

Besondere Lernleistung

**Möglichkeiten schulischer
Prävention und Intervention
bei depressiven Symptomatiken von
Kindern und Jugendlichen
am Beispiel der Schulen im Freistaat Sachsen**

BIP Kreativitätsgymnasium Leipzig

Helen Taubert

Abiturjahrgang 2022/2023

Innenbetreuung: Dr. Anja Seiffert, Gymnasiallehrerin für Deutsch
und Kunst

Außenbetreuung: Cordula Söfftege, Diplom-Psychologin und
Emotionscoach

Leipzig, den 21.12.2022

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|-------|---|----|
| 1 | Einleitung | 4 |
| 2 | Theoretische Grundlagen | 6 |
| 2.1 | Definitionsbegriff Depression und deren Abstufungen | 6 |
| 2.2 | Entstehung von Depressionen | 7 |
| 2.2.1 | Psychosoziale Aspekte | 7 |
| 2.2.2 | Neurobiologische Aspekte | 8 |
| 2.3 | Verlauf Depressionen bei Jugendlichen im Alter von 14 bis 18 Jahren | 8 |
| 2.4 | Möglichkeiten der Behandlungsansätze | 9 |
| 2.4.1 | Medikamente | 9 |
| 2.4.2 | Kognitive Verhaltenstherapie | 9 |
| 2.4.3 | Tiefenpsychologische Psychotherapie | 10 |
| 2.4.4 | Schwerpunkt Ressourcenaktivierung | 11 |
| 2.5 | Einfluss der Schule auf die psychische Gesundheit | 12 |
| 3 | Thema Depressionen in Schulen – Eine Bestandsaufnahme | 14 |
| 3.1. | Bestandsaufnahme außerhalb Sachsens | 14 |
| 3.1.1 | Auswahl des Materials | 14 |
| 3.1.2 | Analyse der Materialien | 15 |
| 3.2 | Bestandsaufnahme innerhalb Sachsens | 18 |
| 3.2.1 | Auswahl des Materials | 18 |
| 3.2.2 | Analyse der Materialien | 18 |
| 3.3 | Zusammenfassung der analysierten Materialien | 22 |
| 4 | Methodische Grundlagen | 24 |
| 4.1 | Methode des Kurzinterviews | 24 |
| 4.2 | Auswahl der Interviewpartner | 24 |
| 4.3 | Aufstellung der Thesen | 25 |
| 4.4 | Erstellung der Fragen | 26 |
| 4.5 | Erstellung der Kriterien | 27 |
| 4.6 | Vorbetrachtung der Kriterien | 28 |

| | | |
|-------|-------------------------------------|----|
| 4.7 | Durchführung der Interviews | 29 |
| 5 | Auswertung der Kurzinterviews | 30 |
| 5.1 | Beurteilung der aktuellen Situation | 30 |
| 5.2 | Beurteilung der Thesen | 31 |
| 5.2.1 | These 1 | 31 |
| 5.2.2 | These 2 | 32 |
| 5.2.3 | These 3 | 34 |
| 5.2.4 | These 4 | 35 |
| 5.3 | Zusammenfassung | 36 |
| 6 | Fazit | 38 |
| | Literaturverzeichnis | 40 |
| | Anlage 1: Fragenkatalog | 43 |
| | Anlage 2: Transkription Interview 1 | 44 |
| | Anlage 3: Transkription Interview 2 | 50 |
| | Selbstständigkeitserklärung | 55 |

1 Einleitung

Während des ersten Lockdowns zeigte sich bei den jungen Menschen ein deutlicher Anstieg depressiver Symptome: Vor dem Lockdown hatten 10,4 % klinisch relevante depressive Symptome [...], im Frühjahr 2020 stieg dieser Anteil auf 25,3 %

(Naumann et al. 2021, o.S.).

Das Thema Depression hat schon vor der COVID-19-Pandemie viele Menschen, zunehmend auch Kinder und Jugendliche, beschäftigt. Durch die Corona Pandemie haben sich laut der Studie des Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung die Zahlen der betroffenen Jugendlichen und jungen Erwachsenen mehr als verdoppelt. Etwa jeder vierte junge Mensch leidet unter depressiven Symptomen. (Vgl. Naumann et al. 2021, o.S.)

Durch die pandemiebedingte Zunahme von Depressionen gibt es aktuell kaum Therapieplätze, sodass Betroffene oftmals erst viele Monate später Hilfe bekommen. Neben den Eltern als wichtigster Ansprechpartner sind also ebenfalls die Schulen gefragt, ihre Schüler¹ zu unterstützen und Hilfe anzubieten. In der Schule verbringen die Kinder und Jugendlichen unter der Woche größtenteils die meiste Zeit, weshalb gerade dort Präventionsmaßnahmen wichtig sind. Ebenso sollte innerhalb oder außerhalb des Unterrichts, beispielsweise durch Workshops, über das Thema Depressionen aufgeklärt werden. Inwiefern diese Aufklärung, Prävention und Intervention bereits an sächsischen Schulen vertreten ist, wird in der folgenden Arbeit herausgearbeitet und ausgewertet. Ziel dieser Besonderen Lernleistung ist es, die Präventions- und Interventionsmaßnahmen an sächsischen Schulen beim Umgang mit Kindern und Jugendlichen, welche an Depressionen oder depressiven Symptomatiken leiden, genauer zu untersuchen.

Kapitel 2 widmet sich zunächst den theoretischen Grundlagen. Dabei werden insbesondere Ursachen depressiver Erkrankungen und deren Verlauf bei Jugendlichen sowie mögliche Behandlungssätze vorgestellt. Auch wird der Einfluss der Schule auf die psychische Gesundheit betrachtet. Darauf folgend werden in Kapitel 3 verschiedene Handreichungen und andere Materialien zum Themenkreis depressiver Erkrankungen von Kindern und Jugendlichen ausgewertet, auf die Schulen prinzipiell zugreifen können. Um Quantität und Qualität der im Land Sachsen verfügbaren Materialien beurteilen zu können, werden vergleichend auch entsprechende Angebote außerhalb Sachsens betrachtet. Somit kann der aktuelle Stand in Sachsen festgestellt werden und es ist möglich, ihn mit anderen Bundesländern und dem Nachbarland Dänemark zu vergleichen und zu beurteilen, inwieweit die Maßnahmen an sächsischen Schulen noch ausbaufähig sind. Im Anschluss daran werden in Kapitel 4 die methodischen Grundlagen erläutert. Auf der Grundlage der Ergebnisse aus Kapitel 3 werden Thesen entwickelt, welche jeweils einen Präventions- oder Interventionsansatz beinhalten. Diese Thesen werden zum Teil in Fragen umgeformt und in kurzen qualitativen Interviews von ausgewählten Fachleuten beantwortet bzw. beurteilt und im Anschluss daran nach

¹ Zur besseren Lesbarkeit wird in der Besonderen Lernleistung für die Personenbezeichnung das generische Maskulin verwendet, welches sich immer gleichermaßen auf alle Geschlechter bezieht.

selbstgewählten Kriterien ausgewertet. Im Rahmen der Darstellung des methodischen Vorgehens werden auch die Auswahl der Interviewpartner und die Erstellung der Fragen und der Kriterien erläutert. Zudem erfolgt eine Vorbetrachtung der Kriterien. Die Auswertung in Kapitel 5 wird zeigen, welche Vor- und Nachteile die Thesen und die damit verbundenen Präventions- und Interventionsstrategien mit sich bringen. Somit lässt sich zum Abschluss der Arbeit ein Fazit ziehen, inwieweit die Maßnahmen an sächsischen Schulen beim Umgang mit betroffenen Schülern ausreichen, und welche Möglichkeiten sich effektiv umsetzen lassen, um Schüler noch besser bei dem Umgang mit Depressionen seitens der Schulen zu unterstützen.

Es ist wichtig, auf das Thema Depressionen auch bei Kindern und Jugendlichen aufmerksam zu machen, da sie ebenso wie Erwachsene unter dieser psychischen Krankheit leiden können. Die Relevanz, gerade in Zeiten der Pandemie und deren Folgen, Schüler bei dem Umgang mit psychischen Problemen zu unterstützen, ist ein grundlegender Ausgangspunkt für diese wissenschaftliche Arbeit.

2 Der Begriff Depression

2.1 Definitionsbegriff Depression und deren Abstufungen

Unter einer Depression versteht man keine vorübergehende Phase, die durch ein Stimmungstief, Unlust oder Niedergeschlagenheit gekennzeichnet ist, sondern eine im medizinischen Sinne psychische Störung. Merkmale einer Depression können Appetitlosigkeit, Schuldgefühle, ein geringes Selbstwertgefühl, Schlafstörungen, Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Traurigkeit, Hoffnungslosigkeit und Interesselosigkeit sein. Wenn mehrere dieser Krankheitsanzeichen permanent über länger als 14 Tage bei einer Person auftreten, kann man von einer Depression sprechen. (Vgl. Hegerl o.J., o.S.)

Depressionen treten meist über einen längeren Zeitraum bei einer Person auf und können Betroffene ebenso wiederkehrend belasten. Sie beeinträchtigen die Person in ihrem normalen Leben und beeinflussen das Denken, Handeln und Fühlen. Dies führt häufig zu einer Störung von Körperfunktionen und verursacht erhebliches Leiden. (Vgl. Hegerl o.J., o.S.)

Es gibt verschiedene Abstufungen von Depressionen und unterschiedliche Schweregrade. Depressionen können in leichte, mittlere und schwere Depressionen untergliedert werden. Von einer depressiven Verstimmung spricht man auch, wenn es sich um eine leichte oder mittlere Depression handelt. Die Grade werden durch die Anzahl von auftretenden Haupt- und Nebensymptomen unterschieden. Bei einer depressiven Verstimmung sind zwei Hauptsymptome und zwei bis vier Nebensymptome vertreten. Bei einer schweren Depression, welche den umgangssprachlichen Namen „Depression“ trägt, sind es alle drei Hauptsymptome sowie mindestens vier weitere Nebensymptome. Die drei Hauptsymptome lassen sich benennen als gedrückte depressive Stimmung; Interesseverlust und Freudlosigkeit; Antriebsmangel sowie eine erhöhte Ermüdbarkeit. Nebensymptome sind beispielsweise Schlafstörungen, Appetitmangel, verminderte Konzentrationsfähigkeit, Gefühle von Schuld und Wertlosigkeit oder Selbstmordgedanken. (Vgl. Sparmedo [a] 2019, o.S.)

Nicht selten kommen bei den Betroffenen mit vor allem schweren Depressionen Selbstmordgedanken auf, welche oft im Suizid enden. Menschen mit Depressionen haben häufig jegliche Hoffnung verloren und sehen keinen Ausweg aus ihrer Lage. Das kann zu dem Wunsch führen, nicht mehr leben zu wollen und dies macht Depressionen „oft zu einer lebensbedrohlichen Erkrankung“ (Deutsche Depressionshilfe [a] o.J., o.S.). (Vgl. Deutsche Depressionshilfe [a] o.J., o.S.)

Depressionen sind eine weltweit unterschätzte Krankheit und laut Angaben der Deutschen Depressionshilfe sind 5,3 Millionen der Erwachsenen in Deutschland im Laufe eines Jahres von einer depressiven Störung betroffen (vgl. Deutsche Depressionshilfe [b] o.J., o.S.). Ebenfalls ist der Stiftung der deutschen Depressionshilfe zu entnehmen, dass aktuell etwa 3-10 % aller Jugendlichen zwischen 12 und 17 Jahren an einer Depression erkrankt sind (vgl. Deutsche Depressionshilfe [c] o.J., o.S.).

Bei Betrachtung der Todesursachen bei Kindern zählen Suizide zu den häufigsten Todesursachen. Insgesamt sterben durch Suizid in Deutschland jährlich um die 9.200 Menschen, das sind mehr Tote als im Verkehr oder durch Drogenkonsum. Die Zahl von

versuchten Suiziden ist dabei etwa 15- bis 20-mal so hoch. Mit Blick auf die geschlechtsspezifischen Unterschiede ist außerdem festzuhalten, dass etwa jede vierte Frau und jeder achte Mann im Laufe des Lebens von einer Depression betroffen ist. Dies zeigt, dass Frauen generell anfälliger für Depressionen sind. (Vgl. Deutsche Depressionshilfe [a] o.J., o.S.)

Depressionen sind zusammenfassend also eine weitverbreitete und ernstzunehmende Krankheit, welche ebenso wie andere Krankheiten behandlungsbedürftig ist.

2.2 Entstehung von Depressionen

Bei der Betrachtung der Entstehung von Depressionen kann man diese in den seltensten Fällen auf einen einzigen Auslöser zurückführen, denn oftmals entwickelt sich eine Depression durch das Zusammenspiel vieler verschiedener Faktoren. Dabei unterscheidet man zwischen Faktoren, welche entweder auf eine Veranlagung, depressiv zu werden, oder auf aktuelle Auslöser zurückzuführen sind, die beispielsweise bei Menschen mit einer schon vorhandenen Veranlagung die Depression auslösen. Der Einfluss der Umwelt ist also extrem entscheidend, da gerade Traumata oder das Erfahren von Missbrauch das Risiko stark erhöhen können, depressive Symptome zu entwickeln. Diese Aspekte lassen sich in die psychosozialen Aspekte und die neurobiologischen Aspekte unterteilen. Beide Bereiche schließen sich nicht aus, da depressive Symptomatiken oft unter dem Einfluss beider Aspekte entstehen. (Vgl. Deutsche Depressionshilfe [d] o.J., o.S.) Depressive Störungen werden des Weiteren vermehrt durch Krisen hervorgerufen. Die aktuelle Corona-Pandemie ist ein Beispiel für eine gesamtgesellschaftliche Krise. Solche Krisen führen häufig zu einem erhöhten Auftreten von Symptomen wie Antriebslosigkeit und Erschöpfung (vgl. Dietrich 2022, o.S.).

2.2.1 Psychosoziale Aspekte

Die psychosozialen Aspekte beschreiben also die psychischen, beziehungsweise seelischen Aspekte. Auslöser sind dabei beispielsweise eine permanente Überforderung in der Arbeit oder in der Schule, anhaltende belastende Konflikte in der Partnerschaft und dem Freundeskreis oder ein schweres Trauma sowie der Verlust eines geliebten Menschen. Ebenso gehören veränderte Umstände in Krisenzeiten ebenso zu den psychosozialen Aspekten. Diese Beispiele erhöhen die Wahrscheinlichkeit, an einer Depression zu erkranken. Auch das eigene persönliche Verhalten kann zu einer Depression führen. Menschen, welche andauernd traurig und unzufrieden sind oder schlecht Kontakte knüpfen können und sich somit allein fühlen, können leichter an einer Depression erkranken. (Vgl. Amrhein [a] 2010, 4)

Daher werden psychosoziale Aspekte vor allem durch die Psychotherapie behandelt, wobei versucht wird, den betroffenen Menschen zu stärken und ihm zu helfen, mit einem möglicherweise vorliegenden traumatischen Ereignis umzugehen. (Vgl. Deutsche Depressionshilfe [d] o.J., o.S.)

2.2.2 Neurobiologische Aspekte

Die neurobiologischen Aspekte hingegen beschreiben die körperlichen Ursachen. Studien belegen eine zwischen 10% und 15% hohe Wahrscheinlichkeit, dass Kinder deren Eltern von Depressionen betroffen sind, selbst an einer Depression erkranken. Das Zusammenspiel zwischen Umwelt und Gen beeinflusst in hohem Maße, inwiefern jemand gut oder schlecht mit Belastung in bestimmten Lebenssituationen umgehen kann. Die Aktivität der Botenstoffe in unserem Gehirn wird ebenso durch genetische Faktoren beeinflusst und hat somit eine große Auswirkung auf das, was wir wahrnehmen und erleben, sie beeinflussen aber auch unsere Gefühle und Gedanken. Während einer Depression gerät also das System für einige Botenstoffe im Gehirn aus dem Gleichgewicht. Deshalb werden neurobiologische Aspekte oft mit Medikamenten wie Antidepressiva behandelt, welche dazu führen, den Stoffwechsel der Botenstoffe wieder zu normalisieren. Neben den Botenstoffen stehen auch Stresshormone in Verbindung mit depressiven Störungen. Stresshormone sorgen für eine erhöhte Aufmerksamkeit und Anspannung, beispielsweise in Gefahrensituationen, damit der Körper in der Lage ist, effektiv zu handeln. Bei Menschen, welche unter depressiven Störungen leiden, scheint das Kontrollsystem der Stresshormone geschädigt zu sein und daher nicht normal zu funktionieren. Ergebnisse aus Tierversuchen zeigen diesbezüglich Auswirkungen auf den Appetit, die Konzentrationsfähigkeit und den Schlaf. (Vgl. Amrhein [a] 2010, 4)

2.3 Verlauf Depressionen bei Jugendlichen im Alter von 14 bis 18 Jahren

Gerade bei Kindern und Jugendlichen sind Depression eine häufig auftretende Krankheit. Obwohl bei einer Diagnose bei Kindern und Jugendlichen die gleichen Kriterien wie bei Erwachsenen entscheidend sind, weichen die Symptome vor allem bei kleineren Kindern von denen der Erwachsenen stark ab. Bei Jugendlichen im Alter von 14 bis 18 Jahren dagegen nähern sich die auftretenden Symptome zumeist an die der Erwachsenen an. Viele Menschen in diesem Alter leiden unter Zukunftsängsten und verlieren das Interesse, Dinge zu tun, die ihnen Spaß machen, da ihnen oft der Antrieb dazu fehlt. Sie müssen mit Konzentrationsproblemen und Stimmungsschwankungen umgehen. Betroffene zweifeln oft an sich und haben ein geringes Selbstwertgefühl, weshalb sie sich aus sozialen Gruppen oder Beziehungen zurückziehen. Auch Schlafstörungen oder Suizidgedanken können Merkmale einer Depression sein. (Vgl. Amrhein [b] 2010, 6)

Menschen, welche im Jugendalter an einer Depression erkranken, haben ein höheres Risiko, auch später noch einmal rückfällig zu werden. Eine Depression in dem Alter kann verschiedene Ursachen haben. Wie bei Erwachsenen müssen sowohl psychosoziale als auch neurobiologische Aspekte betrachtet werden. Neben einer genetischen Veranlagung können also beispielsweise Konflikte, tragische Erlebnisse in der Gegenwart oder auch in der Vergangenheit sowie ein Mangel an positiven Erlebnissen oder Faktoren im sozialen Umfeld Auslöser für eine Depression sein. Gerade in den Jugendjahren geht es viel um die Selbstfindung. Freunde, Familie und die Schule spielen dabei ebenfalls eine wichtige Rolle.

Kommt es zu Problemen in diesen Kreisen oder entwickeln sich Unsicherheiten in Bezug auf die eigene Existenz, können dies Auslöser für eine Depression sein. (Vgl. Amrhein [b] 2010, 6)

Viele Betroffene ziehen sich zurück, lösen ihren sozialen Kontakt auf und verringern ihre Aktivitäten. Dies kann unter anderem zu Entwicklungsstörungen und Angststörungen führen, und die Jugendlichen verlieren ihr Selbstbewusstsein, was sie immer tiefer in die Depression gelangen lässt. Dadurch kann es auch zum Missbrauch von Drogen oder Alkohol kommen, da der Konsum gerade in der fortgeschrittenen Entwicklungsphase ausprobiert wird und beispielsweise dazu führt, dass sich die Betroffenen besser fühlen und Rauschmittel als Ausweg aus ihrer Lage betrachten. Dabei werden sie häufig abhängig und rutschen immer weiter in Depressionen ab. Um dem entgegenzuwirken, ist eine frühzeitige Erkennung und eine entsprechende Behandlung wichtig. (Vgl. Amrhein [b] 2010, 6)

2.4 Möglichkeiten der Behandlungsansätze

2.4.1 Medikamente

Medikamente sind eine Behandlungsmethode, welche nicht gleich auf alle Patienten angewendet werden kann. Ob eine Depression mit Medikamenten behandelt wird, hängt einerseits von dem Schweregrad der Depression ab und andererseits davon, was die Hintergründe zur Entstehung der Depression sind.

