

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

im Rahmen des Projekts
Frühintervention und Prävention coronabedingter
psychischer Erkrankung bei jungen Menschen (PRO-Jung)



Impressum

Herausgeber: Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur,
Brunswiker Straße 16-22, 24105 Kiel,
Redaktion: Dr. Désirée Burba, Dr. Ulrike Koch
Kontakt: pressestelle@bimi.landsh.de;
Grafik/Foto: stock.adobe.com - ontsunan;

Kiel, März 2022

Die Landesregierung im Internet:
www.schleswig-holstein.de

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der schleswig-holsteinischen Landesregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Personen, die Wahlwerbung oder Wahlhilfe betreiben, im Wahlkampf zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung zugunsten einzelner Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.

Inhalt

I. Pandemiebedingte psychische Belastungen in Schule	8
1. Veränderungen im System Schule	8
2. Auswirkungen auf die psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler	9
II. Förderung der psychischen Gesundheit in Schule	11
III. Handlungsempfehlungen	14
1. Handlungsempfehlungen auf Schulebene	15
2. Handlungsempfehlungen auf Klassenebene	17
3. Handlungsempfehlungen auf individueller Ebene	20
4. Handlungsempfehlungen auf familiärer Ebene	23
IV. Unterstützungsangebote und Anlaufstellen	24
1. Angebote des IQSH	24
2. Der schulpsychologische Dienst	24
3. Weitere Anlaufstellen	25
4. Angebote und Materialien	27

Vorwort



Karin Prien - Foto: Frank Peter

Liebe Leserinnen und Leser,

Schule ist ein wesentlicher Sozialraum für Kinder und Jugendliche. Das haben uns die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Schulschließungen deutlich vor Augen geführt. Dieser Sozialraum stand den Betroffenen in den Phasen des Distanzlernens und Wechselunterrichts nur eingeschränkt zur Verfügung. Parallel kam es auch im Freizeitbereich zu einer massiven Einschränkung sozialer Kontakte. Dies hat dazu beigetragen, dass die Pandemie die Kinder und Jugendlichen in besonderem Maße getroffen hat und für diese ausgesprochen herausfordernd war und ist. Studien zeigen, dass sich die Anzahl der psychisch belasteten Schülerinnen und Schüler während der Corona-Pandemie deutlich erhöht hat. Auch die aktuelle Situation in Europa, der Krieg in der Ukraine, kann nicht nur bei geflüchteten Schülerinnen und Schülern zu psychischen Belastungen führen. Kinder und Jugendliche wachsen in einer Zeit auf, in der plötzliche und tiefgreifende Veränderungen in den Alltag einbrechen und diesen – zumindest vorübergehend – deutlich belasten.

Aufgabe von Schule ist es, auch auf das psychische Wohlergehen der Schülerinnen und Schüler zu achten und alle Schülerinnen und Schüler bei der Bewältigung von Krisen zu unterstützen. Den Schulen wurde mit dem „Rahmenkonzept 2021/2022 Lernen aus der Pandemie“¹ der Auftrag gegeben, einen besonderen Fokus auf das psychische Wohlergehen der Schülerinnen und Schüler zu legen und damit diese Fürsorge stärker im schulischen Handeln zu beachten. Den Schulen steht eine Vielzahl von bereits bewährten und erprobten Unterstützungsmöglichkeiten zur Verfügung. Von immenser Bedeutung ist zudem, Räume und Gelegenheiten für einen niedrigschwelligen Austausch, auch von Schülerinnen und Schülern untereinander, in Schule zu schaffen bzw. weiter auszubauen.

Einige Kinder und Jugendliche benötigen über die oben erwähnten Maßnahmen hinaus zusätzliche Hilfe zur Bewältigung der aktuellen Belastungen. Hierfür kommen sowohl Unterstützungsmöglichkeiten, welche innerhalb der Schule organisiert werden können, als auch außerschulische Hilfsangebote in Frage.

¹https://www.schleswig-holstein.de/DE/Schwerpunkte/Coronavirus/Schulen_Hochschulen/Schuljahr21_22/rahmenkonzept_sj21_22_lang.pdf

Deshalb haben wir mit dem Projekt PRO-JUNG die Erforschung, Behandlung und Prävention psychischer Erkrankungen sowie die Frühintervention in Zusammenhang mit der Corona-Pandemie aufgelegt und mit der Umsetzung begonnen. Für diese Initiative danke ich Frau Professor Jauch-Chara und Herrn Professor Borgwardt sehr.

Die nun vorliegende Handreichung des Ministeriums für Bildung, Wissenschaft und Kultur Schleswig-Holsteins (MBWK), die in Zusammenarbeit mit dem Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein (IQSH) und dem Zentrum für integrative Psychiatrie (ZIP) des UKSH in Kiel und Lübeck entstanden ist, stellt den Auftakt zu PRO-JUNG dar und soll dazu beitragen, Lehrkräften im Umgang mit belasteten Schülerinnen und Schülern eine Orientierung zu bieten. Die Handreichung richtet sich an alle Lehrkräfte, auch wenn diese bereits über viel Erfahrung und Kenntnisse in Bezug auf den Umgang mit belasteten Schülerinnen und Schülern verfügen. Sie finden in dieser Handreichung eine Vielzahl von Anregungen und Unterstützungsangeboten.

Die psychische Belastung der Schülerinnen und Schüler während einer der wichtigen Entwicklungsphase kann nachhaltige Folgen für Betroffene haben. Wir alle können dazu beitragen, die Folgen abzumildern, wenn wir die aktuellen Belastungen der Schülerinnen und Schüler ernst nehmen und somit gemeinsam dafür Sorge tragen, dass alle Schülerinnen und Schüler wieder in ihrem gewohnten Alltag ankommen können. Es ist unsere gesamtgesellschaftliche Aufgabe, Kinder, Jugendliche und auch junge Erwachsene sicher aus dieser Krise zu führen und langfristige Schäden zu minimieren.

Ich danke allen Lehrkräften und allen an Schule Tätigen von Herzen für ihr nicht nachlassendes Engagement für die Ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen.



Karin Prien
Ministerin für Bildung, Wissenschaft und Kultur des Landes Schleswig-Holstein

Grußwort



*Prof. Dr. med. habil.
Kamila Jauch-Chara*

Liebe Leserinnen und Leser,

die Corona-Pandemie hat das tägliche Leben von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen massiv verändert. Die Implementierung der notwendigen Infektionsschutzmaßnahmen ging mit einer erheblichen Einschränkung der Bildung, der sozialen Kontakte sowie der gewohnten Kita-, (Hoch-)Schul- und Freizeitaktivitäten einher.



*Prof. Dr. med.
Stefan Borgwardt*

Insgesamt verlangte die Pandemie den jungen Menschen, die in dieser Zeit vor vielen entwicklungsbedingten Herausforderungen stehen und standen, einiges ab. Für viele Kinder, Jugendliche und jungen Erwachsenen stellten die abrupten pandemiebedingten Veränderungen kritische Lebensereignisse dar, welche ihrerseits zu psychischen Problemen bei den Betroffenen führen können. Vor diesem Hintergrund ist es nicht verwunderlich, dass die Corona-Pandemie, den wissenschaftlichen Ergebnissen nach, für ca. 80% der jungen Menschen belastend war und ist und sich bei jedem dritten jungen Menschen psychische Auffälligkeiten wie Sorgen, Ängste, depressive Symptome und psychosomatische Beschwerden wie Kopf- und Bauchschmerzen feststellen lassen. Diese Erkenntnisse sind besorgniserregend, da sich ca. 75% aller psychischen Störungen bereits vor dem 25. Lebensjahr manifestieren. Aufgrund der typischerweise in den frühen Lebensjahren eher unspezifischen psychischen und sozialen Erscheinungsbildern der psychischen Störungen ist es bis heute schwierig, Prioritäten für die Interventionen zu setzen und "Zuständigkeitsbereiche" zwischen sozialer Versorgung und psychosozialen Diensten abzugrenzen. Vor diesem Hintergrund haben wir das Projekt „Pro-Jung“ an den Campi Kiel und Lübeck des Zentrums für Integrative Psychiatrie ins Leben gerufen. Das Projekt hat zum Ziel, die gesellschaftlichen Auswirkungen psychischer Gesundheitsprobleme bei jungen Menschen, welche im Kontext der Corona-Pandemie entstanden sind, zu verringern. Hierzu möchten wir die Sekundärprävention und Frühintervention rationalisieren. Dabei fokussieren wir uns auf die Implementierung von Frühinterventionen, Untersuchung von Wechselwirkungen zwischen der Corona-Pandemie und der psychischen Gesundheit sowie Nachverfolgung der langfristigen funktionellen und sozialen Verläufe bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen.

