



Brandschutz

GEWAPPNET FÜR ALLE FÄLLE

Esstörungen

 Hinsehen und helfen

Gesund Schule leiten

 Raus aus der Mühle



pluspunkt auf
Instagram folgen





Markus Schwan

ist Leiter des Fachbereichs Aufsichtsdienst Bildungseinrichtungen bei der Unfallkasse Rheinland-Pfalz und Mitglied im Redaktionsbeirat des Magazins pluspunkt.

An sich selbst glauben

Diese pluspunkt-Ausgabe setzt sich schwerpunktmäßig mit dem Thema Brandschutz in Schulen auseinander. Hierbei trifft der Ausspruch meines ehemaligen Sportlehrers „Übung macht den Meister“ den Nagel auf den Kopf. Auch wenn Brände in Schulen selten sind, ist es wichtig, gut vorbereitet zu sein, um im Ernstfall besonnen handeln zu können – dafür ist die Organisation des Brandschutzes entscheidend. Wie sich diese erfolgreich umsetzen lässt, zeigt die Reportage über das Sickingen-Gymnasium in Wallhalben. Zudem ist der Jugendwettbewerb „120 Sekunden, um zu überleben“ eine hervorragende Möglichkeit, Schülerinnen und Schüler spielerisch an das Thema heranzuführen. Es ist inspirierend zu sehen, wie kreativ Jugendliche mit solchen ernsten Themen umgehen können. Wenn Sie nach der Lektüre das Gefühl haben, dass es noch Verbesserungsbedarf an Ihrer Schule gibt, nehmen Sie es sportlich! Es ist nie zu spät, um loszulegen und sich weiterzuentwickeln. Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen, und doch kann jede Schule Meisterliches im Brandschutz erreichen, wenn sie bereit ist, zu üben.



Foto: Unfallkasse Rheinland-Pfalz

Inhalt

Menschen in der Schule

Das starke Dreigespann 04
Wie das Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium in Bergisch Gladbach von seiner hoch engagierten Elternvertretung profitiert.

Meldungen

Kurz & knapp 06



Foto: Ronaldo De Sousa

10 Die Feuerprobe

Schwerpunkt: Brandschutz in Schulen

Gewappnet für alle Fälle 08
Was genau umfasst der schulische Brandschutz und welche Aufgaben haben dabei Schulleitung und Lehrkräfte?

Die Feuerprobe 10
Damit bei einem Brand alle wissen, was zu tun ist, üben Schulen den Ernstfall – wie das Sickingen-Gymnasium in Wallhalben. Ein Ortsbesuch mit Feueralarm.

120 Sekunden, um zu überleben 14
Wie ein Wettbewerb Schülerinnen und Schüler zur kreativen Auseinandersetzung mit dem Thema Brandschutz motiviert.



Zu vielen Beiträgen finden Sie Bonusinhalte auf der pluspunkt-Website: www.pluspunkt.dguv.de oder QR-Code scannen.



16 „Fehler sind Lernchancen“

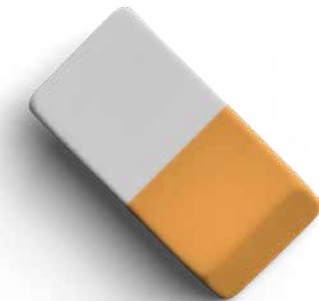


Foto: Custom Scene – stock.adobe.com

Pädagogik

„Fehler sind Lernchancen“ 16
Aus Fehlern wird man klug, heißt es. Damit das in der Schule klappt, ist eine positive Fehlerkultur nötig.

Prävention

Raus aus der Mühle 18
Hohes Tempo und wenig Pausen setzen viele Schulleitungen unter großen Druck. Einen Ausweg können Coachings bieten.

Prävention

Hinsehen und helfen 20
Kinder und Jugendliche, die Anzeichen von Essstörungen zeigen, benötigen so früh wie möglich Hilfe. Schulen kommt dabei eine wichtige Rolle zu.

Rechtsfragen

Sofort behandeln lassen 23
FAQs zum Versicherungsschutz bei Zahnschäden

So geht's richtig!

Verhalten im Brandfall 24
Was tun, wenn's brennt?

20 Hinsehen und helfen



Foto: weixx – stock.adobe.com

IMPRESSUM

DGUV pluspunkt erscheint vierteljährlich und wird herausgegeben von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung e. V. (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin, www.dguv.de
Chefredaktion: Kathrin Baltscheit (V.i.S.d.P.), DGUV, Arlen Buchholz, DGUV | **Redaktionsbeirat:** Barbara Busch, Dr. Sandra Gentsch, Ulla Hagemeister, Dr. Daniel Kittel, Natalie Mann, Markus Schwan, Sebastian Stammsen, Nil Yurdatap
E-Mail: redaktion.pp@universum.de | **Redaktion (Universum Verlag):** Stefan Layh (verantwortl.), Gabriele Albert, Sabine Biskup; Universum Verlag GmbH, 65189 Wiesbaden, www.universum.de | **Titelfoto:** Rolando de Sousa
Grafische Gestaltung: mann + maus KG, 30171 Hannover, www.mannundmaus.de | **Druck:** MedienSchiff Bruno, 22113 Hamburg, www.msbruno.de





Engagierte Elternvertretung

DAS STARKE DREIGESPANN

AUTORIN Martyna Marzec, Volontärin Universum Verlag | FOTO Markus Bollen

Sonja Vater, Lennart Höring und Mark Lübbert leiten zusammen den Förder- und den Cafeteriaverein in der Schule ihrer Kinder. Das Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium in Bergisch Gladbach profitiert sehr von dieser hoch engagierten Elternvertretung.

„Es macht mich glücklich, die Wünsche der Schülerinnen und Schüler aufzunehmen und wenn möglich zu erfüllen“, sagt Sonja Vater und ihre beiden Mitstreiter ergänzen: „Alle gemeinsam finden wir Wege, die Schule zu einem guten Lebensraum zu machen.“



WEITER GEHT'S ... IM NETZ!

Vom warmen Mittagessen bis zur Verpflegung bei Schulfesten: Wie durch gute Zusammenarbeit von Schule und Elternschaft Großes entstehen kann, verrät das dreiköpfige Elternteam auf der pluspunkt-Website: www.pluspunkt.dguv.de/das-starke-dreigespann



Lernen und Gesundheit

das Schulportal der DGUV



Materialien für Ihren Unterricht an allgemein- und berufsbildenden Schulen. Kostenlos heruntergeladen und sofort einsetzen!



www.dguv-lug.de → dort einfach oben rechts den jeweiligen Webcode eingeben.



Grundschule

GESUNDE FÜSSE

Was brauchen Füße, damit sie gesund bleiben? Mit kreativen Ideen für die Unterrichtsgestaltung und praktischen Übungen sensibilisieren diese Materialien für dieses oft vernachlässigte Thema.

Webcode: lug1003599

Sekundarstufe I

BRANDSCHUTZ – WANN BRENNT ES?

Anhand von Experimenten setzen sich die Schülerinnen und Schüler mit den Bedingungen für die Brandentstehung auseinander und reflektieren einen verantwortungsvollen Umgang mit Feuer.

Webcode: lug1003591

Sekundarstufe II

KLIMAKOMMUNIKATION

Diskussionen über Nachhaltigkeit sind oft von Vorurteilen geleitet. Diese Unterrichtsmaterialien vermitteln Möglichkeiten für einen konstruktiven Diskurs über die Klimakrise.

Webcode: lug1003601

Berufsbildende Schulen

KI SICHER IM BERUF EINSETZEN

KI zu nutzen, wird zunehmend zur Schlüsselkompetenz für sicheres und gesundes Arbeiten. Diese Unterrichtsmaterialien vermitteln einen kritisch-reflexiven und kreativ-produktiven Umgang mit KI.

Webcode: lug1003587

Wettbewerb zur Verkehrssicherheit

I BIKE IT!



Die diesjährige Jugendaktion des Deutschen Verkehrssicherheitsrats (DVR) und der gesetzlichen Unfallversicherung steht ganz im Zeichen der sicheren Nutzung von Fahrrädern, besonders auf dem Schulweg. Unter dem Titel „I bike it!“ dreht sich alles um das richtige Verhalten im Straßenverkehr, um Unfälle zu vermeiden. Schulklassen haben die Chance, bei einem Wettbewerb mitzumachen und bis zu 500 Euro zu gewinnen. Die Aufgabe: eine Social-Media-Kampagne „Pro Helm“ entwickeln, die mit Fotos, Videos, Texten oder Grafiken zeigt, warum es wichtig und sicherer ist, einen Fahrradhelm zu tragen. Einsendeschluss ist der 31. Mai 2025.



