



## **Informationen zur Krisenintervention und –vorbeugung für Beratungslehrkräfte**

zusammengestellt von Dieter Glatzer (psych. Schulberater)

<b>Thema</b>	<b>Seite</b>
Besonders belastende Situationen	3
Symptomatik	4
Informationen zum Thema Traumatisierung	5
Ziele einer Krisenintervention	7
Tätigkeiten der Schulpsychologen	8
Debriefing Ablauf	9
Kreise der Betroffenheit	10
Struktur eines Gesprächs mit traumatisierten Personen	11
Schulisches Krisenmanagement durch die Schulleitung	13
Verhalten in Notfällen und akuten Krisensituationen	15
Basisregeln für psychische Erste Hilfe	16
Information und Kommunikation	17
Umgang mit Kindern und Jugendlichen bei Notfällen	18
Umgang mit Schuldgefühlen	19
Intervention in Klassen	20
Die zwölf Warnzeichen für Suizidgefahr	21
Mögliche Gefährdungsfaktoren (Suizid)	22
Hilfsangebote bei Suizidgefahr	23
Erforderliche Kompetenzen in Krisenteams	24
Die zehn wichtigsten Ergebnisse der SSI-Studie	25
Zentrale Fragen einer Bedrohungsanalyse	26
Klima der Sicherheit und Verbundenheit	27
Merkmale einer sicheren Schule	28
Warnsignale	29
Literaturliste	30

# Besonders belastende Situationen

## Akute Traumata durch:

- Verlust von Angehörigen (Eltern, Geschwister), Freunden und Freundinnen Mitschülern/Mitschülerinnen, Lehrer/innen (Unfälle, Suizid)
- Schwere Gewaltdelikte (Geiselnahme, Mord, Amoklauf)
- "Gerade noch dem Tod entronnen"
- Große Anzahl von Verunglückten

## Potentiell traumatische Ereignisse sind z.B.:

- Ereignisse und Erlebnisse, die weit außerhalb der gewöhnlichen menschlichen Erfahrungen liegen und für jede Person stark belastend sind
- Erleben von schweren Verkehrsunfällen und Anwesenheit als Zeuge/Zeugin
- Schwere körperliche Erkrankung
- Plötzliche Zerstörung oder unerwarteter Verlust des Zuhauses oder der Lebensgemeinschaft
- Erleben von Verbrechen mit tatsächlicher oder angenommener Gefahr für das eigene Leben oder die eigene körperliche Integrität (Unversehrtheit)
- Erleben von extremen Formen von Gewalt innerhalb eines Bezugsrahmens, in dem Schutz, Betreuung und Geborgenheit erwartet werden (z.B. sexueller Missbrauch, erfahrene Misshandlung)

## Situative Krisen:

- Suizidandrohung
- Andere, nicht bewältigbar erscheinende Situationen (Vergewaltigung, lebensgefährliche Erkrankung, pubertäre Krisen)
- Nicht bewältigbar erscheinende Situationen wie drohender Schulabbruch oder Schulausschluss, Probleme in der Familie, Überforderung in der Schule, Überbewertung von schlechten Schulnoten, generelles Scheitern, Liebeskummer

# Symptomatik

nach Brigitte Riemer

## woran leiden Betroffene?

- Hilflosigkeit
- Gefühl des Ausgeliefertseins
- Verlust der Sicherheit
- Zusammenbruch des Glaubens
- Kontrollverlust

## akute Belastungsreaktionen:

- Dauer: Stunden bis Tage
- sind normal!
- haben Schutzwirkungen für die Psyche
- erhöhte Erregbarkeit und Angst
- Schlafstörungen
- Appetitverlust
- Flashback
- sich wie betäubt fühlen

## normale Notfallreaktionen:

- körperlich: Zittern, Schwitzen, Übelkeit, bleierne Schwere
- psychisch: Anspannung, Verwirrtheit, Unruhe
- emotional: Angst, Depression, Schuldgefühle, Aggression, Wut, Schamgefühle, Trauer
- Gedanken und Bilder kreisen um das Geschehen, Opfer, Körper

## Informationen zum Thema Traumatisierung

Bei Personen, die Zeuge eines schrecklichen Ereignisses waren oder selbst als Opfer davon betroffen waren ist der Organismus vorübergehend aus der Balance geworfen worden. Dies drückt sich darin aus, dass die betroffenen Personen bei sich selbst ungewohnte Wahrnehmungen und Empfindungen bemerken, die sie verwirren oder ängstigen. Diese Reaktionen des Organismus sind jedoch als eine Maßnahme des Selbstschutzes und der Selbstheilung zu verstehen. In den allermeisten Fällen bilden sich diese Reaktionen von selbst zurück.

### Wichtiger Grundsatz:

Die ungewohnten und auch ungewollten körperlichen, seelischen und gedanklichen Empfindungen sind eine **normale Reaktion** des Organismus auf eine unnormale äußere Situation.

