

Methode:

Mental Health

Das neue Präventionsprogramm **JMD Mental Health Coaches** bietet jungen Menschen Raum für **Informationen, Erfahrungsaustausch und Diskussionen** rund um das Thema **psychische Gesundheit**. In präventiven Gruppenangeboten habt Ihr die Möglichkeit, offen darüber zu sprechen, was Euch beschäftigt. Ihr erfahrt, wie Ihr mit belastenden Situationen umgehen und Eure Resilienz stärken könnt. Ihr entscheidet selbst mit, welche Themenschwerpunkte gesetzt werden.

Hier gibt es mehr Informationen zum Thema:

➤ www.mental-health-coaches.de/#start

Aufgabe:

Bildet Gruppen. Jede Gruppe erstellt analog oder digital eine Wortwolke zu je einem Unterstützungsangebot.

Folgende Begriffe und Fragen helfen Euch bei der Recherche:

- Worum geht es in dem Hilfsangebot?
- An wen richtet sich das Angebot?
- Welche Ziele verfolgt das Unterstützungsangebot?
- Bei welchen Anliegen bietet das Angebote Hilfe oder Orientierung?

Mehr Informationen zu weiteren Angeboten finden sich hier:

- bildung.loveline.de
- www.fideo.de
- www.bke-jugendberatung.de
- www.nummergegenkummer.de

Für die digitale Bearbeitung kann dieses Programm genutzt werden:

- www.wortwolken.com

Die Wortwolken können später auch ausgedruckt bzw. abgespeichert werden. Alternativ können analoge Wortwolken erstellt werden.

