



So ein Theater im Kopf

**Handreichung für Lehrkräfte zur Nachbereitung
des Stücks „Nicht von dieser Welt“**



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Mecklenburg-Vorpommern



LANDKREIS
LUDWIGSLUST-PARCHIM
RAUM FÜR ZUKUNFT



**Junges
Staatstheater**
Parchim

247.00

Kinder leben ca. in MV.

30 %

*und damit rund 74.000
Kinder leben in psychisch
und/oder suchtbelasteten
Familien.*

2/3

*von ihnen leben
mit einem
alkoholkranken
Elternteil.*

**ca.
10.400**

*Kinder im Landkreis
Ludwigslust-Parchim sind
betroffen.*

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach §20a SGB V



AOK Nordost
Die Gesundheitskasse.



BKK
Landesverband
NORDWEST



Die
Innovations
Kasse



**Blick auf
KipsFam**



Kofinanziert von der
Europäischen Union



KNAPPSCHAFT
für unsere Gesundheit!



SVLFG



vdek
Die Ersatzkassen



Landesverband
Sozialpsychiatrie

Mecklenburg-Vorpommern e. V.

Kinder aus psychisch und/oder suchtblasteten Familien (kurz: KipsFam) wachsen in einer Atmosphäre auf, die von Orientierungslosigkeit, Einsamkeit und Sprachlosigkeit geprägt sein kann. Eltern schaffen es oft nicht, mit ihren Kindern über ihre Erkrankungen zu sprechen. Sie fürchten, ihre Angehörigen zu überfordern oder etwas nach außen dringen zu lassen. Ein Mantel des Schweigens legt sich über die Problematik, die für die Kinder jedoch spürbar und oft sichtbar ist. Dadurch fühlen sich viele junge Menschen alleingelassen mit ihren Sorgen und Ängsten und neigen dazu, sich selbst die Schuld zu geben.

In einfühlsam erzählten Geschichten vermittelt das Stück „Nicht von dieser Welt - der Astronaut muss weiter“ Kindern psychisch kranker Eltern, dass sie nicht allein sind mit ihrer Situation – und dass alles, was sie fühlen und denken, okay ist. Es zeigt aber auch auf, wo die Grenzen der kindlichen Handlungsmacht liegen, und wie gut es für Kinder und Eltern sein kann, Hilfe zu suchen. Das Stück will psychische Erkrankungen besprechbar machen und richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler der sechsten bis neunten Klassen.

Vorbereitung

Damit die Schüler*innen nicht von der Thematik überrascht werden, ist es wichtig, dass sie im Vorfeld darauf eingestimmt werden - beispielsweise über die Frage, welche psychischen Erkrankungen die Jugendlichen kennen. Dabei ist die Botschaft zentral, dass es sich um ganz normale Erkrankungen handelt, die - ähnlich wie bei einem Beinbruch - behandelt werden sollten, um gut und vollständig abzuheilen. Der ausdrückliche Hinweis, dass Kinder die Vorführung des Stücks (in Begleitung) verlassen dürfen, wenn ihnen das Thema zu nahe geht, ist sehr wichtig.

Nach der Vorführung

Um die Schüler*innen nach dem Theaterstück mit ihren Gedanken und Gefühlen aufzufangen und bei Bedarf Unterstützungsmöglichkeiten aufzuzeigen, wird eine Nachbereitung dringend empfohlen. Kinder und Jugendliche brauchen altersgerechte Erklärungen zum Thema - sowie Botschaften wie: „Du bist nicht schuld.“ Aus diesem Grund finden Sie nachfolgend optionale Empfehlungen, Übungen und Impulse für Ihren Unterricht, die dabei helfen können, miteinander ins Gespräch zu kommen - über ein Thema, bei dem es auf beiden Seiten häufig Unsicherheiten und Berührungängste gibt.

Sie müssen kein*e Expert*in auf dem Gebiet psychische Erkrankung sein, damit Schüler*innen sich Ihnen anvertrauen. Als erste Anlaufstelle benötigen die Kinder vor allem ehrliche, nahbare und verlässliche Personen. Ihre Rolle: Sie haben eine lotsende, wegweisende Funktion als Ersthelfer*in. Alle weiteren Schritte übernehmen die Fachkräfte in den weiterführenden Hilfen.