### Typische Stress-/ Panik-/Krisen-Reaktionen von

#### Erwachsenen (Schwerpunkte)

**Gefühle:** Traurigkeit, Ärger, Schuld, Vorwürfe, Angst, Verlassenheit, Müdigkeit, Hilflosigkeit, Schock, Jammern, Emanzipation, Erleichterung, Taubheit, Leere, Hoffnungslosigkeit, Deprivation, Demütigung

**Kognition:** Ungläubigkeit, Verwirrung, Vorurteile, Konzentration, Halluzinationen

**Physisch:** Übelkeit, Enge in Kehle und Brust, Übersensibilität bei Lärm, Depersonalisation, Atemlosigkeit, Muskelschwäche, Mangel an Energie, trockener Mund

**Verhalten:** Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Geistesabwesenheit, sozialer Rückzug, Träume über das Ereignis, Vermeidung von Nähe zu Tatort oder ähnlichen Situationen, Seufzen, Aktivismus, Weinen, Hüten von „Schätzen“

#### Alter 1 – 5

Daumenlutschen, Bettnässen, Dunkelangst, Angst vor Tieren, Klammern, Nachtangst, Verlust der Darm- und/oder Blasenkontrolle, Verstopfung, Stottern/Stammeln, Appetitlosigkeit oder Heißhunger

#### Alter 5 – 11

Irritiert sein, Jammern, Klammern, Aggressivität, Geschwisterrivalität, Alpträume, Dunkelangst, Schulangst, sozialer Rückzug von Gleichaltrigen, Interesselosigkeit, Konzentrationsmangel

#### Alter 11 – 14

Schlafstörungen, Essstörungen, Rebellion daheim, Mangel an Interesse an Aktivitäten Gleichaltriger, Schulprobleme (z.B. Schlägern, Rückzug, Interesselosigkeit, Mittelpunktsstreben), physische Probleme (z.B. Kopfweg, undefinierbare Schmerzen, Hautprobleme, Verdauungsprobleme, sonstige psychosomatische Beschwerden)

#### Alter 14 – 18

Psychosomatische Beschwerden, Störungen des Appetits und des Schlafes, hypochondrische Reaktionen, Durchfall, Verstopfung, Störungen der Menstruation, Steigerung oder Senkung des Energielevels, Interesselosigkeit am anderen Geschlecht, Abnahme von Durchsetzungskämpfen mit Eltern, Konzentrationsmangel

### Die häufigsten Krisenreaktionen von Kindern nach Mordfällen sind:

Sorge, dass Ermordete litten, Horror vor Nacherleben von Ermordungsszenen in der Phantasie, ständiges Bedürfnis die Geschichte wieder und wieder zu erzählen oder nachzuspielen, Wunsch nach Rache, Sehnsucht, dem Toten zu folgen, Zweifel am Glauben an einen guten Gott, Wunsch, das eigene Begräbnis zu planen (Achtung: ein deutliches Warnsignal für suizidale Tendenzen), Todesangst, Angst, Bezugspersonen zu verlieren, Furcht alleingelassen zu werden, Schulphobie, Alpträume, Regression, Konzentrationsmangel, Aggressivität.

**Kennzeichen des Post-Traumatic-Stress-Disorder (PTSD):**

Solche Reaktionen können Wochen, Monate und sogar Jahre später auftauchen.  
Voraussetzung ist, dass die Kinder Zeuge von Situationen wurden, in denen das Leben von Menschen bedroht oder tatsächlich geschädigt wurde und sie deutliche Panikreaktionen zeigten.  
PTSD-Symptome sind:  
Erneutes Erleben des Traumas im Spiel, im Traum oder in Flashbacks  
Vermeidung von Erinnerungen an das Trauma  
Erhöhte Erregungssymptome  
Besondere PTSD-Gefahr besteht dann, wenn  
Mit dem Stress der Auslösesituation ineffektiv umgegangen wurde  
Ungenügende soziale Unterstützung vorhanden war  
Andere Stresssituationen folgten

**Hinweise für die Überweisung an Traumatherapeuten und sonstiges Fachpersonal sind**

Ein Kind, das eine traumatisierende Situation erlebte, die bei fast jedem PTSD auslösen würde  
PTSD-Verhalten, welches das Kind oder andere schädigt  
Suizidgefahr, ständiges Sprechen über den Tod  
Realitätsverlust  
Verlust der Alltagsroutine und altersgemäßer Aktivitäten  
Kinder depressiver Eltern  
Solche Symptome können auch später auftreten und eine Überweisung nahe legen.

**Tipps zum Umgang mit Panikreaktionen:** Alle beschriebenen Merkmale können sich bei förderlichem Umgang mit sich selbst durch Selbstheilung zurück bilden. Weiterhin gibt es erfolgreiche psychotherapeutische Behandlungsmethoden.

**Vorschulalter 1 – 5:**

Gefühlsausdruck durch Spielen ermöglichen  
Verbale Rückversicherung und in den Arm nehmen  
Aufmerksamkeit schenken  
Ermutigung über frühere Verluste zu sprechen oder sie auszuagieren  
Beim Einschlafen dabei sein  
Bei den Eltern schlafen dürfen (kurze Zeit)

**Alter 5 – 11:**

Auf regressives Verhalten mit Geduld und Toleranz reagieren  
Spiel mit Gleichaltrigen und Erwachsenen anleiten  
Erwartungen an Schulleistungen reduzieren  
Gelegenheit geben, Alltagspflichten daheim und in der Schule zu übernehmen  
Sicherheitsmaßnahmen für den Fall zukünftiger Krisen üben

**Alter 11- 14:**

Gruppenaktivitäten vorsehen, die das Ziel haben, in die Alltagsroutine zurück zu kehren  
Gelegenheiten bieten, bei denen Gleichaltrige etwas unternehmen können  
Gruppengespräche führen, die von der Krise entlasten und angemessenes Verhalten für zukünftige Fälle vorbereiten  
Strukturierte aber nicht überfordernde Verantwortlichkeiten übertragen  
Zeitlich begrenzt Erwartungen bezüglich Leistungen zu Hause und in der Schule senken

