

Mentale Gesundheit jetzt und für alle.

Fast jede:r kennt heute Menschen, die an Überforderung, Druck, Isolation oder manifesten psychischen Problemen leiden. Trotzdem fehlt es an kohärenten Systemen, die gesunde gesellschaftliche Rahmenbedingungen schaffen, psychische Erkrankungen verhindern und auffangen, bevor es zu spät ist.

Ausgangslage: Ein System mit Lücken und ein mangelnder Fokus auf Prävention

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 Auswirkungen der Klimakrise, macht ein konzertiertes Handeln dringend nötig:

- Über 3,5 Mio. Kinder und Jugendliche in Deutschland von psychischen Problemen betroffen
- 21 % der Schüler:innen zeigen laut Deutschem Schulbarometer 2024 psychische Auffälligkeiten
- Bis zu 75 % aller psychischen Erkrankungen zeigen erste Symptome vor dem 25. Lebensjahr

Das deutsche Gesundheitssystem ist qualitativ hochwertig, aber teuer und ineffizient. Die direkten und indirekten Kosten, die durch Behandlung und Arbeitsausfälle aufgrund psychischer Belastungen entstehen, werden für DE auf etwa 147 Milliarden Euro pro Jahr geschätzt.

- 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 unseren Wirtschaftsstandort

Frühzeitig eingreifende Präventions- und Frühinterventionsmaßnahmen auf verhaltens- und verhältnis-

präventiver Ebene sind entscheidend, um schwerwiegende Folgen zu verhindern. Diese sind in der gesetzlichen Struktur nicht ausreichend vorgesehen.

Von einem reaktiven Krankheitssystem zu einem Fokus auf Gesundheitsförderung und Prävention

Unsere Vision ist eine Gesellschaft, in der mentales Wohlbefinden und psychische Gesundheit als grundlegender Bestandteil eines resilienten Gemeinwesens gelten, getragen von gesunden Rahmenbedingungen und früher Unterstützung – die Menschen, insbesondere junge Menschen, unabhängig von Herkunft oder Lebenslage stärken und Belastungen rechtzeitig reduzieren.

Ziel: Ein gestuftes Unterstützungssystem für alle

»Mental Health in all Policies«: Gesundheitsförderung gehört in allen Lebenswelten (im Kindergarten, in der Schule, bei außerschulischen Aktivitäten, am Arbeitsplatz, in der Kommune, in der Familie und im digitalen Raum) und allen Politikbereichen als Leitmaxime dazu. Bund, Länder, Kommunen und Sozialversicherungsträger werden gemeinsam aktiv, um gesunde Rahmenbedingungen zu schaffen. Darauf baut eine integrative, bedarfsgerechte Unterstützungs- und Versorgungsstruktur auf:

- Gesundheitsförderung & universelle Prävention: z. B. Resilienztrainings, Entstigmatisierung, sozial-emotionale Bildung und Schutzmaßnahmen im digitalen Raum
- 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

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 eine bundesweite Bewegung für ein System, das stärkt, bevor es behandelt.

Wir vereinen die Perspektiven führender Akteur:innen aus Wissenschaft, Politik, Praxis, Versorgung und Jugendbeteiligung, die sich in kooperativer Haltung und mit einem Bekenntnis zum gemeinsamen Wirken hinter der Zielsetzung der Allianz versammeln. Gemeinsam haben wir es uns zur Aufgabe gesetzt, mentale Gesundheit als gesellschaftliche Querschnittsaufgabe zu verankern – nach dem Prinzip »Mental Health in All Policies«.

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 lösungsorientiertes 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 ab Mitte 2026 dabei, die richtigen Hebel zu bestätigen – wirkungsorientiert, evidenzbasiert und lernfähig.

Unser Anfang

Die Allianz ist co-initiiert und unterstützt von der alv Foundation, der Beisheim Stiftung, der Bertelsmann Stiftung, krisenchat, ProjectTogether und der Robert Bosch Stiftung. In 2025 trafen sich über 50 beteiligte Organisationen in zwei Retreats und mehreren Workshop-Formaten. Dabei entstand ein gemeinsames Grundverständnis sowie erste Hebel zu Gesundheitsförderung, Prävention, Frühintervention und Stepped Care. Ebenso entstanden Impulse für die neue Bundesregierung, welche insbesondere durch die nationalen Strategie für psychische Gesundheit im Koalitionsvertrag verankert und auch im Deutschen Ärzteblatt aufgegriffen wurden.

