

Psychische Gesundheit – JETZT

Für ein präventives Gesundheitssystem: Jeder Mensch soll psychisch gesund aufwachsen können!

Fast jede:r kennt heute Menschen, die an Überforderung, Druck, Isolation oder manifesten psychischen Problemen leiden. Trotzdem fehlt es an einem kohärenten System, das auffängt, bevor es zu spät ist. Daran wollen wir gemeinsam arbeiten.

Ausgangslage: Ein System mit Lücken

Psychische Gesundheit ist der Schlüssel für das Wohlbefinden und die Resilienz unserer Gesellschaft. Besonders in einer Zeit, in der gesellschaftliche Herausforderungen, Stigmatisierung, globale Krisen und digitale Bedrohungen die Entwicklung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen untergraben, müssen wir unsere Aufmerksamkeit auf die Förderung der mentalen Gesundheit richten. Der globale Anstieg psychischer Erkrankungen v.a. bei **jungen Menschen**, verstärkt durch Faktoren wie die Pandemie und die steigende Polarisierung der Gesellschaft, macht eine sofortige Reaktion dringend nötig:

- **3,5 Mio. Kinder und Jugendliche** in Deutschland sind betroffen
- **21 % der Schüler:innen** zeigen laut Deutschem Schulbarometer 2024 psychische Auffälligkeiten
- **Bis zu 80 %** aller psychischen Erkrankungen beginnen **vor dem 25. Lebensjahr**

Das deutsche Gesundheitssystem ist qualitativ hochwertig, aber teuer. Die direkten und indirekten Kosten, die durch Behandlung und Arbeitsausfälle aufgrund psychischer Belastungen entstehen, werden für Deutschland auf etwa **147 Milliarden Euro pro Jahr** geschätzt. Frühzeitig eingreifende Präventions- und Frühinterventionsmaßnahmen sind entscheidend, um schwerwiegende Folgen zu verhindern. Diese sind in der gesetzlichen Struktur nicht ausreichend vorgesehen.

- **Versorgungslücken verschärfen sich:** Lange Wartezeiten, fehlende Schnittstellen, Überlastung
- **Hoher individueller & gesellschaftlicher Schaden:** Schulabbruch, Arbeitsausfall, soziale Isolation, enorme mittel- und langfristige Folgekosten für das Gesundheitssystem und den Wirtschaftsstandort Deutschland

Von einem reaktiven »Krankheitssystem« zu einem präventiven »Gesundheitssystem«

Unsere Vision ist ein Gesundheitssystem, in dem psychische Gesundheit kein Randthema ist, sondern als fundamentaler Bestandteil eines resilienten und zukunftsfähigen Sozialsystems anerkannt wird – in dem Menschen unabhängig von ihrer Herkunft oder ihren Lebensumständen unterstützt werden, ein resilientes, erfülltes, selbstbestimmtes Leben zu führen – damit Erkrankung idealerweise gar nicht erst entsteht.

Ziel: Ein gestuftes Versorgungssystem

Wir wollen eine integrative, präventive Versorgungskette:

- **Universelle Prävention:** Für alle Menschen, z. B. Resilienztrainings, Entstigmatisierung, Schulprogramme, und sozial-emotionale Bildung
- **Selektive Prävention:** Für Risikogruppen, z. B. Kinder belasteter Eltern oder Menschen mit Migrationserfahrung
- **Indizierte Prävention & Frühintervention:** Bei ersten Anzeichen, z. B. digitale Angebote, Krisenberatung
- **Behandlung und Nachsorge:** Ambulant, stationär, hybrid – abgestimmt und niedrigschwellig erreichbar

Es gilt: »Mental Health in all Policies«. Gesundheitsförderung gehört im Kindergarten, in der Schule, am Arbeitsplatz, in der Kommune und im digitalen Raum als Leitmaxime dazu.

Wir, die Mental Health Alliance

Diese umfassende Systemveränderung kann kein Akteur alleine angehen. Es braucht neue und unerwartete Kooperationen zwischen Wissenschaft, Wirtschaft, Praxis, Staat, Zivilgesellschaft, Betroffener und junger Menschen. Um nachhaltige Veränderung zu erreichen, müssen wir an vielen Stellen im System parallel arbeiten. Es geht nicht darum, einzelne organisationale Interessen zu verfolgen, sondern darum, sich hinter das gemeinsame Ziel zu stellen. Die **Mental Health Alliance** ist ein unabhängiges, fachlich breites Bündnis aus engagierten Akteuren, die sich gemeinsam für die psychische Gesundheit aller jungen Menschen einsetzen. Mit dabei sind Expert:innen und Praktiker:innen aus verschiedenen Bereichen, wie der Psychiatrie und Psychotherapie, der Sozialarbeit, der Bildung, der Wohlfahrt, der kommunalen Gesundheitsversorgung, der Gesundheitspolitik, sowie Vertreter:innen der Kassen, sozialen Organisationen und betroffenen Gruppen.

Wie wir arbeiten.

