

WENN KINDHEIT UND JUGEND VON KRISEN GEPRÄGT SIND

Ein Präventionsprojekt aus der Grundschule zur Unterstützung belasteter Schüler*innen

Autorinnen:

Carolin Tschage, Grundschullehrerin
und Schulseelsorgerin,
Dornbachschule, Oberstedten



Christine Weg-Engelschalk,
Studienleiterin, RPI Gießen



Schaut man sich im Sommer 2023 in Schulen um, könnte man meinen, alles sei wieder normal. Man sieht kaum noch Masken, Jugendliche umarmen sich wie eh und je. Aber: Im zweiten Lockdown hatten sich Depressivität und Ängstlichkeit der Schüler*innen verdoppelt.¹ Als die Schulschließungen beendet waren, verstärkten Leistungs- und Aufholdruck die ohnehin vorhandene Belastung.

Im Februar 2023 erklärten die Bundesministerien für Familie und Gesundheit: „Derzeit sind immer noch 73% [der Kinder und Jugendlichen] psychisch belastet.“ Mädchen leiden überwiegend unter Essstörungen und Depressionen, Jungen unter Gaming-Sucht.²

Für die Gruppe der Schüler*innen aus Risikofamilien wird es immer schwerer, den Anschluss nicht zu verlieren.

Gleichzeitig sind psychosoziale Unterstützungssysteme völlig überlastet.

Die psychische Gesundheit muss in Schulen viel stärker beachtet und zum Thema gemacht werden. Was hilft? Schulen sind ein wichtiger Ort für eine niederschwellige Unterstützung.

Aufmerksames Zuhören hilft.

Eine auf den ersten Blick so einfache Maßnahme ist die Pflege der Gesprächskultur. Im eng getakteten Schulalltag fällt es schwer die Geduld dafür aufzubringen. Umso wichtiger ist es, sich zu vergegenwärtigen: Genau das hilft. Zuhören, nachfragen, sich mit Ratschlägen zurückhalten.

Präventionsprojekte helfen.

Diese tragen maßgeblich zur Unterstützung der Schüler*innen bei. Es tut gut, eigene Gedanken und Gefühle besser wahrzunehmen, zu hören, dass auch andere Angst haben und sich durch Leistungsanforderungen unter Druck gesetzt fühlen. Erfahrungen der Selbstwirksamkeit wirken dem Gefühl der Ohnmacht entgegen.

Ein Beispiel aus einer Grundschule – Präventionsprojekt zur Stärkung des Selbstvertrauens, des Vertrauens zu anderen und der Selbstwirksamkeit.

Ein Ort – im übertragenen und räumlichen Sinne – für solche Angebote des Zuhörens sowie von Präventionsprojekten kann die Schulseelsorge sein. Carolin Tschage: „Als Schulseelsorgerin war ich sowohl zu Zeiten der Pandemie als auch nachdem in den Schulen wieder mehr ‚Normalität‘ einkehrte, herausgefordert meine Angebote an die veränderten Bedürfnisse der Schüler*innen anzupassen. Durch Berichte vieler Kolleg*innen, welche nach der zunehmenden Rückkehr zu einem ‚normalen Schulalltag‘ von einer großen inneren Verunsicherung der Schüler*innen sprachen, wurde ich zu der AG „Ich: einfach einmalig“ inspiriert. Ziel dieser AG ist die Stärkung des Selbstwertes. Dieser ist elementar für die präventive Arbeit mit Kindern bzgl. psychischer Gesundheit.“



Die AG „Ich: einfach einmalig“

Angelehnt an das Buch „Die 50 besten Spiele für mehr Selbstvertrauen“ von Rosemarie Portman hat sie die AG ‚Ich: einfach einmalig‘ konzipiert. Sie ist in vier Einheiten untergliedert. Jede Einheit umfasst jeweils fünf Stunden. In ihnen werden mit Hilfe von Spielen, kreativen Aufgaben und Materialien praktische Möglichkeiten geschaffen, sich selbst in verschiedensten Situationen zu

¹ Vgl. COH-Fit und Copsy-Studie

² Der Trend zeigte sich schon vor der Pandemie, stieg aber laut einer DAK Studie von 2,7% auf 4,1% an

Im RPI-Info „Kinder und Jugendliche im Stress – Die psychischen Folgen der Pandemie“ finden Sie dazu wichtige Informationen, u.a. von Anna Sedlak, Schulpsychologin im Kompetenzzentrum Schulpsychologie in Hessen.

Download auf der RPI-Webseite unter „rpi-Info“:

<https://www.rpi-ekkw-ekhn.de/home/bereiche/rpi-links/rpi-info>



erleben und diese anschließend zu reflektieren. Eine ausführliche Beschreibung der Inhalte der AG finden Sie im Downloadbereich dieses Artikels.