Unser Ansatz besteht aus zwei Schlüsselkomponenten: dem Einsatz niedrigschwelliger therapeutischer Frühinterventionen und der Implementierung verbesserter Zugangswege zu qualitativ hochwertiger Aufklärung und Versorgung psychisch belasteter junger Menschen außerhalb spezialisierter psychiatrischer Einrichtungen.

Die im Rahmen dieses Projektes entstandene Handreichung ist ein elementarer Bestandteil unserer Bestrebungen. Die Ihnen hier zur Verfügung gestellten Materialien werden regelmäßig auf ihre Aktualität überprüft und um neue Dokumente und Videos ergänzt.

Eines steht fest: Je eher Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene über Ressourcen verfügen, die sie schützen und psychisch stabilisieren, umso besser gelingt es ihnen, mit den Belastungen umzugehen und diese zu bewältigen. Durch unsere Zusammenarbeit können wir daher entscheidend zur Verbesserung der psychischen Gesundheit der jüngeren Generationen beitragen!



Prof. Dr. med. habil. Kamila Jauch-Chara
ärztliche Direktorin des Zentrums für
Integrative Psychiatrie, ZIP gGmbH,
Campus Kiel



Prof. Dr. med. Stefan Borgwardt
ärztlicher Direktor des Zentrums für
Integrative Psychiatrie, ZIP gGmbH,
Campus Lübeck

I. Pandemiebedingte psychische Belastungen in Schule

1. Veränderungen im System Schule

Die Corona-Pandemie hat das Schulsystem im März 2020 unvermittelt getroffen. Alle in der Schule Tätigen, Eltern, Schülerinnen und Schüler mussten sich umgehend neu organisieren, da es keine Vorerfahrungen zum Umgang mit vergleichbaren Herausforderungen gab. Die Auswirkungen der weltweiten Pandemie auf das schulische und gesellschaftliche Leben bestimmen bis heute unseren Alltag.

Bereits in den ersten Wochen der Pandemie wurde deutlich, dass sich das Distanzlernen negativ auf die sozialen Beziehungen auswirkt. Die in Schule Tätigen haben mithilfe digitaler Medien, persönlicher Betreuung, Lernräumen in Schulen und anderen kreativen Lösungen dennoch Wege gefunden, viele Schülerinnen und Schüler nicht nur fachlich inhaltlich, sondern auch sozial einzubinden. Gleichwohl veränderte das digitale Setting die Beziehungsgestaltung. In besonderer Weise waren die Schülerinnen und Schülern betroffen, die vor oder während der Pandemie eingeschult worden sind, einen Schulwechsel absolviert haben oder bereits vor der Pandemie Probleme im sozialen Setting hatten.

Durch die Infektionsschutzmaßnahmen hat sich auch der Alltag in Schulen, z.B. durch die Umsetzung von Hygieneplänen und einer Teststrategie als Voraussetzung zur Ermöglichung des Präsenzbetriebs, maßgeblich verändert. Dies bedeutet auch, dass die Pandemie mit den damit verbundenen Folgen für Schülerinnen und Schüler beinahe jederzeit in Schule allgegenwärtig geblieben ist.

Die Bewältigung der unterschiedlichen Herausforderungen konnte nur gelingen, weil sich viele am Schulleben Beteiligte (Schulleitungen, Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler, Eltern, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Schulträger und weiterer Kooperationspartner, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter, schulische Assistenzkräfte, Schulpsychologinnen und -psychologen u.a.) seit nunmehr zwei Jahren jeder Veränderung und Unsicherheit mit viel Engagement und Kompetenz stellen.

2. Auswirkungen auf die psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler

Die Schule und das gesellschaftliche Leben wurden durch die pandemieeindämmenden Maßnahmen plötzlich und bedeutsam eingeschränkt. Der wellenförmige Verlauf der Pandemie und die sich schnell ändernden wissenschaftlichen Erkenntnisse über das SARS-CoV-2-Virus erschwerten es, sich an einen bestehenden Zustand zu gewöhnen. Das Fehlen von Beständigkeit und Routinen kann Gefühle von Unsicherheit und Kontrollverlust erzeugen. Die Länge der Pandemie kann sich zudem als dauerhafter Stressor auswirken und beispielsweise Erschöpfung hervorrufen (vgl. Exkurs I).

Exkurs I: Die Corona-Pandemie als Stressor

Bei außergewöhnlichen Situationen, wie dieser weltweiten Pandemie, müssen Anpassungsleistungen vorgenommen werden. Der menschliche Körper reagiert mit einer Erhöhung der Stresshormonkonzentrationen, um schnell auf neue Situationen und damit auf mögliche Gefahren reagieren zu können. Dies sind grundsätzliche physiologische Mechanismen, die bei unterschiedlichen Stressauslösern in Gang gesetzt werden. Aufgrund der Länge der Pandemie und der Dynamik des Geschehens, insbesondere dem wellenförmigen Verlauf, den Virus-Mutationen usw., ist eine Gewöhnung an die derzeitige Situation nur schwer möglich gewesen, so dass der Stressor dauerhaft aufrechterhalten wurde.

Chronischer Stress kann dann entstehen, wenn das erhöhte Stressniveau nicht regelmäßig gesenkt wird. Eine Gefahr besteht darin, dass das höhere Erregungsniveau aufgrund von Gewöhnungseffekten nicht mehr wahrgenommen wird, so dass Bewältigungsstrategien nicht mehr ergriffen werden.

Chronischer Stress wirkt sich negativ auf den Körper und die Psyche aus und kann sich als Schlafstörungen, Veränderung des Muskeltonus, Hormonveränderungen, Anstieg von Blutdruck und Pulsschlag und Stimmungsänderungen bis hin zu Niedergeschlagenheit, Hoffnungslosigkeit und Kraftlosigkeit manifestieren.

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Es ist leider festzustellen, dass Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene während der wichtigen Phasen der persönlichen Entwicklung in allen Lebensbereichen von den Veränderungen und Einschränkungen erheblich betroffen waren und sind.

Insbesondere die Kontaktbeschränkungen und -einschränkungen bergen bei Kindern und Jugendlichen die Gefahr, dass die sozial-emotionale Entwicklung nicht altersgerecht verläuft, und zwar umso stärker, je jünger die Kinder und Jugendlichen sind. Auf der anderen Seite steigt mit zunehmenden Alter der Grad an empfundener Belastung, welche ursächlich auf die Kontaktreduktion zurückführbar ist. Ferner scheinen insbesondere Schülerinnen und Schüler, bei denen bereits vor der Pandemie besondere Belastungen bestanden haben (z. B. psychisch, körperlich, familiär, sozial), stärker betroffen zu sein.

