

Mentale Gesundheit – unser interner Schutzschild gegen Fake News und Hate Speech

Tabea WEIHMANN/Fabio LESISSE/Gaby ZEIMERS/Ramona MAUSEN/Yvonne KEMPER/
Anton VERESHCHAGIN

Abbildung 11: Die Präsentation der Zwischenergebnisse während der Speak Up! Tagung



Foto: Sabrina KIRSCHNER

Beim vorliegenden Beitrag handelt es sich um die Präsentationsfolien, die im Rahmen der ersten Speak Up! Tagung¹ aus der Arbeitsgruppe (Mentale) Gesundheit² entstanden sind und am Ende der Tagung den anderen Teilnehmer*innen präsentiert wurden, wie man Bild 11 entnehmen kann.

Nun folgen die Folien, die wir während der Arbeitsphase auf der Tagung erstellt haben:

Abbildung 12: Erste Folie der Arbeitsgruppe bei der Präsentation der Zwischenergebnisse

(Mentale) Gesundheit

Wichtig zu verstehen: Was ist mentale Gesundheit?

- Ist das **Fundament** eines gesunden menschlichen Miteinanders
- **Beinflusst** unsere Sichtweise der Welt
- Ist **entscheidend** dafür, wie (selbst-) kritisch wir Informationen verarbeiten
- Ist **mehr** als die Abwesenheit von psychischen Krankheiten
- Ist **individuell**, wie ein Fingerabdruck



Empfehlung: Förderung der mentalen Gesundheit zur indirekten Bekämpfung von Fake News/Hate Speech

Abbildung 13: Zweite Folie der Arbeitsgruppe bei der Präsentation der Zwischenergebnisse

(Mentale) Gesundheit

Mentale Gesundheit, Faktoren	Hate News/ Hate Speech bietet
Zugehörigkeit	Gruppen
Selbstwirksamkeit	Selbstjustiz
Verantwortung	Idealismus
Optimismus	verspricht Besserung
Lösungsorientierung	bietet einfache Lösungen
Akzeptanz	Wut/Weltschmerz findet Gehör
Zukunftsorientierung	Hoffnung auf eine für mich bessere Welt

Abbildung 14: Dritte Folie der Arbeitsgruppe bei der Präsentation der Zwischenergebnisse

(Mentale) Gesundheit

- Vorschläge:
 - **Tabus brechen** durch breit gestreute Kampagne
 - **Sensibilisierung** für mentale Gesundheit
 - Selbstfürsorge
 - Eigene Bedürfnisse
 - Selbstkenntnis
 - **Mentale Gesundheit ins Sozialsystem integrieren**
(Vergütung durch Krankenkasse etc.)
 - **Präventionsteams** (Ansprechpartner für Schüler & Lehrer)
 - **Regelmäßige Weiterbildungen** für pädagogisches Personal

Abbildung 15: Vierte Folie der Arbeitsgruppe bei der Präsentation der Zwischenergebnisse

(Mentale) Gesundheit

- Vorschläge:
 - **Perspektivwechsel** trainieren:
 - Verstehendes Denken
 - Lösungsorientiertes Denken
 - **Ansatzpunkte für kritische Reflektion**
 - Welche Werte sind uns wichtig?
 - **Überforderung vorbeugen**
 - Stresslevel = individuelle Anforderungen und Optimierungswahn der Gesellschaft
 - **Förderung von Selbstakzeptanz und Selbstbewusstsein**

Bibliographie

- Tom FISCHER: *Einblicke in die Arbeitsgruppen*. In: Sabrina Kirschner/Tomke Lask (Hg.): *Speak Up! – Zum Umgang mit Fake News und Hate Speech. Ostbelgische Zivilgesellschaft und internationale Wissenschaft im Austausch*. Bielefeld 2023, S. 123–127.
- Sabrina KIRSCHNER: *#SchönerTagen und den Blick über den Tellerrand wagen – ein einleitender Werkstattbericht zur ersten interdisziplinären und internationalen Speak Up! Tagung im ostbelgischen Eupen*. In: Sabrina Kirschner/Tomke Lask (Hg.): *Speak Up! – Zum Umgang mit Fake News und Hate Speech. Ostbelgische Zivilgesellschaft und internationale Wissenschaft im Austausch*. Bielefeld 2023, S. 23–72.
- Sabrina KIRSCHNER: *Speak Up! Zwischen #SchönerTagen und #SchönerScheitern: Ein vorläufiges Fazit zur ersten interdisziplinären und internationalen Speak Up! Tagung im ostbelgischen Eupen*. In: Sabrina Kirschner/Tomke Lask (Hg.): *Speak Up! – Zum Umgang mit Fake News und Hate Speech. Ostbelgische Zivilgesellschaft und internationale Wissenschaft im Austausch*. Bielefeld 2023, S. 319–370.

Anmerkungen

- 1 Weitere Informationen zu den Rahmenbedingungen der Tagung liefert: Sabrina KIRSCHNER: *#SchönerTagen und den Blick über den Tellerrand wagen – ein einleitender Werkstattbericht zur ersten interdisziplinären und internationalen Speak Up! Tagung im ostbelgischen Eupen*. In: Sabrina Kirschner/Tomke Lask (Hg.): *Speak Up! – Zum Umgang mit Fake News und Hate Speech. Ostbelgische Zivilgesellschaft und internationale Wissenschaft im Austausch*. Bielefeld 2023, S. 23–72 und Sabrina KIRSCHNER: *Speak Up! Zwischen #SchönerTagen und #SchönerScheitern: Ein vorläufiges Fazit zur ersten interdisziplinären und internationalen Speak Up! Tagung im ostbelgischen Eupen*. In: Sabrina Kirschner/Tomke Lask (Hg.): *Speak Up! – Zum Umgang mit Fake News und Hate Speech. Ostbelgische Zivilgesellschaft und internationale Wissenschaft im Austausch*. Bielefeld 2023, S. 319–370.
- 2 Die Arbeit in den Arbeitsgruppen beschreibt u. a. Tom FISCHER: *Einblicke in die Arbeitsgruppen*. In: Sabrina Kirschner/Tomke Lask (Hg.): *Speak Up! – Zum Umgang mit Fake News und Hate Speech. Ostbelgische Zivilgesellschaft und internationale Wissenschaft im Austausch*. Bielefeld 2023, S. 123–127.