

# Depressive Schüler: Stiftung hilft Lehrern

Zahl der Fälle steigt. Ein junges Mädchen berichtet von seinen Selbstmordgedanken. Bürger-Stiftung Stormarn plant Netzwerk für Schulen

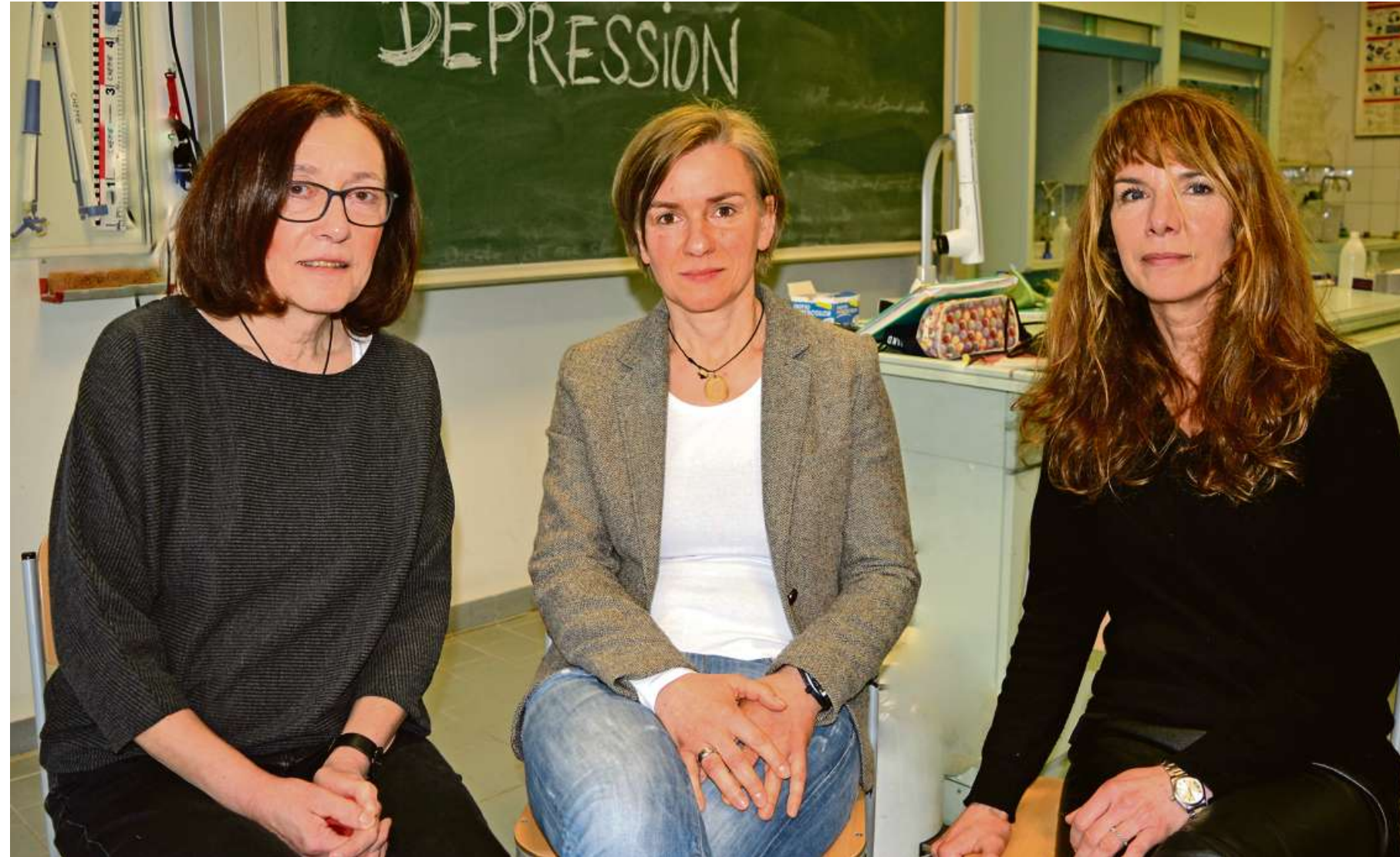
VERENA KÜNSTNER

AHRENSBURG :: Fünf Mal wollte sie sich schon das Leben nehmen. Dabei ist sie nicht einmal 18 Jahre alt. „Ich wollte, dass es endlich aufhört. Da erschien mir das Sterben als bester Ausweg“, sagt Kati, die ihren richtigen Namen nicht in der Zeitung lesen möchte. Nicht, weil sie sich schämt oder Angst vor Hänseleien hat. Das hat sie – dank Therapie und Arbeit an sich selbst – weitgehend hinter sich. Kati will nicht im Mittelpunkt stehen, nicht mehr Aufmerksamkeit auf sich ziehen als nötig. Das ist ein typisches Merkmal einer Depression. Zusätzlich zu vielen untypischen Symptomen, die auftauchen können und damit aus der psychischen Erkrankung ein so schwer fassbares Leiden machen.

Obwohl die Depression als Volkskrankheit bezeichnet wird, spricht kaum jemand über betroffene Kinder und Jugendliche. Dabei ist das Thema akut: Laut Deutscher Depressionshilfe leiden drei bis zehn Prozent der Zwölf- bis 17-Jährigen daran. Sigrd Mayer-Jendrek, Oberstufenlehrerin an der Ahrensburger Selma-Lagerlöf-Gemeinschaftsschule sagt: „Ich schätze, dass in jeder Klasse mindestens ein bis zwei Schüler gefährdet oder erkrankt sind.“ Dabei schließt sie keine der 68 Schulen in Stormarn aus. „Auch Grundschüler können betroffen sein.“