<https://kurzlinks.de/7hut>

Kostenloses Präventionsprogramm

SKIPPING HEARTS

Mit dem kostenlosen Präventionsprojekt „Skipping Hearts – Seilspringen macht Schule“ will die Deutsche Herzstiftung Schülerinnen und Schüler zu noch mehr Bewegung motivieren. Seilspringen eignet sich dabei hervorragend, um eine gute sportmotorische Basis zu vermitteln. Die Übungen verbessern die Schnelligkeit, Ausdauer und Kraft, aber auch Koordination, Beweglichkeit und das Rhythmusgefühl. Lehrkräfte können eine Schulklasse (max. 30 Kinder) online anmelden und im Anschluss einen Workshop-Termin vereinbaren. Die nötigen Materialien wie Lang- und Trainingsseile werden kostenlos zur Verfügung gestellt.



www.skippinghearts.de/fuer-lehrer



Cannabis und Fahrtüchtigkeit

HIGH FÄHRT NICHT. HIGH LÄSST FAHREN!

Ob mit Fahrrad, E-Scooter oder Auto – das Fahren unter dem Einfluss von Cannabis ist nicht nur gefährlich, sondern auch gesetzlich verboten. Vielen sind die Risiken nicht bekannt. Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) informiert deshalb mit dem Webangebot „High lässt fahren“, das sich insbesondere an junge Menschen richtet, umfassend zu dem Thema und räumt mit Mythen auf, wie zum Beispiel der Verharmlosung von Haschkeksen (Edibles). Außerdem wird über die möglichen Konsequenzen des Fahrens unter Cannabis-Einfluss aufgeklärt. So drohen etwa Bußgelder, Punkte im Fahrereignisregister in Flensburg oder eine Verdopplung der Führerscheinprobezeit von zwei auf vier Jahre.



www.high-laesst-fahren.de



QUELLEN & HINTERGRÜNDE

Mehr zu den Meldungsthemen erfahren?

www.pluspunkt.dguv.de/meldungen oder QR-Code scannen!

DGUV-Umfrage

HINSEHEN: GEWALT IN DER SCHULE

Mehr als die Hälfte der Lehrkräfte an allgemeinbildenden Schulen hat den Eindruck, dass psychische Gewalt und Formen des Mobbing unter Schülerinnen und Schülern nach der Pandemie zugenommen haben. 44 Prozent sehen auch eine Zunahme von körperlicher Gewalt. Das zeigen die Ergebnisse einer repräsentativen Umfrage, die die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) durchgeführt hat. DGUV-Hauptgeschäftsführer Dr. Stefan Hussy appelliert vor diesem Hintergrund, in nachhaltige Maßnahmen zur Gewaltprävention zu investieren. Weitere Details enthält die Publikation „DGUV Barometer Bildungswelt 2024 – Gewalt unter Schülerinnen und Schülern“, die online kostenlos verfügbar ist.



www.dguv.de,
Webcode: p022646

Sichere Schule

SCHULTOILETTEN

WC-Anlagen müssen in jeder Schule in ausreichender Anzahl vorhanden sowie für alle schnell und gut erreichbar sein. Saubere und ansprechend gestaltete Schultoiletten sind wichtig für die Akzeptanz und Nutzung durch die Schülerinnen und Schüler. Sie können außerdem den Wohlfühlfaktor in der Schule verbessern und Vandalismus in Sanitärräumen reduzieren. Trennwände, Beleuchtung, Lüftung, Armaturen, Bewegungsflächen, Putzmittelunterbringung: Wie sich das alles optimal umsetzen lässt und welche hygienischen, sicherheitstechnischen und baurechtlichen Vorgaben zu berücksichtigen sind, fasst der Bereich „Schultoiletten“ des Webportals „Sichere Schule“ der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) zusammen.



www.sichere-schule.de/schultoiletten





Gewappnet für alle Fälle

Es ist der Ernstfall, auf den jede Schule vorbereitet sein sollte: Feuer in der Schule oder auf dem Schulgelände! Doch was genau fällt unter den schulischen Brandschutz und welche Aufgaben haben dabei Schulleitung und Lehrkräfte?

- Der organisatorische Brandschutz fällt in den Aufgabenbereich einer Schule
- Ein Alarmplan informiert zu Verhalten, Abläufen und Zuständigkeiten
- Dazu muss die Schulgemeinschaft regelmäßig unterwiesen werden

AUTORIN Sabine Biskup, Redakteurin Universum Verlag |
COLLAGE Pixel-Shot – stock.adobe.com, mann + maus

Der schulische Brandschutz umfasst insgesamt alle Maßnahmen und Vorkehrungen, die zur Sicherheit der Schulgemeinschaft im Fall eines Brandes beitragen. Dabei sind die bau- und gebäudetechnischen Brandschutzmaßnahmen grundsätzlich zu unterscheiden von den organisatorischen. Zu Ersteren gehören zum Beispiel funktionstüchtige Brandmeldeanlagen, Feuerlöscher und Rauchabzugsanlagen, die regelmäßig überprüft und gewartet werden müssen, sowie eine korrekte Beschilderung der Flucht- und Rettungswege. Der bauliche Brandschutz fällt in die Zuständigkeit des „äußeren Schulbereichs“ – hier ist somit der Sachkostenträger verantwortlich. Dies ist in der Regel die Kommune oder der Landkreis. Der organisatorische Brandschutz fällt dagegen in den Aufgabenbereich des Schulhoheitsträgers, denn er wird dem



WIE VIELE BRANDSCHUTZHELFFENDE MÜSSEN SCHULEN HABEN?

Laut § 10 Arbeitsschutzgesetz (ArbSchG), DGVV Vorschrift 1 sowie den Technischen Regeln für Arbeitsstätten ASR A2.2 sind Unternehmen verpflichtet, mindestens fünf Prozent der Belegschaft zu Brandschutz Helfenden auszubilden. Auch Schulen gelten als „Unternehmen“ und fallen unter diese Regelung. Die notwendige Anzahl von Brandschutz Helfenden ergibt sich aus der Gefährdungsbeurteilung. Für die Ausbildung der Brandschutz Helfenden ist der Arbeitgeber oder die Arbeitgeberin zuständig. Beachten Sie hierbei die landesspezifischen Regelungen. Mehr Informationen enthält die **DGVV Information 205-023 „Brandschutz Helfer – Ausbildung und Befähigung“**.

„inneren Schulbereich“ zugeordnet. Die konkrete Umsetzung vor Ort ist in der Regel auf die Schulleitung und das Schulpersonal übertragen worden. Der organisatorische Brandschutz umfasst die Brandvermeidung – also die Entstehung eines Brandes im Voraus zu verhindern – und das Verhalten im Brandfall. Wesentliche Bestandteile hierbei sind die Erstellung eines Alarmplans und die regelmäßigen Unterweisungen der Schulgemeinschaft.

WAS ENTHÄLT EIN ALARMPLAN?

Alle Maßnahmen des organisatorischen Brandschutzes werden in einem Alarmplan festgehalten. Einen solchen zu erstellen, wiederholt zu überprüfen und zu optimieren, gehört zu den Aufgaben der Schulleitung. Der Alarmplan informiert über:

- das richtige Verhalten im Brandfall beziehungsweise im Fall eines Alarms
- die Fluchtwege (kennzeichnung) und Sammelstellen sowie
- die Aufgaben und Zuständigkeiten von Personen (gruppen)

Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) resümiert in ihrer Publikation „Feueralarm in der Schule“, dass ein Alarmplan eine Zusammenfassung von Anweisungen und Ratschlägen für das Verhalten im Brandfall und für Selbsthilfemaßnahmen enthalten soll. Dabei sollten auch die lokalen Gegebenheiten berücksichtigt werden, weshalb es sich empfiehlt, dass ein Alarmplan nicht von nur einer Person entwickelt oder eine Mustervorlage ungeprüft übernommen wird.

