

500 Leben:

Suizidprävention bei jungen Menschen

-

Unser evidenz-basiertes Programm

Youth Aware of Mental Health

"Wir setzen uns für eine Gesellschaft ein, in der die **psychische Gesundheit** & das **Wohlbefinden** aller über die gesamte Lebensspanne hinweg nachhaltig gestärkt werden.

Konkret beinhaltet das für uns:
die **Prävention** zu fördern,
das **Stigma** abzubauen,
ein öffentliches **Bewusstsein** zu schaffen sowie
politisch und gesellschaftlich **Einfluss** zu nehmen."

75 %
aller psychischen
Störungen
beginnen im
Kindes-, Jugend- &
frühen
Erwachsenenalter.¹

Suizide
sind aktuell die
häufigste
Todesursache
bei jungen
Menschen
bis 24 Jahren in
Deutschland.²

Vor allem
junge Menschen
waren & sind
während & nach
der
Corona-
Pandemie
psychisch stark
belastet.³



Ein schulbasiertes Programm für Jugendliche (13 – 17 Jahre) zur Gesundheitsförderung und (Suizid-)Prävention

Entwicklung

- Karolinska-Institutet, Schweden
- Columbia University, New York, USA
- Netzwerk europäischer Wissenschaftlerinnen & Wissenschaftler

Evaluation

- SEYLE (Saving and Empowering Young Lives in Europe)-Studie
- RCT (Randomisierte kontrollierte Studie)
- Über 11.000 Jugendliche aus 10 europäischen Ländern & Isreal
- Publiziert im Lancet¹

Wirksamkeit

50 %

Reduktion von Suizidversuchen und ausgeprägten Suizidgedanken¹

30 %

Reduktion von Neuerkrankungen an Depressionen¹

¹Wasserman et al. 2015

YAM: WIRKSAM & WISSENSCHAFTLICH FUNDIERT

Suizidalität ▼: 50 % Reduktion von Suizidversuchen & ausgeprägten Suizidgedanken (Wasserman 2015, McGillivray 2021)

Depression ▼: 30 % Reduktion von Neuerkrankungen an Depressionen (Wasserman 2015, McGillivray 2021, Trivedi 2022)

Angsterkrankungen ▼ (Trivedi 2022)

Hilfesuchverhalten ▲ (Kahn 2020, Lindow 2020, McGillivray 2021)

Hilfe für andere ▲: Jugendliche fühlen sich sicherer, Freundin/Freund in Not zu unterstützen (Wasserman 2018)

Klassengemeinschaft ▲: wachsende Solidarität der Jugendlichen untereinander (Wasserman 2015)

Gesundheitskompetenz ▲ (Lindow 2020)

Stigma ▼ (Lindow (2020)

Coping Strategien ▲ (Kahn 2020)

Hohe Akzeptanz bei Schülerinnen & Schülern, Lehrerinnen & Lehrern und Eltern (Lindow 2019)

Kosten ▼

- Senkung von Kosten für Gesundheitssystem: YAM = kostengünstigste Maßnahme der SEYLE-Studie (Ahern 2018)
- Return of Investment in psychische Gesundheit: 2,3 – 3,0 zu 1 (Chisholm 2016)

YAM: INTERNATIONAL & WELTWEIT

In DE seit Schuljahr
2022/23 in **München**

seit 2023/24 in **Berlin**¹

- YAM ist bereits in **16 Ländern** durchgeführt worden
- Mehr als **150.000 Jugendliche** sind mit YAM erreicht worden
- Mehr als **1.000 Personen** sind zu Kursleitungen (**Instructors**) ausgebildet worden

■ Ongoing YAM sites
■ Prospective YAM sites
■ Former YAM sites

¹in Kooperation mit KIP gGmbH –
Gesellschaft für Krisenintervention und Krisenprävention

1 YAM-Kurs = 3 Einheiten (je 90 Minuten) im Zeitraum von 3 Wochen

Grundprinzip & Haltung

- YAM ist ein Safe Space zum spielerischen Lernen, Reflektieren und Diskutieren
- Bei YAM begegnen wir Jugendlichen auf Augenhöhe

Wer führt YAM durch?

- YAM ist Lehrerinnen- & Lehrer-freie Zone
- Kurse werden von ausgebildeten Erwachsenen (*Instructor & Helper*) durchgeführt

Einbettung ins Umfeld

- Umsetzung in enger Zusammenarbeit mit Schulpsychologie / Schulsozialarbeit
- Informationsveranstaltungen für Eltern & Schulpersonal

120+ gehaltene YAM-Kurse

3.000+ erreichte Jugendliche

2 Standorte (München & Berlin)

3. Standort in Planung

30+ Suizidversuche verhindert

UNSERE AUSZEICHNUNGEN

Bayerischer Präventionspreis 2024

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



Bayerischer Innovationspreis
Ehrenamt 2022



DEUTSCHER
ENGAGEMENT
PREIS



TOMS®