Bei den gegen Depressionen eingesetzten Medikamenten handelt es sich um psychisch wirksame Medikamente, welche man Psychopharmaka nennt. „Sie beeinflussen die biochemischen Prozesse im Gehirn und bewirken dadurch eine Veränderung des psychischen Zustandes“ (Eberwein 2017, o.S.). Psychopharmaka gegen Depressionen nennt man Antidepressiva. Antidepressiva sollen dazu führen, dass die Patienten aus ihrer gedrückten und antriebslosen Lage herausfinden. Die Medikamente wirken ebenso stimmungsaufhellend. Neben den positiven Wirkungen haben Antidepressiva aber auch viele Nebenwirkungen, wie unter anderem Gewichtszunahme, Ermüdung, Herzrhythmusstörungen, Kopfschmerzen, Übelkeit und Verwirrheitszustände. Gerade auch bei Kindern und Jugendlichen droht eine erhöhte Selbstmordgefahr. Unter Fachleuten ist der Einsatz von Antidepressiva umstritten, da die Wirksamkeit des Medikamentes oft als fraglich dargestellt wird. (Vgl. Eberwein 2017, o.S.)

2.4.2 Kognitive Verhaltenstherapie

Die kognitive Verhaltenstherapie ist ein Behandlungsansatz, welcher weniger die Ursache des Problems und den Auslöser in der Vergangenheit sucht, sondern sich mit der Lösung des Problems in der Gegenwart beschäftigt. Sie zielt darauf ab, aktuelle Denkweisen und Verhaltensmuster zu verändern. Unsere Gedanken beeinflussen unsere Gefühle und unser Handeln. Dies bestimmt, wie wir zum Beispiel Ereignisse auf der Welt, Geschehnisse mit

anderen Menschen oder auch uns selbst, wahrnehmen. Die kognitive Verhaltenstherapie sucht die Ursachen in der Denkweise des Patienten, um anschließend den Auslöser für die Depression zu finden.

Häufige Ursachen für das Entstehen einer Depression ohne einen Auslöser in der Vergangenheit sind vor allem negatives Denken und Zweckpessimismus. Auch durch mangelnde Bewegung, fehlendes Sonnenlicht und eine ungesunde Form der Ernährung kann eine Depression entstehen (vgl. Bernhardt 2019, 31-127). Dies sind Ursachen, welche durch eine kognitive Verhaltenstherapie behoben werden können. Wenn jemand unter Depressionen leidet, zieht er sich oft aus der Gesellschaft zurück, meidet den sozialen Kontakt oder geht seinen Hobbys nicht mehr nach. Gerade dies führt aber dazu, dass sich Betroffene immer weiter isolieren und einsam werden, was die Depression nur noch weiter verstärkt. Viele Menschen fühlen sich unerwünscht oder fehl am Platz, obwohl das nicht der Realität entspricht. Sie nehmen die Dinge anders wahr und sehen nur das Negative, was ihre Annahme, unerwünscht zu sein, bestätigt. Die kognitive Verhaltenstherapie setzt genau da an und versucht dieses Denkmuster zu verändern. Daher bekommen die Patienten oft kleine Aufgaben, wie beispielsweise ein Protokoll zu führen und bestimmte Tätigkeiten sowie ihr emotionales Befinden danach aufzuschreiben. Dabei wird geschaut, welche Handlungen positive oder negative Gefühle auslösen und welche Gedanken dabei eine Rolle spielen. Es wird nach Wegen gesucht, wieder aktiver zu werden und sich von den Verhaltensweisen zu lösen, welche die Probleme erschweren.²

2.4.3 Tiefenpsychologische Psychotherapie

Bei der Tiefenpsychologischen Psychotherapie werden nicht die akuten Probleme in der Gegenwart behandelt, sondern Konflikte und Traumata, welche in der Vergangenheit bestimmte Verhaltensmuster geprägt haben. Oft sind diese Ausgangspunkte unbewusst und müssen erst erschlossen werden, um anschließend aufgearbeitet werden zu können. (Vgl. Deutsche Depressionshilfe [e] o.J., o.S.)

Die Tiefenpsychologische Psychotherapie beschäftigt sich also grundlegend mit der Behebung der Ursache des Problems. Für diese Therapie sind viele Sitzungen mit einem ausgebildeten Psychologen notwendig, um die Ursachen zielführend aufzuarbeiten und eine Veränderung im Verhalten erzielen zu können. Diese Form ist daher eher weniger für eine Akutbehandlung geeignet. (Vgl. Deutsche Depressionshilfe [e] o.J., o.S.)

² Vgl. <https://www.gesundheitsinformation.de/kognitive-verhaltenstherapie.html>

2.4.4 Schwerpunkt Ressourcenaktivierung

Eine weitere Möglichkeit der Behandlung im Umgang mit Depressionen ist die Aktivierung von Ressourcen. Neben dem Fokus auf das Problem, konzentrieren sich viele Coaches auch auf das Erkennen und Nutzen von emotionalen Ressourcen, welche oftmals gar nicht offensichtlich, sondern eher versteckt sind. Die Verfügbarkeit von positiven Gefühlen ist die Voraussetzung für die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit und für das Finden von Zufriedenheit im Leben. Ressourcen sind neuronale Erregungsmuster, welche die Grundmotive positiv ansprechen. Es gibt die Grundannahme, dass jeder Mensch über die nötigen Ressourcen verfügt, um die von ihm erhoffte Veränderung zu verwirklichen. Bei der Ressourcenaktivierung hilft man dem Klienten also, seine Ressourcen zu identifizieren und freizulegen und somit einen Zugang zu schon vorhandenen Kraftquellen zu ermöglichen. Auch sind einige Menschen auf Ressourcen von außen angewiesen, um Unterstützung in ihrer aktuellen Situation zu erfahren. Ressourcen können in ihrer Wichtigkeit beginnend in angenehme Emotionen, emotionale Super-Ressourcen, emotionale Alltags- Ressourcen und letztendlich in unangenehme Emotionen unterteilt werden (vgl. Abb.1). Auch unangenehme Emotionen wie Angst können klarmachen, dass einige Ressourcen momentan nicht besonders stark aktiviert sind, und zeigen somit auch den Ressourcenbedarf auf. Emotionale- Alltagsressourcen dagegen sind angenehme Emotionen und stellen somit die erfüllten Bedürfnisse da. Sie stärken unsere Zufriedenheit und Motivation. Alltags-Ressourcen beeinflussen unser Verhalten gerade im alltäglichen Leben, aber nicht das Ich-Gefühl, so wie es die emotionalen Super-Ressourcen tun. Beide Ressourcen gehören aber zu den Entfaltungsressourcen und führen dazu, dass wir neue Dinge ausprobieren, auf neue Ideen kommen und unsere Identität entfalten können. Die vier Motivfelder der Super- Ressourcen sind Durchsetzung und Einfluss; Ordnung und Stabilität; Harmonie und Geborgenheit sowie Inspiration und Leichtigkeit. (Vgl. Eilert 2021, 257-290)

Im Umgang mit Depression hilft Ressourcenaktivierung erheblich, da auf die Stärken des Einzelnen geschaut wird und durch Aktivierung dieser können Betroffene wieder ein verbessertes Selbstwertgefühl sowie eine höhere Widerstandsfähigkeit erlangen. Sie sind in der Lage, sich durch ihre eigenen Stärken selbst aufzubauen und belastbarer bei der Konfrontation mit Krisen oder Problemen zu werden. Da jeder Mensch Stärken hat, ist es wichtig, gerade diese zu nutzen und auszuprägen, da depressive Menschen oft das Gefühl haben, nur Schwächen zu besitzen oder nicht gut genug zu sein.

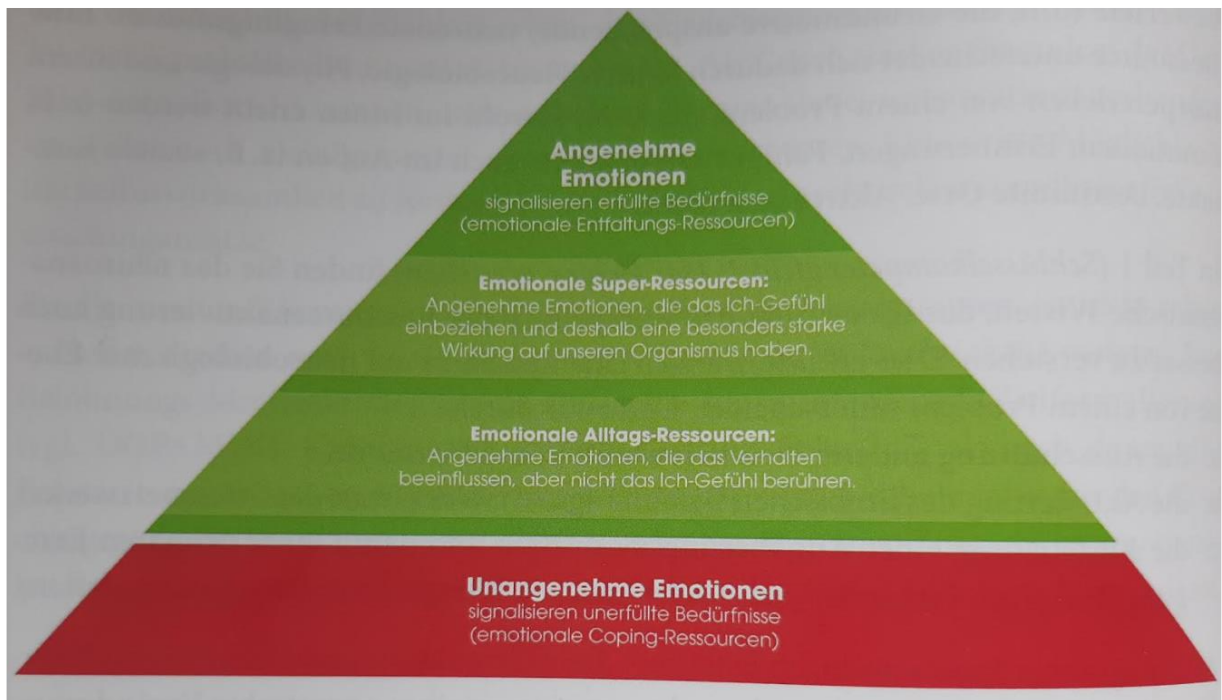


Abb.1: Die Hierarchie emotionaler Ressourcen (Eilert 2021, 260)

2.5 Einfluss der Schulen auf die psychische Gesundheit

Kinder und Jugendliche verbringen fünf Tage die Woche täglich bis zu acht Stunden Zeit in der Schule. Damit findet dort, neben dem Familienleben, der meiste soziale Kontakt mit Mitmenschen statt. Gerade wenn die Kinder und Jugendlichen aus einer schwierigen Familienkonstellation kommen und zu Hause keine Unterstützung oder Zuneigung erfahren, fehlt ihnen häufig Sicherheit. Oft entsteht in einem Zuhause ohne emotionale Zuwendung ein ungesundes Selbstwertgefühl und auch psychische Störungen wie Depression können sich leichter entwickeln. Demnach ist der nächste Einflussfaktor auf die soziale Entwicklung die Schule. Das Schul- und Klassenklima wirkt sich entscheidend auf die Gesundheit von Schülern aus. Faktoren wie Normen, Entfremdung, Macht- und Bedeutungslosigkeit, aber auch Zugehörigkeit, Unterstützung und Freunde spielen in der Schule eine große Rolle.

Dabei herrscht immer ein großer Leistungsdruck, welchem ohne häusliche Unterstützung oftmals schwer standzuhalten ist. Gerade in den steigenden Klassen sind gute Noten wichtig, um den Abschluss zu bestehen. Wenn die Kinder und Jugendlichen auf sich allein gestellt sind, fühlen sie sich oftmals hilflos und überfordert. Sie machen sich selbst Druck und wenn es trotz eines großen Lernaufwandes zu unzureichenden Ergebnissen kommt, sinkt die Motivation und der Antrieb für die Schule und das Lernen immer weiter. Wenn die Kinder dann auch in der Schule keine Freunde haben oder nur schwer Anschluss finden, wächst der Druck auf die Psyche. Gerade Kinder, welche unter Mobbing leiden, sind einer ständigen psychischen Belastung ausgesetzt. Sie haben oftmals Angst, die Schule zu betreten oder sich im Unterricht zu melden, da sie mit abwertenden Kommentaren rechnen müssen. Wenn Betroffene dann in

der Schule keinen Ansprechpartner haben, mit dem sie über ihre Probleme reden können, sind oftmals schwere psychische Belastungen wie Depressionen die Folge. (Vgl. Brandt o.J., o.S.)

Wenn Kinder zu Hause mit Unterstützung, Liebe und Sicherheit aufwachsen, finden sie auch dort einen Ansprechpartner, wenn sie unter Problemen in der Schule leiden. Kinder, die diesen Ansprechpartner aber nicht haben, sind auf Unterstützung von außen angewiesen. Genau dort muss die Schule Hilfe anbieten. An den wenigsten Schulen in Sachsen gibt es bereits einen Schulpsychologen, an den sich Schüler, aber auch Lehrer wenden können, wenn sie psychische Auffälligkeiten bei Schülern bemerken.

Laut dem Berufsverband der Schulpsychologen Sachsens e.V. fällt die schulpsychologische Beratung unter die Aufgaben des Landes Sachsens. Dabei werden Schulpsychologen für öffentliche und freie Schulen angeboten. Dennoch gibt es nur fünf Standorte des Landesamtes für Schule und Bildung in Sachsen, in denen Schulpsychologen tätig sind. (Vgl. Randow o.J., o.S.)

Demnach gibt es keine Regelungen, dass es an jeder Schule speziell einen Schulpsychologen geben muss. Somit haben betroffene Schüler vor Ort häufig keinen Ansprechpartner, an den sie sich vertraulich wenden können. Dass gerade betroffene Kinder eine der Kontaktstellen des Landesamtes kontaktieren oder sich einem unterrichtenden Lehrer anvertrauen, ohne dass dieser den Schüler oder die Schülerin von sich aus anspricht, ist sehr unwahrscheinlich. Daher scheint es wichtig, dass es an Schulen Angebote gibt, durch die Schüler auch über psychische Krankheiten aufgeklärt werden, sodass diese kein Tabu-Thema mehr darstellen. So würden sich Betroffene auch eher trauen, nach Hilfe zu fragen und über ihre Probleme zu sprechen. Genauso wichtig sind Ansprechpartner, an welche sich Schüler und Schülerrinnen wenden können, oder welche von Lehrern informiert werden, wenn diese Auffälligkeiten in der Verhaltensweise von ihren Schülern bemerken.

3. Das Thema Depression in Schulen - Eine Bestandsaufnahme

3.1. Bestandsaufnahme außerhalb Sachsens

3.1.1 Auswahl des Materials

Depressionen oder depressive Verstimmungen können in der Schule nicht direkt therapiert werden, da dazu keine ausgebildeten Fachkräfte in Schulen vorhanden sind. Dennoch gibt es schon in einigen Bundesländern und auch Nachbarländern von Deutschland Programme und Schulfächer, in denen sich Schüler beispielsweise mit Themenbereichen wie Glück, emotionaler Intelligenz oder Empathie auseinandersetzen. Dadurch lernen Schüler ihre emotionalen Stärken kennen und bekommen Anreize, wie sie selbst glücklich werden können oder wie sie an Probleme herantreten können. In einigen Bundesländern gibt es auch Handreichungen zu dem Thema Depression im Schulalltag für Pädagogen, welche aufzeigen, was diese alles tun können und sollten. Solche Initiativen sind hilfreich, um Schüler mit psychischen Krankheiten wie Depressionen im Schulalltag zu unterstützen. Im Folgenden sollen daher ausgewählte Initiativen anderer Bundesländer und eines Nachbarlands von Deutschland vorgestellt werden, um sie anschließend mit Initiativen innerhalb Sachsens vergleichen zu können.

Nur wenige Bundesländer verfügen über eine Handreichung für Pädagogen im Umgang mit Depressionen im Schulalltag. Dies wäre aber wichtig, um für alle Schulen eine Handlungsempfehlung bereitzustellen, an welche sich Pädagogen halten können, wenn sie Kontakt zu einem betroffenen Schüler haben. Am Beispiel der Bremer Handreichung soll daher exemplarisch analysiert werden, welchen Aussagegehalt die Handreichung besitzt und inwiefern es sinnvoll wäre, in jedem Bundesland eine Handreichung zum Umgang mit Depressionen im Schulalltag nach diesem Beispiel einzuführen.

Das Fach „Empathie“ in Dänemark wird ebenfalls für diese Arbeit ausgewählt. Seit 1993 gilt es als Pflichtfach an dänischen Volksschulen³. Zugleich zeigt eine weltweite Studie, dass sich die Menschen in Dänemark ausgesprochen glücklich fühlen. Dänemark gilt somit als zweitglücklichstes Land der Welt⁴. Deshalb stellt sich die Frage, über welche Inhalte das Fach Empathie verfügt, wie es die Schüler lehrt, Empathie zu empfinden, und was für Folgen dies für die Schüler hat. Eine ähnliche Initiative stellt das Fach „Glück“ dar, welches in Baden-Württemberg entwickelt wurde und dessen Konzept nun auch schon an einigen Schulen gelehrt wird. Um herauszufinden, welches Wissen durch dieses Fach vermittelt wird, soll es ebenfalls im Rahmen dieses Kapitels vorgestellt werden.

Um neben Schulfächern und Handreichungen den Fokus ebenso auf praktische Angebote wie Workshops oder spezielle Tools für den Unterricht zu lenken, werden schließlich einige der durch die Deutsche Gesellschaft für Mimik Resonanz entwickelten Übungstools betrachtet, welche an Schulen im Unterricht eingesetzt werden können.

³ vgl. <https://kontrast.at/schulfach-empathie-daenemark-schule/#:~:text=D%C3%A4nemark%3A%20Schulfach%20Empathie.%20Aktuell%20ist%20Mette%20Frederiksen%20Regieru,und%2016%20Jahren.%20Es%20ist%20also%20eine%20Gesamtschule>

⁴ Vgl. <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/817960/umfrage/top-10-der-gluecklichsten-laender-weltweit/>

3.1.2 Analyse der Materialien

In Dänemark gibt es das Fach „Empathie“ als Pflichtfach im nationalen Standard-Lehrplan. Mit kreativen Mitteln wird schon Kindern ab 6 Jahren beigebracht, wie man Gefühle zeigt und versteht, und auch, wie man sich mit emotionalen Zuständen anderer Personen auseinandersetzt. Ein Teil ist zum Beispiel das Schritt-für-Schritt-Programm. In diesem Pflichtprogramm sollen die Kinder aus den abgebildeten Gesichtsausdrücken anderer Kinder deren Gefühle artikulieren. Diese Gefühle werden diskutiert und in Worte gefasst. Das hat zur Folge, dass die Kinder schon früh lernen, sich einfühlsam und empfindsam in andere Menschen hineinzusetzen und nicht voreingenommen zu sein. Ein weiterer Vorteil in dem dänischen Glücksprogramm ist das kooperative Lernen. Dabei sind Lehrer verpflichtet, die Kinder mit unterschiedlichen Stärken und Schwächen zu gruppieren. Somit sind Kinder, die besonders gut in etwas sind, mit Kindern in einer Gruppe, welche auf diesem Gebiet noch Probleme haben. Dadurch können die Stärkeren den Schwächeren helfen und sich gegenseitig motivieren. Es entsteht ein starkes Gefühl von Teamarbeit und die Kinder lernen die Bedeutung von Empathie durch die Interaktion mit den Menschen um sie herum. Außerdem lernen sie dadurch sehr früh, die Wichtigkeit von Hilfsbereitschaft zu verstehen. Die Stärken der Kinder werden schon in jungen Jahren gefördert, so wie an den vermeintlichen Schwächen der Kinder gearbeitet wird.⁵ Dabei zeigt sich der Ansatz der Ressourcenaktivierung, welcher dazu beiträgt Menschen mit psychischen Problemen zu stärken, damit sie selbstständig ihre Probleme bewältigen können. Dadurch, dass die Stärken der Schüler bereits im Kindesalter gefördert werden, ist die Chance deutlich geringer, dass sie später an einer Depression oder depressiven Verstimmungen leiden. Auch das Schulklima ist von Anfang an anders, da den Kindern beigebracht wird, wie sie miteinander umgehen sollen und dass sie sich helfen müssen, anstatt einander schlecht zu behandeln. Dies wirkt sich positiv auf die Gesundheit und die Selbstwahrnehmung von Kindern und Jugendlichen aus.⁵

In Bezug auf Mobbing gibt es in Dänemark auch eine Initiative, die „Mary Foundation“. Diese betreibt für Kinder im Alter von drei bis acht Jahren ein Anti-Mobbing-Programm. Dabei wird viel über die negativen Auswirkungen von Mobbing diskutiert und darüber, wie Mobbing das Leben von anderen negativ beeinflusst. Somit lernen die Kinder, wie sie sensibel auf die Gefühle von ihren Mitmenschen reagieren sollen.⁵

Durch die Erziehung von Kindern mit dem Fokus auf Empathie haben sie die besten Chancen, später auch erfolgreiche, emotional kompetente sowie mental-stabile Persönlichkeiten zu werden. Dänemark geht mit diesem Bildungssystem als Vorbild voran und zeigt, dass es umsetzbar ist, Kinder frühzeitig stark zu machen und empathisch zu erziehen.

