

6 Ein gutes Ende
Die Planung verlief lang und beschwerlich, umso glücklicher sind die Bevölkerung und die Gemeindebehörden in Schangnau nun über ihr neues Schulhaus in Bumbach.

10 Ein traditionelles Handwerk
In Linden hämmerten Hufschmiede um die Wette. Die Organisatoren wollten mit dem Anlass auf das traditionelle Handwerk aufmerksam machen in der Hoffnung, Junge dafür zu gewinnen.

19 Ein altes Küherlied
Nun hat für viele Familien und Tiere der Alpsommer begonnen, eine jahrhundertalte Tradition auch im Emmental. Das zeigt ein Küherlied aus dem 18. Jahrhundert.

22 Ein erfolgreicher Wettkampf
An der Schweizermeisterschaft im Nationalturnen in Sumiswald überzeugten die Einheimischen. Sie holten nicht weniger als acht Nationalturnkränze, verpassten aber das Podest knapp.

44. Jahrgang | Auflage: 43'672 Exemplare | Brennerstrasse 7 | 3550 Langnau | Telefon 034 409 40 01 | www.wochen-zeitung.ch | info@wochen-zeitung.ch

Der Weg ist frei für die Schulreform

Signau: Das Stimmvolk sagt mit 70 Prozent Ja zur Reform der Oberstufe Signau. Damit kann der Sekundarschulverband aufgelöst und ein durchlässiges Modell eingeführt werden.

In einer durchlässigen Oberstufe ist es möglich, in zwei der drei Hauptfächer (Deutsch, Französisch und Mathematik) den Unterricht auf Sekundarstufe zu besuchen und in einem Hauptfach auf Realniveau. Der Ruf nach dieser Durchlässigkeit sei in letzter Zeit immer häufiger laut geworden, erklären die Gemeindebehörden von Signau, Eggwil, Röthenbach und Bowil. Deshalb wollen sie ihren bisherigen Sekundarschulverband auflösen und eine durchlässige Oberstufe einführen. Diese wird in Signau angesiedelt.

Die Gemeindeversammlungen von Eggwil, Röthenbach und Bowil hatten dazu bereits Ja gesagt (wir berichteten). Als Letztes konnte sich nun das Signauer Stimmvolk äussern. An der Urne hat es die Reform der Oberstufe mit 597 Ja (70,4%) zu 250 Nein (29,5%) angenommen. Die Stimmbeteiligung betrug 44,3 Prozent. Mit dem Ja sind die rechtlichen Voraussetzungen für die neue Schulform geschaffen: Signau wird zur Sitzgemeinde und die Oberstufe für die eigenen Jugendlichen und jene der drei Partnergemeinden führen.

Bereits vieles vorbereitet

Die neue Struktur soll auf das Schuljahr 2025/2026 eingeführt werden. Bis dahin gibt es noch einiges zu tun. Unter anderem wird eine siebenköpfige Bildungskommission geschaffen, die – vom Kindergarten bis zur neunten Klasse – für alle Belange der Schule zuständig ist. In der Kommission werden vier Vertreterinnen respektive Vertreter aus Signau arbeiten sowie je eine Vertretung aus Eggwil, Röthenbach und Bowil. Die Lehrpersonen sind neu bei der Schule Signau angestellt. Und wie werden die Kosten unter den vier Gemeinden aufgeteilt? Hier entscheidet einzig und allein, wie viele Schülerinnen und Schüler aus der jeweiligen Gemeinde kommen. «Auf einen Kostenschlüssel, der auch die Einwohnerwerte in Betracht zieht, wird verzichtet», heisst es in der Signauer Abstimmungsbotschaft.

Aufgegleist wurde die Reform von einer gemeindeübergreifenden Projektgruppe, die nun zügig mit der Umsetzung beginnt. maz.



Eine lange andauernde Phase der Trauer und Niedergeschlagenheit kann auf eine Depression hindeuten.

Shutterstock

Nur schlecht drauf – oder steckt mehr dahinter?

Kanton Bern: Fast jeder fünfte junge Mensch leidet, zumindest temporär, an einer psychischen Krankheit. Ein Präventionsprogramm will Gegensteuer geben. So auch an der Schule Signau.

«Was wisst ihr noch vom letzten Mal?», fragt Ramona Thöny die 18 Schülerinnen und Schüler der 7. Sekundarklasse Signau. Ein paar Arme gehen zögerlich in die Höhe. «Es ging um Gefühle.» – «Und dass unangenehme Gefühle zum Leben gehören und man sie nicht weghaben kann.»