Reflexionsleitende Fragen

Welche körperlichen und psychischen Erkrankungen gibt es?

Was wisst ihr darüber bereits?

Was habt ihr im Theaterstück gesehen?

Was ist euch aufgefallen?

Was hat euch berührt?

Welche Botschaft vermutet ihr hinter....?

Welche Figur / Szene hat euch am besten gefallen und warum?

Wichtige Botschaften

Psychische Erkrankungen kommen in unserer Gesellschaft häufig vor und sind behandelbar.

Manchmal trifft es auch Elternteile. Das kann der Grund dafür sein, dass Mama oder Papa sehr traurig ist, weint, Angst hat usw.
Für Familienmitglieder ist das oft nicht einfach.
Aber: Es sind Erkrankungen - **niemand** trägt Schuld daran.

Auch an dieser Schule gibt es mehrere Kinder, deren Eltern psychisch erkrankt sind. Laut Statistik sind es pro Klasse zwei bis fünf Schüler*innen. Unsere Lehrkräfte und die Schulsozialarbeiterin sind da, wenn ihr über ein bestimmtes Thema sprechen wollt.

Hilfe ist wichtig und richtig. Reden hilft.
Kinder dürfen auch ohne Wissen der Eltern Rat holen.

Eine Stückentwicklung
zum Thema „Psychische
Erkrankungen in Familien“
von David Stöhr und Ensemble

ab 8 Jahren

Premiere

23. September 2023,
Theatersaal Kulturmühle



Nicht von dieser Welt



Junges
Staatstheater
Parchim



Übungen für den Unterricht

Führen und Folgen

Die Jugendlichen finden sich in Paaren zusammen. Eine Person schließt die Augen und streckt eine Hand aus. Die andere behält die Augen offen, legt eine Hand auf die der anderen (nicht zufassen) und beginnt, die Person mit den geschlossenen Augen durch den Raum zu führen. Beide müssen aufpassen, dass sie den Handkontakt nicht verlieren, die/der Führende muss so führen, dass die/der andere gegen nichts und niemanden stößt und nicht stolpert. Nach einer Weile werden die Rollen getauscht. Anschließend wird ausgewertet: Wie habt ihr euch dabei gefühlt? Welche Gedanken gingen durch euren Kopf? Woran lag das?

Angst

Die Schüler*innen gestalten - einzeln oder als Gruppe - ein Bild. Sie zeichnen den Umriss eines Körpers auf ein großes Blatt Papier und zeichnen ein, wo sie Angst spüren und können dies ggf. mit unterschiedlichen Farben verdeutlichen. Gemeinsam wird dann an der Tafel zusammengetragen, wie wir uns verhalten, wenn wir Angst haben und was helfen kann, um die Angst zu verjagen.

Stress

Die Jugendlichen und die Lehrkraft sammeln gemeinsam Ideen und Gedanken: Was kann uns stressen? Gibt es nur schlechten oder auch guten Stress? Wie gehen die Schüler*innen damit um und wie können wir uns langfristig psychisch fit halten?

Ins Gespräch kommen...

Bitte schauen Sie hin - lieber einmal zu viel als einmal zu wenig

Sprechen Sie die Kinder mit empathischen Ich-Botschaften an:

„Ich habe den Eindruck, dass Du Dich zurückgezogen hast...“

„Falls es Dir nicht gut geht, möchte ich Dir anbieten, dass wir darüber sprechen / unsere Schulsozialarbeiterin dazuholen...“

„Ich möchte nicht, dass es Dir schlecht geht und wünsche mir für Dich, dass Du mit Deinem Problem nicht allein bleibst....“

Stellen Sie Fragen:

„Magst Du berichten, wie der Tag bei euch zu Hause so abläuft?“

„Ich habe den Eindruck, dass Du häufig traurig/wütend/... bist. Hast Du eine Idee, was Dich belastet?“

„Es ist ok, wenn Du mit mir nicht darüber sprechen magst. Gibt es jemanden, dem Du Dich anvertrauen würdest? Vielleicht hilft es, wenn Du Deine Sorgen erst einmal aufschreibst?“

„Wie hast du in der Vergangenheit ähnliche Situationen gemeistert?“

Oftmals kommt auf den ersten Kontakt hin wenig Reaktion von den Kindern. Es ist eine große Hürde; Kinder benötigen Zeit, um Vertrauen aufzubauen und in sich rein zu horchen. Sie können sich sicher sein, dass sie es hören und verarbeiten.

