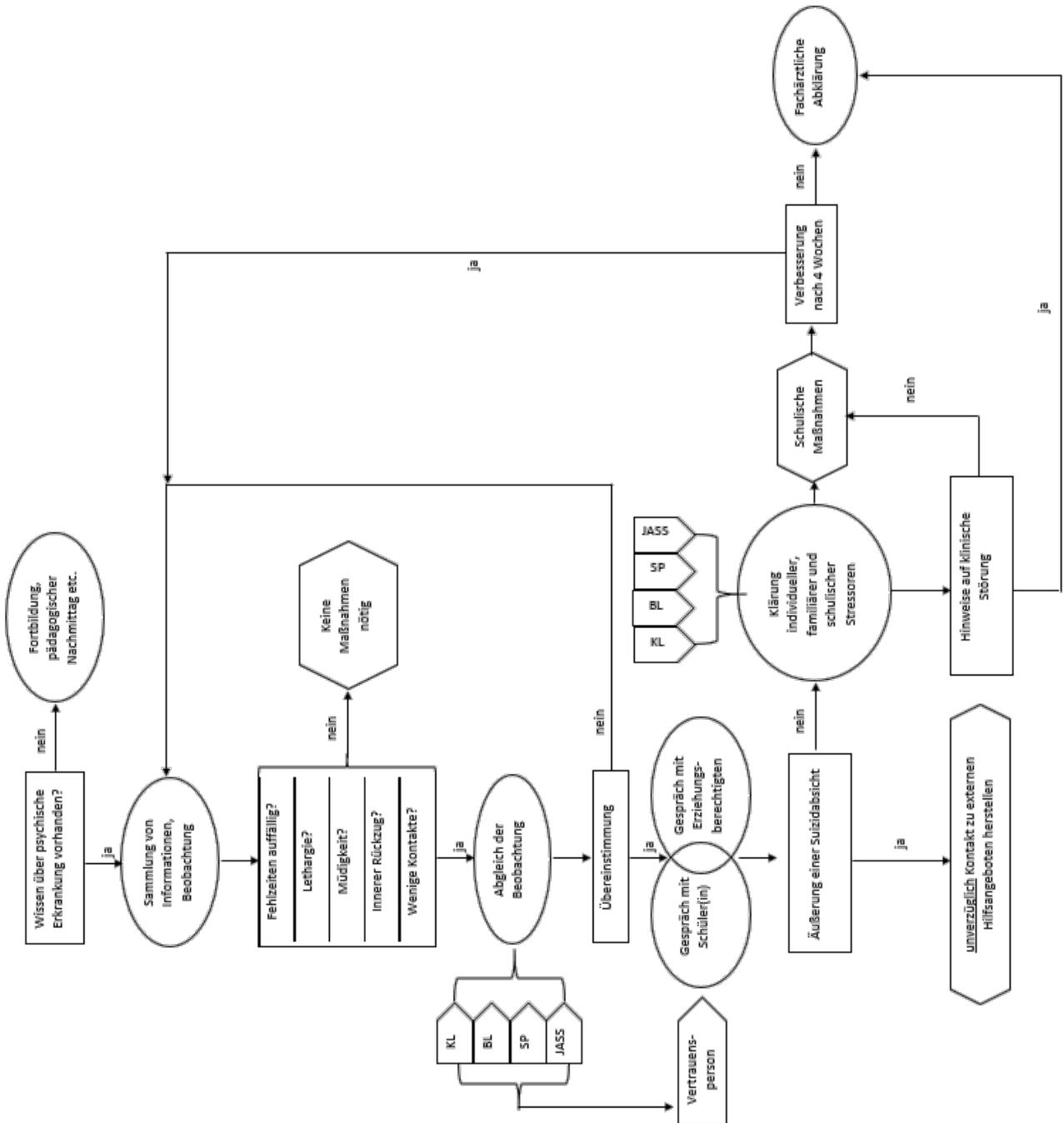




Depressionen bei Schülerinnen und Schülern Leitfaden

Lisa Hermann
Barbara Maier-Gigl
Benedikt Wisniewski

Flow Chart



Warnsignale

Psychische Symptome

- Stimmungsschwankungen
- Niedergeschlagenheit/verbale Berichte über Traurigkeit
- Ausgeprägte Wut oder Reizbarkeit
- Gleichgültigkeit
- Geringe Selbstachtung
- Vermindertes Selbstvertrauen
- Schuldgefühle
- Energie- und Antriebslosigkeit
- Hoffnungslosigkeit
- schlechte Konzentrationsfähigkeit
- Verlangsamung
- Reduzierte Informationsverarbeitung
- Motivationsverlust, Interessenverlust
- Starke Leistungsschwankungen

Physische Symptome

- Müdigkeit
- Schlafstörungen
- Appetitlosigkeit
- Psychosomatische Störungen

Soziale Symptome

- Rückzug
- Vereinsamung
- Fehlzeiten
- Sozialer Rückzug
- Agitiertheit und aggressives oder dissoziatives Verhalten

Komorbidität mit ...

- Angststörungen
 - Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen
 - Störungen des Sozialverhaltens
 - Teilleistungsstörungen
 - Essstörungen (häufiger bei Mädchen)
 - Drogen- und Alkoholmissbrauch
 - Zwangsstörungen
- } häufiger bei Jungen

Achtung!

- Verleugnungstendenzen und große Schamgefühle bei depressiven Kindern und Jugendlichen
- Vermeidungstendenzen vor allem bei starker somatoformer Symptomatik

WICHTIG

In der Pubertät finden sich depressive Symptome als Durchgangsstadium der normalen Entwicklung ohne Krankheitswert!

Präpubertäre Depression zeigt sich oft als maskierte Depression mit z.B. Störungen im Sozialverhalten, Aggressivität, Lernstörungen, usw., dabei steht die Verhaltensauffälligkeit oft im Vordergrund.