Jetzt dabei sein

Dieses Grundsatzdokument ist gemeinsam mit den Gestalter:innen der ersten Workshops und Formate in 2025 entstanden. Die Allianz setzt sich zum Ziel, auf Bestehendem aufzubauen und als offene, wachsende Bewegung weitere Akteur:innen einzubinden, die diese Vision teilen. Interesse kann über unsere Website bekundet werden. Wir stehen an einem entscheidenden Punkt. Es ist »5 vor 12«.

Die Vision präventiv-ausgerichteter und vernetzter Unterstützungssysteme 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.

Eine Auswahl an Gestalter:innen

Elen Ambros
 Prof. Dr. Malek Bajbouj
 Prof. Dr. Dr. Kerem Böge
 Jana Borkamp
 Prof. Dr. Eva-Lotta Brakemeier
 Dr. Leon von Brasch
 Dr. Gregor Breucker
 Enes Cekel
 Dr. Elisa Clauß
 Anna-Margarete Davis
 Lea Dohm
 Lev Ebbers
 Jessica Ebert
 Melanie Eckert
 Prof. Dr. Jörg M. Fegert
 Maryam Gardisi
 Jessica Gerke
 Dr. Gabriel Gerlinger
 Norbert Göller
 Dr. Thomas Götz
 Dr. Christian Graf
 Vanessa Gstettenbauer
 Laura Haverkamp
 Joachim Hein
 Katharina Hepke
 Dr. Eckart von Hirschhausen
 Bruno Hönel
 Regina Jobst
 Matthias Kohl
 Dr. Anja Langness
 Kai Lanz
 Caroline Lyle
 Ulf Matysiak
 Sabine Maur
 Inge Missmahl
 Milena Möller
 Leonie Müller
 Mareike van Oosting
 Dr. Juliane Petersen
 Dr. Maja Pflüger
 Dr. Sarah Pomp
 Anne Rolvering
 Prof. Dr. Silvia Schneider
 Maxim Seeck
 Dilan Sipar
 Max Wagner
 Marek Wallenfels
 Sandra Wille

Malteser Werke gGmbH
 Charité, DZPG
 Charité
 UBSKM, ehem. BMFSFJ
 Universität Greifswald
 Holistic Health Institute
 ehem. BKK Dachverband
 Elona Health GmbH
 BDA - die Arbeitgeber e.V.
 DKJS GmbH
 Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V. (KLUG)
 Youth Empowerment Hub & SV Bildungswerk e.V.
 SV Bildungswerk e.V.
 Krisenchat gGmbH
 Universitätsklinikum Ulm, DZPG
 IPSO gGmbH
 Bertelsmann Stiftung
 DZPG
 Gründergeneration Irrsinnig Menschlich e.V.
 Staatssekretär a.D.
 BARMER
 ProjectTogether gGmbH
 alv Foundation
 Mental Health Initiative gGmbH
 Papilio gGmbH
 Stiftung Gesunde Erde - Gesunde Menschen
 Mitglied des 20. Deutschen Bundestages
 UNICEF e.V.
 DAK-Gesundheit
 Bertelsmann Stiftung
 Krisenchat gGmbH
 Irrsinnig Menschlich e.V.
 Beisheim Stiftung
 Bundespsychotherapeutenkammer
 IPSO gGmbH
 Dare2Care gUG
 Kopfsachen e.V.
 Unternehmerstiftung für Chancengerechtigkeit
 Digistars
 Crespo Foundation
 AOK-Bundesverband
 Deutsche Kinder- und Jugendstiftung gGmbH
 Ruhr Universität Bochum
 Youth Empowerment Hub
 YOUNA
 ehem. Beisheim Stiftung
 Bertelsmann Stiftung
 Robert Bosch Stiftung

CO-INITIERT UND UNTERSTÜTZT VON



Beisheim Stiftung

| BertelsmannStiftung



projecttogether



Robert Bosch
Stiftung

KONTAKT

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