Eine Vielzahl von Studien und Befragungen zeigen die Auswirkungen der Corona-Pandemie, beispielhaft seien hier nur einige genannt: Den Schülerinnen und Schülern hat während des Distanzlernens der persönliche Kontakt sowie die Schule als Lernraum stark gefehlt², aber immerhin hat mehr als die Hälfte (58 %) auch etwas am Lockdown gut gefunden³. Zudem ist die Anzahl psychisch belasteter Schülerinnen und Schüler während der Pandemie deutlich gestiegen und in dieser Zeit wurden im Vergleich zu den Vorjahren häufiger psychische Erkrankungen, wie beispielsweise Angststörungen und Depressionen, bei Kindern und Jugendlichen diagnostiziert⁴.

² Online-Befragung des IPN zum Distanzlernen in Schleswig-Holstein (DiSch), www.ipn.uni-kiel.de/de/das-ipn/archiv/IPN_DiSch.pdf

³ Lochner, B., Rompczyk, K., Hilse-Carstensen, T.-H., Henn, S., & Roosingh, D. (2020). *Thüringer Familien in Zeiten von Corona. Abschlussbericht zum Forschungsprojekt.*

⁴ Schlack, R., Neuperdt, L., Hölling, H., De Bock, F., Ravens-Sieberer, U., Mauz, E., Wachtler, B., & Beyer, A.K. (2020). Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und der Eindämmungsmaßnahmen auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. *Journal of Health Monitoring*, 5(4), 23-34.

II. Förderung der psychischen Gesundheit in Schule

Zu den Aufgaben der Schule gehört, positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern einzuwirken und diese zu befähigen, Belastungen erfolgreich bewältigen zu können. Die Erfahrungen zeigen, dass in der Schule Tätige durch den täglichen Umgang individuelle Veränderungen bei Schülerinnen und Schülern in besonderer Weise wahrnehmen und einschätzen können. Die **Lehrkräfte haben nicht nur den Auftrag, die psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler präventiv zu fördern, sondern sie auch frühzeitig anzusprechen, wenn ihr Verhalten auf psychische Belastungen hindeutet** (vgl. Exkurs II).

Exkurs II: Erkennen von psychischen Belastungen

- Wahrnehmung von Veränderungen
Verhält sich die Schülerin/der Schüler anders? Gibt es ungewöhnliche körperliche Entwicklungen (z.B. Gewicht, Müdigkeit) oder hat sich das äußerliche Erscheinungsbild erheblich verändert?
- Einschätzung der Beziehung
Wie reagiert die Schülerin/der Schüler auf die Kontaktaufnahme der Lehrkraft und die Beziehungsangebote von Mitschülern? Wird (Blick-)Kontakt vermieden?
Ist ein sozialer Rückzug zu beobachten? Zeigen sich Mitschüler besorgt?
Gibt es Brüche in Beziehungen und Freundschaften?
- Beobachtung von Lern- und Leistungsverhalten
Wie ist die Beteiligung der Schülern/des Schülers im Unterricht? Haben sich die Leistungen verschlechtert oder zeigt die Schülerin/der Schüler übertriebenen Ehrgeiz?
- Erkennbare Emotionen
Reagiert die Schülerin/der Schüler emotional heftiger als üblich? Überwiegen bestimmte Emotionen oder fehlen emotionale Reaktionen?

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Bestehen Belastungen, sollen die Lehrkräfte den Schülerinnen und Schülern zusätzliche Unterstützung anbieten und weitere Hilfsmöglichkeiten aufzeigen. Ein schnelles Handeln der Lehrkräfte kann helfen, einer Chronifizierung bzw. schwereren Verläufen vorzubeugen.

Liegen dagegen psychische Erkrankungen vor, die über Belastungen hinausgehen, sind weitergehende Maßnahmen notwendig. Dabei fällt die Diagnose psychischer Störungen nicht in den Aufgabenbereich der Lehrkräfte, sondern ist entsprechend qualifizierten externen Personen vorbehalten (Kinder- und Jugendpsychotherapeuten, niedergelassene Diplom-Psychologen, Fachärzte). Sollten sich Lehrkräfte unsicher sein, können sie sich z.B. an den schulpsychologischen Dienst wenden. Beim Verdacht auf eine psychische Erkrankung (vgl. Exkurs III) sollten sie das Gespräch mit den Eltern suchen.

Exkurs III Psychische Belastung oder Störung?

Traurigkeit oder doch schon Depression? Die Grenze zwischen Belastung und Störung ist oft nicht einfach zu erkennen, Schülerinnen und Schüler können sich teils auch auf der Grenze bewegen. Lehrkräfte können folgende Anhaltspunkte für eine psychische Störung zum Anlass nehmen, um professionelle Hilfe zu Rate zu ziehen:



Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Eine Unterstützung zum Umgang mit diagnostiziert psychisch erkrankten Schülerinnen und Schülern in der Schule bieten dann der schulpsychologische Dienst sowie das Landesförderzentrum Hesterberg.

Insgesamt unterscheiden sich die Handlungsoptionen und -desiderata für Lehrkräfte nicht grundsätzlich darin, ob psychische Auffälligkeiten durch die Corona-Pandemie entstanden bzw. verstärkt wurden oder anderweitig verursacht sind. Entsprechend kann auf das bekannte und gut funktionierende Repertoire, über welches die meisten Lehrkräfte und die schulischen Systeme bereits verfügen, zurückgegriffen werden.

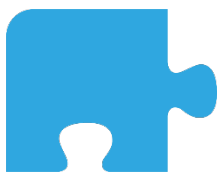
Insbesondere jetzt treten die psychischen Belastungen der Schülerinnen und Schüler in Schule verstärkt zutage. Daher gilt es nun, diese Maßnahmen ggf. nochmals zu verstärken bzw. gut strukturiert und mit allen Akteursebenen verzahnt einzusetzen, damit die pandemiebedingten Belastungen von den Schülerinnen und Schülern bewältigt, weitere Folgeerkrankungen vermieden oder psychische Erkrankungen erkannt und entsprechende Hilfsmaßnahmen eingeleitet werden können.

III. Handlungsempfehlungen

Die im Folgenden ausgeführten Handlungsempfehlungen gliedern sich nach schulischen Handlungsebenen.



Klassenebene



- Austausch
- Wissen
- Strukturen und Routinen
- Bewegung, Entspannung, Achtsamkeitsübungen
- Selbstwirksamkeit und Selbstorganisation
- Klassenprogramme

Schulebene



- Unterstützerstrukturen
- Räume für Austausch
- Zusammenhalt

individuelle Ebene



- Beratung
- Gespräch
- Kooperation mit Eltern
- außerschulische Angebote, Begleitdiagnostik
- schnelles Handeln bei Verdacht auf Kindeswohlgefährdung

familiäre Ebene



- Strukturen
- gemeinsame Aktivitäten
- Freiräume
- Bewegung
- soziale Kontakte
- Wertschätzung
- Positives im Fokus
- Gespräche über Corona

1. Handlungsempfehlungen auf Schulebene

Konzertierte Handlungen auf Schulebene sichern, dass die psychische Gesundheit bei allen schulischen Akteuren im Fokus steht und alle Schülerinnen und Schüler erreicht werden. Hierzu verfügen die Schulleitungen über ein bewährtes Handlungsrepertoire, welches nicht nur in Bezug auf die Corona-Pandemie wirksam ist. Dabei ist es von zentraler Bedeutung, dass die Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit allen Betroffenen (Schülerinnen und Schüler, Eltern bzw. Betriebe, nicht-pädagogisches Personal usw.) bekannt sind.