(aus: Leitlinie der deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie)

Schulische Maßnahmen

Schulorganisatorische Maßnahmen

- Verkürzung des Schultages (Anpassung nach Empfehlung der/s Therapeutin/en vgl. BaySchO §20 Abs.3)
- Entzerrung von Prüfungsterminen
- ggf. Aussetzung von Notenerhebung (Notenaussetzung nur mit Zustimmung der Eltern durch Lehrerkonferenz (§ 11 Abs. 2 GrSO, §13 Abs. 2 MSO)
- ggf. Ersatzprüfung (z. B. §22 RSO, §27 GSO, § 20 FOBOSO, § 45 BFSO)
- ggf. freiwilliges Wiederholen (z. B. § 29 RSO, §37 GSO, §24 & § 25 Abs. 2 FOBOSO, § 17 MSO)
- ggf. Vorrücken auf Probe/ Entscheidung über Vorrücken (BayEuG Art. 53 Abs. 6 Satz 2, § 22 Abs. 3 + §23 FOBOSO, § 16/ § 14 Abs. 6 MSO)
- feste/r Ansprechpartner/in
- möglichst umfassende Information aller Beteiligten (unter Berücksichtigung der Schweigepflicht)
- konsequentes Fehlzeitenmonitoring
- Verlängerung der Höchstausbildungsdauer (§ 11 Abs. 3 FOBOSO)
- Zeugnisbemerkung (§ 26 Abs. 3 FOBOSO, § 18 Abs. 6 Satz 2 MSO)
- Förderplan (§ 14 MSO)
- Verhinderung bei Prüfungen
- Verlängerung der Probezeit (BFSO § 27(2) Satz 2, FOBOSO § 8(2))

Pädagogisch-psychologische Maßnahmen

- Kontaktzeiten vereinbaren
- Teilnahme an Aktivitäten (z. B. Sport) empfehlen
- Zusammenarbeit mit Eltern
- Zusammenarbeit mit Schulpsychologin/en und JAS
- Peer-Unterstützer („Schutzengel“)
- klare Zielvereinbarung mit betr. Schülerin/Schüler (ggf. Absprache mit Therapeut/in)
- Regelmäßige Verlaufskontrollen und Anpassung von Maßnahmen
- Vereinbarungen zum Umgang mit den Folgen der Störung (z. B. Fehlzeiten) mit der Klasse treffen
- Außenseiterrolle entgegenwirken
- Beobachtungen protokollieren