Als „enorm wichtig und dringend notwendig“ empfindet die Pädagogin daher die Arbeit der Eheleute-Schmöger-Stiftung. Sie wurde 2012 unter dem Dach der Bürger-Stiftung Stormarn von Olaf Schmöger im Gedenken an seine Ehefrau gegründet. Edith Schmöger litt unter schweren Depressionen. Die Stiftung soll vor allem Aufklärungsarbeit leisten, Hilfsangebote bündeln und transparenter machen. Auch Olaf Schmöger ist mittlerweile gestorben. Doch sein Vorhaben lebt weiter.

Ursula Pepper, ehemalige Ahrensburger Bürgermeisterin und Beiratsmitglied der Bürger-Stiftung Stormarn, widmet sich der Umsetzung seiner Ziele mit großem Engagement. Gemeinsam mit dem Vorstand entscheidet sie, wie die Erträge des Stiftungskapitals einge-



Sigrd Mayer-Jendrek, Schulsozialpädagogin Melanie Volkmann und die Inklusionsbeauftragte Anke Hartog von der Selma-Lagerlöf Gemeinschaftsschule V. Künstler (2)

tern und Schülern ein Bewusstsein für das Thema wecken. „Lehrer sind keine Therapeuten“, stellt Anke Hartog klar. „Aber wir können einen Rahmen schaffen, der es Erkrankten oder Gefährdeten leichter macht, sich zu öffnen.“

Heutzutage werde häufiger über psychische Belastungen gesprochen. Das empfindet Sozialarbeiterin Melanie Volkmann als positiv. Sie sagt: „Es ist gut, dass keine Stigmatisierung mehr stattfindet. Heute muss bei der Diagnose Depression niemand mehr Angst haben, als verrückt abgestempelt zu werden.“ Dennoch brächen die meisten nach wie vor eher Erwachsene in Verbindung mit der Krankheit, unter der bundesweit etwa vier Millionen Menschen leiden. „Sind Kinder und Jugendliche auffällig, werden oft Aufmerksamkeitsdefizit-Symptome verantwortlich gemacht. Oder bei Teenagern die Pubertät“, so die Pädagogin. Genau das mache es kompliziert, eine Depression zu erkennen. „Nicht jede Verstimmung ist eine Depression. Und nicht jeder Depressive sieht traurig aus.“