➤ **Aktivieren Sie Ihre schulinternen Unterstützungssysteme**

Zahlreiche **Präventionskonzepte** bieten den Schulen erprobte, begleitete und direkt einsetzbare modularisiert aufgebaute Rahmenprogramme zur Förderung der psychischen Gesundheit in Schule, z.B. Mind Matters, LionsQuest, Rebound. Diese können von verschiedenen bundesweit anerkannten Stellen oder auch über das Fortbildungsangebot des IQSH eingeführt oder begleitet werden. Einige Programme sind direkt auf die psychosozialen Folgen der Pandemie zugeschnitten (z.B. das Angebot „Schools That Care“ der FINDER-Akademie). Eine Auswahl der Programme und aktueller Fortbildungs- und Unterstützungsangebote des IQSH finden sich unter Abschnitt IV.

Die **Schulsozialarbeit** leistet einen wichtigen Beitrag zur notwendigen Verzahnung der Kinder- und Jugendhilfe mit den Bildungs- und Erziehungszielen der Schule.

Schülerinnen und Schüler der Primarstufe erhalten auch durch **schulische Assistenzkräfte** Hilfe in belastenden Situationen. Schulsozialarbeit und schulische Assistenzen bieten ebenfalls Unterstützung bei unterrichtsergänzenden Angeboten an. Die **schulische Erziehungshilfe der Förderzentren** unterstützt die Regelschulen durch Beratung, Fortbildung und Vernetzung von Hilfsangeboten.

Gerade in Hinblick auf psychische Belastungen durch die Zeit der Corona-Pandemie bietet das unterrichtsergänzende **schulische Ganztags- und Betreuungsangebot** viele Möglichkeiten, um die psychische Gesundheit zu fördern. In diesem Rahmen können z. B. spezielle Angebote zur Persönlichkeitsentwicklung (beispielsweise in Kooperation mit der Kinder- und Jugendhilfe) oder Bewegungs- und Spielangebote zur Stärkung der Selbstkompetenz und des sozialen Miteinanders beitragen. Ebenso kann sich die Implementierung von Austauschräumen (vgl. nächster Abschnitt) positiv auf die Entwicklung von sozialen Kompetenzen auswirken.

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Die Psychologinnen und Psychologen an den berufsbildenden Schulen unterstützen im Wesentlichen Schülerinnen und Schüler mit akuten Beratungs- und Handlungsbedarf. Darüber hinaus wird bei Schulschwierigkeiten Hilfe angeboten. Die Schulen werden in psychologischen Fragen unterstützt.

Insbesondere jetzt gilt es, schulische Unterstützersysteme noch einmal zu sichten, zu verstärken und ggf. neu miteinander zu verzahnen.

➤ Schaffen Sie Räume für Austausch und Unterstützung

Kinder und Jugendliche haben besonders unter der Pandemie gelitten. Sie benötigen Zeit und Raum, um das Erlebte und die entstandenen Belastungen zu verarbeiten. Hierfür stellt die Schaffung der nötigen zeitlichen und örtlichen Räume in Schule eine wichtige Voraussetzung dar. In diesem Kontext ist zu erwähnen, dass eine Befassung mit den Themen durchaus im Unterricht möglich ist (vgl. Abschnitt IV 2.), sich die Schülerinnen und Schüler allerdings auch Möglichkeiten für einen separaten und geschützten Austausch untereinander wünschen. Hierbei ist von zentraler Bedeutung, dass die Schülerinnen und Schüler erleben, dass ihre Wünsche wahrgenommen und ihnen diese Räume zugestanden werden.

Dabei ist es zielführend, wenn die Schulen jetzt im verstärkten Maße Räumlichkeiten und zeitliche Korridore für den Austausch zur Verfügung stellen. Das kann z.B. im Rahmen von Freiarbeitsphasen, eines beaufsichtigten Mittagstreffs, explizit den Schülerinnen und Schülern zur Verfügung gestellten Aufenthaltsbereichen oder Rückzugsmöglichkeiten, z. B. in Form von Sitzcken oder im Rahmen der Ganztags- und Betreuungsangebote, geschehen.

➤ Stärken Sie den schulischen Zusammenhalt

Maßnahmen, die sich im Krisenmanagement als evident wirksam erwiesen haben, sind auch in der aktuellen Situation als Stressbewältigungsstrategien auf Schulebene hilfreich.

Leider mussten pandemiebedingt viele gemeinschaftliche Aktionen entfallen oder konnten nur sehr eingeschränkt stattfinden. Dabei ist das Gefühl von Verbundenheit ein wichtiger Schutzfaktor und hilft bei der Bewältigung von psychischen Belastungen.

Die Förderung der Verbundenheit kann z. B. über schulgemeinsame Aktionen erreicht werden. Die Förderung des Sicherheitsgefühls und des Gefühls, Kontrolle über die eigene Situation zu haben, werden zudem gestärkt, indem Schülerinnen und Schüler altersangemessen in schulische Entscheidungsprozesse eingebunden werden. Daher gilt es besonders jetzt, den schulischen Zusammenhalt wieder verstärkt in den Fokus zu nehmen.

2. Handlungsempfehlungen auf Klassenebene

Auf Klassenebene stehen die Maßnahmen, welche die einzelnen Lehrkräfte alleine bzw. in Kooperation mit weiteren Akteuren initiieren können, um den Schülerinnen und Schülern Bewältigungsstrategien zur Reduktion von Stress und Belastungen zu vermitteln, im Vordergrund. Lehrkräfte sollten dabei auf die Maßnahmen zurückgreifen, welche einerseits zu den Bedarfen und Voraussetzungen der Klasse und andererseits zur Haltung und Persönlichkeit der Lehrkraft passen. Es sollte beachtet werden, dass Schülerinnen und Schüler über mannigfaltige Bewältigungsstrategien verfügen und unterschiedliche Bedarfe haben. Vor diesem Hintergrund können grundsätzlich hilfreiche Maßnahmen für einzelne sogar stresssteigernd sein, insbesondere wenn es um eine aktive Auseinandersetzung mit einem stressauslösenden Thema geht oder starke Emotionen aktiviert werden. Insbesondere bei Maßnahmen im Klassenverband empfiehlt es sich daher, aufmerksam zu bleiben und einzelnen Schülerinnen und Schülern in solchen Situationen zu ermöglichen, sich in einem separaten Raum mit anderen Aufgaben zu beschäftigen.

➤ **Bieten Sie Austausch an**

Es kann hilfreich sein, den Schülerinnen und Schülern die Gelegenheit zu einem **angeleiteten Austausch**, zum Beispiel im Rahmen eines zeitlich festgelegten „Klassenrats“, zu geben. Dieses Angebot bietet einen Rahmen für einen gemeinsamen Austausch über eine herausfordernde Beispielsituation, positive und negative Gedanken und die hieraus folgenden Gefühle und Erlebnisse. Förderlich ist dabei, wenn die Lehrkräfte den Schülerinnen und Schülern die Rückmeldung geben, dass die Belastungen dieser besonderen Zeit durch die Lehrkräfte wahr- und ernstgenommen werden. Außerdem kann im Rahmen des angeleiteten Austausches durch Impulsfragen (z.B. „Was ist euch gut gelungen?“) der Fokus auf entdeckte Stärken, Ressourcen und positive Bewältigungsstrategien gelenkt werden. Da Schülerinnen und Schüler von einer wiederkehrenden Anregung, den Blickwinkel auf positive Dinge zu lenken, profitieren, könnte beispielsweise ein „Blitzlicht“ zu verschiedenen Impulsfragen (z. B. „Worauf freue ich mich?“) zu Beginn der Unterrichtsstunde angeleitet werden.