Beteiligt sein sollten:

- die Schulleitung
- Sicherheitsbeauftragte
- eine Fachkraft für Arbeitssicherheit, die örtliche Feuerwehr/Brandschutzdienststelle sowie
- der Sachkostenträger (Kommune oder Landkreis)

Die Schulgemeinschaft muss die Inhalte des Alarmplans selbstverständlich auch kennen und ist daher regelmäßig hierzu zu unterweisen, am besten jeweils zu Beginn eines Schuljahres. Damit sich das Wissen verfestigt und die theoretischen Überlegungen auf Praxis tauglichkeit überprüft werden können, muss zudem mindestens einmal jährlich in jeder Schule ein Probealarm durchgeführt werden.

WELCHE AUFGABEN HABEN LEHRKRÄFTE?

Im Rahmen der Wissensvermittlung zum richtigen Verhalten im Brandfall fällt

Lehrkräften vor allem die Aufgabe zu, ihre Klassen über den Alarmplan zu informieren und ihn durchzusprechen. Am besten findet dies in einer Unterrichtsstunde kurz nach Schuljahresbeginn statt. Außerdem müssen Schulen eine ausreichende Anzahl von Mitarbeitenden zu Brandschutz Helfenden berufen und ausbilden lassen. Dabei lernen die Brandschutz Helfenden unter anderem die Grundlagen über die Handhabung der Alarm- und Feuerlöscheinrichtungen sowie die Bekämpfung von Entstehungsbränden mit dem Feuerlöscher. Darunter fallen Brände, bei denen die Rauch- und Wärmeentwicklung so schwach ist, dass man sich gefahrlos dem Brandherd nähern kann. Wichtig ist aber auch, dass die Lehrkräfte in diesem Zusammenhang lernen, eine Gefahrensituation richtig einzuschätzen. Denn alles, was über einen Entstehungsbrand hinausgeht, bleibt Aufgabe der Feuerwehr! In solchen Fällen ist die Hauptaufgabe von Lehrkräften das sichere Evakuieren der Schülerschaft – zum besten Schutz aller.



MEHR ZUM THEMA

DGVV Information 202-051 „Feueralarm in der Schule“
 • www.dguv.de, Webcode: p202051



WEITER GEHT'S IM NETZ!

Unsere Checkliste nennt die wichtigsten Aufgaben des schulischen Brandschutzes.
 • www.pluspunkt.dguv.de/checkliste-brandschutz

eingebunden“, erklärt Frank Dick. „Und das machen sie auch sehr zuverlässig. Die Hauptaufgabe der Lehrkräfte ist es in dieser Situation, die Schülerinnen und Schüler ihrer Klasse sicher aus dem Gebäude zu bringen und draußen Aufsicht zu führen.“ Langsam füllen sich auch die Flure, Schülerschaft und Lehrkräfte bewegen sich in Richtung Sammelstelle, auf direktem Weg, ohne Eile. In Wallhalben ist diese Sammelstelle der Sportplatz vor dem Schulgebäude.

Draußen teilen sich die Mitglieder des Schulsanitätsdienstes umgehend auf und beginnen, auf dem Platz die Anwesenheiten abzufragen und auf den Listen abzuhaken. „Mit ihren Rückmeldungen kommen sie dann zu Thomas Lieser, der die Listen mit den aktuellen Stundenplänen abgleicht“, sagt Frank Dick. Alle diese Abläufe und Zuständigkeiten sind im Alarmplan festgehalten, in den Lehrkräfte und Schülerschaft zum Schuljahresbeginn unterwiesen wurden. Dabei ist es besonders wichtig, den Alarmplan immer wieder zu betrachten und zu aktualisieren, auch mit Blick auf individuelle Umstände und Bedürfnisse der Schulgemeinschaft: Gibt es vielleicht Personen, die im Fall einer Räumung Hilfe brauchen? Etwa

weil sie körperlich beeinträchtigt sind? Dann sollten mindestens drei bis vier Begleitpersonen pro Klasse bestimmt werden, die dieser Person im Notfall dabei helfen, das Gebäude zu verlassen. Oder liegen aufgrund persönlicher Erfahrungen, etwa bei Flüchtlingskindern, Traumatisierungen vor, die es zu berücksichtigen gilt? „Es ist wichtig, seine Schule gut zu kennen und dieses Wissen in die Erstellung und Überarbeitung des Alarmplans miteinfließen zu lassen“, betont Frank Dick.

KOOPERATION MIT DER FEUERWEHR

Auch die Einsatzkräfte sind schon vor dem Schulgebäude eingetroffen. Der stellvertretende Wehrleiter Thomas Fuchs geht direkt auf Frank Dick und Thomas Lieser zu – im Ernstfall würde er nun über die Details des Alarms nach aktuellem Wissensstand informiert werden, um die weiteren Schritte einzuleiten. In welchem Gebäudeteil wurde der Alarm ausgelöst? Was wurde beobachtet? Wie ist der aktuelle Stand zu Personen im Gebäude? Frank Dick legt großen Wert darauf, die lokalen Einsatzkräfte in den Probealarm einzubeziehen. Nicht nur, um die Räumung situationsgetreu zu proben, sondern



Frank Dick (links) ist eine fundierte Vermittlung von Brandschutzwissen wichtig, ebenso wie ein guter Austausch mit der Feuerwehr, hier mit Thomas Fuchs, dem stellvertretenden Wehrleiter.



→ ZUR PERSON

Frank Dick ist stellvertretender Schulleiter des Sickingen-Gymnasiums in Wallhalben, aktives Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr und Fachbereichsleiter für Brandschutzerziehung im Landesfeuerwehrverband Rheinland-Pfalz. Er bildet seit über 20 Jahren ehrenamtlich Brandschutzerzieherinnen und -erzieher aus.



auch um sich kennenzulernen und damit die Einsatzkräfte ein Gespür dafür bekommen, wie die Schule aufgestellt und die Abläufe geregelt sind. „Für die Feuerwehr ist es am wichtigsten zu wissen, an wen sie sich wenden können und dann schnell zu erfahren, ob alle Personen das Gebäude verlassen haben. Denn wenn jemand fehlt, wird aus einer Brandbekämpfung eine Menschenrettung, dann muss der Einsatzleiter einen ganz anderen Einsatz abwickeln.“

Während sich die meisten schon auf dem Sportplatz versammelt haben, kommen einige Lehrkräfte etwas verspätet aus dem Schulgebäude. Anscheinend war der Alarm im Verwaltungstrakt – und damit auch im Lehrerzimmer – nicht zu hören gewesen. „Das notieren wir uns und stellen später Nachforschungen an, ob das vielleicht noch auf weitere Bereiche zutrifft“, sagt Frank Dick. „Diese Informationen geben wir an den Schulträger weiter. Der hat das Gebäude gemietet und informiert den Vermieter – denn die Alarmanlage fällt unter den Gebäudebrandschutz, wir als Schulleitung sind



Schüler Philipp Kahl ist Mitglied des Schulsanitätsdienstes. Im Fall eines Alarms hilft dieser nach der Räumung der Schule beim Überprüfen der Anwesenheiten.

nur für die Umsetzung des organisatorischen Brandschutzes zuständig.“ Nach einigen Minuten verkündet Thomas Lieser schließlich: „Die Überprüfung der Anwesenheiten ist abgeschlossen. Es sind alle Schülerinnen und Schüler da – und alle Lehrkräfte auch“, fügt er mit einem Lachen hinzu, „ist ja auch wichtig.“

Frank Dick wirft einen Blick auf die Uhr: „Das hat 15 Minuten gedauert – vom Auslösen des Alarms bis zum Bericht an die Feuerwehr. Das können wir sicher noch etwas schneller.“ Trotzdem sind der stellvertretende Schulleiter und auch die Feuerwehr zufrieden. Alle haben sich an der definierten Sammelstelle eingefunden, die Ansprechpersonen waren eindeutig zuzuordnen und alle Rückmeldungen liefen an einer Stelle zusammen, sodass die Feuerwehr umfassend informiert werden konnte. Bei einem Blick auf Schülerschaft und Lehrkräfte fällt auch auf, dass niemand eine Tasche oder andere unnötige, schwere Dinge bei sich hat: Es haben alle auf schnellstem Weg und ohne Verzögerung die Schule verlassen.

