

Impressum

Herausgeber:

Michael-Ende-Schule
Klinikschule der Stadt Lüdenscheid
Paulmannshöher Straße 14, Haus 4
58515 Lüdenscheid
info@mes-luedenscheid.de

V.i.S.d.P.: Jutta Meyer

Betreuende Lehrerin: Incinur Cakir

März 2024

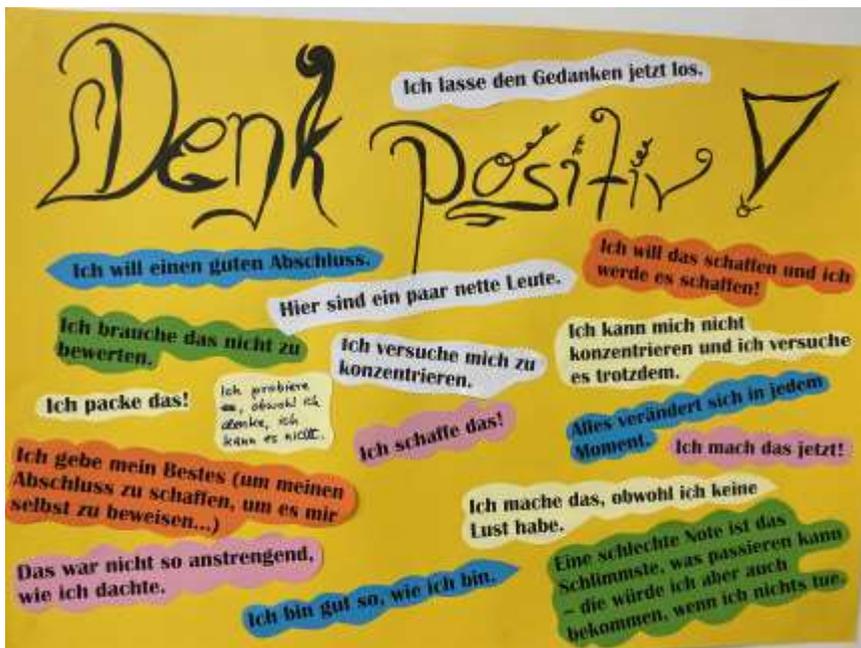
Auflage 200

Druck: WIRmachenDruck

wir-machen-druck.de

Die Namen der Schüler*innen wurden durch die Redaktion geändert.

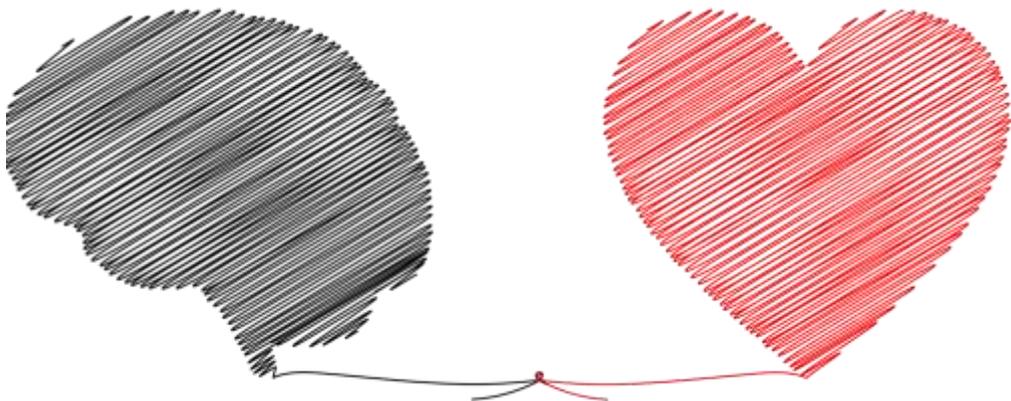
Alle Abbildungen wurden von Lehrer*innen und Schüler*innen der Michael-Ende-Schule fotografiert oder gezeichnet oder es handelt sich um lizenzfreie Bilder der Plattform „AdobeStock“.



