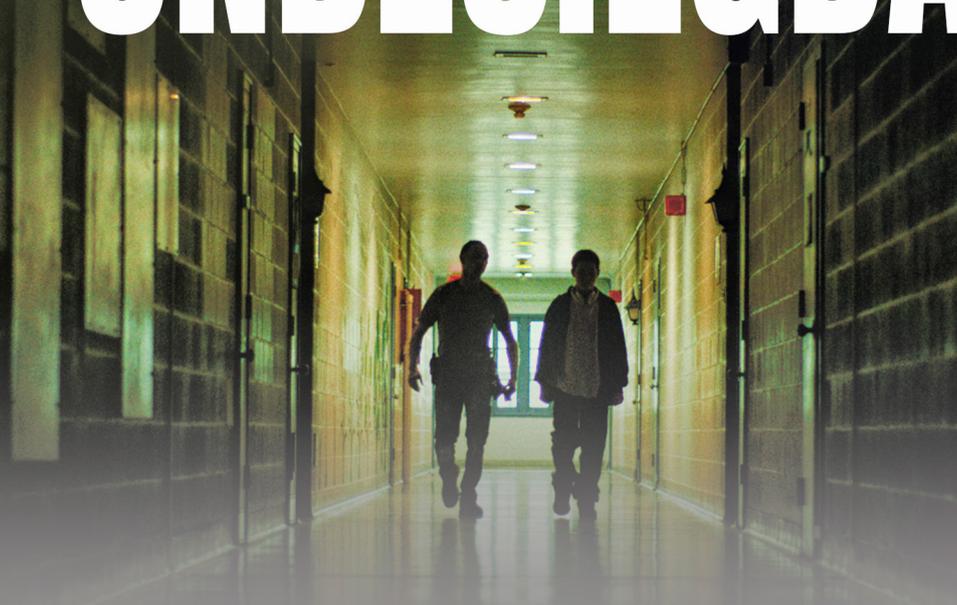




UNBESIEGBAR



LERNMATERIALIEN
von Manfred Koch, Blanka Hauser

www.filmwerk.de



kfw

UNBESIEGBAR (OMU)

Eine DVD/Online-Version mit dem Recht zur nichtgewerblichen öffentlichen Vorführung erhalten Sie [hier](#).

OT: INVINCIBLE

Kanada 2022,
Kurzspielfilm, 30 Min.
Originalsprache: Französisch

Buch und Regie: Vincent René-Lortie

Kamera: Alexandre Nour Desjardins

Produktion: Telescope Films

Cast: Marc-Antoine Bernier (Léokim Beaumier-Lépine), Justine (Élia St-Pierre), Josée (Isabelle Blais), Gilles (Pierre-Luc Brillant), Luc (Ralph Prosper), Shakib (Naoufel Chkirate), u. a.

AUTOREN

Manfred Koch, ehemaliger Leiter der Medienzentrale Bamberg.
Dr. Blanka Hauser, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie.

GLIEDERUNG

Preise / Auszeichnungen	S. 3
Kurzcharakteristik	S. 3
Themenbereiche	S. 3
Zielgruppen	S. 3
Hinweise zum Filmeinsatz	S. 3
Kapitelüberblick	S. 4
Inhalt und Gestaltung	S. 4
Annäherung an die Hauptfigur. Didaktische Hinweise und Anregungen zum Gespräch	S. 6
Psychische Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen	S. 7
Depression und Suizidalität	S. 7
ADHS	S. 8
Behandlung und Prävention psychischer Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen	S. 9
Quellen und Links	S. 9
Weitere Filme zum Thema beim kfw	S. 10
Überblick Materialien	S. 11
M1-M6	S. 12-21

PREISE / AUSZEICHNUNGEN

Der Film war bei den 96. Academy Awards 2024 für den Oscar in der Kategorie „Bester Kurzfilm“ nominiert und erhielt auf zahlreichen internationalen Festivals eine Vielzahl von Preisen in diversen Kategorien:

<https://www.h264distribution.com/en/films/distribution/invincible/>

KURZCHARAKTERISTIK

Der vielfach ausgezeichnete Film **Unbesiegbar** basiert auf einer wahren Geschichte: Der 14-jährige Marc hat offenbar Probleme, sein Leben in den Griff zu bekommen. Immer wieder versucht er, aus der Jugendstrafanstalt zu fliehen, wo er untergebracht ist. Nachdem er ein Wochenende mit seiner Familie verbringen durfte, fällt es ihm sehr schwer, sich wieder in den Alltag der Anstalt einzufügen. Luc, sein ihm zugewandter Betreuer, ist frustriert, weil Marc seit einem Jahr all seine Fortschritte durch sein immer wieder negatives Verhalten zerstört, dennoch versucht er, Marc klarzumachen, was wirkliche Freiheit bedeutet und dass es keinen Sinn macht, aus der Anstalt zu fliehen. Im Laufe des Films wird Marc als sensibler Junge charakterisiert, aber er zeigt auch renitentes, empathieloses und unsoziales Verhalten.

Als sich für Marc schließlich beim Schwimmen eine Fluchtmöglichkeit auftut, nutzt er sie und flieht mit einem Auto. Unterwegs ruft er bei seiner Familie an, die Mutter sagt, dass sie ihn liebt und lädt ihn zum Abendessen ein. Marc sagt kein Wort, aber als die Polizeisirenen zu hören sind, gibt er Gas und fährt mit dem Auto in einen See.

THEMENBEREICHE

ADHS, Depression, Familie, Freiheit und Eingesperrtsein, Fürsorge, Gesellschaft, Identität, Impulskontrolle, Jugendstrafanstalt, Kurzschlusshandlungen, Lebensgestaltung, Menschenwürde, Pubertät, Prävention, Psychische Krankheiten, Selbstgefährdung, Substanzmissbrauch, Suizidalität, Suizid, Therapieangebote.

ZIELGRUPPEN

Einsatzalter: ab 14 Jahren (Sek I, 9. Klasse)

Einsatzorte: Schule, außerschulische Jugendarbeit, Erwachsenenbildung, Berufsschule, Fachakademien, Aus- und Weiterbildung von pädagogischen Fachkräften, Aus- und Weiterbildung in Pflege, Psychotherapie und Psychiatrie, Gefängnisseelsorge.