**Alter 14 – 18:**

Ermutigen für:  
Beteiligung an Aufräum- und Wiederherstellungsarbeiten in der Schule und Gemeinde  
Wiederaufnahme sozialer Aktivitäten  
Diskussion des Krisenereignisses und Reaktionen darauf mit Gleichaltrigen, Familien

## **Ziele einer Krisenintervention**

nach Brigitte Riemer

- autonomes Funktionieren wieder herstellen
- Ermutigung zur Bewältigung
- Reaktionen normalisieren
- Verstehen erleichtern
- sicheren Rahmen geben
- Überforderung reduzieren

## **Tätigkeiten der (Schul-)psychologen:**

- Unterstützung der Lehrer der betroffenen Klassen bei der Aufarbeitung
  
- Gruppengespräche mit traumatisierten Schülerinnen und Schülern (NOVA-Modell)
  
- Einzelgespräche mit traumatisierten Schülern, Lehrern und Eltern (Debriefing)
  
- Informationen über Verarbeitung von Krisen in Klassen, GLK und für Eltern
  
- Absprachen mit der Schulleitung zur Erhöhung der subjektiven Sicherheit und zu pädagogischen Fragen: z.B. Klassenarbeiten, Strafen

# Debriefing Ablauf

## 1. Regeln:

vertraulich  
kein Alkohol  
keiner geht ohne  
Begleitung raus

## 2. Informationen:

Ablauf des Geschehens  
grafisch und  
chronologisch  
was habe ich getan?

## 3. Gedanken:

was ging mir durch den  
Kopf?

## 4. Gefühle:

Was habe ich empfunden?  
was genau war für mich so schlimm?

## 7. Wiedereintritt:

Wie geht der Alltag weiter?  
Wer darf mich ansprechen?

## 6. Rituale:

Wie setzen wir einen  
Abschluss?  
Was kann ich lernen?

## 5. Erklärungen:

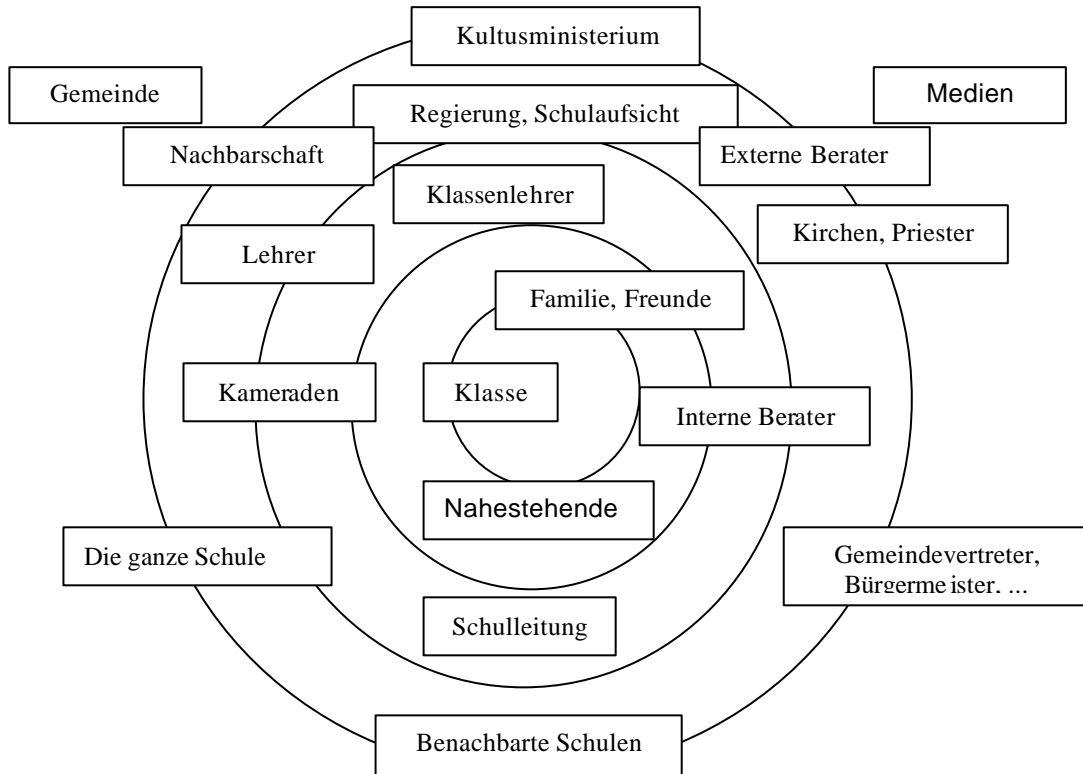
wie reagieren Menschen  
in Krisen?  
ich habe mich normal  
verhalten!  
wie helfe ich mir jetzt?  
Was tue ich für mich?

Beginn erst 2-3 Tage nach dem Trauma, professionelle Helfer für 1 Woche erreichbar! Nachkontrolle nach 4-6 Wochen!

