18. Jahrgang • No. 1 • Februar 15

Kontakt Kommunikation Kalender

Das Magazin des
Kreisjugendring München-Stadt

www.kjr-m.de

Schwerpunktthema

Wenn die Seele leidet ...

Rock im Graben

Verschollen im Hyper-Hyper-Land

„Eine richtige WM-Stimmung“

Aktuell

Bewerbungstraining im Zeugnerhof
4 Vorstellungsgespräche mit diwa Personalservice

NATÜRLICH² wird mit dem „Werkstatt N"-Siegel ausgezeichnet
4 Verantwortungsvoll, lecker - zukunftsweisend

Überregionale Medienrallye
5 Verschollen im Hyper-Hyper-Land

5. KJR-Hallenfußballcup im frei.raum
6 „Eine richtige WM-Stimmung"

Weihnachtsaktion von „Wir sind die Zukunft"
6 Begehbarer Adventskalender

Angebote

Neue Stadtchronik „München im Spiegel der Zeit"
16 München und der KJR

JIZ-Medienwoche
18 #WhatsDepp

Filme und Gespräche zu Migration und Integration
18 Aus der Fremde - in die Fremde?!

17. Festival MUSICA ANTIQUA VIVA
19 9 Konzerte – 16 Bands

Kalender

Zwischennutzungsprojekt „Köşk"
20 1000 Tage Platz für junge Kunst

Impressum

Ausgabe 1/2015 | erschienen am 2.2.2015

Verleger: Kreisjugendring München-Stadt
im Bayerischen Jugendring,
Paul-Heyse-Str. 22, 80336 München
Telefon 089 / 51 41 06-978, Fax 089 / 51 41 06-45
E-Mail: info@kjr-m.de, Internet: www.kjr-m.de

Verantwortlich: Stefanie Lux, Vorsitzende

Redaktion: Angelika Baumgart-Jena (verantwortlich), Michael Graber, Kerstin Hof, Marko Junghänel, Carolin Keller, Petra Kutzner, Claudia Lässig, Timo Rosenberg, Manuela Sauer, Armin Schroth, Gecko Wagner, Ingrid Zorn

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder.

Titelbild: „Mein altes Kinderzimmer" von Jane J Riley

Verwaltung: Jana Beyreuther

Layout: Fa-Ro Marketing, München

Druck: GPP Engelhardt GmbH, München
Gedruckt auf 100% Recyclingpapier

Auflage: 3.000 Exemplare

Abonnementpreis: Der Bezug ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Erscheinungsweise: 8 Ausgaben jährlich

Nächste Ausgabe
Erscheinungsdatum: 9.3.2015
Redaktionsschluss: 9.2.2015
Schwerpunktthema: Islam

Gefördert aus Mitteln der
Landeshauptstadt München

Schwerpunkt: Wenn die Seele leidet ...

Mit Schmerz umgehen lernen
7 Die Seelenreise zum Mensch-Werden
Im Alter von 14 Jahren wurde mir nach einem Suizidversuch als „vorübergehende Diagnose" eine emotional instabile Persönlichkeit bescheinigt. Wie lebt man damit weiter?
Von Jane J. Riley

Je früher professionelle Hilfe in Anspruch genommen wird, desto besser
8 Essstörungen sind heilbar
Für Kinder und Jugendliche ist das eigene Körpergewicht wichtig. Sie beschäftigen sich fast ständig damit. Fast 50 Prozent der Mädchen zwischen elf und 13 Jahren haben bereits eine Diät gemacht. Von Claudia Engel

Trauerarbeit mit Grundschulkindern
9 Wie geht es weiter?
Ab wann und wie können Kinder mit dem Thema Tod konfrontiert werden? Der falsche Weg ist in jedem Fall die Tabuisierung dieser essentiellen Fragen, die schon die Jüngsten beschäftigen. Von Christine Kulcsar und Kerstin Hof

Therapeutische und sozialpädagogische Begleitung junger Flüchtlinge
10 Zwischenwelten
Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge kommen oft aus Ländern, in denen der Alltag bereits seit längerer Zeit durch Konflikte und Kriege geprägt war. Sie waren zudem häufig Opfer von Ausgrenzung und Bedrohung durch Mitschüler/innen und Lehrkräfte. Von Barbara Abdallah-Steinkopff

Depressionen bei Kindern und Jugendlichen
11 Pubertäre Stimmungsschwankungen oder psychische Erkrankung?
Es kann schwierig sein, depressive Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen zu erkennen. Bei Kindern maskieren sich Depressionen oft als Aufmerksamkeitsstörungen und in der Pubertät sind Heranwachsende ohnehin großen emotionalen Schwankungen ausgesetzt. Von Michael Graber

AD(H)S: Zwischen Zappelphilipp und Lethargie
12 Wenn man sich selbst nicht mehr spürt
Im Interview kommen zwei junge Erwachsene zu Wort, bei denen als Kind ADS diagnostiziert worden ist. Wie ist es ihnen damit ergangen? Von Marko Junghänel

PRONIA – Ein europäisches Projekt am Klinikum der LMU
14 Der Krise begegnen
Ob sich ein seelischer Krisenzustand zu einer schweren psychotischen Erkrankung auswächst, lässt sich nur schwer vorhersagen. Jetzt gibt ein neues Verfahren mehr Prognosesicherheit.
Von Ute Brosamler

Glossar
15 Psychische Erkrankungen
Psychische Störungen und Erkrankungen haben viele – manchmal komplizierte – Namen. Das Glossar soll einen kleine Überblick verschaffen. Von Michael Graber

Erfolgreiche Premiere

„Rock im Graben“

Nach einer einjährigen Vorbereitungs- und Probephase fand im Dezember 2014 das erste Konzert von „Rock im Graben“ statt. Bei diesem Projekt, das im Dezember 2013 gestartet war, hatten 16 jugendliche Musiker und Musikerinnen aus den Freizeitstätten soundcafe und Come In die Chance, gemeinsam mit Mitgliedern des Bayerischen Staatsorchesters und der StreicherBigBand Bluestrings zu musizieren.

Die StreicherBigBand Bluestrings

Koordiniert wird das Projekt von Martin Seeliger, einem renommierten Jazzmusiker, der das Bindeglied zwischen Klassik und Rock bildet und die Jugendlichen sowohl in Sachen Bühnenpräsenz als auch in musikalischer Hinsicht unterstützt und berät. Matthias Preißinger, Arrangeur und Dozent für Jazz-Theorie an der Hochschule für Musik und Theater in München und Richard Whilds, Solorepetitor des Bayerischen Staatsorchesters, arrangierten je zwei Songs von jeder Band, um ein gemeinsames Spielen zu ermöglichen.

Fünf Tage vor dem großen Auftritt fand die Generalprobe in der Sammlung Musik des Münchner Stadtmuseums statt. Neben den Musikerinnen und Musikern, Journalisten und Organisationsteam war in dem schönen Konzertraum des Museums selbstverständlich auch wieder das Filmteam dabei, das alle Eindrücke, Erlebnisse, Veranstaltungen, Freuden, aber auch Streitigkeiten mit der Kamera einfängt. Die Generalprobe verlief ohne große Komplikationen – normalerweise ein schlechtes Omen.

Förderer: Bezirksjugendring Oberbayern / Bezirk Oberbayern, Landeshauptstadt München Kulturreferat, Aktion Mensch e.V.
Kooperationspartner: Münchner Stadtmuseum, Campus (Kinder- und Jugendprogramm der Bayerischen Staatsoper), DOK.fest München, Münchner Stadtbibliothek / update. jung & erwachsen

Am Freitag, den 12. Dezember war der große Tag gekommen. Erstmals durften die Jugendlichen die Ergebnisse des Projekts präsentieren, in das sie schon so viel Arbeit gesteckt hatten. Vor rund 150 Zuschauerinnen und Zuschauern eröffneten Prof. Dr. Varsanyi (Leiter der Sammlung Musik des Münchner Stadtmuseums) und Gerhard Wagner (Leiter der Abteilung Jugendarbeit, KJR) die Veranstaltung. In ihren Reden informierten sie über das Museum, das Projekt „Rock im Graben“ sowie den Ablauf des Abends. Dann begann der musikalische Teil, angefangen mit einem Bläserquintett von Jean Joseph Mouret, gespielt von den Mitgliedern des Bayerischen Staatsorchesters und Martin Seeliger. Die Bands, alle sichtlich nervös, spielten je einen ihrer Songs. Sie begeisterten das Publikum mit ihren unterschiedlichen, mal rockigeren, mal ruhigeren Musikstücken, die durch die Streicher und Bläser viel komplexer und tiefer wirken. Die unterschiedlichen Künstlerinnen und Künstler schufen an diesem Abend eine ganz besondere Atmosphäre und begeisterten das Publikum. Nach einer kurzen Pause eröffneten die Bluestrings mit einem Streicherstück von Apocalyptica den zweiten Teil des Programms, im Anschluss folgten die jeweils zweiten Songs von jeder Band. Zum Abschluss des Abends spielten alle eine Coverversion von „Sweet Child o‘ Mine“ von Guns N‘ Roses. Bei diesem Lied erhobt sich das gesamte Publikum, um zu klatschten und mitzusingen. Für die euphorisierten Musikerinnen und Musiker war der Abend allerdings noch nicht zu Ende, denn es gab eine kleine Premierenfeier im Backstage-Bereich.

Das Projekt „Rock im Graben“ ist mit diesem Konzert allerdings noch nicht zu Ende, denn die Veranstaltung im Münchner Stadtmuseum war nur der Auftakt einer kleinen Konzertreihe. Die nächsten Termine sind am Freitag, den 6. Februar um 19 Uhr im soundcafe (Traubestraße 5) und am Samstag, den 7. März um 19 Uhr im KJT Zeugnerhof (Josephsburgstraße 10). Der krönende Abschluss des Projekts wird eine Veranstaltung auf dem DOK.fest 2015 am Samstag, den 16. Mai um 17 Uhr im Kleinen Konzertsaal im Gasteig sein. Hier wird nicht nur das Konzert nochmals aufgeführt, sondern auch erstmals der Dokumentarfilm über „Rock im Graben“ der Öffentlichkeit präsentiert. Zu allen Veranstaltungen ist der Eintritt frei.

Michaela Herrmann,
Abteilung Jugendarbeit, KJR

Alle gemeinsam: „Sweet Child o’Mine“

Bewerbungstraining im Zeugnerhof

Vorstellungsgespräche mit diwa Personalservice

Die Servicestelle Berufsbezogene Jugendarbeit organisierte am 1. Dezember 2014 ein Bewerbungstraining in Kooperation mit dem Kinder- und Jugendtreff Zeugnerhof. 21 Schülerinnen und Schüler der 9. Klasse der Mittelschule am Inzeller Weg nahmen daran teil.

Bewerbungsgespräch – fast wie im richtigen Leben

Die Jugendlichen sollen bei einem solchen Training einen Eindruck davon gewinnen, wie ein Vorstellungsgespräch später in der Realität ablaufen wird und auf was sie sich einstellen und vorbereiten können. Das Training findet an zwei aufeinanderfolgenden Tagen statt. Am ersten Trainingstag werden mit vier Personen in der Arbeitgeberrolle und den teilnehmenden Schülerinnen und Schülern Vorstellungsgespräche simuliert. Am zweiten Tag erfolgt die Vertiefung durch einen Input zum Thema Bewerbungsschreiben sowie die Rückmeldungen zum Vortag. Dabei erhalten die Teilnehmenden jeweils Feedback zu ihrem persönlichen Bewerbungsschreiben sowie zu den beiden Vorstellungsgesprächen.

Im Zeugnerhof zeigten Bettina Sämmer und Patrick Heinisch von der diwa Personalservice GmbH persönliches Engagement, indem sie das pädagogische Team tatkräftig als Arbeitgeberin und Arbeitgeber unterstützten. Ihre Rolle in dieser Simulation empfanden beide als sehr positiv und abwechslungsreich. Insgesamt interviewten sie zehn Jugendliche im Rahmen der Vorstellungsgespräche und prüften die Bewerberinnen und Bewerber hinsichtlich realistischer Berufswünsche und Vorstellungen. Sie haben einen lustigen und informativen Tag erlebt und neue Einblicke in den Bewerbungsprozess mit jungen Menschen gewonnen. An dieser Stelle bedankt sich die Servicestelle noch einmal herzlich für die Unterstützung und freut sich auch künftig über einen gemeinsamen Austausch.

Sabrina Schittel, Servicestelle Berufsbezogene Jugendarbeit, KJR

NATÜRLICH² wird mit dem „Werkstatt N"-Siegel ausgezeichnet

Verantwortungsvoll, lecker - zukunftsweisend

Der KJR wird für sein Projekt „NATÜRLICH² – verantwortungsvoll und lecker" als eines von 100 Projekten deutschlandweit mit dem Siegel „Werkstatt N" ausgezeichnet. Mit dem Qualitätssiegel prämiert der Nachhaltigkeitsrat bereits zum fünften Mal besonders zukunftsweisende Projekte und Impulse, die den Weg in eine nachhaltige Gesellschaft weisen.

