

## Jugendsozialarbeit am Otfried-Preußler-Gymnasium im Jahr 2019-2020

Auch im Jahr 2019-2020 waren und sind wir, Hubert Goldbrunner und Malena Paula, als mittlerweile sehr eingespieltes Team der Jugendsozialarbeit für die Kinder und Jugendlichen am OPG aktiv. Im ersten Halbjahr lief alles wie gehabt. Das Schuljahr startete mit der Tutorenschulung zusammen mit Frau Kinzel und Frau Fleischmann, gefolgt von der Informationsveranstaltung für die Mittelstufe "Sichere Wiesn" und "Wiesn Gentleman". Die Medienkompetenztrainings „Sei gscheit“ und „Bloßgestellt im Netz“ haben ebenso Tradition wie der Vortrag des Neonazi-Aussteigers Felix Benneckenstein für die 10. Jahrgangsstufe. Das Fußball-Projekt „Bunt kickt gut“ für Einheimische und Geflüchtete ging sogar bereits in das 5. Jahr. Auch die meisten Schulfahrten wurden wieder ebenso sozialpädagogisch begleitet, da es hier genau um unser Thema, das Miteinander, geht. Das ebenfalls bewährte Vorleseprojekt am Bundesweiten Vorlesetag im November wurde dieses Jahr sogar erweitert. In Kooperation mit Frau Simon gingen wir mit den Schüler\*innen der Klasse 10a, an die Raben-Schule um den Grundschüler\*innen dort vorzulesen. Dies war nicht nur für die Kleinen ein Genuss, sondern auch die Großen waren ganz begeistert von der schönen Erfahrung: sie starteten voll durch und lasen gleich den 5.-Klässler\*innen des OPG auch noch vor.

Ganz neu war heuer die Vorführung des Films „Grau ist keine Farbe“ mit anschließender Fragerunde und Diskussion für die Schüler\*innen der Q11. Es hat uns besonders gefreut, den Regisseur des Films Luca Zug, den Kameramann Paul Schweller, sowie Marcel B., einen jungen selbst von Depression betroffenen Studenten vom Münchner Bündnis gegen Depression, für diese Veranstaltung gewinnen zu können. Selbstverständlich standen auch unsere Schulpsychologin Frau Schnabl und wir - als Fachkräfte der Schule - für Informationen zur Verfügung.

*„An deutschen Schulen gibt es Kurse über Verkehrssicherheit, über Alkohol, HIV und Verhütung, es gibt selbst einen Tag der Zahngesundheit, doch über Stresserkrankungen- wie die Depression - gibt es gar keine Aufklärung oder niederschwellige Hilfsangebote. Ganz im Gegenteil: Psychische Krankheiten werden oftmals totgeschwiegen. Und das obwohl die Depression laut Weltgesundheitsorganisation bis 2021 die zweithäufigste psychische Erkrankung auf der ganzen Welt werden soll.“* - So äußerten sich die jungen Filmemacher von Moviejam aus Taufkirchen und fassten den Entschluss etwas dagegen zu unternehmen. Deshalb - und auch aus eigener Betroffenheit im näheren Umfeld - hat das engagierte junge Film-Team, noch während die meisten von ihnen ihr Abitur in Unterhaching absolvierten, einen Film über das Thema "Depressionen bei jungen Menschen" produziert und zusätzlich noch eine Petition beim bayerischen Kultusministerium eingereicht. (Mehr Infos zum Film und zur Petition gibt es auf der Homepage von Moviejam ( <https://www.moviejam.de/pressemitteilungen/> )



Am OPG informieren wir durchaus in unseren sozialpädagogischen Projekten, wenn es z.B. um die Folgen von Mobbing geht, auch über psychische Auswirkungen und erklären was eine Depression ist. Außerdem konnten und können unsere Schulpsychologin Frau Schnabl und wir betroffenen Schüler\*innen auch in Beratungen schon weiterhelfen. Das ist aber tatsächlich nur möglich, wenn



diese den Weg zu uns finden. Wenn man betroffen ist, ist es jedoch oft sehr schwer, die Hemmschwelle, sich Hilfe zu holen, zu überwinden. Dabei spielt meist Scham und auch die häufig mit der Krankheit einhergehende Antriebsschwäche eine große Rolle. Deshalb ist es genauso wichtig, dass Freund\*innen und Angehörige darüber informiert sind, was sie tun können und wo es Hilfe auch für sie, als Mitbetroffene, gibt. Generell ist entscheidend,