**Kreise der Betroffenheit / Kreise der Unterstützung**  
(Community Stress Prevention Centre, 1999)

Verletzte / Betroffene

Helfer / Unterstützer



# Struktur eines Gesprächs mit traumatisierten Personen - Modell von NOVA (National Association for Victims Assistance) -

## 1 Schutz und Sicherheit (10 Minuten)

- Ausdruck des Mitgefühls, der Anteilnahme, der Betroffenheit
- Einführung – Rollen der Kriseninterventoren
- Jeder kann alles sagen, was er will, er kann auch den Raum verlassen
- Richtlinien für die Diskussion: Vertrauensschutz (beinhaltet auch die Aufzeichnungen des Schriftführers/der Schriftführerin)
- Vorgehen:  
Dieses Gespräch soll es Ihnen ermöglichen, über Ihre Reaktionen auf das Ereignis zu reflektieren und darüber zu sprechen. Es soll Ihnen helfen, dass Sie sich auf das, was vor Ihnen liegt, vorbereiten können.

Wir werden über Ihre Reaktionen auf die Schießerei/auf das Ereignis sprechen, über die Reaktionen von nahestehenden Personen und darüber, was Sie sich für die Zukunft wünschen würden. Es geht dabei nicht um Kritik oder Verurteilung des Geschehenen, sondern es ist ein Rückblick auf das Geschehen und darauf, was es in Ihnen ausgelöst hat.

- Warming up
  - Wie war das Leben, das Lernen in der Schule vor der Schießerei/vor dem Ereignis?
  - Wie war Ihr typischer Tagesablauf?
  - Mit welchen Leuten hatten Sie zu tun?

## 2 Besprechung und Validierung - Sinneseindrücke/Wahrnehmungen (35 Minuten)

- Wo waren Sie?
- Mit wem waren Sie zusammen?
- Was sahen/hörten/rochen/schmeckten/fühlten Sie?
- Was taten Sie?
- Wie reagierten Sie damals?

### **3 Besprechung und Validierung – Traumatische Reaktionen (25 Minuten)**

- Was haben Sie seit der Schießerei/seit dem Ereignis erlebt?
- Wie haben sich andere Ihnen gegenüber verhalten? War dies hilfreich oder eher schmerzlich?
- Wie haben Sie sich in dieser Woche seit der Schießerei/seit dem Ereignis verhalten?

### **4 Prognose und Vorbereitung (10 Minuten)**

- Was wird Ihrer Meinung nach in den nächsten Wochen geschehen?
- Wie werden Sie darauf reagieren?
- Wie wird Ihrer Meinung nach die Schießerei/das Ereignis Ihre Arbeit/Ihr Leben/Ihre Situation beeinflussen?
- Inwiefern wird dies Ihrer Einschätzung nach die Menschen berühren, die Ihnen nahe stehen?
- Haben Sie irgendwelche Vorstellungen darüber, was möglicherweise als nächstes passieren wird?
- Wie werden Sie mit alledem die nächsten Tage/Wochen/Monate umgehen?
- Haben Sie bereits in der Vergangenheit **Bewältigungsstrategien** benutzt, die Ihnen geholfen haben?

### **5 Abschluss (10 Minuten)**

Zusammenfassung der geäußerten Kommentare der Gesprächsteilnehmer:

- Starke Sinneswahrnehmungen
- Beschreibungen von Schock und Unbegreiflichkeit
- Beschreibung traumatischer Reaktionen
- Sorgen über die Zukunft
- Bewältigungsstrategien

Dank an die Gruppe für die Teilnahme (für die Äußerungen und das Zuhören)

Nochmaliger Ausdruck des Bedauerns, des Mitgefühls, der Betroffenheit.

Hinweise auf Informationen und zusätzliche Serviceeinrichtungen.

Wir bleiben noch kurz, falls jemand von Ihnen noch Fragen oder Sorgen hat, über die er/sie mit uns sprechen möchte.

# **Schulisches Krisenmanagement durch die Schulleitung**

## **Sofortmaßnahmen in der Notfallsituation:**

**Verständigung** der Rettungsdienste, Polizei, Feuerwehr

### **Abklärung:**

- Was ist wo, wie, wann passiert?
- Wer ist betroffen?
- Wie viele Personen sind betroffen?

### **Schulisches Krisenteam einberufen:**

- Festlegung und Koordination der Maßnahmen (Wer koordiniert ? Wer ist zuständig wofür? Wer verständigt wen ?)
- Durchführung von Sofortmaßnahmen
- Konkrete Terminvereinbarungen für weitere Sitzungen des Krisenteams

### **Verständigung von:**

- Schulamt/Oberschulamt (durch Schulleitung)
- Lehrkörper (durch Schulleitung/Krisenteam)
- Eltern (durch Schulleitung oder Klassenlehrer/in) (bei Todesfall durch Polizei)
- Klassen/Schüler/innen/Gruppen (durch Klassenlehrer/in)
- unterstützenden Helfer/inne/n (Schulpsycholog/inn/en,
- Schulärzte/Schulärztinnen, etc.)
- anderen: .....