Auch in Deutschland gibt es schon an einigen Schulen ein Fach, welches den Schülern dabei helfen soll, glücklich zu sein. Das Unterrichtsfach „Glück“ wurde 2007 von dem ehemaligen Schuldirektor Ernst Fritz-Schubert an seiner Schule in Heidelberg in Baden-Württemberg entwickelt. 2018 gab er das Konzept an andere Lehrer in seinem pädagogischen Institut

⁵ Vgl. https://bewusst-vegan-froh.de/empathie-wird-nun-als-fach-an-daenischen-schulen-gelehrt/?fbclid=IwAR3FAvudMvtvVDeOaub2C5Wxoq9DFgksZ7sM9HdAvQvG7qcZ_Sa4hp020-Q

weiter. Er sagt selbst aus, dass er in seiner Zeit als Lehrer gelernt habe, dass Schüler die Schule nicht als einen Ort empfinden, an dem sie glücklich seien. Viele Pädagogen würden es nicht schaffen in den Schülern die Freude am Lernen zu wecken, da auf die Schüler der permanente Druck wirkt, ihre akademischen Ziele zu erreichen. Gerade auf benachteiligte Schüler habe die Schule einen negativen Einfluss gehabt. Daher entwickelte er das Schulfach „Glück“, um ihre Persönlichkeit zu stärken und ihnen Wege zu zeigen, wie sie glücklicher leben können. (Vgl. Zech 2018, o.S.)

Ziele des Faches sind neben der Lebenskompetenz, ebenso Faktoren wie die individuelle Weiterentwicklung, Geborgenheit, der Umgang mit sozialen Beziehungen und die Akzeptanz der eigenen Persönlichkeit. In dem Fach lernen die Schüler, eigene Ziele auf Grundlage ihrer Träume und Bedürfnisse festzulegen und umzusetzen. Neben diesen Lernschritten wird den Kindern und Jugendlichen aber auch beigebracht, wie sie richtig mit Niederlagen umgehen und diese nicht nur als Scheitern, sondern auch als Chance beurteilen. Somit sind sie gestärkt, um sich im späteren Leben nicht von jeder Niederlage abschrecken zu lassen und die Möglichkeit darin zu sehen, es nochmal zu versuchen. (Vgl. Zech 2018, o.S.)

Wissenschaftliche Begleituntersuchungen dieses Schulfachs in Heidelberg haben bestätigt, dass die Schüler ein stärkeres Selbstwertgefühl entwickeln und verständnisvoller miteinander umgehen. Sie schauen optimistischer auf ihre Ziele und deren Umsetzung. (Vgl. Zech 2018, o.S.)

Mit dem Blick auf Depressionen und depressive Verstimmungen bei Kindern und Jugendlichen spielt der sich bildende Optimismus und das erhöhte Selbstwertgefühl eine große Rolle. Die Kinder und Jugendlichen lernen zufrieden und glücklich mit sich und anderen zu sein und dies macht es für viele leichter, psychisch gesund zu bleiben. Auch hat man als Teilnehmer eines solchen Schulfaches automatisch einen Ansprechpartner, an welchen man sich wenden kann, wenn man beispielsweise merkt, dass es schwierig ist im Unterricht mitzuarbeiten. Ursachen könnten sein, dass Betroffene nur schwer etwas finden, woran sie Spaß haben, oder Probleme dabei verspüren, sich selbst Ziele zu setzen. Die regelmäßige Teilnahme an solch einem Fach bringt Schüler aber auch dazu, sich mit einem Problem, welches sie haben, auseinanderzusetzen. Durch einen vielfältigen Unterricht können sie dabei animiert werden, Neues auszuprobieren oder sie erfahren Unterstützung und Anregungen, wie sie an dem Problem arbeiten können. Sie sind nicht allein mit ihren Ängsten und ihnen wird schon in der Schule eine Möglichkeit geboten, sich Hilfe zu suchen.

Eine weitere große Initiative geht von der Deutschen Gesellschaft für Mimik Resonanz aus. Sie entwickeln Übungstools, welche anschließend an Schulen im Unterricht eingesetzt werden können. Diese haben die Aufgabe, das Feingefühl von Kindern und Jugendlichen für Emotionen zu stärken. Sie geben verschiedene Trainings und führen Projekte an Kitas, Schulen und Berufsschulen durch. Ihr Ziel ist es, das Unterrichtsfach „Emotionale Intelligenz“ an Schulen zu etablieren. Die Kinder sollen lernen, mimische Signale wahrzunehmen und zu interpretieren, um im Anschluss angemessen mit ihnen umgehen zu können. (Vgl. Mimikresonanz o.J., o.S.)

Während die bisher aufgeführten Materialien in Bezug auf die Thematik Depression präventiv ausgerichtet sind, gibt es im Bundesland Bremen eine Handreichung zum Umgang mit

Depressionen im Schulalltag. Dabei sind Unterthemen wie „Hinsehen“, „Kontakt anbieten“, „Gespräch mit dem Schüler“, „Gespräch mit den Eltern“, „Umgang mit Suizidalität“ oder „Ideen zur Unterstützung im Schulalltag“ erklärt und weiter für die Pädagogen ausgeführt (vgl. ReBuz Bremen 2021, 7-9). Durch diese konkret vorgeschlagenen Handlungsmöglichkeiten und der Darstellung von möglichen Fragen bei einem Gespräch des Lehrers mit dem Schüler oder den Eltern (vgl. ReBuz Bremen 2021, 8), haben Lehrkräfte einen genauen Handlungsleitfaden, an welchem sie sich orientieren können. Dies unterstützt ein passendes Verhalten von Pädagogen im Umgang mit betroffenen Schülern.

Bezüglich der Ideen zur Unterstützung der Schüler im Schulalltag, gibt es zum Beispiel auch die Möglichkeit, mit einem Nachteilsausgleich den Leistungsdruck zu reduzieren oder Aufgaben ohne Zeitdruck sowie Freiarbeit anzubieten. Auch kann die Teilnahme an Projekten und Aktivitäten von den Pädagogen gefördert werden und durch beispielsweise vermehrtes Loben können Erfolge bestärkt und Misserfolge minimiert werden. Ein weiterer Punkt besteht auch darin, die Ressourcen des Schülers zu stärken. Die Strategie der Ressourcenaktivierung kann in gewissen Maßen laut der Handreichung zu „Depressionen im Schulalltag“ aus Bremen also auch in der Schule durch Pädagogen oder Vertrauens- und Beratungslehrer durchgeführt werden. Auch werden niedrigschwellige Gespräche mit Vertrauenspersonen an der Schule vorgeschlagen. (Vgl. ReBuz Bremen 2021, 8).

Dafür ist es wichtig, dass jede Schule eine interne Ansprechperson wie einen Vertrauenslehrer oder Beratungslehrer besitzt, an den sie sich bei Problemen wenden kann. Beratungslehrer sind speziell geschulte Lehrer und fungieren als Ansprechpartner bei Problemen innerhalb der Schule. Zu ihren Beratungsaufgaben gehören beispielsweise die Schullaufbahnberatung oder die „Aufklärung und Prävention zu Fragen der Gesundheitsförderung, Jugendreligionen und Gewalt“ (Bildung Sachsen [1] o.J., o.S.).

Funktion des Vertrauenslehrers dagegen ist es, die Schüler zu unterstützen und bei Konflikten als Vermittler aufzutreten. Dies können beispielsweise Konflikte zwischen der Schule und der Schülervertretung sein. An den meisten Schulen wird der Vertrauenslehrer von den Schülern, üblicherweise durch den Schülerrat, zu Beginn jedes Schuljahres gewählt, was auch in der Schülermitwirkungsverordnung von Sachsen festgelegt ist.⁶

In der Handreichung aus Bremen sind ebenfalls Kontaktdaten von regionalen Beratungs- und Unterstützungszentren angegeben, so wie die Kontaktdaten und Sprechzeiten von einem Kinder- und Jugendpsychiatrischen Klinikum in Bremen und die Nummer des Kinder- und Jugendnotdienstes. Damit haben Lehrer sowie betroffene Eltern oder die Schüler weitere Kontakte, an welche sie sich wenden können.

⁶ Vgl. <https://www.revosax.sachsen.de/vorschrift/1763-Schuelermitwirkungsverordnung#abs4>

3.2 Bestandsaufnahme innerhalb Sachsens

3.2.1 Auswahl des Materials

Anschließend soll vergleichend eruiert werden, welche Materialien das Bundesland Sachsen für den Umgang mit Depressionen bei Schülerinnen und Schülern Pädagogen zur Verfügung stellt.

Dabei wird zuerst der Artikel §17 „Bildungsberatung“ Abs. 2 aus dem Sächsischen Schulgesetz betrachtet, um festzustellen welche gesetzlichen Bestimmungen es zu dem Umgang von Schulen mit psychisch kranken Kindern gibt.

Da es keine Handreichung zu dem Umgang mit Depressionen bei Schülern in Sachsen gibt, wird die bestehende Handreichung zu dem Thema „Chronisch kranke Schüler im Schulalltag“ ausgewertet und es wird analysiert, inwieweit diese das Thema Depressionen beinhaltet.

Außerdem wird das bereitgestellte Material von Beratungsstellen in Sachsen, wie der förderpädagogischen Beratungsstelle der Schule zur Lernförderung in Radeberg betrachtet, um herauszufinden, wie tiefgründig dabei auf das Thema Depressionen eingegangen wird.

Ein Fach wie „Glück“ oder „Empathie“ innerhalb Sachsens kann zu einer Analyse nicht herangezogen werden, da es nicht existiert. Überprüft werden soll stattdessen, inwiefern das Thema im Lehrplan des Faches Ethik, Religion oder Biologie vertreten ist.

Um neben dem offiziellen Material Sachsens und den rechtlichen Bestimmungen, wie auch bei dem Material außerhalb Sachsens, einen Einblick in selbstorganisierte Angebote und Vereine oder Workshops zu ermöglichen, wird der Verein „Irrsinnig-Menschlich“ betrachtet, welcher Angebote für einen ganzen Schultag anbietet.

Festzustellen ist bereits hier, dass sich die Suche nach Material zu dem Thema „Umgang von Schulen mit Depressionen bei Schülern“ innerhalb von Sachsen als deutlich schwieriger erwies als die Suche dazu außerhalb von Sachsens.

3.2.2 Analyse der Materialien

Laut Artikel §17 „Bildungsberatung“ Abs. 2 aus dem Sächsischen Schulgesetzes heißt es, dass zur Hilfe bei der Lebensbewältigung der Schüler für jeden eine schulpsychologische Beratung ermöglicht wird. Diese erfolgt schulartübergreifend durch Schulpsychologen mit der Unterstützung von Beratungslehrern. (Vgl. Bildung Sachsen [b] o.J., o.S.)

Laut einer Übersicht des Berufsverbands Deutscher Psychologinnen und Psychologen betrug die Relation zwischen Schulpsychologe und Schüler in Sachsen bereits 2016 in etwa 1:15000. Neben den fünf Standorten des Landesamts für Schule und Bildung in Dresden, Leipzig, Chemnitz, Bautzen und Zwickau, in denen Schulpsychologen tätig sind, ist die Anzahl an Schulpsychologen in Sachsen deutlich zu gering, um einen Ansprechpartner für die Schüler bereitzustellen. Der minimale Standard in der Beziehung von Schulpsychologe zu Schüler beträgt 1:5000 und wird von keinem Bundesland erreicht. Gerade Schüler, welche keinen

Schulpsychologen vor Ort an der Schule besitzen und weit entfernt von den fünf Standorten der psychologischen Beratung wohnen, haben weniger Möglichkeiten, einen Ansprechpartner zu finden. Die Versorgungsquote mit Schulpsychologen ist in Sachsen schon vor der COVID-19-Pandemie mit 32% die niedrigste gewesen, verglichen mit allen 16 Bundesländern. (Vgl. Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen, 2016, 2)

Die Beratung durch Schulpsychologen stellt eine ergänzende Form der Beratung an Schulen dar und befasst sich mit beratenden, diagnostischen und präventiven Aufgaben. Schulpsychologen helfen bei Problemen und Fragen zur Schullaufbahn sowie bei der Erstberatung in Krisensituationen, sie betreiben Mediation zwischen verschiedenen Parteien und beraten bei Problemen zum Thema Lernen und Verhalten. Dazu zählen Lernschwierigkeiten, aber auch das Vorliegen besonderer Begabungen oder auch Schwächen wie beispielsweise beim Lesen oder Schreiben. Auch werden darunter Schul- und Prüfungssängste, Schulverweigerung oder soziale Auffälligkeiten in der Schule gezählt. (Vgl. Bildung Sachsen [b] o.J, o.S)

Das Thema psychische Probleme kann bei den Aufgaben der Schulpsychologie als Verhaltensauffälligkeit aufgefasst werden, wird jedoch bei den Gebieten der Schulpsychologie nicht explizit genannt. Das zeigt auch, dass das Thema bei Kindern und Jugendlichen noch nicht genügend betrachtet wird.

2012 forderte die Partei DIE LINKE die Staatsregierung auf, Geld für die Beschäftigung von Schulpsychologen an allen Schulen bereitzustellen, um den Anstieg an psychischen Erkrankungen im Kindesalter zu reduzieren und für Betroffene eine schulnahe Hilfe anzubieten. Zehn Jahre später gibt es immer noch an den wenigsten Schulen einen Schulpsychologen.⁷

Eine Handreichung zum Umgang mit Depressionen bei Schülern in Sachsen gibt es nicht. Dennoch gibt es eine Handreichung zu dem Thema „Chronisch kranke Schüler im Schulalltag“. Neben den Krankheitsbildern wie Schulphobie, Schulangst, Autismus, Diabetes, Drogensucht oder Leukämie, gibt es bei dem Krankheitsbild „Störung des Sozialverhaltens“ auch einen Abschnitt zu depressiven Störungen. Unter den pädagogischen und förderpädagogischen Maßnahmen finden sich nur die folgenden fünf Stichpunkte:

- Diffamierende Äußerungen und Kritik sollten unterbleiben
- Bestrafungen, herabziehende Ermutigungen oder Tröstungen vermeiden
- Krankheitswert des Verhaltens beachten
- Eventueller Einsatz von Psychopharmaka notwendig
- Unterstützung durch Ärzte im Elterngespräch anregen (Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2012, 24)

Eine Empfehlung, wie sich Pädagogen dem betroffenen Schüler gegenüber richtig verhalten sollten, gibt es nicht. Es werden auch keine Möglichkeiten der Entlastung und Hilfe für den Schüler von Seiten der Pädagogen aufgezeigt.

⁷ Vgl. <https://www.l-iz.de/leben/gesundheit/2012/04/Saechsisches-Bildungssystem-macht-auch-Kinder-krank-41151>

Von verschiedenen Beratungsstellen in Sachsen, wie der förderpädagogischen Beratungsstelle der Schule zur Lernförderung in Radeberg, gibt es auch zu dem Thema Depressionen Material. Es werden allgemeine Therapien von Depressionen vorgestellt, der Begriff der Depression wird geklärt sowie auch Ursachen und Symptome. Daneben wird auch dargestellt, wie sich Depressionen im Schulalltag äußern und wie der Lehrer eine Depression anhand möglicher Verhaltensweisen erkennen kann. Bei dem Abschnitt „Was Lehrkräfte tun können“ wird kurz und knapp erklärt, wie sich Lehrkräfte generell nicht äußern sollten und dass sie dem Schüler vor allem klarmachen sollen, dass er wahrgenommen wird und sie ihm bei der Suche nach professioneller Hilfe beistehen und ihn unterstützen. (Vgl. Förderpädagogische Beratungsstelle der Schule zur Lernförderung Radeberg o.J., 1-2)

Aufmunterungen seitens der Lehrer stürzen den Jugendlichen nur tiefer in sein depressives Loch; hat der Lehrer doch allem Anschein nach nichts begriffen. Vielmehr sollte dem Schüler gegenüber deutlich gemacht werden, dass man wahrgenommen hat, wie schlecht es ihm geht und anbieten, ihm bei der Vermittlung von professioneller Hilfe beizustehen. Da das familiäre Umfeld des depressiven Schülers oft ebenfalls hoch belastet ist, sollte sich der Lehrer in den Elterngesprächen zurückhaltend äußern und behutsam vorgehen. Das Bearbeiten der familiären Problematik bleibt der Therapie vorbehalten. (Förderpädagogische Beratungsstelle der Schule zur Lernförderung Radeberg o.J., 2)

Auch hier gibt es keine genaue Handreichung oder Abfolge, nach welcher eine Lehrkraft handeln kann. Auf schulinterne Unterstützung wie eine Reduzierung des Leistungsdruckes oder die Möglichkeit der Ressourcenaktivierung durch Vertrauenslehrer wird nicht hingewiesen. Auch ist unklar, an wen sich die Lehrkräfte neben den Eltern wenden können, wenn es vor Ort keinen Vertrauenslehrer, Beratungslehrer oder Schulpsychologen gibt. Im Vergleich zu der Bremer Handreichung ist das Material der förderpädagogischen Beratungsstelle der Schule zur Lernförderung in Radeberg formal keine offizielle Handreichung und daher auch kaum bekannt. Sie ist nicht allgemeingültend und auch bei der inhaltlichen Betrachtung zeigt sich, dass sie sich mit einem Umfang von zwei Seiten stark von der Bremer Handreichung unterscheidet, welche 13 Seiten umfasst. Zu dem Thema Schulalltag und wie Lehrer den Schüler unterstützen können, gibt es bei dem Material aus Radeberg jeweils nur einen kleinen Abschnitt. Die Bremer Handreichung dagegen bietet weitere Unterthemen wie „Ideen zur Unterstützung im Schulalltag“ (ReBuz Bremen 2021, 8) oder „Welche Grenzen muss ich als Lehr- oder pädagogische Fachkraft beachten?“ (ReBuz Bremen 2021, 8). Auch findet sich in dem Material aus Radeberg jeweils nur eine Kontaktangabe per Mail und Telefon (vgl. Förderpädagogische Beratungsstelle der Schule zur Lernförderung Radeberg o.J., 1), während in der Bremer Handreichung auf zwei Seiten verschiedene Notdienste, Unterstützungszentren, Sozialpsychiatrische Dienste und Jugendpsychiatrien angegeben sind (vgl. ReBuz Bremen 2021, 10-11). Bei diesem Vergleich wird deutlich, dass eine allgemeingültige Handreichung weitaus umfangreicher und effektiver ist als beispielsweise das Material aus Radeberg.

Bei Betrachtung der Lehrpläne für die Gymnasien in Sachsen fällt bereits bei allen drei betrachteten Lehrplänen der Fächer Ethik, Religion und Biologie auf, dass keiner dieser

Lehrpläne das Wort Depression oder depressive Verstimmung enthält. Auch findet man in keinem Lehrplan umfassende Inhalte zu dem Thema psychische Krankheiten.

Der Lehrplan des Faches Ethik enthält in einem Wahlbereich der Klassenstufe 7 das Thema „Sich positionieren zum Zusammenhang von Ernährung und Persönlichkeit“ (Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 a, 15). Darunter können Suchtformen wie Bulimie oder Magersucht gezählt werden und auch die Entwicklung eines allgemeinen Gesundheitsbewusstseins (vgl. Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 a, 15). Somit kann zwar auf das Krankheitsbild von Essstörungen eingegangen werden, aber dieses Kapitel bietet keine Möglichkeit, um allgemeine psychische Erkrankungen zu thematisieren. Auch der Lernbereich drei in der Klassenstufe 8 enthält das Unterthema „Beurteilen von persönlichkeitsgefährdendem Krisenverhalten“ (Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 a, 18), wobei erneut Bulimie und Magersucht, sowie Drogensucht oder die Aggressionen gegen die eigene Person thematisiert werden können, jedoch findet man auch hier keinen Bezug zu dem Thema Depression, obwohl Suizide beispielsweise ebenso ein persönlichkeitsgefährdendes Verhalten darstellen, welches durch Krisen hervorgerufen werden kann (vgl. Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 a, 18). Hier könnte man also auf suizidales Verhalten in Verbindung mit Depressionen sehr passend eingehen. Im Grundkurs der Jahrgangsstufen 11 und 12 findet sich ein Themengebiet, welches sich mit verhaltensbestimmenden Faktoren des menschlichen Handelns befasst und diese auch aus psychologischer Sicht beurteilt (vgl. Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 a, 28). Dort würde es sich ebenfalls anbieten, auf psychische Vorgänge einzugehen, welche für depressives Verhalten verantwortlich sein können.