Wir sind davon überzeugt, dass **Kollaboration** zwischen vielfältigen Akteuren, auch in ungewöhnlicher Konstellation, für diesen Wandel notwendig ist. Wir schaffen Räume für **Vertrauen, Transparenz und lösungs-orientiertes Denken**, um relevante Akteure hinter dem gemeinsamen Ziel zu verbinden. Gemeinsam analysieren wir Herausforderungen, die kein Akteur alleine angehen kann, bauen auf Bestehendem auf und starten konkrete kollektive Umsetzungsprojekte. Unser operatives Team unterstützt Umsetzungsallianzen, schnell und mutig Fortschritte zu erzielen und gleichzeitig die langfristige Vision nicht aus den Augen zu verlieren. Ein konsultatives Gremium aus Expert:innen und Entscheidungsträger:innen aus den verschiedenen Bereichen – insbesondere junge Menschen – unterstützt uns dabei, die richtigen Hebel zu bestätigen – wirkungsorientiert, evidenzbasiert und lernfähig.

Psychische Gesundheit – JETZT

**Für ein präventives Gesundheitssystem:
Jeder Mensch soll psychisch gesund aufwachsen können!**

Wo wir stehen

Im März 2025 haben sich zum ersten Mal rund 40 Expert:innen, Praktiker:innen und junge Menschen getroffen und gemeinsam die Mental Health Alliance gestartet. Über 2 Tage wurde ein gemeinsames Grundverständnis geschaffen, erste Hebel identifiziert und Vorschläge für den Koalitionsvertrag erarbeitet.

Die von der Alliance erarbeiteten Vorschläge zum Koalitionsvertrag – insbesondere jene zu einer nationalen Strategie für psychische Gesundheit – wurden bereits im **Deutschen Ärzteblatt** aufgegriffen.

Jetzt dabei sein

Wir stehen an einem entscheidenden Punkt. Es ist »5 vor 12«. Die Vision eines präventiven Systems ist möglich, aber nur, wenn wir alle an einem Strang ziehen. Lasst uns gemeinsam die notwendigen Veränderungen in Gang setzen und für eine gesunde, resiliente Zukunft arbeiten. Wir wollen nun bewusst weitere Akteure, auch ungewöhnliche Akteure, gewinnen, die sich für die Vision engagieren möchten – offen, mutig, wertschätzend und gemeinsam. Als Mitglied verpflichtest du dich, dieses Grundsatzdokument mit unseren Überzeugungen zu unterschreiben. Wir freuen uns über dein Interesse und ein erstes Kennenlorgespräch!

Die bisherigen Akteur:innen

Elen Ambros
Prof. Dr. Malek Bajbouj
Prof. Dr. Dr. Kerem Böge
Jana Borkamp
Prof. Dr. Eva-Lotta Brakemeier
Dr. Gregor Breucker
Enes Cekel
Dr. Elisa Clauß
Lea Dohm
Lev Ebbers
Jessica Ebert
Melanie Eckert
Prof. Dr. Jörg M. Fegert
Maryam Gardisi
Jessica Gerke
Dr. Gabriel Gerlinger
Norbert Göller
Götz Gottschalk
Dr. Christian Graf
Vanessa Gstettenbauer
Dr. Eckart von Hirschhausen
Bruno Hönel
Matthias Kohl
Dr. Anja Langness
Kai Lanz
Sabine Maur
Inge Missmahl
Leonie Müller
Mareike van Oosting
Mechthild Paul
Dr. Maja Pflüger
Anne Rolvering
Prof. Dr. Silvia Schneider
Maxim Seeck
Anne Spiegel
Max Wagner
Marek Wallenfels
Sandra Wille

Malteser Werke
Charité, DZPG
Charité
BMFSFJ
Universität Greifswald
ehem. BKK Dachverband
Elona Health
BDA – die Arbeitgeber
Psychologists for Future
Youth Empowerment Hub & SV Bildungswerk
SV Bildungswerk
Krisenchat gGmbH
Universitätsklinikum Ulm, DZPG
IPSO gGmbH
Bertelsmann Stiftung
DZPG
Irrsinnig Menschlich e.V.
Youtube Health
BARMER
ProjectTogether gGmbH
Stiftung Gesunde Erde – Gesunde Menschen
Mitglied des 20. Deutschen Bundestages
DAK Gesundheit
Bertelsmann Stiftung
Krisenchat gGmbH
Bundespsychotherapeutenkammer
IPSO gGmbH
Kopfsachen e.V.
Unternehmerstiftung für Chancengerechtigkeit
BIÖG
Crespo Foundation
Deutsche Kinder- und Jugendstiftung
Ruhr Universität Bochum
Youth Empowerment Hub
Bundesfamilienministerin a.D.
Beisheim Stiftung
Bertelsmann Stiftung
Robert Bosch Stiftung

BertelsmannStiftung



Deutsches Zentrum für
Psychische Gesundheit



BDA
DIE ARBEITGEBER



Beisheim Stiftung



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit



Malteser
...weil Nähe zählt.

BARMER



IRRSINNIG MENSCHLICH



project
together



RUHR
UNIVERSITÄT
BOCHUM

RUB



KLUG
Deutsche Allianz
Klimawandel und Gesundheit



Robert Bosch
Stiftung



Crespo
Foundation



DKJS
Deutsche Kinder-
und Jugendstiftung



unternehmerstiftung
für chancengerechtigkeit

UNIVERSITÄT GREIFSWALD
Wissen lockt. Seit 1456



co-initiiert von



Beisheim Stiftung

BertelsmannStiftung

projecttogether

Kontakt: Vanessa Gstettenbauer, Mission Lead
vgstettenbauer@projecttogether.org
+49 - 151 5353 0193