NETZWERK UND AUSTAUSCH

Damit ein Alarmplan auf dem neuesten Stand bleibt, lohnt es sich, bei seiner Überprüfung mehrere Menschen ins Boot zu holen. So könne die Schulleitung

zum Beispiel eine kleine Arbeitsgruppe aus vier bis fünf Personen aus dem Kollegium zusammenschließen, die sich regelmäßig den Plan anschaut und prüft, was noch verbessert werden kann oder wo neue Maßnahmen nötig sind, erläutert Frank Dick. Auch die Brandschutzhelmsender der Schule könnten hier hinzugezogen werden, da sie bereits über Wissen zum Brandschutz verfügen. Empfehlenswert ist außerdem, bei der lokalen Feuerwehr anzufragen, ob sie mit auf den Plan schauen kann und vielleicht noch Verbesserungsvorschläge hat. Schließlich seien die Einsatzkräfte diejenigen, die mit dem Ernstfall am meisten Erfahrung haben. Auch das Netzwerken mit anderen Schulen lohnt sich, etwa bei regionalen

Schulleiterdienstbesprechungen: „Da kann man ruhig die Schulleitung der Nachbarschule fragen, wie die Probealarme bei ihnen so laufen. Es ist wichtig, sich bei diesem Thema auszutauschen und alle Kanäle zu nutzen. Informationsmaterialien und Fachempfehlungen stellen auch der Deutsche Feuerwehrverband und die Vereinigung zur Förderung des Deutschen Brandschutzes zur Verfügung“, resümiert der Schulleiter. Und was sind nun für ihn die nächsten Schritte? „Ich werde alle Erkenntnisse aus der Übung schriftlich dokumentieren und die Rückmeldungen der Lehrkräfte sammeln“, sagt Frank Dick. „Das ist wichtig, denn vielleicht können wir ja noch etwas besser werden.“

→ MEHR ZUM THEMA

Eine Übersicht hilfreicher Angebote rund um den schulischen Brandschutz findet sich auf der pluspunkt-Website – von Materialien für die Unterrichtspraxis und Lehrunterlagen zu den Themen Brandschutzerziehung und Brandschutzaufklärung bis hin zu Fachempfehlungen zum Verhalten im Brandfall:

🔗 www.pluspunkt.dguv.de/brandschutz oder QR-Code scannen!



Jugendwettbewerb

120 Sekunden, um zu überleben

Bei diesem Thema geht es im wörtlichen Sinn um Leben und Tod: Wie verhalte ich mich im Brandfall richtig? Am besten ist es, wenn sich Schülerinnen und Schüler auch kreativ damit befassen – zum Beispiel durch eine Teilnahme am Wettbewerb „120 Sekunden, um zu überleben“.



Preisträger des Wettbewerbs 2023/2024: Die Schwarzachtal-Mittelschule aus Waldmünchen gewann mit ihrem Video „Was tun, wenn's brennt?“.



- In der Schule sollte das richtige Verhalten im Brandfall thematisiert werden
- Für Lehrkräfte gibt es viele Ansätze und Materialien
- Ein Wettbewerb regt zur kreativen Auseinandersetzung an

AUTORIN Sabine Biskup, Redakteurin Universum Verlag | **FOTO** Forum Brandrauchprävention e. V. / Schwarzachtal-Mittelschule Waldmünchen | **COLLAGE** Alexandr, Pixel-Shot, Alexander Raths, Emazine Store – stock.adobe.com

Wenn Rauch oder Feuer auftritt, kann schnell Panik entstehen: Menschen rennen in verrauchte Treppenhäuser, vergessen den Notruf oder reagieren reflexartig und springen aus dem Fenster. Damit so etwas nicht passiert, ist es wichtig, schon in der Schule über das richtige Verhalten im Brandfall zu sprechen. „Die Schülerinnen und Schüler interessieren sich sehr für das Thema“, weiß Frank Dick, stellvertretender Schulleiter im Sickingen-Gymnasium in Wallhalben. Er behandelt das Thema regelmäßig, etwa wenn er Vertretungsstunden gibt. Dann greift er auch gern mal auf das „120 Sekunden Escape-Spiel“ zurück, das online kostenfrei angeboten wird. Eine aktive Auseinandersetzung ist nämlich optimal, um die vielen kleinen, aber wichtigen Schritte für den Ernstfall zu verinnerlichen. Eine weitere Möglichkeit bietet die Teilnahme an dem Jugendwettbewerb „120 Sekunden, um zu überleben“.



MEHR INFOS ZUM THEMA

Auf der Wettbewerbsseite sind alle Informationen zum Wettbewerb und zu den Preisträgern zu finden:

🔗 <https://120sek.de>

Das Gewinnervideo von 2023/2024 steht auf Youtube bereit:

🔗 <https://kurzlinks.de/8z1s>

Das „120 Sekunden Escape“-Spiel lädt auf unterhaltsame Art zur Auseinandersetzung mit dem Thema ein:

🔗 <https://rauchmelder-lebensretter.de/120S-escape/>

WORUM GEHT ES BEI „120 SEKUNDEN, UM ZU ÜBERLEBEN“?

Der Wettbewerb ruft Schülerinnen und Schüler der Klassen 7 bis 10 sowie Mitglieder von Jugendfeuerwehren dazu auf, eine kreative Idee zu entwickeln, um über das richtige Verhalten im Brandfall zu informieren. In den drei Phasen Forschen, Gestalten und Teilen sollen die Projekte erstellt und verbreitet werden. Für die Plätze eins bis drei und einen Kreativpreis steht insgesamt ein Preisgeld von 10.000 Euro zur Verfügung. Der Wettbewerb wird vom Deutschen Feuerwehrverband (DFV), dem Forum Brandrauchprävention und der Vereinigung zur Förderung des Deutschen Brandschutzes (vfdb) präsentiert.



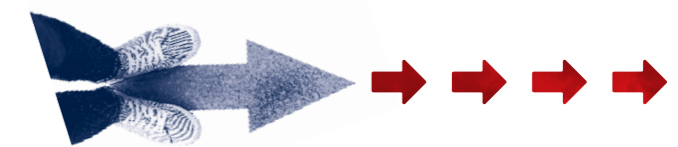
WIE KANN MAN GEWINNEN?

Kreativität zahlt sich aus: Im Wettbewerb 2023/2024 konnte die Schwarzachtal-Mittelschule aus Waldmünchen die Fachjury mit dem Video „Was tun, wenn's brennt? – Ein Brickfilm“ überzeugen. Die Schülerinnen und Schüler setzten verschiedene Szenarien filmisch mit Figuren um, etwa zu den Situationen „Feuer in der eigenen Wohnung“, „Rauch im Treppenhaus“ oder „Feuer in einer fremden Wohnung“. Nach dem Hochladen auf Youtube verteilte die Klasse Flyer, die zu einer Umfrage führten: 93 Prozent fanden den Film gut, und fast 87 Prozent sagten, sie hätten etwas Neues gelernt!

WIE KÖNNEN SCHULKLASSEN TEILNEHMEN?

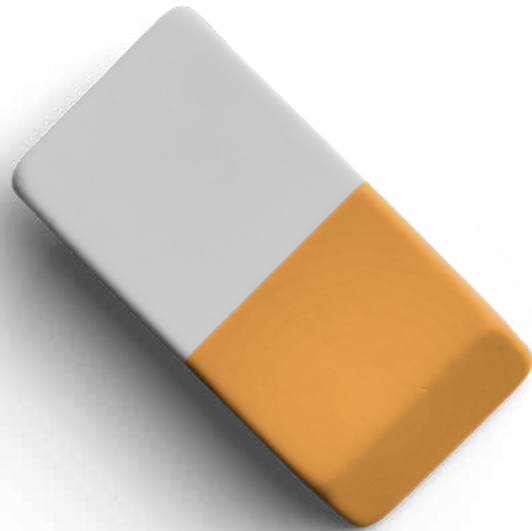
Eine Lehrkraft meldet die Klasse zur Teilnahme an. Bis zur Einreichfrist werden die Projekte als Fotos, PDFs und/oder Videos zugeschickt. In einer Dokumentation sollten dabei alle drei Phasen mit mindestens einem Bild und Kurztext vermittelt werden.

Im März werden die Gewinner von 2024/2025 präsentiert und es findet eine Preisverleihung bei dem Erstplatzierten statt. Für Informationen zur nächsten Wettbewerbsausgabe (voraussichtlich ab September 2025) muss man die Website 120sek.de/der-wettbewerb im Auge behalten.