Die Sieger erhalten eine wetterfeste Plexiglastafel, die neben dem „Werkstatt N"-Logo auch die Jahreszahl 2015 trägt – denn die begehrte Auszeichnung wird immer nur für ein Jahr vergeben und erweist sich oftmals als Türöffner für die bessere Vernetzung der Projekte.

Mit NATÜRLICH² will der KJR seine Einrichtungen dabei unterstützen, Kindern und Jugendlichen ein dauerhaft nachhaltiges und gesundes Essens- und Getränkeangebot zu präsentieren. Im Rahmen des Pilotprojekts entwickelten interessierte Einrichtungen Standards, die ein nachhaltigeres und gesünderes Essensangebot sicherstellen sollen. Die teilnehmenden Einrichtungen verpflichten sich u.a., alle tierischen Produkte sowie die Getränke und Snacks für den Thekenverkauf zu 100 % aus biologischem Anbau zu kaufen und bei Obst und Gemüse zudem auf Regionalität und Saisonalität zu achten. Da die Standards ehrgeizig sind, werden Einrichtungen, die an dem Programm teilnehmen, im ersten Jahr durch ein breites Unterstützungsprogramm mit Coachings, Fortbildungen, einer Fahrt zur Biofach, Handreichungen zum kostengünstigen Einkauf und Workshops zur pädagogischen Einbettung begleitet. Nach dem einjährigen Umstellungsprozess werden die Einrichtungen mit dem KJR-eigenen Zertifikat „NATÜRLICH² – verantwortungsvoll und lecker" ausgezeichnet. In den beiden letzten Jahren haben bereits neun Einrichtungen ihr Essens- und Getränkeangebot entsprechend der Standards umgestellt, in diesem kommen vier weitere dazu. Ziel ist es, jedes Jahr vier bis acht Einrichtungen auf dem Weg zu einem nachhaltigeren Essensangebot zu begleiten.

Asya Unger, Nachhaltigkeitsbeauftragte, KJR

Überregionale Medienrallye

Verschollen im Hyper-Hyper-Land

Ende November tauchte auf YouTube eine geheimnisvolle Videobotschaft auf. Zu sehen sind die letzten Aufnahmen eines Suchtrupps, der in den 90er-Jahren einer geheimnisvoll verschollenen Jugendeinrichtung des Kreisjugendrings auf der Spur war. Nach letzten Äußerungen der damaligen Besucherinnen und Besucher bricht das Video abrupt ab. Die Sachlage war klar: der Angelegenheit muss man weiter auf den Grund gehen.

Suchteam „Die Nikes“ vom Freizeittreff Freimann: Leon liest die ersten Hinweise vor

Für die neuen Suchtrupps wurde unter http://verschollen.kjr-blog.de ein Blog eingerichtet, auf dem sich die einzelnen Agenten und Agentinnen vorstellen, ihre Suche dokumentieren konnten und Hinweise auf die verschollene Jugendeinrichtung gesammelt wurden. Nach und nach erreichten neue Hinweise die Jugendlichen aus den Einrichtungen Intermezzo, Laimer und Freimann. Es tauchte ein Extrablatt des K3 auf, das über den unter mysteriösen Umständen verschollenen Jugendtreff berichtete, über den seit dem Verschwinden niemand mehr zu sprechen wagt. Briefe mit „top secret“-Stempel lieferten Rätsel und Aufgaben, die mit Hilfe von Apps und Tablet gelöst werden mussten. Im dunklen Kriechkeller des Intermezzo, in dem die Jugendlichen mit Hilfe von „Augmented Reality“ und Tablet auf der Suche nach Relikten waren, zeigten die „neuen Medien“ erste Verschleißerscheinungen, ein Tablet ging zu Bruch und war nicht mehr einsatzfähig.

Ergebnis der ersten Suchrunde waren kryptische Zahlen, die – auf dem Blog zusammengetragen – die GPS-Koordinaten eines gemeinsame Treffpunkts ergaben, an dem sich die Suchtrupps aus den verschiedenen Einrichtungen für Phase zwei der Suche einfanden. Dort – in der Geschäftsstelle des Kreisjugendrings – ging die Suche dann in die zweite Runde. Tief vergraben im Keller der Paul-Heyse-Straße warteten Hinweise auf „prähistorischen“ Datenträgern wie einer VHS-Videokassette, einer Diskette, einer Kassette und sogar Zeitschriften auf bedrucktem Papier. Auf den altertümlichen Medien waren wiederum QR-Codes angebracht, die rätselhafte Hinweise für die nächsten Stationen und Aufgaben enthielten. So musste ein Suchtrupp für seine Diskette erst einmal ein Laufwerk finden. Kaum jemand besitzt ja heute noch so etwas – glücklicherweise ist das M10City hier die Ausnahme. Auch um die Videokassette abzuspielen, benötigt man veraltete Technik, die sich wiederum im JIZ fand. Auf einem QR-Code waren erneut Koordinaten versteckt, die auf einen Spielplatz verwiesen, auf dem ein eingemauerter USB-Stick wartete. Darauf befand sich ein Hinweis für das Spielhaus Sophienstraße, in dem angeblich schon seit Jahren ein Schlüssel mit der Aufschrift „Rhythm is a Dancer“ lag. Aber einfach war es für die Suchtrupps nicht, an die benötigten Geräte heranzukommen. Die Agenten und Agentinnen mussten erst einmal Aufgaben erfüllen: einen echten 90er-Jahre-Rap texten oder eine Tanz-Choreographie zu „Rhythm is a Dancer“ erarbeiten. Im M10City zeigten sich die 90er von ihrer dunklen Seite. Wieder einmal versagte die Technik: die Diskette und damit die vorher mühsam verschlüsselte Botschaft war kaputt. Kurzerhand konnten die Aufgaben aber ganz im Sinne des Web 2.0 über den Chat-Messenger gelöst werden.

Da die ein oder andere Gruppe etwas flotter unterwegs war – und das Ziel der Rallye bereits vorher eifrig gegoogelt hatte –, warteten zwei Suchtrupps ungeduldig vor den verschlossenen Toren der verschollenen Jugendeinrichtung auf die restlichen Agenten und Agentinnen. Zu guter Letzt entschlüsselten die Jugendlichen der verschiedenen Einrichtungen noch gemeinsam den Sicherheitscode für die Tür, der sich auf der Kassette in typischen Songs der 90er versteckt hatte. Die Tür öffnete sich mit dem Schlüssel, der im Spielhaus Sophienstraße gestrandet war, und die Jugendlichen stürzten im Café Netzwerk – das in den 90ern tatsächlich für geraume Zeit geschlossen war, um den Wandel von einer Freizeitstätte zur medienpädagogischen Facheinrichtung zu vollziehen – zurück in die 90er Jahre. Es gab zur Belohnung der Suche Party und Retro-Gaming – bei typisch quietschbunten Süßigkeiten wurde noch lange an den alten Konsolen gespielt und zusammen zu „Macarena“ getanzt. Eine Choreographie, die sowohl die Pädagoginnen und Pädagogen als auch die Jugendlichen aus dem Effeff beherrschen.

Cornelia Walter, Projektleitung Web 2.0, KJR

PR-Aktion für Hilfe für Kids

Hilfe! – Danke! – Klasse!

Im Dezember und Januar hingen wir, genauer gesagt ein „Hilfe für Kids“-Banner, an einem Gebäude am Frankfurter Ring, sehr groß und sehr präsent, auch von der Autobahn her gut sichtbar. Das Schwabinger Automobil-Haus machte es möglich und spendete insgesamt 3.000 Euro. Vielen Dank an Andreas Herrmann für das tolle Engagement! Und wir freuen uns, dass uns diese Aktion bereits neue Förderer beschert hat.

5. KJR-Hallenfußballcup im frei.raum

„Eine richtige WM-Stimmung“

Als sechste „Türchen-Aktion“ des „Wir sind die Zukunft“-Adventskalenders fand am Nikolaustag der 5. KJR-Hallenfußballcup im Kinder- und Jugendtreff Trudering frei.raum statt. Insgesamt 12 Teams aus verschiedenen Stadtteilen nahmen am Wettbewerb teil, wobei ganze fünf Mannschaften aus Trudering kamen. Dieses Mal fanden die Spiele in der U11-Klasse statt, somit waren alle Teilnehmenden – 68 Spieler und vier Spielerinnen – maximal elf Jahre alt.

Begleitet wurden die Spiele von donnerndem Applaus, denn neben den aktiven Fußballerinnen und Fußballern fanden sich etwa 150 Zuschauerinnen und Zuschauer im Kinder- und Jugendtreff Trudering ein, um die Teams, die jeweils zu dritt antraten, anzufeuern und das sportliche Event zu genießen. Die Spiele wurden außerdem auf Video aufgezeichnet und im Anschluss im Fernsehraum des frei.raum abgespielt, so dass, wie bei echten Fußballspielen, Nachberichte, Spielanalysen und fachliche Kommentare möglich waren. Des Weiteren sorgte das frei.raum-Team mit gespendetem Obst, Hotdogs und Getränken für das leibliche Wohl.

Das Turnier begann mit der Vorentscheidung: In zwei Gruppen traten die Teams gegeneinander an, um sich die heiß ersehnten Plätze in den Finalrunden zu erspielen. Nach einer kurzen Pause, die außerdem einen Besuch des Nikolaus beinhaltete, fanden sich vier Teams in der Finalrunde.

Nach spannenden Kopf-an-Kopf-Rennen standden die drei Teams, die sich einen Platz

auf dem Podest sichern konnten, fest: auf dem dritten Platz das Team des ASP Germering, auf dem zweiten Platz der „FC Rio“ vom Kindergarten Schäferwiese und auf dem wohlverdienten ersten Platz das Team der Mittagsbetreuung Trudering.

Doch wie jedes Jahr ist beim KJR-Hallenfußballcup das Erzielen eines hohen Platzes in der Rangliste nicht das Einzige, worauf es ankommt! Neben einer Medaille für die

Teilnahme wurden auch die Preise für die „Most Valuable Player“ für beide Geschlechter vergeben, welche dieses Jahr an Sidra („FC ABIX“ vom ASP Hasenbergl) und Georg („Real Westend“ vom MKJZ Westend) gingen.

Aber abgesehen von guten Leistungen im Sport stand der Hallenfußballcup vor allem auch unter einem Motto: Fair Play. Um den angemessenen sportlichen Umgang unter den Spielerinnen und Spielern entsprechend zu würdigen, wurde der „Fair-Play-Pokal“ für Foul-freies Spielen verliehen. Dieser ging an das Team „Real Westend“ vom MKJZ Westend.

Alles in allem war der 5. KJR-Hallenfußballcup ein voller Erfolg. Durch einen reibungslosen Ablauf, ehrgeizige Teams, spannende Spiele zum Mitfiebern und einem Publikum, das es verstand, die Teams anzufeuern, kam „eine richtige WM-Stimmung“ auf, so Einrichtungsleiter Christian Lorenz.

Timo Rosenberg,
Referat für Öffentlichkeitsarbeit, KJR

Weihnachtsaktion von „Wir sind die Zukunft“

Begehbarer Adventskalender

Vom 1. bis zum 23. Dezember präsentierten 23 Einrichtungen der offenen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen einen begehbaren Adventskalender. Die Einrichtungen hatten sich für ihren „Türchentag“ attraktive Angebote einfallen lassen: Lebkuchenhaus basteln, Musikvideos produzieren, Kerzen gießen, am Lagerfeuer sitzen und (Kinder-)Punsch trinken, basteln und natürlich Plätzchen backen.

Die Mädchen vom Giesinger Mädchentreff bekamen an ihrem Türchentag (10. Dezember) Besuch von der Vorsitzenden des BA 17 Carmen Dullinger-Oßwald. Die Mädchen freuten sich über die mitgebrachten Plätzchen und dass die BA-Vorsitzende gleich mitmachte.

Alle Aktivitäten waren in einem echten Adventskalender gesammelt und so konnte man jeden Tag staunen und neu erleben, was die Jugendarbeit in München zu bieten hat. Auch auf www.wir-sind-die-zukunft.net öffnete sich jeden Tag ein neues Türchen.

Bürgermeisterin Christine Strobl, Schulreferent Rainer Schweppe und Kulturreferent Hans-Georg Küppers, die Sozialreferentin Brigitte Meier, die Jugendamtsleiterin Maria Kurz-Adam und die Fraktionen im Münchner Rathaus bekamen von Kinder- und Jugendgruppen im Vorfeld einen besonders gestalteten Adventskalender überreicht. Alle 23 am Adventskalender beteiligten Einrichtungen hatten ihren „Türchentag“ liebevoll in einem Brief mit einem passenden kleinen Geschenk (Holzsterne, selbstgegossene Kerzen, Plätzchen, gewebte Sterne, Rezepte…) angekündigt.

Initiiert wurde der Türchentag vom Aktionsbündnis „Wir sind die Zukunft“. Bilder von den Türchentagen gibt es unter www.wir-sind-die-zukunft.net

Zeichnung: „Dunkelheit" von Jane J. Riley

Mit Schmerz umgehen lernen

Die Seelenreise zum Mensch-Werden

Mit 14 Jahren wurde mir nach einem Suizidversuch als „vorübergehende Diagnose" eine emotional instabile Persönlichkeit bescheinigt. Vorübergehend deshalb, weil man sich damals nicht die Zeit genommen hatte, genauer nach den Gründen zu fragen. Schließlich sollte ich eine Gesprächstherapie beginnen. Die Diagnose wurde dabei einfach übernommen. Die Therapie selbst verlief nicht sonderlich erfolgreich, da die Gespräche nur oberflächlich blieben.