Fächer: Sozialkunde, Ethik, ev. und kath. Religionslehre

HINWEISE ZUM FILMEINSATZ

Auch wenn „Suizidalität“ und „Suizid“ nicht im Zentrum des Films stehen, werden sie jedoch durch das Ende des Films unübersehbar thematisiert. Ausführlich beschäftigt sich damit die Handreichung zu dem animierten Kurzfilm GLÜCK IM UNGLÜCK: Fakten und psychologisch-wissenschaftliche Hintergründe zu Suizidalität, Prävention und Zusammenhang von Suizid und Medien, Werther- und Papageno-Effekt.

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/LM_Glueck_im_Unglueck_A4.pdf

Aufgrund seiner Themenbereiche, „psychische Erkrankung“, „Selbstgefährdung“, „Suizid“ empfiehlt sich der Film vor allem für die Erwachsenenbildung und im Kontext eines professionellen Umfeldes.

KAPITELÜBERBLICK

Kap.	Timecode	Überschrift
1	00:00	Intro – Marc im Auto
2	01:40	Mit der Familie am See
3	06:12	Zurück in der Anstalt
	06:50	Empfang durch Luc, den Betreuer
	07:40	Sabotage in der Zelle
	11:00	Luc hält Marc eine Strafpredigt und spricht über Freiheit
	13:30	Marc befreit eine Biene in der Zelle
	14:50	Gespräch in der Kantine mit Shakib
	16:15	Basketballspiel
	18:00	Marc hilft dem kleinen Jungen beim Tomaten pflanzen
	18:50	In der Klasse, Gedichte schreiben
	22:30	Im Schwimmbecken
4	24:00	Die Flucht

INHALT UND GESTALTUNG

Der Film startet mit der Tonebene: Rauschen und Brummen, Hintergrundgeräusche, die eine Autofahrt assoziieren. Nach Einblendung des Titels ertönt das Freizeichen eines Telefons. Wir sehen einen jungen Mann schräg von hinten vom warmen Abendlicht konturiert am Steuer eines Autos und hören die Stimme einer Frau: „Marc?“ „Marc, bist du das? Ich kann dich nicht hören? Hörst du mich? Die Strafanstalt hat angerufen. Alles, was zählt ist, dass du in Sicherheit bist. Ich habe Lasagne gemacht, wenn du kommen willst. Marc? Ich liebe dich.“ Der Junge ist verkrampft, schaut verzweifelt ... „Ich liebe dich, mein Großer.“ Marc schaut in den Rückspiegel, Polizeisirenen werden immer lauter, eine Autotür knallt, Marc fährt los in den See.

Der Junge taucht ins Wasser ein, sphärische Klänge begleiten die Bilder des schwebenden, schwerelos erscheinenden, dann dem Licht entgegen auftauchenden Körpers. „48 Sekunden“, so der Kommentar von Justine, seiner jüngeren Schwester. Marc schreit seine Freude hinaus, die beiden sind vergnügt am See, bis die Eltern sie rufen und zum Aufbruch drängen.

Marc setzt die Kopfhörer auf und hört lauten Rap, er steckt sich eine Zigarette in den Mund und bekommt von seinem Vater ein Feuerzeug. Zehnmal lässt er noch einen Kieselstein über das Wasser hüpfen und tröstet seine kleine Schwester, die offensichtlich sehr traurig ist wegen der bevorstehenden Trennung von ihrem Bruder. Mit den Worten „Ich bin unbesiegbar“ hält er seine Hand zum Beweis in die Feuerzeugflamme und verspricht dabei seiner Schwester „Ich komme wieder“.

Das alles ist mit ruhiger Kamera gefilmt, mit Naheinstellungen auf den Gesichtern und eingebettet in das warme Abendlicht einer schönen Naturlandschaft.

Dann fährt die offenbar recht gut situierte Familie im Auto zu ihrem Ziel, der Jugendstrafanstalt, in der Marc nach dem Wochenende bei seiner Familie abgeliefert werden muss. Dort angekommen, wird Marc, der im Auto eingeschlafen ist, geweckt – er ist zurück in seiner Wirklichkeit. Zum Abschied spricht ihm der Vater Mut zu: „Wenn du die zwei Tage mit uns geschafft hast, schaffst du auch mehr“.

Die Atmosphäre in der Anstalt steht optisch und akustisch im harten Kontrast zum erlebten Wochenende in der Natur – düstere, kalte Farben, metallische Geräusche und hallende Schritte zeugen von einer anderen, weniger menschlichen Welt. Etwas ironisch erscheint die Frage auf einem Poster im Empfangsraum: „vas-tu bien? – geht es dir gut?“ Luc, der Betreuer, empfängt Marc freundlich und zugewandt, fragt ihn nach seinem Wochenende, dann nach Telefon, Drogen und Waffen, aber Marc spricht nicht mit ihm.

Dann kommt Marc wieder in seine karge Zelle – die Isolation drückt sich auch in der Abwesenheit von Außengeräuschen und Musik –, an der Wand hängen einige Zeichnungen und ein Poster mit der Schrift „Mad dreams“. Marc wirkt nervös und gestresst, ihm ist heiß, der Ventilator funktioniert nicht. Mit der Idee, die Sprinkleranlage mithilfe des geschmuggelten Feuerzeugs auszulösen, setzt leise Musik ein, die lauter wird und sich mit Marcs Freudenschrei über die Wasserdusche mischt. Als Marc mit Gewalt aus der Zelle geführt wird und er das Wachpersonal beschimpft, steigert sich die Musik ins Dramatische.

