

PRESSEMITTEILUNG

Zum Weltkindertag am 20. September:

Mehr Aufklärung über Depression in Schulen nötig

**Ein bis zwei Schülerinnen und Schüler pro Klasse an Depression erkrankt /
kostenfreie Wanderausstellung und Informationsmaterial**

Leipzig/Frankfurt am Main, 20. September 2025 – Anlässlich des Weltkindertages am Samstag (20. September) weist die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention auf den großen Aufklärungsbedarf über Depression bei Jugendlichen hin. Depression gehört zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Jugendalter, etwa 6 Prozent aller Jugendlichen sind betroffen.

„Leider wird mit Jugendlichen in Schulen oder in der Freizeit noch viel zu wenig über Depression gesprochen, obwohl statistisch gesehen ein bis zwei Schülerinnen und Schüler pro Klasse erkranken. Umso wichtiger ist es, das Bewusstsein für Depression in Schulen zu stärken und ein unterstützendes Umfeld zu schaffen“, betont Prof. Martin Holtmann, Kinder- und Jugendpsychiater, Mitglied im Stiftungsrat der Deutschen Depressionshilfe und Ärztlicher Klinikdirektor der LWL-Uniklinik Hamm.

Kostenfreie Ausstellung für Schulen

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe setzt hier gezielt an und stellt kostenfreie Materialien und Angebote zur Verfügung, um Schulen bei der Aufklärung zu unterstützen. Neu ist die Ausstellung #MoreThanSad, welche von Schulen bundesweit ausgeliehen werden kann. Die Ausstellung zeigt zwölf Werke, die im Rahmen eines bundesweiten Kreativwettbewerbs entstanden sind. Junge Menschen haben dabei ihre Erfahrungen mit Depression auf künstlerische Weise zum Ausdruck gebracht. Die Ausstellungsstücke verdeutlichen, wie sich eine Depression für junge Menschen anfühlen kann und schafft mehr Sichtbarkeit für das Thema. Ab sofort kann die Ausstellung kostenfrei von Schulen ausgeliehen werden, um die Aufklärung über Depression auch in den schulischen Alltag zu bringen und Jugendliche für das Thema zu sensibilisieren. Mehr Informationen zur Ausstellung und den Ausleihmöglichkeiten gibt es unter: www.deutsche-depressionshilfe.de/morethansad
Die Ausstellung ist eine Initiative des Jugendbeirats der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, der von der Deutsche Bahn Stiftung gefördert wird.

Kostenfreies Informationsmaterial und Online-Fortbildung für Lehrkräfte

Neben der Ausstellung bietet die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention weitere Materialien, die pädagogische Fachkräfte unterstützen, um über Depression aufzuklären:

- **Plakate, Info-Flyer und Postkarten** über Depression bei Jugendlichen zum Auslegen im Schulen. Die Materialien können kostenfrei per E-Mail bestellt werden unter schule@deutsche-depressionshilfe.de.
- Eine **Online-Fortbildung für Lehrkräfte** der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention vermittelt grundlegendes Wissen über Depression sowie einen

PRESSEMITTEILUNG

sicheren Umgang mit möglicherweise an Depression erkrankten Jugendlichen und Suizidalität. Sie ist auf der Website der Stiftung abrufbar unter: www.deutsche-depressionshilfe.de/schule. Die Online-Fortbildung wurde ermöglicht dank einer Förderung der Tribute to Bambi Stiftung.

- Darüber hinaus bietet die Stiftung Deutsche Depressionshilfe einen 12-minütigen **Unterrichtsfilm** mit Erfahrungsberichten und Expertenwissen zu Depression im Jugendalter. Dieser Film kann als Auftakt gezeigt werden, um Depression im Unterricht zu thematisieren
- Der Netzwerkpartner der Stiftung www.fideo.de versendet zudem eine kostenfreie **Schulbox Depression**. Die Box enthält neben Information zur Erkrankung für Lehrkräfte vor allem Material zur Unterrichtsgestaltung rund um die Depression (z.B. Übungen, Handouts) für Schülerinnen und Schüler ab der 7. Klasse. Mehr unter www.fideo.de/schule.

Zum Hintergrund: Depression im Jugendalter

Depression ist eine ernstzunehmende Erkrankung, die den Alltag und das Leben der Betroffenen massiv beeinträchtigt und mit einem langen Leidensdruck einhergeht. Meist haben depressiv erkrankte Jugendliche eine gedrückte Stimmung oder das Gefühl, die eigenen Gefühle gar nicht mehr wahrnehmen zu können. Dazu kommt, dass vieles einfach keine Freude mehr macht: Freizeitaktivitäten, Zeit mit Familie, Freundinnen oder Freunden. Betroffene Jugendliche schlafen schlechter, können sich nur schwer konzentrieren, reagieren vielleicht gereizter und verlieren die Hoffnung. Auch die Gedanken, sich etwas anzutun, können entstehen: Depression ist eine der Hauptursachen für Suizide. Jährlich sterben in Deutschland etwa 200 Jugendliche unter 20 durch Suizid (Todesursachenstatistik, Statistisches Bundesamt). Durch die Aufklärung von jungen Menschen und Lehrkräften kann ein bedeutender Beitrag zur Entstigmatisierung und Früherkennung von Depressionen sowie Suizidprävention geleistet werden.

Pressekontakt:

Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention
Heike Friedewald
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Goedelerring 9, 04109 Leipzig
Tel: 0341/22 38 74 12
presse@deutsche-depressionshilfe.de

Über die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention:

Depression erforschen – Betroffenen helfen – Wissen weitergeben

Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention hat sich die bessere Versorgung depressiv erkrankter Menschen und die Reduktion der Suizide in Deutschland zum Ziel gesetzt. Vorstandsvorsitzender ist Prof. Dr. Ulrich Hegerl. Die Schirmherrschaft hat der Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt übernommen. Neben Forschungsaktivitäten bietet die Stiftung Betroffenen und Angehörigen unter ihrem Dach vielfältige Informations- und Hilfsangebote wie das deutschlandweite Info-Telefon Depression. In 90 Städten und Kommunen haben sich Bündnisse gebildet, die auf lokaler Ebene Aufklärung über die Erkrankung leisten. Die Arbeit erfolgt pharma-unabhängig.
www.deutsche-depressionshilfe.de