

Depressionen bei Schülerinnen und Schülern

1. Allgemeine Informationen

Depressionen gehören zu den am häufigsten diagnostizierten und behandelten psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen (vgl. Kinder- und Jugendreport, 2019; vgl. Barmer Arztreport, 2021). Sie stellen für diese eine erhebliche Einschränkung der Lebensqualität, ihrer (schulischen) Leistungsfähigkeit und nicht zuletzt ihrer gesamten Entwicklungsmöglichkeiten dar und verursachen oft eine große Belastung für deren Familie.

Vor diesem Hintergrund soll das vorliegende Material Ihnen als Lehrkraft hilfreiche Informationen und Unterstützungsmöglichkeiten in Bezug auf depressive Erkrankungen bei Schülerinnen und Schülern zur Verfügung stellen. Wir möchten Sie als Lehrkraft dabei unterstützen, im Umgang mit depressiven Schülerinnen und Schülern geeignete Maßnahmen durchzuführen, und zum proaktiven Handeln ermutigen.

2. Begriffsklärung

Depressionen können in vielfältiger Art und Weise auftreten und einige Wochen bis mehrere Jahre andauern. Treten neben den folgenden Kernsymptomen noch weitere Symptome über mehr als zwei Wochen auf, spricht man nach ICD-10¹ von einer depressiven Episode:

- **gedrückte Stimmung**
 - **Interessensverlust/Freudlosigkeit**
 - **Verminderung des Antriebs/erhöhte Ermüdbarkeit**
- } **Kernsymptome**

Die folgende Übersicht zeigt neben den Symptomen und den häufigsten Begleiterkrankungen von Depressionen im Jugendalter auch mögliche weitere Warnsignale für Depressionen bei Kindern und Jugendlichen (z. B. auch selbstverletzendes Verhalten) auf.