Im Lehrplan des Faches Evangelische Religion findet sich kaum ein Ansatzpunkt, um das Thema Depressionen mit bestehenden Lerninhalten zu verknüpfen. Die meisten Lernbereiche, die das Thema Psyche beinhalten, befassen sich mit deren Bezug zur Religion. Auf gesundheitliche Probleme wird in diesem Lehrplan nicht eingegangen. Nur der Lernbereich drei in der Klassenstufe 7 bezieht sich auf das Handeln des Menschen ohne religiöse Bezüge, wobei Schlagwörter wie Selbstportrait, Meditation, Individualität, Leistungsdruck oder Erwartungen thematisiert werden können (vgl. Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 b, 16). Das Thema Depressionen und depressives Handeln lässt sich aber auch in diesem Lernbereich schwer verknüpfen.

Der Lehrplan Biologie befasst sich, verglichen mit den zuvor betrachteten Lehrplänen, schon zunehmender mit der Psyche im Allgemeinen. Der Lernbereich eins der Klassenstufe 8 bietet beispielsweise die Möglichkeit, sich mit psychischen Folgen von Sucht oder der Bedeutung von Stress auseinanderzusetzen (vgl. Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 c, 22). Außerdem gibt es in dieser Klassenstufe einen Wahlbereich, welcher sich mit dem Zusammenhang des Nervensystems und der Problematik von Stress im Schulalltag beschäftigt (vgl. Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 c, 24). Dies wäre ein guter Ansatzpunkt, um auf die Folgen von Stress im Schulalltag einzugehen und das Thema Depression in Verbindung mit der Schule zu betrachten. Im Leistungskurs der 12. Klasse werden neurophysiologische Vorgänge beim Menschen betrachtet, wobei der Einfluss von Endorphinen oder Drogen auf die psychische Gesundheit in den Fokus gestellt werden kann (vgl. Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 c, 50). Hierbei könnte man ebenfalls

beurteilen, inwiefern sich Psychopharmaka bei der Behandlung von psychischen Krankheiten auf den Körper auswirken und welche Folgen sie haben. Das Thema Depressionen lässt sich aber nicht umfänglich in diesen Lernbereich integrieren, zumal der Lernbereich nur Inhalt des Leistungskurses und nicht des Grundkurses darstellt. Es zeigt sich auch, dass das Thema psychische Krankheiten gesellschaftlich noch nicht genügend etabliert ist, da sich der Lehrplan vorrangig mit anderen Erkrankungen wie beispielsweise Autoimmunkrankheiten oder Krebs beschäftigt (vgl. Sächsisches Staatsministerium für Kultus 2019 c, 52).

Mit Blick auf Vereine und Initiativen, stellt der „Irrsinnig-Menschlich e.V.“ aus Leipzig ein umfassendes Angebot dar. Der Verein bietet unter anderem Schultage für die Primarstufe, Sekundarstufe, sowie für Berufsschulen und Hochschulen an. In der Sekundarstufe werden beispielsweise Präventionsschultage zu psychischen Krisen und der seelischen Gesundheit angeboten. Dabei ist das Besondere, dass die Experten bei dem Schulbesuch von Menschen begleitet werden, welche selbst eine seelische Krise durchlebt haben und während des Schultages zum Austausch mit den Schülern bereit sind. Es gibt Gespräche, Diskussionen, Gruppenarbeiten sowie Rollenspiele, in denen sich die Schüler mit dem Thema psychische Gesundheit auseinandersetzen können. Außerdem bietet der Verein auch Fortbildungen für Lehrkräfte an, was sich in der Zukunft ebenso positiv auf die Schüler und den Umgang von Lehrern mit ihren Schülern auswirkt. (Vgl. Irrsinnig-Menschlich o.J., o.S.)

3.3 Zusammenfassung der analysierten Materialien

Es wurde bereits festgestellt, dass es deutlich leichter ist, Material zu dem Thema „Umgang von Schulen mit Depressionen bei Schülern“ in anderen Bundesländern oder dem Nachbarland Dänemark zu finden.

Sachsen verfügt nicht über eine Handreichung zu diesem Thema und in der Handreichung „Chronisch kranke Schüler im Schulalltag“ kommt das Thema Depressionen viel zu kurz (vgl. Kapitel 3.2.2). Dies zeigt, dass das Thema Depressionen noch nicht populär genug ist und auch immer noch zu wenig darüber aufgeklärt wird. Die Handreichung aus Bremen dagegen bietet einige wichtige Ansatzpunkte, welche sich auch an sächsischen Schulen umsetzen lassen würden. Des Weiteren stellt sie konkrete Handlungsansätze und Gesprächsanfänge zur Verfügung, an welchen sich Lehrkräfte orientieren können (vgl. Kapitel 3.1.2). Einzelne Materialien aus Sachsen wie von der Förderpädagogische Beratungsstelle der Schule zur Lernförderung Radeberg sind nicht umfangreich genug und bieten zu wenig Anhaltspunkte für Lehrkräfte, um ihre Schüler effektiv zu unterstützen und Hilfe anzubieten (vgl. Kapitel 3.2.2).

Die zuständigen Ämter für Schulpsychologie in Sachsen haben zu wenige Standorte und zu wenig Schulpsychologen, um für jeden Schüler eine schulpsychologische Beratung zu ermöglichen. Es fehlen Ansprechpartner und die Wartezeiten, um psychologisch betreut zu werden, sind enorm lang.

Auch bei dem Blick auf ergänzende Schulfächer gibt es in Sachsen noch keine Initiativen oder ergänzende Fächer zu dem Umgang mit Emotionen, der Psyche oder dem Weg zum Glück. Es fehlt im Lehrplan ein Fach, welches sich mit den seelischen Aspekten des Menschen

beschäftigt. Vorzeigemodelle existieren beispielsweise bereits in Baden-Württemberg oder Dänemark, wo es ebenfalls möglich war, ein solches Fach in den Lehrplan zu integrieren.

Auch bei der Betrachtung der Lehrpläne aus Sachsen zeigt sich, dass das Thema Depressionen in keinem der drei Fächer vertreten ist und sich nur schwer an bestehende Lernbereiche anknüpfen lässt. Am ehesten lässt sich Suizid als Symptom einer Depression in das Unterthema „Beurteilen von persönlichkeitsgefährdendem Krisenverhalten“ im Lehrplan Ethik der Klassenstufe 8 hinzufügen, jedoch bietet sich auch hier nicht die Möglichkeit, vollumfänglich auf das Thema Depression einzugehen. Kinder, welche das Fach Religion anstatt Ethik wählen, haben den geringsten Kontakt zum Thema der Psyche im Allgemeinen, weshalb es dort am schwierigsten wäre, einen Ansatzpunkt zu finden. Auch müsste ein neuer Lernbereich in einem der Fächer einen Pflichtbereich und keinen Wahlbereich darstellen, damit sichergestellt wird, dass alle Kinder Zugang zu dem Thema haben. Da die Lehrpläne von Grund- und Leistungskurs in der Sekundarstufe zwei variieren und Fächer wie Biologie abgewählt werden können, müsste man bedenken, dass man das Thema Depressionen in Lehrpläne zwischen der 5. Klassenstufe und der 10. Klassenstufe integriert. Des Weiteren müsste ein einheitlicher Lernbereich in Ethik und Religion ergänzt werden, sodass die Wahl zwischen beiden Fächern nicht über den Zugang zur Prävention im Umgang mit psychischen Krankheiten entscheidet.

Zuletzt zeigt sich im Kontrast dazu, dass es bei den Angeboten von Workshops und Initiativen von Privatpersonen und Vereinen, genügend Material dazu innerhalb und außerhalb Sachsens gibt. Es existieren viele gut konzipierte Angebote, welche an Schulen direkt die betreffende Altersgruppe ansprechen und darauf abzielen, Kinder und Jugendliche über Themen wie die psychische Gesundheit aufzuklären und darüber zu informieren. Dabei liegt es an den Schulen, ob sie diese Angebote individuell nutzen möchten. Eine Pflicht dazu besteht in Sachsen nicht. So können an einigen Schulen bereits viele Veranstaltungen zu dem Thema stattfinden, während an anderen Schulen diese Angebote nicht genutzt werden.

4. Methodische Grundlagen

4.1. Methode des Kurzinterviews

Aus der Bestandsaufnahme des Materials zu dem Thema Depressionen im Schulalltag ist hervorgegangen, dass das Thema Depressionen an Schulen in Sachsen noch unzureichend ausgebaut ist. Im Vergleich zu den Initiativen außerhalb Sachsens wird an sächsischen Schulen noch nicht genug getan, um Kinder und Jugendliche bei dem Umgang mit Depressionen zu unterstützen beziehungsweise diese vorzubeugen.

Um festzustellen, was möglich und sinnvoll ist, auch an sächsischen Schulen umzusetzen, werden Kurzinterviews mit unterschiedlichen und speziell ausgewählten Personen durchgeführt. Dazu werden Thesen aufgestellt und im Nachhinein unter Betrachtung von ausgewählten Kriterien ausgewertet. In der Auswertung ergibt sich dann, welche Initiativen sich aus der Sicht der Befragten auch an sächsischen Schulen umsetzen lassen und welche dabei die größten Erfolgchancen haben, Kinder und Jugendliche von Seiten der Schule bei psychischen Problemen wie Depressionen zu unterstützen.

Ziel der Kurzinterviews ist es, die Umsetzbarkeit verschiedener Interventions- und Präventionsstrategien bei depressiven Erkrankungen von Kindern und Jugendlichen in Schulen durch Experten beurteilen zu lassen. Dazu werden zunächst anhand des Forschungsstandes (vgl. Kapitel 3) Thesen aufgestellt. Diese bilden die Grundlage für die Entwicklung der Interviewfragen.

Aufgrund des begrenzten Zeitraumes und Umfangs dieser Besonderen Lernleistung muss hierbei darauf verzichtet werden, verschiedene Schulformen vergleichend zu untersuchen. Depressive Erkrankungen sind jedoch auch kein schulformbezogenes Phänomen. Daher ist es letztendlich unerheblich, dass beide befragten Lehrkräfte jeweils an einem Gymnasium tätig sind. Die ausgewählten Gymnasien befinden sich beide in Leipzig, wodurch die zeitnahe Durchführung der Interviews in Präsenz möglich war.

4.2 Auswahl der Interviewpartner

Für die Kurzinterviews werden drei verschiedene Personen aus unterschiedlichen Einrichtungen befragt. Bei der Auswahl ist vor allem ein Parameter entscheidend: Sie müssen selbst in Verbindung zu Kindern und Jugendlichen mit psychischen Krankheiten an der Schule stehen, oder damit weitestgehend in ihrem Beruf zu tun haben. Damit ergeben sich beispielsweise Personen wie Sozialarbeiter, Vertrauenslehrer, Schulpsychologen oder Beratungslehrer sowie Personen aus dem Bereich des Schulamtes oder aus Vereinen als geeignete Interviewpartner.

Bei der Suche nach Personen, die diesem Parameter entsprechen, erklärten sich bereits an den ersten beiden angefragten Schulen in Leipzig, dem Werner-Heisenberg-Gymnasium sowie dem Schiller-Gymnasium, jeweils ein Vertrauenslehrer bzw. eine Beratungslehrerin bereit, das

Interview durchzuführen. Auf das Schiller Gymnasium gehen aktuell über 700 Schüler und es sind etwa zwischen 40 und 50 Lehrer dort tätig. Am Werner-Heisenberg-Gymnasium lernen aktuell 710 Schüler und 58 Lehrer sind aktuell an diesem Gymnasium beschäftigt. Somit ähneln sich die Schulen stark in ihrem personellen Umfang und können gut miteinander verglichen werden. Um zusätzlich zur Beurteilung durch die Lehrkräfte auch eine Einschätzung der Umsetzbarkeit bestimmter Interventionsstrategien aus Sicht der Bildungsbehörde zu erhalten, wurde ebenso bei dem Landesamt für Schule und Bildung Leipzig angefragt. Hier erklärte sich ebenfalls eine Mitarbeiterin prinzipiell für ein Interview bereit, allerdings mit der Auflage, dass sie nicht direkt zitiert wird und dass das Interview im Anschluss wieder gelöscht wird.

Dass zwei Lehrkräfte unterschiedlicher Gymnasien befragt werden, soll zumindest ansatzweise sicherstellen, dass eventuell vorhandene schulische Besonderheiten die Einschätzung nicht vollständig determinieren. Dennoch kann die Befragung nicht den Anspruch erheben, in irgendeiner Weise repräsentativ zu sein. Dies wäre im Rahmen einer Besonderen Lernleistung nicht umzusetzen. Jedoch kennen die Lehrkräfte die Umstände direkt vor Ort am besten, weil sie nah bei den Schülern arbeiten, sodass sie durchaus einschätzen können, was sich an ihrer Schule tatsächlich umsetzen lässt und wie die Schüler auf die Initiativen reagieren würden.

4.3 Aufstellung der Thesen

Wie sich zeigt, können Schulen recht wenig dazu beitragen, akute Depressionen zu behandeln, da dies Aufgabe von ausgebildeten Psychologen ist. Dennoch können den Kindern und Jugendlichen Lerninhalte bezüglich des Umgangs mit psychischen Problemen nahegebracht werden und durch die Aktivierung der Ressourcen der Schüler können sie auch in der Schule lernen, wie sie ihre persönlichen Stärken finden und wie sie diese nutzen können. Wenn ihnen in der Schule neben Mathematik, Deutsch, den Naturwissenschaften oder Fremdsprachen auch beigebracht wird, wie sie mit ihren Emotionen umgehen können, da die emotionale Intelligenz entwickelt und gefördert wird, kann schon dies dazu beitragen, Depressionen und depressive Verstimmungen sowie weitere psychische Probleme vorzubeugen. Es ist wichtig, dass Schüler auch dies in der Schule lernen und dort einen Ansprechpartner bei Problemen haben, damit ihnen gezeigt wird, dass die psychische Gesundheit genauso wichtig wie die physische Gesundheit ist.

Aus der literarischen Analyse haben sich Ansatzpunkte, wie die Einführung von neuen Schulfächern, die Integrierung von Unterrichtstools in bereits bestehende Lehrpläne oder das Angebot von ergänzenden Programmen wie Workshops oder Präventionstagen neben den regulären Schulfächern ergeben. Auch das Thema der Schulpsychologie kommt in Sachsen anscheinend noch zu kurz und bietet daher einen weiteren Ansatzpunkt. Daraus resultieren die folgenden Thesen, welche jeweils eine Strategie zur Umsetzung beinhalten:

1: Neben den fünf Standorten des Landesamtes, in denen Schulpsychologen tätig sind, sollte es verpflichtend an jeder Schule einen eigenen Schulpsychologen geben, welcher als Ansprechpartner für jegliche persönliche Probleme fungiert.

2: Das Thema Depressionen sollte in den Lehrplänen von Fächern wie Ethik oder Biologie integriert werden, um Kinder und Jugendliche über psychische Probleme aufzuklären und ihnen zu zeigen, wie man sich beispielsweise als Kontaktperson verhalten kann oder was man selbst als Betroffener tun kann.

3: Es wäre sinnvoll, an sächsischen Schulen ein Fach einzuführen, welches sich mit emotionaler Intelligenz beschäftigt und Kindern und Jugendlichen einen Weg zeigt, wie man Probleme bewältigen kann und wie man sich selbst stark macht.

4: Neben den regulären Schulfächern sollte es ergänzende Programme, Fachvorträge oder Workshops zu dem Thema emotionaler Stärke und zum Umgang mit psychischen Problemen geben, an denen Schüler und Schülerinnen innerhalb des Schulunterrichtes teilnehmen können, sich informieren und ebenso auf Ansprechpartner treffen können.

4.4 Erstellung der Fragen

Das Ziel des Kurzinterviews besteht darin, einen Überblick über den aktuellen Stand zu erlangen, die Umsetzbarkeit der verschiedenen Thesen bewerten zu können und eventuell noch neue Anregungen für weitere Initiativen zu bekommen. Die Einleitungsfrage zielt auf die persönliche Wahrnehmung der Interviewpartner ab. Sie sollen feststellen, wie sie selbst in ihrer Position den Umgang von Schulen mit Kindern und Jugendlichen beurteilen würden, welche an psychischen Krankheiten wie Depressionen leiden. Auch die zweite Frage fordert eine Antwort zu dem aktuellen Stand, nämlich wie viele Schüler sich mit psychischen Krankheiten an sie wenden. Die folgenden Fragen drei bis sechs beinhalten jeweils eine aufgestellte These aus dem Kapitel 4.3. Die letzte Frage regt noch einmal eigene Verbesserungsvorschläge des Interviewpartners an und schließt damit das Kurzinterview ab. (Vgl. Anlage 1)

Da es sich bei den Interviews um qualitative Interviews handelt, sind die meisten Fragen als offene Fragen formuliert, so dass die Interviewpartner die Fragen nicht mit einem einfachen „Ja“ oder „Nein“ beantworten können. Offene Fragen bieten die Möglichkeit, die eigenen Konzepte in der gestellten Frage zu reflektieren. Bei den Interviews werden also die aufgestellten Thesen als offene Fragen umformuliert, so dass die Interviewpartner unbeeinflusst die Fragen aus ihrer Sicht beantworten können. Die ersten beiden Fragen des Interviews sind textgenerierende Fragen, da es wichtig ist, zu Beginn des Interviews einen Einblick in die persönliche Sicht des Interviewpartners auf die aktuelle Situation an Schulen beim Umgang mit Depressionen zu erlangen. Das Interview stellt damit ein qualitatives Leitfadenterview dar, da der Ablauf und die Struktur des Interviews im Vorfeld genau geplant und erarbeitet wurde. Die Fragen fordern nicht nur eine Antwort, sondern die Interviewpartner müssen selbst zuerst über die Hintergründe nachdenken und erläutern

häufig ihre Sichtweise. Damit binden sie auch neue Aspekte und eigene Annahmen mit in die Beantwortung der Fragen ein. (Vgl. Dresing/ Pehl 2015, 6-11)

Das Interview beschränkt sich auf die sieben Fragen, da Schwerpunkt dieser Besonderen Lernleistung die Beurteilung der selbstaufgestellten Thesen ist, damit sich im Anschluss ableiten lässt, welche Strategien zur Prävention und Intervention an sächsischen Schulen bei dem Umgang mit Kindern und Jugendlichen mit Depressionen oder depressiven Symptomatiken tatsächlich umsetzbar sind. Dennoch besteht die Möglichkeit, bei Ungenauigkeiten zusätzliche Nachfragen zu stellen, wie beispielsweise auch die Frage, ein erstelltes Kriterium noch zu der Beantwortung der Frage hinzuzuziehen (vgl. Kapitel 4.5).

4.5 Erstellung der Kriterien

Um die aufgestellten Thesen in Kapitel 4.3 im Anschluss an das Interview auswerten zu können, sollten die Befragten bestimmte Kriterien bei der Beurteilung der Thesen in ihre Überlegungen mit einbeziehen. Nach diesen Kriterien lassen sich die Antworten in der Auswertung besser aufschlüsseln und kategorisieren.