Luc weiß nicht mehr weiter, sagt, dass Marc seit einem Jahr seine Bemühungen immer wieder kaputt mache und kündigt an, ihm sämtliche Privilegien zu entziehen, unter anderem darf er auch seine Familie nicht mehr besuchen. Die Kamera ist dabei ganz ruhig und nahe an den Personen, der Raum erscheint im Halbdunkel. Luc zeigt ihm in ruhigem Ton die Optionen auf: Die Anstalt durch die Hinter- oder die Vordertüre zu verlassen. Die Hintertüre bedeute, dass er immer allein und nie richtig frei sei, nur die Vordertüre führe zu Vertrauen und Freiheit und bedeute Rückkehr zu seiner Familie. Mit den eindringlichen Worten, „Du bist nicht dumm, du bist der Beste in deiner Klasse“, versucht Luc, ihm Mut zu machen und eine Zukunftsperspektive zu verheißen.

Zurück in seiner Zelle, sehen wir aus einer ungewöhnlichen Perspektive Marc auf seinem Bett liegen, getragene Musik und sein ruhiger Atem suggerieren ein Nachdenken. Behutsam und zärtlich befreit Marc eine Biene, indem er sie zum Loch im Fliegennetz führt.

In der Kantine erzählt Shakib ihm von seinen Klarträumen, mit denen er innere Freiheit und Stärke gewinnt und die ihn sein Eingeschlossensein ertragen lassen, weil sie ihn zum König machen. Marc amüsiert das.

Beim anschließenden Basketballspiel im Hof erkennt Marc eine Fluchtoption und erweckt den Eindruck, als warte er nun auf eine passende Gelegenheit zur Flucht. Sein innerer Prozess wird gut durch die leise, getragene Musik und seine äußerlich verlangsamten erscheinenden Körperbewegungen ins Bild gesetzt.

Die nächste Szene spielt in der Klasse, wo die Jugendlichen die Aufgabe hatten, ein Gedicht zu verfassen. Einfühlsam liest die Lehrerin das Gedicht von Marc vor, das seine inneren Kämpfe und Sehnsüchte erahnen lässt.

*Man sagt, hinter meinen geschlossenen Lidern
verstecken sich die Träume der freudlosen Morgen.
Zum Klang dieser Worte, die in meinen Adern brennen,
wächst in mir eine Kraft, die sich zu entfesseln sucht.
Ich schreie hinein in eine Welt, die mich nicht hört.
In der die Stille zur Hölle wird.
Da ist die Welt meiner Träume und die, in der ich lebe.
Die Illusion in den Wellen einer immensen Freiheit.
Also schwimme ich unablässig gegen den Strom
in diesen schwarzen Wassern, unendlich und kühl.
Und zieht man mich mit Gewalt an den Strand,
hindert mich nichts und niemand daran, wieder einzutauchen.*

Im eingezäunten Schwimmbecken sehen wir Marc, umgeben von den anderen Jugendlichen, beim Wettbewerb zum Luftanhalten; unter dem Applaus der anderen bricht er den Rekord. Dann nutzt er aber die Gelegenheit, zu fliehen. Klaviermusik setzt ein, wir sehen zunächst seine nackten Füße auf dem Asphalt, dann sein angespanntes Gesicht, er rennt unabsichtlich in ein Auto, bleibt aber offensichtlich unverletzt. Als die Fahrerin aussteigt, um Hilfe zu holen, fährt Marc mit dem Auto davon. Die Klaviermusik steigert sich in Tempo und Dramatik. Lichtreflexe und Blitze erscheinen auf seinem Gesicht, dann eine Unterwasseraufnahme mit Lichtstrahlen

Richtung Wasseroberfläche, das Klavier verhallt im Blubbern des Wassers. Schnitt, das Klavier setzt von neuem ein mit den warmen Farben im Zuhause seiner Familie, wo die Schwester mit den Schulaufgaben beschäftigt ist, während die Eltern über Marc reden, nachdem sie die Nachricht von seiner Flucht erhalten haben. Der Vater tröstet seine Frau, indem er sagt, dass er zurückkommen werde, da es nicht das erste Mal sei, dass Marc ausgerissen ist. Die Mutter bittet die Tochter, das fertige Abendessen zum Tisch zu bringen, als sich Marc bei ihr telefonisch meldet, aber ohne etwas zu sagen. Sie erzählt Marc, dass sie von der Strafanstalt über seine Flucht informiert wurde, dass sie sich Sorgen mache, dass er in Sicherheit sei, dass er zum Essen vorbeikommen solle und sie ihn liebe. Justine streift mit ihren Fingern über die Kerze, dann hält sie schmerzerfüllt ihre Handfläche über das Feuer. Mit den Worten „Ich liebe dich, mein Großer“ endet der Film.

ANNÄHERUNG AN DIE HAUPTFIGUR. DIDAKTISCHE HINWEISE UND ANREGUNGEN ZUM GESPRÄCH

Die Besonderheit, dass der Film mit dem Ende beginnt, erklärt der Regisseur Vincent René-Lortie damit, dass ihm von größter Wichtigkeit sei, dem Zuschauer zu ermöglichen, der Person von Marc näherzukommen und mehr dessen Schmerz zu verstehen, als das, was tragischerweise am Ende passiert. Dabei spielt die persönliche Betroffenheit des Regisseurs eine große Rolle, war 2008 doch sein bester Freund, Marc-Antoine Bernier, im Alter von 14 Jahren auf diese tragische Weise ums Leben gekommen. Der Regisseur beschreibt, dass er sich während seiner Jugendzeit immer mit Schmerz und vor allem mit Unverständnis an dieses Schicksal erinnerte und er als Regisseur schließlich die Möglichkeit fand, die Geschichte seines Freundes zu verarbeiten, auch wenn für ihn viele Fragen unbeantwortet blieben. Er schildert, dass Marc sich innerhalb eines Jahres von einem begabten, vor Liebe und Energie überbordenden Jungen in einen instabilen und psychisch angeschlagenen Jungen entwickelt habe und er für ihn und seine Familie nicht mehr wiederzuerkennen gewesen sei.

Dieses Setting greift der Film auf, es wird nichts über die Vorgeschichte von Marc erzählt, man sieht aber, dass er aus gutsituierten, geordneten Familienverhältnissen stammt, Fürsorge erfährt und auch geben kann. Zu seiner kleinen Schwester hat er eine innige Beziehung, sie scheint die Einzige, die mitfühlt, wie verzweifelt und gefährdet der Bruder ist. Die frische Narbe unter dem rechten Auge gibt möglicherweise Hinweise auf aggressives Verhalten und körperliche Auseinandersetzungen. Die Unruhe und Anspannung durch das Gefangensein verhindern klares Denken.