überhaupt zu wissen und immer wieder daran erinnert zu werden, dass es diese Krankheit gibt und noch viel wichtiger, dass sie behandelt werden kann. Wenn man immer müde ist, sich niedergedrückt fühlt und schnell erschöpft ist, hat das mitunter nichts mit Faulheit zu tun, sondern es kann sich um eine behandlungsbedürftige Depression handeln (andere Ursachen sind ebenfalls möglich). Doch was haben eigentlich wir Sozialpädagog\*innen damit zu tun? Zuerst einmal ist die Prävention von sozialen und auch psychischen Problemen einer unserer wichtigsten Aufträge. Deshalb klären wir über mögliche Probleme, die das Leben für Heranwachsende so bieten kann, genauso auf, wie wir unseren Teil dazu beitragen, die Kinder und Jugendlichen dafür zu stärken diesen gut begegnen zu können. Darüber hinaus können depressive Episoden durch andere Probleme im Leben mitausgelöst werden und solche zur Folge haben. Beispielsweise, dass man mit seinen Mitmenschen nicht mehr gut zurecht kommt oder die Lebensorganisation nicht mehr funktioniert. Dann ist die sozialpädagogische und manchmal auch die sozialarbeiterische Unterstützung zusätzlich zu einer therapeutischen Behandlung sinnvoll und hilfreich. Außerdem sind wir SozPäds auch eine gute Anlaufstelle, um ein diffuses Unwohlsein zu klären. Was ist eigentlich los und wie kann es besser werden? Das heißt, man muss nicht warten, bis es einem ganz schlecht geht, bevor man sich Hilfe in Form einer Beratung sucht. In vielen Fällen reicht dies schon für mehr Wohlbefinden aus, und wenn das nicht der Fall ist, kennen wir Wege und Anlaufstellen für weitergehende Hilfe. In solchen Gesprächen beobachten wir eine Zunahme von psychischen Belastungen bei Kindern und Jugendlichen vor allem im Zusammenhang mit Leistungsdruck. Das macht uns Sorge. Weitere große Probleme für sie sind konflikthafte Beziehungen und andere belastende Lebensumstände. In unseren Präventionsveranstaltungen mit den 5. Klassen besprechen wir deshalb, wie sie sich stärken und auch sonst gut für sich selbst sorgen können. Das fängt bei einem guten Selbstbewusstsein an, geht über Entspannungsverfahren bis hin zur Selbstbehauptung und schließt die wichtige Kompetenz, sich bei Bedarf frühzeitig Hilfe zu holen mit ein.

Im Anschluss an den Film stellten die Schüler\*innen viele interessierte Fragen und lauschten aufmerksam den Antworten. So konnten wir sehen, dass unsere Veranstaltung nicht nur ein Beitrag zur Aufklärung und Sensibilisierung für das Thema "Depressionen und andere psychische Erkrankungen bei jungen Menschen" war, sondern auch wirklich auf großes Interesse gestoßen ist.

Auch für den Elternbeirat ermöglichten wir eine Vorführung des Films in unserer Schule mit anschließender Fragerunde. Weitere geplante Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit Frau Schnabl zur Information und Sensibilisierung von Lehrkräften und Eltern, konnten wegen der Maßnahmen gegen die Corona-Pandemie in diesem Schuljahr leider nicht mehr stattfinden. (Aber aufgeschoben ist bekanntlich nicht aufgehoben!)

Sonst war eigentlich alles wie immer. Es wurde gestritten und versöhnt, gelacht und geweint, sich gefreut und gelitten. -----



Doch erst schleichend und schließlich abrupt änderte sich unser aller Leben durch die bekannte Pandemie. Manche siebte Klasse konnte am Planspiel "Bloßgestellt im Netz" nicht mehr teilnehmen. Der übliche Vortrag von Frau Dr. Silvester über die Entstehung von Essstörungen musste abgesagt werden und die neue Runde Medienkompetenztraining "Sei gscheit" konnte gar nicht erst starten. Wir mussten, ebenso wie fast alle, unsere Arbeit in das Internet verlegen. Welch ein Segen, dass das heutzutage möglich ist! Doch auch welche Herausforderung, wenn der persönliche Kontakt eigentlich das A und O des sozialen Lebens und damit der Arbeit von Sozialpädagog\*innen ist. Um auch in der Zeit der umfassenden Kontaktbeschränkungen wieder Brücken zu bauen, haben wir von Sozialkompetenz-Trainings auf Newsletter und von Offener Tür und Spielepause auf Instagram umgestellt.