Ramona Thöny, Referentin vom Berner Bündnis gegen Depression, ist zufrieden mit den Antworten. «Heute sprechen wir über Depressionen, was das ist und wie man Hilfe holen kann.» Nun scannen die Kinder mit dem Handy einen QR-Code und schreiben, was sie mit dem Wort Depression verbinden. Am meisten genannt wird Traurigkeit. Aber auch «schlechte Gedanken», «kein Spass», «kein Selbstvertrauen», «kein Plan» sind auf der Grafik zu lesen.

Die Krankheit erkennen

«Schau hin» heisst das Präventionsprogramm für Schulen, welches das Berner Bündnis gegen Depression durchführt (Artikel rechts). «Es basiert auf drei Grundpfeilern», erklärt Michael Kaess am Telefon. Er ist Präsident des Vereins. Der erste Pfeiler sei die Aufklärung und Enttabuisierung. «Die Kinder lernen, was eine Depression ist und wie sie entsteht.» Häufig bleibe die Krankheit bei jungen Menschen unerkannt beziehungsweise werde versteckt. Wenn die Betroffenen realisierten, dass es eine «normale» Krankheit ist, dass auch andere darunter leiden und man etwas dagegen tun kann, entlaste sie das und sie würden eher darüber reden.

Nun geht es im Schulzimmer in Signau um die Symptome einer Depression. Diese seien nicht so leicht zu

deuten wie bei einer Grippe, sagt Jonathan Dierks, der zweite Referent an diesem Morgen. «Man kann nicht einfach Fieber messen.»

Die Depression habe viele Gesichter: die einen würden viel mehr als sonst schlafen oder essen, die anderen viel weniger. Manche weinten häufig, andere verspürten keine Gefühle mehr. Weitere Anzeichen seien Interessenverlust, Freudlosigkeit, Antriebsmangel, niedergeschlagene Stimmung, zählt Dierks auf und fragt die Jugendlichen: «Was ist der Unterschied zwischen einer Stimmung und einem Gefühl?» Die Stimmung sehe man einem an, antwortet eine Schülerin. «Eine Stimmung gehört zu einem und bleibt, ein Gefühl geht wieder weg», ergänzt der Referent. Das zu unterscheiden sei wichtig. Ein schlechter Tag bedeute nicht, dass man depressiv sei. Eine Depression sei ein länger andauernder Zustand, etwa wenn man während zweier Wochen an mehr als der Hälfte der Tage an Symptomen leide. Ein anonymes Selbsttest, den die 18 Kinder ausfüllen, zeigt bei dreien eine hohe Punktzahl an, bei acht die mittlere Kategorie.

Mit negativen Gefühlen umgehen

Der Umgang mit Gefühlen und Problemen ist der zweite Pfeiler des Präventionsprogramms. «Die Kinder erlernen Strategien, wie sie mit negativen Emotionen und mit Konflikten umgehen können», erklärt Michael Kaess. Die meisten psychischen Erkrankungen in der Pubertät würden aufgrund von scheinbar unlösbaren Problemen entstehen, weiss der Direktor der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern (UPD). Die Jugendlichen hätten noch nicht die Erfahrung gemacht, dass etwa Liebeskummer vorbeigehe. Sie wüssten nicht, wie sich bei Mobbing verhalten und was sie bei Einsamkeit und Leistungsdruck tun könnten. «Sie empfinden ihre Situa-

tion als ausweglos und unveränderbar, was zu Depression, Selbstverletzung und Suizid führen kann.»

In der anonymen Umfrage in der 7. Klasse in Signau geben 12 Prozent der Schülerinnen und Schüler an, dass sie sich schon einmal absichtlich verletzt hätten. 39 Prozent kreuzen an, schon darüber nachgedacht zu haben.

Rechtzeitig Hilfe suchen

Forschungsergebnisse zeigen, dass bis zu einem Drittel der 14- bis 19-Jährigen in der Schweiz von psychischen Problemen betroffen ist und etwa fünf bis zehn Prozent der jungen Menschen mindestens einen Suizidversuch unternommen hat. Psychische Erkrankung hätten mit der Corona-Pandemie zugenommen, stellt Michael Kaess fest. Diese Dynamik sei bis heute nicht abgeflacht. «Einen grossen Einfluss dürften die Sozialen Medien haben, in denen sich die Jugendlichen seit der Pandemie viel stärker bewegen.» Deshalb sei Prävention wichtig. Je früher eine Depression erkannt und behandelt werde, desto kürzer dauere sie und desto besser seien die Prognosen fürs Erwachsenenleben, betont Kaess. Hier kommt der dritte Pfeiler von «Schau hin» zum Tragen: Hilfe suchen. Die Schülerinnen und Schüler lernen, an wen sie sich wenden können, beispielsweise bei Suizidgedanken. Sie erfahren, wie eine Psychotherapeutin arbeitet. «Die Jugendlichen üben aber auch, wie sie jemanden ansprechen können, wenn sie merken, dass etwas nicht stimmt», ergänzt Michael Kaess.