WIE FANGE ICH AM BESTEN AN?

Auf der Website des Wettbewerbs stehen unter 120sek.de/ arbeitshilfen viele Materialien zur Verfügung, um in das Thema einzusteigen. Lehrkräfte finden hier zum Beispiel eine Präsentation zum Basiswissen Brandschutz, PDFs zu den Themen „Verhalten im Brandfall“ und „Notruf“ sowie kreative Brandschutz-Videos, die im Unterricht betrachtet und diskutiert werden können. Informationen zu den häufigsten Brandquellen (etwa Lampen, Akkus, Steckdosen oder brennendes Fett) liefern weitere lebensnahe Ansatzpunkte.



„Fehler sind Lernchancen“



- Eine positive Fehlerkultur in der Schule bringt Vorteile
- Lernende brauchen ein Gefühl von Sicherheit
- Lern- und Leistungssituation klar voneinander trennen

AUTORIN Kathrin Hedtke, freie Journalistin | FOTOS Custom Scene, domnitsky – stock.adobe.com, privat

Aus Fehlern wird man klug, heißt es. Damit das in der Schule klappt, ist eine positive Fehlerkultur nötig. Wie sie gelingt, erläutert Jürgen Seifried, Professor für Wirtschaftspädagogik mit dem Schwerpunkt berufliches Lehren und Lernen an der Universität Mannheim.

Herr Professor Seifried, warum ist eine angstfreie Fehlerkultur im Unterricht wichtig?

Fehler werden oft zunächst als unangenehm empfunden. Die Fehlerforschung zeigt jedoch, dass eine positive Fehlerkultur Vorteile bringt, sowohl was das Ergebnis – also Wissen und Können – als auch die Lernmotivation und Emotionen betrifft. Das ist durch zahlreiche Studien sehr gut belegt. Mit Blick auf Schule und Unterricht wurden insbesondere Fächer wie Mathematik und Sprachen intensiv erforscht. Man kann aber nicht davon ausgehen, dass Schülerinnen und Schüler „automatisch“ aus Fehlern lernen, sie brauchen Unterstützung von Lehrkräften, die Fehler konstruktiv aufgreifen und die Lernenden entsprechend begleiten.

Was erfordert es von den Lehrkräften, um ein gutes Fehlerklima zu erschaffen?

Fehlertoleranz. Sie sollten die Einstellung mitbringen und diese Haltung auch im Unterricht verdeutlichen, dass Fehler Lernchancen sind und zum Lernprozess dazugehören. Des Weiteren benötigen Lehrkräfte sehr gutes Fachwissen. Unsichere Lehrkräfte, die im Stoff nicht so tief drin sind, neigen eher dazu, Fehler gar nicht erst entstehen zu lassen, damit der Unterricht



ZUR PERSON

Prof. Jürgen Seifried hat als Diplom-Handelslehrer an einer kaufmännischen Schule unterrichtet. An der Universität Mannheim forscht er zu den Potenzialen des Lernens aus Fehlern. Weitere Forschungspunkte sind etwa fachdidaktische Fragestellungen sowie Kompetenzentwicklung von Lehr- und Ausbildungspersonen.



so abläuft, wie sie ihn geplant haben. In Lernphasen tauchen aber Fehler nahezu zwangsläufig auf, andernfalls waren die gestellten Aufgaben zu einfach. Ferner brauchen Lehrkräfte konkrete Handlungsstrategien: Wie gehe ich mit Fehlern von Lernenden produktiv um?

Und wie können diese Strategien aussehen?

Wichtig ist, dass man Fehler als solche benennt, angemessenes Feedback gibt und sich Zeit nimmt, den Fehler aufzuarbeiten. Um die Ursachen zu erkunden, fragt die Lehrkraft nach und lässt den Schüler oder die Schülerin den eigenen Gedankengang selbst erklären. Entscheidend ist, niemanden bloßzustellen oder zu beschämen. Man muss es auch unbedingt unterbinden, wenn andere in der Klasse abschätzig reagieren. Lernende brauchen das Gefühl, Fehler machen zu dürfen, ohne Angst vor negativen Reaktionen haben zu müssen.

Um Reflexionsprozesse zu starten, kann man auch unterschiedliche Lösungen gegenüberstellen, beispielsweise am Ende einer Gruppenarbeit, sodass die Schülerinnen und Schüler in der Diskussion Fehler selbst erkennen. Oder man lässt die Schülerinnen und Schüler selbst auf Fehlersuche gehen – etwa in Materialien, die Fehler enthalten und die dann gefunden werden müssen.

Was können Lehrkräfte außerdem konkret für ein gutes Fehlerklima tun?

Oft bleiben Fehler im Raum stehen, die Lernenden wissen nur, dass ihre Antwort falsch war, aber nicht, wieso. Sie brauchen eine Begründung, warum etwas richtig oder falsch ist. Qualitatives Feedback bietet Erklärungen und hilft dabei, den Fehler einzuordnen. Zu einem konstruktiven Fehlerklima gehört auch, den Lernenden genügend Zeit zum Denken und Formulieren zu geben. Unterrichtsanalysen zeigen, dass Lehrkräfte das häufig nicht tun. Anspruchsvolle Fragen oder auch Aufgaben, die mehrere Lösungen ermöglichen, sind hilfreich, ebenso eine regelmäßige Reflexion im Unterricht, was mithilfe aufgetretener Fehler gelernt wurde.

Um die Benotung kommen Lehrende und Lernende meist nicht herum. Wie kann angstfreies Lernen innerhalb der schulischen Notengebung gelingen?

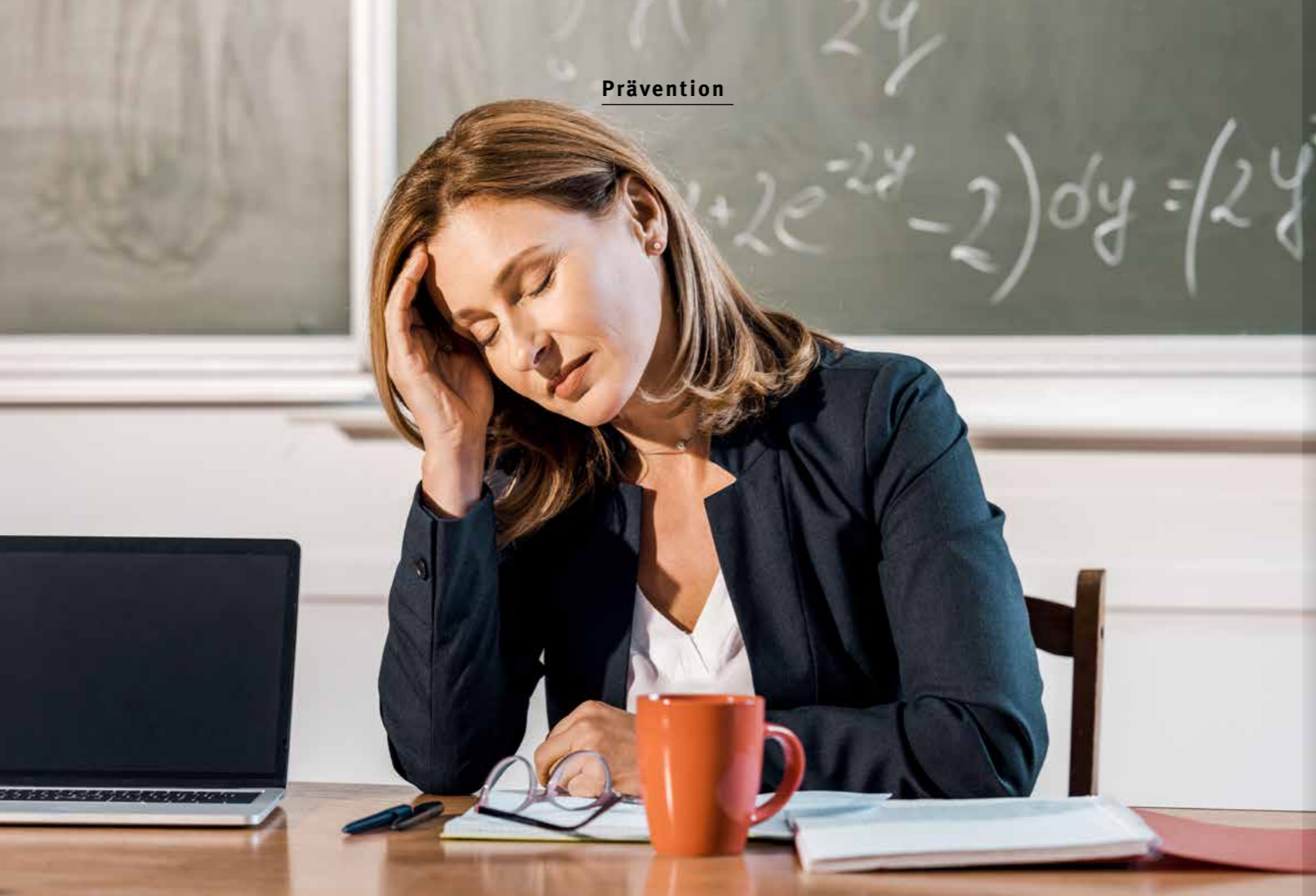
Wichtig ist, die Lern- von der Leistungssituation klar zu trennen und das für die Lernenden auch deutlich zu machen: In der Lernphase sind Fehler erlaubt und für die Bewertung nicht relevant, erst später wird geprüft. Man kann die Leistungsüberprüfung angstfrei gestalten, indem man transparent macht, was die Schülerinnen und Schüler erwartet, und sie gut darauf vorbereitet. Angst geht immer mit Ungewissheit Hand in Hand. Man kann auch Angst nehmen, indem man häufiger kleinere Leistungsüberprüfungen macht. Wenn von zehn Tests dann mal einer danebengeht, ist das nicht so schlimm. Intransparent vergebene mündliche Noten wiederum führen etwa dazu, dass Schülerinnen und Schüler Fehler vermeiden wollen, Wissenslücken vertuschen und lieber gar nichts als etwas Falsches sagen. Hier ist es wichtig, die Kriterien für die Notenvergabe klar zu definieren – man kann diese auch gemeinsam mit den Lernenden erarbeiten – und den Schülerinnen und Schülern zu kommunizieren. Wesentlich ist auch, die mündlichen Leistungen systematisch zu erfassen und zu dokumentieren sowie den Schülerinnen und Schülern in regelmäßigen Abständen Feedback zu ihren Leistungen zu geben.