Schule ganz anders? – Die Michael-Ende-Schule aus der Schüler*Innenperspektive

1. Lernen trotz Erkrankung - Die Michael-Ende-Schule	4
1.1 Wir stellen uns vor	5
1.2 Klinikschule	6
1.3 Schultag	7
1.4 Uns wird geholfen!	8
1.5 Außerunterrichtliche Aktivitäten	9
2. Was heißt es psychisch krank zu sein?	10
2.1 Was heißt es psychisch krank zu sein?	11
2.2 Das Leben in der Psychiatrie	12
2.3 Mobbing - Ich war ein "Opfer"	13
2.4 Mein Leben mit Magersucht	14
2.5 Das Monster Depression	15





Lernen trotz Erkrankung –Die Michael-Ende-Schule

1.1 Wir stellen uns vor

Wir sind eine besondere Schule für Schüler*innen mit unterschiedlichen Störungsbildern, Beeinträchtigungen und Erkrankungen aus verschiedenen sozialen Verhältnissen mit vielfältigen Schulbiographien. Wir planen, gestalten und begleiten den Übergang für unsere Schüler*innen in einer sozial oder emotional belasteten Situation in ihr altes oder neues Umfeld.

Unsere primären Kooperationspartner sind die jeweiligen Stammschulen der Schüler*innen sowie die Mitarbeiter*innen der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Wir bieten ein umfassendes Fächerspektrum an, sind breit aufgestellt und vernetzt. Zudem beraten wir unsere externen Kooperationspartner kompetent. Durch unsere langjährige Erfahrung und Zusammenarbeit mit der Klinik haben wir ein umfangreiches Wissen über die spezifischen Krankheitsbilder und Störungen erworben und erweitern dieses Wissen ständig.

Wir bieten vielfältige (außer-)unterrichtliche Angebote an, um das Lernen mit allen Sinnen zu ermöglichen: Projekte und Arbeitsgemeinschaften; Ausflüge und Feiern; Thementage; eine Bücherei, Lerntraining und Lerncoaching-Gespräche, breit gefächerte Lernmaterialien, LRS- und Dyskalkulieförderung, 1:1-Förderung und eine ansprechende Lernumgebung.

Gegenseitiger Austausch, reflektierende Gespräche und Fortbildungen sind Kraftquellen für unser Kollegium. Aber genug von uns! Lernen Sie unsere Schule auf den folgenden Seiten aus den Augen unserer Schüler*innen kennen!



1.2 Klinikschule



Wenn Leute hören, dass ich auf einer Klinikschule bin, schauen sie mich ganz verdröpelt an und gehen drei Schritte zurück. Doch nach einem Monat hier in der KJPP habe ich gelernt damit umzugehen. Denn Schule ist Schule.

Klar, auf meiner Stammschule ist der Unterricht angespannter und schneller, aber dafür ist man nicht belastet durch die Therapien, die hier stattfinden. Auf der Michael-Ende-Schule herrscht ein ganz anderes Arbeits- und Klassenklima, denn wir sind maximal zehn Leute in einer Klasse und haben pro Hauptfach meistens zwei Lehrer. Natürlich ist es schwer am Ball zu bleiben, bis man wieder auf die Stammschule geht, außerdem ist es anstrengend für mich, wenn ich Therapie hatte, mich wieder auf die Schule zu konzentrieren. Doch all das ist möglich, denn ich werde von meinen Lehrern, meinen Betreuern und meiner Therapeutin so gut es geht unterstützt! Ich persönlich fühle mich wohl auf der Schule und bin froh, diese Unterstützung zu bekommen. Ich hoffe, dein Bild über eine Schule für Kranke hat sich ins Positive geändert!

*Fluffy (15)



1.3 Schultag

Um 6:45 Uhr werden wir geweckt, dann frühstücken wir gemeinsam und gehen in den dritten Stock zur Schule. Die Schule beginnt um 8:00 Uhr und endet um 12:15, damit wir pünktlich zum Mittagessen wieder auf Station sind. Wir werden in fünf verschiedene Lerngruppen eingeteilt: A, B, C, D und E. Zwischen der zweiten und dritten Stunde haben wir eine halbe Stunde Pause. Wenn es nicht regnet, haben wir einen großen Schulhof, auf dem wir Basketball oder Fangen spielen. Wir haben sogar einen Tischtennistisch. Ich spiele auch gerne Schach oder unterhalte mich mit meinen Mitpatient*innen.

