

Handbuch für Schulleiter:innen

Krisenteam Ausbildung

Weitere Informationen und aktuelle Beratungsangebote finden Sie unter www.krisenintervention.tsn.at

© AG Krisenteam-Ausbildung
(Petra Brunner, David Kitzbichler, Miriam Scharler, Bernadette Salehi, Brigitte Riemer)
Zusammenstellung: Brigitte Riemer

Schulpsychologie-Bildungsberatung Tirol

Innsbruck, überarbeitet März 2022

Inhalt

Implementierung eines Krisenteams	3
Wozu Krisenteams?.....	3
Zusammenstellung Krisenteam.....	3
Notfallmappe.....	4
Fortbildung und Aktualisierung.....	4
Krisenmanagement.....	4
Informationskette.....	4
Aufgaben der Schulleitung.....	5
Aufgaben Krisenteam.....	5
Krise – Notfall – Trauma Definition.....	6
Krisenereignisse	7
Schwere Erkrankung Schüler:in/Lehrperson.....	7
Tod von Angehörigen.....	9
Tod von Schüler:innen oder Lehrpersonen	11
Suizidversuch Schüler:in.....	14
Suizid Schüler:in/Lehrperson.....	17
Suizid von Angehörigen eines Schülers.....	20
THEMA: SUIZID – Mythen zum Thema Suizid.....	20
Psychische und psychosoziale Folgen eines Suizids für Hinterbliebene.....	21
Entwicklung des Suizidverständnisses.....	21
Schwere Gewalttat an der Schule.....	22
Katastrophen (allgemein, Natur- und technische Katastrophen)	23
	27
	27
Strukturiertes Interventionsmodell für Klassen	29
Ablauf der Strukturierten Intervention.....	
Psychohygiene für die moderierenden Lehrpersonen.....	30
	30
Hintergrundwissen	34
Psychische Erste Hilfe.....	
Kreise der Betroffenheit.....	
Affektansteckung, Empathie und Mitgefühl.....	36
Schuldgefühle, Schuld, Scham und Hilflosigkeit	37
Bestattungsriten.....	39
Akute Belastungsstörung und Posttraumatische Belastungsstörung.....	41
Trauerreaktionen, Trauerphasen und Trauerbewältigung in der Klasse, Abschiedsfeier	43
Trauerreaktionen.....	43
Trauerphasen.....	45
Trauerbewältigung in der Klasse.....	47
Abschiedsfeier an der Schule.....	49

Elternabend und Briefvorlage für Elternbriefe.....	50
Elternabend.....	50
Briefvorlage.....	51

Implementierung eines Krisenteams

Wozu Krisenteams, vorbereitete Unterlagen und Checklisten?

Auch wenn die ganz großen Krisenfälle bei uns eher die Ausnahme sind, so braucht es doch Vorbereitung dafür, dass im Falle eines massiv belastenden Ereignisses an einer Schule schnell und effizient Maßnahmen gesetzt werden können.

Krisenteams an Schulen sind notwendig, um allfällige Maßnahmen vorzubereiten und diese dann auch entsprechend umsetzen zu können. Die Arbeit im Team ermöglicht den Austausch und das Aufteilen der notwendigen Maßnahmen. Hinter einem guten Krisenteam muss allerdings eine gute Schulleitung stehen - sonst wird es nicht funktionieren.

"Aus dem Ärmel schütteln" kann einen Notfallplan keiner von uns, das Nachdenken über sinnvolle Maßnahmen und Abläufe ist notwendig, bevor ein Krisenfall eintritt.

Wie wir alle wissen, vergisst man in Stresssituationen oft die einfachsten und wesentlichsten Dinge (sogar die Telefonnummer der Rettung) - somit sind gute Unterlagen für ein strukturiertes Vorgehen im Krisenfall Voraussetzung.

Die Verantwortlichkeit für das Krisenteam und einen Krisenplan sowie dessen Umsetzung liegt primär bei den Schulleiter:innen - eine Umsetzung ist im Krisenfall jedoch nur dann möglich, wenn Maßnahmen vorbereitet wurden und ein grobes Konzept für Krisenfälle erstellt wurde

Sinn und Zweck eines schulischen Krisenplans:

- Krisenplan ist Orientierungshilfe, den Schutz gefährdeter Personen zu gewährleisten, Folgeschäden zu reduzieren und spätere Vorwürfe zu vermeiden
- Schulisches Krisenmanagement bedeutet rasches, strukturiertes und koordiniertes Vorgehen, welches hilfreich ist bei plötzlichen Ereignissen (Unfälle, Todesfälle, ...)

Empfehlenswerte vorbereitende Maßnahmen:

1) Zusammenstellung eines schulischen Krisenteams

Ein schulisches Krisenteam sollte zumindest aus folgenden Mitgliedern bestehen: Schulleitung, Lehrpersonen (evtl. Beratungslehrer:innen), Schulärztin, Religionspädagog:in, evtl. Schulsozialarbeiter:innen - externe Fachleute wie Schulpsycholog:innen können bei Bedarf angefragt werden.

Es sollte von vorneherein festgelegt werden, wer in Notsituationen zur Verfügung steht (Name der Teammitglieder, Funktion, Erreichbarkeit - auch privat, denn in vielen Fällen ist eine Koordinierung über das Wochenende oder die Ferien notwendig).

2) Erstellung einer schulspezifischen "Notfallmappe"

In diese Mappe gehören:

- die allgemeinen Grundlagen im Umgang mit Betroffenen (Psychische Erste Hilfe und alle weiteren notwendigen Unterlagen)
- entsprechende Listen mit den schulstandortspezifischen Kontaktadressen und der Erreichbarkeit der schulinternen Helfer:innen (z.B. Lehrpersonen mit besonderen Funktionen wie Beratungslehrer:innen oder Schülerberater:innen oder anderen Lehrpersonen, die sich bereits mit diesem Thema auseinandergesetzt haben, sowie die Erreichbarkeit von außerschulischen und zuständigen schulnahen Helfer:innen (Schulpsychologie, NDÖ, KIT, Schulärzte etc.)
- Materialien, die den Umgang mit Krisen und Trauer in der Schule behandeln sowie eine aktuelle Liste mit Literatur oder auch Krisen-Webseiten und Arbeitsmaterialien

3) Einschlägige Fortbildung und regelmäßige Aktualisierung

- mit dem Lehrerkollegium durch Besprechung des Krisenplans und der schulspezifischen Handlungsmöglichkeiten bei schwerwiegenden Krisensituationen
- Fortbildung über LAG oder SchiLF
- Jährlicher Hinweis auf den Krisenplan (zu Schulbeginn) für das Lehrerkollegium (z.B. Wandplakat/Aushänger Konferenzzimmer), neue Lehrerkolleg:innen damit vertraut machen
- Laufende Aktualisierung wichtiger Inhalte der Notfallmappe (mindestens jährliche Aktualisierung der Ansprechpartner:innen, Institutionen, Telefonnummern etc.)
- Laufende Aktualisierung der Klassenschülerlisten (mit jeweils aktueller Erreichbarkeit des Erziehungsberechtigten!)

Krisenmanagement

Grundregel: Schulleitung muss immer informiert sein!

1. Informationskette

- Schulleitung wird informiert
- Schulleitung informiert Krisenteam und KV
- KV wird informiert

- KV informiert Schulleitung und Krisenteam
- Krisenteam wird informiert
 - Krisenteam informiert Schulleitung und KV

2. Aufgaben der Schulleitung

- Leitung bzw. Mitglied des Krisenteams
- Schulleitung trägt während der Krisenintervention die volle Verantwortung
- Schulleitung ist verantwortlich für aktuellen Wissensstand
- Organisation und Koordination der nötigen Interventionen und Schritte mit dem Krisenteam

3. Aufgaben des Krisenteams

Das Krisenteam besteht aus Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Schule (Lehrpersonen, Schularzt/Schulärztin, evtl. Schulpsycholog:in und Schulsozialarbeiter:in) und unterstützt die Schulleitung in folgenden Punkten:

- Kontakt zu schulexternen Personen wie Polizei, Rettungsdienst, Feuerwehr, Krankenhaus
- Medienarbeit
- Kontakt zu schulinternen Personen wie Lehrkörper, Schüler:innen
- Eltern

Die Aufgabenverteilung bzw. Anzahl der benötigten Personen je Aufgabenbereich müssen im Vorfeld klar definiert sein.

Grundregel: Rolle im Krisenteam klar definieren!

4. Aufgabe KV

- KV tauscht sich mit zuständiger Person des Krisenteams aus und plant die notwendigen Interventionen im Klassenverband
- ist Ansprechperson für die Schüler:innen, die Lehrpersonen der Klasse sowie Eltern
- laufender Informationsaustausch mit Krisenteam und Schulleitung

Krise, Notfall und Trauma

1. Krise

Krise wird definiert als der Verlust des seelischen Gleichgewichts, den ein Mensch verspürt, wenn er mit Ereignissen und Lebensumständen konfrontiert wird, die er im Augenblick nicht bewältigen kann, weil sie von der Art und vom Ausmaß her seine durch frühere Erfahrungen erworbenen Fähigkeiten und erprobten Hilfsmittel zur Erreichung wichtiger Lebensziele oder zur Bewältigung seiner Lebenssituation überfordern (Cullberg, 1978).

Eine Krise zeichnet sich durch ein intensives Gefühl der Bedrohung aus, eine rasche Zunahme an Unsicherheit bei gleichzeitigem Handlungsdruck und durch die Überzeugung, dass das Ereignis die Zukunft deutlich negativ beeinflussen wird. Dadurch wird ein Verlust des seelischen Gleichgewichts erlebt.

2. Notfall

Ein Notfall stellt ein plötzliches, unerwartetes und unkontrollierbares Ereignis dar, das als nicht mehr bewältigbar erlebt wird und in Folge schweres Leid verursacht oder verursachen kann.

Ein Notfall ist somit das Ereignis an sich, während ein psychologisches Trauma als die Folge eines Ereignisses definiert wird.

3. Trauma

Ein psychologisches Trauma ist die Reaktion eines Betroffenen auf einen erlebten oder beobachteten Notfall (traumatisches Ereignis).

Dabei muss die betroffene Person selbst schwere Verletzung, Lebensgefahr, drohenden Tod oder Tod erlebt oder als Augenzeuge bei anderen beobachtet haben. Subjektiv hat die traumatisierte Person während des Ereignisses oder danach intensive Angst, Hilflosigkeit oder Entsetzen empfunden.

(vgl. KrisenKompass, 2011, Heft „Hintergrund“, Kapitel 6)

Krisenereignisse

Schwere Erkrankung eines Schülers/einer Schülerin bzw. Lehrperson

1. Ereignis

Ein/eine Schüler:in erkrankt schwer.

Informationskette

Die Eltern werden dies üblicherweise bei Erhalt der Diagnose oder an einem von ihnen gewünschten anderen Zeitpunkt der Schule bekanntgeben.

Direktor: in informiert das Krisenteam.

Das Krisenteam nimmt Kontakt mit dem Klassenvorstand/der Klassenvorständin auf und unterstützt diese bei Bedarf.

2. Erste Schritte

für Krisenteam und Schulleitung:

- Kontaktaufnahme mit den Eltern des betroffenen Schülers/der betroffenen Schülerin
- Einholung von Informationen bei den Eltern (wenn diese das so möchten - aktuelle Diagnose, Therapie und Verlauf) – vor allem um oft entstehenden Gerüchten in der Klasse entgegenwirken zu können.
- Unterstützung der Klassen-Lehrpersonen bzw. des Klassenvorstands/der Klassenvorständin.
- Krisenteam hält im Notfall Rücksprache mit außerschulischen Unterstützungssystemen bzw. fordern notfalls Unterstützung (z.B. durch einen Arzt/Ärztin zur besseren Erklärung) an (nach Rücksprache mit den Eltern)

Bei erkrankten Schüler:innen:

Lehrpersonen bereiten in Abstimmung mit dem schulischen Krisenteam umgehend strukturierte Gespräche in den Klassen vor und holen sich Hilfe, wenn Sie das Gefühle haben, dies nicht alleine zu schaffen.

Lehrpersonen bzw. Mitglieder des schulischen Krisenteams sprechen die Erkrankung in der Klasse an, führen strukturierte Gespräche (Klassenintervention) durch und arbeiten prinzipiell nach den Regeln der Psychischen Ersten Hilfe. Interventionen immer zu zweit durchführen!

Lehrpersonen, die sich das zutrauen, sprechen Schüler:innen an, von denen sie das Gefühl haben, dass sie besonders betroffen sind. Unterstützung der Klassen-Lehrpersonen bzw. des Klassenvorstands/der Klassenvorständin.