### **Übermittlung von Erstinformation (abgestimmt auf Zielgruppe):**

- über den Vorfall und den aktuellen Wissensstand
- Grundlegende Sachinformation im Zusammenhang mit dem Geschehen

### **weitere Maßnahmen:**

- Einzelgespräche mit Betroffenen, Eltern, Lehrer/innen, Schüler/innen
- Informationsgespräche/Gruppengespräche mit Klassen
- Zuziehung von externen Fachleuten (Adressen-, Notfallordner)
- Vorbereitung von Initiativen (Besuchsdienste, Gottesdienst/Gedenkveranstaltung, Elternabend)
- Maßnahmen zur Bewältigung und Aufarbeitung des Ereignisses vorbereiten
- Entlastung der schulischen Helfer/innen vorbereiten

### **Mittelfristige Maßnahmen**

- Gemeinsame Besprechung aller direkt betroffenen, in der/den jeweiligen Klasse/n unterrichtenden Lehrer/innen zur Koordination der Maßnahmen/Hilfen im Unterricht oder bei Schulprojekten
- Für Lehrer/innen/Schüler/innen/Klassen: Unterstützung/Betreuung/Beratung/Therapie
- Besuchsdienste durchführen, Gottesdienst/Gedenkveranstaltung
- Durchführen eines Elternabends
- Gespräche in den Klassen und Möglichkeiten der Aufarbeitung anbieten
- Zusammenarbeit mit Expert/innen (wenn notwendig)
- Rückmeldungen und Abschlussgespräch
- Entlastung der schulischen Helfer/innen sichern

### **Längerfristige Maßnahmen:**

- Hilfe für Helfer/innen (Supervision für involvierte Personen, psychologische Nachbesprechungen)
- Abschlussgespräch
- Erstellen eines ausführlichen Protokolls (Schilderung der Situation, Betroffene/Beteiligte, Maßnahmen, Verlauf)
- Initiativen zur Prävention, Schulentwicklungsprojekte (Projekte mit Klassen, Lehrer/innenfortbildungen, Arbeitsgruppen)

# Verhalten in Notfällen und akuten Krisensituationen

## Überblick gewinnen:

- Was ist passiert?
- Wo ist der Ort des Geschehens?
- Wer ist in Gefahr?
- Wer ist verletzt?
- Welche Verletzungen?
- Wie viele Personen sind betroffen?

## Hilfe leisten:

- Ruhe bewahren und einer Panik entgegen wirken
- Betroffene und gefährdete Personen aus dem Gefahrenbereich bringen
- Akutgefahr vermindern- wenn nötig, Erste Hilfe leisten
- sich um Verletzte kümmern bis fachliche Hilfe da ist
- Richtlinien für „Psychische Erste Hilfe“ beachten!

## Helfer organisieren:

Feuerwehr	Tel. 112
Polizei	Tel. 110
Rettungsdienst	Tel.
Kriseninterventionsteam anfordern	Tel.
Schularzt	Tel.
Schulpsychologie	Tel.

## Vorgesetzte Behörden informieren:

Staatliches Schulamt	Tel.
Oberschulamt	Tel.

# Basisregeln für psychische Erste Hilfe

nach Brigitte Riemer

- **sich vorstellen bei Bedarf**
- **sagen, dass sie da sind und etwas geschieht**
- **wegführen aus der belastenden Situation**
- **Betroffene nicht allein lassen**
- **leichten Körperkontakt anbieten: z.B. Schulter, Arm, Hand**
- **Ausdruck von Gefühlen zulassen**
- **Reaktionen normalisieren: „normale Reaktion auf ein nichtnormales Ereignis“**
- **geduldig zuhören:**
  - erzählen lassen
  - Mitleid zeigen
  - Aufmerksamkeit schenken
  - Äußerungen ernst nehmen
  - Verständnis zeigen
  - kein Bewerten der Aussagen nach richtig/falsch
  - keine Ratschläge, Analysen und Deutungen
- **Grundhaltungen der Helfer:**
  - Einfühlsame Anteilnahme
  - Gefühle zulassen und aushalten
  - Ohnmacht aushalten
  - Ruhe ausstrahlen
  - klare Struktur geben
  - innere Distanz wahren

## **Information ist wichtig!**

- erweitert die Perspektive
- ermöglicht Neubewertungen
- kann Schuldgefühle reduzieren helfen
- Information anbieten

## **Kommunikation:**

- Zuhören ist wichtiger als viele Worte
- Körpersprache wahrnehmen
- Blickkontakt
- ruhige, warme Stimme
- kurze Fragen
- kurze Bestätigungen des Verständnisses
- keine Floskeln
- Vorsicht beim Trösten, Beruhigen, Ermutigen

## **Störfaktoren (was sollte man vermeiden?):**

- Verharmlosen
- Verallgemeinern
- Moralisieren
- Allgemeinplätze
- Gedankenlesen
- Abwerten
- Nicht-zu-Wort-kommen-lassen
- Werturteile (gut-schlecht)
- Vorschnelles Entlasten von Schuldgefühlen

# Umgang mit Kindern und Jugendlichen bei Notfällen

nach Brigitte Riemer

## **allgemein:**

- Mit dem Vornamen ansprechen
- angepasst an den Entwicklungsstand
- Kinder haben weniger Verarbeitungsstrategien als Erwachsene
- Kinder sind neugierig
- Kinder nehmen Gesagtes oft wörtlich
- Kinder lesen die Gefühle der Erwachsenen ab

## **bei Kindern:**

- Ruhe vermitteln
- Sicherheit durch Zuwendung geben
- zuhören
- Fragen beantworten
- einfache Erklärungen
- eventuell zeichnen lassen
- keine Beschwichtigungsphrasen

## **bei älteren Kindern und Jugendlichen:**

- Hilfe anbieten, nicht aufdrängen
- Reaktionen normalisieren
- Ermutigung zum Erzählen
- Ermutigung zum Aufschreiben

