

CC: <https://pxhere.com/de/photo/941899>



Hessisches
Kultusministerium



Kompetenzzentrum
Schulpsychologie Hessen

Kurz-Programmvorstellung Psychische Gesundheit und Schule (IMPRES) im Rahmen des Fachtages „Mit Resilienz durch den Schulalltag“

Präsentation angepasst von Johanna Almon, SSA Hanau Stand 26.09.2023

Check in

?

0

10

„Das Thema psychische Erkrankungen spielt an meiner Schule eine Rolle.“



Grundinformationen zum Unterrichtsprogramm IMPRES „Psychische Gesundheit und Schule“



Rahmung & Einstiegsritual



Beispiel für Square Breathing, University of Alabama at Birmingham: https://www.youtube.com/watch?v=bF_1ZiFta-E



Psychische Gesundheit
und Schule

Psychische Gesundheit und psychische Erkrankung verstehen



Ziele:

1. Psychische Gesundheitskompetenz und Resilienz stärken
 2. Stigmatisierung bekämpfen
- Zielgruppe: 8.-11. Klasse
 - Im Rahmen von Löwenstark – der BildungsKICK: seit 2022 Durchführung durch Schulpsychologinnen und Schulpsychologen
 - SJ 2023/24 Multiplikatorenschulungen
 - Unterstützende Begleitung durch Lehrkräfte
 - 6 Module – wöchentlich 2 Schulstunden bzw. Projekttag



Ziel:

Die 4 Komponenten
der psychischen
Gesundheitskompetenz
stärken

1. Zu verstehen, wie gute psychische Gesundheit verbessert und erhalten werden kann
2. Zu verstehen, was psychische Erkrankungen sind und wie man diese behandeln kann
3. Die Verminderung von Stigmatisierung
4. Die Verbesserung der Selbstwirksamkeit, um Hilfe zu suchen (wissen, wann und wo man Hilfe bekommt und die notwendigen Fähigkeiten besitzen, die eigene Selbstfürsorge zu fördern und eine gute Versorgung zu erhalten)

Die Module



1. Stigmatisierung
psychischer Erkrankungen



4. Erfahrungen mit psychischen
Erkrankungen



2. Psychische Gesundheit
und psychische Erkrankungen
verstehen



5. Hilfe und Unterstützung
bekommen

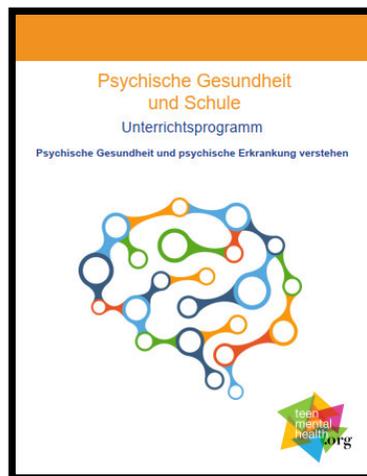


3. Informationen zu
psychischen Erkrankungen



6. Wieso ist psychische
Gesundheit wichtig?

Manual & Material



<https://hessenbox-a10.rz.uni-frankfurt.de/getlink/fiQryso2QP62yF7w2o7DQZ/Psychische%20Gesundheit%20und%20Schule>

M3: Welche Psychischen Krankheiten sind Themen

ADHS

Bipolare Störung

Depression

Schizophrenie

Angststörungen

Zwangsstörungen

Essstörungen

PTBS

Hilfe und Unterstützung bekommen

Vorbereitung		Seite	
„Überblick - Worum geht es in diesem Modul?“		S. 131	
Organisatorisch: „Im Voraus - Was muss ich vorbereiten?“		S. 131	
Vorbereitung: „Vorlage: Anlaufstellen“		S. 132-133	
Mit der Klasse	Zeit	Material	Seite
Aktivität 1 Wo gibt es Hilfe?	45 min.	Infoblatt „Behandlungsmöglichkeiten“ & Kopiervorlage der Szenario-Karten im Anhang	Aktivität 1 S. 134-135
		PowerPoint Präsentation „Behandlung und Genesung“ (digitale Materialsammlung)	Anhang S. 137-139
Optional - Aktivität 2 Unterstützungsstrategien (Hausaufgabe)	5 min.	Infoblatt „Wie helfen?“ & „Was hilft?“ im Anhang	Aktivität 2 S. 136
			Anhang S. 140-141