Bei erkrankten Lehrpersonen:

Information der Eltern über erfolgte Klasseninterventionen oder bei Bedarf Aussendung eines Elternbriefes (Eltern der betroffenen Klasse/n kurz über den Sachverhalt informieren).

3. Hintergrundwissen

- Erkrankungen sollten (mit Einverständnis der Betroffenen) – zumindest in der betroffenen oder mitbeteiligten Klasse – zum Thema gemacht und besprochen werden.
- Schülerinnen und Schüler, die die deutsche Sprache nicht ausreichend beherrschen, verstehen oft nicht genau, was passiert ist und können sich nicht entsprechend ausdrücken. Bitten Sie in diesem Fall eine entsprechend muttersprachliche Lehrperson oder die Mitarbeiter:innen der Migrant:innenberatung in der Bildungsdirektion oder des Mobilen Interkulturellen Teams der Schulpsychologie um Hilfe (MIT).
- Einfache und bewältigbare Aufgaben geben und Aktivitäten ermöglichen, die helfen, das Sicherheitsgefühl von Schüler:innen wieder herzustellen
- Bei längerdauernden Verhaltensauffälligkeiten/auffälligen Verhaltensweisen von Kindern/Jugendlichen bitte deren Eltern informieren

4. Einrichtungen Nachsorgearbeit

Wenn Eltern merken, dass dem Kind/dem Jugendlichen die Bewältigung der Erkrankung eines Schülers/einer Schülerin auch nach längerer Zeit noch große Probleme macht oder Verhaltensänderungen auftreten, können niederschwellige Beratungs-einrichtungen aufgesucht bzw. kann psychologische/ psychotherapeutische Unterstützung angedacht werden.

- Rat auf Draht <https://www.rataufdraht.at/> Notrufnummer Tel. 147
- Psychologen <https://www.boep.or.at/psychologische-behandlung/psychnet>
- Psychotherapeuten <https://www.psychotherapie.at/>

Tod von Angehörigen eines Schülers/einer Schülerin

1. Ereignis

Ein Familienmitglied eines Schülers bzw. einer Schülerin verunglückt tödlich oder verstirbt auf Grund von Krankheit.

2. Informationskette

Ein Elternteil oder Angehörige:r wird dies üblicherweise sehr schnell der Schule (Direktor:in oder Klassenvorstand/Klassenvorständin) bekannt geben.

Direktor:in informiert unverzüglich (auch am Wochenende) das Krisenteam, das Krisenteam bereitet eine Krisenintervention für den darauffolgenden/ersten Schultag nach den Ferien vor bzw. nimmt umgehend Kontakt mit dem Klassenvorstand/der Klassenvorständin auf und unterstützt diese bei Bedarf.

3. Erste Schritte

für Krisenteam und Schulleitung

- Aussprechen von Beileid an die Angehörigen.
Einholung von Informationen über die Todesursache (vor allem, um oft entstehenden Gerüchten entgegenwirken zu können)
- Das Krisenteam koordiniert, welche Lehrperson welchen Bereich übernimmt.
Unterstützung der Klassen-Lehrpersonen bzw. des Klassenvorstands/der Klassenvorständin
- Krisenteam hält im Notfall Rücksprache mit außerschulischen Unterstützungssystemen bzw. sucht notfalls externe Unterstützung
- Information der Eltern über erfolgte Klasseninterventionen oder bei Bedarf durch Aussenden eines Elternbriefes (Eltern der betroffenen Klasse/n kurz informieren, was von der Schule aus unternommen wurde)

für Lehrpersonen

- Lehrpersonen bereiten in Abstimmung mit dem schulischen Krisenteam umgehend strukturierte Gespräche in der Klasse vor und holen sich Hilfe, wenn sie das Gefühl haben, dies nicht alleine zu schaffen.
- Lehrpersonen bzw. Mitglieder des schulischen Krisenteams sprechen den Todesfall in der Klasse an, führen strukturierte Gespräche (Klassenintervention) durch und arbeiten prinzipiell nach den Regeln der Psychischen Ersten Hilfe.
- **Interventionen immer zu zweit durchführen!**
- Lehrpersonen, die sich das zutrauen, sprechen Schüler:innen an, von denen sie das Gefühl haben, dass sie besonders betroffen sind. Unterstützung der Klassen-Lehrpersonen bzw. des Klassenvorstands/der Klassenvorständin.
- Schülerinnen und Schüler, die die deutsche Sprache nicht ausreichend beherrschen, verstehen oft nicht genau, was passiert ist und können sich nicht entsprechend ausdrücken. Bitten Sie in diesem Fall eine entsprechend muttersprachliche Lehrperson oder die Mitarbeiter:innen der

Migrant:innenberatung in der Bildungsdirektion oder des Mobilen Interkulturellen Teams der Schulpsychologie um Hilfe (MIT).

4. Hintergrundwissen

- Todesfälle müssen – zumindest in der betroffenen oder mitbeteiligten Klasse – immer zum Thema gemacht und besprochen werden.
- Nicht unaufhörlich jeden Tag in jeder Unterrichtsstunde, sondern einmal mittels einer strukturierten Gesprächsform.
- Die Schulstruktur soll beibehalten werden – bitte die Schüler:innen nicht vorzeitig aus dem Unterricht entlassen. Schularbeiten/Prüfungen desselben Tages/derselben Woche sollten nach Möglichkeit verschoben werden.
- Für betroffene Schüler:innen kann sich eine Relativierung von Alltagsproblemen ergeben, bitte Verständnis dafür aufbringen.
- Einfache und bewältigbare Aufgaben geben und Aktivitäten ermöglichen, die helfen, das Sicherheitsgefühl von Schüler:innen wieder herzustellen.
- Bei längerdauernden Verhaltensauffälligkeiten/auffälligen Verhaltensweisen von Kindern/Jugendlichen deren Eltern informieren.

5. Einrichtungen Nachsorgearbeit

Wenn Eltern merken, dass dem Kind/dem Jugendlichen die Bewältigung des Todesfalles auch nach längerer Zeit noch große Probleme macht oder Verhaltensänderungen auftreten, können niederschwellige Beratungseinrichtungen aufgesucht bzw. kann psychologische/ psychotherapeutische Unterstützung angedacht werden.

- Schulpsychologische Beratungsstellen <https://bildung-tirol.gv.at/service/schulpsychologie/abteilungsleitung-und-beratungsstellen>
- Rat auf Draht <https://www.rataufdraht.at/> Notrufnummer Tel. 147
- Psychologen <https://www.boep.or.at/psychologische-behandlung/psychnet>
- Psychotherapeuten <https://www.psychotherapie.at/>

Tod von Schüler:innen oder Lehrpersonen

1. Ereignis

Eine Schülerin/ein Schüler/eine Lehrperson verunfallt bei z.B. bei einem Autounfall oder einem anderen Unfall tödlich.

2. Informationskette

- Die Eltern (Angehörigen) werden dies üblicherweise sehr schnell der Schule bekanntgeben - Erstanlaufstelle ist Schulleitung
- Schulleitung aktiviert unverzüglich (auch am Wochenende) das Krisenteam, das Krisenteam bereitet eine Krisenintervention für den darauffolgenden/ersten Schultag nach den Ferien/nach dem Wochenende vor bzw. nimmt umgehend Kontakt mit dem Klassenvorstand/der Klassenvorständin auf und unterstützt diesen bei Bedarf

3. Erste Schritte für Krisenteam, Lehrpersonen und Schulleitung

- Aussprechen von Beileid an die Angehörigen
- Einholung von Informationen über die Todesursache – vor allem um oft entstehenden Gerüchten entgegenwirken zu können
- Vom Todesfall besonders betroffene Gruppen identifizieren
- Das Krisenteam koordiniert, welche Lehrperson welche Klasse übernimmt – wer muss informiert werden? (noch am Wochenende)
- Unterstützung der Klassenlehrer bzw. des Klassenvorstands/der Klassenvorständin durch das Krisenteam
- Krisenteam hält im Notfall Rücksprache mit außerschulischen Unterstützungssystemen bzw. fordert notfalls Unterstützung an

Weitere Schritte

- Lehrpersonen bereiten in Abstimmung mit dem schulischen Krisenteam umgehend strukturierte Gespräche in den Klassen vor und holen sich Hilfe, wenn Sie das Gefühl haben, dies nicht alleine zu schaffen
- Lehrpersonen bzw. Mitglieder des schulischen Krisenteams sprechen den Todesfall in der Klasse an, führen strukturierte Gespräche (**Strukturierte Klasseninterventionen**) durch und arbeiten prinzipiell nach den Regeln der Psychischen Ersten Hilfe
- Lehrpersonen, die sich das zutrauen, sprechen SchülerInnen an, von denen sie das Gefühl haben, dass sie besonders betroffen sind und bieten den Klassenlehrpersonen bzw. Klassenvorstand/Klassenvorständin Unterstützung an

- Schule informiert die Eltern (**Elternbrief/Elternabend**) über erfolgte Klasseninterventionen oder schickt bei Bedarf einen Elternbrief aus (Eltern der betroffenen Klasse/n kurz informieren, was von der Schule aus unternommen wurde) oder Festlegung eines Elternabends, falls notwendig
- Organisation einer gemeinsamen Gedenkveranstaltung, den die Schüler:innen mitgestalten können (**Abschiedsfeier im Rahmen der Schule**)
- Teilnahme - oder je nach Wunsch der Eltern - die Mitgestaltung/Teilnahme am Gottesdienst oder Begräbnis

- **Hintergrundwissen**
- Todesfälle müssen – zumindest in der betroffenen oder mitbeteiligten Klasse – immer zum Thema gemacht und besprochen werden
- Nicht unaufhörlich, nicht jeden Tag, nicht in jeder Unterrichtsstunde, sondern einmal mittels einer strukturierten **Gesprächsform (Strukturierte Klasseninterventionen)**
- Interventionen/Gespräche immer zu zweit durchführen!
- Die Schulstruktur soll beibehalten werden – bitte die SchülerInnen nicht vorzeitig aus dem Unterricht entlassen, Struktur bietet den Schülerinnen Hilfe zur Bewältigung
- Schularbeiten/Prüfungen desselben Tages/derselben Woche sollten nach Möglichkeit verschoben werden
- Für betroffene Schüler:innen kann sich eine Zeit lang eine Relativierung von Alltagsproblemen ergeben, Verständnis dafür aufbringen
- Einfache und bewältigbare Aufgaben geben (z.B. Stoffwiederholung/Festigung statt neuem Unterrichtsstoff) und Aktivitäten ermöglichen, die das Sicherheitsgefühl von Schüler:innen wieder herstellen helfen
- Bei längerdauernden Verhaltensauffälligkeiten/auffälligen Verhaltensweisen von Kindern/Jugendlichen deren Eltern informieren
- Schülerinnen und Schüler, die die deutsche Sprache nicht ausreichend beherrschen, verstehen oft nicht genau, was passiert ist und können sich nicht entsprechend ausdrücken - bitten Sie in diesem Fall eine muttersprachliche Lehrperson oder die Mitarbeiter:innen der Migrant:innenberatung in der Bildungsdirektion oder des Mobilen Interkulturellen Teams der Schulpsychologie um Hilfe (MIT)

- **Einrichtungen Nachsorgearbeit**
- Im Elternbrief Beratungseinrichtungen anführen, an die sich die Eltern oder die Schüler:innen wenden können
- Wenn Eltern merken, dass dem Kind/dem Jugendlichen die Bewältigung des Todesfalles auch nach längerer Zeit noch große Probleme macht oder

Verhaltensänderungen auftreten, kann psychologische/ psychotherapeutische Unterstützung angedacht werden

- Schulpsychologische Beratungsstellen (auch österreichweit)
<https://bildung-tirol.gv.at/service/schulpsychologie/abteilungsleitung-und-beratungsstellen>
- Rat auf Draht <https://www.rataufdraht.at/> Notrufnummer Tel. 147
- Psychologen <https://www.boep.or.at/psychologische-behandlung/psychnet>
- Psychotherapeuten <https://www.psychotherapie.at/>

4. Tod von Lehrpersonen/Schulleitung

Beim Tod von Lehrpersonen ist das obige Schema anzupassen.

Suizidversuch eines Schülers/einer Schülerin

1. Ereignis

Eine Schülerin/ein Schüler hat außerhalb der Schule einen Suizidversuch unternommen.