Wenn ich ehrlich bin, gibt es hier nur wenig Hausaufgaben, da wir nachmittags viele Therapietermine haben. Die Schule ist aber trotzdem nur ein klein wenig anders als die Stammschule, weil jeder an seinen eigenen Sachen aus der Stammschule arbeitet. Wenn keine Termine anstehen, können wir an AGs teilnehmen. Ich gehe zur Garten-AG. Diese Schule hier ist toll, es gibt nur nette Lehrer!

* Alvin (14)



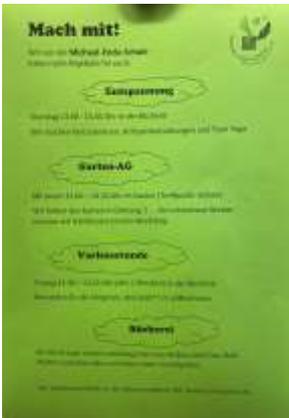
1.4 Uns wird geholfen

Manche Leute stellen sich die Psychiatrie gruselig vor, doch uns wird einfach nur geholfen. Kein Mensch kommt ohne Grund hierher, doch wenn man hier ist, fragen die Mitpatienten sofort, warum man hier ist.... vielleicht weißt du das gar nicht so genau, aber das ist nicht so schlimm, denn die Leute, die hier arbeiten, führen viele Gespräche mit dir. Es gibt Leute, so wie ich, die denken, die Eltern haben sie nicht lieb, weil sie hier herkommen. Falsch. Die Eltern haben uns sehr wohl lieb, auch wenn man das vielleicht gar nicht merkt. Aber wenn man dann sein Zimmer einräumt, dann weinen die Eltern manchmal!! Sie wollen nur das Beste für uns, wir werden es merken.

Sobald wir hier raus sind, haben wir oft eine viel bessere Beziehung zu ihnen. Wenn man hierher kommt, braucht man sich gar keine Sorgen um die Schule machen und Angst haben, dass man etwas verpasst. Kein Problem, wir gehen hier auf die Michael-Ende-Schule, dort wird das behandelt, was wir auch in der Stammschule machen. Ihr braucht also nicht denken, dass es hier schlimm ist - denn uns wird nur geholfen!

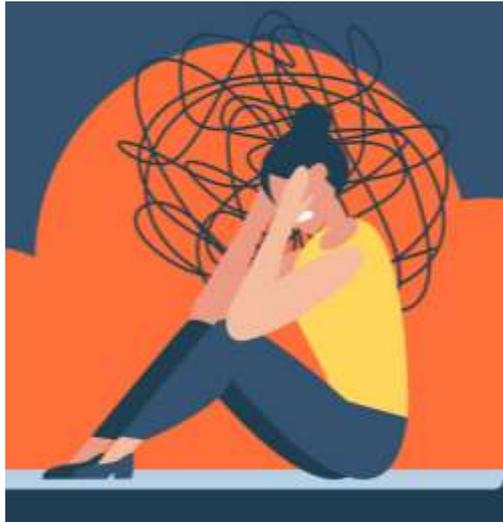
*Betty (13)

1.5 Außerunterrichtliche Aktivitäten





2. Was heißt es psychisch krank zu sein?



2.1 Was heißt es psychisch krank zu sein?

Psychisch krank zu sein, ist nicht nur „immer im Bett liegen, weinen, sich selbst verletzen, Suizidgedanken haben und in Selbstmitleid versinken“. Solche Krankheiten nehmen dir alles. Sie nehmen dir den Lebenswillen und die Freude an all den Dingen, die dir einmal Spaß gemacht haben. Sie nehmen dir deine Konzentration, deine Intelligenz, deinen Alltag.

Du kannst nicht mehr auf deine Gefühle vertrauen, denn selbst wenn's dir mal ein paar Stunden gut geht, kann es dir von jetzt auf gleich so schlecht gehen, dass du am liebsten sterben würdest. Du weißt genau, dass etwas ansteht, auf das du dich freust, aber du fühlst es nicht.

Sie nehmen dir die Tränen, weil Weinen irgendwann nicht mehr hilft. Sie nehmen dir dein Selbstbewusstsein, dein Vertrauen und vor allem nehmen sie dir deine Freunde, genau die Menschen, die du doch eigentlich so sehr brauchen würdest. Und am Ende stehst du alleine da.