Die erste Einheit heißt „Ich bin einzigartig“. In ihr wird das Buch „Du bist einmalig“ von Max Lucado genutzt. Daran anknüpfend können die Kinder erleben: Ich darf mich unabhängig machen von dem, was andere über mich denken oder sagen. Ich kann lernen, gut von mir zu denken. Ich habe manchmal Angst, aber auch Mut. Ich bin stark und mein Name hat eine Bedeutung.

In der zweiten Einheit „Ich vertraue anderen“ können die Kinder erkennen: Wo sind meine Grenzen? Wie kann ich anderen wertschätzende Rückmeldungen geben? Wer sind meine Freunde und warum? Mutworte tun mir gut.

Vom du zum ich zurück führt uns der Weg in der dritten Einheit „Ich vertraue mir selbst“. Dabei können die Schüler*innen selbst wählen, wie weit sie dabei schon aus ihrer Komfortzone heraustreten, indem sie ihre Rolle in einem Theaterstück wählen. Sie erfahren, wie es ist mit anderen Maßstäben gemessen zu werden und selbstbewusst zu sagen, worauf sie stolz sind.

In der vierten Einheit „Ich traue mir etwas zu“ werden die Teilneh-

menden zu verschiedensten praktischen Erfahrungen ihrer Selbstwirksamkeit animiert und reflektieren das Erleben dieser AG.

Wer sich intensiver mit Themen wie dem psychischen Wohlbefinden von Kindern oder dem Agieren in Krisen im Rahmen von Schulseelsorge an jüngeren Kindern beschäftigen möchte, findet dazu reichlich Anregungen und Beispiele in dem Buch von Carolin Tschage: „Der kindlichen Seele Raum schaffen. Seelsorge an Grundschulen“; es wird voraussichtlich im November 2023 im Verlag Vandenhoeck & Ruprecht erscheinen.



„WENN AN MEINER SCHULE PASSIERT, WAS ICH NIE ERLEBEN WOLLTE“

Krisenseelsorge in Schulen als Unterstützungssystem in schulischen Krisen

Autor:
*Dr. Peter Kristen,
Studienleiter,
RPI Darmstadt*



Warum sollte ich mich auf etwas vorbereiten, das ich nie erleben möchte? Was für Einzelne unangemessen erscheint, ist für Schulen unerlässlich. Schulen sollten auf Krisensituationen vorbereitet sein. Dies nützt den Menschen, wenn doch das passiert, was niemand erleben wollte. Das Leben, für das in der Schule gelernt werden soll, macht am Schuleingang nicht Halt. Darum gehören Tod und Trauer, Suizid, Unfall und Gewalt auch zu dem, was Menschen in einer Schule erleben können.

Krisensituationen, die eine gesamte Schule betreffen, sind spätestens seit den Amokläufen von Erfurt (2002), Emsdetten (2006) und Winnenden (2009) auch ins öffentliche Bewusstsein getreten. Das Land Hessen hat 2006 das „Schulpsychologische Kriseninterventionsteam (SKIT)“ gebildet, das von Schulleitungen in schulischen Krisen angefordert werden kann.

Seit 2009 gibt es die „Krisenseelsorge in Schulen“. Die EKHN und das Bistum Mainz bilden dafür gemeinsam Schulseelsorger*innen in Weiterbildungskursen gezielt zu Krisenseelsorger*innen aus. Das Team umfasst der-

zeit ca. 70 Mitglieder, deren besondere Stärke es ist, nicht nur zu Themen wie Krise, Trauer, Trauma, Resilienz, Suizid und Psychoedukation ausgebildet zu sein, sondern die Welt der Schule und der Schüler*innen auch aus ihrer täglichen Arbeit gut zu kennen. Über eine Rufbereitschaft ist die ökumenische Krisenseelsorge in Schulen unter 06131- 488 79 90 rund um die Uhr zu erreichen und kann von Schulleitungen in einer schuli-

Foto: Kristen



**Krisenseelsorge
eröffnet Lichtblicke
damit Sie die nächsten Schritte gehen**

**Ökumenische Krisenseelsorge in Schulen
Tel: 06131 - 4887990**

EKHN **KATHOLISCH Bistum Mainz**

schen Krise um Beratung oder schnelle Unterstützung vor Ort gebeten werden. Im Einsatz koordiniert sich die Krisenseelsorge in Schulen mit anderen beteiligten Unterstützungskräften. Auch individuelle Fortbildungen (z.B. des Kollegiums oder des schulischen Krisenteams) gehören zu den Aufgaben der Krisenseelsorge in Schulen.