Zuerst ist es wichtig, zu betrachten, wie hoch sich die Kosten für die Umsetzung gestalten und welchen Nutzen die jeweilige Strategie für die Zielgruppe hat. Auch die Finanzierung spielt dabei eine wichtige Rolle. Daraus ergibt sich das erste Kriterium: Kosten-Nutzen

Als nächstes ist es relevant, die Umsetzbarkeit an sächsischen Schulen zu bewerten und somit den Aufwand einzuschätzen. Dabei stellt sich beispielsweise die Frage, wer und wie viel Personal für die Umsetzung benötigt wird und auch inwiefern dabei eine Zusammenarbeit mit den Lehrern, Experten oder Eltern notwendig ist. Wo das Ganze stattfinden kann, ist auch ein weiterer wichtiger Punkt, wobei man zwischen einer schulinternen und schulexternen Umsetzung unterscheiden müsste. Daraus resultieren zwei Kriterien, welche im Zusammenhang betrachtet werden müssen: Umsetzbarkeit und Aufwand

Auch muss betrachtet werden, wie viel Zeit die Strategie in Anspruch nimmt und ob es genügend Platz dafür im Schullalltag gibt. Dieses Kriterium nennt sich: Zeitfaktor

Zuletzt muss auch beurteilt werden, wie die jeweilige Strategie bei der Zielgruppe selbst ankommt und was für sie den meisten Nutzen bringt. Es ist wichtig zu betrachten, was die Zielgruppe selbst für hilfreich oder nicht hilfreich empfindet. Dieses Kriterium kann beschrieben werden als: Erfolgchancen bei der Zielgruppe

4.6 Vorbetrachtung der Kriterien

Um sich schon vor den Interviews einen Überblick über mögliche Probleme zu verschaffen, welche die aufgestellten Kriterien (vgl. Kapitel 4.5) mit sich bringen könnten und welche Thesen sie eher positiv oder negativ bewerten würden, folgt nun eine Vorbetrachtung der Kriterien.

1. Kosten-Nutzen:

Dieses Kriterium wird vor allem bewerten, wie hoch die Kosten für die Umsetzung der jeweiligen Maßnahme sind und welchen spezifischen Nutzen sie für die Schüler hat. Das Engagement von schulexternen Experten für Fachvorträge oder Workshops fällt dabei teurer aus, als wenn in einem bestehenden Lehrplan wöchentlich beispielsweise eine weitere Schulstunde stattfindet, welche von einem schulinternen Lehrer durchgeführt wird. Auch die einmalige Erstellung eines neuen Schulfaches bringt für die einzelnen Schulen kaum einen finanziellen Aufwand mit sich. Dennoch ist es wichtig zu beurteilen, ob ein schulinterner Umgang mit dem Thema den gleichen Nutzen bringt, als wenn Experten von außen die Schüler dafür sensibilisieren. Es ist außerdem zu fragen, wie diverse Workshops finanziert werden können und wer die Kosten für die Integration neuer Programme und Lehrinhalte trägt.

2. Umsetzbarkeit und Aufwand:

Hierbei kommt es vor allem darauf an, wie sich eine Strategie sachsenweit in den Schullalltag integrieren lässt. Es stellen sich folgende Fragen: Wie viel Personal wird für die Umsetzung gebraucht? Oder wie viel Platz bietet der bestehende Lehrplan, um das Thema Umgang mit psychischen Problemen an Schulen zu integrieren? Auch muss bewertet werden, ob es beispielsweise mehr Aufwand macht, einmal ein neues Schulfach zu konstruieren, welches anschließend an jeder Schule eingeführt wird, oder unabhängig vom Lehrplan einzelne Workshops vorzubereiten und durchzuführen, welche von Schule zu Schule variieren können und von einem zum anderen Mal neu erarbeitet werden müssen. Es spielt auch eine Rolle, inwiefern sich neue Unterrichtsinhalte in bestehende, fächerspezifische Lehrpläne einfügen lassen können, da der Zeitplan oft schon sehr kompakt ist und Schüler der Oberstufe auch nicht mehr zwingend alle Fächer belegen müssen, sodass sie eventuell gar keinen Zugang zu dem Thema bekommen würden. Des Weiteren muss die Umsetzung an allen Schulen möglich sein, sodass betrachtet werden muss, ob die Schulen entsprechende Kapazitäten an Lehrern beziehungsweise spezifischen Experten für dieses Themengebiet aufweisen können, um die Umsetzung zu gewährleisten. Für den Unterricht in einem neuen Fach wäre vermutlich auch eine entsprechende Schulung oder Zusatzausbildung der Lehrer nötig. Abschließend stellt sich auch die Frage, ob eine weitere Zusammenarbeit mit Vertrauenslehrern, Eltern oder dem Schülerrat notwendig ist, um Projekttag oder Ähnliches durchzuführen.

3. Zeitfaktor:

Der bestehende Lehrplan ist bereits sehr voll, was vor allem darauf zurückzuführen ist, dass Sachsen im Unterschied zu einigen anderen Bundesländern nicht auf sogenannte Rahmen- oder Bildungspläne setzt, die vor allem die Kernkompetenzen vorschreiben und von jeder einzelnen Schule durch ein schulspezifisches Curriculum konkretisiert werden. Oft wird

bemängelt, dass die sächsischen Lehrpläne zu viel Stoff umfassen. Daher ist es fraglich, ob es überhaupt möglich ist, ein neues Schulfach oder fachspezifische neue Lerninhalte einzuführen, da man dafür vermutlich bestehende Strukturen verändern oder kürzen müsste. In dieser Hinsicht wäre ein Workshop, welcher in regelmäßigen Abständen stattfindet, weniger zeitaufwändig. Dabei müsste aber ebenso betrachtet werden, ob dieser nach den regulären Schulstunden durchgeführt wird, oder in einem definierten Zeitraum ein bestimmtes Fach ersetzt.

4. Erfolgchancen bei der Zielgruppe:

Bei diesem Kriterium wird sich vor allem die Frage stellen, welche Strategie am ansprechendsten für Kinder und Jugendliche ist. Fachvorträge könnten gerade jüngere Schüler eher langweilen, was dazu führt, dass die wichtigsten Botschaften vielleicht gar nicht bei ihnen ankommen. Am besten gestalten sich daher vermutlich Strategien, bei denen sie selbst aktiv werden müssen, beispielsweise in Form eines Workshops oder durch praktische Stunden im Unterricht zu dem Thema. Dies regt oft auch den Austausch mit Mitschülern an, was dazu führt, dass Betroffene sich nicht allein fühlen und die Chance haben, sich zu öffnen. Auch führt eine offene Kommunikation dazu, dass Erfahrungen geteilt werden können und die Schüler bekommen einen persönlichen sowie emotionalen Zugang zu dem Thema.

4.7 Durchführung der Interviews

Bei der Durchführung der Interviews wurden die Vertrauens- bzw. Beratungslehrer in der Schule vor Ort befragt. Das Interview mit der Mitarbeiterin vom Amt für Schule und Bildung fand per Telefon statt. Alle Interviews wurden im Zeitraum von Juli bis August 2022 durchgeführt. Vor den jeweiligen Terminen fand ein Austausch per Mail statt und der Inhalt der Besonderen Lernleistung wurde kurz vorgestellt. Im Anschluss wurde zeitnah ein Termin vereinbart. Die befragten Personen bekamen die Fragen vorher nicht zugesandt. Die Fragen wurden ihnen mündlich am vereinbarten Termin gestellt.

Die Interviews wurden jeweils mit der App „Diktiergerät“ auf dem Smartphone aufgezeichnet und dauerten 10:19 min (Interview 1), 12:37 min (Interview 2) und 22:20 min (Interview 3).

5. Auswertung der Kurzinterviews

5.1 Beurteilung der aktuellen Situation

Gleich bei der ersten Frage weisen die drei Interviews Gemeinsamkeiten auf. Sowohl der Vertrauenslehrer als auch die Beratungslehrerin stellen zu Beginn kurz vor, wie sie selbst an ihrer Schule den Umgang mit Depressionen handhaben, „ich kann das halt nur schildern, wie wir das machen“ (Interview 1, Z.3-4).

Das erste Interview zeigt, dass das konkrete Gymnasium über einen ausgebildeten Sozialarbeiter, zwei Vertrauenslehrer und eine Beratungslehrerin verfügt (Vgl. Interview 1, Z.5-9), welche sich regelmäßig treffen und gemeinsam über aktuelle Fälle an ihrer Schule beraten:

wir treffen uns einmal im Monat und tauschen uns zu aktuellen Fällen aus, weil wir halt die vier Ansprechpartner sind für Schüler, die in irgendeiner Art und Weise vielleicht Hilfe suchen. (Interview 1, Z.9-11)

Durch diese regelmäßigen Fallgespräche kann sich ausgetauscht werden, inwieweit man Schüler mit Problemen unterstützen kann und wo man noch mehr tun könnte, beispielsweise mit Bezug zu dem Klassenlehrer oder zu externen Stellen (Vgl. Interview 1, Z. 15-18).

Hier zeigt sich also, dass die Schule intern eine gute Strategie entwickelt hat, um bei vielen Schülern genügend Ansprechpartner zur Verfügung zu stellen, an welche sich Schüler und Schülerinnen bei Problemen wenden können. Durch den regelmäßigen Austausch kann auch gemeinsam über das weitere Vorgehen beraten werden, sodass die Entscheidungen nicht allein getroffen werden und sich eventuell noch neue Ideen und Möglichkeiten auftun.

In dem zweiten Interview wird bereits deutlich, dass das Gymnasium über keinen Sozialarbeiter, Vertrauenslehrer oder Psychologen verfügt:

wir sind hier zwei Beratungslehrerinnen. Und wir als Beratungslehrerinnen können feststellen, dass der Jugendliche eine Depression hat, aber wir sind nicht die Fachkräfte, die diese Depression dann therapieren. (Interview 2, Z. 4-7)

Die Beratungslehrerinnen können sich in ihrer Position an die Eltern wenden, welche dann Fachpersonal aufsuchen und von diesem bekommen sie im Anschluss eine Rückmeldung, wie sie mit der Situation des jeweiligen Schülers in der Schule umgehen sollten. (Vgl. Interview 2, Z. 8-11)

Aus beiden Interviews geht außerdem hervor, dass es oftmals sehr schwierig ist, überhaupt festzustellen, ob ein Schüler an depressiven Symptomatiken leidet. „Das erkennt man nämlich nicht sofort.“ (Interview 2, Z. 14)

Ist immer die Frage, ob man überhaupt weiß, welche Schüler daran leiden oder damit auch so offen umgehen, dass man ihnen helfen kann. (Interview 1, Z. 11-13)

Für Vertrauenslehrer und Beratungslehrer erweist es sich gerade bei psychischen Krankheiten als schwierig, festzustellen, wenn ein Schüler Hilfe benötigt, da sich die wenigsten wirklich selbst an einen Ansprechpartner wenden. Öfter gehen die Ansprechpartner selbst in die

Klassen und versuchen durch Fragen festzustellen, ob jemand Hilfe braucht. Auch Mitschüler geben häufiger Bescheid, dass jemand Hilfe braucht, als dass es die betroffene Person selbst tut. (Vgl. Interview 1, Z. 22-26)

Aber es ist doch meistens eher so, dass [...] über drei Ecken dann die Schüler sozusagen bekannt gegeben werden, wo man sich dann kümmert. (Interview 1, Z. 28-30)

Aktuell sei das Thema psychische Probleme „durch die Pandemie wirklich extrem emporgeschneit“ (Interview 2, Z. 18-19). Aus dem zweiten Interview geht hervor, dass es neben der Pandemie auch noch zwei weitere Gründe gibt, welche psychische Probleme wie Depressionen verstärken können. Dies sei einmal die Pubertät, welche sich extrem auf das Gleichgewicht in einem Kind auswirken würde, sowie ein allgemeiner Generationswechsel. Dieser beschreibt die Veränderungen der Gesellschaft, da immer mehr Eltern ihre Kinder am Gymnasium überfordern würden, wodurch ein größerer Druck auf die Kinder ausgeübt wird und was ebenso zu psychischen Problemen führen kann. (Vgl. Interview 2, Z.19-28)

Ein weiterer Faktor ist auch der soziale Umgang an der jeweiligen Schule. (Vgl. Interview 2, Z. 28-29)

Aus Sicht der Beratungslehrerin im zweiten Interview geht aber vor allem hervor, dass aktuell ein Anstieg an psychischen Problemen bei Schülern zu verzeichnen ist:

Aber nach wie vor wenden sich jetzt zunehmend mehr Eltern, Lehrer und auch der Jugendliche selbst, an uns. (Interview 2, Z. 29-31)

5.2 Beurteilung der Thesen

5.2.1 These 1

In Bezug auf die erste These: „Neben den fünf Standorten des Landesamtes in denen Schulpsychologen tätig sind, sollte es verpflichtend an jeder Schule einen eigenen Schulpsychologen geben, welcher als Ansprechpartner für jegliche persönliche Probleme fungiert.“ (Vgl. Kapitel 3.2.3), zeigen sich auch in den Interviews ähnliche Betrachtungsweisen.

Das wäre wahrscheinlich der Idealfall, der aber nicht personell und wahrscheinlich auch geldmäßig nicht abzudecken ist (Interview 1, Z. 38-39)

Interviewpartner 1 schlägt in diesem Zusammenhang vor, dass es dementsprechend sinnvoll wäre, wenn es Gebietspsychologen gäbe, welche in eingegrenzten Stadtteilen und Landkreisen neben ihren normalen Praxistätigkeiten an bestimmten Tagen oder zu bestimmten Zeiträumen als Ansprechpartner für die Schulen fungieren. (Vgl. Interview 1, Z. 39-45)

Auch im zweiten Interview zeigt sich, dass die Schulpsychologen selbst stark überfordert seien und am Ende die Schüler auch nur weiter an eine psychologische Behandlung überweisen würden (vgl. Interview 2, Z. 36-40). Ein Psychologe für eine so große Zahl von Schulen sei „einfach total sinnlos“ (Interview 2, Z. 43).

Sinnvoller wäre es, an jeder Schule einen Sozialarbeiter oder Sozialpädagogen zu haben, welcher für die Schüler präsent sei und welcher auch im Unterricht mit den Schülern zusammenarbeite (vgl. Interview 2, Z. 44-50).

Dies ist bei einigen Behandlungen auch bereits Teil einer Therapie und erweist sich für die Schulen als hilfreich. „Aber als Gymnasium kriegen wir das derzeit gar nicht.“ (Interview 2, Z. 53-54).

Aus dem dritten Interview geht ebenfalls hervor, dass die Schulpsychologie die Schüler nur auffängt und keinen therapeutischen Auftrag verfolgt. Die Schulpsychologie fungiere ebenfalls nur als Verweisberatung und vom Personalaufwand betrachtet sei es unrealistisch, an jeder Schule einen Schulpsychologen zu beschäftigen. Dennoch bestehe keine Frage, dass es in Sachsen zu wenig Schulpsychologen gebe und diese Zahl müsse aufgestockt werden. Es zeigt sich in diesem Gespräch auch, dass Schulsozialarbeit weitaus effektiver wäre, da Schulsozialarbeiter bereits ein niedrigschwelliges Angebot bereitstellen können und dies den Schulen intern schon enorm helfen könne.

Zusammenfassend kann man also in Bezug auf die These feststellen, dass es innerhalb Sachsens zu wenig Schulpsychologen gibt und diese Anzahl erhöht werden muss. Es ist aber nicht umsetzbar, an jede Schule einen eigenen Schulpsychologen einzusetzen. Viel wichtiger ist die Sozialarbeit an Schulen, sodass es sinnvoller erscheint, zu versuchen, dass Sozialarbeit in Form von beispielsweise einem Sozialarbeiter an jeder Schule vertreten werden kann. In Bezug auf die Betrachtungskriterien (vgl. Kapitel 4.5) lässt sich feststellen, dass die Faktoren „Umsetzbarkeit und Aufwand“ sowie „Kosten- Nutzen“ eher gegen die These sprechen. Die Erfolgchancen bei der Zielgruppe sind nicht konkret beurteilbar, da es fraglich wäre, ob die Schüler sich auch wirklich an den Schulpsychologen wenden würden. Es wäre für sie jedoch sehr praktisch, direkt einen Ansprechpartner vor Ort zu haben. Je nachdem wie viele Schüler sich letztendlich Hilfe bei einem internen Schulpsychologen suchen würden, müsste dieser die Schüler auch weiter zu einer Verweisberatung schicken und könnte sie nicht selbst therapieren. Damit stellt auch der Zeitfaktor eine kritische Frage dar, da es je nach Schule eine höhere oder geringere Nutzung des Schulpsychologen gäbe.

Die erste These lässt sich damit nicht als effektiv betrachten.

5.2.2 These 2

Die zweite These: „Das Thema Depressionen sollte in den Lehrplänen von Fächern wie Ethik oder Biologie integriert werden, um Kinder und Jugendliche über psychische Probleme aufzuklären und ihnen zu zeigen, wie man sich beispielsweise als Kontaktperson verhalten kann oder was man selbst als Betroffener tun kann“ (vgl. Kapitel 4.3) bildet ebenfalls eine wichtige Fragestellung.

In allen drei Interviews findet diese These Anklang. Da das Thema Depression gesellschaftlich vor allem erst in den letzten 20 Jahren wirklich wichtig und aktuell geworden ist, gebe es dementsprechend noch nicht genügend Aufklärung. (Vgl. Interview 2, Z. 60-63)

Das ist ja noch nicht so ein Thema wo man sagt, das ist gesellschaftlich anerkannt und man kann auch gut und [...] optimal und effektiv mit demjenigen umgehen. (Interview 2, Z. 64-65)

Die Gesellschaft müsse noch viel mehr tun und vor allem lernen, was es tatsächlich bedeutet, an Depressionen zu leiden:

dass man wirklich nicht früh morgens um sieben Uhr aufstehen KANN, dass es ihm nicht GELINGT, die Arschbacken zusammenzukneifen und dann seine Aufgaben zu machen, DAS GEHT NICHT, das muss man wissen bei Depressiven (Interview 2, Z. 68-71)

Daher ist es wichtig, das Thema vor allem zu Aufklärungszwecken in den Lehrplan zu integrieren. Aus eigenen Erfahrungen wird im Interview zwei berichtet, dass das Thema Depressionen in Biologie kaum angesprochen werden würde, nur einmal im sehr geringen Maße im Bereich Verhalten (vgl. Interview 2, Z. 75-77). Bezüglich der Einbringung in den Ethik-Lehrplan findet sich daher die Aussage, „Ich kann nur hoffen, dass es im Ethikunterricht angesprochen wird“ (Interview 2, Z. 73-74).

Auch aus dem ersten Interview geht hervor, dass eine Integrierung in den Ethik Lehrplan wichtig wäre:

Ich glaube Ethik stärkt da vielleicht noch etwas mehr die Schülerinnen und Schüler, [...] so Richtung Kompetenzentwicklung, also was sind so meine Stärken und Schwächen, warum fühl ich mich in Situationen so und so. Ich glaube das findet in vielen Fächern noch nicht statt und ist glaube ich heutzutage ein wichtiger Ausgleichsfaktor zu den geänderten gesellschaftlichen Anforderungen an Kinder und Jugendliche. (Interview 1, Z. 65-71)

In Biologie würde das Thema eher aus der medizinischen Sicht betrachtet werden und der Fokus liege dabei vermutlich eher bei dem Krankheitsbild (vgl. Interview 2, Z. 63-65), was zwar wichtig für die Aufklärung von depressiven Symptomaten sei, jedoch aber keine Hilfe für die Schüler bei dem Umgang mit Depressionen darstelle.

Prävention und Aufklärung ist gerade bei psychischen Problemen besonders wichtig, da es oft schwierig ist, ein Kind als depressiv wahrzunehmen. Angebote und Aufklärung daher in den Lehrplan von Ethik zu integrieren, wäre perspektivisch ein guter Ansatz.

Faktoren wie „Umsetzbarkeit und Aufwand“ oder „Kosten-Nutzen“ sprechen für diese These, da Lehrpläne ständig verändert werden und eine Anpassung in Bezug auf den Umgang mit psychischen Problemen gerade in Ethik sehr sinnvoll wäre. Auch müsste der Lehrplan innerhalb Sachsens nur einmal für alle Schulen geltend angepasst werden, was für einen geringen Aufwand und eine leichte Umsetzung an wirklich allen Schulen führen würde. Ein Problem stellt aber die Wahl der Schüler zwischen dem Fach Ethik und evangelische Religion dar, da die Schüler, welche das Fach Religion belegen, keine Aufklärung bekommen würden. Daher müsste es in beiden Fächern eine Lehrplananpassung geben, damit die Fächerwahl nicht den Zugang zur Aufklärung und Prävention von psychischen Krankheiten bestimmt. Auf die Schulen würden keine zusätzlichen Kosten zukommen und diese These könnte ebenfalls auf hohe Erfolgchancen bei der Zielgruppe treffen, da grundlegende Aufklärung im

Schulunterricht das Thema Depression normalisieren würde und Kinder aufgeklärter damit umgehen könnten. Der Zeitfaktor stellt ebenfalls kein großes Problem dar, da die Inhalte innerhalb der regulären Unterrichtsstunden eingebracht werden würden. Man muss aber bedenken, dass andere Themen im Lehrplan von Ethik oder Religion gekürzt, oder als Wahlthemen umfunktioniert werden müssten, damit der Umgang mit psychischen Krankheiten als Pflichtthema in den Lehrplan integriert werden kann. Dies stellt allerdings kein unlösbares Problem dar, da sich der Lehrplan ständig verändert und angepasst wird.