Über Jahre führte ich einen erbitterten Kampf gegen mich selbst. Eine Reaktion meiner Psyche auf traumatische Erlebnisse in meiner frühen Kindheit, mit denen ich damals nicht gelernt hatte umzugehen. Mein Leben war von selbstzerstörerischen Handlungen und Selbsthass geprägt, der durch mein damaliges Umfeld noch verstärkt wurde. Meine Eltern konnten oder wollten nicht wahrhaben, was mir zugestoßen war, so dass man mich regelmäßig dazu zwang, mich „normal" zu verhalten und mich zusammenzureißen. Dieses Verdrängungsspiel schien über Jahre hinweg zu funktionieren, doch äußerten sich die verdrängten Geschehnisse in Form von extremen Gefühlsausbrüchen, die – je mehr ich versuchte, sie zu ignorieren – immer stärker wurden. Meine Familie reagierte darauf noch rabiater mit Bestrafung und dem Zwang mich anzupassen. Ein Teufelskreis, aus dem ich selbst nicht mehr herausfand. So vergingen viele Jahre, in denen ich mir die Schuld für meine „Unnormalität" gab und die Wurzel meines Problems – meine unverarbeiteten Erlebnisse – völlig vergaß.

Das Urvertrauen zu seinen Bezugspersonen, das jedem Kind in die Wiege gelegt wird, fehlte mir völlig, so dass ich mich auch den verschiedenen Psychologen, zu denen ich später als Jugendliche geschickt wurde, niemals ganz öffnen konnte. Und so wurde ich immer wieder mit der Begründung nach Hause entlassen, dass mir nichts fehlen würde. Ich wäre sehr reif für mein Alter und bräuchte nur jemanden, mit dem ich sprechen könnte. Letzteres stimmte natürlich, denn ich genoss es, unter Menschen zu sein, die mich nicht als Problemfall behandelten, sondern einfach ein liebevolles Gespräch mit mir führten. Leider war ich nicht so weit, mich den Psychologen anzuvertrauen, aus Angst, sie würden mich – genau wie meine Familie – mit Schuld und Scham bestrafen. Letztlich schaffte ich es, meine Traumata und deren Folgen selbst zu erkennen und aufzulösen – nachzulesen übrigens in meinem Buch „Janes Seelenreise – Eine Geschichte vom Mensch-Werden".

Mittlerweile weiß ich, dass Lob, Bestätigung, Ermutigung und der Ausbau individueller Stärken Wunder bewirken können. Ablehnung, Unverständnis bzw. das Hervorheben von Schwächen und vermeintlicher Unfähigkeit bewirken das Gegenteil. Wenn mit Heranwachsenden gearbeitet wird, ist es wichtig, den Menschen als Individuum anzuerkennen. Hinter jeder Menschenseele steckt eine persönliche Geschichte, für die man sich die nötige Zeit nehmen muss. Es sollte vermittelt werden, dass auf jede Aktion eine emotionale und körperliche Reaktion folgt. Jedes Problem, jede selbstzerstörerische Handlung hat daher eine tief verborgene Wurzel, die es zu erkennen gilt.

Um die Ursache ergründen zu können, ist es essentiell, Vertrauen aufzubauen und den jungen Menschen eine Perspektive für eine bessere Zukunft zu bieten. Leben an sich ist nie einfach. Doch man kann lernen, selbst zu entscheiden, wie man auf bestimmte Erlebnisse reagiert. So wurde auch mir im Laufe der Jahre klar, dass ich eine gewisse Eigenverantwortung besitze. Ich habe das Recht zu entscheiden, ob ich anerkenne, dass, egal, was mir andere Menschen antun, dies nichts über mich selbst aussagt, sondern viel über den Handelnden.

Ich habe gelernt, die Schuld loszulassen, um dadurch meine Reaktion auf die vorangegangene Tat zu verändern, sprich meine Verhaltens- und Denkmuster, die sich immer im Bereich meines eigenen Willens und Rechts befinden. So reagiere ich nicht mehr mit selbstzerstörerischen Handlungen, sondern mit Selbstliebe. Ich habe erkannt, dass es den Tätern an eben jener Selbstliebe mangeln muss, denn wer sich selbst liebt, muss weder andere noch sich mutwillig verletzen.

Ich denke, es ist von großer Bedeutung, jedem Heranwachsenden liebevoll bewusst zu machen, welch befreiende Erfahrung es ist, sich selbst wertzuschätzen und an sich und seinen inneren und äußeren negativen Reaktionen zu arbeiten. Dies ist keine (zu) große Bürde, sondern ein großartiges Geschenk, das man sich selbst macht. Weil man es wert ist und weil man sich so aus jedem Teufelskreis eigenständig erlösen kann. Außerdem kann

das Vermitteln dieser Erkenntnis einem jungen Menschen die Hilflosigkeit in Bezug auf gewisse Situationen und Geschehnisse nehmen.

Manche sind sich jedoch aufgrund mangelnder Erfolgserlebnisse ihrer inneren Stärke nicht bewusst, so dass sie einen kleinen Schubs von außen in Form von Vertrauen, Geduld, Verständnis und Zuspruch brauchen, um ihren Weg selbstbewusst zu gehen. Ein gesunder Umgang mit den eigenen Gefühlen ist etwas, das uns nicht in der Schule und meist auch nicht im Elternhaus beigebracht wird, obgleich es doch so wichtig ist für unsere Entwicklung und den Verlauf unseres Lebens. So müssen Menschen erst lernen, dass wir alle mit derselben Bandbreite an Emotionen geboren sind und die Kunst der Akzeptanz, der Wandlung und Beherrschung der eigenen Gefühle eine wahrhaft meisterliche – aber keinesfalls unmögliche – Aufgabe darstellt. So sollte der richtige Umgang mit den eigenen Emotionen für Jugendliche in problematischen Umständen etwas sein, worauf sie stolz sein können.

Letztendlich wandelte sich auch mein eigener Kampf gegen mich selbst in einen Kampf für mich selbst, so dass ich nun emotional reifer mit Situationen umgehen kann als manch anderer Mensch, der nicht gelernt hat, sich seinen eigenen – vielleicht negativen – Gefühlen zu stellen.

Meine größten Schwächen, meine Emotionalität und Instabilität, wurden zu meinem vielleicht größten Talent und meiner nun größten Stärke, die mit einer enormen inneren Stabilität und Sicherheit einhergeht. Ein möglicher Weg für jeden, der im Leben scheinbar unlösbare innere Konflikte mit sich trägt.

Jane J. Riley

Je früher professionelle Hilfe in Anspruch genommen wird, desto besser

Essstörungen sind heilbar

Für Kinder und Jugendliche ist das eigene Körpergewicht und damit das Aussehen insgesamt extrem wichtig. Sie beschäftigen sich fast ständig damit. Fast 50 Prozent der Mädchen zwischen elf und 13 Jahren haben bereits eine Diät gemacht. Von den normal- und untergewichtigen Mädchen und weiblichen Jugendlichen zwischen elf und 19 Jahren fühlen sich 40 Prozent zu dick. Erschreckende Zahlen.

Das durch Gesellschaft und Medien vermittelte Schönheitsideal – Frauen sind dünn, Männer muskulös – zeigt in diesen Zahlen seine Wirkung. Der soziokulturelle Faktor ist aber nur ein Teil im Zusammenspiel verschiedener Faktoren, die zu Essstörungen wie Magersucht (Anorexia), Bulimie oder Heißhungerattacken – das sogenannte Binge Eating – führen. Eine wichtige Rolle spielen außerdem der familiäre und soziale Kontext, die individuelle Disposition in Bezug auf Selbstwert und biologische Faktoren.

Laut einer Studie leiden rund 5 Prozent aller Mädchen und jungen Frauen zwischen 14 und 35 Jahren an Anorexia oder Bulimie, wobei Bulimie doppelt so häufig vorkommt wie Magersucht. Dabei sind nicht nur Mädchen und junge Frauen betroffen, sondern zunehmend auch junge Männer, erwachsene Frauen und Mütter. Durch die Essstörung drücken die Betroffenen aus, dass sie aktuell psychisch belastet sind und/oder im sozialen Umfeld Aufgaben bewältigt werden müssen, mit denen sie momentan überfordert sind.

Hilfe suchen und finden

Um aus dem Teufelskreis von Nicht-Essen oder Zuviel-Essen herauszukommen, ist therapeutische Hilfe unbedingt notwendig. Wie wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, sind ein möglichst frühzeitiger Behandlungsbeginn und Behandlungsverläufe ohne Brüche wichtig, um zu einem gesunden und normalen Zugang zum Essen zu finden. Außerdem sollte unbedingt eine auf diese Krankheit spezialisierte Beratungsstelle aufgesucht werden, um die oft einer Odyssee gleichenden Suche nach der richtigen Therapie zu vermeiden. Denn für jede/n Betroffene/n muss individuell ein Weg aus der Essstörung gefunden werden, da es sich hierbei um eine schwere psychosomatische Erkrankung handelt. Geraten die Betroffenen nicht an die für sie richtige Anlaufstelle, ziehen sie sich oft frustriert zurück, die Krankheit verfestigt sich und eine Heilung wird immer schwieriger.

Fast die Hälfte der Mädchen fühlen sich zu dick – meist völlig unbegründet.

In vielen deutschen Städten gibt es spezialisierte Beratungsstellen wie das „Therapienetz Essstörung“, das neben seiner Hauptstelle in München noch in sechs weiteren Städten in Oberbayern vertreten ist: Augsburg, Dachau, Erding, Garmisch-Partenkirchen, Rosenheim und Weilheim. So können Betroffene eine frühzeitige, professionelle und nachhaltige Begleitung erhalten. „Wir haben ein großes Netzwerk an kooperierenden Therapeutinnen und Therapeuten, Ärztinnen und Ärzten sowie Kliniken, mit denen wir seit Jahren zusammenarbeiten. Außerdem bieten wir Betroffenen langfristige Beratung, therapeutische Wohngruppen und einzelbetreutes Wohnen“, erklärt Carolin Martinovic, Leiterin der Beratungsstellen. Die Beratung ist kostenlos und steht auch Angehörigen, Freunden und Fachpersonal offen. Über die Homepage www.therapienetz-esssstoerung.de kann man eine passende Beratungsstelle in der Umgebung finden und den ersten Kontakt knüpfen.

Claudia Engel, Therapienetz Essstörung

Trauerarbeit mit Grundschulkindern

Wie geht es weiter?

Ein persönlicher Bericht aus der Sicht der Lehrkraft: „Seit fast 30 Jahren arbeite ich als Grundschullehrerin in München. Im September 2011 bekam ich eine 1. Klasse, zwei Kinder hatten kurz vor Schulbeginn jeweils ihre Mutter verloren. Beide waren an Krebs gestorben. Mein Mann war vier Jahre zuvor ebenfalls an Krebs gestorben.

Ich war nie zuvor in meiner Tätigkeit als Lehrerin so sehr mit dem Thema Tod und Trauer konfrontiert. Sollte ich das Thema in der Klasse ansprechen? Würden es die Kinder selbst tun? Würden sie es wollen? Es zeigte sich Folgendes:

Der Junge erwähnte von sich aus immer wieder seine Mama. Es sagte oft, dass er traurig sei und sie vermissen würde. In der Folgezeit zeigten sich immer wieder starke Gefühlsausbrüche. Zweimal nahm ich ihn deshalb am Nachmittag aus der Hortgruppe und versuchte ihm zu helfen, mit seinen aufgewühlten Gefühlen umzugehen. Der Vater war dankbar, dass dieses oft tabuisierte Thema in der Klasse aufgegriffen wurde und er seinen Sohn gut aufgehoben wusste. Das Mädchen sprach von sich aus wenig über die Mutter. Das sollte sich auch im Laufe des Projekts nicht ändern. An Weihnachten bastelten beide Karten für die Mama, ebenso am Muttertag.

Tod gehört zum Leben

Seit langem führt die Schwindschule Kooperationsprojekte mit dem Spielhaus Sophienstraße durch. Aufgrund des intensiven Kontakts mit Kerstin Hof vom Spielhaus entstand die Idee, das Thema „Tod und Trauer“ in einem gemeinsamen Projekt mit meiner inzwischen 3. Klasse und einer Partnerklasse der Mathilde-Eller-Schule umzusetzen. Bei der Vorbereitung setzten wir uns intensiv mit diverser Fachliteratur und Methoden auseinander.

Es war uns sehr wichtig, das Thema inhaltlich und methodisch gut vorzubereiten. Im Rahmen des Projekts entstand in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Rundfunk in der Reihe „München hören“ ein Audioguide über den Alten Nördlichen Friedhof (siehe K3 August 2014).