LITERATUR ZUM THEMA

Seifried, Jürgen u. a.: Umgang mit Fehlern im Unterricht. Institut für Bildungsanalysen Baden-Württemberg (IBBW), Wirksamer Unterricht Band 7, 2022.

• Kostenloser Download: <https://kurzlinks.de/90h6>



Gesund Schule leiten

Raus aus der Mühle

Hohes Tempo, wenig Pausen: Viele Schulleitungen stehen unter großem Druck, auf ihrem Schreibtisch stapelt sich die Arbeit. Coachings können viel bewirken.

AUTORIN Kathrin Hedtke, freie Journalistin |
FOTOS LIGHTFIELD STUDIOS – stock.adobe.com, privat



- Schulleitungen haben viele herausfordernde Aufgaben
- Priorisierung und Delegation helfen
- Lösungsansätze müssen nicht perfekt sein

Ständig will jemand etwas von ihm: Im Minutentakt ploppen Mails in seinem Postfach auf, dauernd klingelt sein Telefon und jemand kommt in sein Büro. „Das fordert natürlich“, sagt Philipp Scholz, Leiter der Max-Schmeling-Stadtteilschule in Hamburg. Vor allem, weil er nicht alle Bitten erfüllen und viele Dinge nicht ändern kann. So belastet ihn, dass Personal und Räume fehlen. Doch der

Schulleiter hat über die Jahre gelernt, bestmöglich mit dem Druck umzugehen. Dazu gehört, klare Prioritäten zu setzen, Aufgaben abzugeben und auf seine eigene Gesundheit zu achten.

ENORM HOHE ARBEITSBELASTUNG

Studien zeigen, dass die Arbeitsbelastung von Schulleitungen enorm hoch ist. In einer Onlinebefragung der Gewerk-

schaft Erziehung und Wissenschaft (GEW) erklärten rund 84 Prozent der Schulleitungen, dass sie „oft“ oder „immer“ mit hohem Tempo arbeiteten, rund 72 Prozent gaben an, „selten“ oder „nie“ Pausenzeiten einhalten zu können. „Was Führungskräften zu schaffen macht, ist vor allem die Masse an Herausforderungen“, sagt Christiane von Schachtmeyer, selbst viele Jahre lang Schulleiterin und jetzt Referatsleiterin für Personal-

entwicklung am Hamburger Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung. Als ersten Schritt rät sie: Aus der Vogelperspektive auf die Arbeit blicken. „Wer in der Mühle steckt, braucht erst einmal Distanz.“ Wer erschöpft sei, verliere häufig den Blick dafür, was dringend und wichtig sei. Deshalb seien Coachings enorm hilfreich. Dabei gelte es, Visionen zu formulieren und Handlungsoptionen zu entwickeln. „Das Zauberwort lautet: lösungsorientiert.“

Wenn jemand ein Problem schildert, stellt die Personaltrainerin gern die „15-Prozent-Frage“: Welche 15 Prozent kann man selbst in die Hand nehmen, ohne zusätzliche Ressourcen oder um Erlaubnis fragen zu müssen? „Es geht um die ersten kleinen Schritte“, erklärt Christiane von Schachtmeyer. Beispiel: In der Schule fehlt eine Mathelehrkraft. Jetzt gilt es, zunächst einmal Ideen zu sammeln: Jede Klasse muss mit einer Stunde weniger pro Woche auskommen. Oder drei Klassen werden zu zwei zusammgelegt, mithilfe von Videotutorials gewinnen die Lehrkräfte Zeit für die Betreuung von Schülerinnen und Schülern. Oder die Oberstufenschüler helfen als Tutoren aus. Oder, oder, oder. „Es muss nicht immer alles perfekt laufen“, sagt Christiane von Schachtmeyer. „Es geht darum, ins Handeln zu kommen.“

ABSCHALTEN LERNEN UND FORTBILDEN

Auch Philipp Scholz nimmt regelmäßig an Fortbildungen für Schulleitungen teil. „Das hilft mir enorm.“ Was er gelernt hat? „Auszuhalten, dass ich nie fertig sein werde.“ Und dass er viele Probleme nicht lösen kann, weil Rahmenbedin-

” Coachings sind enorm hilfreich.

Christiane von Schachtmeyer, Referatsleiterin für Personalentwicklung und ehemalige Schulleiterin



gungen damit verknüpft sind: Gebäude, Räume, Personal, Ressourcen. Außerdem achtet Philipp Scholz inzwischen sehr auf seine Arbeitszeiten. „Ich habe besser gelernt, mich abzugrenzen.“ Er habe gemerkt, dass die Welt sich weiterdreht, auch wenn er am Wochenende keine Mails liest. „Wenn es wirklich brennt, bin ich auf dem Handy erreichbar.“ Ihm ist es wichtig, richtig abzuschalten. Auch gelingt es ihm mittlerweile besser, Aufgaben abzugeben. Früher habe er viel mehr selbst gemacht. „Da ist immer ein Berg an unerledigten Dingen auf meinem Schreibtisch liegen geblieben.“

Schon wenige Coachings würden unheimlich viel bewirken, sagt Christiane von Schachtmeyer. „Man wundert sich, was alles in kurzer Zeit möglich ist.“ Doch leider meldeten sich Führungskräfte oft vorher wieder ab: Keine Zeit. Wenn die Personaltrainerin merkt, dass die Belastung zu einer persönlichen Krise führt, verweist sie weiter an eine psychologische Fachstelle. Das kommt immer häufiger vor. „Die Fürsorgepflicht für Schulleitungen liegt bei der Schulaufsicht“, sagt die Referatsleiterin für Personalentwicklung. Auf der Personengruppe liege auf jeden Fall mehr Aufmerksamkeit und es werde mehr Augenmerk auf ihr Wohlergehen gelegt als früher.

PROBLEMLÖSUNG PER FALLBERATUNG

„Kollegiale Fallberatung wirkt wunderbar“, ergänzt Christiane von Schachtmeyer. Dabei kommen mehrere Leitungskräfte zusammen, jemand schildert sein Problem, die anderen machen Lösungsvorschläge – beim nächsten Mal wird Bilanz gezogen. „Dadurch kommen sie sehr schnell ins Tun.“ Pragmatische Ansätze förderten die Selbstwirksamkeit und stärkten die Resilienz. Doch die Personalentwicklerin warnt davor, den Fokus nur darauf zu richten. „Selbstverständlich muss sich auch strukturell etwas ändern.“ Beides müsse parallel laufen: sich für Verbesserungen stark machen und zugleich pragmatische Lösungen suchen.