Vielleicht ist die gezeigte Erziehungsanstalt nicht nur ein (ungeeigneter) Aufbewahrungsort für einen orientierungslosen Jugendlichen, sondern eine Metapher für das innere Gefängnis, mit der Unmöglichkeit, Freiheit zu erleben und echte Eigenständigkeit zu entwickeln. Das kann ohne Anerkennung von Regeln und Grenzen allerdings nicht gelingen. Die Suche nach Befriedigung im Moment durch impulshafte Handlungen – eigentlich ein Ausbruchsversuch? Marc ist intelligent, er ist ein guter Schüler, schreibt berührende Gedichte und trotzdem ist er offensichtlich nicht in der Lage, sich anderen anzuvertrauen sowie vorausschauend und planvoll zu handeln.

In den filmischen Szenen wird der Junge in der Nahaufnahme der Kamera genau beobachtet, man sieht in seinem Gesicht Anspannung und Wut, Traurigkeit und Einsamkeit, Abwehr und Verzweiflung. Es gibt aber auch kurze Momente der Ausgelassenheit und Freude im Zusammensein mit seiner kleinen Schwester und Fürsorglichkeit einer gefangenen Biene und einem kleineren Jungen gegenüber. Das Aufbegehren gegen das „Eingesperrtsein“ kann nahezu physisch mitempfunden werden. In einem Gedicht beschreibt er den „freudlosen Morgen“ und das Schwimmen gegen den Strom im „schwarzen Wasser“.

Überhaupt spielen Wasser und die Farbe Blau eine große Rolle, möglicherweise als Symbol von Freiheit und Grenzenlosigkeit sowie Feuer als Symbol von Stärke („Invincible“ beim Berühren der Flamme) und Gefährlichkeit.

Der Film erklärt wenig, visualisiert die Innen- und Außenwelt des 14-Jährigen behutsam und genau, und so bleiben viele Fragen offen. Wie kann es kommen, dass ein Jugendlicher – fast noch ein Kind – sein Leben in einer geschlossenen Erziehungsanstalt verbringt? Was hat er „angestellt“? Hätte man ihm nicht „anders“ helfen können und müssen? Warum kann er sein offensichtlich geordnetes und fürsorgliches Elternhaus und das Bemühen der zugewandten Betreuer in der Anstalt nicht für sich nutzen? Warum darf er dort dauernd rauchen? Sind sein Empfinden und Verhalten „schlimme Pubertät“ oder ist er krank? Ist sein Suizid Folge eines plötzlichen Impulses, weil er von der Polizei verfolgt wird, oder hat er sich schon vorher immer wieder mit Gedanken an die Beendigung seines Lebens herumgeschlagen?

Wenn man all diese Puzzleteile zusammensetzt, muss man doch zu dem Schluss kommen, dass Marc sehr wahrscheinlich an einer psychischen Erkrankung leidet, die offensichtlich nicht erkannt und behandelt wurde (jedenfalls ergeben sich im Film darauf keine Hinweise).

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN

Die im Folgenden genannten Daten beziehen sich auf Forschungsergebnisse für Deutschland oder Europa.

Nach der BELLA-Studie (Befragung zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen als Modul des Kinder- und Jugendgesundheits surveys KiGGS des Robert Koch-Instituts) leiden ca. 17 % der Jugendlichen zwischen 13 und 17 Jahren an mindestens einer psychischen Störung. Häufig sind Komorbiditäten (Vorliegen mehrerer psychischer Störungen). Dauerhafte psychische Störungen gehen mit einer erheblich verminderten Lebensqualität sowie psychosozialen Konflikten und Konsequenzen wie schlechte schulische Leistungen, Schulabbruch, beeinträchtigte Beziehungen zu Familie und Freunden, erhöhter Substanzmissbrauch und Delinquenz einher.

Die häufigsten psychischen Erkrankungen im Jugendalter sind Depressionen, Angststörungen und externalisierende Störungen (ADHS, Störung des Sozialverhaltens), bei Mädchen auch Essstörungen.

Betrachtet man das im Film gezeigte Erleben und Verhalten von Marc, kann man deutliche Symptome einer depressiven Erkrankung sowie einer externalisierenden Störung erkennen. Das fortgesetzte Rauchen legt auch einen weiteren Substanzmissbrauch (Alkohol, Drogen) nahe.

DEPRESSION UND SUIZIDALITÄT

Depression: Die bundesweite BELLA-Studie zeigt eine Prävalenz von Depressionen zwischen 7 und 17 Jahren von 5,4 %. Man geht davon aus, dass jeder 10. Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr mindestens eine depressive Episode erlebt hat. Die letzten Daten der Befragung stammen allerdings aus dem Jahr 2012. Weitere Studien belegen einen starken Anstieg von Depressionen bei Kindern und Jugendlichen in den letzten Jahren. Insbesondere während der Corona-Epidemie ließ sich in direkter Abhängigkeit von Schulschließungen ein Anstieg depressiver Symptome um 75 % nachweisen.

Die Entstehung depressiver Störungen wird als Zusammenspiel neurobiologischer, genetischer, sozialer und psychologischer Faktoren betrachtet. Familiäre Häufungen sind nachweisbar, sie beinhalten sowohl genetische als auch psychologische Komponenten.

Die Interaktion zwischen Kindern und depressiv erkrankten Eltern kann von frühester Kindheit nachhaltig beeinträchtigt sein und zur Entwicklung einer basalen Verunsicherung, Selbstwertproblemen und depressiven Symptomen führen.

Risikofaktoren für die Entwicklung einer Depression sind u.a. abweichendes elterliches Verhalten (durch Krankheit, Sucht, Impulsivität, Aggressivität, Vernachlässigung...), Misshandlung/Missbrauch, niedriger sozioökonomischer Status, negatives Selbstbild, Konflikte in der Peer Group, Temperaments- und Persönlichkeitsfaktoren, chronische Erkrankungen und Behinderungen.