# Umgang mit Schuldgefühlen

nach Brigitte Riemer

- **nicht vorschnell beschwichtigen**
- **Schuldgefühle können der Versuch sein, wieder Kontrolle aufzubauen**
- **Sprechen über Schuldgefühle zulassen**
- **gegenseitige Schuldzuweisungen unterbinden**
- **bei Beschuldigung eines Kindes: sich auf die Seite des Kindes stellen**
- **Selbstmordäußerungen beachten, Hilfe holen, Person aber nicht allein lassen**

# Intervention in Klassen

nach Brigitte Riemer

- Grundsätzlich sollten Lehrerinnen **gemeinsam** agieren, nicht jede Lehrperson für sich (es kann auch zuviel werden !).
- **Sprechen** Sie mit ihren Schülern über das Ereignis, überlegen Sie gemeinsam, welche **anderen Möglichkeiten** es gibt, mit dem Schicksalsereignis umzugehen (nach denselben Gesprächsregeln wie in den vorhergehenden Kapiteln); Erklärungen zu Krisenverläufen anbieten.
- Geben Sie dem Problem auf jeden Fall **Vorrang** vor dem Unterricht!
- Wenn **Jugendliche** dabei waren, so lassen Sie diese zuerst erzählen (und bieten Sie denen, die nicht zuhören wollen, die Möglichkeit an, den Raum zu verlassen - möglichst in Begleitung eines Erwachsenen oder Lehrperson).
- Regen Sie **Gespräche mit Freunden**, Eltern, Lehrern oder Lehrerinnen und Verwandten an .
- Schlagen Sie **Rituale** vor, die das Abschiednehmen erleichtern können (Erinnerungskästchen, Kerzen, singen Sie mit den Schülern ein Lied für Verunglückte Verstorbene, stellen Sie Kerzen auf den leeren Platz in der Klasse), malen Sie Plakate, was sie am dem Verunglückten besonders geschätzt haben, sprechen Sie ein Gebet.
- Regen Sie z.B. an, **Tagebuch** zu schreiben.
- Hat eine Person besonders große Probleme, so versuchen Sie einzuschätzen, ob weitere **professionelle Hilfe** gebraucht wird. Wenn ja, welche? Zum Beispiel Arzt, Beratungseinrichtungen etc. (Adressen, Telefonnummern angeben) .
- Lassen Sie den **Kontakt** zu den Eltern und betroffenen Jugendlichen nicht abreißen, ermuntern Sie die Mitschüler, die Betroffenen im Krankenhaus zu besuchen (soweit besuchsfähig).
- Ermuntern Sie Mitschüler auch dazu, sich **abzulenken**, sich etwas Gutes zu tun oder Sport zu betreiben, ihrem Hobby nachzugehen.
- Seien Sie sensibel für die Probleme **einzelner Jugendlicher**, halten Sie in Zweifelsfällen Rücksprachen mit Eltern oder fordern Sie sie auf, sich **professionelle Hilfe** zu suchen.
- Seien Sie aufmerksam gegenüber **Veränderungen des Verhaltens** und sonstigen Auffälligkeiten bei Jugendlichen
- Veranstalten Sie gemeinsam zum **Abschluss** einen Gottesdienst oder eine Gedenkveranstaltung
- Ist ein/e Mitschüler/in oder ein/e Lehrer/in verunglückt, ist es sinnvoll, als Klasse am **Begräbnis** teilzunehmen

# Die zwölf Warnzeichen für Suizidgefahr

1. **Veränderungen** in der **Persönlichkeit**, z. B. ein bis dahin geselliges Kind zieht sich zurück, ein bisher schüchternes Kind geht plötzlich stark aus sich heraus.
2. **Vernachlässigung** des eigenen **Aussehens**, z. B. ein Jugendlicher, der es bisher mit seinem Aussehen sehr genau genommen hat, vernachlässigt plötzlich sein Äußeres, z. B. Frisur, Hygiene, Kleidung.
3. **Rückzug** und zunehmende soziale **Isolation**.
4. **Verteilen** von persönlichen Wertsachen, **Regeln** persönlicher Angelegenheiten.
5. Starke gedankliche **Beschäftigung** mit dem **Tod**, z. B. in Rockmusik, Zeichnungen, Gedichten und Aufsätzen.
6. Offene oder verhüllte **Selbstmorddrohungen** «Ich werde nicht mehr lange hier sein.» «Ohne mich wärt ihr besser dran.» «Ich wünschte, ich wäre tot.» «Ich möchte nicht mehr leben.»
7. **Vorangegangene** Selbstmordversuche.
8. Beschäftigung mit **Selbstmordmethoden** oder Anschaffung geeigneter Mittel, z. B. Schnüre, Waffen, Schläuche, Tabletten.
9. Mißbrauch von **Drogen** oder Alkohol.
10. **Schulversagen**.
11. Plötzliche gehobene **Stimmung** bei einem bis dahin depressiven Kind. (Dies kann darauf hinweisen, das das Kind eine «Lösung» gefunden hat -Selbstmord.)
12. **Häufigere Unfälle** oder körperliche Beschwerden **ohne** medizinische Erklärung.