Insbesondere ältere Schülerinnen und Schüler benötigen zudem einen nicht angeleiteten, sondern **freien Austausch** untereinander. Hierzu müssen entsprechend zeitliche und räumliche Möglichkeiten geschaffen werden. Die Lehrkräfte müssen hierbei sicherstellen, dass Schülerinnen und Schüler nicht mit entstandenen konflikthaften Themen allein gelassen werden und sich im Anschluss an den freien Austausch aktiv als Ansprechpartner und Unterstützer anbieten.

➤ **Vermitteln Sie Wissen über die Corona-Pandemie**

Es vermittelt Sicherheit, wenn die Lehrkräfte den Schülerinnen und Schülern gesichertes Wissen über das Virus und die aktuellen Themen rund um die Pandemie (u. a. Impfungen, Demonstrationen) zu vermitteln und den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeiten bieten, Fragen zu stellen. Dies kann zum Beispiel im Rahmen von kreativen Gruppenarbeiten (z. B. Erstellung von Plakaten, Podcasts, Kurzvorträgen zu bestimmten Themen) erfolgen. Dieses Vorgehen sensibilisiert die Schülerinnen und Schüler gegenüber Falschinformationen, stärkt bei ihnen das politische Interesse und schafft Verständnis für die erforderlichen Maßnahmen.

➤ **Schaffen Sie Strukturen und Routinen**

Im Alltag der Schülerinnen und Schüler herrschen viele Unsicherheiten, was vermehrt zum Stresserleben führt. Strukturen, Routinen und klare Absprachen schaffen Transparenz und Planbarkeit bezüglich des Unterrichtsgeschehens, der Klassenarbeiten etc.

Insbesondere für Phasen von selbstorganisiertem Lernen gehört es zu den Hauptaufgaben der Lehrkräfte, dieses zu unterstützen bzw. anzuleiten.

Das Aufschieben schulischer Aufgaben erzeugt in der Regel psychischen Druck. Manche Schülerinnen und Schüler haben durch Lernrückstände den Anschluss an den Unterrichtsstoff verloren oder sehen sich angesichts der zunehmend zu bearbeitenden Inhalte überfordert. Damit den Lehrkräften diese Überforderung frühzeitig auffällt und die betroffenen Schülerinnen und Schüler in ihrem Lernprozess begleitet werden, ist die Implementierung eines regelmäßigen Feedbacks bedeutsam.

Die Unterrichtsgestaltung profitiert von der fortschreitenden Digitalisierung, welche allerdings zugleich durch Etablierung neuer Strukturen Stress erzeugen kann. Vor diesem Hintergrund werden klare und transparente Ansagen und Informationen, z. B. über den Unterrichtsablauf und die zu erbringenden Leistungen, benötigt. Insbesondere das Angebot an festen Ansprechzeiten und im Vorfeld gut definierten Kontaktwegen hilft den Schülerinnen und Schülern, bei Problemen an die Lehrkräfte heranzutreten. Dabei ist es sinnvoll, wenn Lehrkräfte im Vorfeld schon Auskunft geben, mit welchen Problemen (z. B. Lernschwierigkeiten, individuellen Belastungen, Hardwareproblemen) sich die Schülerinnen und Schüler frühzeitig an sie wenden sollen.

➤ **Bieten Sie Bewegung, Entspannung und Achtsamkeitsübungen an**

Es zeigt sich, dass die Durchführung von Entspannungsübungen, Bewegungseinheiten sowie Achtsamkeitsübungen dem Stressempfinden vorbeugen bzw. dieses vermindern kann. Je nach Alter bieten sich Fantasiereisen, Atemübungen, Progressive Muskelrelaxation,

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Autogenes Training, Übungen zur Wahrnehmungslenkung sowie Bewegungsübungen an. Diese können in den Unterricht integriert werden⁵.

➤ Fördern Sie Selbstwirksamkeit und Selbstorganisation

Die Erfahrungen aus dem Distanzlernen haben gezeigt, dass Selbstorganisation und das Erleben von Selbstwirksamkeit ein zentraler Schlüssel für den Lernerfolg und die psychische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler darstellen. Daher ist es notwendig, dass diese Eigenschaften auch im Präsenzunterricht und in den Phasen des selbstorganisierten Lernens noch stärker als bisher gefördert werden.

Die Erfahrung, eine Situation aus eigener Kraft mit den vorhandenen, eigenen Ressourcen bewältigt zu haben, stärkt das Gefühl von Selbstwirksamkeit, welches das Individuum gegen negative Folgen von Belastungssituationen wappnet. Hierzu trägt z.B. eine angemessene Aufgabenkultur bei.

Die Bewältigung von Aufgaben, die eine Person eigenständig erfüllen kann, stärkt das Empfinden der eigenen Selbstwirksamkeit, wohingegen die Auseinandersetzung einer Person mit Aufgaben, die entweder nur mit Hilfe lösbar sind oder als nur mit Hilfe lösbar erscheinen, das Gefühl von Selbstwirksamkeit verringern kann. Ferner kann die schrittweise Heranführung an selbstorganisiertes Lernen die eigene Verantwortung für den Lernprozess stärken und sich damit positiv auf die psychische Gesundheit auswirken.

➤ Fördern Sie Verbundenheit

Das Gefühl von Verbundenheit nicht nur zur Schule insgesamt, sondern vor allem auch innerhalb des Klassenverbands, ist ein wichtiger Faktor, um Belastungen zu reduzieren bzw. zu bewältigen. In einigen Klassen, in denen vor der Pandemie keine sicheren sozialen Beziehungen bestanden oder während der Pandemie nicht gebildet wurden, sind ggf. besondere Maßnahmen zur Bildung eines guten Klassenklimas und zur Stärkung der sozialen Beziehungen notwendig. Beziehungsstiftende Rituale, Routinen und Abläufe sind hilfreich, um das Miteinander einer Gruppe zu stärken und zu bewahren.

➤ Etablieren Sie Programme auf Klassenebene

Die in Schule zur Verfügung stehenden Unterstützersysteme (vgl. Abschnitt IV 1.) können nur dann wirksam werden, wenn sie auf Klassenebene von Lehrkräften zur Lerngruppe passend umgesetzt werden. Hierzu werden Lehrkräften Sozialtrainings, Präventionsprogramme u.v.m. geboten. Viele davon sind im Fachunterricht direkt einsetzbar und werden vom IQSH entsprechend angeboten und begleitet (vgl. Abschnitt V). Einige können erst mit

⁵ https://www.schleswig-holstein.de/DE/Landesregierung/III/Service/Broschueren/_functions/broschueren_table.html

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Hilfe weiterer Akteure und Unterstützungsstrukturen umgesetzt werden (wie z.B. der schulischen Erziehungshilfe oder der Schulsozialarbeit).

3. Handlungsempfehlungen auf individueller Ebene

Einige Schülerinnen und Schüler benötigen zusätzlich zu den Maßnahmen auf der Schul- und Klassenebene weitere Unterstützung. Ein Teil der Betroffenen nimmt von sich aus aktiv Kontakt zu den Lehrkräften oder Schulsozialarbeiterinnen und –arbeitern auf, es ist jedoch wichtig, dass die in Schule Tätigen auf die übrigen Schülerinnen und Schüler bei Wahrnehmung einer psychischen Belastung zugehen.

➤ Beraten Sie sich mit anderen über die Schülerin/den Schüler

Es ist sinnvoll, wenn sich die in der Schule Tätigen, welche die jeweilige Schülerin/den jeweiligen Schüler aktuell unterrichten bzw. kennen (z. B. durch das Ganztags- und Betreuungsangebot, die Schulsozialarbeit oder Beratungslehrkräfte), zunächst über die aktuellen Wahrnehmungen untereinander beraten und gemeinsam zu einer Einschätzung der Situation kommen. Gerade die Unterschiede in der Wahrnehmung, z. B. wann die Auffälligkeiten besonders deutlich sind oder wann sie nicht auftreten, sind wichtige Hinweise für die nachfolgend zu initiiierenden Schritte.