Das bestätigt auch Kati: „Lange Zeit merkte niemand, wie schlecht es mir geht.“ Im Inneren hat sich die damals 14-Jährige wie zerrissen, minderwertig und ohne Hoffnung gefühlt. Nach außen jedoch hielt sie eine Rolle aufrecht: Sie schrieb gute Noten, ging regelmäßig zur Schule. Kati fiel nicht auf – und genau das war ihre Absicht. Sie sagt: „Ich kannte zwar den Begriff Depression. Aber ich wollte mir selbst nicht eingestehen, dass ich das habe. Ich wollte nicht schwach sein.“ Mehr als alles andere wollte Kati beweisen, dass sie perfekte Leistungen abliefern kann. „Da ich in meinen Augen wertlos war als die anderen, wollte ich wenigstens bessere Noten haben.“ Heute weiß sie, dass dieser Wunsch nach Perfektion bereits Teil der Depression war. Genauso wie ihre Schlafprobleme. Und das Bedürfnis, sich selbst zu verletzen, um überhaupt noch etwas fühlen zu können.

Nach einem Schulwechsel konnte Kati der Belastung nicht mehr Stand halten. „Plötzlich waren da so viele neue Leute“, erzählt sie. Immer öfter müssen ihre Eltern Entschuldigungen schreiben. Wegen Unwohlsein, Bauch- und Kopfschmerzen. Dass Kati weder das eine noch das andere hat, sagt sie ihnen eines Tages selbst. Dann geht alles schnell: Kati beginnt eine Therapie, geht

für drei Monate in eine Klinik. Bis heute hat sie ein Mal pro Woche Gesprächstherapie. Durch den sogenannten Nachteilsausgleich, der Schülern mit diagnostizierter Depression zusteht, kann Kati Sonderregelungen in Anspruch nehmen. Sie schützen vor Benachteiligung im Unterricht. Der Nachteilsausgleich muss von der Klassenkonferenz gewährt werden.

Noch immer rutscht Kati hin und wieder in ein tiefes Loch, aus dem es kein Entrinnen zu geben scheint. „Umso mehr genieße ich die Tage, an denen es mir gut geht“, sagt sie. „Ich habe gelernt, mir nicht zu viel auf einmal vorzunehmen. Das hat mich früher total überfordert.“ Jetzt will sie erst einmal ihr Abi schaffen. Danach vielleicht Psychologie studieren. Es interessiert sie, was hinter dieser Krankheit steckt. Obwohl oder auch gerade weil sie selbst betroffen ist. Von ihrem Umfeld wünscht sich Kati Verständnis. Nicht für sie als Person, sondern für das, was die Depression bewirkt. „Ein ‚Reiß dich mal zusammen‘ hilft genauso wenig wie ‚Gute Besserung‘“, sagt die Schülerin. „Auch die Auslöser sind schwer zu erklären.“ Menschen, die ohne aufdringlich zu sein Gesprächsbereitschaft signalisieren, seien wichtig. „Ich habe mich damals vor allem allein gefühlt. Wäre jemand

mit den richtigen Worten auf mich zugekommen, wäre ich vielleicht früher bereit gewesen, mir helfen zu lassen.“

Genau dies will die Stiftung erreichen: kompetente Hilfe möglich machen. Deshalb bindet Ursula Pepper nun auch Schulen ein. Die erste Kontaktauf-

plant, die Lehrer sensibilisieren soll.