# Mögliche Gefährdungsfaktoren

- Alter
- Geschlecht
- Verlust
- Körperliche Erkrankung
- Soziale Isolation
- Zurückweisung
- Schulversagen
- Familiäre Konflikte
- Wut und Aggression
- Impulsivität
- Kommunikationsprobleme
- Perfektionismus
- Psychose
- Drogen und Alkohol
- Gelegenheit
- Selbstmord im Freundeskreis oder vorausgegangene Selbstmordversuche

# Hilfsangebote bei Suizidgefahr

- Das suizidale Verhalten das Reden-Darüber... wird als seelisches Notsignal ernst genommen und akzeptiert.
- Das Signal wird in seiner Bedeutung für die (momentane) Lebenssituation "entschlüsselt".
- Die bisher (wohl gescheiterten) Bewältigungsstrategien werden thematisiert und hinsichtlich ihres Realitätsbezugs "abgeklopft".
- Eine vertrauensvolle, tragfähige Beziehung wird aufgebaut/gestaltet.
- Ermutigung, "alte" Beziehungen wieder aufzunehmen.
- Gemeinsame, konstruktive Entwicklung von alternativen Problemhandhabungsstrategien.
- Allgemeine Überlegungen, wie generell in Konflikt- und Krisenlagen gedacht und gehandelt werden könnte; Vermittlung von Stressbewältigungsstrategien; Verbesserung des Selbstwertgefühls.
- Kontaktangebote, Selbsthilfegruppen, Telefonseelsorge.

## **Erforderliche Kompetenzen in Krisenteams:**

- fokussiert bleiben können
- belastungsfähig in chaotischen Situationen
- praktische Fähigkeiten
- Flexibilität
- vertraut sein mit schnellen Veränderungen
- Herausforderungen suchend
- initiativ, standfähig
- spezielle Fähigkeiten (z.B. Sprachen)
- kontaktfähig
- handlungsorientiert
- anpassungsfähig
- kreativ
- stressresistent
- kooperationsfähig
- flexibel im Umgang mit anderen Werthaltungen
- Gespräche beginnen können
- Geduld und Beharrlichkeit
- Problemlösungsfähigkeit
- Umgang und Erfahrungen mit Tod

## Die zehn wichtigsten Ergebnisse der SSI-Studie (Safe School Initiative)

Washington (Mai 2002).

1. Vorfälle gezielter Gewalttaten an Schulen sind **selten impulsive, plötzliche Handlungen**.
2. Bei den meisten Vorfällen **wussten andere** Personen vor dem Anschlag von der Idee oder dem Plan des Täters.
3. Unmittelbar **vor der Tat** haben die meisten Täter ihre Opfer **nicht bedroht**.
4. Es gibt **kein genaues** oder **nützliches Profil** von Schülern, die gezielte Gewalttaten begehen.
5. Die meisten Täter zeigten **vor der Tat auffälliges Verhalten**, das besorgniserregend war oder ein Bedürfnis nach Unterstützung anzeigte.
6. Die meisten Täter hatten Schwierigkeiten, mit **bedeutsamen Verlust- oder Versagenssituationen** fertig zu werden. Viele hatten **Selbstmordgedanken** geäußert oder versucht, Selbstmord zu begehen.
7. Viele Täter fühlten sich **vor der Tat** von anderen **gemobbt, verfolgt oder beleidigt**.
8. Die meisten Täter hatten vor der Tat **Zugang zu Waffen** und hatten Waffen vor der Tat **benutzt**.
9. In vielen Fällen waren **andere Schüler** in irgendeiner Form **beteiligt**.
10. Obwohl die Polizei regelmäßig schnell informiert wurde und sofort reagierte, sind die meisten Vorfälle **nicht durch die Polizei beendet** worden.

aus: Handreichung zur Einschätzung bedrohlicher Situationen in Schulen, 2002  
übersetzt in [www.schulpsychologie.de](http://www.schulpsychologie.de) Aktuelles

## **Zentrale Fragen einer Bedrohungsanalyse**

Bitte unbedingt vor der Anwendung die Handreichung zur Bedrohungsanalyse lesen!

1. Was sind die Motive des Schülers?
  
2. Hat es irgendwelche Äußerungen gegeben, die Vorstellungen über oder die Absicht zu einem Anschlag erkennen lassen?
  
3. Hat der betreffende Schüler unangemessenes Interesse für Gewalthandlungen oder Waffen gezeigt?
  
4. Hat der Schüler Verhaltensweisen (Pläne, Platzerkundung, Einübung des Verhaltens) gezeigt, die sich auf einen Anschlag beziehen?
  