Schutzfaktoren sind ein positives Familienklima, unterstützende soziale Beziehungen und Erleben von Selbstwirksamkeit.

Symptome: depressive/gedrückte Stimmung, Interessenverlust und Freudlosigkeit, Antriebslosigkeit, erhöhte Ermüdbarkeit, außerdem verminderte Konzentration und Auffassung, Entscheidungsschwäche, geringes Selbstwertgefühl, pessimistische Zukunftserwartung, negatives Denken über Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, sozialer Rückzug, Lebensüberdruß, suizidale Gedanken, Schlafstörungen, Appetitstörungen, diffuse Körpersymptome u. a. Insbesondere bei Kindern und Jugendlichen sieht man je nach Entwicklungsalter auch Symptome wie Gereiztheit, oppositionelles Verhalten, Anspannung, Verweigerung, läppischer Affekt und starke Stimmungsschwankungen. Nach amerikanischen Untersuchungen verüben ca. 30 % aller depressiv erkrankten Kinder und Jugendlichen mindestens einen Suizidversuch. Dass die Prävalenzraten für Mädchen/Frauen etwa doppelt so hoch sind als für Jungen/Männer, liegt vermutlich am niedrigeren Hilfesuchverhalten der Männer („keine Schwäche zeigen“) sowie an einer inzwischen identifizierten „männlichen“ Form von Depression, die selten als Depression erkannt wird. Hier wird weniger die eigentliche Symptomatik beschrieben als ein durch männliche Sozialisation bedingter Bewältigungsstil, der sich insbesondere durch Wut/Reizbarkeit, verminderte Impulskontrolle, physische Gewalt, Alkohol- und Drogenmissbrauch sowie erhöhte Risikobereitschaft auszeichnet.

Suizidalität umfasst den gesamten Bereich Suizidgedanken, Suizidankündigungen, Suizidpläne und Suizidversuche. Suizid ist die zweithäufigste Todesursache bei Jugendlichen, vollendete Suizide sind bei Jungen 3-mal häufiger als bei Mädchen.

Ein erhöhtes Basis-Suizidrisiko besteht bei vorausgegangenen suizidalen Handlungen, Suiziden in der Familie, erhöhter Impulsivität, schlechter Aggressionskontrolle, psychischer Erkrankung und bei belastenden Lebensumständen.

Risikofaktoren: Selbstverletzung, aggressives/impulsives Verhalten, Traumatisierungen, akute Stressoren, Zugang zu Waffen oder anderen Suizidmitteln, komorbide Störungen (ADHS, Substanzmissbrauch, Störung des Sozialverhaltens).

Anzeichen für ein erhöhtes Suizidrisiko sind: Äußerung von Ruhe- und Todeswünschen, Äußern konkreter Pläne, nicht aufhellbare Hoffnungslosigkeit, subjektiv aussichtslose Situation, besondere Gelegenheiten und Rahmenbedingungen (z. B. Jahrestage).

Die Auswahl der Suizidmethode wird stark von der Verfügbarkeit beeinflusst. Gerade bei Kindern und Jugendlichen kann aus der Methode nicht unbedingt auf die „Ernsthaftigkeit“ der Suizidabsicht geschlossen werden. Hinweise auf Suizidalität sollten immer ernst genommen und eine Behandlung eingeleitet werden.

ADHS

Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung ist häufig (5-7 % der Kinder und Jugendlichen, 4-5 % der Erwachsenen), hat einen hohen Anteil genetischer Disposition, beginnt in der Kindheit und ist durch die typische Symptomtrias **Aufmerksamkeitsstörung** (Ablenkbarkeit, Unkonzentriertheit, Vergesslichkeit, Verträumtheit), **motorische Hyperaktivität** (Unruhe, Ungeduld) und **Impulsivität** (kein planvolles Vorgehen, Risikoverhalten, Verletzung sozialer Regeln) gekennzeichnet.

Mit zunehmendem Alter lässt die motorische Hyperaktivität nach, Langeweile und innere Anspannung entstehen jedoch rasch, wenn die äußeren Stimuli nicht „attraktiv“ genug sind. Ruhe wird schlecht ausgehalten, die Affektregulation ist beeinträchtigt, mit überschießender emotionaler Reaktion auf alltägliche Stressoren, Wutausbrüchen und Stimmungsschwankungen.

Betroffene erleben im Laufe ihres Lebens häufig zahlreiche psychosoziale Schwierigkeiten (Arbeitsplatzverluste, Partnerschaftskonflikte, frühe Elternschaft, vermehrte Unfälle, Substanzmissbrauch ...) ohne dass die Kernsymptomatik noch offensichtlich im Vordergrund steht.

Die ADHS wird als dimensionales Geschehen verstanden, starke Ausprägungen verursachen einen hohen Leidensdruck bei Betroffenen und Angehörigen und sollten diagnostiziert und behandelt werden. Häufig ist Psychoedukation und Erlernen von Bewältigungsstrategien ausreichend, bei sehr schweren Formen sind Medikamente gut wirksam.

BEHANDLUNG UND PRÄVENTION PSYCHISCHER ERKRANKUNGEN BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN

Grundsätzlich gibt es in Deutschland ein gutes Netz an fachspezifischen Einrichtungen und gut ausgebildeten Fachleuten (Kinderärzte, Kinder- und Jugendpsychiater und -psychotherapeuten, stationäre und teilstationäre klinische Angebote, Beratungsstellen, SchulpsychologInnen, Sozial- und SonderpädagogInnen, ErgotherapeutInnen u. a.). In der Praxis ist die Versorgungslage allerdings nicht ausreichend, da der Bedarf wesentlich höher ist als das Angebot und kurzfristig kaum Termine zu bekommen sind.

Ebenso gibt es zahlreiche Präventionsprogramme, die in Kindertagesstätten oder Schulen implementiert werden könnten, was durch unklare Zuständigkeit und Finanzierung jedoch weitgehend verhindert wird.