Vorbereitet sein ist also die Aufgabe schulischer Krisenteams. Sie entwickeln und erproben individuelle Krisenpläne, indem sie mögliche Krisensituationen unter den Bedingungen ihre Schule in Ruhe präventiv in den Blick nehmen, statt unvorbereitet hineinzuschlittern, wenn die Krise schnelles, verantwortliches und richtiges Handeln

erfordert. So entstehen u.a. Checklisten, Adressenverzeichnisse und Musterbriefe, die sich im akuten Krisenfall als extrem hilfreich erweisen.

Für Schüler*innen ist ihre Schule zunehmend nicht nur ein Lern-, sondern ein Lebensort. Darum sollte der Umgang mit dem Lebensthema Tod und Trauer nicht nur immer wieder einen Platz im Unterricht haben, sondern auch ein Teil der Schulkultur sein. Religionslehrer*innen werden nach meiner Erfahrung oft als Religionsfachleute und damit selbstverständlich auch als Kolleg*innen betrachtet, die auch seelsorgliche und liturgische Kompetenzen haben, obwohl das ihre Ausbildung in der Regel nicht vorsieht. Besonders in Krisensituationen überfordern sie sich dabei manchmal, oder sie verweigern sich ganz. Ein aufmerksam arbeitendes schulisches Krisenteam könnte sich vielleicht auch bemühen, Religionslehrer*innen angemessen in ihre Überlegungen einzubeziehen. Natürlich steht Religionslehrer*innen auch die Weiterbildung in Schulseelsorge und (dann in) Krisenseelsorge in Schulen offen. Allen, die Fragen zu diesem Thema haben, stehe ich gerne zur Verfügung

Kontakt: peter.kristen@rpi-ekkw-ekhn.de

Überlegen Sie doch einmal, welche dieser Häkchen Ihre Schule (wohl) setzen könnte:

Wir haben ein schulisches Krisenteam, das durch seine regelmäßigen Treffen gut vorbereitet ist

Wir wissen ...

- wo wir schnell Unterstützung organisieren können (Polizei, Feuerwehr, SKIT, Krisenseelsorge in Schulen ...)
- wo wir aktuelle (E-Mail-)Adressen und Telefonnummern aller Kolleg*innen finden
- wer (normalerweise) für die Kommunikation mit den Eltern bereitsteht und wer mit der Presse spricht
- wer uns beim Überbringen von Todesnachrichten in Lerngruppen unterstützen kann
- wer stark Betroffene betreuen und ggf. an Profis überweisen kann
- welcher Raum eine Anlaufstelle für Schüler*innen, ein Trauerort sein kann, wer den kontinuierlich betreut und am Ende wieder schließt
- wer entlastende Normalität (Unterricht) für nicht Betroffene organisiert
- wo und wie wir aktuelle, verlässliche Informationen zum Krisenfall veröffentlichen
- wen wir für die Gestaltung eines (interreligiösen) Trauergottesdienstes ansprechen können

Literatur:

- Notfallhandbuch Schule. <https://www.notfallhandbuch-schule.de>
- Lehrkräfte und Krisenteams finden im „Notfallhandbuch Schule“ übersichtlich, was sie zur Unterstützung brauchen, wenn eine Schule von Tod, Unglück oder Gewalt betroffen ist.
- Der Leitfaden des HKM „Handeln in Krisensituationen“ steht Schulen in Hessen nur in gedruckter Form (nicht digital) zur Verfügung.
- Wenn der Tod im Klassenzimmer ankommt. Tod und Trauer in der Schule – (religions-) pädagogische Perspektiven 2022. Das Buch von Christiane Caspary/Daniela Zahneisen (Hrsg.) beschreibt u.a. Trauerbegleitung als päd. Aufgabe und bietet gutes, multiperspektivisches Material zu Tod und Trauer in der Schule.

Rufbereitschaft

Die Rufbereitschaft der Krisenseelsorge in Schulen ist unter 06131 - 488 79 90 zu erreichen.

Das Team der Krisenseelsorge in Schulen steht Ihnen als kostenfreies Angebot für Beratung, akute Hilfe am Telefon oder direkt vor Ort, in Ihrer Schule zur Verfügung. Sie bietet auch Kollegiumsfortbildungen zum Umgang mit Tod und Trauer in der Schule an (Referentenhonorar).

Die Krisenseelsorge in Schulen kooperiert mit dem schulpsychologischen Dienst und der Notfallseelsorge.

Mehr Infos:

<https://www.rpi-ekkw-ekhn.de/home/rpi-arbeitsbereiche/schulseelsorge/krisenseelsorge/>