Sehen Sie sich als Türöffner, damit Jugendliche sich bereit fühlen, um sich an weiterführende Hilfen zu wenden :

„Ich merke, du hast ganz viel auf dem Herzen. Ich bin allerdings nicht in allen Fragen die geeignete Person. Das kann ich machen, das nicht - dafür gibt es z.B. folgende Anlaufstellen...“

Ein Kind benötigt Hilfe. Und jetzt?

Informationen und Kontakte

Die App **www.familien-in-lup.de** sammelt Angebote und Informationen für Familien in allen Lebenslagen. Unter dem Reiter „Wissenswertes“ - „Familiensorgen“ liegt der Fokus u.a. auf psychischen Belastungen, Krisen und Unterstützung.

Auf der Homepage der Landesfachstelle KipsFam MV (kurz für: Kinder aus psychisch und/oder suchtbelasteten Familien) **www.blickauf-kipsfam.de** finden Kinder, Jugendliche und Eltern zahlreiche Anlaufstellen, Links, Tipps uvm. Fachkräfte erhalten Anregungen für ihren Arbeitsalltag und können Weiterbildungen zum Thema anfragen. Die Landesfachstelle ist auch auf Instagram (@**blickauf_kipsfam**) aktiv und vermittelt Kontakte zu Hilfsangeboten.

Im Landkreis LUP gibt es eine regionale Anlauf- und Unterstützungsstelle, die Hilfe für betroffene Kinder anbietet:

KipsFam LUP, Bahnhofstraße 22, 19288 Ludwigslust
E-Mail: **kipsfam.lup@diakonie-wmsn.de**

Auf den Seiten **www.nacoa.de** und **www.kidkit.de** erhalten Kinder und Jugendliche aus belasteten Familien umfangreiche Informationen, Materialien sowie digitale Beratung.

Weiterbildung

Der Landesverband Sozialpsychiatrie MV e.V. bietet zum Thema „Psychisch fit in der Schule“ Weiterbildungen in Präsenz- und Onlineformaten an, die vom IQMV als Weiterbildungen anerkannt werden. Sie finden die Veranstaltungen im **IQMV Fortbildungskatalog** und auf **www.sozialpsychiatrie-mv.de**.

Über den Landesverband können Laien sich außerdem zu Ersthelfenden für seelische Gesundheit ausbilden lassen. Die Kurse von **MHFA** (Mental Health First Aid) unterstützen dabei, Menschen mit psychischen Gesundheitsproblemen oder in psychischen Krisen besser helfen zu können. Demnächst wird es auch Kurse für Personen geben, die mit 12-18jährigen Jugendlichen zusammen leben oder arbeiten.

Anfragen zu den Fortbildungen „Psychisch fit in der Schule“ und Mental Health First Aid (YOUTH) richten Sie bitte an:
anke.wagner@sozialpsychiatrie-mv.de

Literatur

Britta Möhring, Thomas Schlüter (2019):
„Kann ich Sie mal kurz sprechen?“ Impulse für gute Gespräche in der Schule.

Eva Brockmann, Albert Lenz (2016):
Schüler mit psychisch kranken Eltern - Auswirkungen und Unterstützungsmöglichkeiten im schulischen Kontext.

Albert Lenz, Silke Wiegand-Grefe (2016):
Ratgeber Kinder psychisch kranker Eltern. Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher.

Karen Glistrup (2020):
Was ist bloß mit Mama los? Wenn Eltern in seelische Krisen geraten.

Azimeh Maleki, Franziska Beham u.a. (2019):
Dunkle Farben im Wunderwald. Ein Buch für Kinder, deren Eltern psychisch erkrankt sind



Impressum:

Herausgeber:
Landkreis Ludwigslust-Parchim

V.i.S.d.P.:
Landesfachstelle KipsFam MV, Landesverband Sozialpsychiatrie MV e.V.

Gestaltung:
Tanja Bodendorf, Landesverband Sozialpsychiatrie MV e.V.

Fotos:
Silke Winkler