Wenn eine gute Kollegin traurig sei, würde sie mit ihr sprechen, sagt eine der Siebtklässlerinnen in der Pause. Und er wisse jetzt, fügt ihr Klassenkamerad an, worauf er achten könne, um eine Depression zu bemerken.

Silvia Wullschläger

Hier findest du alle Tage rund um die Uhr Hilfe: Telefon 147 und online 147.ch (kostenlos/anonym). Notfallzentrum Kinder- und Jugendpsychiatrie Bern, 031 932 88 44. Im Notfall bei Suizidgedanken Telefon 144.

200 Klassen können vorerst teilnehmen

Kanton Bern: Dank Präventionsprogrammen könne die Suizidrate bei Jugendlichen gesenkt werden, sagen Fachleute. Zum Beispiel mit «Schau hin», das sich an Schulklassen richtet.

«Schau hin» wurde für Schülerinnen und Schüler der 7. bis 9. Klasse konzipiert. Angeboten wird das Präventionsprogramm vom Berner Bündnis gegen Depression (BBGD) bereits seit Anfang 2021. Seit diesem Jahr ist es für die Schulen gratis, weil der Kanton Bern die Finanzierung für vorerst zwei Jahre übernimmt. Insgesamt hätten sie die Kapazität für 200 Klassen, sagt Michael Kaess. Er ist Präsident des BBGD sowie Direktor der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern (UPD). Bereits sind in 140 Klassen Workshops durchgeführt worden oder noch geplant. Diese dauern viermal 90 Minuten. Es unterrichten speziell ausgebildete Studierende der Psychologie.

Werkzeuge für schwierige Zeiten

Linda Walther ist zusammen mit Karin Fernandez Klassenlehrerin der 7. Sek Signau. Sie haben ihre Klasse für das Programm «Schau hin» angemeldet. Es habe immer wieder Kinder und Jugendliche an der Schule, die psychische Probleme hätten. Auch von Eltern seien vereinzelte Fälle bekannt. «Für uns Lehrpersonen stellt sich da immer die Frage, wie wir angemessen darauf reagieren können.» Ihr sei es wichtig, offen mit dem Thema umzugehen, Schülerinnen und Schüler anzusprechen, allenfalls die Eltern zu kontaktieren. Bisher sei diese Aufgabe allein den Lehrkräften zugefallen, da die Schule Signau keine Schulsozialarbeit anbietet. Ab dem neuen Schuljahr wird sich dies ändern. Vom Präventionsprogramm erhofft sich Walther, dass die Jugendlichen Werkzeuge in die Hand erhalten, die sie in schwierigen Zeiten anwenden können. «Sie sollen besser mit persönlichen Krisen umgehen und sie einordnen können. Und früh genug Hilfe holen.»

Michael Kaess seinerseits hofft, dass «Schau hin» später breiter angeboten werden kann, um möglichst viele Jugendliche zu erreichen. Der Nutzen des international eingesetzten Programms sei wissenschaftlich erwiesen. So sinke die Rate der Suizidversuche bei derartigen schulbasierten Präventionsprogrammen statistisch um 30 bis 40 Prozent pro Jahr. sws.

Reklame

Das Schuehparadies im Emmental
Jakob's
„Schuehparadies“
Lenox der Jüngste aus der Familie Jakob empfiehlt...
«Bei uns im Schuehparadies und im Jakob-Markt finden Sie alles für die Sommerferien!»
ONEILL
Grosser Gratis-Parkplatz
Jakob AG, Jakob-Markt, Zollbrück
Tel. 034 496 31 31 | www.jakob-markt.ch

Reklame

LEBENSART
HANDGEMACHT & REGIONAL
ENTDECKEN SIE AUS 19 SORTEN IHRE LIEBLINGS-GLACÉ
Erhältlich in der Markthalle Bärnu & im Café Lärche Bärnu