

Sehr geehrte Eltern und Erziehungsberechtigte,

wir möchten Sie hiermit recht herzlich über das Präventionsprogramm **DUDE – Du und deine Emotionen** informieren.

Dabei handelt es sich um eine von der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie entwickelte Unterrichtseinheit. Sie umfasst fünf Doppelstunden und wird an unserer Schule erstmalig mit der 6. und 7. Jahrgangsstufe durchgeführt. In seiner Intention schließt dieses Präventionsprogramm an das Achtsamkeitstraining der 5. Jahrgangsstufe an.

Die Inhalte zielen darauf ab, durch eine verbesserte Regulation der Emotionen die psychische Gesundheit der Jugendlichen zu verbessern bzw. aufrechtzuerhalten. Im Fokus steht dabei die achtsame Wahrnehmung von Gefühlen sowie die Vermittlung hilfreicher Strategien, die den Schüler*innen dabei helfen sollen mit intensiven Emotionen und Stress umzugehen. Zusätzlich soll der Selbstwert der Jugendlichen verbessert und die Klassengemeinschaft gestärkt werden.

Wir würden uns sehr freuen, wenn die Klasse als Ganzes teilnimmt und Sie mit der Abgabe Ihrer Einverständniserklärung (Anlage 1) bis zum 9.10. an die Klassenleitung Ihrem Kind die Teilnahme ermöglichen.

Die Nachhaltigkeit des Präventionsprogramms soll dabei im Rahmen einer Studie evaluiert werden. Näheres dazu finden Sie im beigefügten Informationsschreiben (Anlage 2) „Ausführliche_Information_DUDE_UniKlinik“. An unserer Schule wird das Training von psychologischen Fachkräften (vgl. 2. Absatz, Punkt 1a) durchgeführt.

Zusätzlich zum Informationsschreiben möchte das Trainingsteam der Uniklinik Ihnen gerne im Rahmen einer Online-Informationsveranstaltung Details zu Hintergrund, Ablauf und Zweck des Präventionsprogrammes und der zugehörigen Studie geben.

Die Online-Informationsveranstaltung wird am 29.9.2021 um 18:30 Uhr stattfinden.

Sie finden den BBB-Konferenzraum „Elternabend DUDE“ über die Homepage des Siebold-Gymnasiums (Dropdown-Menü in der rechten Spalte) oder direkt unter: sgw.by/dude

Das Passwort lautet: dude

Weitere Informationen über das Präventionsprojekt finden Sie auch unter <https://go.uni-wue.de/dude>

Bei offenen Fragen steht Ihnen sowohl das Team der Uniklinik (Mail: KJ_Dude@ukw.de) als auch unser Schulpsychologe Herr StD Jens Purius (Tel.: 26013-26 oder Mail: schulpsychologie@siebold-gymnasium.de) zu Verfügung.

*Mit freundlichen Grüßen,
Hansgeorg Binstener*