QUELLEN UND LINKS (AUSWAHL; STAND: 03.02.25)

Zum Film

<https://testkammer.com/2023/11/06/invincible-2022/>

<https://testkammer.com/2023/11/06/sieben-fragen-an-vincent-rene-lortie/>

<https://www.h264distribution.com/en/films/distribution/invincible/>

<https://www.vincentrenelortie.com>

Zu den Themen des Films

1. Depressive Erkrankungen des Kindes- und Jugendalters in PSYCH up2date 2020; 14(2): 131-145
2. Depressive Störungen bei Jugendlichen in PSYCH up2date 2014; 8(01): 49-64
3. https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Gesundheit/Berichte/Abschlussbericht_BellaPlus_2014-11-26.pdf
4. <https://www.bib.bund.de/DE/Presse/Mitteilungen/2023/2023-02-01-Schulschliessungen-beeinflussten-Anstieg-von-Depressionen-bei-Kindern-und-Jugendlichen.html>

5. Walther A et al. Männliche Formen der Depression und deren Behandlung in PID 2020; 21: 40-45
6. S2k Leitlinie: Suizidalität im Kindes- und Jugendalter (Stand 2016)
<https://register.awmf.org>
7. S3 Leitlinie: ADHS bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen (Stand 2017)
<https://register.awmf.org>
8. Payk T., Brüne, M. Aufmerksamkeits-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) in Checkliste Psychiatrie und Psychotherapie, Stuttgart: Thieme; 2021
9. Prävention psychischer Störungen im Kindes- und Jugendalter in PSYCH up2date 2024; 18(6): 509-526

WEITERE FILME ZU COMING OF AGE UND SUIZID BEIM KFW (AUSWAHL; STAND: 03.02.2025)

COMING OF AGE:

AUF DEN PUNKT

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/LM_Auf_den_Punkt.pdf

BANDE DE FILLES - MÄDCHENBANDE

<https://lizenzshop.filmwerk.de/shop/detail.cfm?id=3493>

EIN FETTER SOMMER

https://www.visionkino.de/fileadmin/user_upload/filmtipps/pdfs/FilmTipp_Measure_of_A_Man_-_Ein_fetter_Sommer.pdf

MEIN ETWAS ANDERER FLORIDA SOMMER

<https://lizenzshop.filmwerk.de/shop/detail.cfm?id=3097>

SCHWARM

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/AH_Schwarm_A4.pdf

THE GROUND BENEATH – KONFLIKTE LÖSEN

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/AH_The_Ground_Beneath_A4_neu.pdf

UM DIE ECKE

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/LM_Um_die_Ecke_A4.pdf

SUIZID:

ALLES IST GUTGEGANGEN

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/LM_Alles_ist_gutgegangen_A4.pdf

CLOSE

<https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/close-bpp.pdf>

COCONUT HERO

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/Coconut_Hero_Film_Tipp.pdf

ELAHA

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/ELAHA_Presseheft.pdf

GLÜCK IM UNGLÜCK

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/LM_Glueck_im_Unglueck_A4.pdf

GOTT VON FERDINAND VON SCHIRACH

https://materialserver.filmwerk.de/arbeitshilfen/LM_Gott_A4.pdf

ÜBERBLICK MATERIALIEN

Die folgenden Arbeitsblätter greifen verschiedene Themen des Films auf. Sie erlauben eine didaktisch sinnvolle Auswahl und sind als Anregung zu verstehen:

(S = Schüler, L = Lehrer)

M01_S	Filmeinsatz und Filmgespräch
M02_S	Filmische Mittel – Wirkung
M02_L	Filmische Mittel – Wirkung
M03_S	Die Hauptfigur – Steckbrief
M04_S	Die Hauptfigur – Gedicht
M04_L	Die Hauptfigur – Gedicht
M05_S	Hilfsangebote



Filmgespräch im Partnergespräch oder im Plenum:

Tauscht Eindrücke, Beobachtungen und Überlegungen zu dem Film aus.

- Was hat dir gefallen?
- Was hast du gesehen, gehört, gefühlt?
- Was hat dich gestört?
- Was ist dir aufgefallen?

Unbesiegbar – Worauf bezieht sich der Filmtitel?

Könnte er ein Schlüssel für den Film oder für die Persönlichkeit von Marc sein?

Analysiere:

Der Film beginnt mit dem Ende.

Was bewirkt diese Erzählweise?

Welches Thema wird damit im Film von größter Bedeutsamkeit?

Was fällt dir bei den Kameraeinstellungen auf?

Welche Funktion erkennst du darin?

Die visuelle und akustische Ebene des Films trägt viel zur Interpretation und zur Annäherung an die Welt von Marc bei.

Welche Szenen kommen dir dabei in den Sinn?

Gibt es Bilder, Motive oder Symbole, die dir auffallen und wofür könnten sie stehen?

Analysiere:

Der Film beginnt mit dem Ende. Was bewirkt diese Erzählweise? Welches Thema wird damit im Film von größter Bedeutsamkeit?

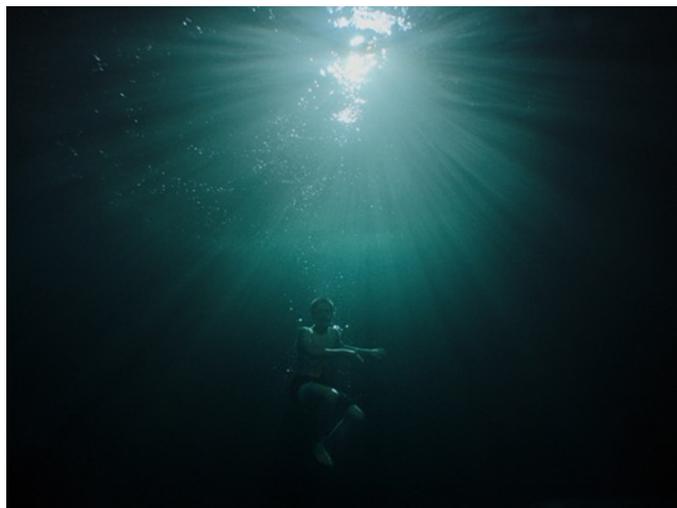
Damit rücken weniger die Dramaturgie und lineare Handlung in den Vordergrund, vielmehr liegt der Schwerpunkt des Filmes darauf, die differenzierten Gefühle und das Verhalten von Marc nachzuzeichnen und ihm damit im Verständnis näherzukommen.