2. Informationskette

Schulleitung wird informiert und zieht (bei Bedarf) Krisenteam hinzu

3. Erste Schritte

für Krisenteam und Schulleitung:

- Gesicherte Informationen von den Erziehungsberechtigten einholen, Beileid und Unterstützung aussprechen
- Klassenkonferenz einbestellen und gesicherte Informationen weitergeben (nicht jede Lehrperson soll den Suizidversuch in ihrem/seinen Unterricht thematisieren)
- Elternbrief vorbereiten (Bedarf besprechen und abwägen)

für Lehrpersonen:

- Klassenvorstand/Klassenvorständin bringt Schüler:innen auf den aktuellen Informationsstand, um Gerüchten entgegenzuwirken
- Zeit geben für Fragen und offenen Austausch
- Besonders betroffenen Schüler:innen (Belastungen, eigene Erfahrungen, ...) zusätzliche Gespräche anbieten bzw. bei Bedarf weitervermitteln
- Klassenvorstand/Klassenvorständin informiert Schüler und Schülerinnen über weiteres Vorgehen (Transparenz!)
- Rückkehr in Klasse mit betroffenem Schüler/betroffener Schülerin besprechen (gewünschter Umgang - welche Fragen sollen vermieden werden?)
- weiteres Vorgehen mit Klasse besprechen (Genesungswünsche schicken, Lernstoff übermitteln, Rückkehr mit Klasse besprechen, ...)
- Kontaktaufnahme mit der Heilstättenschule bei stationärer Aufnahme

4. Hintergrund

- Nach einem verübten Suizidversuch wird die betroffene Person meist stationär psychiatrisch versorgt. Des Weiteren wird psychotherapeutische Unterstützung installiert. Betroffenen Schüler:innen ist die besondere Aufmerksamkeit in der Klasse oft unangenehm, daher sollte vor einer Rückkehr in die Klasse vorbesprochen werden, wie dies erfolgen soll.
- Ist es vor der Rückkehr gewünscht offene Fragen der Mitschüler:innen zu thematisieren?

- Will der/die Schüler:in selber Fragen beantworten oder soll dies die Lehrperson übernehmen?
- Wie sollen Mitschüler:innen mit dem/der betroffenen Schüler:in umgehen?
- Eine Rückkehr in die Normalität ist oft hilfreich und Teil der Therapie.

THEMA: SUIZID

Es gibt nicht diese eine Krankheit oder jenen Umstand, die zwangsläufig zu Suizid führt. In den allermeisten Fällen ist es ein Zusammenspiel mehrerer Faktoren, wie individuelle Anfälligkeiten und Krankheiten oder belastende Ereignisse und Lebensumstände, die einen Menschen in die Selbsttötung treiben.

Mythen zum Thema Suizid

Mythos #1: “Wer sich wirklich umbringen will, ist nicht aufzuhalten.” - FALSCH

Die meisten Suizide werden im Rahmen von akuten Krisen durchgeführt. Die Bewältigung der Krise kann somit auch den Suizid verhindern. Eine solche Phase der akuten Suizidalität kann oft sehr kurz sein.

Mythos #2: “Wer von Suizid spricht, tut es nicht.” - FALSCH

Etwa 75 % der Menschen, die einen Suizid begehen, kündigen diesen vorher an und geben **somit der Umwelt die Möglichkeit ihnen zu helfen.**

Mythos #3: “Spricht man eine Person auf den Suizid an, bringt man sie erst auf die Idee, sich umzubringen.” - FALSCH

Die Möglichkeit mit jemandem über Suizidgedanken zu sprechen, bringt für den Betroffenen meist eine erhebliche Entlastung.

(vgl. Handbuch der Krisenintervention, Juen et al., 2003, Seite 70)

Psychische und psychosoziale Folgen eines Suizides

Der Suizid einer Bezugsperson ist für Hinterbliebene stets potenziell traumatisierend. Gefühle von Hilflosigkeit, Verlust von Sicherheitsgefühl und die Erschütterung des Selbst- und Weltverständnisses sind häufige Suizidfolgen. Es besteht die Gefahr des sozialen Rückzuges, von reduziertem Selbstwertgefühl, Gefühlen der Wertlosigkeit, Schuldgefühlen, Ängsten und Verhaltensauffälligkeiten. Mitunter kommt es zu Nachahmungstaten.

Entwicklung des Suizidverständnisses

Bereits Volksschulkinder kennen den Unterschied zwischen “sich das Leben nehmen” und einem “natürlichen Tod”. Jüngere Kinder tun sich allerdings schwer die Motivation/die Intention eines Suizids einzuordnen. Erst ältere Kinder (9/10 Jahre) sind in der Lage, internale Faktoren für Suizid als Erklärung hinzuzuziehen (z.B. Depression).

5. Einrichtungen Nachsorgearbeit

- Kinder- und Jugendpsychiatrie (<https://www.tirol-kliniken.at/page.cfm?vpath=standorte/landeskrankenhaus-hall/medizinisches-angebot/kinder--und-jugendpsychiatrie>)
- Psychologen <https://www.boep.or.at/psychologische-behandlung/psychnet>
- Psychotherapeuten <https://www.psychotherapie.at/>
- Rainbows Tirol (www.rainbows.at/tirol-kontakt/)

Suizid von Lehrpersonen oder Schüler:innen

1. Ereignis

Eine Lehrperson/ein:e Schüler:in verübt Suizid.

2. Informationskette

- Die Schulleitung wird informiert und zieht das Krisenteam hinzu (auch am Wochenende, jedenfalls vor Unterrichtsbeginn, subjektive Betroffenheit berücksichtigen)
- Die Schulleitung informiert die Abteilungsleitung des pädagogischen Bereichs der Bildungsregion und die Abteilungsleitung des Schulpsychologischen Dienstes

3. Erste Schritte

für Krisenteam und Schulleitung

- Gesicherte Informationen von den Hinterbliebenen einholen, Beileid aussprechen und ein Gespräch anbieten (zeitnah)
- Klassenkonferenz einbestellen (jedenfalls vor Unterrichtsbeginn!) und konkrete abgesicherte Informationen weitergeben
- Informationsgabe und Zeitpunkt an Schüler:innen einheitlich gestalten – Formulierungen anbieten („---- ist verstorben“ reicht bei jungen Kindern) - Fragen zulassen und wahrheitsgemäß beantworten. Bei älteren Kindern und Jugendlichen: “Die Schulleitung wurde gestern von den Eltern der Lebensgefährte:in informiert, dass sich ----- das Leben genommen hat.“
- Elternbrief und Elternabend vorbereiten (Bedarf besprechen und abwägen)
- Abschiedsfeier und -rituale planen (Gedenktisch soll nach einer vorher festgelegten Zeitspanne entfernt werden – keine Konfrontation!)

für Lehrpersonen

- Klassenlehrperson (jedenfalls eine der Klasse “nahe” Bezugsperson, falls sich die Klassenlehrperson nicht in der Lage sieht auf jeden Fall zu zweit) informiert Schüler:innen zeitnah über den Tod der Lehrperson/der Schüler:in,
- besonders betroffene Schüler:innen (enger Freundeskreis, Sitznachbarn) bei Bedarf separieren und betreuen (geeigneter Raum und Betreuungsperson!)
- kleines Trauerritual (Kerze entzünden, gute Gedanken an die verstorbene Person formulieren ...)
- der Klasse ausreichend Zeit geben um über das Geschehene und eigene Erfahrungen und Empfindungen zu sprechen
- weiteres Vorgehen mit Klasse besprechen (was geschieht mit dem Sitzplatz – Sitznachbar:in umsetzen, wie lange soll ein Bild hängen bleiben – besprechen was damit im Anschluss geschieht, Beiträge für die Abschiedsfeier – kein Zwang, Anteilnahme der Familie aussprechen – Ideen? ...)

4. Hintergrund

Es gibt nicht diese Krankheit oder jenen Umstand, die zwangsläufig zu Suizid führen. In den allermeisten Fällen ist es ein Zusammenspiel mehrerer Faktoren, wie individuelle Anfälligkeiten und Krankheiten oder belastende Ereignisse und Lebensumstände, die einen Menschen in die Selbsttötung treiben.

THEMA: SUIZID

Es gibt nicht diese Krankheit oder jenen Umstand, die zwangsläufig zu Suizid führen. In den allermeisten Fällen ist es ein Zusammenspiel mehrerer Faktoren, wie individuelle Anfälligkeiten und Krankheiten oder belastende Ereignisse und Lebensumstände, die einen Menschen in die Selbsttötung treiben.

Mythen zum Thema Suizid

Mythos #1: “Wer sich wirklich umbringen will, ist nicht aufzuhalten.” - FALSCH

Die meisten Suizide werden im Rahmen von akuten Krisen durchgeführt. Die Bewältigung der Krise kann somit auch den Suizid verhindern. Eine solche Phase der akuten Suizidalität kann oft sehr kurz sein.

Mythos #2: “Wer von Suizid spricht, tut es nicht.” - FALSCH

Etwa 75 % der Menschen, die einen Suizid begehen, kündigen diesen vorher an und geben somit der Umwelt die Möglichkeit ihnen zu helfen.

Mythos #3: “Spricht man eine Person auf den Suizid an, bringt man sie erst auf die Idee, sich umzubringen.” - FALSCH

Die Möglichkeit mit jemanden über Suizidgedanken zu sprechen, bringt für den Betroffenen meist eine erhebliche Entlastung.

Psychische und psychosoziale Folgen eines Suizides

Der Suizid einer Bezugsperson ist für Hinterbliebene stets potenziell traumatisierend. Gefühle von Hilflosigkeit, Verlust von Sicherheitsgefühl und die Erschütterung des Selbst- und Weltverständnisses sind häufige Suizidfolgen. Es besteht die Gefahr des sozialen Rückzuges, reduziertem Selbstwertgefühl, Gefühlen der Wertlosigkeit, Schuldgefühlen, Ängsten und Verhaltensauffälligkeiten. Mitunter kommt es zu Nachahmungstaten.

Entwicklung des Suizidverständnisses

Bereits Volksschulkinder kennen den Unterschied zwischen “sich das Leben nehmen” und einem “natürlichen Tod”. Jüngere Kinder tun sich allerdings schwer die Motivation / Intention des Suizids einzuordnen. Erst ältere Kinder (9/10 Jahre) sind in der Lage internale Faktoren für Suizid als Erklärung hinzuzuziehen (z.B. Depression).

(vgl. Handbuch der Krisenintervention, Juen et al., 2003, Seite 70)

Einrichtungen Nachsorgearbeit

- Kinder- und Jugendpsychiatrie (<https://www.tirol-kliniken.at/page.cfm?vpath=standorte/landeskrankenhaus-hall/medizinisches-angebot/kinder--und-jugendpsychiatrie>)
- Psychotherapie (www.psychotherapie.tirol)
- Rainbows Tirol (www.rainbows.at/tirol-kontakt/)

Suizid von Angehörigen eines Schülers/einer Schülerin

1. Ereignis

Ein Angehöriger/eine Angehörige eines Schülers/einer Schülerin hat sich suizidiert

2. Informationskette

- Die Schulleitung wird informiert und zieht das Krisenteam hinzu
- Klassenlehrperson informieren
- Klassenkonferenz einbestellen und Lehrpersonal informieren

3. Erste Schritte für Schulleitung und Krisenteam

- Den Hinterbliebenen Beileid ausdrücken und Unterstützung zusichern
 - Rückkehr an die Schule thematisieren und planen (für Kinder ist gelebte Normalität sehr wichtig!)
 - Klassenkonferenz einbestellen
 - Information an Mitschüler:innen vorbereiten und planen
 - Elternbrief

4. Erste Schritte für Lehrpersonen

- Information an Mitschüler:innen
- Zeit geben, um über eigene Erfahrungen zu sprechen
- Rückkehr thematisieren und den Umgang mit dem Betroffenen/der Betroffenen

THEMA: SUIZID

Es gibt nicht diese Krankheit oder jenen Umstand, die zwangsläufig zu Suizid führen. In den allermeisten Fällen ist es ein Zusammenspiel mehrerer Faktoren, wie individuelle Anfälligkeiten und Krankheiten oder belastende Ereignisse und Lebensumstände, die einen Menschen in die Selbsttötung treiben.

Mythen zum Thema Suizid

Mythos #1: "Wer sich wirklich umbringen will, ist nicht aufzuhalten." - FALSCH

Die meisten Suizide werden im Rahmen von akuten Krisen durchgeführt. Die Bewältigung der Krise kann somit auch den Suizid verhindern. Eine solche Phase der akuten Suizidalität kann oft sehr kurz sein.

Mythos #2: “Wer von Suizid spricht, tut es nicht.” - FALSCH

Etwa 75 % der Menschen, die einen Suizid begehen, kündigen diesen vorher an und geben somit der Umwelt die Möglichkeit ihnen zu helfen.

Mythos #3: “Spricht man eine Person auf den Suizid an, bringt man sie erst auf die Idee, sich umzubringen.” - FALSCH

Die Möglichkeit mit jemanden über Suizidgedanken zu sprechen, bringt für den Betroffenen meist eine erhebliche Entlastung.