Unterrichtliche Maßnahmen

- Stärkenbetonendes Feedback
- Beteiligung und Aktivität anregen (Auslenken von dysfunktionalen Denkmustern, Gedankenkreisen)
- Hausaufgaben anpassen

Anlaufstellen

Telefonische Beratung

Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer)

Tel. 0800 / 11 10 333

Mo - Sa 14:00 - 20:00 Uhr

www.nummergegenkummer.de

kopfhoch.de - Beratungsstelle

... online und telefonisch / ... für junge Menschen / ... aus der gesamten Oberpfalz

Telefon: 0800 / 54 58 668 (telefonisch: 6-22 Uhr / online 24h)

Hoffnungsfunken - Beratung durch Jugendliche zwischen 16 und 21 Jahren

Telefon: 116111 (deutschlandweit)

Krisendienst für die Oberpfalz in Planung

Tirschenreuth

Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der kath. Jugendfürsorge

Kirchplatz 4

95643 Tirschenreuth

Telefon: 09631/3363

info@eb-tirschenreuth.de

Neustadt an der Waldnaab (Weiden)

Kinder- und Jugendpsychiatrie Weiden

Tagesklinik, Institutsambulanz

Sebastianstraße 27

92637 Weiden

Tel +49 (0) 961/39167-0

linik-kjp-wen@medbo.de

Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der KJF

Josef-Witt-Platz 1

92637 Weiden

Telefon: 0961/3917400

sekretariat@eb-weiden.de

Amberg-Sulzbach (Amberg)

Kinder- und Jugendpsychiatrie Amberg

Tagesklinik, Institutsambulanz

Marienstraße 12

92224 Amberg

Tel +49 (0) 9621/91666-8310

linik-kjp-am@medbo.de

Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der KJF

Dreifaltigkeitsstr. 3

92224 Amberg

Telefon: 09621/4755-30

info@eb-amberg.de

Schwandorf

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der KJF

Höflinger Straße 11

92421 Schwandorf

Telefon: 09431 997010

info@beratungsstelle-schwandorf.de

Neumarkt in der Oberpfalz

Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der Caritas

Ringstr. 59

92318 Neumarkt

Telefon: 09181/2974-0

erziehungsberatung@caritas-neumarkt.de

Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der Caritas

Außenstelle von Neumarkt -

Aschenbrennerstr. 8

92331 Parsberg

Telefon: über 09181/29740

erziehungsberatung@caritas-neumarkt.de

Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der Caritas

Außenstelle von Neumarkt -

Lohmühlenweg 3

92345 Dietfurt

Telefon: über 09181/29740

erziehungsberatung@caritas-neumarkt.de

Cham

Psychiatrische Tagesklinik Cham mit Institutsambulanz

August-Holz-Str. 1

93413 Cham

Tel.: 09971 / 409 7770

Cham.Ambulanz@medbo.de

Koordinationsstelle für Psychotherapie

Kassenärztliche Vereinigung Oberpfalz

Mo – Do 8:30-12:00 Uhr

Fr 9:00-13:00 Uhr

Tel.: 0941 / 39 63 - 199

www.kvb.de (unter dem Menüpunkt „Service“)

Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der Kath. Jugendfürsorge

Kleemannstr. 36
93413 Cham
Tel.: 09971/79974
info@eb-cham.de

Regensburg

**Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie,
Psychosomatik und Psychotherapie der Universität Regensburg
am Bezirksklinikum Regensburg (Zentrum Regensburg)**



Universitätsstraße 84 (Haus 25)