5.2.3 These 3

Die dritte These: „Es wäre sinnvoll, an sächsischen Schulen ein Fach einzuführen, welches sich mit emotionaler Intelligenz beschäftigt und Kindern und Jugendlichen einen Weg zeigt, wie man Probleme bewältigen kann und wie man sich selbst stark macht.“ (vgl. Kapitel 3.2.3) wurde im zweiten Interview schon bei der vorrangigen Frage aufgegriffen:

Ich sage mal, es müsste so ein Fach Leben auch irgendwo geben (lachen), wie lebe ich glücklich oder so. Aber gibt es ja nicht. (Interview 2, Z. 77-78)

Die Idee hinter dieser These und ebenfalls die Erfolgchancen bei der Zielgruppe werden als sehr positiv eingeschätzt:

Mit so einem Unterrichtsfach hab ich wirklich die Möglichkeit wirklich mal alle damit quasi in Kontakt zu bringen und jedem auch mal irgendwie auf den Zahn zu fühlen. Von daher ist das schon gut, dass da nicht jemand durch das Raster fällt. Das ist ja auch immer das Problem mit vielen Schülern, großen Klassen, dass man da einfach nicht jeden immer auf dem Schirm hat. (Interview 1, Z. 137-142)

Dennoch stellt der Faktor Umsetzbarkeit und Aufwand ein großes Problem dar:

da braucht es aber auch ausgebildete Lehrkräfte, da wir für die normalen Fächer schon nicht genügend ausgebildete Lehrkräfte haben. Wo wollen wir die hernehmen? (Interview 2, Z. 84-86)

Und da muss auch ein ordentlicher Lehrplan her. (Interview 2, Z. 92-93)

Ein solches Fach müsste von ausgebildeten Lehrkräften unterrichtet werden, wo sich die Frage nach einer Zusatzausbildung stellt, da es Kompetenz brauche, damit das Fach auch wirklich sein Ziel erfülle und nicht zur Langeweile führe (vgl. Interview 1, Z. 80-85). Bei der Umsetzbarkeit und dem Zeitfaktor stelle sich auch die schulpolitische und organisatorische Frage, wo man ein weiteres Fach in den Lehrplan integrieren könne, ohne dass für die Schüler mehr Wochenstunden dazukommen (vgl. Interview 1, Z.88- 93). Auch sei es fraglich, welche Unterrichtsfächer dafür gekürzt werden könnten, da es wie folgt abläuft: „wenn zwei neue Stunden dazukommen, müssen zwei Stunden gehen.“ (Interview 1, Z. 88)

Der Lehrermangel wird ebenfalls als Problem dieser These genannt und neben der Umsetzbarkeit gestalte sich auch der Aufwand für die Erstellung eines solchen Faches als besonders hoch:

Wir müssen gucken, dass das natürlich auch so aufgestellt ist, professionell, dass die Kollegen schon vorher Module, Materialien bekommen oder auch einen Lehrplan, dass man eben genau weiß, was ist in welcher Klassenstufe dran. (Interview 1, Z. 93-96)

Am ehesten umsetzbar wäre es, ein solches Fach zur Auswahl bei wahlobligatorischen Fächern anzubieten, so dass Schulen je nach Kompetenz und Zusatzausbildung die Möglichkeit haben, bei vorhandenem Personal ein solches Fach anzubieten und schulintern dafür einen Lehrplan zu entwickeln und im Rahmen dieses Faches beispielsweise auch externe Spezialisten auf diesem Gebiet einzuladen.

Die Einführung eines Pflichtfaches in Sachsen, welches sich mit emotionaler Intelligenz und dem Umgang mit psychischen Krankheiten beschäftigt, sei aktuell dagegen eher unrealistisch und nicht umsetzbar.

Deswegen sage ich ja, in 10 Jahren, da passiert hier noch gar nichts. Aber abwarten. Und immer optimistisch bleiben (lachen). (Interview 2, Z. 93-95)

5.2.4 These 4

„Neben den regulären Schulfächern sollte es ergänzende Programme, Fachvorträge oder Workshops zu dem Thema emotionaler Stärke und zum Umgang mit psychischen Problemen geben, an denen Schüler und Schülerinnen innerhalb des Schulunterrichtes teilnehmen können, sich informieren und ebenso auf Ansprechpartner treffen können.“ (vgl. Kapitel 3.2.3). Die vierte These trifft bei allen Interviewpartnern auf Zustimmung.

In Bezug auf die Prävention würden die Schulen intern schon ziemlich viel machen, auch bei Themen wie Cybermobbing oder dem Umgang mit Medien (vgl. Interview 2, Z. 119-122). Es gebe viele externe Anbieter die Programme, wie auch zum Thema Alkoholprävention oder Drogen, anbieten (vgl. Interview 1, Z. 112-115).

Die Nutzung von Projekttagen „steht und fällt dann immer damit, dass natürlich die Schule und das Kollegium das möchte und auch trägt und dann entsprechende Projekttage auch freigehalten werden“ (Interview 1, Z. 115-118), was zeigt, dass diese These sich vor allem auf schulinterne Entscheidungen bezieht und es keine sachsenweite Regelung zur Nutzung der Projekttage gibt, sodass die Prävention zum Thema psychische Probleme von Schule zu Schule sehr variieren kann.

Meist ist dann halt das Problem die Umsetzung, wie wird das dann wirklich konkret an Schule umgesetzt und gelehrt und diese Schulprojekte, ja, da brauchts immer die Initiative aus dem Kollegium. (Interview 1, Z. 130-133)

Dies macht deutlich, dass die Umsetzbarkeit und der Aufwand sehr schulspezifisch betrachtet werden muss. Wenn man als Schule einen guten Ansprechpartner gefunden habe und die Zusammenarbeit funktioniere, hätten die Projekte auch für die Schüler eine höhere Chance auf Erfolg (vgl. Interview 2, Z. 130-135).

Die Erfolgchancen bei der Zielgruppe sind gemischt zu betrachten, da jeder Schüler anders mit solchen Projekten und Angeboten umgeht:

Da muss man jetzt auch in den Schüler blicken, der eine hat Lust der andere nicht. Was nimmt der eine mit, was nimmt der andere gar nicht mit, was will er vielleicht auch gar nicht mitnehmen. (Interview 2, Z. 124-126)

Insgesamt ist festzustellen, dass Projektstage zu anderen Themen an Schulen schon genutzt werden und man dort auch das Thema psychische Probleme oder psychische Stärkung unterbringen könnte. Faktoren wie „Kosten-Nutzen“ sind sehr schulspezifisch, da es dabei darauf ankommt, was für Partner die jeweilige Schule hat und welche Kosten sie dafür trägt. Der Zeitfaktor und der Aufwand den die Schulen betreiben, lassen sich ebenfalls nicht verallgemeinern. An den zur Verfügung gestellten Projekttagen können Schulen intern das Programm festlegen, weshalb sich nicht feststellen lässt, ob an jeder Schule diese Tage zur Prävention von Themen wie psychischen Problemen genutzt werden.

Wichtig wäre es hierbei, dass das Kultusministerium verpflichtend Themen festlegt, welche an den Schulen innerhalb Sachsens an diesen Tagen dann auch nachvollziehbar behandelt werden. Von dem Landesamt für Schule und Bildung gibt es bereits viele Präventionspläne und Konzepte, welche von Schulen genutzt werden können. Außerdem existieren etliche Vereine, welche sich mit den unterschiedlichsten Präventionsthemen, wie auch der psychischen Gesundheit, befassen. Diese Vereine können als externe Experten an solchen Tagen in die Schulen geholt werden.

Ein Ziel sollte es sein, in der Zukunft diese Prävention an allen Schulen in Sachsen zu gewährleisten und auch längerfristige und aufeinander aufbauende Veranstaltungen an Schulen anzubieten, damit die Effektivität der Projekte oder Workshops gewährleistet ist.

5.3 Zusammenfassung

Zusammengefasst zeigen die Interviews klar auf, dass es noch deutliche Rückstände gibt, was den Umgang von Schulen mit depressiven Symptomatikern und Depressionen bei Schülern angeht. Aktuell gibt es ein großes Problem mit überlasteten Schulpsychologen und allgemein existieren zu wenig Therapieplätze. Die Schulen haben immer mehr mit psychischen Problemen von Schülern zu tun und gerade nach der COVID-19-Pandemie kann ein Anstieg von depressiven Symptomatikern verzeichnet werden.

Strategien, wie die Einführung eines Schulpsychologen an jeder Schule oder die Einführung eines neuen Faches in den Lehrplan Sachsens, erweisen sich nach Auffassung der Befragten in Hinblick auf die Umsetzbarkeit und den Aufwand als schwierig. Auch die Kosten für die Beschäftigung eines einzelnen Schulpsychologen für jede Schule gestaltet sich als ein Problem. Durch den aktuellen Lehrermangel fehlt Personal, um zielorientiert ein neues Unterrichtsfach einzuführen. Auch die schon vollen Stundenpläne der Schüler sind kaum noch erweiterbar. (Vgl. Kapitel 5.2.1 und 5.2.3)

Eine häufig vorgeschlagene Alternative zu einem Schulpsychologen stellt die Schulsozialarbeit dar sowie die Einführung eines ortsnahen Schulpsychologen für eine bestimmte Anzahl an Schulen als Ansprechpartner. Ein Schulsozialarbeiter wäre ein passender Ansprechpartner für Schüler mit Problemen und hätte auch innerhalb der Schule Kontakt zu Betroffenen. Damit gestaltet sich die Einführung von Sozialarbeitern an Schulen als eine sinnvolle Möglichkeit zur Unterstützung von hilfeschuchenden Schülern. (Vgl. Kapitel 5.2.1)

Die Integrierung von neuen Inhalten in die sächsischen Lehrpläne für Ethik, Religion und Biologie, gestaltet sich ebenfalls leicht und effektiv. Durch eine sachsenweite Lehrplan-Anpassung wäre gewährleistet, dass alle Schulen das Thema depressive Symptomatiken und psychische Probleme im Allgemeinen in den Fächern Ethik beziehungsweise Religion, sowie Biologie, behandeln, wenn dies als Pflichtthema in den Lehrplan eingefügt werden würde. Momentan finden sich kaum Ansatzpunkte bezüglich psychischer Probleme in diesen Fächern. (Vgl. Kapitel 5.2.2)

Workshops und Projektstage werden schon vermehrt an vielen Schulen durchgeführt, jedoch gibt es keine Instanz, die gewährleistet, dass jede Schule die Projektstage auch zu dem Thema psychischer Probleme nutzt und somit die Schüler darüber aufklärt und sensibilisiert. Daher ist es wichtig, dass auch die Lehrer und die Schulleitung darüber informiert werden und erkennen, wie wichtig Aufklärung und Prävention dazu auch in ihrer Schule ist. Momentan liegt diese Entscheidung bei der jeweiligen Schule und kann nicht für alle Schüler in Sachsen gewährleistet werden. (Vgl. Kapitel 5.2.4)

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Sozialarbeiter die effektivste Lösung zur Verbesserung von Intervention bei depressiven Symptomatiken von Schülern darstellen. Mit Blick auf die Prävention gestaltet sich eine Lehrplananpassung mit der Einführung von Pflichtthemen zu psychischen Krankheiten in den genannten Fächern am wichtigsten. Ergänzend sollte es auch einheitliche Richtlinien zu Projekttagen geben, sodass auch dort Prävention in Form von Workshops oder Projekten zu dieser Thematik stattfindet.

6. Fazit

Die vorliegende Arbeit hat gezeigt, dass sächsische Schulen im Zuge der Prävention und Intervention bei depressiven Symptomaten von Kindern und Jugendlichen über unzureichende Maßnahmen verfügen. In anderen Bundesländern und einem Nachbarland von Deutschland sind Schulen teilweise schon viel fortschrittlicher an die aktuellen Veränderungen der Gesellschaft angepasst und bieten mehr Möglichkeiten, Kinder und Jugendliche mit psychischen Problemen wie Depressionen zu unterstützen und die Entstehung dieser Symptomatik vorzubeugen.

Es hat sich aber auch herausgestellt, dass die Schulen versuchen, so gut wie möglich intern damit umzugehen und ihre Schüler zu unterstützen. Jede Schule ist mit unterschiedlichen Ansprechpartnern ausgestattet, was zeigt, dass es keine konkreten Richtlinien dafür gibt, wie viele Beratungslehrer, Sozialarbeiter oder Vertrauenslehrer für eine Schule nötig sind. Man kann aber verallgemeinern, dass die Schulen bei dem Umgang mit psychisch kranken Kindern nicht gut genug aufgestellt sind, um Betroffene effektiv zu unterstützen. Dies ist auch nicht Aufgabe der unterrichtenden Fachkräfte an Schulen. Daher wird die Relevanz von einem Sozialarbeiter an einer Schule unterstrichen, welcher mit dem Schüler und auch den Eltern nach Lösungen für den Umgang der Schule mit den Problemen des Kindes sucht. Da es nicht genügend Schulpsychologen in Sachsen gibt, muss ebenfalls die Zahl an Schulpsychologen aufgestockt werden. Momentan ist es sinnvoller, direkt eine psychotherapeutische Behandlung aufzusuchen, die meist auch unabhängig von der Schulpsychologie erforderlich bleiben wird, da der Schulpsychologe in der Regel nur ein „erstes Auffangen“ ermöglichen kann. Psychotherapeuten sind jedoch durch die Corona-Pandemie stark überlastet und können oft keine zeitnahe Hilfe gewährleisten. Für diesen Zeitraum ist es daher wichtig, dass Schulen neben den fachlich geschulten Beratungslehrern einen Sozialarbeiter bereitstellen, der mit dem Schüler nach einer Übergangslösung sucht, um ihm den Schullalltag möglicherweise zu erleichtern.

Mehr können die Schulen aber nicht tun, da sie keinen therapeutischen Auftrag verfolgen. Letztendlich muss das Kultusministerium Sachsen das Problem der unzureichenden Aufklärung und Prävention in sächsischen Schulen erkennen und Maßnahmen wie eine Lehrplananpassung innerhalb der 5. und 10. Klassenstufe in Ethik, Religion und Biologie vornehmen, oder verpflichtende Projektstage zum Umgang mit psychischen Problemen an den Schulen einführen. Des Weiteren wäre es zielführender, die psychologische Beratung und Unterstützung nicht nur an Schulen zu verbessern und auszuweiten, sodass es jedem Schüler möglich ist, sich bei psychischen Problemen auch außerhalb der Schule zeitnah Hilfe zu suchen. Die Schulen allein sind nicht in der Lage, damit intern umzugehen.

Die Interviews haben neben diesen Erkenntnissen ebenfalls gezeigt, dass das Thema Depressionen noch immer ein gesellschaftlich nicht normalisiertes Thema ist, weswegen die allgemeine Aufklärung dazu in der heutigen Zeit sehr wichtig ist. Ebenfalls muss man Kindern schon in der Schule klarmachen, dass es keine Schande ist, psychische Probleme zu haben. Nur so trauen sich Kindern und Jugendliche auch mehr, das Thema anzusprechen und offen damit umzugehen.

Im Hinblick auf die in der vorliegenden Arbeit gewonnenen Ergebnisse muss jedoch kritisch eingeschätzt werden, dass aufgrund der geringen Anzahl der Interviews diese nicht verallgemeinert werden können. In einem größeren Rahmen und mit mehr zur Verfügung stehender Zeit, hätte man nicht nur weitere Interviews durchführen können, sondern dabei ebenfalls alle Schularten miteinbeziehen können. Die Ergebnisse dieser Arbeit wurden exemplarisch an dem Beispiel zweier Leipziger Gymnasien gezeigt und mit einer zusätzlichen Fachmeinung bestätigt. In einem größeren Umfang wären neben weiteren Interviews mit pädagogischem Personal anderer Schultypen wie Oberschulen oder Berufsschulen, auch Interviews mit weiteren Vertretern der Bildungsbehörden, aber auch mit Schulpsychologen oder Schulsozialarbeitern sinnvoll. Ebenfalls könnte man die Situation an den Privat- und Ersatzschulen im Freistaat Sachsen genauer untersuchen, da bei dieser Arbeit nur staatliche Schulen betrachtet wurden.

Mit Blick auf die Methode zeigt sich auch, dass man in einem größeren Rahmen die Interviews noch stärker als Leitfadenterviews anlegen könnte und somit nicht nur schwerpunktmäßig auf die Thesen, sondern auf noch weitere Aspekte eingehen könnte. Durch ergänzende offene Fragen, welche den Interviewpartner beispielsweise nach seinen Wünschen als Beratungslehrer oder auch bezüglich seiner Ausbildung oder eigener Weiterbildungen fragen, könnte man ein umfangreicheres Bild von den Ansprechpartnern für die Schüler bekommen. Darauf aufbauend könnte man auch Rückschlüsse über den Aufwand der Ausbildung und der tatsächlichen Professionalität der Fachkräfte ziehen und neue Ansätze in die Arbeit einfließen lassen.

Zusätzlich würde sich auch bei den Fächern noch eine genauere Strukturierung anbieten, sodass geprüft wird, wo genau sich das Thema als Lernbereich oder Teilbereich in den Lehrplan einschleiben lässt und welche Themen man dafür kürzen könnte. Diesbezüglich wären ebenfalls noch Interviews mit einigen betreffenden Fachlehrern möglich, welche eine solche Änderung in dem Lehrplan ihres Faches beurteilen könnten. Dabei bestünde die Möglichkeit, dass aus diesen Interviews noch weitere Ideen zur Realisierung einer Lehrplanänderung hervorgehen würden.

Diese umfassende Betrachtung war aber nicht Ziel der Arbeit. Das Ziel, die Prävention und Intervention an sächsischen Schulen bei dem Umgang mit depressiven Symptomatikern bei Kindern und Jugendlichen zu untersuchen, wurde erreicht und die Erkenntnis, dass es allgemein in Sachsen noch nicht genügend Aufklärung der Schüler und Material zu diesem Thema gibt, ist allgemein geltend. Außerdem wurde erfolgreich untersucht, in welchen Handlungsfeldern sich die Prävention und Intervention tatsächlich sinnvoll und effektiv umsetzen lässt.

Somit können die Ergebnisse dieser Arbeit auch von aktuellem Nutzen sein und dazu beitragen, dass die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen an Schulen tiefgründiger thematisiert wird und Depressionen kein Tabu-Thema mehr sind. Dadurch kann der weiteren Zunahme von psychischen Erkrankungen entgegengewirkt werden und Kinder mit Depressionen fühlen sich nicht länger alleingelassen. Es ist wichtig, Schulen mehr dafür zu sensibilisieren, um Depressionen auch bei Kindern als anerkannte Krankheit sichtbar zu machen und die Entstehung dieses Krankheitsbildes vorzubeugen.

Literaturverzeichnis

Amrhein, Christine [a]: Volkskrankheit Depression. In: Pro Psychotherapie e.V. (Hrsg.): Diagnosen: psychische Störung: Depression. 18.03.2010.
<https://www.therapie.de/psyche/info/index/diagnose/depression/artikel/> (zuletzt überprüft am 03.09.2022)

Amrhein, Christine [b]: Depressionen bei Kindern und Jugendlichen. In: therapie.de (Hrsg): Diagnosen: psychische Störung: Kinder und Jugendliche: Depression. 13.08.2019.
<https://www.therapie.de/psyche/info/index/diagnose/kinder-und-jugendliche/depressionen/> (zuletzt überprüft am 26.11.2021)

Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen: Schulpsychologische Versorgung in Deutschland. Vorabdruck aus: Praxis Schulpsychologie. Ausgabe 7. Berlin 2016

Bildung Sachsen [a]: Beratungslehrerinnen und Beratungslehrer. In: Sächsisches Staatsministerium für Kultus (Hrsg.).
<https://www.bildung.sachsen.de/beratungslehrerinnen-und-beratungslehrer-3970.html>
(zuletzt überprüft 07.11.2022)

Bildung Sachsen[b]: Schulpsychologische Beratung. In: Sächsisches Staatsministerium für Kultus (Hrsg.). <https://www.bildung.sachsen.de/schulpsychologische-beratung-3968.html>
(zuletzt überprüft am 22.10.2022)

Brandt, Andrea: Welchen Einfluss hat das Umfeld beim Heranwachsen eines Kindes auf psychische Erkrankungen? In: Gesundheitszentrale (Hrsg.).
<https://www.gesundheitszentrale.eu/kind-einfluss-umfeldes-psychische-erkrankungen>
(zuletzt überprüft am 23.02.2022)

Dietrich, Susanne: Wenn Antrieb und Freude Fehlen. Depressive Erschöpfung in Krisenzeiten. In: Bayerischer Rundfunk (Hrsg.). 11.04.2022. <https://www.br.de/radio/bayern2/depressive-erschopfung-in-krisenzeiten-100.html>

Dresing, Thorsten/ Pehl, Thorsten: Praxisbuch Interview, Transkription & Analyse. Anleitungen und Regelsysteme für qualitativ Forschende. 6. Auflage. Marburg 2015

Eberwein, Werner: Wie wirken Psychopharmaka? 01.04.2017. In: Dipl.-Psych. Werner Eberwein (Hrsg.). <https://werner-eberwein.de/wie-wirken-psychopharmaka/>

Eilert, Dirk: Integratives Emotionscoaching mit emTrace. Wie emotionale Veränderung wirklich gelingt. Paderborn 2021

Förderpädagogische Beratungsstelle der Schule zur Lernförderung Radeberg: Depressionen.