Psychische und psychosoziale Folgen eines Suizides

Der Suizid einer Bezugsperson ist für Hinterbliebene stets potenziell traumatisierend. Gefühle von Hilflosigkeit, Verlust von Sicherheitsgefühl und die Erschütterung des Selbst- und Weltverständnisses sind häufige Suizidfolgen. Es besteht die Gefahr des sozialen Rückzuges, reduziertem Selbstwertgefühl, Gefühlen der Wertlosigkeit, Schuldgefühlen, Ängsten und Verhaltensauffälligkeiten. Mitunter kommt es zu Nachahmungstaten.

Entwicklung des Suizidverständnisses

Bereits Volksschulkinder kennen den Unterschied zwischen “sich das Leben nehmen” und einem “natürlichen Tod”. Jüngere Kinder tun sich allerdings schwer die Motivation / Intention des Suizids einzuordnen. Erst ältere Kinder (9/10 Jahre) sind in der Lage interne Faktoren für Suizid als Erklärung hinzuzuziehen z.B. Depression.

(vgl. Handbuch Krisenintervention, Juen et al., 2003, Seite 70)

5. Einrichtungen Nachsorgearbeit

Kinder- und Jugendpsychiatrie (<https://www.tirol-kliniken.at/page.cfm?vpath=standorte/landeskrankenhaus-hall/medizinisches-angebot/kinder--und-jugendpsychiatrie>)

Psychotherapie (www.psychotherapie.tirol)

Rainbows Tirol (www.rainbows.at/tirol-kontakt/)

Schwere Gewalttat an der Schule

1. Ereignis

Am Schulstandort kommt es zu einer schweren Gewalttat

2. Informationskette

Schulleitung wird informiert und zieht Krisenteam hinzu

3. Erste Schritte

für Krisenteam und Schulleitung

- Erste-Hilfe-Maßnahmen einleiten (Schulärztin, Erste-Hilfe-Beauftragte:n)
- Benötigte Blaulichtorganisationen anfordern (Rettung, Polizei)
- Bildungsdirektion informieren und Anweisungen entgegennehmen (Rechtsabteilung, Presseabteilung, Pädagogischer Dienst, ...)

für Lehrpersonen

- Anweisungen der Bildungsdirektion befolgen

4. Psychische Erste Hilfe/Hintergrund

Gewalttaten stellen unser grundlegendes Gefühl der Sicherheit und unsere Grundannahmen über die Welt in Frage – das ist für Kinder noch weniger einordenbar als für Erwachsene

Bereiche, in denen Grundannahmen erschüttert werden

- Die Verstehbarkeit und Sinnhaftigkeit der Welt (Warum hat er/sie das getan?)
- Die Gutartigkeit der Welt und anderer Personen (Kann das wieder passieren? Wo ist er/sie jetzt?)
- Das Gefühl der Kontrolle und des Selbstwerts (Wird mir oder meiner Familie etwas passieren?)

Kinder haben viele Fragen zu dem Thema. Seien Sie offen für die Fragen der Kinder. Lassen Sie sich von den Fragen leiten und seien Sie ehrlich, ohne das Kind zu überfordern. Das heißt immer nur die Frage beantworten, die das Kind stellt.

Das Thema länger präsent sein lassen, gut auf die Kinder und ihre Fragen hören, gut auf den Medienkonsum und dessen Effekte achten, positive Geschichten nutzen.

Soziale Schutzfaktoren für Kinder sind:

Familienzusammenhalt, Gemeinschaftszusammenhalt und Solidarität, Unterstützungssysteme wie Schule, Kindergarten, geteilte Werte und Glaubenssysteme.

(vgl. Paper von Barbara Juen und Monika Stickler mit dem Titel „Wie kann man Kinder nach Terroranschlägen unterstützen?“, 2020)

5. Einrichtungen Nachsorgearbeit

Psychotherapie (www.psychotherapie.tirol)

Katastrophen (allgemein, Natur- und technische Katastrophen)

1. Ereignis

Katastrophe:

Unglücksfall in einem großen Ausmaß, z.B. Verletzte und Tote nach Terroranschlag

Naturkatastrophen:

z.B. Überschwemmung, Lawinenunglück, Muren, massive Erdbeben mit vielen Verletzten/Toten

Technische Katastrophen:

z.B. Seilbahnunglück mit vielen Verletzten/Toten, Busunglück von Kindern, Explosion, Chemieunfall

2. Informationskette

- Die Eltern (Angehörigen) werden dies üblicherweise sehr schnell der Schule bekanntgeben - Erstanlaufstelle ist Schulleitung
- Schulleitung aktiviert unverzüglich (auch am Wochenende) das Krisenteam, das Krisenteam bereitet eine Krisenintervention für den darauffolgenden/ersten Schultag nach den Ferien/nach dem Wochenende vor bzw. nimmt umgehend Kontakt mit dem Klassenvorstand/der Klassenvorständin auf und unterstützt diese bei Bedarf

Wenn Kinder/Lehrpersonen aus der Klasse direkt davon betroffen sind

(Schüler:innen /Lehrpersonen sind (tödlich) verunglückt)

Erste Schritte

- Aussprechen von Beileid an die Angehörigen
- Einholung von Informationen über die Geschehnisse – vor allem um oft entstehenden Gerüchten entgegenwirken zu können
- Betroffene Gruppen identifizieren
- Das Krisenteam koordiniert, welche Lehrperson welche Klasse übernimmt – wer muss informiert werden? (noch am Wochenende, falls notwendig)
- Unterstützung der Klassenlehrer bzw. des Klassenvorstands/der Klassenvorständin durch das Krisenteam

- Krisenteam hält im Notfall Rücksprache mit außerschulischen Unterstützungssystemen bzw. fordert notfalls Unterstützung an

Weitere Schritte

- Lehrpersonen bereiten in Abstimmung mit dem schulischen Krisenteam umgehend strukturierte Gespräche in den Klassen vor und holen sich Hilfe, wenn Sie das Gefühl haben, es nicht alleine zu schaffen
- Durchführung einer strukturierten Klassenintervention
Lehrpersonen bzw. Mitglieder des schulischen Krisenteams sprechen den Todesfall in der Klasse an, führen strukturierte Gespräche (**Strukturierte Klassenintervention**) durch und arbeiten prinzipiell nach den Regeln der Psychischen Ersten Hilfe
- Lehrpersonen, die sich das zutrauen, sprechen SchülerInnen an, von denen sie das Gefühl haben, dass sie besonders betroffen sind
- Selbst massiv betroffene Lehrpersonen sollten Kolleg:innen oder das Krisenteam bitten, die Klasseninterventionen zu übernehmen
- Schule informiert die Eltern (**Elternbrief/Elternabend**) über erfolgte Klasseninterventionen oder schickt bei Bedarf einen Elternbrief aus (Eltern der betroffenen Klasse/n kurz informieren, was von der Schule aus unternommen wurde) oder Festlegung eines Elternabends, falls notwendig
- Organisation einer gemeinsamen Gedenkveranstaltung, den/die die Schüler:innen mitgestalten können (**Abschiedsfeier im Rahmen der Schule**)
- Teilnahme - oder je nach Wunsch der Eltern - die Mitgestaltung am Gottesdienst oder Begräbnis

3. Hintergrundwissen

- Todesfälle müssen – zumindest in der betroffenen oder mitbeteiligten Klasse – immer zum Thema gemacht und besprochen werden
- Nicht unaufhörlich, nicht jeden Tag, nicht in jeder Unterrichtsstunde, sondern einmal mittels einer strukturierten Gesprächsform (**Strukturierte Klassenintervention**)
- Interventionen/Gespräche immer zu zweit durchführen!
- Die Schulstruktur soll beibehalten werden – bitte die SchülerInnen nicht vorzeitig aus dem Unterricht entlassen, auch die schulische Schulstruktur bietet den Schülerinnen Hilfe zur Bewältigung
- Schularbeiten/Prüfungen desselben Tages/derselben Woche sollten nach Möglichkeit verschoben werden
- Für betroffene SchülerInnen kann sich eine Zeit lang eine Relativierung von Alltagsproblemen ergeben, Verständnis dafür aufbringen

- Einfache und bewältigbare Aufgaben geben (z.B. Stoffwiederholung/Festigung statt neuem Unterrichtsstoff) und Aktivitäten ermöglichen, die das Sicherheitsgefühl von Schüler:innen wieder herstellen helfen
- Bei längerdauernden Verhaltensauffälligkeiten/auffälligen Verhaltensweisen von Kindern/Jugendlichen deren Eltern informieren
- Bei Gesprächen immer auch darauf hinweisen, was bereits getan wird (Rettung ist vor Ort, freiwillige Helfer suchen nach Verschütteten, Menschen werden/wurden in Sicherheit gebracht und z.B. ärztlich versorgt ...) – Hilfe ist unterwegs oder vor Ort
- Schülerinnen und Schüler, die die deutsche Sprache nicht ausreichend beherrschen, verstehen oft nicht genau, was passiert ist, können sich nicht entsprechend ausdrücken und auch nicht ausreichend trauern. Bitten Sie in diesem Fall eine muttersprachliche Lehrperson oder die Mitarbeiter:innen der Migrantinnenberatung in der Bildungsdirektion oder der Mobilen Interkulturellen Teams der Schulpsychologie um Hilfe.

Wenn Schüler:innen/Lehrpersonen aus der Klasse nicht direkt davon betroffen sind, die Katastrophe aber indirekt durch das Ausmaß der Berichterstattung in den Medien in großem Maß betroffen macht

- Krisenteam sollte organisieren, wer das Thema in der Klasse anspricht und bei Bedarf Unterstützungsmöglichkeiten anbieten
- Krisenteams/Klassenlehrer:innen sollten sich Zeit nehmen und den Mut fassen, derartige Ereignisse mit den Schüler:innen anzusprechen

Viele Kinder und Jugendliche sehen die Berichterstattung im Fernsehen oder Bilder/Videos in den sozialen Medien, haben aber oft keine Möglichkeit, mit Erwachsenen (auch nicht mit den Eltern) darüber zu sprechen. Um möglichst bald wieder ein Mitarbeiter der SchülerInnen zu erwirken, sollte das Thema angesprochen und bearbeitet werden, dann kann im Endeffekt auch schneller wieder zu einer geregelten Unterrichtsstruktur übergegangen werden.

- Faustregel: Es ist sinnvoll, die Ereignisse anzusprechen, die auch Sie selbst stark betroffen machen
- Für betroffene Schüler:innen kann sich eine Relativierung von Alltagsproblemen ergeben, Verständnis dafür aufbringen
- Einfache und bewältigbare Aufgaben geben und Aktivitäten ermöglichen, die das Sicherheitsgefühl von Schüler:innen wieder herstellen helfen
- Information hilft, mit dem Geschehenen umzugehen
- Bei längerdauernden Verhaltensauffälligkeiten/auffälligen Verhaltensweisen von Kindern/Jugendlichen deren Eltern informieren
- Hilfreiche Schulprojekte zu bestimmten Thematiken initiieren (z.B. Kurse in Lawinenkunde oder Geldsammeln für Hochwasseropfer- Erste-Hilfe-Kurs), es ist

wichtig, dass die Schüler:innen das Gefühl bekommen, dass etwas getan wird bzw. sie etwas tun können

- Bei Interventionen immer den Focus darauf legen, was durch Einsatzkräfte/Helfer:innen an Positivem getan wird – Rettung – es ist jemand da, der hilft....

4. Einrichtungen Nachsorgearbeit

- Im Elternbrief (**Elternabend und Elternbrief**) – wenn sinnvoll – Beratungseinrichtungen anführen, an die sich die Eltern oder die Schüler:innen wenden können
- Wenn Eltern merken, dass dem Kind/dem Jugendlichen die Bewältigung eines traumatischen Ereignisses auch nach längerer Zeit noch große Probleme macht oder Verhaltensänderungen auftreten, ist es sinnvoll, psychologische/ psychotherapeutische Unterstützung zu suchen
- Schulpsychologische Beratungsstellen (auch österreichweit)
<https://bildung-tirol.gv.at/service/schulpsychologie/abteilungsleitung-und-beratungsstellen>
- Rat auf Draht <https://www.rataufdraht.at/> Notrufnummer Tel. 147
- Psychologen <https://www.boep.or.at/psychologische-behandlung/psychnet>
- Psychotherapeuten <https://www.psychotherapie.at/>

Interventionsmodell

Strukturierte Interventionen in Klassen

(Modell in Anlehnung an NOVA, National Association for Victims Assistance)

Wenn ein Schüler/eine Schülerin oder auch eine Lehrperson tödlich verunglückt ist (oder auch bei anderen Kriseninterventionen), kann das folgende strukturierte Modell sehr leicht umgesetzt werden.

Wichtig: Interventionen in einer Klasse sind umgehend und so rasch wie möglich nach dem Bekanntwerden zu setzen!