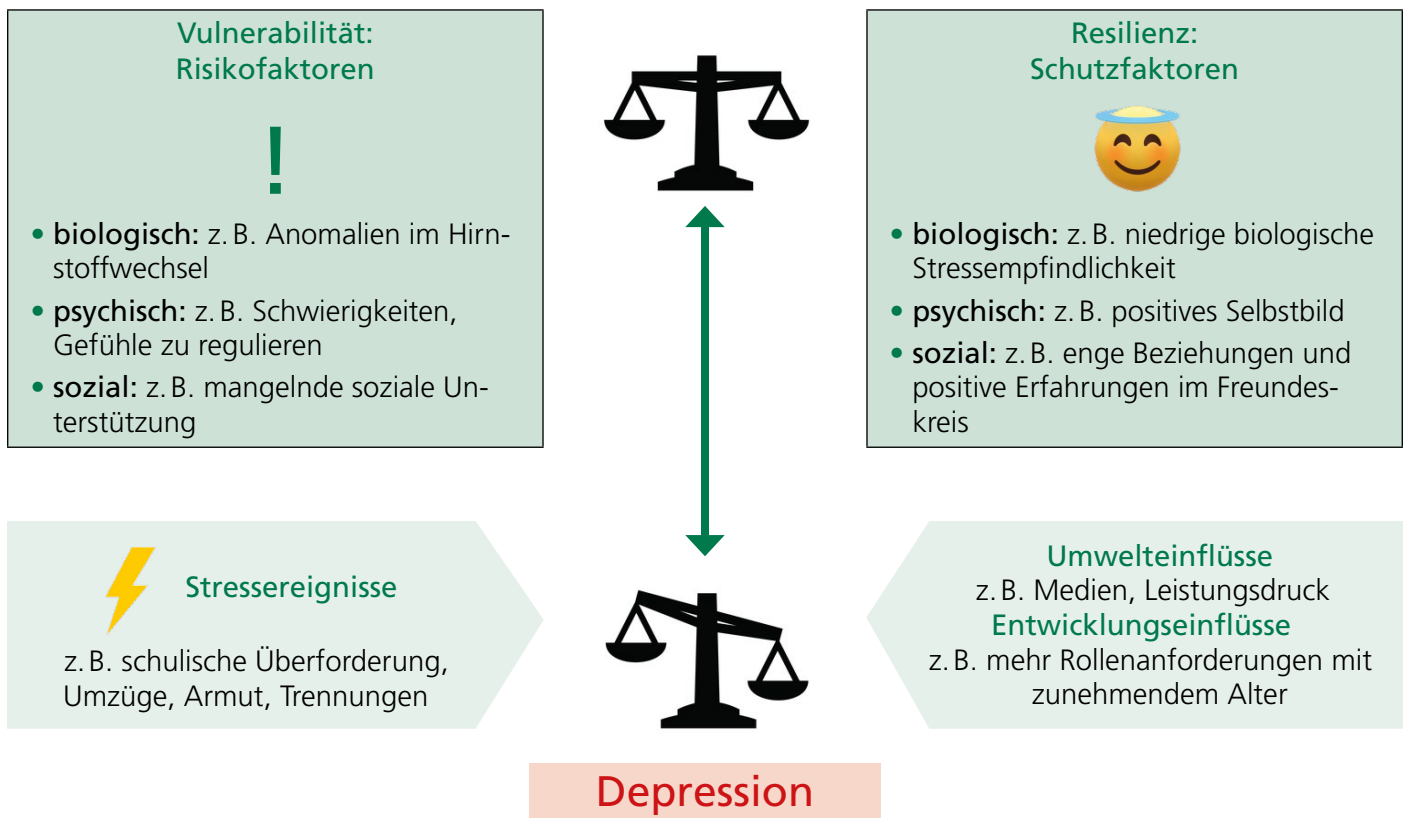
<p>psychische Symptome</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stimmungsschwankungen • Niedergeschlagenheit/Traurigkeit • negative und pessimistische Zukunftsperspektiven • ausgeprägte Wut oder Reizbarkeit • erhöhte Nervosität • Gleichgültigkeit • geringe Selbstachtung • vermindertes Selbstvertrauen • Schuldgefühle • Energie- und Antriebslosigkeit • Hoffnungslosigkeit • schlechte Konzentrationsfähigkeit • Verlangsamung • reduzierte Informationsverarbeitung • Motivations-, Interessenverlust • starke Leistungsschwankungen 	<p>körperliche Symptome</p> <ul style="list-style-type: none"> • Müdigkeit • Schlafstörungen/erhöhtes Schlafbedürfnis • Appetitlosigkeit/übermäßiger Appetit • psychosomatische Beschwerden
<p>Begleit- erkrankungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angststörungen • Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen • Störungen des Sozialverhaltens • Teilleistungsstörungen 	<p>soziale Symptome</p> <ul style="list-style-type: none"> • zunehmende Isolation • erhöhte Fehlzeiten in der Schule • sozialer Rückzug • aggressives Verhalten <p>Begleit- erkrankungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Essstörungen (häufiger bei Mädchen) • Substanzmissbrauch (Alkohol, Drogen, Medikamente ...) • Zwangsstörungen • nichtsuizidales selbstverletzendes Verhalten (NSSV)

¹ Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme der Weltgesundheitsorganisation (WHO)

3. Erklärungsmodell

Die Entstehung von Depressionen wird häufig mit unterschiedlichen Darstellungen eines sog. Vulnerabilitäts-Stress-Modells beschrieben. Es wird dabei von einer multikausalen Verursachung ausgegangen, d. h.: Keiner der Faktoren führt allein zur Störung!

Liegen vermehrt Risikofaktoren (z. B. mangelnde soziale Unterstützung) im Vergleich zu Schutzfaktoren (z. B. enge soziale Bindungen) vor, führt dies zu einem seelischen Ungleichgewicht und bedingt die Vulnerabilität, d. h. die Verletzlichkeit einer Person. Treten zudem Stressereignisse auf, kann die Person auf diese belastenden Umstände möglicherweise nicht mehr adäquat reagieren und es erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass die Person eine Depression entwickelt².



4. Diagnostischer Prozess

Es ist wichtig, dass Depressionen möglichst frühzeitig erkannt und behandelt werden. Bei einem begründeten Verdacht für das Vorliegen einer Depression ist daher eine eingehende fachärztliche Diagnostik angezeigt, auf die dann eine Behandlung (Therapie) folgen kann. In der Regel sind für eine nähere diagnostische Abklärung neben Haus- bzw. Kinderärztinnen und -ärzten insbesondere Fachärztinnen und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Fachärztinnen und Fachärzte für psychosomatische Medizin sowie Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen und -therapeuten die richtigen Ansprechpartner. Da mehrere unterschiedliche Informationsquellen die Qualität der Diagnostik absichern, sind die Beobachtungen der Lehrkräfte – hier zentral die Wahrnehmung etwaiger schleichender Verhaltensveränderungen bei dem Kind oder der bzw. dem Jugendlichen – ein wichtiger Aspekt im diagnostischen Prozess. Teilweise werden unter Einbeziehung der Schulleitung über die Erziehungsberechtigten Fragebögen der Fachärztinnen und Fachärzte an Lehrkräfte weitergegeben.