Freistaat Sachsen, Sächsische Staatskanzlei: Sächsisches Schulgesetz. Bremen o.J.
<https://www.revosax.sachsen.de/vorschrift/4192-Saechsisches-Schulgesetz> (zuletzt überprüft am 22.10.2022)

Hegel, Ulrich: Was ist eine Depression? In: Stiftung Deutsche Depressionshilfe (Hrsg.): Depression: Infos und Hilfe. <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe> (zuletzt überprüft am 27.12.2021)

https://bewusst-vegan-froh.de/empathie-wird-nun-als-fach-an-daenischen-schulen-gelehrt/?fbclid=IwAR3FAvudMvtvVDeOaub2C5Wxoq9DFgksZ7sM9HdAvQvG7qcZ_Sa4hp020-Q (zuletzt überprüft am 30.10.2022)

<https://de.statista.com/statistik/daten/studie/817960/umfrage/top-10-der-gluecklichsten-laender-weltweit/> (zuletzt überprüft am 30.10.2022)

<https://kontrast.at/schulfach-empathie-daenemark-schule/#:~:text=D%C3%A4nemark%3A%20Schulfach%20Empathie.%20Aktuell%20ist%20Me%20Frederiksen%20Regierungschefin,und%2016%20Jahren.%20Es%20ist%20also%20eine%20Gesamtschule> (zuletzt überprüft am 30.10.2022)

<https://www.gesundheitsinformation.de/kognitive-verhaltenstherapie.html> (zuletzt überprüft 19.02.2022)

Irrsinnig-Menschlich: Psychisch fit lernen. In: Irrsinnig Menschlich e.V (Hrsg.). <https://www.irrsinnig-menschlich.de/psychisch-fit-schule/> (zuletzt überprüft 23.02.2022)

Mimikresonanz: Was wir tun. In: Deutsche Gesellschaft für Mimikresonanz e.V. (Hrsg.) <https://www.mimikresonanz.org/was-wir-tun/> (zuletzt überprüft am 23.10.2022)

Naumann, Elias/ von den Driesch, Ellen/Schumann, Almut/ Thönnissen, Carolin: Anstieg depressiver Symptome bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen während des ersten Lockdowns in Deutschland. In: Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (Hrsg.): Publikationen. 2021. <https://www.bib.bund.de/Publikation/2021/Anstieg-depressiver-Symptome-bei-Jugendlichen-und-jungen-Erwachsenen-waehrend-des-ersten-Lockdowns-in-Deutschland.html?nn=1219558> (zuletzt überprüft 25.10. 2022)

Randow, Sabine: Schulpsychologie in Sachsen. In: Der Berufsverband der Schulpsychologen Sachsens e.V. (Hrsg.). <http://www.schulpsychologie-sachsen.de/Startseite/> (zuletzt überprüft am 23.02.2022)

ReBuz Bremen: Handreichung Depression. Bremen 2021

Sächsisches Staatsministerium für Kultus: Chronisch kranke Schüler im Schulalltag. Dresden 2012

Sächsisches Staatsministerium für Kultus[a]: Lehrplan Gymnasium Ethik. Dresden 2019

Sächsisches Staatsministerium für Kultus[b]: Lehrplan Gymnasium Evangelische Religion. Dresden 2019

Sächsisches Staatsministerium für Kultus[c]: Lehrplan Gymnasium Biologie. Dresden 2019

Sparmedo [a]: Die Grade einer Depression. In: Sparmedo GmbH (Hrsg.): Hilfe bei Depressionen und depressiver Verstimmung.

<https://www.sparmedo.de/ratgeber/depression-depressive-verstimmungen-123/> (zuletzt überprüft am 01.02.2022)

Sparmedo [b]: Die Grade einer Depression. In: Sparmedo GmbH (Hrsg.): Hilfe bei Depressionen und depressiver Verstimmung.

<https://www.sparmedo.de/ratgeber/depression-depressive-verstimmungen-123/> (zuletzt überprüft am 01.02.2022)

Stiftung Deutsche Depressionshilfe [a]: Suizidalität. In: Stiftung Deutsche Depressionshilfe (Hrsg): Depression: Infos und Hilfe. <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe> (zuletzt überprüft am 27.12.2021)

Stiftung Deutsche Depressionshilfe [b]: Häufigkeit. In: Stiftung Deutsche Depressionshilfe (Hrsg): Depression: Infos und Hilfe. <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe> (zuletzt überprüft am 27.12.2021)

Stiftung Deutsche Depressionshilfe [c]: Depressionen im Kindes- und Jugendalter. In: Stiftung Deutsche Depressionshilfe (Hrsg): Depression: Infos und Hilfe. <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe> (zuletzt überprüft am 27.12.2021)

Stiftung Deutsche Depressionshilfe [d]: Wie entsteht eine Depression? Ursachen und Auslöser. In: Stiftung Deutsche Depressionshilfe (Hrsg): Depression: Infos und Hilfe. <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe> (zuletzt überprüft am 27.12.2021)

Stiftung Deutsche Depressionshilfe [e]: Psychotherapeutische Behandlung. In: Stiftung Deutsche Depressionshilfe (Hrsg): Depression: Infos und Hilfe. Behandlung. <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe> (zuletzt überprüft am 19.02.2022)

Zech, Tanja: Glück als Schulfach. In: deutschland.de (Hrsg.). <https://www.deutschland.de/de/topic/wissen/glueck-als-schulfach-in-deutschland> (zuletzt überprüft am 30.10.2022)

Anlage 1: Fragenkatalog

Kurzinterview zur BeLL

- 1.) Wie beurteilen Sie aktuell den Umgang von Schulen mit Kindern und Jugendlichen, welche an Depressionen leiden?
- 2.) Wie viele Schüler und Schülerinnen wenden sich an Sie in Ihrer Position als Vertrauens- bzw. Beratungslehrer im Bezug auf psychische Probleme?
- 3.) Inwiefern wäre es sinnvoll, neben den fünf Standorten des Landesamtes in denen Schulpsychologen tätig sind, verpflichtend an jeder Schule einen eigenen Schulpsychologen zu haben, welcher als Ansprechpartner für jegliche persönliche Probleme fungiert?
- 4.) Wie stehen Sie dazu, dass das Thema Depressionen in den Lehrplänen von Fächern wie Ethik oder Biologie integriert wird, um Kinder und Jugendliche über psychische Probleme aufzuklären und ihnen zu zeigen, wie man sich beispielsweise als Kontaktperson verhalten kann oder was man selbst als Betroffener tun kann?
- 5.) Inwiefern wäre es sinnvoll, an sächsischen Schulen ein Fach einzuführen, welches sich mit emotionaler Intelligenz beschäftigt und Kindern und Jugendlichen einen Weg zeigt, wie man Probleme bewältigen kann und wie man sich selbst stark macht?
- 6.) Bitte beurteilen Sie aus Ihrer Sicht, ob es neben den regulären Schulfächern ergänzende Programme, Fachvorträge oder Workshops zu dem Thema emotionaler Stärke und zum Umgang mit psychischen Problemen geben sollte, an denen Schüler und Schülerinnen innerhalb des Schulunterrichtes teilnehmen können, sich informieren und ebenso auf Ansprechpartner treffen können?
- 7.) Haben Sie weitere Vorschläge, wie man Kinder und Jugendliche bei dem Umgang mit Depressionen von Seiten der Schule unterstützen könnte?

Anlage 2: Transkription Interview 1

Interview mit Paul Döring. Vertrauenslehrer an Werner- Heisenberg Gymnasium.

1 **I:** Meine erste Frage lautet: Wie beurteilen Sie aktuell den Umgang von Schulen
2 mit Kindern und Jugendlichen, welche an Depressionen leiden? #00:10.42#

3 **B:** Ja, das ist eine sehr schwierige Frage (...), ich kann das halt nur schildern, wie
4 wir das machen. Also wir haben einmal im Monat so ein Fallgespräch, wo wir
5 mit unseren (...), ja wir haben so eine Art Sozialarbeiter, der bei uns im
6 Freizeitzimmer sozusagen die Beschäftigung macht für Schüler wenn sie einen
7 Freiblock haben oder in Pausenzeiten und der ist auch ausgebildeter
8 Sozialarbeiter. Und dann haben wir zwei Vertrauenslehrer und eine
9 Beratungslehrerin und wir treffen uns einmal im Monat und tauschen uns zu
10 aktuellen Fällen aus, weil wir halt die vier Ansprechpartner sind für Schüler, die
11 in irgendeiner Art und Weise vielleicht Hilfe suchen. Ist immer die Frage, ob
12 man überhaupt weiß, welche Schüler daran leiden oder damit auch so offen
13 umgehen, dass man ihnen helfen kann. Und von daher ist das bei uns so
14 eigentlich der Arbeitsstand, dass wir vier eben immer über die aktuellen Fälle
15 Bescheid wissen und uns austauschen, ob jemand Unterstützung braucht oder
16 inwiefern dort schon Beratung stattfindet mit (...), mit dem Klassenleiter, mit
17 externen Stellen und ja (...), inwiefern wir vielleicht als Kollegen dort noch
18 etwas tun können. #01:00.23#

19 **I:** Und wie viele Schüler und Schülerinnen wenden sich an Sie in Ihrer Position
20 als Vertrauens- bzw. Beratungslehrer im Bezug auf psychische Probleme?
21 #01:07.67#

22 **B:** Schwierig (nachdenklich). Also eher wenig, das ist immer sehr zurückhaltend,
23 also ich glaube es ist wirklich eher so, dass wir aufgrund unserer Position da
24 eher feinfühlig in die Klassen gehen und einfach versuchen nachzufragen, wenn
25 wir feststellen, dass sich jemand zurückzieht oder vielleicht auch Mitschüler
26 irgendwie Bescheid sagen, dass es jemanden nicht so gut geht. Wir haben zwar
27 einen Aushang und machen das auch relativ (...) offensiv sag ich mal, dass wir
28 also unsere Hilfe anbieten. Aber es ist doch meistens eher so, dass es so über
29 hören, sagen, über drei Ecken dann die Schüler sozusagen bekannt gegeben
30 werden, wo man sich dann kümmert. Oder wenn es Leistungsabfälle sind und
31 das eben auch für Fachlehrer im Unterricht sichtbar ist, dass sich dort etwas

32 verändert. (...) Ansonsten direkt zu einem sind eigentlich wirklich die seltensten
33 Fälle, die direkt selber so eine Hilfestellung suchen. #01:47.66#

34 **I:** Inwiefern wäre es sinnvoll, neben den fünf Standorten des Landesamtes in
35 denen Schulpsychologen tätig sind, verpflichtend an jeder Schule einen eigenen
36 Schulpsychologen zu haben, welcher als Ansprechpartner für jegliche
37 persönliche Probleme fungiert? #02:00.60#

38 **B:** Das wäre wahrscheinlich der Idealfall, der aber nicht personell und
39 wahrscheinlich auch geldmäßig nicht abzudecken ist, aber ich glaube es wäre
40 schon sinnvoll, dass es sag ich mal, Gebietspsychologen gibt, also wie im
41 Leipziger Norden für alle Schulen die sich im Norden befinden. Also das man
42 schon sagt, man hat irgendwie in den großen Städten und auch in den
43 Landkreisen wirklich Psychologen, die sonst auch normal ihre Praxis leiten, aber
44 vielleicht einen Tag oder einen halben Tag eben wirklich für die Schulen
45 ansprechbar sind. Dass sie in die Schulen kommen können oder auch die
46 Schüler natürlich einen kurzen Weg haben. (...) #02:26.59#

47 Also wir hatten auf der Georg-Schumann-Straße eine Psychologin die auch für
48 uns mit zuständig war, die ist aber in Rente gegangen und seitdem hängen wir
49 wahrscheinlich an diesen fünf, die für ganz Sachsen zuständig sind und das die
50 natürlich heillos wahrscheinlich überfordert sind oder gar nicht für die Schulen
51 greifbar sind, ist glaube ich das große Problem. Also ich fände es perspektivisch
52 sinnvoll, wenn man sagt, man finanziert dann sozusagen für den halben Tag die
53 Psychologen die sowieso in den Stadtvierteln sind und auch vielleicht für die
54 Eltern, für die Schüler und ja, das Schulpersonal gut erreichbar sind. Ja,
55 vielleicht ist da die Möglichkeit, dass man da einen nahen Zugriff hat.
56 #02:56.46#

57 **I:** Vielen Dank. Und wie stehen Sie dazu, dass das Thema Depressionen in den
58 Lehrplänen von Fächern wie Ethik oder Biologie integriert wird, um Kinder und
59 Jugendliche über psychische Probleme aufzuklären und ihnen zu zeigen, wie
60 man sich beispielsweise als Kontaktperson verhalten kann oder was man selbst
61 als Betroffener tun kann? #03:11.80#

62 **B:** Finde ich grundsätzlich gut. Ich bin da jetzt nicht ganz so in den Lehrplänen
63 drinnen, ich würde denken, dass die Biologie das eher aus der medizinischen
64 Richtung, quasi wie sieht so ein Krankheitsbild aus und vielleicht auch noch ein
65 bisschen zur Beratung / . Ich glaube Ethik stärkt da vielleicht noch etwas mehr
66 die Schülerinnen und Schüler, aber wie du das vorhin schon angedeutet hast,
67 so Richtung Kompetenzentwicklung, also was sind so meine Stärken und

68 Schwächen, warum fühl ich mich in Situationen so und so. Ich glaube das findet
69 in vielen Fächern noch nicht statt und ist glaube ich heutzutage ein wichtiger
70 Ausgleichsfaktor zu den geänderten gesellschaftlichen Anforderungen an
71 Kinder und Jugendliche. Ja, also von daher geben die Lehrpläne schon ein
72 bisschen was mit aber ich glaube das ist auch noch sehr (...) ausbaufähig und ja,
73 noch lange nicht da, wo es vielleicht sein sollte. #03:51.50#

74 **I:** Und inwiefern wäre es sinnvoll, an sächsischen Schulen ein Fach einzuführen,
75 welches sich mit emotionaler Intelligenz beschäftigt und Kindern und
76 Jugendlichen einen Weg zeigt, wie man Probleme bewältigen kann und wie
77 man sich selbst stark macht? #04:02.40

78 **B:** Finde ich grundsätzlich gut, ich weiß nicht ob ich mit dem Begriff was
79 anfangen kann, aber das könnte man ja auch noch anders formulieren, wie das
80 Fach dann heißt. (...) Ja, ich sehe so zwei, drei Probleme. Also einmal wäre die
81 Frage, wer kann das unterrichten? Gibt es dazu eine Zusatzausbildung? Gibt es
82 dafür eine Weiterbildung oder irgendeine Zertifizierung, dass es dann Kollegen
83 auch inhaltlich sinnvoll füllen können, und es dann nicht eine Doppelstunde ist,
84 die dann irgendwie, so im Stundenablauf einfach mit abgehalten wird ohne
85 dass man wirklich das Ziel dieses Faches erreicht. (...) Grundsätzlich fände ich es
86 schon gut. Ich selber komme ja aus dem Sportbereich, wir mussten ja ein paar
87 Stundenkürzungen hinnehmen vor fünf Jahren, wo wir eine Petition hatten und
88 wenn zwei neue Stunden dazukommen, müssen zwei Stunden gehen. Und
89 dann wäre natürlich auch wieder die Frage, wo kürzt dann die Politik oder wo
90 findet man eine Lücke, dass die Schüler nicht noch mehr Wochenstunden
91 bekommen, in denen sie Leistungen zeigen müssen. Deswegen finde ich den
92 Ansatz auf jeden Fall gut, sehe halt einige organisatorische oder schulpolitische
93 Fragezeichen. Ja wir haben nen Lehrermangel der nicht geringer wird. Wir
94 müssen gucken, dass das natürlich auch so aufgestellt ist, professionell, dass
95 die Kollegen schon vorher Module, Materialien bekommen oder auch einen
96 Lehrplan, dass man eben genau weiß, was ist in welcher Klassenstufe dran. Wir
97 hatten das bei uns, dass es bei uns auch mal eine Arbeitsgruppe Achtsamkeit
98 gab und hatten das mal überlegt, ob wir so Projektstage machen, für einzelne
99 Klassenstufen, wo wir irgendwie sagen in der Klasse fünf ist halt so Team
100 Bildung und Fairness besonders wichtig. Wenn es dann so Richtung Pubertät
101 geht, dass man dann sagt, was sind meine eigenen Stärken und Schwächen,
102 was gibt es vielleicht für psychische Probleme die auftreten können. Dass man
103 für jeden Jahrgang, wo eben bestimmte Dinge auch körperlich oder mental

104 passieren, für die so ein bisschen ein bis zwei Projektstage macht, wo es ja um
105 solche Sachen geht wie Psychohygiene und andere Sachen. #05:33.03#

106 **I:** Da wären wir auch schon bei meiner nächsten Frage, nämlich wie beurteilen
107 Sie aus Ihrer Sicht, ob es neben den regulären Schulfächern ergänzende
108 Programme, Fachvorträge oder Workshops zu dem Thema emotionaler Stärke
109 und zum Umgang mit psychischen Problemen geben sollte, an denen Schüler
110 und Schülerinnen innerhalb des Schulunterrichtes teilnehmen können, sich
111 informieren und ebenso auf Ansprechpartner treffen können? #05:50.066#

112 **B:** Ja, also definitiv wichtig. Also ich finde es auch immer gut wenn externe
113 Partner in die Schulen kommen Da gibt's dann genügend auch Sozialträger, ob
114 das jetzt Drahtseil ist oder viele andere, die eben, keine Ahnung, Drogen,
115 Alkoholprävention oder eben auch andere Dinge anbieten, find ich gut. Das
116 steht und fällt dann immer damit, dass natürlich die Schule und das Kollegium
117 das möchte und auch trägt und dann entsprechende Projektstage auch
118 freigehalten werden, aber ich glaube, ja, wie du das auch schon gesagt hast, die
119 Gesellschaft wird auf jeden Fall anstrengender, alle Informationen sind immer
120 sofort abrufbar, die digitalen Medien nehmen immer einen größeren (...) quasi
121 Stellenwerte, oder auch einen größeren Zeitfaktor ein. Von daher glaube ich ist
122 es wichtig, dass wir doch wieder die Gesundheit des Menschen in den Fokus
123 rutschen und dann da halt die Schüler einfach auch fit macht, wie sie das den
124 Schulalltag und später auch im Berufs- oder auch im Familienleben, ja, sich
125 einfach gestärkt sozusagen, Konflikten und Problemen entgegenstellen können.
126 Also find ich auf jeden Fall gut. Steht und fällt halt auch ein bisschen auch mit
127 dem Einsatz der Kollegen und dem Willen der Schulleitung, dass halt wirklich
128 als wichtige Säule auch aufzunehmen, von daher ist halt das Unterrichtsfach,
129 was ja dann von oben, vom Ministerium, vielleicht angewiesen wäre, gar nicht
130 so schlecht, weil das ist eben ein Setting was gegeben wird. Meist ist dann halt
131 das Problem die Umsetzung, wie wird das dann wirklich konkret an Schule
132 umgesetzt und gelehrt und diese Schulprojekte, ja, da brauchts immer die
133 Initiative aus dem Kollegium. Also da gibt es glaube ich auch Schulen, bei uns
134 fängt es gerade so an, wo das funktionieren kann. Da ist halt die Frage, ob
135 wirklich in die Breite geht und dann alle erreicht. Aber so ein Schulfach ist halt
136 auch gut, der Beratungslehrer hat ja punktuell einzelne Schüler die vielleicht
137 irgendwie auffallen. Mit so einem Unterrichtsfach hab ich wirklich die
138 Möglichkeit wirklich mal alle damit quasi in Kontakt zu bringen und jedem auch
139 mal irgendwie auf den Zahn zu fühlen. Von daher ist das schon gut, dass da
140 nicht jemand durch das Raster fällt. Das ist ja auch immer das Problem mit

