % Erstvorstellungen sind. Nicht-dringende Fälle haben eine Wartezeit von mindestens zwölf Monaten.

Das Problem der langen Wartezeiten ist nicht nur in Heidelberg, sondern in allen sozialpädiatrischen Zentren Baden-Württembergs präsent. Im Rahmen eines von der Bundesregierung finanzierten Innovationscamps diskutierten sie vor einem Jahr gemeinsam mit dem Sozialpädiatrischen Zentrum Freiburg, Vertreterinnen und Vertretern der Politik, der Kreativwirtschaft und Betroffenen über Lösungsansätze. Eine der vorgeschlagenen Maßnahmen ist die Entwicklung einer sektorenübergreifenden Webseite. Frau Dr. Kotzaeridou erläutert, dass die Webseite als „Familienkompass“ fungieren soll, um Familien gezielt zu den richtigen Angeboten zu führen. Vier zentrale Ziele der Webseite sind: die sektorenübergreifende Darstellung aller Angebote einer Region, die Bereitstellung von Informationen während der Wartezeit, eine Schritt-für-Schritt-Anleitung von Bedarf bis zur Antragstellung sowie die barrierearme und bedarfsorientierte Gestaltung der Inhalte. Sie verweist auf die erfolgreiche Umsetzung eines ähnlichen Projekts in Konstanz, wo die Webseite „Miteinander aufwachsen“ mit Fördermitteln des Landesministeriums für Soziales realisiert wird. Diese Plattform bietet eine umfassende Begleitung für Familien über alle Lebensphasen hinweg und stellt die Angebote verschiedener Institutionen übersichtlich dar.

Die Referentin regt an, ein vergleichbares Projekt für die Region Rhein-Neckar, einschließlich Heidelberg, Mannheim und Umgebung, zu entwickeln. Als Grundlage für eine digitale Netzwerkkarte können bestehende Initiativen wie die Arbeitsgruppe „Interdisziplinäre Frühförderung“ und das Teilnetzwerk Diagnostik der Stadt Heidelberg dienen. Frau Dr. Kotzaeridou betont die Notwendigkeit einer guten Finanzierung, da solche Webseiten kostenintensiv sind, und schlägt vor, regionale Stiftungen und Förderer einzubinden. Abschließend hebt sie die Bedeutung einer langfristigen Perspektive und einer klugen Integration in bestehende Plattformen hervor.

Die Vortragsreihe ist damit abgeschlossen, die Moderatorin bedankt sich bei allen Referentinnen und Referenten für den fachlichen Input und leitet über zum nächsten Programmfpunkt, den sechs verschiedenen Workshops. Außerdem verabschiedet sie die zahlreichen online-Teilnehmenden und bittet diese, die anschließende Evaluation zu nutzen, um ihre Bedarfe und Anregungen mitzuteilen.

### 3 Workshops

Nach den thematisch umfassenden Beiträgen der Referentinnen und Referenten, die vor allem die aktuelle Situation und ihre Herausforderungen von „jungem Psyche“ thematisierten, folgt nun der Workshop-Teil. Die online-Übertragung wird beendet und die Teilnehmenden finden sich in ihren jeweiligen Workshops zusammen.

#### 3.1 Und jetzt?! Zwischen KI, Fake-News, Schönheitsfiltern und Snaps – Übungen und Ideen für die praktische Arbeit

Im Workshop von Clemens Beisel werden die Inhalte des vorangegangenen Vortrags vertieft und gemeinsam in die Praxis übertragen. Als zentrales Beispiel wird ein interaktiver Schönheitsfilter gezeigt. Dafür reicht Herr Beisel sein Smartphone herum, damit die Teilnehmenden sehen können, wie stark Gesichter digital verändert werden. Dabei wird deutlich, dass solche Filter unrealistische Erwartungen erzeugen und zudem sexistisch sind, da weibliche Gesichter stärker „verschönert“ werden als männliche. Dadurch würden ungesunde Schönheitsideale reproduziert, so Herr Beisel.

Anschließend berichten die Teilnehmenden von eigenen Erfahrungen und diskutierten, wie ein gesunder Umgang mit digitalen Medien gelingen kann. Besonders herausfordernd zeigt sich die Balance zwischen notwendigen Grenzen und der Teilhabe junger Menschen am digitalen Leben, ohne in Kontrollzwang zu geraten. Auch die negative Wirkung von Plattformen wie TikTok auf das Selbstwertgefühl junger Menschen wird thematisiert. Bezugnehmend auf digitale Elterininformationen wird der Wunsch geäußert, die Inhalte des Referenten in mehreren Sprachen anzubieten, was jedoch nach aktuellem Stand als finanziell schwer umsetzbar gilt. Der Workshop bot lebensweltorientierte Impulse, stellt Strategien und Methoden zur Stärkung junger Menschen im Umgang mit KI, Messenger-Stress und Schönheitsdruck vor und ließ Raum für Austausch und Diskussion.