93053 Regensburg

Tel +49 (0) 941/941-4004

linik-kjp-r@medbo.de

Kinder- und jugendpsychiatrische Ambulanz und Privatambulanz

Tel +49 (0) 941/941-4004

Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der Kath. Jugendfürsorge

Ostengasse 31

93047 Regensburg

Telefon: 0941 799820

Erziehungsberatungsstelle der Stadt Regensburg

Landshuter Straße 19

93047 Regensburg

Telefon:(0941) 507-2762

erziehungsberatung@regensburg.de

Psychologische Beratungsstelle, Ehe- und Partnerschaftsberatung, Lebensberatung der

Diakonie Regensburg

Prüfeninger Straße 53

93049 Regensburg

Telefon:(0941) 2 97 71 - 11

erziehungsberatung@dw-regensburg.de

Krisendienst Horizont

Krisentelefon 09 41/5 81 81

Hemauer Straße 8

93047 Regensburg

www.krisendienst-horizont.de

Literatur

Exemplarische Auswahl für Schulpsychologinnen und Schulpsychologen

- DIJK (Depressionsinventar für Kinder und Jugendliche)
Einsetzbar bei Kindern und Jugendlichen aller Schulformen von 8 bis 16 Jahren, bei denen der Verdacht auf eine depressive Symptomatik besteht. Als Gruppen- und Einzeltest verfügbar, auch von Schulpsychologen durchführbar.

Exemplarische Auswahl für Schulpsychologinnen und Schulpsychologen und Beratungslehrer

- Groen, R. & Petermann, F. (2011). Depressive Kinder und Jugendliche. 2. Auflage Göttingen: Hogrefe
- Pössel, P., Horn, A., Seemann, S. & Hautzinger, M. (2004). Trainingsprogramm zur Prävention von Depressionen bei Jugendlichen. Lars & Lisa: Lust an realistischer Sicht & Leichtigkeit im sozialen Alltag. Göttingen: Hogrefe Verlag

Exemplarische Auswahl für Lehrkräfte, Eltern und Schülerinnen und Schüler

- Ihle, W., Groen, G., Walter, D., Esser, G. & Petermann, F. (2012). Depression. Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Groen, G. & Petermann, F. (2019). Wie wird mein Kind wieder glücklich? Praktische Hilfe gegen Depressionen. (2. Aufl.). Bern: Hogrefe Verlag
- Groen, G., Ihle, W., Ahle, M., & Petermann, F. (2012). Traurigkeit, Rückzug Depression. Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher. Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Groen, G. & Verbeek, D. (2018). Wieder besser drauf! Ein Ratgeber für junge Menschen zum Umgang mit Stimmungstiefs und Depressionen. Köln: Balance Verlag.
- Rank, S. (2017). Psychische Auffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter. Ein Praxisbuch für Lehrkräfte. Norderstedt: BoD

Material

- BASTA (s. www.gegenstigma.de) bietet ein Lernpaket „Psychisch erkrankte Menschen“ für SchülerInnen aller Schularten ab der 10. Jahrgangsstufe an. Ansprechpartner: „Irrren ist menschlich“ e. V. Anne, Hark, Maierhoferstr.1, 93047 Regensburg, Tel. 0941 50479777
- EUKITEA (<https://eukitea.de/>) versucht mit dem Theaterprojekt „Am Rande des Regenbogens“ eine lebensbejahende und selbstbewusste Entfaltung junger Menschen zu unterstützen und damit einen Beitrag zur Prävention von Depressionen zu leisten. Das Projekt beinhaltet neben dem Theaterstück auch verschiedene Workshops für Schülerinnen und Schüler, Eltern und Lehrkräfte.
- Materialien für die Unterrichtsgestaltung in der Sekundarstufe I u. II: „Nicht ganz normal?!“ Psychische Erkrankungen verstehen - Infopaket für Lehrerinnen und Lehrer
https://gesundheitsfoerderung.bildungrp.de/fileadmin/user_upload/gesundheitsfoerderung.bildung-rp.de/Psychische_Gesundheit/infopaket-fuer-lehrer-stand-2006.pdf

Links

- <https://www.deutsche-depressionshilfe.de>
- <https://dajeb.de/beratungsfuehrer-online/>