

Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen Schleswig-Holstein
Schreiberweg 5 | 24119 Kronshagen

An die
Schulleitungen
Kolleginnen und Kollegen

Heike Kühl-Frese
heike.kuehl-frese@iqsh.landsh.de
Telefon: 0431 5403-309

12.02.2021

PSYCHISCHEN BELASTUNGEN VON KINDERN UND JUGENDLICHEN BEGEGNEN

Sehr geehrte Damen und Herren,

inzwischen leben, arbeiten und unterrichten wir schon fast ein Jahr unter besonderen Bedingungen – eine Zeit, die Schülerinnen und Schüler, deren Eltern, Lehrkräfte, Schulleitungen sowie alle an Schule tätigen Personen zum Teil vor extreme Herausforderungen stellt.

Nach wie vor gelingt es einer Vielzahl der genannten Akteure, diese Herausforderungen zu bewältigen – daneben gibt es aber auch viele Menschen, denen dies nicht oder nur unzureichend gelingt.

Inzwischen liegen uns Studienergebnisse vor, die belegen, wie sich die Zeit der Schulschließungen im ersten Lockdown bei Schülerinnen und Schülern ausgewirkt hat: Das allgemeine Belastungsempfinden stieg, es entstanden psychosomatische Beschwerden wie Gereiztheit, Einschlafprobleme, Kopfschmerzen und Niedergeschlagenheit. Besonders gravierend wurden die Belastungen bei denjenigen empfunden, die ohnehin in prekären oder anderweitig benachteiligten Verhältnissen aufwachsen.¹ Auch die Anzahl an Meldungen von körperlicher Gewalt stieg an, hier zeigten sich Korrelationen zu den Familien, in denen ein oder beide Elternteile von Kurzarbeit betroffen waren oder in denen ein Elternteil an Angst- oder depressiven Störungen leidet.² Auch die Konsumgewohnheiten änderten sich, der Anstieg bei den Online-Spielen betrug 75%.³

¹ vgl. COPSYS-Studie → www.uke.de/copsy

² vgl. Studie der TU München zu häuslicher Gewalt während der Corona-Pandemie
→ <https://www.tum.de/die-tum/aktuelles/covid-19/artikel/article/36053/>

³ vgl. DAK-Studie: Gaming, Social-Media & Corona
→ <https://www.dak.de/dak/gesundheit/dak-studie-gaming-social-media-und-corona-2295548.html#/>

Insgesamt können wir davon ausgehen, dass viele Schülerinnen und Schüler einem erheblichen Leidensdruck ausgesetzt sind, der über die Zeit der Schulschließungen andauern wird.

Auch im regulären Schulbetrieb ist es meist schwierig, Kontakt zu derart belasteten Kindern und Jugendlichen herzustellen und Hilfe zu vermitteln. In Zeiten des Distanzlernens scheint dies noch problematischer. Deshalb die herzliche Bitte an Sie:

- **Bitte nehmen Sie über den regulären Unterricht Kontakt zu den Schülerinnen und Schüler auf, deren Verhalten Sie besorgt!** Zeigen Sie Interesse an ihrem Befinden, ermutigen Sie sie, von ihrer häuslichen Situation zu erzählen und machen Sie sich ein Bild vom Zustand der einzelnen Schülerinnen und Schüler! Machen Sie sie im Bedarfsfall auf Hilfsangebote aufmerksam!
- Lassen Sie sich nicht von möglicherweise abweisenden Verhaltensweisen irritieren; viele Kinder und Jugendliche haben sich diese zur Strategie gemacht, um mit ihren Nöten klarzukommen. Bleiben Sie freundlich und machen Sie nochmals Ihr Interesse an der Person deutlich.
- Bleiben Sie dabei in Ihrer Rolle als Pädagogin oder Pädagoge. Nehmen Sie Ihre Schülerinnen und Schüler als Menschen wahr und zeigen Sie Interesse an ihrem Wohlbefinden und vermitteln bei Bedarf entsprechende Hilfsangebote. Selbst wenn diese abgelehnt werden, bleibt die Erfahrung der Fürsorge!
- Bitte unterstützen Sie Ihre Schülerinnen und Schüler auch über die Zeit der Schulschließung hinaus, denn die sozial-emotionalen Folgen der Krise werden noch lange Zeit spürbar sein.

