



Bildnachweis: Kreuzberger Musikalische Aktion e. V.

MGAM (Mentale Gesundheit am Mehringplatz)

Bezirk: Friedrichshain-Kreuzberg**Handlungsraum: GI Kreuzberg-Nord****Projektlaufzeit: 01.11.2023 – 31.10.2024****Projektbudget: 30.000 EUR**

Der Mehringplatz und die südliche Friedrichstadt zählen zu den ärmsten Kiezen Berlins und stehen für Kinderarmut, beengte Wohnverhältnisse, Sanierungsstau und fehlende Chancengleichheit. Hier sind die Ausmaße von strukturellem Rassismus in der Sozialen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen sehr deutlich. Ihre Biografien sind von Ausschluss und fehlender Chancengleichheit durchzogen. Die soziale Lage hat einen starken Einfluss auf die Gesundheit und resultiert in gesellschaftlich ungleich verteilten Gesundheitschancen. Die soziale Benachteiligung geht mit größeren Gesundheitsbelastungen einher.

Eine besonders vulnerable Gruppe stellt die der Mädchen* und jungen Frauen* dar. In den Lebensphasen, in denen viele psychischen Entwicklungsstadien wie

Projektbeschreibung

Jugendarbeit ist u.a. Vertrauens- und Beziehungsarbeit. Durch das Projekt kann eine psychologische Fachkraft im sicheren Setting und vertrauten Umfeld die mentale Gesundheit der Mädchen* und jungen Frauen* stärken. Dazu werden Kompetenzen der Resilienz aufgebaut. Selbstvertrauen und Selbstsicherheit bieten die Grundlage für Selbstwirksamkeit und somit die Eigenschaft, darauf zu vertrauen eigenständig Probleme lösen zu können. Dies bedeutet auch, gesundheitliche Probleme zu vermeiden und für emotionale Konflikte gute Lösungsstrategien zu besitzen.

Die Zielgruppe wird aus der Arbeit im Kinder- und Jugendzentrum identifiziert. Zugang an das Angebot haben die Jugendlichen und jungen Erwachsenen durch Einrichtungspersonal, welche sie in die Gesundheitsbegleitung vermittelt. Oder sie können sich selbst über Instagram oder Aushänge bei der angegebenen Telefonnummer melden. In Einzelgesprächen werden Bedarfe und Ziele ermittelt, es wird eine gemeinsame Vereinbarung mit machbaren Handlungszielen getroffen.

Zielgruppe

Jugendliche im Alter von 12 – 18 Jahren, junge Erwachsene im Alter von 18 – 25 Jahren, weibliche Familienangehörige, LGBT+ Personen, non-binäre und trans Menschen

Handlungsfelder

Stressbewältigung/ Entspannung/ psychische Gesundheit, Stärkung von Gesundheits- und Lebenskompetenzen, Suchtprävention, Bewegung, Ernährung

Lebenswelt

Jugend- und Kulturzentrum KMAntenne

Ziele

- Stärkung der mentalen Gesundheit durch vermehrtes Gefühl der Selbstwirksamkeit, durch den Aufbau psychischer Kompetenzen und durch Ich-Stärkung
- Erlernen von Selbstfürsorge und der adäquaten Nutzung von Hilfesystemen

Individuation, Berufsentscheidungen, Lebensweltentscheidungen, Abnabelung vom Elternhaus durchlaufen werden müssen ist der psychische Druck bei Ihnen besonders groß. Durch die Pandemie wurden viele bestehende Probleme verstärkt.

Das Jugend- und Kulturzentrum KMAntenne kann durch verschiedene Angebote pädagogisch auf die Herausforderungen der Mädchen* und jungen Frauen* eingehen. Dabei bemühen sich die Fachkräfte auch regelmäßig um eine psychotherapeutische Anbindung. Eine Vermittlung gelingt aufgrund der geringen Ressourcen der Betroffenen und der schlechten Versorgungssituation nur in Ausnahmefällen.

Maßnahmen

- Regelmäßige psychosoziale Beratung in Krisensituation und Begleitung von Entwicklungsprozessen
- Kontinuierliche Beratungsgespräche zum Aufbau von Empowermentstrategien
- Aufbau und psychosoziale Begleitung einer Gruppe für Mädchen* und junge Frauen*
- Erlernen von gesundheitsunterstützendem, präventivem Verhalten (Essverhalten, Bewegungsverhalten, mentale Gesundheit schützen)
- Vermitteln von Hilfsangeboten (Einzelfallhilfe/Jugendamt, Schuldner*innenberatung, Jugendberufsagentur, Schulpsycholog*innen, psychosoziale Beratung etc.)
- Einbindung von betroffenen Personen in bestehende Sport- und Bewegungsangebote im Bezirk

Good Practice Kriterien

Zielgruppenbezug, Partizipation, Empowerment, Nachhaltigkeit, Qualitätsmanagement

Einblicke

- Mit ihren musisch-multimedialen Projekten im schulischen und außerschulischen Kinder- und Jugendfreizeitbereich fördert der Verein die medialen, personalen und sozialen Kompetenzen von Kindern und Jugendlichen
- Der Verein ist für seine langjährige Arbeit als Verein mehrfach mit renommierten Preisen ausgezeichnet worden, u.a. der Jugend- und Familienstiftung Berlin.
- Für das Projekt sind kontinuierliche Feedbackrunden und online-Evaluationen geplant, um gemeinsam auf mögliche Schwierigkeiten zu reagieren.
- Das Projekt arbeitet mit dem HIT-Projekt zusammen, welches durch Eigenmittel und Spendenmittel einer Stiftung finanziert wird. Das HIT-Projekt begleitet bei Berufsausbildungs- und arbeitsmarktintegrativen Fragen, unterstützt im Bewerbungsprozess und vermittelt Rechtsberatung.

[Download Projektsteckbrief](#)

Kontakt

Organisation: Lena Brechtelsbauer | Kreuzberger Musikalische Aktion e. V.
Anschrift: Friedrichstraße 2-3, 10969 Berlin

E-Mail: lena@kma-antenne.de

Website: <https://www.kma-ev.de/kma-ev>