Ablauf der strukturierten Intervention

- Sitzkreis wird vorbereitet (noch bevor alle Schüler:innen in der Klasse sind)
- Ein Gegenstand /Tuch, Schlüsselanhänger oder ein anderes Symbol wird bereitgestellt, sodass immer nur diejenige Person spricht, die das Symbol in der Hand hat – damit hat man während der Intervention einen Überblick darüber, ob sich jemand öfters nicht zu Wort meldet (hilfreich ist es auch, die Schüler:innen der Reihe nach sprechen zu lassen). Sollte sich jemand bei dieser Intervention gar nicht einbringen, bitte danach in einem Einzelgespräch an einem ruhigen Ort nachfragen, wie es dieser Person denn geht (könnte ein Zeichen dafür sein, dass jemand mit der Situation gar nicht zurecht kommt).
- Zwei Personen sind für die Durchführung der strukturierten Intervention notwendig: ein/e Moderator:in (Lehrperson) und jemand, der mitschreibt (Lehrperson)

Runde 1 - Einstieg

Anfangsstatement durch die Lehrperson kann z.B. sein:

Es tut mir Leid, ich muss euch sagen, dass

Wie manche von euch bereits gehört haben, X ist gestorben, das tut mir sehr Leid ..

Klärung des Rahmens

„Wir machen das jetzt hier, da wir wissen, dass tragische Ereignisse ungewöhnliche Reaktionen auslösen können – ich möchte schauen, wie es euch geht bzw. wie ich euch unterstützen kann...“

Verschwiegenheit:

„Alles, was hier besprochen wird, bleibt in diesem Raum und wird nicht nach außen getragen“

Verhalten:

„Es werden keine blöden, abwertenden Bemerkungen gemacht oder Gelächter gegenüber den Äußerungen eurer Mitschüler:innen“

Jeder darf etwas sagen, niemand muss etwas sagen (sagt eine Schüler:in in keiner Runde etwas, ist es notwendig, in einem Einzelgespräch nachzufragen)

Runde 2 – Sinneseindrücke/Wahrnehmungen („was war?“)

Was habt ihr gemacht, als ihr von dem Ereignis erfahren habt? Wie habt ihr davon erfahren?

Wie habt ihr reagiert? (Angaben werden stichwortartig mitgeschrieben)

Klarstellen: „Übliche Reaktionen auf außergewöhnliche Ereignisse“

Runde 3 –Traumatische Reaktionen („was habt ihr seitdem getan?“)

„Was habt ihr seither getan? Was war für euch besonders hilfreich? Habt ihr etwas gemacht, das euch geholfen hat? Was war das?“ (Angaben werden stichwortartig durch eine Lehrperson mitgeschrieben)

Runde 4 – Allfälliges

„Ist jemandem noch etwas besonders wichtig?“

Jeder, der möchte, kann sich noch zu Wort melden und angeben, falls ihm/ihr noch etwas wichtig ist (Angaben werden stichwortartig durch eine Lehrperson mitgeschrieben)

Runde 5 – Zusammenfassung (durch die/den Mitschreibende:n)

Zusammenfassung der gezeigten Reaktionen/Symptome „Also wir sehen, es gibt viele unterschiedliche Reaktionen und Symptome wie z.B. Weinen, Rückzug, etc.“

Wichtig ist die nochmalige Klarstellung, dass dies alles „übliche Reaktionen auf außergewöhnliche Ereignisse“ sind

„Wir sehen auch, dass jeder von uns unterschiedliche Dinge gemacht hat, die ihm/ihr geholfen haben z.B. Sport, Musik, mit jemandem darüber sprechen, Freunde treffen, etc“

Runde 6 – Zukunftsperspektive („was können wir für uns/in der Klasse machen, damit es uns besser geht“?)

Eine offene Runde machen lassen, SchülerInnen allen Alters haben hervorragende Ideen dazu! (aber bitte regulierend eingreifen, wenn die Vorschläge über das Ziel hinausschießen) – dies können Vorschläge sein, wie ein Foto aufstellen, Kummerkasten, gemeinsamen Brief an die Eltern schreiben, Fürbitten verfassen, Gedenkzettel schreiben und Anderes (siehe auch Trauerrituale in der Klasse - Angaben werden stichwortartig mitgeschrieben)

Es muss auch besprochen werden, wie lange Erinnerungen aufgestellt bleiben bzw. was danach damit geschieht. Auch diesbezüglich können sich die Schüler:innen einbringen

Sinnvoll ist es, dass Erinnerungen (z.B. ein Bild in der Klasse) nur so lange aufgestellt bleiben, bis ein Halbjahr oder ein Schuljahr vorbei ist – nicht länger!

Runde 7 – Zusammenfassung (durch die/den Mitschreibende/n)

Über das, was in der Klasse für die Mitschüler:innen getan wird und wer wofür bei der Umsetzung sinnvoller Ideen verantwortlich ist. Auch von Seiten der begleitenden

Lehrpersonen können Vorschläge eingebracht werden bzw. ist auch das eine oder andere Mal regulierendes Eingreifen notwendig. Diese Ideen werden auf einem Flipchart-Papier notiert und im Konferenzzimmer aufbewahrt bis zur erledigten Umsetzung.

Psychohygiene für die moderierenden Lehrpersonen

Nach der Intervention ist es wichtig, dass auch Lehrpersonen auf ihre eigene Psychohygiene schauen, gemeinsam (evtl. mit dem Krisenteam) besprechen, wie es ihnen ergangen ist und ob irgendwo noch Unterstützungsbedarf besteht.

Eigene Stressbewältigungsmechanismen sollten aktiviert werden (z.B. auf Rituale zurückgreifen, Sport ausüben, sich Hobbies widmen, Supervision in Anspruch nehmen, es sich gut gehen lassen und eine Möglichkeit für sich selbst finden, das Geschehen zu verarbeiten).

Auch eine Kurzbesprechung im Lehrerkollegium ist hilfreich mit eventueller Aufgabenverteilung (Deutschlehrer:in schreibt Brief an die Klasse, Religionslehrer:in erarbeitet Fürbitten, GW-Professor:in macht ein Projekt zum Thema Hochwasser oder Schulleitung organisiert die Durchführung eines Erste-Hilfe-Kurses für die Schüler:innen).

Supervision/Coaching für Lehrpersonen:

Tirol-Kliniken <https://mcb.tirol-kliniken.at/page.cfm?vpath=angebote/coaching>

Hintergrundwissen

Psychische Erste Hilfe

Bitte benutzen Sie aus den folgenden Kapiteln, was Ihnen hilfreich erscheint und ignorieren Sie, was irrelevant oder falsch ist für die Umstände, die Sie vorfinden.

„Nicht aktiv intervenieren ist manchmal die beste Intervention!“ und "Die beste Rettung ist die, nicht auf Rettung angewiesen zu sein" – wenn jemand selbst über genug Ressourcen verfügt, mit einer traumatischen Situation zurechtzukommen und auch keine Hilfe möchte, so drängen Sie der Person bitte nicht ihre Hilfe auf!

In Krisensituationen

- Wenn Betroffenen Sie nicht kennen, so stellen Sie sich vor: "Ich heiße XY und bin der KV aus der"
- Sagen Sie, dass Sie da sind und etwas geschieht ...
- Gehen Sie zu den Betroffenen und stehen Sie nicht herum; erklären Sie, dass Hilfe verständigt wurde (die Rettung wird kommen, die Polizei, die Feuerwehr...), dies wirkt für die Verletzten enorm entlastend
- Begeben Sie sich auf das "Niveau" des Betroffenen (wenn jemand liegt, setzen/knien Sie sich neben ihn...)
- Führen Sie die Person zuerst von der unmittelbar belastenden Situation weg, sofern das möglich ist
- Bringen Sie Betroffene vom direkten Ort des Geschehens weg – z.B. in einen Nebenraum oder lassen Sie sie zumindest mit dem Rücken zur Unfallstelle setzen; erfüllen Sie körperliche Bedürfnisse (gegen Kälte Decken holen lassen, evtl. Tee anbieten, trockene Kleidung)
- Suchen Sie vorsichtig leichten Körperkontakt; Berührung ist neben der verbalen Ansprache eine weitere Möglichkeit für Betroffene, ihre Verlassenheitsängste zu mildern; Berührung nur auf unverfängliche Körperteile beziehen (Arm, Schulter, Hand). Bitte keine Berührungen am Kopf! Und passen Sie vor allem bei Jugendlichen mit Körperkontakt auf!!!
- Hören Sie zu, bevor Sie sprechen!
- Lassen Sie die Person ihre Geschichte erzählen; nach einem belastenden Ereignis muss man niemanden zwingen, seine Geschichte zu erzählen – dies geschieht normalerweise von selbst, Sie müssen nur zuhören und die Person wissen lassen, dass Sie interessiert sind.
- Sprechen kann für den/die Betroffene/n wohltuend sein. Hören Sie geduldig zu, vermeiden Sie Vorwürfe und nichtssagende Aussagen
- Der/die Betroffene soll spüren, dass Sie ihm/ihr Ihre Aufmerksamkeit schenken, seine/ihre Äußerungen ernst nehmen und versuchen, diese zu verstehen. Wenn

Betroffene über ihre Emotionen und Ängste sprechen, sollte man Verständnis signalisieren, auch wenn deren Gedanken und Gefühle vielleicht einem selbst unwichtig oder sogar absurd erscheinen („Hoffentlich finde ich meine Schultasche wieder“).

- Aufmerksam zuhören signalisiert man durch Blickkontakt, Kopfnicken, Worte wie „ja“, „aha“, „ach so“, außerdem durch Nachfragen („Können Sie das näher erläutern?“). Sie fassen in eigene Worte und wiederholen, was Sie von den Gedanken und Gefühlen verstanden haben („Sie meinen also, dass...“, „Sie haben das Gefühl, dass ...“).
- Sie bewerten die Aussagen von Betroffenen nicht (also kein „Sie haben Recht!“ oder „... da liegen Sie ganz falsch“).
- Sie geben keine Ratschläge, Analysen und Deutungen
- **Jokerfrage: „Soll jemand verständigt werden?“**
- Erlauben Sie das Erleben und den Ausdruck von Gefühlen
- Fragen Sie die betroffene Person, wie sie sich fühlt, aber erst nachdem sie die Geschichte erzählt hat. Lassen Sie ihr Schreien, Weinen, Jammern und andere Ausbrüche zu, wenn sie sich dabei nicht selbst oder andere gefährdet. Sie werden sich dabei oft nicht wohl fühlen und wünschen, die betroffenen Personen würden nicht so fühlen wie sie fühlen, wenn sie Schuldgefühle oder Wut äußern, oder Sie werden den Wunsch verspüren, sie von ihrem Leiden „zu heilen“.
- **Die Reaktionen der Person "normalisieren":** Sagen Sie der betroffenen Person, dass das, was sie fühlt „... eine übliche Reaktion auf ein nicht-übliches Ereignis ist“; Erklären Sie der betroffenen Person aber auch, dass sie im Zweifelsfall professionelle Hilfe aufsuchen soll und dass es kein Zeichen für eine geistige Erkrankung oder Schwäche ist, wenn man sich nach einem extrem belastenden Ereignis von jemandem helfen lässt.
- Menschen fühlen sich nach belastenden Ereignissen sehr oft zwiespalten - einerseits haben sie das Gefühl, dass sich die Welt genauso weiterdreht wie zuvor und andererseits wissen sie genau, dass alles, worauf sie sich verlassen konnten, zusammengebrochen ist
- Menschen kennen solche Reaktionen meist nicht an sich selbst und haben Angst, verrückt zu werden
- Lassen Sie betroffene Menschen nicht allein! Sollte es notwendig sein, dass Sie aus organisatorischen Gründen den/die Betroffene/n alleine lassen müssen, so suchen Sie zuerst eine andere Person, die sich zwischenzeitlich um den/die Betroffene/n kümmert. Das kann im Notfall ein/e Zuschauer/in sein, den/die Sie entsprechend instruieren: „Bitte bleiben Sie bei ... bis ich wiederkomme“ oder „bis die Rettung kommt ...“
- Vorsicht bei Aussagen wie: „Ich weiß nicht, wie ich weiterleben soll“, „Ich möchte nicht mehr weiterleben“.
- Suizidabsichten sollten immer ernst genommen werden. Sprechen Sie mit der Person, die Sie ablöst oder mit dem/der zuständigen Arzt/Ärztin darüber und lassen Sie die betroffene Person nicht allein!