Wie stark das Thema Depression auch bei Kindern und Jugendlichen an Bedeutung gewonnen hat, unterstreicht Ralph Klingel-Domdey vom Vorstand der Bürger-Stiftung Stormarn: „Die Zahlen zur Entwicklung in den vergangenen Jahren sprechen eine eindeutige Sprache.“ Zudem berichtet er von Bestrebungen der Stiftung, in Zusammenarbeit mit dem Kreis und Krankenkassen eine 24-Stunden-Hotline für psychisch Kranke in Stormarn auf den Weg zu bringen. Klingel-Domdey sagt: „Es könnte eine Art Bereitschaftsdienst für Menschen in Krisensituationen sein, der lange Wartezeiten und unnötige Klinikaufenthalte erspart.“ Dazu habe es bereits erste Gespräche gegeben. Stormarns Landrat Henning Görtz habe die Idee einer solchen Anlaufstation als „sehr interessant“ bezeichnet. Weitere Gespräche sollen folgen.

**Wollen auch Sie helfen** und die Eheleute-Schmöger-Stiftung mit Spenden unterstützen, sich ehrenamtlich engagieren oder suchen Sie Rat? Die Postadresse lautet c/o Bürger-Stiftung Stormarn, Hagenstr. 19, 23843 Bad Oldesloe. Per Mail finden Sie unter [info@buerger-stiftung-stormarn.de](mailto:info@buerger-stiftung-stormarn.de) Kontakt.

**Weitere Informationen** zur Stiftung im Internet unter [www.buerger-stiftung-stormarn.de](http://www.buerger-stiftung-stormarn.de).

*Ich wollte, dass es endlich aufhört. Da erschien mir das Sterben als bester Ausweg*

Kati, Schülerin

setzt werden. Bisher gab es drei Infoabende zum Thema. Ernst-Jürgen Gehrke, Vorstandsvorsitzender der Bürger-Stiftung Stormarn, sagt: „Der Andrang bei den Abenden mit Fachärzten in Ahrensburg und Reinbek hat gezeigt, wie groß der Bedarf an Beratung ist.“

2016 zählte das Statistische Bundesamt in Deutschland 15.446 Kinder und Jugendliche, die aufgrund psychischer Erkrankungen behandelt wurden. Doppelt so viele wie fünf Jahre zuvor. Das kann einerseits bedeuten, dass sich immer mehr Heranwachsende in die Hände von Fachleuten begeben. Andererseits aber auch, dass die Zahl an jungen Depressiven enorm zunimmt.

Sigrd Mayer-Jendrek vermutet, dass beides der Fall ist. Die Oberstufenlehrerin sagt: „Depression im Schulalter ist kein neues Phänomen. Kinder und Jugendliche mit psychischen Problemen gab es schon immer.“ Mit wachsendem Leistungsdruck in der heutigen Welt steige auch der Druck auf den Nachwuchs. „Die Schule ist Spiegelbild unserer Gesellschaft.“ Gemeinsam mit Anke Hartog, ebenfalls Lehrerin und Inklusionsbeauftragte an der SLG, und Schulsozialarbeiterin Melanie Volkmann will Sigrd Mayer-Jendrek bei Kollegen, El-

## Expertin rät: Hinsehen und handeln!

Ahrensburger Psychotherapeutin erklärt, wie man Depressionen erkennen kann

AHRENSBURG :: Beate Rabe war selbst Lehrerin, bevor sie sich zur Gestalttherapeutin ausbilden ließ. „Ich bin quasi eine Grenzgängerin zwischen Pädagogik und Psychologie“, sagt die Ahrensburgerin, die ihr Wissen aus beiden Bereichen nutzt, um Kindern und Jugendlichen in schwierigen Phasen zu helfen. Dabei stünde bei ihr statt der Diagnostik die Begegnung im Mittelpunkt der Behandlung: „Ich führe die Heranwachsenden nicht, sondern folge ihnen und lasse mich auf sie ein.“ Die Therapeutin bietet neben Musik, Spielen und Farben weitere kreative Mittel an, mit denen sich ihre jungen Klienten ausdrücken können.