Unsere Schule liegt ein paar Minuten vom Alten Nördlichen Friedhof entfernt. Seit 1972 ist er sowohl historischer Friedhof als auch Ruhepark. Die Kinder wohnen alle in unmittelbarer Nähe des Friedhofs und sind mit seiner Doppelfunktion vertraut.

Für den Friedhof hatten wir eine Reihe von Expertinnen und Experten geladen, die uns über den historischen und naturkundlichen Hintergrund informierten. Über den Audioguide hinaus legten wir nun den Schwerpunkt auf das Thema „Tod und Trauer“.

Ewiger Kreislauf: Tod und Leben gehören zusammen

Foto: M. Grossmann, pixelio.de

Die Kinder erzählten von Verstorbenen, die sie persönlich kannten, wie Oma und Opa, von ihren verstorbenen Haustieren oder von Geschichten, die sie gehört hatten. Wir lernten verschiedene Bräuche und Riten bei Beerdigungen anderer Kulturen und Epochen kennen und boten den Kindern einen geschützten Rahmen, in dem sie offen

Natürliche oder komplizierte Trauer?

Der Verlust einer nahestehenden Person hat unmittelbar starke Auswirkungen auf die Lebensumstände. Er fordert eine hohe Anpassungsleistung und kann zu einer chronischen psychischen Störung führen. Andererseits verkomplizieren bereits existierende Probleme den Trauerprozess und können die bestehenden Störungen intensivieren. Obwohl es nur in seltenen Fällen notwendig ist, Trauerreaktionen therapeutisch zu begleiten oder Folgen eines menschlichen Verlustes psychologisch heilend zu behandeln, besteht ein Bedarf an Information.

Im Unterschied zur „natürlichen Trauerreaktion“ wird „Komplizierte Trauer“ definiert durch:

- keine allmähliche Abnahme der Trauerintensität,
- starke, anhaltende Schuldgefühle (etwas am Toten versäumt zu haben, das Unglück selbst verantwortet zu haben durch Unachtsamkeit oder Nachlässigkeit),
- keine oder kaum Anpassung an die neue Wirklichkeit,
- reaktives selbstschädigendes Verhalten (Alkohol, Drogen),
- Depression,
- langfristige Schlaf- und Essstörungen,
- Vernachlässigung des sozialen Netzes und damit
- Vereinsamung.

Bei komplizierter Trauer gibt ein keine eindeutige Diagnose. In der Regel wird sich Trauer hinter anderen affektiven Störungen, Depressionen, psychosomatischen Störungen oder Dissoziationen verstecken oder diese begleiten. Zudem sollte man wissen, dass es keine schlüssigen Therapiekonzepte gibt, welche die komplizierte Trauer rasch und nachhaltig beeinflussen könnten. Man kann hoffen, dass im Laufe der Behandlung primär angebotener psychischer und psychosomatischer Störungen die Sprache auch auf unverarbeitete Trauerfälle kommt und die pathologische Trauerreaktion dann sekundär mit aufgelöst wird.

über ihre Gefühle sprechen konnten. In der Projektwoche zum Thema „Erde“ fühlten sich einige der Kinder (auch der betroffene Junge) als Fachleute und übernahmen Führungen über den Friedhof.

Du bist nicht allein

Einen besonderen Abschluss bot sich an einem wunderschönen Sommertag im Juli. Die ganze Klasse fuhr zum Waldfriedhof, um das Grab der Mutter des Jungen zu besuchen. Das hatte sich der Junge gewünscht. Es war für alle ein sehr bewegender Moment.

Im Klassenzimmer zurück, gestalteten wir einen Platz am Fenster, an dem die Fotos der beiden verstorbenen Mütter standen. Dann bekamen zwei Kinder innerhalb weniger Wochen jeweils ein Geschwisterchen. Auch deren Bilder kamen an den Fensterplatz. So wurde deutlich: Menschen sterben, Menschen werden geboren.

Durch dieses Projekt haben wir einen Rahmen geschaffen, in dem Kinder offen und gut aufgehoben über Tod und Trauer sprechen und sich austauschen konnten. Respekt vor den Gefühlen einzelner und ein starkes Miteinander hat die Klasse auf eine besondere Art zusammengeschweißt. In diesem Projekt haben wir erfahren:

- Trauer ist schmerzlich, kann hilflos und wütend machen,
- Trauer zeigt die Liebe zum Verstorbenen,
- Trauer heißt Erinnern.

Ich finde, dass Schule einen Beitrag zur Trauerarbeit leisten kann. In meinem Fall hatte ich das große Glück, das ich das Projekt mit dem Spielhaus gemeinsam umsetzen konnte.

Christine Kulcsar, Grundschullehrerin, Schwindschule
Kerstin Hof, Kulturpädagogin, Spielhaus Sophienstraße

Therapeutische und sozialpädagogische Begleitung junger Flüchtlinge

Zwischenwelten

Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge kommen oft aus Ländern, in denen der Alltag bereits seit längerer Zeit durch Konflikte und Kriege geprägt war. Sie waren häufig aufgrund der politischen Aktivitäten ihrer Eltern oder wegen ihrer ethnischen/religiösen Zugehörigkeit in der Schule Opfer von Ausgrenzung und Bedrohung durch Mitschüler/innen und Lehrkräfte.

Traumatische Erfahrungen als Augenzeugen bei der Inhaftierung, Misshandlung oder Ermordung von Angehörigen sowie als Opfer von Misshandlungen und Vergewaltigung prägen ihre weitere Entwicklung. Bei Jugendlichen, die im Krieg als Kindersoldaten eingesetzt wurden, kommt hinzu, dass sie unter Androhung von Folter und Ermordung selbst zu Tätern gemacht wurden.

Mehrfachbelastungen bei jungen Flüchtlingen

Nach gelungener Flucht ins Exil erleben viele Flüchtlinge zunächst ein Gefühl von Sicherheit. „Es gab kein Geräusch von Schüssen, kein Wegrennen vor den Rebellen mehr.“ Migration bedeutet jedoch nicht nur Schutz, sondern auch Verlust von Sicherheit im kulturellen Bezugssystem des Heimatlandes.

Viele Flüchtlinge erkennen schließlich, dass sie in der Exilkultur fremd bleiben. Das Gefühl des Fremdseins wird durch kurzfristige Aufenthaltsgenehmigungen und fremdenfeindliche Reaktionen verstärkt.

Unabhängig von der Schwere der traumatischen Erfahrungen, die sie im Heimatland gemacht haben, verfügen Kinder über unterschiedliche Fähigkeiten, mit diesen Erfahrungen umzugehen. Schutzfaktoren, die sowohl zum Zeitpunkt der traumatischen Erfahrung als auch in der Zeit danach zur Verfügung stehen, können hilfreich bei der Überwindung dieser Erfahrungen sein. Sowohl soziale Unterstützung nach dem Trauma in Form einer stabilen, vertrauensvollen

Aus dem Trauma werden Wünsche für eine glückliche Zukunft.

Bild: refugio Kunstwerkstatt

Beziehung zu Bezugspersonen als auch die Fähigkeit, das Geschehene geistig einzuordnen, zu verstehen und ihm einen Sinn zu geben, stellen wirksame Schutzfaktoren dar, um die Folgen nach Traumata besser zu überwinden.

Anzeichen einer Traumatisierung bei Jugendlichen

Neben Reaktionen, die unter dem Begriff posttraumatische Belastungsstörung zusammengefasst sind, zeigen sich bei Jugendlichen entsprechend ihrer noch nicht ausgereiften kognitiven und emotionalen Fähigkeiten entwicklungsbedingte Probleme.

Beispiele entwicklungsbedingter Anzeichen einer Traumatisierung:

- Das bei Jugendlichen häufig zu beobachtende Risikoverhalten kann als Versuch gewertet werden, sich im Umgang mit gefährlichen Situationen immer wieder zu testen und zu beweisen. Hintergrund ist das Erleben völliger Hilflosigkeit während der traumatischen Erfahrung.
- Die Entwicklung eines negativen Selbstbildes kann aus der Erfahrung resultieren, in der traumatischen Situation „versagt“ zu haben. Diese häufig festzustellende Fehleinschätzung bei Heranwachsenden bezüglich der eigenen Einflussmöglichkeit in belastenden Situationen hat ihren Ursprung in der entwicklungsbedingten Egozentrik bei Kindern und Jugendlichen.

Flüchtlinge verbinden ihr Leben nach der Flucht häufig mit dem Gefühl des Verlusts. Jugendliche, die flüchten mussten, vermissen die Liebe und Anerkennung durch Familie und Freunde. Sie verlieren ihr kulturelles Umfeld, das sie geprägt und ihnen als Bezugssystem gedient hat.

Zusätzlich entstehen Verunsicherung und Perspektivlosigkeit durch unverständliche asylrechtliche Verfahren, Anhörungen und Instanzen. Unkenntnis in aufenthaltsrechtlichen Belangen führt bei Flüchtlingen immer wieder zu Ängsten, aber auch zu unrealistischen Erwartungen hinsichtlich der Möglichkeiten in Deutschland.

Daneben ergeben sich besonders in der Interaktion zwischen Erzieherinnen bzw. Erziehern und diesen Jugendlichen häufig kulturell bedingte Missverständnisse. Das Verhalten gegenüber einer Autoritätsperson unterliegt beispielsweise je nach kulturellem Kontext unterschiedlichen Regeln. Der in Deutschland mitunter bevorzugte liberale Umgang zwischen pädagogisch Tätigen und Jugendlichen kann zumindest zu Beginn des Kontaktes Grund für Missverständnisse sein.

Was tun!?

Besteht der Verdacht auf Traumatisierung oder äußert sich der Jugendliche dahingehend, ist es sinnvoll zu psychologischen Einrichtungen Kontakt aufzunehmen. Es hat sich bewährt, ein Erstgespräch gemeinsam mit den Jugendlichen und ihren Bezugspersonen zu führen, um die Beobachtungen der Erwachsenen mitberücksichtigen zu können. Jugendliche sind selten zur Therapie zu motivieren, wenn ihnen gesagt wird, dass dort über die früheren traumatischen Erfahrungen gesprochen wird. Sowohl bei Erwachsenen als auch bei Jugendlichen besteht nach traumatischer Erfahrung oft ein ausgeprägtes Vermeidungsverhalten. Sie zeigen eher Bereitschaft an einer Therapie teilzunehmen, die sich auf gegenwärtige Probleme und deren praktische Lösungen konzentriert. Dazu gehören die gemeinsame Planung eines geregelten Tagesablaufs und die Suche nach Interessen und Aktivitäten. Eine zu frühe Konfrontation mit dem Trauma trägt immer die Gefahr einer Retraumatisierung in sich.

Daneben ist es wesentlich, dass die Jugendlichen Informationen über ihre aufenthaltsrechtlichen Bestimmungen und ihr aktuelles Aufenthaltsverfahren in verständlicher Form erhalten, um realisierbare Erwartungen hinsichtlich der Lebensgestaltung und schulischer wie beruflicher Planung zu schaffen sowie Ängste abzubauen oder zumindest einzugrenzen.

Während der Therapie geben Kinder und Jugendliche ihren traumatischen Erlebnissen Form und Gestalt.

Foto: Marko Junghänel

Barbara Abdallah-Steinkopff, refugio München

Depressionen bei Kindern und Jugendlichen

Pubertäre Stimmungsschwankungen oder psychische Erkrankung?

Es kann schwierig sein, depressive Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen zu erkennen. Bei Kindern maskieren sich Depressionen oft als Aufmerksamkeitsstörungen und in der Pubertät sind Heranwachsende ohnehin großen emotionalen Schwankungen ausgesetzt. Dennoch gehören Depressionen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen unter Kindern und Jugendlichen. Unbehandelt können sie in der Folge chronisch verlaufen.

Das Risiko, an einer Depression zu erkranken, steigt bei Jugendlichen gegenüber Kindern an: Bei Kindern im Vorschulalter liegt die Häufigkeit bei etwa einem Prozent, im Grundschulalter sind weniger als zwei Prozent der Kinder betroffen. Nach aktuellen Erkenntnissen leiden derzeit zirka drei bis zehn Prozent aller Jugendlichen in Deutschland zwischen 12 und 17 Jahren unter einer Depression. Aus diesem Grund ist es wichtig, Depressionen so früh wie möglich zu diagnostizieren und zu behandeln. Die gute Nachricht: Die Depression gehört zu den psychischen Erkrankungen, die sehr erfolgreich therapiert werden können.

Nicht gleich das Schlimmste befürchten

Woran erkennt man Depressionen bei Kindern und Jugendlichen? Es gibt eine Reihe von klassischen Symptomen, die sich kaum von den Erscheinungsformen im Erwachsenenalter unterscheiden. Diese können sein:

- melancholische Grundstimmung mit Gefühlen von Traurigkeit, Sinnlosigkeit und Hoffnungslosigkeit,
- ständiges Grübeln,
- Antriebslosigkeit,
- wiederkehrende Gedanken an den Tod oder Suizidgedanken.