5. Hat der Schüler die Fähigkeit, einen Anschlag auszuführen?
  
6. Hat der Schüler Erlebnisse von Hoffnungslosigkeit oder Verzweiflung?
  
7. Hat der Schüler eine vertrauensvolle Beziehung zu mindestens einem verantwortlichen Erwachsenen?
  
8. Hält der Schüler Gewalt für ein akzeptables oder wünschenswertes oder einziges Mittel, um Probleme zu lösen?
  
9. Stimmen die Angaben des Schülers, seine „Geschichte“ mit seinem Handeln überein?
  
10. Machen sich andere Personen über das Gewaltpotential des Schülers Sorgen?
  
11. Welche Umstände könnten die Wahrscheinlichkeit für einen Anschlag beeinflussen?

## **Wichtige Komponenten und Aufgaben, um ein Klima der Sicherheit und Verbundenheit zu schaffen:**

1. Ermitteln sie das emotionale Klima einer Schule (Fragebogen)
2. Machen sie auf die Bedeutung des beidseitigen Zuhörens in der Schule aufmerksam.
3. Vertreten sie einen festen aber fürsorglichen Standpunkt gegen das Gesetz des Schweigens.
4. Arbeiten sie aktiv daran, die Einstellung zu verändern, es sei Petzen wenn ein Schüler einem Erwachsenen berichtet, dass ein anderer Schüler über gewaltsame Handlungen nachdenkt.
5. Finden sie Wege, um Mobbing und „cool sein“ zu beenden.
6. Versichern sie sich der Unterstützung der Schüler, in dem sie sie an der Planung, Schaffung und Aufrechterhaltung einer schulischen Kultur von Sicherheit und Respekt beteiligen.
7. Stellen sie sicher, dass jeder Schüler das Gefühl hat, eine vertrauensvolle Beziehung zu mindestens einem Erwachsenen an der Schule zu haben.
8. Schaffen sei Mechanismen, um ein Klima der Sicherheit zu entwickeln und aufrechtzuerhalten.
9. Achten sie auf die physische Umgebung und ihre Auswirkungen.
10. Betonen sie ein integriertes (Vertreter aller Gruppen) System.
11. Jedes Klima von Sicherheit ist letztlich lokal.

# Merkmale einer sicheren Schule, die für ihre Schüler Verantwortung übernimmt

- Der Fokus liegt auf den Aspekten der Bildungsinhalte der jeweiligen Schulart und der Leistung.
- Familie wird in vielfältiger Form einbezogen.
- Verbindungen zu Gemeinden, außerschulischen Stützsystemen (Sportvereine, JUZ, Jugendämtern.. ). Jeder muss sich verantwortlich fühlen, Schule zu verbessern!
- Positive Beziehung zwischen Schülern und Personal, Personen, die ansprechbar sind und Unterstützung bieten, wenn diese benötigt wird.
- Offene Diskussion von Fragen der Sicherheit und Verantwortung für das eigene Handeln.
- Alle Schüler werden mit gleichem Respekt behandelt.
- Es gibt Möglichkeiten der Schüler-Mitverantwortung.
- Schüler werden unterstützt, ihre Gefühle auszudrücken.
- Es besteht Zugang zu einem System (EBs; JA ... ), wohin sich Kinder wenden können, wo ihnen geholfen wird, wenn Missbrauch, Misshandlung z.B. oder Vernachlässigung vermutet wird.
- Förderung von gutem sozialen Verhalten, positiver Charakterentwicklung:
  - Erziehung zum guten Bürger
  - Wertevermittlung
- Schüler werden unterstützt im Übergang zum Erwachsenenleben und zum Arbeitsplatz. Jugend braucht Hilfe bei ihrer Zukunftsplanung
- "Entlassungskultur" - auch bei befristetem oder entgeltigem Schulausschluss sichern, dass die Eltern auch volljähriger Schüler informiert sind und der Schüler fachliche und persönliche Unterstützung von der abgebenden Schule oder anderen Fachleuten erhält.
- Untersuchungen zeigen, dass Schulen eine Menge tun können, um Gewalt zu vermeiden!

# Warnsignale

- **sozialer Rückzug**
- **starke Isolation, Einzelgänger**
- **starke Gefühle der Ablehnung, des Abgelehntwerdens**
- **Selbst ein Opfer von Gewalt**
- **Gefühl schikaniert zu werden, Mobbingopfer**
- **geringes Interesse an Schule, schlechte Schulleistungen**
- **Ausdruck von Gewalt in Aufsätzen und Zeichnungen**
- **unbeherrschte Wut**
- **impulsives und chronisches Schlägern, Einschüchterungs- und Mobbingverhalten**
- **seit längerem Disziplinprobleme**
- **seit längerem gewalttätiges und aggressives Verhalten**
- **Intoleranz gegenüber Andersartigkeit, Vorurteile**
- **Drogen und Alkoholkonsum**
- **Hang zu Cliques**
- **illegaler Waffenbesitz und –verwendung**
- **deutliche Gewaltandrohungen**

## Literaturliste:

1. Buchmann, Knud Eike: Beratung: Interventionsstrategien in schwierigen Lebenslagen. Band 21 Texte der Fachhochschule der Polizei in Villingen-Schwenningen 1999
2. Fein, Robert A. u.a.: Handreichung zur Einschätzung bedrohlicher Situationen in Schulen. Washington 2002 übersetzt von Karl Landscheidt:  
[www.schulpsychologie.de](http://www.schulpsychologie.de) Aktuelles
3. Hoffmann, Jens: Wenn die Hoffnung schwindet, müssen Menschen sterben. In: Psychologie heute: August 2002 S28-35
4. Hilfen zur Krisenintervention an Schulen in Bayern: Leitfaden zur Erstellung schulischer Sicherheitskonzepte (Datei: Leitfaden zur Krisenintervention in Bayern)
5. Faust, Volker, Prof. Dr. med.: Amok (Datei: Amokfaust.pdf)
6. Füllgrube, Uwe: Amok In: Report Psychologie Nr 27 11/12/02, S 694-703
7. Kerns, Lawrence L.: Hilfen für depressive Kinder. H. Huber Verlag 1997, S 125-142
8. Schäfer, Ulrike: Depression im Kindes- und Jugendalter. H. Huber Verlag 1999
9. Riemer, Brigitte: Psychische Erste Hilfe:  
[www.bildungsservice.at/schulpsychologie](http://www.bildungsservice.at/schulpsychologie)