Ganz ohne Vorgaben. „In diesem geschützten Raum müssen sie nichts leisten“, so Rabe. Für viele Jugendliche sei allein das eine wahre Wohltat. „Je früher eine Depression behandelt wird, desto eher zeigen sich Erfolge. Manchmal reichen drei oder vier Sitzungen aus, um einen Startpunkt zu setzen, der die Lust am Leben wieder weckt.“ Entscheidend sei, dass die jungen Menschen wieder Zugang zu ihren Gefühlen und Bedürfnissen finden. „Erst dann kann der heilsame Prozess beginnen.“

Folgende Signale können laut der Expertin auf eine Depression bei Kindern und Jugendlichen hindeuten:

1. Sozialer Rückzug von der Familie und von Freunden.
2. Starke Internetnutzung (Aufbau einer Parallelwelt bei Onlinespielen/in sozialen Netzwerken).
3. Anhaltende Traurigkeit und extreme Selbstzweifel, häufig in Kombination mit körperlichen Anzeichen wie Appetitlosigkeit und Schlafproblemen.

Vermuten Eltern eine Depression bei ihrem Kind, rät die Psychotherapeutin zu folgenden Schritten:

### Weitere Angebote

**Der Verein „Freunde fürs Leben“** ist Anlaufpunkt für Jugendliche und junge Erwachsene bei Depressionen und Suizidgedanken. Mit zusätzlichen Videos auf der Homepage werden Betroffene und Angehörige aufgeklärt. Kontakt: [www.frnd.de](http://www.frnd.de), Seelsorge: Telefon 0800/111 0111. **„Beherzt“** ist ein Präventionsprojekt für Kinder und Jugendliche psychisch erkrankter Eltern, das Entlastung, Austausch und Information anbietet. Kontakt: T.: 04102/2115 457, E-Mail: [beherzt@awo-sh.de](mailto:beherzt@awo-sh.de)

1. Besuch des Haus-/Kinderarztes.
2. Aufsuchen einer Erziehungsberatungsstelle.
3. Diagnostik durch einen Psychiater oder Psychotherapeuten.
4. Psychotherapie (gegebenenfalls unter Einbeziehung der Familie).

Wichtig sei stets die altersgerechte Aufklärung des Kindes und Jugendlichen über das, „was da in ihm vorgeht“, sagt Beate Rabe. „Depression führt oft zu Schamgefühlen und zur weiteren Selbstentwertung. Eine gute Therapie sollte dem jungen Menschen deutlich machen, dass er keinesfalls einen Grund zur Scham hat. Im Gegenteil: Der Rückzug in die Depression ist eine enorme Anpassungsleistung.“ Und für viele der gefühlt einzige Weg, zu überleben.

Eine Buch-Empfehlung der Expertin: „Mein schwarzer Hund“ von Matthew Johnstone. Kunstmann-Verlag, 14,90 Euro. Der Autor findet für den schwer fassbaren Zustand der Depression Bilder und Texte, die Betroffenen Mut machen und Angehörigen das Verständnis erleichtern.

**Kontakt zu Beate Rabe**, Psychotherapeutin: Mobil ist die Expertin erreichbar unter Telefon 0174/176 27 48 und per E-Mail unter der Adresse [praxis@rabeonline.de](mailto:praxis@rabeonline.de). Ihre Homepage: [www.beate-rabe.de](http://www.beate-rabe.de)

## Arbeitslosenquote in Stormarn sinkt auf Rekord-Tief

4014 Menschen waren im Mai als arbeitslos registriert, die Quote liegt bei 3,1 Prozent

BAD OLDESLOE :: Stormarn ist mal wieder Spitze. In keinem anderen Kreis und in keiner anderen Stadt in Schleswig-Holstein ist die Arbeitslosenquote so niedrig wie hier. 4014 Menschen waren im Mai bei der Agentur für Arbeit in Bad Oldesloe arbeitslos gemeldet. Das sind 150 weniger als im Vormonat und 201 weniger als im Mai 2017 (Quote: 3,3 Prozent). Stormarn kommt damit nun auf eine Quote von 3,1 Prozent. Landesweit liegt dieser Wert bei 5,4 Prozent.