141 vielen Schülern, großen Klassen, dass man da einfach nicht jeden immer auf
142 dem Schirm hat. #07:31.73#

143 **I:** Und im Bezug auf quasi so die Erfolgchance bei der Zielgruppe, was denken
144 Sie, was ist da für die Schüler ansprechender? So Fachvorträge und
145 Unterrichtstools oder eben so ein Fach, wo sie quasi verpflichtend teilnehmen
146 müssen? #07:44.84#

147 **B:** Schwierig, schwierig. Das ist auch, ja, es steht und fällt mit dem Kollegen der
148 vorne steht und das gut verkauft oder auch nicht, wie in jedem anderen Fach.
149 Von daher find ich so ein Unterrichtsfach schon nicht schlecht, es wäre
150 natürlich ungünstig wenn es wirklich so umgesetzt ist, dass es halt quasi ein
151 weiteres, vielleicht nicht so beliebtes Fach wird und eher ermüdend ist, weil
152 vielleicht die Inhalte nicht so spannend präsentiert werden. Von daher sind
153 vielleicht Vorträge und Workshoptage immer was besonderes, das ist nicht
154 Schulalltag, wo Unterricht nach normalen Blöcken stattfindet, sondern eben
155 besonders. Das hat grundsätzlich glaube ich für Schüler immer einen höheren
156 Attraktivitätsgehalt, ja, vielleicht ist sogar diese Projektidee schlussendlich ein
157 bisschen zielführender, aber ich glaube es gibt sogar schon Bundesländer, die
158 das Fach Glück oder auch andere Sachen schon involviert haben. Ja, also
159 wahrscheinlich würde ich wahrscheinlich sogar eher zu festen Projekttagen
160 oder Projektevents tendieren, als wirklich da ein reines Unterrichtsfach draus
161 zu machen. #08:34.99#

162 **I:** Haben Sie weitere Vorschläge, wie man Kinder und Jugendliche bei dem
163 Umgang mit Depressionen von Seiten der Schule unterstützen könnte?
164 #08:42.62#

165 **B:** Das ist schwierig, weil immer wenn es um Krankheiten geht muss ja der
166 Betroffene sich selber erstmal dessen bewusst sein und sich dann öffnen und
167 sich eine Vertrauenspersonen suchen. Von daher glaube ich ist mit den Stellen
168 Vertrauens- und Beratungslehrer oder auch Sozialarbeiter schon mal ein gutes
169 Grundgerüst gegeben, an das man sich wenden kann, ansonsten ist es immer
170 eine Gesamtaufgabe, der Schullandschaft, dass da auch die Klassenleiter
171 natürlich gucken. Wie geht es meinen Schützlingen? Und fällt mir da irgendwie
172 was auf. (...) So eine direkte Verbesserung hätte ich jetzt so gar nicht. Ja, also
173 möglich, wir haben ein schwarzes Brett wo auch eine Telefonnummer steht,
174 wir haben eine Notrufnummer sozusagen, die geben wir dem Sozialarbeiter,
175 die E-Mail- Adressen sind allen bekannt, von daher gibt's schon viele
176 Möglichkeiten wo sich Schüler hinwenden können. Ansonsten ist eigentlich

177 dass diese Projektstage, also die Klassen sensibilisiert werden, weil die Schüler
178 sind jeden Tag miteinander zusammen, die haben einen viel besseren Blick
179 wenn es jemanden nicht gut geht, dass die einfach hellhörig sind und eben
180 auch auf sich achten und dann gegebenenfalls sich halt eine Person dazu holen,
181 die ihnen vielleicht helfen kann. #09:36.15#

182 **I:** Und wenden sich da eher so jüngere Klassen oder älter Klassen an die
183 Vertrauenslehrer? Oder ist das ganz durchmischt? #09:42.93#

184 **B:** Das ist eigentlich durchmischt, wobei ich sagen muss, meistens sind natürlich
185 solche Krankheiten auch irgendwie immer familiär geprägt, dass heißt d gibt es
186 im familiären Umfeld Probleme oder Knicke im Lebenslauf, die natürlich solche
187 Krankheiten hervorrufen, von daher sind es meist eigentlich Schüler, die man
188 so ab der Sechsten oder Siebten dann irgendwie auf dem Schirm hat und dann
189 eigentlich bis zur Zehnten begleitet. Solange sie dann entweder wirklich in
190 Therapie sind oder vielleicht in ein betreutes Wohnen gehen oder vielleicht
191 irgendwie sogar die Familie verlassen können und eigenständig wohnen. Von
192 daher schön gemischt und meistens dann aber auch wirklich Fälle, die man
193 mehrere Jahre begleitet. #10:15.66#

194 **I:** Ja das war es auch schon. #10:17.37#

195 **B:** Sehr schön. #10.17.91#

196 **I:** Vielen Dank. #10:18.70#

197 **B:** Gerne. #10:19.4

Anlage 3: Transkription Interview 2

Interview mit Christina Dietrich. Beratungslehrerin am Schiller Gymnasium Leipzig.

- 1 **I:** Wie beurteilen Sie aktuell den Umgang von Schulen mit Kindern und
2 Jugendlichen, welche an Depressionen leiden? #00:08.24#
- 3 **B:** Das muss man sehr differenziert betrachten. Wir haben als Schule hier
4 keinen Sozialarbeiter, keinen Psychologen, wir sind hier zwei
5 Beratungslehrerinnen. Und wir als Beratungslehrerinnen können feststellen,
6 dass der Jugendliche eine Depression hat, aber wir sind nicht die Fachkräfte,
7 die diese Depression dann therapieren. Wir können das hier feststellen und
8 den Eltern den dringenden Rat geben sich an wirklich ausgebildetes
9 Fachpersonal dann zu wenden. Dann bekommen wir immer eine Rückmeldung
10 von den entsprechenden Psychotherapeuten, wie wir dann weiter damit
11 umzugehen haben mit dieser Depression bei dem Schüler, weil wir müssen
12 dann auch fragen, sind wir der Schweigepflicht enthoben, damit dass auch die
13 anderen Kolleginnen und Kollegen wissen, dass hier ein Schüler ist, der
14 eigentlich Schwierigkeiten hat. Das erkennt man nämlich nicht sofort.
15 #01:08.61#
- 16 **I:** Und wie viele Schüler und Schülerinnen wenden sich an Sie in Ihrer Position
17 als Beratungslehrer im Bezug auf psychische Probleme? #01:16.18#
- 18 **B:** Das wird zunehmend mehr und ist durch die Pandemie wirklich extrem
19 emporgeschneit, sag ich jetzt mal. Das war vorher schon zunehmend
20 schwieriger, das hängt auch damit zusammen weil so ein Generationswechsel
21 von statten gegangen ist. Eltern befördern ihr Kind zum Gymnasium,
22 ÜBERFORDERN das teilweise hier am Gymnasium und suchen dann Ursachen
23 für dieses Verhalten und kommen dann zu dem Schluss, dann muss es ein
24 psychisches Problem sein, was nicht immer so ist. Das ist das riesengroße
25 Problem. Und in der Pubertät kann das also auch sein, sag ich jetzt mal, dass
26 das Gleichgewicht total im heranwachsenden Kind durcheinander gebracht
27 wird, dann kann das also eine Depression weiter hervorbringen und auch eine
28 Depression zurücksetzen. Das ist auch immer so eine Sache. Und wie der
29 soziale Umgang ist / und da haben wir hier relativ guten sozialen Umgang. Aber
30 nach wie vor wenden sich jetzt zunehmend mehr Eltern, Lehrer und auch der
31 Jugendliche selbst, an uns. #02:28.09#

32 **I:** Dankeschön. Inwiefern wäre es sinnvoll, neben den fünf Standorten des
33 Landesamtes in denen Schulpsychologen tätig sind, verpflichtend an jeder
34 Schule einen eigenen Schulpsychologen zu haben, welcher als Ansprechpartner
35 für jegliche persönliche Probleme fungiert? #02:42.19#

36 **B:** Also das mit den Schulpsychologen, die sind total überfordert. Wir
37 überweisen ja dann auch bloß an den Schulpsychologen und der
38 Schulpsychologe selber kann auch nicht das leisten. Schlussendlich landen die
39 doch so wie wir den Eltern dass auch raten, suchen sie sich gleich einen
40 Psychotherapeuten oder Psychologen oder Psychiater. Und nicht den Umweg
41 über die Schulpsychologin, die ja jetzt, wir haben ja eine ganz Neue, die ist auch
42 ganz rührig und kümmert sich auch, da kann man wirklich auch /, aber einer für
43 so und so viele Schulen ist einfach total sinnlos. Die kann ja auch nicht mehr als
44 arbeiten. Und, es ist schon sinnvoll, vielleicht, nicht überall einen
45 Schulpsychologen aber einen Sozialarbeiter zu haben, oder einen
46 Sozialpädagogen zum Beispiel, sowas würde jetzt schon die ganze Sache
47 entspannen. Das man auch mal sagt, wir haben einen schwierigen Schüler und
48 wir können den dann im Zimmer so und so geben, da wartet jetzt der
49 Sozialarbeiter und kann sich mit dir beschäftigen oder wir holen den
50 Sozialarbeiter mal mit in den Unterricht rein und arbeiten mit dem zusammen.
51 Das also von hinten und vorne oder neben dem Schüler agiert wird. Das ist
52 auch Teil einer Therapie, wenn wir jetzt also so einen Sozialarbeiter an die Seit
53 eines kranken Kindes gestellt bekommen, dass ist hilfreich. Aber als
54 Gymnasium kriegen wir das derzeit gar nicht. #04:12.19#

55 **I:** Ja, das ist ein großes Problem. Und wie stehen Sie dazu, dass das Thema
56 Depressionen in den Lehrplänen von Fächern wie Ethik oder Biologie integriert
57 wird, um Kinder und Jugendliche über psychische Probleme aufzuklären und
58 ihnen zu zeigen, wie man sich beispielsweise als Kontaktperson verhalten kann
59 oder was man selbst als Betroffener tun kann? #04:30.02#

60 **B:** Ja, das ist WICHTIG. Also ich sage jetzt mal rückblickend, ist das ja
61 gesellschaftlich erst in den letzten 20 Jahren aktuell geworden. Das wurde ja
62 immer so, oh, der hat ein Ding an der Schüssel oder dem ist nicht mehr zu
63 helfen /. Und auch Leute die Depressionen haben trauen sich nicht sich zu
64 öffnen weil sie sagen, oh, da werde ich schief angeguckt. Das ist ja noch nicht
65 so ein Thema wo man sagt, das ist gesellschaftlich anerkannt und man kann
66 auch gut und, ich sage jetzt mal, optimal und effektiv mit demjenigen
67 umgehen. Viele wissen zwar /, hören Depression, aber was das für den
68 Einzelnen bedeutet, dass man wirklich nicht früh morgens um sieben Uhr

69 aufstehen KANN, dass es ihm nicht GELINGT, die Arschbacken
70 zusammenzukneifen und dann seine Aufgaben zu machen, DAS GEHT NICHT,
71 das muss man wissen bei Depressiven, Jugendliche und auch Erwachsene. Das
72 funktioniert nicht, das MUSS er wieder neu lernen. Eine Struktur zu bekommen,
73 einen Plan, und da sage ich jetzt mal, da muss auch die Gesellschaft viel viel
74 mehr tun. Ich kann nur hoffen, dass es im Ethikunterricht angesprochen wird,
75 also im Biologieunterricht haben wir so gut wie gar nicht die Möglichkeit. Wir
76 haben das mal im Verhalten, aber das ist SO gering, es müsste viel mehr getan
77 werden. Ich sage mal, es müsste so ein Fach Leben auch irgendwo geben
78 (lachen), wie lebe ich glücklich oder so. Aber gibt es ja nicht. #06:00.09#

79 **I:** Da haben Sie direkt die nächste Frage vorgegriffen. Inwiefern wäre es
80 sinnvoll, an sächsischen Schulen ein Fach einzuführen, welches sich mit
81 emotionaler Intelligenz beschäftigt und Kindern und Jugendlichen einen Weg
82 zeigt, wie man Probleme bewältigen kann und wie man sich selbst stark macht?
83 #06:16.43#

84 **B:** Ja, das ist wichtig und ich sage jetzt mal, da braucht es aber auch
85 ausgebildete Lehrkräfte, da wir für die normalen Fächer schon nicht genügend
86 ausgebildete Lehrkräfte haben. Wo wollen wir die hernehmen? Das ist die
87 große Frage. Die Idee ist super. Aber das ist so eine utopische Version, sage ich
88 jetzt mal. Das ist wichtig, aber ich kann mir das für die nächsten 10 Jahre gar
89 nicht vorstellen, dass das realisiert wird. Und ich sage jetzt mal ich kann da ja
90 auch keine unausgebildete Fachkraft hinsetzen und das muss ja auch alles Sinn
91 und Verstand haben, so ein Fach darf ja den Schüler nicht langweilen sondern
92 der soll ja was an die Hand bekommen. Und da muss auch ein ordentlicher
93 Lehrplan her, das dauert ja eben alles. Deswegen sage ich ja, in 10 Jahren, da
94 passiert hier noch gar nichts. Aber abwarten. Und immer optimistisch bleiben
95 (lachen). #07:11.88#

96 **I:** Ich glaube auch über die Umsetzbarkeit ein eigenes Fach einzuführen kann
97 man diskutieren. #07:16.91#

98 **B:** Ja, wir haben das ja, manche Lehrer sind ja so im Bereich / Wir haben ja auch
99 Business Englisch, die dann auch Masterpläne erstellen, sowas ist alles schon
100 da. Wir haben auch so einen fachübergreifenden Kunstkurs, da haben die
101 Kollegen selber den Lehrplan geschrieben. Das sind aber auch ausgebildete
102 Kollegen. Und wenn ich jetzt so ein Fach habe, Lebenskunde oder wie ich es
103 benennen will, dann brauche ich ja hier irgendwo jemanden der das dann auch
104 kann. Der einen Lehrplan entwirft. Und wann ist es günstig mit Schülern

105 darüber zu sprechen, das muss man auch noch nicht in der Fünften haben,
106 kann in der Pubertät anfangen, da kann das mal so von der Acht bis Zehn so
107 eine Sequenz sein. Also Gedanken darüber habe ich mir auch noch nicht
108 gemacht aber da gibt es ja Leute und auch wissenschaftliche Mitarbeiter, die
109 das begleiten könnten. Aber wenn sie die Lehrer Ausbildung schon nicht
110 hinbekommen, wie wollen sie dann noch sowas besonderes hinbekommen. Ich
111 sage auch nicht Sie, sondern da ist das sächsische Ministerium für Kultus
112 eigentlich auch gefragt. #08:22.08#

113 **I:** Wie beurteilen Sie aus Ihrer Sicht, ob es neben den regulären Schulfächern
114 ergänzende Programme, Fachvorträge oder Workshops zu dem Thema
115 emotionaler Stärke und zum Umgang mit psychischen Problemen geben sollte,
116 an denen Schüler und Schülerinnen innerhalb des Schulunterrichtes teilnehmen
117 können, sich informieren und ebenso auf Ansprechpartner treffen können?
118 #08:39.01#

119 **B:** Ja, das machen wir schon in verschiedenen anderen Problemen, was die
120 ganze Prävention angeht, was der Umgang mit Medien ist, Cybermobbing (...)
121 das wird von uns schon in diese Prävention als Beratungslehrer in unser
122 Programm mit aufgenommen. Das ist immer so eine Sache. Wir sagen dann wir
123 tun etwas, und trotzdem gibt es immer wieder auch bei den Schülern Rückfälle,
124 die das nicht verinnerlichen. Da muss man jetzt auch in den Schüler blicken, der
125 eine hat Lust der andere nicht. Was nimmt der eine mit, was nimmt der andere
126 gar nicht mit, was will er vielleicht auch gar nicht mitnehmen. (...) #09:22.73#

127 Also ja, kann man machen, man erreicht aber nicht alle und vielleicht auch
128 gerade nicht denjenigen, den man erreichen möchte. Aber nichts zu tun ist viel
129 schlimmer als sowas, das kann wirklich wertvoll sein. Es müssen aber auch
130 Leute sein, die das gut machen. Da muss man auch schauen. Wir haben auch
131 lange gesucht eh wir so passende Ansprechpartner gefunden haben. Und die
132 Schüler, die gut aufgestellt sind, erinnern sich dann und suchen dann auch
133 wenn sie Probleme haben solche Einrichtungen dann auch auf. Das ist dann
134 immer gut. Und wir vermitteln dann auch immer an solche Einrichtungen wo
135 wir auch schon Erfahrungen haben. Aber auch da ist manchmal so ein
136 wechselndes Personal und dann hat man nicht mehr den verlässlichen Partner,
137 das tut mir dann auch immer ein bisschen leid. Aber ansonsten, ja, finde ich das
138 gut, als überhaupt nichts zu tun. #10:18.68#

139 **I:** Und haben Sie weitere Vorschläge, wie man Kinder und Jugendliche bei dem
140 Umgang mit Depressionen von Seiten der Schule unterstützen könnte?
141 #10:24.91#

142 **B:** Na zuerst, der Schüler muss ein Vertrauensverhältnis aufbauen können,
143 damit er sich überhaupt öffnet. Also es müssen Lehrer da sein, die den Schüler
144 nicht nur als X,Y,Z sehen, sondern das ist der, wo ich merke, der hat irgendwas.
145 Und da muss man nachfragen. Ich sage jetzt mal, da muss der Lehrer so
146 bisschen Sensibilität haben und nicht immer nur /, aber das ist schwierig, wir
147 haben 28 Schüler hier in den Klassen, wir haben viele junge Kollegen, die
148 Anfänger sind, die sind erstmal zufrieden, wenn sie ihre Stunde rum haben und
149 ihren Lernstoff vermittelt haben und dann kommen noch besondere Fälle, ein
150 Ausbruch, ein Weinen oder jemand muss mal raus oder sich übergeben oder
151 so. Da sind die dann teilweise auch schon überfordert so, das ist ganz schwierig
152 sowas. Ich kann mir nur vorstellen, auch immer die Eltern mit ins Boot zu holen
153 und immer so ein Gremium zu haben, wo auch die Eltern sagen, ihr Kind hat
154 Probleme und sich da auch nicht schämen zu sagen, das Kind hat sowas. Da
155 sind wir dann immer schon ein bisschen besser vorbereitet. Wir können immer
156 die Schüler dort abholen, wo sie gerade sind und wenn uns manche Eltern das
157 verheimlichen, dann geht das wieder mit der Tippe-Tappe-Tour los. Deswegen
158 sage ich, da muss so ein offenes Verhältnis auch sein und die Schüler müssen
159 auch den Mut haben sich hier zu öffnen und auch die Gewissheit haben, es
160 wird hier alles vertrauensvoll behandelt und es bleibt in dem Raum mit einer
161 hohen Schweigepflicht und erst wenn ich von meiner Schweigepflicht
162 entbunden bin, kann ich das auch weitergeben. Das muss auch zugesichert
163 sein, das ist ein ganz sensibles Thema weil die Jugendlichen sich auch schämen
164 und Depressionen treten ja auch so verstärkt in der Pubertät und nach der
165 Pubertät auf, da sind sie meistens sowieso mit sich noch gar nicht im Reinen
166 und haben viele andere Konflikte. Und dann dieser große Konflikt noch dazu,
167 ganz schwierig. #12:35.48#

168 **I:** Lieben Dank, das wäre es dann auch schon gewesen. #12:37.60#

Selbstständigkeitserklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ausschließlich unter der Verwendung der angegebenen Hilfsmittel und Quellen verfasst habe. Alle Textstellen, welche eines bestehenden Werkes entnommen sind oder sich auf eine andere Quelle beziehen, sind als solche gekennzeichnet. Die Besondere Lernleistung lag in dieser Form noch keiner anderen Schule als Prüfungsleistung vor.

Ort, Datum

Unterschrift