Was fällt dir bei den Kameraeinstellungen auf? Welche Funktion erkennst du darin?

- Ruhige Kamera = sachliches Erzählen, lässt Zeit zum Nachdenken und Nachspüren
- Viele Nahaufnahmen der Gesichter = die Gestik, Mimik verrät viel über das Befinden und die Gefühle der Personen

Die visuelle und akustische Ebene des Films trägt viel zur Interpretation und zur Annäherung an die Welt von Marc bei. Welche Szenen kommen dir dabei in den Sinn? Gibt es Bilder, Motive oder Symbole, die dir auffallen und wofür könnten sie stehen?

- Die Welt der Natur und die Welt des Familiären: warme Farben, gelb, gold, rotbraun und sattes Blau. Das Blau des Wassers erscheint klar und rein, blau als Farbe der Unendlichkeit, Freiheit, Grenzenlosigkeit, Reinheit. Übrigens trägt Marc in der Schule ein blaues T-Shirt mit der Aufschrift „Showdown Fightwear“.



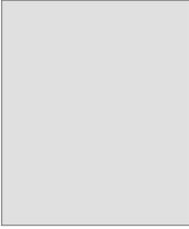


- Das Rot der Flamme: Feuer als Symbol von Stärke („Invincible“ beim Berühren der Flamme) und Gefährlichkeit.



- Die Welt der Strafanstalt: Dunkel, halbdunkel, kühle, schmutzige Farben, grün, bläulich.
- Auf der akustischen Ebene: Metallische Geräusche von Schlüsseln, Türen, Technik, hallende Schritte, Stimmengemurmel

Sammele in Form eines „Steckbriefes“ sämtliche Informationen, die der Film über Marc beinhaltet. Was weißt du über ihn und sein Verhalten?

Name: 

Gruppenarbeit: Versetze dich in die Lage von Marc und schreibe, wie es dir in der jeweiligen Situation geht, was du darüber denkst und wie du dich fühlst.

- Die Situation daheim in der Familie
- Deine Rückkehr in die Anstalt
- Dein Erleben und deine Gedanken im Schwimmbecken
- Die Situation im Auto

(Wie) hätte Marc seine Lage besser, konstruktiver gestalten können? Welche konkreten Möglichkeiten könnte er nutzen? Welche Optionen für sein Handeln siehst du?

Wie würdest du den Menschen beschreiben/charakterisieren, der sich auf diese Weise in einem Gedicht darstellt? Welche Themen kommen dir in den Sinn?

*Man sagt, hinter meinen geschlossenen Lidern
verstecken sich die Träume der freudlosen Morgen.
Zum Klang dieser Worte, die in meinen Adern brennen,
wächst in mir eine Kraft, die sich zu entfesseln sucht.
Ich schreie hinein in eine Welt, die mich nicht hört.
In der die Stille zur Hölle wird.
Da ist die Welt meiner Träume und die, in der ich lebe.
Die Illusion in den Wellen einer immensen Freiheit.
Also schwimme ich unablässig gegen den Strom
in diesen schwarzen Wassern, unendlich und kühl.
Und zieht man mich mit Gewalt an den Strand,
hindert mich nichts und niemand daran, wieder einzutauchen.*

Marc ist ein sensibler, feinfühligere Junge, hat aber auch asoziale und empathielose Seiten.

Nenne Beispiele!

Wie würdest du den Menschen beschreiben/charakterisieren, der sich auf diese Weise in einem Gedicht darstellt? Welche Themen kommen dir in den Sinn?

*Man sagt, hinter meinen geschlossenen Lidern
verstecken sich die Träume der freudlosen Morgen.
Zum Klang dieser Worte, die in meinen Adern brennen,
wächst in mir eine Kraft, die sich zu entfesseln sucht.
Ich schreie hinein in eine Welt, die mich nicht hört.
In der die Stille zur Hölle wird.
Da ist die Welt meiner Träume und die, in der ich lebe.
Die Illusion in den Wellen einer immensen Freiheit.
Also schwimme ich unablässig gegen den Strom
in diesen schwarzen Wassern, unendlich und kühl.
Und zieht man mich mit Gewalt an den Strand,
hindert mich nichts und niemand daran, wieder einzutauchen.*

- Traum und Realität
- Innere Zerrissenheit
- Einsamkeit und das Schweigen der Welt
- Hoffnung auf Befreiung
- Kraft, Energie und Verpuffen derselben
- Der Strand (die begrenzte Welt) und das Meer (die Freiheit)

Marc ist ein sensibler, feinfühligere Junge, hat aber auch asoziale und empathielose Seiten.

Nenne Beispiele!

- Das enge Vertrauensverhältnis zu seiner Schwester
- Er befreit die Biene aus seiner Zelle
- Er hilft dem kleinen Jungen beim Tomatenbinden
- Das Gedicht zeugt von großer Sensibilität und kreativer Ausdrucksmöglichkeit
- Marc antwortet/spricht nicht mit Luc, seinem Betreuer
- Nach dem Wochenende interessiert er sich nicht für seinen Kumpel Shakib
- Marc will/kann sich niemandem anvertrauen, spricht nicht über sich und seine Gefühle

Recherchiere Anlaufstellen für Kinder und Jugendliche in psychischen und emotionalen Ausnahmesituationen und weitere relevante Hilfsangebote.

Recherchiere Anlaufstellen für Kinder und Jugendliche in psychischen und emotionalen Ausnahmesituationen und weitere relevante Hilfsangebote.

Zum Beispiel

- <https://www.telefonseelsorge.de/>
- <https://familienportal.de/familienportal/lebenslagen/krise-und-konflikt/hilfe-kinder-jugendliche-notlagen>:

Nummer gegen Kummer: Kinder- und Jugendtelefon

Das [Kinder- und Jugendtelefon](#) der Nummer gegen Kummer ist anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz erreichbar: [116 111](#)

- montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr sowie
- über Mail oder
- über Chat.