➤ Führen Sie Gespräche mit der Schülerin/dem Schüler

Für ein Gespräch mit der Schülerin/dem Schüler bietet sich die Person an, die die tragfähigste Beziehung zu dem Betroffenen hat. Das Gespräch verfolgt zwei Ziele. Zum einen geht es darum, die Wahrnehmungen der in der Schule Tätigen zu überprüfen und gegebenenfalls weitere notwendige Schritte zu unternehmen. Zum anderen sollen die Betroffenen merken, dass sie wahrgenommen werden und als Individuen wichtig sind. Dies stärkt die Beziehung zu den in der Schule Tätigen.

➤ Kooperieren Sie mit den Eltern

Neben dem Gespräch mit der Schülerin bzw. dem Schüler ist bei Minderjährigen der Austausch mit den Eltern von zentraler Bedeutung. Innerhalb der Schule können hierfür die bestehenden Unterstützungsmöglichkeiten (Schulsozialarbeit, Schulische Assistenz, Nutzung der Ganztags- und Betreuungsangebote, ggf. Beratungslehrkräfte) genutzt werden. Es zeigt sich, dass gerade in Fällen von psychischen Belastungen die Eltern insbesondere den Äußerungen der Lehrkräfte stärker als externen Dritten vertrauen.

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Da die Schule die Kinder und Jugendlichen in einem von Zuhause abweichenden Setting mit anderen Anforderungen wahrnimmt, stellt die Einschätzung der pädagogischen Fachkräfte eine wichtige Ergänzung zu der im familiären Kontext erworbenen Sicht auf das eigene Kind dar. Von diesem Hintergrund kommt es daher vor, dass die Eltern von der Rückmeldung der Schule überrascht werden, da die Belastung innerhalb des familiären Systems nicht gesehen wird oder auch nicht sichtbar ist. Daher ist es hilfreich, wenn sich alle Beteiligten während des Austausches bewusst machen, dass die vorgeschlagenen Maßnahmen zum Wohl der Schülerin/des Schülers unternommen werden und unterschiedlichen Wahrnehmungen und Einschätzungen den verschiedenen Settings geschuldet sind. Bei konflikthafter Situationen können die schulischen Unterstützungssysteme und auch der schulpсихologische Dienst beratend und ggf. moderierend tätig werden.

Zusätzlich können außerschulische Unterstützungsmöglichkeiten sowohl von den in der Schule Tätigen als auch von den Eltern sowie den Schülerinnen und Schülern in Anspruch genommen werden. Ein regelmäßiger Austausch ist für alle Beteiligten wichtig, um eventuelle Veränderungen gut im Blick zu behalten.

Die Zusammenarbeit sowie der Austausch mit den Eltern sind gelegentlich konfliktbelastet, allerdings aus verschiedenen Gründen bedeutsam und notwendig:

- Die Eltern erleben ihr Kind in anderen Situationen und machen ggf. andere Beobachtungen als die in der Schule Tätigen. Durch das gemeinsame Gespräch können sowohl die Lehrkräfte als auch die Eltern wechselseitig zu einer besseren Einschätzung der Schülerinnen und Schüler gelangen.
- Die Schule kann das Verhalten einer Schülerin/eines Schülers (ggf. in bestimmten Situationen) besser einschätzen und anders bewerten, wenn die eigenen Beobachtungen um Kenntnis der Wahrnehmung der Kinder/Jugendlichen im familiären Kontext oder aus dem Freizeitbereich ergänzt wird.
- Die Schule kommt ihrer Berichts- und Informationspflicht gegenüber den Eltern nach.

➤ Vermitteln Sie Informationen über individuelle außerschulische Angebote und Begleitdiagnostik

Bei individuell ausgeprägten Belastungen können außerschulische Unterstützungsangebote im Sinne einer Einzelfallhilfe oder die stärkere Anleitung zum Wahrnehmen von schulischen Entlastungs- und Unterstützungsangeboten angezeigt sein. In schwerwiegenderen Fällen ist es notwendig, dass die Lehrkräfte die Schülerinnen und Schüler aufgrund der Notwendigkeit einer Begleitdiagnostik oder von therapeutischen Interventionen an externe Stellen vermitteln müssen (vgl. Abschnitt III).

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Bei der Auswahl und der Vermittlung der Hilfsangebote können sich Lehrkräfte an die schulischen Unterstützungssysteme und den schulpsychologischen Dienst wenden.

➤ Handeln Sie bei Verdacht auf Gefährdung des Kindeswohls

Exkurs IV: Akute Selbstgefährdung

Bei einem Verdacht auf akute Suizidgefährdung ist folgendes Vorgehen vorgesehen:



vgl. **Notfallwegweiser für die Schule bei Krisen und Unglücksfällen** unter <https://www.schleswig-holstein.de/DE/Landesregierung/III/Service/Broschueren/Bildung/Notfallwegweiser.html>

Es hat sich gezeigt, dass die Pandemie zu einer Verstärkung von familiären Konflikten beigetragen hat. Durch die pandemiebedingten Schulschließungen ist evident geworden, dass dem System Schule hierbei eine wichtige und gesundheitssichernde Funktion zukommt, deren Bedeutung für das Kindeswohl immens ist. Die familiären Probleme können aus Sicht der Lehrkraft so gravierend sein, dass diese befürchtet, dass eine Kindeswohlgefährdung innerhalb der Familie bestehen könnte oder dass sich die psychischen Belastungen der Schülerinnen und Schüler so dramatisch zuspitzen, dass eine Suizidgefährdung bei den Betroffenen vorliegen könnte. Bei **akuter Selbstgefährdung** ist schnelles Handeln für Lehrkräfte und aller in Schule Tätigen das oberste Gebot (vgl. Exkurs IV).

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

Eine akute Selbstgefährdung kann vermutet werden, wenn sich aufdrängende Suizidgedanken mit konkreten Suizidabsichten vorliegen und eine akute Suizidhandlung droht.

Bei dem **Verdacht auf eine Kindeswohlgefährdung** oder **Verdacht auf sexuellen Missbrauch** ist es wichtig, reflektiert und bedacht zu handeln und keine Handlungen zu unternehmen, die im Zweifel den Zustand verschlimmern könnten. Hierbei muss eine Beratung bei einer INSOFA (insofern erfahrenen Fachkraft) gemäß § 8b SGB VIII und §4 des Gesetzes zur Kooperation und Information im Kinderschutz (KKG) in Anspruch genommen werden. Die Träger der öffentlichen Jugendhilfe oder die regionalen Kinderschutzzentren vermitteln zuständige Fachkräfte. Bei einem **Verdacht auf sexuellen Missbrauch** durch ein Familienmitglied sollten Gespräche mit den Eltern zunächst unterbleiben.

Bei der Umsetzung der entsprechenden Handlungsoptionen werden Lehrkräfte durch die Konzepte des Zentrums für Prävention im IQSH sowie durch den schulpsychologischen Dienst unterstützt. Weitere Hilfsangebote und Anlaufstellen finden sich im Abschnitt V.

4. Handlungsempfehlungen auf familiärer Ebene

Die familiäre Ebene wirkt auch in das schulische Leben hinein und gehört damit indirekt zum schulischen Umfeld. Die Eltern sowie die Schülerinnen und Schüler fragen oft die in der Schule Tätigen, welche Hilfen bei schulischen und nichtschulischen Problemen zur Verfügung stehen. Hierbei können den Eltern neben einer allgemeinen Beratung auch niederschwellige Anregungen zur Stressreduktion vermittelt werden. Ferner besteht die Möglichkeit, die Eltern an die regionalen Stellen vor Ort weiter zu verweisen.

