

Poster gegen Psychoprobleme in Jena

Wissenschaftler des Uniklinikums entwickeln Hilfen für einen gesünderen Schulalltag.

23. Januar 2018 / 02:59 Uhr



Bereits Kinder klagen über psychische Beschwerden. Foto: Nicolas Armer

Jena. Aktuelle Studien belegen: Psychische Beschwerden sind auf dem Vormarsch, bereits Kinder und Jugendliche klagen immer häufiger über Ängste, mangelnde Konzentration, langanhaltende Traurigkeit oder Übergewicht. „Die Ursachen solcher Beschwerden sind vielfältig, jedoch zeigt sich, dass ein Zugehörigkeitsgefühl und die soziale Teilhabe bei Kindern und Jugendlichen ein ganz wesentlicher Einflussfaktor auf die psychische und körperliche Gesundheit sind“, betont Uwe Berger vom Institut für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum Jena.

Der Psychologe leitet das Projekt „VorteilJena“, das genau hier ansetzt und gemeinsam mit Lehrern von verschiedenen Institutionen in Jena und Thüringen Praxishilfen für den Unterricht entwickelt. Uwe Berger: „Unser Ziel ist es, den Schulen ein praxisnahes und qualitätsgesichertes Angebot zur Gesundheitsförderung an die Hand zu geben, das auf die Verbesserung der sozialen Teilhabe und die Steigerung des Selbstwertes der Schüler und Schülerinnen zielt.“

So konzipierten die Wissenschaftler eine Ausstellung zum Thema Dazugehören, die auf zehn Postern Herausforderungen und Chancen von Kindern und Jugendlichen thematisiert, entstigmatisieren und zum Nachdenken anregen soll. Dass das funktioniert, zeigte die Präsentation in Pilotschulen mit anschließender Schülerbefragung. So erzählte eine Schülerin: „Die Poster haben mich dazu bewegt, anderen zu sagen, wenn es mir schlecht geht.“ Und: „Die Poster treffen den Nerv dieser Generation“, berichtet eine Lehrerin. Ab heute sind die Motive auch im öffentlichen Raum in Jena zu sehen.

Neben der Posterausstellung ist eine Übungsbox entstanden, die zu fünf Oberkategorien insgesamt 60 Übungen enthält, die sich ohne größere Einarbeitungszeit im Unterricht einsetzen lassen, zum Beispiel um das Wir-Gefühl zu steigern, wenn sich eine neue Klasse bildet oder wenn es Streitigkeiten gibt. „Die Box eignet sich auch, um den Umgang mit Gefühlen zu lernen, den Selbstwert zu stärken, Lebenskompetenzen auszubilden oder die Konzentration zu steigern, wenn es gerade mal wieder unruhig oder die letzte Stunde ist“, so Projektmitarbeiterin Anni Gläser.

Die Resonanz an den zehn Pilotschulen in Thüringen sei überaus positiv. So erzählte eine zunächst skeptische Pädagogin: „In meiner Klasse ist es manchmal gar nicht so leicht. Da hat es mich besonders überrascht und gefreut, wie gut die Schüler mitgemacht haben. Sie haben sich richtig auf die rote Box gefreut“. Und ein Schüler: „Wir reden jetzt viel mehr miteinander. Wir sind offener geworden. Das hat die Klasse mehr zusammengebracht“. Damit haben die Wissenschaftler ein zentrales Anliegen erreicht.

OTZ / 23.01.18

Zolln142003837