Umgang mit Schuldgefühlen

Bei Schuldgefühlen ist dies besonders schwierig, weil Sie als Helfer/in in diesen Situationen den starken Impuls verspüren, den Personen ihre Schuldgefühle durch vorschnelle Erklärungen zu nehmen. Nahezu jede Person, die ein belastendes Ereignis erlebt hat, fühlt sich schuldig. Das ist ein Versuch der Person, der schmerzhaften Erkenntnis zu entkommen, dass Ereignisse eintreten könnten, die sie nicht unter Kontrolle hat. Wenn betroffene Menschen sich selbst die Schuld an einem Ereignis geben, können sie die Illusion aufrechterhalten, dass in Zukunft, wenn sie nur besser aufpassen, etwas Derartiges nicht mehr passieren kann.

Lassen Sie das Sprechen über Schuldgefühle zu – Sie nehmen sonst den Betroffenen die Möglichkeit, sich auszusprechen!

Sie können niemandem die Schuldgefühle nehmen. Sie sollen sie allerdings auch nicht verstärken, indem Sie zustimmen oder gar Vorwürfe äußern. Nur wenn eine Person eine andere anwesende Person beschuldigt, sollten Sie klarstellen, dass gegenseitige Schuldzuweisungen im Augenblick nicht angebracht sind.

Wird ein Kind beschuldigt, dann stellen Sie sich bitte auf die Seite des Kindes! Denn Kinder sind besonders anfällig für Schuldgefühle, weil sie die Situation noch nicht wie Erwachsene begreifen können.

"Todsünden" im Umgang mit Notfallopfern

Zu vermeiden sind jedenfalls Vorwürfe aller Art (diese entlasten bestenfalls den Helfer), Furcht erzeugende Diagnosen und Vermutungen ("das schaut aber übel aus, der kann das ja nicht überleben...") – auch bei Bewusstlosen! Vermeiden Sie Hektik (Gestik, Mimik, Tonfall, Sprechgeschwindigkeit) und "Gesprächsstörfaktoren" oder Floskeln (weil Sie Betroffenen damit vermitteln, dass Sie sie nicht ernst nehmen und ihre Bedürfnisse und Ängste abwerten. Die Gefahr, dass dies geschieht, ist besonders groß beim Trösten, Beruhigen und Ermutigen).

Gesprächsstörfaktoren, die auf jeden Fall zu vermeiden sind

- Verharmlosung: "So schlimm ist es ja gar nicht!"
- Verallgemeinerungen: "Sie jammern ja ständig!"
- Moralisieren: "Reiß' dich doch zusammen!"
- Besserwisser: "Ich hab's Ihnen doch gleich gesagt!"
- Allgemeinplätze: "Jeder hat so seine Probleme!"
- Gedankenlesen: "Ich weiß schon, was Sie jetzt denken!"
- Abwerten: "Sie scheinen das ja nie zu kapieren!"
- Nicht-zu-Wort-kommen-lassen " ..das ist mir auch schon einmal passiert!"

Ziele einer Krisenintervention = SAFER-Modell

S - Stimulationsreduktion: Zunächst soll eine Reduktion der emotionalen Überforderung der Person erreicht werden. Die Emotionen sollen für die Person wieder ein bewältigbares Maß erreichen.

A - Akzeptieren der Krise: durch Annehmen aller Äußerungen

F - Falsche Bewertungen der Person korrigieren: Menschen glauben oft, nur sie zeigen diese Reaktionen, aber diese "Einzigartigkeit" ist nicht gegeben.

E - Erklären von Stressreaktionen: Stressreaktionen sind übliche Reaktionen auf nicht-übliche (traumatisierende) Ereignisse

R - Recovery - Wiederherstellen unabhängigen „Funktionierens“: Sie sollten so lange bei der Person bleiben, bis sie wieder in der Lage ist, selbständig zu „funktionieren“ oder Sie sorgen dafür, dass jemand anderer diese Aufgabe übernimmt.

... und was noch ganz wichtig ist

Die meisten Lehrpersonen haben ein ganz gutes Gespür dafür, was ihre Schüler:innen brauchen und was nicht. Für Schüler:innen sind manche Lehrpersonen zudem Bezugspersonen, zu denen sie Vertrauen haben und an die sie sich wenden, wenn sie Probleme haben. Im Sinne dessen sind Lehrpersonen auch nach Krisenfällen wichtige Ansprechpartner und es macht Sinn, dass gerade in kritischen Situationen Lehrpersonen mit "ihren" Schüler:innen sprechen. Oft tritt dann die Verunsicherung auf, "ob man das schon kann...", "ob man nicht unbedingt professionelle Hilfe braucht...". Die meisten kritischen Situationen lassen sich mit Gefühl, Akzeptanz, Hausverstand und Einfühlungsvermögen ohne weitere zusätzliche Unterstützung bestens lösen.

Professionelle Hilfe braucht es dann, wenn Lehrpersonen und Schulleiter:innen mit der momentanen Situation überfordert sind. Sehr oft genügt in diesen Fällen ein entsprechendes Coaching für die Lehrpersonen und Schulleiter, für das auch die Schulpsychologie zur Verfügung steht.

Information als wichtiges Element der Krisenintervention

Information ist eines der wichtigsten Elemente in der Arbeit mit Menschen, die Belastendes erlebt haben.

Dadurch erhalten betroffene Menschen neue Aspekte über eine erlebte Situation - dies kann ein Durchbrechen der eigenen, meist belastenden Gedanken und oftmals eine Neubewertung der Situation bewirken. Information führt häufig zur Reduktion von Schuldgefühlen und zur Richtigstellung von Fehlinformation. Informieren Sie daher betroffene Menschen, sobald sich neue Erkenntnisse ergeben!

Wenn betroffene Personen Informationen möchten, müssen sie sie erhalten!

Bleiben Sie bei der Wahrheit, geben Sie aber Kindern die Informationen so, dass sie sie auch verstehen können. Geben Sie jedoch keine Prognosen ab: Sagen Sie nicht "Er wird es sicher überleben..." oder "da besteht sicher keine Hoffnung mehr" – sagen Sie z.B. besser: "Er kommt jetzt in die Klinik, die Ärzte werden alles tun, um zu helfen..."

Kreise der Betroffenheit

Wie sehr jemand von einem traumatischen Ereignis betroffen ist, kann man als Außenstehende:r nur schwer einschätzen.

Trotzdem gibt es einige Anhaltspunkte, die eine Einschätzung erleichtern !

1. Geografische Nähe/ physische Nähe

Wenn jemand in Sicht- oder Hörweite einer Person einen Unfall oder ein traumatisches Geschehen erlebt hat, ist davon auszugehen, dass dies für die Person belastender ist als für jemanden, der weiter von diesem Geschehen entfernt ist und nichts direkt gehört oder gesehen hat. Trotzdem kann auch eine Erzählung über ein traumatisches Geschehen bei Menschen, die überhaupt nicht dabei waren, große Betroffenheit erzeugen (vor allem, wenn andere Trigger, siehe unten) vorhanden sind.

Mögliche Abstufungen: Außerhalb Sicht- und Hörweite, innerhalb Hörweite, in der Nähe des Unglücksortes, direkt ausgesetzt

2. Psychosoziale Dimension

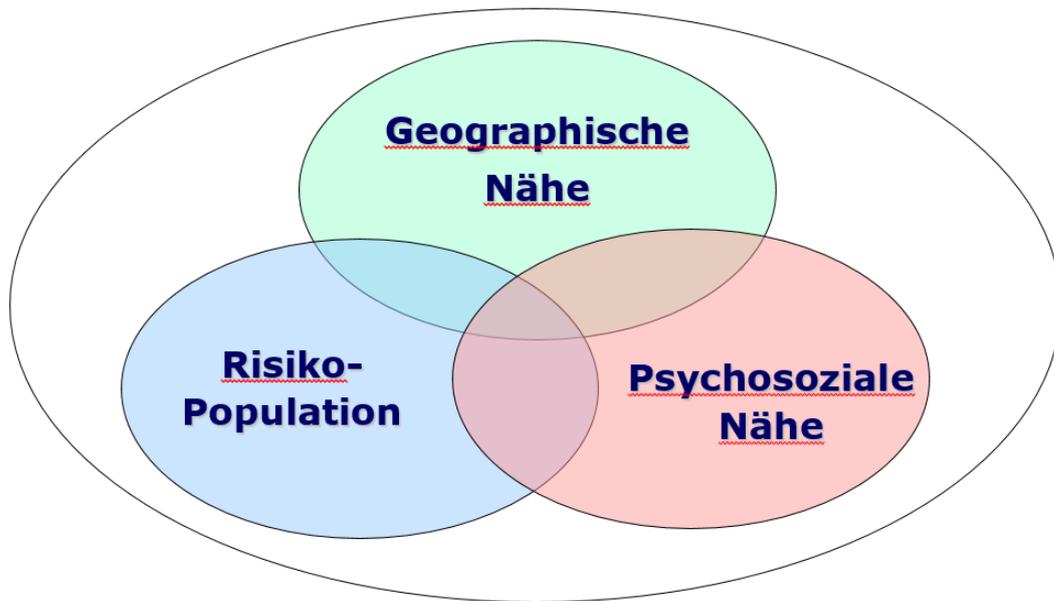
Auch hier wieder gilt die Faustregel: je näher mit dem Opfer bekannt (direkte Familie vs. entfernter Bekanntenkreis), desto wahrscheinlicher ist eine größere Betroffenheit. Auch eine Ähnlichkeit mit dem Opfer (gleicher Beruf, gleiche Interessen, gleiche Optik, gleiches Alter, vermutete Ähnlichkeiten... etc.) kann die Betroffenheit verstärken.

Mögliche Abstufungen: Identifikation oder Ähnlichkeit mit dem Opfer, Bekanntschaft, entfernte Familie oder guter Freund, direkte Familie

3. „Risiko-Population“

Jemand, der vor kurzem eine andere traumatische Situation zu bewältigen hatte oder einen anderweitigen Verlust, sowie jemand, der schwerwiegende soziale Probleme oder persönliche Probleme (Arbeitslosigkeit, Krankheit, gescheiterte Beziehung ...) zu bewältigen hat, wird tendenziell eher betroffen sein.

Mögliche Abstufungen: „Überempfindlichkeit“, schwerwiegende persönliche Probleme, bedeutender Verlust im letzten Jahr, gerade durchgemachte traumatische Situation (Retraumatisierung möglich).



Achtung:

Menschen, die sehr betroffen wirken, müssen nicht die am meisten Betroffenen sein!

Affektansteckung, Empathie und Mitgefühl

Affektansteckung

Affektansteckung („Gefühlsansteckung“) ist ein Phänomen, bei dem die Stimmung des anderen (z.B. Angst, Trauer, Wut, ...) vom Beobachter selbst Besitz ergreift und dabei ganz zu dessen eigenem Gefühl wird.

Gefühlsansteckung ist ein angeborener Prozess und kann bereits im Säuglings- und Kleinkindalter beobachtet werden.

Empathie

Empathie erfolgt entwicklungsmäßig später und beinhaltet die Erfahrung, unmittelbar die Gefühlslage des anderen nachzuempfinden und sie dadurch zu verstehen.

Dabei muss im Gegensatz zur Gefühlsansteckung nicht zwingend eine Identifikation mit der anderen Person erfolgen. Gleichzeitig ist man sich des emotionalen Unterschiedes zwischen einem selbst und der anderen Person bewusst.

Mitgefühl

Mitgefühl ist ein Phänomen, das von der Empathie insofern abzugrenzen ist, als Mitgefühl zusätzlich die Sorge um eine andere Person oder die Anteilnahme an deren Situation miteinschließt.

(vgl. KrisenKompass, 2011, Heft „Hintergrund“, Kapitel 6)

Schuldgefühle, Schuld, Scham und Hilflosigkeit

Schuld und Schuldgefühle sowie Scham spielen nach traumatischen Belastungen eine große Rolle.

Schuldgefühle

Schuldgefühle treten bei Beteiligten nach nahezu jeder Krise/jedem Unfall/ jedem traumatischen Ereignis auf.

Schuldgefühle können nach traumatischen Ereignissen helfen, Hilflosigkeit abzuwehren und ein Gefühl von Kontrolle wiederherzustellen. „Wenn ich nur besser aufgepasst hätte“ impliziert, dass mir das nie mehr passieren wird, wenn ich zukünftig nur besser aufpasse. Schuldgefühle sind eine menschliche/psychische Schutzfunktion und sollten von Helfenden nicht vorschnell abgetan werden.

Schuldgefühle sind das persönliche Empfinden einer Person und nicht durch Aussagen wie „Du brauchst deswegen keine Schuldgefühle zu haben“ auflösbar.

Schuld

Ob jemand Schuld an einem Ereignis hat, wird ein Gericht beurteilen (z.B. wird bei einem Autounfall eine nachweisbare feststellbare Schuld gegeben sein, wenn jemand bei Rot über die Ampel fährt und dadurch am Zebrastreifen einen Menschen tötet) – unabhängig von der Schuldfrage ist davon auszugehen, dass auch starke Schuldgefühle vorhanden sein können (aber nicht müssen).