#### 3.2 Essstörungen im Jugendalter – Basiswissen für die Praxis

Der Workshop wird geleitet von den Referentinnen Lisa Wagner und Esther Weiß vom FrauenGesundheitsZentrum e. V., welches ein vielseitiges Beratungsangebot zu Themen wie Essstörungen, Frauengesundheit, Depression, chronische Erkrankungen und Lebenskrisen bereitstellt.

Im ersten und informativen Teil des Workshops stellen die Referentinnen zunächst ihr Beratungsangebot vor und geben einen strukturierten Überblick über die wichtigsten Formen von Essstörungen im Jugendalter, darunter Anorexie, Bulimie und Binge-Eating-Störung. Ergänzend werden typische Anzeichen, biologische, individuelle und soziokulturelle Risikofaktoren und aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen besprochen. Abschließend werden zentrale Unterstützungs- und Hilfsangebote vorgestellt.

Der praktische Teil des Workshops widmet sich Fragen aus der beruflichen Praxis: Was sind erste Anzeichen einer möglichen Essstörung? Wie können Jugendliche sensibel angesprochen werden? Wie lässt sich unterstützen, ohne zu überfordern? Außerdem werden gemeinsame Dos and Don'ts im Umgang mit betroffenen Jugendlichen erarbeitet.

### **3.3 Mut zum Gespräch – Psychische Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen erkennen und ansprechen**

Der Workshop mit Dr. Christine Helmig von der Schulpsychologischen Beratungsstelle Heidelberg widmet sich der Frage, wie Fachkräfte psychische Beschwerden bei Kindern und Jugendlichen sensibel, klar und unterstützend ansprechen können. Oft ist sichtbar oder spürbar, dass es einem jungen Menschen nicht gut geht, doch die passenden Worte zu finden, fällt im Alltag häufig schwer. Ziel des Workshops ist es, Sicherheit im Einstieg in schwierige Gespräche zu gewinnen und Wege zu finden, Offenheit und Mitgefühl zu vermitteln. „Wir müssen erstmal einen Fuß in die Tür bekommen“, so Frau Dr. Helmig. Die Teilnehmenden arbeiten in Kleingruppen an einer Übung zum Perspektivwechsel: Was müsste passieren, damit ein Gespräch komplett schiefgeht? Genannt wird u. a. ein unpassender Zeitpunkt, Überforderung oder Panik der ansprechenden Person sowie vorschnelle Diagnosen. Aus diesen „Negativbeispielen“ werden anschließend positive Leitlinien abgeleitet.

Als zentrales Fazit kristallisierte sich ein klarer Ablauf heraus:

1. Beobachtung: Auffälligkeiten wahrnehmen und ernst nehmen.
2. Austausch mit anderen Bezugspersonen: Kollegenschaft, Trainerschaft oder Schulsozi-alarbeit einbeziehen.
3. Gespräch mit dem betroffenen Kind oder Jugendlichen: offene, klare Worte und Haltung und ohne Vorverurteilung.
4. Dranbleiben: nicht beim ersten Abblocken aufgeben, sondern weiterhin zurückhaltende, aber verlässliche Unterstützung anbieten, wenn das eigene Bauchgefühl Alarm schlägt.

Frau Helmig betont vor allem, dass das Dranbleiben besonders wichtig ist. Selbst wenn man in einer Situation fachlich nicht direkt helfen kann, ist alleine die Präsenz und das Starkmachen für das betroffene Kind wertvoll. Dies spiegelt sich in der Rückmeldung aus der Gruppe wider: „Wenn Halt fehlt, gibt Haltung Halt“.

### **3.4 „Ich will aber!“ – Kindliche Entwicklung und Verhaltensbesonderheiten im Kontext der so-genannten „Bedürfnisorientierten Erziehung“**

Der Workshop von Annette Moser und Konstanze Augst vom Sonderpädagogischen Beratungszentrum Neckargemünd thematisiert die zunehmend sozial-emotionalen Konflikte, die pädagogische Fachkräfte im Einzel- und Gruppensetting erleben. Zentrale Problemfelder sind Essverhalten, Schlafen, Ausscheidungsverhalten sowie Herausforderungen im Zusammenhang mit „bedürfnisorientierten Erziehungskonzepten“. Außerdem werden die Grundzüge der kindlichen Entwicklung aus neurologischer und lerntheoretischer Perspektive vorgestellt.