Auch Philipp Scholz betont, dass ihm am Ende immer noch vier Räume fehlten und er keine Förderschullehrkräfte finde. Trotzdem mache er seine Arbeit von Herzen gern. „Aber ich achte inzwischen auch sehr genau darauf, dass ich mir nicht zu viel auflade und mich abgrenze.“



FORTBILDUNGEN ZUM THEMA

Die gemeinnützige Heraeus Bildungsstiftung bietet eigens konzipierte Seminare für Schulleitungen an, beispielsweise zu den Schwerpunkten „Selbstführung und Ressourcenblick für schulische Führungskräfte“ und „Gesund Schule leiten“.

• <https://heraeus-bildungsstiftung.de/seminare>

” Ich habe gelernt, auszuhalten, dass ich nie fertig sein werde.

Philipp Scholz, Schulleiter



Essstörungen

Hinsehen und helfen

Studien belegen: Immer mehr Kinder und Jugendliche zeigen Anzeichen von Essstörungen. Wichtig ist, ihnen so früh wie möglich Hilfe und Unterstützung anzubieten. Schulen kommt dabei eine wichtige Rolle zu.



- Essstörungen seit Coronapandemie immer häufiger
- Betroffene fühlen sich häufig un- oder missverstanden
- Gesprächsangebote aufrechterhalten, auch wenn sie zunächst abgelehnt werden



AUTORIN Kathrin Hedtke, freie Journalistin |
FOTOS weixx, Bastian Weltjen – stock.adobe.com, privat

Kürzlich kam ein Mädchen aus der sechsten Klasse in die Sprechstunde von Marina Müller, Schulpsychologin am Labenwolf-Gymnasium in Nürnberg. Die Schülerin hatte selbst bemerkt, dass sie Probleme mit dem Essen hat, immer dünner wurde und sich unwohl in ihrem Körper fühlte. Sie wollte gern etwas daran ändern, wusste aber nicht wie. Im ersten Schritt hätten sie gemeinsam das Gespräch mit der Mutter gesucht, berichtet Marina Müller. „Auch ihr war bereits aufgefallen, dass mit ihrer Tochter etwas nicht stimmt.“ Doch sie war ratlos, was sie tun sollte. Die Psychologin stellte den Kontakt zu einer Beratungsstelle her, jetzt macht das Mädchen eine Therapie. „Vor allem geht es darum, klarzumachen: Es gibt Unterstützung, wir helfen euch!“

Eine Studie des Robert Koch-Instituts (RKI) zeigt: Jedes dritte Mädchen (33,6 Prozent) im Alter zwischen 14 und 17 Jahren weist Symptome einer Essstörung auf – und mehr als jeder zehnte Junge (12 Prozent), Tendenz seit der Coronapandemie stark steigend. Ob Magersucht, auch Anorexie genannt, Adipositas, Bulimie oder das sogenannte Binge-Eating mit unkontrollierten Essanfällen: Die Symptome unterscheiden sich je nach Krankheitsbild, doch allen gemeinsam sind „Probleme mit dem Essverhalten, dauerhafte Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper, dauerhafte Sorgen um Gewicht und Essen sowie sozialer Rückzug“, erklärt Malte Bödeker, Referatsleiter unter anderem für Kinder- und Jugendgesundheit bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in Köln.



Marina Müller ist Schulpsychologin am Labenwolf-Gymnasium in Nürnberg. Sie ist die erste Ansprechperson, wenn bei einer Schülerin oder einem Schüler eine Essstörung vermutet wird oder wenn diese selbst Hilfe suchen.

KEINEN DRUCK AUFBAUEN

Am Gymnasium in Nürnberg ist die Psychologin Marina Müller die erste Ansprechperson, wenn jemand bei einem Kind eine Essstörung vermutet. Einmal fiel einem Sportlehrer auf, dass ein Junge extrem dünn geworden war, und er stellte den Kontakt zu Marina Müller her. Aber meistens kommen die Jugendlichen von selbst in ihre Sprechstunde, zu zweit oder dritt, zusammen mit Freundinnen und Freunden, manchmal aber auch allein. Wichtig sei erst einmal: „da sein!“ Es gelte, keinen Druck oder Zwang auszuüben.

Der BZgA-Experte betont, dass oft viel Geduld gefordert sei. Häufig fühlten sich Betroffene miss- und unverstanden. Aus Furcht vor Ablehnung und Stigmatisierung verheimlichten sie ihre Probleme. Deshalb rät Malte Bödeker nahestehenden Personen: „Halten Sie Ihr Gesprächsangebot aufrecht, auch wenn es zunächst abgelehnt wird.“ Er fügt hinzu, dass Essstörungen mitunter sehr belastend für das Umfeld seien.

SCHNELLE HILFE ANBIETEN

Die Kinderpsychotherapeutin Ingar Zielinski-Gussen behandelt Jugendliche mit Essstörungen in der Uniklinik Aachen. Ihr Appell an alle Lehrkräfte: „Bei

der kleinsten Sorge aktiv werden. Je früher, desto besser.“ Anorexie lässt sich in der Regel leicht erkennen, weil die Kinder immer dünner werden. Schwieriger ist es bei anderen Essstörungen, beispielsweise Bulimie. Da gelte es, auf Warnsignale zu achten, betont die Psychologin. Rennt ein Kind beispielsweise nach dem Essen immer auf die Toilette? „Sowie ein Verdacht aufkommt, sollten die Lehrkräfte sofort das Gespräch suchen.“ Zunächst mit den Schülerinnen und Schülern. Aber so schnell wie möglich auch mit den Erziehungsberechtigten. Sie müssten damit rechnen, dass die Kinder beteuerten, es sei alles gut, und sie sollten bitte nicht mit den Eltern sprechen. „Im Zweifel müssen sich die Lehrkräfte darüber hinwegsetzen“, betont Ingar Zielinski-Gussen. Sie sollten den Kindern offen sagen, dass sie sich große Sorgen machen und deshalb Kontakt mit den Eltern aufnehmen würden.

Ganz wichtig ist der Psychologin zu betonen: „Bei Essstörungen handelt es sich um eine psychische Krankheit, die jedes Kind treffen kann.“ Neben sozialen und psychischen Faktoren spielten auch genetische Veranlagungen eine Rolle. Die Therapeutin kritisiert, dass immer noch viele Vorurteile verbreitet seien: „Oft denken die Leute insgeheim: Da stimmt doch zu Hause was nicht, wenn ein Mädchen oder ein Junge plötzlich eine Essstörung bekommt.“ Diese Meinung sei fatal. „Auf den Eltern lastet ein riesengroßer Schuldberg.“ Damit einher gehe häufig Scham, mit der Folge, das Problem lieber allein in den Griff bekommen zu wollen. „Das genau ist falsch“, erklärt Ingar Zielinski-Gussen. „Bei Diabetes würde ja auch niemand sagen: Das kriegen wir allein hin, ohne Insulin oder Zuckermessen.“



FORTBILDUNGEN FÜR LEHRKRÄFTE

Informationen für Lehrkräfte, pädagogische und psychosoziale Fachkräfte hat das Bundesgesundheitsministerium im Flyer „Essstörungen – Was kann ich tun?“ zusammengefasst:

• <https://kurzlinks.de/d8f6>



LEHRKRÄFTE KÖNNEN NICHT ALLES LÖSEN

Ihrer Meinung nach kommt Lehrkräften eine enorm wichtige Aufgabe zu: „Die Schulen können viel präventiv leisten und für Aufklärung sorgen“, sagt die Psychologin. Sie könnten dazu beitragen, dass sich das Bild in den Köpfen ändert. Damit die Krankheit das Stigma loswerde, dass jemand etwas falsch gemacht habe oder nur zu schwach sei. Stattdessen muss die Botschaft lauten: „Du bist krank, du musst zum Arzt – und zwar am besten frühzeitig.“ Sobald es allerdings um Intervention geht, sollten Schulen das Problem unbedingt out-sourcen. Diese Last sollten Lehrkräfte nicht auf ihre Schultern nehmen, betont Ingar Zielinski-Gussen. Dafür seien sie nicht ausgebildet und das sei auch nicht ihre Aufgabe. Davor warnt auch Malte Bödeker von der BZgA: „Betroffene zu diagnostizieren und zu therapieren, ist nicht die Aufgabe von Lehrkräften.“ Stattdessen sollten sie bei Auffälligkeiten und Veränderungen genau hinsehen, sich im Kollegium austauschen und wenn nötig, Expertenrat einholen.