Schamgefühle

Schamgefühle entstehen, wenn jemand eine negative Selbsteinschätzung von sich selbst hat. Dies führt dazu, dass sich Menschen, die sich schämen, zurückziehen oder schweigen. Scham soll verhindern, dass ich mich bloßstelle oder etwas sage, das andere bewerten und das für sich dann wiederum negativ auf den Selbstwert auswirkt.

Kinder schämen sich oft, wenn Angehörige sterben und möchten nicht, dass in der Schule darüber gesprochen wird!

(vgl. KrisenKompass, 2011, Heft „Hintergrund“, Kapitel 7 und 8)

Hilflosigkeit

Hilflosigkeit entsteht, wenn Menschen das Gefühl haben, die Vorgänge in ihrer Umgebung nicht mehr kontrollieren zu können. Jeder von uns ist darauf bedacht, in seinem Leben Kontrolle über Ereignisse zu behalten (auch wenn dies im Grunde genommen unmöglich ist). Wenn jemandem ein traumatisches Ereignis widerfahren ist oder jemand z.B. in einen Unfall verwickelt wurde, kann diese Person durch dieses Ereignis das Gefühl der Kontrolle verlieren (ich habe zwar aufgepasst, aber jemand ist mir hineingefahren und hat mich verletzt – in diesem Moment merkt die Person, dass sie über gar nichts Kontrolle hat).

Deshalb ist es in Krisensituation besonders wichtig, den Betroffenen ein Stück ihrer Kontrolle zurückzugeben.

In einer akuten Krisensituation können dabei schon Kleinigkeiten helfen – sogar nur durch Kleinigkeiten in der Kommunikation - indem Entscheidungsfreiheiten und Wahlmöglichkeiten angeboten werden: „Möchten Sie mir erzählen, was passiert ist?“ „Möchten Sie eine Decke?“ „Möchten Sie sich lieber hinsetzen? Möchten Sie ein Glas Wasser oder einen Tee? Kann ich für Sie jemanden verständigen?“

Allein durch diese angebotene Wahlmöglichkeit können betroffene Menschen in kleinen Dingen umgehend wieder Kontrolle in ihrem Tun erlangen.

Über einen langen Zeitraum erfahrene Hilflosigkeit (erlernte Hilflosigkeit) vermindert jeglichen aktiven Lösungsversuch von betroffenen Personen.

Bestattungsriten und Umgang mit Toten in anderen Kulturen

Die Einhaltung bestimmter Riten ist in den meisten Kulturen Voraussetzung, damit ein Verstorbener ins Jenseits gelangen kann.

Christentum

Im Christentum finden wir die Überzeugung, dass das irdische Leben mit dem Tod zu Ende ist. Nach dem Tod folgt die Auferstehung der Toten (Rückkehr zu Gott) und damit das ewige Leben.

Es gibt einige katholische Rituale/ Bräuche, die bereits noch in der Phase des Übergangs vom Leben in den Tod stattfinden. Dazu zählt der Empfang der letzten Sakramente (wie die Kranksalbung, Eucharistie (Abendmahl), Krankenkommunion). Weiters werden Sterbegebete vor/nach dem Ableben am Sterbebett gesprochen.

Die Bestattung besteht aus (offener oder geschlossener) Aufbahrung, einem Gottesdienst, der Bestattung im Sarg oder in der Urne und sehr oft mit einem darauffolgendem Trauermahl.

Es ist üblich, dass sich die trauernde, hinterbliebene Familie schwarz kleidet.

Beileidsbekundungen an die Familie werden üblicherweise in Form von Kondolenzkarten und der Teilnahme an der Beerdigung erbracht.

Weihwasser, das Kreuz und Kerzen gehören zum katholischen Brauch.

Im Christentum findet Trauern – im Gegensatz zu anderen Religionen – im Privaten statt. Der Schmerz wird nach Möglichkeit nicht in der Öffentlichkeit gezeigt.

Islam

Im Islam ist – ähnlich wie im Christentum - der Tod ein Übergang in eine andere Form des Weiterlebens. Am „jüngsten Tag“ werden die Menschen auferstehen und der göttlichen Gerechtigkeit zugeführt.

Der Tod ist damit sowohl Ende als auch Anfang.

Die Sterbebegleitung nimmt eine wichtige Rolle ein. Familie und Freunde beten am Sterbebett. Tritt dann der Tod ein, müssen der/dem Verstorbenen umgehend die Augen geschlossen werden.

Bei einer verstorbenen Muslima bleibt eine Frau, bei einem verstorbenen Muslim ein Mann beim Verstorbenen. Der Leichnam wird auf den Rücken gedreht, mit dem Gesicht Richtung Osten zeigend. Muslime sollten, wenn möglich, am Sterbetag beerdigt werden.

In Österreich ist eine Bestattung erst ab 48 Stunden nach dem Tod erlaubt, deswegen finden hier die muslimischen Begräbnisse meist am dritten Tag nach dem Tod statt.

Tritt der Tod abends ein, so darf die Beerdigung auf den nächsten Tag verschoben werden. Zuerst erfolgt eine rituelle Waschung, der/die Verstorbene wird aufgebahrt und der Imam spricht das Totengebet.

Die männlichen Angehörigen tragen den Sarg zum Grab. Muslime werden üblicherweise in dem Leintuch (Kefen) begraben, welches sie zur Wallfahrt nach Mekka getragen haben (Hadsch).

Der Körper wird seitlich liegend, mit dem Kopf Richtung Mekka begraben.

Ein Leichenschmaus ist im Islam nicht üblich. Es ist allerdings Tradition, dass Freunde und Nachbarn für die nächsten drei Tage für die Familie des/der Verstorbenen kochen.

Muslimische Bestattungen gibt es mittlerweile in fast allen Städten in Österreich. Der größte muslimische Friedhof Österreichs befindet sich seit 2008 in Wien Simmering.

Atheisten

Die Frage über ein Leben nach dem Tod stellt sich für einen Atheisten nicht. Es gibt zunehmend mehr Menschen, die keiner Religionsgemeinschaft angehören.

In diesem Fall ist es wichtig, darauf zu achten, den trauernden Angehörigen keine Rituale oder Bräuche unterzuschieben, die für die/den Verstorbenen nicht passen.

Weitere Weltreligionen

Genauso finden wir in den anderen Weltreligionen wie Judentum, Hinduismus sowie Buddhismus unterschiedliche Überzeugungen und Rituale.

Sollten Sie mit Kindern oder Erwachsene mit der jeweiligen Religionszugehörigkeit zu tun haben - bitte dies berücksichtigen und bedenken, dass diese nicht den christlichen Vorgaben entsprechen

(vgl. KrisenKompass, 2011, Heft „Abschied“, Kapitel 2)

Akute (ABS) und posttraumatische (PTBS) Belastungsstörung

Belastungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen sind Reaktionen auf (für die Betroffenen – subjektive Einschätzung!) belastende Ereignisse. Belastungsstörungen können bei Kindern und Jugendlichen auftreten, wenn sie Zeuge oder Opfer eines Ereignisses werden, bei dem das eigene Leben oder das Leben anderer gefährdet scheint. Während dieser Ereignisse empfinden sie in der Regel große Angst, Hilflosigkeit und Entsetzen. Jedoch entwickeln nicht alle Kinder eine Belastungsstörung (Stichwort: Resilienz). Zu potenziell traumatisierenden Ereignissen zählen Gewaltverbrechen, Verkehrsunfälle, Unfälle mit Verletzten, Brände, Kriege, Naturkatastrophen, aber auch Ereignisse wie Hundeangriffe. Bei jungen Kindern ist häusliche Gewalt die häufigste Ursache für eine Belastungsstörung. Die Schüler:innen müssen das Geschehen nicht selber miterlebt haben, um eine Belastungsstörung zu entwickeln.

Risikofaktoren für die Entwicklung einer Belastungsstörung

- Schwere des Ereignisses
- Entstehung von körperlichen Verletzungen
- Temperament des Kindes
- Niedriger sozioökonomischer Status der Familie
- Frühere Traumatisierungen (Gewalt in der Familie, Fluchterfahrung, ...)
- Dysfunktionale Familiendynamik
- Psychiatrische Erkrankungen in der Familie
- Fehlende Familie und fehlende soziale Unterstützung

Symptome einer Belastungsstörung

- **Anhaltende Intrusionen** (Wiedererleben): zeigt sich auch anhand von Alpträumen in der Nacht, aber auch an „Flashbacks“ während des Tages, auch ausgelöst durch mit dem Ereignis in Verbindung stehenden Gegebenheiten (z.B. Schreien durch Lehrpersonen)
- **Anhaltende Vermeidung** (Vermeidungsverhalten): Schüler:innen vermeiden Aktivitäten (z.B. öffentlicher Verkehr kann nicht mehr genutzt werden, Liftfahren,), Situationen und Menschen
- **Anhaltendes Arousal** (Übererregung): Schüler:innen sind übertrieben wachsam auf Anzeichen von Risiken. Sie sind angespannt, neigen zu Nervosität und sind sehr schreckhaft. Schwierigkeiten zu entspannen, Einschlafschwierigkeiten und Konzentrationsprobleme können weitere Probleme sein.
- **Emotionale Taubheit**: Schüler:innen wirken bedrückt und traurig. Sie verlieren ihr Interesse an sonst gemochten Aktivitäten
- **Schuldgefühle**, das Ereignis nicht verhindert zu haben
- **Dissoziative Symptome**: Losgelöstsein vom eigenen Körper

Zeitliche Differenzierung zwischen ABS und PTBS

Die **Akute Belastungsstörung** tritt unmittelbar nach dem Ereignis auf und dauert zwischen drei Tagen bis zu einem Monat.

Die **Posttraumatische Belastungsstörung** kann unmittelbar auf die ABS folgen oder aber auch erst ab ca. sechs Monaten auftreten.

Behandlung

Bei einer Posttraumatischen Belastungsstörung ist eine psychotherapeutische und eine kinder-psychiatrische Behandlung indiziert.

Trauerreaktionen, Trauerphasen und Trauerbewältigung in der Klasse, Abschiedsfeier

Trauerreaktionen

Trauerreaktionen auf ein Ereignis können im Klassenverband und je nach Kind/Jugendlichem unterschiedlich ausfallen:

Weinen, Wut, Sprachlosigkeit, sozialer Rückzug, scheinbares Unbeteiligt sein bzw. Emotionslosigkeit, Lachen, Schwätzen, Unaufmerksamkeit, Herumzappeln, Zeichnen, irgendwelche Übungen weiter machen, ...

Jeder Mensch ist einzigartig und trauert darum auf seine eigene Art und Weise. Es gibt nicht „die richtige“ Trauerreaktion auf ein Ereignis.

Besonders zu beachten ist, dass die Trauer sich nicht unmittelbar bei Auftreten des Ereignisses äußern muss, sondern sich auch erst zu einem späteren Zeitpunkt zeigen kann.

Trauerreaktionen bei Vorschulkindern bis ca. 6 Jahren

Kindern in diesem Alter fehlen oftmals die Worte, um die Trauer auf verbaler Ebene ausdrücken zu können.

Daher kann sich Trauer auch wie folgt zeigen:

- Suche nach körperlicher Nähe und Halt
- Verändertes Sozialverhalten (sozialer Rückzug, erhöhtes Aggressionspotential, vermehrt Konflikte mit Mitschüler:innen)
- Lernschwierigkeiten
- Regressionen (Zurückfallen auf frühere Stufen der Entwicklung)
- Einnässen
- Regression in der Sprache
- Verminderte Konzentrations- und Aufmerksamkeitsfähigkeit

Kinder in dieser Altersgruppe können ihre Trauer am besten in Form von Rollenspielen, beim Malen, Tanzen oder durch Modellieren ausdrücken.

Trauerreaktionen bei Schulkindern ab 7 bis ca. 12 Jahren

Schulkinder haben bereits einen realistischeren Zugang zur Welt und somit auch eine realere Vorstellung vom Tod.

Sie können Ausmaß und Folgen eines Todesfalls weitreichend überblicken, weshalb die Erfahrung des Todes tiefe Besorgnis und Ängste (auch Angst, einen Elternteil oder Freunde zu verlieren) auslösen kann.

Grundschulkindern fällt es noch schwer über Gefühle zu sprechen, daher ist es wichtig, die Schüler:innen über einen längeren Zeitraum gut zu beobachten und ihnen die Möglichkeit zu bieten, ihre Trauer altersentsprechend ausdrücken zu können.