Kritisch beleuchtet wird insbesondere das „bedürfnisorientierte Erziehungsmodell“. Nach außen wirkt diese Erziehungsmethode wie eine Methode für glückliche und selbstbewusste Kinder und Eltern, mit einer Aussicht auf ein friedliches Miteinander, doch in der Praxis führt sie häufig zu Unsicherheiten, fehlender Orientierung und einem Übermaß an kindlicher Autonomie.

---

Außerdem wird das Konzept von „Momfluencing“ kritisiert. Dabei verbreiten Mütter über soziale Medien ihre Erziehungs- und Haushaltstipps. Gearbeitet wird mit emotionalen Botschaften, verbreitet werden emotionale Erziehungsratschläge, die keine fachliche, pädagogische Grundlage haben. Ein Beispiel dieser Erziehungsmethoden ist auch die „bedürfnisorientierte Erziehung“.

Als konstruktive Alternative wird der anleitende Erziehungsstil vorgestellt. Hier übernehmen Eltern klar die Gesamtverantwortung, geben Struktur, Orientierung und Sicherheit und halten gleichzeitig an einer stabilen Bindung fest. Kinder werden beteiligt, jedoch in einem für ihr Alter angemessenen Rahmen.

Ein Praxisbeispiel verdeutlicht die Unterschiede: Verlässt ein Kind schnell ein Puzzle, erlaubt die bedürfnisorientierte Haltung ein sofortiges Abbrechen der Aufgabe, denn das Kind kann nicht gezwungen werden und sollte seinen Interessen folgen können. Allerdings kann das fehlende Durchhaltevermögen zu Konzentrations- und Aufmerksamkeitsproblemen führen. Bei der „anleitenden Erziehung“ wird das Kind von den Eltern angeleitet, altersangemessen lang bei einer Beschäftigung zu bleiben oder es gegebenenfalls fertig zu stellen.

### **3.5 Eltern erreichen und beteiligen – Ideen und Stolpersteine in der Zusammenarbeit mit Eltern**

Der Workshop von Jenny Seckinger und Monika Beck aus der Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie in Hockenheim widmet sich der Frage, wie ein Gesprächsleitfaden für den Kontakt mit Eltern gestaltet sein kann und welche Strategien dabei helfen, typische Gesprächshürden zu überwinden.

Zum Einstieg reflektieren die Teilnehmenden anhand der Leitfrage „Wie sollte ein Telefonat mit Eltern nicht ablaufen?“. Dabei wird betont, dass Eltern Gespräche häufig anders wahrnehmen, als es von Fachkräften beabsichtigt ist. Aus den Erfahrungsberichten der Gruppe werden anschließend zentrale Fragestellungen gesammelt, beispielsweise wie Fachkräfte reagieren können, wenn Eltern sich allein gelassen oder ausgegrenzt fühlen oder wenn sie Schwierigkeiten haben, ein bestehendes Problem anzuerkennen.

Auf Grundlage dieser Themen wird ein Fallbeispiel entwickelt, das anschließend Schritt für Schritt gemeinsam durchgearbeitet wird. Die Referentinnen legen dabei besonderen Wert auf eine wertschätzende Grundhaltung gegenüber den Eltern. Fachkräfte sollten grundsätzlich davon ausgehen, dass Eltern gute Gründe für ihr Verhalten haben. Ferner betonen die Referentinnen die Bedeutung des proaktiven Zuhörens, etwa durch gezieltes Nachfragen und Zusammenfassen des Gesagten („Habe ich Sie richtig verstanden?“).

Der Workshop endet mit einer Feedbackrunde. Abschließend wird der Grundsatz hervorgehoben, dass Eltern die primäre Verantwortung für ihre Kinder und Jugendlichen tragen, dabei jedoch von Fachkräften professionell begleitet und unterstützt werden.

### **3.6 Kinder psychisch- und suchtkranker Eltern**

Der Workshop „Kinder psychisch und suchterkrankter Eltern“ wird von Esma Burak vom Universitätsklinikum Heidelberg und Juli Sekulic vom ZI Mannheim durchgeführt. Häufig liegt die

Behandlung psychisch- und/oder suchterkrankter Eltern im Vordergrund, während die Bedürfnisse der betroffenen Kinder leicht aus dem Blick geraten. Da jedoch gerade diese Kinder frühzeitig und gezielt Unterstützung benötigen, ist ein guter Überblick über passende Hilfsangebote essentiell, um ihnen zeitnah helfen zu können.