Für Fortbildungen und Gremien-Arbeit im Kreisjugendring wurde von heute auf morgen auf Microsoft Teams und Zoom geschaltet. Dies war eine große Herausforderung, aber immerhin konnten wir so weiterarbeiten, die beruflichen Kontakte pflegen und haben direkt neue, sicher auch in Zukunft hilfreiche, Kompetenzen entwickelt.

Von Einsamkeit und Langeweile keine Spur. Leider ist aber der nette spontane Kontakt mit den Kindern und Jugendlichen stark eingebrochen. Manche waren vermutlich von einigen Belastungen befreit und brauchten deswegen keine Unterstützung mehr. Für andere war wahrscheinlich die Schwelle, zum Telefon zu greifen und anzurufen zu hoch. Wir hoffen natürlich für alle auf ersteres und haben dabei die Sorge, wie oft wohl letzteres der Fall war!

In unseren Newslettern stellen wir immer ein paar Beschäftigungs-Tipps verschiedener Kategorien, wie Kochen, Basteln, Sport und Kultur vor und widmen uns jedes Mal auch einem sozialpädagogischen Thema. Darunter waren unter anderem Selbst-Coaching, Risikokompetenz, Prüfungsangst und Rechtsextremismus im Netz. Sie finden diesen Newsletter und das Archiv dazu übrigens über die Schulhomepage.

**Diese Tipps des Tages findest Du/finden Sie im Anhang**

- **Sozialpädagogische Thema:** Prüfungsangst
- **Geschichts-Thema:** Kinder des Krieges
- **Muttertag-Umwelt-Tipp:** Grünes Geschenk!
- **Bastel-Tipp:** Schmetterlinge zum Muttertag basteln
- **Tierpark-Tipp:** Tiere im Internet
- **Buch-Tipp:** Archie Greene und die Bibliothek der Magie
- **Rezepte-Tipp:** Was koche ich heute? Rezepte mit BAYERN 3
- **Fitness-Tipp:** Breites Spektrum an kostenlosen Fitness-Kursen
- **Kultur-Tipp:** DaheimDabeiKonzerte





Während das hier geschrieben wird, läuft der Präsenz-Betrieb unter neuen Vorzeichen wieder an. Es ist jedoch ein völlig anderes Schulleben als vor der Krise. Viel leiser als früher und viel unpersönlicher durch den Abstand und die Masken. Aber keine Frage: Das muss zur Pandemie-Beherrschung sein. Ganz egal, wie es mit der Pandemie weitergeht, wir werden auf alle Fälle weiterhin für Schüler\*innen, Eltern und Lehrkräfte da sein, am liebsten natürlich wieder wie gewohnt vor Ort.

Wir hoffen von ganzem Herzen, dass es euch und Ihnen gut geht, ihr und Sie sicher seid und sind und alle Herausforderungen gut bewältigt werden konnten!! Sollte das nicht der Fall sein, bitte scheut euch nicht/scheuen Sie sich nicht, uns bei dringendem Bedarf auch in den Ferien zu kontaktieren. Da wir teilweise im Urlaub sind, reagieren wir eventuell nicht sofort, aber wir werden uns sicher zurückmelden.



Nun bedanken wir uns ganz herzlich bei euch Schülerinnen und Schülern für die vielen Begegnungen mit euch! Außerdem bedanken wir uns bei allen Lehrkräften, der Schulpsychologin, den Damen des Sekretariats, Hausmeisterei, Elternschaft und Schulleitung für die großartige Zusammenarbeit.

Wir wünschen allen Mitgliedern der Schulgemeinschaft und ihren Familien wunderbare erholsame Ferien!

Malena Paula und Hubert Goldbrunner