Falls Sie bei einer Schülerin oder einem Schüler den Verdacht auf Depression hegen, können Sie mit anderen Lehrkräften sowie mit der Schulpsychologin oder dem Schulpsychologen als schulische Expertinnen und Experten ihre Eindrücke besprechen. Somit kann ein professioneller Austausch in der Schule eine gute Grundlage für weitere Schritte, wie z. B. ein Elterngespräch, sein, das mit der Schulpsychologin bzw. dem Schulpsychologen auch vorbesprochen oder gemeinsam geführt werden kann.

² Quelle für die eigene Darstellung ist das Diathese-Stress-Modell (Petermann, 2013); Grafiken ©ClipDealer

5. Mögliche Aufgaben zur Unterstützung einzelner Schülerinnen und Schüler

Ein wertschätzendes und offenes Schulklima ermöglicht, dass sich Erziehungsberechtigte an die Schule wenden und über das Vorliegen einer Depression bei ihrem Kind sprechen. Unterstützungsmöglichkeiten können dabei von der gesamten Schulgemeinschaft angeboten werden, wobei neben der Schulleitung als Entscheidungsträger und der zuständigen Schulpsychologin oder dem zuständigen Schulpsychologen auch die Klassenleitung des betroffenen Kindes bzw. der oder des Jugendlichen sowie die unterrichtenden Lehrkräfte verschiedene Aufgaben übernehmen können. Unter Umständen ist es sinnvoll, auch die Beratungslehrkraft, insbesondere hinsichtlich Fragen zur Schullaufbahn, einzubeziehen.

Wie und von wem die möglichen Aufgaben zur Unterstützung betroffener Schülerinnen und Schüler an einer Schule wahrgenommen werden, wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst, insbesondere von der Schulart, den personellen Ressourcen oder den individuellen Bedürfnissen der betroffenen Schülerinnen und Schüler. Eine mögliche Aufgabenverteilung zur schulischen Unterstützung und Begleitung betroffener Schülerinnen und Schüler könnte folgendermaßen gestaltet werden:

Rolle und Funktion	mögliche Aufgaben
unterrichtende Lehrkräfte	<ul style="list-style-type: none"> • interagieren wertschätzend, zuverlässig und damit vertrauenswürdig. • benennen in ihren Rückmeldungen an die Schülerin oder den Schüler während des Unterrichts insbesondere die Stärken. • unterbrechen ungünstige Denkstrukturen z. B. durch geplante Aktivierung und Einbeziehung von sicher zu bewältigenden Aufgaben. • verweisen in Gesprächen mit Eltern und Schülerinnen bzw. Schülern auf die Übersicht zu schulischen und außerschulischen Ansprechpartnern und regionalen Hilfsangeboten, die auf der Schulhomepage zur Verfügung steht. • ermuntern die Schülerin bzw. den Schüler, sich bei Bedarf Hilfe und Unterstützung z. B. bei der Beratungslehrkraft bzw. der Schulpsychologin oder dem Schulpsychologen zu holen, bieten Vermittlung und ggf. auch selbst das offene Gespräch an. • ...
Klassenleitung	<ul style="list-style-type: none"> • bündelt Informationen, insbesondere die Beobachtungen der Lehrkräfte. • koordiniert schulische Maßnahmen. • hält regelmäßig Kontakt zu den Erziehungsberechtigten. • übernimmt das Monitoring der Fehlzeiten. • tauscht sich regelmäßig mit der zuständigen Schulpsychologin oder dem zuständigen Schulpsychologen aus, im Rahmen deren bzw. dessen Schweigepflicht. • ...
Beratungslehrkraft	<ul style="list-style-type: none"> • berät hinsichtlich vielfältiger Möglichkeiten der Schullaufbahn im Sinne der Durchlässigkeit im Schulsystem und des Erreichens von Abschlüssen. • informiert im Rahmen geltender Verordnungen z. B. über Ersatzprüfungen, Vorrücken auf Probe oder auch freiwilliges Wiederholen. • informiert und berät zu Lern-, Leistungs- und Verhaltensschwierigkeiten. • ...
zuständige Schulpsychologin bzw. zuständiger Schulpsychologe	<ul style="list-style-type: none"> • vereinbart im Rahmen der Beratung regelmäßige Kontakte mit der betroffenen Schülerin bzw. dem betroffenen Schüler. • steht sowohl der Schülerin bzw. dem Schüler als auch den Eltern und den Lehrkräften mit der entsprechenden Fachexpertise zur Verfügung. • informiert und berät die unterrichtenden Lehrkräfte bei pädagogisch-psychologischen Fragen im Zusammenhang mit der depressiven Erkrankung des Kindes oder der bzw. des Jugendlichen. • hilft Maßnahmen anzubahnen (wie z. B. Unterstützung durch Peers, Festhalten von Zielvereinbarungen oder Konzepte zum Umgang mit Fehlzeiten) und hilft ihre Wirksamkeit zu überprüfen. • aktualisiert die Übersicht zu schulischen und außerschulischen Ansprechpartnern und regionalen Hilfsangeboten auf der Schulhomepage. • vermittelt, ohne selbst behandelnd tätig zu werden, bei Bedarf weitere (außerschulische) Hilfe- und Therapieangebote und stellt für diese die Gelenkstelle zur Schule dar. • ...
Schulleitung	<ul style="list-style-type: none"> • entscheidet über zu treffende Maßnahmen, insbesondere nach einem Klinikaufenthalt, unter Einbeziehung der zuständigen Schulpsychologin bzw. des zuständigen Schulpsychologen und ggf. der Beratungslehrkraft. • bespricht mit den Lehrkräften, insbesondere der Klassenleitung, den Umgang mit Fehlzeiten und geeignete Maßnahmen zur Unterstützung der Schülerin bzw. des Schülers in der Klasse. • ...

Materialien für die Schulen zur Unterstützung in der Aufklärung über Depression und dem Umgang mit der psychischen Erkrankung

**Aktiv
Gegen
Depression**



Webseite des Kultusministeriums mit Erklärvideo, Flyer und Unterstützungskarten
www.aktiv-gegen-depressionen.de



STAATSIINSTITUT FÜR SCHULQUALITÄT
UND BILDUNGSFORSCHUNG
MÜNCHEN

Unterrichtsmaterial des ISB
www.isb.bayern.de/grundsatzabteilung/paedagogische-grundsatzfragen-blkm/praevention

Literaturhinweise und weiterführende Links

- Bayerisches Staatsministerium für Unterricht und Kultus: 10-Punkte-Programm zur Aufklärung über Depressionen und Angststörungen an den bayerischen Schulen (www.km.bayern.de/ministerium/meldung/6530/schulen-in-bayern-leisten-wichtigen-beitrag-zur-aufklaerung-ueber-depressionen.html, aufgerufen am 28.02.2022)
- Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege: Depression (www.stmgp.bayern.de/vorsorge/psychische-gesundheit/depression/#Depression-bei-Kindern-und-Jugend%C2%ADlichen, aufgerufen am 28.02.2022)
- FIDEO-fighting depression online / Stark gegen Depression (www.fideo.de, aufgerufen am 28.02.2022)
- Kinder- und Jugendreport 2019. Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Schwerpunkt: Ängste und Depressionen bei Schulkindern (www.dak.de/dak/download/report-2169376.pdf, aufgerufen am 28.02.2022)
- Staatliche Schulberatung in Bayern (www.schulberatung.bayern.de, aufgerufen am 28.02.2022)
- Stiftung Deutsche Depressionshilfe (www.deutsche-depressionshilfe.de/start, aufgerufen am 28.02.2022)
- Weltgesundheitsorganisation: Depression (www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression, aufgerufen am 28.02.2022)
- Petermann, Franz, 2013: Lehrbuch der Klinischen Kinderpsychologie
- Schneider, Silvia und Margraf, Jürgen, 2019: Lehrbuch der Verhaltenstherapie, Band 3. Psychologische Therapie bei Indikationen im Kindes- und Jugendalter