Darüber hinaus können körperliche Symptome auftreten, beispielsweise krankhafte Unruhe (Agitiertheit) oder Aggressionen. Auch Angstzustände oder Panikattacken sind möglich. Allerdings sind die verschiedenen Symptome in ihren Ausprägungen und Erscheinungsformen bei Heranwachsenden vom Alter und dem individuellen Entwicklungs- und Reifegrad abhängig. Zudem ist jeder Krankheitsverlauf so unterschiedlich, wie es Menschen selbst sind. Daher muss auch jeder Fall gesondert betrachtet werden.

Nicht übersehen werden darf, dass manche der genannten Phänomene im Prozess des Erwachsenwerdens auch „normal" sein können. Dass Pubertierende mithin hoch originelle Stimmungsmuster, Formkrisen und Verhaltensweisen zeigen, dürfte vielen Menschen aus der eigenen Biografie geläufig sein. Der Unterschied liegt darin, dass bei einer Depression die Symptome schlicht dauerhaft sind.

Die Erkrankung zu erkennen, ist ein entscheidender Schritt bei der Bewältigung der Depression. Doch an welchem Punkt wird aus normalem ein auffälliges Verhalten? Wenn sich die für eine bestimmte Altersgruppe typischen Muster (und Probleme) im Denken, Fühlen, Erleben und Verhalten über Wochen oder Monate zeigen, ohne dass es zu einer Besserung oder Stabilisierung kommt, handelt es sich möglicherweise nicht mehr um alterstypische Veränderungen oder eine nachvollziehbare vorübergehende Reaktion auf eine äußere Belastung, sondern möglicherweise um eine Depression.

Was kann getan werden, um betroffene Kinder oder Jugendliche zu unterstützen?

Zunächst sollte das vertrauensvolle Gespräch gesucht werden. Wenn danach der Verdacht auf eine Depression bestehen bleibt, sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden. Wichtig dabei ist, dass eine belastbare Diagnose nur durch einen Arzt bzw. Psychiater gestellt werden kann, da sie auch den Ausschluss körperlicher Ursachen der depressiven Symptome (Störungen der Schilddrüsenfunktion) und die Untersuchung hinsichtlich begleitender psychiatrischer Störungen (Angststörungen) beinhaltet. Erfahrene Diagnostiker sind zusätzlich darin geschult, mit der bei Jugendlichen häufig beobachteten Verleugnungstendenz und Schamgefühlen hinsichtlich der depressiven Symptomatik umzugehen.

Ganzheitliche Diagnose

Eltern, Lehrkräfte, pädagogisch Tätige sollten etwas unternehmen, wenn die folgenden Anzeichen einer möglichen Depression bei ihren Schützlingen auftreten:

- Rückzug von Hobbys und alterstypischen Aktivitäten,
- extremer Leistungsabfall in der Schule,
- extreme Veränderungen in Verhalten und Aussehen,
- Weglaufen von Zuhause,
- Alkohol- und Drogenmissbrauch,
- Selbstisolierung von Familie und/oder Gleichaltrigen.

Darüber hinaus gibt es Symptome, die typisch für die Depression im Pubertäts- bzw. Jugendalter sind:

Foto: Jetti Kuhlemann, pixelio.de

Depression: Das Leben scheint nur noch aus dunklen Wolken zu bestehen.

Körperliche Symptome

- psychosomatische Beschwerden (z.B. Kopfschmerzen),
- Gewichtsverlust,
- Ein- und Durchschlafstörungen (häufig auch übermäßiges Schlafbedürfnis)

Psychische Symptome

- vermindertes Selbstvertrauen (Selbstzweifel),
- Apathie, Ängste, Lustlosigkeit, Konzentrationsmangel,
- Stimmungsanfälligkeit,
- tageszeitabhängige Schwankungen des Befindens,
- Leistungsstörungen,
- Gefühl, den sozialen und emotionalen Anforderungen nicht gewachsen zu sein,
- Gefahr der Isolation, des sozialen Rückzugs,
- Anstieg der Suizidgedanken und -versuche.

Neben dem Gesprächsangebot an die betroffenen Kinder und Jugendlichen sollte man sich an den Hausarzt, einen Psychiater oder Psychotherapeuten wenden. Weitere Informationen und Tipps finden Sie hier: www.buendnis-depression.de

Michael Graber, JIZ, KJR

AD(H)S: Zwischen Zappelphilipp und Lethargie

Wenn man sich selbst nicht mehr spürt

Vor über zehn Jahren haben eure Mütter mit dem „K3“ ein Interview geführt.* Darin ging es um euch und die Diagnose ADS, die für euch gestellt wurde. Hinter ADS verbirgt sich das sogenannte „Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom“. Inzwischen seid ihr erwachsen, habt selbst Kinder. Wir möchten mit euch darüber sprechen, wie es euch in den letzten Jahren ergangen ist, welche positiven und negativen Erfahrungen ihr gemacht habt und wie ihr dieses Thema in euren Familien heute diskutiert.

Kennt ihr den Interviewtext von damals überhaupt?

Julia (Name geändert): Ich habe damals weder das Interview noch die Krankheit selbst wirklich wahrgenommen. Was in dem Text stand, kann ich aus heutiger Sicht gar nicht mehr realisieren.

** Das damalige Interview aus dem K3 Nr. 3/2001 finden Sie online unter www.kjr-m.de/aktuelles/k3.html*

Bild: Sokaeika, pixelio.de

ADS-Patienten verlieren häufig die Bindung an Familie und Freunde.

Florian (Name geändert): Meine Erinnerung an die Grundschule ist verblasst. Das hat sicher damit zu tun, dass ich damals das Medikament Ritalin bekommen habe. Ich weiß nur, dass es in der Schule immer schwierig war. Auch vor Freunden musste ich mich damals immer rechtfertigen. In der Clique war es immer problematisch.
Dass ich mich nicht mehr gut erinnern kann, liegt aber wahrscheinlich auch an der Krankheit selbst, die ja mit einem weniger gut ausgeprägten Wahrnehmungsvermögen verbunden ist. Das alles habe ich inzwischen versucht, für mich aufzuarbeiten. Während meiner Ausbildung zum Sozialpädagogen habe ich an der Fachakademie im Fach Psychologie darüber geschrieben. Die Recherchen für diese Arbeit waren übrigens mit den schlimmsten Erkenntnissen und Gefühlen meines Lebens verbunden.

Habt ihr gespürt, dass ihr „anders" als andere Kinder seid?
Julia: Ich weiß, dass es ab der ersten Klasse schwer war, Hausaufgaben zu machen. Mit der Krankheit habe ich das nicht in Verbindung gebracht; auch später nicht. Ich fühlte mich nicht krank. Irgendwann dann doch eine Therapie, Medikamente. Dann bekommt man schnell vermittelt, dass man „anders" ist. Wahrgenommen habe ich vor allem meine Legasthenie.

Wie war das Leben damals in der Clique, der Schule, in der Familie?
Florian: Schwierig, weil ich der Älteste war. Meine Mutter hat immer wie eine Löwin für mich gekämpft. In der Schule ging es mir nicht gut. Ich erinnere mich an eine Lehrerin, die nicht einsehen wollte, dass ich ein gesundheitliches Problem habe. Das System der Regelschule hat mich zermürbt – diese Schule war einfach nicht der richtige Ort für mich. Ich kam dann in eine Sprachheilschule – habe durch den Wechsel viele Freunde verloren, zu denen bis heute der Kontakt abgerissen ist. Dann schließlich Wechsel in eine Montessori-Schule.
Meine Eltern haben in dieser Zeit eine Paartherapie begonnen – das hätten sie gar nicht gebraucht, weil ich ja das Problem war. Der Therapeut hatte wohl damals zu ihnen gesagt, dass ich mehr Taschengeld bekommen sollte – dann wäre das Problem gelöst.
Als ich dann regelmäßig das Ritalin nehmen musste, hat mich das mental wohl sehr verändert, was wiederum zu Verlusten von Freunden geführt hat.

Habt ihr euch immer als „Problemfall" wahrgenommen?
Julia: Das hat mir jedenfalls meine Umgebung vermittelt. Ich habe aber keine Kraft gehabt, darüber zu sprechen. Ich wollte auch nicht auf eine Montessori-Schule, weil ich nicht „besonders" sein wollte.

Lagen die vielen Missverständnisse möglicherweise daran, dass man damals noch zu wenig über ADS wusste?

Die Diagnose „ADS" wird oft gestellt, ohne die die komplexen Ursachen zu hinterfragen.

Foto: B. Broianigo, pixelio.de

Florian: ADS musste und muss für vieles als Erklärung herhalten. Dahinter verstecken sich aber meiner Meinung auch gesellschaftstypische Phänomene. Vor zehn Jahren war die medikamentöse Behandlung neu: Diagnose ADS – sofort Medikamente verschrieben, um kurzfristig Erfolg zu sehen.
Mir ist es damit aber nicht gut gegangen – ich konnte mich nicht mehr fühlen. Mit dem Medikament hat man nur funktioniert, war aber nicht geheilt. Ich sehe andere Möglichkeiten der Behandlung – ohne Medikamente.
Julia: Ich hole übrigens gerade mein Abi nach – ohne Medikamente.

Was würdet ihr bei einer ADS-Diagnose bei euren eigenen Kindern tun?
Julia: Nachdem ich mich damit nicht wie ich selbst gefühlt habe – zwar leistungsfähiger, aber unglücklich und stumpfsinnig geworden bin, würde ich das auf jeden Fall vermeiden. Bei mir war es so, dass ich hyperaktiv war. Man kann das durch viel Bewegung ausgleichen. So würde ich eine Therapie ansetzen.
Florian: Bewegung hat bei mir auch zu einer besseren Körperwahrnehmung geführt.

Noch einmal zurück zum Schulsystem ...
Florian: Ich behaupte, dass wir ein anderes Erziehungs- und Bildungssystem brauchen, andere Strukturen schaffen müssen. ADS verstärkt sich eindeutig durch den Leistungsdruck, der bei Kindern schon früh einsetzt. Kinder werden oft zu Dingen gezwungen, die sie gar nicht wollen, weil sie anders denken oder andere Stärken haben. Das muss individuell berücksichtigt werden. Ich halte deshalb auch eine gemeinsame Schulzeit bis zur 9. Klasse für sinnvoll.

Wie könnt ihr eure Erfahrungen in eurer heutigen beruflichen Tätigkeit umsetzen?
Julia: Im pädagogischen Bereich ist Arbeit in Kleingruppen sehr gut. Unser jetziges Bildungs- und Schulsystem wird Kindern mit ADS-Diagnose nicht gerecht.
Florian: In der Einrichtung, in der ich jetzt arbeite, habe ich meinen Platz gefunden. Als Kind konnte ich mir zum Beispiel keine Namen merken. Heute weiß ich alle Namen und Geschichten unserer Kinder und von ihren Familien.
Ich habe übrigens in dem damaligen Interview gelesen, dass ich einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn habe. Das ist bis heute so. Ich habe u.a. eine Ausbildung abgebrochen, weil die Arbeit in dieser Behörde nicht meinen Wertvorstellungen entsprochen hat. Diese Konsequenz hat mir aber oft Ärger eingebracht.
Julia: Stimmt, das kenne ich auch. Man kann es auch als Weglaufen bezeichnen, so wird es mir ausgelegt.

Die Wissenschaft sagt mitunter, dass ADS gar kein Krankheitsbild sei ...
Julia: Ich sehe das schon als Krankheit und mag es nicht, wenn man ADS als reinen Erziehungsfehler abtut.
Florian: ADS ist eine Gesamtdiagnose, die aus ganz vielen Ursachen besteht. Andererseits – ich habe mich in der Tat schon häufig gewundert, dass alle ADS-Patienten, die ich kenne, aus einem Pädagogen-Haushalt stammen. Pädagogisch Tätige wissen wahrscheinlich einfach zu viel über ADS und schauen besser hin. Wenn die Kinder auffällig werden, neigen sie schneller zur Diagnose ADS. Dabei wäre eine intensivere Betreuung wohl in der Regel der bessere Weg.

Was bleibt als Erinnerung aus den letzten zehn bis 15 Jahren bei euch?
Julia: Ich würde in jedem Fall ohne Medikamente gelebt haben wollen. Ich mache daraus meinen Eltern aber keinen Vorwurf. Sie haben schließlich alles Machbare für mich getan. Kinder brauchen Regeln und Strukturen. Die muss man schaffen. Aber wenn ich ehrlich bin – stünde die Frage tatsächlich an: vielleicht würde ich genauso handeln, wie meine Eltern damals ...
Florian: Strukturen sind in der Tat enorm wichtig. Mit verlässlichen Strukturen habe ich es auch geschafft, meinen Alltag zu bewältigen. Ich war beispielsweise als Kind in einem eher „strukturlosen Kindergarten", in dem die Kinder oft sich selbst überlassen blieben. Die pädagogischen Teams müssen Kinder als Einzelindividuen wahrnehmen und reagieren. Übrigens: ADS ist keine erblich bedingte Krankheit.

Wie geht es weiter?
Julia: Die Diagnose ADS bleibt. Im Krankheitsverlauf wird sie schwächer, weil man lernt, damit umzugehen.
Florian: Ich reflektiere mich und mein Handeln heute deutlich stärker. Jeder erarbeitet sich Strategien, um mit seinen Schwächen besser umgehen zu können. Ein Problem habe ich nach wie vor im Umgang mit Erwachsenen, weil sich in meinem Hinterkopf festgesetzt hat, dass Erwachsene meine Krankheit gegen mich verwenden könnten.
Julia und Florian: Dass wir beide heute beruflich mit Menschen umgehen, ist ein glücklicher Zufall und hilft uns ganz sicher, mit ADS gut leben zu können.