SICH GENUG ZEIT FÜRS GESUNDWERDEN NEHMEN

Nach Asthma seien Essstörungen die häufigste chronische Erkrankung bei Kindern und Jugendlichen, sagt Ingar Zielinski-Gussen von der Uniklinik in Aachen. Die gute Nachricht: „Wenn frühzeitig gehandelt wird, ist die Prognose extrem gut.“ Aber die Psychologin macht auch klar, dass vor allem Magersucht die

WEITERE INFORMATIONEN

Wo finde ich eine Beratungsstelle in meiner Nähe?

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) bietet eine Übersicht zu telefonischen, persönlichen und Online-Beratungsangeboten:

📍 <https://kurzlinks.de/u448>

Tipps für den Unterricht

Die BZgA empfiehlt, die psychische Gesundheit in Schulen zu fördern und zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen beizutragen. Dazu stellt sie mehrere Bildungsmedien bereit:

📍 <https://kurzlinks.de/m6su>

Weiterführende Informationen

Die BZgA bietet online unter anderem eine DVD mit drei Erklärfilmen zu Essstörungen in weiterführenden Schulen an:

📍 <https://kurzlinks.de/3lof>

psychische Erkrankung mit der höchsten Mortalitätsrate ist. Etwa zehn Prozent der Betroffenen sterben an den Folgen oder nehmen sich das Leben. „In der Klinik liegt unser Fokus bei diesen Patientinnen und Patienten deshalb darauf: Erst richtig gesund werden, dann wieder in die Schule.“ An Anorexie erkrankten meist Mädchen, die sehr zielstrebig und leistungsstark seien. In der Regel wollten sie so schnell wie möglich zurück in die Schule und wieder Klausuren mitschreiben. „Aber wir warnen davor, sich zu früh wieder dem schulischen Stress auszusetzen.“

ESSSTÖRUNGEN TEIL DES PRÄVENTIONSKONZEPTES

Am Labenwolf-Gymnasium in Nürnberg stand nach der Coronapandemie fest, dass Essstörungen – neben Angststörun-

gen und Depressionen – unbedingt ins Präventionskonzept der Schule gehören. Für alle siebten Klassen steht deshalb ein Workshop zu dem Thema auf dem Stundenplan. Zunächst holten sie – finanziert von der AOK – den Verein Dick & Dünn e. V., Fachberatung bei Essstörungen in Nürnberg, ins Boot. Inzwischen haben zwei Lehrkräfte eine eintägige Fortbildung besucht und führen das Angebot fort. Zudem besuchen die siebten Klassen jedes Schuljahr die Ausstellung „Klang meines Körpers“, die in Nürnberg im Gesundheitsamt gezeigt wird, bei Bedarf aber auch von Schulen angefordert werden kann. Darin kommen Mädchen und Jungen selbst zu Wort, berichten von der Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper, der Angst zu versagen, aber auch davon, was sie stark macht.

Ziel der Schule ist, über Essstörungen aufzuklären – und klarzumachen: „Es gibt Hilfe“, so Schulpsychologin Marina Müller. Die Schülerinnen und Schüler sollen wissen, wo sie niedrigschwellig Unterstützung finden, egal, ob es um sie selbst oder um einen Freund oder eine Freundin geht. „In den meisten Fällen handelt es sich zum Glück noch nicht um chronische Essstörungen, sondern um erste Anzeichen. Da lässt sich noch gut gegensteuern.“

Die Kinderpsychotherapeutin **Ingar Zielinski-Gussen** behandelt Jugendliche mit Essstörungen in der Uniklinik Aachen.

Malte Bödeker ist Referatsleiter für Kinder- und Jugendgesundheit bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in Köln.



Versicherungsschutz bei Zahnschäden

Sofort behandeln lassen



Dass sich Schülerinnen und Schüler in der Schule an den Zähnen verletzen, kommt laut Unfallversicherung gar nicht selten vor. Schnell stürzt zum Beispiel im Pausengetümmel mal jemand, fällt aufs Gesicht und bricht sich ein Stück Zahn ab. Was dann zu tun ist, erklärt Jörg Zervas von der Unfallkasse Rheinland-Pfalz.



FRAGEN Gabriele Albert, Redakteurin Universum Verlag | COLLAGE esthermm, niphon – stock.adobe.com, mann + maus | FOTO privat

Herr Zervas, Zahnschäden in der Schule sind über die Schülerunfallversicherung versichert. Was ist nach einer Verletzung möglichst schnell zu tun?

Zunächst sollte Erste Hilfe geleistet und dann der Unfall umgehend im Sekretariat der Schulleitung gemeldet werden. Wichtig ist es, hier bereits den Namen und eventuell die Anschrift des behandelnden Zahnarztes beziehungsweise der -ärztin anzugeben, damit sich die Unfallkasse mit ihm oder ihr in Verbindung setzen kann, um eine rasche zahnmedizinische Versorgung zu gewährleisten.

Muss das eine bestimmte zahnärztliche Fachpraxis sein?

Nein, man hat die freie Wahl. Sie sollte beim ersten Besuch jedoch ausdrücklich darauf hingewiesen werden, dass es sich um die Folge eines Schulunfalls handelt. Auch wenn kein offensichtlicher Schaden entstanden ist, sollte das Kind untersucht werden, denn oftmals zeigen sich die Folgen einer traumatischen Einwirkung auf Zähne erst Jahre später.

Wer übernimmt die Kosten?

Die gesetzliche Unfallversicherung. Die Ärztin oder der Arzt untersucht die Zähne, entscheidet über die erforderlichen Behandlungsmaßnahmen und rechnet diese direkt mit uns ab. Sofern eine prothetische Behandlung (wie Krone, Brücke) erforderlich wird, bekommen wir zunächst den Heil- und Kostenplan. So können alle Fragen der Kostenübernahme zeitnah vor Behandlungsbeginn geklärt werden. Wir übernehmen alle Kosten im Rahmen der für uns gültigen Abrechnungsgrundlagen in voller Höhe, ohne Eigenbeteiligung des oder der Versicherten.

Und später anfallende Folgekosten?

Gerade bei prothetisch versorgten Zähnen werden auch in späteren Lebensjahren Behandlungen notwendig. Auch für diese unfallbedingten Folgebehandlungen trägt die gesetzliche Unfallversicherung die Kosten – ein Leben lang!

ILLUSTRATION flaticon.com, mann + maus

Verhalten im Brandfall

Was tun, wenn's brennt?



Wenn es in der Schule brennt, ist es vor allem wichtig, Ruhe zu bewahren und angemessen zu handeln. Hier sind die wichtigsten Schritte für das richtige Verhalten im Brandfall:



Brand melden

Sobald Feuer oder Rauch in der Schule bemerkt werden, wird der Brandmeldeknopf betätigt und so der Alarm ausgelöst. Auf diesem Weg werden alle über den Notfall informiert.



Türen hinter sich schließen

Nachdem alle einen Raum verlassen haben, wird die Zimmertür geschlossen. So kann die Ausbreitung des Feuers und des giftigen Rauchgases eingedämmt werden.



Notruf absetzen

Befindet man sich in Sicherheit, wird der Notruf über 112 abgesetzt. Anrufende Personen teilen ihre Namen mit und was wo geschehen ist. Dann heißt es warten! Die Feuerwehr beendet das Gespräch.



Fluchtwege nutzen & Sammelstelle aufsuchen

Beim Verlassen des Gebäudes nutzt man die gekennzeichneten Fluchtwege zur vorgesehenen Sammelstelle.



Schulgebäude verlassen

Auf ruhige Weise, doch ohne Zeitverzögerung verlassen alle das Gebäude. Taschen werden dort gelassen, Handys nur wenn griffbereit mitgenommen. Hilfebedürftige Personen werden unterstützt.



Nicht den Aufzug nehmen

Bei der Evakuierung werden keine Aufzüge benutzt!