Für die familiäre Ebene können hilfreiche Maßnahmen zur Bewältigung von pandemiebedingten Belastungen in der Beratung angesprochen werden, die den Maßnahmen des schulischen Umfeldes ähneln, z. B. die Einhaltung von regelmäßigen Strukturen, Abläufen und Absprachen, Implementierung von gemeinsamen Aktivitäten und individuellen Freiräumen, Anregung zur Bewegung und Aufrechterhaltung/Aufbau von sozialen Kontakten, Vermittlung von Wertschätzung, Fokussierung auf Positives sowie das Angebot von Gesprächen rund um das Thema Corona-Pandemie.

Die Allgemeinen sozialen Dienste der Jugendämter in den Kreisen und kreisfreien Städten sowie die regionalen Fachberatungsstellen und Kinderschutzzentren unterstützen die Familien bei weiteren Problemen. Insbesondere wird es darauf ankommen, dass bei Bedarf

niederschwellige Unterstützungsangebote vermittelt werden und so verhindert wird, dass die Kompetenzen der in der Schule Tätigen überschritten werden (vgl. Abschnitt V). Hierfür eignen sich auch die Vermittlung telefonischer Unterstützungsangebote, welche insbesondere dann hilfreich sind, wenn die Eltern und/oder die Schülerinnen und Schüler zunächst erste unverbindliche, niedrigschwellige Erfahrungen machen möchten oder die Gewissheit benötigen, auch nachts und am Wochenende einen kompetenten Ansprechpartner zu haben.

IV. Unterstützungsangebote und Anlaufstellen

1. Angebote des IQSH

Das IQSH-Zentrum für Prävention⁶ unterstützt Lehrkräfte, Schulleitungen, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter sowie schulische Assistenzkräfte mit seinen vielfältigen Angeboten rund um Themen der Prävention und Gesundheitsförderung. Ziel ist die Stärkung der pädagogischen Prävention, die Erlangung von Handlungssicherheit sowie die Implementierung eines Präventionskonzeptes in der Schule. Zu den Arbeitsfeldern gehören neben den Schutzkonzepten gegen sexuelle Gewalt auch die Fürsorge für die psychische und somatische Gesundheit der Schülerinnen und Schüler, der Lehrkräfte und des pädagogischen Personals. Das Gesamtangebot des Zentrums für Prävention ist über das Fortbildungssystem formix⁷ abzurufen.

2. Der schulpsychologische Dienst

Der schulpsychologische Dienst⁸ berät allgemeinbildende Schulen und Förderzentren bei allen schulbezogenen Problemen. Es werden Supervision und Coaching angeboten, um die berufsbezogene Reflexion zu unterstützen und zu einer Entlastung der in der Schule Tätigen beizutragen. Zudem können über das Buchungsportal formix des IQSH Lehrkräftefortbildungen zu schulpsychologischen Themen abgerufen werden, z.B. zum Thema Absentismus oder zum Umgang mit psychischen Erkrankungen in der Schule. In schulischen Krisenfällen unterstützen die Schulpsychologinnen und Schulpsychologen die Schulleitung in der Krisenachsorge und die am Schulleben Beteiligten bei der Bewältigung der Probleme und ggf. bei der Stabilisierung. Der schulpsychologische Dienst kann von Eltern sowie Schülerinnen und Schülern bei schulbezogenen Problemen direkt und vertraulich in Anspruch genommen werden. Die Beratung unterliegt der Schweigepflicht.

⁶ <https://www.schleswig-holstein.de/DE/Landesregierung/IQSH/Arbeitsfelder/ZfP/zfp.html>

⁷ <https://www.secure-learn.de/formix>

⁸ https://www.schleswig-holstein.de/DE/Fachinhalte//inklusion_schulische/schulpsychologen.html

3. Weitere Anlaufstellen

- Über die **Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.** (LVGF⁹) stehen Schulen Informations-, Beratungs- und Vermittlungsangebote zur gesundheitsförderlichen Schulgestaltung zur Verfügung. Das dort aufgebaute **Kompetenznetz Gesundheit in Schule** (KoGiS) unterstützt Schulen und Schulträger aus Schleswig-Holstein direkt, schnell und unkompliziert bei ihrer Arbeit zu Prävention und Gesundheitsförderung. Im Fokus stehen hierbei sowohl die Gesundheit der Schülerschaft als auch die Gesundheit der Lehrenden. Die LVGF gibt Auskunft über gesundheitsrelevanten Themen aller Art, übernimmt die Recherche und Unterstützung bei der Bewertung von Maßnahmen und Angeboten für den individuellen Bedarf und begleitet Schulen bei der Umsetzung von Maßnahmen. Die LVGF vermittelt geeignete Fortbildungsangebote sowie Referentinnen und Referenten, unterstützt bei der Vernetzung und dem Austausch mit Fachinstitutionen und Modellschulen.
- Die **schulische Erziehungshilfe der Förderzentren** arbeitet durchgängig in kooperativen Kontexten sowohl für Förderzentren wie auch für Regelschulen. Sie gibt zur Unterstützung der sozialen und emotionalen Entwicklung von Schülerinnen und Schülern ihre Expertise in einen Kooperationsprozess ein. Welche Maßnahmen in welchem Umfang zur Geltung kommen, ist fall- und ressourcenabhängig. Angeboten werden beispielsweise Beratung von Eltern, kollegiale Fachberatung, Kooperation mit der öffentlichen Jugendhilfe, Durchführung von Fortbildungen für Regelschullehrkräfte u.v.m.
- Die Kreisfachberater schulische Erziehungshilfe und Landeskoordination sind als Lehrkräfte für Sonderpädagogik mit der Fachrichtung emotionale und soziale Entwicklung für die untere Schulaufsicht in den Kreisen bzw. kreisfreien Städten tätig. Zu den Aufgaben der Kreisfachberatungen Schulische Erziehungshilfe gehören unter anderem die Beratung und Unterstützung des jeweiligen Schulamtes wie auch der Schulen in fachlichen Fragen des genannten Förderschwerpunktes. Über die eher kurzfristigen Interventionen in extremen Erziehungssituationen ist die Tätigkeit der Kreisfachberater auch auf die strukturelle Entwicklung der Vernetzung von schulischen und außerschulischen Akteuren im Bereich der Erziehungshilfe gerichtet. Durch veränderte rechtliche Vorgaben (SoFVO seit 01.08.2021) ist es möglich, dass Regelschulen gemeinsam mit Förderzentren sogenannte temporär-intensivpädagogische Maßnahmen einrichten. Ziel dieser Maßnahmen ist es, gemäß einer präventiven Stufung (selektive/indizierte Ebene bzw. sekundäre/tertiäre Prävention) entwicklungsauffälligen und psychisch belasteten Schülerinnen und Schüler unterrichtliche und erzieherische Lernorte zu bieten, in denen

⁹ www.lvgfsh.de/kompetenznetz-schule

Handreichung zum Umgang mit pandemiebedingt belasteten Schülerinnen und Schülern

ein angemessener Umgang mit dem eigenen emotionalen Erleben und sozialen Handeln eingeübt und gelernt werden kann.