Das IQSH Zentrum für Prävention unterstützt Sie durch eine Vielzahl von Fortbildungsangeboten.

Ansprechpartnerin

Heike Kühl-Frese

Tel. 0431 5403 309

E-Mail: heike.kuehl-frese@iqsh.landsh.de

Wir danken Ihnen für Ihren Einsatz für die Schülerinnen und Schüler!

Mit herzlichen Grüßen und besten Wünschen



Heike Kühl-Frese

Leitung IQSH-Zentrum für Prävention

Ausgewählte Fortbildungen des IQSH - Zentrum für Prävention

- Mehr Handlungssicherheit bei Verdacht auf Kindeswohlgefährdung
→ für Lehrkräfte und Schulsozialarbeitenden: **formix.info/PRV0128**
→ für Schulleitungen: **formix.info/PRV0133**
- Beziehung in Corona-Zeiten – worauf es jetzt ankommt → **formix.info/PRV0132**
- Psychisch gesund in der Schule → **formix.info/GSU0158**
- Programm MindMatters - mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln
 - Grundschulen → **formix.info/PRV0076**
 - Sekundarschulen → **formix.info/PRV0087**
- Sexueller Missbrauch in der Familie: wahrnehmen - verstehen – handeln
→ **formix.info/PRV0061**
- Herausforderndem Verhalten mit professioneller Rolle begegnen → **formix.info/PRV0083**
- Weitere Informationen erhalten Sie im Fachportal
→ **<https://fachportal.lernnetz.de/praevention.html>**

Hilfsangebote für Kinder und Jugendliche

Zentraler Notruf in ganz Deutschland - 24 Stunden erreichbar: KEINE Beratung aber schnelle Hilfe gibt es immer unter 110

Nummer gegen Kummer: 116 111
Montag bis Samstag von 14 – 20 Uhr

Telefonseelsorge

T. 0800/111 0 111 und 0800/111 0 222 Beratung für alle Menschen mit Sorgen oder in Krisensituationen anonym und kostenlos, rund um die Uhr, auch unter: www.telefonseelsorge.de

Kinderschutzzentren Schleswig-Holstein

Kinderschutz-Zentrum **Kiel**, Tel.: 0431 122180, E-Mail: info@kinderschutz-zentrum-kiel.de

Kinderschutz-Zentrum **Lübeck**, Tel.: 0451 78881, E-Mail: kinderschutz-zentrum-luebeck@awo-sh.de

Kinderschutz-Zentrum **Westküste**, E-Mail: kinderschutz@dw-husum.de

Husum: Tel.: 04841 691450

Heide: Tel.: 0481 6837307

Nebenstelle Brunsbüttel: Telefon: 04852 391129

Nebenstelle Niebüll: Telefon: 04661 901966

Kinderschutz-Zentrum **Holstein-Mitte**, Tel: 04561/5123-0, Email: info@kinderschutzbund-oh.de

Deutscher Kinderschutzbund **Segeberg** gGmbH, Tel. 04551 – 88888, info@kinderschutzbund-se.de

Montag bis Freitag 8.00 bis 12.00 Uhr

Orts- und Kreisverbände vom Kinderschutzbund Schleswig-Holstein
<https://www.kinderschutzbund-sh.de/vorort.html>

Muslimisches Seelsorgetelefon

Das Muslimische Seelsorgetelefon MuTeS steht allen Menschen in seelischen Notlagen anonym zur Verfügung. Die Beratungen finden in der Regel in deutscher Sprache statt, dienstags in türkischer Sprache; nach Absprachen sind auch Beratungen in Arabisch, Urdu, Französisch, Englisch und Bosnisch möglich. Träger von MuTeS ist Islamic Relief Deutschland e. V.

Informationen unter: www.mutes.de

Hilfetelefon Sexueller Missbrauch: 0800 22 55 530

Hier gibt es vertrauliche Hilfe und Antworten auf Fragen bei sexuellem Kindesmissbrauch.
Montag, Mittwoch und Freitag von 9 – 14 Uhr, Dienstag und Donnerstag von 15 – 17 Uhr

Save-me-online.de

Online-Beratung und –Hilfe zu allen Fragen von sexueller Gewalt
www.nina-info.de/save-me-online.html

Darüber stehen Ihnen natürlich die regionalen Beratungsstellen und Institutionen in den Kreisen zur Verfügung!