Hessisches Kultusministerium

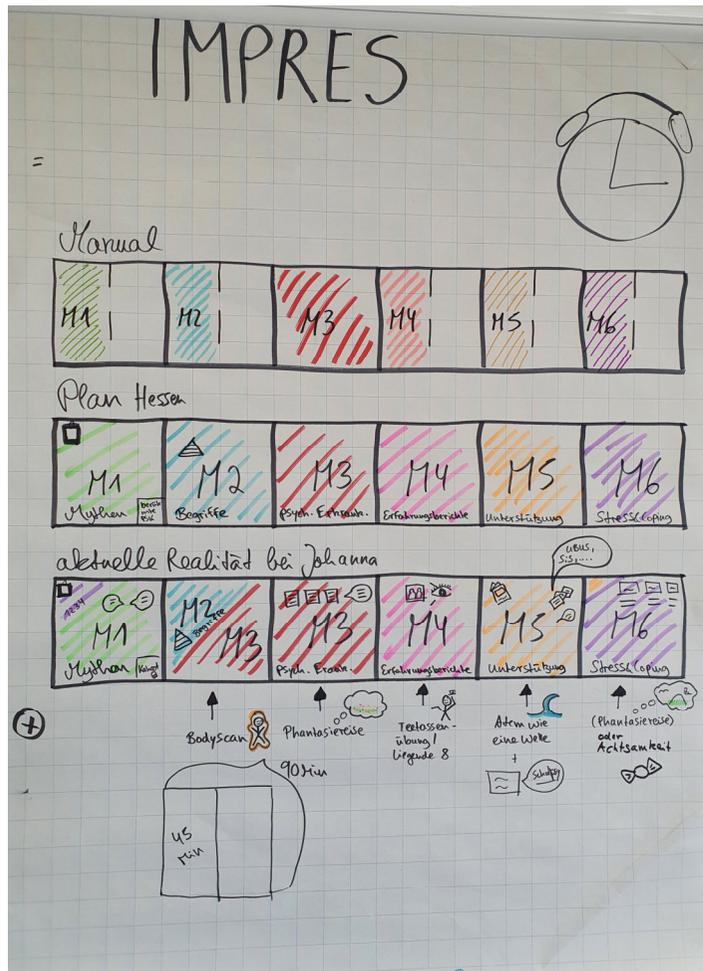


Kompetenzzentrum
Schulpsychologie Hessen

M5: Hilfe und Unterstützung bekommen

Schulische Unterstützungssysteme

Praxiserfahrungen



- Sorgen der Lehrkräfte („Auslöser“?)
- Modul 3 & 5 Inhalte
- Zeitanpassung & inhaltliche Anpassung an Zielgruppe
- Mehr „Resilienz“ rein

Quiz für SuS: Kahoot

<https://create.kahoot.it/share/kahoot-zur-wissensstanderhebung/aa081fc2-96a2-4d59-bd43-aad3402ed9e2>

Basierend auf dem Schülerfragebogen aus dem Manual



Praxiserfahrungen

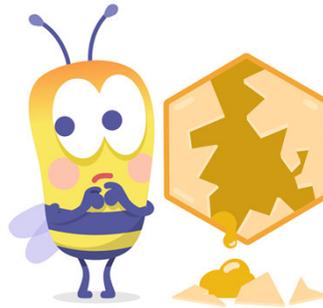


- Berührungsängste
- Fragen der SuS
- Mehr SuS-Aktivität
- Transparenz
- Schwellen senken

Ihre Fragen



Was tun, ..