- Wird bei Schülerinnen oder Schülern eine psychiatrische oder somatische Erkrankung vermutet oder liegt eine bereits diagnostizierte Erkrankung vor, können sich Lehrkräfte und die Sorgeberechtigten an das **Landesförderzentrum für Pädagogik bei Krankheit** in Schleswig wenden. Dort erhalten die Lehrkräfte und Sorgeberechtigten allgemeine Informationen zu unterrichtlichen Aspekten verschiedener Krankheitsbilder, zum Nachteilsausgleich, zu Fortbildungen für Lehrkräfte und zum Krankenhausunterricht in Schleswig-Holstein.
- Die allgemeinen sozialen Dienste der **Jugendämter**¹⁰ in den Kreisen und kreisfreien Städten und die **Kinderschutzzentren**¹¹ unterstützen Familien bei Problemen.
- In den Regionen finden sich verschiedene **Fachberatungsstellen**, u. a. Erziehungsberatungsstellen, Beratungsstellen bei sexueller Gewalt sowie zu spezifischen Problemen. Das Portal „**Beratungsführer online**“¹² bietet sowohl eine Suche in der Region als auch nach Beratungsschwerpunkt bzw. Zielgruppe an.
- Das **Hilfeportal des UBSKMs** (unabhängiger Beauftragter für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs)¹³ bietet konkrete Beratung und weitere Informationen für Eltern, schulische Kolleginnen und Kollegen und Schüler und Schülerinnen an.
- Das Portal „**Gefühle fetzen**“¹⁴ der Bundespsychotherapeutenkammer richtet sich insbesondere an Jugendliche und informiert über verschiedene psychische Erkrankungen sowie Hilfen.
- Über die Suchmaschine „**Psychotherapeutensuche der deutschen Psychotherapeutenvereinigung**“¹⁵ können approbierte Psychologische Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen und -psychotherapeuten in der Region gesucht werden.
- Für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene stehen zudem die ambulanten Angebote des Zentrums für Integrative Psychiatrie in Kiel und Lübeck zur Verfügung¹⁶.

¹⁰ https://www.schleswig-holstein.de/DE/Fachinhalte/K/kinderJugendhilfe/Downloads/Jugendhilfe_Jugendaemter_AdressenJugendaemter.pdf

¹¹ Home - DKSB Landesverband SH (kinderschutzbund-sh.de)

¹² <https://www.dajeb.de/beratungsfuehrer-online/beratung-in-ihrer-naehe/>

¹³ <https://beauftragter-missbrauch.de>

¹⁴ <https://www.gefuehle-fetzen.net/>

¹⁵ <https://www.deutschepsychotherapeutenvereinigung.de/nc/patienten/psychotherapeutensuche/>

¹⁶ <https://zip.uksh.de/Für+Patienten/Kiel/Ambulanzzentrum+Kiel/Behandlungsangebot+Kinder+und+Jugendliche.html>

4. Angebote und Materialien

➤ Schulische Präventionskonzepte

Das Zentrum für Prävention am IQSH kooperiert mit verschiedenen externen Partnern und hält für Schulen entsprechende Konzepte bereit. Verschiedene Programme können über das Fortbildungsangebot in formix gebucht werden.

- **Mind Matters**¹⁷ zielt darauf ab, das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern sowie von Lehrkräften zu fördern und liefert hierfür im Fachunterricht direkt einsetzbare Unterrichts- und Schulentwicklungsmodule für allgemein- und berufsbildende Schulen. In formix sind Veranstaltungen unter den Nummern PRV0076 und PRV0087 buchbar.
- **Bei Lions Quest**¹⁸ handelt es sich um ein wissenschaftlich fundiertes Lebenskompetenzprogramm zur Gesundheitsförderung, das direkt im Unterricht umsetzbar ist und damit auch präventiv gegen Belastungen wirksam ist. Unterschiedliche Module sind auf die Bedürfnisse der verschiedenen Altersgruppen zugeschnitten. Das IQSH unterstützt zum Umgang mit dem Modul Lions Quest „Erwachsen werden“, aktuell abrufbar unter der Veranstaltungsnummer PRV0019 in formix.
- Das Präventionsprogramm **Rebound**¹⁹ der Finder-Akademie zielt auf die Vermittlung von allgemeiner Lebens- und Risikokompetenz Jugendlicher ab 14 Jahren.
- Die Finder-Akademie bietet mit dem Angebot **Schools That Care**²⁰ eine Arbeitsmethode für Schulen, die psychosozialen Folgen der Pandemie erfolgreich zu bewältigen und befähigt Schulakteure, Handlungsbedarfe zu erkennen, schulspezifische Präventionskonzepte zu erstellen und Ressourcen gezielt zum Wohle von Jugendlichen und Kindern einzusetzen.

➤ Fortbildungsangebote

In formix sind aktuelle Fortbildungsangebote des IQSH und des schulpsychologischen Dienstes z. B. zu diesen und vielen weiteren Themen abrufbar (Veranstaltungsnummer in Klammern): „Pädagogische Prävention - auf dem Weg zum Präventionskonzept“ (PRV0041), Schnupperkurs Prävention (PRV0071, PRV0102), Vorbereitung von Schulen auf schulische Krisenfälle (PRV0140), Umgang mit psychischen Störungen in der Schule (PRV0142).

¹⁷ <https://www.mindmatters-schule.de>

¹⁸ <https://www.lions-quest.de/>

¹⁹ <https://finder-akademie.de/rebound/>

²⁰ <https://finder-akademie.de/schools-that-care>

➤ Weitere Angebote, Materialien und Handreichungen

- Der „**Notfallwegweiser für Schulen bei Krisen und Unglücksfällen**“²¹ des MBWK enthält viele Informationen und Handlungsanweisungen für unterschiedliche Notlagen, die an einer Schule entstehen können.
- Einen Gesamtüberblick über prinzipielle Präventionsfragen und -konzepte bietet die Broschüre „**Pädagogische Prävention**“²² des IQSH-Zentrums für Prävention
- In der Broschüre der Polizei „**Kindesmisshandlung: Kinder schützen – eine Handreichung für Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte**“²³ sind typische Symptome beschrieben, die rechtlichen Grundlagen zusammengefasst und Verhaltensempfehlungen in einem Verdachtsfall erläutert.
- Die Handreichung „**Entspannung in der Schule. Anleitungen und Beispiele**“ der Unfallkasse NRW²⁴ bietet konkrete Anleitung für den Einsatz von Entspannungsmethoden im schulischen Kontext.
- Das **Informationsportal „Corona und Du**“²⁵ zur psychischen Gesundheit für Kinder und Jugendliche bietet eine Plattform für Jugendliche und eine für Eltern an. Neben grundsätzlichen Informationen werden praktische Tipps zur Selbsthilfe sowie bundesweite Hilfsangebote aufgeführt.
- Es gibt die bundesweite, kostenlose und anonyme Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche „**Nummer gegen Kummer**“²⁶, und zwar telefonisch, über einen Chat oder per Mail. Das Kinder- und Jugendtelefon ist unter der Rufnummer „116 111“, das Elterntelefon unter der Rufnummer „0800 111 0 550“ erreichbar
- Die **Telefonseelsorge**²⁷ ist unter der Rufnummer „0800 111 0 111“ rund um die Uhr kostenlos und anonym zu erreichen.

²¹ <https://www.schleswig-holstein.de/DE/Landesregierung/III/Service/Broschueren/Bildung/Notfallwegweiser.html>

²² <https://www.schleswig-holstein.de/DE/Landesregierung/IQSH/Publikationen/Links/Shop/paedagogischePraevention.pdf>

²³ https://www.fachstelle-kinderschutz.de/files/02_Kinderschutzpartner/Polizei/044_HR_Kinder-schuetzen.pdf

²⁴ https://www.unfallkasse-nrw.de/fileadmin/server/download/praevention_in_nrw/praevention_nrw_65.pdf

²⁵ <https://www.corona-und-du.info/>

²⁶ <https://www.nummergegenkummer.de/>

²⁷ <https://www.telefonseelsorge.de/>