Interview: Marko Junghänel

PRONIA – Ein europäisches Projekt am Klinikum der LMU München

Der Krise begegnen

Ob sich ein seelischer Krisenzustand zu einer schweren psychotischen Erkrankung auswächst, lässt sich nur schwer vorhersagen. Deshalb entwickelten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler am Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) zusammen mit europäischen Kolleginnen und Kollegen ein Verfahren, das die Prognosesicherheit erheblich verbessern soll.

Im Forschungsprojekt PRONIA („Personalised Prognostic Tools for Early Psychosis Management") wird ein Computerverfahren entwickelt, das helfen soll, den Krankheitsverlauf einer Psychose besser zu erkennen, um somit den Betroffenen individuelle Hilfe zur Behandlung zu leisten.

Das Vollbild einer psychotischen Erkrankung ist geprägt durch Wahnvorstellungen, Denkstörungen und Sinnestäuschungen. Die Hälfte der Betroffenen, die einmal an einer Psychose erkranken, entwickeln eine dauerhafte Störung des Denkvermögens sowie eine Beeinträchtigung ihrer Wahrnehmung und eine Fehleinschätzung der Umwelt. Dies führt zu häufigen Krankenhausaufenthalten und einer verminderten Arbeitsfähigkeit. Besonders jungen Menschen wird dadurch ihre Lebensplanung verbaut.

Psychotische Erkrankung entstehen nicht plötzlich

Erste Veränderungen im Denken, Fühlen und im Verhalten treten oft schon bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen auf und sind meist bereits ein bis zehn Jahre vor Ausbruch der Erkrankung nachweisbar. Treten erste Frühwarnzeichen wie Ängste, Konzentrationsstörungen, Leistungsknicks und Stimmungsschwankungen auf, spricht man von der „Prodromalphase", die schließlich in das Vollbild einer psychotischen Erkrankung münden kann. Die Frühwarnzeichen einer Psychose sind dabei oft diffus und auch für geschulte Expertinnen und Experten schwer zu deuten, weshalb das Risiko für die Entwicklung einer psychotischen Erkrankung schwer einzuschätzen ist.

Je früher jedoch eine Psychose oder andere Erkrankungen, wie z.B. eine Depression erkannt werden, desto größer sind die Chancen, sie erfolgreich zu behandeln und Nachteile für das weitere Leben zu vermeiden.

An dieser Stelle setzt das PRONIA-Prognosesystem an. In dieses diagnostische Tool werden Patientendaten aus klinischen Untersuchungen, Gesprächen zum persönlichen Erleben, Fragebögen zum seelischen Befinden, Tests von Aufmerksamkeit und Gedächtnis sowie Magnetresonanztomographie-Untersuchungen (MRT) des Gehirns eingegeben und analysiert. Als telemedizinische Anwendung soll PRONIA in etwa fünf Jahren kommerziell zur Verfügung stehen. Hinter PRONIA steht ein Konsortium mit elf Partnern aus Wissenschaft, Forschung und Industrie, das von der Europäischen Union gefördert wird (www.pronia.eu).

Früherkennung trifft Forschung

Im Rahmen dieses durch die Europäische Union geförderten Projekts hat in der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Klinikum der LMU München eine Früherkennungsambulanz für Psychosen mit einem kompetenten interdisziplinären Team die Arbeit aufgenommen. Der Koordinator des Projekts und Leiter der Psychose-Früherkennungsambulanz ist Oberarzt Dr. Nikolaos Koutsouleris. „Als Arzt und Wissenschaftler ist es für mich eine Herausforderung, in diesem Bereich etwas anbieten zu können, was den Patienten wirklich hilft", beschreibt er sein Engagement bei PRONIA.

Patient (25 Jahre) berichtet: Mit 15 oder 16 Jahren konnte ich mich nicht mehr auf den Unterricht konzentrieren und hatte keine Lust mehr, mich anzustrengen. Meine Noten rasselten in den Keller, so dass meine Versetzung gefährdet war. Damals schleppte mich meine Mutter zu einem Kinder- und Jugendpsychiater, der das als typische Pubertätskrise wertete und mich nach Hause schickte. Irgendwie machte ich Abitur und war froh, zu Hause ausziehen zu können, weil sich die Schwierigkeiten mit meinen Eltern zuspitzten. Aber leider wurde beim Studium in einer fremden Stadt mit fremden Menschen alles nur noch schlimmer. Ich wurde immer misstrauischer.

Das Beispiel eines jungen Patienten soll zeigen, dass sich aus einem unbestimmten psychischen Zustand oft eine Psychose entwickeln kann. Das durchschnittliche Erkrankungsalter bei einer Psychose liegt zwischen 15 und 25 Jahren. Heute wissen wir, dass sich die Entwicklung einer psychotischen Erkrankung in der Regel über Jahre hinzieht und nur in seltenen Fällen ein plötzliches Ereignis ist. Vielmehr entsteht sie im Zusammenspiel zwischen biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren. Der Entwicklung einer psychotischen Erkrankung ist man jedoch nicht hilflos ausgeliefert, sondern kann bereits im Vorfeld der Erkrankung vorbeugend aktiv werden.

Frühe Abklärung ist wichtig

Eine Anlaufstelle ist die Früherkennungsambulanz für Psychosen in der Psychiatrischen Klinik der LMU. Hier erhalten Hilfesuchende individuelle Beratung. Im Rahmen des europäischen Forschungsprojekts PRONIA übernimmt die Klinik die umfangreiche Abklärung früher Anzeichen einer Psychose oder Depression.

Ute Brosamler, PRONIA

„Unschuld" – Eine junge Seele, hier symbolisiert durch das von einem Engel gehaltene Neugeborene, kommt in eine (zu) dunkle Welt.

Zeichnung: Jane J. Riley

Glossar

Psychische Erkrankungen

Psychose
schwere psychische Störung, die mit einem zeitweiligen weitgehenden Verlust des Realitätsbezugs einhergeht, Symptome: Wahnvorstellungen, Halluzinationen, Körperhalluzinationen, Geschmacks-/Geruchshalluzinationen

Drogenpsychose
psychotische Störung, die von einer oder mehreren psychotropen Substanzen (wie Alkohol, Cannabinoide, Opioide, Tabak, Kokain, Amphetamin, LSD, etc.) ausgelöst wurde, substanzinduzierte Psychosen können irreversibel, aber auch vorübergehend sein

Schizophrenie
Gruppe von schweren psychischen Krankheitsbildern mit ähnlichen Symptomen, im akuten Krankheitsstadium treten bei schizophrenen Menschen eine Vielzahl von charakteristischen Störungen im Bereich von Wahrnehmung, Denken, Ichfunktionen, Affektivität, Antrieb sowie Psychomotorik auf; häufig ist das sogenannte Stimmenhören sowie der Wahn, verfolgt, ausspioniert oder kontrolliert zu werden

Schizoaffektive Störung
psychische Störung, die Symptome der Schizophrenie und der manisch-depressiven Störung (bipolaren affektiven Störung) in sich vereint, zusätzlich zu Symptomen einer affektiven Störung wie Depression oder Manie treten hier Symptome aus dem schizophrenen Formenkreis wie Wahn oder Halluzinationen auf

Bipolare Störung
psychische Störung, die zu den Affektstörungen gehört; sie zeigt sich bei den Betroffenen durch episodische, willentlich nicht kontrollierbare und extreme zweipolig entgegengesetzte (bipolare) Auslenkungen des Antriebs, der Aktivität und der Stimmung, die weit über dem Normalniveau abwechselnd in Richtung Depression oder Manie reichen

Depression
Depression ist charakterisiert durch Stimmungseinengung (Verlust der Fähigkeit zu Freude oder Trauer) oder bei einer schweren Depression dem „Gefühl der Gefühllosigkeit" bzw. dem Gefühl anhaltender innerer Leere, schwer Betroffene empfinden oft eine völlige Sinnlosigkeit ihres Lebens, häufig führt dieser qualvolle Zustand zu latenter oder akuter Suizidalität, man geht davon aus, dass rund die Hälfte der Menschen, die einen Suizid begehen, an einer Depression gelitten haben

Manie
in vielerlei Hinsicht kann man eine Manie als das „Gegenteil einer Depression" bezeichnen, der Antrieb und die Stimmung sind weit übernormal – mitunter bis ins äußerste Extrem gehoben – am Limit, es bestehen starke Erregung und innere Getriebenheit, rastlose Aktivität und Unruhe

„Der See" repräsentiert den Reichtum der Gefühle, das Unbewusste eines jeden Menschen.

Zeichnung: Jane J. Riley

Dysthymie
Form der chronischen Depression, die für mindestens zwei Jahre andauert (ein Jahr für Kinder und Jugendliche), ist weniger akut und schwerwiegend als eine schwere Depression. Da die Dysthymie eine chronische Störung ist, ertragen Leidende ihre Symptome in der Regel für viele Jahre, bevor sie eine Diagnose erhalten, dadurch können sie glauben, die Schwermütigkeit sei ein Teil ihrer Persönlichkeit

Angststörung
Sammelbegriff für psychische Störungen, bei denen entweder eine übertriebene unspezifische Angst oder konkrete Furcht (Phobie) vor einem Objekt bzw. einer Situation besteht oder eine der Situation angemessene Angst fehlt, auch die Panikstörung, bei der Ängste zu Panikattacken führen, zählt zu den Angststörungen

Zwangsstörung
psychische Störung bei der für die Betroffenen ein innerer Drang besteht, bestimmte Dinge zu denken und/oder zu tun; Betroffene wehren sich gegen das Auftreten der Zwänge; sie erleben sie als übertrieben und sinnlos, können ihnen willentlich jedoch meist nichts entgegensetzen; die Störung bringt deutliche Belastungen und Beeinträchtigungen des Alltagslebens mit sich

Dissoziative Identitätsstörung
schwere psychische Störung, bei der Wahrnehmung, Erinnerung und das Erleben der Identität betroffen sind, gilt als die schwerste Form der Dissoziation, Patienten bilden zahlreiche unterschiedliche Persönlichkeiten, die abwechselnd die Kontrolle über ihr Verhalten übernehmen, an das Handeln der jeweils ‚anderen' Personen kann sich der Betroffene entweder nicht oder nur schemenhaft erinnern oder er erlebt es als das Handeln einer fremden Person

Posttraumatische Belastungsstörung
psychische Erkrankung, der ein oder mehrere belastende Ereignisse von außergewöhnlicher Bedrohung oder katastrophalem Ausmaß (Trauma) vorangehen, dabei muss die Bedrohung nicht unbedingt die eigene Person betreffen, sondern sie kann auch bei anderen erlebt werden (z. B. wenn man Zeuge eines schweren Unfalls oder einer Gewalttat wird); häufig kommt es zum Gefühl von Hilflosigkeit sowie durch das traumatische Erleben zu einer Erschütterung des Selbst- und Weltverständnisses; andere psychische Erkrankungen können in der Folge auftreten (Angststörung, Depression)

Zusammengestellt von Michael Graber, KJR

Neue Stadtchronik „München im Spiegel der Zeit“

München und der KJR

Was hat der KJR mit Cola zu tun, genauer mit der Limo auf der Wiesn? Warum spazierte der KJR-Vorsitzende Anton Fingerle 1970 mit einem Schimpansen durch München? Und was hat Christian Ude dem Kreisjugendring zu verdanken? Das verrät die neue Chronik „München im Spiegel der Zeit“, die auch den KJR von seiner Entstehung 1945 bis heute portraitiert.

Foto: KJR

Was kann eine Stadtgeschichte Münchens Neues bringen? Bücher zum Thema gibt es doch jetzt schon ohne Zahl. Doch dem Historiker Dr. Reinhard Bauer gelingt mit seiner Chronik „München im Spiegel der Zeit“ ein Kunststück: die lange Stadtgeschichte kurzweilig und leicht verständlich zu skizzieren. Er spannt den Bogen von den ersten Siedlungsfunden der Steinzeit bis zum modernen München, dennoch ist kaum ein Beitrag länger als eine Doppelseite. Das geht auf Kosten der Tiefe, verhilft der Chronik jedoch zu großem Themenreichtum. Dazu trägt auch die Besonderheit bei, die Geschichte Münchens mit jener vieler Firmen und Institutionen zu verweben und deren Beitrag zur Stadtentwicklung vorzustellen, so auch die Geschichte des Kreisjugendring München-Stadt.

Der ist älter als das Grundgesetz und inzwischen aus München nicht mehr wegzudenken. 200.000 Kinder und Jugendliche sind Mitglied in den mehr als 70 KJR-Jugendverbänden und -gemeinschaften, er betreibt im Auftrag der Stadt 49 Freizeitstätten und neun Kindertageseinrichtungen. Rund 20 KJR-Projekte kümmern sich unter anderem um das Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung, um die Münchner Feriendatenbank, Jugendarbeitslosigkeit, Erlebnispädagogik oder demokratische Jugendbildung. Und an vielen Münchner Schulen organisiert er Sozialarbeit, Ganztagsangebote, Mittagstisch und Hausaufgabenbetreuung.