Die Beraterinnen und Berater helfen bei allen Problemen, wie zu Beispiel: Stress mit Eltern, Freunden oder Mitschülern, Mobbing oder Abzocke im Internet oder in der Schule, Angst, Missbrauch, Essstörungen, Depression oder Sucht.

Ein Anruf bei der „Nummer gegen Kummer“ ist anonym und wird vertraulich behandelt. Das bedeutet auch, dass das Gespräch nicht auf der Telefonrechnung erscheint.

Jugendberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (bke)

Die [bke-Jugendberatung](#) hilft bei kleinen und großen Sorgen, zum Beispiel bei Streit und Ärger mit den Eltern, mit Freunden, in der Schule oder bei Liebeskummer. Bei der bke-Jugendberatung können sich Jugendliche mit erfahrenen Beraterinnen und Beratern oder anderen Jugendlichen austauschen. Die bke-Jugendberatung ist anonym, kostenfrei und datensicher.

Der Austausch ist möglich:

- per Mail
- per Einzelchat
- in Gruppenchats
- in verschiedenen Themen-Foren

Beratung für Kinder und Jugendliche: JugendNotmail

Kinder und Jugendliche in einer Krise können bei [JugendNotmail](#) eine vertrauliche, kostenlose und professionelle Online-Beratung bekommen. Die Beraterinnen und Berater aus den Bereichen Psychologie und Sozialpädagogik bieten Hilfe bei Themen wie Depression, Selbstverletzung, Suizidgedanken, Gewalt, Mobbing, Missbrauch, familiäre Probleme oder Essstörungen.

Die Beratung ist möglich:

- per E-Mail
- im Gruppenchat oder
- in offenen Foren.

Das Online-Beratungsangebot der JugendNotmail steht außerdem als App „Junoma“ zum kostenfreien Download in den gängigen App-Stores bereit.

Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch für Kinder und Jugendliche

Beim [Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch](#) finden Kinder und Jugendliche Hilfe: kostenfrei, vertraulich und anonym. Das Team aus psychologisch und pädagogisch ausgebildeten Fachkräften berät zu Themen wie Miese Anmache, Mobbing in der Schule, sexueller Missbrauch, Cybermobbing, ungewollte Zusendung von Pornos, Sexting oder andere sexuelle Übergriffe. Die Beratung ist möglich:

- per Telefon: [0800 22 55 530](tel:08002255530) montags, mittwochs und freitags von 9 bis 14 Uhr sowie dienstags und donnerstags von 15 bis 20 Uhr oder
- per [Online-Beratung](#) über Mail oder Chat.

Pausentaste: für Kinder und Jugendliche, die sich um ihre Familie kümmern

Das Projekt [Pausentaste](#) unterstützt junge Pflegende mit gezielter Beratung und Information. Unter der Nummer [116 111](tel:116111) erreichen ratsuchende Kinder und Jugendliche die Hotline von Montag bis Samstag jeweils von 14 bis 20 Uhr. Das Beratungsangebot ist kostenlos und auf Wunsch auch anonym. Auch Chat-Beratung ist möglich.

Hilfe für junge Menschen auf der Straße: [Sofahopper.de](#)

Auf [Sofahopper.de](#) finden junge Menschen Hilfe, die wohnungslos sind oder Gefahr laufen, ihre Bleibe zu verlieren. Per Chat oder per Mail gibt es Beratung bei familiären oder schulischen Sorgen, beim Umgang mit Behörden, Schulden oder gesundheitlichen Problemen. Die Beraterinnen und Berater können auch juristische Hilfe geben, unterstützen, wenn kurzfristig ein Personalausweis benötigt wird oder eine Postadresse für Briefe vom Amt. Das Angebot ist für Minderjährige und junge Volljährige bis zum 27. Geburtstag.

Beratung von jungen Menschen mit Migrationshintergrund: [jmd4you](#)

Auf [jmd4you](#) finden jungen Menschen mit Migrationshintergrund Hilfe und Beratung in verschiedenen Sprachen. Bei dem Angebot der Jugendmigrationsdienste stehen JMD-Beraterinnen und JMD-Berater für Online-Fragen zur Verfügung. Das Angebot ist kostenfrei und anonym. Zudem gibt es ein Forum zum Austausch.

Hilfe bei Stress im Netz: [JUUPORT.de](#)

[JUUPORT.de](#) ist eine bundesweite Online-Beratungsplattform für junge Menschen, die Probleme im Netz haben. Ehrenamtlich aktive Jugendliche und junge Erwachsene helfen bei Online-Problemen wie Cybermobbing, Stress in sozialen Medien, Online-Abzocke und Datenklau. Die Beratung per Kontaktformular oder WhatsApp von Montag bis Freitag von 18 bis 20 Uhr ist vertraulich und kostenlos.

Mailberatung für junge Menschen in Suizidgefahr

Eine vertrauliche und kostenlose Beratung für Menschen, für Jugendliche und junge Erwachsene unter 25 Jahren in Lebenskrisen und Gedanken an Suizid bietet [U25](#). Die Beratung erfolgt ausschließlich anonym per Mail und ist erreichbar unter www.u25-deutschland.de.

Krisenchat

[Krisenchat.de](#) bietet kostenfreie und vertrauliche Beratung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene unter 25 Jahren über Chat an. Das Angebot ist jeden Tag rund um die Uhr über WhatsApp und SMS, ohne Anmeldung und Registrierung, erreichbar. Bei allen Ängsten, Problemen und Sorgen können Betroffene hier Hilfe finden. Der Krisenchat berät auch auf [Ukrainisch](#) und [Russisch](#).



Katholisches Filmwerk GmbH

Ludwigstr. 33
60327 Frankfurt a.M.

TELEFON: +49-(0) 69-97 1436-0

E-MAIL: info@filmwerk.de

INTERNET: www.filmwerk.de



facebook.com/Katholisches.Filmwerk