Die Teilnehmenden werden im Workshop in vier Kleingruppen eingeteilt. Jede Gruppe erhält ein reales Fallbeispiel aus der Praxis, das analysiert und in einen individuellen Behandlungsplan überführt werden soll. Ein Beispiel behandelt die Situation einer Jugendlichen, die aufgrund einer depressiven Störung und sozialer Angst stationär auf einer kinder- und jugendpsychiatrischen Station aufgenommen wurde. Die Mutter der Jugendlichen ist an Diabetes mellitus Typ II erkrankt, psychisch belastet und verhält sich sehr klammernd. Sie traut ihrer Tochter einen Auszug nicht zu und fürchtet, ohne deren Unterstützung nicht zurechtkommen. Die Jugendliche hingegen wünscht sich mehr Selbstständigkeit und möchte ausziehen, kämpft jedoch mit starken Schuldgefühlen, da sie Sorge hat, ihre Mutter im Stich zu lassen. Die Gruppe entwickelte daraufhin einen mehrstufigen Behandlungsplan, der von den Referentinnen ergänzt und verbessert wird. Dafür soll die Jugendliche gezielt jugendpsychologisch behandelt und in ihrer depressiven Symptomatik begleitet werden. Parallel dazu ist eine Schulung bzw. Beratung der Mutter vorgesehen, um ihre psychische Belastung aufzufangen und sie im Umgang mit der Situation zu stärken. Nachdem die psychische Stabilisierung der Jugendlichen erreicht ist, soll der Übergang in ein betreutes Wohnumfeld vorbereitet werden. Ergänzend erhält die Kindsmutter alltagspraktische und psychosoziale Unterstützungsangebote.

#### 4 Resümee – Wie geht es weiter?

Zum Abschluss stellt Dr. Weiß an jeden Workshopleitenden die Abschlussfrage, was im Workshop überraschend war und ob es eine Kernbotschaft gäbe:

WK1) Herrn Beisel hat nichts überrascht, was in seinem Workshop gesagt und gefragt wurde, aber er betont erneut, wie dringend in Schulen Medienfachkräfte benötigt werden.

WK2) Frau Wagner und Frau Weiß vom FrauenGesundheitsZentrum e.V. weisen auf ihre Öffentlichkeitsarbeit hin und wie wichtig diese für ihre Arbeit ist. „Je öffentlicher wir sind, desto mehr Menschen in Not können wir erreichen“.

WK3) Die Kernbotschaft aus dem Workshop mit Dr. Helmig ist, dass man an der betroffenen Person dranbleiben muss und diese nicht alleine lassen sollte. Am Ende ihres Workshops sind außerdem die Verantwortung von Vereinstrainerinnen und Trainern in den Fokus gerückt.

WK4) Im Workshop von Frau Augst und Frau Moser wird als Kernbotschaften herausgearbeitet, wie problematisch für Frauen die Einflüsse durch „Momfluencing“ sind und dass anleitende Erziehungsstile am besten erforscht sind.

WK5) Frau Seckinger und Frau Beck betonten in ihrem Workshop, wie wichtig eine positive Einstellung den Eltern betroffener Kinder und Jugendliche ist und man den Elternteilen positive statt negativer Gründe für ihr Handeln unterstellen sollte.

WK6) Die Kernbotschaft aus dem Workshop von Frau Burak und Frau Sekulic im Workshop Kinder psychisch- und suchterkrankter Eltern ist, dass hinter jedem psychisch kranken Elternteil ein Kind steckt und die Gefahr groß ist diese zu übersehen. Deshalb lautet der Apell bei betroffenen Familien genau hinzuschauen.

Für die Geschäftsstelle der KGK betont Dr. Melanie Weiß, dass die Wichtigkeit und Brisanz des Themas erkannt wurde und nun eine Strategie für das weitere Vorgehen erarbeitet wird. Die KGK hat gute Möglichkeiten zu vernetzen und Strukturen zu schaffen; diese sollen auch im folgenden Jahr genutzt werden, um „junge Psyche“ weiter in den Fokus zu nehmen und die verschiedenen Akteurinnen und Akteuren aus Kreis und Stadt für eine Verbesserung der Versorgung stark zu machen.

#### 5 Fazit

Die KGK bot die Plattform sich über psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu informieren, sich auszutauschen und sich zu vernetzen. Denn psychische Gesundheit ist kein Randthema und hat weitreichende Folgen für das einzelne Leben der Betroffenen sowie für die Gesellschaft. Im Rahmen der Veranstaltung werden zentrale Impulse und fachliche Inhalte vermittelt, um junge Menschen in ihren unterschiedlichen Lebenswelten zu erreichen, einschließlich der sozialen Netzwerke.