Daran war nach dem Krieg noch nicht zu denken, die amerikanische Militärregierung wollte die Jugendarbeit schnell wieder aufbauen und betraute damit das 1945 gegründete „Kreisjugendkomitee“, den Vorläufer des Kreisjugendring München-Stadt. Im Frühjahr 1947 waren bereits 51 Jugendgruppen zugelassen, darunter katholische und evangelische Gruppen, Gewerkschaftsjugend und Pfadfinder. Auch die Jugendabteilungen großer Sportvereine, etwa von TSV 1860 München oder FC Bayern, waren dabei. Und sie alle versammelten sich unter dem Dach des späteren Kreisjugendrings, dessen erster und langjähriger Vorsitzender der Stadtschulrat Dr. Anton Fingerle wurde.

Dieser warb 1970 unter dem Motto „Sei kein Affe, stimm‘ für 18!“ mit einem Schimpansen an der Hand bei den Münchnerinnen und Münchnern für die Senkung des Wahlalters auf 18 – mit Erfolg. Jugendpolitische Initiativen zeichnen den KJR seit jeher aus. Dass es auf der Wiesn nicht nur Bier, sondern auch Limo zu trinken gibt, ist erst seit 1985 so und das Ergebnis einer erfolgreichen KJR-Kampagne gegen Jugendalkoholismus. Und auch viele Schülerredaktionen konnten in den 1960er Jahren ihre Zeitung nur herausbringen, weil der KJR ihnen die Schülerdruckerei zur Verfügung stellte. Davon profitierte auch ein gewisser Christian Ude, damals Landesvorsitzender der Schülerpresse. 1967 begründete der KJR die Theaterpädagogik in München mit, als er die bundesweit erste Schauspielerin in einer Freizeitstätte verpflichtete. Und auch der erste Abenteuerspielplatz Bayerns eröffnete in KJR-Regie 1971 im Hasenbergl. Mit diesen und vielen weiteren Details wartet die München-Chronik auf.

Foto: Johannes Kliemt, LifeOnStage®.Net

Und natürlich geht es um die ersten Anfänge der Stadt, ihre Entwicklung im Lauf der Jahrhunderte, um Kaiser und Könige, um Kriege und Machtkämpfe, vom Dreißigjährigen Krieg bis hin zum Kampf ums Rathaus, um die Schwabinger Krawalle und um die Eisbachsurfer. Und um die immer weiter wachsende Stadt. Wer weiß schon,

Bild: mediaprint infoverlag

dass auf dem heutigen Stadtgebiet einst 29 eigenständige Städte und Gemeinden lagen und vor 100 Jahren Riem, Pasing oder Perlach noch gar nicht zu München gehörten?

Dazu kommen die Geschichten und die Geschichte vieler Münchner Unternehmen, darunter das Hofbräuhaus, der Circus Krone, die Süddeutsche Zeitung, das Sporthaus Schuster und die Bayerischen Motoren Werke, besser bekannt als BMW. Der Autor Dr. Bauer nennt seine München-Chronik mit Bezug auf die Portraits Münchner Firmen und Organisationen „keine übliche Stadtgeschichte und keine Werbung. Es ist vielmehr eine farbige Chronik Münchens von der Steinzeit bis heute mit Darstellung von Institutionen dieser faszinierenden Stadt, die diese mitgeprägt haben.“

„München im Spiegel der Zeit“, Mediaprint Infoverlag, 304 Seiten, Hardcover, 19,50 Euro, im Buchhandel und beim Verlag unter www.spiegel-der-zeit.com

Gecko Wagner, Öffentlichkeitsarbeit, KJR

4. Münchner Ganztagsbildungskongress

Impulse für erfolgreiche Entwicklungsprozesse ganztägiger Bildung

Beim 4. Münchner Ganztagsbildungskongress von 10. bis 12. März stehen mit richtungweisenden Vorträgen und praxisnahen Workshops die Chancen ganztägiger Bildung im Mittelpunkt.

Zum Auftakt befasst sich Roger Spindler, Leiter der Höheren Fachschule HF TSM für Medienwirtschaft und Medienmanagement in Bern und Biel und Referent für das Zukunftsinstitut, in seinem Impulsvortrag „Lernort Zukunft – Bildung im Wandel" mit Fragestellungen rund um den „Megatrend Bildung" und zu den Veränderungen in der Medienwelt.

Nach dem Vortrag: „Ganztägig lernen – Ergebnisse der Schulentwicklungsforschung" von Prof. Dr. Marlies Krainz-Dürr, Rektorin der Pädagogischen Hochschule Kärtnen, wird erstmalig der Münchner Schulpreis für Schulentwicklung verliehen.

Die bisher eher schulorientierte Bildungslandschaft kann durch die Jugendarbeit erweitert und bereichert werden. Wie dies konkret aussieht, erläutert Prof. Dr. Ulrich Deinet, FH Düsseldorf, Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften am zweiten Tag. Die Rolle der Jugendhilfe in der Ganztagsbildung mit ihren Möglichkeiten und Chancen kann im Anschluss mit Dr. Mike Seckinger, Deutsches Jugendinstitut, diskutiert werden.

Am dritten Tag zeigen Heiko Neumann (Einrichtungsleiter) und Sarah Konik (päd. Mitarbeiterin OGS) aus dem Intermezzo (KJR) anhand des Partizipationsprojekts „Klassenrat und KlassensprecherInnentraining" auf, wie Partizipation und Demokratie in der Schule gelingen kann. In einem weiteren Workshop wird Artur Bürgel – Architekt und Einrichtungsleiter der Musisch Kreativen Werkstatt (KJR) – als regelmäßiger projektbezogener Kooperationspartner einer Grund- einer Mittelschule die Gelegenheit bieten, über ausgewählte prämierte Kooperationsprojekte „Farbe im Pausenhof und Audioguide" ins Gespräch zu kommen.

Interkultur in der Ganztagsbildung, die Vielfalt als Chance und Herausforderung zu sehen, dazu referiert Dr. Mark Terkessidis, Journalist, Autor und Migrationsforscher. Ergänzt durch Beiträge von Kindern und Jugendlichen aus „Mini-München" stellen Margit Maschek und Gerd Grüneisl, Kulturpädagogischer Dienst, Kultur & Spielraum, eine Schule des Lebens – die Spielstadt Mini-München – vor.

Während der gesamten drei Tage macht die „Planungswerkstatt" deutlich, dass Bildung mehr ist als Schule. Das „Forum der Möglichkeiten" bietet mit ca. 40 Ständen Informationen, Anregungen und vor allen Dingen fachkundige Gesprächspartnerinnen und -partnern.

In Form von „Lightning Talks", also Kurzvorträgen, werden gelungene Formen von Lern- und Kooperationspartnerschaften vorgestellt.

Erstmalig gibt es auch eine Foto-Ausstellung: „Identity Imaging – Style dein Netz!" Bei dem Kooperationsprojekt der KJR-Fachstelle Web 2.0 mit dem Medienzentrum München beschäftigten sich Jugendliche in Fotoworkshops damit, wer sie sein wollen, was sie selbst und was andere von ihnen erwarten und wie sie sich online präsentieren wollen.

Mehr Informationen über die einzelnen Programmpunkte sowie über die Anmeldung zum Kongress unter: www.ganztag-muenchen.de

Sonja Schweikart, Landeshauptstadt München, Referat für Bildung und Sport, Münchner Serviceagentur für Ganztagsbildung

Aufklärungsprojekt im JIZ

*lesbisch – schwul – bisexuell – trans**

Im Rahmen der neuen JIZ-Reihe „Reden über..." findet am Mittwoch, 18. März 2015 ab 20 Uhr im Jugendinformationszentrum (Sendlinger Str. 7, Innenhof) ein Infoabend für Eltern, Lehrkräfte und andere Interessierte statt.

Beschimpfungen wie Schwuchtel, schwul, Lesbe oder Transe etc. sind nach wie vor beliebt an deutschen Schulen. Lehrkräfte greifen nicht immer dagegen ein, möglicherweise weil sie nicht wissen, wie. Aber auch Eltern sind oft zurückhaltend oder dabei überfordert, das Thema Sexualität im Allgemeinen und auch im Besonderen mit ihren Kindern offen zu thematisieren. Wie geht es also Jugendlichen (u.a. in der Schule), die lesbisch, schwul, bisexuell, trans* sind?

AUFKLÄRUNGSPROJEKT MÜNCHEN

Das Aufklärungsprojekt München e.V. wird an diesem Abend Hintergründe, Ziele und Wirkungsweisen von Toleranzerziehung und Antidiskriminierungsarbeit im Bereich „Sexueller Vielfalt" vorstellen. Aber an diesem Abend wird es auch viel Zeit und Raum für Fragen und Diskussion geben und voraussichtlich werden Diversity München e.V. (LesBiSchwulesTrans* Jugendzentrum München), TransMann e.V. und VIVA TS e.V. mit ihrem Fachwissen dabei sein.

JIZ-Medienwoche

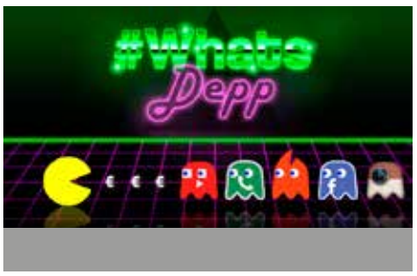
#WhatsDepp

Gemeinsam mit medialepfade.org, der Münchner Stadtbibliothek - update. jung & erwachsen und dem Café Netzwerk veranstaltet das JIZ jährlich im Frühjahr eine Projekt-Woche rund um das „Web 2.0" – in diesem Jahr von 2. bis 7. März unter dem neuen Titel #WhatsDepp mit noch mehr Infoveranstaltungen und Workshops für Jugendliche, Eltern und pädagogische Fachkräfte rund ums sogenannte „Mitmachweb".

Schulklassen-Workshops (ab der 7. Jahrgangsstufe) von 2. bis 6.3., vormittags nach Anmeldung:

„WhatsApp, Facebook & Co." - In einem zweistündigen Kurs setzen sich die Schüler/innen aktiv mit ihrem Nutzungsverhalten auseinander und werden für einen bewussten Umgang mit Apps und sozialen Netzwerken sensibilisiert.

NEU 2015: „Data Run" - Jugendliche (ab der 7. Jahrgangsstufe) schlüpfen in diesem alternate reality Game in die Rolle der „Aufklärer/



innen", sie müssen verschiedene Aufgaben erfüllen, Tools zum Schutz ihrer Privatsphäre anwenden und „Herr/Frau ihrer Daten" sein

Infoveranstaltungen, Diskussionen, Aktionen (kostenlos und ohne Anmeldung)

- Montag, 02.03.15, 18:00 Uhr; Stadtbibliothek Am Gasteig - Ebene 1.1: WhatsApp, Facebook, YouTube & Co. - Informationsabend für Eltern und pädagogische Fachkräfte
- Dienstag, 03.03.15, 18:00 Uhr; Stadtbibliothek Am Gasteig - Ebene 1.1: Cybermobbing - Praktische Tipps und Strategien gegen Cyberbulling
- Mittwoch, 04.03.15, 15-18:00 Uhr; Stadtbibliothek Am Gasteig - Ebene 1.1: Spiele-Treff - Angesagte Games (u.a. für Smartphones & Tablets) kostenlos entdecken & ausprobieren
- Mittwoch, 04.03.15, 18:00 Uhr; Stadtbibliothek Am Gasteig - Ebene 1.1: Apps + Nepps?! - Infoabend zu empfehlenswerten Apps und Spielen für Smartphones und Tablets
- Donnerstag, 05.03.15, 18:00 Uhr; Stadtbibliothek Am Gasteig - Ebene 1.1: Digitale Bürgerrechte in der Ära Snowden. Gibt es eine Art „digitale Selbstverteidigung" auch für Normalbürger/innen? Fachleute beleuchten das Thema politisch wie praktisch und laden ein zur Diskussion.
- Samstag, 07.03.15, 14-18:00 Uhr; Café Netzwerk - Luisenstr. 11: Girls vernetzt - Medientag für Mädchen von 10 bis 16 Jahren.

Weitere Infos: www.medienwoche.jiz-m.de

Filme und Gespräche zu Migration und Integration

Aus der Fremde – in die Fremde?!

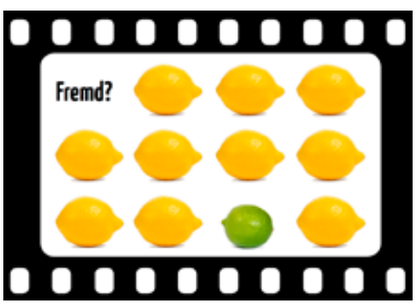
Auch 2015 veranstalten JIZ, KJR und die IG („MIKADO") die Film- und Diskussionsreihe „Aus der Fremde – in die Fremde?!". Seit 2006 werden Jung und Alt durch spannende Filme animiert, sich mit Migration und Integration in München auseinanderzusetzen. Anschließend diskutiert Cumali Naz (Stadtrat und Interkult-Beauftragter des KJR) mit Fachleuten und dem Publikum.