Rahmung des Unterrichtsprogramms vorab in der Klasse:

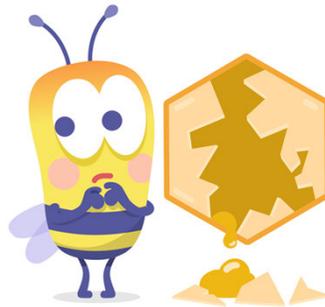
... bei Sorge, dass das Unterrichtsprogramm etwas (negatives) bei den Schüler:innen auslöst?

→ Vorab

- Schüler:innen über Hilfsangebote informieren, an die sie sich wenden können
- Kontakt zu Schulsozialarbeit / UBUS/ Schulpsychologie...
- Grenzen der Vertraulichkeit klären
- in der Klasse offen ansprechen

„Wir möchten mit dem Programm gemeinsam über das Thema psychische Gesundheit und psychische Erkrankungen ins Gespräch kommen. Ihr könnt eure persönliche Geschichten/ Erfahrungen teilen, müsst es aber NICHT. Achtet auf eure persönlichen Grenzen und euer Bauchgefühl.“

Was tun, ..



... bei Sorge, dass das Unterrichtsprogramm etwas (negatives) bei den Schüler:innen auslöst?

Die Anwendung des Unterrichtsprogramms in der Klasse löst **keine** psychische Erkrankung aus. Es kann sein, dass Schüler:innen bei bestimmten Inhalten durch eine eigene Betroffenheit (selbst oder im Umfeld) mehr angesprochen werden, als andere, und dass sie die Inhalte anders aufnehmen und ggf. auch anders reagieren.

Die Besprechung der Themen in der Klasse kann dazu führen, dass vorhandene Probleme aufgedeckt werden, da vermittelt wird, dass über psychische Erkrankungen und Beeinträchtigungen genau wie andere Erkrankungen gesprochen werden darf und dass es Hilfe gibt. Das Programm soll entsprechend Schüler:innen befähigen, über Probleme zu sprechen bzw. sich anzuvertrauen und Hilfe zu suchen. Deswegen ist es wichtig zu wissen, welche Hilfe man innerhalb oder außerhalb der Schule empfehlen kann.

Empfehlungen für Lehrkräfte

Bedenken und Beobachtungen im Kollegium teilen

Ausgebildete Fachkräfte mit ins Boot holen

Mit dem Unterstützungsteam besprechen, welche Änderungen im Schulalltag/ Unterricht nötig sind

Sich aussprechen, dass die/der Jugendliche von psychologischen Fachpersonal begutachtet wird



Behutsam das Gespräch suchen; vermitteln, dass es Hilfe gibt

- Floskeln/Vorwürfe vermeiden:
- „sowas darf man doch nicht denken/sagen/tun“
 - „das Leben ist doch schön“

Gespräch mit den Eltern/Erziehungsberechtigten anregen

Empfehlungen für Lehrkräfte – im konkreten Fall

Modul 5

- Adäquate Weiterleitung – Navigation innerhalb der Schule kennen
- keine Diagnosen – das machen psychologische Fachkräfte/Dienste
- keine konkreten Vorschläge zu bestimmten Behandlungsmethoden
- Teil des Unterstützungssystems sein, arbeiten Sie zusammen (Achtung: Unterstützung ≠ Beratung, Therapie, etc.)

Achten Sie auf Ihre Sprache:

„Maria ist depressiv“/ „Michael hat ADHS“ ❓ Diagnosen

Beschreiben, was beobachtet/wahrgenommen wird:

„Maria sieht traurig aus, weint die meiste Zeit und schafft es nicht, ihre Aufgaben zu erledigen“/„Michael steht häufig auf und hat Schwierigkeiten, aufmerksam zu bleiben“



Kontakt

Johanna Almon, Schulpsychologin
Ansprechpartnerin IMPRES im Schulamt Hanau

 Johanna.Almon@kultus.hessen.de

 06181-9062-135

Staatliches Schulamt für den Main-Kinzig-Kreis
Hessen-Homburg-Platz 8
63452 Hanau