Die höchst Arbeitslosenquote unter den Kreisen hat Dithmarschen mit 6,1 Prozent. Neumünster ist bei den Städten mit 8,5 Prozent Schlusslicht. Allgemein geht die Zahl zurück. Es ist landesweit die niedrigste Mai-Quote seit 1992. Auf Kreisebene werden die Zahlen seit 1997 erfasst. Stormarn hat mit 3,1 Prozent die niedrigste Quote seit der Erhebung.

„Und die Unternehmen sind unverändert auf der Suche nach Mitarbeitern, wie die hohe Zahl der uns zur Besetzung gemeldeten Stellen zeigt“, sagt Heike Grote-Seifert, Chefin der Oldesloer Arbeitsagentur. Im Mai hätten Firmen 406 zu besetzende Stellen gemeldet. Damit seien derzeit 2200 sozialversicherungspflichtige Jobs zu vergeben.

Auch wenn sich dies und die Zahl der Arbeitslosen (4014) positiv anhören, ist es nicht die ganze Wahrheit. Denn als Arbeitssuchend gelten derzeit im Kreis 8234 Menschen. Neben Arbeitslosen sind in dieser Zahl zum Beispiel Menschen erfasst, die eine „arbeitsmarktpolitische Maßnahmen“ machen, wie etwa Bewerbungstrainings. (dob)

## Reinbek erhöht Elternbeiträge an Kita Schönningstedt

REINBEK :: Eltern, deren Nachwuchs in der städtischen Kindertagesstätte im Reinbeker Stadtteil Schönningstedt betreut wird, müssen von August an höhere Gebühren zahlen. Das hat der Sozial- und Schulausschuss auf seiner jüngsten Sitzung beschlossen. Für den Besuch der Elementargruppe für acht Stunden am Tag steigt der Beitrag von jetzt 319 auf 331 Euro im Monat. Grund für die Anpassung sind steigende Betriebs- und Personalkosten.

Zudem hoben die Kommunalpolitiker einen Sperrvermerk über 65.800 Euro für die Ersteinrichtung von zwei zusätzlichen Gruppen in der Kindertagesstätte Bärenhöhle auf. Dazu zählt auch die Herrichtung der Außenanlagen, zum Beispiel ein neuer Zaun und Unterstellmöglichkeiten für Kinderwagen. Die Kita wird mit einem Nachbargebäude verbunden. Im März dieses Jahres hatte die Stadtverordnetenversammlung das Bauprogramm für die Erweiterung freigegeben. Träger der Einrichtung mit derzeit drei Integrationsgruppen ist die Lebenshilfe Stormarn. (suk)

## Badlantic: Hallenbad schließt ab Montag – Freibad geöffnet

AHRENSBURG :: Das Hallenbad des Ahrensburger Badlantics wird vom kommenden Montag, 4. Juni, an für einen Monat gesperrt. Der Grund sind Renovierungsarbeiten, die dort jedes Jahr – meist vor den Sommerferien – vorgenommen werden. Am Sonnabend, 2. Juli, feiert das Hallenbad dann Wiedereröffnung.

Dafür startet jetzt die Außensaison. Ab sofort ist das Freibad des Badlantics geöffnet. Es kann montags von 12 bis 20 Uhr, dienstags bis freitags von 6.30 bis 20 Uhr sowie am Wochenende von 9 bis 19 Uhr besucht werden. Badeschluss ist unter der Woche um 19.45 Uhr, sonntags und sonntags um 18.30 Uhr. Einlass ist jeweils eine halbe Stunde früher. Der Eintritt kostet während der Schließung des Hallenbades drei Euro für Erwachsene, ermäßigt 2,50 Euro, und zwei Euro für Kinder. Nach der Wiedereröffnung des Hallenbades im Juli gibt es Kombi-Tickets. (jjd)

Sie wollen Aufklärungsarbeit leisten: Ursula Pepper mit Ralph Klingel-Domdey (l.) und Hans-Jürgen Gehrke von der Bürgerstiftung Stormarn