*Dora & Stewie



2.2 Das Leben in der Psychiatrie

Ich hatte es nicht immer so leicht in meinem Leben. Suizidgedanken, Drogen, Alkohol, Schulschwänzerei und dazu noch der Stress zuhause... all das hielt ich irgendwann nicht mehr aus, bis ich schließlich entschied, freiwillig in die Psychiatrie zu gehen. Am Anfang war ich als „Krise“ da, das heißt drei Nächte lang. Danach hatte ich erst recht keinen Bock mehr auf Schule oder irgendetwas, das zu einem normalen Leben gehört.

Mein Alltag bestand nur noch aus schlafen, essen, Alkohol trinken, mit Freunden chillen und kiffen. An dem Tag, an dem ich endlich begriffen hatte, dass es so nicht weitergehen kann, beschloss ich, mich als reguläre „Aufnahme“ auf die Warteliste der KJPP setzen zu lassen und den großen Schritt zu wagen, etwas gewaltig zu verändern.

Vor einer Woche war es dann soweit - ich wurde in der KJPP aufgenommen. Am Anfang dachte ich, dass ich sowieso abbrechen werde, weil es mir nicht hilft. Aber mittlerweile denke ich ganz anders. Ich habe nun einen geregelten Tagesablauf und gehe in die Michael-Ende-Schule hier auf dem Gelände. Der Schulalltag ist hier ganz anders. In den Klassen sind nur bis zu zehn Leute und manchmal wird der Unterricht auch von zwei Lehrern gemeinsam durchgeführt, da immer zwei Jahrgangsstufen zusammen sind.

Man hat hier jede Woche mehrere Therapien. Es gibt außer der Einzel- und Gruppentherapie noch weitere Arten, wie zum Beispiel Musiktherapie, Klettertherapie, Kunsttherapie und Motopädie. Man sitzt nicht den ganzen Tag herum, wie manche vielleicht denken. Man hat hier sehr viel Spaß. Gemeinsame Gruppenaktivitäten wie zum Beispiel Stadtausgang oder Backen fürs Elterncafé bringen auch sehr viel Freude und Mut, etwas Neues auszuprobieren. Man hat also einen abwechslungsreichen Alltag und bei Problemen kann man immer den zuständigen Mitarbeiter ansprechen.

Es wird schwer sein, von den Mengen Alkohol, die während der letzten Monate Alltag bei mir waren, loszukommen, aber ich kriege Unterstützung von meiner Therapeutin und den Mitarbeitern und das macht mir Mut. Von Samstag bis Sonntag geht man nach Hause und es gibt regelmäßig Familientherapien. Somit bekommt die ganze Familie Hilfe und ich selber kann am Wochenende meine Fortschritte testen.

Jeder, der intensive Probleme hat, sollte hierhin kommen und einen Neuanfang wagen anstatt aufzugeben.

*Pluto (13)



2.3 Mobbing - Ich war ein „Opfer“

Jeder, der Mobbing nicht selber erfahren hat, wird sich wahrscheinlich nicht wirklich in meine Lage hineinversetzen können, doch jeder, der schon mal Erfahrungen damit gemacht hat, kann mich hoffentlich verstehen.

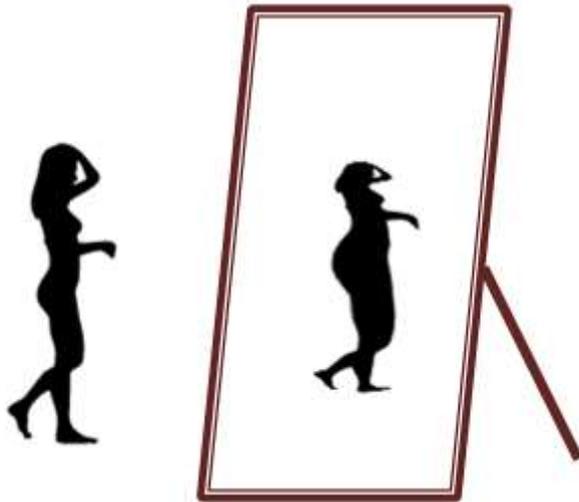
Man läuft den Schulflur entlang und jeder meint, er könne es sich herausnehmen, mich zu beleidigen. Ich habe jeden Tag hunderte Male das Wort „Opfer“ gehört. Worte wie Hure, Nutte und Schlampe waren gegen die anderen Beleidigungen, welche ich hier jetzt nicht nennen möchte, echt noch nett. Ich konnte auch im direkten Beisein eines Lehrers beleidigt worden sein, und dieser sah ganz gelassen darüber hinweg oder ich bekam zu hören, ich sei schließlich selber Schuld. Hallo!? Und so jemanden nennt man dann Pädagoge?! Echt arm.