Beginn ist jeweils um 18:30 Uhr. Der Eintritt ist frei, für Gruppen Anmeldung im JIZ erbeten! Die Filmreihe 2015 im Überblick:

Dienstag, 24.02.15 bei der IG - Initiativgruppe e.V. (Karlstraße 48-50): „Meine Zunge dreht sich nicht" (Doku, 92 Min. mit UT) am; Themen des Abends: „Gastarbeiter/innen", Migration, Sprache + Kultur
1973 immigrierten Serpil Turhans Eltern aus der Türkei nach Berlin. Über 30 Jahre kehrte ihre Mutter daraufhin nicht mehr in ihr anatolisches Heimatdorf zurück. 2011 begleitet die Tochter ihre Großeltern.

Dienstag, 24.03.15 im Jugendinformationszentrum (JIZ - Sendlinger Str. 7): „Deutsch aus Liebe" (Doku, 90 Min. mit UT); Themen des Abends: Zuwanderung, Familiennachzug
Der Film begleitet drei Frauen aus einem Deutschkurs in der türkischen Stadt Balikesir auf ihrem Weg von der Türkei nach Deutschland, in ein neues Leben.

Dienstag, 21.04.15 bei der IG - Initiativgruppe e.V.: „First Class Asylum" (Doku, 75 Min., mit UT); Themen des Abends: Situation von Flüchtlingen in Bayern, Proteste von Flüchtlingen
Im Juni 2013 errichten Flüchtlinge auf dem Rindermarkt in München Zelte und treten in einen Hunger- und schließlich Durststreik, um ihre Anerkennung als Asylberechtigte zu fordern.



Dienstag, 19.05.15 im JIZ: „Fremd im eigenen Land" (Doku, 45 Min.); in Kooperation mit den „Münchner Integrationstagen"; Thema des Abends: Sinti und Roma
„Wir Sinti wollen nicht länger fremd im eigenen Land sein", sagt Ricardo Laubinger. Seine Heimat ist Hildesheim, wo die Sinti 1407 erstmals urkundlich erwähnt wurden. Die Laubingers sind seit vielen Generationen in dieser Gegend ansässig.

Dienstag, 20.10.15 bei der IG - Initiativgruppe e.V.: „Zuwandern" (Doku, 80 Min., mit UT); Thema des Abends: Armutsmigration aus Osteuropa
Der Film begleitet die Familie Badea aus Rumänien, die mit ihrem Sohn Daniel nach Berlin kam, neun Monate lang und zeigt eine Geschichte von der Straße, von Interaktionen mit Behörden, Erfolgen und Emotionen.

Dienstag, 17.11.15 im JIZ: „Amma und Appa" (Doku, 90 Min., mit UT); Thema des Abends: Multikulturelle Familien und Partnerschaften
Franziska aus Bayern liebt Jay aus Indien. Was für andere Mütter und Väter vielleicht erfreulich wäre, ist für die jeweiligen Eltern der beiden eine leichte bis mittelschwere Katastrophe

Dienstag, 08.12.15 bei der IG - Initiativgruppe e.V.: „Die Piroge" (Drama, 90 Min., mit UT); Thema des Abends: Flucht(wege)
Erzählt wird die Geschichte einer bunt gemischten Gruppe von Senegalesen, die sich in einem Fischerboot auf den Weg nach Europa machen.

Tagung

Perspektiven der Erinnerung

Das Erinnern und Gedenken an die Opfer des Zweiten Weltkriegs ist ein Teil unserer Gesellschaft und Kultur geworden und findet in vielen Dokumentationszentren, Gedenkstätten, Veranstaltungen und Aktivitäten seinen Ausdruck.

Warum aber ist es unerlässlich, die Erinnerung wach zu halten und sich entschieden gegen Vergessen und eine Schlussstrich-Mentalität zu wenden?

Die Tagung befasst sich ausführlich mit den Motiven und Grundlagen der Erinnerung, aber auch mit der Frage, wie sie von den nachfolgenden Generationen weiterentwickelt und weitergetragen werden kann. Dazu gibt es im Rahmen einer kleinen Messe Gelegenheit, verschiedene Praxisbeispiele zu präsentieren. Außerdem werden in Workshops Jugendprojekte vorgestellt, die Raum für Austausch und Diskussion bieten.

Vor allem geht es darum, die bisherigen Erfahrungen in der praktischen Arbeit aufzuzeigen, sich auszutauschen, sich zu vernetzen und neue Wege des Erinnerns und Gedenkens zu suchen und zu finden.

Die Tagung im Jugendgästehaus Dachau / Max-Mannheimer-Studienzentrum beginnt am Sonntag, den 1. März um 14 Uhr und endet am Montag, den 2. März um 13 Uhr.

Für Schülerinnen und Schüler ist die Veranstaltung frei, Erwachsene zahlen einen Tagungsbeitrag von 50 Euro. Anmeldung bei christine.seisenberger@stm.bayern.de

Runder Tisch Kinder- und Jugendbeteiligung

Demokratiescouts – Stärkung jugendlicher Partizipation in der Kommune

Wie kann die demokratische Mitentscheidung und Mitgestaltung von Kindern und Jugendlichen in ihrem kommunalen Umfeld bzw. im Stadtteil gestärkt werden?

Für Prof. Dr. Benedikt Sturzenhecker von der Universität Hamburg ist die tagtäglich erlebbare Kommune für junge Menschen ein idealer Ort, um an politischen Diskursen und Entscheidungen teilzunehmen. Doch die Kinder- und Jugendarbeit nimmt die Chance einer Integration der Jugendlichen in kommunale Diskurse noch zu selten wahr. Der Referent legt einen konzeptionellen Ansatz zur Förderung demokratischer Partizipation junger Menschen vor. Er entwirft eine kommunal verankerte und verstetigte Unterstützungsstruktur, zu der erwachsene Demokratiescouts auf der einen und jugendliche Demokratiepeers auf der anderen Seite gehören. Beim Runden Tisch soll darüber diskutiert werden, wie das Empowerment von Jugendlichen in der Kommune vorangebracht und die demokratiepädagogische Unterstützung verankert werden kann.

Der runde Tisch findet am Donnerstag, den 12. Februar 2015 von 9:30 bis 13 Uhr in der Pasinger Fabrik, August-Exter-Str. 1, statt. Die Teilnahme am Fachtag ist kostenfrei.

Anmeldung erbeten bis 9.2.2015 an AK Kinder- und Jugendbeteiligung / Münchner Kinder- und Jugendforum, info(@ak-kinderundjugendbeteiligung.de

17. Festival MUSICA ANTIQUA VIVA

9 Konzerte – 16 Bands

Ab 14. März heißt es im Spectaculum Mundi, dem Kulturschwerpunkt des Intermezzo in Fürstenried, zum 17. Mal MUSICA ANTIQUA VIVA – die alte Musik lebt!

Die musikalische Welt des Mittelalters war so facettenreich und bunt wie das Zeitalter selbst und lädt ein zum Hören & Staunen, Erleben & Genießen, Versinken & Entschweben, Tanzen & Toben! Das bunte Spektrum reicht von der Musik der Spielleute über Celtic & Nordic Folk bis zu alter Musik in neuem Gewand.

- Sa., 14.03.: 30 Jahre Estampie + Special Guest: Varvarija
- Fr., 20.03.: Rivan & The Plaids und Tibetréa
- So., 22.03.: Meinhard
- Fr., 27.03.: Folk Noir (mit Oliver s.Tyr und Stephan Groth von FAUN) + Special Guest: DELVA
- Sa., 28.03.: Dornenreich (A)
- Sa., 11.04.: Vroudenspîl + Special Guest: Kalevala HMS (I)
- Sa., 18.04.: Nachtgeschrei + Special Guest: DAMOKLES
- Fr., 24.04.: Kaunan (mit Oliver s.Tyr von FAUN) und Adas
- Sa., 25.04.: ZIRP mit Stephan Groth von FAUN) und Saeldes Sanc + Ernst Horn (Deine Lakaien)

Der düstere Paradiesvogel Meinhard ist bekannt für seine phantasiereichen Klangreisen. Zu erleben am 22. März im Spectaculum Mundi. Mehr Infos: www.spectaculum-mundi.de

KJR München-Stadt - Postfach 151 223 - 80047 München
PVSt - Deutsche Post AG - Entgelt bezahlt - 13074

Zwischennutzungsprojekt „Köşk“

1000 Tage Platz für junge Kunst

Platz für junge Kunst- und Kulturprojekte: 1000 Tage Raum für viele Ideen, um die ehemalige Stadtbibliothek im Westend kulturell zu bespielen, bietet das jugendkulturelle Zwischennutzungsprojekt Köşk, das in Kooperation von Färberei und Multikulturellem Jugendzentrum Westend (MKJZ) konzipiert wurde. Hintergrund ist der Auszug der Stadtbibliothek Westend aus diesen Räumen. Die lichtdurchfluteten Räume mit kleinem Vorplatz, die Wand an Wand zum MKJZ liegen, sollen bis zum Abriss des Gesamtgebäudes für junge Künstlerinnen und Künstler sowie für attraktive Projekte im Sozialraum genutzt werden.

Regelmäßig werden „Teesalons“ veranstaltet, bei denen Ideen für die Zwischennutzung eingebracht werden können. Der nächste Teesalon findet am Donnerstag, den 5. Februar ab 17 Uhr statt.

Bei der Baustellen-Eröffnung Köşk wurde als Filmpremiere „Plastic People Party erobert München“ (P.P.P.) gezeigt und die Fotoausstellung „Mingabul – M`ham“ wurde eröffnet.

Beides ist noch bis zum 8. Februar im Köşk zu sehen. Die Öffnungszeiten sind Do/Fr 17 bis 20 Uhr und Sa/So 15 bis 17 Uhr oder nach Vereinbarung unter 0177-7646340. Bis zur offiziellen Einweihung des Köşk im Mai gibt es noch weitere Baustellen-Vernissagen über die wir rechtzeitig informieren.

Adresse: Schrenkstraße 8, 80339 München

Termine

wann	was	wo	weitere Infos
Bis 30.4.	Ausstellung: **„Wirklich fantastisch“** und **„Wenn ich König/Königin wäre, dann...“**	Galerie 90 im KJR, Paul-Heyse-Str. 22, Mo-Do, 9-17 Uhr, Fr 9-16 Uhr	www.kjr-m.de
6.+7.2., 20 Uhr,	Musical **„The Drowsy Chaperone“**	Spectaculum Mundi, Graubündener Str. 100	www-spectaculum.mundi.de
8.2., 17 Uhr	**„Tufelki“** (Schuhe) - Filmdrama ohne Worte, Filmvorführung + Gespräch	Jüdisches Gemeindezentrum München, St.-Jakobs-Platz 18	www.ikg-m.de
12.2., 9.30-13 Uhr	**Runder Tisch Kinder- und Jugendbeteiligung** - Thema: Demokratiescouts – Modell zur Stärkung jugendlicher Partizipation in der Kommune; mit Benedikt Sturzenhecker	Pasinger Fabrik, August-Exter-Straße 1	www.kjr-m.de siehe Seite 19
13.2., 20.30 Uhr	**Public Affair**	Spectaculum Mundi, Graubündener Str. 100	www.spectaculum-mundi.de
20.2., 20.30 Uhr	**Munich Soul Company**	Spectaculum Mundi, Graubündener Str. 100	www.spectaculum-mundi.de
21.2., 20.30 Uhr	**Martin Locher & Band** - Mundart-Rock	Spectaculum Mundi, Graubündener Str. 100	www.spectaculum-mundi.de
24.2.	JIZ-Filmreihe „Aus der Fremde – in die Fremde?!“: **Meine Zunge dreht sich nicht**	Initiativgruppe e.V., Karlstr. 50	www.filmreihe.jiz-m.de siehe Seite 18
27.+28.2., 20 Uhr	**Singphonie** - Eine Revue mit Musicalmagie	Spectaculum Mundi, Graubündener Str. 100	www.spectaculum-mundi.de
2.-7.3.	**JIZ-Medienwoche #WhatsDepp**	Stadtbibliothek am Gasteig und Café Netzwerk	www.medienwoche.jiz-m.de siehe Seite 18
2.-30.3.	KJR-web2.0-Ausstellung **„Identity Imaging – Style dein Netz!“**	Referat für Bildung und Sport, Foyer, Bayerstraße 28	www.ganztag-muenchen.de
3.3., 19 Uhr	Buchvorstellung und Gespräch mit dem Autor Lorenz S. Beckhardt, **„Der Jude mit dem Hakenkreuz. Meine deutsche Familie“**	Jüdisches Gemeindezentrum München, St.-Jakobs-Platz 18	www.ikg-m.de
7.3., 19 Uhr	**Konzert „Rock im Graben“**	Zeugnerhof, Josephsburgstraße 10	www.kjr-m.de
7.3., 20 Uhr	**La Psychotta** (& die halbe Miete)	Spectaculum Mundi, Graubündener Str. 100	www.spectaculum-mundi.de