Für diese Altersgruppe geeignet sind folgende Ausdrucksmöglichkeiten:

- Kreatives Malen oder Gestalten (aus Bildern oder Fotos eine Gemeinschaftsarbeit gestalten)
- Schreiben (Brief an Verstorbenen, Kondolenzbuch, Verschriftlichen von Erinnerungen bzw. besonderen Erlebnissen)
- Zettel mit Wünschen an den Verstorbenen
- Musik hören oder machen

Trauerreaktion bei Jugendlichen ab 12 Jahren

In dieser Entwicklungsphase beschäftigen sich Jugendliche intensiv mit dem Thema „Sterben“, mit der Frage nach einem Weiterleben über den Tod hinaus sowie der Frage nach dem tieferen Sinn des Lebens.

Peergroup und Freundeskreis sind zur Identitätsfindung überaus wichtig.

Mit Freunden wird Trauer in einer Art und Weise verarbeitet, die ihren kulturellen Ausdrucksformen entsprechen und Erwachsenen meist fremd sind:

- Lautes Musik hören
- „chillen“
- Kommunizieren über Chatrooms, Plattformen oder aktuelle App Anbieter

Jugendlichen sollten keinesfalls eigene (des Helfers/der Helferin), traditionelle oder allgemein bekannte Formen der Trauerbewältigung aufgezwungen werden.

(vgl. KrisenKompass, 2011, Heft „Abschied“, Kapitel 4)

Trauerphasen nach Verena Kast

Die Phase des Nicht-Wahrhaben-Wollens

Die Nachricht des Todes löst einen „Gefühlsschock“ aus. Der Verlust wird geleugnet, kann nicht realisiert werden und die eigenen Emotionen können nicht wahrgenommen werden. Die trauernde Person scheint empfindungslos und fühlt sich oft selbst „wie tot“. Die körperlichen Reaktionen können alle Symptome eines Schocks (schneller Pulsschlag, Schwitzen, Übelkeit, motorische Unruhe) sein. Die Phase dieses Zustandes kann von einigen Stunden bis zu etwa einer Woche andauern, im Falle eines plötzlichen Todes kann sie noch länger anhalten.

Phase der aufbrechenden Emotionen

In dieser Phase taucht der Trauernde in ein regelrechtes Gefühlschaos: Wut, Trauer, Angst, Zorn, Schmerz, Niedergeschlagenheit, Schuldgefühle, u. v. m. stellen sich ein. Welche Emotionen sich mischen oder überwiegen, hängt stark von der Persönlichkeit des Betroffenen ab, so reagieren z.B. Ängstliche mit Angst, Choleriker mit Zorn, usw. Diese Stimmungs labilität kann im Kontakt mit anderen schnell zur Schwierigkeit werden. Die Ohnmacht des Menschen angesichts des Todes kann nur schlecht eingesehen werden, es treten Schuldgefühle auf, weil man befürchtet, nicht alles getan, etwas versäumt oder unterlassen zu haben, das den Tod hätte verhindern können oder es werden andere Menschen dessen beschuldigt.

Die Phase des Suchens und des Sich-Trennens

Beim Verlust eines geliebten Menschen suchen wir zum einen den realen Menschen (Aufsuchen von Orten, die der Verstorbene mochte, in den Gesichtern anderer Menschen nach Zügen des Verstorbenen suchen, Übernehmen von Gewohnheiten des Verstorbenen) und zum anderen Möglichkeiten, Teile der Beziehung zu erhalten (Erzählungen und Geschichten über den Verstorbenen, innere Zwiegespräche mit dem Verstorbenen), eine innere Auseinandersetzung mit dem Verstorbenen findet statt. Dieses Suchen bereitet den Trauernden darauf vor, ein Weiterleben ohne den Verstorbenen zu akzeptieren, keineswegs aber ihn zu vergessen.

Die Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs

Im Verlauf der vorhergegangenen Phase wurden Wege gefunden, mit dem Verstorbenen positiv umzugehen. Er wird zu einer Art „inneren Figur“, dies kann sich ausdrücken, indem der Verstorbene als innerer Begleiter erlebt wird oder daran, dass der Trauernde Lebensmöglichkeiten, die zuvor an die gemeinsame Beziehung gebunden waren, in sein eigenes Leben integriert hat. Die Gedanken und Handlungen des Trauernden kreisen nicht mehr ausschließlich um den Verstorbenen, es wird wieder möglich das eigene Leben zu gestalten. Selbstvertrauen und Bezugsfähigkeit wachsen, so dass neue Beziehungen eingegangen werden können und neue Lebensmuster entwickelt werden können, ohne dass der Verstorbene vergessen scheint.

Der Durchlauf der Phasen kann nie stringent und idealtypisch verlaufen und auch nicht einer zeitlichen Begrenzung unterliegen, denn die Art und Weise der Trauerarbeit und Trauerbewältigung hängt neben der Persönlichkeit des Trauernden auch von seiner Beziehung zu dem Verstorbenen und dessen Todesumständen ab. In allen Phasen kann es zu Schwierigkeiten kommen, die sich, wenn keine Unterstützung vorhanden ist, schnell manifestieren können und ein Stagnieren des Trauerprozesses zur Folge haben können.

Trauerbewältigung in der Klasse

Trauer ist ein Prozess. Für Trauerbewältigung nach einem Unglücks- oder Todesfall muss man den Schüler:innen (genauso wie allen anderen Betroffenen) Zeit geben für eine Verarbeitung. Trauerbewältigung hilft, wieder in den Alltag zurückzukehren.

Rituale oder unterschiedliche Strategien können oft helfen, die Trauer besser zu bewältigen.

Trauer hat unterschiedliche Formen und es kann durch Außenstehende nicht beurteilt werden, ob jemand trauert oder nicht.

Schularbeiten, Tests und das Lernen allgemein sind in Zeiten der Trauerbewältigung für Schüler:innen oft nachrangig, dies sollte man eine gewisse Zeit berücksichtigen.

Schülerinnen und Schüler, die die deutsche Sprache nicht ausreichend beherrschen, verstehen oft nicht genau, was passiert ist, können sich nicht entsprechend ausdrücken und auch nicht ausreichend trauern. Bitten Sie in diesem Fall eine entsprechend muttersprachliche Lehrperson oder die Mitarbeiter:innen der Migrant:innenberatung in der Bildungsdirektion oder der Mobilen Interkulturellen Teams der Schulpsychologie um Hilfe.

Auch die Informationen an die Eltern (**Elternbrief und Elternabend**) sollten in der jeweiligen Sprache verfasst werden – nicht ausreichend verstandene Information erhöht die Unsicherheit und die Angst.

Möglichkeiten zur Trauerbewältigung (auch im Anschluss an das strukturierte Interventionsmodell)

- Einfache, bewältigbare Aufgaben geben, Stoff wiederholen statt im Stoff rasch weitergehen, Aktivitäten ermöglichen, die den Selbstwert erhöhen
- Projekte ins Leben rufen (z.B. Sammeln für Katastrophenopfer, Kompetenzen erhöhen durch Erste-Hilfe-Kurse)
- Kummerkasten aufhängen, in den die SchülerInnen Fragen einwerfen können, regelmäßig durch eine Lehrperson leeren lassen und die Antwort auf eine Pinnwand in der Klasse oder auf den Gang hängen
- Schreiben eines gemeinsamen Klassenbriefes an die Eltern eines verunglückten Kindes
- Erstellen von Fürbitten für ein Begräbnis (z.B. mit dem Religionslehrer), aber auch Einbeziehung der Kinder, die nicht der Religion des verstorbenen Kindes angehören
- Gemeinsam in der Klasse Musik machen, etwas Singen oder Komponieren
- Schreiben von Botschaften an den/die Verstorbenen (jeder Schüler/jede Schülerin für sich), die dann z.B. bei einem gemeinsamen Spaziergang an einem Fluss verbrannt werden oder an einem anderen zulässigen Ort im Freien (unter Aufsicht einer Lehrperson)

- Spaziergänge (über den Friedhof, zur Unglücksstelle – immer nur freiwillig!) mit anschließendem Verbrennen von persönlichen Botschaften an die /den verunglückten Schüler:in
- Telefonnummern von Kriseneinrichtungen als Abreißzettel auf die SchülerInnen-WCs hängen (für emotionale Notfälle)
- Sport, Hobbies anregen bei den Schüler:innen
- Luftballone mit Gedankenwünschen steigen lassen
- Kerzen anzünden (sofern ein sicherer Platz dafür in der Schule vorhanden ist)

Prinzipiell hilft die Struktur der Schule den Kindern, sich wieder in den vertrauten Alltag hineinzufinden. Struktur gibt Sicherheit.

Abschiedsfeier bei Todesfällen (an der Schule)

Abschiedsfeiern und Abschiedsrituale haben wichtige Funktionen im Trauerprozess. Nicht nur für Kinder und Jugendliche, sondern auch für Erwachsene. Die Abschiedsfeier im Schulkontext wird als symbolische Handlung verstanden, die den gewohnten Alltag durchbricht. Deren Aufgabe ist es, belastenden Ereignissen hilfreiche Bilder und Symbole zu geben. Nach einer ausgerichteten Abschiedsfeier ist es wichtig, den Schüler:innen einer Klasse Offenheit für weiterführende Gespräche zu signalisieren. Des Weiteren ist es wichtig eine zeitliche Perspektive zu liefern, wann Erinnerungen (Bild, Gedenkbuch, ...) wieder entfernt werden. Schüler:innen sollen nicht ständig an das Geschehene erinnert werden.

Warum machen wir eine Abschiedsfeier in der Schule bzw. in der Klasse?

- Liefern hilfreiche Bilder
- Kann Worte ersetzen
- Kann Emotionen kanalisieren und ausdrücken
- Macht handlungsfähig
- Stärkt den Zusammenhalt

Abschiedsfeier planen

- Für wen gestalten wir die Abschiedsfeier?
Für eine einzelne Klasse (wenn Eltern oder Geschwister versterben), für die ganze Schule (wenn Schüler:innen oder aktive Lehrpersonen versterben), fürs Kollegium (wenn pensionierte Lehrpersonen versterben), ...
- Passendes Thema finden (letzte Reise, Erinnerung, Natur, ...)
- Ort (Klassenzimmer, Aula, ...)
- Passende Symbole
- Helfende Hände (wer kümmert sich um Schüler:innen, die aus der Situation gehen (dürfen!)?)
- Konkrete Planung (Wer eröffnet die Trauerfeier? Wer führt durch das Ritual?, ...)

Vom Besuch der Beerdigung als Schulveranstaltung wird abgeraten, da Aufsicht und Betreuung nicht gewährleistet werden können. Ob Schüler:innen die Beerdigung privat besuchen, liegt nicht in der Verantwortung der Schule. Die Schulleitung kann allerdings bei der Familie des/der Verstorbenen nachfragen, ob ein Besuch der Schüler:innen erwünscht ist und dies gegebenenfalls den Schüler:innen bzw. den Eltern kommunizieren.

Elternabend und Briefvorlage für Elternbriefe

Elternabend

Durchführung eines Elternabends

- Begrüßung
- Vorstellen der anwesenden Personen
- Informieren über:
 - Den Vorfall (was ist passiert, wer war beteiligt)
 - Was wurde bereits von der Schule unternommen – detaillierte Beschreibung (Gespräche, Sanktionen, Strafen, Konsequenzen)
 - Was ist noch geplant (Klasseninterventionen, Einzelgespräche)
- Offene Fragen – Achtung nicht alles gehört in die Klassengruppe – Privatsphäre der Betroffenen wahren, Fragen ggf in Einzelgesprächen klären.
- Angebot für Einzelgespräche machen
- Elternabend möglichst kurz halten – Information soll im Vordergrund stehen – keine Diskussionsplattform bieten
- Nicht bei jedem Ereignis ist ein Elternabend notwendig – Wichtig ist aber die Information der Eltern

Briefvorlage für Elternbrief

Bausteine Elternbrief

<Absender der Schule>

<Ort, Datum>

An die Eltern/ Lehrer:innen/ Schüler:innen der Klasse

Sehr geehrte Eltern/ <passende Anrede>

<Schilderung des Ereignisses> Wer? Was? Wann? Wo?

- ➔ Wichtig: nur gesicherte Informationen weitergeben – kein Hören Sagen!!!!
- ➔ Achtung Datenschutz, ggf Rücksprache mit der Rechtsabteilung der BD halten

Mögliche Anfänge:

- Vielleicht haben sie bereits erfahren, dass....
- Wie sie eventuell aus den Nachrichten entnommen haben,
- Um allfälligen Fragen vorzubeugen
- Um mögliche Gerüchte zu entkräften,.....
- Seit einiger Zeit war,....
- Wie ihnen vielleicht bekannt war,
- Gestern ereignete sich

<Involvierung der Schule, Prozess und Interventionen durch die Schule>

<Information über Kontaktdaten für die Betroffenen/ Beteiligten>

Mit freundlichen Grüßen

<Name Schulleitung>