Jedenfalls, wenn man tagein, tagaus nur Beleidigungen, dämliche Kommentare und Erniedrigungen zu hören bekommt, verliert man natürlich sein Selbstbewusstsein. So kam es, dass ich mich mit der Zeit vor mir selber ekelte. Ich nahm die Worte, die sie mir jeden Tag an den Kopf geworfen haben, mit der Zeit ernst und sie brannten sich in meinen Kopf ein. Man sagt immer, dass Worte nichts gegen Schläge sind, aber das ist völliger Schwachsinn. Wenn man mit einem Stock einmal geschlagen wird, tut es ein paar Minuten später nicht mehr weh, aber Worte bleiben viel länger im Kopf und verletzen einen dauerhaft von innen. Keiner sieht es, und es heilt nicht automatisch.

Das Schlimme ist: Zu dieser Zeit hatte ich gegen die Menschen, die mir das angetan haben, keinen Hass. Gar keinen. Im Gegenteil, ich glaubte ihnen ja schließlich irgendwann, ich sei fett und hässlich und hätte es verdient, so schlecht behandelt zu werden. Ich fing an mich zu ritzen, um den Schmerz irgendwie zu verarbeiten. Ich wollte mich auch umbringen, da ich dachte, ich wäre für alle Menschen nur eine Qual.

Mittlerweile denke ich nicht mehr so. Ich habe gelernt, dass ich an alledem keine Schuld trage und dass jeder Mensch genauso wertvoll ist wie alle anderen. Jedes Lebewesen hat es verdient, vernünftig behandelt zu werden! Mit der Zeit habe ich wieder gelernt, mich selber zu mögen.

* Lola (14)



2.4 Mein Leben mit Magersucht

Mittagessen! Eine Mischung aus den verschiedensten Gerüchen. Kräuter, Gemüse, Soßen. Für jeden normalen Menschen wäre das ein Grund gewesen, sich zu freuen. Für mich heißt es Stress pur. Fragen gehen durch meinen Kopf: Was von dem, was gekocht wurde, hat die wenigsten Kalorien, wie kann ich das Essen ganz umgehen, wie würden meine Mitmenschen reagieren, wenn ich nichts esse?

Mein Herz pocht! Ich nehme mir einen Teller und schöpfe einen Esslöffel Erbsen darauf. Dann setze ich mich an den Tisch und zelebriere Erbse für Erbse. Danach renne ich sofort ins Badezimmer und betrachte mein Spiegelbild! Ich fange an zu weinen. Viel zu dick, viel zu aufgeplustert, viel zu hässlich. Wie ein wertloses Stück Etwas. So stehe ich da mindestens eine halbe Stunde. Als ich wieder im Esszimmer stehe, beobachte ich, wie meine Mutter verzweifelt vor meiner gefüllten Brotdose steht. Für den Rest des Tages verziehe ich mich in mein Zimmer.

Beim Abendessen hatte ich immer großen Hunger und aß etwas. Danach wollte ich immer am liebsten sterben. Keiner konnte mich aus diesem Loch herausholen. So ging es Monate lang bis ich im Januar fast an Unterernährung gestorben wäre. Ich war stolz auf jeden Knochen und wollte auf keinen Fall gesund werden!

Inzwischen geht es mir schon etwas besser. Seit elf Wochen bin ich nun schon auf der PSO in Lüdenscheid. Ich mache jede Woche viele kleine Fortschritte. Und auch, wenn ich immer etwas von der Krankheit merken werde, habe ich mir vorgenommen eine glückliche Person zu werden.

*Speedy (12)

2.5 Das Monster *Depression*

Wenn ich den Menschen in meiner Umgebung erzählen würde, wie es mir geht, würde ihnen das Angst machen. Sie würden es nicht verstehen ... Weshalb bin ich nicht glücklich? Vielleicht weil ich in die falsche Richtung denke, zu schwarz, zu dunkel. Keine Ahnung! Ich bin so angekotzt von mir selbst wie noch nie in meinem Leben.

Ich wandere durch die Straßen, den Blick auf den Boden geheftet, niemand sieht die endlose Trauer und Leere in meinen Augen ... Ohnehin ist alles eigentlich total egal, ihr seht sowieso nicht, wie ich mich im Moment fühle. In meinem Leben ging es eigentlich nur noch steil bergab, gefühlsmäßig ... Und dann war einfach so ein Punkt erreicht, den kann ich auch heute schlecht beschreiben ... Also da ist einfach wieder so ein komplett leeres Gefühl gewesen, wo man nichts mehr sehen kann, wo man nur noch leere und negative Gedanken hat ... Und das werde ich einfach nicht mehr los!

So wie ich die Augen aufschlage, krieg' ich es mit der Angst zu tun: Vor dem Tag, vor dem, was wieder auf mich zukommt ... Nämlich wieder ein Tag mit Erschöpfung, K.O.-Sein, schwerem Kopf und einfach ohne Hoffnung. Es ist mörderisch! Jeder Tag aufs Neue ist eine Katastrophe für mich.

Depressionen sind tödlich! Depressionen führen dir vollkommen die Sinnlosigkeit deines Seins vor Augen. Mit einem Mal denkst du, dass du gar nichts mehr wert bist, auf einmal bist du eine Null geworden.

Allein in einem Raum voller Menschen suche ich mich selbst und die passende Sprache, damit die anderen verstehen, wie ich mich fühle. Ich schreie nach Worten, ringe nach Luft... Niemand hört mich, das Atmen fällt mir schwer... Ich fühle mich, als wäre ich unter Wasser oder unsichtbar, schon lange nicht mehr da. Ohne es selbst zu merken, grabe ich ein Loch unter mir, stürze hinab und greife nach einer Hand. Einer Hand, die gar nicht existiert.

Zukunft und Vergangenheit. Vor beidem habe ich Angst. Du führst dir vor Augen, was passiert ist und du weißt, was passieren wird.



Jeden Tag denkst du irgendwie darüber nach, du wirst durch vieles an deine Vergangenheit erinnert, sowohl an (wenige) schöne als auch an schlechte Zeiten. Du weißt, dass du irgendwie da durch musst. Du musst stark sein. Aber was, wenn dich die Angst, Hilflosigkeit wieder einholen und dich kaputt machen? Wenn du wieder in das Loch der Depression fällst?!

Verzweiflung. Manchmal steckst du voller Energie, doch manchmal fühlst du dich einfach nur leer. Du weißt keinen Ausweg mehr, hast keine Kraft mehr zum Leben. Du bist unendlich traurig, kannst aber einfach nicht mehr weinen... Du willst einfach nur noch vergessen, doch deine Gedanken quälen dich. Du atmest ein... du atmest aus. Die Zeit vergeht. Du hasst dein Leben! Du vergisst einfach alles um dich herum. Du fühlst nur noch diesen Schmerz, der alles andere übertönt.

Ich werde dir jetzt mal was sagen: Die Welt besteht nicht nur aus Sonnenschein und Regenbogen, sie ist oft ein gemeiner und hässlicher Ort. Sie will dich in die Knie zwingen und dich zermalmen, wenn du das zulässt. Du und ich und auch sonst niemand kann so hart zuschlagen wie das Leben, aber der Punkt ist nicht, wie hart einer zuschlagen kann - es zählt bloß, wie viele Schläge einer einstecken kann und ob er trotzdem weiter macht. Nur so gewinnt man! Wenn du weißt, was du wert bist, dann geh hin und hol es dir. Aber nur, wenn du bereit bist, die Schläge dafür einzustecken. Aber zeig nicht mit dem Finger auf andere und sag nicht, dass du wegen der anderen nicht da bist, wo du hin wolltest. Schwächlinge tun das und das bist du nicht! Du bist besser! Aber wenn du nicht anfängst an dich zu glauben, dann hast du kein Leben.

*Bella (17)



Momo

(aus dem gleichnamigen Roman von *Michael Ende*)

Acryl / Collage aus Zeitschriften (70x100cm)

Gemeinschaftswerk von Schüler*innen der Klassen 7-10



mes_luedenscheid